

人事e報

國立清華大學 第 10802 期

National
Tsing Hua
University

人事法令宣導

□ 考試、任免、敘薪、兼職

編號	主旨/重點摘錄	發文字號	發文機關
1	原住民族委員會函送考試院107年12月18日考臺組壹一字第10700034891號令發布修正「公務人員特種考試原住民族考試規則」，請查照。	108.02.01 臺教人(二)字第 1080013597號	教育部
2	「政府捐助之財團法人董監事報院遴聘派作業規定」自108年2月1日停止適用，請查照。	108.02.15 臺教人(二)字第 1080019157號	教育部

□ 待遇、福利、退休、撫卹

編號	主旨/重點摘錄	發文字號	發文機關
1	檢送「全國軍公教人員生活津貼申請暨稽核系統」107學年度第2學期子女教育補助申請資料報送時程表1份。	108.01.07 臺教人(一)字第 1070231207號	教育部
2	有關選擇支(兼)領展期或減額月退休金人員之三節慰問金應如何計算發放一案。	108.01.09 臺教人(四)字第 1080001203號	教育部
3	為提供使用者多元化登入方式，國民旅遊卡檢核系統於108年1月4日（星期五）起介接行政院人事行政總處人事服務網。	108.01.10 臺教人(三)字第 1080000077號	教育部

編號	主旨/重點摘錄	發文字號	發文機關
4	司法院秘書長函以，檢送行政法院「年改事件單一窗口」1份，以強化行政聯絡效率，請查照轉知。	108.02.15 臺教人(四)字第 1080019088號	教育部
5	有關「公務福利e化平台」改版，其功能調整自即日起上線一案，請查照參考運用。	108.02.20 臺教人(四)字第 1080024428號	教育部

□ 考績考核、訓練進修、差勤管理

編號	主旨/重點摘錄	發文字號	發文機關
1	有關海洋委員會訂定「推動海洋事務績優公務人員獎勵要點」，並自即日起生效，請查照。	108.02.01 臺教人(三)字第 1080013183號	教育部
2	國家文官學院為鼓勵公務人員終身學習，提升閱讀風氣，錄製「108年度每月一書導讀」數位課程，請轉知所屬上網學習，請查照。	108.02.18 臺教人(一)字第 1080023404號	教育部
3	銓敘部函以，有關考績委員會組織規程第2條第3項但書規定之受考人，係指具票選委員選舉權(含被選舉權)之人員，故不含機關首長，請查照轉知。	108.02.19 臺教人(三)字第 1080020627號	教育部
4	行政院函送修正「行政院表揚模範公務人員要點」第8點，並自即日起生效，請查照。	108.02.19 臺教人(三)字第 1080017955號	教育部
5	檢送行政院人事行政總處公務人力發展學院「公務人員共通能力訓練需求分析」線上調查問卷QR Code乙份，請查照並轉知所屬同仁協助上網填寫線上問卷。	108.02.25 臺教人(三)字第 1080025229號	教育部

□ 其他

編號	主旨/重點摘錄	發文字號	發文機關
1	「獎勵保護檢舉貪污瀆職辦法」部分條文，業經行政院於中華民國108年2月1日以院臺法字第1080161285號令修正發布施行，請查照。	108.02.12 臺教政(一)字第 1080019105號	教育部
2	檢送經濟部108年「Buying power - 獎勵採購社會創新產品及服務簡章」一份，詳原函說明，轉請查照推廣。	108.02.13 臺教秘(二)字第 1080019142號	教育部
3	轉知行政院農業委員會農糧署函請各單位踴躍採購國產棗子(如附件)，請查照。	108.02.13 臺教綜(五)字第 1080019853號	教育部
4	行政院人事行政總處函以，為提供公教員工及其親屬合適的長期照顧保險方案，經辦理「108年至111年全國公教員工及其親屬長期照顧保險方案」徵選，業錄選推介國泰人壽保險股份有限公司所提送之「呵護公教團體長期照顧健康保險」及「呵護公教長期照顧終身健康保險」等2方案，請查照轉知	108.02.14 臺教人(四)字第 1080019664號	教育部
5	行政院人事行政總處函以，108年至110年「闔家安康」-全國公教員工團體意外保險，經公開徵選由中國人壽保險股份有限公司獲選承作，請查照轉知。	108.02.18 臺教人(四)字第 1080019653號	教育部
6	檢送更正後之本部108年2月15日臺教人(四)字第1080019653號函附件(108年至110年「闔家安康」-全國公教員工團體意外保險)1份，請查照。	108.02.21 臺教人(四)字第 1080023873號	教育部
7	有關全國公教員工網路購書優惠方案專屬主題活動「百貨商品主題特展」訊息，請查照轉知所屬參考利用。	108.02.22 臺教人(一)字第 1080026008號	教育部
8	勞動部函以，有關性別工作平等法第22條但書所定「正當理由」疑義乙案，請查照。	108.02.25 臺教人(一)字第 1080026862號	教育部

本校人事業務宣導

- 有關「聯合國反貪腐公約首次國家報告實錄」暨「聯合國反貪腐公約首次國家報告國際審查會議實錄」相關資訊，請逕至本校人事室網頁/法規宣導項下查閱。

活動寫真

- 本校於108年2月19日（星期二）下午2時舉辦「108年新春團拜」活動圓滿完成。



影視經典語錄



絕大多數人都犯過罪，但只有少數人有勇氣承認自己的罪，而只有極少數人能夠得到受害人真心的原諒。」

— 與神同行(신과함께:죄와벌, 2017)

英文佳句

“Let yourself be silently drawn by the stronger pull of what you really love.”

— Jalal ad-Din Muhammad Rumi, Poet

「讓自己安靜地被你真正喜愛的事所拉去。」

— 賈拉爾·阿德-丁·穆罕默德·魯米 (詩人)

公務人員專書閱讀每月一書推薦

□ 108年2月份



書名 / 未來年表
作者 / 河合雅司
出版社 / 究竟
出版日期 / 2018

這是場「寧靜危機」，沒有察覺的人終將被它腐蝕！

「少子化、高齡化」也許你已耳熟能詳，但你可能不曾想過：它將如何左右我們的未來？

日本2020年 半數女性超過50歲；2030年 銀行、醫院、安養院——從地方消失；2033年 每3戶就有1戶空屋；2050年 食物缺乏，捲入世界糧食戰爭.....。

日本花了11年進入超高齡社會，但臺灣只要8年，總人口數將開始走下坡！15年後，每4人就有1人超過65歲；25年後，每3人就有1人超過80歲；30年後，每1.7人就要扶養1名老人！高齡化所帶來的衝擊遠比想像中更大，作者提出「10個未來處方箋」，找出可能的解決之道。

(本書簡介資料摘自國家文官學院)

《春分養生》喝花草茶護肝 吃3食材解毒清熱

作者 / 葉懿德

文章出處 / Web only



圖片來源 / 葉懿德製圖

春分是一年的第四個節氣（國曆3月21日前後），這一天太陽直射赤道，南北地球晝夜相等長，度過春分，北半球正式開啟晝長夜短模式。

「雨霽風光，春分天氣。千花百卉爭明媚。」

北宋文學家歐陽修在詞作《踏莎行》起始，描寫寫春分時節的繁花盛開之景致，簡短數語讓人充分領略春分日暖、南燕北返，如此風光甚好。

不過，大部份花卉都在春分時節綻放，繁花爭妍處處，也是花粉熱最嚴重的季節，可能造成呼吸器官與肌膚過敏，再加上此時人體的腺體活躍，血液循環旺盛，是一年之中情緒最易高漲的季節，也要當心如生理期失調、高血壓的出現。

春分養生重在養肝，需注意疏肝解鬱、解熱制養、消腫止痛的食療。避免辛辣、油炸燒烤等易上火的刺激物，飲食清淡、多吃當令鮮蔬，最能滋補養肝。

春分節氣吃什麼最好？

菠菜

春天盛產的菠菜根紅葉綠、嫩極味美，用眼多的上班族該趁機多吃。因為菠菜富含對眼睛有益的葉黃素和玉米黃素，吃一碗燙菠菜，就補足一天葉黃素所需。

中醫師彭溫雅指出，菠菜味甘性平，歸肝、胃、大腸、小腸經，養血止血，平肝潤燥的作用。常吃菠菜有疏肝、清熱、潤燥、解毒的功效，尤其適合在春季肝陽偏亢的時節食用。

香椿

香椿可清熱解毒、健胃理氣。春日香椿吐芽，香味馨香氣味濃郁，可將嫩葉洗淨切碎入菜，炒蛋或拌豆腐都可吃得滿口馨香。聯合國亞洲蔬菜研究發展中心針對150種蔬菜的抗癌效果發現，香椿抗氧化力高居第一，比地瓜葉高到3~10倍。

豌豆

豌豆清燥熱又利濕氣，且豌豆富含粗纖維，能促進大腸蠕動，保持大便通暢、防止便秘，具有清腸作用。

豌豆營養豐富，含有膳食纖維、維生素A、B群、C、E、葉酸、胡蘿蔔素和許多微量元素，其中豌豆富含人類無法自行合成的離胺酸（lysine），除了可以促進鈣質吸收，還能幫助細胞組織、皮膚黏膜修復，促進膠原蛋白的合成

春天喝花草茶養肝排毒

中醫認為，春天草木開始萌芽生長，展現蓬勃生機，「肝」也應該像樹枝般自然舒展暢達，不該過度亢奮或鬱積；因此，具有疏肝、理氣、提神、解毒之效的花草茶，最適宜在春天飲用。

花草茶種類繁多，什麼最適合春天養生？中醫師挑選出幾種芳香好喝、顧肝解毒、養顏美容，而且又容易買到的花草茶。

桂花

溫辛，可以溫中散寒、化痰散瘀、暖胃、止痛，還可去除口臭。一般花草茶都比較偏涼，桂花則屬溫辛，即使體質較寒也能放心飲用。

茉莉

性溫、味甘，可開鬱、消除脹氣。可與玫瑰搭配，若想收提神之效，也可以加入茶葉一起沖泡。



（圖片來源：shutterstock）玫瑰

玫瑰

玫瑰是養顏美容聖品，可促進新陳代謝、理氣解鬱、活血散瘀、改善膚況、調經止痛。玫瑰花可說是花茶中的萬用百搭基本款，玫瑰花茶加枸杞可護眼，體質較寒的人則可加龍眼乾一起喝。

菊花

甘微寒，疏風清熱、解毒、清肝明目。如果平時用眼量大，建議在菊花茶裡加入枸杞子，若氣較虛的人，則可以添加幾片東洋參、黨參、參鬚或黃耆，以收補氣之效。



特約商店陸續簽約中，歡迎推薦優良商家!

人事室
Office of Personnel
國立清華大學
National Tsing Hua University

信箱 person@my.nthu.edu.tw

網址 <http://person.web.nthu.edu.tw/bin/home.php>