

國立清華大學

人事e報

資料日期:104 年 4 月

「人事e報」內容涵蓋人事法令宣導、人事動態、各類活動訊息.....等，每月下旬定期出刊，以期能為同仁作更完善的服務。

電子郵件信箱：person@my.nthu.edu.tw

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

★ 人事法令異動

- 一、銓敘部令以，應特種考試交通事業鐵路人員考試高員三級及員級考試業務類法律政風、法律廉政、財經政風、財經廉政科考試及格人員得適用廉政職系。
(教育部 104.3.23 臺教人(二)字第 1040037128 號函)
- 二、有關國立專科學校以校務基金進用之編制外教學人員得否兼任學校學術及行政主管職務一節，國立專科學校得以校務基金自籌經費進用編制外教學人員，渠等之遴聘資格仍應依教育人員任用條例等規定辦理；另參照本部 97 年 9 月 9 日台高(一)字第 0970158519 號函意旨，本案同意國立專科學校以校務基金自籌經費進用之編制外教學人員，其聘約若為專任職務契約，並符合專科學校法第 17 條、第 18 條及學校組織規程所訂之職級條件者，得兼任學校學術或行政主管職務；又該等人員兼任主管職務相關事宜應於組織規程中定之，並於契約內明定其權利義務，渠等兼任主管工作之加給項目，由學校以主管加給之外名目自訂，並由校務基金 5 項自籌及學雜費收入經費依考試、任免、敘薪、兼職規定支給。
(教育部 104.4.2 臺教人(二)字第 1040036626 號函)
- 三、公務人員保障暨培訓委員會函送「104 年公務人員高等暨普通考試錄取人員訓練計畫」。
(教育部 104.4.8 臺教人(二)字第 1040045168 號函)
- 四、勞動部於 104 年 3 月 27 日勞動條 4 字第 1040130464 號令修正發布「性別工作平等法施行細則」第 4 條、第 7 條。
(教育部 104.4.8 臺教人(三)字第 1040041303 號函)
- 五、檢送公務人員保障暨培訓委員會修正之「公務人員訓練進修作業注意事項」1 份。
(教育部 104.4.10 臺教人(三)字第 1040043983 號函)
- 六、行政院 104 年 3 月 17 日院授人綜字第 1040027637 號令修正發布「行政院功能業務與組織調整暫行條例施行期間各機關依組織法規聘任人員權益保障處理辦法」第 15 條。
(教育部 104 年 3 月 20 日臺教人(四)字第 1040035856 號書函)



★ 人事法令宣導



- 一、銓敘部 103 年 12 月編印之「常用銓敘法規彙編(第 12 版)」全文請於該部全球資訊網(<http://www.mocs.gov.tw/>)「服務園地」內「文件典藏」項下查閱、下載。
(教育部人事處 104.3.17 臺教人處字第 1040028717 號書函)
- 二、銓敘部函以，為期合理用人並兼顧公務人力素質，各機關任用人員前及於其任職期間，應切實依公務人員任用法第 4 條及第 11 條之 1 相關規定辦理。
(教育部 104.4.2 臺教人(二)字第 1040041772 號)
- 三、行政院人事行政總處委託該總處公務人力發展中心及地方行政研習中心製作之「公務人員積極任事」、「人權影響評估」及「創新能力」等 3 門數位課程，業於「e 等公務園」及「e 學中心」數位學習平台完成上線。
(教育部人事處 104.3.19 臺教人處字第 1040036658 號函)
- 四、國家文官學院於「文官 e 學苑」數位學習平台辦理「104 年度數位學習活動」，請踴躍參加。
(教育部 104.3.23 臺教人(三)字第 1040037671 號函)
- 五、行政院人事行政總處公務人員終身學習入口網站已建立

「104 年度虛擬世界來臨，我們準備好了嗎?研習會」之影片連結（網址：

<https://lifelonglearn.dgpa.gov.tw/Default.aspx>，首頁/訊息專區/網路發展趨勢專區）。

（教育部 104.3.27 臺教人(三)字第 1040040698 號函）

六、教師得視需要合併性別工作平等法第 18 條規定之哺乳時間為每日 1 次，每次以 1 小時為度。

（教育部 104.4.7 臺教人(三)字第 1040036575 號函）

七、檢送「退休(伍)軍公教人員年終慰問金常見問答集」1 份。（教育部 104 年 3 月 27 日臺教人(四)字第 1040036863 號書函）

★ 員工關懷

紓解壓力 試試這 10 招

金錢、工作或家庭都可能讓人精神緊繃，英國「每日郵報」報導，營養師夏洛特華茲（Charlotte Watts）提供紓解壓力 10 妙招。

第 1 招，溫水洗手：

很多方式可啟動身體的自我撫慰機制，身體任一部位浸泡在溫水中就有這種效果。

第 2 招，哼歌：

壓力大時血壓會升高，研究顯示發聲和共鳴對血壓有正面效果。

第 3 招，扮鬼臉：

放鬆一下緊張的肌肉，也給身體放鬆的內部訊息。

第 4 招，吃生芹菜：

研究顯示，咀嚼動作有助降低皮質醇（壓力荷爾蒙），若是嚼口香糖，只有咀嚼卻沒吞嚥，可能擾亂消化系統。吃芹菜除咀嚼，還可攝取芹菜素，有減緩焦慮和幫助睡眠的功效。

第 5 招，塗鴉：

壓力大時，為舒緩情緒，可讓掌握創意的右腦活躍起來。在手邊準備塗鴉版，壓力大時塗塗寫寫，就能冷靜下來。

第 6 招，捏眉間：

壓力大時常會咬牙，這能增加腦部血液流動，讓人快速反應，但持續咬牙、皺眉會導致頭痛。可先從眉間按摩，沿著眉毛延伸到太陽穴，一路按摩到頸後、肩膀，讓全身放鬆。

第 7 招，塗護唇膏：

壓力大時會想吃東西或摸嘴巴，觸碰嘴唇會觸發舒緩緊張機制。與其在壓力大時大吃大喝、導致體重增加，不如簡單塗個護唇膏。

第 8 招，吃沙拉：

萵苣莖部的萵苣鴉片素能幫助穩定情緒，有利於紓壓放鬆。

第 9 招，脫鞋：

腦袋亂糟糟時，「腳踏實地」有助思考。一直把腳塞在鞋子裡，不利血液循環，會導致身體更緊繃。

第 10 招，擁抱自己：

抱抱、捏捏自己，和他人擁抱時會讓人感覺一切都很美好。



本文引至 2015-05-05 09:28:56 中央社 台北 5 日電

<http://health.udn.com/health/story/5964/881971>

★ 活動寫真

【國立清華大學 104 年度礦業人文體驗】為提升本校同仁人文素養，本室業於本（104）年 4 月 30 日辦理 104 年度礦業人文體驗，活動地點為猴硐煤礦博物園區、新北市立黃金博物館，活動圓滿達成。



【新進人員研習】為使新進同仁瞭解學校概況，本室於本(104)年4月15日辦理新進人員研習，同仁受益良多，活動圓滿結束。



★ 行政中立



★ 靜思語

能付出愛心就是福，能消除煩惱就是慧。

★ 英文大補帖

“ One thing I know,that is I know nothing.”

— Socrates Greek

「我所知道的一件事就是我一無所知。」

— 蘇格拉底 古希臘