



電話：(05)2717192-3(一組) 傳真：(05)2717195
 電話：(05)2717196-7(二組)
 網址：http://web20.ncyu.edu.tw/personnel/index.php?option=com_content&task=view&id=110&Itemid=115

人事法令宣導

- 一、銓敘部96年10月30日考臺組貳一字第09600074671號令修正「公務人員考績法施行細則」，請仁逕至人事室網頁/法規彙編項下下載。[\(http://adm.ncyu.edu.tw/~person/\)](http://adm.ncyu.edu.tw/~person/)。
- 二、教育部96年10月23日台人(三)字第0960157575號函轉行政院人事行政局函略以，有關留職停薪人員留職停薪期間，非申請留職停薪原因之其他親屬亡故，得否申領喪葬補助疑義一案。「公務人員留職停薪辦法」第4條第2項第1款至第4款辦理留職停薪人員，其非申請原因之親死亡，得依規定申請喪葬補助。並追溯自96年1月1日起發生之事實生效。
- 三、教育部96年11月1日台人(二)字第0960166536號函轉行政院人事行政局函略以，公務人員於職停薪期間，既未具現職人員身分，如有請假規則第3條第1項第6款喪假事由，不生請假疑惟於辦理回職復薪後，如仍在給假規定期限內者，得由服務機關依其料理喪事之需要覈實認給假。
- 四、教育部96年11月6日台人(二)字第0960167552號書函略以，本(96)年度尚未持用國民旅遊卡消費請領休假補助費之同仁，請及早規劃休假。
- 五、教育部96年11月6日台人(二)字第0960164968號函轉行政院函略以，為建立溫馨關懷的工作環境、營造互動良好之組織文化、增進同仁心理健康、提昇行政服務效能，行政院訂頒「行政院所屬中央機關學校員工協助方案推動計畫」，各機關學校請依該計畫所定之實施期程，於宣導期配合行政院之宣導推廣活動，向所屬教職員工進行推廣宣導，並視業務性質及同仁需要，於全面推動期規劃辦理專屬性的員工協助方案。至有關各機關學校採行辦理本方案之方式，俟試辦期結束後由本部審慎評估研議，另函通知採辦方式。
- 六、教育部人事處96年11月20日台人處字第0960177575號書函轉知銓敘部令略以，有關公務人員陞遷法第12條規定，經機關核准帶職帶薪全時進修或研究達6個月以上，於進修或研究期間者，得辦理陞任；其於進修或研究期間依規定返回機關上班之期間，仍不得辦理陞任。

人事業務--工作報告

- 一、各單位教師若有擬於97學年度(97年8月1日生效)申請升等者，請依本校教師聘任及升等審查辦法第12條規定，於96年12月底前向所屬系、所、中心提出申請，本案業於96年11月1日以嘉大人字第0960800921號函請各單位轉所屬教師知照。
- 二、96年11月13日96學年度第3次行政會議審議通過「國立嘉義大學附設實驗國民小學校長遴選及連任評鑑辦法」第6條條文，條文內容請至本校人事室網站/法規彙編項下查閱。
- 三、為節省資源，自97年1月份起，人事服務簡訊除退休同仁外，將不再發送紙本，請校內同仁逕至本室網頁查閱。[\(http://adm.ncyu.edu.tw/~person/a07/\)](http://adm.ncyu.edu.tw/~person/a07/)
- 四、教育部96年11月14日台政字第0960171529號書函轉法務部書函略以，檢送「國際透明組織2007年第4號工作報告—教育貪腐」，相關資料請逕至國際透明組織網站查詢http://www.transparency.org/publications/publications/working_paper_no_04_2007_education

教師資格審查--專門著作相關規定

重申有關「專科以上學校教師資格審定辦法」中專門著作相關規定疑義乙案，請轉知所屬教師，其重點如下：

- 一、依教育部96年7月6日台學審字第0960102140號函釋略以，依「專科以上學校教師資格審定辦法」第11條規定略以，專門著作應符合於送審前5年內及取得前一等級教師資格後，在國內外學術或專業刊物發表。前述「送審前5年內」係以若經教育部審定通過，其教師證書核定年資起計之時間為推算基準點，而非以送審人向學校第一級教評會提出申請之日期為推算基準點。
- 二、查本校教師聘任及升等審查辦法第9條第3項規定以，教師申請升等之代表著作須於送審前現職3年內正式出版，且內容與所教學科有關，參考著作至少參篇且須為第一作者或通訊作者，並於送審前現職5年內正式出版或已為接受且出具證明將定期發表文件，上述著作悉指在國內外知名學術或專業刊物發表或經出版公開發行（需有ISBN或ISSN字號）者為限。
- 三、綜上，本校教師申請升等之代表著作及參考著作其推算基準點，係以若經教育部審定通過，其教師證書核定年資起計之時間為推算基準點，而非以送審人向系（所）教評會提出申請之日期為推算基準點。

走路曬太陽遠離退化性關節炎

根據統計，全臺灣年逾50歲的中年人，每2人就有1人罹患程度不等的退化性關節炎，一走路就痛，不少人因而整天待在家裡不敢動，導致症狀惡化速度加快，最後真的走不了，「這是錯誤的觀念」。高雄醫學大學骨科副教授陳勝凱指出，每個人都會老化，關節也是一樣，使用到某種程度後，就會因磨耗而退化。一旦出現這種又名骨關節炎的退化性關節炎時，患者必須要有正確認知，才不會讓症狀急遽惡化下去。

陳醫師表示，正常人骨頭與骨頭接觸的地方，就是關節軟骨，正常的軟骨組織光亮平滑，但隨著年紀增長，軟骨過度磨耗，軟骨碎片掉入關節腔內，並在關節腔內刺激關節囊，製造過多的關節液，引發紅腫熱痛，久而久之就會出現退化性關節炎。從X光片看來，正常的關節軟骨面平滑光亮，一旦關節磨損，就會出現凹陷。有些病情嚴重者，軟骨磨損的附近甚至會有骨刺增生情形。不管怎樣，關節炎通常以四大症狀表現：一是疼痛，二是關節變形、腫脹，三是晨起感覺僵硬，下床運動後症狀稍稍緩解，四是關節活動時會有聲音。就疼痛這項而言，如果是O型腿的人，身體重量大都落在關節內側，這個部位較易出現磨損及疼痛。相反的，X型腿的關節疼痛幾乎都出現在外側，且腳愈歪，變形愈厲害，也就愈痛，少有例外。

運動可增強軟骨海棉作用：陳醫師說，軟骨就像一塊吸滿水分的海棉，當我們走路時，腳往下踩那一刻，身體重量往下壓，軟骨裡面的關節滑液就會被擠出；腳往上提，來自身體的重量消失，關節滑液又回吸到軟骨裡面，形成一個動態平衡。就在關節滑液進進出出之際，營養成分才能進入軟骨組織裡面，維持軟骨的健康。

問題是大多數退化性關節炎患者一來怕痛，二來也擔心運動會增加關節的磨損，不敢走動，整天就坐著不動，軟骨缺乏關節滑液帶來營養成分的滋潤，時間一久當然出現更大的問題。為此，他提醒民眾若出現上述四種症狀時，就應特別留意，並去除「**運動會磨損關節**」的錯誤觀念。他強調，適度的運動可增強軟骨的海棉作用，藉著不斷流進流出的關節滑

液，既可帶給軟骨營養、保持濕潤，關節周圍的肌腱也會增強，減少軟骨磨損的機率。在所有運動中，陳醫師認為走路是中老年人最佳的選擇，如果覺得自己的平衡感還不錯，騎自行車、跳舞、游泳等有氧運動，也不妨試試看。他強調，這些運動應融入日常生活中，不要一曝十寒，應隨時為之，但若正處於關節疼痛之際，就不要勉強去運動，以免症狀更加惡化。此時，不妨以「三隻腳」來替代兩隻腳，拄著拐杖來分擔身體重量，讓軟骨及關節獲得更充分的休息。

每天至少應走路半小時：屬節律性運動的走路是退化性關節炎患者的最佳選擇，每天至少走個半小時，如果持續走1、2個小時以上，沒有不舒服的感覺，可以繼續走下去。如果有較多時間，患者也可以定期到健身中心，請教練協助訓練股四頭肌的強度，因股四頭肌是大腿膝蓋周邊的大塊肌肉，愈強壯愈能吸收膝關節撞擊的力道，減緩退化性關節炎症狀。游泳及騎自行車，也是相當好的運動。蕭國川指出，患者在水中游泳時，受到浮力影響，關節受力較小；騎上自行車，大多

數體重落在臀部，膝蓋受力較少，也不失為不錯的運動。

多曬陽光防止骨質流失：在日常運動之餘，患者也要多曬曬太陽，因為陽光可將維生素D活化為 D3，增加鈣質吸收，有效防止骨質流失，延緩退化性關節炎的出現。當然，除了維持適當運動，早期的退化性關節炎患者，可試著服用**硫酸鹽葡萄糖胺**製品來減少軟骨的磨損。從多年來的臨床觀察，陳醫師發現三分之一患者吃了這類製品後有效，可少受點苦。

～人事室、衛生保健組關心您～

人事動態



單位	職稱	姓名	異動情形	生效日期
獸醫學系	技佐	蔡筱蓓	新進	96.11.06
總務處	辦事員	王培霖	調職	96.11.09
中文學系	組員	陳惠蘭	新進	96.11.23

12月份壽星



姓名	生日	姓名	生日
林高塚教授	12.01	吳瑟鏗講師	12.15
許富雄助理教授	12.01	何慶煌副教授	12.15
蘇炯武助理教授	12.02	呂美娟小姐	12.15
林琮瀚先生	12.03	黃清旺副教授	12.15
徐妙君小姐	12.03	許彰原先生	12.15
李瑜章副教授	12.03	張岳隆助理教授	12.17
陳玉鈴小姐	12.04	陳忠慶主任	12.18
許雪峨小姐	12.04	吳忠武教授	12.18
滕中璋先生	12.05	羅光耀主任	12.18
馮曉庭助理教授	12.05	邱義源院長	12.18
林榮流教授	12.05	游育雯小姐	12.18
陳永祥講師	12.05	李燈銘先生	12.19
鄭秋興先生	12.06	陳永原先生	12.19
劉達恩先生	12.06	呂鳴宇副教授	12.20
余淑瑛副教授	12.06	黃正良助理教授	12.20
王政龍助教	12.06	莊晶晶助理教授	12.20
蔡明善副教授	12.06	林鴻敦小姐	12.20

服務簡訊96年12月

黃文祿講師	12. 06	高淑清主任	12. 21
吳美瑾小姐	12. 06	謝仁偉助理教授	12. 21
王露儀小姐	12. 06	林煌桂先生	12. 21
任淑芬小姐	12. 08	蕭幸芬小姐	12. 22
周美慧助理教授	12. 08	林仁煌先生	12. 22
陳美鈴副教授	12. 08	何嘉瑞先生	12. 22
周英宏先生	12. 08	楊宗鑫先生	12. 22
陶蓓麗主任	12. 09	黃光亮主任	12. 23
張平順主任	12. 09	洪滉祐主任	12. 23
林明毅先生	12. 09	吳瓊洳副教授	12. 24
楊荐翔先生	12. 09	陳佳慧助理教授	12. 25
陳麗芷組長	12. 10	鍾宇政組長	12. 25
林美文小姐	12. 10	李佩倫助理教授	12. 25
李茂能教授	12. 10	蔡佳玲小姐	12. 27
沈榮壽主任	12. 10	徐超明副教授	12. 27
趙茂榮講師	12. 10	謝恩頌先生	12. 27
陳桐榮組長	12. 10	李茹香小姐	12. 27
洪一弘助理教授	12. 11	王香富小姐	12. 29
吳一宏先生	12. 11	孫麗卿組長	12. 29
孫玉華小姐	12. 12	古森本教授	12. 29
陳芳玲副教授	12. 13	陳信良助理教授	12. 30
楊孟華講師	12. 13	梁炳琨副教授	12. 30
何宜娥小姐	12. 14		

附註：

- 一、本校96年度(2-12月)員工生日禮券金額為1680元，得標廠商為名佳美股份有限公司，其全省營業處所，請至人事室網頁一般公告處查詢。
- 二、以上所列壽星名單，請各單位一週內務必派員至各校區負責之同仁處將單位所屬人員之生日禮券領回，並請轉致當月份壽星。