



電話：(05)2717192-3(一組) 電話：(05)2717196-7(二組) 傳真：(05)2717195
網址：<https://website.ncyu.edu.tw/personnel>

人事法令宣導

1. 教育部113年10月9日臺教人(三)字第1130101687號書函轉知，行政院修正「行政院表揚模範公務人員要點」，並自113年10月4日生效一案。相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。
2. 教育部113年10月14日臺教人(四)字第1130104066號書函轉知，有關公務人員退休撫卹基金管理局（以下簡稱管理局）檢送人事室辦理「公教個人專戶制自主投資線上宣導課程」實施計畫及課程連結資訊一案。相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。
3. 教育部113年10月9日臺教人(四)字第 1130101126 號書函轉知，有關公務人員退休撫卹基金管理局114年1月1日開辦公教人員個人專戶制退撫儲金自主投資作業相關事宜。關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。

性別平等專欄

【本文摘自天下雜誌】

改寫社會面貌的柔韌女力，從性別平權到永續未來— Podcast 側寫

婦女權益及性別平等一向是全球關注的議題，也是衡量一個國家民主進步的指標。1979年聯合國大會通過「消除對婦女一切形式歧視公約」（簡稱CEDAW），在2015年聯合國17項永續發展目標（SDGs）中，第5項目標也聚焦在「實現性別平等及所有女性之賦權」。今年國家人權委員會首次撰寫 CEDAW 獨立評估意見，由紀惠容以

及高涌誠兩位委員共同主持，並於6月30日舉辦發表會，聚焦六大議題，提醒我國在婦女權益與性別平等方面仍須努力之處。

獨立衡平聚焦六大議題

紀惠容說明，有別於國家報告與 NGO 民間團體報告，人權會撰寫的 CEDAW 獨立評估意見重視結構性問題，特別關注這些年來我國尚未落實的議題，聚焦在疫情下的婦女權利、性別暴力與司法救助權、家事移工權益、婦女工作與家庭生活平衡，以及不利處境群體婦女、雙性人、跨性別者與同志權益。

人權會獨立評估意見不同於國家報告及 NGO 民間團體報告，高涌誠指出，國家報告站在國家、行政權力的立場，說明如何落實 CEDAW 公約；NGO 則從自身的角度觀察國家哪裡有所不足。依據巴黎原則的保障，人權會是一個獨立的機構，跳脫國家與民間，衡平地看待所有議題，因此國際審查委員特別重視獨立評估意見。

同婚伴侶權利仍待突破

2019年臺灣在聯合國的性別不平等指數是0.045，性別不平等指數的數值越低，代表該國更為性別平等。該年台灣在163個國家中躍居第六，成為亞洲名列第一性別平等的國家。但若同性伴侶來自不贊成同婚的國家，就無法在臺灣登記。此外，同婚伴侶無法共同收養無血緣關係子女、不能近用人工生殖科技等困境，也都必需突破。

促進婦女工作與家庭生活平衡

在婦女工作與家庭生活平衡方面，目前育嬰留職停薪機制缺乏彈性，在申請時也僅能以半年、一年為單位，無法分開申請。紀惠容期待相關規定更有彈性更友善，幫助婦女取得工作與家庭生活之間更好的平衡。

解決家事移工結構性不平等

針對家事移工勞動權益的長期不平等，獨立評估意見特別提出建議。家事移工最低薪資僅17,000元，近期將調高至20,000元，仍低於產業移工最低薪資27,000元，又需全日工作及居住在雇主家中，容易遭受不當對待。人權會建議將家事移工納入長照，透過社區式外展等多元服務方式，解決其勞動條件問題。

高涌誠分享過往人權會處理外籍漁工的經驗。由於來自歐盟與美國國務院的國際壓力，過往臺灣面臨漁工人權問題、漁獲受到美國抵制，人權會當時與行政部門協作，強化漁工人權照顧，下一步將鎖定家事移工的部分。他並且強調，「我國已於今

年3月底提出第四次 CEDAW 國家報告，並將於年底進行國際審查。國際審查專家前三次來台都關注家事移工議題，我國必須積極改善其勞動條件。」

實體程序雙管齊下 維護弱勢權益

獨立評估意見也關注新興議題，針對數位性別暴力與司法救助權。高涌誠說明，行政院提出「性暴力犯罪防制四法」修正案，目前立法院審議中。為了保障兒童或心智障礙性侵被害人的司法程序，2015年我國引入司法詢問員制度，可惜使用率偏低，僅不到一成。高涌誠強調，「我國應進一步讓執法人員熟悉司法詢問員制度，將司法詢問員定位清楚，善用其專業幫助弱勢受害者。」此外，移民移工婦女面對司法案件時，權益容易因為語言不通而受損，是我國有待加強的部分，也是國際審查委員持續建議改善的議題，人權會建議必須強化司法通譯功能。

人權會自2020年8月成立以來，持續推動婦女權利與性別平等，並參與眾多調查、倡議，例如學校不通報性侵，縱容老師或包庇老師不斷性侵等案件。未來人權會將進一步與各界合作保障婦女權益，並監督政府落實 CEDAW。

I care 



員工協助方案(EAP)專區

[\(本校員工協助方案專區連結\)](#)

【本文摘自早安健康雜誌】

明知要講什麼卻說不出口？腦科學專家：這樣做「加速大腦運轉」一週就有感

明明腦中浮現人的長相卻說不出他的名字？對話說到一半突然打結、卡詞說不出話來？有類似經驗的話，不妨試試練習繞口令！日本專家建議，繞口令不只是訓練口條、說話更流暢，還有助於活化大腦！

大腦運轉的巔峰期在20歲！說話「卡詞」要注意

過了60歲後，你會常常在對話中「卡詞」嗎？例如腦中雖然能想起一個人的長相，卻叫不出名字，漸漸地也有人會因而開始害怕對話。日本知名腦部鍛鍊專家川島隆太教授表示，大腦在20多歲時達到運轉巔峰，之後會隨著年齡增長逐漸下降，如果有上述類似卡詞、語塞的症狀，可能要注意是不是「腦部運轉力」降低，影響了處理情報以及語言表達的能力。

不過，就算有類似情形也不等同於失智徵兆！因為失智症的症狀及篩檢，還包含生活中的各種能力，例如生活自理、人際溝通互動、辨識時間空間、短期記憶、情節記憶等，語言只是其中之一，而繞口令講得通不通順也只是語言

能力的一部份，並不是失智症狀中對於語言評估的標準，更不能做為治療失智的專業方法，如果懷疑認真能力下降或有失智風險，務必尋求專業醫療。

繞口令加強腦部運作！活腦程度大過看手機追劇

川島隆太教授指出，透過練習「繞口令」，可以刺激大腦前額葉與雙側顳葉區域，這些區域分別負責思考、感情、與記憶相關，經過繞口令訓練，就相當於在提升大腦運算的速度，加強大腦運轉能力。

同時，日本腦科學家篠原菊紀也強調，繞口令練習有助於增強舌頭與喉嚨的肌肉活動，進一步提升語言與認知能力，甚至有研究顯示，練繞口令時，大腦活躍的程度超過用手機看影片！隨著年齡增長，擔心失智症風險的人也變多了，推薦積極練習繞口令，幫助維持大腦健康！

一週見效！從簡單到進階，挑戰你的舌頭靈活度

篠原菊紀指出，練習繞口令能看見的效果可不輸給肌肉鍛鍊，只要每天花幾分鐘，大約一週就能發現對話的流程變好了，甚至有日本民眾實測，持續練習繞口令果真對話「卡詞」的現象少了很多，更能享受與人交談、互動的樂趣，而透過豐富的社交、社會互動，本身就是預防失智症的重要關鍵。以下整理出適合練習的中文繞口令，從簡單到困難，接下來，不妨試著練習和挑戰看看吧！

【簡單版繞口令】

南港展覽館官方網站。

- 吃葡萄不吐葡萄皮，不吃葡萄倒吐葡萄皮。
- 黑化肥發灰，灰化肥發黑。
- 東院想栽蔥，西院想栽松。是東院栽蔥，還是西院栽松。

【進階版繞口令】

單槓盪單槓，鋼彈盪鋼彈，單槓盪鋼彈。

- 抱著灰雞上飛機，飛機起飛，灰雞要飛，飛機墜機，灰雞歸西。
- 八百標兵奔北坡，炮兵並排北邊跑，炮兵怕把標兵碰，標兵怕碰炮兵炮。
- 和尚端湯上塔，塔滑湯灑湯燙塔，和尚端塔上湯，湯滑塔塔燙湯。

【終極版繞口令】

南港展覽館館長晚上趕場，幫忙南山廣場場方把鋼彈跟單槓，搬到南港展覽館辦場鋼彈觀光展，看鋼彈吊單槓往上，當然官方網站專欄，常常綻放萬丈光芒，讓網站上滿滿旁觀呆丸郎。

- 四十四里外的石獅寺，有四十四隻石獅子，這四十四隻石獅子旁，有四十四棵柿子樹，石老頭吃了澀柿子，躺在石獅子旁捉蟲子。

人事室關♥您

對抗壓力有管道	
衛福部安心專線	0800-788-995(請幫幫、救救我)
生命線專線	1995

張老師專線	1980
本校家庭與社區諮商中心	05-2732439



10月人員異動名單

單位	職稱	姓名	異動情形	生效日期
師資培育中心	組員	林○汎	他機關調進	1131001
學生事務處課外活動組	專案組員	林○佐	新進	1131009
主計室	專員	楊○惠	陞任	1131001
中國文學系	專任副教授	馮○庭	亡故	1131016
研究發展處	專案臨時辦事員	陳○一	新進	1131016
語言中心	辦事員	呂○祐	考試分發至他機關	1131025
產學營運及推廣處	組員	陳○霆	新進	1131030
人事室	組員	楊○萍	新進	1131030
產學營運及推廣處	專案臨時組員	李○芸	離職	1131030
人事室	專案臨時組員	鄭○綺	離職	1131030
圖書館採編組	組長	林○迪	兼代	1131025



10月份壽星

劉○琚教授	盧天○副教授	董○副教授	陳○良 專案助理教授
蔡○卿教授	林○玉組長	張○宜組員	蔡○詩 助理教授(執行長)
黃○親工友	曾○瑜專案組員	潘○裕助理教授	黃○任 助理教授(主任)
鄭○平教授	張○媚 教授(系主任)	周○宏專案技士	陳○謨教授

許○昇工友	江○蘆 副教授(組長)	吳○賢講師(主任)	廖○員組員
胡○紅組員	郭○賢助理教授	林○聲教授	陳○諭專員
許○驊教授	朱○斌駐衛小隊長	蔡○卿 專案助理教授	葉○琰技工
戴○宇(Iain Christopher Philip) 專案助理教授	李○璋專案技佐	王○青 副教授(系主任)	江○靖 專案諮商心理師
蕭○佑專員	蕭○翔技士	蔡○翰專案辦事員	黃○銓講師級專業 技術人員
嚴○弘副教授	溫○煌技士	劉○璇專案助理教 授	江○樺副教授
黃○錦助理教授	許○光教授	何○真專案技佐	黃○鴻教授
劉○華辦事員	沈○彥組長	莊○升助理教授	吳○勳 專案助理教授
侯○廷技士	吳○勤組員	江○潔專案辦事員	洪○旭組長
郭○敏秘書	李○偉副教授	吳○輝助理教授	潘○齊辦事員
牟○馨副教授	葉○儀教授	楊○峰組員	謝○勳助理教授
羅○嵐技士	林○鴻助理教授	鄭○堯專案辦事員	胡○綸組員
林○煌教授	陳○元教授	古○隆教授	丁○茹副教授
林○君教授	朱○馨教授	郭○惠專案輔導員	章○遠教授
張○昌 助理教授(主任)	劉○欽副教授	張○貞 專任臨時組員	魏○潔 專案諮商心理師
黃○之專案辦事員			