



電話：(05)2717192-3(一組) 電話：(05)2717196-7(二組) 傳真：(05)2717195
網址：<https://reurl.cc/1QVYn9>

人事法令宣導

1. 教育部112年7月13日臺教人(二)字第1120068156號書函轉知，：銓敘部令釋有關公務員服務法第15條規定「同意」及「備查」之適用情形一案，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112年7月17日臺教人(四)字第1124201825B號函轉知，有關「公立學校教職員個人專戶制退休資遣撫卹條例」第15條第2項規定之解釋令一案，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112年7月17日臺教人(四)字第1120070082號函轉知，有關為服務偏遠地區領受人及支領新制一次性退撫給與之便利性，公務人員退休撫卹基金管理局增列委託中華郵政股份有限公司辦理公務人員退休撫卹基金代付業務，並自即日起施行一案，相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。
4. 教育部112年7月20日臺教人(四)字第1124201785D號函轉知，「公立學校教職員個人專戶制退休資遣撫卹條例施行細則」，業經該部於中華民國112年7月20日以臺教人(四)字第1124201785A號令訂定發布一案，相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。
5. 教育部112年8月7日臺教人(二)字第1120073738號函轉知，有關公務員得否依公務員服務法第14條第2項但書規定擔任獨立董事一案，相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。
6. 教育部112年8月15日臺教人(四)字第1120078883號書函轉知，「公務人員個人專戶制退休資遣撫卹法施行細則」業經考試院於民國112年7月20日訂定發布一案，相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。

7. 教育部112年8月17日臺教人(四)字第1120080259號書函轉知，公教人員保險法施行細則部分條文修正案，業經考試院會同行政院於民國112年8月9日發布一案，相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。
8. 教育部112年8月17日臺教人(四)字第1120081053號書函轉知，「公教人員保險監理委員會組織規程」業經考試院會同行政院於112年8月9日修正發布一案，相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。
9. 教育部112年8月17日臺教人(二)字第1120079256號書函轉知，行政院修正「行政院限制所屬公務人員借調及兼職要點」第14點，並自112年8月9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。
10. 教育部112年8月23日臺教人(四)字第1120083275號書函轉知，有關公務員服務法於111年6月22日修正後，公務員兼職所領受之報酬是否受「軍公教人員兼職費支給表」規定限制疑義一案，相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。
11. 臺灣銀行公教保險部112年8月24日公保規字第11250008335號函轉知，依112年7月1日修正施行之公教人員保險法(以下簡稱公保法)，及其施行細則，本部業配合修訂辦理公保業務報送實務作業規定及相關書表，請逕自本行全球資訊網下載後依規定辦理一案，相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。
12. 教育部112年8月25日臺教人(四)字第1120076913B 號函轉知，「公立學校教職員個人專戶制退撫儲金委託經營辦法」、「公立學校教職員個人專戶制退撫儲金投資選擇實施辦法」及「公立學校教職員個人專戶制退撫儲金收支管理運用辦法」，業經公務人員退休撫卹基金管理局民國112年8月2日台管儲二字第1121740218A 號令發布一案，相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。
13. 教育部112年8月30日臺教高(五)字第1122202679號函轉知，專科以上學校教師證書訂自民國112年9月1日起，改發電子證書一案，相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。



讓書寫幫助我們剪裁經驗與整合意義

生活中，我們接觸外界，不斷累積新的經驗。然而，已經過去的經驗也需要被好好處理。透過正確的、良好的書寫方式，可以幫助我們適當地剪裁與整理那些經驗，進一步提升心理健康。可在提筆前，我們得先了解，究竟書寫會帶來什麼影響？若是我想試著書寫，需要謹記那些要點呢？

表達性書寫會帶來短期的不適、長期的身心健康

表達性書寫直接的影響在於，短期間會出現較多的困擾(distress)、負向情緒、身體症狀，以及較少的正向情緒；然而，就長期而論，表達性書寫對身體、情緒健康皆有益處。

日常生活中，有時候我們不讓情緒彰顯，壓抑著，可這卻會對生理產生影響，甚至是壓力。透過表達性書寫，我們試著將情緒宣洩，落筆的同時，我們也試著願意承認，甚至接納自己身上確實存在著這些負向情緒。這樣的表達性書寫，可以進一步幫助我們減低壓抑情緒對生理的負向影響。

轉化成文字，幫助重建經驗產生的意義

然而，究竟會寫出甚麼文字，又要寫出甚麼文字呢？因為需要表述出來，決定從甚麼內容開始書寫，所以我們試著將腦中混雜的思緒轉成文字，也開始處理那些可能沒有被好好消化過的經驗，並且理解與整理伴隨事件而來的想法與情緒。如此，就能有助於減少壓抑情緒與因為反覆糾纏在某些想法中而產生的負向生理影響。

這樣的過程，也是一種處理經驗與想法之間連結的訓練，可以有助於重組、重建經驗的記憶。此外，語言與文字的表達，往往反映著人們對自身與外界的想法，而當我們能夠連貫地敘述出事件的脈絡，也能幫助調整對於自己、他人，以及世界的看法。

不要只聚焦負向情緒，試著寫下事件、想法與情緒

既然是一種自我幫助的策略，就有必要留意自己是否適切地進行書寫，以及表達性書寫對自己帶來什麼影響。謹記寫下的內容要有事件、想法與情緒，並且適當地統整自己在這些經驗中的成長與學習，避免聚焦在負向情緒，甚至不斷放大其感受。

知道自己會被書寫影響，調整出屬於你的書寫方式

此外，如同每種藥物可能對人們有不同影響，表達性書寫能產生多大的益處，也因人而異。若是願意嘗試新方式來面對生活中的經驗，不妨參考以上要點，調整出對自己有所幫助的書寫方式。可若發覺自己不適合這種方式，請停下手中的筆桿，另尋其他可能可以提升自身心理健康的方法。

而後我們執筆寫下，就不僅是想記錄的思緒與事件而已，同時我們也在適當地提取與學習，這些經驗與記憶中對自己而言的成長與正向意涵。



個人資料保護法實例問答

新聞畫面揭露信用卡號及持卡人簽名等資料是否涉及個人資料保護法？

【本文摘錄自國家發展委員會個人資料保護專區網站】

答：

(一)按個資法第2條第1款規定「本法用詞，定義如下：一、個人資料：指自然人之姓名…及其他得以直接或間接方式識別該個人之資料。」及同法施行細則第3條規定「本法第二條第一款所稱得以間接方式識別，指保有該資料之公務或非公務機關僅以該資料不能直接識別，須與其他資料對照、組合、連結等，始能識別該特定之個人。」，次按個資法第7條第1項規定「…第十九條第一項第五款所稱同意，指當事人經蒐集者告知本法所定應告知事項後，所為允許之意思表示。」、同法第19條第1項規定「非公務機關對個人資料之蒐集或處理，…應有特定目的，並符合下列情形之一者：…五、經當事人同意。六、為增進公共利益所必要。…」、同法第20條第1項規定「非公務機關

對個人資料之利用，…應於蒐集之特定目的必要範圍內為之。但有下列情形之一者，得為特定目的外之利用：…。」及同法第5條規定「個人資料之蒐集、處理或利用，應尊重當事人之權益，依誠實及信用方法為之，不得逾越特定目的之必要範圍，並應與蒐集之目的具有正當合理之關聯。」。

(二)新聞畫面，倘涉及信用卡號及持卡人簽名等資料，因該等資料得藉由與其他資料對照組合而間接識別特定之個人，爰依上開個資法第2條第1款及同法施行細則第3條規定，該等資料係屬個人資料而有個資法之適用。據此，新聞媒體對該等個人資料之蒐集、處理，應有特定目的，且符合上開個資法第19條第1項各款事由之一，始得為之；對個人資料之利用，除有同法第20條第1項但書各款情形之一者外，應於蒐集之特定目的必要範圍內為之，並應遵守同法第5條所揭示之比例原則。

(三)新聞媒體蒐集、處理個人資料倘係基於個資法第19條第5款「當事人同意」之合法事由，則應注意同法第7條第1項及第8條規定；另倘係基於同法第19條第6款「為增進公共利益所必要」之合法事由，則因「公共利益」係指為社會不特定之多數人可以分享之利益，與是否為「必要」皆係不確定法律概念，應視具體個案分別認定之，另參諸該款之立法理由，公共事務之知的權利如涉及個人資料或個人隱私時，應特別慎重，以免過度侵入個人私的生活，故隱私權與新聞自由之界限有更具體明確之必要。查中華民國衛星廣播電視事業商業同業公會新聞自律執行綱要總則第4點已就新聞報導應尊重個人隱私訂有規範，另查新聞媒體內部之新聞自律規範，常有相關新聞道德與採訪守則，亦要求尊重個人隱私和個資保護，均有揭示新聞報導應考量上開公益重要性與隱私保護之衡平。



瞭解智慧財產權專欄

某人有一製作節目的創意，我覺得構想很好，把這個構想及創意表現出來做成廣播節目，會不會違反著作權法？

【本文摘錄自經濟部智慧財產局網站】

著作權法規定依本法取得的著作權，其保護僅及於該著作的表達，而不及於其所表達的思想、程序、製程、系統、操作方法、概念、原理、發現。因此，將他人

的構想及創意表現出來做成廣播節目，不論表現出來的廣播節目，是著作權法所稱的錄音著作，或是我國尚未納入著作權法保護的著作鄰接權標的，都不會發生違反著作權法的問題。（§10之1）



青少年社交焦慮症 深受人際壓力所苦

【本文摘錄自健康醫療網】

焦慮症是兒童青少年最常見的心理健康問題之一。過往研究顯示，將近十分之一的兒童青少年有社交焦慮症，而近年來「社恐」一詞更是在網路上廣泛流傳，指的正是這些深受人際關係壓力所苦的孩子們。

社交焦慮症狀 影響人際關係

社交焦慮症的核心症狀，包含擔心自己會在眾人面前出糗，一旦受到注意就感到焦慮，甚至出現如心跳加快、喘不過氣、冒冷汗、胃部不適、腦袋一片空白、肌肉僵硬緊繃等症狀。患者可能為了避免焦慮而因此而避免與人交流、迴避注視他人，逃避新環境，上台演講報告等特定場合。

這樣的情況會對孩子的人際關係和學校適應產生許多負面影響。然而，社交焦慮症常被忽視，許多孩子因為出現拒學問題而就醫，經過仔細評估後才發現背後隱藏著嚴重的社交焦慮症狀。

了解社交焦慮成因 藥物和認知治療

臺北市立聯合醫院松德院區兒童青少年精神科主治醫師李宛臻說，社交焦慮症的成因複雜又尚無定論，和先天遺傳特質及後天環境因子可能皆有關聯。孩子如果有傾向負面思考、缺乏自信、自我要求過高、過度在意他人評價等特點，更容易出現社交焦慮症狀。若過往曾有霸凌、兒時創傷等負面經驗，也可能讓孩子在面對與人交際的場合倍感壓力。

此外，若孩子合併某些精神科診斷，例如憂鬱、自閉症、思覺失調症等，都有可能影響其社交能力、社交技巧，或以社交退縮為早期之表現。治療社交焦慮症，需同時結合藥物、放鬆技巧訓練和認知行為治療等多種方法。



如何適當運用休息時間來增進工作效率

【本文摘自心快活心理健康學習平台】

現代人忙碌的生活當中，工作幾乎每天都佔了我們八個小時以上的時間，在長時間的勞動下，不論是身體、心靈都會感到疲憊，因此，在工作時妥善的利用休息時間，便能讓我們避免因過度勞累而耗竭，同時也能維持良好的工作效率。Kim、Park 以及 Headrick 在2018年對於電話銷售中心的員工進行研究，研究發現在短暫的休息時間中，從事放鬆活動、社交活動以及認知休息對於工作表現會有正向的影響，能夠提升銷售員的業績表現，以下對這三項活動進行介紹。

放鬆活動能夠舒緩我們因為持續工作所造成的身體或是心靈上的緊張，一些常見的放鬆活動指得像是短暫的小憩、冥想或是做伸展這些不太需要費力的活動(Sianoja, Syrek, de Bloom, Korpela, & Kinnunen, 2018)。這些活動不僅能夠幫助我們降低持續工作所造成的身心疲勞，也能夠使我們以更專注、更積極的狀態來面對休息後的下半場奮鬥。

社交活動則是透過與他人之間的互動得到社會支持，便能對工作效率產生正面的影響。Owen 等人(2016)便提出了關係能量(relational energy)的概念，他們指出工作中的人際互動能夠給予員工更高水平的心理資源，以至於提高工作能力，甚至被動的社交互動也能提供這種能量，而從社交互動中獲取越多關係能量的人，則可以有更高的生產力並且對工作更加投入。

Kim 等人(2018)指出認知休息的活動能夠使我們從工作的壓力或需求中抽離出來，達到心靈上的休息，即便有些活動仍然需要注意力以及認知的投

入，例如隨意的閱讀或是瀏覽網路資訊等。其中最重要的是，這些活動能讓我們
我們的注意力從高度的自我控制中轉移開來，轉而投入到與工作無關的認知
休息活動中。其他的研究也表明，心理上的脫離工作對於恢復能量以及情感
資源相當重要(Sonnetag & Fritz, 2015)，而在休息時間做自己喜歡的事情
也能夠增加個人在工作上的能量、動機以及專注程度(Hunter & Wu,
2016)。

綜合以上的研究所述，我們能夠利用工作中的休息時間進行一些不需費
力的放鬆活動，或是起身與周圍的同事聊聊天，想辦法讓我們注意力能夠暫
時的從工作的繁忙與壓力中脫離開來，這些都是能夠增進我們工作效率的好
方法，使我們能夠減低工作帶來的負擔，同時也維持好的工作表現！

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



112學年度第1學期新任主管名單

單位	職稱	姓名	異動情形	生效日期
教務處	教學發展組組長	倪瑛蓮	聘兼	1120801
校友中心	中心主任	林芸薇	聘兼	1120801
學生事務處	衛生保健組組長	莊晶晶	聘兼	1120801
學生事務處	生活輔導組組長	郭煌政	聘兼	1120801
產學營運及推廣處	推廣教育組組長	何尚哲	聘兼	1120801
產學營運及推廣處	創新育成中心主任	何尚哲	聘兼	1120801
圖書館	民雄圖書分館主任	莊淑瓊	聘兼	1120801
圖書館	系統資訊組組長	林楚迪	聘兼	1120801
師資培育中心	教育課程組組長	蔡福興	聘兼	1120801
語言中心	華語組組長	張耀仁	聘兼	1120801
農學院	動物試驗場場長	陳俊吉	聘兼	1120801
理工學院	院長	李瑜章	代理	1120801
應用歷史學系	系主任	吳昆財	聘兼	1120801
外國語言學系	系主任	鄭斐文	聘兼	1120801
應用經濟學系	系主任	潘治民	聘兼	1120801
行銷與觀光管理學系	系主任	李爵安	聘兼	1120801
農藝學系	系主任	侯新龍	聘兼	1120801
園藝學系	系主任	張栢滄	聘兼	1120801
森林暨自然資源學系	系主任	李嶸泰	聘兼	1120801
生物機電工程學系	系主任	邱永川	聘兼	1120801
水生生物科學系	系主任	吳淑美	聘兼	1120801
體育與健康休閒學系	系主任	許雅雯	聘兼	1120801

112學年度第1學期卸任主管名單

單位	職稱	姓名	異動情形	生效日期
教務處	教學發展組組長	許雅雯	辭兼	1120801
校友中心	中心主任	廖慧芬	辭兼	1120801
學生事務處	衛生保健組組長	吳淑美	免兼	1120801

總務處	副總務長	李嶸泰	辭兼	1120801
圖書館	民雄圖書分館主任	張智雄	免兼	1120801
環境保護及安全管理中心	環境保護組組長	林政道	免兼	1120801
產學營運及推廣處	創新育成中心主任	謝佳雯	免兼	1120801
電子計算機中心	諮詢服務組組長	林楚迪	免兼	1120801
校友中心	校友服務組組長	陳鵬文	免兼	1120801
校友中心	資源發展組組長	陳志誠	辭兼	1120801
師資培育中心	教育課程組組長	林郡雯	免兼	1120801
語言中心	華語組組長	潘彥瑾	免兼	1120801
農學院	動物試驗場場長	李志明	辭兼	1120801
應用歷史學系	系主任	池永歆	免兼	1120801
外國語言學系	系主任	龔書萍	免兼	1120801
應用經濟學系	系主任	林億明	辭兼	1120801
行銷與觀光管理學系	系主任	張淑雲	免兼	1120801
農藝學系	系主任	莊愷偉	免兼	1120801
園藝學系	系主任	徐善德	辭兼	1120801
森林暨自然資源學系	系主任	林金樹	免兼	1120801
理工學院	院長	黃俊達	免兼	1120801
生物機電工程學系	系主任	洪敏勝	免兼	1120801
水生生物科學系	系主任	陳淑美	免兼	1120801
體育與健康休閒學系	系主任	黃芳進	辭兼	1120801

人員異動名單

單位	職稱	姓名	異動情形	生效日期
語言中心	專案臨時辦事員	鄭朝仁	新進	1120724
圖書館	專案辦事員	陳詩孟	新進	1120801
語言中心	專案辦事員	張芸甄	新進	1120801
景觀學系	專案臨時辦事員	呂昕穎	新進	1120801
校友中心	組員	黃春益	遷調	1120801
總務處	組長	張育津	遷調	1120801
校友中心	組長	邱季芳	遷調	1120801

單位	職稱	姓名	異動情形	生效日期
電子計算機中心	組長	蔡明倫	遷調	1120801
數位學習設計與管理學系	助理教授	鄭朝陽	新進	1120801
應用化學系	助理教授	莊翔宇	新進	1120801
特殊教育學系	助理教授	江俊漢	新進	1120801
中國文學系	副教授	林宏達	新進	1120801
科技管理學系	教授	李振宇	新進	1120801
農藝學系	助理教授	陳佑亦	新進	1120801
應用化學系	助理教授	蘇浩立	新進	1120801
應用數學系	助理教授	楊洪鼎	新進	1120801
資訊工程學系	副教授	翁麒耀	新進	1120801
水生生物科學系	助理教授	林哲宏	新進	1120801
水生生物科學系	助理教授	王騰巍	新進	1120801
生物資源學系	助理教授	梁家源	新進	1120801
外國語言學系	專案助理教授	陳麒方	新進	1120801
音樂學系	專案助理教授	王秋雯	新進	1120801
應用數學系	專案助理教授	李信儀	新進	1120801
語言中心	專案助理教授	戴培宇(Iain Christopher Philip)	新進	1120801
中國文學系	講師	鄭月梅	退休	1120801
生物資源學系	副教授	黃啟鐘	退休	1120801
應用化學系	教授	陳世晞	退休	1120801
行銷與觀光管理學系	教授	吳美連	退休	1120801
特殊教育學系	教授	陳政見	退休	1120801
機械與能源工程學系	教授	陳榮洪	退休	1120801
生物資源學系	副教授	林政道	辭職	1120801
機械與能源工程學系	副教授	陳震宇	辭職	1120801
應用經濟學系	助理教授	陳韻旻	辭職	1120801
電機工程學系	教授	謝奇文	辭職	1120801
語言中心	專案助理教授	廖盈淑	離職	1120801
國際事務處	專案組員	張逸珊	離職	1120801
總務處	專案辦事員	楊淑萍	離職	1120801
師範學院	專案辦事員	陳俊杰	離職	1120801
輔導與諮商學系	教授	黃財尉	借調留職停薪	1120801至 1150731止
師資培育中心	專案辦事員	洪宛琦	離職	1120803
人事室	組長	張獻中	調職	1120808

單位	職稱	姓名	異動情形	生效日期
教務處	專案辦事員	施文嵐	新進	1120807
圖書館	組員	康舒茜	調職	1120901
應用化學系	專案助理教授	劉明翰	新進	1120908
土木與水資源工程學系	專案助理教授	林軒宇	新進	1120908



8月份壽星

蘇子敬教授	董和昇教授	張宏義教授(主任)	林群雅助理教授
簡麗純秘書	曾慶慈專案助理教授	石瑩瑩專案組員	梁孟教授
鄭博仁助理教授	江姿瑩專案辦事員	王昭閔助理教授	周淑月講師
張坤城副教授	簡巧縈組員	蕭傳森組員	華翌凱技佐
翁浩翔專案辦事員	鄭毅英講師	李安勝教授(主任)	張家瑀教授
吳建平教授	陳政男教授	陳宣汶助理教授(組長)	江妮玲專案組員
陳均伊副教授	劉語專員	楊正誠教授(副教務長)	黃宗成教授
王淑瑛工友	謝士雲教授(主任)	陳靜琪副教授	蕭瑋鎮專案辦事員
陳穗斌副教授	陳秋榮副教授	鄭靜芬專案組員	方淑娥專案組員
林士偉助理教授	簡美宜副教授	何文玲副教授	沈盈宅專門委員
賴孟龍助理教授	何鴻裕專員	陳千姬助理教授	李正德專案輔導員
林翰謙教授(校長)	邱語嫻專案組員	柯佳仁工友	江雪碧專案組員
廖彩雲教授	林億明教授(主任)	施雅月副教授	王姿尹辦事員
魏佳俐助理教授	莊富琪專案組員	包慧俊專案計畫助理教授	陳楷岳專案助理教授
林以薰專員	李明哲助理教授	賴弘智教授(院長)	林威秀副教授(組長)
郭寸桃教官	曾志成專案救生員	林宸堂助理教授	張宇樑教授

林淑美副教授	曾毓芬教授	李麗卿組員	傅奕嘉組員
侯惠蘭助教	蔡秀娥組員	黃炫諭工友	吳三生技正
楊懷文副教授	張炯堡教授		

附註：表列壽星名單，請各單位務必配合於8月10日起一週內，派員向各校區負責發放業務之同仁，領取所屬人員之生日禮券並轉致當月份壽星。