



電話：(05)2717192-3(一組) 電話：(05)2717196-7(二組) 傳真：(05)2717195  
網址：<https://goo.gl/o4XCKP>



## 人事法令宣導

1. 教育部107年2月1日臺教人(四)字第1070018216號函，轉知行政院核定調增107年度軍公教員工待遇，並於107年度中央政府總預算案奉總統公布後，溯自107年1月1日生效，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107年1月26日臺教人(三)字第1070012085號函轉知公務人員保障暨培訓委員會公告「106年7月至12月審理保障事件常見撤銷原因分析參考資料」，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107年2月8日臺高教(五)字第1070016826E 號函，訂定發布「各級學校申請外國教師聘僱許可及管理辦法」1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107年2月12日臺教人(二)字第1070020374號函轉知行政院修正「行政院及所屬各機關學校臨時人員進用及運用要點」第七點及其附件一、附件二及修正對照表各1份，並自107年3月1日生效，相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。



## 人事工作報告

1. 106學年度第2學期公教人員子女教育補助費自即日起至107年3月19日(星期一)止受理申請。
2. 為辦理本校附設實驗國民小學及附設幼兒園107學年度新生報到作業，請於107年3月7日(星期三)以前向本校人事室提出申請。

3. 107年教職員工歲末聯誼活動一級行政主管、院長、系（所）主管及合作廠商提供摸彩品明細表中獎號碼已公告，相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。



## 榮譽榜

- 1、幼兒教育學系林嘉瑛組員、總務處劉語組員及教務處蕭茗珍組員，參加106年度教育部及所屬機關(構)學校專書閱讀寫作競賽入選前30名。
- 2、電子計算機中心李俐瑩技佐通過106年公務人員薦任升官等考試。



## 性別平等專欄



### 從不動產繼承看性別平權

【本文摘錄自臺北市政府地政局網站/文陳惠君】

過去臺灣光復前，家產繼承習慣是由與被繼承人同一戶之男性直系卑親屬繼承為優先，而光復後之繼承則由諸子按人數均分之觀念，修正為男性女性平等繼承，但在現今社會風氣開放下，在不動產繼承之家庭資源分配中，性別平權是否真正為大家所認知呢？

#### 男女持有不動產隨年齡層變化而有差異

從男女持有臺北市不動產各年齡層分布情形來看，40歲以下男性持有比例高於女性，尤其是20歲以下大幅高於女性；40歲至60歲間，男女持有比例則為相近；但60歲以上，尤其在80歲以上，女性卻大幅高於男性。男女持有不動產比例，隨不同年齡層而有所差異。經分析，20歲以下之男性普遍尚無經濟能力，卻能比同年齡層之女性擁有較多的不動產，與自古以來重男輕女之傳統風俗，多賦予男性肩負養家、成家立業責任，故父母多給予較多的經濟資源有關；而80歲以上女性平均壽命較長，致高齡女性持有不動產比例相對高居。

#### 不動產繼承仍以男性占多數

另以臺北市近5年繼承登記案件統計數據來看，女性向法院申請拋棄繼承情形多於男性，繼承不動產亦為男多女少之情形。可見法律上，男女雖具平等繼承不動產之權利，但仍受傳統社會根深蒂固之重男輕女觀念影響，使得女性多透過拋棄繼承放棄應繼承之不動產財產權，而繼承不動產者仍以男性為多。

## 兩性平等加把勁

雖然民法已明文規定繼承財產之權利男女平等，近年來社會、經濟環境轉變及教育普及，但早期傳統習俗「傳子不傳女」、「男子繼承有傳遞香火之責」、「女子出嫁為外姓」之觀念仍然存在著，女性常因傳統風俗習慣而放棄應得之不動產財產權。故於數據顯示繼承登記上仍為男性繼承取得不動產多於女性，女性拋棄繼承情形多於男性，顯現出男女平權之觀念仍未完全落實於財產繼承之議題中，希望能藉由地政相關業務諮詢及宣導活動的推動，不僅在辦公場所更要走向社區深耕男女平等觀念，使財產繼承邁向兩性平權。

### ✦ 『消費者保護新知』

【本文摘自 [行政院消費者保護會網頁](#)】

#### 百貨公司「買滿五千元送五百元」之禮券，得否限制使用期限？

- 一、因「禮券」係由民眾、公司等支出一定之「價金」而取得，再贈與他人或自行使用，與百貨公司或商場為促銷，以「買滿五千元送五百元」或其他類似方式，贈送給消費者的折價優惠券，究其性質，消費者並未支付任何禮券的對價，屬於發行人無償發行之抵用券，與禮券本質尚有所差異。故消費者無償取得之票券，尚無禮券定型化契約應記載及不得記載事項之適用。因此於各類禮券定型化契約應記載及不得記載事項皆規定禮券不包括發行人無償發行之抵用券、折扣（價）券。
- 二、百貨公司「買滿五千元送五百元」之票券，不受零售業等商品（服務）禮券定型化契約應記載及不得記載事項規範，得為使用期限之限制，然該等資訊亦須充分揭露，方符合消費者保護法第4條與第5條所規定企業經營者應提供充分與正確消費資訊之義務。



## 瞭解智慧財產權專欄

### 著作權 Q&A

【本文摘錄自經濟部智慧財產局網站】

Q：如有某正當因素須節錄某段文章的文字，但書錄標明「翻印必究」，此時此人是否能加以節錄？

A：著作權法制定之目的，一方面是保護著作人的權益，另一方面也希望能調和社會公共利益，促進文化發展。故著作權法特別規定在某些特定情況下，利用人可不經著作財產權人的同意使用其著作，而不會構成侵害著作權，我們稱此特定情況下的著作利用為「合理使用」，合理使用的條文規定在著作權法第四十四條至第六十五條。若為「某正當因素」，且節錄的情形符合合理使用所規範的要件，縱使書錄標明「翻印必究」，仍得加以節錄。惟應注意須註明其出處。



## 健康生活專欄

聽說常常吃山藥容易性早熟，甚至會得乳癌，這是真的嗎？

【本文摘錄自衛生福利部食品藥物管理署網站】

- (1) 山藥含有豐富的皂苷(Diosgenin)、黏蛋白、澱粉、維生素及礦物質等成分，可以輔助免疫功能，且對於胃、腸道潰瘍，具有很好的預防效果。
- (2) 雖皂苷在實驗加工過程會轉換成賀爾蒙前驅物質或雌激素，但目前皂苷尚無研究證據顯示人體可將其直接吸收與轉換成動物雌激素。且體內生成雌激素的機制繁複，並非攝取大量的前驅物即可增加人體中動物雌激素的含量，因此攝食山藥未必能導致性早熟，亦不會導致乳癌。



## 員工協助方案(EAP)專區

I care  ([本校員工協助方案專區連結](#))

收假憂鬱是種病！做對這5件事，開工不厭世

【本文摘自天下雜誌網頁/文林怡廷】

收假憂鬱，雖然並非正式的疾病名稱，但假期前後的情緒落差，的確嚴重影響了人們的身心狀態。美國羅耀拉醫學中心精神病學和行為神經學教授哈拉瑞斯表示，這狀態還可能持續一、兩週。在社群媒體 Instagram 或推特上，更有個廣受網友使用的標籤：開工憂鬱（#backtoworkblues）。

堆積如山的未讀郵件、接二連三的會議，眼前的忙亂對比假期的悠閒，讓收假的你無心處理，甚至感到失落、憂鬱、不甘心。但其實，辦公室裡有許多人和你一樣共患難。其實，這並不是正式的醫學疾病名稱，但收假前後生活的巨大反差，確實影響了人們的身心狀態。

美國羅耀拉醫學中心精神病學和行為神經學教授哈拉瑞斯對《CNN》表示，在開工第一天，有收假憂鬱很正常，未來的一、兩週內，這狀態還可能持續。他解釋，休假期間，人們其實容易過度疲累——暴飲暴食、過度飲酒及睡眠不足，都對身體造成負擔。一夕間，人們和親友的美好相聚，更戛然而止，取而代之的是令人苦惱的工作，也讓心情大受影響，「這個過渡期帶來了真正的失落感，甚至讓人感到難過。」

該如何調適，讓身心能盡快重回職場和既有生活？試試著5個小動作！

### 1. 在工作中安插熱愛的小事

工作不上心，容易事倍功半。急忙工作前，不妨先活在當下：意識到美好的假期早已結束，但再過不久，假期就會出現，別為逝去的假期感到難過。「自我喊話和保持樂觀是重要的，」哈拉瑞斯說。

接著思考：工作期間，做哪些事會感到放鬆？現在就去做吧。

即便只是和同事打個招呼、小聊一會兒；或每隔一小時，離開辦公椅，雙手向上伸展或走動；甚至是休息個15分鐘，和朋友一同去買杯咖啡、喘口氣。

這些不起眼的小動作，能讓你慢慢抓回工作節奏。

### 2. 累到不想動？動個10分鐘也好

收假完，人們總覺得筋疲力盡，若要規律運動，更是天方夜譚。但其實，不論是到健身房鍛鍊、在家做瑜珈，或到熟悉的公園快走、跑步，只要運動，就能激發身體釋放腦內啡（endorphin），這能幫助擊退憂鬱。

動或不動，也往往在一念之間。「抵制任何不要動的藉口，」心理治療師艾克費爾特建議，「你只要運動10分鐘，心率就會開始上升，接下來就容易堅持下去了。」



更進階的方法是，收假的你可和朋友一起訂定運動計劃，避免找藉口偷懶。

### 3. 讓行李歸位，心境也歸位

假期的行李還原封不動地擺著？

別因為收假太累、趕著上班，就懶得整理行李，甚至催眠自己，「明天一覺起來，收假憂鬱就結束了。」《US Today》指出，只要行李仍霸佔家裡的一角，你的心境仍舊無法回到當下。

花點時間，洗滌髒衣服、放好伴手禮和紀念品；當行李歸位，心境也能慢慢歸位。

### 4. 10分鐘的呼吸練習

許多研究指出，改變呼吸模式，可調節自主神經系統，有助於放鬆壓力。

曾到印度學習瑜珈的凱西老師表示，尤其在收假後，當人們出現焦慮或失眠時，可試試「腹式呼吸法」，而且任何時間、地點都能練習——先採坐姿或躺姿，每次呼吸盡可能深且長，以10到20次反覆練習（常練習者，每次可持續約10分鐘）。

台灣心理健康發展協會更點出腹式呼吸法的4個訣竅：先是充分呼氣；入門時先用「嘴吐鼻吸」，熟練後再以「鼻吐鼻吸」；每次練習可想像肚子裡有顆無形氣球，隨著呼吸，收縮又鼓起；若將空氣吸入腹部有困難，可在呼氣時先輕壓腹部，讓空氣吐得多一點。

### 5. 甩開臉書，冥想吧！

收假後臉書已看膩，還愈刷愈憂鬱？不妨空出10到20分鐘練習冥想，讓心靜下來：先以舒服的方式坐著，再放鬆身體並深呼吸，並慢慢意識放在一呼一吸上。

看似簡單的動作，在訊息紛擾的當代卻重要。許多精神醫學研究指出，冥想有助於降低焦慮、憂鬱、慢性疼痛、提升免疫功能等。

## 人事室關♥您

對抗壓力有管道	
衛福部安心專線	0800-788-955(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



**人員異動名單：**

單位	職稱	姓名	異動情形	生效日期
輔導與諮商學系	專案助理教授	曾貝露	新進	107.02.01
特殊教育學系	專案助理教授	陳勇祥	新進	107.02.01
中國文學系	專案助理教授	林和君	新進	107.02.01
植物醫學系	專案助理教授	林彥伯	新進	107.02.01
師資培育中心	專案助理教授	曾素秋	新進	107.02.01
語言中心	專案助理教授	劉承賢	新進	107.02.01
總務處資產經營管理組	組長	張育津	職務調整	107.02.01
總務處文書組	組長	張雯	職務調整	107.02.01
秘書室公共關係組	組長	洪泉旭	職務調整	107.02.01
農學院農業推廣中心	主任	侯金日	新任	107.02.01
人文藝術學院人文藝術中心	主任	謝士雲	新任	107.02.01
學生事務處軍訓組	中校教官	高偉比	新進	107.02.01
管理學院	專案組員	葉雅真	離職	107.02.02
研究發展處	專案辦事員	黃馨璉	新進	107.02.05
學生事務處軍訓組	中校教官	蔡雅惠	新進	107.02.16
學生事務處軍訓組	少校教官	陳至賢	退伍	107.02.21
景觀學系	職務代理人	龔芸嫻	新進	107.02.21
研究發展處	簡任秘書	盧青延	職務調整	107.02.26
學生事務處	職務代理人	蔡依瑾	離職	107.03.01
學生事務處軍訓組	中校教官	鄭祥太	退伍	107.03.01
電子計算機中心	專案技佐	林師賢	離職	107.03.01


**3月份壽星**

專案助理教授曾貝露	教授劉玉雯	教授陳世晞	組長王莉雯
副教授陳清田	駐衛隊員賴春福	工友陳麗穗	中心主任黃財尉
副教授朱政德	工友黃憲卿	教授李安進	專案技佐劉姿妤
教授姚如芬	教授蔡雅琴	主任甘廣宙	副教授楊千瑩
副教授翁秉霖	助理教授曾碩文	助理教授趙偉村	副教授郭鴻志
中心主任侯金日	專案技佐侯坤良	組員陳昭惠	契僱護士王姿雯
助理教授曾金承	組員張鳳珠	教授張瑞娟	副教授林春福
教授秦宗顯	教授李益榮	專案助理教授朱惠英	主任侯新龍
組長林明儒	助理教授蔡宗杰	辦事員蘇世珍	專案組員侯怡甄
助理教授連經憶	契僱組員黃貞瑜	工友陳宏綺	專案辦事員陳韻晴

講師鄭月梅	專門委員范惠珍	組長王思齊	專案助理教授陳勇祥
教授江政達	教授劉怡文	教授李茂田	助理教授陳偉仁
教授楊淑朱	講師馮淑慧	教授王清思	教授莊慧文
專案辦事員劉軍駙	副教授丁文琴	教官李方君	教授吳昆財
主任張芳琪	專案技士楊閔瑛	教授李堂察	專案組員廖敏秀

附註：

- 一、本校107年度員工生日禮券金額為1200元，廠商為家福股份有限公司（家樂福）。
- 二、以上所列3月份壽星名單，請各單位於3月6日起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。