



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 114 年 4 月 21 日臺教社(三)字第 1142400921B 號函轉知，有關「教育部社會教育貢獻獎實施要點」部分規定，業經教育部於中華民國 114 年 4 月 21 日以臺教社(三)字第 1142400921A 號令修正發布一案，相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。
2. 勞動部訂定「身心障礙者職場合理調整行政指導」，並自 114 年 7 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。
3. 教育部 114 年 4 月 18 日臺教人(四)字第 1144200878B 號函轉知，有關「學校教職員從優議卹增加功績撫卹金作業要點」，業經本部於 114 年 4 月 18 日以臺教人(四)字第 1144200878A 號令廢止一案，相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



MeToo 之後，企業如何創造更友善的職場環境？

【本文摘自台灣性別平等教育協會】

在這陣子的 #MeToo 浪潮中，相信許多人都經歷了痛苦、難受、感動、憤怒、驚訝等等複雜的情緒。這些感受有可能是暫時的、會隨著事件聲量下降而消逝，但我們其實有機會讓這些勇敢發出的聲音不只是茶餘飯後的八卦或聊天話題。從這些不舒服的感受出發，開始反思現況到底出了哪些問題，就有在生活中創造改變的可能性。

TGEEA 從過往向企業演講、提供諮詢的經驗出發，整理出四個對於創造友善職場環境相當重要的面向，歡迎大家一起用這四點來檢視自己的公司！（除了企業之外，各個單位或組織也都適用哦）

1. 檢視內部的性騷擾申訴管道、懲戒規定是否完備

明確的制度之所以重要，是因為它可以在關鍵時刻成為當事人的後盾，避免事件因為「人」的關係而被忽視、消音。根據《性別工作平等法》，員工人數達 30 人以上的公司都需要訂定職場性騷擾的防治措施。但我們認為不論規模大小，其實所有組織都應該要有明確、清楚的申訴管道與機制，才有機會保護所有員工的權利。

TGEEA 的夥伴們最近看到幾個正面的案例。例如，@現場再設計 直接在徵才貼文中點出性騷擾的處理機制，不僅讓資訊更公開透明，同時也能向大眾傳遞組織所在乎的價值、吸引志同道合的夥伴。相信不同組織的嘗試都能成為其他企業的參考，也歡迎各個單位向大家分享你們的作法！

2. 性騷擾不只包含「肢體接觸」，主管跟員工是否對性騷擾有概念？

想用一個簡單的問題考考大家，以下的情境哪個屬於《性別工作平等法》界定的「敵意環境職場騷擾」，哪個又是「利益交換式職場騷擾」呢？

情境一：A 是業務部門的主管，他在進行教育訓練的時候跟 B 說：「你身材那麼好，跑業務的時候穿辣一點，客戶比較會買單、我看了也比較開心啦！」讓 B 十分不舒服。

情境二：C 是老闆的秘書，而且跟老闆關係很好。他前陣子向心儀的同事 D 說：「如果你不跟我交往的話，我不確定會去跟老闆說什麼哦～」讓 D 感到許多壓力。

快速揭曉答案！根據內容可以推測，情境一屬於「敵意環境職場騷擾」，情境二則是「利益交換式職場騷擾」，其中更詳細的定義都可以參考《性工法》第 12 條。從這個問題也可以發現，職場性騷擾不只包含「肢體接觸」，而且事件的「情境」與「脈絡」也是相當重要的。

如果企業內部的主管或員工並不清楚相關的概念、法規或如何應用，歡迎向 NGO、性平講師申請培力課程與講座，讓所有成員都能對性騷擾有更深入的認識，進而創造更友善的職場環境。

3. 不要亂跟風！提升成員對企業社會責任的敏感度

在這次的 MeToo 浪潮中，有許多企業都嘗試在社群上跟緊話題。但我們認為，這些事件不應該是跟風用的流量密碼。企業內部可以趁這個機會好好思考，希望透過這些貼文向外界傳遞什麼樣的形象與核心價值。

我們想從一個很誇張的例子來說明這件事的重要性。TGEEA 的夥伴前幾週看到一篇塑身衣品牌的貼文，其中業者竟然說「穿塑身衣可以讓你免於性侵害」，甚至還宣稱這是「性平教育」的一環？抱歉，這不叫性平教育，而只是在傳遞錯誤且荒謬的觀念。

或許業者沒有惡意，但「傳遞錯誤資訊」會帶來的傷害與影響是相當巨大的。如果真的有人誤信了怎麼辦？MeToo 當事人說出自己的經歷之後，會被旁人質疑的事情已經夠多了，現在居然還多了一個理由叫做「沒穿塑身衣」？

過往有研究指出，消費者會傾向於購買有在推動「企業社會責任」公司的商品。而這篇貼文不僅顯示業者對性騷擾議題缺乏基本的認識，不願意好好做功課、上網查證，甚至還為了販售商品而散播錯誤資訊。請問這樣的品牌，你會想買他們的產品嗎？

4. 改變對性騷擾事件的認知：不要息事寧人，好好面對才是負責的表現！

在近期的 #MeToo 事件中，我們可以發現每個組織針對性別事件的處理作法非常不同。有些選擇好好傾聽當事人的心聲與想法、以謹慎的態度進行調查，同時也重新檢討內部的申報機制該如何調整，進而避免未來發生類似的事件。

有些則選擇裝死、忽視，或以冷冰冰的法律術語說明調查的進度。在某些 MeToo 的訴說中，我們也看到某些主管在聽聞性騷擾事件時，對當事人說「你自己也有問題吧」、「他不是這種人」。這些回應與作法都有可能對當事人造成更嚴重的二次傷害，並讓性別事件一再發生。

我們誠心建議：企業內部若發生性騷擾事件，好好處理、好好面對才是對品牌負責的表現。這不僅會影響內部的工作氛圍與向心力，也會形塑企業對外的形象。如果不知道什麼是「好好處理」，歡迎大家從健全申訴機制、舉辦內部培訓這兩點開始！



個人資料保護法 實例回答

公務機關或非公務機關委託其他法人、團體或個人，進行個人資料之蒐集、處理或利用行為，如果受託者將個人資料外洩，委託機關是否要負賠償責任？

【本文摘錄自國家發展委員會個人資料保護專區網站】

法人、團體或個人辦理公務機關或非公務機關所委託業務涉及處理個人資料，則該受託處理個人資料之法人、團體或個人，視同委託機關，並以委託機關為權責歸屬機關，由委託機關負賠償責任。例如：委託機關為公務機關時，則受託之個人、法人或團體於受託範圍內，視同委託機關，而應適用本法有關公務機關之規範。



瞭解智慧財產權專欄

在學校電腦教室或電算中心查到盜版軟體時，誰是法律的處罰對象？如果學生於教室內使用盜版軟體被查獲，學校有無責任？

【本文摘錄自經濟部智慧財產局網站】

著作權侵害行為人的認定，係由司法機關在侵害著作權的具體個案發生時，依據著作權法及刑法有關規定調查認定之。因此，在電腦教室或電算中心查到盜版軟體，或學生於教室內使用盜版軟體被查獲，學校有無責任，應視具體個案事實加以認定。

如果這些被查獲的盜版軟體已經灌錄安裝在電腦主機裡面，學校恐怕很難主張免除侵害重製權的責任，建議學校電腦教室或電算中心要依照教育部校園網路使用規範，來管理學校電腦教室及電算中心的電腦設備，避免發生安裝灌錄盜版軟體的情況，而產生誤觸法網的爭議糾紛。



健康生活專欄

睡不好小心大腦變鈍！4 方法幫助入睡比躺著數羊更管用

【本文摘錄自早安健康】

失眠是許多現代人日常生活中最大的煩惱，但不論是躺在床上滑手機，或是單純想著要睡著，反而都容易讓睡眠越來越難。對此，韓國精神健康醫學教授元恩秀也建議民眾，可以嘗試以下四種簡單的方法，讓睡眠不再是難事。

簡單睡眠養成 1：睡前遠離 3C

在床上做事情，其實也是導致睡眠難以形成的原因，尤其是習慣在床上使用電腦工作、滑手機的民眾，但這樣會讓腦袋無法將床認知為「為了睡眠而存在」的空間，進而可能導致失眠發生。因此，尤其是常失眠的人，會建議不要在床上從事其他行為。

簡單睡眠養成 2：數羊也有方法

數羊是許多人幫助進入睡眠會嘗試的方法，就算不數羊，有些人也會習慣長時間躺在床上，等待睡眠來臨。然而，躺在床上太久，反而容易對心理產生壓力，甚至可能因此更加清醒，因此元教授也建議比起躺在床上，或者是數羊數到超過 100 還是無法入睡，會更建議離開床鋪、起身坐在椅子上，自然而然也會更容易想睡覺。

簡單睡眠養成 3：設定起床鬧鐘

雖然無法決定入眠的時間，但每個人都可以決定自己起床的時間，而藉由固定起床時間，身體也會容易開始固定在同樣的時間入眠。因此，就算原本晚上 12 點就睡著的人，某天到凌晨 3 點才睡著，也會建議在同樣的時間起床，而不要為了補足睡眠時間延遲睡眠，才不會打亂睡眠的規律。

簡單睡眠養成 4：不睡午覺

有些人因為晚上睡不飽，因此會選擇在中午飯後補眠，但這樣的習慣，反而會讓接下來的晚上更難入眠，甚至因此變成惡性循環。尤其是已經失眠的人，也會建議盡量不要睡午覺，晚上才會比較容易睡著。

影響睡眠兩大重點：光線、疲勞程度

除了上述的四點外，元教授也補充，「光」因為會影響睡眠相關物質的分泌，對於睡眠的影響也很大。因此，會建議失眠患者在白天時外出散步，在晚上睡覺時則應該要盡量減少暴露在光線中，比起一般白色的日光燈，照明方面也會更建議使用黃光或間接照明。另外，由於手機及其他螢幕同樣也會產生光線，因此尤其在睡前應該盡量避免，或至少應該降低暴露在其中的藍光之中。

另外，元教授也建議失眠患者應該要正面看待「疲勞程度」，在白天不論是身體或精神的勞動，都會讓身體感到疲憊，進而會讓腦袋發出「應該休息」的訊號。因此，比起睡午覺消除疲勞，應該要忍住，並且避免久坐不動的工作狀態，才能讓晚上更好睡。



員工協助方案(EAP)專區

([本校員工協助方案專區連結](#))

破除5個念頭，理財專家教你養出易富體質

【本文摘自商周刊/凱特·坎貝爾 (Kate Campbell)】

如果你曾有過下列念頭：

- 我不夠聰明。
- 我不擅理財。
- 我沒時間。
- 我一輩子都不會有錢。
- 我不配有錢。
- 我怕做出錯誤的選擇。

自我限制的理財觀念不少，上述只是常見的其中幾種。你可曾有過這些念頭？這些想法雖說沒錯，卻會妨礙你主宰你的理財之路。重點在於，每個人的背景不同，處理金錢的經歷也各有不同。如果你曾有過上述一項，甚至不只一項的想法，那我想請你思考，這種心態對你是否有益。你的這種思考模式，對你日後的理財是否有益？

有些聽眾對我說，他們之所以沒能掌握自己的理財之路，多半是因為懷有上述的想法。世界經濟論壇在全球各地進行調查，發現很多人之所以還沒開始投資，也是因為上述原因。

也許你無法立刻改掉長年的想法，但只要願意接受新知，改變觀念，久而久之理財的信心就能提升。承認你的財務現況，是改善財務的第一步。

所以，我們現在就要一一檢視這些常見的自我設限的金錢觀，想想該如何破除。

破除5個自我設限的金錢觀

1. 我不夠聰明

關於正確理財與正確投資，最常見的錯誤觀念之一，是以為一定要搞得很複雜。但其實投資幾檔最簡單的ETF，組成核心投資組合，不需要博士學位、不需要光鮮亮麗的財經資歷，就算對數字不靈光，也照樣能獲得不俗的長期投資報酬，奠定財務基礎。但人人都必須具備基本的理財知識，從而發展出正確的理財行為。

2. 我不擅理財

也許現在的你還不擅長理財，所以要持續閱讀理財讀物，每週要抽出時間，了解一項關於你自己的財務的事情。你時常採取行動，就不會再不擅理財。

3. 我沒時間

每天抽出15分鐘，或是每週抽出1小時打理財務，要養成習慣。固定付出這些時間打理財務，對未來的你大有助益。所謂時間，只是我們如何分配優先次序。該做的事永遠做不完，所以要把大事細分為小事，訂出優先次序。

4. 我一輩子都不會有錢

這是一種常見的觀念，也是很多人永遠沒有踏出投資的第一步的原因。即使是小額投資，只要耐心等待，久而久之也能積聚一筆大財。很多投資人的起步跟你一樣，所以你只需要一步一步慢慢來，想想你「為何」要投資即可。

5. 我怕做出錯誤的選擇

不做選擇也是一種選擇。你並不需要規劃到萬無一失才開始，可以邊做邊學。要抽出時間做功課，弄清楚你現在的財務狀況，就從這裡開始。要穩紮穩打！

還有一些想法供你參考：

- 你可以將儲蓄與投資自動化，減少一些選擇與決策疲勞。
- 給自己訂出期限，就不會拖延、過度思考。
- 要記住，與其等待一切完備，不如採取行動。

要想想等待的機會成本。舉個例子，花1年的時間尋找最好的經紀商，就代表要延後1年，才能享受複利的好處。你現在該做的，是找出你有的一種自我設限的理財觀

念，試試看如何破解。也許你需要多試幾種，才能找到解決方案，但一定要持續努力。

接下來還要介紹2種策略，我認為對於大多數的人來說，都很實用，能直接破除自我設限的觀念，讓你開始行動。

1. 重新架構你的認知

你採取的每項行動，都是對你想成為的人投下一票。——美國作家詹姆斯·克利爾（James Clear）

自我設限的理財觀念有礙我們日後的理財，有個破除的辦法，是重新架構，就能產生新觀點。別再思考你不能存錢或投資的原因，應該把自己當成可以理財、能處理自己的財務，也是個投資人。雖然感覺會很奇怪，但還是要請你大聲唸：**我正在學習好好理財。我有能力應付人生中的財務問題。我能為了我的目標存錢，也能投資。**重新架構你的理財認知需要時間，也需要經常以正向的理財行動強化。這聽起來很麻煩，但若是不做，那你的理財心態就永遠有問題。

暢銷書《原子習慣》作者詹姆斯·克利爾，建議你對自己說：「我是……的人。」重新架構你的認同，你對自己說：「我是會為想買的東西存錢的人。」而不是說：「我想存錢。」這句話就會漸漸融入你的認同。

如果你曾對自己說：「我不擅理財。」那我們這就來看看該如何重新架構。首先要稍稍調整你對自己說的話，例如你可以對自己說：**我正在學習好好理財，才能達到我自己訂定的儲蓄目標。**

與其一下子就想達成很大的理財目標，弄得自己不堪負荷，不如先訂出幾個小目標，等到你對新的認同更有信心，再（慢慢）增加目標。你自己會一點一滴慢慢相信，你也能將自己的財務打理好，也會有實際的成績向自己證明。

你的財務有哪個方面，也許是我剛才說過的哪個自我設限的理財觀念，需要重新架構？不妨先從改變你對自己說的話開始，想想哪些方法能強化你重新架構的理財認同。

2. 脫困

也許你覺得從學習跨越到行動比登天還難。重點是，理財是一種實戰技巧，而不是理論技巧，所以光說不練是不行的。我常常提醒自己，天底下沒有最適合理財的完美環境。我們只要認真找，不愁找不出不還清債務、不存錢、不投資的藉口。我們只

要知道，做事情永遠不會有最好的時機，也不會有最好的方式，壓力就能減輕很多，不會非要等到一切就緒，才開始理財。

學習跟做好計畫都很重要，分析癱瘓也確實可能發生，但不要一直停留在這裡。你是不是已經大致了解，也有了概略的計畫？如果是，那就該開始行動。除非有所行動，否則什麼也不會改變。

選擇一項你一直想做的事，今天開始行動，你不需要等到一切就緒才開始。

人事室關♥您

對抗壓力有管道	
衛福部安心專線	1925
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
嘉義市社區心理衛生中心	05-2255155#46
嘉義縣社區心理衛生中心	05-2267588(民雄)



人員異動名單



人事動態

單位	職稱	姓名	異動情形	生效日期
人文藝術學院	專案組員	吳○謙	離職	1140408
語言中心	專案臨時辦事員	林○弘	新進	1140407
學生事務處	專案組員	林○佐	離職	1140417
人事室	組長	蔡○融	離職	1140415
環安中心	技士	林○臻	新進	1140414

單位	職稱	姓名	異動情形	生效日期
生命科學院	專案辦事員	呂○晏	新進	1140425
學務處	組長	林○韜	內陞	1140428
人事室	組長	黃○瑜	他機關調進	1140502



5月份壽星

江○政	王○雯	李○濱	侯○政
吳○山	林○君	李○琮	許○嘉
陳○玉	楊○真	楊○岳	王○味
張○孝	簡○良	黃○易	林○任
邱○文	潘○瑾	林○衡	鍾○仁
吳○玲	何○益	黃○婷	黃○玲
呂○華	林○全	莊○瓊	林○宏
涂○榮	陳○亦	李○瑩	蔡○惠
潘○姝	郭○信	楊○穎	鄭○梅
沈○奇	潘○茹	王○娟	朱○羚
薛○靜	江○楨	陳○蘭	郭○政
曾○興	黃○仁	陳○蓉	高○龍
李○頤	鄭○惠	楊○玲	黃○涵
廖○雄	楊○賢	賴○民	謝○潔
郭○蓉			

附註：表列壽星名單，請各單位務必配合於5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。