



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

人事法令宣導

1. 教育部107年11月29日臺教人(一)字第1070208287號書函以，公務人員退休撫卹基金管理委員會與第一銀行、合作金庫商業銀行合作辦理之「參加退撫基金人員指定用途貸款」，延長申請期限至109年12月31日，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11月30日臺教政(一)字第1070210149號函以，新修正公職人員利益衝突迴避法規定有關經公職人員進用之機要人員之考績評定，公職人員應自行迴避疑義，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11月12日臺教政(一)字第1070198985號函以，為落實政府防制洗錢工作，配合宣導洗錢防制影片，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12月17日臺教政(一)字第1070218140號函以，檢送「公職人員利益衝突迴避法自行迴避通知書」及「利害關係人申請公職人員迴避申請書」範例，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107年12月17日臺教政(一)字第1070219724號函以，轉知「法務部公職人員利益衝突迴避法第十五條處罰鍰額度基準」部分條文修正，名稱並修正為「法務部公職人員利益衝突迴避案件處罰鍰額度基準」，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107年臺教人(一)字第1070213878號書函以，檢送「108年度各醫院辦理『中央機關(構)員工一般健康檢查補助基準表』第一類人員及簡任第10職等或相當職等以上主管人員之健康檢查項目及收費標準一覽表」，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107年12月4日臺教人(一)字第1070209303號函以，轉知「勞動基準法」部分條文修正，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107年12月19日臺教政(一)字第1070221398號函以，轉知行政院會銜監察院公告「公職人員利益衝突迴避法第十四條第一項但書第六款所稱一定金額」，相關內容請逕至本校人事室網頁/法規彙編項下查閱。
9. 教育部107年11月19日臺教人處字第1070203108號書函以，轉知銓敘部修正「各機關辦理公務人員考績(成)作業要點」全文、第13點、第14點修正規定總說明及考績(成)通知書空白格式，自107年11月12日生效，相關內容請逕至本校人事室網頁/法規彙編項下查閱。
10. 教育部107年11月21日臺教人(四)字第1070198129號函以，公立學校教職員退休資遣撫卹條例施行後，「原月撫慰金」、「原年撫卹金」及「退撫給與」領受人，因法定事由而喪失及停止領受權利之發放原則，相關內容請逕至本校人事室網頁/法規彙編項下查閱。
11. 教育部107年11月22日臺教人(四)字第1070205255號函以，轉知「行政院及所屬各級機關精簡人員優惠退離辦法」部分條文修正案，相關內容請逕至本校人事室網頁/法規彙編項下查閱。
12. 教育部107年11月29日臺教人(四)字第1070203877號書函以，轉知銓敘部修正施行之陸海空軍軍官士官服役條例第33條第3項至第6項，增訂軍官、士官退伍後任公職而辦理二次以上退休(職、伍)者，其每月退休(職)所得上限金額計算方式之規定，應以107年6月23日以後轉任公務人員者為適用對象，相關內容請逕至本校人事室網頁/法規彙編項下查閱。
13. 教育部107年11月29日臺教人(四)字第1070210891號函以，轉知公立學校教職員退休資遣撫卹條例第28條第3項所稱已符合法定支領月退休金條件疑義一案，相關內容請逕至本校人事室網頁/法規彙編項下查閱。
14. 行政院107年12月7日院授人培字第10700579191號函以，轉知行政院與所屬中央及地方各機關聘僱人員給假辦法」部分條文修正案，相關內容請逕至本校人事室網頁/法規彙編項下查閱。

15. 教育部107年12月6日臺教人(四)字第1070211996號書函以，轉知銓敘部修正「公務人員因公猝發疾病或因戮力職務積勞過度以致死亡審查參考指引」第3點規定，並溯自107年7月1日生效，相關內容請逕至本校人事室網頁/法規彙編項下查閱。
16. 教育部107年12月17日臺教人(三)字第1070212874C 號函以，檢送「教育人員留職停薪辦法」第4條第1項第3款規定解釋令，相關內容請逕至本校人事室網頁/法規彙編項下查閱。
17. 教育部107年12月14日臺教人(四)字第1070131190號函以，公立學校退休教職員再任私立學校董事會職務，是否須受公立學校教職員退休資遣撫卹條例(以下簡稱退撫條例)第77條第1項第3款規定停止領受月退休金等權利疑義，相關內容請逕至本校人事室網頁/法規彙編項下查閱。
18. 教育部107年12月19日臺教人(四)字第1070201954號書函以，支(兼)領月退休金教職員於公立學校教職員退休資遣撫卹條例於107年7月1日施行後1年內死亡者，其遺族擇領遺屬年金相關疑義，相關內容請逕至本校人事室網頁/法規彙編項下查閱。



人事工作報告

1. 新任生命科學院院長由陳瑞祥教授擔任；新任人文學院院長由張俊賢教授擔任，均自108年2月1日起聘。
2. 108年寒假統一補休日為108年1月25日及2月1日(均為星期五)。



性別平等專欄



導演兒子拍跨性別老爸 德瑞克紀錄片反映平權困境

【本文摘錄自 [Yahoo 論壇](#) 網站/文鏡周刊】

今年美國州長大選、代表民主黨角逐佛蒙特州長的克莉絲汀哈爾奎斯特(Christine Hallquist)，成為首位跨性別州長參選人，備受矚目。

克莉絲汀是佛蒙特州一家電力公司執行長，娶妻生子多年後決定由男變女，過程則由兒子、導演德瑞克哈爾奎斯特(Derek Hallquist)拍成紀錄片《穿裙子的英

雄老爸》。該片在今年「世界公視大展精選」中反應熱烈，但籌資與發行的困難也顯示性別平等仍是條艱辛之路。

「世界公視大展精選」網羅各國公視年度佳作在台巡演，今年「平權路上」單元最具話題的是《穿裙子的英雄老爸》(Denial: The Dad That Wanted to Save the World)，因為主角正是日前佛蒙特州州長參選人克莉絲汀哈爾奎斯特。該片由克莉絲汀的兒子德瑞克執導，但影片與選舉無關，重點為環保與跨性別議題。

德瑞克的父親是原名戴夫的克莉絲汀，30多年來在男性主導的電力事業打拚，壓抑內心當女人的渴望，力推環保、有效率的供電方式。德瑞克回憶：「我青少年時期就覺得父親總是對電力、節能等充滿熱情，不斷和人討論、喜歡解決問題。我希望更多人瞭解他的理念，如果可以跟拍他的工作，將會是一場令人興奮的冒險，於是進行這部片。」

德瑞克常隨著父親的工作東奔西跑，沒想到拍著拍著，主張電力資訊透明化的父親，意識到「透明化」的重要，無分公領域與私領域，決定正視自己的性別認同，在鏡頭前開誠布公。

有一天父親忽然在車上向德瑞克出櫃，「父親告訴我時，我並不感到悲哀，反而有更多的困擾。他發現我對這件事根本沒概念，我只是表面問他是不是同性戀、是否要離婚這些事，也不知道什麼性別與社會性別。我們還是會一起出去喝酒，卻不再談這件事。」

德瑞克知道真相後，掙扎將近1年，開始透過尋找幫助、閱讀書籍等方式去理解跨性別者，並再度和克莉絲汀談論這個議題。現在常稱父親為「克莉絲汀」的德瑞克說：「影片拍攝加入出櫃的事，是克莉絲汀的想法。」他後來鼓起勇氣把這件事告訴工作夥伴，「我永遠忘不了當我在辦公室告訴製片時，他說『這很重要，拿起攝影機盯著、回去工作』。」另一位製片也認為，儘管這部紀錄片緣起於能源的故事，但主角出櫃也創造角色深度，應該成為影片的一部分。

拍攝出櫃後續歷程時，首當其衝的就是克莉絲汀。有一次克莉絲汀因工作目標轉向，德瑞克不斷逼問，兩人發生激烈爭執，讓面臨工作與公開性傾向雙重壓力的克莉絲汀當場落淚。德瑞克知道克莉絲汀當時已身心俱疲，但自己不得不進逼，才能突破情緒障礙，進入下一階段。

影片拍攝同時衝擊德瑞克的媽媽與2個姐姐。為顧及家人隱私，許多場景，德瑞克都是唯一在場的攝影師，「如果有陌生人，她們就難以敞開心扉、誠實分享，還常覺得不舒服，叫我關掉攝影機，因為好像活在聚光燈下。」德瑞克明白坦然面對自己與鏡頭的困難，但也清楚有攝影機在，就不能再躲藏，因此發現許多事情，例如母親在德瑞克16歲時就知道丈夫想當女人，她一直保守祕密，痛苦無人能說。德瑞克也大概在那個年紀，喜歡玩攝影機，三不五時拍起父親，加上後來的持續跟拍，累積有超過400多小時、23種不同影片格式的素材。大量內容讓影片的剪接格外困難，需要許多剪接師，後來在剪接師 Anoosh Tertzakian 主導下，花了近1年才定剪，後製期長達18個月。

正式版之前，德瑞克先放映2小時粗剪版給父母看過，除了說明，也詢問意見。

「我記得和他們一起坐著看片，兩人不停哭泣、彼此安慰，有如第一次看一個冒險故事。他們覺得很驕傲，因為影片詳實描述奮鬥掙扎的過程。」

為了完成《穿裙子的英雄老爸》，德瑞克也陷入缺乏資金的窘境。影片開始拍攝製作時，沒有預算，拍攝者、剪接師都是義工。後來 ITVS (Independent Television Service, 獨立電視網) 願意以分潤方式協助出品，在美國公視播出，從而獲得 IDA (International Documentary Association, 國際紀錄片協會) 跟 CPB (公共廣播協會, Corporation for Public Broadcasting) 的資金。不過全片總製作費約70萬美元，募資只達44萬美元，因此連他在內的主要工作人員都不支薪，他還因此刷爆好幾張信用卡。

德瑞克透露，募資困難是因大部分單位不明白為何影片同時處理「環保節能」與「跨性別者」兩大議題，不願出資。但他強調，兩者息息相關，「許多文化、社會、環境的問題，相互交纏，應一起處理、共同改善，但我們常各行其道。」他舉這次公視大展另一部為印度女性發聲的紀錄片《阿米爾罕的眼淚》(The Snake Charmer) 為例，片中的女性困境，來自文化造成人們不自覺的偏見，這和《穿裙子的英雄老爸》裡跨性別者的遭遇一模一樣。

該片雖在美國公視播映、參加10幾個影展，但發行同樣碰到類似募資時的問題。之前德瑞克執導探討毒品濫用紀錄片《The Opiate Effect》透過學校與勒戒診所

等管道，效果不錯，但推出《穿》片時，教育系統卻不感興趣，認為應該專注「性別」或「環境」單一主題就好了。

德瑞克坦言，紀錄片本來就是小眾，關注跨性別議題的人更是少數，但他仍不放棄，尤其日前來台與觀眾對談後，又多了一些能量，「畢竟要改變人們的觀點，需要耐心。」



公務人員行政中立宣導專欄

Q：公務人員違反行政中立法規定時，會遭受處罰嗎？

A：Yes! 會按情節輕重，依公務員懲戒法、公務人員考績法或其他相關法規予以懲戒或懲處；如果涉及其他法律責任者，依有關法律處理。



健康生活專欄

不要再喝奇怪的特調咖啡了！

【本文摘錄自健康雜誌網站/陳美宮整理】

每天喝1~2杯黑咖啡，可以促進新陳代謝、紓緩肩頸痠痛，甚至提高運動表現、降低死亡風險。然而，如果喝的是特調咖啡或三合一咖啡，也有一樣的效果嗎？

30歲的小剛在鋼鐵廠上班，除了偶爾喝點小酒，沒有什麼不良嗜好。

在某次健檢時發現，他的總膽固醇竟然高達230mg/dL、低密度脂蛋白膽固醇（LDL，壞膽固醇）到了154mg/dL、三酸甘油酯是330mg/dL；相較於半年前的檢查數值：總膽固醇180mg/dL、LDL 110mg/dL、三酸甘油酯160mg/dL。這期間究竟發生了什麼事？

小剛說他的生活一如往常，並沒有太大變化。此時陪他一起看診的女友突然插話：

「劉醫師，他3個月前開始每天都到超商買『特調咖啡』，喝到連店長都建議他少喝這種特調咖啡，跟這有關嗎？他都勸不聽。」小剛回說：「可是，上次劉醫師不是說咖啡對身體很好啊！」

Oh my god！連店長都說不要再喝了，小剛的血脂異常的答案呼之欲出。

劉博仁醫師的功能醫學門診，常會有像小剛這樣愛喝特調咖啡或三合一咖啡而健康出問題的病例，為此他還曾在 Facebook 上公開呼籲大家不要再喝奇怪的特調咖啡。

他說：「咖啡含有綠原酸，具有的抗氧化活性，因此研究發現，咖啡可以保護肝臟、降低失智風險、增加胰島素敏感、降低某些癌症的發生。

如果喝咖啡加牛奶或是豆漿，我認為還可以接受，但是如果加了糖，那麼好處就會被抵銷，因為攝取過多的糖，會加速老化、降低胰島素敏感，以及增加脂肪肝、肥胖、新陳代謝症、癌症的風險。」

加料特調，抵銷咖啡的抗氧化益處

市面上所謂的「特調」或是「三合一」，幾乎都是咖啡加上白砂糖和人造奶精（也就是俗稱「反式脂肪」的氫化脂肪酸）。更誇張的還有加了酪蛋白粉、香精、乳化增稠劑、甜味劑、穩定劑、食用色素等，其中的酪蛋白是從牛奶萃取的蛋白，容易誘發過敏。至於「二合一」的即溶咖啡，雖然標榜不加糖，但脂肪比例更高，甚至反式脂肪的含量也很可觀，最好也不要喝。

劉博仁強調，這類特調或是三合一咖啡還有一個大問題，「就是熱量超高，平均脂肪熱量超過30%，甚至有些二合一咖啡的脂肪熱量超過50%。」目前一般營養專家認為，每日從脂肪攝取的熱量應佔總熱量的10~20%，如果跟一般濾掛式咖啡比較起來，市售三合一咖啡的熱量多出20倍以上，這類高油脂的特調咖啡潛藏了心血管疾病的高風險。

而這一陣子很流行、號稱有助減肥的防彈咖啡（Bulletproof Coffee），它的做法是將有機黑咖啡加上1~2小匙無鹽草飼奶油，和1~2小匙有機椰子油，一起放進果汁機打成像拿鐵一樣，雖然沒有使用所謂的反式脂肪，也沒有加入奇奇怪怪的添加物，但熱量超高，如果其他餐沒有攝取足夠的蔬菜纖維，長期下來，對於血脂的控制有待觀察。任何飲食形態都可能造成環環相扣的骨牌效應，劉博仁說：「傾聽並尊重身體發出的訊息，同時也要配合醫師的檢測，才能確保健康。」

小剛在劉博仁的勸說下，不再喝特調咖啡，改喝黑咖啡。3個月後他的血脂肪檢查又回復到正常值。

這就是功能醫學強調的，只要飲食方式調整、吃對食物，不需要吃藥，許多可能變成慢性病的生活習慣病就可以被成功逆轉，回復身體本來的健康機能。



員工協助方案(EAP)專區

I care  ([本校員工協助方案專區連結](#))

好文分享：人怎樣活著才舒服呢？

【本文摘自學習電子報】

小和尚問：「師父！人怎樣活著才舒服呢？」

師父說：「舒」字由「舍」和「予」組成，就是告訴我們：人要想活得舒服，需要「舍」和「予」。

「舍」就是捨棄、放下。

「予」就是給予、付出，只有付出才有回報，為別人付出就是給自己鋪路，如此自己就能活得舒服！

你在你生命裡「練習」什麼？

最近，我在倫敦舉了一個「練習」的例子。這是在中國時看到的小故事：有一位射箭的人來到鎮上展示他的才華。

他來炫耀技能，技術相當好。

他是很不可思議的神射手，一箭接一箭，都正中靶心。

在群眾後面站了一個人，他並沒有喝采。只說道「哦，這只是熟能生巧罷了」！

當然，這位神射手自視甚高，不喜歡這樣的評語，他期望得到讚美，不喜歡這樣的評語：「這只是熟能生巧罷了！」

於是他相當反感，而走向那個人說：「你是什麼意思？只是熟能生巧罷了？你能夠射得像我這麼精準嗎？」

他說：「沒辦法，不過讓我給你看個東西」。

因為他曾經賣過油，於是他拿起一個瓶子，瓶口非常窄，有個長長的瓶頸，底下有個圓形的肚子，他能拿起大桶的油，將油倒進那個小瓶口，剛剛好倒進瓶子裡，沒有溢出一滴油。

然後，他看著神射手說：「你能夠這麼做嗎？」

神射手知道他做不到，從沒有練習過那個技能。

賣油的說：「我沒辦法像你一樣射箭，但你也沒辦法像我這樣倒油，這只是熟能生巧罷了」。

我講這個故事的用意何在？

接下來的問題是：你「練習」什麼？因為，無論你「練習」什麼，你一定會「精通」它。

好壞不是問題，如果你「練習」欺詐瞞騙，你就會「精通」欺詐瞞騙。

如果你「練習」抱怨，你就會「精通」抱怨。

你可以抱怨每一件事，眼都不眨一下，想都不用想，非常的順手。

當你所有的朋友站在那裡，欣賞著大大的中秋月，美好的夜晚。每個人都被這樣美麗的夜晚感動得幾乎掉下眼淚時，你突然間，想都不想就抱怨起來了：「是啊！可是好暗啊！」所以，在你生命裡，你「練習」什麼？假如你在你生命裡「練習」和平，你就會「精通」和平。你會非常「精通」的。

假如你在你生命裡「練習」喜悅，你就會非常「精通」喜悅。

假如你在你生命裡「練習」快樂，你就會非常、非常「精通」快樂

假如你「練習」認識自己，你就非常、非常「精通」認識自己。

你會知道你是誰。

人生必讀

1、人生最重要的不是努力，不是奮鬥，而是抉擇。

2、老板只能給一個位置，不能給一個未來。舞台再大，人走茶涼。

3、意外和明天不知道哪個先來。沒有危機是最大的危機，滿足現狀是最大的陷阱。

4、所見所聞改變一生，不知不覺斷送一生。

5、生意，可以掌控努力與投資，卻無法掌控結果。人生得意時找出路，失意時才有退路，寶馬都有備胎，您的人生呢？

6、世界上有多少有才華的失敗者，世界上有很多高學歷的無業遊民——是因為選擇錯誤。

7、下對注，贏一次；跟對人，贏一世。

8、學識不如知識，知識不如做事，做事不如做人。

9、不識貨，半世苦；不識人，一世苦。

10、生命不在於活得長與短，而在於頓悟的早與晚。

11、做人處事，待人接物：重師者王，重友者霸，重己者亡。

12、沒有目標的人永遠為有目標的人去努力。

13、人生三階段：比才華；比財力；比境界。

14、人若把自己框在一定的範圍內，就容易限制了自己的思維和格局。

15、今天的優勢會被明天的趨勢代替，把握趨勢，把握未來。

16、讀萬卷書不如行千裏路，行千裏路不如閱人無數，閱人無數不如名師指路。經師易得，人師難求。

17、學歷代表過去，財力代表現在，學習力代表將來。

- 18、人生能走多遠，看與誰同行；有多大成就，看有誰指點。
- 19、聰明的人看得懂，精明的人看得準，高明的人看得遠。
- 20、做人不成功，成功是暫時的；做人成功，不成功也是暫時的

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



人事動態

單位	職稱	姓名	異動情形	生效日期
民雄校區教務組	組員	蕭茗珍	薦任升官等訓練合格	107.09.21
師資培育中心教育實習組	組員	張紀宜	職務調整	107.12.04
師資培育中心地方教育輔導組	契僱辦事員	吳佳蓁	工作調整	107.12.04
師資培育中心課程組	職務代理人	江汶儒	離職	107.12.05
學生事務處生活輔導組	輔導員	林季盈	工作調整	107.12.13
學生事務處學生輔導中心	主任	楊育儀	卸任	107.12.13
學生事務處學生輔導中心	主任	許忠仁	新任	107.12.14
人事室	組員	盧俊宇	新進	107.12.14
生命科學院	代理院長	吳思敬	解除代理	107.12.16
生命科學院	代理院長	陳瑞祥	代理院長	107.12.17
應用歷史學系	教授	阮忠仁	退休	107.12.28
總務處資產經營管理組	組員	涂博榮	職務調整	108.01.01
總務處資產經營管理組	警衛隊員	周英宏	工作調整	108.01.01
電機工程學系	技工	賴姿螢	職務調整	108.01.01
總務處營繕組	技佐	葉懿緯	調任他機關	108.01.04



1月份壽星

曾再富教授	林彥伯專案助理教授	張進益副教授	黃承輝教授
廖招治教授	洪敏勝主任	林政道助理教授	徐芷葳專案書記
劉豐榮教授	張景行副教授	王進發主任	李秋霞專案辦事員
高之梅助理教授	陳文俊副教授	吳盈靜副教授	陳美瑩副教授
邱秀貞副教授(組長)	柯幸茹專案辦事員	蘇文清教授	張筱涵專案組員
洪如玉教授	吳正曉組員	廖慧芬主任	徐善德研發長
陳瑞芳工友	陳芳品工友	陳文龍教授	黃翠瑛副教授
張育津組長	羅同明駐衛隊員	王雅音技佐	張得恩助理教授
郭清宜專案護士	王怡仁教授	郭宏鈞技士	羅登源副教授
王俊賢教授	蔡宜蓉專案辦事員	盧青延簡任秘書	朱紀實副校長
張俊賢教授	林芝旭組員	劉沛琳副教授	羅淑月契僱組員
陳耀輝副教授	林金龍組長	劉以誠助理教授	許文權組長
丁慶華教授	陳秀鳳組員	徐淑如教授	葉晴辰組長
蔡依穎組員	周沛榕副教授	周玉華專案書記	蔣馥梅專案組員
周基安技士	張齊家專案組員	張美華助理教授	賴南豪專案技士
侯秀靜工友	謝宏毅副教授	金立德副教授	張智雄教授
朱淑玲計算機操作員	吳光名組長	蔡東霖教授	林春暉教官
林淑娟組員	郭麗專案書記	林麗娟副教授	劉玉玲組長
黃春益組員	楊淑萍專案辦事員	蕭琬儒專案組員	江明興專案技佐
王雅芬組員	謝奇文副教授	鄭毓霖組長	吳永富技士
趙恆振副教授	黃子娟專案組員	楊徵祥副教授	鄭夙珍主任
鄭智嘉專案技士	楊雅琪專案組員	曾采雯助教	許哲綸契僱技士
吳怡樺專案技佐			

附註：

- 一、本校108年度員工生日禮券金額為1200元，廠商為「耐斯廣場股份有限公司」。
- 二、表列壽星名單，請各單位務必配合於1月4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。