



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2月2日臺教人(二)字第1124200024B 號函轉知，「公立各級學校專任教師兼職處理原則」，業經教育部於中華民國112年2月2日以臺教人(二)字第1124200024A 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. 教育部112年2月2日臺教人(二)字第1124200024G 號函轉知，「國立各級學校兼任行政職務教師兼職處理辦法」，業經教育部於中華民國112年2月2日以臺教人(二)字第1124200024D 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。
3. 教育部112年2月6日臺教人(二)字第1120009889號書函轉知，「專門職業及技術人員轉任公務人員條例」業奉總統112年12月28日華總一義字第11100110021號令修正公布一案，相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。
4. 教育部112年2月22日臺教人(二)字第1124200439號函轉知，有關公立學校專任教師得於下班時間就其智慧財產權及肖像權之授權行使，獲取合理對價相關規範補充說明一案，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2月22日臺教人(二)字第1124200439A 號函轉知，有關國立學校兼任行政職務教師得於下班時間就其智慧財產權及肖像權之授權行使，獲取合理對價相關規範補充說明一案，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2月20日臺教人(二)字第1120016762號書函轉知，國家科學及技術委員會令以，111年6月22日公務員服務法修正公布後，中央研究院未兼任行政職務

之研究人員、研究技術人員已非該法適用對象，爰無科學技術基本法第17條第4項、第5項及從事研究人員兼職與技術作價投資事業管理辦法之適用一案，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2月23日臺教人(二)字第1120018048號書函轉知，公務人員任用法第22條業經總統於112年2月15日修正公布一案，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3月2日臺教人(五)字第1120021147號書函轉知，「公務人員執行職務意外傷亡慰問金發給辦法」第4條業經考試院、行政院112年2月16日令修正發布一案，相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。
9. 教育部112年3月3日臺教人(二)字第1120022658號書函轉知，銓敘部令以，公務員依法停（休）職期間得於民間機構任職，任職範圍包括公務員服務法第15條第2項所稱「領證職業」，且毋須經權責機關（構）同意或備查；惟各該專業管理法律另有禁止規定者，仍應依其限制為之，且亦不得違反公務員服務法第5條、第6條、第7條、第14條及第16條等相關規定一案，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3月3日臺教人(二)字第1120022658號書函轉知，銓敘部令以，公務員依法停（休）職期間得於民間機構任職，任職範圍包括公務員服務法第15條第2項所稱「領證職業」，且毋須經權責機關（構）同意或備查；惟各該專業管理法律另有禁止規定者，仍應依其限制為之，且亦不得違反公務員服務法第5條、第6條、第7條、第14條及第16條等相關規定一案，相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。



父母如何陪伴孩子擁抱挑戰

【本文摘自心快活心理健康學習平台/林雨璇】

孩子成長的過程，在不同的階段、不同領域都將面對多樣性的挑戰。有些人越挫越勇，也有些人越來越缺乏自信。而父母可以如何引導孩子擁抱挑戰，培養成功者的思維呢？

美國史丹佛大學的 Carol Dweck 博士提出「**成長型思維模式 (growth mindset)**」來說明成功者之所以成功的要件。擁有「成長型思維模式」總是勇於面對挑戰，他們相信挑戰是幫助他們成長的機會，面對挑戰的同時也激發其潛能。因此他們在面對挑戰的表現總是興致勃勃且積極嘗試。相對於成長型思維模式為「**固定型思維模式 (fixed mindset)**」，此類思考者認為大腦的素質是一成不變，先天的條件已決定一個人的未來的成就，故他們可能常拒絕挑戰，以轉移其可能失敗後的挫折與沮喪的情緒，或是鮮少嘗試努力，以避免自我驗證其越努力代表先天素質(聰明才智)不好的想法。

不同的思維模式不僅影響一個人面對挑戰的作為，亦深深影響其對於成功的想法。成長型思維模式者，他們深信成功來自於個人努力爭取的「自我成長」所致。而固定型思維者，由於認為大腦素質是不可變的，因此他們對於獲取成功容易歸因於「外在環境」因素，例如：運氣。

然科學研究已證實大腦素質的發展是先天與後天環境交互作用的結果，因此**大腦的學習能力是可以改變**的，它會因為個人的努力與自我鍛鍊，有所進步與成長。就如同身體的肌肉一樣。因此父母在陪伴孩子面對挑戰的過程時，可以試試以下兩個做法，培養孩子的「成長型思維」：

1. **引導孩子注意正面的訊息**。在孩童面對挑戰的過程，陪同孩子發揮創意發掘過程的小進步。例如：我比上次更努力的嘗試，越多的嘗試代表我會有越多的進步。

2. **鼓勵孩子的努力而非聰明**。不論孩子面對挑戰成功或失敗，應「具體」肯定其過程的努力，而非聰明。親子可以嘗試討論，在過程中的哪些想法或做法，讓這件事情獲得成功。

父母透過以上方式，逐步累積孩子鍛鍊自我大腦的經驗，讓其了解成功並不代表我聰明，而是我非常努力讓自己成長(自我肯定努力的過程)，失敗亦不代表我愚笨，而是一個更好的機會讓我重新檢視與調整自我學習與練習方式的機會。經由父母的引導，將能培育孩子的成長型思維，積極栽培自我大腦功能的成長！



### 個人資料保護法實例問答

**手機應用程式○APP，透過其他資料庫合法授權、網路搜尋公開資訊與社群回報等方式取得相關電話號碼，以提供使用者辨識來電資訊之服務，其個資法之中央目的事業主管機關為何？**

**【本文摘錄自國家發展委員會個人資料保護專區網站】**

答：

- 一、查個人資料保護法(下稱個資法)第22條立法說明第2點係記載「查現今社會中個人資料已為各個行業不可或缺之資訊，上至銀行、電信公司，下至私人診所、錄影帶店均會蒐集顧客之個人資料並建立檔案，成為經營該業務重要之一環。由於各個行業均有其目的事業主管機關，有屬中央者，有屬地方者，而個人資料之蒐集、處理或利用，與該事業之經營關係密切，應屬該事業之附屬業務，自宜由原各該主管機關，一併監督管理與其業務相關之個人資料保護事項，較為妥適。」；又查電信號碼管理辦法及電信事業處理有關機關(構)查詢電信使用者資料實施辦法，係分別依電信法第20條之1第6項及第7條第2項授權訂定，其規範對象為經營利用電信設備提供通信服務供公眾使用之電信事業。按○APP之營運模式，係協助使用者辨識來電之相關資訊，非利用電信設備提供通信服務，故非屬電信事業或其附屬業務，尚難逕予認定國家通訊傳播委員會為其個資法之中央目的事業主管機關。
- 二、依行政院103年5月28日院臺法字第1030135223號函所附會議決議，有關「入口網站經營、資料處理、網站代管及相關服務業」已有明確之中央目的事業

主管機關者，維持由該機關為主管機關；其餘尚無明確之中央目的事業主管機關者，為結合推動電子商務、網路產業發展事項，由經濟部擔任個資法之中央目的事業主管機關。考量○APP 非屬電信事業或其附屬業務，其營運模式既屬資料處理服務業，徵諸上開行政院函所附之會議決議，應以經濟部為中央目的事業主管機關為宜。



## 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

**穿什麼搭飛機才好？ 機上聰明生存術一次看**

【本文摘錄自健康醫療網】

疫情逐漸解禁，不少人已摩拳擦掌，準備在連假期間出國旅遊。雖然長途飛行確實會給人身心帶來壓力，但只要掌握幾個小技巧，就能舒適搭機、享受行程。

舒適衣著 層疊穿搭



外媒《HERALD WEEKLY》表示，穿什麼服裝是影響搭飛機舒適度的關鍵，即使是公務出差，也記得將牛仔褲打包進行李箱。推薦穿上柔軟有彈性的褲子和寬鬆T恤，可避免緊迫不適，保暖毛衣和圍巾也有助於保暖。

機上溫度溫差大，因此層疊的洋蔥式穿搭就是應對重點，如果溫度太熱，可以把外層衣物脫下來當枕頭。

搭機空間有限，想要避免頭髮凌亂打結，除了把頭髮綁起來，也可以圍上圍巾，兼具保暖作用。

### 舒適鞋襪是搭機好夥伴

登機穿的鞋子和衣服一樣重要，輕盈透氣是首選。避免穿著高跟鞋或窄版鞋，以防奔跑趕飛機。登機後若想要保持舒適，可在自己座位脫下鞋子，因此推薦選擇一雙方便穿脫的鞋子。

還可多準備一雙舒適襪子，一上飛機就換上，可讓你的腳在整趟旅途都感到清爽舒適。

搭飛機不僅溫差大，而且無法隨心所欲調整溫度。為了避免忽冷忽熱，準備一雙拖鞋有助於調節體溫並保持舒適。

### 軟質包款輕裝上陣

人搭機時會連續好幾個小時擠在座位上，且伸腿空間也不夠，隨身包最好小巧柔軟、可壓扁，以便於放置在座位下或前座口袋。多口袋的隨身包包可幫助你輕裝上陣。

如果要乘坐長途航班，你可能會覺得需要攜帶多一點東西才夠用，但其實一件隨身行李就足夠了。而且旅客和飛機最好攜帶輕載，以避免飛機超載從而影響在空中的機動能力。

### 多一個迷你小袋

由於乘客在機上的時間幾乎都是坐著的，而且手提行李又得放置在頭上的行李艙。若頻繁拿取錢包、口香糖或鑰匙等小物相當麻煩。此時，準備一個迷你隨身小袋子塞入這些物品，並放置在座位前的口袋，便於隨時拿取。

## 零錢很好用

現在付款方式相當多元，有大量的 APP 和信用卡可以滿足需求。另也可隨身攜帶少量美元零錢，便於支付許多服務費用，例如代客泊車、機上小點心等，使用零錢會很方便。兌換外幣時，除了大鈔也別忘了換一些當地貨幣零錢。

## 寵愛自己

長途飛行可能會讓人筋疲力盡，可準備所有讓人感到舒適的小物，奢華一點也沒問題，例如牙刷、除臭劑、梳子、眼罩、耳塞。還有芳香枕頭噴霧可讓人保持平靜，甚至還塗抹滋潤面霜寵愛自己，閉上眼睛，讓所有的煩惱煙消雲散。

如果你打算在長途飛行途中補眠，推薦隨身攜帶眼罩。只需遮擋光線，就能讓人為享受小睡片刻做好準備。怕吵的人還可攜帶降噪耳機，擁有良好睡眠品質與甜蜜夢鄉。

## 攜帶酒精消毒

若是免疫系統低下族群，搭乘飛機旅行時與眾多陌生人待在同一個密閉空間，容易接觸到龐大細菌。因此確定有帶上乾洗手或酒精濕巾，並擦拭扶手、折疊桌和任何可能會觸摸到的東西。因為你不知道你使用之前有多少人接觸過，甚至以防有乘客打噴嚏到這些設備上。

## 再三確認充電器

在離家準備出發之前，務必仔細檢查是否帶上了手機、iPad 或隨身攜帶的電子產品充電器。萬一忘記攜帶充電器，雖然在機場也能購買，但費用可是貴的多！

## 易碎物品務必標註

經常出差的人知道應該帶什麼東西，也知道易碎物品不要打包。但是，如果一定得攜帶貴重物品，請將行李標記為易碎品。至少可確保行李獲得妥善處理，幸運的話，行李有可能放置在最上面。



## 員工協助方案(EAP)專區

I care 

[\(本校員工協助方案專區連結\)](#)

告別貪睡！聰明大腦的起床技術

鬧鐘聲鑽進腦中，反射性伸手按了手機，在渾噩中慶幸還有「貪睡功能」的發明，但「再睡一會兒」真的對我們有幫助嗎？

大家一定不陌生剛睡醒時意識不清的狀態，科學家稱之為「睡後遲鈍」(sleep inertia)，在這段時間裡警覺力會降低，思考能力和感覺能力也會下降，而這現象可能持續1分鐘到4個小時不等，如果在這個時候選擇按下貪睡按鈕繼續回頭小睡10分鐘，很容易就陷入了睡後遲鈍的惡性循環，也就是昏沈的狀態下回頭小睡，睡醒了還是感覺昏沈所以又回頭小睡，儘管醒醒睡睡可能長達數小時之久，但仍沒有睡飽的感覺，反而是越睡越累。

了解「再睡一會兒」對清醒並沒有幫助後，那麼要如何才能更順利的脫離昏沈的狀態呢？我們可以藉由外在的力量，像是起床後喝杯咖啡、沖澡，或是享受早晨的陽光，目前也有許多能幫助起床的有趣手機 app，如需完成解題或照相等任務才能關閉的鬧鐘，都可以減少睡後遲鈍的影響。我們也可以藉由內在的力量，如增強起床的動機以及抑制賴床的衝動，起床的動機可以促進我們更容易從睡夢中清醒，這個道理不難理解，就像小時候要遠足時，即使晚上興奮的睡不著，但隔天仍能按時起床，所以我們可以多想一些促使隔天起床的理由，像是期待明天的早餐等。如何抑制賴床的衝動呢？我們可以利用已經證實能有效追求目標的「如果-那麼」實施計畫(IF-THEN implementation plans)，此方法已幫助了許多有控制問題的人追求難以達成的目標，如幫助學生抗拒誘惑專心學習，幫助減肥者控制飲食拒絕甜食等。

「如果-那麼」的目標是將慾望和抑制能力連結，讓輕易能喚起的慾望成為啟動抑制能力的訊號，這個連結必須要迅速且自動，就如睡前要刷牙一



樣的自然。一個針對學齡前兒童抗拒誘惑的實驗，實驗要求小朋友必須不能中斷的完成一些無聊的任務，如抄寫無意義的表單或是將一大堆的小釘子插回盒子裡，但在同一時間會有吸引人的小丑遊戲盒干擾小朋友作業，小丑先生會使出各種手段，誘使小朋友停下手邊工作和他一起玩，我們可以教導小朋友先制定一套抗拒誘惑的計畫：如果你聽到小丑先生的聲音，你千萬不要看他，然後對自己說「不行，我不要；我正在工作。」實驗結果顯示，被教導此計畫的小朋友能減少分心時間且繼續工作。同樣的方式也複製到許多其他研究，一個促進中年婦女食用蔬菜水果的實驗也發現，在飲食的衛教課程外加上「如果—那麼」策略，除了增加蔬菜水果的攝取量之外，2年後養成的健康飲食習慣仍持續。

所以我們可以編製適用於自身的「如果—那麼」起床計畫，再加上激勵的動機，效果則加倍：「如果我又想鑽回被窩裡，我會告訴自己還有好吃的早餐正在等著我！」但在享受美好的成果前，事前的練習是必要的，就如身體的肌肉一樣，大腦的自動化迴路也需要多次的反覆鍛鍊，待我們一次又一次的增強大腦的反射途徑後，起床將不再是件難事，讓我們開心地向賴床說再見！

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



## 人員異動名單

單位	職稱	姓名	異動情形	生效日期
主計室	組長	莊瑞琦	退休	1120302
秘書室	專門委員	范惠珍	退休	1120302
秘書室	專門委員	吳子雲	調任	1120302
國際事務處國際合作組	專案組員	張逸珊	新進	1120303
體育室	組長	謝婉雯	退休	1120306
體育室	組長	陳麗芷	調任	1120306
國際事務處學生事務組	專案組員	裴一中	新進	1120306
電子計算機中心(系統研發組)	專案臨時辦事員	陳承泰	新進	1120313
主計室	組長	陳玉芬	新進	1120321



## 3月份壽星

劉玉雯教授	陳世晞教授	王莉霽助理教授	陳清田副教授
黃財尉教授	朱政德副教授	黃憲卿工友	郭至汶專案助理教授
何仁達組員	李安進教授	許揚昕助理教授	姚如芬教授
蔡雅琴教授(中心主任)	甘廣宙教授	楊千瑩副教授	翁秉霖副教授
曾碩文助理教授	李志明助理教授(場長)	趙偉村副教授	郭鴻志教授
侯金日副教授(主任)	侯坤良專案技佐	王姿雯專案護理師	曾金承副教授(系主任)
劉士賓專案輔導員	簡涵如助理教授	張鳳珠組員	張瑞娟教授
秦宗顯專案研究員	林資雲專員	朱惠英專案助理教授	侯新龍教授
林明儒副教授(組長)	蔡宗杰助理教授	蘇世珍組員	曾鈺茜副教授

陳震宇副教授	李保宏專案助理教授	怡甄專案組員	連經憶助理教授
黃貞瑜契僱組員	陳宏綺工友	鄭月梅講師	范惠珍專門委員
王思齊副教授	吳昭旺主任	陳勇祥副教授	江政達教授
劉怡文教授(副學務長)	李茂田專案研究員	楊淑朱教授	王清思教授
莊慧文教授	劉軍駙專案組員	丁文琴副教授	李方君教官
吳昆財教授	張芳琪教授	楊閔瑛專案技士	廖敏秀專案組員
黃思偉助理教授			

附註：表列壽星名單，請各單位務必配合於3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。