



電話：(05)2717192-3(一組) 傳真：(05)2717195
 電話：(05)2717196-7(二組)
 網址：http://web20.ncyu.edu.tw/personnel/index.php?option=com_content&task=view&id=110&Itemid=115

人事法令宣導

- 一、銓敘部96年12月21日部退三字第0962839616號令，配合學校教職員退休條例第3修正條文於民國97年1月1日施行，有關公務人員曾任兵缺代理（課）教師年依下列規定併計公務人員退休年資：
 - (一)97年1月1日以後退休生效之公務人員，曾於96年12月31日以前擔任兵缺代理（課）教師，嗣後擔任公立學校編制內正式教職員等各種適（準）用學校教職員退休條例辦理退休之教育人員職務，再轉任為公務人員者，其96年12月31日以前之兵缺代理（課）教師年資，因符合學校教職員退休條例第3條教育人員年資採計規定，爰亦得檢具相關證明文件，採計為公務人員退休年資；惟其缺代理（課）教師年資如係屬退撫新制施行後之年資者，必須依規定繳納教人員退撫基金後，再於轉任公務人員時移撥退撫基金帳戶，始得併計。至於育人員退撫基金費用之繳納，應依主管機關之規定辦理。
 - (二)依上開學校教職員退休條例第3條修正條文規定，97年1月1日以後之各種代理（課）教師年資，均不得併計為退休年資。爰公務人員如具有97年1月1日以後之各種代理（課）教師年資，亦不得併計為公務人員退休年資。
 - (三)該部61年6月24日61台為特三字第19168號、91年4月11日部退三字第0912123456號等相關函釋，與上開規定不符部分，自97年1月1日起停止適用
- 二、教育部97年1月14日台人(二)字第0970000058號函轉行政院人事行政局函略以，有關購買汽、機車自96年12月31日起不得列入國民旅遊卡休假補助核銷範圍，請查照轉知所屬同仁。
- 三、教育部97年1月8日台人(二)字第0970001377號書函略以，為維護公務人員健康與辦公場所環境整潔，並顧及政府機關形象，請轉知所屬人員於上班時間禁止嚼食檳榔，並對已有嚼食檳榔習慣者加強勸導。
- 四、教育部96年12月28日台人(三)字第0960201208號書函轉公務人員退休撫卹基金管理委員會函略以，有關本會與合作金庫銀行、第一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97年12月31日止。
- 五、行政院人事行政局97年1月18日局授住字第09703005092號書函略以，同仁辦理「築巢優利貸—2007~2008全國公教員工房屋貸款」時，於申請本校在職證明或相關文件時，請告知用途，以利本室於證明書內加註「編制內」員工。
- 六、行政院97年1月9日院授人給字第0970060231號函略以，退伍（休）軍公教人員、退休工友（技工、駕駛）、公營事業機構退休人員及領有退職酬勞金之鄉（鎮、市）長等人員擔任各機關學校臨時人員或公立學校兼任、代理（課）教師者，自97年1月1日起適用勞基法提繳勞工退休金規定。
- 七、行政院勞工委員會97年1月11日勞動4字第0970060039號書函略以，公部門各業臨時人員係自勞工退休金條例（新制）施行後始適用勞動基準法，其退休金制度應一律適用勞退新制。公部門各業臨時人員適用勞動基準法前工作年資之退休金，無論是否有參照勞工退休金條例自願為渠等提繳退休金，事業單位並無於退休時另依勞動基準法規定發給退休金之義務。公部門各業臨時人員適用勞動基準法前

所提撥之離職儲金仍依原發放方式處理。

- 八、教育部97年1月23日台人(一)字第0970006415號函略以，各機關學校現有身心障礙人員及原住民人數應確實掌握，其人事管理非屬人事單位辦理之人員，亦應注意渠等異動資料之及時取得。準此，本校各單位(或計畫主持人)因執行業務(或執行各項研究計畫)所聘僱之臨時人員(含無任專職服務單位之兼任教師暨代課(理)教師、專兼任研究助理、臨時工、工讀生)，凡具有上開身分者，請檢具身分證明並書面向人事室告知，俾提昇本校進用該類人員比率，以因應政府照護弱勢團體就業之措施。
- 九、教育部97年1月7日台總(一)字第0970002295號書函轉行政院人事行政局函略以，96年度購置、修繕住宅貸款利息補貼第2次公告申請期間自96年12月17日至97年6月30日止。
- 十、教育部97年1月21日台人(二)字第0970008285號函轉行政院人事行政局函略以，有關公務人員於國民旅遊卡特約商店刷卡購買腳踏車得列入休假補助核銷範圍。
- 十一、教育部97年1月18日台總(一)字第0970009746號函轉公務人員住宅及福利委員會略以，中央公教人員購置住宅貸款利率，自96年12月28日起依規定調升，原公教人員住宅及福利委員會經管之貸款基金及其相關業務，自97年1月起移撥營建署主政，爾後有關中央公教住宅貸款相關業務，請逕洽該署辦理。

人事業務--工作報告

- 一、97年1月15日96學年度第5次行政會議審議通過「國立嘉義大學專案人員工作規則」。
- 二、97年1月15日96學年度第5次行政會議審議通過「國立嘉義大學績優兼任行政工作教師及職員選拔要點」，條文內容請至本校人事室網站/法規彙編項下查閱。
- 三、本校於97年1月15日下午6時，於小原活海鮮餐廳舉行96學年度第1學期退休人員歡送餐會暨歷年退休人員歲末聚餐，並邀請各位主管蒞臨參加。
- 四、本校於97年1月21日辦理「勞動基準法理論與實務」宣導會，計有教職員工183人參加。
- 五、本校於97年1月28日上午9時舉行校長續任暨一級主管佈達典禮。
- 六、教育部97年1月9日台人(二)字第0970002784號函略以，嘉義縣政府於97年1月1日12月31日止，辦理「邀請全國公務人員遊嘉義大獎活動」，詳情請至<http://www.tbocc.gov.tw>查詢。
- 七、教育部97年1月18日台人(二)字第0970009630號函轉行政院人事行政局函略以，96年菁英領導班之「哈佛大學班」出國報告電子檔已登載於「公務出國報告資訊網」。

淺談五十肩

因為外傷或疲勞損傷而導致肩關節疼痛，使肩關節不能主動或被動做外展、向前、向後彎屈或外旋等活動，且此肩部疼痛好發於40—60歲，故稱『五十肩』或稱為肩關節周圍炎。會引起肩關節周圍炎的病因，包括肌腱炎所引起的急慢性外關節炎、肩關節脫臼、骨折、長期固定、韌帶受損、肌肉斷裂和肩關節退化，甚至於心肌梗塞或頸脊神經根炎……等，由此可顯示了本病的複雜性。一般而言，罹患五十肩的女性患者多於男性，雖然左右兩肩都有機會發生，但以左肩比率較高，而兩邊同時發生的機會很少。初發時常感肩膀酸楚難忍，局部怕冷，夜痛加重，甚至睡時痛醒，故又稱「冰凍肩」。且疼痛感會向頸部及上肢擴散，此時上肢活動受限，穿衣、搔背都有困難，也不能自己梳頭髮，當上肢不動或向下時疼痛減輕或消失，故又稱「凍結肩」。

那如何知道自己有五十肩？如果，手臂上舉可碰到耳朵，而手背到背後可碰到對側肩胛骨，就不用擔心有五十肩。

由於不動較不會引起疼痛，所以很多五十肩患者盡量不動，結果使得活動受限愈來愈厲害，惡性循環。許多病患會因而變成肩不能挑、手不能提的獨臂俠。

常見的病因：

1. 性別：女多於男，長期操勞家事的主婦和停經婦女最常見。
2. 退行性病變及免疫、代謝性疾病：好見於高血壓、冠心病、糖尿病、心血管硬化、頸椎病等之病患。
3. 外傷史：患側的肩膀大都有外傷史。
4. 職業：非體力勞動者、伏案工作者較常見。
5. 患側：無特殊原因者，常發生在左側，而有外傷史者通常好發在右側(慣用手)。並且多為單一患側，兩側會同時發作者，僅6—17%。

五十肩的臨床症狀可約略分為三個時期：

1. 疼痛期：約可持續6個月，此時病人感到肩部各方向動作均會引起疼痛，痛點通常難以準確定位，而且常會有放射性疼痛至上臂或手肘。
2. 僵硬期：約6至12個月，此時關節不見得會痛，但非常僵硬不靈活，動作明顯受到限制，此後疼痛與僵硬可能又會同時存在。
3. 恢復期：此後6個月，會慢慢恢復，但很難完全復原。基本上，症狀是一種惡性循環，越痛越不動，越不動越痛。

五十肩的治療

中醫認為五十肩是由於過度勞累，或因年老體衰，肝腎氣血虛損以致筋失濡養，加上風寒濕邪氣乘虛侵襲肩部經脈所致，稱之為「漏肩風」。由於寒主收引，風寒侵襲經脈，遂致氣血阻滯、筋脈凝滯而成肩痛，故又名「肩凝症」，多屬「痺症」的範圍。治療上以調理氣血、祛風散寒、化濕通絡為主，方藥的使用宜補氣血、益肝腎、溫經絡、祛風濕，可內服三痺湯加減來治療。

西醫的治療，在急性期，關節的活動限制還不明顯，口服消炎藥及熱療對減輕疼痛都有幫助，關節內注射類固醇也可減輕疼痛。但若活動已受限制，則要加上運動治療才會有效，運動的目的在於止痛，增加關節活動度，增加肌肉力量、耐力與協調等。

在治療方面，重點放在減除疼痛與功能的重建（恢復其關節活動度），包括使用消炎止痛藥、關節內注射、物理治療、鬆動術及肩關節伸展運動，分述如下：

1. 藥物治療：消炎止痛藥、肌肉鬆弛劑，對於較神經質過度保護（痛就不敢動，越不動，關節活動受限越厲害）的病人，可給予抗焦慮藥並鼓勵患者多活動肩膀。
2. 關節內注射：類固醇加局部麻醉劑，注入的量要夠，以便將關節囊撐開。關節內注射須由骨科、復健科或其它相關科之專科醫師執行之。
3. 物理治療：包括冰敷（炎症反應明顯，疼痛為主時）、熱敷、超音波、干擾波，經電波刺激、磁場治療，對於物理治療不得過度依賴，它純粹只是緩解疼痛，病人本身須努力加強肩膀的活動與伸展運動。
4. 鬆動術：在關節內注射或熱敷後，由有經驗的醫師或治療師執行之，可獲得良好的效果，切忌硬扳硬拉，而造成二度傷害。

運動復健

五十肩患者的運動復健，有利於肩部機能的恢復。形形色色的運動很多，主要是增加肩關節與肩胛骨的活動度，重點在於運動的強度與頻率，一開始不妨輕一點，多做一點，有空就做，然後慢慢增加其強度。最好每天4-6次，每次10~15分，為減少運動時之疼痛，可事先以電熱或熱水袋作熱敷20分鐘。

1. 肩胛骨活動

肩膀向前配合上臂內旋，儘量將肩胛骨往兩旁拉開，肩膀上提靠近耳朵，肩膀往後繞配合上臂外旋（擴胸、兩肩胛儘量內來），肩膀放鬆還原，此算一次，共做30次。要領是肌肉儘量放鬆，幅度儘量放大，儘量慢一點，可配合呼吸，肩膀向前向上向後時吸氣，放下時呼氣。

2. 鐘擺運動

弓箭步（前腳彎，後腳略彎曲）、彎腰，令患側上肢自然下垂，然後做前後、左右、順逆時鐘的甩動，動作由小漸大，若疼痛厲害，可只做前後甩動，要領是肌肉要放鬆，亦可手持重物（罐頭或保特瓶）提高效果。

3. 手指爬牆運動

正面（或側面）向牆，以手指爬牆，並將身體貼近牆壁，可在牆上做記號，看看是否一天比一天進步。

4. 端盤運動

適用於疼痛已減緩而關節活動仍受限者，或平常保健之用，手掌向上如端盤狀，手掌由前往後腋下繞一圈，然後由後往前在頭頂上繞一圈，運動過程中，手掌一直保持向上，要領是肌肉儘量放鬆，上臂內旋、外旋，儘量轉到極限。

5. 拉棒運動

雙手各執木棒（或雨傘）之一端，木棒直立，在背後，兩手一上下，以健側拉牽患側，朝關節活動受限的方向伸展，要領是要以持續穩定的力量牽引，切忌突然猛力硬拉。

6. 背後抬手運動

雙手放在背後腰背處，患手在上、好手在下，量把手往上托高。



人事動態

單位	職稱	姓名	異動情形	生效日期
外國語言學系	教授	廖招治	升等	96.08.01
企業管理學系	教授	蔡柳卿	升等	96.08.01
休閒事業管理研究所	教授	王國欽	升等	96.08.01
林產科學系	教授	蔡佺廷	升等	96.08.01
體育學系	副教授	蘇耿賦	升等	96.08.01
數學教育研究所	副教授	姚如芬	升等	96.08.01
師資培育中心	副教授	王瑞堦	升等	96.08.01
史地學系	副教授	池永歆	升等	96.08.01
美術學系及視覺藝術研究所	副教授	廖瑞章	升等	96.08.01
應用物理學系及光電暨固態電子研究所	副教授	陳思翰	升等	96.08.01
應用物理學系及光電暨固態電子研究所	副教授	鄭秋平	升等	96.08.01

應用化學系	副教授	梁孟	升等	96.08.01
圖書館	組員	林嘉祐	退休	97.01.15
教育學系及國民教育研究所	副教授	陳芳玲	退休	97.02.01
教育學系及國民教育研究所	講師	翁慶宗	退休	97.02.01
輔導與諮商學系	副教授	林本喬	退休	97.02.01
中國文學系	講師	蔡婧妍	退休	97.02.01
外國語言學系	講師	薛寅	退休	97.02.01
通識教育中心	助理教授	王祈麟	退休	97.02.01
通識教育中心	講師	吳瑟鏗	退休	97.02.01
生物機電工程學系	講師	林砂	退休	97.02.01
總務處	辦事員	翁淑芬	調職	97.01.02
人事室	組員	李珮臻	調職	97.01.02
特殊教育學系	組員	蔡肇育	調職	97.01.16
音樂學系	組員	游碧華	新進	97.01.03
總務處	組員	周育慶	新進	97.01.14
教務處	辦事員	郭東發	新進	97.01.21

2月份壽星



姓 名	生日	姓 名	生日
陳蕙敏小姐	02.01	蕭瓊琇講師	02.12
余昌峰助理教授	02.02	鄭炳坤先生	02.12
左克強副教授	02.02	林芸薇助理教授	02.12
洪偉欽副教授	02.02	林英華先生	02.12
陳箐繡副教授	02.03	顏全震先生	02.12
朱健松組長	02.04	黃月純助理教授	02.14
曾士軒先生	02.04	池永歆副教授	02.15
劉代安教官	02.05	周世認學務長	02.16
凌儀玲副教授	02.06	蘇建國副教授	02.17
葉啟張先生	02.06	林清龍主任	02.18
曾迎新主任	02.06	陳思翰副教授	02.18
姜曉芳小姐	02.07	陳美容教官	02.18
余坤煌組長	02.08	陳淑嬌教授	02.19
杜彩霞小姐	02.08	陳茂仁助理教授	02.20
郭灘如講師	02.08	陳美樺教官	02.20

吳昶潤助理教授	02.08	黃建彰先生	02.20
郭鳳瑞講師	02.09	黃芳進副教授	02.20
林淑芬講師	02.09	林姿吟小姐	02.21
黃連貺先生	02.09	白任遠老師	02.22
黃健政副教授	02.10	林金樹主任	02.22
葉慶賢先生	02.10	李幸芳小姐	02.25
倪碧華副教授	02.10	陳昇國助理教授	02.25
賴姿螢小姐	02.10	陳哲俊副教授	02.26
吳煥烘館長	02.11	張瑞發組長	02.26
葉芳妤小姐	02.11	張光勳副教授	02.27
吳淑美副教授	02.12	黃繼仁助理教授	02.28
劉嘉鳳小姐	02.12	陳昭如助教	02.28
黃珣惠副教授	02.12		

附註：

一、本校97年度員工生日禮券金額為1590元，得標廠商為遠東百貨公司。

二、以上所列壽星名單，請各單位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。