

人事 服務簡訊





第 200 期


中華民國 112 年 09 月 28 日 出刊

國立臺北教育大學人事室 編製



人事公告/人事搶先報

最新 訊息	內 容
	本校 112 年度第 2 次專任教授休假進修研究申請案，自即日起開始受理，請於 10 月 31 日前 將申請表件資料送人事室 嚴素娟專員彙辦。 「教授休假進修研究要點」及「申請書 (2 式)」請至人事室網頁下載使用。
	原 112 年 9 月 23 日 (星期六) 為補行上班日，調整至 112 年 12 月 2 日 (星期六) 校慶慶祝大會暨園遊會補行上班。 說明： 一、112 年 12 月 2 日 (星期六) 各教職員工同仁 (含「比照行政人員適用寒暑休制度之計畫專任人員」) 必須正常上班及參與校慶慶祝大會暨園遊會；至於「不適用寒暑休制度之計畫專任人員」是否須到班或以請假方式替代等，則由計畫主持人自行管控。 二、另 112 年 10 月 11 日 (星期三) 後到職人員，112 年 12 月 2 日 (星期六) 無須到班；112 年 12 月 2 日 (星期六) 前離職人員，112 年 9 月 23 日 (星期六) 如有放假需求，請自行辦理請假手續。
	為辦理 112 年度本校優秀員工或團體遴選， <u>敬請各一級單位主管 (系所請送學院)</u> 推薦符合資格之 <u>優秀編制內職員、助教及約用工作人員 (含專案助理)、技工工友及事務暨臨時人員或團體 (含編制內二級以上單位及校內團體)</u> ，請於 112 年 10 月 11 日前 將推薦人員或團體審查事實表 (含所需證明文件) 送人事室 吳小姐彙辦。 審查事實表請至人事室網站下載使用；請以 A4 格式繕打，電子檔並請傳送承辦人 吳小姐 (mlwu@tea.ntue.edu.tw)。
	BJ4! 9 月 28 日這一天假如在校園遇到老師！請用力喊出「教師節快樂」；如果遇到的不是老師，也請輕輕說「中秋節快樂」，倘若可以清唱一首「天頂的月娘」或「城裡的月光」就更完美了。 最後，大家知道教師節和中秋烤肉節有什麼關聯嗎？答案就在 9 月 26 日全校教師會議中，提示一下好了，老師烤 (考) 的不會焦 (教)。

最新 訊息	內 容
	<p>檢送最高檢察署製作「反賄時代，全民反賄選」等 4 款海報，並請配合 113 年第 16 任總統副總統及第 11 屆立法委員選舉反賄選宣導加強推廣。</p> <p>說明：</p> <p>一、有關「反賄選宣導」工作重點如下：</p> <p>(一) 歷年反賄選宣導素材，請至法務部全球資訊網下載運用 (https://www.moj.gov.tw/2204/2771/2778/2781/Lpsimplelist)。</p> <p>(二) 海報電子檔請自行下載運用，並透過 FB 臉書、LINE、官方社群網站、電子看板等多元管道宣傳周知。</p> <p>(三) 加強宣導反賄選檢舉專線電話 0800-024-099 (撥通後請按 4)，鼓勵民眾檢舉賄選，以促進全民參與反賄選工作。</p>



法令公告

- ◆ 有關 112 年 7 月 1 日以後初任公立學校教職員退撫制度實務執行相關輔助及配套事項一案。(臺教人(四)字第 1124202600 號函)
- ◆ 依原民會 112 年 9 月 7 日原民人字第 11200434204 號函辦理原住民族委員會修正「原住民族委員會專業獎章頒給辦法」第 2 條、第 4 條及第 5 條附表 2 至附表 4，名稱並修正為「原住民族委員會獎章頒給辦法」。(臺教綜(六)字第 1120088741 號函)
- ◆ 有關各校教職員執行本部補助計畫應比照公職人員利益衝突迴避法(以下簡稱利衝法)進行買賣、租賃等交易行為，請依「國立大學校院校務基金設置條例」第 7 條與第 8 條規定，或「學校財團法人及所設私立學校內部控制制度實施辦法」第 15 條及第 16 條等規定，落實內部控制相關規範，杜絕類此案件發生。(臺教技(三)字第 1122302476 號函)



人事動態

※ 新進人員

單 位	姓 名	職 稱	動態情形	生效日期
體育室	胡奕守	約用行政組員	新 進	112.09.01
主計室	李明玲	主 任	他機關調進	112.09.04
學習與教學 國際碩士學位學程	魏嘉萱	約用行政專員	新 進	112.09.08
總務處事務組	陳豐章	定期聘僱人員	到 職	112.09.15
總務處事務組	林允士	事務人員	到 職	112.09.25

※ 離職人員

單 位	姓 名	職 稱	動態情形	生效日期
教務處 註冊與課務組	孫婉寬	組 長	調陞他機關	112.09.07

※ 異動人員

單 位	姓 名	職 稱	動態情形	生效日期
學務處體育室	胡奕守	約用行政組員	事務人員轉 約用行政組員	112.09.01
教務處招生組	王嫻雅	組 長	調任教務處 出版與宣傳組	112.09.07
教務處 出版與宣傳組	柯志平	組 長	調任教務處 註冊與課務組	112.09.07
教務處招生組	林孜琦	專 員	代理教務處 招生組組長	112.09.07
音樂學系	林巧珮	約用行政組員	調 任 人文藝術學院	112.09.20

※ 異動人員-升等

單 位	姓 名	職 稱	動態情形	生效日期
教育經營 與管理學系	徐筱菁	教 授	升 等	112.02.01
教育學系	黃鳳英	教 授	升 等	112.02.01
藝術與造形 設計學系	黃心蓉	教 授	升 等	112.02.01
語文與創作學系	曾世豪	副教授	升 等	112.02.01
文化創意 產業經營學系	朱盈樺	副教授	升 等	112.02.01
藝術與造形 設計學系	李炳曄	副教授	升 等	112.02.01
教育經營 與管理學系	林曜聖	教 授	升 等	112.08.01
語文與創作學系	張金蘭	教 授	升 等	112.08.01
特殊教育學系	鐘偉倫	副教授	升 等	112.02.01
音樂學系	Nikolai Saratovskii	副教授	升 等	112.08.01
數學暨資訊 教育學系	謝佳叡	副教授	升 等	112.08.01
數學暨資訊 教育學系	黃少遠	副教授	升 等	112.08.01
特殊教育學系	吳純慧	副教授	升 等	112.08.01
社會與區域 發展學系	成力庚	副教授	升 等	112.08.01
課程與教學傳播 科技研究所	黃瑄怡	副教授	升 等	112.08.01

【員工關懷小品】

葉黃素「怎麼吃才有效」？

醫：要連續吃 4 周以上，飯前吃吸收差

現代人使用 3C 產品的時間相當長，藍光對於眼睛傷害非常大，因此補充葉黃素也成為一種全民運動。不過，醫師提醒，葉黃素有 3 大特點，因為是脂溶性，要記得飯後再吃，另外，特別留意不要過量，否則容易對肝臟造成負擔。另外，營養師強調，眼睛疲勞吃葉黃素「根本沒效」，不是一味的補充高劑量葉黃素就好。

外科醫師江坤俊在《江 P 醫件事》分享，補充葉黃素儼然成為一種全民運動。不過，醫師說明，葉黃素要吃對時間才有用，因為屬於脂溶性，若空腹時服用，肚子內沒有油脂，吸收會較差。且記得不要吃過量，以免對肝臟造成負擔，醫師舉維生素 B、C 為例，這兩者都屬於水溶性，若吃過多會被汗或尿排掉。

江坤俊說，葉黃素並不是今天吃、隔天就立即見效的。因此要連續吃 4 周至 3 個月以上才有效果。

Donna 營養師陳怡鎔曾說，葉黃素可以進到眼睛的黃斑部，幫助對抗藍光、減少黃斑部病變，但眼睛並非只有黃斑部這個區域，所以不是一味的補充高劑量葉黃素就好。

陳怡鎔表示，眼睛疲勞跟黃斑部完全無關，是因為近距離用眼，使睫狀肌太過緊繃所導致的。若想改善眼睛疲勞，最優先要做的事情是「放下手機、看看遠方」，或是可將手掌搓熱後蓋在眼睛上熱敷；食指指節輕輕按摩眼睛周圍的穴道等，物理性的方式都有助於緩解眼睛疲勞。

陳怡鎔指出，眼睛疲勞的營養補充品，建議挑選藻紅素和花青素為主、葉黃素為輔的產品，再搭配維生素 B 群，尤其是 B1、B6、B12。營養師解釋，花青素大多存在於藍色、紫色、黑色等蔬果中，像是藍莓、桑葚、紫地瓜、葡萄皮、山桑子、黑醋栗、黑豆種皮等。

陳怡鎔點名，保健食品素材常見的有山桑子、黑醋栗、黑豆種皮、智利酒果、黑蘿蔔等。研究證實花青素可促進微細血管功能，有助於預防視網膜病變、改善眼睛疲勞，且花青素具有強力的抗氧化能力，可保護眼睛避免自由基傷害；另外，花青素也能促進眼睛視紫質的再生，有助於加快眼睛適應黑暗，提升夜間視力。

北教大人事室關心您

選舉賄者盤



最高檢舉獎金500萬元

妨害選舉檢舉電話 | 0800-024-099#4

重大刑案
國安案件 檢舉電話 | 0800-566-666 【112.12.11-113.1.19 (24小時受理)
其他時日上班時間專人接聽】

最高檢察署 關心您

嚴查境外勢力 介入選舉

最高檢舉獎金
2000萬元



妨害選舉檢舉電話 | 0800-024-099#4

重大刑案
國安案件 檢舉電話 | 0800-566-666 【112.12.11-113.1.19 (24小時受理)
其他時日上班時間專人接聽】

最高檢察署 關心您



與我一起

對抗假訊息

妨害選舉檢舉電話 | 0800-024-099#4

重大刑案
國安案件 檢舉電話 | 0800-566-666 【112.12.11-113.1.19 (24小時受理)
其他時日上班時間專人接聽】

最高檢察署 關心您

妨害選舉檢舉電話 | 0800-024-099#4

重大刑案
國安案件 檢舉電話 | 0800-566-666 【112.12.11-113.1.19 (24小時受理)
其他時日上班時間專人接聽】

反賄時代

最高檢舉獎金2000萬元 全民反賄選



最高檢察署 關心您