

人事 服務簡訊

第 189 期

中華民國 111 年 10 月 31 日 出刊

國立臺北教育大學人事室 編製



人事公告

最新 訊息	內 容
	適用勞基法之約用行政人員(含自籌經費進用、專案人員、職務代理等)及簽奉核可差勤管理比照行政人員之計畫專任人員, <u>111 年延長工時產生之補休時數及 110 年保留之特別休假</u> , 結算時間點為 111 年 12 月 31 日; 其他計畫專任人員補休時數結算時間點, 則為到職日滿 1 年之前 1 日。請儘早安排休畢。
	提醒同仁如逾最晚彈性上班時間到校(彈性上下班時間為 1 小時 30 分), 應從正常班開始時間請假。 正常上班時間為上午 8 時至 12 時止, 下午自 1 時 30 分至 5 時 30 分止。如逾最晚彈性上班時間到校或未開始上班即行請假者: 一律不具彈性, 按正常上班時間請假, 例如: 9 時 1 分至 10 時上班者, 應自 8 時開始請假, 即須請假 2 小時, 餘類推。 其他出勤時間非比照一般行政同仁之人員, 如逾最晚彈性上班時間到校, 亦是依簽准或是約定的正常班時間開始請假。
	教育部 111 年 10 月 13 日起調整全國各級學校校園防疫措施, 本校教職員工於自主防疫期間, 如無症狀, 且有兩日內快篩陰性結果, 可到校(班)上課、上班; 返國同仁於「0+7」自主防疫期間, 亦比照前項說明辦理。 說明: 一、自主防疫期間, 如有症狀, 不到校(班)上課、上班。同仁可請個人假別或經單位主管同意後申請居家辦公。 二、自主防疫期間, 如無症狀, 且有兩日內快篩陰性結果, 可到校(班)上課、上班。 三、(三)居家隔離期間, 不到校(班)上課、上班。被列為密切接觸者的同仁可檢附個人居隔單於差勤系統申請防疫隔離假。

最新 訊息	內 容
	<p>為預為辦理 111 年計畫專任人員年終獎金發放作業，請於 111 年 12 月 2 日 (五) 前填寫申請表送人事室 吳萌菱組員辦理。</p> <p>年終獎金申請表亦可至人事室網站首頁/表單下載/計畫研究人力下載</p> <p>連結網址：https://reurl.cc/NRW2vp</p>
	<p>自 111 年 10 月起本校職員獎懲提案改以按季 (1 月、4 月、7 月及 10 月) 適時辦理，敬請各單位如有獎懲提案，依本校「職員獎懲實施要點」等規定填寫「本校職員獎懲建議表」，由各單位彙整完成經主管核章後，於 1 月、4 月、7 月及 10 月底前送人事室彙辦提會審議。</p> <p>請各單位繕打 (A4 格式) 獎懲建議表檢附相關證明文件，經單位主管核章於 10 月 31 日前彙送人事室。各單位獎懲建議表電子檔並請同步 Email 傳送人事室承辦人 魏曉君專員信箱：micky@tea.ntue.edu.tw。</p> <p>獎懲建議表登載於人事室網頁/常用表單下載專區/「獎懲」項下。</p> <p>連結網址：https://reurl.cc/bEQdao</p>
	<p>總統體念退休大專院校教師為國作育英才之辛勞，特囑教育部於 112 年春節前慰問對教育具有貢獻，且生活困苦或罹患重病亟需濟助之退休教師(不含現職者)，貴系 (所) 如有符合上開條件者，請於 111 年 11 月 11 日 (五) 前將建議表送達本室 林容瑩組員彙辦。</p> <p>各系 (所) 推薦之被慰問人毋須檢具證明文件，惟應審慎推薦並詳實填寫建議表(包含 111 年度家庭所得、配偶子女工作情形及目前經濟來源等均須填列)，推薦人數 2 人以上者，請排定優先順序，俾彙整陳核。</p>



法令公告

- ◆ 銓敘部函以 111 年 8 月 29 日部四字第 11154849531 號函釋意旨，依公務人員留職停薪辦法第 4 條第 1 項第 2 款、第 3 款、第 5 條第 1 項第 1 款至第 6 款規定及考試院、行政院 110 年 6 月 29 日令規定辦理留職停薪者，得由各機關視預算經費運用情形酌予補助英檢測驗費，並宜俟其回職復薪後，再予核發。(臺教人(五)字第 1110096005 號函)
- ◆ 業經內政部於 111 年 9 月 22 日以台內戶字第 1110243554 號令修正發布辦理「歸化國籍無不良素行認定辦法」第 2 條、第 3 條條文，如需修正發布條文，請至行政院公報資訊網(網址 <https://gazette.nat.gov.tw/egFront>)下載。(臺教文(四)字第 1110093628 號函)
- ◆ 銓敘部以 111 年 10 月 13 日部退三字第 11154934702 號函補充說明關於受理涉案或涉有違失行為之所屬公務人員申請退休或資遣之控管程序定之程序辦理，即係基於刑懲併行原則，為督促服務機關就涉案公務人員行政責任之有無予以檢討，是無論公務人員所涉案件之偵查或審理情形為何，各機關受理所屬公務人員退休或資遣案時，如知悉當事人有涉案之可能，且該所涉案件確於行政處理過程中有違失之情事，即應依上述規定，審酌是否移付懲戒或予以停(免)職後，再考量是否核轉其退休或資遣申請案，俾落實退撫法第 24 條第 1 項規定。(臺教人(四)字第 1110101350 號函)
- ◆ 勞動部修正發布「外國人受聘僱從事就業服務法第四十六條第一項第八款至第十一款規定工作之轉換雇主或工作程序準則」第 36 條及第 13 條附表一、第 29 條附表三來函如附，請查照並轉知所屬。(臺教文(四)字第 1110100480 號函)
- ◆ 「中央政府機關員額管理辦法」部分條文之修正發布令影本、修正條文、修正總說明及修正條文對照表各 1 份，請查照。(臺教人教人(二)字第 1110103164 函)
- ◆ 行政院核定該院內政衛福勞動處科長吳侑倫等 36 人為 111 年行政院模範公務人員。(臺教人(三)字第 1110099288 號書函)



人事動態

※ 新進人員

單位	姓名	職稱	動態情形	生效日期
學務處	林長平	專案人員	新進	111.10.04
圖書館典藏閱覽組	田代如	組長	新進	111.10.05
當代藝術評論與策展研究全英語碩士學位學程	楊子瑩	約用行政專員	新進	111.10.05
圖書館推廣組	陳郁文	組長	新進	111.10.11

※ 離職人員

單位	姓名	職稱	動態情形	生效日期
圖書館	董正心	專案人員	辭職	111.10.04
學務處原住民中心	盧卿卿	約用職務代理人員	僱期屆滿	111.10.08
研究發展處	王雅萱	專員	調至他機關	111.10.11
當代藝術評論與策展研究全英語碩士學位學程	林瑩珊	約用行政專員	辭職	111.10.12

※ 異動人員

單位	姓名	職稱	動態情形	生效日期
研發處國際組	林瑜芳	約用行政專員	改任	111.10.01
教務處華語文中心	姚虹因	專案助理	改任	111.10.01
學務處原住民中心	許秋惠	約用行政組員	回職復薪	111.10.01

【員工關懷小品】

不再依靠咖啡提振精神！簡單「7招」讓你活力充沛每一天！

大家都想著如何讓自己每天都精力充沛，尤其在現代社會，人們在忙碌的生活中，總是依靠喝咖啡提神，希望藉由咖啡因，開啟活力的一天；其實以下這7個方法，一樣可以讓你一整天都精力充沛，簡單又有效，不用總指望那杯咖啡了！

拉開窗簾

如果早上起不來，試試看拉開窗簾吧！大多數的人都有「社交時差」-指的是週末補眠的狀況，拉開窗簾讓陽光進來，能幫助我們在不規律的睡眠中設定好生理時鐘；若沒有窗戶也沒關係，開燈也能達到一樣的效果，光線可以讓身體節律系統最佳化。

吃早餐

研究發現，一份健康的早餐會影響成年人的大腦功能，更可以提升記憶力；而吃富有高蛋白、高脂肪的食物則有助於提高注意力。此外，早餐選擇吃蛋白質而非碳水化合物，還能幫助恐致血糖的平衡，進而避免能量的下降。

曬太陽

利用通勤的路上多曬太陽，也能讓你精力充沛一整天！根據研究顯示，維生素D通過保持肌肉細胞健康，來減少肌肉疲勞；攝入足夠的維生素D還有助於預防認知疾病（慢性退化症）的發展；若無法挪出曬太陽的時間，也可以口服相關保健食品。

按摩&呼吸練習

即使是短暫的按摩，也可以幫助提升大腦功能，一項研究發現，在工作中進行15分鐘的坐姿按摩，能改變腦波及心境；而快速有力的呼氣能加速我們的反應能力、改善洞察力，並緩解焦慮從而提高警覺性、注意力，以及工作的效率也會有所提升！

多喝水

我們在工作/讀書時很容易忘記喝水，進而造成身體脫水，脫水會使我們感到疲倦、易怒，甚至頭暈目眩，儘管我們可能沒有意識到自己脫水了！不妨設個鬧鐘，提醒自己多喝水，還能利用裝水的時間，起身活動筋骨、稍作休息。

讓自己冷卻一下

吃完午餐後，總是覺得自己昏昏沈沈，尤其在寒冷的冬天裡，窩在暖和的室內，不免讓人開始想打瞌睡，這時不如試著把冷氣溫度調低，提振精神！不過也別讓溫度太低，避免造成身體的不適。

運動

大家都知道運動身體好，但是現代人的生活繁忙，很難空出運動的時間；事實上，下班/放學後進行一些輕鬆地散步或騎腳踏車，一樣能達到提高活力的效果，不僅如此，增加鍛鍊也有助於減少憤怒、鬱悶、緊張和疲勞等負面情緒。

北教大人事室關心您