



雲林縣政府人事處 人事服務簡訊 106 年 7 月號



〇〇〇辦理「本府各機關學校用人費用管理資訊系統說明會」

為使各機關學校對「各機關學校用人費用管理資訊系統」架構及操作有整體認識，減少因不諳操作所衍生之問題，特於本（106）年 6 月 13 日（星期二）假本府大禮堂辦理「各機關學校用人費用管理資訊系統說明會」，由本府人事處科長林慧宜及本縣西螺鎮公所人事室主任謝裕瑾擔任講座，研習對象為本府及所屬機關人事人員，參加人數計 164 人。



〇〇〇辦理「本府 106 年清新亮麗好職場—財務面向」課程

為加強員工理財規劃能力，健全個人財務運作及管理，爰於本(106)年 6 月 28 日（星期三）假雲林縣議會地下 1 樓會議室，舉辦本府「106 年清新亮麗好職場—財務面向」課程，特邀國立中正大學財務金融學系王教授元章擔任講座，研習對象為本府及所屬機關公務人員，參加人數計 108 人。



〇〇〇辦理「本府 106 年清新亮麗好職場—醫療面向」課程

為提供員工正確醫療保健觀念，營造身心靈健康之職場環境，爰於本(106)年 7 月 7 日(星期五)假本府大禮堂，舉辦本府「106 年清新亮麗好職場—醫療面向」課程，特邀臺中榮民總醫院家醫部劉主任夷生擔任講座，研習對象為本府及所屬機關公務人員，參加人數計 226 人。



〇〇〇辦理「106 年度第二次品格領導分享會」

為持續推動核心價值，打造品格專業人事人員，爰於本(106)年 7 月 10 日(星期一)假本府第二辦公大樓工策會會議室，舉辦 106 年度第二次品格領導分享會，邀請宏達文教基金會黃執行長素雲擔任品格講習講座，本次分享主題為「寬容」，透過基金會所提供之心靈成長課程，提昇服務能力與機關競爭力，計 110 人出席。



無事碎碎唸

吾是碎碎唸

最近該做什麼 (106 年 7 月中、下旬-106 年 8 月上旬)

辦理單位	辦理日	辦理項目	辦理對象
雲林縣政府	7/25	106 年公務人員專書閱讀推廣活動《團隊，從傳球開始》專書導讀會	所屬公務人員
	7/27	106 年「政策傳達與民主價值」研習班—『新農業創新願景與推動策略』課程	所屬公務人員
	8/7 8/11	106 年兼任兼辦人事業務人員研習	所屬人事人員

各 機 關 學 校	7 月 中 、 下 旬	下半年續領月退休(撫慰)金之轉入確認 (法定撥入日 7/17)	所屬公教人員
		取得高學歷教師改敘作業 (7月底前畢業者,成績考核作業應配合更新)	所屬教育人員
		縣內外介聘教師敘薪作業	所屬教育人員
		代理教師自辦甄選作業	所屬教育人員
		8/1 退休教師之各項給與請領作業	所屬教育人員
		107 年因公派員出國(境)計畫陳報作業(7/21 前)	所屬公教人員
		兼行政教師下學年度請假卡、休假卡、簽到簿製作及 新(卸)任兼行政教師國民旅遊卡新增(刪除)及請 卡(提醒銷卡)作業	所屬教育人員
		教師兼行政人員休假補助費及不休假加班費核發作業	所屬教育人員
		教師成績考核評核作業	所屬教育人員
		地方特考實務訓練期滿人員成績考核、請頒及格證書 及派免送審作業	所屬公務人員
		106 年 1 月至 6 月之職務代理名冊報送作業	所屬公務人員
		教師兼行政、導師聘書及兼職名冊陳報(8/1 前)作業	所屬教育人員
		教師續聘、教師兼任導師、行政職務聘書作業	所屬教育人員
	調、離、退教師離職作業	所屬教育人員	
	8 月 上 旬	復職、甄試及縣內、外介聘教師辦理報到作業	所屬教育人員
		3 月至 8 月間薪俸變更者健保變俸作業	所屬教育人員
		教師成績考核送審作業	所屬教育人員
		校長成績考核表及具體事實記錄表報送作業	所屬校長
		代理教師核薪通知書及聘書前置作業	所屬教育人員
		男性教師緩召 3 款暨逐召 4 款作業 (8/1 開始辦理,均應於到職或期限屆滿 30 日內完成)	所屬教育人員



新修增法令、解釋

函示：為應行政院 106 年 7 月 3 日院授人給字第 10600502951 號函修正核定退休公教人員子女教育補助規定，檢送「退休公教人員子女教育補助常見問答集」。(行政院人事行政總處 106 年 7 月 3 日總處給字第 10600502953 號函)

函示：修正退休公教人員子女教育補助之規定，自一百零六學年度第一學期(即一百零六年八月一日)起生效。(行政院 106 年 7 月 3 日院授人給字第 10600502951 號函)

<p>函示：檢送本府訂定「雲林縣政府 106 年度辦理所屬機關學校待遇支給審查計畫」，並辦理 106 年 6 月待遇全面性抽查。 (雲林縣政府 106 年 7 月 3 日府人給二字第 1063106200 號函)</p>
<p>函示：銓敘部函以，有關鼓勵符合條件男性公務人員申請育嬰留職停薪案。 (銓敘部 106 年 6 月 30 日部銓四字第 10642344981 號函)</p>
<p>函示：檢送修正之「退休(伍)軍公教人員年終慰問金常見問答集」。 (行政院人事行政總處 106 年 6 月 29 日總處給字第 1060050055 號書函)</p>
<p>函示：「雲林縣政府及所屬機關九二一震災及災後重建工作獎懲要點」自即日停止適用。 (雲林縣政府 106 年 6 月 28 日府人考一字第 1063106109 號函)</p>
<p>函示：公部門數位學習整合平臺命名活動經辦理四階段活動完竣，行政院人事行政總處業擇定「e 等公務園+學習平臺」為平臺名稱。 (行政院人事行政總處 106 年 6 月 27 日總處培字第 10600498101 號函)</p>
<p>函示：有關女性教師請病假及延長病假進行試管嬰兒方式之人工生殖治療，以及成功受孕後，如因安胎須治療或休養而申請延長病假者，須檢附之醫療證明。 (教育部 106 年 6 月 27 日臺教人(三)字第 1060079611 號函)</p>
<p>函示：檢送修正「106 年公務人員高等暨普通考試錄取人員訓練計畫」。 (公務人員保障暨培訓委員會 106 年 6 月 26 日公訓字第 1062160458 號函)</p>
<p>函示：銓敘部函以，為促進性別平等，各機關職務出缺遞補人員時，在資歷相當情形下，建請考量優先晉升少數性別同仁。 (銓敘部 106 年 6 月 26 日部銓一字第 1064239525 號函)</p>
<p>函示：「高級中等以下學校及幼兒園教師資格檢定考試收費標準」第 2 條，業經教育部於中華民國 106 年 6 月 26 日以臺教師(二)字第 1060082634B 號令修正發布施行。 (教育部 106 年 6 月 26 日臺教師(二)字第 1060082634E 號函)</p>
<p>函示：有關教師於學年度中請畢不扣除薪給日數之事假及家庭照顧假後，嗣分別於例假日前後請事假及家庭照顧假，期間之例假日應否按日扣除薪給疑義。 (教育部 106 年 6 月 26 日臺教人(三)字第 1060069171 號函)</p>
<p>函示：有關公務人員考試錄取人員訓練期滿成績及格請領考試及格證書業務，自 106 年 7 月 1 日起，由公務人員保障暨培訓委員會授權國家文官學院辦理一案。 (國家文官學院 106 年 6 月 26 日國院研字第 1060002022 號函)</p>
<p>函示：銓敘部為依公職人員年資併社團專職人員年資計發退離給與處理條例，重行</p>

核計於退（職）時，曾採計社團專職人員年資之公（政）務人員退離給與需要，請各機關（學校）依說明配合辦理。

（銓敘部 106 年 6 月 23 日部退三字第 1064238780 號書函）

函示：行政院人事行政總處有關苗栗縣某鎮長於因案停職期間得否發給半數之本俸（年功俸）一案。

（行政院人事行政總處 106 年 6 月 22 日總處給字第 1060049606 號函）

函示：檢送行政院人事行政總處研商「全國公教員工優惠商店推動方案修正草案」會議研商資料、修正對照表及修正草案建議修正意見調查。

（行政院人事行政總處 106 年 6 月 21 日總處給字第 1060049358 號開會通知單）

函示：行政院人事行政總處為應公務人員月退休金及遺族月撫慰金自 107 年 1 月 1 日起改為按月發放，請各機關學校於辦理 106 年下半年退撫給與發放作業時，併同將相關規定轉知各領受人並妥為說明。

（行政院人事行政總處 106 年 6 月 20 日總處給字第 1060049220 號書函）

函示：106 年公務人員特種考試身心障礙人員考試錄取人員訓練計畫，業經公務人員保障暨培訓委員會修正並刊登該會網站。

（行政院人事行政總處 106 年 6 月 20 日總處培字第 1060049181 號函）

函示：有關學校薦送、指派或同意教師參加進修、研究，應確實依教師進修研究獎勵辦法之規定辦理。

（教育部 106 年 6 月 19 日臺教人(三)字第 1060081206 號書函）

函示：106 年退休（伍）軍公教人員年終慰問金發給對象，按月支（兼）領月退休金（俸）之基準數額，業經行政院 106 年 6 月 16 日院授人給字第 1060048723 號公告為新臺幣 2 萬 5,000 元以下。

（行政院 106 年 6 月 16 日院授人給字第 10600489331 號函）

函示：有關公立學校教師任職滿 25 年，惟未滿 50 歲，以不堪勝任工作為由擇領月退休金，其退休生效日應以學校出具不堪勝任工作證明書之日或同年 8 月 1 日疑義一案。

（教育部 106 年 6 月 15 日臺教人(四)字第 1060071336 號書函）

函示：公務人員考試錄取人員訓練辦法部分條文修正案，業經考試院、行政院及司法院於民國 106 年 6 月 6 日會銜修正發布，有關該辦法修正重點及修正施行後之適用原則。

（公務人員保障暨培訓委員會 106 年 6 月 14 日公訓字第 1060008347 號函）

函示：「退休(伍)軍公教人員年終慰問金發給辦法」業經行政院於 106 年 6 月 13 日以院授人給字第 10600483591 號令修正發布施行，檢送發布令影本、修正條

<p>文、修正總說明及修正條文對照表。 (行政院於 106 年 6 月 13 日以院授人給字第 10600483591 號令)</p>
<p>函示：修正「雲林縣縣立高級中學暨國民中小學兼任代課及代理教師聘任實施補充規定」，並自中華民國 106 年 6 月 7 日生效。 (雲林縣政府 106 年 6 月 7 日府教學一字第 1062418546 號函)</p>
<p>函示：「公務人員考試錄取人員訓練辦法」部分條文業經考試院會同行政院、司法院於 106 年 6 月 6 日修正發布，檢附發布令影本、修正條文、修正總說明及修正條文對照表。 (行政院人事行政總處 106 年 6 月 6 日總處培字第 10600480882 號函)</p>
<p>函示：關於女性公務人員請病假及延長病假進行試管嬰兒方式之人工生殖治療，須檢附之醫療證明。 (銓敘部 106 年 6 月 2 日部法二字第 10642319751 號函)</p>
<p>函示：檢送行政院人事行政總處「提升性別平等之人事管理措施一覽表」。 (行政院人事行政總處 106 年 6 月 1 日總處綜字第 1060047658 號函)</p>
<p>函示：各機關學校因業務需要辦理非屬文康活動性質之各項活動，得為經核予公假之參加人員投保平安保險。 (行政院 106 年 5 月 26 日院授人給字第 1060047454 號函)</p>
<p>函示：有關學校之公務人員於「公務人員安全及衛生防護辦法」及「職業安全衛生法」之適用關係疑義一案。 (公務人員保障暨培訓委員會 106 年 4 月 25 日公保字 1060004533 號函)</p>



雲林縣政府 員工身心靈健康對話窗

水中毒 威脅運動者健康的未爆彈

作者：林頌凱

跑步運動要喝水，但如果只是猛灌水，忽略了電解質的補給，就算喝了運動飲料，仍可能造成「水中毒」，嚴重還可能致命。

水中毒是因為人體攝取過量水分而產生低血鈉症的中毒症狀。2005 年波士頓馬拉松的調查研究，13%的跑者有低血鈉症；2009 年美國一項極限馬拉松賽事中，有 30%的跑者在跑了 24 小時後出現低血鈉症。過去 20 年，國外已有數十人因運動導致的水中毒而喪命。

暴雨加上排水不良會釀成水災，身體也是，人體喝水的速度如果超過了腎臟每分鐘 16cc 的持續最大利尿速度，過剩的水分会使細胞膨脹，進而引起低血鈉症，也就是俗稱的「水中毒」。

水中毒的症狀包括頭暈、眼花、嘔吐、虛弱無力、心跳加快等，嚴重的還可能出現痙攣、昏迷甚至危及生命。更需注意的是「潛在」的水中毒，也就是還沒有出現上述症狀的低血鈉症，這是一顆未爆彈，威脅運動者的身體健康。

運動水中毒源於多重因素

運動水中毒容易出現在運動時間長、低中強度的耐力性運動中，如馬拉松、三鐵、騎車環島、登山健行等運動項目。目前發生運動水中毒的原因仍無定論，可能因素包含喝水太多、過度流汗導致鈉離子流失、抗利尿激素荷爾蒙 (ADH) 持續分泌、還有過高或過低的身體質量指數 (BMI)。一般認為是多重因素共同導致運動水中毒的發生。

有下列情形，發生運動水中毒的機率將增加：

- 運動前、運動時喝太多水 (每小時超過 1500cc)
- 運動後體重增加
- 持續運動超過 4 小時
- 參加不熟悉的賽事 (氣候、路況、補給資訊不足)
- BMI 過高或過低
- 運動賽事有太多補水站
- 天氣過熱或過冷
- 運動前吃止痛消炎藥

吃止痛消炎藥會導致運動水中毒？這是近年來的熱門話題，已有許多研究發現這個趨勢。運動愛好者有關節退化或慢性運動傷害的不在少數，很多是長期靠吃止痛消炎藥才能繼續運動。但幾乎所有止痛消炎藥都可能導致身體水分儲留（如腳水腫），假如運動時又喝太多水，就更可能發生運動水中毒。若你固定吃止痛消炎藥，或習慣吃了藥才運動，要特別小心。

文章出處：康健雜誌 224 期

<http://www.commonhealth.com.tw/article/article.action?nid=75256>



超媽大小事

姓名	原任職務	新任職務	到(離)職日期
蔡○娟	國軍退除役官兵輔導委員會 人事處科員	雲林縣麥寮鄉公所 人事室課員	1060703
林○雅	—	雲林縣大埤鄉公所 人事室課員	1060728
以下 空白			



本刊歡迎投稿或進行意見交流，投稿請洽本府人事處黃淑芳專員
或簡訊編輯 mail：ylhg05206@mail.yunlin.gov.tw

