



雲林縣政府人事處 人事服務簡訊 107 年 6 月號



辦理雲林縣政府「107年清新亮麗好職場—心理面向」

為建立同仁心理健康概念，宣導相關協助措施，以促進職場健康，爰於本(107)年5月28日(星期一)假本縣稅務局視聽教室，舉辦本府「107年清新亮麗好職場—心理面向」課程，特邀國立嘉義大學輔導與諮商學系副教授楊育儀擔任講座，研習對象為本府及所屬機關學校公務人員，參加人數計81人。



辦理雲林縣政府「107年多元族群文化研習班」

為使各機關學校公務人員具備多元文化素養及同理心，並能於制定與執行政策時重視及考量各族群之觀點，特於本(107)年6月1日(星期五)假本府大禮堂辦理「107年多元族群文化研習班」，本次講座特邀內政部移民署組長李臨鳳擔任講座，參加對象為本府及所屬機關學校公務人員，計263人參加。



辦理雲林縣政府「107年清新亮麗好職場—法律面向」

為使同仁充實生活法律知識，培養法學素養，以應用於生活及職場上，爰於本(107)年6月20日(星期三)假本縣稅務局視聽教室，舉辦本府「107年清新亮麗好職場—法律面向」課程，特邀國立中興大學法律學系教授李惠宗擔任講座，研習對象為本府及所屬機關學校公務人員，參加人數計76人。



吾是碎碎唸

最近該做什麼 (107年6月下旬-107年7月上旬)

辦理單位	辦理日	辦 理 項 目	辦 理 對 象
雲林縣政府	7/4	人事人員第2次品格領導分享會	所屬人事人員
	7/5	性別主流化研習班	所屬公務人員
	6月下旬	106年考績獎金AF填報作業(6/16-7/15)	所屬公教人員
		公務人員考績及甄審委員會組成作業	所屬公務人員
		取得高學歷教師改敘作業	所屬教育人員
		公務人員下半年度簽到簿製作作業	所屬公務人員
		年撫卹金、一次補償金差額申領作業	所屬退休人員
		期末優良教師獎勵作業	所屬教育人員
		代理教師、介聘他校教師及退休教師離職準備作業	所屬人事人員
	7月上旬	專任教師續聘作業	所屬教育人員
		自辦教師甄選前置作業	所屬教育人員
		代理教師考核再聘作業	所屬教育人員
		留職停薪教師復職通知作業	所屬教育人員
		身心障礙人員特考分發訓練人員受理報到作業	所屬公務人員
		教師成績考核前置作業	所屬教育人員
		兼行政教師休假補助費及不休假加班費申領作業	所屬教育人員



函示：函轉教育部書函，107 年 7 月 1 日施行之公立學校教職員退休資遣撫卹條例第 77 條第 1 項第 3 款所稱私立學校是否包括私立幼兒園疑義一案。 (教育部 107 年 6 月 6 日臺教人(四)字第 1070073595 號書函)
函示：函轉銓敘部為應退休公務人員一次退休金與養老給付優惠存款辦法自民國 107 年 7 月 1 日施行，考量退休(職)公(政)務人員辦理優惠存款相關規定已作修正，爰請依說明配合辦理。 (銓敘部 107 年 6 月 5 日部退二字第 1074516024 號書函)
函示：有關行政院函以，中華民國 106 年 6 月 14 日修正公布之「內政部組織法」第十八條條文，定自 107 年 6 月 1 日施行，並於 107 年 5 月 29 日以院授人組字第 10700418622 號令發布一案。 (行政院 107 年 5 月 29 日院授人組字第 10700419524 號函)
函示：銓敘部函以關於夫妻均為公務人員，得否以養育雙(多)胞胎子女事由，同時申請育嬰留職停薪疑義一案。 (銓敘部 107 年 5 月 29 日部銓四字第 1074511025 號函)
函示：依民國 107 年 7 月 1 日施行之公務人員退休資遣撫卹法第 17 條第 3 項及第 19 條第 2 項授權訂定之「公務人員危勞職務認定標準」，業經考試院會同行政院於 107 年 5 月 11 日訂定發布，並自同年 7 月 1 日施行。 (銓敘部 107 年 5 月 24 日部退三字第 1074501758 號函)
函示：修正「雲林縣政府與所屬機關學校加強差勤管理及辦公紀律注意事項」第六點、第八點，並自中華民國一百零七年五月一日生效。 (雲林縣政府 107 年 5 月 24 日府人考一字第 1073104949 號函)
函示：「雲林縣縣立中學組織員額暫行設置基準」自即日起停止適用。 (雲林縣政府 107 年 5 月 23 日府人力一字第 1073104276 號函)
函示：修正「協力共好、並肩茁壯—雲林縣政府人事處暨所屬人事機構『派兼輪值、代理』實施計畫」，並自即日起生效。 (雲林縣政府人事處 107 年 5 月 22 日人力一字第 1073104787 號函)
函示：函轉教育部函，「公立學校教職員定期退撫給與查驗及發放辦法」業經該部於 107 年 5 月 18 日以臺教人(四)字第 1070061878B 號令訂定發布。 (教育部 107 年 5 月 18 日臺教人(四)字第 1070061878E 號函)
函示：修正「行政院與所屬中央及地方各機關公務人員休假改進措施」第五點及附表，並自一百零七年七月一日生效。 (行政院 107 年 5 月 18 日院授人培字第 1070041397 號函)

函示：行政院修正「參與依災害防救法所定災害之救災及災後復原重建工作且工作具有高度危險性人員」投保額外保險通案標準表(風災、水災部分)，並自即日生效。 (行政院 107 年 5 月 15 日院授人給字第 1070036481 號函)
函示：函轉教育部函，「公立學校教職員退休資遣撫卹條例施行細則」業經該部於 107 年 5 月 14 日以臺教人(四)字第 1070053003B 號令訂定發布。 (教育部 107 年 5 月 14 日臺教人(四)字第 1070053003E 號函)
函示：「各機關請增加班費經費案件處理原則」自一百零七年五月一日停止適用。 (行政院人事行政總處 107 年 5 月 14 日總處給字第 10700408572 號函)
函示：有關公務人員為刑事訴訟程序之自訴人及告訴人，於 106 年 12 月 15 日公務人員因公涉訟輔助辦法修正生效後，得否申請輔助律師費用及其請求權時效如何起算一節。 (公務人員保障暨培訓委員會 107 年 5 月 14 日公地保字第 1070005481 號函)
函示：配合行政院 107 年 4 月 10 日院授人給字第 1070037347 號函修正「各機關加班費支給要點」，並自 107 年 5 月 1 日生效，相關函釋自同日停止適用。 (行政院 107 年 5 月 14 日院授人給字第 10700408571 號函)
函示：檢送考試院 107 年 5 月 7 日修正發布之公務人員行政中立法施行細則。 (銓敘部 107 年 5 月 11 日部法二字第 1074485085 號函)
函示：修正「雲林縣政府與所屬機關學校職員及約聘僱人員加班費管制要點」，並自中華民國一百零七年五月一日生效。 (雲林縣政府 107 年 5 月 11 日府人給一字第 1073104373 號函)
函示：函轉教育部書函，關於公立學校教職員退休資遣撫卹條例 107 年 7 月 1 日施行前已退休教職員，依第 34 條第 3 項規定發給補償金餘額之時點乙案。 (依據教育部 107 年 5 月 10 日臺教人(四)字第 1070061150 號書函)
函示：修正「雲林縣政府與所屬機關學校職員及約聘僱人員加班費管制要點」，並自中華民國一百零七年五月一日生效。 (雲林縣政府 107 年 5 月 10 日府人給一字第 1073104373 號函)
函示：行政院修正「行政院及所屬各機關推動業務委託民間辦理實施要點」第三點、第十二點、第十四點，並自即日起生效。 (行政院 107 年 5 月 10 日院授人組字第 10700406441 號函)
函示：原行政院人事行政局有關哺乳時間之規定，均自即日起停止適用。 (行政院人事行政總處 107 年 5 月 4 日總處培字第 1070040006 號函)
函示：檢送「教育人員留職停薪辦法」第 4 條第 1 項第 3 款規定解釋令 1 份。 (教育部 107 年 5 月 3 日臺教人(一)字第 1070053244C 號函)
函示：講座助理得依「講座鐘點費支給表」規定覈實支給交通費及國內住宿費。 (行政院人事行政總處 107 年 5 月 2 日總處給字第 10700397081 號函)



雲林縣政府員工身心靈健康對話窗

黑木耳助減重、控血糖膽固醇，每天 10 克還護心防血栓！

2018-06-05 早安健康編輯部

【早安健康編輯部】黑木耳是夏季當令食材，俗話說「人不可貌相」，這句話很適合用在黑木耳上，它雖然沒有吸引人的外表，但是內在卻富含各種驚人的營養素，像是它的維生素 B2 含量，是米、麵和大白菜的 10 倍，鈣含量也是肉類的 30~70 倍，鐵質更是肉類的 100 倍之多。

農委會資料也指出，黑木耳的紫黑色來自天然抗氧化劑花青素，和葡萄、藍莓等食物一樣是花青素的代表食物之一。每 100 克黑木耳還含有 6.5 克的膳食纖維，與花椰菜 2.2 克、地瓜葉 3.1 克相比，黑木耳的膳食纖維含量相當豐富，有益於腸胃蠕動、消解便秘。

黑木耳的水溶性纖維，也能幫助體內膽固醇代謝、穩定血糖，營養師劉怡里曾於著作中引述研究指出，每天食用 5~10 克黑木耳，就有助於保養心血管、防止血栓。雖然一般而言，黑木耳的食用量可能遠不及其他食材，仍是平常作為配菜、小菜的最佳選擇。

黑木耳營養有哪些？黑木耳產季是什麼時候？

產季：四季皆有

主要產地：嘉義縣中埔鄉

營養：富含膳食纖維、維生素 B2、鈣、鐵、花青素、抗凝血成分，能保養心血管健康、穩定血糖、預防血栓，還可促進腸胃蠕動、改善便秘，具飽足感能幫助減重。

為什麼黑木耳是「食物界的阿司匹靈」？

黑木耳成分具有特殊的抑制血小板凝結作用，因此被譽為「食物界阿司匹靈」，能降低血液的黏稠度、降低心血管疾病風險，如果想加強活血的作用，可以跟薑一起食用。但應注意因為抗凝血的特性，有出血性疾病的人、孕婦都不宜多吃。

黑木耳挑選方法：生鮮木耳

完整無破損，平滑富光澤彈性不軟爛。



黑木耳挑選方法：乾木耳

乾燥輕盈、沒有浸泡藥劑的怪味。使用前要先用水泡發。



黑木耳食譜：涼拌黑木耳

材料：生黑木耳 3 大片、嫩薑 2 片、烏醋適量

做法：

1. 生黑木耳切成條狀，滾水燙過備用。
2. 嫩薑切細絲備用。
3. 取一大碗，放入 1、2，倒入適量烏醋拌勻，即可食用。

資料來源：早安健康 <https://www.everydayhealth.com.tw/article/19130>



姓名	原任職務	新任職務	到（離）職日期
何○蘭	雲林縣麥寮鄉橋頭國小 人事室主任	雲林縣斗南鎮僑真國小 人事室主任	1070621
籃○玲	雲林縣西螺鎮公所 人事室課員	雲林縣麥寮鄉橋頭國小 人事室主任	1070627
張○得	雲林縣政府 人事處科員	雲林縣虎尾鎮虎尾國小 人事室主任	1070706
吳○萍	雲林縣政府 人事處科員	雲林縣西螺鎮文昌國小 人事室主任	1070709
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李來欣專員
或簡訊編輯 mail：ylhg05206@mail.yunlin.gov.tw

