



# 雲林縣政府人事處 人事服務簡訊 107 年 4 月號



## 〇〇〇辦理「107年度新進伙伴活力研習」

為協助新進伙伴盡速認識公務職場生活，融入縣政服務團隊，並增進新聞稿件寫作功力，橋架良善對公眾溝通的對話，又藉由採購實務案例的探討，期以優化採購行政的質與量，型塑熱忱服務，特於本(107)年4月9日(星期一)假本府第二辦公大樓五樓工策會會議室辦理「107年度新進伙伴活力研習」，參加對象為本縣各機關(學校)106年高等考試三級暨普通考試、106年特種考試地方政府公務人員考試及107年公務人員初等考試錄取分發人員，計101人參加；另為擴大學習效果並充分運用訓練資源，下午「新聞稿寫作」研習課程開放本府同仁參與，計127人參加。



吾是碎碎唸

## 最近該做什麼 (107年4月中、下旬-107年5月上旬)

辦理單位	辦理日	辦理項目	辦理對象
雲林縣政府	04/18	107年「解憂相談室：從情緒整理、轉化想法，找回自信與自在的人生」講座	所屬公務人員
	04/24	107年公務人員專書閱讀推廣活動《罪與罰之外》專書導讀會	所屬公務人員

	04/25	107 年度天然災害停止上班及上課通報作業講習	所屬公務人員
	04/27	「雲城『習』遊記」雲林縣政府107年公務人員共好培訓工作坊（山城驛站、東城驛站場次）	所屬人事人員
	04/27	雲城『習』遊記—雲林縣政府107年公務人員共好培訓（林內鄉公所場次）	所屬公務人員
	05/02	「雲城『習』遊記」雲林縣政府 107 年公務人員共好培訓工作坊（中城驛站、西南驛站場次）	所屬人事人員
	05/04	「雲城『習』遊記」雲林縣政府 107 年公務人員共好培訓工作坊（北城驛站）	所屬人事人員
各機關、學校	4 月中、下旬	縣內外介聘申請說明會(4/19)	所有人事人員
		考績晉級公、健、退變俸作業(會 5 月薪資前)	所屬公務人員
		子女教育補助（大專院校部分）查核結果公佈及異常結果申請報送作業(4/25-5/11)	所屬公教人員
		縣內外介聘申請作業 (網路縣外 4/20-5/3 網路縣內 5/8、校內書審 4/20-5/8)	所有教育人員
	5 月上旬	公務人員 1-4 月份平時成績考核紀錄表作業	所屬公務人員
		子女教育補助(高中職部分)查核結果公佈及異常結果申請報送作業（5/3-5/11）	所屬公教人員
		教師縣內外介聘積分審查作業（5/9）	所屬教育人員
		學校公教人員退休案送審作業	所屬公教人員


  
**法令充電站**
  
 新修增法令、解釋

**函示：**修正本處及所屬人事機構人事人員陞任評分標準表及修正對照表各 1 份，自 107 年 4 月 3 日起適用。

（雲林縣政府人事處 107 年 4 月 3 日人力一字第 1073103076 號函）

**函示：**關於公務人員養育雙(多)胞胎之子女，且其配偶未就業者，得否申請育嬰留職停薪疑義一案。

（銓敘部 107 年 4 月 2 日部銓四字第 10743649091 號函）

**函示：**轉知行政院修正「全國軍公教員工待遇支給要點」第四點附表七「各機關學校公教員工地域加給表」，並自一百零七年四月一日生效。

（行政院 107 年 3 月 31 日院授人給字第 10700367611 號函）

**函示：**行政院修正「行政院及所屬機關學校推動公務人員終身學習實施要點」第五點、第六點，自即日生效；另「公務人員終身學習入口網站管理要點」、「行政院及所屬各機關公務人員數位學習推動方案」及「行政院及所屬各機關辦理數位學習成果評量實施原則」等三種規定，並自同日停止適用。

(行政院 107 年 3 月 31 日院授人培字第 1070036780 號函)

**函示：**公(政)務人員退休(職)及遺屬金案件相關書表已配合年金改革法案制(修)定完成訂定。

(銓敘部 107 年 3 月 30 日部退三字第 1074361496 號函)

**函示：**修正「雲林縣公立高級中等以下學校教師出勤差假管理補充規定」，並自即日生效。

(雲林縣政府 107 年 3 月 28 日府人考一字第 1073102699 號函)

**函示：**有關委任公務人員晉升薦任官等訓練等 3 項晉升官等(資位)訓練辦法第 15 條修正條文，業經修正發布。

(公務人員保障暨培訓委員會 107 年 3 月 27 日公訓字第 1070003437 號函)

**函示：**為振興花蓮地區觀光，有效活絡地方經濟，自即日起至本(107)年 12 月 31 日止，放寬公務人員強制休假補助費措施規定。

(行政院 107 年 3 月 27 日院授人培揆字第 1070036125 號函)

**函示：**「行政院所屬各級人事人員訓練進修方案」及「行政院所屬人事人員訓練實施方案」自即日停止適用。

(行政院人事行政總處 107 年 3 月 23 日總處綜字第 1070035820 號函)

**函示：**有關學校教師曾任交通部台南電信局業務員年資，得否併計公立學校教職員退休年資疑義一案。

(教育部 107 年 3 月 21 日臺教人(四)字第 1070036242 號書函)

**函示：**銓敘部關於依公務人員任用法第 28 條第 2 項規定撤銷任用人員之考績獎金應否追還一案。

(銓敘部 107 年 3 月 19 日部法二字第 1074345592 號函)

**函示：**檢送雲林縣政府人事處所屬人事機構 107 年度業務績效考核計畫。

(雲林縣政府人事處 107 年 3 月 17 日人力一字第 1073101862 號函)

**函示：**檢送「107 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 107 年 3 月 16 日公訓字第 1072160105 號函)

**函示：**檢送行政院人事行政總處修正「107 年度精進人事業務建議獎勵計畫」附件一「研究主題一覽表」，並自即日生效。

(行政院人事行政總處 107 年 3 月 16 日總處綜字第 1070035075 號函)

**函示：**檢送「雲林縣政府府推動型塑文官優質組織文化實施計畫」。

(雲林縣政府 107 年 3 月 15 日府人力二字第 1073101942 號函)

**函示：**檢送「雲林縣政府 107 年公教人員退休撫卹整合平台輔導及考核計畫」。

(雲林縣政府人事處 107 年 3 月 14 日府人給二字第 1073102127 號函)

**函示：**有關各機關修正性別工作平等法第 13 條第 3 項授權訂定之各機關工作場所性騷擾防治措施、申訴及懲戒辦法時，建請明訂機關首長如涉及性騷擾事件，應交由具指揮監督權限之上級機關決定。

(公務人員保障暨培訓委員會 107 年 3 月 9 日公保字第 1071060076 號函)

**函示：**有關行政院函以，為持續務實推動行政法人制度並因應其實務運作之需，依原函說明事項辦理。

(行政院 107 年 3 月 9 日院授人組字第 1070034312 號函)

**函示：**檢送「福利滿滿~幸福久久」雲林縣政府及所屬機關學校 107 年度推介各項公務福利服務措施計畫及附件，請各機關、學校確依計畫執行。

(行政院人事行政總處 107 年 2 月 2 日總處綜字第 1070031860 號函)



# 雲林縣政府 員工身心靈健康對話窗

## 黑木耳、花椰菜煮出五行湯，排毒抗過敏又能護肝

2018-03-24 梁慧敏

【早安健康／梁慧敏（人氣部落格「Ivy's Kitchen」版主）】

### 春季保健重點-- 預防過敏、滋養肝臟

春天是萬物滋長的季節，也是四季之首，因此養生保健也要從春天開始做。

春天的氣候宜人，揮別了冬天的酷寒，又沒有夏季令人難耐的炎熱，季節性的病變較少，但是千萬不要因此掉以輕心，清明以前天氣通常不穩定，鋒面一來溫度就往下掉，鋒面離開後，溫度馬上又回升，這種大幅溫差對身體虛弱者十分不利。

雖然春天是個有生氣的季節，但對有過敏體質的人來說，這可是一個苦不堪言的季節。因為所有的植物都會生長，花粉也會隨風飄揚，若有鼻子過敏的毛病，每到春天更是痛苦不堪。春季的肝氣會比一般時節旺盛，所以春季養生尤以護肝為首要之務。

人體中的肝臟每天都默默的工作，一般的肝病在初期是很難發現的，加上如果有抽菸喝酒的習慣，這時候就要好好地來護理一番。只要體質調整好，新陳代謝順暢，血液循環旺盛，春來這一年，自然就不怕病菌的侵襲！在吃多了油膩重味的冬菜之後，春天的烹飪偏向清淡，春季的湯水也不例外，以燉湯的老母雞來說，冬天煲煮時還可以保留外皮，到了春天就不妨去皮，讓湯汁清淡些。

**適合食材** 蘆筍、紅蘿蔔、櫛瓜、蘑菇、番茄、山藥、玉米等。

**適合藥材** 百合、淮山、芡實、枸杞、玉竹等。

### (一)五行花漾湯

煲湯時間：1 小時

**材料**：雞胸肉 2 副，玉米、紅蘿蔔各 1 條，新鮮山藥 50 克，黑木耳 3 片，綠花椰菜 20 克

**作法**：

1. 雞胸肉洗淨，放入滾水中汆燙，撈出備用。
2. 黑木耳泡水洗淨，切片；玉米洗淨，切段；綠花椰菜洗淨，去硬皮，切小朵，備用。
3. 紅蘿蔔洗淨，去皮切滾刀塊；山藥洗淨，去皮切厚片。



4. 在鍋中倒入八分滿的水，煲滾後放入所有材料，以大火煮開轉小火續煲 1 小時即可。

**滋補功效：**喝五行湯可幫助排除體內毒素，能使身體清爽通暢。亦可使用不同食材，只要顏色為五色代表性蔬果，即可發揮功效，且互補加乘的保健作用。

**食材小語：**有些人會對新鮮山藥釋出的黏液過敏，所以去皮時可戴上手套，防止手部發紅搔癢。若真的很癢，可在手上擦一點醋，舒緩過敏症狀。

## (二)黃瓜薏仁蛤蜊湯

煲湯時間：70 分鐘

**材料：**生薏仁 300 克，瘦肉 100 克，蛤蜊 10 個，大黃瓜 1 條，薑 3 片

**作法：**

1. 瘦肉洗淨，放入滾水氽燙，撈出；生薏仁浸泡熱水 5 分鐘，撈出洗淨。
2. 蛤蜊泡水至吐沙，洗淨；大黃瓜去皮，挖出瓢籽，洗淨，切塊。
3. 在鍋中倒入八分滿的水，煲滾後放入大黃瓜、生薏仁、薑片和瘦肉，以大火煮開轉小火繼續煲 1 小時。
4. 最後加入蛤蜊，再煲 10 分鐘即可。

**滋補功效：**蛤蜊富含鐵質，能滋陰補血，改善貧血，可以保護肝臟和視力。

**食材小語：**蛤蜊屬於寒性食材，煲湯時加些薑片下鍋，不但能去除腥味，還能緩和蛤蜊的寒性。

資料來源：早安健康 <https://www.everydayhealth.com.tw/article/11908>

本文摘自《每天燉一鍋滋補湯》／梁慧敏（人氣部落格「Ivy's Kitchen」版主）／康鑑文化

## 超媽大小事

姓名	原任職務	新任職務	到(離)職日期
曾○祥	雲林縣褒忠鄉褒忠國民小學人事室主任	雲林縣立建國國中人事室主任	1070326
許○揚	雲林縣立斗南高級中學人事室助理員	考試錄取分配他機關(2012)	1070331
張○淑	雲林縣斗六市公所人事室課員	銓敘部銓審司科員	1070413
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](mailto:ylhg05206@mail.yunlin.gov.tw)

**The End**
  
 如有疑義，請洽人事處