



雲林縣政府人事處 人事服務簡訊 108 年 6 月號



辦理「108年健活『雲』城—亮麗、親善、生活好職場—公務法律面面觀」

為促使同仁具備正確的法律常識及廉潔意識，並提升本府所屬同仁法律素養，爰於本(108)年6月6日(星期四)假本府大禮堂辦理「108年健活『雲』城—亮麗、親善、生活好職場—公務法律面面觀」課程，特聘臺灣實踐大學刑事法講師周宜鋒擔任講座，參加人數計276人。



辦理「108年環境教育研習班」

為促進各機關學校公務人員瞭解個人、自然環境與社會的相互依存關係，增進全民環境倫理與責任，以達永續發展，爰於本(108)年6月12日(星期三)假本府大禮堂辦理「108年環境教育研習班」，特聘台灣野望自然傳播學社秘書長王誠之擔任講座，參加人數計490人。





吾是碎碎唸

最近該做什麼 (108年6月中、下旬-108年7月上旬)

辦理單位	期程	辦 理 項 目	辦 理 對 象
雲林縣政府	7/4	民主治理價值與重要政策傳達研習	所屬公務人員
	7/10	本府 108 年雲欣會	所屬公務人員
各機關、學校	6 月中、下旬	6 月 2 日後退離公務人員另予考績作業	所屬公務人員
		AF 系統 107 年考績獎金確認作業(6/15-7/15)	所屬公務人員
		國小第二次縣內介聘作業(6/28)	所屬教育人員
		107 年地方特考職缺填報作(6/25 前)	所屬公務人員
		國中縣內介聘作業(6/26；6/28 前開完教評會)	所屬教育人員
		請託關說登錄與查察作業獎懲人數統計表填報(6/28 前)	所屬公教人員
		AF 系統依機關按年報送各項表別報送作業(6/30 前)	所屬公教人員
		公務人員考績及甄審委員會組成作業(6/30 前)	所屬公務人員
		公務人員下半年度簽到簿製作作業(6/30 前)	所屬公務人員
		取得較高學歷教師改敘作業	所屬教育人員
	7 月上旬	期末優良教師獎勵作業	所屬教育人員
		介聘他校教師、退休教師及代理教師離職作業	所屬人事人員
		e 等公務園+學習平台暫停服務(7/4-7/8)	所屬公教人員
		6 月 30 日退休教師另予考核作業	所屬教育人員
		所屬專任教師續聘作業	所屬教育人員
		自辦代理教師甄選作業	所屬教育人員
		代理教師再聘考核作業	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		
109 年初等考試任用計畫提報作業(7/22 前)	所屬公務人員		


法令充電站
新修增法令、解釋

函示：107 年度公務人員退休撫卹基金決算業已公告於公務人員退休撫卹基金管理委員會網站。

(雲林縣政府 108 年 5 月 31 日府人給二字第 1080054237 號函)

函示：轉知「行政院與所屬中央及地方各機關聘僱人員給假辦法」第 4 條、第 5 條、第 8 條，業經行政院於 108 年 4 月 22 日以院授人培字第 10800324321 號令修正發布，檢送發布令影本、修正條文、修正總說明及修正條文對照表各 1 份。

(雲林縣政府 108 年 5 月 29 日府人考一字第 1083104893A 號函)

函示：訂定「108 年雲林縣政府所屬各級學校教師成績考核初審輔導實施計畫」，自即日起生效。

(雲林縣政府 108 年 5 月 29 日府人考二字第 1083104752 號函)

函示：檢送「擁有高學力，職涯好給力」—雲林縣政府人事處暨所屬人事機構 108 年度人事人員知能升級實施計畫 1 份。

(雲林縣政府 108 年 5 月 28 日人力一字第 1083104678 號函)

函示：函轉重申各機關(構)得視業務實際需要，依公務人員週休二日實施辦法規定，彈性調整辦公時間，彈性時間不以 1 小時為限。

(行政院人事行政總處 108 年 5 月 27 日總處培字第 1080035544 號書函)

函示：為配合「司法院釋字第 748 號解釋施行法」於本(108)年 5 月 24 日施行，「國際網路版人力資源管理資訊系統」(WebHR)等相關資訊系統之家屬稱謂填寫請依說明辦理。

(行政院人事行政總處 108 年 5 月 27 日總處資字第 1080035519 號函)

函示：工友退休迄今未能補足人力乙案，復如說明(縣府不再受理各校申請強制移撥超額工友)。

(雲林縣政府 108 年 5 月 27 日府行庶一字第 1082902175 號函)

函示：函轉公務人員保障暨培訓委員會有關強化公務人員行政中立觀念一案，詳如說明。

(雲林縣政府 108 年 5 月 20 日府人考二字第 1080528232 號函)

函示：有關軍公教人員兼任非政府機關(構)職務，領受之車馬費或出席費等相關經費是否受「軍公教人員兼職費支給表」規範疑義案。

(雲林縣政府 108 年 5 月 13 日府人給二字第 1080526835 號函)

函示：民國 100 年 2 月 1 日施行之「退休公務人員一次退休金與養老給付優惠存款辦法」、「公務人員勳績撫卹金給與標準」、「公務人員死亡殮葬補助費給與標準」、「政務人員退職撫卹勳績給與標準」及「政務人員在職死亡殮葬補助費給與標準」業經考試院及行政院於 108 年 4 月 25 日會同發布廢止。

(銓敘部 108 年 5 月 10 日部退二字第 1084810297 號函)

函示：為配合民國 107 年 6 月 23 日修正施行之陸海空軍軍官士官服役條例第 29 條第 10 項規定，有關軍職人員於 87 年 6 月 5 日以後退伍除役且支領退除給與，並轉任公務人員者，其所具軍校基礎教育折算役期年資補繳公務人員退休撫卹基金費用相關事宜，請依銓敘部 108 年 5 月 8 日部退三字第 10848105571 號令釋辦理。

(雲林縣政府 108 年 5 月 10 日府人給二字第 1083104198 號函)

函示：檢送「公立高級中等以下學校教師成績考核辦法」第 17 條第 1 項規定之解釋令 1 份如附件。

(教育部 108 年 5 月 6 日臺教授國部字第 1070166646C 號函)

函示：檢送「雲林縣政府鼓勵進用身心障礙者績優單位表揚獎勵計畫」。

(雲林縣政府 108 年 5 月 3 日府勞福二字第 1083408278 號函)

函示：檢送「中華民國 109 年(西元 2020 年)政府行政機關辦公日曆表」1 份。

(行政院 108 年 5 月 1 日院授人培字第 1080033635 號函)

函示：檢送「員工職場霸凌防治與處理建議作為」及「員工職場霸凌處理標準作業流程(範例)」各 1 份，詳如說明。

(行政院人事行政總處 108 年 4 月 29 日總處綜字第 1080033467 號函)

函示：函轉有關公務人員加班未滿 1 小時或超過 1 小時之餘數處理方式一案，請查照並依說明配合預為規劃因應。

(行政院人事行政總處 108 年 3 月 26 日總處培字第 1080030180 號函)



雲林縣政府 員工身心靈健康對話窗

運動，是最好的保命符！研究：癌症死亡風險大降 37%

【早安健康／張承宇報導】老牌藝人賀一航、豬哥亮都相繼飲恨腸癌之手，讓不少人因此面對腸癌更加謹慎，其實，台灣人罹患大腸癌機率冠居全球，若是不幸罹患腸癌，則積極接受治療、提高存活率就成了最重要的一件事。

最新研究指出，透過提高運動量有助於降低腸癌患者死亡率，而且不一定是在罹癌之後，健康時多加運動，也可能提高罹患腸癌後的存活率！

研究：運動可望降低癌症死亡風險

2019 年 4 月登載在期刊《歐洲癌症預防期刊 (European Journal of Cancer Prevention)》中的一項研究指出，腸癌患者的運動量越高，則死亡風險越低。該研究針對 2018 年 2 月底以前發表的 18 項世代研究資料進行分析，結果發現患者被診斷為腸癌之前，運動量的組別，比起最低的組別，總死亡風險低了 19%，死於腸癌的風險也降低了 15%。研究小組推算，每增加 10 MET 小時（※註），約可降低 11% 死亡風險。而在被診斷為腸癌後運動量最高的組別，比起最少的組別約可降低總死亡風險 37%、腸癌死亡風險 36%，研究小組推算，每增加 10 MET 小時，約可降低 21% 死亡風險。

日本橫須賀泌尿器科診所院長奧井識仁也指出，過去研究發現，運動可望幫助抑制腸癌、前列腺癌等癌症，2009 年一項針對男性腸癌患者的研究發現，運動量最高的組別，比起運動量最低的組別，約可降低死於腸癌的風險 47%。

除了預防腸癌，運動也可能有助預防其他癌症。美國哈佛大學曾針對 2750 名前列腺癌患者進行追蹤調查，發現每周走路 3 小時以上的族群，比起每周走路未滿 3 小時的族群，癌症復發、轉移、死亡的風險都降低了 57%。

※ MET 小時：

METs (Metabolic Equivalent) 中文稱為「代謝當量」，是運動強度的表示單位。而 MET 小時是指每小時進行的運動強度總量，例如進行 3MET 的運動 2 小時，則為 $3 \times 2 = 6$ MET 小時。

根據衛福部國民健康署提供之台灣健康體能指引手冊，運動的代謝當量大致如下：

METs	活動情形	活動類型
1	坐式活動	吃飯、閱讀、桌前的工作、看電視、高速公路開車
2	非常輕鬆	辦公室內的工作、市區駕駛、日常生活起居、生產線站立工作、散步
3	有點費力但呼吸正常	拖地、走路、逛街、打保齡球、掃地、整理花園、桌球、外丹功、站式氣功
4	中等程度：費力且呼吸加深	健走、健行、徒手洗車、太極拳
4.5	中等程度運動	棒球、體操、排球
5	非常費力	慢跑、快走（每小時 8 公里）、打高爾夫球（自己背球具）、騎腳踏車（每小時 16 公里以上）、粗重園藝工作、背行李步行
6	非常非常費力	快速中、長距離跑步、競賽性運動
7+	極度費力	短距離衝刺、快跑、跑上坡、激烈球類運動

文章來源：早安健康 <https://www.everydayhealth.com.tw/article/21912>




超 螞 大 小 事


姓名	原任職務	新任職務	到(離)職日期
林○成	雲林縣斗南鎮公所 人事室主任	雲林縣褒忠鄉褒忠國民 小學人事室主任	108.06.17
林○瑜	雲林縣立二崙國民中學 人事室主任	退休	108.06.24
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：ylhg05167@mail.yunlin.gov.tw


The End
 如有疑義，請洽人事處