

● 法令宣導 **Decree Declared**

01	教育部 104 年 11 月 17 日臺教人(二)字第 1040157236 號函,「公務人員考試錄取人員基礎訓練輔導要點(以下簡稱基礎訓練輔導要點)」部分規定修正,業經公務人員保障暨培訓委員會(以下簡稱保訓會)本(104)年 11 月 10 日公訓字第 1042160960 號令修正發布。
02	教育部 104 年 11 月 16 日臺教人(二)字第 1040159549 號函,有關公務人員保障暨培訓委員會製作薦任公務人員晉升簡任官等訓練及委任公務人員晉升薦任官等訓練等 2 項訓練作業程序一點通,已刊登於該會網站,請參考運用。
03	教育部 104 年 11 月 25 日臺教人(二)字第 1040162836 號函轉銓敘部令以,應 96 年公務人員特種考試關務人員考試五等考試技術類輪機工程科考試及格人員得適用交通技術職系。
04	教育部 104 年 12 月 2 日臺教人(四)字第 1040161522 號函,行政院訂定「跨主管機關及區域性競賽活動核發獎金或等值獎勵支給表」,自 105 年 1 月 1 日生效。
05	教育部 104 年 12 月 10 日臺教政(一)字第 1040171767 號函,中華民國 104 年 5 月 20 日制定公布之「聯合國反貪腐公約施行法」,行政院定自 104 年 12 月 9 日施行。
06	教育部 104 年 11 月 13 日臺教人(三)字第 1040154688 號函,行政院修正「行政院選送簡任第十二職等以上高階公務人員出國短期研習注意事項」第 10 點,並自 104 年 11 月 4 日生效。
07	教育部 104 年 11 月 23 日臺教人(四)字第 1040162532 號函,「公教人員保險準備金管理及運用辦法」第 7 條、第 32 條條文業經銓敘部以 104 年 11 月 19 日部退一字第 10440414131 號令修正發布。
08	教育部 104 年 12 月 9 日臺教人(四)字第 1040171770 號書函,公教人員保險法修正第 3 條、第 12 條、第二節節名、第 13 條至第 15 條、第 18 條、第 33 條及第



51 條條文，以及政務人員退職撫卹條例第 11 條及第 21 條與公務人員退休法第 6 條、第 11 條條文，均經總統公布；上開各修正條文已刊載於總統府公報第 7222 期，請至總統府網站：<http://www.president.gov.tw> 公報系統查閱。

● 業務報導 **Business News**

01	本校訂於 104 年 12 月 25 日 (五) 中午 12 時召開本 (104) 學年度第 1 學期 (總第 129 次) 教師評審委員會，審議 104 學年度第 2 學期專兼任教師之新(續)聘案，另於 105 年 1 月 8 日(五) 中午 12 時召開 (總第 130 次) 教評會審議 104 學年度教師升等案。
02	修正本校專任教師聘任及升等審查辦法，並自即日起生效。
03	修正本校教師升等評分細則，並自即日起生效。
04	104 年高等考試三級考試錄取分配本校訓練人員，計有一般行政職系張凱綸組員 (學生事務處) 及張庭榮組員 (研究發展處) 等 2 人，並業於 104 年 11 月 2 日完成報到手續。
05	本校工程學院及設計學院院長任期將於 105 年 7 月 31 日屆滿，人事室並已分別發函函請兩院依本校各學院院長產生及去職辦法相關規定，辦理院長遴選事宜。
06	教育部辦理第 60 屆學術獎推薦活動，相關訊息請參閱人事室網頁/最新消息。
07	雲林縣政府函轉教育部辦理「104 年度全國終身學習楷模選拔暨表揚活動實施計畫」，請鼓勵所屬踴躍參加。
08	本校出國/出境申請自本(104)年 12 月 7 日起全面採用整合文書服務系統申請，免除紙本申請流程。
09	105 年 1 月 16 日 (星期六) 為第 14 任總統副總統及第 9 屆立法委員選舉投票日，為便利選舉區內各機關(構)、學校員工前往投票，是日均以放假處理。
10	本校 105 年教職員寒暑假期間實施彈性上班方式如下： 一、全校統一補休 2 日： 1.105 年 1 月 30 日(星期六)。

	<p>2.105 年 2 月 5 日(星期五)。</p> <p>二、個人可在下列期間任意組合補休，但每週二為核心上班日，不得排定寒暑假：</p> <p>1. 寒假 2 日(期間自 105 年 1 月 25 日起至 2 月 12 日止)。</p> <p>2. 暑假 11 日(期間自 105 年 7 月 4 日起至 9 月 2 日止)。</p>
11	<p>本校「第二屆勞資會議」代表及候補代表任期自 105 年 1 月 1 日起至 108 年 12 月 31 日止，名單如下：</p> <p>一、資方代表：黃振家副校長、古東源主任秘書、方國定教務長、蔡佐良學務長、萬騰州總務長、鄭道隆主任、陳蒼山主任。</p> <p>二、勞方代表：李香佳小姐、鄭淳丹小姐、唐坤正先生、柯盈舟先生、李旻璋先生、黃明彬先生、劉淑芬小姐。</p> <p>三、候補代表：羅月娥小姐、陳秋如小姐、方光儀小姐、廖光裕先生、郭明鳳小姐、陳柏村先生、林美麗小姐。</p>
12	<p>本室刻正辦理校務基金工作人員 104 年年終考評、年資晉級及換約作業。</p>
13	<p>全國公教員工網路購書 104 年 11 月至 12 月專屬活動「格林暢銷書系書展」，相關訊息請參閱人事室網頁/最新消息。</p>
14	<p>教育部 104 年 11 月 24 日臺教人(一)字第 1040163143 號書函，為遴選明 (105) 年度公務人員「每月一書」，請踴躍上網票選優良圖書。</p>



● 人事動態 **Personnel Change**

一、 人員異動名單：

姓名	異動原因	原職機關(單位)職稱	新職機關(單位)職稱	到(離)職日期
涂芯汝	調任	管理學院 工友	行政院農業委員會農精 署中區分署 技工	104.11.18
王小惠	調任	人事室 工友	國立雲林特殊教育學校 工友	104.11.18



姓名	異動原因	原職機關(單位)職稱	新職機關(單位)職稱	到(離)職日期
李青峯	調任	視覺傳達設計系技佐	雲林縣政府文化處圖資訊科科員	104.11.24
張雅宣	辭職	教務處課教組約用助理員		104.11.25
林佑隆	新進		推廣教育中心 行政助理(職務代理人)	104.12.04

● 當月壽星 **Month Birthday**

104 年 12 月份壽星名單			
單位	姓名	單位	姓名
工程科技研究所	康立威	工業設計系	楊靜
機械工程系	廖文志		王信東
	蔡孟勳	視覺傳達設計系	蔣世寶
電機工程系	何前程	建築與室內設計系	黃耀榮
	翁萬德	創意生活設計系	陳啟雄
電子工程系	陳世志		鄭月秀
	林慶煌		謝修璟
資訊工程系	朱宗賢	數位媒體設計系	黃格崇



104 年 12 月份壽星名單

單位	姓名	單位	姓名
	陳士煜	漢學應用研究所	柯榮三
環境與安全衛生工程系	蔡宛霖	材料科技研究所	陳文照
	楊茱芳	休閒運動研究所	游士正
化學工程與材料工程系	黃振家		
	楊肇政	文化資產維護系	曾永寬
	葉禮賢	通識教育中心	蘇姿文
營建工程系	張睦雄	學務處衛生教育組	吳秀梅
	陳維東	學務處服務學習組	梁淑卿
	賴國龍	總務處	李玲慧
國際管理學士學位學程	詹嘉雯	總務處文書組	吳麗玲
工業工程與管理系	童超塵	總務處事務組	江玉祥
	邱靜娥		楊坤皇
	柳永青	總務處保管組	廖孟佳
	鄭玉玲	總務處駐衛警察小隊	高承恩
	陳敏生	研究發展處產學企劃組	江麗玉



104年12月份壽星名單

單位	姓名	單位	姓名
企業管理系	賴其勛		洪佩君
	陳振燧	圖書館採編組	林友崇
資訊管理系	吳岱潔	圖書館典閱組	李依蓮
	林育如		李傳彰
	施東河	圖書館系統資訊組	郭恩郎
	張嘉君	諮商輔導中心	郭素蘭
財務金融系	江明珠	資訊中心視訊組	葉青芳
	陳應心	秘書室	吳見福
會計系	陳慶隆	主計室第三組	沈淑芬
	王翰屏		劉瑋臻

● 健康九九九 **Health Information**

冬令進補過頭易便秘 中醫：四神湯較佳

資料來源：優活健康網記者陳思綺

俗話說，中秋過後夜夜涼，民眾也更能感受到白天、晚上的溫差越來越明顯，再加上二十四節氣中，第一個「寒」字輩的寒露已過，表示冬天不遠了；每到冬季民眾喜歡進補，然中醫師表示，溫補過頭恐易流鼻血、便秘。

口乾舌燥、潰瘍 恐是補過頭

天氣一轉涼，冬令進補往往成為大家關注的焦點，街上隨處可見的薑母鴨、羊肉爐、麻油雞等店面都是座無虛席，然而卻不乏有人因為補過頭，出現口乾舌燥、口腔潰瘍、便秘、流鼻血等現象，柳營奇美醫院中醫部唐玫珊醫師表示，這些藥膳多數含有黃耆、桂枝、茴香等容易化燥的溫補藥材，宜在寒流來或冷鋒過境時食用。

她進一步指出，冬季屬於寒水的季節，腎屬水，冬季宜補腎。但補腎又分為補腎水和補腎火，水虛的人要補腎水，火虛的人要補腎火，建議由中醫師把脈、問診之後，再根據體質開立處方。

一般藥膳可分溫補、平補、涼補。若要選擇適合全家大小、多數人體質皆可食用的，則以平補為最佳；唐玫珊醫師推薦 3 種適合多數民眾食用的藥膳：

1.四神湯

效用：四神湯藥性平和，可健脾胃、補虛勞，調整消化功能、補中益氣。若體質是容易化熱上火，即常熬夜、易嘴破、易便秘、易長痘痘的人，就適合吃四神湯。

做法：將茯苓、薏苡仁、芡實、蓮子、山藥等分各 6~10 克，浸泡半小時後，加入適量的豬肚或是豬小腸，一同燉煮，加薑、蔥去腥味，少量香油、鹽等調味料都可酌加。

2.何首烏雞湯

效用：其滋補力道比四神湯再強一些，可以益氣養血、補養肝腎，改善頭暈目眩，手足冰冷及腰膝痠軟等症狀。

做法：將何首烏、黨參、黑棗、枸杞、黃精及龍眼肉等藥材洗淨浸泡半小時後備用，再將雞肉川燙後與藥材一同燉煮，食用前再加入少許調味料。

3.狗尾草雞湯

效用：狗尾草是民間常用來給小孩「轉骨」的食補藥材。狗尾草性溫、味甘、無毒，主治小兒發育不良，有開脾、利尿、健胃除積等功效。此外還有止咳潤喉的功能，民眾甚至把它煮水當茶飲用，氣味與人參茶相似，所以也有台灣人參之稱。

做法：藥材洗去雜質後備用，再將雞肉川燙後與藥材一同燉煮，食用前再加入少許調味料。

除了食療之外，運動也是非常重要，但切記宜在日出之後穿著合適的衣物才外出進行運動鍛鍊，以避免著涼。並依年齡及個人體能選擇適合的運動，如散步、慢跑、太極、瑜珈等，唐醫師提醒，如果一味進補而未有充足的運動，當心春天來臨時身材恐走樣。