

法令宣導 Decree Declared

- 1 教育部函知，公務人員執行職務確診嚴重特殊傳染性肺炎於集中檢疫場所隔離治療得視同住院治療請領慰問金，相關資訊請參閱人事室網頁最新消息。
- 2 「性別工作平等訴訟法律扶助辦法」部分條文，業經勞動部於中華民國110年6月10日以勞動條4字第1100130456號令修正發布，相關資訊請參閱人事室網頁相關釋例。
- 3 教育部函知中華民國110年6月16日修正公布之行政訴訟法，除第57條、第59條、第83條、第210條及第237條之15條文外，其餘條文，自110年6月18日施行，相關資訊請參閱人事室網頁相關釋例。
- 4 原住民族委員會110年6月21日修正發布「僱用、進用原住民績優機關（構）及廠商獎勵辦法」，名稱並修正為「超額進用原住民族獎勵辦法」之發布令影本、修正總說明、修正規定及修正對照表各1份，相關資訊請參閱人事室網頁相關釋例。



業務報導 Business News

- 1 歡迎各位同仁多加利用本校員工協助相關資源，詳參本校人事室網頁/員工協助與福利措施(含校內資源彙整表、哺集乳室設置概況表)，也歡迎校內各單位(或同仁)踴躍提供校內員工協助措施並與本室聯繫，另有員工優惠商店(含子女托育)提供同仁生活上的協助措施，請自行上網瀏覽參考運用，消費時請留意商家實際營業狀況(含安全措施)，如發現商家有違反法令或建議事項，請立即連絡本校人事室。
- 2 提醒您善用e等公務園+學習平臺之公務人員10小時課程專區自主完成公務人員每年度必須完成課程學習時數(請於7月31日前自主完成)。

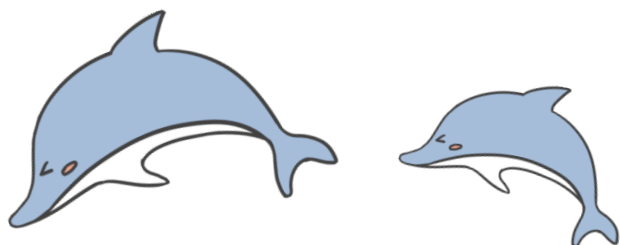




人事動態 Personnel Change

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 |
|-----|------|-----------------|-----------------------|------------|
| 黃培淳 | 平調 | 財務金融系(辦事員) | 總務處-出納組(辦事員) | 110. 6. 30 |
| 陳盈穎 | 離職 | 人事室-第一組(組員) | | 110. 7. 1 |
| 楊克棟 | 退休 | 材料科技研究所(技士) | | 110. 7. 1 |
| 陳宏棋 | 新進 | | 總務處-營繕組(技正) | 110. 7. 1 |
| 蔡名琪 | 新進 | | 財務金融系- 行政助理(職務代理人) | 110. 7. 5 |
| 李好莉 | 調陞 | 秘書室(專員) | 教務處(秘書) | 110. 7. 5 |
| 莊寶霖 | 調陞 | 總務處-經管組(組員) | 總務處-事務組(專員) | 110. 7. 5 |
| 張民典 | 離職 | 總務處-營繕組(技士) | | 110. 7. 12 |
| 李芳誼 | 新進 | | 主計室(組員) | 110. 7. 15 |





當月壽星 Month Birthday

| 單位 | 姓名 | 單位 | 姓名 |
|------------|-----|------------|------------|
| 工程科技研究所 | 張慶龍 | 工業污染防治研究中心 | 吳淑婷 |
| 機械工程系 | 張雅雯 | 企業管理系 | 林尚平 |
| | 任志強 | | 陳香君 |
| 電機工程系 | 張軒庭 | | 黃邦寧 |
| 電子工程系 | 蘇慶龍 | 工業工程與管理系 | 黃志剛 |
| | 周榮泉 | 資訊管理系 | 鄭秀華 |
| | 陳育鑽 | | 黃純敏 |
| 資訊工程系 | 許正欣 | | 湯宗泰 |
| 環境與安全衛生工程系 | 李旻濤 | 財務金融系 | 鄭政秉 |
| | 林怡君 | 會計系 | 魏好珊 |
| 化學工程與材料工程系 | 吳知易 | | 高階管理碩士學位學程 |
| | 周秋楓 | 黃貞元 | |
| 營建工程系 | 王劍能 | 設計學研究所 | 范國光 |
| | 江健仲 | 工業設計系 | 林盟晃 |
| | 吳博凱 | 數位媒體設計系 | 楊晰勛 |
| | 陳建州 | 創意生活設計系 | 李東欣 |

生日快樂！





當月壽星 Month Birthday

| 單位 | 姓名 | 單位 | 姓名 |
|--------------|-----|--------------|-----|
| 應用外語系 | 黃孟妍 | 圖書館--館務發展組 | 朱嫻玢 |
| | 鄭家捷 | | 陳翊婷 |
| 技術及職業教育研究所 | 廖年森 | 資訊中心--網路組 | 陳珮芸 |
| 漢學應用研究所 | 翁敏修 | 諮商輔導中心 | 杜育真 |
| 休閒運動研究所 | 謝秀芳 | 國際事務處--國際交流組 | 黃心怡 |
| 材料科技研究所 | 白瑞千 | 校務發展中心 | 蔡淑鈴 |
| 通識教育中心 | 簡端良 | 人事室--第二組 | 司純怡 |
| | 王瓊瑤 | 主計室 | 陳麗敏 |
| 前瞻學士學位學程 | 劉雯瑜 | 主計室--第一組 | 李佳燕 |
| 教務處 | 李妤莉 | 主計室--第三組 | 蔡恩慈 |
| 學務處--生活輔導組 | 李佳諭 | | |
| 學務處--課外活動指導組 | 田瑞良 | | |
| 總務處--營繕組 | 李俊賢 | | |
| 圖書館--採編組 | 林美妙 | | |
| 圖書館--典閱組 | 王秀分 | | |

生日快樂！





文章來源:本校諮商輔導中心/資源大全/心靈雲集(108.07)

說謝謝，翻轉情緒

諮商輔導中心 賴瑩怡 兼任心理師

幾天前看了一篇文章，標題寫常說「謝謝」不僅能紓壓，還能消弭阻礙大腦發展的負面情緒，引起了我的好奇而仔細地閱讀了這篇文章，同時也不免回想自己在日常生活中是否有常開口說請、對不起和謝謝您呢？當我們的生活模式固定或因工作的壓力與家務的繁忙，對於家人或朋友為我們做些什麼時，似乎久而久之將他人的付出變得理所当然，而忽略表達我們的謝意。

文章提到對他人表達謝意，便是對他人打開心胸，當我們對別人好，受人感謝或我們主動感謝別人時，大腦便會分泌一種稱為幸福激素的「催情素」，而「催情素」的分泌能撫慰人心，增加與人的信賴感，且能消除壓力使人感受到幸福。因文章的啟發，自己便在日常生活中做了一點小試驗，下班後的日常總需匆忙且迅速的打理孩子的晚餐與盥洗，與先生的對話往往顯得急躁與不耐，那天無意間隨口對先生說了一句「謝謝你把孩子的衣物整理得真整齊」，我發現這句話為自己與先生日常的緊繃與急躁，帶來了稍稍的緩和與平靜，也因為這樣我們才發現日常家務的繁忙而忽略了彼此的感受，而一句不經意的感謝，改善了緊繃的氛圍。

往往我們對邊最親近的人越不容易表達謝意，總感到難為情，但其實只要我們透過練習，對身邊的人都能敞開心胸，將日常再瑣碎不過的事情也心懷感謝，並將這份心意說出來，很快就能與對方自然的產生共鳴，漸漸感受到關係微妙的變化，如此一來不僅在人際互動上能獲得良好的回應，對自己情緒也能有更好的轉換。

