



法 令 宣 導



一	<p>教育部 102 年 5 月 13 日臺教高(五)字第 1020066733 號函，依該部 102 年 3 月 29 日「研商有關曾任國外大學專任教師其送審教師資格之專門著作採計相關事宜會議」決議略以，為利延攬國外優秀教師回臺任教，其「前一等級教師資格」之取得，應不以取得我國教師資格為限。爰此，教師之國外任教符合辦法第 10 條第 1 項第 4 款規定得採計送審人國外學校專任教師之年資，其國外任職期間之專門著作得併同年資採計，惟曾作為送審我國教師資格之代表著作者，不得重複作為送審高一等級教師資格之代表著作。</p>
二	<p>教育部 102 年 4 月 26 日臺教人(三)字第 1020054602 號函以，不適任教育人員之通報與資訊蒐集及查詢辦法業於 102 年 3 月 11 日發布施行，請各校及各主管教育行政機關確依該辦法辦理不適任教育人員通報與查詢作業。又為防止資料外洩及確保資料正確性，各校及各主管教育行政機關應依規定指定專人辦理不適任教育人員通報與查詢作業，作業程序應符合個人資料保護法規之規定，倘未依該辦法規定辦理或所報資料錯誤不實，經本部查知者將列為行政缺失，並作為各類補助款之參據。</p>
三	<p>教育部於中華民國 102 年 4 月 22 日以臺教人(三)字第 1020044792C 號令訂定發布施行「教育人員留職停薪辦法」。</p>
四	<p>教育部 102 年 4 月 30 日臺教人 (一) 字第 1020064569 號函以，依公務人員陞遷法規定，公務人員可透過公開、公平、公正之方式，以其所具任用資格，陞遷各機關相關職缺，尚非以性別為優先陞任考量；惟如在不違反績效陞遷原則，各機關 (構) 學校職務出缺遞補人員時，在候選人員資歷相當情形下，於考量機關 (構) 學校性別比例現況後，建議優先晉升表現優異且具發展潛能之少數性別 (女性或男性)，以促進性別平等。</p>
五	<p>教育部 102 年 4 月 25 日臺教人(二)字第 1020062491 號函以，檢送配合行政院人事行政總處作業需要修正之「本部所屬機關學校員額運用情形調查表」1 份，請</p>

	各機關學校定期於每年 1 月 2 日、5 月 2 日及 9 月 2 日前函報到部。
六	教育部 102 年 4 月 22 日臺教人(二)字第 1020059327 號函以，有關 102 年公務人員初等考試同分正額錄取人員及增額錄取人員網路分配結果，分別訂於 102 年 4 月 23 日(星期二)及 5 月 10 日(星期五)上午 10 時整公告於行政院人事行政總處全球資訊網(http://www.dgpa.gov.tw)，請逕上網查閱；如有分配錄取人員，並依相關規定辦理報到事宜。
七	教育部 102 年 4 月 26 日臺教人(二)字第 1020063115 號函以，檢送行政院所屬各機關及地方機關(學校)102 年公務人員特種考試身心障礙人員考試各等別、類科需用名額統計表及第 2 次增列需用名額彙總表各 1 份。
八	教育部 102 年 5 月 7 日臺教人(二)字第 1020069086 號書函以，公務人員保障暨培訓委員會訂定「102 年公務人員特種考試身心障礙人員考試錄取人員訓練計畫」。
九	教育部人事處 102 年 5 月 1 日臺教人處字第 1020066578 號函轉銓敘部函送公務人員履歷表「一般」與「簡式」修正格式及填寫範例。
十	<p>教育部 102 年 4 月 30 日臺教人(四)字第 1020061794 號函以，有關公務人員加給給與辦法第 9 條第 1 項所稱「實際負領導責任」認定及追繳溢發俸給之除斥期間與請求權內容及範圍疑義，依行政院人事行政總處函以，核釋如下：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1、有關主管人員「實際負領導責任」之認定部分：須同時符合「擔任機關組織法規規定之主管職務」及「實際負領導責任」兩個要件，始得支領主管職務加給，至於是否「實際負領導責任」，事涉相關事實認定，宜由機關依職務之職掌事項及擬任人員實際工作情形覈實認定。 2、有關追繳溢發俸給之違法行政處分除斥期間計算疑義部分：追繳溢發俸給之違法行政處分除斥期間係以有權撤銷機關確實知悉有違法情事時起算 2 年，尚非以違法原因發生時(俸給發放時)起算。 3、有關撤銷溢發俸給之違法行政處分後，其請求權內容及範圍疑義部分：在請求權時效尚未消滅前(自撤銷處分生效時起算 5 年內)，得請求返還之內容及範圍，係原處分所受領之全部數額。 4、至行政院人事行政總處 101 年 3 月 22 日總處給字第 10100296681 號函所稱，溢領房租津貼併入數額之追繳，僅得追繳未逾 5 年時效之房租津貼併入數額部分，須先行撤銷原行政處分後始得請求返還溢領之俸給，與房租津貼併入數額係直接基於法令而發生之給付(未涉授益處分之作成與撤銷)尚有不同，兩者溢發之處理尚無參照援用之問題。
十一	教育部 102 年 4 月 8 日臺教人(一)字第 1020048766 號函以，有關各機關(構)學校於運用勞動派遣時，應注意不得使派遣勞工處於有可能遭受性別歧視或性騷擾之環境，以保障其職場之人身安全及權利。

十二	教育部 102 年 4 月 18 日臺教人(二)字第 1020051686 號書函轉行政院勞工委員會 102 年 4 月 2 日勞動 2 字第 1020130620 號公告發布調整每月「基本工資」為新臺幣 19,047 元，並自 102 年 4 月 1 日生效。
十三	教育部 102 年 5 月 1 日臺教人(二)字第 1020065451A 號函檢送「102 年度教育部所屬機關(構)學校運用非典型人力及推動業務委託民間辦理情形訪查實施計畫」1 份。
十四	教育部 102 年 4 月 30 日臺教人(三)字第 1020060859 號函轉銓敘部修正「公務人員傑出貢獻獎選拔及表揚作業要點」名稱為「公務人員傑出貢獻獎遴薦選拔審議及表揚要點」，並修正全文及附表，自 102 年 4 月 19 日生效。



業 務 報 導



一	本校預訂於 102 年 6 月 19 日(三)上午 10 時召開總第 113 次校教評會，主要審議 102 學年度下學期專兼任教師聘任案，各系所如有新聘教師提案，依規定應於 5 月底前完成院教評會審查(含著作或成就外審)。另自 98 學年度起，除原聘任教師不應聘等專案核准外，不再受理當學期聘任追認之申請，請各系院務必把握作業時效。
一	教育部 102 年 5 月 16 日臺教人(三)字第 1020072818B 號函略以各校(機構)擬依「不適任教育人員之通報與資訊蒐集及查詢辦法」第 7 條第 2 項第 1 款規定辦理擬聘任人員申請查詢，請依規定於本(102)年 6 月 10 日前彙整所屬擬聘任人員申請查詢名冊，以密件方式函報教育部(並請檢附查詢名冊電子檔光碟)。
三	修正「本校教師借調處理要點」第五點條文，業已公告並通函各單位實施。
四	人事室鄭主任道隆於 102 年 5 月 24 日到職，並於是日下午 2 時 30 分，在國際會議廳二樓第二演講廳(AC222)辦理新(卸)任主任交接典禮，由校長主持，歡迎同仁撥冗前往觀禮。
五	本校教務處綜合業務組白之恬小姐業經訓練期滿並核定成績及格，公務人員保障暨培訓委員會已函請銓敘部及人事行政總處請頒考試及格證書並進行分發任用。
六	因應行政院組織調整且完成組織立法，並定於 102 年 1 月 1 日施行，本校自 102 年 1 月 1 日起，機關代碼改為 A095R0000Q，本室刻正辦理機關代碼變更，所屬人員

	組織調整動態報送銓敘部作業。
七	本校學務處生輔組約僱人員職缺業於 102 年 5 月 6 日辦理甄選完畢，甄選結果經性侵害登記資料查閱完畢並簽陳核定後，錄取人員蔡馨儀小姐已於 5 月 17 日報到上班。
八	本校工程科技研究所、文化資產維護系、應用外語系等行政助理職缺業分別於 102 年 4 月 24 日、5 月 8 日、5 月 9 日辦理甄選完畢，其工程科技研究所、應用外語系等 2 職缺錄取人員均已完成性侵害登記資料查閱完畢，甄選結果分別公布於用人單位網頁。
九	有關本校同仁 101 年度考績案，業奉銓敘部 102 年 5 月 8 日部銓三字第 1023729016 號函銓敘審定，並已完成考績通知書之製發。
十	有關 101 學年度教師年資加薪事宜，人事室業於 102 年 5 月 9 日以雲科大人字第 1020700267 號書函檢送教師年資加薪清冊予各系所及相關單位，並請各單位於 102 年 6 月 4 日(二)前，將評核結果移送人事室彙辦。
十一	依本校分層負責明細表，修正本校差勤線上流程及相關紙本表件(請自行至人事室網站/表單下載/08.差假勤惰及 09.出國出境下載使用);另依分層負責明細表有關會議之部分：派遣一級主管參加校外會議、講習、訓練之公文由一層(校長)核定；派遣教職員參加校外會議、講習、訓練之公文由二層(一級主管)核定，授權二層決行之公文，免會人事室。
十二	本校業於 102 年 5 月 15 日(三)下午 14:00-16:00 於本校理科大樓 DS120 階梯教室辦理「生活環保-節能減碳」專題演講，共計 69 人參加。
十三	本校於 102 年 5 月 21 日(二)下午 13:50-16:00 於本校圖書館 8 樓 AL808 多媒體教室辦理「為你流的淚」電影賞析，共計 50 人參加。
十四	本校預計於 102 年 6 月 20 日(四)下午 14:00-16:00 於本校理科大樓 DS120 階梯教室辦理「給臺灣的 12 個新觀念」專書閱讀，請踴躍參加。
十五	教育部函以，為表彰教育之良師，樹立教育典範，公益信託星雲大師教育基金將舉辦「第二屆星雲教育獎」遴選活動，推薦期間自 102 年 9 月 1 日至 11 月 15 日止，請踴躍推薦人員參加遴選，相關資料業公告人事室最新消息，請自行下載參閱。
十六	教育部函以，為促進全民參與反貪腐運動，法務部廉政署特委託內政部警政署警察廣播電臺(以下簡稱警廣)辦理「喊出廉能的核心價值」競賽活動，(投件方式：即日起至 102 年 7 月 6 日止，將成品帶以光碟格式，親送或郵寄至警廣節目課(100)臺北市中正區廣洲街 17 號)，請同仁踴躍參加，詳細內容業公告人事室最新消息，請自行下載參閱。

十七	教育部函轉法務部廉政署反貪宣導：「廉能是政府的核心價值」、「貪腐足以摧毀政府的形象」、「公務員應堅持廉潔，拒絕貪腐」，請同仁恪守相關廉政倫理規範，如遇受贈財物、飲宴應酬、請託關說或其他廉政倫理事件，應依規定於三日內簽報長官並知會政風單位或撥打「廉政檢舉專線 0800-286-586」，以檢舉不法。
十八	行政院人事行政總處函以，2013~2014「健康 99—全國公教特惠健檢」自即日起由行政院衛生署基隆醫院等 64 家特約醫院承作至 103 年 12 月 31 日止，請轉知同仁參考利用。
十九	教育部函轉內政部函以，為鼓勵民眾使用自然人憑證網路申報綜合所得稅，提供 102 年 5 月報稅期間，網路報稅新知及相關抽獎活動訊息，相關訊息公告於內政部憑證管理中心 (http://moica.nat.gov.tw/html/index.htm) 。
二十	為促進同仁身心健康，擬訂於每週三或四下午 4:00 起之教職員社團活動時間推行「有氧運動-打氣月計畫」，請鼓勵所屬同仁踴躍參與，活動訊息如下： 1. 活動日期:102 年 5 月 22、23、29、30 日及 6 月 5、6、13 日 7 梯 2. 活動時間:上述日期下午 16:00-16:15 分 3. 活動地點:行政大樓與資訊大樓中間走廊(噴水池升旗台前) 4. 活動方式:有氧教學 5. 帶領人:有氧舞蹈社



人 事 動 態



一、人員異動名單：

單位	職稱	姓名	異動原因	生效日期
人事室	主任	鄭道隆	新進	102.05.24
企業管理系	行政助理	袁千惠	新進	102.05.01
學務處生輔組	約僱助理	蔡馨儀	新進	102.05.17
中區教學資源中心	專案助理	彭瑩芳	新進	102.04.30

人文與科學學院	專案助理	洪千惠	新進	102.05.16
文化資產維護系	行政組員	李思瑩	辭職	102.05.01
教學卓越中心	專案助理	郭人豪	辭職	102.05.01
教學卓越中心	專案助理	余亮閻	辭職	102.05.03



102年5月份壽星

♪♪♪♪♪♪♪♪ 生日快樂 ♪♪♪♪♪♪♪♪

姓名	姓名	姓名	姓名
司馬品岳	張志鴻	顧珍娜	陳志浩
江煥鏗	李美玲	廖庭晨	劉志良
雷宸農	薛雅馨	吳小萍	張鉅昌
黃順發	許丕榮	蔡佐良	黃翠侶
王子富	鍾基強	江武雄	紀光輝
吳文華	張維欽	蔡佳靜	黃子秦
何芳玲	林明美	周淑卿	王嘉瑜
張登文	趙小英	林宜萱	劉玲珍
華志強	林芳穗	王服清	粘譽薰





怎樣吃中藥最有效？最常見的 5 種禁忌食物(下)

作者：曾慧雯

根據症狀選劑型 科學中藥未必不如水煎藥

說起吃中藥，除了飲食禁忌之外，最常產生的疑問可能是：「我該選擇水煎藥還是科學中藥？哪種安全又有效？」

水煎藥指的是將藥材浸泡在水中煎煮成湯液；科學中藥又叫做濃縮中藥，是萃取、濃縮製劑的通稱，由藥廠將藥材煎煮後脫水或加入澱粉等賦形劑所製成，除了粉劑以外，也可以做成膠囊、丸劑或錠劑。

在許多人的觀念裡，都認為水煎藥的藥效比科學中藥更好，不過中醫師認為，應該先看看疾病的類型與病患的需求，再決定最適合使用哪種劑型。

陳萍和表示，水煎藥的成分可以「客製化」依照個人體質與症狀增減，因此可以達到比較好的療效；不過現代人生活型態已經改變，如果真的不方便自行熬煮，有些診所也會提供已經煮好的即飲包，和科學中藥互相搭配服用。

賴榮年說，科學中藥方便有效，而且中醫古籍中，本來就不是所有藥都是湯劑，有些中藥原本就是粉末散劑。

「每種病剛開始都能用湯劑，但用了三、五天就可以換了，」他指出，水煎藥屬於湯劑，湯劑的效果比較快，如果是急症就可以選擇水煎藥，因為「治亂世用重典」。

除急症外，有些特殊情形也較適合服用水煎藥。王鵬豪舉例說，冬天裡喝熱熱的水煎藥，吃藥還可以暖身，如果單吃科學中藥就沒有這種效果；或者是剛生產完的婦女喝麻油酒雞湯，讓酒把藥性帶進體內，這種情況也許就不太適合服用科學中藥。

「湯劑熱熱的喝，效果是最快的，但是有時候不一定講求快，」王鵬豪說，許多調理身體的中藥，反而都做成藥效較緩慢的丸劑。

感冒、痠痛也不一定得用水煎藥。有時候治療慢性疾病可以先吃水煎藥，之後再換成科學中藥，並視個人體質增減。

方便攜帶、省時省力，是科學中藥的好處之一。不少中醫師都認為，只要不是急症，一般情況下服用科學中藥可說是簡單又方便，就算怕苦的人也可以改吞膠囊。

認明包裝標示 散裝中藥也有保障

中藥材的安全性也是選擇時的重要指標。

國內的科學中藥都是由通過 GMP (藥品優良製造規範) 認證的藥廠所生產，製造流程都有控管，品質比較穩定，對於重金屬、微生物含量也都有安全規範。

傳統買賣中藥材都是秤斤論兩，但買回家放個一陣子，常會忘記購自哪一家廠商、保存期限，甚至就連藥材是否變質都無法分辨，吃出問題也投訴無門。

因此，在一般人印象中，散裝中藥材的安全性可能不如科學中藥。

不過近年來，衛生署中醫藥委員會推動「中藥材包裝標示」，規定 324 種常見中藥材

的包裝必須標示品名、重量、製造日期、保存期限，還有製造商、進口商、販賣商的名稱及地址，建立產品責任制，若有問題可立刻追蹤源頭。

其中，89種最常用的中藥材還另外訂有重金屬含量限制；若是具有毒性的藥材，例如天南星、川烏、草烏、巴豆等，則必須在包裝標示上載明是否經過炮製。

王鵬豪表示，目前進口的中藥有85~90%都來自中國，希望未來可以鎖定安全風險較大的中藥材，要求廠商進口時附上檢驗報告。

▼不適宜配送中藥的飲料

除了白開水以外，以下幾種飲料都不宜拿來服送中藥。

茶：

茶本身具有藥性，且茶性屬於苦寒，會影響補藥療效。

「不是所有中藥都不能用茶，」賴榮年這麼說。他指出，中醫治頭痛有一古方叫做「川芎茶調散」，就是要用茶調服用，而且坊間許多號稱可以減肥的方子，也常用茶來搭配中藥。

不過，除了以上幾種情形之外，吃中藥時最好別用茶水服送，尤其吃含補氣或補血成分的中藥時，更該避免，因為茶中的鞣酸常會和補藥中的有效成分結合，影響人體吸收。

另外，茶水冷卻並放置隔夜後，其性更寒，有人喝隔夜茶甚至會胃痛，因此，當你正在服用人參、薑、桂枝等溫熱中藥時就不該喝茶。

茶水利尿，多喝會稀釋血中藥物濃度。茶也具有提神醒腦作用，服用安神鎮靜藥物時喝茶，藥效會相互抵銷；有睡眠障礙的人，中午過後也最好不要喝茶。

牛奶：

牛奶含有蛋白質與鈣質，可能會跟中藥成分結合、包裹胃壁，導致人體無法消化吸收，有些患者就因為用牛奶配中藥而腹瀉。

牛奶也可能是過敏原。賴榮年說，有些華人腸胃裡的乳糖酵素沒有高加索人來得多，造成未分解的乳糖直接進入大腸，因此乳糖不耐症的人只要一喝牛奶就會拉肚子；他建議，凡是喝完牛奶會脹氣的人都不宜再喝，容易過敏、免疫異常的人也不適合食用蛋白及牛、羊等動物奶，否則吃多了容易變成酸性、濕性體質。

果汁：

跟熟食比起來，水果本身就偏生冷寒涼，即使打成果汁也一樣，寒性體質的人多吃會不舒服。

楊榮季提醒，如果吃中藥時用果汁配服，果汁的酸鹼值也可能會改變藥性或血中藥物濃度，應該盡量避免。

糖水：

糖本身具有藥性，例如紅糖是溫補，白糖則是涼補，與中藥共服會改變藥性，所以儘量配白開水就好，不要加糖。

不過，如果小孩子覺得中藥太苦不敢吞服，陳萍和建議可以加一點甜度高、量少的果糖與中藥共服。

水煎藥 vs. 科學中藥

*水煎藥

適合對象：急症

藥效發揮速度：最快

安全把關：中藥材包裝標示規範

*科學中藥

適合對象：慢性疾病、調養身體、沒空煎藥的人

藥效發揮速度：較慢

安全把關：GMP 藥廠生產

中藥材小常識

·煎煮容器

煎煮中藥材要用不會和藥材成分起作用的材質，例如不鏽鋼、沒有破損剝落的彩色鍋、砂鍋或市售煎藥器，不建議使用鐵鍋或鋁鍋。

·藥材保存

無論是散裝中藥材或科學中藥，都應該放置在陰涼、不受潮的地方，也可以放在冰箱裡，但也不要放太久。如果藥材疑似發霉，或科學中藥受潮結塊，都應該丟棄別再食用。

·孕婦能否吃中藥

可以，但孕婦必須慎用活血破瘀及子宮收縮藥物；若懷孕應該先告訴中醫師，開藥時就會特別避開這類藥材。

·可否自己買科學中藥服用

每個人體質、症狀都不同，自行購買科學中藥吃並不恰當，最好先徵詢過中醫師的意見。