

## 活動報導

### 樂活退休、樂在服務－退休權益及志願服務宣導

為使公務人員瞭解退休權益、輔導其退休後生涯規劃並宣導公教志工理念，本府人事處於本年4月10日假公務人力訓練中心辦理「退休權益講習－樂活退休、樂在服務」。邀請本府地方稅務局人事室主任林建宏及天主教曉明社會福利基金會主任王婉如，分別講授「退休權益」及「志願服務」，讓同仁更瞭解自身權益，並激發同仁於退休後積極參與志願服務的熱情，繼續奉獻其學識經驗服務社會，使渠等退而不休，並藉以開拓生活領域，充實退休生活，參加人員包含本年度下半年及明年度上半年即將退休之同仁共127人。

另外，為期以經驗分享與體驗活動宣導並鼓勵公教人員參與志願服務，於4月30日邀請本府員工權益諮詢中心志工陳秀敏主任，分享志願服務經驗，並讓本府一級機關公教志工業務承辦人共計28人，實際擔任志工，體驗志工生活，透過知識分享過程及志工體驗活動，宣導參與志願服務理念，鼓勵公教員工參與志願服務。



本府地方稅務局人事室主任林建宏講授「退休權益」



天主教曉明社會福利基金會主任王婉如宣導「志願服務」



權益諮詢中心志工陳秀敏主任分享志工經驗

### 本府公務人力訓練中心與中興大學法律學系策略聯盟開辦法制專班-民法系列



為強化本府公務人員行政法制專業能力，提升公務人員處理陳情、申訴與行政答辯等專業職能，本府公務人力訓練中心特與中興大學法律學系策略聯盟，合作規劃行政法系列課程，提供本府公務人員專業及多元學習機會。

本年3月3日至4月29日開辦「法制專班-民法系列」課程，邀請國立中興大學法律學系劉教授昭辰講授，參加人員包括本府所屬各機關、學校同仁等共40人，藉由法規與實務案例之說明，讓本府公務同仁知悉民法及相關法令對公務行政的重要性，本次研習，不僅讓參訓學員瞭解法律關係的概念對執行公務的重要性外，更進一步了解公務上應避免所屬機關同仁有誤侵人民權益情事發生，使本府行政業務之服務能更專業與精進。

## 臺中市政府104年度

# 4 月份

## 電話禮貌先生/小姐



社會局蘇股長嫻敏



警察局東勢分局陳巡官年義

## 國家考試訊息

考試項目	辦理時間	辦理地點
104年專門職業及技術人員高等考試驗船師、第一次食品技師考試、高等暨普通考試消防設備人員考試、普通考試地政士、專責報關人員、保險代理人保險經紀人及保險公證人考試	104.06.06(六) -06.07(日)	忠明高中 西苑高中
104年公務人員特種考試警察人員考試、104年公務人員特種考試一般警察人員考試、104年特種考試交通事業鐵路人員考試、104年特種考試退除役軍人轉任公務人員考試	104.06.13(六) -06.15(一)	弘光科技大學、嶺東科技大學、忠明高中 惠文高中、文華高中

## 榮譽榜

## 臺中市政府104年市政創意競賽「金點子獎」個人獎得獎名單

獎項	得獎人	創意案名稱
金點子狀元獎	文化局陳科長文進	歌劇院光影藝術節-光舞紀
金點子榜眼獎	水利局謝幫工程司文哲	再生水利用, 創造新興水資源
金點子探花獎	經濟發展局龍管理員步雲	愛在霧峰, 溫馨市場情
金點子進士獎	新聞局何科員虹毅	創新城市行銷-臺中心動影像音樂會
金點子進士獎	建設局彭大隊長岑凱	行動化道路查報暨派工管理系統
金點子進士獎	交通局公共運輸處王處長英泰	史上最大-2014臺中國慶焰火接駁計畫
金點子秀才獎	人事處林處長煜焜	萬事通電話全階服務, 溫馨有感小確幸
金點子秀才獎	地政局盧主任德華	千里地政e線牽-跨縣時代收件便民服務
金點子秀才獎	交通局李股長昭毅	設置臺中市公共自行車租賃系統(iBike)
金點子秀才獎	水利局洪工程員碩璜	臺中地區灌溉區域灌排分離規劃與管理計畫

## 臺中市政府104年市政創意競賽「金點子獎」團體獎得獎名單

獎項	得獎機關
最佳金點子團隊	文化局
金點子團隊獎第二名	交通局
金點子團隊獎第三名	水利局
金點子團隊獎第四名	地政局
金點子團隊獎第五名	經濟發展局

## 宣導事項

本府人事處開放檔案應用申請歡迎多加利用！

相關申請規定, 請至人事處網站參閱：<http://www.personnel.taichung.gov.tw> > 便民服務 > 檔案應用專區  
聯絡電話：04-22289111轉17606

★珍貴母乳一只給最愛的寶貝★  
支持媽咪公共場所哺乳權！  
本府臺灣大道市政大樓惠中樓2樓及文心樓1樓設有哺乳室，歡迎媽咪們加入母乳哺育的行列！

★提供國軍104年「國防知性之旅-營區開放」規畫表，歡迎撥空前往參觀。

國軍104年「國防知性之旅-營區開放」規畫表

項次	地點	主辦單位	協辦單位	期程	備考
一	台中成功嶺營區	陸軍司令部	第五作戰區(10軍團)	6月6日(星期六)	
一	陸軍花防部南美崙營區	陸軍司令部	第二作戰區(花防部)	7月4日(星期六)	
三	空軍官校	空軍司令部	第四作戰區(8軍團)	8月8日(星期六)	配合814空軍節慶祝系列活動暨空軍官校航空教育館開幕等相關活動。
四	海軍左營軍區	海軍司令部	第四作戰區(海軍艦指部)	10月24日(星期六)	
五	空軍新竹基地	空軍司令部	第三作戰區(6軍團)	11月21日(星期六)	結合「新竹戰役」72週年相關慶祝活動。
合計	陸軍2場次、海軍1場次、空軍2場次(共計5場次)				

## 人員異動訊息

## 臺中市政府所屬機關學校104年5月份人事主管異動訊息

姓名	原任職務	新任職務
王阿妹	臺中市龍井區龍峰國民小學人事室主任	臺中市清水區清水國民小學人事室主任
馮慈中	臺中市捷運工程處人事管理員	本市神岡區社口國民小學人事室主任

## 新知補給站

◎公務人員保障暨培訓委員會民國104年4月2日公訓字第1042160230號函公布「104年公務人員高等暨普通考試錄取人員訓練計畫」。

(本府民國104年4月7日府授人力字第1040078529號函)

◎公務人員保障暨培訓委員會民國104年3月26日公訓字第1042160217號函修正「104年公務人員初等考試錄取人員訓練計畫」。

(本府民國104年4月8日府授人力字第1040078253號函)

※上開資料已上傳本府人事處網站/人事法規查詢/人力科項下。

◎行政院修正「行政院與所屬中央及地方各機關公務人員休假改進措施」第五點附表「國民旅遊卡特約商店業別及細項分類表」，並自民國104年7月1日生效。

考量輪胎及汽車維修、MIT微笑協力專賣店與增加內需、提振國內觀光及鼓勵公務人員休假具有關聯性，又為配合政府鼓勵優良本土企業發展及推廣MIT產品之政策，爰行政院於「國民旅遊卡特約商店業別及細項分類表」-「觀光休閒及藝文業別」-其他觀光服務業增列「未分類其他服務業(輪胎及汽車維修)」及「未分類其他零售業(MIT微笑協力專賣店)」。

(本府民國104年4月10日府授人考字第1040082030號函轉行政院民國104年4月9日院授人培字第1040030191號函)

◎銓敘部函轉勞動部函釋，性別工作平等法施行細則第4條、第7條於民國104年3月27日修正發布施行，修正內容如下：

性別工作平等法施行細則第4條刪除，另第7條規定性別工作平等法第15條第5項規定之5日陪產假，受僱者應於配偶分娩之當日及其前後合計15日期間內，擇其中之5日請假。

(本府民國104年4月14日府授人考字第1040083465號函轉銓敘部民國104年4月10日部法一字第1043957754號書函)

◎「臺中市政府推動公務人員終身學習實施要點」第5點有關推動機關公務人員終身學習時數達最低學習時數目標有功人員敘獎之補充規定：

查該要點第5點第3項及第4項規定，各機關首長及主辦人員得依達成該年度不同學習時數標準予以敘獎，考量機關首長若為政務人員，因無公務人員考績法之適用，倘符合敘獎標準得改由實際督導該項業務之一級單位主管以上有功人員敘獎。

(本府民國104年4月24日府授人考字第1040093632號函)

◎銓敘部修正發布「公務人員傑出貢獻獎遴選拔審議及表揚要點」

因應「公務人員品德修養及工作績效激勵辦法」於民國104年3月25日修正，爰配合修正「公務人員傑出貢獻獎遴選拔審議及表揚要點」，增訂即時遴選參選之辦理期限及方式，並規範每年總獎額以十名為限，其中團體獎獎額以四名為限。相關資料已掛置於本府人事處網站/人事法規查詢/考訓科項下。

(本府民國104年5月4日府授人考字第1040100682號函)

◎公務人員保障暨培訓委員會業以民國104年4月29日公地保字第1040006425號令修正發布復審扣除在途期間辦法第2條及第7條條文。相關資料已掛置於本府人事處網站/人事法規查詢/考訓科項下。

(本府民國104年4月30日府授人考字第1040098980號函)

◎各機關學校於103年以前如有辦理各項核發本機關及其所屬機關員工禮品(券)之獎勵案件，且104年度已編列相關預算經立法機關審議通過者，同意104年得依原規劃辦理各該項核發員工禮品(券)之獎勵，至105年以後，應於「公務人員品德修養及工作績效激勵辦法」第6條規定之獎勵額度內自行辦理。

1. 查行政院104年2月4日院授人給字第1040024361號函規定略以，中央二級或相當二級以上機關、直轄市政府、直轄市議會、縣(市)政府及縣(市)議會以及其所屬機關員工為適用對象，擬發放禮品(券)之獎勵案件，應依據或比照「公務人員品德修養及工作績效激勵辦法」第6條規定，於團體在新臺幣(以下同)1萬元以下、個人在5千元以下之額度辦理；如需發給超過上開額度之獎勵者，應專案報經行政院核准後始得支給。

2. 為期前開行政院104年2月4日函下達前，各機關學校已依既有規定完成預算程序相關獎勵之執行，宜予適當緩衝期間，爰104年得依原規劃辦理各該項核發員工禮品(券)之獎勵，至105年以後，應於「公務人員品德修養及工作績效激勵辦法」第6條規定之獎勵額度內自行辦理。

(本府民國104年4月24日府授人給字第1040092898號函轉行政院民國104年4月22日院授人給字第1040031937號函)

## 人事業務小提醒

### ● 行政院所屬各機關推動性別主流化實施計畫（103至106年度）（一）

一、依據：「黃金十年國家願景」計畫、行政院民國103年度施政方針、國家發展計畫（民國102至105年），及民國102年10月3日行政院性別平等會第5次委員會議通過。

二、重要歷程：

（一）前行政院婦女權益促進委員會（以下簡稱前行政院婦權會）於民國94年12月通過「行政院各部會推動性別主流化實施計畫（民國95至98年）」，分培訓、試辦及推廣3個階段協助各部會逐步落實性別主流化工作。

（二）行政院婦權會續於民國98年12月通過「行政院各部會推動性別主流化實施計畫（民國99至102年）」，以重要中長程個案計畫及法律修訂進行性別影響評估為推動主軸，廣續推動性別主流化工作。

（三）為持續精進性別主流化工作，及強化性別觀點融入各機關業務，以落實執行「消除對婦女一切形式歧視公約」（以下簡稱CEDAW）所要求採行之措施，提升性別平等業務成效，爰訂定本實施計畫，除續行各項工具外，將以強化於重要性別平等業務中運用性別主流化工具，融入性別觀點，達成促進性別平等成果為推動重點。（未完待續…）

### ● 請託關說登錄查察作業要點及獎懲原則宣導：

受理請託關說事件→被請託關說者於3日內向所屬機關政風機構登錄；未設置政風機構者，向兼辦政風業務人員或首長指定之人員登錄→將請託關說登錄與查察獎懲事實簽報機關首長，依規定辦理獎

懲事宜→各機關學校之請託關說與查察獎懲案件統計資料，應按季填送本府人事處，無是類情形者免送。

案例：拒絕受贈財物

案例內容大要：○局員工於春節假期前，收到○○老人養護中心夾帶禮券(每份面額均超過千元)之賀卡10餘份，轉送相關業務同仁。該局政風室獲報後，為釐清事實，隨即派員赴該養護中心訪談負責人。該負責人坦承上情，並將贈與名單面交政風室人員攜回憑處。

處理情形：該局相關人員受贈養護中心商品禮券，顯已違反公務員廉政倫理規範，各記申誡乙次。

請託關說登錄查察作業要點及獎懲原則相關宣導資料已掛置於本府人事處網站 (<http://www.personnel.taichung.gov.tw>) /便民服務/請託關說登錄查察專區項下，請下載參閱。

### ● 問：WebHR同主管機關內不同機關人員遷調，原機關未辦理人員離職，新機關在報到資料建檔，點選eCPA > WebHR > 表2無法查詢報到人員資料時，應如何處理？

答：同主管機關內不同機關人員遷調，在新機關建立報到資料前，須先由原機關進行〔任免遷調 > 報到/離職 > 人員離職 > 離職資料建檔〕及〔任免遷調 > 報到/離職 > 人員離職 > 離職資料更新作業〕，再由新機關於〔任免遷調 > 報到/離職 > 人員報到 > 報到資料建檔〕新增資料時，於身分證號欄位直接輸入報到人員的身分證號，即可帶出報到人員的職務/個人資料內容。

## 心靈交流道—心情陽光室

### 誰來保存親密關係的賞味期？！

呂旭立紀念文教基金會諮商心理師 趙慈慧  
呂旭立紀念文教基金會行銷專員 鄭竹霞 文字整理

婚姻中，親密關係的賞味期有多長呢？

從婚前的追求、熱戀，婚後的蜜月期、打拚期、尿布期…，日子一天天過去，熱情一點點淡去，兩人的親密關係就過了最佳賞味期，不再是戀人，也稱不上好友，勉強算是「家人」吧！這時，親密關係的維繫，誰來守護？

心怡和先生結婚十多年。婚前先生熱烈追求，心怡看先生孝順、工作認真、忠厚老實，對自己也是真心，便結了婚，並與公婆同住。

由於先生是獨子，他倆也奉行增產報國，生了兩男兩女。夫妻各自在事業工作上認真打拚，先生已然是企業高階經理，心怡在機關單位擔任主管。

這些年，心怡工作、家庭兩頭燒，還好同住的公婆幫忙照料接送孩子、買菜做飯，心怡也懂得回報，對公婆的需求總是有求必應，讓先生無後顧之憂地衝事業。

幾年前，大兒子升上高中，么女也小學三年級，不再需要媽媽隨時呵護，心怡便想要改善和先生淡如水的婚姻關係。

由於平日忙於工作，假日要陪伴高堂和孩子，心怡想到唯一能和先生談心的就只有晚餐時光。一天，她下了班，興沖沖地想與先生共進晚餐，當先生上了餐桌，她正要幫忙添飯，婆婆卻早她一步為先生張羅碗筷、盛飯挾菜。心怡想開口話家常，婆婆早已打開了話匣子，和先生談天說地起來。心怡赫然想起來，這些年因為體諒婆婆殷殷期盼兒子工作返家後的晚餐聊天時光，她總是默默走回房間陪孩子寫功課，

如今重返餐桌，她顯得生疏和失落。

婚後她全心全意地為家庭付出，原本以為先生會看到她的付出而有所回饋。只是，當心怡意識到兩人關係日漸疏離，連最基本的聊天都成了奢望，夫妻倆已無單獨相處培養情感的時間和空間。她心裡一方面抱怨先生的冷淡，另一方面又期待先生主動示愛。可是，這些年來養成的互動方式，無法說變就變，希望拉近彼此距離的心願一再落空，心怡十多年來為家庭的付出，原先心甘情願的奉獻，此刻都變成心有未甘的苦楚辛酸！

心怡的經歷，也是許多現代女性的議題。

女性有核心的需求：情感需求，希望在親密關係中得到撫慰與滿足，包括被愛被關注、被肯定被接納、對方把自己放在第一位。隨著雙薪家庭的誕生，生活與工作型態的改變，女性的情感需要增加了，還衍生一個新的核心需求：公平；期待夫妻共同參與、平均分擔家務與教養子女。

坊間很多書籍或鼓勵女性勇於表達，可是女性發現，儘管自己努力表達，對方還是依然故我。到底是難以理解，還是不在乎？當伴侶無法跟上腳步，一腳踏進了現代，一腳還停留在傳統大男人的樣態，女性便不斷掉入挫折失望生氣的循環，心中天人交戰地思考著，是要繼續睜一隻眼閉一隻眼，還是徹底放棄！

< 未完待續 >

來源： 呂旭立基金會

## 健康小站

## 鄭子三十七式太極拳

## 第六式、靠(面東南)

承上式：重心在左，兩掌心相向合抱於胸前，右腳腳根著地，成左虛步，兩腳根成90°，目視正前方。

1. 沈身重心落實左腳，腰胯放鬆身向左轉腰、右腳尖微內扣、兩手順勢往下放鬆、右掌置於右胯前、左掌置於左大腿外側兩掌心皆朝後（髖關節），目視右斜前方。
2. 沈身下坐、兩掌不變、右腳根放鬆內收至左腳根內側，沈身後再往前跨出一步。腳根著地、腳尖微微翹起（與左腳根齊平、兩腳尖成90°）註。
3. 沈身右腳尖放平後將移重心至右腳，左手臂隨勢向外（左）棚、右手臂隨身往前（右）棚、兩掌心皆朝後。
4. 坐實右腳後、左手掌由左大腿外側往上盪至右手肘處、掌心朝內指尖朝上，右手置於右胯前、掌心朝內、目視正左方。
5. 沈身下坐右轉腰，重心置於右腳、右掌根略外棚下按、左掌略上棚（兩掌產生合勁）、目視右前方（面南）。

林麗雲

(作者現為臺灣陳氏太極拳發展協會理事長)

※ 初學者、比較難放鬆收腳時可腳尖略點一下，老學員或賽員皆禁止點地。

※ 示範動作：<https://youtu.be/zhyPLcN9z7Y>



## 現場AED+快速急診 搶救心肌梗塞

林新醫院 朱舜天主任、楊菁菁醫師

根據衛生福利部近年國人十大死因統計，心臟疾病皆高居十大死因的前三名。心臟疾病所造成的死亡，許多是以突發性心跳停止的形式發生，而電擊正是可以使心臟恢復正常心跳的方式。而突發心律不整而導致心跳停止的個案，如能在一分鐘內給予電擊，急救成功率可高達90%，每延遲一分鐘，成功率將遞減7-10%。

家住台中59歲的蔡先生平時就有運動的習慣，一日傍晚，一如往常地到惠文國小操場慢跑，在慢跑結束，稍作休息準備返家時，突然感覺樹影搖晃，下一秒即倒地失去意識。在旁運動的學生家長，察覺狀況有異，趕緊趨前查看，發現蔡先生失去呼吸心跳，立即施行CPR以及AED(自動體外心臟電擊去顫器)搶救，同時報警叫救護車緊急送往林新醫院。

急診朱舜天醫師：「幸好蔡先生經過AED的急救回復了呼吸心跳，下午5點19分到達急診，我們立刻進行心電圖及抽血檢查，心電圖報告判定為心肌梗塞，馬上會診心臟內科醫師，5點50分即送進心導管室做手術治療。」

心臟內科楊菁菁醫師：「病人三條冠狀動脈都有嚴重狹窄，右冠狀動脈慢性完全堵塞，左迴旋支及左前降支分別有70%-80%和80%-90%廣泛性狹窄，病人應是左前降支供血不足造成側支循環不良，引發心肌梗塞。若以心電圖報告為主，處理右冠狀動脈或是左迴旋支，會延誤病情且無法解決問題。因此決定裝設暫時性心律調節器，處理左前降支，實行氣球擴張術後放置兩枚支架，手術完成後即轉入加護病房觀察。病人當天晚上即恢復意識，三天後轉普通病房，五天後出院，目前已康復，生活恢復正常。」

冠狀動脈內壁會因抽菸、高血壓、高血糖等問題而受損，過多脂肪沉積在冠狀動脈內壁，即造成冠狀動脈粥狀硬化。若是硬塊破裂會使得大量血栓形成，導致冠狀動脈堵塞，形成心肌梗塞。楊菁菁醫師表示「此病人有家族病史，哥哥也做過冠狀動脈繞道手術，因此有家族病史的民眾應定期至醫院做檢查，且民眾平時飲食應少油、少糖、少鹽，多吃蔬果，才可預防心肌梗塞的發生。」

## 員工福利專區

## 臺中市政府員工子女托育服務特約機構

托育機構名稱	聯絡電話	聯絡地址	優惠方案
臺中市私立春天幼兒園	04-22614178	臺中市南區五權南路661號	1、註冊費9折。 2、贈送1套夏季服裝。 3、贈送餐具1組及書包。
私立弘光科技大學附設幼兒園	04-26318652	臺中市沙鹿區臺灣大道六段1018號	報名送制服1件。

## 其他員工協助措施

※ 為發現及協助同仁解決可能影響工作效能之相關問題及協助提升組織競爭力，本府人事處已於網站首頁建置「員工協助方案專區」（網址：<http://www.personnel.taichung.gov.tw/>），請轉知同仁參考運用。