

活動報導

臺中市政府所屬機關105年度員工運動會暨園遊會



臺中市政府所屬機關105年度員工運動會暨園遊會，於本(105)年8月27日(星期六)上午8時30分在國立中興大學熱鬧登場，這次運動會參加機關及人數非常踴躍，計有61個隊伍參加，運動員約有6,400餘人，競賽項目方面包含趣味競賽(龍騰虎躍、時代巨輪、2人3腳、跳跳接力、百發百中、棒球九宮格、定點投籃)、個人競賽(100公尺賽跑)、團體錦標賽(拔河比賽、大隊接力)、康樂活動競賽(五花八門快樂大進擊)等項目。另為讓市政府同仁、眷屬及市民朋友更深入了解臺中市各區地方特色及市政府的服務內容，請各機關及農會擺設各式具服務性、在地性、教育性、娛樂性、美味性及衛生經濟飲食類的攤位計74攤，以熱絡活動氣氛及增添趣味性。

105年度人事資訊相關應用系統研習(第2期)

臺中市政府人事處前於本(105)年3月開辦「臺中市政府所屬機關學校人事機構105年度人事資訊應用系統研習」第1期，由於報名參訓之人事同仁相當踴躍，遂於8月23日至25日再次開辦第2期課程，分由大里區草湖國民小學馮主任繼明、豐東國民中學楊主任靜娟、后里國民中學戴主任寶丹、北區立人國民小學吳主任炫瑩及萬和國民中學江主任國鐘等5位學有專長之專任人事人員擔任講座。

本年度第1、2期研習人數累計達360人次以上，圓滿完成本年度之研習任務，未來亦將秉持精益求精之精神廣續辦理。



主持人專業培訓研習班

為提昇本府公務人員擔任主持或司儀之專業能力，在各項活動或記者會中發揮相關才華，本府公務人力訓練中心於本(105)年8月29日邀請國立體育大學國際體育事務研究所李助理教授宗霖講授「主持人專業培訓研習班」，調訓業務相關人員共30人，李講座曾任國家慶典活動中英文司儀，實務經驗豐富，研習內容為「連總統都要聽他話的人-主持與司儀養成條件」、「司儀文稿撰文與口語表達技巧-從文字到表達」等，針對各類活動傳授主持與司儀技巧，輔以圖示法、道具法與感官五覺法等策略撰寫文稿；為促進學習成效，讓學員即時抽題、設計流程和撰寫臺詞，於實際演練後給予回饋和講評，精進主持技巧。



臺中市政府105年度

8月份

電話禮貌先生/小姐



研究發展老核委員會
陳靜妤小姐



經濟發展局
林素貞小姐

新知補給站

◆ 公務人員保障暨培訓委員會民國105年8月30日公訓字第1052161090號函，檢送「105年特種考試地方政府公務人員考試錄取人員訓練計畫」。

(本府民國105年8月31日府授人力字第1050188882號函)

◆ 「天然災害停止上班及上課作業Q&A」第56題，有關天然災害發生時，通報權責機關發布「今天上午停止上班上課」起始時間部分，業經行政院人事行政總處修正如下：

Q56：於天然災害發生時，通報權責機關發布「今天停止上班上課」、「今天上午停止上班上課」、「今天下午停止上班上課」、「今天晚上停止上班上課」之起始時間各為何？

A56：上午：依實務作業情形，如各縣市政府於前1日晚上10時前發布明日上午停班停課，則停班停課起始點為隔日零時零分起；如於當日上午4時30分宣布當日上午停班停課，其起始點則為一般上班及上課始點(通常為上午8時起，並依各該機關彈性上班時間而有所不同)。

(本府民國105年8月11日府授人考字第1050172608號函轉行政院人事行政總處民國105年8月10日總處培字第1050050245號函)

◆ 銓敘部修正發布「各機關辦理公務人員考績(成)作業要點」部分條文

銓敘部於民國105年8月15日修正發布「各機關辦理公務人員考績(成)作業要點」。修正總說明、對

照表及條文均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105年8月18日府授人考字第1050178189號函轉銓敘部民國105年8月15日部銓三字第10541287572號函)

◆ 公教人員保險法施行細則部分條文修正案，業經考試院會同行政院於民國105年8月3日發布。本次計修正二十一條；新增一條；其修正重點如下：

- (一) 配合將殘廢用語修正為失能。
- (二) 定義依法退職人員喪失請領離退給與之情形。
- (三) 規範符合領取保險養老給付者，於符合條件之日起三個月內未選擇請領或不請領即死亡者，其遺屬得比照本法第二十二條第七項規定，請領一次養老給付或遺屬年金給付。
- (四) 定義本法第二十九條第二項第一款所稱拘禁。
- (五) 規範請領展期養老年金給付之被保險人於領受給與之前死亡者，其遺屬擇領遺屬年金給付之機制。
- (六) 定義本細則第八十條第一項所稱前一年度綜合所得申報資料所載工作相關收入之平均數。
- (七) 定義本法第三十六條所稱分娩、早產。
- (八) 規定本細則修正條文之施行日期。

(本府民國105年8月10日府授人給字第1050172340號函轉銓敘部民國105年8月5日部退一字第1054131899號函。)

福利小站

友善家庭—公教員工福利服務措施

| 服務措施方案 | 適用對象 | 簡介 | 聯絡窗口 |
|----------------|---|--|--|
| 全國公教員工網路購書優惠方案 | 全國各級機關、公私立學校及公營事業機構員工(含約聘僱人員及駐衛警)、退休人員及上述人員之眷屬。 | 由TAAZE讀冊生活、灰熊愛讀書等2家網路書店獲選承作，辦理期間104.8.1至107.7.31，為期3年。 | TAAZE讀冊生活 02-25701233 灰熊愛讀書 02-29232886 |

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 |
|----------------------|-------------|-----------------|--|
| 臺中市私立阿奇米得美語附設書法短期補習班 | 04-23752252 | 臺中市西區五權西六街148號 | 1、安親課輔註冊(學雜教材費)9折。 2、安親課輔班月費(學費)9折。 3、贈制服。 |
| 臺中市私立雙贏文理短期補習班 | 04-26228668 | 臺中市清水區鎮新一街53-1號 | 第一期學費折扣新臺幣500元。 |

其他 本府所屬各機關學校員工面臨生活、人際及職場問題所引起的心理困擾，面對面協談服務申請方式如下：

一、方式一：直接撥打臺中「張老師」中心服務專線

臺中「張老師」中心針對本府員工提供專屬諮詢窗口，服務專線(04)22033050轉137，服務時間為週一至周五上午8時至下午9時。本府員工有協談服務需求逕洽臺中「張老師」中心提出申請，確認協談時間後由當事人攜帶員工識別證至約定地點進行協談。

二、方式二：以傳真或Email方式逕洽臺中「張老師中心」

主管人員填寫轉介個案申請表後，以傳真(04-22033061)或Email(s140702@cyc.tw)方式逕洽臺中「張老師」中心提出申請。

三、方式三：向本府人事處預約申請

請上本府人事處網站首頁員工協助方案專區下載預約申請表，以書面逕送或傳真(04-22202977)逕洽本府人事處提出申請。

認識多元性別

繼冰島前女總理西達朵提在2010年完成同志婚禮、比利時前首相迪呂波於2011年在任內公開出櫃，今年5月，盧森堡總理貝特成為全球第三位公開出櫃，第二個在任內完成同志婚禮的同性戀國家領導人。隨著許多名人公開出櫃，逐漸改變了社會對同性戀的刻板印象。

性別和我們的生活息息相關，在家庭、學校和社會裡，扮演重要且密不可分的角色，臺灣也逐漸從過去追求兩性平等，慢慢轉變到致力於多元性別發展的社會。

多元性別LGBT

什麼是多元性別LGBT？

LGBT是四個英文字首的組合，是廣義同志族群慣用的字眼：Lesbian、Gay、Bisexual、Transgender，分別代表不同的性別族群，涵蓋了女同性戀、男同性戀、雙性戀及跨性別者。

此外，瞭解與性別有關的四個向度，也可以協助我們認識多元性別。

1.生理性別

對一個人是男性還是女性的區分。嬰兒出生時，根據身體特徵（包括染色體、賀爾蒙、內生殖器官和外生殖器官），被指定一個性別。

2.性別認同

一個人的內在對自己是男人或女人的感覺。對跨性別者來說，出生時的生理性別跟他們內在的性別認同往往不一致。

3.性傾向

描述一個人對另外一個人的持久浪漫感情，和／或在精神上、肉體上被這另外一個人所吸引的感覺，例如：我喜歡的是男生還是女生。性別認同和性別傾向是不一樣的。

4.性別氣質

陽剛氣質或陰柔氣質。有些男生看起來是蠻陰柔的，有些女生也有陽剛、帥氣的氣質。

最近有一個「跨性別」的實例，臺中一中的五十歲男性生物老師，在「性別認同」上，自小認定自己應該是女生，但像是被老天爺開了一個玩笑，把一個女生放進一個男生的軀體裡。五年前太太過世後，他決定做自己，開始穿著女裝，並透過專業醫療的評估，決定做生殖器的切除手術，轉變到另一個性別身分。

「跨性別」跟「男同志」不同，「男同志」喜歡是同性別，公開出櫃十四年的知名節目主持人蔡康永，他自我認同是男生，喜歡的對象也是男生。他並不會做女裝的打扮，也不會覺得自己是女生。

藝人利菁出生的時候同時具有男性跟女性的生殖器官，早期父母把她當男生來養，直到成年後自己想要做女生，於是做了變性手術。出生時有男性的或女性的生殖器，這是「生理性別」；「心理」性別則是自我認同的性傾向。利菁的狀況就是她的生理性別同時具有陰陽兩種，但是心理性別是女生，成年後也決定當女生。

至於另一個常聽到的名詞：「性別酷兒（gender-queer）」，泛指難以用男女二分法歸類的性別種類。像是有些人認為自己是男性，也喜歡男性，可是並不想用「男同志」這名詞來稱呼自己。「酷兒」泛指覺得自己不符合社會傳統下的性別角色分類，可能包含同志、跨性別，於是自稱是「酷兒群」。

<< 未完待續 >>

來源： 旭立文教基金會



人事業務小提醒

全國公教人員退休撫卹整合平臺功能增修

| 系統功能 | 版更項目 |
|------------|---|
| 退撫基本資料維護作業 | 修正退休金類型顯示方式。 |
| 退休撫卹查驗系統 | 新增顯示查驗回復進度說明。 |
| 退撫給與發放作業 | 延長撫卹人員發放規則調整： 最後一次延長給卹所有類別皆可列入發放範圍。 |
| 人事業務績效考核 | 1.新增2項檢核條件：(不列入本(105)年度退撫平臺人事業務績效考核得分統計) (1) 舊制核定年資(百分比)為有效值，其舊制核定百分比(年資)必須為有效值。(有效值係指欄位內容不得為空值或0) (2) 撫慰核定案件之撫慰金領受起始日欄位不得為空值。 2.修正本(105)年度核定資料匯入檢核條件為退休生效日在本(105)年9月30日前(含當日)之核定案件。 |
| 其他 | 更新平臺業務連絡窗口資訊(首頁右下方) |



健康小站

林麗雲 (作者現為台灣太極拳總會常務理事)

鄭子三十七式太極拳

二十、單鞭下勢 (面西)

承前勢：重心在左，兩掌心左上(掌心朝下)右下(掌心朝上)相對合抱於左側(左膝關節上方)目視左掌。

(一)單鞭

1. 重心在左胯、沈身掬掌(右掌上棚左掌下按)，後右掌勾手，置於左掌心上方、目視右勾手。
2. 沈身右轉、兩掌手勢不變，同時右腳跟隨身向內旋(腳尖向右斜前方)，目視右斜前方。
3. 沈身右腳以腳跟往前掛出一步。
4. 右腳尖放平、重心隨之右移，兩掌合抱下降置於丹田前後沈身下坐。
5. 沈身右轉胯後隨即向左轉腰，同時右勾手由下向上劃弧隨勢向右斜前方以手腕前推，左掌掌心朝上置於丹田前，目視左斜前方，並廣視右手腕。
6. 沈身下坐、坐實左胯同時左腳往前掛出一步、腳跟點地，腳尖微翹。
7. 左腳尖放平後將重心移至左腿，同時左手由丹田處隨身往臍中穴上棚、掌心朝內(朝臉)。
8. 左轉腰，同時左腳尖朝內扣，左掌心朝左翻掌前按，右勾手隨身置於右肩處後沈身下坐。



(二)下勢

1. 重心在左胯、坐實左腳、沈身向右轉胯，同時右腳尖向右擺90°。
 2. 重心右移，左掌立掌，指尖朝前、掌心朝右，同時右勾手隨胯向右斜後方前棚，目視右斜前方勾手手腕處。
 3. 沈身下坐，曲肘收掌(左手肘往內收)，兩掌形不變，目視左掌前方。
 4. 重心在右、沈身右腿曲腿下坐，左腿全仆，腳尖內扣，左掌立掌隨身下採(指尖朝下、大拇指朝前)置於寬關節前，右勾手隨身而下。
 5. 坐實右胯，同時左掌隨勢立掌前穿(指尖朝前、大拇指朝上)置於左腳踝處，目視左前方。
- ※單鞭下勢是由兩組招式所架構即單鞭與下勢，此式單鞭的弓步要比平常的單鞭弓步寬度更大，下勢時髖關節才有寬度可以下坐。
- ※下勢的曲腿下坐是由髖關節、膝關節、踝關節由上而下往下鬆而呈現垂直下坐的立圓勁。
- ※仆腿亦即一腿全直、一腿曲膝，重心放在曲腿上。仆腿時腳尖要內扣，身體才不會往後仰。

影片示範：<https://youtu.be/o7Y41sNjkuU>

使用漂白水嗆傷險喪命 葉克膜鬼門關前救人



林新醫院 提供

家中常備的清潔用品：漂白水，居然潛藏致命危機？！66歲的郭女士聽人家說用漂白水可以把廁所洗得特別乾淨，所以平常都把漂白水當成她打掃的秘密武器。6月28日早上，郭女士依照慣例使用漂白水打掃廁所時，忘了先放水在桶子內就將漂白水倒入，當時覺得有一股非常刺鼻的味道把她嗆得差點昏倒，但還是硬撐著掃完廁所。掃完之後喘、咳不止，到診所就醫仍未獲得改善。婦人的兒子下班後發現情況不對，才送往林新醫院急診就醫。急診醫師從胸部X光發現，婦人右下肺浸潤、雙側肺積水，膝蓋也因跪在地上打掃接觸到強鹼而有被侵蝕的傷口，隨即安排住院治療。6月30日病人發燒，呼吸更加困難，經醫師抽血檢驗發現其血氧濃度過低，插管施予純氧仍無法提高，7月1日轉入加護病房以葉克膜治療。在林新醫院葉克膜團隊日以繼夜的努力之下，病人於7月7日清醒脫離葉克膜，轉入呼吸照護病房。

漂白水是一種強氧化劑，對黏膜、皮膚及呼吸道具刺激性。一般家庭中的漂白水(bleach)，主要含有次氯酸鈉(sodium hypochlorite, NaOCl)，除可用於家庭衣物漂白外，尚可作為泳池消毒、水純化、紙漿漂白、殺菌或殺真菌劑、洗滌劑與化學合成中間物。次氯酸鈉為鹼性，pH值在9-12，會刺激並腐蝕暴露的部位。皮膚或眼睛暴露時，造成刺激可能導致發炎、角膜損傷及皮膚的灼傷。若不甚吸入，則會引起吸入性肺炎或甚至肺水腫、呼吸衰竭。林新醫院急重症部

主任林明輝醫師表示，清潔劑多半都是鹼性的化學藥劑，而人體的肺部，尤其是擔任氣體交換的肺泡非常脆弱，比起皮膚更容易被傷害。因此在使用這些化學藥劑時，應注意環境的通風，勿太過接近甚至吸入。萬一不甚接觸到眼睛、皮膚，第一時間要以大量的清水沖洗並立即就醫。切記！萬一有呼吸困難的現象發生，一定要將情況先告知家人，以免萬一昏厥無人知道詳細的狀況而延誤治療。

宣導事項

友善公共場所，支持母乳哺育

本府臺灣大道市政大樓惠中樓2樓及文心樓1樓設有哺集乳室，歡迎媽咪們加入母乳哺育的行列！

