

### 活動報導

## 臺中世界花卉博覽會專班

為辦理2018臺中世界花卉博覽會，本府公務人力訓練中心配合臺中世界花卉博覽會辦公室及新聞局，依循「花現GNP：綠色(Green)、自然(Nature)、人文(People)」的展覽主題，分別於本(105)年11月11日辦理105年度「臺中世界花卉博覽會專班」及11月21日辦理「2018臺中世界花卉博覽會核心價值論述及識別系統應用研習班」。

「臺中世界花卉博覽會專班」課程內容包含台灣蘭花育種者協會賴理事長本智主講「蘭花市場、產銷概況分享」，朝陽科技大學景觀及都市設計系歐教授聖榮主講「相關景觀案例分享」，共108人參加。「2018臺中世界花卉博覽會核心價值論述及識別系統應用研習班」，邀請本府郭副秘書長坤明主講「花博核心價值論述」，奧美集團-紅坊創意股份有限公司葉副創意總監家宜主講「花博識別系統使用規範說明及應用」，共252人參加，與會人員均感獲益良多。

朝陽科技大學景觀及都市設計系歐教授聖榮主講「相關景觀案例分享」



本府郭副秘書長坤明主講「花博核心價值論述」

### 宣導事項

#### 滴滴母乳 滴滴愛



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。



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

#### 臺中市政府105年度

# 11月份

#### 電話禮貌先生小姐



消防局  
董雅潔小姐



警察局  
潘俊武先生

### 國家考試訊息

序號	考試項目	辦理時間	辦理地點
1	106年公務人員初等考試	106.1.7(六)-1.8(日)	忠明高中、五權國中、崇德國中

## 新知補給站

### 各機關加班費、獎金之發給，應確依相關法律(規)及行政院訂頒或核定之支給規定辦理

(有關立法院第9屆第2會期第8次會議立法委員書面專案質詢提及「部分機關首長剝扣機關查緝獎金、工作獎勵金、加班款項等，以作為部門公積金，更甚者，可能淪為首長個人小金庫。機關人員工作獎勵金、查緝獎金、加班費等，絕對不可作為部門公積金或是首長個人小金庫，這不但可能已觸犯相關法律，也對於公務人員個人權益造成嚴重損害」一節，請各主管機關督促所屬確依相關法令規定辦理，如有未依規定支給等相關違失，應檢視查明並依規定追究相關人員責任。

(本府民國105年11月7日府授人給字第1050240437號函轉行政院人事行政總處民國105年11月2日總處給字第10500574332號函)

### 公務人員退休法施行細則部分條文修正案，業經考試院於民國105年11月4日修正發布並刊載於銓敘部全球資訊網/銓敘法規/法規動態項下，修正重點如下：

- (一)配合退休公務人員再任有給職務應停發月退休金規定之修正，修訂相關條文。
- (二)政府直接或間接控制其人事、財務或業務之財團法人或轉投資事業之認定標準。
- (三)任職期間涉違法或失職行為，於權責機關依法追究其行政責任確定前離職，適用本法規定者，於本細則第十九條第三項增列但書，應依本法第二十四條之一規定辦理。
- (四)規範本法第二十一條第三項及第四項所稱原因消滅日之定義，訂定司法機關應配合通知服務機關及銓敘部之相關規定。
- (五)規範免職之內涵及入監服刑期間之定義。
- (六)規範不同行為或同一行為犯貪瀆罪應剝奪或減少退休給與之基準，以及同一貪瀆案件受剝奪或減少退

休(職、伍)金之懲戒處分及依本法剝奪或減少退休給與之執行原則。

(七)遇有涉案人員申請退休或資遣時，應就其涉案情節先行檢討，再詳慎決定是否同意其退休或資遣。

(八)規範剝奪或減少退休給與時，各機關應辦理事項。

(九)改按降級或減俸後之俸(薪)級或俸(薪)額計算退休、資遣給與之相關事宜。

(十)退休後受降級或減俸懲戒處分之判決，以及受剝奪、減少退休(職、伍)金懲戒處分之判決、依判刑確定刑度，按比率減少退休金者，其遺族請領撫慰金之計算標準。

(十一)整併應停止或終止支給月退休金或月撫慰金，或應繳回部分俸給總額慰助金之情事時，應主動通知原服務機關等規定；增訂發放或支給機關得主動停發月退休金之規定及有溢領退休金、資遣給與及撫慰金或其他因機關誤發退撫給與或退休(職)人員誤存優惠存款本金之情事時，支給機關之追繳及扣抵程序。

(本府民國105年11月17日府授人給字第1050251743號函轉銓敘部民國105年11月14日部退三字第10541625481號函。)

### 公務人員保障暨培訓委員會民國105年11月18日公評字第10522606461號函，檢送修正「公務人員考試錄取人員訓練成績考核要點」第二點及第四點規定與「公務人員保障暨培訓委員會及所屬機關辦理各項訓練測驗試務規定」之部分規定。

(本府民國105年11月21日府授人力字第1050254765號函)

### 本府業於民國105年11月21日以府授人力字第1050246449號函修正「臺中市政府及所屬機關學校公務人員職務遷調要點」第五點、第六點及第七點規定，並自即日起生效。

(本府民國105年11月21日府授人力字第1050246449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		
築巢優利貸—公教員工房屋貸款	全國各機關學校及公營事業機構編制內員工(不含軍職人員、試用人員及約聘僱人員)。	※中國信託商業銀行獲選承作，辦理期間106.1.1至107.12.31，為期2年。 ※貸款利率：依中華郵政二年定期儲蓄利率固定加碼0.465%機動計息(目前為年息1.560%)。	請洽中信銀各分行辦理，查詢網址： <a href="http://ctbc-mortgage.com/gov">http://ctbc-mortgage.com/gov</a> ；洽詢電話0809-066-666按3。

### 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
臺中市私立劉蔚文理短期補習班	04-35044567	臺中市南屯區大昌街473號	首期95折。
臺中市私立立佳幼兒園	04-26306521	臺中市龍井區中厝路261巷26號	月費打9折。

## 員工協助

### 壹、協談服務

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，服務時間為週一至週五上午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。(排定臺中「張老師」中心或本府市政大樓惠中樓1樓晤談/諮商室等二處地點，依員工需求擇一)

#### 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(sl40702@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，以書面遞送或傳真(04-22202977)逕洽本府人事處提出申請。

### 貳、工作協助

#### 權益保障知多少

不要讓您的權益睡著了，本府員工權益諮詢中心協助您，諮詢專線04-22289111分機18301、18302，諮詢時間為每周二、四下午2時至5時。想了解更多請上網：人事處網站首頁>推薦服務>員工協助方案專區或洽04-22289111分機17406賴小姐



## 心靈交流道—心情陽光室

## 透過繪畫與自己對話



文 / 旭立文教基金會諮商心理師 吳佩璇  
旭立文教基金會行銷專員 鄭竹霞 文字整理

直到陪子女成長的過程中，接觸兒童繪本這個大寶庫。我注意到有些繪本使用極少文字，甚至只有圖畫，不拘媒材或創作形式，卻能夠將作者想表達的意念與情感躍然紙上，且老少讀者都能心領神會。

例如李歐·李奧尼出版逾五十年的經典童書《小藍與小黃》，簡單線條搭配鮮明色彩，故事與圖像雖然簡單卻寓意深遠。艾瑞·卡爾將近四十歲才開始為童書配插畫，童年繪畫的樂趣不斷湧現，他清楚自己要的就是這種感覺，並自1969年迄今，已創作超過七十本書籍，而今八十歲了，他還是繼續為老少孩子創作斑斕的圖畫故事；《失落的一角》作者謝爾·希爾弗斯坦，以簡練生動的線條和文字，闡述有關「完滿與缺陷」、「成長與追尋」的寓言；英國首位桂冠童書畫家終身貢獻獎得主昆汀·布萊克，以流暢如舞動般揮灑的線條色彩，在畫面上構成的旋律節奏中，即使不藉用文字，卻也道盡了滿溢的深情與幽默。

與子女共讀或獨自翻閱這些充滿童趣和創意的繪本時，我屢次被其間強烈的色彩與意象觸動而哽咽落淚而開懷大笑。當時神往不已的我依然怯步於自己不可能會畫，充其量只是愛好繪本的品賞收藏者。然而，繪者以絢麗色彩與驚人意象交織透顯的不可思議想像力與創造力，日復一日地煽惑著，我竟悄悄燃起了「我也要畫畫看」的念頭火苗。真正重拾畫筆，其實始自不得不的生命歷程。

約莫四十歲左右，我面臨了身體受傷、機能退化與認同危機的挑戰，死亡焦慮不時啃噬著我。在這多重難題的驅迫下，我再無餘裕思前想後，憑著直覺與驅力，放手讓自己開始亂畫以尋找出路。畫著畫著，那個渴慕作畫卻極不喜歡也不願臨摹他人作品的小女孩，釋放了自己，一筆一畫地重拾久違的自由。

就這樣，我業餘作畫到現在。

拋開過去制式化美術教育的障礙與限制，此階段的繪畫對我而言，是毫無壓力和負擔的，既非鍛鍊技能，亦非追求畫得好不好或像不像。隨著深入探尋心靈內在，恣意奔放的心靈圖像即是我的畫作內容。意象與能量不斷湧現，我和我內在的許多部分重新交朋友，也體驗到整合與療癒的力量。與此同時，個人的繪畫風格水到渠成、了然呈現。

十多年來，我非常喜歡這個持續面對自己內在的深度旅程，親身力行的體驗，讓我在接受訓練、跨入表達性藝術治療領域後，也很享受將這方法運用在團體工作上。

這幾年在帶領直觀式歷程繪畫工作坊的經驗中，我有幸見證到每位成員在作畫過程中，透過畫筆色彩訴說著既具個人獨特性且在深層彼此相通的心靈故事。記得曾有一位事業有成的中年男性，在畫面上長時間反覆與自己對峙又妥協、趨近又遠離，逐漸穿透層層的自我設限與人格面具的阻擋，再歷經與其信仰精神力量之對質及和解，終而在畫紙上浮現襁褓時的景象，以及久已不復記憶的幾位早逝至親面容，當下涕泣洶湧。

對我而言，繪畫與其他表達性藝術媒介，是發現、表達與整合自身心靈的一種實踐途徑，在這過程中，我們聆聽與回應自己、和自己相認、進一步支持並療癒自己。每一幅來自心靈深處的意象所構成的圖像，因為它的原創與真實性，自有其豐厚的美感與力量。人們在知名美術館內與藝術經典交會時，固然偶有深刻的高峰經驗，但只要願意打開深邃而視野無垠的內在心眼，更可以在生機處處的日常生活裡，時時有美好雋永的體驗。

來源：旭立文教基金會 〈完〉



## 人事業務小提醒

行政院人事行政總處人力資源填報系統之進身心障礙調查表填報注意事項：各機關學校應於每月5日前詳實核對每月1日參加勞保、公保人數後，填報該調查表，確保填列數據之正確性，並請確實依規辦理相關業務。為符「身心障礙者權益保障法」定額進用之規定，各機關學校應於身心障礙人員職務異動或預知進用人數恐未達標準時，預先規劃因應措施，以掌握辦理時效。（本府民國105年11月8日府授人力字第1050244061號函）

銓敘部民國105年「公務人員任用考績退休撫卹案件送審作業手冊」業修訂完竣，並已登載於該部全球資訊網(<http://www.mocs.gov.tw/>)「服務園地」之「檔案下載(銓審司)」項下，請同仁多加參考利用。（本府民國105年11月30日府授人力字第1050261947號函轉銓敘部民國105年11月29日部銓一字第1054169991號函）

臺中市政府暨所屬機關學校辦理105年度公務人員年終(另予)考績(成、核)作業注意事項第3點規定，依「各機關辦理公務人員考績(成)作業要點」第9、10、11、15(第3項)及20點規定，應註明之事由，應於電子公文或隨文檢附之附錄表敘明。（本府民國105年11月29日府授人考字第1050258355號函。）

問：我是新到任的人事主任，應如何取得「eCPA人事服務網」管理權限授權？  
答：

- 一、新到任的人員於「WebHR人力資源管理資訊系統」完成報到及資料傳出等相關作業後，若於「A1:報送服務網」已成功入檔，且公務人力資料庫與eCPA人事服務網資料庫也完成同步作業，原則上報到隔日即可進行「eCPA人事服務網」管理權限及應用系統權限之設定。
- 二、「eCPA人事服務網」管理權限授權設定：
  - 1.請使用機關憑證登入或具【權限與兼辦管理】權限之同仁，使用自然人憑證登入行政院人事行政總處人事服務網(<https://ecpa.dgpa.gov.tw/>)。
  - 2.登入後於中間版面上方功能選項點選【權限與兼辦管理】，於左方功能選項再點選「管理功能」之【管理權限授權設定】選單。
  - 3.已授權管理權限人員會出現在中間版面的清單上，如按【刪除】則取消該員管理權限。
  - 4.點選【新增資料】，輸入欲授權同仁身分證號，點選【確定】按鈕，即可完成管理權限授權設定。
  - 5.管理權限授權之人員登入eCPA後，將擁有應用系統權限設定及兼辦管理之功能，如該員已不再負責此項業務，請務必即時取消其權限。（取消方式如本項說明第3點）
  - 6.您也可以參閱PICS人事資訊系統客服網Q&A編號Q000827附件《ECPA人事服務網應用系統權限設定說明.doc》

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

### 二十三、轉身蹬腳(面東)

承前勢：重心在右，成右腳獨立步，左腳在左斜前方以膝關節向上提起、左手以肘尖置於左膝關節上方、兩掌向外架掌，目視左斜前方。

#### 右分腳：(面東南)

1. 沉身坐實右腳，左腳以腳跟收回置左大腿內側，腳掌心朝內腳尖朝下，同時兩手放鬆向下盪置兩胯前，兩掌心皆朝內。
2. 沉身下坐右轉腰，右掌隨身由下而右盪至右髖關節右側、掌心朝前、指尖朝右，同時左掌由下而上盪於丹田前、掌心朝內指尖朝右，兩掌心斜相對，右腳獨立步不變，左腳腳尖自然下垂肩，膝關節高於髖關節，目視左斜前方。
3. 沉身坐實右腳以腰為軸向左快速轉身180°(以腳跟旋轉腳尖內扣90°)，同時兩掌隨腰向左旋轉，左掌原勢不變，右掌隨腰由右向左扇出，合於左手臂外側(兩手臂重疊左內右外)兩掌心皆朝內，目視左正方。
4. 沉身下坐左腳輕輕上提至腰高度以腳跟為立軸點腳尖朝上往前蹬出，同時兩掌轉向外成十翻字手後左



掌往前指尖朝前指向左腳尖(與腳尖齊高)，右掌往上往外架開與右額頭角齊高，兩掌食指遙相對後鬆沉下坐，目視蹬腳處。

※轉身蹬腳是訓練平衡很好的招式，練習者應多多練習以取得自身的平衡機制。

※練習時應掌握全身鬆沉力貫湧泉，單一個力學結構旋轉才能產生平衡。

※轉身時以腳跟著地為軸心(腳尖微離地)以右手向左扇出為動力向左旋轉，不以自身的身體或腳掌自轉方式旋轉更容易取得平衡。

※轉身時左腳越靠近右腳內側越不會失衡。

※轉身要蹬腳時應沉身下坐、把身體高度下降讓內氣上升、舉腳蹬腳更輕鬆。

動作示範連結 [https://youtu.be/\\_ia-5h-Wzfw](https://youtu.be/_ia-5h-Wzfw)

## 常見脊椎疾病解析

林新醫院 提供

### 脊椎腫瘤

一名從事工地工作的47歲王先生，自年初開始出現肩頸部疼痛的症狀，以為是工作搬重物的關係，直到最近1個月雙手末端感覺麻木無力、右手無法抬起，就醫檢查才發現是罕見脊髓腫瘤作怪，壓迫神經所引發的一連串反應。

#### 別再壓了！脊髓壓迫4症狀

頸部脊髓是控制全身與四肢的神經，一旦頸部脊髓受擠壓，就會影響四肢的靈活度。頸部脊髓受到擠壓，常會有以下4種症狀：

1. 上肢麻木無力。
2. 雙腳沉重走路雙腳感覺像被橡皮筋綁住緊緊的，不能走很輕快。
3. 手指無法做精細的動作，例如扣鈕扣與寫字。
4. 手和腳會有像被電到的感覺，尤其當脖子彎曲時，更容易引發觸電的感覺。

#### 罕見脊椎腫瘤 疏忽恐致癱瘓

神經外科鍾偉安醫師表示，脊椎腫瘤發生的機率非常低，文獻資料顯示，平均10萬個人，僅有0.3至0.4個人會發生。如果確診為頸椎狹窄合併頸髓壓迫，唯一有效且快速的治療方式便是手術減壓，如果民眾輕忽以上症狀，一開始是肩頸痠痛、全身無力，到後來會慢慢有肌肉萎縮的狀況，最嚴重將導至癱瘓，不可輕忽。

神經外科鍾偉安醫師表示，脊椎腫瘤發生的機率非常低，文獻資料顯示，平均10萬個人，僅有0.3至0.4個人會發生。如果確診為頸椎狹窄合併頸髓壓迫，唯一有效且快速的治療方式便是手術減壓，如果民眾輕忽以上症狀，一開始是肩頸痠痛、全身無力，到後來會慢慢有肌肉萎縮的狀況，最嚴重將導至癱瘓，不可輕忽。

而王先生因雙手麻木無力至神經內科求診時，經頸部核磁共振檢查，發現有一0.8x3.6公分腫塊壓迫至脊髓，並有脊椎水腫的情形，轉至神經外科再確診為脊髓腫瘤壓迫併神經病變，臨床出現「霍夫曼徵象(Hoffman's sign)」，右手肌力差(3分)，肌肉可以平面移動及抬高，但沒有辦法對抗阻力，一下子便沒有力氣。

治療上，醫師建議手術取出腫瘤，術前術後皆給予類固醇同時治療。手術和修復後，王先生右手肌力已恢復到4至5分，可以對抗阻力，跟正常人一樣。

鍾偉安醫師表示，頸部脊髓對於人體非常重要，平常除避免外力撞擊導致受傷外，姿勢也要正確，如果有頸椎椎間盤退化或突出、頸椎腫瘤合併脊椎神經，或神經根壓迫等情況，出現上肢麻木、雙腳走路有緊緊的感覺，或手腳有被電到等症狀，便要盡早到醫院的神經外科檢查和治療，以免惡化導致癱瘓。<<完>>