

## 活動報導

### 108 年員工協助方案專題演講

為提升本府及所屬機關學校人事人員員工協助方案之知能，本府人事處於 108 年 1 月 10 日假臺灣大道市政大樓 4 樓集會堂辦理「108 年員工協助方案專題演講」，活動特別邀請國立彰化師範大學輔導與諮商學系王智弘教授進行專題演講，主題為「諮商專業倫理課程」，王老師現任勞動部員工協助方案推動計畫入廠輔導專家，對於如何落實員工協助方案，有其獨到之見解，透過生動活潑、唱作俱佳的講述，讓人事人員從中獲取助人專業倫理知識，另王老師融合西方與華人的倫理價值觀，更讓同仁們受益良多。藉由本次活動的辦理，強化人事人員更專業的 EAP 知識，期使人事人員在推動員工協助方案上能更為得心應手，並協助同仁解決各方面所遭遇的困難，以落實市長理念，建立「活力城市、永續臺中」之願景。



## 活動預告

### 臺中市各界暨臺中市政府所屬一級機關員工 108 年新春聯合團拜



為迎接 108 年新春，配合民間趨吉迎福習俗，訂於 108 年 2 月 11 日（星期一，年初七）上午 9 時 30 分假臺灣大道市政大樓惠中樓 1 樓舉辦「臺中市各界暨臺中市政府所屬一級機關員工 108 年新春聯合團拜」，會中邀請本市歷任市長、

歷任議長及副議長、各級民意代表、各里里長、各界相關機關團體社會賢達、新聞媒體及本府所屬機關首長、各區區長、所屬各級公私立學校校長及所屬機關員工（含退休人員）等參加，且為增添年節慶賀氣氛，邀請合唱團及醒獅團進行精彩演出，讓大家齊聚同樂、喜迎新年。

## 宣導事項



### 滴滴母乳滴滴愛 呵護我們的寶貝

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！

## 福利小站

### 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
泉盛大國際有限公司 附設臺中市私立李泉盛老師文理短期補習班	04-26884020	臺中市大甲區育德路 268 號 1-4 樓	學費與教材費皆九折優惠。
臺中市私立嘉德蘭文理短期補習班	04-23911810	臺中市太平區育賢路 230 號	1、提供學費九折生 5 位。 2、贈送教材一期。



其他

## 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
築巢優利貸 －全國公教員工房屋貸款	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）。	※ 臺灣銀行股份有限公司獲選承作，辦理期間 108.1.1 至 110.12.31，為期 3 年。 ※ 貸款利率：依中華郵政二年期定期儲蓄存款機動利率固定加碼 0.465% 機動計息（目前為年息 1.560%）。	請洽臺灣銀行各分行，查詢網址： <a href="https://www.bot.com.tw/Business/Loans/ConsumerLoan/Pages/default.aspx">https://www.bot.com.tw/Business/Loans/ConsumerLoan/Pages/default.aspx</a> ；免付費電話 0800-025-168
貼心相貸 －全國公教員工消費性貸款	全國各機關、公立學校編制內員工及公營事業機構編制內員工（含育嬰留職停薪人員、連續服務滿 1 年之契約僱用人員）。	※ 由臺灣土地銀行獲選承作，辦理期間 107.7.1 至 110.06.30，為期 3 年。 ※ 貸款利率：按郵政儲金 2 年期定期儲蓄存款機動利率固定加碼 0.505% 計算，機動調整。	02-23146633
闔家安康 －公教員工團體意外保險	全國各機關、公私立學校及公營事業機構編制內現職員工（含各機關派駐海外人員、依「聘用人員聘用條例」及「行政院暨所屬機關約僱人員僱用辦法」進用之約、聘僱人員）及其配偶、父母、子女。	由中國人壽保險股份有限公司獲選承作，辦理期間 106.4.1 至 108.3.31，為期 2 年。	0800-098-889
守護公教團體 長期照顧健康保險	全國各機關、公私立學校及公營事業機構員工及其配偶、父母（含配偶之父母）。	※ 年齡限制為 15 歲至 80 歲，繳費年期為 1 年。 ※ 由國泰人壽保險公司承作，辦理期間：自 105.2.22 至 108.2.21，期間 3 年。	0800-036-599
守護公教長期照顧 健康保險	全國各機關、公私立學校及公營事業機構員工及其配偶、父母（含配偶之父母）。	※ 分為 10、15、20 年期，並視被保險人的投保年齡、性別、投保金額、繳費年期等因素，而有不同費率設計。 ※ 由國泰人壽保險公司承作，辦理期間：自 105.2.22 至 108.2.21，期間 3 年。	0800-036-599
全國公教員工 旅遊平安卡	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眷屬。	由富邦產物保險公司獲選承作，辦理期間 105.7.1 至 108.6.30，為期 3 年。	0809-019-888
健康 99 －全國公教健檢方案	全國各級政府機關、公私立學校暨公營事業機構現職員工（含約聘僱人員及技工、工友）、退休人員（含其眷屬）及服務於公部門之志工。	經行政院衛生福利部醫院評鑑為優等以上（花蓮、臺東及離島地區評鑑為合格以上）之醫療院所規劃健檢方案，作為現職員工、退休人員及其眷屬健康檢查時之選擇參考，辦理期間自 106.1.1 至 108.12.31 止為期 3 年，另考量 2017~2019 全國公教健檢方案開放符合資格之醫療院所得隨時申請加入或退出，特約醫療院所名單及服務項目可能隨時變動，因此不另製作特約院所清單。	請至公務福利 e 化平台「公教健檢」之「健康 99 特約院所」查詢。
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 107.8.1 至 110.7.31，為期 3 年。	TAAZE 讀冊生活 02-25701233 灰熊愛讀書 02-29232886

相關資訊請參考行政院人事行政總處「公務福利 e 化平台」（網址為 <https://eserver.dgpa.gov.tw/>）及本府人事處網站首頁→專案與業務成果→友善家庭－公教員工福利服務（本府人事處網址為 <http://www.personnel.taichung.gov.tw/>）。



公務福利 e 化平台



臺中市政府人事處

## 新知補給站

### 修正「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」及訂定「公務人員保障暨培訓委員會閱覽試卷收費標準」。

公務人員保障暨培訓委員會為維護受訓人員權益，在不影響訓練測驗客觀與公平前提下，參照典試法第 26 條及考試院訂定發布之應考人申請閱覽試卷辦法，開放該會辦理之各項法定訓練測驗受訓人員得申請閱覽試卷，爰修正「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」相關規定；另依規費法第 10 條第 1 項規定，訂定「公務人員保障暨培訓委員會閱覽試卷收費標準」。

（本府 107 年 12 月 26 日府授人考字第 1070321526 號函轉公務人員保障暨培訓委員會 107 年 12 月 25 日公評字第 1072260456 號函）

### 「行政院與所屬中央及地方各機關聘僱人員給假辦法」第 3 條、第 4 條修正案，修正要點如下：

- 參照 107 年 11 月 16 日修正發布之公務人員請假規則第 3 條規定，將事假日數提高至 7 日，爰將聘僱人員事假日數由 5 日酌增 2 日為 7 日；並刪除喪假至少應請半日之規定，增加喪假運用彈性。
- 增加慰勞假運用彈性，增訂聘僱人員年資銜接者，其 14 日以外之慰勞假經用人機關核准，得於次一年度實施之規定。

（本府 107 年 12 月 10 日府授人考字第 1070303517 號函轉行政院 107 年 12 月 7 日院授人培字第 10700579191 號函）

### 自 108 年 1 月 1 日起，地政機關（單位）實際辦理工程者，得依「工程獎金支給表」提撥及發給工程獎金。

- 配合工程機關（單位）實際從事工程業務之專業人員自 108 年 1 月 1 日改按「公務人員專業加給表（七）」〔以下簡稱表（七）〕支給專業加給，並依「工程獎金支給表」所定績效評核結果發給工程獎金，行政院人事行政總處基於各類機關實際辦理工程時，工程獎金宜有一致規範之考量，爰規範如主旨。
- 原行政院人事行政局及行政院人事行政總處歷年就適用表（七）之地政專業人員得否支給工程獎金之函釋與前開規定未合部分，併同停止適用。

（本府 107 年 12 月 12 日府授人給字第 1070305265 號函轉行政院人事行政總處 107 年 12 月 10 日總處給字第 1070058116 號函）

### 行政院人事行政總處檢送「一般工程機關（單位）人員待遇規範問答集」一案。

- 行政院人事行政總處配合行政院 107 年 4 月 9 日院授人給字第 10700372382 號函核定一般工程機關（單位）人員待遇事項，前於同年 9 月 21 日及 26 日辦理兩場次之工程

機關（單位）待遇規範說明會在案。

- 二、為利各機關業務推動，爰將前開說明會意見交流內容及各機關函詢之實務疑義彙整為旨揭問答集，並同步置於行政院人事行政總處全球資訊網／給與福利處／待遇加給（獎金費用）下，未來如有新增修正，該總處將配合增修，不再另行函知。

（本府 107 年 12 月 24 日府授人給字第 1070316175 號函轉行政院人事行政總處 107 年 12 月 20 日總處給字第 1070058980 號書函）

**行政院訂定「一百零七年軍公教人員年終工作獎金發給注意事項」，自 107 年 12 月 25 日生效。**

本次修正重點臚列如下：

- 一、修正第 3 點第 3 款有關 12 月份到職且當月未離職人員，係以 12 月份所支持待遇基準為計算基準。
- 二、修正第 4 點發給日期規定：為 108 年 1 月 25 日。
- 三、修正第 7 點第 1 項第 1 款第 3 日有關請延長病假超過 6 個月致考績列丙等者，無需扣除事、病假日數，僅扣除延長病假日數後，按實際工作月數比例計發年終工作獎金。
- 四、修正第 12 點第 2 項及第 3 項規定，約聘僱人員於年度中年滿 65 歲不予續聘（僱）者，按實際在職月數比例發給年終工作獎金；臨時人員於年度中年滿 65 歲以上且依勞動基準法辦理退休者，除機關另有規定或以契約約定，從

其規定或約定外，得由機關視經費狀況衡酌發給。

（本府 107 年 12 月 27 日府授人給字第 1070321442 號函轉行政院 107 年 12 月 25 日院授人給字第 1070059504 號函）

**公教人員保險之保險費率，不適用年金規定之被保險人及適用年金規定之被保險人，自 108 年 1 月 1 日起分別調整為 8.28% 及 12.53%。**

茲以現行公保保險費率係依公保第 6 次精算結果，自 105 年 1 月 1 日起，「不適用年金規定者」調整為 8.83%、「適用年金規定者」分 3 年調整至 13.4%。第 7 次精算結果顯示，「不適用年金規定者」為 8.28%；「適用年金規定者」為 12.53%。兩者之保險費率均較現行費率低，且相差幅度超過負 5%。爰考試院乃會同行政院於 107 年 12 月 7 日會銜重行釐定公保之保險費率如下：

- 一、不適用年金規定之被保險人調整為 8.28%。
- 二、適用年金規定之被保險人調整為 12.53%。
- 三、以上費率之調整自 108 年 1 月 1 日起實施。

（本府 107 年 12 月 18 日府授人給字第 1070312542 號函轉行政院人事行政總處 107 年 12 月 14 日總處給字第 1070058205 號函暨銓敘部 107 年 12 月 14 日部退一字第 1074673209 號函。）

相關資料已上傳本府人事處網站 / 專區服務 / 人事法規查詢 / 給與科項下

**員工協助方案**

**當員工於績效回饋後，向主管表達自殺念頭時主管可行的處理作法**



每當年底時間一到，又是主管開始評估自己部門的年度目標達成情況，同時也必須針對每位同仁年度對部門的貢獻度加以評估，而最大的挑戰無非是來自於對同仁的績效回饋。如果同仁日常的績效表現一切正常，且也都達到公司的期待目標，主管對於同仁的績效回饋與評比都可以順利進行；但是就怕該同仁績效表現不佳，同仁對主管的績效回饋又十分有防衛，那對於主管而言，針對此一同仁的回饋就是一項艱鉅的任務，如果同仁在主管進行績效回饋時，隱約讓主管知道他的心理情緒狀況，並傳達有自殺的念頭及想法時，更是讓主管在當下難以招架。

針對主管所面臨的此一員工管理情況，本文建議可透過以下方式與同仁互動溝通：

**1. 主管請在當下穩定自己的情緒，並與同仁進行更多的溝通**

建議主管在當下能穩定自己的情緒，同時透過更多的溝通對話，引導同仁分享更多自己的想法，以評估後續可協助同仁的行動方案。主管當下可嘗試使用的問話內容，例如：

「我很關心你的情緒狀況，但是我想了解你的情緒狀況，是因為我今天和你討論工作表現情況所造成的？還是你近期的家庭生活情況所引起的？」

「你認為你的情緒情況及有自殺的念頭，是影響你近期工作表現未如預期的原因嗎？如果是，你認為有什麼方法改善及調整呢？」

透過上述的引導對話，讓主管及同仁可澄清同仁當下的情緒反應是針對績效回饋所造成的，還是同仁個人問題所造成的情緒反應；且更重要的是不要讓問題留在情緒反應及自殺風險上，透過對話，讓主管和同仁能從問題解決的角度，共同討論合適的改善措施。

**2. 除當事人須為自己的情緒與可能的行為負責外，主管引介同仁使用 EAP 資源的方式，應採正式轉介的方式**

不論同仁是否針對影響自己工作表現的情緒反應及自殺念頭，提出合適的解決方案，主管都可以鼓勵同仁使用 EAP，以協助自己改善影響工作表現的問題。但是，在此主管必須要注意的一點是，主管轉介同仁使用 EAP 有二種方式，一種是非正

式轉介，也就是主管基於關心同仁的立場，鼓勵同仁使用 EAP 解決其私人問題；另一種主管轉介同仁使用 EAP 的方式，則是正式轉介，也就是主管基於員工工作表現的問題，鼓勵同仁使用 EAP，以解決其工作表現問題。在以往的相同案例中，多數主管選擇的是非正式轉介，亦即以關心同仁的立場鼓勵同仁使用 EAP，希望 EAP 協助員工解決其情緒問題及自殺念頭；但如個案涉及的是同仁工作績效改善的問題，建議主管應透過正式轉介的方式，鼓勵同仁使用 EAP，讓 EAP 與主管共同協助同仁，達到改善同仁工作績效的目標。若主管不確定個案 EAP 的處理程序，建議主管在轉介同仁使用 EAP 之前，可先來電與 EAP 單位聯絡，並討論合適的問題解決方案。

**3. 雖然員工已使用 EAP 資源，但是主管仍須和 EAP 單位合作，直到同仁的績效恢復應有的工作表現。**

很多時候，主管以為將同仁轉介 EAP，EAP 就必須全然將同仁「治好」，但是在工作職場領域中，由於影響同仁工作表現的因素非常多，有時可能因為工作組織的環境改變，或是主管管理行為的調整或是同仁的私人因素等，都會影響同仁與 EAP 合作的情況。因此，當主管再轉介同仁使用 EAP 之前，先來電使用 EAP 的管理諮詢相對重要，因為 EAP 就會與主管共同針對員工管理的問題持續合作，直等到同仁的工作表現持續回復到主管期待應有的目標。

除此之外，由於同仁的工作表現模式有可能是呈現起伏的情況，所以每當同仁的工作表現呈現下降的趨勢時，身為主管的您就必須立即採取行動，介入同仁的績效行為改善計畫，以免同仁的問題最後造成難以處理的管理問題。

若您目前正面臨員工管理上的挑戰，我們鼓勵您可向 EAP 提出管理諮詢之需求，或與各機關學校人事人員進行討論。

◆ 如果您因人際關係、情緒管理、法律問題、財務問題、醫療問題、管理問題等議題產生困擾，想找人談談，現在您可以 call 本府「有問題來找我」24 小時免費諮詢協談專線

**0800-028-885**（您撥鈴鈴 - 鈴 - 來吧 - 幫幫我）

※ 同仁個資、協談內容全程保密 ※

## 健康小站

# 認識麻疹四大症狀 小心腦炎、肺炎併發症

林新醫院提供



去年國外爆發麻疹群聚感染，風波持續擴大，引起民眾對麻疹的關注。什麼是麻疹？會有致命的風險嗎？烏日林新醫院感染科郭正邦主任表示，麻疹為一種急性、高傳染性的病毒性疾病，傳染途徑可透過空氣、口沫傳播，傳染力強相當強大，如果曾與罹患麻疹的病人接觸，更要特別小心！

引起麻疹的原因為麻疹病毒（Measles virus），潛伏期會有 7～18 天，通常為 14 天，麻疹的主要症狀如下：

- 1、持續發高燒、流鼻水、咳嗽。
- 2、鼻炎、結膜炎。
- 3、發燒 3～4 天後，口腔下白齒對面內頰側黏膜上會出現柯氏斑點。
- 4、耳後出現典型的斑丘疹（Maculopapular rash），再擴散至整個臉面，由上向下從頭長到腳。

一般來說，皮疹會在發病後 3～4 天的時間內覆蓋全

身，但大多不會發癢及腫痛，與蕁麻疹的狀況不一樣，烏日林新醫院感染科郭正邦主任表示這時也要特別注意發疹的前後四天是傳染期，如果沒有接受隔離，恐怕會傳染給沒有免疫力的人。

罹患麻疹後，只要妥善接受治療並自主健康管理，基本上 18 天左右就能痊癒，當麻疹引起的發燒與皮疹開始消退，會出現鱗屑性脫皮及留下褐色沉著。烏日林新醫院感染科郭正邦主任提醒，唯一要特別注意的是，根據統計約有 5%～10% 的患者會因細菌或病毒重覆感染而產生併發症，包括中耳炎（7～9%）、肺炎（1～6%）與腦炎（0.1%），若出現腦炎併發症，恐怕會影響智力甚至危害生命。對於還沒有接種疫苗的幼兒及抵抗力不好的民眾，更要小心！

有出國的民眾，也要特別注意是否有跟麻疹病例接觸，以及確認自己是否有接種麻疹相關疫苗；若是懷疑自己被感染麻疹，可盡快就醫檢查，也要主動告知醫師旅遊史，避免再次引起群聚感染，讓疫情的影響降到最低。民眾若是有想要接種麻疹疫苗，也建議可向醫師諮詢是否應再接種疫苗，才能獲得最佳的效果。

## 健康小站

# 太極拳的十大要求

林麗雲（作者現為台灣太極拳總會常務理事）

## 鬆腰落胯—力達核心

太極拳的運動規律是讓練習者透過太極拳不停的演練讓身體的肌肉、關節、血管、經脈、氣…達到質量的提升，透過鬆腰落胯的練習不只是能讓髖關節放鬆更能增強髖骨的韌性，達到不退化的效果。

人體最大的骨骼是骨盆（髖關節）、是由薦骨、尾閭骨以及兩個髖骨所構成，而髖骨是由髌骨、坐骨和恥骨三個較小骨頭所組成，髖關節是由股骨（大腿骨）的近端在髖臼和髖骨相連，骨股遠端與脛骨（小腿骨）連結形成脛骨關節（即膝關節），因此在演練太極拳時髖關節有沒有鬆，關係到下三關（髖關節、膝關節、踝關節）的放鬆、也關係到全身的氣、勁的統合。

太極拳拳經上有云：一舉動週身俱要輕靈，尤須貫串；氣宜鼓盪，神宜內斂，無使有凸凹處，無使有斷續處，無使有缺陷處。其根在腳（腳底），發於腿，主宰於腰，形於手指，由腳而腿而腰，總須完整一氣。而太極拳演練時的鬆腰落胯即是拳經上的腰腿求之，即為力學核心，因為

髖關節位於人體全身的中樞（上下中、左右中、前後中）點，上下力學結構統一、旋轉時力量統一，才能產生全身一動無有不動、上下相隨的整勁。

練拳時髖關節放鬆、尾閭骨朝內（前）收 骨朝下、薦椎就會往後、此時坐骨向下接地、形成一股無形往上支撐的力量，這股的力量會讓練習者膝關節馬上放鬆，不需要用力而踝關節也比較能鬆，而丹田隨著薦椎後收，內氣朝內向上提升直達百會穴，而命門關此時會打開引動外來的氣與內氣結合，讓內氣質量增加，更讓身體輕盈、虛實更為分明，才能力達湧泉核心。

※ 髖關節的退化如老年性的退化、骨質疏鬆的退化、而人體最先退化的是髖關節。

※ 落胯應稱為坐胯較貼切，落胯時像坐在椅子上打拳，所有力量都降至腳底湧泉穴，不需大腿、小腿、關節的力量支撐，自然體現安舒放鬆怡然自得。

※ 踝關節是下三關裡最難鬆的一關，會另有文章解說。



## 人事業務小提醒

◎ 銓敘部 107 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，以及本府人事處網站/專區服務/人事法規查詢/人力科項下，請同仁多加參考利用。

（本府 107 年 12 月 28 日府授人力字第 1070323739 號函轉銓敘部 107 年 12 月 26 日部銓一字第 1074681094 號書函）上開資料已上傳本府人事處網站/專區服務/人事法規查詢/人力科項下。

**A** 如何查詢「A7: 人事資料考核系統」考核規則？

**Q** 至 eCPA 人事服務網→ A7: 人事資料考核系統→人事資料檢核規則，輸入起始日、終止日、檢核項目、查詢條件等進行查詢；考核期間，請各機關學校依系統公布之資料檢誤結果儘速更正錯誤，以符合行政院人事行政總處之人事資料考核目標。