



倍斯特電子月報

www.best-co.com.tw

桃園市中壢區中央西路二段208號2樓
TEL: 03-4947878 FAX: 03-4947676

政府政策與法令

網路外勞聘前講習 別忘自然人憑證認證

7月起首次聘僱外籍監護工及家幫傭雇主必須接受聘前講習，至今已有一萬多名雇主參加，但是勞動部發現，很多選擇網路講習的雇主或代講習人員因操作不完全，導致被誤認為未參加講習，提醒雇主應詢問清楚相關流程，以免因此被罰或影響聘僱外勞時程。

為使首次聘僱外籍家庭看護工及家庭幫傭的雇主，確切了解聘僱外籍看護工相關聘僱管理法令及資訊，勞動部今年7月1日開辦「雇主聘前講習」，至9月底已有1.3萬名雇主完訓。但勞動部發現，很多雇主選擇採用智慧型手機參加「網路講習」，卻未在講習後使用自然人憑證完全認證，後續勾稽被認定未完成聘前講習。

勞動部表示，民眾第一次於電腦上使用自然人憑證參與網路講習時，若遇元件安裝問題可至內政部憑證管理中心查詢相關資訊。若以智慧型手機或平板電腦進行網路講習後，需使用自然人憑證至網站認證，才算完成網路講習程序；若是使用桌上型或筆記型電腦參與網路講習或認證時，應以IE瀏覽器9.0以上版本操作。

勞動部提醒，只觀看影音專區的影片不能認定為參與講習，必須進入網路講習專區，以自然人憑證登入資料並觀看影片才算完訓。若是代講習人員代替雇主參與網路講習時，切記不能將代講習人員資料填至雇主欄位。民眾完成網路講習後，將取得一組完訓證明序號，若遺忘該組序號，可隨時至雇主聘前講習資訊網站的「完訓憑證查詢」專區查詢。



《勞基法》周休二例列第一案 綠營擬與一例一休併案協商

立法院第二會期總質詢今天將結束，院會周五將開始處理討論事項。程序委員會中午討論周五議程草案，國民黨團、民進黨團更自提出變更議程順序，經協商達共識，程序委員會將國民黨立委吳志揚提出有關周休二例的《勞動基準法》修正草案列為周五討論事項第一案，吳玉琴提出的攸關外勞三年免出境的《就業服務法》修正草案列為周五討論事項第三案。

立法院衛環委員會上會期 7 月 11 日在國民黨籍召委王育敏主持下，突襲通過吳志揚版本的周休二例《勞基法》修正草案，程序委員會今排入周五院會議程，不過，據了解，民進黨將提案送交朝野協商，與 10 月 5 日民進黨籍召委陳瑩主持初審通過的政院版、民進黨版等修法版本併案處理。

此外，立法院社環委員會 6 月 23 日初審通過吳玉琴提出的《就業服務法》第 52 條修正草案，取消外勞在台工作 3 年期滿後須強制出境的規定，讓外勞可長時間在台工作，避免僱主面臨勞力空窗期，外勞也不必因離境再多繳一次仲介費。勞動部估計，新制上路後每年約有 1 萬 4 千名外勞受惠。（曾盈瑜／台北報導）



有錢就能請看護？ 須符合 4 條件

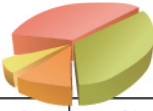
新竹市王姓女子因外祖母有壓迫性骨折、骨質疏鬆等症狀，91 年間在台中中國醫藥大學附設醫院住院就診期間，偽造中醫大診斷證明向勞委會申請外籍看，遭依偽造文書罪嫌起訴，但因新竹地院一直聯絡不上王女，導致追訴期時效超過，最近判王女免訴。

「不是有錢就可以申請看護。」新竹縣衛生局長殷東城表示，申請外籍看護是依醫師評估的巴氏量表，許多民眾認為家屬的病況和年紀，「應該」適合受外籍看護照顧，但往往經過評估後，卻無法申請，造成民眾不滿。

目前申請外籍看護工須符合三項條件，一是特定項目重度身障者如智能障礙、植物人等；二是未滿 80 歲者經指定醫院評估有全日照顧需要，經「巴氏量表」評分 35 分以下者，三是 80 歲以上、經指定醫院評估有嚴重依賴照護需求者，即巴氏量表 60 分以下者。

勞動部去年 8 月，調整申請外籍看護的條件，增列開放「85 歲以上且輕度失能者」如無法自取食物，須人餵食等也可申請，今年生效後許多民眾受惠。

105年9月外勞在台人數統計



國籍		印尼	菲律賓	泰國	越南	蒙古	馬來西亞	其他	小計
類別	製造業外勞	50,527	102,555	54,322	152,106	0	1	0	359,511
	營造業外勞	1,347	68	3,217	1,932	0	0	0	6,564
	漁工	7,006	1,682	26	1,963	0	0	0	10,677
	社福外勞	180,377	30,309	558	21,275	0	0	1	232,520
總數		239,257	134,614	58,123	177,276	0	1	1	609,272



新聞快報

惡意通報外勞逃跑 勞團籲修法嚴懲雇主

日前有外籍勞工因為職災在宿舍療傷，卻被雇主惡意謊報外勞逃跑。對此，勞工團體表示現行法制雇主很容易謊報，讓外勞權益受損，呼籲應要修改法條，嚴懲惡意雇主。

台灣國際勞工協會成員吳靜如今天表示，一名菲律賓移工 F，今年因工廠安全疏失造成職業災害，導致整個右手掌被滾燙橡膠嚴重燙傷，緊急開刀後，多次清創，期間居住於工廠宿舍靜養療傷。

移工 F 今天要因職災情事至法院開庭，但雇主明明知道移工 F 住在宿舍，還通報他逃跑且報警抓人。吳靜如批評，會發生這麼離譜的事情，都是因為現行法制的緣故。

吳靜如表示，根據現行法制，雇主要通報外勞逃跑相當容易，該協會不到 1 年就接獲 2 件求助案例。吳靜如說，外勞被註記逃跑不僅影響其在台灣的工作權，甚至還會限制其人身自由，對外勞的後半生影響很大。

要取消外勞的逃跑註記，吳靜如說，只有雇主主動撤銷及主管機關調查確認後 2 種方法，跟雇主通報外勞逃跑的程序僅需書面通知移民署、勞政機關跟警方相差很大，是破壞人權且台灣奴工制度的表現，呼籲應檢討法條，嚴懲惡質雇主。

對此，勞動部說，現行規定如果雇主惡意不實通報將可處新台幣 30 萬元至 150 萬元罰鍰，且 2 年內還會管制其聘雇外勞的許可，外勞的逃跑註記也會撤銷。

勞動部表示，雇主要通報外勞逃跑，必須要 3 日失去聯繫，雖然 3 日內雇主可通知警方，但警方也只能協尋，並交還給雇主。



日預明年開放農業長照外勞 台首當其衝

日本政府於本週二正式表態，最快自明年起將在數個特定的經濟區域，開放外籍的農業、長照護理勞工，這是在日本快速成長的白髮經濟活動中，最缺乏人力的兩個產業，傳聞多年的日本若正式開放，工人來源以印菲越三國為主，首當其衝的勢必是台灣。

日本外勞人數攀升


據日本時報（Japan Times）報導，日本政府在本週二正式表態，為解決其國內白髮經濟鏈嚴重短缺人力問題，最快將於明年在幾個特定的區域或農村內，開放外籍的農業與長照工人來日本工作。由於當前日本國內仍是明文禁止外籍非技術勞工，安倍晉三（Shinzo Abe）首相日前亦積極走訪國會和各團體，他公開呼籲國會，「應加速政策制定的流程，並弄清楚所需的經費和未來法案規範。」



一旦日本開放外籍勞工，首當其衝的勢必為台灣，目前台灣與日本皆面臨農業人口老化及長照看護的勞力短缺，在長照制度上，因日本尚未開放外籍看護赴日，台灣暫時可已賴印尼、越南與菲律賓等國的人力支撐，但如今若日本決定明年正式開放，但就薪資結構和就業發展層面來看，日本都優於台灣太多，勢必造成勞工選擇的排擠效應。目前日本的「研修生」平均月薪約 10 萬日幣（約 3.3 萬台幣），雖需額外扣除各種雜費或支出，但相較台灣給予看護與家政外勞僅 1 萬 7 千多台幣的月薪，仍有很強的吸引力。

根據日本農林水產省（Ministry of Agriculture, Forestry and Fisheries）的統計，日本現在的農業從業人數僅 192 萬人，比去年同期下降了 8.3%，更僅剩 1990 年四成水準，再加上龐大的老年人口，農業與長照看護確實是日本當前必須解決的重大議題之一。其中家庭照顧類工人將可期望在明年 4 月，通過與越南、印尼和菲律賓的經濟夥伴協定（Economic partnership agreements）後同時開放，取代現在倍受批評的「研修生」制度，正式進入與台灣「搶人」的對抗。

（中時電子報）

 用戶口碑

樂觀合群的恩瑪

雇主：桃園 林先生

外勞：印尼籍恩瑪

被看護者阿嬤患有失智症，脾氣比較暴躁不穩定，晚上也不睡覺，所以照顧她的人不僅需忍受阿嬤陰晴不定的脾氣，以及日夜顛倒的作息，不過恩瑪來了之後，慢慢的就可察覺阿嬤已逐漸的改變中，雖然阿嬤一開始會排斥，但憑著恩瑪的愛心與耐心，以及瞭解失智症患者心情要平靜，就不能再給予刺激或衝突，凡事都配合阿嬤，順著阿嬤，過沒多久，阿嬤的性情漸漸穩定下來，縱然日夜顛倒的作息難以在短期內改善，但至少不會吵鬧而影響到雇主及其他家人，由此可見恩瑪的照顧成效是立竿見影的，讓雇主稱讚不已。



恩瑪自從接續照顧阿嬤後，就必須配合阿嬤的白天昏睡，晚上睡覺時間頻繁活動的情況，對此恩瑪都沒有絲毫怨言，反而犧牲自己的睡眠時間陪伴阿嬤，與她聊天開玩笑，這也讓阿嬤覺得有安全感，不會胡思亂想及心情浮躁。

阿嬤無牙齒咀嚼食物，每日三餐均須恩瑪的協助餵食，為了阿嬤能順利進食並兼顧營養，恩瑪會將阿嬤的食物煮的軟爛，並隨時變換菜色，準備新鮮果汁，阿嬤的身體健康也日漸穩定。

恩瑪並不因為照顧阿嬤，就忽略其他家務事，譬如打掃阿嬤房間、浴室及清洗阿嬤衣物等，而且每日應做之事也會主動做好妥善之分配，因此所有的工作，並不須要雇主在旁叮囑，雇主也曾向外勞表示，以照顧阿嬤為主要工作，其餘工作可不必理會，但恩瑪對於自己分內之事仍堅持不假他人之手，此精神實令人敬佩。

過去阿嬤因身體情況及脾氣不佳，家人也就很少讓她出門，但長期如此對其病情與個性反而無益，恩瑪深知此道裡，因此白天只要有空，恩瑪就會帶阿嬤下樓與自家工廠的員工打招呼聊天，使得阿嬤個性開朗許多，言語表達也在平日訓練下，順暢不少，現在全工廠的員工都知道阿嬤身旁有一位得力助手恩瑪在照顧，一致對其表現讚不絕口。



健康資訊

心肌梗塞 奪命一瞬間

張先生是某公司老板，事業很成功，做人很海派，經常與朋友聚在一起大魚大肉、抽菸喝酒，50 多歲仍有強壯的體格，從未生什麼大病。近 1、2 年來，偶爾會有胸悶現象，但他習以為常，不願就醫。

可是胸悶的現象越來越嚴重，不但胸口悶痛得厲害，還像是一塊大石頭壓住似的。不得已被太太拉到醫院檢查，醫師說他的心臟血管塞住了，最好做心導管檢查，但他覺得，每次胸悶時，只要吃個藥、休息一下就沒事了，何必冒險做檢查呢！

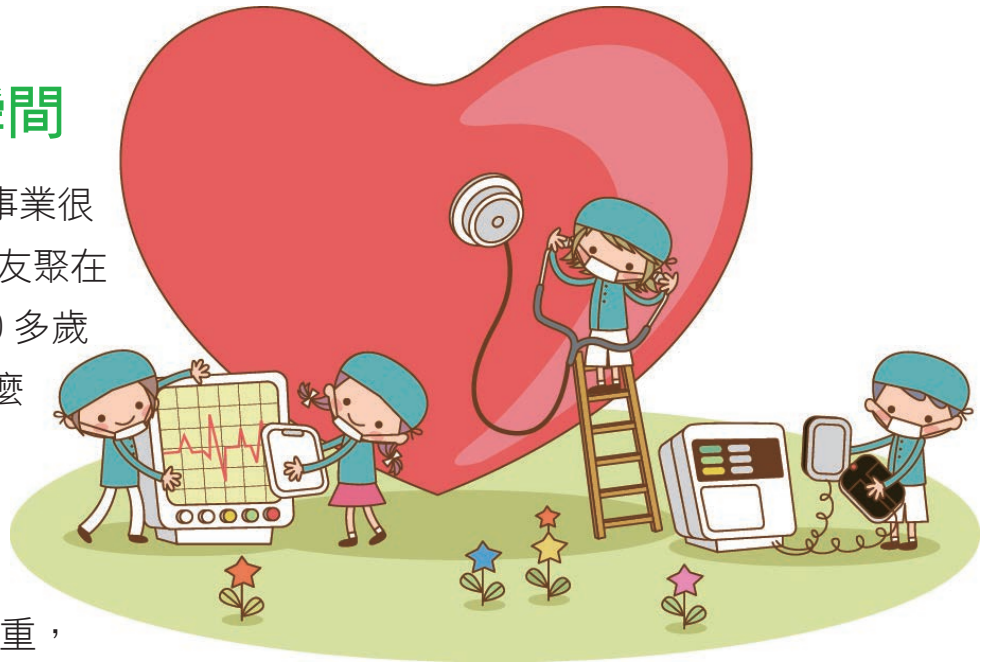
1 天晚上，他獨自在客廳看電視，突然胸口悶痛得特別厲害、冷汗直冒，不久就失去意識...。夜深了，老張的太太在床上等不到人，到客廳查看，才發現他倒在沙發上，已經沒有呼吸——那年張先生才 55 歲！

胸口悶痛 典型徵兆

可能有不少人有過這樣的經驗，心臟突然莫名其妙的跳動一下、心口悶悶的、胸前一陣緊、胸口好像塞住似的一時喘不過氣來，或是胸口悶痛，不論是那一種情形，有時不免擔心「我是不是有心臟病？」、「會不會是可怕的心肌梗塞？」

電視上也常看到這樣的情節，劇中人大怒不已，突然用手摀住胸口、臉色蒼白、喘不過氣而休克，親人趕緊將他送醫急救的畫面。這就是典型心肌梗塞發作時的症狀，發作時病人會感覺好像石頭壓在胸口似的，一整片胸口悶悶的；和偶爾胸口某一點痛，可以用手指指出某一定點的胸口疼痛不太一樣。

而在現實生活中，也不乏像這樣突然病發送醫，或甚至突然死亡的事件。



心肌梗塞 死亡率高

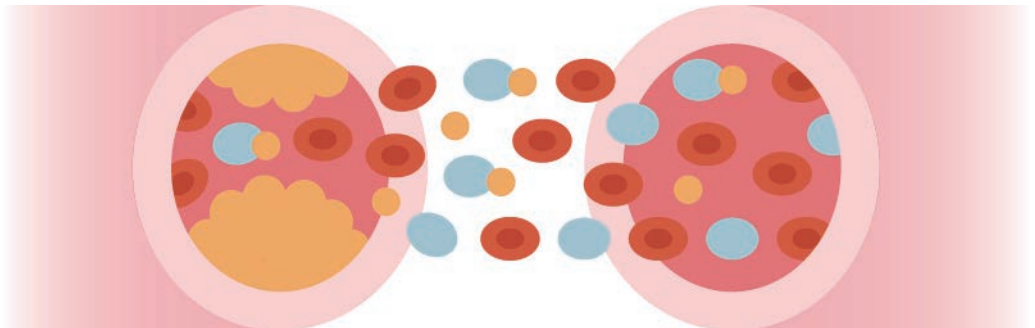
心肌梗塞的確是一種危險性非常高的疾病，過去有很多患者在未送醫前即已死亡，所以死亡率常被低估。根據統計顯示，發生心肌梗塞的患者中，有一半來不及送醫即已死亡；送到醫院之後，又有一半可能因此死亡而無法康復出院，可見其危險性之高。大家熟知的前台北市長馬英九的父親馬鶴齡，即因心肌梗塞，來不及救治而過世。

所幸現在醫學進步，有許多新藥、新技術可以挽救病人的性命，目前心肌梗塞患者住院期間的死亡率平均約 10%。但心肌梗塞的嚴重程度有別，如果是最嚴重的，已經引起肺積水、休克等症狀，則死亡率可高達 50% 至 70%，因此一旦發生心肌梗塞，一定要立刻送醫。

冠狀動脈阻塞 導致心肌梗塞

為什麼會發生心肌梗塞？心臟要維持正常的運作，必須有充足的血液供應，而負責心臟血液供應的即是冠狀動脈。冠狀動脈是滋養心臟的動脈血管，有許多小分支遍布整個心臟肌肉，心臟的各種功能得依賴這些小血管供給氧氣與養分。

一旦冠狀動脈發生狹窄或阻塞，造成血液供應出現問題，心臟便無法正常運作，病人會出現胸悶等各種不適症狀，即稱為冠狀動脈心臟病。



冠狀動脈發生狹窄或阻塞，最常見的原因是動脈硬化斑塊破裂造成局部血栓所引起，有些患者則是因為血管抽筋（痙攣）而造成。因動脈硬化、狹窄，斑塊破裂引起血栓堵塞血管，或在運動時心臟血氧需求量大增，而無法供應充足的血量時，就會發生心臟缺血、缺氧，輕者引起短暫、輕微的胸口不適，也就是心絞痛或狹心症。

一旦血管在短時間內完全阻塞，則失去血液供應的心肌細胞會因此而死亡，心臟的收縮功能大受影響，患者可能出現劇烈胸痛、冒冷汗等現象，即所謂的心肌梗塞。由此可知，心肌梗塞可說是冠狀動脈心臟病很嚴重時的一個極端表現。

胸部悶痛、絞痛 不可輕忽

根據國內外的研究發現，一半以上的心肌梗塞患者，在發作前的一個月內，都有或輕或重的胸部悶痛、心絞痛等症狀出現，但患者往往輕忽這些症狀的重要性，錯過就醫診治的最佳時機，以致一發不可收拾。

心絞痛的典型症狀，常在運動中發生，此時整個胸口好像被一塊大石頭或重物壓住的壓迫感，有些人甚至會感覺有一股熱氣從胸部上升至脖子或下巴的部位，也有些人會合併左手痠麻的感覺。大多數人發生心絞痛的位置是在胸前，無法指明是那一點，只是整個胸口有重重的壓迫感；有些人是靠近胃部的地方疼痛，而被誤以為是胃痛不舒服，猛吃胃藥；有時疼痛會輻射擴散到下巴，而被誤以為是牙痛；有的會輻射到左上臂內側，沿著上臂傳遞到左手腕內側、或肩胛骨附近。

要注意的是，有些冠狀動脈心臟病的患者，尤其是糖尿病人，並不會感覺胸悶的症狀，而是以突發性的喘不過氣來表現，必須特別留意。

反覆胸痛 宜速就醫

若出現這些症狀，且反覆發生，就必須儘速就醫檢查，否則一旦症狀加劇、時間持續很久，就可能是已經造成心肌梗塞了。

而心肌梗塞可以說是最嚴重的心絞痛，不但胸悶的症狀比心絞痛更嚴重，胸悶的時間也更久，即使是休息沒運動的狀態下，也可能發生。



照心電圖、X光辨原因

對患者來說，心肌梗塞的診斷，最重要的是症狀的確認。如果在短短數日內有反覆發作的胸悶、反覆性的突然感覺四肢無力且合併有氣喘或胸悶、經常頭暈目眩或莫名其妙的心悸等症狀，就應儘快就醫，尤其是胸口疼痛厲害、冒冷汗、氣喘時，即使只是一下子就過去了，仍應馬上送急診，不可拖延。

重複發作可能代表心臟血管時而阻塞時而暢通，而疼痛厲害等症狀，更可能表示已造成心肌梗塞，有猝死的可能。

送醫後心肌梗塞的診斷，包括 10 分鐘內必須做心電圖檢查；X 光檢查以與肺栓塞、主動脈剝離等其他疾病做鑑別，並判斷是否已造成肺積水；抽血做心肌酵素檢查，看心肌損傷的程度如何。因為抽血檢查必須等 4 至 6 小時才能得知結果，所以不能做為單一的診斷，以免延誤治療時機。

在症狀、心電圖及抽血等 3 個項目中，只要有其中 2 種與心肌梗塞相符合，即可診斷確定，並立刻加以治療。

發病 12 小時內 治療黃金期

心肌梗塞的治療，最重要的是把阻塞的血管打通，且越快越好，至少在病發的 12 小時內必須進行。打通血管的方法，可利用血栓溶解劑將破裂的動脈硬化塊上的血栓溶解，成功率約 70%~80%；另一種則是進行緊急冠狀動脈介入術，利用心導管將阻塞的血管打通，配合血管支架置放及新一代血小板抑制劑的使用，患者 30 日死亡率可降到 5% 以下。

不過在準備做心導管等治療前，術前準備非常重要。因心肌梗塞送醫的患者，到急

診室時，通常醫師會先給予充足的氧氣供應及止痛藥物；

然後給予抗血小板或抗凝血藥物，使血流更順暢些；

並視患者的狀況，給予硝化甘油等藥物，使血管放鬆。

血壓是另一個很重要的項目，也代表心臟功能的狀況，如果血壓太低，要以藥物等使血壓上升，

甚至用到葉克膜體外循環，來保護心臟。若有心律不

整、心室顫動等問題，則必須電擊，來恢復心臟功能。

所有的這些動作，都是為了保護心臟，因為患者必須在穩定的狀態下，才能做心導管等進一步的治療。



必要時可做冠狀動脈繞道術

如果患者有太多條動脈血管都嚴重阻塞，或血管打通效果不佳，也可考慮冠狀動脈繞道手術。此外，還有葉克膜體外循環、主動脈氣球幫浦等方式，來輔助維持血管暢通、撐住心臟的功能，以進行必要的治療，更有效降低了心肌梗塞患者的死亡率。

除了緊急心導管之外，有許多藥物，也能輔助降低心肌梗塞患者的死亡率。例如在心肌梗塞的急性期，可使用血栓溶解藥物、阿斯匹靈 (aspirin)、肝素 (heparin) 等藥物，來解除患者的危機；患者病況較穩定後，則可利用乙型阻斷劑、血管張力素轉化酶抑制劑、或較新型的血管張力素受體阻斷劑等藥物，來使心臟功能恢復得更好。



預防得從日常生活做起

要預防心肌梗塞的發生，就得從改變生活作息等可控制因素做起，包括：

1. 飲食避免大魚大肉，尤其是高熱量、高脂肪的食物，多攝取五顏六色的蔬果。
2. 維持理想的體重，身體質量指數 BMI 值（體重／身高平方）控制在小於 24kg/m²。
3. 規律的運動，至少每週 3 次，每次至少 30 分鐘。
4. 有菸酒習慣者，吸菸必須禁止；而一時無法戒酒者，可少量飲酒（一天中的啤酒飲用量少於 300cc、紅酒少於 150cc、威士忌或白蘭地少於 30cc）。
5. 適度安排休閒活動或假期，避免過勞。

至於已經有動脈硬化等疾病的患者，則在日常生活中更要注意以下事項：

1. 規律服藥。醫師開給的藥物必須規律服用，才能有效降低心肌梗塞的發生率。
2. 不宜到太寒冷的地方去，如果一定要去，要注意保暖。低溫易造成血管收縮，超過一定程度則易引起斑塊破裂，阻塞血管。
3. 溫泉不要泡太久，流汗太多必須補充水分，以防脫水。泡澡泡太熱、太久，易引起血流急速流動，造成斑塊破裂。
4. 保持情緒穩定，情緒激動也是心肌梗塞的誘發因子。
5. 勿過度忙碌、熬夜或長期緊張，應有適度休閒。
6. 多攝取蔬菜及多喝水，避免便秘。





好文分享

學會選擇，學會放棄

有個青年向一個富翁請教成功之道，富翁卻拿了三塊大小不一的西瓜放在青年面前，問道：「如果每塊西瓜代表一定程度的利益，你選哪塊？」「當然是最大的那塊！」青年毫不猶豫地回答。

富翁一笑：「那好，請吧！」

富翁把那塊最大的西瓜遞給青年，而自己卻吃起了最小的那塊。

很快，富翁就吃完了，隨後拿起桌上的最後一塊西瓜得意地在青年面前晃了晃，大口吃了起來。青年馬上明白了富翁的意思：富翁吃的瓜雖無青年的大，卻比青年吃得多。

如果每塊西瓜代表一定程度的利益，那麼富翁佔有的利益自然比青年多。

吃完西瓜，富翁對青年說：「要想成功，就要學會放棄，只有放棄眼前利益，才能獲取長遠大利，這就是我的成功之道。」



【智慧沙】

只有放棄眼前利益，才能獲取長遠大利。

要想成功，就要學會放棄。





放棄，也是一種成本

父親給孩子帶來一則消息，某一知名跨國公司正在招聘電腦網路員，錄用後薪水自然是豐厚的，而且這家公司很有發展潛力，近些年新推出的產品在市場上十分走俏。

孩子當然很想應聘，可在職校培訓已近尾聲了，這要真的給聘用了，一年的培訓不僅夭折了，連張結業證書都拿不到。孩子猶豫了。

父親笑了，說要和孩子做個遊戲。

他把剛買的兩個大西瓜放在孩子面前，讓他先抱起一個，接著要他再抱起另一個。孩子瞪圓了眼，一愁莫展。

！抱！一個已經夠沈的了，兩個是沒辦法抱住的。

「那你怎麼能把第二個抱住呢？」父親追問。

孩子愣神了，還是想不出招來。

父親嘆了口氣：「哎，你不能把手上的那個放下來嗎？」

孩子似乎回過神來，是呀，放下一個，不就能抱上另一個了嗎！

孩子這麼做了。

父親於是提醒：這兩個總得放棄一個，才能獲得另一個，就看你自己怎麼選擇了。

孩子頓悟，最終選擇了應聘，放棄了培訓。

後來，他如願以償地成了那家跨國公司的職員。

【智慧沙】

放棄，也是一種成本，經濟學上稱其為機會成本。

在做出某個選擇的時候，實際上也是投入了這一機會成本的。

不懂得放棄，什麼都不想放棄，那又何來心想事成，夢想成真呢！



船票只決定你睡覺的地方

一對夫婦幾年來省吃儉用，用攢下來的錢買了張到美州最便宜的旅行船票。一天又一天，他們羨慕地看著頭等艙的旅客在甲板上吃著奢華的大餐。最後，當船快要停靠愛麗絲島時，小孩生病了。

做父親的找到服務人員說：

「先生，求求你，能不能賞我一些剩菜剩飯，好給我的小孩吃？」

服務人員回答說：「為什麼這麼問，這些餐點你們也可以吃啊。」

「是嗎？」這人回答說：「你的意思是說，整個航程裡我們都可以吃得很好？」

「當然！」服務人員以驚訝的口吻說：「在整個航程裡，這些餐點也供應給你和你的家人，你的船票只是決定你睡覺的地方。並沒有決定你的用餐地點。」

【智慧沙】

我們完全可以和其他人一樣，享受許多同樣的選擇權利。

但是，在得到這些享受前，我們必須放棄一些在自己看來非常理所當然的想法。

