



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

外籍勞工期滿免出國 雇主可直接申請續聘

就業服務法第 52 條條文修正，取消外籍勞工 3 年出國 1 日規定，已自 105 年 11 月 5 日生效；外籍勞工聘期屆滿前，在臺工作累計時間只要未滿 12 年或家庭看護工未滿 14 年，雇主均可向勞動部申請續聘，經許可後外籍勞工就可以不用出國，繼續留臺工作，勞動部已將相關書表置於勞動力發展署首頁供民眾使用。

勞動部表示，依 105 年 11 月 4 日解釋令，雇主所聘僱的外籍勞工，如果聘僱許可期間於 105 年 11 月 5 日起屆滿，雇主有繼續聘僱該名外籍勞工的需要，經與外籍勞工合意繼續聘僱後，可以檢送雇主聘僱外國人申請書，並依申請書所列欄位填寫必要資訊，以書面方式向勞動部送件申請期滿續聘外籍勞工；但外籍勞工如有在臺工作累計達 12 年，外籍家庭看護工累計達 14 年，或是外籍勞工聘僱許可期滿，雇主不繼續聘僱且外國人未轉換雇主，仍應依規定出國。

勞動部提醒，依就業服務法規定，申請聘僱外國人應先以合理勞動條件在國內辦理招募，經招募無法滿足其需要時，才能就該不足人數提出申請。本次修法目的是為了減輕外籍勞工再返臺工作需支付國外仲介費的負擔，相關國內求才招募程序並未修改，所以雇主想要續聘外國人，仍須依規定先行辦理國內招募，取得申請招募許可函與入國引進許可函後，並填具申請書，再行申請聘僱外國人。

勞動部表示，雇主申請續聘外籍勞工的相關書表已置於【勞動部勞動力發展署首頁 > 主題服務 > 跨國勞動力服務 > 下載專區 <http://www.wda.gov.tw/home.jsp?pageno=201310280103&flag=E>】，民眾可下載使用。另民眾若有關於申請續聘的疑問，可洽勞動部電話客服中心詢問，電話：(02) 8995-6000，或查詢勞動部勞動力發展署網站 (<http://www.wda.gov.tw/>) 均可得到最新聘僱外籍勞工的訊息。

(蘇松濤報導)



台灣 60 萬名外籍移工受惠：今日起毋須每三年強制出境

台灣立法院在 10 月 21 日三讀修正《就業服務法》第 52 條，取消外籍移工（即外籍勞工）在台工作滿 3 年就得強制出境再入國工作的規定，並於今日（11 月 5 日）起生效。往後移工將不需每 3 年被抽取一次高額仲介費，僱主也免於面對移工出境空窗之苦。對此，台灣總統蔡英文也在 Facebook 表示，修法「是強化勞動權益的一大步」。

《就業服務法》第 52 條原先規定，外國人在台工作，許可期最長為 3 年，期滿後若有繼續聘僱需求，僱主可申請展延，累計在台最長工作期限則不得超過 12 年；但 3 年許可期滿的移工，應至少出境一日再入台工作。此規定原本是為了避免移工依原《移民法》規定，在台居留 5 年得申請歸化台灣，但後來《移民法》修法，無論居留多久，藍領移工皆無法歸化，因而使這「3 年條款」喪失原本意義。

移工團體表示，3 年條款到頭來只是讓仲介牟利，讓他們每 3 年就能收取 1 次高額仲介費。台灣移工聯盟發言人陳秀蓮指出，移工每次回國仲介費平均要 8 至 15 萬台幣，等於他們來台後 1 年至 1 年半的工資。由於還債時間長，使得許多移工不堪重負或因不願再被「扒皮」，選擇在 3 年期滿前逃跑。

而對僱主而言，原規定也帶來極大不便。移工每次出境時間平均約 1 個月，僱主在這段空窗期便得自行負擔工作缺口，失能者家屬可能得再花錢聘請費用更高的本國看護。

有鑑於此，《就服法》第 52 條修正草案則取消許可期滿須出國 1 日規定，同時還增列「移工返鄉條款」，明訂若移工請假返鄉，僱主應同意，請假方式、日數、配套等由勞動部訂定。勞動部指出，此次修法，既可以免除空窗期，也能減少訓練成本，並使僱主更彈性運用人力；總統蔡英文也表示：「這只是改革的一小步，但對辛苦的移工朋友來說，是強化勞動權益的一大步。」



仲介批評修法將讓移工滯留台灣

然而，這條修法之路走得並不容易。事實上，社會催促政府修法已經多時。2015年9月立法院便曾審查《就服法》修正案，但第52條的「三年條款」卻仍然在仲介業者的施壓下被保留；2016年6月，民進黨立委林淑芬與吳玉琴再次提案取消「三年條款」，卻因「擋人財路」，遭到仲介業者施壓和抹黑，使得林淑芬在立院哽咽發表「不自殺聲明」，修正案也此被擱置。

此次修法同樣引發仲介痛批。仲介業者強調，一旦取消強制出境規定，等於取消淘汰不適任移工的機制，不被續聘的移工將會怠工或逃跑，使得大量移工滯留於台灣，在總額限制下也擠壓其他移工入境機會。仲介也批評，外勞免3年出國的限制，等於直接留台12年，不但可任意轉換僱主，還搶走本勞工作機會。

移工團體則駁斥，移工逃跑正是因為「3年條款」附帶的高額仲介費，而移工若得知僱主不再續約，也需在轉換僱主期限內找到新的老闆，否則就必須返國，並無法待滿12年。此外，現行法令仍不允許移工任意轉換僱主，但移工團體也認為此規定十分荒謬，因為以自由市場的邏輯，不應只有僱主有權解約。

仲介業者也提出，三年一次的仲介費是移工輸出國仲介主要利潤來源，今後可能嚴重影響菲律賓、越南與印尼等國仲介輸出移工的意願，最終導致移工來源短缺。對此，移工團體則表示，目前新加坡、香港、中東、歐美等地區都沒有此規定，卻也沒有移工來源短約的問題。

此次修法使得許多移工聞訊皆歡呼，但移工團體仍表示，這次雖然取得階段勝利，之後還是會關注相關法令與配套修法，並表示在台灣現行的「奴工制度」下，移工權益還有很長的路要走。

105年10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	51,471	102,967	54,342	153,442	0	1	0	362,223
	營造業外勞	1,360	68	3,074	1,918	0	0	0	6,420
	漁工	6,897	1,681	22	2,055	0	0	0	10,655
	社福外勞	181,584	30,387	560	21,811	0	0	1	234,343
總數		241,312	135,103	57,998	179,226	0	1	1	613,641





符合資格者重新招募外籍看護免經醫療評估 已佔重招案件6成

為使重症患者或功能難以回復的被看護者免於每3年赴醫院重新評估，凡被看護者「滿80歲以上」、「腦性麻痺、脊髓損傷或截肢」、「全癱、需24小時使用呼吸器或維生設備、植物人」者，申請重新招募外籍家庭看護工時免經醫療評估，勞動部勞動力發展署統計，104年免評案件量約佔全年度雇主申請外籍家庭看護工重新招募案件4成8，105年截至9月底更高達6成。

重新招募免經評估係考量雇主因被看護者的病情或病況退化致生活功能持續受損不可回復，仍有持續聘僱外籍家庭看護工需求，爰針對被看護者因相關特定病症致生活功能受損不可回復，推動重新招募免經評估機制。因此，重招免評是在申請資格不變下，就申請流程予以簡化。該機制的建立除可節省民眾及被看護者往返醫院時間及成本，並可降低被看護者進出醫院遭受感染或導致病況惡化的風險。



重新招募免經評估制度自104年3月5日實施截至105年9月底，已有4萬2,183名民眾受惠，其中以「滿80歲以上」資格免評者約佔9成9，是重招免評中最主要的申請對象。幫忙照顧婆婆的吳太太表示，2年多前婆婆因為脊椎開刀行動不方便，但為了申請看護，還是特地請假帶婆婆搭計程車去醫院評估，這次，有了重招免評，坐著輪椅的80幾歲婆婆再也不用去開診斷書了，這對家中有年事已高且行動不便的被看護者家屬而言，確實減少了每3年重新招募看護工所需耗費的心力。「真的比以前方便多了」，吳太太這麼說。

發展署表示，符合重招免評資格的被看護者，雖免經醫療機構的專業評估，可直接至地方政府長期照顧管理中心辦理推介本國籍照顧服務員，但仍需於完成推介日起60日內向勞動部勞動力發展署申請重新招募。以上相關法令資訊均公告於勞動部勞動力發展署網站 (<http://www.wda.gov.tw>)，另對於重新招募免評規定如有任何疑問，亦可洽勞動部勞動力發展署 (電話：02-8995-6000)。

(蘇松濤報導)



獨居小兒麻痺重殘者 申請外籍看護遭拒

〔記者吳政峰／基隆報導〕57歲林男為小兒麻痺重度殘障者，頸部有腫瘤，經醫師評估生活需人照顧，獨居的他向勞動部申請外籍看護工，勞動部書面核定其年紀與巴氏量表，認未達標，予以拒絕，他得知結果後哽咽地說「我們跟正常人的57歲是不一樣的啊...」

林男說，1歲即因小兒麻痺而無法行走，仰賴雙親、哥哥、及兩位姊姊協助起居，直到20幾歲有了人生中第一輛電動輪椅，才首次獨自出門，看到外面的世界「真的好開心啊！」

林男跟著父親學修錶，習得一技之長，後兄姊各自在外成家立業，父親過世，便請了外籍看護照料臥床的老母，靠著積蓄、身心障礙補貼4700元、媽媽的老人津貼、哥哥每月資助6千元，收支勉強。

林男靠著賣彩券與修手錶維生，為中低收入戶，8月間母親病逝，看護返國，生活起居頓失照顧，靠著每週2小時的長照志工協助度日，但他體力大不如前，頸部又罹患腫瘤，自理已很勉強，擔心隨時會有意外。

林男表示，賣彩券每日收入約1百多元，加上修錶與哥哥相助，每月所得1萬多元，掏出存款仍請不起台籍看護，又不願增加政府負擔與排擠資源，才會想找外籍人士，但「官員不知道我們的57歲，可能是正常人的7、80歲」，盼望公部門重視獨居重殘者的實際需求。

林男大哥感嘆，弟弟不請看護，不知道會發生甚麼事，請了看護，經濟又有困難，「看他左右為難，實在很不捨！」

林男表示，以他現在的身體狀況，如果摔下輪椅即無法爬行，換而言之，如果身無旁人就只能等死，經部立基隆醫院評估失能情況為「日常生活需人照顧」。

醫師還特別在「病狀暨失能診斷證明書」附註，林男罹患小兒麻痺與頸椎管腫瘤，無法站立行走，乘電動輪椅，右上肢無力，獨居，需人照顧，強調林男的狀況不適合隻身在家。



勞動部 9 月回函，以四個字「條件不符」否決申請案，林男電洽程姓承辦人，對方以年紀與巴氏量表分數未達標準回應；基隆市議員呂美玲亦電詢勞動部，另名員工則回復法律規定，愛莫能助。

呂美玲指出，另名三總的醫師看了林男診斷書之醫囑，認為「日常生活需人照顧」即為「需全日照護」，不解勞動部為何解讀成條件不符，因此呼籲官員可實地訪查林男，看看真實情況再做決定，畢竟「法令是死的，但人是活的」。

勞動部技正梁小姐坦言，診斷書上的「照護需求評估」雖有 6 項，但法規設計只有前 4 項，林男被勾選在第 5 項，等同被排除在條件外，若改以身心障礙手冊申請，小兒麻痺肢障也不合規定，因此建議他再去做一次巴氏量表評估，低於 35 分即可再次遞件申請。

不能沒有你 90 歲雇主把阿伍當女兒

「很擔心如果沒有她，不知道該怎麼辦？」越南籍的斐氏伍照顧 94 歲高齡的阿公已 10 多年，阿公的妻子黃玉女，把她視為自己的女兒；同為越南籍的阿端，為罹患小腦萎縮症的阿嬤把屎把尿，也有 12 年，阿嬤的丈夫林協志感動地說，這樣的外勞，找不到第 2 個。

「希望她永遠留在我身邊」，90 歲的雇主黃玉女輕摟著越南籍外勞阿伍，直說要認她當乾女兒，黃阿嬤說，丈夫摔斷腿後不良於行，子女不在身邊，自己年紀也大了，多虧阿伍這 10 幾年來，幫忙照顧生活起起居，半夜老人家稍有咳嗽聲，阿伍就起來倒開水，最擔心的是阿伍要回越南。

「阿端能幫我照顧太太幾年，太太就能多活幾年」，另一位越南籍的阿端，照顧小腦萎縮的阿嬤已 12 年，74 歲的雇主林協志說，阿端每天為太太把屎把尿，做事認真負責，跟雇主家庭相處融洽，實在找不到第 2 個了。

「感謝有你」，議長饒慶鈴昨天也到場感謝外勞對台東的貢獻；社會處長曹劍秋表示，此次獲獎之優秀外籍勞工共有 30 名，每個人的背後，都有著來台工作的酸甜苦辣及令人動容之故事，他說，表揚活動已中斷 4 年前，以後每年都會舉辦。

（中國時報）

用戶口碑

雇主林先生口碑

雇主：桃園 林先生

優良外勞：印尼籍白蒂 (NUR BAITI)

雇主過去曾聘僱過其他外籍看護工，但不僅照顧成效不好，也都沒有取得阿公的信任，直到阿蒂來了之後，照護情況才大為改觀。雖然剛開始照顧阿公時，也同樣遇到阿公排斥外勞的情形，不讓阿蒂洗澡換尿片及餵食，但具備豐富照顧經驗的阿蒂，不以強迫的方式，反而用溫柔的態度耐心的跟阿公開導與勸說，最後都能說動阿公配合阿蒂，順利的完成各項清潔、餵食等日常工作。



來過台灣工作的阿蒂，不僅國語流利，台語也略通，與阿公及雇主等家人溝通無礙，即使與阿公單獨在家時，若有訪客也能應對自如，使雇主大為放心。

原本阿公的日常三餐尚能自行咀嚼，但去年中秋節時，阿蒂發現阿公吞嚥有困難，胃口開始變差，為了阿公的身體健康，家人於是聽從醫師建議改用鼻胃管灌食，阿蒂除了努力學習鼻胃管灌食的技巧，還主動與太太討論阿公的副食品，以補充阿公健康所需的營養。

雖然照顧阿公之工作已佔掉阿蒂大部分的工作時間，但阿蒂仍會抽出時間將阿公的房間打掃乾淨，並定期更換床單、被單及枕頭套，務必保持阿公房間整齊清潔，使阿公住的環境舒適，有益於阿公的病情。

為了阿公的心理健康，如果天氣允許，阿蒂一定堅持要帶阿公到外面散步，多接觸大自然，多活動肌骨，雖然曾中過風的阿公講話有障礙，但遇到街坊鄰居也都能笑容滿面的打招呼，一改過去心情鬱悶的個性。



健康資訊

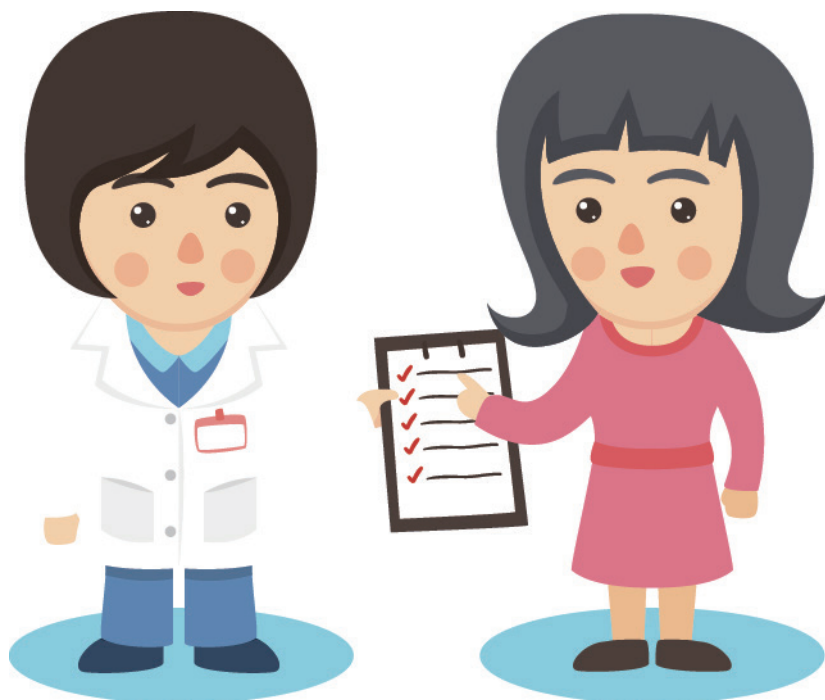
更年期與骨質疏鬆

台灣傳統女性往往照顧家庭之時，對於本身的健康問題，向來採取忽視的態度。有感於婦女對於自身預防保健概念的欠缺。所以照顧家庭的同時，更應照顧自己的健康。

一、 更年期：

女性成長的三個過程：青春期、生育期、更年期。台灣婦女約在 45~55 歲之間面臨更年期的威脅；最明顯的改變是月經變得開始不規則，許多人會抱怨傍晚後會有面部潮紅、盜汗、失眠、情緒不穩定、腰酸背痛的現象。更年期的症狀可能幾個月，也可能持續三至五年。當然，也可藉由臨床症狀及抽血檢驗女性荷爾蒙來診斷。

相信不少人聽聞過荷爾蒙補充療法的好處，但過去的一、二十年來，不斷有研究報告指出，使用荷爾蒙替代療法的婦女，其罹患卵巢癌、子宮內膜癌、肺癌，以及乳癌的機率會明顯增加。使得婦女猶豫不決。但如果不選擇荷爾蒙補充療法，**建議可使用植物性荷爾蒙補充**，像豆漿、豆奶、豆腐等來自黃豆（大豆）的各種保健食品，其中所含的異黃酮就是植物性荷爾蒙中的一種。因為不屬於類固醇類，卻可發揮部分類似女性荷爾蒙的作用，但卻也未必適合每位婦女的更年期症狀。因此權衡利弊，應請婦產科醫師個別評估是否有補充荷爾蒙的必要。



而更年期症狀也可靠日常保健，來改善或延後產生症狀。例如

1. **有規律地曬太陽**：皮膚在陽光下會自然產生維生素D，它可降低很多疾病的發病風險，整體提高免疫力。
2. **在大自然中漫步**：在荷爾蒙平衡方面，應多做輕鬆的運動，在林木之間、在自然美景中徜徉，不僅會使人心神寧靜，也有利於荷爾蒙調節。
3. **限制咖啡因攝入**：據《美國臨床營養學》（American Journal of Clinical Nutrition）雜誌發表的論文，如果你發現一天中自己必須喝好幾杯咖啡因飲料，你的雌激素水平很可能會受到傷害。
4. **保證高質量睡眠**：充足的睡眠不僅可以增加體能、降低某些疾病的風險，對調節荷爾蒙也起著關鍵作用。
5. **設法紓解壓力**：壓力對身體健康有傷害，而最大的問題就是它會干擾天然的荷爾蒙週期。
6. **多攝入 Omega-3 脂肪酸**：它們是讓荷爾蒙更好運作的必需脂肪酸。如亞麻籽、核桃、沙丁魚、鮭魚…等。



二、骨質疏鬆：

骨骼的成長是持續的，但卻隨年齡增加而愈疏鬆。所謂「骨質疏鬆症」是指骨頭裡的鈣質逐漸流失，使得骨頭內部變得單薄，形成許多空隙，造成中空疏鬆的現象。而骨質疏鬆之後無法承受較大的外力，因此容易發生骨折。

尤其女性進入更年期後，因雌激素急速的減少，會加速骨質的流失，使女性骨質疏鬆症的發生率比男性高。世界衛生組織更提出警告：「骨質疏鬆症，是僅次於心血管疾病，造成健康問題的第二大疾病！」，所以預防骨質疏鬆症存骨本應該要從年輕就開始。在飲食上，30歲以下的民眾要注意充分的鈣質及維他命D攝取；50歲左右開始，就要定期測量骨質密度。





東方人由於飲食習慣和體質的關係，較少飲用牛奶和食用其他乳製品，鈣質的攝取量普遍不足，也就比西方人容易罹患骨質疏鬆症。而國人的傳統飲食，普遍鈣質含量較高不足，再加上時下年輕人流行抽菸、喝咖啡、麻辣飲食，怕曬太陽等抑制鈣質吸收的生活作息，使得女性進入更年期後，出現不同程度的骨質疏鬆。所以**建立良好骨質是你年輕時候的美好投資**。年輕時，就應有保存骨本的概念。更年期時，更應每年接受骨質密度檢查。若是不正常的偏低，可補充鈣片，或接受促進人體鈣質新陳代謝的藥物治療。

骨質疏鬆日常保健：

- 1. 飲食中多攝取高鈣飲食**。像乳製品（鮮奶、優格、起司）是飲食中最容易獲得鈣豐富來源之一，其他含豐富鈣質的食物，包括有骨的沙丁魚，綠葉的蔬菜包括椰菜花和高麗菜…等。另外蛋白質攝取量也占了均衡飲食中重要的一環，因為蛋白質攝取量不足不但會影響骨骼生長，還會導致肌肉密度與強度降低，所以亦可多攝取肉類、豆類和堅果等蛋白質含量高的食物以提供身體所需的必需胺基酸。
- 2. 適當的日曬可增加體內維生素 D 轉化**。藉此透過維生素 D 幫助人體從腸道中吸收鈣質，以避免骨鈣合成不足而導致骨鬆，同時也可預防多種慢性疾病發生機會。
- 3. 適當的運動可藉此增加骨質密度和強健肌肉**，助於改善身體的協調與平衡，降低跌倒和骨折的風險。
- 4. 保持適當體重，不吸菸及節制飲酒，避免過度飲用咖啡，避免熬夜等不健康生活形態。**



好文分享

人生，最需要的不是 很多錢，而是「陪伴」這 2 個字！

人的一生面臨了不同挑戰
也會遇到不一樣的人，
身邊陪伴我們的人接著變化，

其實每個人最需要的就是陪伴，
好好守護著身邊的人
陪伴才是最深情的告白

人生最需要的 不是很多錢，而是陪伴

兒時，有父母陪伴；
讀書時，有同學陪伴；
成人時，有情侶陪伴；
暮年時，有老伴陪伴，
離開了這一切，人生就不會圓滿。



真正的朋友都不是在你輝煌時出現的，
當你落難時，很多朋友都會人間蒸發的，

最後留下來陪伴你的，
一定是你的至友，
因為，吹盡黃沙始到金。

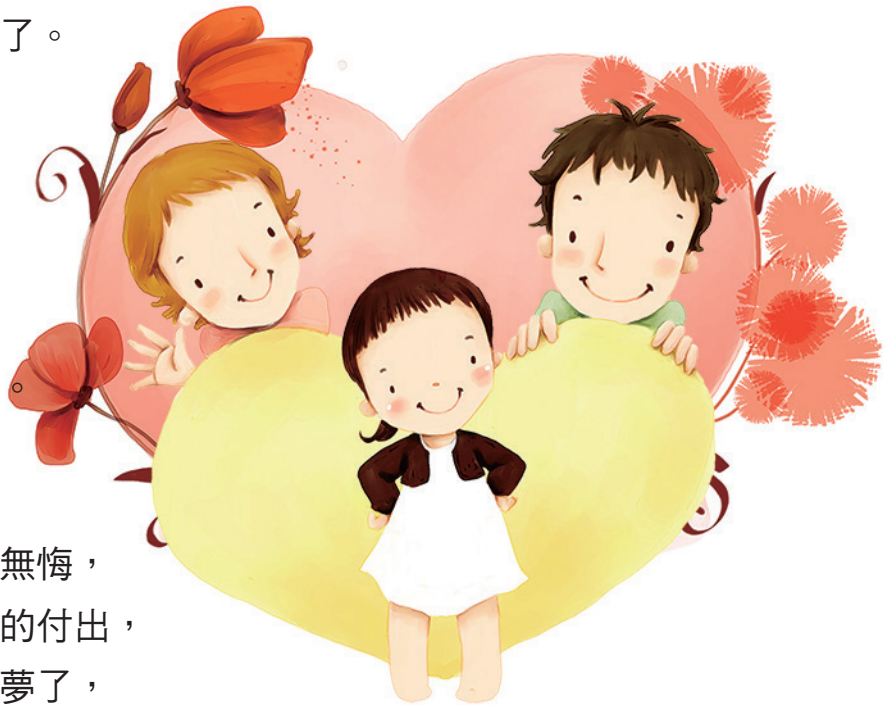


很多人注定是 只會陪伴你笑 而不會 陪伴你哭的

對友情不要奢望過高，
當你春風得意時，圍你轉的人自然就多，
若以為這都是你人緣好，那就大錯而特錯了。
很多人注定是只會陪伴你笑，而不會陪伴你哭的。
所以，一旦身邊冷清了，你也就清醒了。

當你遠行的時候，當你孤寂的時候，
就渴望親人的陪伴，

生命中，
苦難多於幸福，坎坷多於坦途，
所以就有了思念，就有了心靈的陪伴。



「陪伴」是一種 情感的付出
陪伴是一種情感的付出，所以才無怨無悔，
人活著本來就不容易，如果沒有艱辛的付出，
就別做「黃金屋」、「顏如玉」的美夢了，
陪伴並非可以索取的。

我們現在要做的就是
努力的把握當下，
好好珍惜身邊陪伴你的人。