



Best

# 倍斯特

人力仲介股份有限公司

## Best MANPOWER CO., LTD.

桃園市中壢區五族三街27號 Tel:03-4947878 Fax:03-4947676



本期重點

旅宿業移工報告  
已解密回函勞動部

引進10萬印度移工？  
外交部：循序漸進...

移民署人力荒500人  
抓8萬失聯移工

彰化和美移工宿舍  
深夜惡火...

## 封面故事

### 卸下移工的身份， 11年海外旅程後的生活

來源/One-Forty 部落格

文字/陳凱翔 攝影/Chace Lim

每一年，我都會帶著團隊夥伴到印尼，像是例行的沈澱和反思。因為身為一個在東南亞移工議題裡耕耘的非營利組織，除了關注移工們在台灣的工作與生活各面相。

更重要的是，我們需要理解他們跨國旅程的另外一段光譜，也就是走進他們的母國家庭，看看出國之前，以及回國之後的生活.....

# 旅宿業移工報告設「密件」 觀光署：已解密回函勞動部

來源/聯合新聞網

旅宿業持續缺工，盼爭取開放聘雇移工，交通部觀光署10月底已將「旅宿業開放外籍移工評估報告」送至勞動部，但傳觀光署採「密件」形式，勞動部上周發函要求「解密」，避免外界質疑黑箱作業。觀光署表示，並非外界所稱刻意要黑箱，經勞動部反映作業上有困難後，17日已經解密採限閱回函，尊重勞動部的要求。

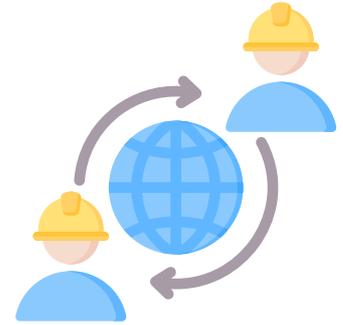
疫後國內旅宿業缺工嚴重，業者爭取開放聘用外籍移工，根據觀光署統計，當前旅宿業缺口約有8000人，其中房務及清潔約為5500人，觀光署上月底完成「旅宿業開放外籍移工評估報告」送至勞動部。勞動部長許銘春先前表示，觀光署對於專案媒合成效不佳、薪資條件不足、挑工及可能影響中高齡及二度就業婦女就業等疑慮尚未完全釐清。據了解，由於觀光署的「旅宿業開放外籍移工評估報告」採密件形式，發展署上周發函要求觀光署解密，才能供專家學者組成的工作小組充分討論。

觀光署表示，一般較敏感的會議資料不會特別公開，先前相關會議採這種操作模式都沒有問題，並非外界所稱是刻意要黑箱，經勞動部反映作業上有困難後，17日已經解密採限閱回函，專家學者等有需求者都看得到，基本上尊重勞動部的要求，並持續溝通。另也強調，政府一體不會各講各的，都是為旅宿業者反映需求，預計這個月底或下月初開會，仍等勞動部通知。



# 引進10萬名印度移工？ 外交部：循序漸進樂觀其成

來源/中時新聞網



政府擬開放10萬名印度移工來台，引發民眾恐慌，傳出12月3日將上凱道遊行反對新增印度為移工國家。外交部今天表示，台印在完成《勞務合作備忘錄》的簽署後，會採取循序漸進的方式審慎規畫開放印度移工，不會立即就引進10萬名，印度人民也非常勤奮和善，外交部對於引進印度移工樂觀其成。

台灣勞動力嚴重短缺，勞動部長許銘春日前證實，將引進印度移工，最快年底前就會與印度簽署備忘錄（MOU），以新增移工來源國。由於外媒報導，人數將超過10萬人，讓不少網友炸鍋，民間發起12月3日上凱道遊行，反對增加新的移工國，近期社群網站也出現不少針對印度移工歧視言論，讓不少印度在台人士感到失望。

外交部亞東太平洋司副司長陳俊吉今天在外交部例行記者會中回應，這幾年我國與印度積極加強經貿、科技、文化領域的關係，兩國在整體雙邊關係穩健提升。推動簽署有助台灣與印度雙邊合作關係的協議或了解備忘錄，我們都是樂觀其成。對於是否將引進10萬印度勞工？他說，主管機關勞動部已發布新聞稿說明，將會採取循序漸進、穩健務實的方式審慎規畫開放，不會立刻、馬上引進10萬的印度勞工，外交部也將配合勞動部的規畫，逐漸推動引進印度移工。

陳俊吉強調，台灣是個多元的民主社會國家，從民國78年開始，就開始開放移工，已經引進印尼、越南、菲律賓、泰國等國的移工，印度是個文明的古國，文化豐富多元，人民勤奮努力且相當和善。他說，印度已經跟美國、加拿大、比利時、日本等國有簽署移工協定，因此，外交部對於引進印度移工樂觀其成，也會與印度在台協會溝通，消除雙方的誤會。



## 112年9月產業及社福移工在台人數統計

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	78,760	122,489	56,055	221,539	0	3	0	478,846
	營建工程業	2,705	195	11,219	7,521	0	0	0	21,640
	農林漁牧業	9,688	1,414	476	4,751	0	0	0	16,329
	社福移工	176,041	27,928	404	27,490	0	0	0	231,863
總數		267,194	152,026	68,154	261,301	0	3	0	748,678



## 新聞快報！

### 移民署人力荒500人 抓8萬失聯移工

來源/聯合新聞網

移民署主責查緝失聯移工，但查獲人數在僅占六成，其餘多由警察查獲，專勤隊查緝時還曾被怪手搗毀公務車，狼狽報警。移民官多認為，移民署人力不足，龐大業務排擠查緝能量，且專業經驗斷層，欠缺勤務規畫及臨場應變能力。

政府二〇一二年起推動「祥安專案」，國安局統合移民署、警政署、調查局等加強查緝。移民署主政入出國及移民法，但查獲失聯移工人數在政府機關僅占六成，警政署近四成，其餘不到一成。



一名移民官說，二〇〇七年移民署成立時失聯移工兩萬多人，十六年來翻四倍變八萬多人，移民署現有兩千餘人，其中專勤隊五百多人，人力編制不足因應，例如台北、新北、桃園市專勤隊約五十人，還比不上一間大型派出所警力，但三都失聯移工數千人。

他指出，專勤隊要廿四小時值班、結婚面訪、臨時收容、外來人口查察、強制出境及驅逐出國，工作量大；移民官疲於奔命而留不住人才，八年前一百多人通過移民特考，紛轉進其他公務部門，已有五十多人離開。有移民官說，專勤隊過去隊員多從警察轉職，較有辦案能力，現在常來自特考，業務又多，辦案歷練少，警職出身者陸續退休，經驗傳承斷層，難應對突發狀況。

## 彰化和美移工宿舍深夜惡火 33人驚慌逃難有4人輕重傷

來源/聯合新聞網



彰化和美鎮彰和路2段一棟移工宿舍，今天凌晨發生火警，當時33名移工緊急逃難，消防局動用大批人、車趕往搶救，雖然只燒毀二樓一間房間，仍造成4人受傷送醫，其中一名燒燙傷較嚴重，起火原因由消防局調查中。

這棟是一家公司用來做為移工宿舍的四樓鋼筋水泥建築，五樓是加蓋，火警發生時，宿舍內共有33名移工正在休息，忽然二樓的一個房間起火，移工遭到驚嚇，紛紛逃出，有的衝到屋頂待援。

彰化縣消防局在今天零時9分接獲報案，立即出動各式消防車輛14輛、救護車5輛、消防人員46人前往搶救，零時16分到達現場，經動用雲梯車將在屋頂待援的移工救下來，不過，仍有4人受到燒燙傷、嗆傷，其中1人燒燙傷較為嚴重，火勢在零時51分撲滅。據了解，這棟移工宿舍共住了59名移工，當時有26人在工廠上班，實際宿舍內33人，火警發生後，均心有餘悸，已由公司安置。



## 早餐該怎麼吃才健康？ 營養師教你吃出健康早餐！

來源/良醫健康網

從營養的角度來看，一頓好的餐食應該包含「全穀雜糧類」(富含醣類)、「豆魚蛋肉類」或「乳品類」(富含蛋白質)，以及「蔬菜類」或「水果類」(提供纖維、蔬果植化素、維生素C等營養素)…簡單地說，就是有飯、有肉、有菜的飲食。但理想很豐滿，現實卻很骨感，對於忙碌的現代人或三餐外食者來說，想要吃得均衡營養並不容易；特別是早餐想要吃得營養均衡可謂難上加難。

### 飯肉菜都吃，營養最均衡

蔬菜是早餐最容易缺乏的食物，所以條件若許可的話，宜儘量增加蔬菜的攝取。舉例，如果你是外食者的話，速食店多半有生菜沙拉可選；便利商店除了沙拉外，還會有微波蔬菜包，或關東煮的蘿蔔、海帶、菇類等蔬菜類食物可挑選。而如果你是自己煮的話，可在食物中多加點蔬菜，例如做三明治多放點萵苣、番茄或小黃瓜，煮粥或麵時可多放些蔬菜在裏面；或弄盤沙拉，或是事先做好涼拌小菜(如涼拌小黃瓜、泡菜、牛蒡等)，吃早餐時再取適量出來搭配著吃。



## 退而求其次，適量吃水果

如果吃不到蔬菜的話，可考慮搭配水果。儘管水果和蔬菜是不同的食物，但相較於需要烹調的蔬菜，可直接食用的水果具有方便、容易執行的特點，所以在無法攝取蔬菜的情況下，搭配水果也是一個不錯的選擇。水果可提供包括纖維、蔬果植化素、維生素C等維生素和礦物質，能增加飽食感並改善澱粉類早餐營養偏低的問題。

但要留意一份水果就含有15公克的碳水化合物，故宜適量攝取。一般人每天約可攝取2~4份水果(依個人每日熱量需求而異)，常見女性及銀髮族一天大概可攝取2份水果，青壯年或男性因熱量需求較高，所以可多吃一點。

**[水果份量計算]** 柳丁大的水果一顆=1份水果；比柳丁大的水果可切成小塊放到吃飯的瓷器碗裏計算。水分較少、吃起來較甜的水果半碗為一份水果，水份較多、較不甜的水果則約1碗為一份水果；常見的香蕉(手掌長)一根大概是2份水果。

## 蛋白質食物基本要吃夠

如果你的早餐無法攝取到足量蔬果的話，那麼至少蛋白質要吃夠。蛋白質主要來自「乳品類」和「豆魚蛋肉類」，它們除富含蛋白質外，還含有脂肪，這兩個營養素均能延長食物在胃中停留的時間，增加飽食感；而且還能延緩血糖的上升，有助血糖的穩定。穩定的血糖意味著穩定的能量(=體能精力)、穩定的情緒和穩定的食慾。另外這些蛋白質食物中也含有礦物質、維生素等營養素，故也能提升我們早餐的營養價值。

**[蛋白質的份量]** 一般人依每日熱量需求的不同，一天約需攝取7~9份肉類，均勻分配在三餐的話，早餐大概是2~3份的肉類。一份肉類約兩指大小、食指厚的肉片，或一顆蛋，或半杯全脂奶。所以吃早餐時不妨檢視一下食物中「豆魚蛋肉類」食物的量是否足夠，沒有的話，可考慮加片起司、多加份肉/鮭魚、加顆蛋，或買瓶牛奶、優格來確保早餐有足量的蛋白質。

(註)每日熱量需求超過2000大卡或蛋白質需要較高者，肉類的需要量會高於9份。



## 封面故事

### 卸下移工的身份， 11年海外旅程後的生活

每一年，我都會帶著的團隊夥伴到印尼，像是例行的沈澱和反思。因為身為一個在東南亞移工議題裡耕耘的非營利組織，除了關注移工們在台灣的工作與生活各面相。

更重要的是，我們需要理解他們跨國旅程的另外一段光譜，也就是走進他們的母國家庭，看看出國之前，以及回國之後的生活。

兩年多以來，我很幸運的走進了許多移工們的重要人生歷程，像是結婚、生小孩、畢業典禮、創業開店。在這其中，有一個人的故事常常被我想起，不是因為什麼特殊遭遇，或是美好結局，但卻總是成為我在外面分享時，第一個提到的故事，她是我的印尼朋友 Liena。

### 11 年的海外旅途，總算回了家

來自印尼西爪哇的鄉村 Indramayu，Liena 的青春歲月跨越了大半個地球。曾到杜拜工作兩年，再到台灣工作了九年，現在的Liena回到印尼，完成了結婚大事，搬到了老公的家，落腳在東雅加達的郊區裡，重新開始了她的另一段生活。還記得半年前和Liena碰面，是她剛從台灣回國，在西爪哇 Indramayu 的新房子裡，興奮的說著即將結婚的事，那棟房子是她在台灣辛苦存錢幫媽媽買的，我們一行人坐在客廳裡，感受到苦盡甘來的喜悅。



半年後，我們再次啟程，來到雅加達，走進 Liena 的婚後世界。

「好久不見！」一聲中文的打招呼從遠方摩托車上傳來，清脆又熟悉。Liena 坐在後座，騎著機車的是新婚半年的老公 Yam，還有兩個小孩夾在他們之間，我嚇了一跳，隔了半年怎麼突然生出兩個小孩？Liena 趕緊解釋，是老公姐姐的小孩，住在隔壁總喜歡黏著她。

跟著 Liena 的腳步，走進一個適合被寫成小說的社區，巷子非常窄，一戶一戶人家貼緊彼此的生活著，路中央成了社區公用的現成陽台，大叔搬張躺椅在路上乘涼，小孩在玩風箏、烤雞蛋糕的攤販前排了長長的隊伍，都在這條寬不到三公尺的巷子裡生動上演。

「我們到了，歡迎來到我的新家！」Liena 就住在眼前這間轉角口的小雜貨店裡，拐個彎進去又是幾戶人家，原來全是老公的親戚，一間是公公婆婆的、一間是表哥表嫂的、一間是姊姊的，典型的大家庭阿。

## 新婚以後，馬不停蹄的生活

問到 Liena 的新生活，她就像話匣子打開了停不下來，「你知道嗎，我現在每天都好忙好累阿，因為老公的家是在賣薑黃飯，已經賣了 20 年了，附近的人全部都知道這裡。我每天五點半就起床，公公婆婆凌晨要做二十幾公斤的飯菜。我負責幫忙包飯還有賣，早上六點半就開始賣了，每天可是要賣 160 份的，一路忙到中午，睡個午覺後就幫忙顧雜貨店到晚上十點！」

聽著聽著，我覺得 Liena 現在的生活實在是不輕鬆，搞不好比在台灣工作還辛苦。「還可以啦，每天都這樣就習慣了。不過有一點我比較在意，就是現在的房間很小，舊舊的老房子了，跟我幫媽媽買的新家差很多，那裡又新又很大。」Liena 偷偷跟我們說這是她最常跟老公抱怨的事，很想要趕快努力賺錢把房子重新裝潢。



不過我最好奇的，其實是 Liena 和老公相處的新婚生活，因為之前 Liena 跟我分享，她從台灣回印尼後，媽媽幫忙安排相親，只和現在的老公見一次面後就訂婚了，我總覺得不可思議，所以趕緊試探的問問她和老公的相處如何。

「很好阿，我的老公很愛我，現在我們兩個做什麼事都一起，像是吃飯一起用一個大盤子，有時候在外面吃飯我們也會互相餵對方。當然也有小吵架阿，像是隔壁親戚會把衣服丟到我們家的洗衣機洗，我還要幫她們收衣服，我就會跟老公抱怨，但他很愛面子，都不好意思去跟親戚說！」

## 開一家衣服店，或是當幼稚園老師

「其實我心裡還想要再出國，因為現在我們貸款買了車，每個月要還車子的錢，也想要快點裝潢房子，過得舒服一點。但是又覺得，想要趕快生個小孩，陪伴孩子長大，而且剛和老公結婚，也還在學習在這個大家庭裡相處，所以目前還是會繼續待在這，跟著老公一起努力。」

我一直都記得，Liena 和我說過自己心中的夢想，是當一個幼稚園老師，喜歡和小朋友互動，她也想要有一天能開衣服店，因為自己對剪裁和搭配衣服很有熱情。而現在的生活，似乎距離夢想還有一段距離，而且要考慮的，不只是自己，也多了老公和大家庭的關係與和諧。

這又更讓我確定，移工的跨國旅程，不僅僅在完成工作搭上飛機回家那一刻，就此結束。遙遠的那一頭，有新的挑戰，新的困難，新的生活需要再融入，對每個人來說，都不是件簡單的事。

來源/One-Forty 部落格

文字/陳凱翔 攝影/Chace Lim

