



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

防止學工變移工 教部 NISA 專線可外語求助

〔記者吳柏軒／台北報導〕為了考量來台境外學生不精通中文，恐難求助，教育部建置「NISA」專線，提供英文、印尼及越南語服務，可協助回答，接受陳情及檢舉，避免外籍生遭遇廠商不合理待遇，防範扣居留證及護照等不法情事，維護學生權益。

教育部表示，因為境外學生來台初期，恐不熟悉中文，遭遇到困難時求助不易，因此透過「大專校院境外學生輔導人員支援體系計畫辦公室」（NISA）建置專線，目前提供中文、英文、印尼及越南語服務，外籍生可撥打0800-789-007，協助接受學生問題、建議及陳情、檢舉等。

除專線外，該辦公室也提供信箱接受陳情

教育部指出，如今年6月中旬，就有學生透過專線投訴，有外籍生課餘時間校外工讀，遭廠商強制超時工作，還扣留居留證及護照等，立即展開調查，並責陳學校妥善維護外籍生權益，更把情形轉給勞政主管機關，調查有無人口販運問題。

教育部呼籲，大專校院應善盡責任維護學生權益，遵循相關學生工讀法規，違法學校將扣獎補助款、停止境外招生、列專案輔導學校等，而聘僱外籍生的廠商也不能違反個人意願，若有勞動糾紛及違反人權情事，也將轉請相關單位調查，盼透過專線電話及信箱平台，避免語言隔閡，維護學生權益。

違法外勞仲介要注意！移民署修法重懲違法收容業者雇主

記者張君豪／台北報導

昨天30日、雙北市就業服務商業同業公會理事長官文傑透過媒體投書指出，移民署查緝非法移工，現行制度未把非法仲介列入，移民署對於此見解深表認同，並於今日晚間說明回應表明將修法祭出嚴懲防堵。

移民署表示、自2012年下半年開始即推動專案查處工作，查處對象除失聯移工外，非法雇主、仲介也是重點目標，迄今已查緝非法雇主1萬3,140人、非法仲介2,408人。為整體降低外來人口逾期滯台人數，移民署更採寬嚴並濟手段，除強力執法外，今年初也以柔性措施推動為期6個月的「擴大自行到案專案」。

目前移民署仍推動修改入出國及移民法，加重「外來人口逾期」及增訂「容留、媒介外國人來台從事與許可目的不符之不法活動」等相關罰則，相關作業已進入法制程序。

移民署執行自行到案專案半年期間：總計查處非法外來人口2萬5,967人、非法雇主1,023人、非法仲介192人，查處非法外來人口成效較去年同期增68%；查處非法雇主及非法仲介人數亦較去年同期分別增加59%及46%。

移民署表示，將推動「提高逾期停(居)留外來人口逾期罰鍰額度」修法增訂「容留媒介外擊移工業者」以及「容留運送藏匿或隱避逾期者」相關罰則，希望能藉此再將低非法外籍滯台移人數。移民署說：非法雇主、仲介雖屬就業服務法規範圍，修法也關係到勞政主管機關業務範圍，移民署將持續協調勞政主管機關，落實嚴罰非法雇主仲介，減少外籍移工在台失聯誘因。



農業外展移工 最快九月引進

今年（2019）5月，農委會制訂要點，展開引進農業移工的作業，由農、漁會與農業相關的合作社為雇主，提出引進移工的申請，農委會輔導處農業人力發展辦公室執行秘書蔡佩君表示，目前，農委會還在審查相關單位的提報計畫，因此農業外展移工目前尚未正式引進。

蔡佩君說，「農業外展計畫」的申請，大多是農業相關的合作社提交，農會相對較少，目前預計最快本（7）月底時才有可能審查完畢部分計畫，審查完畢後若要聘用移工，還需先申請登報招募本勞程序，其程序至少要一個半月，也就是說，農業外展移工的部分，至少最快也要9月才會引進。

至於酪農移工引進的部分，蔡佩君說，因為不用審查「計畫書」，僅需審查牧場是否符合資格，因此審查程序比較快速，目前有400家申請，已在6月底正式通過30多件，等後續廠商遞交申請給勞動部，經過相關程序後就能正式引進移工。

人力辦技正王勝平說，目前農業外展以及酪農業開放移工，皆還在試辦階段，預計各開放400名左右，總人數不會超過1,000人，農會由於其工作任務的關係，所以會比較沒有意願，申請人數相對較少。

王勝平解釋，與農業相關的合作社，有生產合作社、運銷合作社、合作農場等可能，涉及生產的合作社，往往手頭上有工班，以派遣的形式在運作，所以會有較高的意願聘用外勞。

王勝平說，目前農委會的立場傾向在一開始就「擇優辦理」，先將標準建立出來，否則試辦的情況不好，計畫也很有可能會取消。王勝平說，業者送計畫來，農委會將先確認缺工屬於何種樣態，舉例來說，若產業是因為沒有機械化才導致缺工，農委會就會輔導轉型機械化「將各種藥方都拿在手上」，盡力協助業者。

王勝平說，缺工有很多種，有些業者缺的是「便宜的工」，雇主可能是不願給太高的薪水給勞工，或是僅為降低成本，這些業者將優先被排除，將名額留給真正有需求者。他說，開放農業外展移工後，許多合作社都前來申請，但他提醒，移工外展機構要配合的責任與風險，可能遠比想像的重，要付的成本或許不比本勞低，業者需要審慎評估自身狀況是否適合。

108年6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
製造業外勞	62,945	121,765	57,604	191,794	0	1	0	434,109
營造業外勞	467	12	2,417	1,197	0	0	0	4,093
漁工	9,003	1,714	25	1,481	0	0	0	12,223
社福外勞	197,411	31,194	457	28,466	0	0	1	257,529
總數	269,826	154,685	60,503	222,938	0	1	1	707,954



新聞快報

有外籍看護不能申請日照中心 北市民眾陳情

〔記者楊心慧／台北報導〕台灣邁入高齡化社會，日照中心對長者相當重要，課程有助於增加長者的感官刺激，也能減緩失智患者病情，台北市議員戴錫欽卻收到民眾陳情，指台北市政府限制已有外籍看護的長者，不能申請公辦民營的日照中心，但看護是本國籍的就能申請。

戴錫欽表示，有民眾陳情衛福部「長期照顧給付及支付基準」只規定外籍看護工的民眾，不能再請領日照補助，並無規定不能申請公辦民營的日照中心，但北市社會局竟稱「因中央法令規定，已有外籍看護，就不能申請「公辦民營的日照中心」，他認為柯市府胡亂解釋法令，根本罔顧台北市四萬三三〇二位請外籍看護工的民眾，申請公辦民營日照中心的權益。

對此，社會局老人福利科解釋，並沒有刻意區分本國籍和外籍看護，而是台北市公辦日照收托的規定，是符合請領中央補助資格者才能申請，而申請外籍看護者，無法向中央申請照顧服務補助，因此就不符合申請資格。

戴錫欽痛批，號稱是最友善銀髮族的台北市，實在不該有「多此一舉」的規定，限縮申請者的合法權益，讓原本可依法合理分配的資源，更加不合理，他要求市府需對申請者的看護國籍規定重新檢討，應提出符合民情與民眾期待的方案。

僱用外籍人士 核實證件免受罰

在台外籍人士增多，有新移民有移工，有些僱主貪圖方便或為省錢，一時不查未確實查核證件而僱用，非法聘僱違反就業服務法規定，查獲後除得付出高額罰鍰，五年內再犯者將處三年以下有期徒刑，勞工局長王鑫基提醒民眾及事業單位，切勿圖方便因小失大。

依就業服務法規定，外國人與設有戶籍的國民結婚且獲准居留者，不須申請許可即可在臺工作，因此許多非法移工常假冒新住民或以他人證件影本應徵工作，臺南即曾出現女性外籍人士向店家謊稱老公為台灣人，僅以與老公及兒子合照作為證明，僱主一時不查僱用，被警局查獲為逃逸移工，雖然僱主喊冤，但仍因未經許可容留外國人工作違反就服法規定，面臨十五萬至七十五萬元高額罰鍰。

王鑫基表示，照片並不足以證明身分，即使聲稱有先生的台灣人隨同仍有可能是逃逸移工，聘用移工一定要核實居留證與戶籍謄本正本，或身份證正本連同戶籍資料，方足以證明其身分，也提醒需拍照保全查證過程。

勞工局勞動條件科長蕭惠文提醒，如覺得該外國人證件有問題，可向內政部入出國及移民署各地服務站查詢，千萬不要不好意思或怕麻煩，否則恐因違法法令遭裁罰，屆時麻煩更大，如對法令有疑義，可向勞工局外籍勞工諮詢服務中心查詢。



新南向有成效 白領外勞增至3.3萬人

歷經多年人才外流慘況，攬才終於小見成效。來台工作的白領外勞近十餘年都在 2.6 萬、2.7 萬人徘徊，近幾年終於明顯增加，2015 年首次突破 3 萬人，今年截至 5 月總數更達 3.3 萬人，數年間增加近 5000 餘人，是十餘年來最明顯增幅。其中新南向國家如印度、馬來西亞、越南等國人數增最多，應與政府擴大新南向政策相關。

我國白領外籍專業人士原本由各目的事業主管機關負責，直到 2004 年 1 月 15 日起，才由勞動部（當時為勞委會）全面負責，採取單一窗口機制。不過自此白領外勞人數一直只有 2.5 萬人，其後略有增減，但始終徘徊 2.6 萬人、2.7 萬人。

歷經多年人才外流慘況，攬才終於小見成效。來台工作的白領外勞近十餘年都在 2.6 萬、2.7 萬人徘徊，近幾年終於明顯增加。

諷刺的是，藍領外籍勞工每年卻快速成長，近十年甚至以每 2 到 3 年就增加 10 萬人速度飆升，但外籍專業人士（白領外勞）卻隨著產業外移，經濟走弱而呈現停滯不前，更因不少國人選擇遠赴海外工作，形成人才只出不進的逆成長現象，各界近年疾呼政府應大力留才、攬才。

馬政府時代末期意識人才只出不進問題嚴重，蔡政府上台提出新南向政策，鼓吹國人赴東南亞國家設廠，加速經貿往來，大專院校積極對東南亞國家招生。數據顯示，原本靜止不動的白領外勞人數出現變化，自 2014 年至今，逐年往上攀升，2015 年率先突破 3 萬人，隔年挺進 3.1 萬人，到去年增至 3.2 萬人，今年更突破 3.3 萬人。

由於外籍教師去年 2 月起回歸教育部統計，勞動部統計資料顯示，今年 5 月不含大專院校外籍學校教師，白領外勞最新統計人數為 3 萬 671 人，若將去年 1 月外籍學校教師人員 2394 人納入，白領外勞總數為 3 萬 3062 人。

白領外勞人數增加最顯著的前幾名都是新南向國家，四年來增加最多的是馬來西亞，去年在台白領外勞有 3627 人，較四年前增加 1782 人；其次是印度籍增加 631 人，香港地區也增加 614 人。其他如越南籍增加 496 人、印尼籍 401 人、菲律賓籍 312 人等，都是白領外勞近年人數明顯增加的原因。



健康資訊

多喝水確保健康？日本專家：這樣喝水方式反而會傷腎

「每天請喝一～二公升的水，可以確保健康」，很多場所都會宣導多喝水的重要。但應該有不少人擔心，喝這麼多水真的沒問題嗎？

日文有句話叫「身土不二」，意思是土地和身體是無法分開的。換句話說，就是因為吃了土地生長的食物，人們才擁有健康的身體。

大家是否覺得在酷熱地區生活的人，和生長於寒帶地方的人，性格上有些許的差異？同樣的，食材的性質也會因地區而有不同。例如，咖啡豆源自於非洲或南美洲等炎熱的南方國家。居住在溫帶及寒帶地區的日本人，應該避免一天喝上好幾杯。這是因為咖啡因會刺激交感神經，愛喝咖啡的人，請盡量在白天或中午飲用，代謝也會變好。

夜晚是交感神經發揮作用，好讓身體休息的時間。晚上喝咖啡，交感神經就會興奮、害得你睡不著覺，身體無法充分休息。另外，睡前若攝取太多水分，代謝就會停滯，身體也跟著變冷。同樣的，晚上如果吃太多水果，也會使身體變冷，所以最好是在早上或中午攝取。



體內囤積過多水分，就會形成「水毒」

漢方醫學中把水分無法在體內順暢循環，導致多餘水分囤積的現象稱為「水毒」。據說水毒是造成水腫、腹瀉、頭痛、站立暈眩、頭暈、咳嗽等各種疾病的主要原因。

多喝水本身沒有問題，但如果一口氣攝取大量水分，反而會強迫腎臟運作，進而產生疲憊感。因為腎臟是很怕冷的器官。大家不妨照照鏡子，檢查舌頭是否有下列狀態：

●水毒檢驗舌頭的邊緣呈鋸齒狀

舌頭上有白色舌苔

喝冷飲時，建議先含在口中，再慢慢嚥下。過去沒有電車，也沒有自動販賣機的時代，人們總會在翻越山頂後，在山上的茶店喝上一杯溫熱的茶，頓時感到通體舒暢。這是因為綠茶含有咖啡因，具有提神和利尿的效果。但綠茶也很容易刺激腸胃，如果連續喝上好幾杯，其利尿效果會讓腎臟被迫不斷運作，腎臟一旦疲累，身體就容易變得虛冷。

綠茶、焙茶、番茶的茶葉，都是取自同樣的茶樹。三者之間的差異在於加工的方式。綠茶取自經太陽光自然晒乾的茶葉和莖，加熱乾燥後，依烘焙的程度製作出不同的味道。焙茶的茶葉則經過大火熱炒，香氣較為強烈。秋天至冬天期間摘採的番茶，咖啡因的含量較少。此外，發酵三年的三年番茶或焙茶因為經過加熱，溫暖身體的作用比綠茶來得顯著。

夏天適合喝麥茶，富含維生素 B1 有助恢復疲勞

即使是炎熱的夏天，建議還是喝常溫的水或飲品，可以滋潤細胞。若真的想喝有味道的飲料，建議飲用麥茶，可補充維生素 B1，有助恢復疲勞。另外，如果因為流汗而攝取過多運動飲料，則很有可能造成身體糖化。最近，市面上有很多添加各種風味的「調味礦泉水」，幾乎每款的含糖量都過高，建議斟酌飲用。都補充水分，才能有效避免脫水或中暑，記得喝水要喝溫開水（15 - 21°C），水要每 15 - 30 分鐘就補充，渴才喝水會無法補充 0 - 35 % 的水分流失。





好文分享

有時候放下，未必是寬容、原諒… 而是真的沒空理你！ 4 萬粉絲作家郝慧川：「快倒掉無用的心靈雞湯！」

作者：郝慧川

一個編輯朋友說，她在製作美妝品開箱影片時，有位網友留言說她皮膚好黑，讓她有點受傷，但又覺得自己是否太玻璃心？

我跟她說：「妳應該對那位網友說『你的心才黑！』」

我接受他上輩子是頭豬 但不接受他的惡意傷害

我在想，市面上的心靈雞湯教主或宗教大師若碰到這個狀況，會告訴我們什麼？—

「別跟他計較，他不知道自己在說什麼」

「別人之所以會批評我，一定是我不夠好」

「我們要包容別人的惡言惡語」

「被這樣的言語影響是自己的內心不夠強大」

「他上輩子是頭豬，你是屠夫，因為種下惡緣，所以他這輩子要來傷害你」

ok！我接受他上輩子是頭豬，但我不接受他的傷害。

Excuse me？

我只是一名喝水會撒尿、吃飯會大號的凡夫俗子，

無法用寬容的態度看待他人的惡意，

畢竟我也沒壞了他人的祖墳風水，也和大家一樣吃奶奶嚼爛的食物長大，
為什麼我要包容你的沒禮貌？

這根本是加了瀉藥的雞湯，喝了對身體不健康，還會烙賽。

遇到壞人提升經驗值

但不用硬要原諒



我只能說，作者若不是孔子轉世，就是沒被劈腿過的人生勝利組。

我同意碰到壞人一定可以教會你一些事，讓你的人生經驗值升等，
但一味正面的要你原諒和遺忘就大可不必了，如果不能在有力氣時用力的生氣，
套一句電影《喜歡你》裡顧勝男的台詞：「枉為人！」
而很多時候的原諒，是因為時間久了，沒力氣再恨或憤怒，
並不是因為發自內心的原諒—因為我不是原諒系的。

要會反擊 是他先沒禮貌的！

所以，當別人說你黑、說你醜，無須因為想反擊
而覺得自己玻璃心或沒氣度，因為是他先沒禮貌的吧？
被劈腿了，就每天詛咒他出門扭到腳又何妨？
討厭或恨一個人是很痛快的事，當下就該好好享受，要恨，就深深的恨。
不過，負面情緒就像油炸食物，吃多輕則上火、重則發胖，
所以恨要恨得有節制、有期限。

『人生路很長 學會放下是放過自己』

人人都有扮演悲劇英雄或反派的渴望，享受夠了，最後還是要放下。
但別誤會，並不是因為時間讓你成熟，
或是在宇宙面前我們只是渺小的分子組成，
對紅塵所有俗事都要用更寬廣的胸襟去看待，
並且去包容別人的惡意，沒那回事！

路還很長，接下來只會有更多鳥事爛人等著你。
很多時候你只有自己一個人和一顆玻璃心面對這些烏煙瘴氣，

**事情過了不去想、不去恨，並不是因為寬容，
而是因為一真的沒空。**