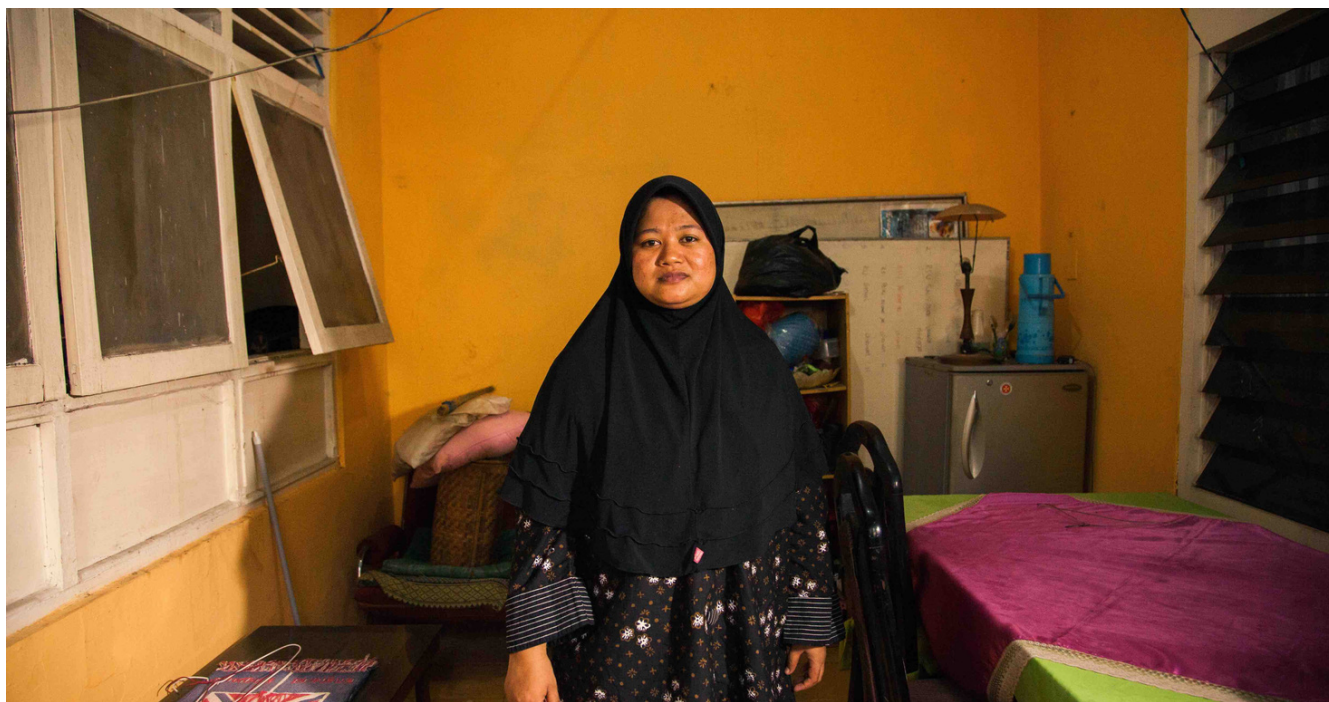




倍斯特人力仲介股份有限公司
Best MANPOWER CO., LTD.

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



本期重點

指揮中心宣布
口罩規定放寬

縮短移工失聯
遞補等待期！

移工躲民宅捲菸
警破獲地下製菸廠

打詐國際化！
強化移工識詐

封面故事

Karyati：我在阿拉伯工作，每天睡四個小時，摺一座山的衣服

來源/One-Forty 部落格

文字/曾翔霆 攝影/Kenny Mori

依著成堆衣衫形成的衣山，含著異地煎熬思念的淚水，我看見一位堅強的女性，名字是 Karyati。就在攝影師為她拍照的同時，我靜直直地站著，臉頰輕側，從後方靜靜地望著她的黑色頭巾。像要望穿什麼似地，就這樣盯著，然後試圖跌進剛剛的對話。那時的室內沒有風，所有的熱氣彷彿都聚集那裡，足以把人蒸發。

在接近赤道的南緯6度，眼前的 Karyati 泰然處之，畢竟這裡是她的故鄉。除此之外，上一段的離家遠航，也是使她適應炎熱的一次磨練。

指揮中心宣布 口罩規定放寬規劃

中央流行疫情指揮中心7日表示，COVID-19國內外疫情逐漸趨緩，清明連假後疫情持續穩定、醫療量能充足，且目前未發現具威脅性之新型變異株；另考量目前國際鬆綁方向一致，絕大多數國家/地區(如新加坡、日本、韓國等)已不再強制公共運輸戴口罩，改為建議戴口罩。經綜合評估與跨部會溝通研議後，自4月17日實施以下公共運輸戴口罩放寬之通案性規定，相關說明如下：

一、於以下指定場所之室內空間須按**規定**全程戴口罩，包括：

- 醫療照護機構：

醫療、醫事、老人福利、長期照顧服務、榮譽國民之家、兒童及少年服務、身心障礙福利機構。

- 救護車。

得於上列指定場所不戴口罩之例外情形：飲食、拍照、不適合或無法戴口罩之檢查、治療或活動。

二、下列特殊情境**建議**要戴口罩：

- 有發燒或呼吸道症狀。
- 年長者或免疫低下者外出時。
- 人潮聚集且無法保持適當距離或通風不良之場合。
- 與年長者或免疫低下者密切接觸時。
- 搭乘公共運輸交通工具及特定運具時。

(復康巴士、校車、幼兒園專用車、校園接駁車)



三、其餘室內場所、室內空間，由民眾自主決定戴口罩。

四、上述放寬措施為通案性規定，相關細節得另依主管機關規定辦理。

指揮中心強調，將持續運用確診(併發症)通報趨勢、醫療資源使用情形、口服抗病毒藥物開立數、住宿式機構陽性率及變異株監測等多元指標掌握疫情變化。也提醒民眾仍應持續落實肥皂勤洗手、咳嗽禮節等個人衛生好習慣，保護自己也保護他人，共同維護國內社區安全。並籲請尚未完整接種COVID-19疫苗的民眾，儘速完成接種，保護自身及親友健康。

立法院三讀通過修正就服法 大幅縮短移工失聯遞補等待期

來源/勞動部勞動力發展署

立法院4/21日三讀通過就業服務法第58條修正規定，未來雇主遇有移工行蹤不明時，產業雇主遞補新移工的等待期由6個月縮短為3個月；家庭看護移工的雇主遞補等待期由3個月縮短為1個月。另家庭看護移工與雇主合意轉換新雇主或工作，經勞動部廢止聘僱許可逾1個月未由新雇主接續聘僱，雇主也可直接申請遞補。

勞動部表示，近年人口結構快速變遷，每年工作人口減少18萬人，且國人就業觀念及習慣均已改變，移工一旦行蹤不明，人力未能及時遞補，將影響產業缺工及家庭照顧需求。因此，經立法院多位委員提案修法並經三讀通過，大幅縮短失聯移工遞補等待期，以回應產業及家庭人力需求。



為協助產業移工失聯後遞補等待期間的人力需求，勞動部將提供雇主客製化媒合服務，積極運用僱用獎助及就業獎勵等多項就業促進措施，服務雇主3個月內遞補等待期的人力需求；而家庭看護移工雇主，在1個月內遞補等待期內，勞動部將加強宣導使用長照2.0服務資源，被看護者如經縣市長期照顧管理中心評估為長照需要第2級以上者，均可申請長期照顧及喘息服務。

勞動部說明，就業服務法第58條未來修正生效後，符合遞補資格條件的雇主，可在規定等待期間過後立即申請遞補，勞動部將配合明定申請遞補新移工的程序規定，特別是外籍家庭看護工失聯逾1個月，或是雇主與家庭看護移工雙方合意轉換經廢止聘僱許可逾1個月，兩種情形皆可申請遞補新移工，盡速補足所需人力缺口。

立法院三讀通過修正就業服務法第58條 縮短移工失聯遞補等待期

未來法律生效後

家庭看護移工

行蹤不明
等待期

3個月

→ 1個月

合意轉換

經廢止聘僱許可逾1個月，
未有新雇主承接

1個月

產業移工及其他移工

行蹤不明
等待期

6個月

→ 3個月

雇主可遞補新移工，由國內承接或國外引進

如有相關問題可致電1955專線

112/04/21

勞動部
Ministry of Labor

勞動部勞動力發展署
WORKFORCE DEVELOPMENT AGENCY, MINISTRY OF LABOR



112年2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	75,090	124,950	57,992	216,904	0	3	0	474,939
	營建工程業	1695	104	9,206	6,130	0	0	0	17,135
	農林漁牧業	8,847	1,448	288	3,503	0	0	0	14,086
	社福移工	168,368	28,590	457	27,229	0	0	0	224,644
總數		254,000	155,092	67,943	253,766	0	3	0	730,804



新聞快報！

失聯移工躲民宅捲菸， 警破獲地下製菸廠

來源/內政部移民署全球資訊網

移民署南區事務大隊嘉義縣專勤隊及南投縣政府警察局刑事警察大隊共同接獲線報，指稱彰化縣員林市及彰化市2處民宅疑似為地下製菸廠，且聘僱失聯移工從事捲菸非法工作；經偵查人員深入追查，成立專案小組並報請彰化地檢署檢察官指揮，於近日執行搜索，拘提及逮捕私菸集團成員5名，其中2名為越南籍失聯移工，並查扣劣質捲菸成品及半成品共15萬2,224支，估算可製成7,611包私菸，市值達新臺幣64萬6,935元，全案將依違反菸酒管理法等罪嫌移送偵辦。



無良集團製作劣質菸品牟利， 聘用失聯移工非法工作

專案小組追查，以林姓主嫌為首的私菸集團，罔顧國人身體健康，且規避菸捐及健康捐，招聘及指派失聯移工從事捲菸、包裝、搬運等工作，違法製造未經政府檢驗的劣質菸品販售牟利。

經專案小組連日蒐證，研判時機成熟，由彰化地檢署指揮，會同移民署南區事務大隊科技偵查隊、嘉義市專勤隊、臺南市專勤隊、彰化縣政府警察局員林分局、嘉義縣警察局、調查局嘉義縣調查站、彰化縣政府財政處菸酒管理科等單位執行搜索，拘提主嫌及逮捕越南籍失聯移工等集團成員，並查扣劣質捲菸成品、半成品、捲菸紙、捲菸器材、黏膠板、封膜機等證物，全案將移送彰化地檢署偵辦。



杜絕私菸及非法聘僱， 呼籲民眾踴躍檢舉

專案小組表示，地下製菸廠規避各項稅捐，且未經政府檢驗，所含焦油及尼古丁等有害化學物質含量容易超標，嚴重危害人民身體健康；並呼籲民眾切勿貪圖小利，鋌而走險僱用來路不明的外來人口非法工作，違反就業服務法不僅可處15萬元以上75萬元以下罰鍰，5年內再犯更涉及刑事責任，最重將面臨3年以下有期徒刑、拘役或科或併科新臺幣120萬元以下罰金，請民眾共同杜絕私菸及非法聘僱，若發現不法請向檢警及移民機關檢舉。



打詐國際化！斗南警方 深入企業強化移工識詐

來源/蕃薯藤新聞網

斗南警分局日前由分局長溫基興率領預防犯罪團，前往大埤鄉良作工場分別對外籍及本國籍的員工進行反詐騙、反毒、婦幼及交通安全等預防犯罪宣導，藉此加強本國籍民眾預防被害之法律素養，並幫助外籍移工更加熟悉在台生活的相關法律常識，亦透過有獎徵答增強宣導成效，現場互動熱絡，讓所有員工均留下深刻印象。

警方指出，特別針對「阿昭署長宣導防詐系列」及「拒絕非法地下匯兌」等主題製作中文及越語版宣導單發放，讓現場本國籍員工及外籍移工都能清楚了解目前常見的各式詐騙手法，避免受害；另提醒若遇疑似詐騙情事，務必提高警覺並小心求證，可先掛斷電話直接向警察諮詢求助。另針對外籍移工最常使用的交通工具「電動自行車」，進行各項安全駕駛觀念的提醒，例如勿擅自改裝車輛、要配戴安全帽、切勿酒後駕車、疲勞駕駛、超速、闖紅燈等，搭配播放交通事故影片，分析肇因、強化記憶印象，期望減少員工們發生交通事故之機率，以維護交通安全。

分局長溫基興表示，詐騙手法層出不窮，稍有不察，即有可能成為受騙的對象，本國籍員工如遇到無論網路或電話，提及臨櫃提款、操作ATM或超商買遊戲點數等關鍵詞，請撥打165反詐騙諮詢專線或110報案電話協助查證。而外籍移工們如擔心語言不通，可撥打

「1955外籍移工24小時諮詢保護專線」尋求協助；此外提醒移工們

勿貪圖高匯率及較便宜的手續費，而使用高風險的非法地下匯兌，讓自己掉入財產損失的陷阱中。





原來走路學問這麼多！ 保護脊椎的走路四步驟

來源/良醫健康網

長庚兒科急診重症醫師吳昌騰分享，《美國醫學會期刊》（JAMA）發表最新研究指出，與每天走 4000 步相比，每天走 8000 步的死亡率降低 51%，包括心臟病和癌症導致的死亡，且每天步行 12000 步死亡率甚至降低 65%。他也提醒，凡事過猶不及，每天走 8000~12000 步就足夠了。

每天走路確實是最適合現代人的運動，也是延緩體力和肌力萎縮的關鍵之一。不過，物理治療師詹珞瑤提到，走路是極為複雜的一連串生物力學組成，由於現代人長期久坐不動，髖關節跟脊椎變得很僵硬，原本驅動我們往前的助力反而變成阻力，走路就得更費力，所以平常要多活動髖關節保持驅動力。

正確走路的四個步驟，幫助你矯正姿勢：

- 從腳跟踩到足弓，力量從大拇指跟二拇指的中間順出去。不能外八或像鴨子一樣拖著腳掌走路。
- 用大腿後側和臀部的肌肉往前帶動，產生推進力。因此，久坐族一定要伸展大腿前側，避免肌肉過度緊繃導致後側無法發力，長久下來走路就會失能。
- 微收小腹，穩定核心，讓脊椎呈現最自然的弧度。重心不要往後，才能減輕脊椎壓力，也降低下肢疲勞。
- 手臂要記得隨著走路而擺動。



「健走」更能減脂！ 專家告訴你：怎麼走路運動效率更高？

走路是全世界最受歡迎的運動，但運動強度太低，對於已經有規律運動習慣的人而言健康效益可能有限，而慢跑對關節不好或體重較重的人來說又有些門檻，這時候不妨嘗試「健走」，除了可以增強心肺功能、提升骨密度、提振精神，且進行至少 30 分鐘也能發揮減肥燃脂的效果。

正確健走姿勢的五大檢核清單：

- 眼睛直視前方
- 將背挺直、肩膀放鬆、腹部收緊
- 手臂前後大幅度揮動
- 步伐比平常略大
- 維持每分鐘 120~140 步的速度

物理治療師陳子敬表示，健走速度依每個人不同，在健走時還能夠「講話」是最好的健走速度，假使在健走時稍微講點話就氣喘吁吁，代表健走的強度太高；相反的，假使健走時還能夠唱歌，則代表強度太低。新陳代謝內分泌專科醫師蔡明劼也補充，沒有運動基礎和膝蓋退化的長者就適合以健走為入門，走到「有點喘但不會喘不過氣」、「可以講話不能唱歌」，就代表達到中等運動強度。起初可以嘗試有氧 15 分鐘、休息 5 分鐘、再運動 15 分鐘的作法，體力較能負荷。





封面故事

Karyati：我在阿拉伯工作， 每天睡四個小時，摺一座山的衣服

堅強的女人

常依著成堆衣衫形成的衣山，含著異地煎熬思念的淚水，我看見一位堅強的女性，名字是 Karyati。

就在攝影師為她拍照的同時，我靜直直地站著，臉頰輕側，從後方靜靜地望著她的黑色頭巾。像要望穿什麼似地，就這樣盯著，然後試圖跌進剛剛的對話。那時的室內沒有風，所有的熱氣彷彿都聚集那裡，足以把人蒸發。

在接近赤道的南緯6度，眼前的 Karyati 泰然處之，畢竟這裡是她的故鄉。除此之外，上一段的離家遠航，也是使她適應炎熱的一次磨練。

在 2009 年的夏天，Karyati 到阿拉伯工作，當了兩年的女傭。問起原因，她說她再也不想讓家人置身危險當中。用一種徐緩的步調，她說那時丈夫因為生意欠債，被人緊追猛打，一年之內，要還出三百萬盧比。這換算起來約是萬元台幣，可以享用幾百次的大餐，以當地的平均薪資來說，是為數不少的負擔。聽聞了海外的薪資高，再加上女性前往阿拉伯不需要仲介費用，所以七百多個日子，身為妻子的她擔起了家庭大任。雖然因為語言的關係，在溝通這些數字的時候，我總是延遲一拍、總是在翻譯講述的時候才懂她精確的表達，但是關於出發的苦衷，卻準確地合拍。



一對剛結婚的夫婦，在小孩正牙牙學語的時候要分開。「回憶當時，真的非常難過阿，所以把小孩帶回父母親住的鄉下，自己再偷偷地離開，一方面孩子能有依靠，一方面也比較好欺騙自己。」搭配著肢體語言，我感受到一位母親曾經歷的骨肉之別。而這一去，便是兩年。流失的日子可以數盡，但是累積的情感不行。咬牙苦撐的這七百多天，是她愛家人的方式。而這傳達到我心底的，是母愛的偉大。

沙漠裡成山的衣服

在一樣炎熱的阿拉伯，我試著想像她戴著黑色頭巾，然後看著她的背影隻身在空氣的浮動中走著。但其實，在阿拉伯的移工大多是禁止出門的，因為阿拉伯地區有多元的宗教，也允許當地人有許多不同的觀念，所以僱主們大都把印尼勞工關在家裡，減少資訊往來的無事生非。

這些遠方的日日，Karyati 說她都待在雇主的家中。而雖然雇主及四個孩子們十點才用餐，但被規定每天早上五點起床準備早餐，接著整理房間、整理衣物，然後準備三點的午餐，之後還是繼續整理家裡、燙衣服，一直到晚上10點，最後準備晚餐。大夥十二點才會用晚餐，所以她需要一直一直整理到凌晨一點才能睡覺。這中間的休息時間不到一小時，睡眠則不到四小時。每天要處理的衣物共有四米高，那大約是兩個門的高度。聽著這些數字的訊息，光是和翻譯一丟一接就頭腦打結了，現在回想並認真換算起來，才發覺這工作量之可觀。

「摺衣服」，於媽媽的生活中可能是件平常事，透過這簡單的動作，甚至能注入滿滿的情感。「展開、甩動、平放、對折」，看著衣服從大變小，尺寸由小變大，母親同時覺知孩子的成長。在隨時間組成的每個片段中，每一摺，都如同攝影般記下孩子每個成長時刻。「如果是自己孩子的衣服，那就更好了。」眼前，Karyati 說著剛開始工作的心情，起初每一件折疊整齊的衣服，都像在堆疊時間的流逝。



一每當這邊堆起了一座衣山，遠方的家人也就多思念了些，形成此山的歲月。「直到後來，也只好慢慢把雇主家的小孩當作自己的孩子照顧了，畢竟兩年不短，摺一摺也有些感情在的。」似乎每一位移工在外工作都會有類似的兩難，在掙扎與思念中飄浮盤旋。她親愛著雇主的車子，甚至培養了較多默契連結，這是單純的情感投射嗎？或者是茫然地思索著異地此時自己的孩子？總不曉得他們此時此刻的真正感受，然追究至底，他們應當總盼望，躲在衣山後的，是朝思暮想的笑容吧。

把沙漠的熱帶回家煮飯

愚公移山，需要屹立不搖的堅定。Karyati 能剷平阿拉伯那四米的衣山，靠的也是對家人一點一滴的愛與堅定。當初欠下的負債，也就這樣一點一滴地還清。輔回家鄉，除了與丈夫大大的擁抱，Karyati 還買了一台機車給孩子的爸，希望他能帶她出去玩。

現在擁有的這段時間對 Karyati 來說非常珍貴，不但是與家人的久別重逢，更恰好趕上了兩個孩子的成長。「我的孩子現在分別就讀國小 4 年級跟 6 年級，還是正可愛的時候。終於有時間好好陪陪他們了！」

因為在阿拉伯工作經驗的累積，燒菜、摺衣、洗米煮飯，於她都不是難事。燒著一手印尼好菜，Karyati 現在在自己家裡開了印尼小餐館，不但成本低，更可以就近照顧孩子。一到五賣傳統的印尼食物，假日則小小休息，賣一些印尼小蛋糕。這些餐點甚至時不時的會有阿拉伯限定版，運用創新抓住消費者的心。



現在她再也不用五點起床，疲勞奔波於雇主的家裡，然後與衣服為伍，剷平一座又一座四米高的山。更甚者，她獲得了自由，不需要再長時間侷限自己於雇傭的方籠。當然最幸福的還是，能夠當一個幸福的媽媽，時時陪在最掛念的孩子身邊。依著過去的經驗，這些對 Karyati 來說再簡單不過的事，融入了她的生活，她做得很開心。現在煮的飯都是家鄉味，整理的衣服更是充滿家庭的味道。「現在我工作每天都很開心！有熱忱！」舉著大拇指，Karyati 興奮地用印尼文說。而那一刻我也舉著大拇指，為她高興。

Karyati 的故事，就此走入歷史？

根據泰國曼谷郵報：2014年，印尼政府開始禁止家務勞工輸出至特定國家，這些被評判工作環境惡劣的國家有21個，大部分集中於中東地區與非洲北部。因為長久以來，中東國家在海外移工的勞動條件、薪資與工作環境上有不良紀錄。因此，印尼勞動人力部長表示：「政府基於保護國民的立場，禁止工人前往缺乏標準化勞動法規的國家工作，過去前往這些國家工作的印尼勞工，大部分面臨的惡劣環境有：性侵害、低薪與取消休假等。」印尼移工將不會再出現於沙烏地阿拉伯、埃及、科威特、突尼西亞、阿拉伯聯合大公國等 21 個國家了。據統計，僅計算 2014 年，前往海外工作的印尼工人就達 40 萬人，其中約有 10 萬人前往中東。目前，在中東合法工作的印尼工人約 63 萬人，但若將非法工作者一併計入，則人數有將近 200 萬人，其中大部分是家庭類勞工。

促使他們離鄉背井出國工作的主要原因，在於印尼當地缺乏工作機會，但是，他們必須多勇敢才能踏出那一步呢？也是在那天的訪談之後，翻譯才偷偷地說：「其實訪談的空檔，Karyati 有提到阿拉伯很危險，家事移工受到性虐待是時時可聽聞的，幸好此時此刻，她安然無恙地在這裡。」



這又讓我想起她的黑色頭巾。在色彩學中，黑，自然有其不可自明之處。而幾年前的她便這樣一口氣衝向少見天日的工作環境，甚至有可能受到身體侵害。但這背後卻只是因為很簡單的愛。揭開黑色面紗，經過了那次簡短訪談，我想此時此刻我多少看見了面紗裡的白，那正是她想保護的東西吧。純粹的白，純粹對家人的愛。Kayati 的故事像是一座偉大的歷史古蹟，其中的珍貴秘寶，是藏不住的愛。



來源/One-Forty 部落格
文字/曾翔霆 攝影/Kenny Mori