

獎助編號		教師姓名	吳素琴
所、系、中心	學務處衛生保健組	職稱	辦事員
研習名稱	健康促進管理師台中班第二期		
研習地點	亞洲大學	研習日期	98.07.19~08.02
研習心得 ※為使研習心得能讓全校同仁分享與學習，請務必以電腦繕打，並繳交電子檔※ 以理論導入健康促進 陳政友教授與胡益進教授，介紹健康促進暨衛生教育與行為科學相關理論，有理性行為論、計畫行為論、健康信念模式、跨理論模式等等，以理論導入教育我們有正確的健康知識，態度及行為方法，更能有效完成健康促進的工作。 健康促進的場域 以理論導入不同場域，聆聽各專家的實務管理的經驗，如邱弘毅院長之職場健康促進、何清松教授之社區健康促進、胡益進教授之學校健康促進、楊志良副校長之健康照護體系與健康促進、許清源教授之醫院健康促進，使我們更明瞭可以有效運用管理的技巧，讓健康促進專案在每個場域中，都能成為有效的、可延續性、可評估、可被管理的健康促進專案。 健康促進實務與運用 經由廖宏恩教授介紹如何應用傳撥工具推廣健康促進、邱弘毅院長介紹如何健康促進預防慢性病、楊清潭副總經理介紹健康管理網站資源的應用，旨為「健康促進實務應用」，讓我們明瞭進行健康促進活動時，可運用更多的應用工具與技巧，使我們在實際執行專案時，能事半功倍。 健康促進機構參訪與健康促進體驗 學會安排進行實地參訪，讓我們體驗健康促進醫院為員工的健康把關，裡頭的設施有娛樂-對戰享樂網咖區、視覺享樂 VIP 級電影院、自然享樂觀海樓、放鬆享樂 SPA 會員館、健康享樂健身俱樂部，使讓員工們在工作忙碌之餘可以放鬆身心解除疲勞，讓我了解健康環境的營造也是很重要的；再者安排自我健康促進鬆筋課程，透過林志嵩老師的解說與介紹，認識太乙鬆筋療法的理論根據有二：（一）傳統中醫基礎理論：臟 五行，氣血津液，十二經筋，十二皮部，辨証論治、（二）現代中醫理論：解剖生理學（肌群、骨骼、神經、淋巴、循環等系統），才不致流於旁門左道，獨創的手法，能快速舒解肌肉痙攣、黏連，使氣血循環暢通，神經不受牽拉卡壓，對自我的健康是很實用的課程，相信也可應用在教職員生身上。 研習報告暨綜合座談 課程不只如此，所有的課程上完後，由葉國樑教授指導，進行「分組專案研討」，在研習期間得和同組組員分別收集資料、整理文獻、分析結果後，再上台報告，本組題目為百萬小學堂聚樂步，旨在健康促進學校的實行與介紹，在其他組報告期間，相互學習他組特色，如在醫院組是如何運作健康促進社團及健康促進部落格，進行健康促進宣導。此次分組報告讓我感到健康促進是有趣的、團體分組報告的運作機制，學習資料整理與呈現、團隊合作的精神，最後由葉教授講評知道自己的報告計畫可再加強的部份，相信以後在撰寫計畫時可更加週延。			

98 年度 教育部獎助教職員校外研習心得報告

獎助編號		教師姓名	李麗月
所、系、中心	學務處衛生保健組	職稱	組員
研習名稱	健康促進管理師台中班		
研習地點	亞洲大學	研習日期	98.07.19~08.02
研習心得 ※為使研習心得能讓全校同仁分享與學習，請務必以電腦繕打，並繳交電子檔※ 管理健康首先要評估自己的健康狀況與平日生活習慣，一般大部份會想到先做健康檢查，定期健康檢查是健康管理重要步驟之一，了解目前的身體狀況，進階由健康管理師及衛教師，來協助您從飲食、運動、生活作息、情緒、不良嗜好等著手，分析您的問題藉專業個人健康管理計畫。此次活動研習時間都是六、日、共5天。課程如下： 1. 先分組編排與分組報告教學。 2. 健康促進暨衛生教育概論。 3. 健康行為科學與管理（一）理性行動論、計畫行為理論。 4. 健康行為科學與管理（二）健康信念模式—社會認知理論。 5. 醫院健康促進—整合醫學的趨勢。 6. 社區健康促進。 7. 學校健康促進。 工作內涵：學校衛生政策、健康服務、健康教育課程及活動、學校物質環境、學校社會環境、社區關係。 健康促進學校是一種多向互動的關係，因為無論是教職員工、家長或社區居民，都是生活在孩子的健康環境中，都是孩子健康環境中的一環。 8. 職場健康促進。 9. 如何健康促進預防慢性病。 10. 健康管理網站資源的應用。 11. 如何應用傳播工具推廣健康促進。 12. 健康照護體系與健康促進。 13. 鬆筋保健與健康促進。 14. 機構健康促進—彰濱秀傳紀念醫院。 15. 專題報告。 16. 綜合座談。			

獎助編號		教師姓名	陳正修
所、系、中心	總務處營繕組	職稱	技士
研習名稱	精實營建管理研習會		
研習地點	台北	研習日期	98.07.13~98.07.14

研習心得

※為使研習心得能讓全校同仁分享與學習，請務必以電腦繕打，並繳交電子檔※

精實營建是一種專案管理的新方法，其與生產力之提升不同。在尚未參加此一研習會以前，對精實營建之意，仍僅止於一種模糊之概念，更無法將其與營建管理之間做一關聯。而在參加完研習後，雖然只是短短 2 天課程，但在外籍講師（美國精實營建協會）活潑、生動及啟發式引導下，讓我對精實營建之內涵，有了更進一步的體驗。

精實營建可應用於複雜、不確定以及追求效率的專案，突破傳統營建管理中工期、成本及品質無法同時滿足的限制。其特點如下：

- （一） 以客戶價值為目標，於設計階段即將施工程序納入考量，增強正向回饋並減少不必要的重複作業。
- （二） 透過客戶價值最大化與去除浪費的過程，安排作業程序。
- （三） 所有管理與改善作業的目的就是讓專案不斷的改善，更甚於降低成本與加快作業執行速度。
- （四） 重新定義「控制」的意義，讓控制從「監視結果」提升為「讓事情發生」，促使控制與規劃成效得以測量與改進。
- （五） 作業安排時考慮作業之設計、物料供應與施工性，提升

各作業間之協調性。

在此次研習課程裡，讓我印象最深刻的，就是由講師們所安排的遊戲課程，包括 **Silent Square**、**Airplane Game**、以及 **Parade of Trades** 等，從遊戲中使學員們了解精實營建之方式與步驟，再經由討論與腦力激盪方式，使其能擴展運用於每個人目前所從事之行業上。**Silent Square**，藉由「分享」資源（即互動），進而協助同一組的每一成員，均能正確無誤且迅速的完成手中之方塊拼圖；**Airplane Game**，由製程方式之改變（由推式製程 **Push** 改為拉式製程 **Pull**），使工作平準化，並了解停止生產線更勝於將不合格品釋放給下游之真意；**Parade of Trades**，則是藉由不同出現機率之骰子，來控制產能與存量，同時亦發現減少工作之變異性，可有效提升整體生產率。

另外一個此行最大的收穫，就是 2 天的研習會全程均以英語對話，雖然仍有些專業術語或是不同講師說話之腔調、速度，以致無法完全聽懂，但尚能了解並猜出其大意，對於增進我們外語的聽寫能力，提供了不少之助益，希望日後能有機會再參加類似之研討會。

本表不敷使用請另紙繕打。

98 學年度 教育部獎助教職員校外研習心得報告

獎助編號		教師姓名	林姿儀																																						
所、系、中心	總務處事務組	職稱	組員																																						
研習名稱																																									
研習地點	台中市中港路三段 181 號	研習日期	98 年 08 月 23 日 至 98 年 09 月 26 日																																						
研習心得																																									
本次參加行政院環境保護署，委託東海大學環科與工程學系舉辦「乙級廢棄物處理、清理技術員」訓練班，自 98 年 8 月 23 日至 98 年 9 月 26 日，安排在週六日上課，98 年 10 月 23 日及 30 日參加全國統一測驗，測驗通過取得「乙級廢棄物處理、清理技術員」證照。 為期 6 週的課程非常緊湊，來參加的學員都非常年輕，大部分都不是本科系而是因工作的需要自動來進修取得證照，任課老師多為環保機關經驗豐富的長官以及大學專業教授加上東海大學 5 位熱心助教講解及指導實驗室的實作練習。 我雖然職務上沒有直接接觸到廢棄物的處理，但我們學校的師生人數已達萬人，環保局對於學校每日所產生的生活廢棄物及實驗室有害廢棄物的清理要求愈來愈高，參加本次研習訓練除了增加知識外亦期望能在總務處事務組採購方面有所助益，依廢棄物處理相關法規配合政府的政策進而達到垃圾減量、資源回收再利用，改善生活環境共創無污染的校園。 課程內容： <table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td>一、報到、會務說明</td> <td style="text-align: right;">1 小時</td> </tr> <tr> <td>二、廢棄物清理工法</td> <td style="text-align: right;">6 小時</td> </tr> <tr> <td>三、廢棄物處理實作</td> <td style="text-align: right;">6 小時</td> </tr> <tr> <td>四、一般及事業廢棄物中間處理技術</td> <td style="text-align: right;">8 小時</td> </tr> <tr> <td>五、廢棄物回收概論</td> <td style="text-align: right;">3 小時</td> </tr> <tr> <td>六、一般及事業廢棄物抽樣檢驗技術</td> <td style="text-align: right;">6 小時</td> </tr> <tr> <td>七、廢棄物輸入輸出及再利用之管理</td> <td style="text-align: right;">3 小時</td> </tr> <tr> <td>八、廢棄物處理場設施環境影響評估概論</td> <td style="text-align: right;">4 小時</td> </tr> <tr> <td>九、廢棄物清理實務</td> <td style="text-align: right;">6 小時</td> </tr> <tr> <td>十、廢棄物處理場設施環境影響評估概論—測驗</td> <td style="text-align: right;">1 小時</td> </tr> <tr> <td>十一、廢棄物貯存清理技術</td> <td style="text-align: right;">4 小時</td> </tr> <tr> <td>十二、廢棄物清理現況及展望</td> <td style="text-align: right;">2 小時</td> </tr> <tr> <td>十三、建築廢污水設施及化糞池衛生管理</td> <td style="text-align: right;">4 小時</td> </tr> <tr> <td>十四、環訓所座談</td> <td style="text-align: right;">1 小時</td> </tr> <tr> <td>十五、土壤污染防治概論</td> <td style="text-align: right;">4 小時</td> </tr> <tr> <td>十六、廢棄物清理實務—測驗</td> <td style="text-align: right;">1 小時</td> </tr> <tr> <td>十七、有害事業廢棄物處理技術概論</td> <td style="text-align: right;">8 小時</td> </tr> <tr> <td>十八、一般及事業廢棄物處最終處置技術</td> <td style="text-align: right;">8 小時</td> </tr> <tr> <td>總共合計：</td> <td style="text-align: right;">76 小時</td> </tr> </table>				一、報到、會務說明	1 小時	二、廢棄物清理工法	6 小時	三、廢棄物處理實作	6 小時	四、一般及事業廢棄物中間處理技術	8 小時	五、廢棄物回收概論	3 小時	六、一般及事業廢棄物抽樣檢驗技術	6 小時	七、廢棄物輸入輸出及再利用之管理	3 小時	八、廢棄物處理場設施環境影響評估概論	4 小時	九、廢棄物清理實務	6 小時	十、廢棄物處理場設施環境影響評估概論—測驗	1 小時	十一、廢棄物貯存清理技術	4 小時	十二、廢棄物清理現況及展望	2 小時	十三、建築廢污水設施及化糞池衛生管理	4 小時	十四、環訓所座談	1 小時	十五、土壤污染防治概論	4 小時	十六、廢棄物清理實務—測驗	1 小時	十七、有害事業廢棄物處理技術概論	8 小時	十八、一般及事業廢棄物處最終處置技術	8 小時	總共合計：	76 小時
一、報到、會務說明	1 小時																																								
二、廢棄物清理工法	6 小時																																								
三、廢棄物處理實作	6 小時																																								
四、一般及事業廢棄物中間處理技術	8 小時																																								
五、廢棄物回收概論	3 小時																																								
六、一般及事業廢棄物抽樣檢驗技術	6 小時																																								
七、廢棄物輸入輸出及再利用之管理	3 小時																																								
八、廢棄物處理場設施環境影響評估概論	4 小時																																								
九、廢棄物清理實務	6 小時																																								
十、廢棄物處理場設施環境影響評估概論—測驗	1 小時																																								
十一、廢棄物貯存清理技術	4 小時																																								
十二、廢棄物清理現況及展望	2 小時																																								
十三、建築廢污水設施及化糞池衛生管理	4 小時																																								
十四、環訓所座談	1 小時																																								
十五、土壤污染防治概論	4 小時																																								
十六、廢棄物清理實務—測驗	1 小時																																								
十七、有害事業廢棄物處理技術概論	8 小時																																								
十八、一般及事業廢棄物處最終處置技術	8 小時																																								
總共合計：	76 小時																																								

獎助編號		教師姓名	黃朝輝
所、系、中心	總務處營繕組	職稱	技佐
研習名稱	參加「公共建設工程保險實務研習會」		
研習地點	財團法人保險事業 發展中心	研習日期	98年8月25日

研習心得

※為使研習心得能讓全校同仁分享與學習，請務必以電腦繕打，並繳交電子檔※

工程保險類型以營造綜合保險(Contractor's All Risks Insurance; CAR)、安裝工程綜合保險(Erection All Risks Insurance; EAR)佔大宗，另有電子設備綜合保險、營建機具綜合保險、機械保險、鍋爐保險及目前較新型之完工土木工程保險(Civil Engineering Completed Risks Insurance; CECR)，若以投保型態分為廠商自行投保，由業主於工程合約中編列保險費用及投保條由承包商自行購買及管，及業主自辦統保兩種，目前國內少數大型公共工程由業主自辦統保，機關須有了解保險之專業人員或委託保險經紀人，另絕大多數顧問公司不懂工程保險，且工程保費採自由費率市場，機關審核時應貨比三家不吃虧。

機關審核保單時應注意事項如下：

1. 採總價結算之營繕工程，承包廠商依契約規定投保，其實際支付保險費雖低於契約所列該項目金額，機關仍應依契約所列金額支付廠商。
2. 安裝工程綜合保險及附加條款所需之保險費包含於契約詳細價目表之「承商利稅、保險及管理費」內，由承包商行估算，契約變更亦同；另完工後未能於3個月內驗收合格而加收之展延保險期間之保險費，應由可歸責之一方負擔。
3. 依保險法第55條規定，保險契約應記載保險期間及金額，保險期間（累計）之保險金額不得為無限制，因保險公司非無限公司且事故非無上限。
4. 機關辦理工程保險採購，自負額得為一定金額或每次事故損失金額之一定比例附列最高自負額或最低自負額，未定自負額除不利於機關，保險公司仍須出險。

工程保險常見弊端缺失：

1. 自負額過高：災害損失絕大部分由被保險人負擔。
2. 限縮理賠上限：賠償限額僅占總保險金額5%。
3. 不保事項未盡合理。
4. 保險期間欠完整：工程保險期間未涵蓋整個施工期間。
5. 保險合約未合理調整：契約變更加保所需費用，含於契約變更書各工作項目內，均不另行給付，顯不合理。
6. 保險客體致生疑義：營建機具綜合險與雇主意外責任險不宜由業主編列預算支應，應由承商自行負擔。
7. 業主審核保單不實：業主居主動地位，惟倘若僅一味地將風險責由營造廠承擔，非屬正確。
8. 再保市場提高保險費率：惡性循環結果，工程保險成本大增、保險效力不彰。

針對保費編列方式比較後，建議採用工程保險合併列項併入管理費及利稅，其優劣如下：

1. 已編保險項目與預算，較無爭議。
2. 有助營造廠商加強風險管理。
3. 業主不須負擔因承包商個別危險因子所額外增加的保費。
4. 廠商無法就保費預算獲取額外利益。
5. 安全紀錄良好者具競標能力。
6. 與利稅管理費合併，難反應保險費率之波動。

工程保險如委由營造商自行洽產險公司投保之工程，建議不採單獨列項之方式編列工程保險費，而是採「利稅、管理費與工程保險費」合併編列之方式較佳，可依據工程性質，調整合併列項保費編列占工程總價之比例。

9. 業主對於工程契約應明確規範工程保險之保險範圍及條件，並確實審核，以發揮最高保險效能，另機關於採購作業規範中，明訂應於開工前完成投保並備妥保單，以確保施工期間完整保障。工程保險注重保單效能，而非價廉，過低之價格及因業主欠缺保險專業知識或失察，一旦保險事故發生，始發現保險條件過苛，產險公司不負理賠責任，營造商如無力負擔損失，往往延宕工程進度。

獎助編號		教師姓名	林優宏
所、系、中心	電算中心	職稱	技士
研習名稱	ISO 27001 : 2005 資安管理系統主任稽核員證照培訓班		
研習地點	桃園	研習日期	098/08/29~30 098/09/05~06
研習心得			
※為使研習心得能讓全校同仁分享與學習，請務必以電腦繕打，並繳交電子檔※			
這次的課程因為是教育部補助四萬元的課程經費，有不少學校藉由此次難得的機會一起參加，總共大概有30位學界業界的資訊專業人員，參加的層級也都提高到電算中心主任、資管系主任，可以看的出來各校對於推動資訊安全的積極度。 課程內容針對『資訊資產的價值與評估』、『資訊安全的管理與趨勢』、『ISO 27001:2005 國際標準要求』、『資訊安全之技術規範』、『審查資訊安全的威脅及漏洞』、『資訊安全風險的管理』、『資訊安全管理方法的選擇』、『ISO 27001 資訊安全管理系統稽核及稽核小組之管理與領導』一直到『如何建立一個完整的資訊安全管理系統』，以及『資訊安全之矯正預防』與『資訊安全之持續改善』…等，並由講師結合其實務之稽核經驗，讓我們更了解到屆時推動資訊安全管理系統的要項，以及稽核過程的重點，讓我們在之後受稽核時可以更清楚了解其流程。除此之外，拿到此項證照之後，可以由稽核觀察員再參加教育部 ISMS 的稽核經驗，由稽核觀察員累積經驗至稽核員以及主任稽核員之資格。 臺北教育大學、台北醫學大學即將在11月進行驗證，課堂上常與他們交流經驗。他們的驗證範圍是機房再加上一個資訊系統，當中有提到特別是文件製作的繁瑣，因為每項資訊資產的風險是會經常在更改的，只要有更改，相關聯的SOP、程序、文件、緊急應變都會跟著改變，而衍生成另外一個版本的適用性聲明書。建議這學年資訊安全推動專案內所有參與人員必須要有資安系統的相關知識及概念，如此一來在建置過程當中，製作文件時候才可以了解為何要這樣子做，主任、組長可以確認管理的正確性，如此可以更加快速地討論與文件製作！ 國內產界學界通過資安認證的公司行號還算少數，但是政府單位已經幾乎全面通過資安認證，所以未來政府相關單位的發包工程、委外廠商，也都會要求廠商有資安認證，因此對於推動業界得資安認證有相當大的動力，未來應該會有大量需求資安認證的人才，因此此項課程也說明，拿到此項證照，可於學校內開設ISO27001內部稽核的課程，並可提供學校單位相關開設課程相關資料，讓學生可於此部分有資安的相關知識以及認證機制。 資訊安全管理系統（ISMS）並不是一套程式，而是一套系統化的管理方式，所以建置資訊安全系統，並非寫程式，而是建立組織內系統化的管理，以符合資訊安全的原則，並且持續地維運！因此從最基本的資訊資產清冊的彙整、各資訊資產的風險評估、相關風險的應變程序及相關紀錄的累積，這些都是推動資訊安全的漫長而沒有終止的過程當中所要隨時應變的，而依據ISO27001的標準，則是這過程中相當值得參考的指標與依據。			

獎助編號		教師姓名	蔡綿綜
所、系、中心	電算中心	職稱	技佐
研習名稱	ISO 27001 : 2005 資安管理系統主任稽核員證照培訓班		
研習地點	桃園	研習日期	098/08/29~30 098/09/05~06
研習心得			
※為使研習心得能讓全校同仁分享與學習，請務必以電腦繕打，並繳交電子檔※			
此次至桃園參與資安管理系統主任稽核員證照培訓班，是由教育部委託臥網資訊來承辦。臥網資訊是美國專案管理學會(PMI®)所授權之教育提供機構(Registered Education Provider; R.E.P)也是貝爾國際驗證機構(AFNOR Group)所委託的培訓單位，提供專案管理知識體系及 ISO 標準管理的完整訓練與實務操演，通過考試程培訓者，可獲得 ISO 27001:2005 資安管理系統主任稽核員證照，對學校的資訊安全評鑑程有相當大的助益。 這次參與受訓的人員，有許多學校的主官及電算中心主任，如台北醫學大學、台北教育大學....甚至有業界認證輔導的公司參與。在受訓期間，各校老師與老師就學校推行資安認證與老師有相當頻繁的討論，授課教師也非常強調，學校要順利推行資安認證，一定要取得高層的支持及全員動員，每個階層人員都需有資訊安全的瞭解並通過教育部要求每個階層每年需接受的資安訓練講習時數。 課程分兩個階段，第一、二天為 ISO 27001:2005 資安標準內容說明，針對資訊安全條文研討；第三、四天為稽核時的方式說明演練。並在最後一天下午舉行證照考試，發證機構為法國標準協會集團(AFNOR Group)。上課內容包含：資訊產業的價值與評估、資訊安全的管理與趨勢、國際標準要求、資訊安全之技術規範、審查資訊安全的威脅與漏洞、資訊安全風險的管理、資訊安全管理方法的選擇及稽核小組之管理與領導。資訊安全不僅限於網路，還包含學校資訊資產及學生資訊的管理，倘若學校無法正視資訊安全之重要性，將來可能會因此付出更大的代價。除了此次的『主任稽核員』認證課程，有一些學校已配合政府推動證照政策，將 ISO 27001 『內部稽核員』的證照融入學程中之課程規劃，讓學生於畢業後能將所學馬上應用於職場，符合技專教育改進方案中有關「實務性職能為主」的課程規劃方向。 如果學校要取得 ISO 27001 驗證，需通過驗證公司的稽核，一般而言，稽核工作分為三個部分，內部稽核由組織本身來執行，外部稽核由獨立服務組織所執行。學校欲導入 ISO 27001 資訊安全管理系統國際標準，內部必須有專人負責資訊安全的稽核、教育訓練工作，因此 ISO 27001 相關知識與管理、稽核方法更為重要。			