

恆欣人力

達欣人力

H



2022年11月版

S



基本工資112年調升 勞保局逕調投保薪資 預估逕調勞保310萬人、職保411萬人

I



12/1起移工入國健檢應於3日內完成 管制措施鬆綁 辦理時程回歸

N



12月起放寬室外免戴口罩及醫院探病條件



11/30起新購微型電動二輪車須掛牌 公告官版雇主同意書 移工領牌應檢附

目錄

新聞資訊 P.3~9

資訊分享 P.10~12



基本工資 112 年調升 勞保局逕調投保薪資

預估逕調勞保 310 萬人、職保 411 萬人

因應 112 年基本工資由每月 25,250 元調整為 26,400 元，「勞工保險投保薪資分級表」及「勞工職業災害保險投保薪資分級表」配合同步修正，並自明年 1 月 1 日起實施。勞保局將針對第 1 級投保薪資者主動辦理逕調作業，預估勞保逕調人數約 310 萬人、職保 411 萬人（包括家事移工），以及勞退 130 萬人，投保單位不須另行申報。

勞保局說明，新修正之勞工保險及勞工職災保險投保薪資分級表刪除現行第 1 級之月投保薪資 25,250 元，現行第 2 級 26,400 元遞移為第 1 級，其餘金額未修正並依序遞移，修正後之勞工保險投保薪資分級表調整為 13 級，勞工職業災害保險投保薪資分級表調整為 23 級。此外，勞工保險投保薪資分級表之備註欄將增加 25,250 元等級。

勞保局指出，為減輕投保單位作業負擔，將主動針對投保薪資第 1 級(原 25,250 元)之被保險人辦理逕調作業，自 112 年 1 月 1 日起調整為 26,400 元。惟如屬部分工時身分、職業工會低收入會員、庇護性就業身心障礙者或職業訓練機構受訓者，考量其實際收入不隨基本工資調整，故不列入勞保投保薪資逕調對象，勞保投保薪資仍維持 25,250 元。

至「勞工退休金月提繳分級表」，因原已有 26,400 元之提繳等級，故不需修正，勞保局亦自 112 年 1 月 1 日起，將原提繳工資 25,250 元之全職勞工逕調至 26,400 元，以維護勞工之退休金權益。

※本內容禁止無標明出處之轉貼文章，請標明出處或設定原文連結※

恆欣人力資源管理顧問有限公司 地址：桃園市桃園區同德五街 212 號 電話：03-3565851

根據資料，勞保逕調人數約 310 萬人、職保 411 萬人、就保 120 萬人，以及勞退 130 萬人。本次逕調相關事宜，已於 111 年 10 月份繳款單(同年 11 月 25 日前寄發)背面印製通函周知投保(提繳)單位，並於 e 化服務系統公告。

勞保局表示，實際逕調之被保險人名單，將列印於 112 年 1 月份有異動被保險人計費清單(勞工退休金計算名冊)，併隨當月保險費(退休金)繳款單於 112 年 2 月 25 日前寄發，網路申辦單位可至勞保局 e 化服務系統查詢、下載，屆時請投保(提繳)單位詳細核對，如不符事實，可於繳款期限內向勞保局反映。

勞保局提醒，為便利投保單位辦理明年度保險費扣繳及勞工退休金計收事宜，112 年適用之「投保薪資分級表」、「保險費分擔金額表」及現行「勞工退休金月提繳分級表」，已放置於勞保局全球資訊網「常用書表下載」專區，民眾亦可透過個人保險費試算系統試算。

【資料來源：本文援引 111 年 11 月 29 日外籍勞工通訊社】

※本內容禁止無標明出處之轉貼文章，請標明出處或設定原文連結※

恆欣人力資源管理顧問有限公司 地址：桃園市桃園區同德五街 212 號 電話：03-3565851

12/1 起 移工入國健檢應於 3 日內完成 管制措施鬆綁 辦理時程回歸既有規範

國內疫情已脫離高峰期，加上疫苗涵蓋率高且入境檢疫已採行「0+7」，中央流行疫情指揮中心近期發函通知各縣市衛生局以及外國人指定健檢醫院，自 12 月 1 日起恢復受聘僱外國人入國 3 日內健檢時程。

自 10 月 13 日起，「0+7」邊境檢疫措施上路，入境人員免除居家檢疫，改採 7 天自主防疫，移工入境防疫措施也跟著調整，符合一定條件下，自主防疫期間快篩陰性即可正常工作。

疾管署副署長莊人祥表示，依規定，自主防疫期間的非緊急醫療行為或檢查應延後，因此目前移工入國健檢是在完成 7 天自主防疫後，也就是入境第 8 天安排，此次先就移工的部分做放寬，自 12 月起回歸既有的規範。

指揮中心進一步說明，為及時掌握移工於母國可能感染肺結核等傳染病，恢復其依法辦法入國 3 日健檢時程，能夠及早發現治療，除可減少重症高風險受照顧者遭受感染，亦可避免後續因疫情擴散，造成國內防疫與醫療量能負擔。

指揮中心並請勞動部加強向雇主及外國人宣導，境外如有身體不適，應於當地及時就醫診察及獲得妥適照護；境外篩檢陽性者，自採檢日起 5 日內暫緩搭機。入境前 14 日內有疑似 COVID-19 症狀者，入境時應主動通報檢疫人員，並配合於國際港埠唾液採檢及優先搭乘防疫車輛；入境後自主防疫期間落實快篩及遵循防疫指引，快篩陽性應儘速就醫或透過遠距視訊診療，由醫師評估。

受聘僱外國人健康檢查管理辦法第 5 條規定，第二類及第三類外國人入國後 3 個工作日內，雇主應安排至指定醫院接受健康檢查；因故未能依限安排者，得於延長三個工作日內補行辦理。自聘僱許可生效日起，工作滿 6 個月、18 個月、30 個

※本內容禁止無標明出處之轉貼文章，請標明出處或設定原文連結※

恆欣人力資源管理顧問有限公司 地址：桃園市桃園區同德五街 212 號 電話：03-3565851

月之日前後 30 日內則應接受定期健檢。此外，就業服務法第 57 條第 5 款亦有明定，雇主須依規定安排所聘僱外國人接受健康檢查，違反該規定，將處 6 萬元以上 30 萬元以下罰鍰，提醒雇主依規定辦理。

【資料來源：本文援引 111 年 11 月 28 日外籍勞工通訊社】



※本內容禁止無標明出處之轉貼文章，請標明出處或設定原文連結※

恆欣人力資源管理顧問有限公司 地址：桃園市桃園區同德五街 212 號 電話：03-3565851

12 月起放寬室外免戴口罩及醫院探病條件

中央流行疫情指揮中心宣布多項放寬措施，自 12 月 1 日起放寬口罩措施，室外取消應全程配戴口罩的規定，不過外出後進入車廂、船舶、航空器等內部空間，仍應全程配戴。針對歲末、跨年等人潮聚集的室外活動，將另行研擬，人潮多且無法保持社交距離的室外場域，也建議戴上口罩。

室內活動規範不變，除非符合例外情況仍應戴口罩，但唱歌可免戴，此次也取消宴席不得逐桌敬酒敬茶規定。

此外，12 月 10 日起，有條件開放全國醫院住院病人探病，探病時段每日固定一時段，每名住院病人每次至多 2 名訪客為限，但病人實施手術、侵入性檢查或治療等須陪同或簽署同意書，急診、加護病房或安寧病房等特殊單位因應病情說明需要、病人病情惡化或病危探視及其他經評估有必要且經醫療機構同意，得不在此限。

探病者不論疫苗接種狀態，應配合出具探視當日快篩陰性證明，但確診後符合解除隔離條件且距發病日或採檢陽性日 15 天以上至 3 個月內得免除篩檢。

指揮中心提醒，自主防疫期間請勿至醫院探病，但符合前述例外情形，得經醫療機構評估同意，並出具探視當日採檢的自費家用快篩陰性證明後探病，不適用前述免除篩檢條件。

【資料來源：本文援引 111 年 11 月 28 日外籍勞工通訊社】

※本內容禁止無標明出處之轉貼文章，請標明出處或設定原文連結※

恆欣人力資源管理顧問有限公司 地址：桃園市桃園區同德五街 212 號 電話：03-3565851

11/30 起 新購微型電動二輪車須掛牌

公告官版雇主同意書 移工領牌應檢附

自 11 月 30 日起，微型電動二輪車須掛牌並投保強制險後才可上路，交通部公路總局公布官版「外籍移工購車雇主同意書」，移工購車申請領牌時應檢附。雇主需同意在移工離境前，協助並提醒該車輛須辦理過戶、繳回牌照或報廢等異動登記，並提醒移工應遵守道路交通安全規則，車輛不得擅自變更或改裝，且應依規定投保汽車強制責任險。未依規定申請掛牌，可處 1200 元以上 3600 元以下罰鍰。

公路總局已製作常見問答以及英、印尼、泰國、越南等多國語言懶人包，讓雇主及移工了解微型電動二輪車新制，可至 <http://bit.ly/3hUMi2Y> 下載。

公路總局表示，為確保移工騎乘機車或微型電動二輪車的行車安全，便於雇主後續對外籍移工的生活管理所需，自民國 83 年起已要求移工購買機車須檢附雇主同意書，此次將微型電動二輪車也納入，並列為領牌必要文件，雇主應在外籍移工離境時，協助其處理車輛的相關事宜。

鑑於以往雇主同意書沒有統一版本，致使雇主簽署同意書衍生疑慮，公路總局將「外籍移工購車雇主同意書」整合成機車與微型電動二輪車的公版雇主同意書，雇主於同意外籍移工購車後，需提醒移工遵守各項道路交通安全規定，及投保強制汽車責任險，並於其離境前協助並提醒車輛須繳回車牌辦理繳銷、報廢

※本內容禁止無標明出處之轉貼文章，請標明出處或設定原文連結※

恆欣人力資源管理顧問有限公司 地址：桃園市桃園區同德五街 212 號 電話：03-3565851

或過戶等異動登記，各監理單位將一律採用公版同意書。

新制上路後，全新微型電動二輪車領牌，應檢附身份證明文件，以個人名義申請，應繳驗車主國民身分證正本或居留證；以公司行號名義申請，則提供主管機關核准登記之公文或登記證明書，併同印章、30 日以上強制險證明、來歷證明、統一發票、安全審驗合格證明及繳交規費，移工需另附雇主同意書。公路總局進一步說明，移工大多以簽名居多，領牌時如本人在場，可以簽名代替印章，如委託他人代辦，印章的格式中、英文均可。車輛來歷證明部分，如為國產車，提供國內製造車輛出廠證明，進口車提供海關進口與貨物稅完（免）稅證明。

至於 11 月 30 日前購買的微型電動二輪車，無需補附雇主同意書，但仍須在兩年內，即 113 年 11 月 30 日前完成登記、領用、懸掛牌照，逾期未領用最重罰鍰 3600 元。使用中的微型電動二輪車申請領牌，所需資料移工與一般民眾相同。

目前移工使用的電動車，許多都是透過網路購買二手，因而無法取得相關證明，公路總局表示，可洽經銷商確認該款車輛是否經安全審驗合格，若有，可由微電車相關公協會出具證明文件方式辦理，非安全審驗合格車輛則不可領牌。

【資料來源：本文援引聯合新聞網 111 年 11 月 18 日外籍勞工通訊社】

※本內容禁止無標明出處之轉貼文章，請標明出處或設定原文連結※

恆欣人力資源管理顧問有限公司 地址：桃園市桃園區同德五街 212 號 電話：03-3565851

資訊分享-地瓜葉超護眼 3C 族必吃！ 常見護眼營養幾乎都有，還有助抗氧化、防癌

地瓜葉是台灣常見料理之一，在夜市小吃更可說是隨處可見。不過可別因為常見就小看了地瓜葉，其實它的營養成分非常豐富，特別是現代人天天用 3C 需好好養眼、又或是不少民眾容易有便秘情況、有防範腸癌的需求，吃地瓜葉都可以有所幫助。

地瓜葉超護眼 3C 族必吃！營養師：好處還不只這樣。

助減重、排便、護腸道：

嫻嫻營養師指出，地瓜葉是個低熱量營養又豐富的蔬菜，約每 100 公克僅有 25 大卡，膳食纖維則約有 3.3 公克，是一般蔬菜的 2-3 倍左右，有助腸胃蠕動、促進排便、維持腸道菌相、預防腸癌、降低壞膽固醇等，約吃一碗 200 公克煮熟的地瓜葉，就可補足膳食纖維 6.6 公克，約為一天的 1/4，相當可觀。

常見護眼營養已乎都有：

地瓜葉也含有豐富的β-胡蘿蔔素豐富、維生素 A，約半碗 100 公克就可滿足一日需求，對於護眼、修復黏膜、保養皮膚等都非常有幫助。另外能夠轉換成維生素 A 的類胡蘿蔔素，以及民眾養眼常聽到的葉黃素、玉米黃素都很高，是個相當出色的護眼食材。

有助抗氧化、防癌、養骨、胎兒發育：

地瓜葉有不少的植化素，如槲皮素、綠原酸、芹菜素、楊梅素等都很豐富，

※本內容禁止無標明出處之轉貼文章，請標明出處或設定原文連結※

恆欣人力資源管理顧問有限公司 地址：桃園市桃園區同德五街 212 號 電話：03-3565851

有助抗氧化、預防癌症。而若簡單以綠色和紫紅色的地瓜葉相比，紫紅色的多酚量、花青素又會更高，這類帶有天然色素的蔬果，一般而言抗氧化能力會更加卓越。除此之外，地瓜葉也含有鎂、鋅、銅、錳等礦物質，有助維護骨骼、牙齒健康。葉酸含量也高，約每 100 公克就有 70 微克，是對於胎兒腦部發育的重要營養。

地瓜葉不只是營養價值高，葉片軟嫩適合牙口不佳者！

4 種人可多吃地瓜葉：

嫻嫻營養師表示，地瓜葉平價又高營養，CP 值非常高，光是有助顧眼睛的β-胡蘿蔔素、維生素 A、葉黃素、玉米黃素，就值得有事沒事滑手機的現代人多多攝取。而其膳食纖維高又低熱量，很適合減重者、便秘者。孕婦也可從地瓜葉攝取豐富葉酸，幫助胎兒良好發育。而地瓜葉也是少數葉片柔軟的蔬菜，對於年長者、掉牙者等牙口狀態不佳族群非常友善，若要吃蔬菜但又不好咀嚼，地瓜葉是個相當不錯的選擇。

2 種人不適合吃地瓜葉：

不過，地瓜葉雖然營養豐富，但還是有些族群不宜。嫻嫻營養師指出，地瓜葉鉀離子的含量也高，有腎臟疾病者就不適合多吃，需特別注意份量。而有在使用抗凝血劑者，維生素 K 恐怕會影響藥效，就不建議食用地瓜葉。

地瓜葉油用好油炒就很營養，營養師：別吃太鹹，避免生食。

地瓜葉這樣吃就很營養：

想要攝取更多地瓜葉的營養，嫻嫻營養師建議其實像夜市小吃一般用油炒就

※本內容禁止無標明出處之轉貼文章，請標明出處或設定原文連結※

恆欣人力資源管理顧問有限公司 地址：桃園市桃園區同德五街 212 號 電話：03-3565851

相當不錯，因為地瓜葉的β-胡蘿蔔素、維生素 A、葉黃素、玉米黃素都是脂溶性，搭配油脂更有助吸收，口感也較佳。而攝取膳食纖維，日常也需有足夠的油脂和水分才有助排便，若不吃油便秘反而會更嚴重。

需要稍微留意的是：

雖說像夜市小吃般那樣就很健康，不過還是需稍微留意醬油、鹽等調味料別加太多，以免鈉攝取過量。自家烹煮也避免時間過長，以免水溶性維生素、礦物質遇水容易流失。

地瓜葉不要這樣吃：

雖然較為少見，不過現代沙拉、精力湯盛行，嫻嫻營養師也還是提醒，地瓜葉不宜作為沙拉生吃或打成蔬果汁等，因為烹煮前存在蛋白質酵素抑制劑，生吃容易引起消化不良、腹脹、腹瀉等。

地瓜葉買回後先風乾再冷藏，更助延長保存、吃進滿滿營養！

在保存方面嫻嫻營養師也提醒，地瓜葉常見買回後上頭會有水氣，若沒注意保存，帶回家不久就會爛掉變黑。建議買回後可先裝進大容量塑膠袋或其他容器，並留意盡量避免葉片重疊，用電風扇等方式風乾再冷藏，約可放 5 至 7 天，保存良好更有助吃進地瓜葉滿滿的營養。

【資料來源：本文援引 111 年 11 月 24 日元氣網 https://health.udn.com/health/story/6037/6786738?from=udn-articlemain_ch1005】

※本內容禁止無標明出處之轉貼文章，請標明出處或設定原文連結※

恆欣人力資源管理顧問有限公司 地址：桃園市桃園區同德五街 212 號 電話：03-3565851