



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

雇主謊報其所聘外籍勞工行蹤不明，經查屬實，將處以刑事罰、行政罰。

曾有外籍勞工與雇主發生勞資爭議後，雇主謊報外籍勞工行蹤不明，導致外籍勞工遭勞動部廢止聘僱許可。勞動部勞動力發展署表示，雇主如謊報外籍勞工行蹤不明，經查證屬實者，除涉嫌違反《刑法》使公務員登載不實罪外，並將依《就業服務法》處新臺幣30萬元至150萬元罰鍰。

依據《就業服務法》第56條規定，受聘僱之外國人有連續曠職3日失去聯繫，或聘僱關係終止之情事，雇主應於3日內以書面通知當地主管機關、入出國管理機關及警察機關。上開規定之立法目的，是為維持社會安定，及掌握外國人動態；但基於保障外籍勞工就業權益，雇主有依客觀事實通報的責任，不可濫用行蹤不明通報制度。

依現行外籍勞工行蹤不明失去聯繫認定原則，若外籍勞工於連續曠職3日內，因勞資爭議或雇主違法，曾撥打「1955」專線申訴，或經地方勞工主管機關予以安置，不會認定為行蹤不明失去聯繫，雇主若通報行蹤不明，亦會在查證後撤銷通報。

發展署進一步說明，倘接獲外籍勞工申訴遭雇主惡意謊報行蹤不明，將即進行調查。如經調查確認有惡意謊報事實，地方勞工主管機關可依法裁處新臺幣30萬元至150萬元罰鍰，勞動部並將同意外籍勞工轉換雇主或工作，以保障其就業權益。另外，雇主如經地方勞工主管機關認定違反刑法使公務員登載不實罪，亦將移送檢察機關依法偵辦。

發展署提醒，惡意謊報外籍勞工行蹤不明將被處以刑事罰及行政罰，雇主不可不慎，以免受罰。

外交部宣布：11月起試辦菲律賓國民來台14天免簽

為落實新南向政策，外交部今（16）日宣布，自11月1日起試辦菲律賓國民來台14天免簽證措施，試辦期限至明年7月31日止，此外，將持續促請菲律賓政府基於互惠原則，儘速同意予我國民免簽證待遇。

依內政部移民署統計，菲律賓來台旅客於2017年1月至7月間達16萬1,303人次，較2016年同期9萬2,967人次增長73.51%。

外交部今天表示，遵照行政院政策指示，在本月15日召開跨部會會議，邀請主責國安、警政、調查、移民管理、觀光及經貿等業務的相關機關會商，會中決議，自本年11月1日起試辦菲律賓國民來台14天免簽證措施。

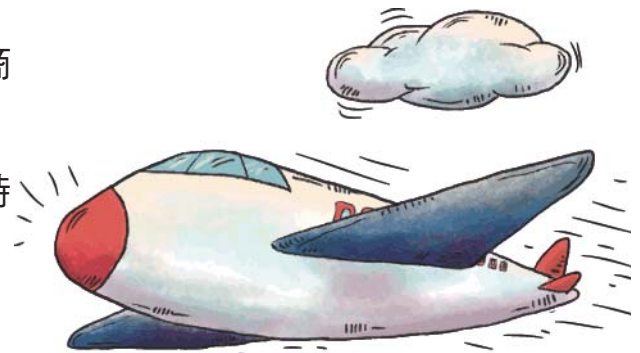
外交部指出，基於促進菲國人民來台觀光、洽商及增進兩國民眾交流，政府決定試辦菲律賓國民來台免簽證措施，試辦期限至2018年7月31日止，屆時將視成效決定是否延長辦理，此外，政府將持續促請菲律賓政府基於互惠原則，儘速同意予我國民免簽證待遇。

外交部說明，申請人須具備條件為，持有菲律賓普通護照（外交、公務護照不適用），護照效期須在6個月以上；持有回程機（船）票或至下一目的地之機（船）票及有效簽證，其機（船）票應訂妥離境日期班（航）次之機（船）位；經中華民國入出國機場或港口查驗單位查無不良紀錄。

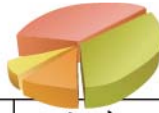
此外，菲國旅客依規定需填妥入國登記表，並備齊旅館訂房紀錄或在台停留期間住宿地址及連絡人資訊，以利我國機場或港口查驗單位機動查驗。

外交部說，之前已針對菲律賓等東南亞國家採行多項簽證放寬措施，包括今年10月7日起將菲律賓納入適用以電子簽證（eVisa）方式申請來台；2017年6月1日起擴大「東南亞國家人民來台先行上網查核系統」（有條件式免簽）適用條件，凡持有我國過去10年內核發之簽證（不含「勞工」簽證）或居留證（事由不含「外籍勞工」）且無違常紀錄者，得免費申請多次入境憑證；「觀宏專案」（旅行社團進團出），可採網路方式免費申辦電子簽證（eVisa）。

外交部表示，為配合我國試辦菲律賓國民來台免簽證，菲律賓國民自本年11月1日起，將不再適用上述三項簽證便捷措施。



106年9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	
類別	製造業外勞	58,509	114,088	58,098	171,358	0	1	0	402,054
	營造業外勞	1,192	14	2,811	1,551	0	0	0	5,568
	漁工	8,106	1,846	23	1,957	0	0	0	11,932
	社福外勞	188,785	31,435	541	26,505	0	0	0	247,266
總數	256,592	147,383	61,473	201,371	0	1	0	666,820	



新聞快報

台越勞工會議 越勞醫療欠費將有聯繫窗口

勞動部指出，「第5屆台越勞工會議」舉辦完竣。會中達成五項共識，包括建立協助解決越南勞工積欠醫療費用聯繫窗口、共同研議改善越南勞工行蹤不明、雙方加強推動直接聘僱服務、鼓勵越南勞工報考華語文能力測驗及持續保障勞工權益等。

勞動部指出，「第5屆台越勞工會議」由我方主辦，越方由越南勞動榮軍暨社會部及駐台北越南經濟文化辦事處相關人員與會，我方由勞動部、外交部、教育部、內政部移民署及農委會漁業署等共同參與。

勞動部指出，會議中達成五項共識，其中，針對越南行蹤不明勞工積欠醫療費用個案，將建立聯繫窗口。勞動部跨國勞動力管理組組長薛鑑忠說：『（原音）就是說過去有一些積欠醫療費用這個部分，那就會請越南辦事處的勞工管理組為聯繫窗口，未來如果有一些越南勞工有積欠醫療費用的部分，會請醫療院所直接跟這個窗口聯繫。』

另外的共識還包括台越雙方將持續推動降低在台行蹤不明越南勞工的相關措施，包含推動提高行蹤不明越南勞工自行到案的措施，及研議降低越南漁工行蹤不明有效措施；持續加強推動直接聘僱，擴大宣導並提供雇主相關服務資源；共同鼓勵越南勞工參加華語文能力測驗，以提升越南勞工華語能力；並將加強向外籍勞工宣導「期滿續聘」及「期滿轉聘」相關規定，越方如發現台灣仲介公司向外籍勞工超收費用，將提供相關事證由台方依法查處。



移工訴求獲重視 家事外勞薪事休假仍難解

（中央社記者余曉涵台北 8 日電）移工模擬公投 9 月中旬起每週日辦理，就移工的勞動法令保障等 3 項訴求徵求民意，雖然勞動部認為部分內容已是政策方向；但家庭看護工仍難納入勞基法，且薪資保障也低於基本工資。

台灣移工聯盟 9 月 17 日起發起全台舉行首場移工模擬公民投票，模擬公投 3 大題題目為：是否同意家庭看護工有勞動法令保障；是否同意自由轉換雇主；是否同意廢除私人仲介制度，強制政府對政府引進勞工。

這些題目牽涉到外勞因高額仲介費而負債、家事外勞工資低於產業外勞，以及休假被剝奪的現況。

參與公投的家庭照護移工蘇米雅堤（Sumiyati）告訴中央社記者，她支持家庭看護工納入勞動基準法的保障，因現行月薪只有遠低於基本薪資的新台幣 1 萬 7000 元，沒有工時限制，也沒有休假保障。

勞動部勞動條件及就業平等司長謝倩蓓接受中央社電話訪問表示，家事勞工的工作場域跟一般勞工並不一樣，樣態跟時間也不太一樣，家庭看護工若要適用勞動基準法，窒礙難行。

謝倩蓓說，不論是本國籍或外國籍的家事類勞工，目前都是無法適用勞基法。

有關外勞可以自由轉換雇主及廢除私人仲介制度，強制政府對政府引進勞工，勞動部勞動力發展署跨國管理組長薛鑑忠接受中央社訪問說，部分有困難，但也有部分是政府目前正在推動的目標之一。

薛鑑忠表示，在自由轉換雇主部分，原則上，就業服務法第 59 條明定藍領外籍勞工禁止轉換雇主，但若有例外狀況，像是不可歸咎於勞工者，就可以同意外勞自由轉換雇主。

他說，當初引進外勞的用意，是要從事台灣人不願意做的工作，所以才有此項限制。薛鑑忠也強調，這幾年朝向擴大自由轉換雇主的範圍方向去做。

薛鑑忠舉例，外勞期滿後，若雇主同意轉換，外勞也有此意願，就可以自由轉換雇主，但若外勞期滿前並未找到新的雇主，則會遣送返國。他指出，類似這樣的規定，就可以算是有條件的自由轉換機制。



至於廢除私人仲介，強制政府對政府引進勞工，薛鑑忠表示，私人仲介制度是由於市場供需的問題，政府並沒有強迫雇主引進外勞時一定要透過仲介，雇主也可自行辦理相關手續。

薛鑑忠說，台灣目前有 60 幾萬名外勞，外勞雇主包括家庭跟事業類合計約將近 30 萬家，並非所有雇主都有時間，有能力可以自行辦理相關手續。

他指出，若仲介有違法行為，都會依法裁處，且每年都會有評鑑，讓不好的業者可以退出市場。他直言。若市場有需求但禁止，恐會轉為非法化，不僅更難管理對外勞跟雇主的保障就更少。

薛鑑忠也呼籲，政府已經開放非營利組織從事就業服務，若有更多關心的組織從事相關服務，相信對外勞也是一大保障。

強制政府對政府引進勞工，就不只台灣政府需要努力，薛鑑忠表示，要政府對政府需要外勞來源國配合，雖然台灣目前已經有部分直聘制度，每年平均有 2 萬 5000 件，但大多數的來源國都是推行「專案選工」。

薛鑑忠說，專案選工的意思就是，若甲事業單位，需要 20 名外勞，則提出專案申請，來源國就會選出 20 名外勞給台灣雇主聘用。

對於外界長期詬病外勞遭受雙重剝削仲介費，薛鑑忠強調，勞動部禁止台灣仲介向外勞收取仲介費，只能在有服務的狀況下跟外勞收取服務費，否則也將依法裁處。

薛鑑忠說，目前仲介費都為國外仲介向外勞收取，往往是收取一筆包含來源國的規費、健康檢查費用、訓練費、借貸等多項費用。

因此，他表示，我國政府只能向移工來源國建議仲介費總額不要超過外勞一個月的薪資；不要強迫借貸；來源國提供低利貸款；同時呼籲外勞不要簽署不明文件以免被債務約束等。



外籍看護工外展服務 弘道宣布退出

弘道老人基金會 4 年前執行勞動部的「外籍看護展服務」試辦計畫，試圖以走動式的鐘點服務，提供個案一日多次的客製化照顧，扭轉一比一的照顧人力。但因成效不彰，弘道去年底宣布停止服務，今年 7 月正式解聘該會 10 多名外勞。

台灣居家服務策略聯盟理事長林金立表示，國人的外勞使用習慣有幾項隱憂。第一，全天候使用，但照顧不可能 24 小時，以致出現不當使用狀況，降低外勞的勞動人權。第二，外勞的照顧觀念與技術不足，語言溝通不良，反而常做非照顧相關的生活雜務，有失原意。

弘道四年前向勞動部提出外勞外展服務構想，由弘道聘僱外勞作為正式照顧人力，每月工資 2 萬 1000 多元，月休 4 天且享勞健保、特休假與年終，提供相關訓練後再派至個案家中。因是 2 到 3 人的走動式終點服務，一日多次、短時間、小區域化，讓個案不是一人獨享一名外勞。

弘道老人基金會執行長李若綺說，這項計畫是以共聘概念，試圖扭轉外勞一比一的照顧人力，若服務得好，也能讓民眾有長照需求時，不會第一個念頭就想到聘外勞。該會最多曾聘 15 名外勞，但服務模式推不動，該會只好協助外勞轉職，目前剩 3 人協助該會的外籍看護工到宅指導翻譯工作。

除了弘道之外，廣恩養護中心、弘福社區協會與蕨群慈善基金會也有執行外勞外展服務試辦計畫，也在去年全部退出。

李若綺直言，法規限制是主要失敗因素，勞動部要求民眾使用外勞外展服務前，仍要申請巴氏量表，但民眾申請完就直接聘外勞了，取消弘道的申請。且衛福部及勞動部皆未關注外勞外展服務的發展，無更多輔導機制。當然試辦計畫是一種經驗的嘗試，建議勞動部將計畫轉型，共擬更好的模式再出發。

「外勞外展服務是務實的計畫，失敗了很可惜。」林金立說，我國照服員人力 2 萬多人，要填補外勞空缺至少 10 年以上，衛福部可於居家照顧服務上，研議將外勞納入正式照顧人力，以強化服務管理，而非只是家庭聘僱的補充人力。

林金立也批評，許多使用日照或居家服務的個案，結案率最高的原因，都是因申請外勞。但他評估，許多人根本不需使用全天照顧，勞動部的外勞申請把關太鬆，有必要檢討。





健康資訊

季節交替溫差大恐影響銀髮族健康？ 注意 5 項運動保健

「運動」是健康的關鍵之一，除了有良好的飲食習慣，更需要適度規律的運動保健，但是隨著天氣逐漸轉涼，則末梢血液循環障礙恐隨著季節轉換、天氣變冷而加重病情，建議除了多注意日常飲食、搭配適量的運動，持續地追蹤並控制血壓、血脂及血糖，以避免溫差過大或低溫寒冷又影響健康情況。

秋冬換季時銀髮族運動前須留意：

尤其是秋、冬兩季更是心血管疾病好發時期，若銀髮族為常見的高血壓、高血脂、高血糖「三高」患者，也會是末梢血液循環障礙的高危險群，通常「三高」患者、慢性病的銀髮族們，末梢血液循環出問題的時候，恐不易察覺，但是下列說明的警訊，可作為提醒參考，例如：糖尿病病患若經常有手腳冰冷、痠麻、傷口不容易癒合等情況，恐為周邊血管、神經病變，導致的末梢血液循環障礙。而若是經常有頭暈、視力模糊、步伐不穩，則要注意可能是中樞循環問題，即早預防才能降低中風、或失智的風險。而若已有過中風、暫時性腦缺血病的患者，更要謹慎防範再次發病恐致命的危機。

秋冬季節早、晚氣溫變化較大，下列 5 項注意事項，提供銀髮族運動時參考運用，建議外出運動若出現不適，應立即暫停運動稍作休息，另外有持續不適的情況，則應盡速就醫，避免影響健康。

1. 注意加強保暖：

建議穿著保暖的服飾或襪子，並可搭配帽子、手套或圍巾等，避免四肢冰冷而使血液循環不順暢。

2. 關節勿扭曲：

運動時姿勢應避免過久的久蹲、久跪、盤坐等，皆恐造成關節扭曲、或壓迫情況，並容易使血液循環變差。



3. 更換運動姿勢：

建議站立或走路約一小時後，可稍坐下休息至少約 10~15 分鐘。另外若採用蹲坐的姿勢約一小時後，可起身活動約 10~15 分鐘。經常更換不同的運動姿勢，有益於關節壓力的分散，並且可減輕同部位肌肉的負擔。

4. 適當補充水分：

建議運動時應注意補充水分，並且避免過燙口、或太冰冷的飲品，更能有益健康，促進正常的代謝。

5. 強化腿部肌力：

首先以坐姿，再將膝關節逐漸彎曲後，即可以舒緩、伸直的姿勢。更能同時將腳踝微向上抬起，持續約 5~10 秒後，再逐漸放下恢復姿勢，然後更換雙腳並重複數次即可。



預防 5 項常見疾病

銀髮族隨著年紀的日益增長，身體機能皆隨之老化或退化，抵抗能力相對也會減弱。如何在換季時期，多注意加強預防保健，並避免患病或舊病再復發，以免危害生命。

下列 5 項說明：銀髮族於換季時面臨的常見疾病，建議若出現突發情況或嚴重病情時，應盡速就醫，以免延誤治療。



1. 心臟疾病：

由於秋冬時節是發生高血壓、心肌梗塞的高峰時期。因為在低溫的狀態下，更容易使血管收縮，導致週邊的血管阻力上升，並使心臟負荷增加，而易誘發心絞痛、心肌梗塞，產生胸悶、胸痛、呼吸困難、甚至休克的現象。所以除了防寒保暖，更重要的是追蹤控制血壓，避免引發嚴重的心臟疾病。



2. 腦中風：

通常氣溫降低時，為了抵禦寒冷，血管會收縮減少散熱，血流變慢，導致血壓上升，若原本就有高血壓、高血脂、糖尿病等患者，就會更容易發生腦出血或腦梗塞。若突然出現嚴重頭昏、頭痛、肢體麻木或無力，應盡速就醫檢查，以免延誤治療時機。

3. 關節炎：

天氣寒冷可使關節酸痛的症狀加重，尤其是痛風發作的頻率與嚴重度都會增加。建議換季早晚溫差較大，應更注意四肢、關節的保暖，以避免造成關節炎的惡化。



4. 腸胃疾病：

隨著天氣的轉變，已患有胃疾恐易復發。因為身體受到寒冷的刺激後，一旦促使交感神經興奮，胃酸分泌增加，胃腸發生痙攣性收縮。建議換季時節，除了注意保暖，飲食方面則應盡量避免過於油膩，少吃甜食、或重口味的刺激性食物。

5. 感冒：

換季時期天氣忽冷忽熱，又因為銀髮族抵抗力較低，更容易導致感冒，除了多加注意保暖、勤於洗手，更應儘量避免常出入公共場所，以及適時地接種疫苗，也可增加免疫力。





好文分享

成功人士，早上必做的 5 個生活習慣：記得吃早餐！

一般人都認為晚上工作質量最佳，但根據 Inc. 雜誌調查發現，早起的人做事比較積極而且效率較高，而且擁有「上班前的生活」更有益健康。

成功人士通常會在早上 8 點前做這 5 件事情

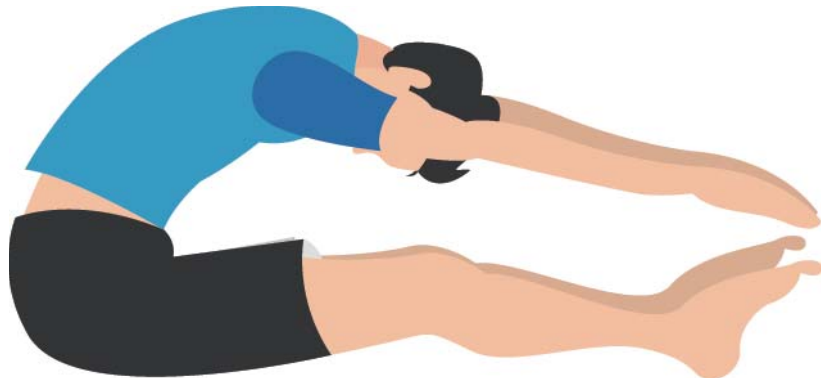
1. 運動

有運動習慣的人大都在早上運動。不論是參加瑜珈課或是到健身房報到，上班前運動都能使接下來的一天精神飽滿，並帶來滿滿的成就感。

早上運動也排除下班後偷懶不跳有氧的藉口。即使清晨 5 點慢跑可能令人不感興趣，仍不妨嘗試提早 15 分鐘起床，在床邊做幾個伏地挺身或拉個筋，這將喚醒全身能量，幫忙迎接一天的工作。

2. 規劃行程

規劃當日行程表、本日目標和待辦事項，以激發體內潛力。早上通常是一個人一天中唯一能保持心情平靜的時間，十分適合用來規劃行程。

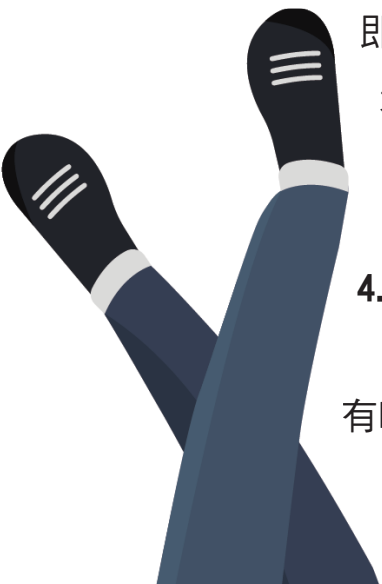


一個人在早上比較容易進行反思，這對安排哪些事該優先處理很有幫助。但在安排行程之際，別忘記兼顧自己的心理健康。在充滿壓力的會議後，不妨安排 10 分鐘散步時間或坐在位子上沉澱思緒。

3. 吃早餐

我們都知道飢腸轆轆、手上只拿一杯咖啡就衝去上班是什麼感覺。上班後坐在辦公桌前，看著窗外，心裡想著午餐時間怎麼還沒到，這是不對的。應善用早晨時間，為身體補充足夠燃料以應付眼前任務，這有助專注工作，而不必分神關心咕嚕叫的肚子。

此外，早餐不僅對身體健康有益，更是聯繫家人感情的好時機。



即使在吃三明治的同時，僅花 5 分鐘和孩子或另一半聊聊天，也足以在出門前提振精神。

4. 冥想

一直談論關於身體健康的話題，有時候會忽略心理健康，早晨是安靜冥想的絕佳時間。花點時間思考接下來的一天，專注於想獲得的成就。

即使是 1 分鐘的冥想和正向思考，也能幫助調整情緒和對工作的看法。



5. 困難的事先做

每個人的待辦事項列表中，都會有一件最不願意碰觸的事。
這件事會造成整天（甚至整周）的困擾，直到你終於願意面對並加以解決。
這裡有一個幫忙擺脫這種壓力的簡單秘訣——首先處理待辦事項中最討厭的任務。
與其從早上第一杯咖啡
到中午休息時間都為此苦惱，不如立即著手解決。

早上因已充分休息且精神飽滿，因此較能夠處理較困難的工作。
如果具體實行，一天的工作會越來越輕鬆。
隨著下班時間將至，手邊只剩下簡單的工作，
便能夠抱著輕鬆心情迎接下班。

