



【發行期號】104年9月號

【發行日期】104年09月30日



## 次月開班列車

- ▶ 104/10/02 中階主管培育班(第1期)回流教育
- ▶ 104/10/02 公平交易委員會對於預售屋銷售案件之規範
- ▶ 104/10/05 性別主流化(機關性別聯絡人)研習班
- ▶ 104/10/05 104年地價查估座談會
- ▶ 104/10/06 如何辦好工程採購
- ▶ 104/10/07 健康管理研習班(第2期)
- ▶ 104/10/08 委任職能提升-人際關係與溝通協調研習班(第6期)
- ▶ 104/10/08 衛生局所品質改善訓練
- ▶ 104/10/14 高危機個案工作者的壓力與管理
- ▶ 104/10/14 政府網站服務創新推廣說明會
- ▶ 104/10/15 中階主管培育班(第2期)回流教育
- ▶ 104/10/21 政府資訊公開研習班
- ▶ 104/10/23 中階主管培育班(第2期)回流教育
- ▶ 104/10/27 中階主管培育班(第2期)回流教育
- ▶ 104/10/28 實價登錄教育訓練

[▶ 更多開班資訊](#)

## 本月開班列車

- ▶ 104/09/01 公共工程全生命週期品管－驗收及移交接管(第1期)
- ▶ 104/09/02 內部控制教育訓練研習班(第3期)
- ▶ 104/09/03 公共工程全生命週期品管－驗收及移交接管(第2期)
- ▶ 104/09/03 人文美學研習班(第1期)
- ▶ 104/09/04 內部控制教育訓練研習班(第4期)
- ▶ 104/09/07 薦任職能提升研習班－業務行銷(第5、6期)
- ▶ 104/09/07 薦任職能提升研習班－顧客服務(第5、6期)
- ▶ 104/09/08 薦任職能提升研習班－創新管理(第5、6期)

- ▶ 104/09/09 個人資料保護法及資通安全
- ▶ 104/09/09 內部控制教育訓練研習班(第5期)
- ▶ 104/09/14 薦任職能提升研習班－溝通協調(第5、6期)
- ▶ 104/09/15 內部控制教育訓練研習班(第6期)
- ▶ 104/09/16 委任職能提升-品質與流程管理研習班(第6期)
- ▶ 104/09/17 中階主管培育班(第1期)回流教育
- ▶ 104/09/17 顧客服務(顧客抱怨與處理)研習班(第1期)
- ▶ 104/09/18 薦任職能提升研習班－執行力(第5、6期)
- ▶ 104/09/18 性別主流化－CEDAW(機關首長)研習班
- ▶ 104/09/21 委任職能提升-創意與創新管理研習班(第6期)
- ▶ 104/09/21 委任職能提升-顧客服務與關係管理研習班(第6期)
- ▶ 104/09/22 薦任職能提升研習班－問題分析與專案規劃(第5、6期)
- ▶ 104/09/22 人文美學研習班(第2期)
- ▶ 104/09/23 顧客服務(顧客抱怨與處理)研習班(第2期)
- ▶ 104/09/24 國民中學公平交易法種子教師研習
- ▶ 104/09/24 委任職能提升-團隊溝通研習班(第6期)
- ▶ 104/09/25 中階主管培育班(第1期)回流教育
- ▶ 104/09/25 終身學習講堂(第5期)
- ▶ 104/09/30 不動產信託登記與地籍清理業務之探討

[更多開班資訊](#)



## 研習活動剪影

- ▶ 104/09/02、04 內部控制教育訓練研習班(第3.4期)



- ▶ 104/09/03 人文美學研習班(第1期)



▶ 104/09/07-09/22 薦任職能提升研習班(第5.6期)



▶ 104/09/09 個人資料保護法及資通安全



▶ 104/09/09、15 內部控制教育訓練研習班(第5.6期)



▶ 104/09/11 104年公務人員特種考試身心障礙人員考試提缺及友善工作環境巡迴分享座談會



▶ 104/09/15 104年度中高階主管國際講堂第3場次(韓國對外政策與韓臺關係)



▶ 104/09/17 顧客服務(顧客抱怨與處理)研習班(第1期)



▶ 104/09/18 性別主流化-CEDAW(機關首長)研習班



▶ 104/09/18 104年公務人員行政中立法實務案例高階主管研討班



▶ 104/09/22 人文美學研習班(第2期)





- \* 地方行政研習e學中心—綠行者~樂活旅行家（上）、（下）
- 認證時數：2小時
- 課程長度：1小時
- 講座：社團法人臺灣綠色旅遊協會理事長 任培義
- 人類從大自然擷取資源早在遠古時代就開始了，當時的人們僅僅是為了生存才從大自然中獲取資源；但隨著時代的演變，人類過度的取用自然資源而沒有給予適當的時間回復，使得地球之母也發出了生病的警訊。為了要幫助地球之母能夠漸漸地康復，人類的生活型態也必須要做出對應的改變。本課程將帶你認識關於旅遊型態的新改變，永續旅遊及綠色旅遊的型態和概念，以便將來您也能夠將所學帶入生活中一起幫助地球，成為樂活旅行家。
- \* 路徑：地方行政研習 e 學中心(<http://elearning.rad.gov.tw/>) → 登入 → 環境教育 → 搜尋「綠行者~樂活旅行家」
- \* 歡迎本府同仁上網學習。



### 9個抗老食物，讓你年輕10歲

作者：林貞岑

一鍋湯是女中醫吃不胖、不會老的窈窕祕密。

可以是充滿各種生鮮菇類的百菇湯；也可以加入牛蒡、山藥和黑、白木耳及撒上大量三星蔥的高纖湯；沒時間的人可試試最簡單的海帶芽泡湯打上蛋花，這些纖維含量高及含有膠質的食材，有助排便，讓腸胃定期做個大掃除，「有進有出才健康，」吳明珠提到，偶爾貪點口腹之慾時，就會利用一鍋湯來平衡一下。...

《本文摘錄自康健雜誌網站：<http://www.commonhealth.com.tw/>》

[▶ 詳全文](#)