



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

家庭看護移工
申請門檻放寬

營造業移勞動部
同意追加7千名

移工防災及
登革熱防治宣導

警前進工業區加強
移工交通安全觀念

封面故事

藏著印尼美食與記憶的 東南亞秘密基地

來源/One-Forty 部落格

文字/陳子琳 攝影/Kenny Mori

在一個平日午後，我們穿越永和的四號公園，來了到奧斯卡的八福商店。商店本身並不那麼起眼、招牌有些斑駁也看不清字樣，就這麼藏身在巷弄的轉角處。但當我們踏進店裡，明亮的燈光和簡潔的擺設帶給人一種舒服的感覺；架上整齊地排列著來自印尼的各式商品，而這一方天地裡，乘載了奧斯卡與附近印尼朋友五年來的點點滴滴……



家庭看護移工申請 門檻放寬估60萬人受惠

來源/Yahoo新聞

衛生福利部、勞動部9/12討論放寬家庭看護移工申請門檻。衛福部社會及家庭署長簡慧娟今天會後表示，將針對3面向放寬，執行細節仍須與勞動部討論，估60萬人受惠。

簡慧娟接受媒體聯訪指出，3面相放寬，包含將增加核定使用長照服務達6個月以上者；神經科或精神科專科醫師臨床診斷失智評估量表輕度以上（CDR=1以上）；原特定身心障礙重度等級以上免評項目，將放寬至輕度，肢體障礙及罕見疾病類改不限病症，並增加呼吸器官失去功能之障礙程度達重度以上、吞嚥機能失去功能之障礙程度達中度以上2類別。

對於日前有總統參選人提出檢討巴氏量表、放寬家事移工申請認定方式等政見，勞動部、衛福部今天舉行會議，檢討現有申請門檻。

家庭看護移工申請門檻放寬

衛生福利部、勞動部於 112/09/12 討論放寬家庭看護移工申請門檻。
針對 3 面向放寬，執行細節仍須與勞動部討論。

1

『將增加核定使用長照服務
達 6 個月以上者』

2

『神經科或精神科專科醫師臨床診斷
失智評估量表輕度以上（CDR=1以上）』

3

『原特定身心障礙重度等級以上免評項目，將放寬至輕度』
『肢體障礙及罕見疾病類改不限病症』
『並增加呼吸器官失去功能之障礙程度達重度以上、
吞嚥機能失去功能之障礙程度達中度以上2類別』

首波營造業移工8千名不夠用 勞動部已同意追加7千名

來源/聯合新聞網

國土署長吳欣修表示，8月公告受理一般營造業移工申請，共核配9048移工名額，超過首波8000名額度；經向勞動部申請增額第二波7000名額度也已獲同意，共有1.5萬名移工供申請核配。

國土管理署透過新聞稿表示，從今年8月1日公告受理一般營造業移工申請，8月共有570件符合申請要件，共計核配9048移工名額，今天已核發雇主資格認定函予申請者。從申請情形可發現營造業者對人力有其需求，超過首波8000名額度。

吳欣修指出，為滿足業者人力需求，經向勞動部申請增額第二波7000名額度，也已獲得同意，總計共有1萬5000名移工額度可供綜合營造業、專業營造業及土木包工業的業者申請核配，以改善營造業缺工情形。

國土署說明，9月14日已召開營造移工額度分配審查會議，移工核配審查小組由行政院公共工程委員會、勞動部職業安全衛生署、勞動部勞動力發展署等機關代表及專家學者組成，依照分配額度及實際申請情形來進行核配討論。

國土署表示，8月首波通過資格審查的案件，經核配會議討論，考量首波符合申請資格的甲等綜合營造業所申請移工名額，已超過首波可分配的8000名額度，加上其承攬工程規模達一定門檻可申請引進專案移工，經討論後分配比例採9成來進行分配，其餘營造業別則採全額分配。

國土署指出，因此8月申請案件共核配9048名，今天已核發雇主資格認定函，核配結果及可供分配額度已公布在國土管理署網站，之後申請案件採掛件順序，依分配比例逐案審查辦理分配。



國土署說明，「營造業申請引進移工雇主資格認定」必須具備管理能力、照顧本國勞工及承攬工程達一定規模才能提出申請；近3屆曾獲金質獎或金安獎最高榮譽殊榮者，按申請移工人數給予10%移工獎勵額度，透過增額獎勵機制，對提升工程施工品質及重視職業安全衛生管理業者予以肯定。

國土署表示，如果申請者過去3年曾發生重大職災或重大公安，以及未按營造業法申報淨值或逾複查換證期限的情形，也有扣減移工分配名額的限制，以鼓勵營造業者提升管理能力，強化施工品質、優化工作環境及職業安全，以吸引本國勞工投入營造市場。

國土署指出，取得雇主資格認定的業者，後續還要向勞動部辦理本國勞工求才登記後，才能進行移工招募事宜；後續會與勞動力發展署、移民署及營造公會等單位合作，督促營造業者加強海外選工及法令宣導，提供營造移工來台後生活適應與照顧的支持，以保障移工勞動條件。

國土署表示，未來會持續追蹤國內營造業勞動力供需情況，滾動式檢討相關政策，以促進營造產業轉型升級及永續發展。



112年7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	77,248	122,642	56,864	220,789	0	3	0	477,546
	營建工程業	2,414	195	10,977	7,120	0	0	0	20,706
	農林漁牧業	9,344	1,428	435	4,318	0	0	0	15,525
	社福移工	172,773	28,084	411	27,349	0	0	0	228,617
總數		261,779	152,349	68,687	259,576	0	3	0	742,394



新聞快報！

公共安全有保障南消 移工防災及登革熱防治宣導

來源/ETtoday新聞雲

為防範轄內火災意外事故發生及提醒民眾對火災災害預防之重視，保障生命財產安全，台南市消防局第六大隊土城分隊暨義消婦女宣導中隊第二分隊，18日上午9時至11時，針對外籍移工宿舍住民實施雙語防火防災及登革熱防治宣導。

消防隊與婦宣姊妹們配合翻譯人員進行雙語七大類宣導，宣導內容包含：宣導地震防災觀念、用火用電安全使用、各項消防安全常識、防範一氧化碳中毒宣導、滅火器使用及CPR宣導、登革熱防治等，除此之外現場還發放雙語宣導單，讓移工可以透過自製宣導單加深防災記憶。



第六大隊大隊長邱淵明表示，透過此次機會想讓住民了解到自救的重要性，讓他們在火災發生時能夠保持冷靜，並且掌握應對火災的方法，從而減少生命和財產的損失。另可讓住民知道消防員工作的辛勤，他們表示這次活動讓他們了解到火災的危險性和自救的必要性，對消防員的工作也更加了解和支助。

消防局長李明峯表示，此次活動的宣導內容非常豐富，包括如何預防火災、如何應對火災、如何進行自救等。現代社會，火災事故時有發生，而民眾在生活中的疏忽和不懂得防範常常是火災發生的原因之一。因此，消防員希望透過此次活動讓移工了解到火災的必要性以及如何防範火災。

黃偉哲市長表示，移工宿舍消防安全宣導活動的目的為了讓移工們了解火災防範知識並提高其自救意識。另也提醒外籍移工一起加入防治登革熱行列，防治登革熱沒有其他捷徑，惟有落實孳清再孳清，籲請所有市民朋友澈底落實「巡、倒、清、刷」，共同配合市府防疫措施，攜手齊心守護台南健康家園。



平警前進工業區 加強移工交通安全觀念

來源/桃園電子報新聞網

桃園市各國移工人數為全國之冠，為加強外籍移工對於台灣交通法令的認識，桃園市平鎮警分局昨(25)日特別前往平鎮工業區進行「交通安全月」的宣導活動，針對交通環境及各種交通違規態樣加強宣導，希望每位移工都能了解相關交通法令，以維護每位用路人行的安全。

平鎮分局表示，平鎮區轄內工業區工廠林立，除此之外，也是許多外籍移工往來中壢及龍潭的必經之處，為維護用路人安全，警方昨日特別前往平鎮工業區進行「交通安全月」的宣導活動，希望透過警方的宣導，能讓每位移工都能合乎規定、安全的在道路上行駛。

平鎮分局也提到，電動自行車為外籍移工在國內最便利的代步工具，交通活動頻繁，也因此導致交通事故的發生率節節攀升，為保障外籍人士在台之交通安全及避免因為語言隔閡不諳交通法令因而導致交通違規，此次宣導著重在外籍移工對台灣交通環境與法規之認識。

警方強調，交通安全對每一位道路使用者都極為重要，不論國籍或是背景，因此建立一個充滿友善和尊重的交通環境尤其重要，平鎮警分局將持續秉持著「人本交通、停讓文化」的主題舉辦宣導活動，建立更具包容性和多元的交通環境，以確保每位用路人能維護自身及其他用路人行的安全。





中秋吃月餅也「藥」注意！ 藥師解析6大「食物藥物」服用禁忌

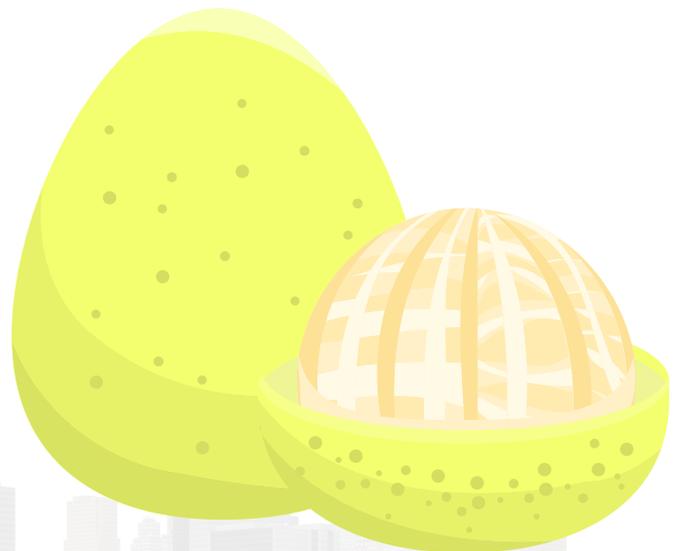
來源/良醫健康網

藥物進入人體後將經歷吸收、分布、代謝、排除等四個關鍵步驟，而這些步驟中的任何一環受到干擾，都可能對藥物的療效造成影響。為確保藥物能達到預期的治療效果並避免副作用的發生，藥師在指導患者用藥時常常會提醒服藥的注意事項。然而，在這些注意事項中，民眾往往容易忽略食物對藥物療效的潛在影響。以下舉幾個常見的食物與藥物交互作用案例作為範例。

柚子與葡萄柚

柚子與葡萄柚都屬於芸香科柑桔屬的水果，兩者皆含有呋喃香豆素（furanocoumarin）成分，這種成分會抑制小腸及肝臟中的特定代謝酵素（CYP3A4），使得原本透過這種酵素代謝的藥品受到影響。

藥品無法在正常時間內代謝掉，便可能累積在體內，導致血液中的藥品濃度上升，增加藥物導致不良反應發生的機率。



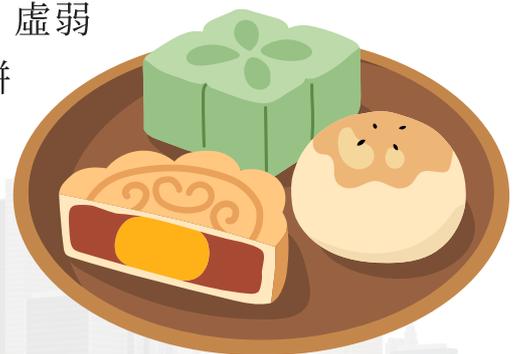
常見可能受到影響的藥物有以下六大類：

- 降血壓藥：如Amlodipine（脈優）、Nifedipine（冠達悅）、Lercanidipine（利壓）
- 降血脂藥：如Simvastatin（喜克脂）、Lovastatin（舒脂）、Atorvastatin（立普妥）
- 鎮靜安眠藥：如Alprazolam（贊安諾）、Triazolam（酣樂欣）、Midazolam（導美睡）
- 心律不整藥：如Amiodarone（臟得樂）、Dronedarone（脈泰克）、Propafenone（心利正）
- 抗凝血藥：如Warfarin（可化凝）、Rivaroxaban（拜瑞妥）、Apixaban（艾必克凝）
- 抗癲癇藥：如Carbamazepine（癲通）

柚子及葡萄柚所引起的酵素抑制效應，可能會持續數小時甚至數天，因此即使在藥物服用時間上有進行隔離，也無法確保不會對藥物代謝造成影響。因此，對於那些需要服用上述藥物的民眾，或是當藥師提醒特定藥物不宜與這兩種水果同時服用時，都應該特別留意。

含紅麴成分的月餅

紅麴被認為具有降低低密度膽固醇的效果，對於高血脂患者來說，它可以幫助調節血脂水平回到正常範圍。然而，我們需要注意到，紅麴中的活性成分與斯他汀類降血脂藥物（Statins）的作用機制相似。因此，如果同時使用紅麴和斯他汀類藥物，可能會增加斯他汀類藥物的副作用發生機率。這些副作用可能包括肌肉痠痛、噁心嘔吐、虛弱無力等症狀。現今許多食物講求養生，某些月餅會添加紅麴作為特色，有在服用斯他汀類降血脂藥物的民眾應多加留意。



乳製品、鈣片

乳製品、鈣片等含有鈣離子的產品雖然對於骨骼健康至關重要，卻可能會與部分藥品產生螯合作用，降低藥品在腸胃道的吸收，導致較少的藥物進入血液循環，進而影響治療效果。

常見會受到影響的藥物包含：四環素類抗生素（Tetracyclines）、喹諾酮類抗生素（Quinolones）、雙磷酸鹽類骨質疏鬆藥物（Bisphosphonetes）以及甲狀腺補充劑（Thyroxine）。

富含維他命K食物

正在使用華法林（Warfarin）抗凝血劑的患者需要特別注意飲食和藥物的交互作用。由於維他命K可以抑制華法林的抗凝血作用，因此在飲食中攝取富含維他命K的食物時，患者應該保持定時定量，避免突然增減攝取量。富含維他命K的食物如：動物肝臟、深綠色蔬菜、花椰菜等。此外，一些特定的食物和補品也可能影響華法林的效果。例如，丹參、當歸、銀杏、柑橘茶、蔓越莓汁、蜂王乳以及每日攝取超過2克的魚油，都可能增加正在使用華法林的患者抗凝血作用，進而提高出血風險。另一方面，人參則可能減弱華法林的抗凝血效果，甚至可能引發血栓形成，因此使用中的患者應該格外謹慎。

中秋佳節，在享受美食的時候，也別忘了保持警覺，以確保食物和藥物的選擇都能為我們的健康帶來最佳效果。若不確定本身在服用的藥物有沒有食物交互作用，除了詳閱藥袋上的說明外，也可以多多利用社區藥局的資源，讓藥師扮演您用藥安全的守門員！





封面故事

藏著印尼美食與記憶的

『東南亞秘密基地』

「你好！歡迎光臨八福印尼便利商店！」宏亮的嗓門配上招牌笑容，他是奧斯卡，在台灣生活超過二十年的印尼華僑。

在一個平日午後，我們穿越永和的四號公園，來了到奧斯卡的八福商店。商店本身並不那麼起眼、招牌有些斑駁也看不清字樣，就這麼藏身在巷弄的轉角處。但當我們踏進店裡，明亮的燈光和簡潔的擺設帶給人一種舒服的感覺；架上整齊地排列著來自印尼的各式商品，而這一方天地裡，乘載了奧斯卡與附近印尼朋友五年來的點點滴滴。

從求學到開店，就是我在台灣的二十年

「我國中畢業之後就來台灣讀五專，畢業後就到外勞仲介公司擔任外籍勞工的輔導老師，五年前我決定接手表姊的這間印尼商店，因為當時的我想轉換工作跑道。也因為之前就都在服務外勞，我想說如果我開店的話不但可以讓這附近的印尼朋友買到家鄉的東西，我也可以關心一下他們的生活、聯繫彼此的感情。」



頓了一下奧斯卡繼續說：「畢竟他們都離鄉背井，很多人都是已經結婚了才來台灣工作、另外一半都在印尼，他們在台灣難免會很孤單阿。也有很多客人他們是 24 小時照顧老人家，只有藉著來我們店裡才可以放鬆一下、我們也可以和他談談心。」

「我覺得我們店裡不只是供應他們印尼菜和印尼的商品，還可以讓他們在忙碌之中還有一點點時間可以紓解壓力。我希望我們不只是老闆和顧客的關係，更像是朋友、家人那樣。」問道為什麼要開印尼商店時，他沒有遲疑地說。

從天貝、蝦餅到電話卡，裏藏家鄉思念的印尼商店

說起店內의 特色商品，奧斯卡熱情地帶我兜了一圈。「妳看！這就是 Tempe (天貝)，它有很多的作法：炸的、蒸的、煮的都可以，對我們來說可是很重要的料理。有的時候店裡也會有炸豆腐 (Tahu Isi)、炸蔬菜餅 (Bakwan)，印尼人通常都是吃一口就會配一口辣椒，有機會妳一定要試試看。我們店裡也有各式各樣的泡麵，在印尼我們可能兩天就吃一次泡麵，這就是家鄉的味道呀。我們還有魚餅、蝦餅、印尼的紅茶，像我自己台灣沒什麼家人，當我想家時自己也可以吃。」說起家鄉的料理，奧斯卡的眼睛就亮了起來，想盡辦法描述記憶中家鄉的味道。

除了印尼的商品外，只有饕客才知道奧斯卡店裡還提供了道地的印尼美食，像是印尼人慶生必備的薑黃飯 (Nasi Kuning)、辣得過癮的巴東牛肉飯 (Nasi Rendang)、清淡有味的牛肉丸湯 (Bakso Sapi)、沾了辣醬的雞腿飯等等。每到了用餐時刻總會有好多客人準時報到，坐在小小的桌子大口地吃著。



其實八福商店除了印尼商品外，如其他印尼商店一樣，也提供了很多服務，像是客人可以在這裡買到電話卡；他們也提供貨運寄送的服務，可以到移工的住處收件；更有台灣的旅遊雜誌和古蘭經可以選擇。很特別的是，奧斯卡在樓下還闢了一個空間設置了投幣式卡拉ok。如果你停下腳步、豎起耳朵仔細聽，可以聽到斷斷續續的印尼流行音樂從樓下竄了出來，聲嘶力竭而充滿感情，如對家鄉藏不住的思念一般。

經歷過一樣的辛苦，所以想幫他們一把

從 15 歲來台灣，到現在已經超過二十年了，奧斯卡早已褪去青澀的模樣，但在他身上卻看不到歲月的風霜，反而是源源不絕的溫暖和堅毅。我不禁好奇，當年那個毅然踏上台灣這片土地的男孩，又是怎麼忍耐那些想家的日子？「一開始是我哥哥姐姐先來台灣，我之後才來，我們兄弟姐妹可以彼此照顧、不會太孤單。」

「但剛來台灣我最不習慣的是食物。像是在印尼我們吃飯都要配蝦餅，但是台灣人沒有這個習慣。那個時候台北的印尼商店也不多，有一次我和我哥哥真的很想吃，就只好去買洋芋片配白飯，那時我打工店裡的老闆娘還覺得我很奇怪，怎麼會這樣吃飯？我還記得第一次過年的時候，在台灣我沒有辦法吃團圓飯，打電話給在印尼的媽媽，一聽到媽媽的聲音我就哭了。」

塵封已久的回憶出籠，少年在異鄉奮鬥的畫面浮現，奧斯卡滔滔不絕地繼續說：「我經歷過這些印尼外勞的辛苦，因為離鄉背井、習慣和文化的不同，剛來台灣的時候我真的遇到很多問題。現在想想，我畢業後就開始當外勞的輔導老師，以及到現在開了這間印尼商店，就是因為我就想幫助他們、度過這一段時期的難關吧。」



台灣是我第二個家，我想透過印尼商店分享我的文化

在店裡，奧斯卡還有兩個夥伴。一位是他的表弟以國、平常和奧斯卡輪流顧店。以國是個靦腆的大男孩，但說起夢想時卻有種毅然與成熟：「奧斯卡表哥教我很多東西，像是進貨阿、怎麼處理問題，將來我也想要成為像他一樣的角色，幫助很多印尼人。」另一位夥伴則是奧斯卡的阿姨，每當有客人點印尼料理時，就是她負責掌廚、在廚房內穿梭，變出一道道家鄉的滋味。

現下，奧斯卡的兄弟已陸續回到印尼，在台灣的他並沒有很多家人陪伴在身邊。我好奇地問奧斯卡為什麼不回印尼跟家人一起生活呢？他笑笑地說：「我在這裡有太多事要做了，我好想想經營這間八福商店，以後我還想開分店、也想做網路的行銷，讓更多人享受到我們的服務。因為我是基督徒，我在教會也有很多服事，我們除了服務在台灣的印尼勞工外、也在募資照顧在印尼的孤兒和弱勢族群。」

「我在這裡差不多二十年了，人生大半的時間都在這裡。台灣就像是我的第二個家鄉，如果可以，我也希望可以好好向台灣人介紹我們的文化和特色、建立更友善的關係呀。」

在台灣，像八福商店這樣的地方其實不少。在台北還有印尼街、菲律賓街和緬甸街，街上聚集了特色各異的商店，每個店家提供的服務五花八門，從商品、餐點、美髮、匯款到貨運都有，再再為了都是讓在台灣的移工能過上更便利的生活。

當移工與商家輾轉來到了台灣，就是在這些角落裡重新凝聚社群與情感、分享生命經驗、撫平鄉愁與哀傷，在異鄉，成為家人。下次有機會，隨機踏進一間東南亞商店吧！瞧瞧店裡的擺設、聽聽此起彼落的異國語言；點一盤道地的東南亞菜餚，用心去感受用愛與溫暖編織成的、他們的家吧！

來源/One-Forty 部落格

文字/陳子琳 攝影/Kenny Mori

