

重要訊息：114 年起移工健保及職災保費調漲

敬愛的僱主，您們好！

依據健保署 114 年最新公告，健保費用調漲如下表：**請僱主依照繳費單上新費率繳費，每個月再依表向勞工收取異動後之勞工負擔額**。本資訊亦刊登於勞工季刊知會勞工，並不再額外寄送薪資表。若有疑問歡迎您給我們來電，我們特為您做最詳盡的解說！

移工月薪、假日加班費維持不變。

項目說明	勞工負擔 健保費	僱主負擔 健保費	僱主負擔 勞工職災保險	僱主支付 總額
113 年原支付健保、職災保險費金額	426	1329	49	1378
114 年調整後支付 健保、職災保險金額	443 (漲 17 元)	1384 (漲 55 元)	54 (漲 5 元)	1438 (漲 60 元)

中文翻譯
中文翻譯

提升僱主、移工個資保護意識

掌握 4 重點

- 適當的安全措施，防止個人資料被竊取、竄改、毀損或洩漏
 - 某公司產品促銷活動，凡提供3名人員資料者可獲得精美贈品1份，移工M君直接將3名移工友人的個人資料，外洩給該公司，使其得以對該3人進行電話行銷
- 對於個人資料之蒐集、處理或利用應符合個人資料保護法令之管理程序
 - 家庭看護移工透過網路直播她照顧阿嬤的生活日常
※肖像也是個資，若未經他人同意即直播拍攝、拍攝放在網路平臺傳播，已涉嫌反個人資料保護法。

提升僱主、移工個資保護意識

掌握 4 重點

- 家事勞工、僱主及其家庭成員，應以口頭或書面約定個人資料之保密義務
 - 知名網紅聘僱的家庭看護工向媒體透露網紅兒子之病況
- 當事人拒絕接受行銷時，非公務機關即應停止再利用其個人資料進行行銷
 - 移工W君接到電信公司預付卡行銷電話，已拒絕該電信公司的推銷，電信公司依然持續對W君行銷

1955
1955hotline
勞動部勞動力發展署

再次感恩

佳洋得到市府 113 年優良私立就業服務機構殊榮，是源於多年來持續不懈的努力。我們希望提供僱主最好的服務，提供優質的勞工，也努力扮演好勞雇雙方的溝通橋樑。

若您對於勞工的照護工作很滿意，也記得推薦給公司提報參選 114 年度的「優良外國人」，這將是您移工極大的榮耀。

佳洋國際企業顧問有限公司全體同仁，再次鳴謝！



■如果有機會的話，麻煩在我們公司的網路評論，給我們公司一個”五星好評”加油！讓更多的朋友看到我們公

■上圖：為本公司家庭看護工，經由公司與僱主推薦，榮獲 113 年度桃園市政府頒發「優良外國人」殊榮。

網路購物慎防 一頁式廣告詐騙

一頁式廣告詐騙常具有下列特徵：

- ⚠️ 全站只有一項售價明顯低於市價之商品。
- ⚠️ 利用優惠倒數或是限量等話術營造熱賣氣氛。
- ⚠️ 網站頁面無法查到公司資訊。
- ⚠️ 廣告留言全是正面評價，沒有負評。



如果有發現疑似一頁式廣告詐騙，可以直接撥打
110、165或1955專線進行查證，以免遭到詐騙
而造成財產損失。

1955 1955hotline 勞動部勞動力發展署 廣告

雇主應安排 移工定期健檢

為確保移工的健康，雇主有責任
安排移工進行「定期健檢」；若逾
期未安排健檢，最高可面臨30萬
元的罰款。

移工由國外進入本國

入國
3個工作日內

「入國健檢」

移工國內一般轉換或期滿轉換

1年內未辦
聘僱許可生效日或接續聘僱
起始日之次日起7日內
「補充健檢」

聘僱許可
生效日起
工作滿6個月、18個月、
30個月之日前後30日內
「定期健檢」

1年內已辦
聘僱許可生效日起，工作滿
6個月、18個月、30個月之日
前後30日內「定期健檢」

移工定期健康檢查日期查詢系統使用方法：

1 掃描
右方 QR code

2 輸入「工作起始日」

3 於規定期間內完成健康檢查



1955mw_tw 勞動部勞動力發展署 廣告

心臟守衛戰 健康好習慣

想要有強壯的心臟，就從做這些事開始



均衡飲食

選擇低油、低糖、
低鹽、高纖的食物



規律運動

每週運動累積至少
150分鐘



充足睡眠

每日睡足7-9小時



適當腰圍

男性腰圍<90cm
女性腰圍<80cm



拒菸戒酒

吸菸、喝酒會讓血壓血脂升高，
對心臟血管造成不良影響

預防三高



血壓

<140/90mmHg



空腹血糖值

<126mg/dL



低密度脂蛋白
膽固醇

<160 mg/dL

1955 1955hotline 勞動部勞動力發展署 廣告

如何照顧心理健康， 你應該這麼做！



現代人壓力大，容易焦慮、憂鬱，甚至產生自殺的念頭

為了避免造成無法挽回的遺憾，你應該這麼做：

- 關心自己** 注意自己的身心狀況，
如果有任何不適要及時尋求幫助。
- 關心他人** 如果發現身邊有人情緒低落，
要主動關心，並給予支持。
- 尋求
專業協助** 若心理問題無法自行處理，
請尋求專業心理諮商師協助

如果有身心困擾，請撥打1925安心專線、生命線1995和
張老師1980，如須通譯服務可洽1955專線尋求協助！

1955 1955hotline 勞動部勞動力發展署 廣告

醫療輔具注意事項

輪椅



輪椅是行動不便人士的重要代步工具，不僅方便
家屬照顧，還能幫助使用者參與日常活動並進行
鍛煉。但在使用的時候有地方需要注意呢？

跨越臺階或不平地時先將兩側的前輪推到臺階邊緣，
輕輕翹起前輪放上臺階，推行至兩側的後輪接觸臺階邊緣，
再讓後輪以滾動方式上臺階，避免輪椅傾倒

輪椅在斜坡上停下時，需同時按壓左右煞車把手
日常應檢查煞車、煞車線和煞車塊，
避免煞車失靈或發生意外

輪椅腳踏板應定期檢查，避免因鬆脫或磨損導致使用者在
移位或乘坐時發生意外，確保安全與舒適

1955 1955hotline 勞動部勞動力發展署 廣告