116年度教育部鼓勵國內大專校院選送學生出國
研修或國外專業實習補助要點

學海計畫說明會

學海計畫宗旨

教育部為鼓勵國內公私立大專校院選送在校成績優異學生赴國外（不包括大陸地區及香港、澳門）大專校院研修或企業、機構（簡稱實習機構）實習，擴展國內具發展潛力年輕學子參與國際交流與合作活動之機會，並落實學用合一，充實職涯輔導，以期培養具有國際視野及實務經驗之專業人才，特訂定本要點。

補助類型

※ 教育部鼓勵選送 原住民學生 及 新住民子女 赴國外研修或實習

大專校院修讀學分

1 學海飛颺
選送 優秀學生 研修

2 學海惜珠
選送 勵學優秀學生 研修

※ 國外大專校院應為已列入參考名冊者；未列入參考名冊者，應為當地國政府學校權責機關或其認定之教育專業評鑑團體所認可。

實習機構職場實習

3 學海築夢
赴 非新南向國家職場實習

4 新南向學海築夢
赴 新南向國家 職場實習

※ 新南向國家，指印尼、越南、寮國、汶萊、泰國、緬甸、菲律賓、柬埔寨、新加坡、馬來西亞、印度、巴基斯坦、孟加拉、尼泊爾、不丹、斯里蘭卡、紐西蘭及澳洲等十八國。

申請單位（薦送學校）

- 國內公私立大專校院（不包括軍警校院）
- 各補助類型應提出校內學生相關配合款
  其配合款不得少於教育部核定補助金額的20%



補助對象資格（在學學生）

1

※ 申請時即應符合相關資格條件

- **申請時**具**中華民國國籍**，且在臺灣地區設有戶籍
- 於薦送學校**同一教育階段就讀一學期以上**之在學學生
  ※ 五年制專科學校，應為修讀四年級或五年級之學生
  ※ 不包括國內及境外在職專班生
- 參與學生應通過薦送學校規定之專業及語言能力條件
- 申請計畫補助者，**同一申請人，同一教育階段，以補助一次為限**
  ※ **不同補助類型計畫**名額及經費有剩餘時（即複審階段），薦送學校得選送學生至不同補助類型計畫

補助對象資格（在學學生）

2

- 申請學海惜珠者，應符合下列資格之一：

1. 各直轄市、縣（市）主管機關認定之下列資格之一：

低或中低收入戶	弱勢兒童及少年生活扶助
特殊境遇家庭扶助	弱勢家庭兒童及少年緊急生活扶助
身心障礙者生活補助費	同一戶籍內家屬具中低收入老人生活津貼補助資格

2. 具教育部大專校院弱勢學生助學計畫之助學金補助資格者
(符合當年度該計畫助學金補助資格者可申請次年度計畫)

3. 父或母領有身心障礙證明

辦理方式

辦理方式

- 薦送學校應依補助要點作業時程，提出申請
- 應於教育部核定當年度補助經費公告日起，選送學生赴國外研修或實習

學海築夢	新南向學海築夢
由薦送學校自行排定各子計畫優先順序，每校以申請10案為限	由薦送學校彙整各計畫主持人所提計畫案

- 得遴選他校學生參與計畫，赴實習機構實習
- 每計畫案應選送3名以上學生出國實習，選送學生達3名以上時，得補助計畫主持人國際來回經濟艙機票款及生活費等補助

學海飛颺/學海惜珠 補助期限及補助額度

規則	學海飛颺	學海惜珠
補助期限	1學期（季）或1學年**為限**	
補助額度	● 教育部補助每人**新臺幣5萬元以上30萬元以下**；其補助額度得依教育部當年度經費預算調整 ● 每人補助額度**由薦送學校自訂**，得包括**一張來回經濟艙機票款、國外學費及生活費**	● 選送生補助額度**依計畫書所載學生資料評核**，並考量**擬赴留學國別或城市別及各航空公司經濟艙票價訂定** ● 補助項目得包括**一張來回經濟艙機票款、國外學費及生活費**

每位選送生獲補助金額＝應包括**教育部補助款+薦送學校之配合款**

學海築夢/新南向學海築夢 補助期限及補助額度

規則	學海築夢	新南向學海
補助期限	實習期間**至少連續28天**（赴印尼實習應**至少連續25日**），不包括來回途程交通時日，**至多補助期限以一學年為限**	
各子計畫補助金額	**由薦送學校自訂**	**由教育部核定**
補助額度	● 每人至少**應**包括**一張國際來回經濟艙機票款，並以一次為限**，另**得**包括**生活費** ● 計畫主持人或共同主持人**赴國外實習機構訪視學生**之補助，以**一人為限** ※ 薦送學校得自訂生活費支領天數，以**不超過十四日**並以**計畫期程結束前為限**	

每位選送生獲補助金額應包括**教育部補助款+薦送學校之配合款**

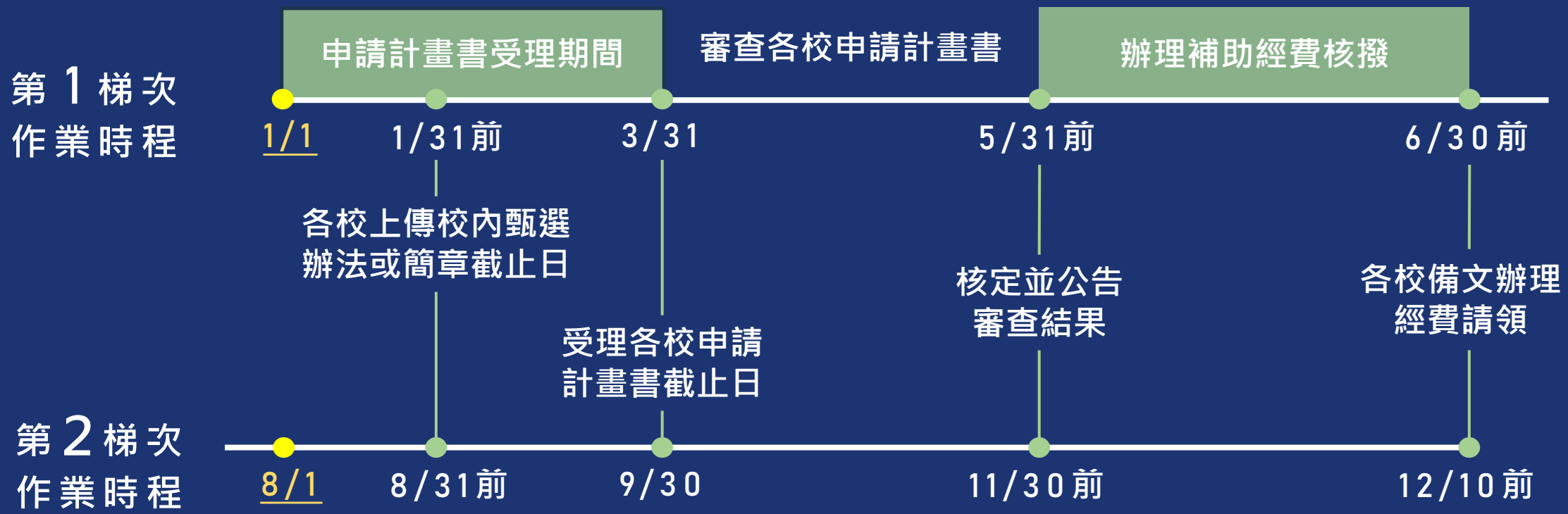
※ 若有他校學生參與計畫者，得不須提出他校學生配合款

作業時程、
申請程序及應繳交文件

作業時程

※ 薦送學校應依補助要點作業時程，提出申請

※ 第二次甄選申請時程，視本部當年度經費預算於每年 8/1 前公告



申請程序及應繳交文件

	第 1 梯次	第 2 梯次
1 各校上傳校內甄選辦法或簡章 薦送學校應依本要點規定，自訂校內審查機制，且訂定校內甄選簡章，上傳至本計畫資訊網，公開受理學生申請。	1/1 ~ 1/31	8/1 ~ 8/31
2 申請計畫書受理期間 薦送學校應於每年 1/1 及 8/1 以後，需至本計畫資訊網填寫計畫書，並列印完整申請書送校內相關單位完成用印。	1/1 ~ 3/31	8/1 ~ 9/30
薦送學校應於每年 3/31 及 9/30 前，將用印完成之申請書封面（須包括校內各單位主管之用印），掃描上傳至本計畫資訊網。		

※系統網站已設定提醒須按下送出鍵，若未按鍵送出，視為校方未同意送件，不予受理亦不接受補件。

申請程序及應繳交文件

4 學海惜珠之補助申請者應檢附文件

赴國外研修計畫書（約 1,000~1,500字）

- 個人自傳
- 赴國外研修之目標及計畫
- 預期出國研修課程及目前學習之相關性
- 未來展望

學業成績單

外國語言能力證明

符合前述補助對象資格之證明文件

戶口名簿影本（註明與正本相符並親筆簽名）

申請程序及應繳交文件

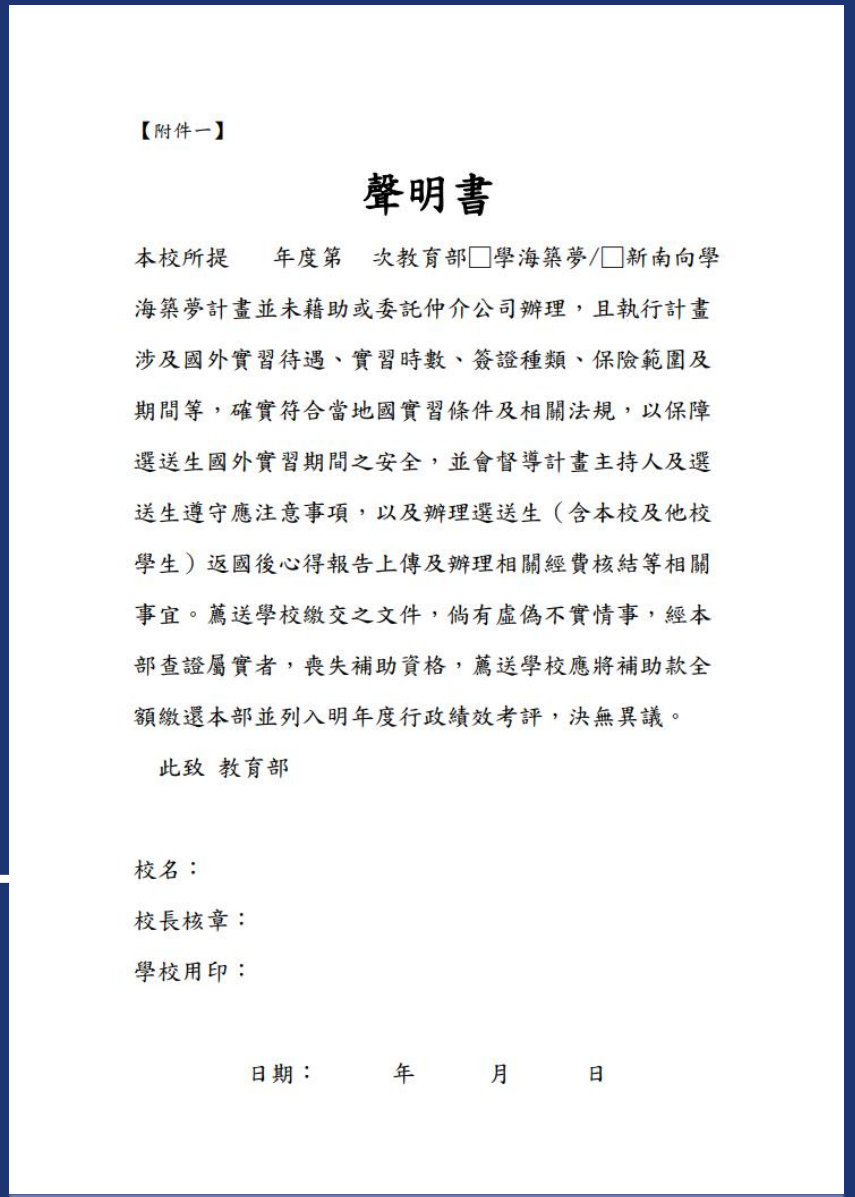
5 學海築夢及新南向學海築夢之補助 薦送學校須提出

有效之國外實習機構同意薦送學校選送學生赴該機構實習同意書或合作契約書影本

※ 所送資料如為**非英文之外文，應併附中譯文**。

薦送學校聲明書

※ 聲明書為制式表格，**請勿自行修改文字**，違者列入當年度行政績效考評。



【附件一】

聲明書

本校所提　年度第　次教育部□學海築夢/□新南向學海築夢計畫並未藉助或委託仲介公司辦理，且執行計畫涉及國外實習待遇、實習時數、簽證種類、保險範圍及期間等，確實符合當地國實習條件及相關法規，以保障選送生國外實習期間之安全，並會督導計畫主持人及選送生遵守應注意事項，以及辦理選送生（含本校及他校學生）返國後心得報告上傳及辦理相關經費核結等相關事宜。薦送學校繳交之文件，倘有虛偽不實情事，經本部查證屬實者，喪失補助資格，薦送學校應將補助款全額繳還本部並列入明年度行政績效考評，決無異議。

此致 教育部

校名：

校長核章：

學校用印：

日期：　年　月　日

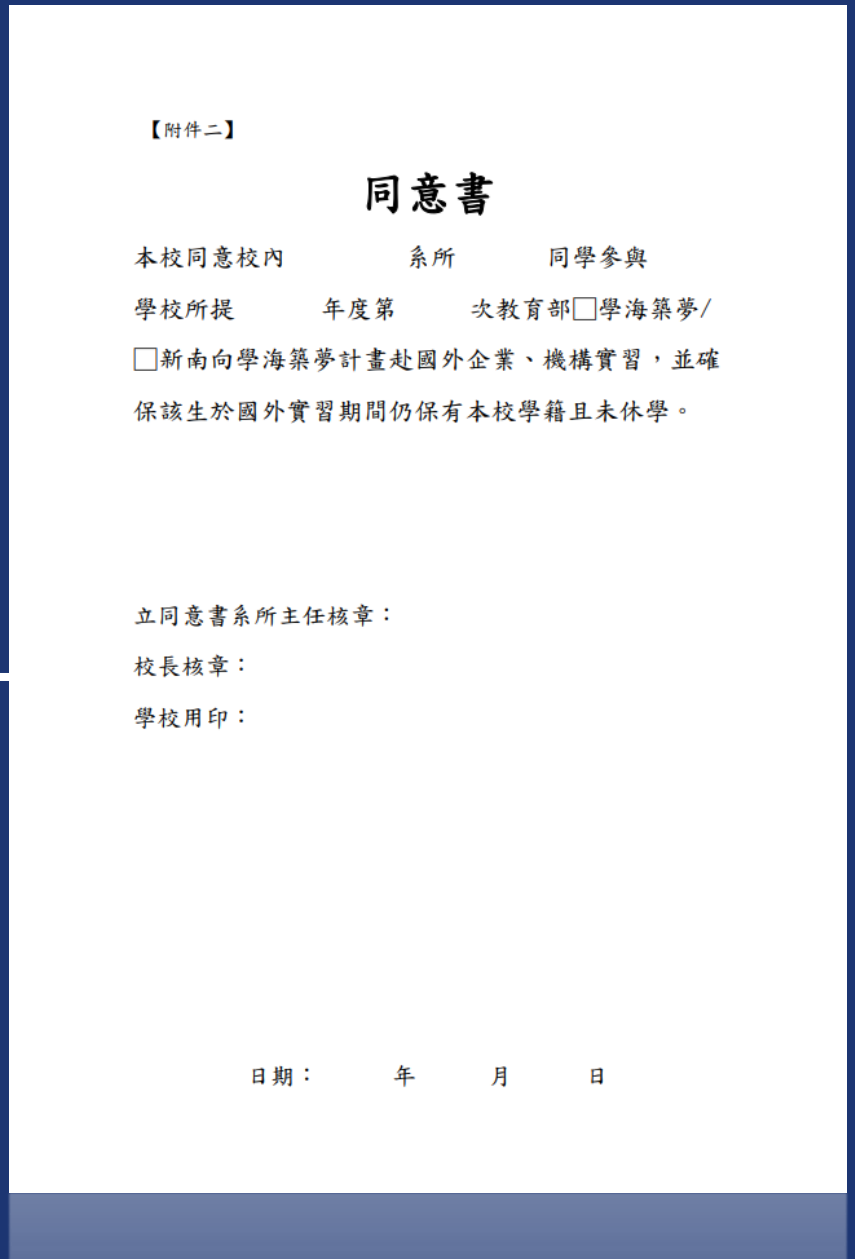
申請程序及應繳交文件

6 選送他校學生出國實習

須 **通過薦送學校甄選** 並取得他校學生**原就讀校同意**該生於在學期間（須保有原就讀學校學籍且未休學）參與薦送學校之國外實習計畫同意書。

他校學生原就讀校同意書

※ 同意書為制式表格，**請勿自行修改文字**，違者列入當年度行政績效考評。



【附件二】

同意書

本校同意校內　　系所　　同學參與

學校所提　　年度第　　次教育部□學海築夢/

□新南向學海築夢計畫赴國外企業、機構實習，並確

保該生於國外實習期間仍保有本校學籍且未休學。

立同意書系所主任核章：

校長核章：

學校用印：

日期：　　年　　月　　日

審查作業

審查程序

初審

薦送學校所送計畫書等資料，經由教育部會同教育部委託之學校就

- **申請文件完備與否**
- **執行計畫時有無違反本要點規定**

進行初審，並評定行政績效

※ 申請文件未符合本要點規定，不予進行複審

複審

按一般大學及技專校院分組，邀請評審委員進行線上審查

- **行政績效（10分）**
- **審查項目（90分）**

兩項成績加總後，核定補助計畫及額度

審查基準(附件三)

審查項目	說明	配分
（一）行政績效	包括執行計畫時撥款、核結時效性與正確性、有無違反本要點規定、出國前上傳資訊效率及經費執行情形。	10
（二）選送計畫	包括整體目標、預期績效、預定選送學生出國研修人數、薦送學校甄選作業方式與執行本要點之推廣及鼓勵措施，包括本年度選送原住民學生及新住民子女人數。	40
（三）研修規定	選送學生出國研修規定／辦法／簡章（包括校內審查機制、專業及語言能力條件）及其適切性。	20
（四）執行成效	近三年執行成效（包括選送原民學生及新住民子女數）；近三年均未獲補助之學校，配分平均分配於項目（二）及（三）。	30

審查基準

學海惜珠

審查項目	說明	配分
（一）行政績效	包括執行計畫時撥款、核結時效性與正確性、有無違反本要點規定、出國前上傳資訊效率及經費執行情形。	10
（二）選送計畫	申請學生之學業成績、外國語言能力、個人傑出表現及發展潛力。	30
	申請學生赴國外研修計畫書（包括個人自傳、赴國外研修之目標及計畫、預期出國研修課程及目前學習之相關性、未來展望），約一千字至一千五百字。	30
	申請學生赴國外研修動機及企圖心、前瞻性、是否為原住民學生或新住民子女。	30

審查基準

學海築夢 / 新南向

審查項目	說明	配分
（一）行政績效	**包括執行計畫時撥款、核結時效性與正確性、有無違反本要點規定、出國前上傳資訊效率及經費執行情形。**	10
（二）薦送學校	1. **校內審查機制**（包括校內計畫案、選送學生甄選基準、計畫主持人甄選學生作業方式等、分配各計畫案經費之準則、本年選送原住民學生及新住民子女人數；適選他校學生參與，須提出相關甄選基準及甄選學生作業方式）。	60（學海築夢） 20（新南向）
	2. **補助計畫整體配套措施**（包括建立與國外實習機構之實習合作機制、計畫主持人安排學生赴國外實習輔導機制、前一年度補助經費支用原則及支用情形）。	
	3. **近三年內薦送學校執行成效**（包括選送原住民學生及新住民子女人數成效）、國內學校與國外實習機構後續連結效益、對學生未來發展性等實際成效、變更各計畫所提預定實習人數或機構之次數、原申請書填報之實習機構與實際實習機構之差異等；近三年內均未獲補助之學校，其本項配分平均分配前1、2項。	

審查基準

學海築夢 / 新南向

審查項目	說明	配分
（三）各子計畫案	1. **學海築夢各子計畫構想頁**（每一申請案需附一千五百字至二千字摘要，包括赴國外實習機構簡介、效益、向本部申請經費、薦送學校提出配合經費及預計選送學生人數）。	30（學海築夢）
	2. 有效合作期限內之國外實習機構同意書或合作契約書及薦送學校聲明書。	70（新南向）
	3. 實習機構考評輔導學生方式、提供待遇、計畫主持人與該機構合作時間。	

經費核撥及結案

經費核撥及結案

※計畫不一定通過，核定前請勿產生任何費用。
※簽證不一定通過，應先取得簽證後，再進行匯款或購買機票。

由薦送學校辦理

1 應於教育部核定補助款後，於每年 6/30 及 12/10 前備文檢具領據，逕送本部委託之學校辦理經費核撥。

2 應於**本計畫實際執行期程結束後2個月內**，至本計畫資訊網列印受補助對象經費支領一覽表，連同教育部補助經費收支結算表各一份，送教育部委託之學校**辦理結案（覈實報支）**。

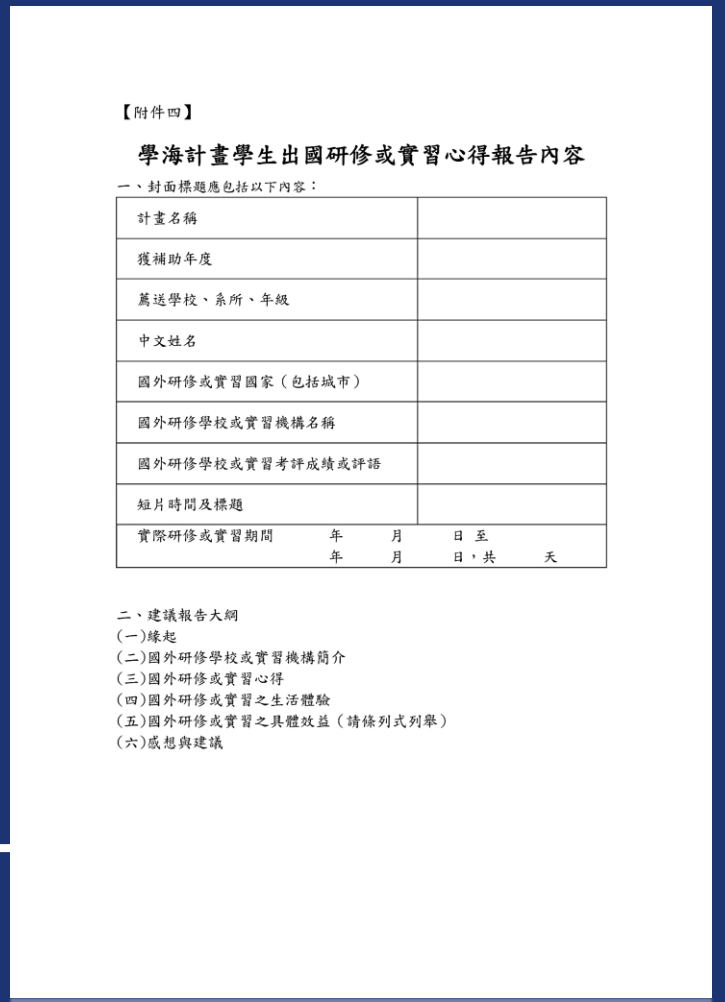
經費核撥及結案

※計畫不一定通過，核定前請勿產生任何費用。
※簽證不一定通過，應先取得簽證後，再進行匯款或購買機票。

由薦送學校辦理

3 應督促各選送生及計畫主持人於出國研修（實習）計畫期程結束後**二星期內**，上傳**問卷調查表**及**3000字以內中文或英文心得（成果）報告**，未傳送完成者，不得辦理結案。

※ 每篇心得需有照片**四張**以上
※ **得**繳交經驗短片，以三分鐘為原則



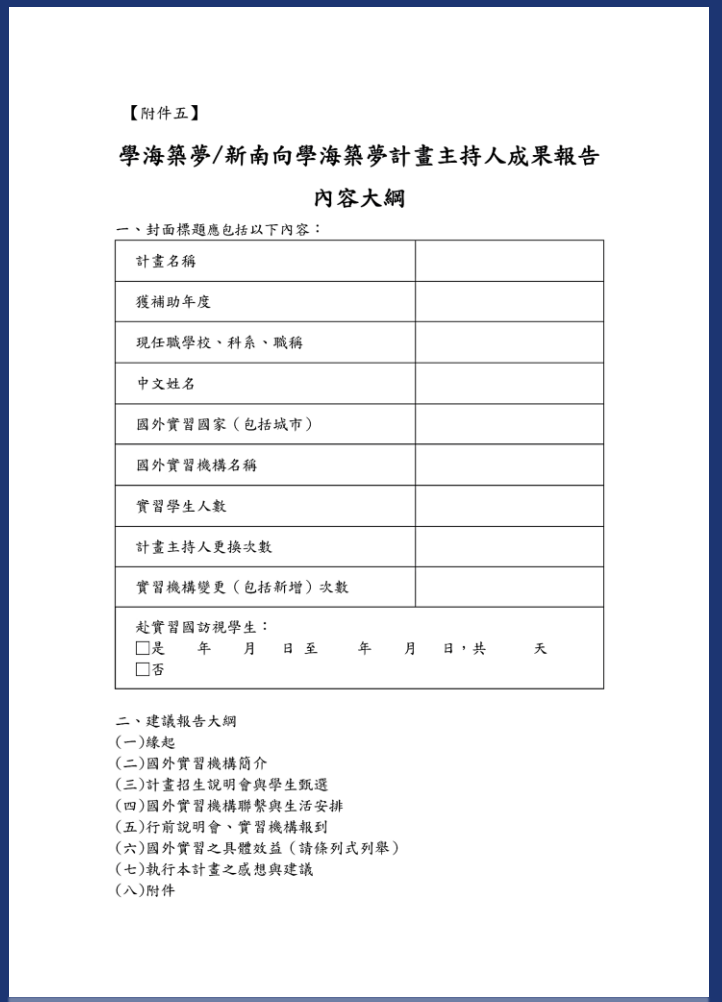
【附件四】

學海計畫學生出國研修或實習心得報告內容

一、封面標題應包括以下內容：

計畫名稱	
獲補助年度	
薦送學校、系所、年級	
中文姓名	
國外研修或實習國家（包括城市）	
國外研修學校或實習機構名稱	
國外研修學校或實習考評成績或評語	
短片時間及標題	
實際研修或實習期間　年　月　日 至 年　月　日，共　天	

二、建議報告大綱
(一)緣起
(二)國外研修學校或實習機構簡介
(三)國外研修或實習心得
(四)國外研修或實習之生活體驗
(五)國外研修或實習之具體效益（請條列式列舉）
(六)感想與建議



【附件五】

學海築夢/新南向學海築夢計畫主持人成果報告

內容大綱

一、封面標題應包括以下內容：

計畫名稱	
獲補助年度	
現任職學校、科系、職稱	
中文姓名	
國外實習國家（包括城市）	
國外實習機構名稱	
實習學生人數	
計畫主持人更換次數	
實習機構變更（包括新增）次數	
赴實習國訪視學生： □是　年　月　日 至　年　月　日，共　天 □否	

二、建議報告大綱
(一)緣起
(二)國外實習機構簡介
(三)計畫招生說明會與學生甄選
(四)國外實習機構聯繫與生活安排
(五)行前說明會、實習機構報到
(六)國外實習之具體效益（請條列式列舉）
(七)執行本計畫之感想與建議
(八)附件

經費核撥及結案

※計畫不一定通過，核定前請勿產生任何費用。
※簽證不一定通過，應先取得簽證後，再進行匯款或購買機票。

由薦送學校辦理

4 應審核學費、機票款相關原始憑證，生活費憑領據核結。

5 新南向學海築夢應逐案辦理結案。

6 應依教育部補（捐）助及委辦經費核撥結報作業要點相關規定辦理核結；教育部補助款有結餘者，應全數繳回。 **※ 支票抬頭：國立臺灣科技大學403專戶**

※ 各校辦理四種補助類型計畫之各項公文請依計畫類別及年度分開函報教育部或委託學校（國立臺灣科技大學人力資源專案辦公室）

應注意事項

應注意事項（薦送學校及計畫主持人）

依據要點第九點第1款第 1、4、7、9、15 目規定

行政契約

- 薦送學校應取得國外實習機構同意薦送學校選送學生赴該機構實習同意書或合作契約書，並應於選送生**出國研修或實習前，與選送生、計畫主持人及共同主持人簽訂行政契約書**，該契約書應明確載明選送生研修或實習之學校或實習機構、期間、獲補助金額、**分次撥款時程與額度、簽約時間及遵守要點之相關注意事項**。
- 選送生因出國研修或實習所衍生之權利義務及其他未盡事宜，均依薦送學校與選送生簽訂之行政契約書辦理。

經費核撥

- 補助經費採分**二次核撥方式**，第一次撥款應於學生出國前完成，且不得少於教育部核定補助款百分之八十；未於規定期間完成撥款程序者，教育部得不予結案。
- 薦送學校得依不同國別或城市之實際生活消費指數，訂定生活費支給標準。國際來回機票之編列，以各航空公司**經濟艙**票價為原則。

  ※不包含豪華經濟艙在內之其他艙等

應注意事項（薦送學校及計畫主持人）

依據要點第九點第1款第 5、10、11、12、13 目規定

實習機構變更

✓ 築夢　✓ 新南向

- 計畫核定後，需變更或新增實習機構，計畫主持人應於出國實習前，敘明理由及提出該實習機構詳細介紹資料、與原實習機構不同之處對照表及國外實習機構同意薦送學校選送學生赴該機構實習同意書或合作契約書，逕向薦送學校申請並經其同意後，始得變更或新增該實習機構，以一次為限。

- 薦送學校應備函檢附校內審核通過紀錄、與原實習機構不同之處對照表及國外實習機構同意薦送學校選送學生赴該機構實習同意書或合作契約書影本逕送教育部委託之學校，始得上網更改系統資訊，並將列入次年度行政績效評核。

- **計畫主持人變更實習機構未經薦送學校同意者，喪失受補助資格，薦送學校應依行政契約書規定，追償已領取之補助款，並繳還本部。**

應注意事項（薦送學校及計畫主持人）

依據要點第九點第1款第 10 目規定

計畫主持人變更

✓ 築夢 ✓ 新南向

- 計畫主持人應為薦送學校之專任教師，得聘共同主持人一名，共同主持人應為薦送學校專任或兼任教師。但特殊情況，需變更計畫主持人時，薦送學校應先取得原計畫主持人及接任計畫主持人書面同意後，備函逕送教育部委託之學校，並上網更改系統資訊。

依據要點第九點第1款第 12 目規定

經費流用變更

✓ 築夢

- 未執行之子計畫案補助款欲流用至其他子計畫案時，應由薦送學校審核同意後辦理，始得流用。薦送學校需備函檢附校內審核同意紀錄逕送本部委託之學校，始得上網更改系統資訊。

應注意事項（薦送學校及計畫主持人）

依據要點第九點第1款第 13 目規定

降低最低薦送人數變更　新南向

- 新南向學海築夢實習人數，不得少於教育部核定最低選送人數。但需變更最低選送人數，包括變更原預定選送原住民學生及新住民子女人數，薦送學校應提出具體說明，於出國實習一個月前，函報教育部審核，經本部審核同意後，始得變更；薦送學校除需依減列選送人數比例繳回未執行部分之補助款外，並需將計畫配合款由本部核定補助金額20%調增至30%，並將列入次年度行政績效評核。

※ 學海築夢子計畫所提之預定實習人數，包括選送原住民學生及新住民子女人數，計畫主持人得於出國實習前，提出具體說明經由校內會議同意後，得自行調整人數，總補助金不會變；且不須備函提出申請。

應注意事項（薦送學校及計畫主持人）

依據要點第九點第1款第 2、3、6、14、16 目規定

結案相關

研修

實習

- **選送生動向與安全掌握：**薦送學校應於選送生出國研修或實習**二星期前**，確實至本計畫資訊網登錄選送生個人基本資料表，俾本部透過系統匯出資料通報各所屬駐外機構，以確實掌握選送生國外動向及安全，並給予適當協助。
- **文件不實之處置：**薦送學校選送學生所登錄及繳交之文件，有虛偽不實情事，經查證屬實者，薦送學校應將補助款全額繳還本部。
- **行前/經驗分享座談會：**薦送學校每年應於校內舉辦選送生出國研修或實習行前說明會，及經驗分享座談會。

應注意事項（薦送學校及計畫主持人）

依據要點第九點第1款第 2、3、6、14、16 目規定

	結案相關
研修	● **學分審核與登錄：**薦送學校應審核選送生國外研修學分是否符合**校內所訂學分相關規定**，並於本計畫資訊網登錄其國外研修學分數
實習	● 實習計畫執行內容由薦送學校計畫主持人規劃，結合校內專業課程與國外專業實習，提出國外實習計畫，擇定實習機構，以強化學生赴國外實習之整體成效。 ● 計畫主持人應親洽國外實習機構，不得藉助或委託仲介公司辦理。 ● 薦送學校應確實督導各計畫主持人執行國外實習計畫案，俾確保執行本計畫案之合法性，**應**： 　● 協助選送生辦理國外實習期間之醫療及意外保險 　● 依當地國法令規定申請可於當地國境內**從事實習之簽證**及符合當地國境內**實習勞動條件**

應注意事項（薦送學校及計畫主持人）

1 本部鼓勵選送原住民學生及新住民子女赴國外研修或實習。

2 計畫主持人成果報告及選送生心得報告經本部評選為佳作者，將邀請至年度成果發表暨經驗分享座談會中公開表揚，並發給獎金以資鼓勵。

3 本要點所提相關表格及資訊，得至本計畫資訊網列印及查詢（https://www.studyabroad.moe.gov.tw/）。

4 原具低收入戶或中低收入戶資格學生，參加學海計畫出國研修或實習183天以上，因不符社會救助法第四條第六項規定，遭註銷補助資格者，薦送學校應主動提醒選送生，得依「低收入戶及中低收入戶學生參加教育部、大專校院選（薦）出國研修或國外專業實習返國後專案性補助計畫」申請相關補助，並儘速函請學生戶籍所在地直轄市、縣（市）政府（社政單位）依前開補助計畫辦理，並副知本部，以維護其相關補助權益。

應注意事項（薦送學校及計畫主持人）

5 如因天災、戰亂、罷工、疫情、交通阻絕、政府命令、其他不可抗力之事由，足認危選送生生命、健康、財產安全之虞，薦送學校得取得選送生同意後，檢附佐證資料，報部核可，以提前終止、延後或取消選送計畫，不受第九點第二款第四目之限制，亦不列入行政績效評核。

6 **薦送學校如有違反規定或執行不實情事，致影響學生權益，經本部查證屬實之情形，應將補助款全額繳還本部。本部另得視情節輕重列入次年度行政績效評核、次年度經費核配參考，或列計行政缺失扣減獎補助款。**

應注意事項（選送生）

1 獲本要點補助經費出國之選送生，不得同時領取**我國政府**提供之其他出國補助。

2 選送生應於確定出國研修或實習前，與薦送學校簽訂行政契約書，未簽訂者，不得領取補助款。

3 選送生自教育部核定補助公告日起，至遲應於核定補助計畫次年10/31以前辦妥出國手續，並啟程出國研修或實習；屆期未出國者視為放棄。

4 選送生在國外就讀期間未滿一學期（季）或在國外實習期間未滿連續28天或赴印尼實習期間未滿連續25天（以上皆不包括來回途程交通時日），不得領取本補助款，已領取者應全數償還，由薦送學校依行政契約書規定負責追償已領補助款，並繳還本部。

應注意事項（選送生）

5 選送生於赴國外研修或實習期間，應保有薦送學校學籍**（未休學）**，研修者在國外不得辦理休學；研修或實習**結束後，應向原薦送學校報到**。違反上開規定者，由薦送學校依行政契約書規定，追償全數補助款，並繳還本部。

6 選送生活動紀錄（如心得報告、製作活動參與短片、簡報或問卷調查表），皆無償授權本部為業務推動使用，本部將擇優分享於網站。選送生並應出席本部相關留學宣導活動之經驗分享座談會，進行國外研修或實習經驗分享。

近期提醒事項

1 研修或實習期間若遇性平事件，請學校相關單位務必於24小時內完成校安通報並指派專人處理相關事宜。

2 學海築夢及新南向學海築夢係供學子赴海外企業、機構進行職場實習，若規劃以**接受課程、訓練或學習語言為主要內容者**，**不屬本部學海築夢補助範疇**。築夢計畫每校申請以**十案為限**，請勿合併不同機構或領域之計畫以規避案數限制。

3 薦送學校應檢視學生心得報告內容是否符合補助要點規定，**研修課程或實習內容與學生領域有關**，並呈現課程學習之研習心得，或於企業、機構實習之心得。

4 學海惜珠115年度新增申請資格，包含「**具教育部大專校院弱勢學生助學計畫之助學金補助資格者**」及「**父或母領有身心障礙證明**」，請各校加強宣導並協助符合資格學生瞭解可申請學海惜珠，避免學生因不知情而申請學海飛颺，影響權益。

近期提醒事項

5 依本要點規定，申請者須於「**申請時**」具備資格條件。各校送件前請善盡審查職責，確認學生**就讀滿一學期、實習機構同意書效期及內容完整**，避免因不符規定致不予受理；赴國外實習應依當地國法令申請可從事實習之簽證。

6 計畫主持人訪視生活費應以**學生實習機構所在城市**之生活消費水準為計算基準。

7 赴國外實習應**依當地國法令申請合法實習簽證**，請各校務必協助學生申請合法實習簽證，避免影響學生權益及未來出入境紀錄，近年度已發生多起案例：例1.赴日本實習持觀光簽證，於海關遭拒絕入境並遣返。例2.赴美國實習持ESTA，於海關遭拒絕入境並原機遣返，且五年內不得入境美國。

8 學海築夢及新南向學海築夢如**屬校內實習課程並採計學分者**，請留意是否符合「**專科以上學校產學合作實施辦法**」相關規定，包括實習機構評估選定、書面契約、學生權益保障及境外合作機構條件等（114年6月23日修正）。

感謝聆聽

臺科大人力資源辦公室
電話：(02)2730-1290
E-Mail：tosf@mail.ntust.edu.tw
地址：(106990) 臺灣科大郵局第90-116號信箱