

中庄調整池進水口景觀平台

法律常識	❖年改釋憲案：鳥瞰	P02
	❖潑紅漆的被告，為什麼沒羈押？	P06
圖說司法	❖大家常說的「累犯」是什麼意思？	P09
廉政案例	❖未親自簽署及容許他人借用本人名義執行業務案	P13
	❖逾越執業執照登記之執業範圍案	P15
資通安全	❖慎用網路社群，不是什麼都能直播喔！	P18
	❖別讓孩子被聳動標題釣走	P20
消費保護	❖一頁式廣告詐騙多 小心查證保障多	P21
	❖電信費用扣繳金額不足申訴案	P23
反毒反詐	❖反毒防身5術	P26
	❖猜猜我是誰？	P27
	❖投資理財有風險，穩賺不賠攏係假	P28
洗錢防制	❖李○○涉嫌背信、偽造文書案	P29
	❖吳○○涉嫌掏空戊公司資產案	P33
健康叮嚀	❖防跌做得好，老年生活少煩惱 善用防跌策略與輔具	P36
	❖真相與闢謠	P41

## 年改釋憲案：鳥瞰

■資料來源：一起讀判決

2019年8月23日，大法官作成三號解釋：781、782及783號，分別是軍、公、教年金改革，這三號解釋的內容大致相同，但也不完全一樣。

這篇先來介紹幾個基本問題：第一，案件怎麼來？第二，涉及到什麼樣的憲法議題？有什麼基本權爭議？第三，哪些違憲、哪些合憲？哪些要改？

### 案件由來

2018年7月，三部和軍公教退撫金相關的法律陸續施行，包括：陸海空軍軍官士官服役條例、公務人員退休資遣撫卹法，以及公立學校教職員退休資遣撫卹條例，這三部法律分別調降軍人、公務員以及公立學校老師的退撫金。

國民黨少數立委共38人，依照大審法第5條第1項第3款，以現有總額三分之一以上，就其行使職權，適用憲法發生疑義，或適用法律發生有牴觸憲法之疑義的規定，聲請大法官解釋。大法官分別做成781號（軍人年改）、782號（公務員年改）以及783號（公立學校教師年改）等三號解釋。

### 涉及到什麼基本權爭議？

雖然三號解釋涉及到三種不同的法律，三類不同的年金改革制度，但大抵來說結構相同。

首先，退休所得計算基準調降、提高退撫基金撥款費用基準，讓原本可以領的退休年金減少、在職時需要提撥的費用增加，這會涉及到法律不溯及既往、信賴保護跟財產權侵害的比例原則。

其次，所得替代率調降的時程跟幅度，這涉及到財產權。再者，最低保障金額調降，涉及到生存權、服公職權的保障。

另外，軍人年改有些特有的規定，包括優惠存款本金在新法後第11年才發還、月補償金在新法施行後一次性補發餘額、將節省的退撫基金支出挹注基金等，也涉及到財產權保障等。

最後，退伍、退休後任職私立學校的薪水超過一定額度，原本的按月支付的退休金就停止給，則涉及到平等權、工作權跟財產權的保障問題。

## 哪些合憲、哪些違憲、哪些要改？

這三號解釋只有在一個地方宣告違憲而立即失效，就是退伍、退休後任職私立學校的薪水超過一定額度，原本的按月支付的退休金就停止給予這個規定違憲。另外，由於三部法律授權行政院跟考試院權衡各種因素來調整月退休俸金額，解釋要求進一步修法，當消費者物價指數變動累積達到一定百分比時，應該適時調整退休所得，避免退休財產價值隨著時間經過而實質減少。最後，針對公務員、公立學校教師部分，如果改革目的提前達成，最晚要在法律規定的定期檢討前，在不改變退休所得替代率架構的前提下，採行適當調整措施。

### (一)信賴保護、比例原則部分

年金是由退撫基金支應，來源有三：個人提撥、政府提撥跟政府補助。

所謂個人提撥是指在職的時候，每個月從薪水提撥一部分的錢，作為退休年金的來源之一。這個部分，大法官認為應該採取較為嚴格的審查標準。但其他政府提撥跟補助的部分，雖然政府提撥不能移作他用，但來源是政府預算，屬於恩給制的範圍，政府補助涉及國家財政資源分配之社會關聯性，立法者有相對較高的調整形成空間，採取較為寬鬆之審查標準。

在撫卹相關法律中，出現退撫基金「由政府負最後支付保證責任」的字眼，多數意見指出，這個意思是：「採行開源節流手段仍不足以維持收支平衡時，應另以預算為撥款補助支應。」至於透過年金改革手段是否合憲，還是要看有沒有合乎比例原則、信賴保護原則，並不會因為「由政府負最後支付保證責任」這段話而當然違憲。

在審查比例原則方面，多數意見認為雖然退休、退伍人員的信賴值得保護，但因為法規變動基於公益必要性，因人口結構老化，領取退撫給與人數與年數增加，政府以預算支應退撫舊制退撫給與持續增加，又因為少子化結果，手段是為了維護退撫基金存續，並沒有逾越必要程度。

## (二)法律不溯及既往部分

在釋字717號解釋關於18%優惠利率釋憲案就已經討論過類似問題，當時大法官認為：新訂之法規，原則上不得適用於法規生效前已經終結的事實或法律關係。但是如果規定只適用在新法規生效後的國家和退休人員，並沒有往前溯及，退休

公務員是以定期簽約的方式辦理才予以調降，並沒有適用到已經簽約、尚未期滿部分，和法溯及既往原則無關。

在781這三號解釋，情況類似。大法官認為新法將計算基準跟調降所得機制適用在新法施行後的「繼續給付」的月退所得，也就是適用在施行後繼續存在的事實或法律關係，和法律不溯及既往原則沒有關係。

### (三)違憲部分：平等權的問題

退伍、退休後任職私立學校的薪水超過一定額度，原本的按月支付的退休金就停止，這是以「是否任職私立學校，而且領到的薪水超過一定數額」與否，作為分類的方法。

大法官在此採取較嚴格的審查標準，主要的原因在於這個分類標準涉及到中高年齡者，限制財產權、屬於工作權的主觀限制。

雖然立法目的是為了防止從政府領雙薪、從政府補助的私立大學專任教師領取薪資，以提供年輕人教職機會，屬於重要公益。但是，大法官認為手段跟目的之間不具有實質關聯。

首先，不是每間私立大學都受有政府補助來支付專任教師薪水，這個手段涵蓋的範圍過廣；其次，政府獎勵的對象也不只是限於私立大學，還有其他私人機構，新法並沒有包含到同樣受有政府補助的私人機構，也不及於在大學以外私立學校擔任教職或私校行政人員，涵蓋過窄。

手段和目的之間，欠缺實質關聯，違反平等權。



### 潑紅漆的被告，為什麼沒羈押？

■資料來源：一起讀判決

9月29日的遊行中，有兩名男子對香港歌手何韻詩潑紅漆被逮補後，檢察官對這兩名男子聲請羈押，台北地院分別以20萬、10萬元具保，在檢察官提起抗告後，高等法院駁回抗告而確定。

那麼，羈押的目的跟要件是什麼？什麼又是具保？

### 羈押的目的與要件

羈押不是處罰，而是為了確保刑事審判程序的追訴、審判或有罪判決的執行，依照刑事訴訟法規定，有4個要件：犯罪嫌疑重大、法定羈押事由、有羈押必要、沒有不能羈押情形。



### 一、犯罪嫌疑重大

檢察官認為兩名男子構成組織犯罪條例第3條第1項、集會遊行法第31條妨害合法集會遊行罪、刑法第304條強制罪、第354條毀損罪、第309條第2項以強暴犯公然侮辱罪。

其中，組織犯罪條例第3條第1項是指：發起、主持、操縱、指揮或參與犯罪組織。檢察官提出的證據是被告行前會議錄影，但北院認為會議是事發前兩小時召開，目的在討論潑漆的細節，屬於臨時召集討論，不是持續性的結構組織，檢察官就組織犯罪的釋明不夠，未達犯罪嫌疑重大。

至於，其他罪名包括集會遊行法第31條妨害合法集會遊行罪、刑法第304條強制罪、

第354條毀損罪、第309條第2項以強暴犯公然侮辱罪，都過了犯罪嫌疑重大的門檻。

## 二、法定羈押事由

法定羈押事由包括：逃亡之虞、串證滅證、重罪且有相當理由認為會逃亡串證滅證、反覆實施特定罪名的犯罪。

在這個案子中，法官認為被告有固定居所、工作跟需要扶養的人，雖然行為前有變裝，這是為了接近現場，沒有辦法認為有逃亡之虞。至於反覆實施同一特定犯罪部分，本案涉及的罪名只有強制罪屬於法定的特定犯罪，其中一位男子雖然曾經因為潑漆遭到判刑，但當時被判的是公然侮辱跟傷害，並不是強制罪，也無法認為有反覆實施強制罪的情形。

最後，則是勾串、滅證，這個部分法院認為有可能。因為根據會前錄影影像，還有多位共犯沒到案。

## 三、有羈押必要、沒有不能羈押情形

所謂有羈押必要是指：如果不羈押被告，顯然很難進行追訴、審判或執行，也就是比例原則的展現。法院認為被告涉及到的犯罪，排除組織犯罪條例後，都是三年以下的罪。

依照刑事訴訟法第114條規定，犯最重本刑為3年以下有期徒刑的罪而聲請交保的話，法院原則上不能拒絕具保。考慮各種因素後，法院認為本案沒有羈押必要，而且被告也都聲請交保，因此各以20萬、10萬元交保。

## 什麼是具保或交保？

具保是羈押的替代手段，確保被告會遵期到庭，不會逃匿。

具保有兩種：人保跟現金保。

### 人保

由轄區內殷實之人出具保證書，記載保證金額及依法繳納之事由，條文中所謂的「殷實」出自「後漢書」，是指有資力的人，不是老實的意思，具保人需要提出財產證明文件供審查。

### 現金保

被告或上面這位具保人，也可以直接繳交現金或有價證券，以取代出具保證書。

被告逃匿會怎樣？

在人保的情況下，法官或檢察官可以命保證人繳納指定的保證金後，沒入之。如果具保人不繳，可以強制執行。在現金保的情況下，法院可以沒入已經繳納的保證金。

## 保證金可以退還嗎？

如果被告並未逃亡，在案件告一段落，免除具保的責任後，具保人可以聲請發還保證金。



↑ TOP



大家常說的「累犯」是什麼意思？

■ 司法院全球資訊網

新聞一直報，你還不知道...

大家常說的

**累犯**

是什麼意思？



①

司法院  
Judicial Yuan

只要犯同樣的罪行

**2次以上**

就是「累犯」嗎？



②

司法院  
Judicial Yuan

我們常認為「累犯」是指「犯人一再地犯罪」，但在法律上，「並不是」第二次犯罪，就是累犯唷！

## 法律中 累犯

受徒刑之執行完畢，  
或一部分之執行而赦免後  
五年內，故意再犯  
有期徒刑以上之罪者

常見的酒駕案件，駕駛人也要符合上述規定才可以稱為「累犯」喔！



3

可參考刑法第47條第1項規定

司法院  
Judicial Yuan

## 法律小編 碎碎念

### 舉個例子來說明一下

小花先犯了A罪，被判處6個月有期徒刑  
在執行完畢後的5年內，  
又故意犯有期徒刑以上的B罪，  
此時的小花就成了累犯。



犯了  
A罪

執行完畢的  
5年內

又故意犯  
B罪

此時的小花

累犯

判處6個月  
有期徒刑

有期徒刑  
以上

4

司法院  
Judicial Yuan

說到這裡...

## 新聞中提到的 「最低本刑」是什麼意思？

譬如說：加重竊盜罪  
處6個月以上，5年以下有期徒刑

這裡提到的6個月就是法定最低本刑喔！

5

可參考刑法第321條第1項規定

司法院  
Judicial Yuan

憲法為保護人權，要求刑法所規定的犯罪和刑罰要相當，叫做**罪刑相當原則**。對於初次犯罪的人，犯罪情節非常輕微，法官可考慮從輕量刑，判處最低刑度的刑責。

對於**再次犯罪**之人，立法者認為他們對於刑罰的反應薄弱，要加重處罰，依刑法第47條第1項規定，**有期徒刑全部執行完畢，或一部執行而赦免後，5年之內，故意再犯有期徒刑以上的罪，稱為累犯**，要加重處罰，最多可加重最高刑度的一半。

6

司法院  
Judicial Yuan



例如：在車站偷他人的便當，依刑法第321條第1項規定，法官可在6個月以上5年以下的刑度內判刑，假如犯罪情節非常輕微，法官可以判最低6個月的刑。假如被告是累犯，依法律，就一定要加重處罰，此時法官須在7個月以上7年6個月以下的刑度內判刑。

可是，累犯有的時候所犯的情節非常輕微，就一定要判7個月去關，這樣的刑罰，對一個偷便當的被告來說，處罰就顯得太過嚴苛了。

所以大法官作成了775號解釋▼

7

宣告刑法第47條第1項：**不分情節，一律加重處罰，對於被告是過苛的處罰，違反憲法罪刑相當和比例原則**，要求有關機關在2年內完成修法。

在修法完成前，法院應就個案依解釋意旨，裁量是否加重最低本刑。

換句話說，在上述的例子，法官認為情節輕微的話，就可以不加重最低本刑，僅判處6個月有期徒刑。

8

# 廉政案例<sub>-1</sub>

## 未親自簽署及容許他人借用本人名義執行業務案

■資料來源：法務部廉政署-廉政細工（採購篇）

### 一、案情概述

A 公司負責人兼土木工程科技師甲辦理某鄉公所供水改善工程委託勘測設計及監造技術服務案。甲於工程勘測設計期間身在國外，指示公司員工辦理踏勘等設計業務，並容許員工以其名義執行相關業務。另該工程設計書圖正本後附某日召開之規劃設計初稿會議紀錄表內容，然該會議期間甲尚未回國，出席人員欄位卻有署名甲之簽名。甲雖稱該設計書圖初稿有經其以 skype 或電子郵件方式審閱，惟依契約及工程技术顧問公司管理條例規定，甲應親自為之，不得由公司員工以其名義履行現場踏勘、現況調查、分析及簽署相關設計書圖初稿之專業技師責任。甲之行為經行政院公共工程委員會決議停止業務 2 個月。

### 二、風險評估

技師容許他人借用本人名義執行業務：

甲技師應親自執行現場踏勘、現況調查、分析，並簽署相關設計書圖初稿，卻因本案工程勘測設計期間身在國外，指示公司員工辦理踏勘等設計業務，並容許員工以其名義執行相關業務，未落實技師專業責任。

### 三、防制措施



- (一) 工程技師於受委託執行案件時，應瞭解本身之專業能力及職權範圍，不得承接個人能力不及或非專業領域之業務，全盤考量自身能力可負擔之情形，避免因接案過多導致案件之監造品質無法控管。
- (二) 專業技師應確實依照契約及工程技術顧問公司管理條例規定，親自簽署設計書圖，不得便宜行事，由他人以其名義履行現場踏勘、現況調查、分析及簽署相關設計書圖初稿之專業技師責任。
- (三) 強化設計監造單位人員在職訓練及加強法令教育，宣導移送懲戒案例，使技師瞭解其執業過程中應盡的職責，及應遵守的法令，善盡專業責任、確保技術服務品質，避免發生受懲戒之情事。
- (四) 藉由技師懲戒制度功能的落實，可督促技師善盡專業責任，使社會大眾在接受技師提供之技術服務時，得到一定程度的服務品質及安全保證，並建立對技師專業之信賴。

#### 四、參考法令

技師法第 16 條第 1 項技師執行業務所製作之圖樣及書表，應由本人簽署並加蓋技師執業圖記；第 19 條第 1 項第 1 款技師容許他人借用本人名義執行業務或招攬業務、第 2 款技師違反或廢弛其業務應盡之義務。

## 逾越執業執照登記之執業範圍案

■資料來源：法務部廉政署-廉政細工（採購篇）

### 一、案情概述

某機關委託 A 公司辦理地下道工程規劃設計監造服務案，招標文件廠商資格載有「專任技師執業範圍須與本案有關，如土木、結構技師、公共工程品質管理師」，該機關認除水土保持、給排水設施及下水道工程屬水利工程科技師執業範圍外，其餘工程皆屬土木工程科或結構工程科技師執業範圍，A 公司遂於服務建議書之「計畫組織人員」編列土木工程科技師一職，由水利工程科技師甲辦理規劃設計。惟該公司於換領工程技術顧問公司登記證後，其專任技師僅有水利工程科技師甲一人，而工程預算書圖於修正階段尚未核定期間由甲負責辦理，然工程核定之預算書圖卻未有土木工程科技師簽證，僅甲加蓋執業圖記，表示由其為全部工項負責，有逾越水利工程科技師執業範圍之情事。甲之行為經行政院公共工程委員會決議核予申誡 1 次。

### 二、風險評估

技師逾越執業執照登記之執業範圍執行業務：

水利工程科技師與土木工程科、結構工程科技師執業範圍有別，A 公司不得僅為便宜行事，恣意使水利工程科甲技師承接個人能力不及或非專業領域之業務。

### 三、防治措施

- (一) 工程所包括之專業領域相當廣泛，每件工程皆有其特殊性及專業性，工程人員應瞭解本身之專業能力及職權範圍，倘承接個人能力不及或非專業領域之業務，易造成損失或爭議。
- (二) 有關各科技師已領之有效執業執照，及各工程技術顧問公司登記證所載營業範圍技師科別等相關資訊，可利用行政院公共工程會網站（<http://www.pcc.gov.tw>）之（技師及工程技術顧問公司\技師\公告資訊\技師執業執照查詢）及（技師及工程技術顧問公司\工程技術顧問公司\公告資訊\工程技術顧問公司查詢）查閱。
- (三) 公共工程實施技師簽證，涉及不同科別技師執業範圍者，應由不同科別技師為之，並分別註明各自負責之範圍。其關聯二以上科別技師執業範圍之介面部分，得標廠商應指定一技師負責整合，並由其與其他涉及科別之技師共同簽證負責。
- (四) 按「各科技師執業範圍」所定，水利工程科技師執業範圍為防洪、禦潮、灌溉、排水、堰、壩、堤防、涵渠、下水道、給水、水力發電、築港、河川橋樑、水資源開發、水工結構、山坡地開發、河川地開發、海埔地開發等工程及其他有關水利工程之規劃、設計、監造、研究、分析、試驗、評價、鑑定、施工、養護、檢驗及計劃管理等業務，並不包括道路工程規劃、設計。技師所承辦之業務不得逾越執照內記載之業務範圍。
- (五) 工程人員承辦執行各類技術服務監造工作，應充分瞭解技師簽證之法令依據及應遵守事項。



**四、參考法令：**技師法第 16 條第 1 項後段涉及不同科別技師執業範圍，應由不同科別技師為之、第 20 條技師不得逾越執業執照登記之執業範圍。

**檢舉賄選 人人有責**

檢舉專線 **0800-024-099** 撥通後再按 4

LINE @ 啄木鳥公民舉 好友募集中

檢舉獎金  
 檢舉正副總統候選人賄選者 --- 最高獎金新臺幣1500萬元  
 檢舉立法委員候選人賄選者 --- 最高獎金新臺幣1000萬元

洗錢 郵 反賄選 斷黑金

**檢舉賄選 好康在後頭**

1. 靠近打探  
 招待旅遊  
 送費七選存伙家
2. 錄音錄影  
 贈送優惠券
3. 參加活動  
 贈送金錢物品
4. 保有原物  
 代繳費用
5. 記錄過程  
 買票手法多、檢舉力量大
6. 邀人合作  
 假設籍
7. 蒐蒐證據  
 選舉賄選
8. 專線檢舉  
 招待晚宴
9. 地檢告發  
 假聘僱
10. 身分保密

↑ TOP

慎用網路社群，不是什麼都能直播喔！

資料來源：教育部全民資安素養網

不是什麼都能直播喔！







水瓶女王vs老公仔

↑ TOP

## 別讓孩子被聳動標題釣走

✚ 資料來源：教育部全民資安素養網

## 別讓孩子被聳動標題釣走



廣告



圖 水瓶女王vs老公仔

↑ TOP

## 一頁式廣告詐騙多 小心查證保障多

➤ 資料來源：行政院消費者保護會全球資訊網

近幾年「一頁式廣告」詐騙業者遍及臉書、入口網站或社群媒體等。更甚者，竟有不肖業者截圖民間消保團體的 LOGO，置於其網頁底端，並打著接受該團體監督的口號，恐有誤導消費者之嫌。

行政院消費者保護處(下稱行政院消保處)表示，台灣消費者保護協會(下稱台灣消保協會)是國內僅有的 2 個優良消保團體之一，該協會已嚴正聲明，絕無替任何業者背書，希望消費者勿輕信不肖業者的詐騙技倆。

一頁式廣告因將商品所有資訊，包括商品介紹、圖片、影像、下標等，都集中在一個頁面，方便快速，符合現在消費趨勢。但內政部警政署 165 宣導平臺每週公布的「民眾通報高風險賣場」資訊，一頁式廣告詐騙案子很多，其 6 大特徵如下：

- 一、網頁上沒有公司地址、客服電話(或沒人接聽)，只留下電子信箱或加 LINE 私下交易。
- 二、售價明顯低於市場行情；常以「限時特價搶購」或「倒數」方式銷售以吸引民眾。
- 三、號稱免運費、7 天鑑賞期、可拆箱驗貨、不滿意包退等。
- 四、廣告相關留言都是正評、沒有負評。
- 五、只能使用「貨到付款」或信用卡刷卡付款。
- 六、網頁大多夾雜簡體字，且粗糙不精美。



此外，民眾倘遇有貨到付款的商品和網購商品不符時，應儘速向貨運(宅配)業者(如郵局)反映，並撥打包裏上託運人電話辦理退貨；若包裏上無託運人資料，可先詢問貨運(宅配)業者，告知要辦理退貨。

行政院消保處提醒消費者，網購雖然方便快捷，但仍應注意上述 6 大特徵，多加查證，勿輕信網頁廣告，並慎選商譽良好之電子商務平臺；如遇有消費爭議時，應立即申訴，以掌握時效，讓相關業者能及時協助處理。

## 網路廣告要透明 名實相符最可靠

隨著電子商務盛行，廣告形式更加多元，但遵守廣告真實的義務則始終如一。依消費者保護法第22條規定，企業經營者應確保廣告內容之真實，其對消費者所負之義務不得低於廣告之內容。企業經營者之商品或服務廣告內容，於契約成立後，應確實履行。

行政院消費者保護處提醒企業經營者，製播網路廣告，務請落實下列事項，才能獲得消費者信賴：

- 一、於廣告或行銷活動中，明確揭露企業資訊與交易資訊。
- 二、廣告及行銷資訊應避免與評論或其他報導混淆，以利消費者清楚知道其為廣告內容。
- 三、不應利用電子商務之特性，隱藏真實身分或所在位置，規避執法和售後服務。
- 四、對於兒童、高齡者及其他弱勢消費者採行之廣告或行銷活動，應慎重妥適為之，避免誇張或引誘。
- 五、讓消費者可以選擇是否接收企業寄發的商業電子郵件。當消費者表示不願意時，應即停止寄發。



↑ TOP

## 電信費用扣繳金額不足申訴案

資料來源：行政院消費者保護會全球資訊網「高齡者消費爭議案例彙編」

### 一、案例摘要：

高齡者陳先生平時利用存摺轉帳自動扣款繳交相關費用（如電話費、水費、電費…等），帳戶不定時會存入金錢，平時維持有數萬元不等，自動扣繳支應相關費用無虞。

某日，電信業者通知陳先生電信費用扣繳金額不足，陳先生認為是詐騙電話而不以為意。數週後，電信公司因陳先生未繳電話費用而中斷陳先生的電話使用，此時，陳先生才意識到問題嚴重。

經陳先生的兒子向電信公司確認後得知，近 2 年來陳先生的電話費用除有月租費及通話費以外，陸續約有 8 萬元小額付費的帳款。經查係陳先生未成年的孫子使用陳先生的行動電話購買遊戲點數，陳先生認為電信公司並未做好確認身分，致使其電話遭盜用；另外陳先生也未同意電信公司開通小額付費服務，因此向當地縣市政府消費者服務中心提出申訴。

### 二、處理過程與結果：

#### （一）過程：

1. 消費者服務中心收到案件，依消費者保護法第 43 條規定，函請企業經營者於 15 日內妥適處理。



2. 電信公司回復陳先生，有關電話遭盜用及未同意便開通小額付費服務，該公司願付部分責任，但基於陳先生的孫子已將所購買之遊戲點數使用完畢，若陳先生不追究該公司責任，那電信公司就不追究其孫子盜用及返還不當得利的責任。

3. 雙方多次溝通無共識，陳先生申請進行協商與調解程序。

## (二) 結果：

1. 消保官於調解會議中建議雙方相互退讓，企業經營者未做好確認消費者真實身分及未能提出消費者同意開通小額付費的證明；而消費者部分，盜用身分的人並非外人，而係自己的孫子，自己未妥善盡到監督及教育責任，也不應由企業經營者全數負擔。雙方若進入爭訟程序，必定雙輸，而且小孩子可能會留有汗點紀錄。

2. 雙方互有妥協後，業者退還 2 萬元後雙方和解。

## 三、給高齡者的建議：

(一) 現在電信服務及消費型態多元，應隨時留意每期帳單明細，帳單金額若有異常，應迅即向業者查詢。

(二) 轉帳付款非常便利，但仍應經常核對，隨時注意帳戶往來情況。

(三)目前行動設備的支付功能已逐漸普及，不只是通話設備，宜妥善保管，並設定以加密方式，強化資訊安全保護。

# 安心信賴電子商務 個人資料嚴加保護

電子商務改變了人們購物的方式，但也引發諸如交易安全與個人資料遭濫用等問題。2018年國際消費者聯盟便以「促進數位市場公平」作為世界消費者日的主題，籲請各國共同推動合理安全的交易環境。為強化消費者對電子商務之信心，企業蒐集與使用個人資料，除應符合相關規定，更須善盡保管義務，您的公司是否早已做好萬全準備？以下是行政院消費者保護處提供給企業的建議：



1 應保護消費者隱私，以合法、透明、公平之方式，蒐集、處理及利用消費者個人資料，確保消費者享有選擇權。

2 設計開發行動及線上付款系統時，應納入隱私保護機制，並適時檢討、更新及整合現有機制。

3 建立個人資料外洩防護機制，一旦發生外洩事件，立即主動通知消費者並採取必要補救措施。

4 對兒童進行個人或其家庭成員資料之蒐集與使用，須先取得兒童父母或監護人的同意，並提供父母或監護人得檢視、更正或刪除資料之機制。

5 採取適當措施，確保傳輸與儲存消費者的個人資料安全無虞。依相關之安控標準，隨時更新安全與認證技術，積極提昇交易安全等級。

反毒防身 5 術

資料來源：衛生福利部食品藥物管理署

# 反毒防身 5 術

-  **直接拒絕** 勇敢向毒品說不
-  **遠離現場** 立刻離開是非場所
-  **轉移話題** 巧妙轉移注意力
-  **自我解嘲** 幽默調侃自己拒絕
-  **友誼勸服** 表達關愛給予建議

免付費諮詢專線 **0800-770-885** (請請您·幫幫我)

反毒資源館 網頁搜尋



衛生福利部食品藥物管理署



廣告



## 猜猜我是誰？

➤ 資料來源：內政部警政署 165 全民防騙網



### 老朋友打來借錢？ 孩子被綁架？ 朋友找你投資？

**小心！先掛電話，再查證  
打來要錢幾乎都是詐騙！**



TREND MICRO  
**防詐達人**



警政署警政服務APP

ios版本

Android版本



↑ TOP

# 反毒反詐 3

## 投資理財有風險，穩賺不賠攏係假

➤ 資料來源：內政部警政署 165 全民防騙網

165 專線發現，近期歹徒透過架設網站或臉書社團、私人 LINE 群組進行招募，並以「博奕」、「二元期貨」、「靈骨塔」、「黃金」及「虛擬貨幣」等名義，標榜「穩賺不賠」誘騙民眾投資，初期讓被害民眾獲得小額利潤，博取信任後，再誘以投資大量金額行騙，請民眾務必提高警覺。

165 提醒您~「投資理財有風險，穩賺不賠攏係假」



WWW.GETDR.COM

防詐達人立即辨 貼圖購物不受騙

一頁式購物 假新聞 電子郵件 加LINE好友立即辨識



內政部 刑事警察局  
CRIMINAL INVESTIGATION BUREAU

TREND  
MICRO  
趨勢科技

↑ TOP



## 李○○涉嫌背信、偽造文書案

資料來源：法務部調查局全球資訊網「洗錢案例彙編第六輯」

### 壹、案情概述

#### 一、案件來源

法務部調查局洗錢防制處於99年5月接獲A銀行申報疑似洗錢交易報告：王○○於98年度至法院聲請監護宣告事件，案經法院於98年裁定由里長李○○為王○○之輔助人，惟研判王○○生活費每月至多新臺幣（下同）10萬元，但輔助人卻於99年5月4日至18日期間陸續轉出2千餘萬元，顯有可疑。

#### 二、涉案人

李○○，前臺北縣三重市○○里長。

#### 三、涉案情形

李○○係前臺北縣三重市○○里里長，王○○係其里內獨居老人，98年6月間，王○○罹患大腸癌及失智症亟需就醫治療，李員乃通報三重市公所，為王○○申請獨居老人居家照護，惟嗣後市公所派員為王○○進行居家環境清掃時發現，王翁在銀行單一帳戶存款即高達1,200萬餘元，不符獨居老人居家照護條件，乃將王翁擁有鉅款情形告知里長李○○，李員乃起覬覦之心，為取得王○○之財產，李○○除安排王翁入住三重中興醫院附設護理之家接受長期安養照護外，另以電腦繕打印製「委任授權書」乙紙，載明「本人王○○在臺灣無任何親人，身罹癌症，不良於行，委請李○○全權處理醫療生活起居及身後事宜，

遺產剩餘全數歸李○○所有，恐口說無憑，特立此據」等內容，要求王翁簽名同意，惟未獲王○○同意；李○○心有不甘，乃另經王翁同意，以其本人名義向臺灣板橋地方法院聲請監護宣告，冀透過取得監護權宣告，俾能管理、處分王翁財產，惟法院審理後，未同意監護宣告之聲請，僅依職權裁定王○○為受輔助宣告之人，並選定李○○為王翁之輔助人。

時至99年3月間，王翁因病喪失意識及語言表達能力，李○○見其來日無多，明知依民法規定輔助人不得管理、受讓受輔助人之財產，竟基於不法所有之犯意，違背輔助人之任務，擅自持王○○之證件、印鑑及存摺，前往A銀行甲分行，將王翁A銀行之兩帳戶分別轉帳900萬元及950萬元至同行李○○個人帳戶，後又將王翁帳戶內剩餘之355萬元款項轉至不知情之李妻梁○○帳戶，另李○○又分別前往A銀行、B銀行甲分行等行庫，將屬於王○○其他帳戶內之款項計167萬餘元現金提領一空，李○○挪用王翁之金額總計高達2,300餘萬元。

李○○擅自挪用王翁之所有款項，惟恐不法犯行東窗事發，趁王○○昏睡之際，赴醫院強行抓取王翁左手大拇指於前述自行製作之「委任授權書」上按捺指印，並在法院傳訊李○○到案說明時，出示此份授權書，意圖脫免、掩飾前揭不法犯行。惟經法院向醫院查明，王○○當時並未陷入彌留，仍有意思表達能力，可自行簽名，遂認定上開授權書係偽造。

## 貳、洗錢手法

李○○案發後聲稱係王○○同意其成立基金會從事公益，故其將王翁款項轉出運

用，惟經資金清查結果，李員將部分款項轉出後購買股票或兌換外幣，均自行花用

### 參、可疑洗錢表徵

- 一、靜止戶或久未往來之帳戶突然有大額現金出入，且又迅速移轉者。
- 二、經常替代他人或由不同之第三人存提大筆款項出入特定帳戶。

### 肆、查扣金額

100餘萬元。

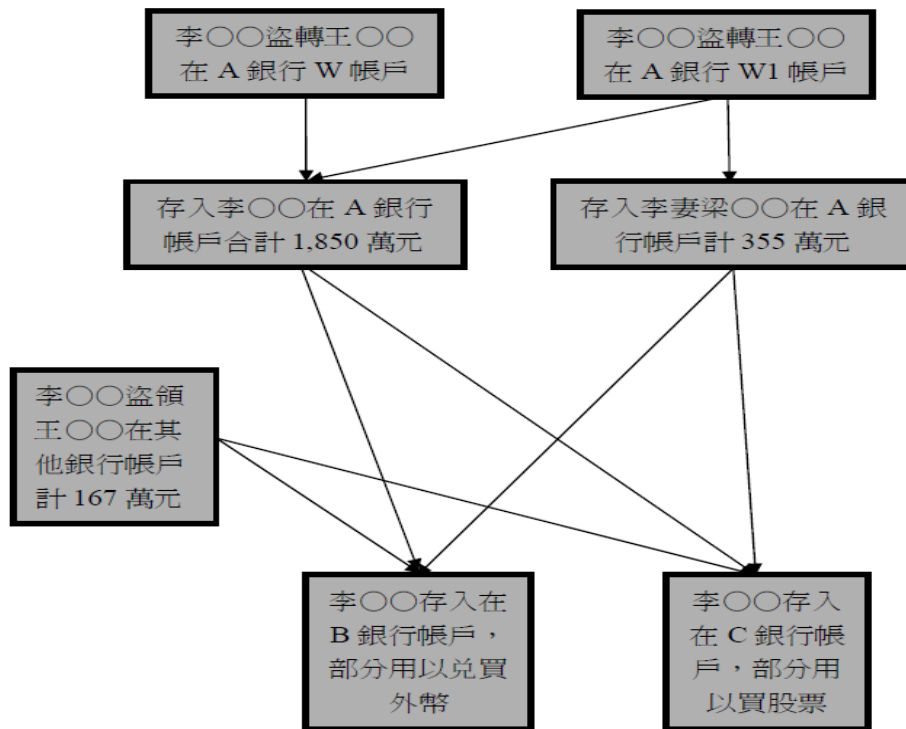
### 伍、起訴判決情形

本案由調查局北機站於99年11月移送板橋地檢署依法偵辦，該署100年3月以刑法第342條第1項背信、同法第210、216條偽造文書等罪嫌提起公訴；板橋地方法院101年間以背信、偽造文書判處李○○有期徒刑1年6月，並宣告緩刑，惟檢方不服上訴。

### 陸、經驗參考

- 一、本案之偵破端賴金融機構之警覺，在李○○持王○○印鑑、存摺前往銀行進行交易時，發現李員提領金額超出日常生活所需，並及時申報疑似洗錢交易。
- 二、本案事涉監護宣告及輔助宣告之差別，對於民法規定受宣告人財產權之處分權限有別，經深入研究案件之偵查著有裨益。
- 三、李員案發後對外宣稱經過王○○同意成立基金會從事公益，故其處分王○○財產係為從事公益所需，惟經縝密資金清查後發現，李員將王○○款項轉出後多購買股票或兌換外幣，從事個人投資之用，證明渠所言均係卸責之詞。

## 李○○涉嫌背信、偽造文書資金流程圖



**縱容洗錢  
會流失比錢** 競爭力 自由度 公信力 **更重要的事**



行政院洗錢防制辦公室  
Anti-Money Laundering Office, Executive Yuan

地址 10048 台北市中正區信義路一段3號5樓  
傳真 (02) 2322-2680 電話 (02) 2322-2618 網址 www.amlo.moj.gov.tw



↑ TOP



## 吳○○涉嫌掏空戊公司資產案

資料來源：法務部調查局全球資訊網「洗錢案例彙編第六輯」

### 壹、案情概述

#### 一、案件來源

法務部調查局洗錢防制處於98年10月接獲A銀行申報疑似洗錢交易報告：資金由國外匯入王○○帳戶後，即由吳○○以略低於新臺幣（下同）50萬元方式連續提領，逃避大額通貨交易申報。

#### 二、涉案人

吳○○，丙、丁、戊公司董事長。

#### 三、涉案情形

王○○設於A銀行帳戶自98年6月起由國外匯入款後，即由吳○○以低於50萬元方式提現。經清查資金來源，發現王○○上述帳戶資金來自同銀行甲公司美元帳戶轉入，甲公司帳戶之資金則來自B銀行國際金融業務分行乙公司帳戶（甲、乙兩家為紙上公司，負責人均係王○○）匯入，乙公司帳戶資金則係由C銀行丙公司及丁公司（兩家均為戊公司百分之百轉投資之海外公司，吳○○為董事長）帳戶匯入。案經依法搜索吳○○公司、住家等6處所，查出戊公司董事長吳○○涉嫌以公司員工張○○、王○○及江○○等人名義設立國際金融業務分行帳戶及個人帳戶，將戊公司資金轉丙、丁海外子公司，以發放佣金、獎金等非法支出方式，使戊公司財務報表所能認列之投資損益減少，並透過上述人頭帳戶洗錢後，再以提領現金方式予以侵占，總計掏空公司資產13億餘元，涉嫌違反證

券交易法、洗錢等罪嫌。

## 貳、洗錢手法

吳○○以員工名義開設帳戶及境外紙上公司，再以發放佣金、獎金等名目動支公司資金，利用員工帳戶洗錢，再以提領現金方式藏於家中或銀行保管箱中。

## 參、可疑洗錢表徵

- 一、開戶後立即有與其身分、收入顯不相當或與本身營業性質無關之大額款項存、匯入，且又迅速移轉者。
- 二、每筆存、提金額相當相距時間不久。
- 三、經常替代他人或由不同之第三人存提大筆款項出入特定帳戶。
- 四、同一帳戶或同一客戶透過不同帳戶分散交易，並經常有多筆略低於必須申報之金額存入帳戶或自帳戶提出者。

## 肆、查扣金額

- 一、現金6億餘元。
- 二、丁公司股票23,036仟股，市值約8億3,000萬餘元。

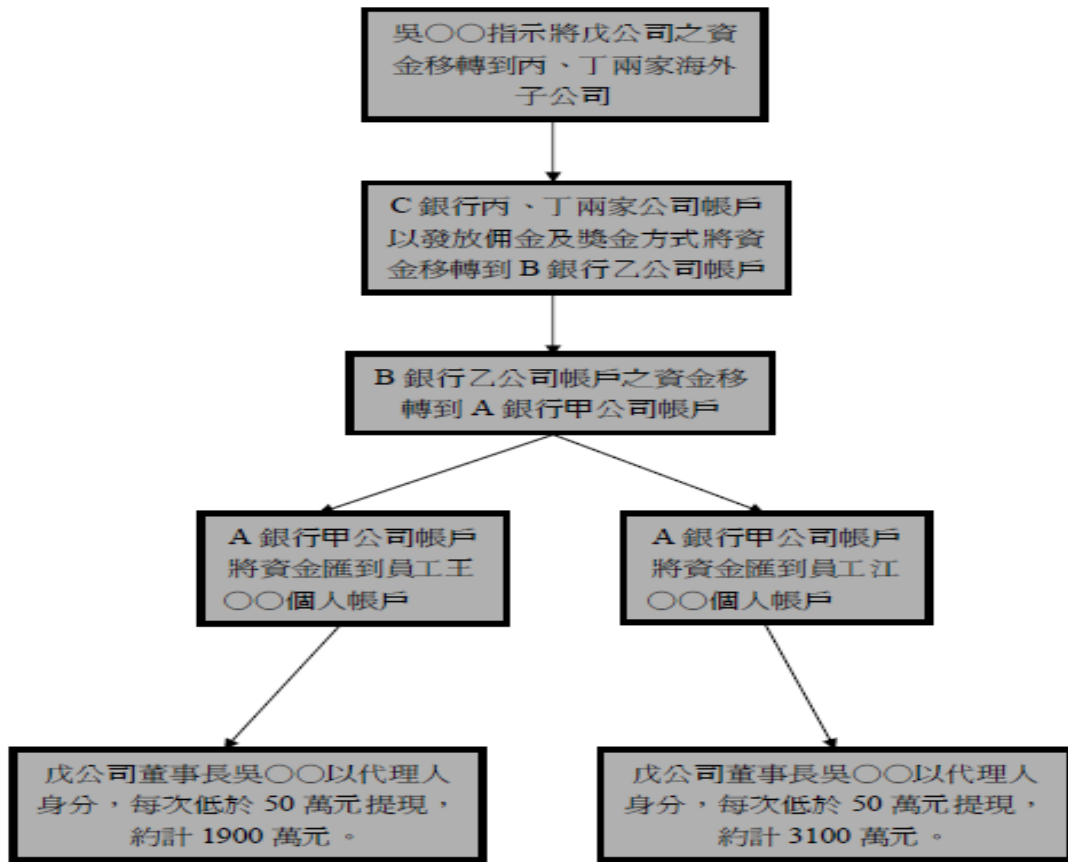
## 伍、起訴判決情形

板橋地檢署於99年8月以違反證券交易法、洗錢等罪起訴。

## 陸、經驗參考

銀行行員對於異常交易警覺性高，並適時申報疑似洗錢交易，使得案件能夠偵破，並查扣犯罪所得。

吳○○涉嫌掏空戊公司資產案資金流程圖



反賄選  斷黑金

選前若買票



選後A鈔票

 地檢署  
選舉電話 **0800-024 099**  
(免費電話 24小時 久久服務)

賄選假笑面 當選隨變面

↑ TOP

## 防跌做得好，老年生活少煩惱

### 善用防跌策略與輔具

文／張玉櫻

**根**據國民健康署 2013 年國民健康訪問調查，每 6 名長輩，就有 1 人發生跌倒事件，每 100 位長者，便有 8 人 因跌傷就醫，當長輩跌倒，很容易面臨頭部受傷、關節脫臼與骨折等風險，嚴重跌倒甚至可能導致臥床、死亡。長輩跌倒往往非單一因素造成，積極找尋原因且予以改善，方能避免再次跌倒。

一位年約 70 歲女性長輩，曾因退化性關節炎接受人工膝關節置換術，一次出外旅遊，因為沒坐穩，竟從長椅上摔倒在地，臉部摩擦地面，所幸沒有釀成重大傷害，由此可見，跌倒危機隨時可能發生。聽聞長輩跌倒，多數民眾首先浮現的念頭是「意外」或「不小心」，花蓮慈濟醫院家庭醫學科主治醫師暨緩和醫療科主任謝至鏗指出，諸多因素皆可能增加長輩跌倒風險，跌倒意味著長輩身體、健康促進方式或周遭環境可能需要做整體檢討與進行通盤性調整。

### 跌倒事件 隱含多種因素

謝至鏗進一步闡釋，疾病因素如失智、帕金森氏症、曾受傷、尿失禁、低血壓、貧血、頭暈等，又或是運動量不足、步態不穩、平衡感不佳、視力與聽力衰退、肌力低落、使用安眠藥或其他藥物、營養不良與環境等原因，都容易造成跌倒，許多風險因子相加，跌倒機率便持續攀升，部分長輩缺乏維生素 D 與鈣質等營養素，一跌倒便骨折、受傷，預後令人憂心。



國立臺灣大學醫學院附設醫院物理治療中心主任曹昭懿也觀察到，下肢肌力與髖關節、膝關節、踝關節健康皆與長輩跌倒風險有關聯；像踝關節扭傷、韌帶受傷，本體感覺也會產生變化，上下樓梯便容易誤判階梯高度而絆倒；曾中風的病友亦是如此，當一個人曾中風，腳可能無法抬高，或者腳板無法行動自如，常拖著地走路，也容易引發跌倒意外。

如何判斷年長者跌倒風險高低？當醫師、物理治療師等醫事人員評估長輩跌倒風險，常透過「坐站起走測試」觀察長輩肌力、平衡感、步態與活動狀態，以初步了解未來長輩跌倒、失能機率，之後視情況安排其他檢查，深入瞭解其中原因。謝至鏗表示，長輩跌倒，背後隱含錯綜複雜因素，因此評估需鉅細靡遺，將年長者體能與疾病病程、用藥、環境等所有可能性納入，才能根據不同原因擬定個人化防跌策略。

防跌工作之所以重要，原因在於長輩一旦跌倒，極易造成臥床、行動不便等嚴重後遺症，或是導致活動量大減，甚至部分長輩因擔心再度跌倒而畏懼出門或不再運動，長輩整日待在家中、床上，肌力流失加快，更易面臨跌倒威脅，形成惡性循環，長期下來，身體機能便如江河日下，一日不如一日。

## 防跌之道 隱藏在每個細節

在2018年11月衛生福利部國民健康署（以下簡稱健康署）出版的《長者防跌妙招》最新版本中明列預防跌倒之道，包括「定期練習肌力、柔軟度和身體平衡」、「時時注意居住環境的安全」、「選擇合適的鞋子及輔具」與「看醫生時，將正在吃的藥的藥單或藥袋帶去給醫生看」等。

長者防跌策略多半環環相扣，謝至鏗以尿失禁為例指出，國外研究證實，老人有尿失禁，確實可能增加跌倒風險，有尿失禁困擾的老人，多伴隨盆底腔肌力不足，下肢肌力連帶受影響，常趕著如廁，容易發生跌倒，因此對尿失禁族群，防跌策略不僅在減輕尿失禁症狀，也需提升下肢肌力，如廁與居家環境也要多加留意，才能全方位減少老人跌倒傷害。

曹昭懿則根據家中環境因素進行分析，浴室與廚房皆隱藏許多危機，以廚房而言，只要一滴油滴至地上，便可能釀成跌倒危機，浴室常處於濕滑狀態，亦是危機四伏。另外，家中有幼兒或兒童者，玩具沒收好，散置於地板，長輩踩到，很容易失去平衡、跌倒受傷。

健康署提醒，長輩平時居家動線，需減少雜物、家具、電線等障礙物置放其中，應保持動線淨空，家具尖銳處也要加上防撞條或泡綿。至於居家地板，亦要維持乾燥與防滑，長者臥室可考慮採用木質地板，或鋪設防跌軟墊，避免跌倒受傷。浴廁可設止滑墊，也可考慮在馬桶、浴缸旁加裝扶手，門檻前也需設止滑腳踏墊，並考慮在浴室擺放洗澡椅。

長輩進行居家活動時，應維持適當照明，可在床邊設置夜燈，至廁所通道，也可設置夜間壁燈，並準備緊急備用照明，同時要注意電燈開關處之識別亮度。

## 社區防跌宣導 面向多元

由於長輩跌倒與諸多原因相連，進行社區防跌宣導時，也需顧及這些因素。謝至鏗表示，長輩防跌推動策略常與健康飲食、運動課程、用藥安全、慢性病預防、心理健康、健康篩檢與血壓量測等社區活動結合；這些議題與跌倒事件息息相關，尤其部分長輩對環境畏縮，不願出門活動，藉由社區資源、關懷據點服務，可鼓勵長輩養成運動習慣，並有效訓練肌力。

不少國內外研究顯示，長輩運動、進行下肢核心肌肉群訓練，對防跌確有成效，如太極拳、瑜珈，都有助增加平衡感，預防跌倒事件。謝至鏗曾分析社區關懷據點運動課程，在運動課程開班前後請長輩接受測試，結果發現，長輩參與運動課程後，不僅肌力明顯提升，人際關係亦大幅改善。

## 正確使用輔具 減少跌倒風險

輔具的運用亦是防跌策略重要一環。衛生福利部社會及家庭署多功能輔具資源整合推廣中心主任李淑貞表示，長輩跌倒分內、外因素，像年長者常出現的肌少症，便屬於內在因素，目前有輔具可幫助運動復能，或加強肌力訓練，視力、聽力不佳的長輩，也有相關輔具可供使用，幫助解決內在因素的不足。環境則屬外在因素，透過輔具設置，也可打造防跌居家環境，像適合的照明、環境顏色的對比，抑或處理高低差障礙，都需評估和視個人與家庭需求進行規劃；這部分政府針對失能老人和身心障礙者都有提供專業評估服務。

有些長輩習慣以雨傘代替手杖，對此李淑貞提醒，雨傘的支持力量不足，以雨傘做手杖，安全性有待商榷。手杖若為非木質手杖，分為一般商品與醫療器材手杖；一般商品之非木質手杖，須經過經濟部標準檢驗局檢驗合格，購買時也要認明「商品檢驗標識」，使用時需依說明書正確使用，而醫療器材手杖則需要有「醫療器材許可證」，民眾使用較有保障。

目前全國每一縣市皆有縣市政府設置的輔具資源中心，長輩或民眾欲選購輔具，可多方了解，並接受專業評估，民眾上衛生福利部社會及家庭署「輔具資源入口網」，便可獲

得全國縣市政府設置的輔具資源中心相關資訊。這些政府設置的輔具資源中心配置輔具評估人員、社工、維修技師等專業人力，為民眾提供一站式全方位專業服務！

## 運用資源 遠離跌倒夢魘

健康署也在網路推出「高齡者健康操」與「銀髮族防跌健身操」等影音內容，長輩在家中也能養成運動習慣，當養成規律運動習慣，肌力獲得提升，不僅生活品質好轉，也有助遠離跌倒夢魘。

資料來源：衛生福利部國民健康署健康九九網站

### 發生跌倒的反應與處理

#### ◆ 發現長者跌倒該怎麼辦？

- 當發現長者跌倒時，**不要慌張，也不要急著將他拉起來**，可能會造成長者傷勢加重



- 檢查跌倒長者的意識狀況，以及受傷或出血等狀況
- 若發現長者有意識不清或大量出血情形，應**盡快叫救護車並送醫急救**



↑ TOP



# 健康叮嚀-2

## 真相與闢謠

➤ 資料來源：衛生福利部國民健康署全球資訊網

### ◇ 癌症是不治之症？罹癌=死亡嗎？

近來隨著名人癌逝的新聞不斷在網路上流傳，癌症與不治之症好像畫上等號，但是罹癌就等於死亡嗎？別急著下定論，讓我們先來看看科學證據。

世界衛生組織(World Health Organization, WHO)已經將癌症、心血管疾病、糖尿病及慢性呼吸道疾病等 4 種疾病定義為非傳染性疾病(Non-communicable Diseases, NCDs)，而導致非傳染性疾病增加的主因分別是：抽菸、身體缺乏活動、喝酒和不健康的飲食。另外美國疾病控制與預防中心(Centers for Disease Control and Prevention, CDC)也指出，大多數慢性疾病都可以透過良好的飲食、身體活動、戒菸、戒檳和避免過度飲酒以及定期進行健康檢查來預防，降低癌症發生與死亡率。

其實癌症和心臟病、糖尿病等一樣是「慢性病」，而不是絕症，除了傳統的手術治療、化學或放射線治療外，這幾年標靶藥物及免疫療法加入治療行列，讓癌症存活率提升不少，延誤診療才容易成為真正的殺手。以大腸癌為例，5 年存活率第 1、2 期已經達 82.7%及 71.1%，即使到了第 3 期都還有 60.2%，但如果延誤治療到第 4 期才就醫，5 年存活率就只剩下 11%。

### ◇ 牙齦流血了，我是否該趕緊多補充維生素 C？

造成牙齦流血的原因非常多，例如：牙齦炎、牙結石、牙周病等，都可能是導致出血的原因，不一定是維生素C攝取不足的問題。維生素C可幫助膠原蛋白合成，若不足時會使得原本具有膠原蛋白的組織崩散，像是牙齦、皮膚等，因此會漸漸地出現牙齦萎縮、流血，嚴重者甚至出現壞血病。

人體無法自行合成維生素C，但可以從新鮮水果中獲得，例如：芭樂、小蕃茄、柑橘類，建議每餐吃一份約拳頭大的水果，就不用過度擔心攝取不足。另外建議牙齦流血的民眾，應該前往牙科診所作口腔檢查，確認原因後，才能對症下藥，解決牙齦出血的狀況。

### ◇ 同學這麼瘦我這麼胖 是不是內分泌失調造成的？

內分泌疾病成為兒童和青少年肥胖的主因是相當罕見的，且通常都伴有附加症狀。如生長激素缺乏症、甲狀腺功能低下或庫欣氏症等等的特徵是身材矮小和生長速度變慢，因此如果生長速度正常或增加通常可以排除內分泌因素。另外，兒童肥胖也會影響第二性徵發育，包含女孩的乳房、陰毛發育和初經等提早相關，也與男孩的骨齡超前導致身高速度加快有關，甚至可能出現青春期延後等症狀。

**【可以這樣做】**首先要了解什麼是會造成孩子肥胖的生活因素，例如生活作息及飲食習慣不正常、是否缺乏運動、是否常熬夜以致沒有充足的睡眠、喜歡吃零食和宵夜等等。除非兒童或青少年期相對於家族遺傳身高較矮，並且在體重一直增加的過程當中，身高反而沒有成長，才需要考慮是否罹患其他少見的內分泌疾病。

## ◇聽說年紀大了，變「衰弱」是正常的老化，沒關係？

1. 隨著年紀的增長，長者會出現身體機能的下降，呈現「衰弱」狀態，如：虛弱無力、體重下降、肌肉萎縮、頻繁跌倒、行動不便等情形。
2. 「衰弱」是一種狀態，表示生理機能儲備量降低、抗壓性減弱，使人變得脆弱，難以承受疾病或壓力事件，恢復也不完全。有些體態瘦弱、行動緩慢，看似健康的老人，往往在肺炎、或跌倒住院後，便喪失自我照顧能力、失能、甚至死亡。
3. 如果能在有衰弱徵狀前或衰弱早期能正確評估並採取適當的介入措施，便能預防或延緩失能發生。提醒 65 歲以上的長者或家中有高齡長者的民眾，能自我檢視是否有衰弱症的「六大危險訊號」，如：體重減輕、疲倦無力、容易跌倒、情緒低落、日常生活需要協助等，應尋求醫療專業的協助，以維護長者的健康，保有生活品質與尊嚴，實現健康的老化。
4. 更多老人衰弱的訊息請參考本署製作「你不只是累了-認識老人衰弱懶人包」：[https://health99.hpa.gov.tw/educZone/edu\\_detail.aspx?CatId=61003](https://health99.hpa.gov.tw/educZone/edu_detail.aspx?CatId=61003)

## ◇用鋁鍋煮東西吃 容易造成失智症嗎？

目前沒有研究證據證明鋁離子與失智症的關聯性，但民眾在購買時仍應注意該產品是否符合「食品器具容器包裝衛生標準」，若符合並在正常情況下使用時，不用過度擔心；另建議不要使用鋁鍋烹調酸性類食物，以避免增加溶出鋁離子的機會。



## ◇ 是不是吃素就不會有高血脂問題？

吃素可分為全素及蛋奶素，前者只吃植物性的食物，後者除吃植物性食物外，也吃動物來源的蛋和奶類。植物性的食物是完全不含膽固醇，但動物性的食物則含有膽固醇。血脂為血清中所含的脂肪，主要包括膽固醇和三酸甘油酯，體內的膽固醇來源有兩個：3/4 來自體內肝臟製造；另 1/4 從食物而來，包括動物肉類、全脂牛奶、蛋黃、家禽類、與魚類。所以，吃全素只表示不自食物中額外攝取膽固醇，但身體還是會自行製造膽固醇，這仍是體內膽固醇的主要來源。

提醒民眾需透過抽血檢驗，才能瞭解血脂狀況，如有異常，可藉由生活型態及醫師處方之藥物治療，控制血脂在適當範圍，可以降低心血管疾病之罹病風險。

## ◇ 大家都說記憶力不好，吃銀杏，真的可以防失智嗎？

1. 早期研究中發現，銀杏具有增加末梢血液循環的作用，所以被認為可能有助腦循環，但在國外幾項大型研究中，卻看不出銀杏對治療失智症或提升記憶的明顯效果，研究上也沒有統計上的意義。
2. 均衡飲食、多運動、多動腦，才是有效預防失智的方法。

## ◇ 吸菸只跟肺癌有關？妳相信嗎？

吸菸不只導致肺癌，還會造成心肌梗塞和中風！

菸草燃燒時的化學物質進入體內仍會造成血管內皮受損，血小板凝集、血管平滑肌增生，使動脈血管越來越狹窄，形成動脈粥狀硬化，促成多種心血管疾病發生。美國疾病管制局(CDC)出版的菸害報告也指出，男女性吸菸者比非吸菸者有高達 4~5 倍的心血管疾病死亡風險，呼籲還在吸菸的您，及早下定決心戒菸，除有效預防心血管疾病外，也讓周遭愛您的人不傷心。

### ☆ 新興菸品比紙菸安全又不會成癮，安啦?!

1. 根據美國、加拿大、英國聯合研究顯示，16-19 歲的青少年 29.1%想嘗試電子煙，25.1%想嘗試加熱式菸品，19.3%想嘗試菸草，所以新興菸品對青少年吸引力比菸草還高。
2. 美國同意電子煙上市，導致 2018 年的青少年電子煙使用率增加至 20.8%，每 5 名美國高中生中就有 1 名吸食電子煙。而日、韓開放此類產品後，青少年使用率大幅上升。
3. 加熱式菸草產品仍含尼古丁、有害致癌物，跟傳統紙菸一樣有害。菸煙的暴露沒有安全劑量，只要吸入菸煙就有害健康，切勿嘗試任何會使人成癮或成份不明的東西，才是最安全的自保之道。歡迎癮君子們善用國民健康署免付費戒菸專線 0800-636363，成功戒菸迎接新生活！

### ☆ 化學治療真的很可怕嗎？

1. 化學治療是使用藥物來破壞癌細胞，以阻止或減緩癌細胞的生長，是治療癌症的一個重要方法，相較於手術和放射線治療，化學治療的優點是全身性治療。多數人一聽到化學治療，通常會想到的畫面就是：掉頭髮、噁心嘔吐、全身虛弱下不了床。甚者，有些癌友會覺得身體已經這麼不好了，因此害怕化學治療而錯失了黃金治療期，反而讓腫瘤變大，最後病情惡化，甚至死亡。
2. 早年的化學治療的確副作用大，但隨著支持性藥物的發展，例如止吐藥，以及化學治療藥物的進步，可有效改善癌症治療的效果，副作用也相對減少。在治療前，醫師會做整體的評估來決定治療步驟，在病人可接受的範圍內選擇對病人最好的治療，並以其他支持性藥物減輕藥物的副作用及毒性，通常化療結束後副作用會好轉或消失。
3. 根據癌症的類型和進展，化療可以（1）阻止癌症擴散，減緩癌細胞生長，或（2）破壞已擴散到身體其他部位的癌細胞，（3）緩解癌症症狀（也稱為姑息治療），藉由縮小腫瘤以減緩疼痛不適。
4. 現在已有很好的藥物，可以減少化療引起的副作用。迎戰癌症，與醫師溝通討論後選擇適合自己的療程，是最好的策略。千萬不要迷信偏方，只要在第一時間好好接受正規治療，都能提升復原機會。

↑ TOP



# 第12屆 法規知識王網路闖關競賽



全國法規資料庫  
查詢法規最迅速

<https://law.moj.gov.tw>



#### ■ 參加對象：

具中華民國國籍之在學國中、高中職  
(含五年制專科1-3年級) 學生

#### ■ 活動時程：108年8月19日至10月31日

#### ■ 服務信箱：[law@image.tca.org.tw](mailto:law@image.tca.org.tw)

#### ■ 活動專線：(02)2576-2047

#### ■ 競賽方式：

1. 分「國中學生組」及「高中職學生組」二組進行競賽，各組別採「網路初賽」及「現場決賽」兩階段進行。
2. 闖關競賽採選擇題方式，分為3關共30題作答。
3. 「國中學生組」及「高中職學生組」各取網路初賽排名前25名，即可入圍現場決賽。(各組同一學校最多錄取前5名學生入圍決賽)

高中職學生組成績優異前五名可納入大學入學推薦甄選加分項目參考(由各大專院校依學系性質而訂)



全國法規資料庫競賽，總獎額40萬，  
快搜尋【法規知識王】競賽網站  
([compete.law.moj.gov.tw](http://compete.law.moj.gov.tw))

主辦單位：



法務部  
MINISTRY OF JUSTICE



教育部

協辦單位：



行政院資通安全處



公民與社會學科中心學校——  
國立臺灣第一高級中學



高中資訊科技學科中心 (臺南二中)  
[www.kmcc.tn.edu.tw](http://www.kmcc.tn.edu.tw)

承辦單位：



台北市電腦公會



財團法人電腦技能基金會  
Computer Skills Foundation

法務部廣告

活動網址：<https://compete.law.moj.gov.tw/lawstudy/>

↑ TOP



# 108 年全民國防網際網路有獎徵答活動



## 108 年全民國防網際網路有獎徵答活動參加辦法

- 一、活動時間自民國 108 年 10 月 1 日(星期二)08 時至 10 月 31 日(星期四)17 時止，請參加者進入國防部官網 (<https://www.mnd.gov.tw>)、政戰資訊服務網 (<https://gpwd.mnd.gov.tw>) 或全民國防教育全球資訊網 (<https://aode.mnd.gov.tw>) 點選「全民國防有獎徵答」圖示 (Banner)，觀看「國防施政亮點」影片後，電腦將隨機篩選題目，答對者可進行下一題，答錯者，該題將重新作答，答對 3 題者，答題者可選擇次輪影片觀看並作答，總計須答對 9 題後，始得在網站上留下個人基本資料與聯繫方式，參加抽獎活動。
- 二、參加活動者應提供真實姓名、身分證字號、地址、電話及年齡層等資料(可重覆作答)，以作為主辦單位辦理抽獎、聯繫、寄發得獎人獎品及申報所得扣繳憑單之用；且無偽、冒用他人個人資料情事。參與本活動之個人資料，如涉及個人資料保護等事項者，由國防部依相關法令規定辦理。

↑ TOP