



聲勢壯觀，氣勢磅礴～石門水庫溢洪道洩洪

法律常識	❖ 參與同案被告先前裁判的法官，要迴避嗎？	P02
	❖ 心愛的寵物被害，可否請求精神慰撫金？	P05
圖說司法	❖ 司法改革改了什麼？	P09
廉政案例	❖ 規劃設計不當導致橋梁斷案	P13
	❖ 設計圖說限制競爭且浮編工項單價案	P15
資通安全	❖ Facebook 官方提出 10 方法，教你如何分辨不實訊息	P17
	❖ 不在社群網站上亂張貼孩子照片	P19
消費保護	❖ 網路學習有保障，家長學生更安心	P21
	❖ 食用包裝食品後，發生腸胃不適申訴案	P24
反毒反詐	❖ 別惹麻煩	P26
	❖ 小心！假檢警詐騙陷阱	P27
	❖ 小心！網購個資外洩詐騙陷阱	P28
洗錢防制	❖ 林○○涉嫌行使偽造通用貨幣案	P29
	❖ 吳○○涉嫌掏空戊公司資產案	P32
健康叮嚀	❖ 健康不健康 檢查才知道！近 40 萬人自認沒病 健檢驗出血壓高	P35
	❖ 真相與闢謠	P37

參與同案被告先前裁判的法官，要迴避嗎？

■資料來源：一起讀判決

一般來說，迴避可以分成兩種：法官自行迴避跟當事人聲請迴避。過去，雖然存在「執行職務有偏頗之虞」得聲請迴避的規定，但法院鮮少准許。最近的最高法院108台抗921號刑事裁定，引起大家的關注。

法官自行迴避

當刑事訴訟有下面原因出現時，法官應該自行迴避，不需要任何人聲請，大抵都是法官跟被告或被害人有一定的關係，或是曾經處理過之前的案件，包括：

- 一、法官為被害人者。
- 二、法官現為或曾為被告或被害人之配偶、八親等內之血親、五親等內之姻親或家長、家屬者。
- 三、法官與被告或被害人訂有婚約者。
- 四、法官現為或曾為被告或被害人之法定代理人者。
- 五、法官曾為被告之代理人、辯護人、輔佐人或曾為自訴人、附帶民事訴訟當事人之代理人、輔佐人者。
- 六、法官曾為告訴人、告發人、證人或鑑定人者。
- 七、法官曾執行檢察官或司法警察官之職務者。
- 八、法官曾參與前審之裁判者。

其中，第8款講到的「法官曾參與前審裁判」，過去在實務上有比較多的討論。

比如：什麼叫做「前審」？什麼叫做「參與裁判」？

首先，釋字178號解釋指出，所謂的參與前審裁判是指：同一法官，就同一案件，曾參與下級審之裁判。比如對三審而言，二審的判決就是下級審。178號解釋指出，也包括

前前審，比如對三審而言，二審是下級審，一審就是前前審。不管三審法官參與過二審或一審裁判，都要自行迴避。

其次，什麼叫做參與裁判，如果只是參與過言詞辯論算不算？最高法院75年度第14次刑事庭會議決議認為，如果只是參與言詞辯論，但沒有參與裁定或判決，並未包括在內。同樣的情況，如果只有調查進行、訊問被告、證人，但沒有參與裁定或判決，都不算。

最後，假設A法官參與二審判決，這個判決後來被最高法院撤銷發回二審，在二審的A法官如果又接到該案，算不算曾經參與「前審」裁判，而要迴避？照最高法院29年上字第3276號判例（現在的效力跟一般最高法院判決一樣）的見解，A法官雖然參與兩次二審判決，但前面第8款所謂的前審之裁判，對二審判決而言，所指的是一審判決。A法官兩次都是參與二審，並沒有參與「前審」的一審判決，不在該款自行迴避的範圍。

當事人聲請迴避

除了法官應自行迴避事由外，當存在自行迴避事項時，或是有其他情形，足認法官執行職務有偏頗之虞者，當事人都可以聲請法官迴避。

那麼，什麼叫做執行職務有偏頗之虞？

依照最高法院108台抗921號裁定的解釋，是指：「以一般通常之人所具有之合理觀點，對於該承辦法官能否為公平之裁判，均足產生懷疑；且此種懷疑之發生，存有其完全客觀之原因，而非僅出諸當事人自己主觀之判斷者，始足當之。」

換言之，不能只是當事人主觀上覺得法官偏頗，而必須要存在「完全客觀」的原因，讓一般通常的人，會合理的懷疑法官可能無法公平審判。

不過該判決也繼續說：「如有客觀原因，就各種情形，作個別具體觀察，足令一般通常人對法官能否本於客觀中立與公正之立場參與審判，產生合理懷疑，顯然不當侵害被告受憲法保障公平審判之權利者，即構成前開所稱執行職務有偏頗疑慮之要件。」

重點在於：是否存在客觀原因，讓一般通常人，會對法官是否可以客觀中立與公正之立場參與審判，產生合理懷疑。

該案的情況是，甲乙丙丁有共同買票嫌疑。甲乙丙三人一同起訴、丁則另案起訴，兩案犯罪事實高度重疊。B法官在一審的時候，審理甲乙丙三人，判決有罪，當時丁是證人。在被告丁自己被起訴的案件一審，由別的法官審理，但在上訴到二審的時候，遇上B法官。

在二審的B法官需要迴避？

最高法院認為，兩案的被告不同，不算同一案件，並沒有上面提到當然自行迴避的「法官曾參與前審之裁判者」這款適用。但是兩案的犯罪事實高度重疊，甚至被告丁的一審判決就大量引用B法官審理甲乙丙案的證據資料，證據的評價也差不多。這樣的情況，客觀上會讓一般人認為B法官對本案有預斷的可能，很難期待B法官有空白心證來審理本案，所以B法官最好迴避。

↑ TOP

心愛的寵物被害，可否請求精神慰撫金？

■資料來源：一起讀判決

當 侵權行為發生時，被害人可以請求的損害賠償分成兩類：「財產上」跟「非財產上」。

「財產上」損害是指可以用金錢衡量的損失，「非財產上」損失則是金錢以外，一般就是我們所熟知的「精神慰撫金」，是因為侵權行為所導致的精神上痛苦。

什麼時候可以請求非財產上損害？

民法第194跟195條規定了兩種可以請求非財產上損害的兩種情形。

首先，民法第194條規定，不法致被害人死亡的情況，被害人之父、母、子、女及配偶，可以請求非財產上損害，這是基於身分法益的請求。

其次，民法第195條前段則規定基於「人格法益」的請求：

「不法侵害他人之身體、健康、名譽、自由、信用、隱私、貞操，或不法侵害其他人格法益而情節重大者，被害人雖非財產上之損害，亦得請求賠償相當之金額。」

如果原告受侵害的權利，屬於條文中列舉的權利，比如車禍受傷，導致【身體】、【健康】權受到侵害，自然是可以請求精神慰撫金。但如果沒辦法歸類在條文列舉的權利，而屬於其他人格法益，則要加上【情節重大】要件，條文中所謂的「其他人格法益【而】情節重大」，這裡的【而】就是「而且」的意思，可以想成英文中的「and」，或邏輯符號「交集∩」。

實務上出現過的其他人格法益類型，如工廠發出噪音過大，導致鄰居生活安寧受到損

害，在情節重大情況下，可以請求精神慰撫金，比如我們之前曾經介紹過的：「深夜的低頻聲音」；或是在「隱瞞已婚的情人侵害什麼權利」一文中提到的，隱瞞已婚身分交往，法院曾經定屬於關於「身體親密接觸」的其他人格法益，情節重大，也可以請求。

問題來了，當心愛的寵物被害致死的情況，飼主可否請求非財產上損害的精神慰撫金？過去法院的見解，多是採否定說，理由是無法歸類到上面民法的規定，但今年初宣判的高院106年度消上易字第8號認為可以，以下我們來介紹這個案例。

案例事實

被告是一家寵物醫療器材公司，出售一台「小動物健康高壓氧氣艙」給一家動物醫院，當動物醫院用來治療葉小姐飼養的小狗「葉小妹」時，發生爆炸，不止導致動物醫院內的天花板、冷氣、電視機毀損，也讓正在治療中的小狗「葉小妹」死亡，葉小姐跟另一位醫院助理也被碎片波及受傷。

葉小姐跟醫院、助理對這家醫療器材公司提起訴訟，請求賠償損害。就葉小姐部分，請求5,000元火化費用，購買小狗5萬元，財產上損害共5萬5；另外也主張因小狗死亡，心理所受創傷非短期內可以撫平，受有30萬元非財產上損害。

一審法院：駁回精神慰撫金請求

一審士林地院105年度消字1號，就葉小姐部分，火化費用准許，但購買小狗部分，因為沒有提出單據而駁回。至於精神慰撫金30萬元部分，士林地院駁回，理由是：

- 一、如前面提到的民法對可以請求非財產上損害，已經規定在第194條的身分法益，跟第195條的人格法益範圍。

- 二、雖然動物保護法對動物、寵物給予相當的保護，但動物仍然屬於財產權屬性，仍屬於人飼養 而所有，而且在符合法律規定下，仍可作為獨立經濟交易之客體。
- 三、告並未具體說明小狗遭到侵害，是哪一種「其他人格法益」、「身分法益」遭到侵害，不符合請求精神慰撫金的要件。

二審法院：准許2萬元精神慰撫金

二審高院106年度消上易字8號，多判給葉小姐3萬8。首先是，葉小姐提不出的購買單據，高院依照網路價格，葉小妹是西施狗，認定價值為1萬8。其次，則是葉小姐本身因為失去「葉小妹」的精神痛苦，准許2萬元精神慰撫金。高院的理由是這樣的：

- 一、考量動物（尤其是寵物）與人所具有之情感上密切關係，有時已近似於家人間之伴侶關係（companionship），若將動物定位為「物」，將使他人對動物之侵害，被視為只是對飼主「財產上所有權」之侵害，依目前侵權行為體系架構，飼主於動物受侵害死亡時，只能請求價值利益，無法請求完整利益，亦無法請求非財產上之損害賠償或殯葬費，判決認為這與目前社會觀念不符，也可能變相鼓勵大眾漠視動物之生命及不尊重保護動物。所以，判決認為在現行法未明確將動物定位為物之情形下，應該認為「動物」非物，而是介於「人」與「物」之間的「獨立生命體」。
- 二、動物為獨立之生命體，但依照其屬性及其請求權利之不同，在現行民法架構下應適用或類推適用之規定，就有所不同。例如寵物雖與人具有伴侶關係，但依照動物保護法之規定，寵物仍屬於人所有，而類似於財產之概念，關於寵物所有

權之移轉，應適用有關財產移轉之規定，但針對加害人侵害寵物之行為，飼主則得依其性質類推適用民法侵權行為之相關規定。

三、葉小姐因系爭小狗之死亡，精神上受有相當之痛苦，審酌一切情狀後，認為葉小姐可以請求精神慰撫金2萬元。

除了這個案例外，在一起讀判決將本文草稿貼給粉專的頭號粉絲後，一位讀友分享一則台北地院簡易庭的判決，是一個動物醫療糾紛的案例，飼主對動物醫院起訴，一審簡易庭原本判決因動物醫院未盡告知義務，判給原告1萬元未能見寵物最後一面之精神損害，但上訴二審後，北院合議庭廢棄改判駁回，理由是飼主主張其與寵物狗間之「身分法益」遭受侵害，但人格權係以人格為內容之權利，並非屬飼主自身人格受到侵害，至於身分法益部分，立法者也已經限定在父、母、子、女或配偶關係。感謝這位頭號粉絲提供的寶貴資訊。



「小動物健康高壓氧氣艙」示意圖

↑ TOP

司法改革改了什麼？

■ 司法院全球資訊網

司法改革 改了什麼？

司改解壓縮 # 對症下藥的改革



司法院
Judicial Yuan

司法改革專題

為什麼要司法改革呢？

法律與民眾生活習習相關
改革能讓司法更符合全民需求



針對司法改革我們做了些什麼？

司法院
Judicial Yuan

#司法改革專題

全民能監督

修正法官法（不適任司法官的監督淘汰）
建置大法庭（統一見解）
憲法訴訟新制（司法公開受檢驗）
推動國民法官制度



司法院
Judicial Yuan

#司法改革專題

弱勢有保障

研修少年事件處理法（去除少年虞犯標籤）
勞動事件法（保障勞工訴訟權益）
犯罪被害人訴訟參與
刑事補償（錯案補償機制）



司法院
Judicial Yuan

#司法改革專題

社 會 更 安 全

補強防逃機制（避免躲避刑責，要犯無處逃）



司法院
Judicial Yuan

#司法改革專題

裁 判 有 品 質

建構金字塔型訴訟制度（提升審判效能）

成立商業法院（專業法院）

司法數位開放（視訊諮詢、科技法庭）

量刑改革（刑度公平可預測）



司法院
Judicial Yuan

#司法改革專題

我們一起攜手深耕法治教育
強化司法與社會對話！



司法院
Judicial Yuan

法務部調查局

你買票

我爆料

檢舉身分嚴保密，
安心交給調查局

檢舉附選查獲獎金
最低 50 萬元，最高 1500 萬元

查賄達人專線 0800-007-007

↑ TOP

廉政案例-1

規劃設計不當導致橋梁斷裂案

■資料來源：法務部廉政署-廉政細工（採購篇）

一、案情概述

甲技師受某鄉公所委託辦理 96 年 6 月 8 日豪雨公共設施災害復建工程—X 溪橋墩補強工程設計監造技術服務。行政院公共工程委員會於 98 年 3 月 17 日實地訪查 97 年執行之公共設施災害復建工程時，專家委員發現該橋梁原橋墩補強工程之設計並未整體考量河川特性，橋梁基礎設計補強量體積過大，致通洪斷面減小、河川流速加快，復經颱風豪雨加劇河川側向侵蝕，造成河段右岸坍塌及橋台損毀，進而導致斷橋。甲未善盡各項設計資料之調查工作，致發生流量及流速計算參數不正確，且於未取得 X 溪計畫流量、水位及橋梁原始設計資料下，以假設性之通洪量、水深等數值進行後續水理分析情事，致未依工址現況選擇正確橋墩型式，違反其執業應盡之義務。另甲於執行該工程業務時所製作之圖樣及書表，僅加蓋技師執業圖記而未親自簽署。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

規劃設計不當：

甲技師未善盡各項設計資料之調查工作，僅以假設性之通洪量、水深等數值進行水理分析，致後續橋梁斷裂，且未親自簽署執行業務製作之圖樣及書表，未盡設計者應盡之義務。

三、防制措施

- (一) 工程技師應遵守工程倫理規範，發揮專業知能，嚴守職業本分，凡須親自簽署之工程圖說或文件，應確實辦理或督導、審核，以示負責。
- (二) 行政院公共工程委員會自民國 98 年起，就技術服務之履約管理，已加強辦理技術服務案件之稽核、災後復建訪查、公共工程設計監造之查核，並依技師法及工程技術顧問公司管理條例，對於疑似服務品質不佳之技術服務業者進行業務檢查，現更已建立公共工程全生命週期標案履歷制度，使各項缺失無所遁形。
- (三) 工程技術顧問公司承接工程技術服務業務，應交由各專責執業技師負責辦理；所為之圖樣及書表，應由該執業技師簽署，並依法辦理簽證。
- (四) 橋梁工程攸關人民生命財產安全至深且鉅，技師辦理委託技術服務案時，須本於專業責任進行各項設計資料之調查工作，正確計算流量及流速參數；水文資料不僅須以曼寧公式計算橋下可洩洪面積之洪流量，尚須考量橋位以上之河長、流域面積、逕流係數、暴雨強度，更須輔以水理計算，針對洪峰流量及橋台橋墩預估之沖刷等進行全方面分析。

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 第 1 項第 2 款技師違反或廢弛其業務應盡之義務。

設計圖說限制競爭且浮編工項單價案

■資料來源：法務部廉政署-廉政細工（採購篇）

一、案情概述

甲為某農田水利會大樓整修工程之設計、監造廠商負責人，其為圖自己不法之利益，於編製工程預算書時，浮濫編列機電工程相關工項經費，如：將價值新臺幣(下同)181萬元之矩陣式影音伺服錄影主機編列399萬元、單價4萬元之箱型多翼式風機編列11萬元等，並規定「高壓全模鑄式變壓器之噪音值須小於等於45dB符合GENELEC F1認證」，刻意綁規格。

工程標由A公司得標，負責機電部分之共同承攬廠商因發現有指定特定產品難以承作而退出，A公司負責人乙遂向甲尋覓其他合作廠商。甲提議形式上由甲級水電承裝業之B公司與A公司簽訂機電工程共同承攬契約，實際上由不具甲級水電承裝業且實際負責人為甲之C公司承作。乙於同意後交付甲相當之回扣，甲則掩護乙在施工上重大明顯之瑕疵，並於工程估驗款審核時放水，未要求施工廠商改善缺失。甲上開犯行經法院判決有期徒刑3年10個月；乙上開犯行經法院判決有期徒刑2年10個月。

二、風險評估

(一) 規格綁標且浮編工項單價：

甲於編製工程預算書時，為圖自己之不法利益，浮濫編列機電工程之金額，且規定特定型式規格，已有獨厚特定廠商情事。

(二) 審核工程估驗款放水：

甲明知工程施作上存有重大瑕疵，卻於審核工程估驗款時放水，未提出改善缺失之要求，致生損害於該農田水利會之利益。

三、防治措施

- (一) 編列預算單價分析時應力求正確合理，多方參酌圖說、規範、契約，並考量成本、市場行情、公共工程價格資料庫及本機關、他機關相近年度契約之單價及未來物價波動趨勢，以免預算有偏高（低）等不合理情形。
- (二) 主辦工程單位應確實要求施工廠商依付款相關規定，出具材料分析、試驗報告等書面資料及工程進度、施工中存證照片後始得付款。辦理稽核估驗計價作業時，應一併查察有無依規定檢附相關試驗紀錄，並查對其正確性。
- (三) 受委託辦理規劃、設計、審查、監造、專案管理務或受委託代辦採購業務之廠商如藉職務之便，對採購案件之技術、工法、材料、設備或規格之招標規範或投標廠商之資格加以不當限制，以謀取私人不法利益者，概屬法所禁止。廠商如心存僥倖，他日因遭檢舉或調查，將因小失大，付出更多代價。
- (四) 受委託辦理公共工程之規劃、設計、監造或專案管理之廠商，如對技術、工法、材料、設備、規格或資格作違反法令之限制或審查，機關應依契約追究責任，承辦之技師或建築師有應付懲戒之情事者，亦應提報各該專技人員主管機關予以懲戒。

四、參考法令：刑法第 342 條第 1 項背信罪。政府採購法第 88 條第 2 項限制規格違法審查圖利罪。

Facebook 官方提出 10 方法，教你如何分辨不實訊息

■資料來源：教育部全民資安素養網

根據「資策會創新應用服務研究所」的調查發現，臺灣人平均擁有 4 個社群帳號，Facebook（以下簡稱 FB）使用率更是居社群媒體寶座，使用 FB 除了可追蹤朋友動態與親友分享資訊外，還可以直播等，與國人生活密不可分。

我們每天都在滑 FB，對於 FB 上充斥的各項資訊，到底該如何判斷真偽呢？FB 官方日前提出了 10 個方法，教大家如何分辨不實訊息：

- 一、對標題持懷疑態度：如果標題太過於令人震驚或難以置信，那就可能是假訊息。
- 二、仔細查看網址：許多不實報導都會偽裝成真實的新聞來源，可以自己輸入網址或設定「我的最愛」前往信任的媒體或者國家官方網站查詢訊息真偽。
- 三、確認新聞來源：確認消息來源是你所認識或者是知名的媒體所提供，若是你不熟悉的單位/媒體，請查詢該單位/媒體的介紹，再對消息來源下判斷。
- 四、奇怪的排版：許多不實訊息網站都會有詞語的拼寫錯誤和奇怪的排版。
- 五、可疑的圖片：不實訊息往往會加入盜用的影片和圖片，有時候圖片甚至與訊息無關，建議可以把圖片放在搜尋引擎上尋找以確認來源。
- 六、檢查日期：不實訊息可能會出現不合理的時間，或者時間已被竄改。
- 七、查找資料來源：檢查作者使用的資料來源是否準確真實，缺乏證據或找來匿名專家做背書，這就有可能是不實訊息。

八、查找相關新聞：如果有多個具公信力的來源都報導了相同的內容，則訊息內容較可能屬實。

九、判斷新聞是否是個笑話：有時候很難把假新聞和諷刺類文章分開，仔細查看新聞細節，看看是否為了搞笑而寫。

十、只分享你相信的訊息：沒有確認訊息的真實性之前，請不要在網路上分享。



↑ TOP

不在社群網站上亂張貼孩子照片

資料來源：教育部全民資安素養網

身為家長的你們或許都有這樣的經驗，從孩子出生那一刻開始，三不五時就會把孩子的照片發布在社群網站上。針對「將孩子的照片張貼在網路上或者透過部落格記錄孩子成長」的這項行為，其實有著正反兩種不同的聲音。

抱持支持意見的家長認為，將養育孩子的過程與照片張貼在社群網路平臺上，可建構一個特定的家長社交圈，拓展自己的社交範圍，讓自己有機會與未必熟識的好友們互動。同時這些家長也認為，孩子本來就是在鏡頭環繞下長大，終究很快的也會進入到社群網路世界，從小就應該面對並擁抱數位世界。

持反對意見的家長則是認為，父母在網路上張貼的照片，可能會跟隨孩子一生，有些照片只是片斷並非全貌，也可能造成或強化他人對孩子的某種偏見。另外，其實有不少家長不知道如何設定照片所要公開的對象，原本只是想分享給住在遠方的爺爺、奶奶、外公、外婆等少數人看孩子的照片，結果反而讓所有人都看到；而且，想要控制他人的轉發行爲同樣非常困難，原本你認為是私密的照片，最後有可能在網路上廣泛傳播。

為了減少因為張貼照片而侵害孩子自尊與隱私的可能性，以下 6 種類別的照片請審慎思考後再決定是否要張貼。

一、浴照、裸照：

教育孩子身體自主權應該從此處做起。通常我們都會教導孩子要保護自己的身體，不隨意觸碰別人，



也別讓別人偷窺、戲弄。如果是以紀念為出發點而拍下孩子的身體自己收藏就罷了，但如果將照片公開，不就是一種負面示範了嗎？

二、孩子生病或受傷時的照片：

你分享了孩子病恹恹的照片，是在安慰他？保護他？還是消費他呢？經常張貼孩子生病、住院、倦容，也可能讓不知情的人留下「這小孩永遠都在生病」的不好印象。

三、難堪出糗的照片：

你願意將自己最尷尬、難堪的照片公開嗎？如果你不願意，為何你的孩子會欣然接受？

四、會透漏孩子個資的照片：

例如照片中包含有姓名、家裡地址、學校等，我們無法保證有心人士是否會藉此作惡。

五、和其他孩子一起拍的團體照：

你和孩子的意願不代表照片中其他人的意願，這是基本的尊重。

六、危險的、違法的行為：

或許你並沒有惡意，只是玩笑性質的擺布孩子，讓他們做出一些具有爭議性的動作，但小心這項行為可能會有觸法之虞。

↑ TOP

網路學習有保障，家長學生更安心

➤ 資料來源：行政院消費者保護會全球資訊網

行政院消費者保護處（下稱消保處）為因應網際網路教學日益普及，規範企業經營者授權消費者於指定之網站系統，使用企業經營者透過網際網路連線進行之教學、評量或其他相關服務等情形，已審議通過經濟部所研擬之「網際網路教學服務定型化契約應記載及不得記載事項」，俟經濟部公告後即可施行。

本案規範重點，說明如下：

一、明定契約應載明優惠總價，並以優惠總價為本服務之計費基準：避免企業經營者提供消費者以「優惠價格」購買主服務課程，退費又以「原價」計算已使用之課程比例，明定契約授權使用費為雙方約定之優惠價格，保障消費者退費權益。（應記載事項第 8 點）

二、明定賦予消費者貸款償還之抗辯機制：（應記載事項第 9 點、不得記載事項第 13 點）

（一）付款方式如為企業經營者居間介紹簽訂消費借貸契約，企業經營者無法提供服務時，消費者可檢附文件申請止付貸款餘額。

（二）雙方如終止或解除本契約，消費借貸契約亦同時終止或解除。

（三）企業經營者不得將其與消費者簽訂之消費借貸契約（價金請求權）讓與第三人。

三、明定服務品質瑕疵消費者得主張賠償或終止契約：（應記載事項第 14 點）

(一)服務品質有瑕疵，消費者得請求賠償。

(二)瑕疵情節重大達三次以上且未修復更正，消費者得請求終止契約退費，並加計違約金。

四、明定企業經營者應負擔履約保證責任：授權使用費預付期間逾一年且預付金額超過新台幣五萬元者，就超過金額部分，企業經營者應提供信託、金融機構、同業互保或公會聯保等履約保證。（應記載事項第 15 點）

五、明定終止契約與退費規定：（應記載事項第 18 點）

(一)消費者得隨時通知終止契約。

(二)退費方式得約定按已提供服務比例結算，或按定期定額（階梯式退費）方式退費返還。

六、明定不得記載預付費用購買點數或堂數之使用期限，及企業經營者不得以自動續約扣款方式延長契約。（不得記載事項第 11 點、第 12 點）

消保處提醒消費者，於簽約前可先試聽或試閱，考量是否符合自身需求，並應審閱契約內容及退費條款，與「網際網路教學服務定型化契約應記載及不得記載事項」規定有無未合，如有未合，可請求業者修改或拒絕簽約，以維護自身權益。

消保處亦呼籲提供網際網路教學服務業者，所提供之服務契約內容應符合「網際網路教學服務定型化契約應記載及不得記載事項」規定，倘契約內容與前開規定未合，經令限期改正而屆期不改正者，主管機關可依消費者保護法第 56 條之 1

規定處罰。

請小心!

網路詐騙陷阱!!

1. 假網路購物詐騙

賣家以熱門商品、低價吸引買家，要求以臉書、Line交易，並不斷催促買家匯款，收到款項後不出貨或寄出不符的商品。

2. 解除分期付款詐騙

歹徒假冒網拍客服人員或銀行，說網路購物設定錯誤變成分期付款，要您去操作ATM或購買遊戲點數以解除分期付款設定。

3. 假援交詐騙

歹徒透過Line、臉書等通訊軟體假裝交友，引誘被害人進行援交，再要求購買遊戲點數作為保證金。

網路購物請勿先行匯款，並以面交或貨到付款才安心。
切勿聽信陌生人指示操作ATM或購買遊戲點數。
接獲可疑電話，立即撥打165或110查證、報案。

↑ TOP

食用包裝食品後，發生腸胃不適申訴案

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：

劉先生為高齡退休人士，在某大賣場購買包裝食品，食用後發生腸胃不適，並有腹瀉狀況，即前往住家附近看診，並取得腸胃炎之診斷證明。後來劉先生向大賣場公關人員反映後，隨即大賣場公關人員聯絡製造廠商代表前往探望慰問；廠商代表先向劉先生表示口頭歉意，願意辦理退費，或更換該廠其他包裝食品。但劉先生不滿意，責怪廠商販賣不良商品陷害無辜消費者，要求廠商及大賣場將該包裝食品立即下架，不准販售，並應給付醫藥費及精神慰撫金。廠商代表表示，因為劉先生的診斷證明尚無法證明其腸胃不適是由該包裝食品引起的，其因果關係無法證明。但劉先生向廠商代表表示，他並沒有食用其他特別的食物，百分之百是該包裝食品引起的，雙方因此不歡而散，劉先生隨即當地縣市消費者服務中心申訴。

二、處理過程與結果：

- (一)劉先生向消費者服務中心提出申訴，訴求將該包裝食品立即下架及給付醫藥費及精神慰撫賠償金。經消費者服務中心函請廠商妥處，而廠商代表以電話方式與劉先生商談，惟並未談出結果。15 天過後，劉先生隨即提出第二次申訴，交由消保官處理。

(二)消保官依規定邀請消費者及廠商前來說明案情，商議解決辦法，消保官瞭解案情後，向劉先生闡釋有關其訴求將該包裝食品立即下架乙節，消費者既已向衛生局提出檢舉，應由衛生局本於權責依法處理，必要時會採樣檢測，廠商如真有違反規定情事，政府定將依法命其商品下架並處以罰鍰。至於醫藥費及精神慰撫賠償金部分，廠商原本仍堅持以辦理退費或更換該廠其他包裝食品作為處理方式，經消保官分析案情及相關法令，日後如雙方提起訴訟將會遇到的問題，勸喻雙方達成共識，最後廠商願以慰問金方式給付劉先生新台幣 5,000 元，劉先生亦同意接受，不再表達其他意見。

三、參考資訊：

消費者保護法第 7 條第 1 項規定：「從事設計、生產、製造商品或提供服務之企業經營者，於提供商品流通進入市場，或提供服務時，應確保該商品或服務，符合當時科技或專業水準可合理期待之安全性。」

四、給高齡者的建議：

- (一)高齡者必須慎選食品，購買時應詳細閱讀標示，如有標示不明之處，可隨即向廠商反映或向主管機關檢舉。
- (二)食品食用後，如有發生腸胃炎或腹瀉情形，應立即就醫，必要時應採取檢體化驗，以保全證據，將來向廠商求償時較為有利。

別惹麻煩

資料來源：教育部

別惹

麻

煩

大麻在我國為 **第二級毒品**

種植、運輸、販賣、轉讓、施用或持有，都是犯罪行為



戒成專線：0800-770-885
教育部 關心您 廣告

↑ TOP

小心！假檢警詐騙陷阱

資料來源：內政部警政署



假檢警詐騙陷阱



內政部警政署關心您
www.165.gov.tw

請牢記 **聽** 聽來電內容 **掛** 掛斷電話 **查 165** 反詐騙專線查證

↑ TOP

小心！網購個資外洩詐騙陷阱

資料來源：內政部警政署



網購個資外洩

詐騙陷阱

跨境整合·打擊犯罪



1 小姐 妳上週是不是有在網路上買包包?
對呀!

2 詐騙集團 因為送貨作業勾選錯誤，所以妳的帳戶從明天開始扣款
驚~ 啥?~ 怎麼會這樣?

3 詐騙集團 快去自動提款機我幫妳取消分期付款設定
先按... 然後按29989! 然後呢?
等一下! 再按下去妳就被騙了!

4 165 接到疑似詐騙電話請撥165 反詐騙諮詢專線查證
好險!...

內政部警政署關心您
www.165.gov.tw

請牢記
聽 聽來電內容

掛 掛斷電話

查165 反詐騙專線查證

↑ TOP

林○○涉嫌行使偽造通用貨幣案

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

調查局洗錢防制處於97年11月接獲A銀行申報可疑交易指出：林○○係A銀行甲分行存款戶，於97年11月13日至本行乙分行存入有機械油污味之50元硬幣，共新臺幣（下同）36,000元，且該客戶自97年4月14日起，陸續到本行其他分行櫃檯存入現金共37次，並於當日以ATM提領，交易行為較一般客戶為異常。A銀行乃向調查局洗錢防制處為可疑交易之申報。

二、涉案人

林○○

三、涉案情形

- (一) 林○○自97年4月起，至A銀行不同分行存入50元及10元硬幣，金額約為2萬5,000元至3萬5,000元，以規避查核，陸續存入現金共37次，存入後隨即以ATM提領現金。
- (二) 林○○於97年11月13日至A銀行乙分行存入有機械油污50元硬幣，共3萬6,000元，又於97年11月18日存入有油漬之硬幣，該分行發覺硬幣有機械油污不合常理，乃將50元硬幣600枚送交中央銀行發行局鑑定真偽，經鑑定其中137枚係偽幣。
- (三) 經查林○○於A銀行等13家銀行開設帳戶，供其等存入偽幣使用。渠以每週

2至3天之頻率，將摻雜真偽幣之款項，小額且隨機存入上開銀行各地分行（每天約7家銀行），待金額入帳後，林○○再以金融卡將所存入之款項自提款機提領現金。

貳、洗錢手法

以合法掩護非法方式(因50元硬幣甚難以肉眼辨別真偽)，將真實50元硬幣與偽造50元硬幣混同，至各分行分次存入500枚至600枚不等，將硬幣重量調整在誤差值範圍內，致銀行以重量計數硬幣時，誤以為全數均為真幣。

參、可疑洗錢表徵

存款帳戶密集存入多筆小額款項，並立即以大額、分散方式提領，僅留下象徵餘額，其款項與客戶之身分、收入顯不相當或本身營業性質無關者。

肆、查扣金額

100餘萬元。

伍、起訴判決情形




本案由臺北地方檢察署依刑法第196條第1項前段行使偽造通用貨幣罪起訴。經臺北地方法院判處有期徒刑4年。

伍、經驗參考

- 一、行員機警即時發現林○○全部以硬幣存款且有油污現象，與一般客戶存款有異，乃請中央銀行發行局鑑定硬幣之真偽，即時偵破偽造硬幣之犯罪案例。
- 二、林○○利用多家銀行帳戶，再以每週2至3天之頻率，以分散處理方式，將已摻雜

真偽幣之款項，小額且隨機存入不同分行帳戶，待金額入帳後，再以金融卡將所存入之款項自提款機提領現金之犯罪方式，值得注意。

50元硬幣目視辨識特徵

項 目	真 幣	偽 幣
正面國父像	國父之頭髮、鬍鬚、眼眸立體清晰。 	頭髮絲、眼瞼、眼睛、鼻子、鬍鬚及衣領之輪廓缺乏立體感，或顯得略大。
幣邊滾字	共有四段「NT\$50◇」字樣，呈正、反順序排列在絲狀幣邊中間，且幣邊滾字之刻痕清晰。 	刻痕偏離中線、或特別淺、或特別深、或無幣邊滾字、或幣邊滾字錯誤。
背面隱藏字	向左、右各轉 15 度角檢視，可清楚浮現「 ^五 十」及「50」字樣。 	隱藏字僅顯現「50」阿拉伯字；或隱藏字僅顯現「 ^五 十」國字；或無隱藏字。
背面稻穗圖紋	稻穗顆粒立體、粒粒飽滿分明。 	稻穗顆粒形狀特尖、或刻意挖深、或顆粒數量較少、或模糊不清。
硬幣色澤	黃色金屬光澤。	因幣材不同呈現「深咖啡色」或「亮金黃色」。
幣邊邊高	均勻且明顯。	寬窄不均勻、或無明顯邊高。

↑ 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

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。

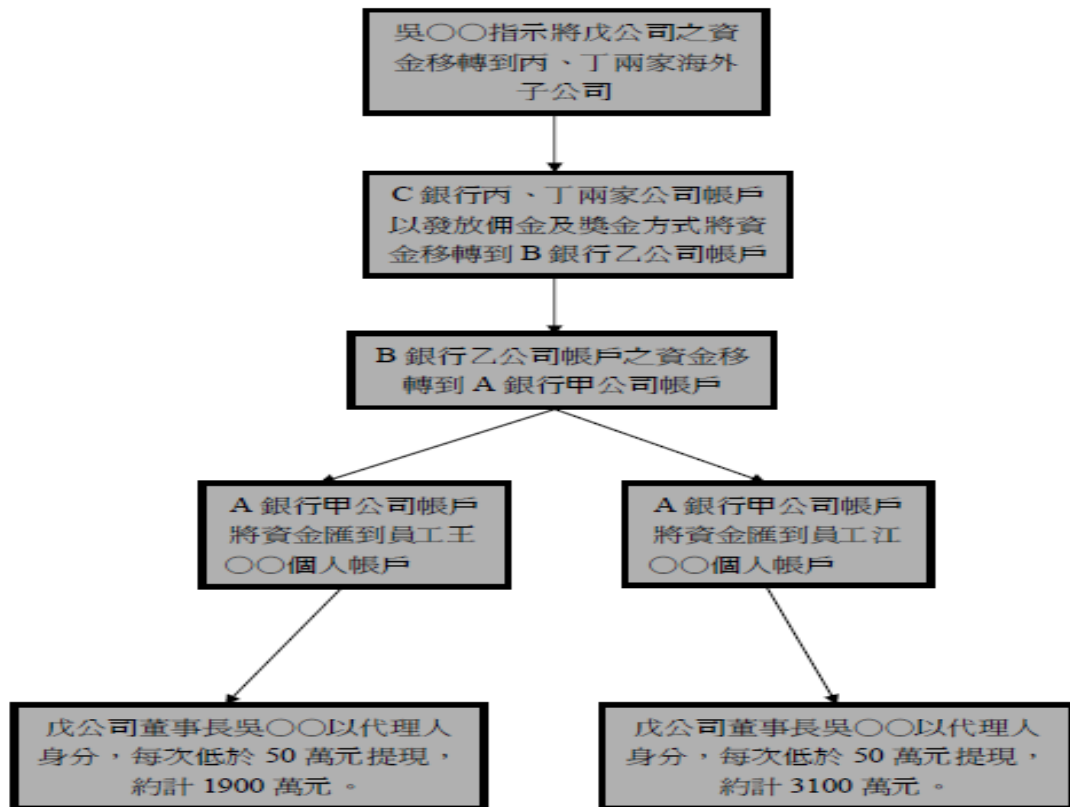
伍、起訴判決情形

板橋地方檢察署於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



拒酒測罰鍰提高至18萬
再拒每次加18萬
累計無上限

↑18萬
+18萬 + 18萬 + 18萬...

實施同車乘客連坐處罰
騎自行車酒駕超標
也提高處罰

酒駕重考駕照後
先酒癮戒治
限駕酒精鎖車

OK

嚴懲酒駕 因生命無價!

《刑法》、《道路交通管理處罰條例》已修正

拒絕酒駕

加重
再犯酒駕致人死傷刑事責任
最重達無期徒刑

無期徒刑

酒駕意圖致人傷亡
以殺人或傷害罪論處
最重可判死刑

死刑

機汽車酒駕罰鍰最高分別為
9萬及12萬，再犯每次加9萬
累計無上限

9萬 12萬

行政院
Executive Yuan

政策廣告 歡迎轉貼

資料來源：法務部、交通部

健康叮嚀₋₁

健康不健康 檢查才知道！近40萬人自認沒病

健檢驗出血壓高

◆ 資料來源：衛生福利部國民健康署全球資訊網

慢性病早期常沒有症狀或症狀輕微，導致民眾容易輕忽疾病的發展，且因自覺健康或忙於工作與家務，而不願安排時間做健康檢查。然而，依據 106 年成人預防保健服務資料顯示，40 歲以上自述無三高、心臟病及腦中風等病史之民眾，在接受成人健康檢查後，新發現有高血壓、高血糖、血脂異常者分別有 39.2 萬人(21.3%)、16.2 萬人(8.8%)、47.5 萬人(25.8%)，顯示接受健康檢查能在沒有臨床症狀前，早期發現慢性病的風險因子，才能及早了解並減少有害健康的生活型態；若經檢查確定罹病，則可以及早接受治療及追蹤，延緩疾病進展。國民健康署呼籲民眾要及早利用成人健康檢查，發現問題、及早處理。

不健檢原因「不需要」、「沒空」

國民健康署提供 40 歲至 64 歲民眾每 3 年 1 次，55 歲以上原住民及 65 歲以上民眾，每年 1 次成人預防保健服務。然而，根據國民健康署 106 年國民健康訪問調查報告，受訪民眾扣除有慢性病者(自述有高血壓、糖尿病、高血脂、慢性腎臟病任一項以上者)，在 40-64 歲的民眾共有 2,304 位；過去 3 年不曾利用成人預防保健服務之前三大原因為：「覺得自己不需要檢查」(31.8%)、「工作單位已提供」(25.7%)及「沒空」(21.7%)；65 歲以上民眾有 503 位；過去 1 年不曾利用成人預防保健服務之前三大原因則為：「覺得自己不需要檢查」(55.6%)、「已另外做檢查」(14.1%)及「沒空」(11.3%)。

國民健康署王英偉署長表示，自我感覺健康狀況良好是不準確的，定期健檢檢視個人身體狀況，才是正確的健康管理。成人預防保健服務是參考國際醫學實證及專業組織的建議，選擇造成慢性病(含心血管疾病及肝、腎臟病)最關鍵的風險因子，為國人量身打造最具有健康效益的檢查項目，包括健康行為(吸菸、喝酒、嚼檳榔及規律運動習慣)及家族疾病史調查、身體檢查(含血壓、腰圍量測及 BMI 計算等)、血液生化及尿蛋白檢查，以及健康諮詢(含衛教戒菸、節酒、戒檳榔、規律運動及健康飲食等)，可有效針對國人常見六項健康問題(血壓、血糖、血脂、腎功能、肝功能及健康體重)進行評估。健檢花費時間不多，但及早介入，能減少未來疾病就醫所耗費的時間與金錢。

全國 6 千多家院所提供服務 年滿 40 歲民眾可多加利用

目前全國有 6 千多家醫療院所提供成人預防保健服務，醫療院所名單可上國民健康署網站查詢【連結路徑：首頁 > 健康主題 > 預防保健項下之公費健檢 > 成人預防保健 > 提供服務院所查詢】，國民健康署提醒符合資格民眾多加利用，並請事先向院所洽詢服務時間及掛號費用。

蚊子叮咬，不是小事？

一般症狀

- 頭痛
- 後眼高痛
- 高燒
- 噁心
- 肌肉痛
- 食慾不振
- 關節痛
- 出疹

警示徵象

- 容易嗜睡
- 躁動不安
- 胸水、腹水
- 肝臟腫大
- 腹痛
- 出血
- 持續嘔吐

出現上述症狀，你可能感染**登革熱***，速就醫！

衛生福利部疾病管制署 TAIWAN CDC | www.cdc.gov.tw | 1922(防疫線人)

↑ TOP

真相與闢謠

➤ 資料來源：衛生福利部國民健康署全球資訊網

◇ 搭乘捷運暴露 PM2.5 最高？

- 一、台北市政府已於 108 年 8 月 5 日說明，臺北捷運公司已自主檢測並加強車站、空調、軌道、隧道清潔次數及濾網更換，並增加外氣循環頻率，以維護車站空氣品質。
- 二、依據環保署「臺北都會區通勤期間之空氣汙染物暴露量調查」顯示，臺北都會區通勤的 PM2.5 暴露量平均約為 $22.1 \mu\text{g}/\text{m}^3$ ，捷運為 $21.9 \mu\text{g}/\text{m}^3$ 低於平均值，且較摩托車($32.1 \mu\text{g}/\text{m}^3$)、公車($23.5 \mu\text{g}/\text{m}^3$)其他運輸運具為低。
- 三、為降低空污對身體的危害，民眾可隨時注意環保署空氣品質監測網訊息當空氣品質不良時，選擇防護等級符合國家品質標準、適合自己臉型且舒適的口罩，搭配正確配戴方式提高防護效果。國民健康署針對空氣品質不良情形，提供民眾以下 3 招自我保護策略：
 - (一) 建議外出可戴口罩，由戶外進入室內時，記得洗手洗臉、清潔鼻腔，並適當關閉門窗，以減少細懸浮微粒(PM2.5)的暴露（口罩應儘可能與臉部密合）。
 - (二) 空品狀況不佳時，應減少在戶外活動的時間，或改變運動型態，避開交通高峰時段及路段，尤其是老人、兒童，或慢性呼吸道疾病患者。
 - (三) 生活作息規律，多運用大眾運輸工具、自行車及步行，適當運動，維持身體健康狀態。

◇ 據說身高較高的人，較容易得到大腸癌嗎？

- 一、身高不是造成大腸癌的危險因子，而大腸癌的發生，並非由單一原因造成，與大腸癌相關的致癌因子，包含年齡(90%腸癌患者年紀大於 50 歲)，不良的生活型態，例如：抽菸、飲酒、不健康飲食(高油低纖)、不規律運動、體重過重及有腸道病史者(大腸息肉、腸炎、發炎性腸病)…等。
- 二、根據美國癌症研究機構指出，大腸癌是最可預防類型的癌症之一，有 1/2 的大腸癌是可透過調整飲食習慣、運動與避免肥胖達到預防目的。而研究也證實，定期接受糞便潛血檢查可有效降低大腸癌死亡率 2-3 成。提醒您，政府提供年滿 50 歲以上至 74 歲民眾每 2 年 1 次糞便潛血檢查，請多加利用。
- 三、護腸四步驟：健康飲食(多蔬果，以白肉取代紅肉，以汆燙取代高溫油炸、燒烤，避免加工肉品)、規律運動、定期篩檢及確診後遵醫囑定期治療！

◇ 不吃甜點或不喝含糖飲料就不會得糖尿病？

- 一、大多數含糖飲料及甜點都含有大量的糖分及熱量，過量食用容易導致肥胖，提高糖尿病發生的風險。但除了甜點及含糖飲料外，日常生活中還有許多天然的食物含有醣類，例如白米飯、水果、綠豆湯…等，過量食用也等同於吃下大量糖分和熱量，所以並不是不喝含糖飲料或不吃甜點就不會得糖尿病。
- 二、糖尿病是因為日常生活中不健康飲食、缺乏運動、肥胖或年齡增長等因素，造成身體的胰島素分泌減少，或胰島素作用降低發生胰島素阻抗現象，進而引起糖尿病。建議日常生活中，除了減少精緻醣類的攝取(蛋糕、西點、加工餅乾、傳統

糕點等)，也要注意食物中醣類的攝取份量，以均衡飲食為原則，避免無意中吃下過多「醣」，增加罹患糖尿病的風險。

◇ 這幾天量血壓結果都正常，降血壓藥可以先暫停服用？

服用藥物搭配調整生活方式將血壓控制正常後，原則上降血壓藥必須每日按時且持續服藥，不可擅自停藥，否則血壓又會高起來。除非收縮壓持續低於 110 毫米汞柱，此時可以和醫師討論是否調低降血壓藥的劑量，醫師將會依個別情況，選擇最適當的藥物，以獲得最大療效。若忘記服藥，在想起來時儘快補服；但若已接近下次服藥的時間，則不要補吃，只要服用一次劑量即可，切勿服用雙倍的劑量。

◇ 多吃豬蹄湯補充膠原蛋白，能讓肌膚變好？

坊間盛傳豬蹄、雞爪等，能補充肌膚的膠原蛋白，讓皮膚Q彈，真的有這麼神奇嗎？

一、雖然豬蹄、雞爪等部位含有豐富的膠原蛋白，但其分子結構過大，還必須先經過人體消化吸收，且在合成皮膚的膠原蛋白時，仍需有足夠的營養素輔助，例如：維生素C；此外，目前尚未有研究指出攝取「豬蹄」、「雞爪」等食物有幫助肌膚合成膠原蛋白的功效。

二、如果大量攝食這些食材，反而會吃下過多的油脂與熱量，因此要注意攝取量；若想要維持肌膚的健康，還是要從均衡飲食著手，攝取充足的維生素及礦物質，例如各式水果、蔬菜及堅果種子類等，提供肌膚足夠的抗氧化能力，也減少發炎物質對肌膚的傷害。

◇ 吸菸只會導致肺癌？

錯！

研究指出，菸煙為複雜的化學物質，其中超過 60 種致癌物，會導致 DNA 損傷，造成細胞突變為癌細胞，至少與肺癌、喉癌、咽癌、口腔癌、食道癌、膀胱癌、肝癌、子宮頸癌、腎臟癌、胰腺癌等 17 種癌症有關。

本研究檢測了 17 種因吸菸而增加罹癌風險的 5,243 段基因序列，證實吸菸確實會容易使 DNA 甲基化、錯誤複製等，造成 DNA 損傷，使體染色體突變，進而增加罹癌機率。所以，別再以為吸菸只會造成肺癌，為了您自身與家人的健康，請趕快戒菸！

消除幽門螺旋桿菌固然可以減少胃癌發生的風險，但遠離胃癌的威脅必須從生活做起，均衡飲食、多吃蔬果，少加工食品、醃漬物、燒烤，並且調節好生活作息，養成良好習慣；有家族罹癌史及高風險族群建議定期接受胃鏡檢查，才能保胃健康！

◇ C 型肝炎無藥醫？

C 型肝炎是除了 B 型肝炎與酒精性肝炎外，造成慢性肝病、肝硬化與肝癌死亡的主要原因。目前已有新型 C 肝口服新藥，療程短、安全性高且治癒率可達 97%。健保署已於 106 年開始將 C 肝口服新藥納入健保給付，若民眾有 C 型肝炎，只要符合治療規定，國家幫您支付藥物費用。如欲瞭解 C 肝藥物治療相關訊息，請至健保署官網內 C 型肝炎全口服新藥專區查詢(網址: <https://reurl.cc/k2E6r>)，提醒您須依醫囑接受後續追蹤檢查以及接受完整治療，並避免再次感染。

◇ 水菸放在水中燃燒，所以危險跟尼古丁都比較少？

根據研究，水菸所含的尼古丁濃度相當於 18 根菸品的尼古丁總量，另尼古丁與焦油含量皆高於香菸，且水菸所產生煙霧中的砷與鉻、鉛、鈷等重金屬含量遠高於菸品；此外，因輪流吸食的原因，也容易發生傳染病，所以別再認為水菸沒有什麼危害！

◇ 多吃豬蹄湯補充膠原蛋白，能讓肌膚變好？

坊間盛傳豬蹄、雞爪等，能補充肌膚的膠原蛋白，讓皮膚Q彈，真的有這麼神奇嗎？

- 一、雖然豬蹄、雞爪等部位含有豐富的膠原蛋白，但其分子結構過大，還必須先經過人體消化吸收，且在合成皮膚的膠原蛋白時，仍需有足夠的營養素輔助，例如：維生素C；此外，目前尚未有研究指出攝取「豬蹄」、「雞爪」等食物有幫助肌膚合成膠原蛋白的功效。
- 二、如果大量攝食這些食材，反而會吃下過多的油脂與熱量，因此要注意攝取量；若想要維持肌膚的健康，還是要從均衡飲食著手，攝取充足的維生素及礦物質，例如各式水果、蔬菜及堅果種子類等，提供肌膚足夠的抗氧化能力，也減少發炎物質對肌膚的傷害。

◇ 耳朵有褶痕可能是心肌梗塞的徵兆？

坊間盛傳上了年紀或有三高的患者，如果耳垂下緣跟耳朵的長軸出現垂直斜切褶痕，稱為「冠心溝」，可能是心血管方面的疾病徵兆。不過，臨床上無大規模研究顯示耳朵有褶痕與心血管疾病相關，醫師也不以此作為診斷標準！要防治心血管疾病，建議民

眾要定期接受健康檢查，並注意是否有出現心臟病徵兆，如：胸悶、左前胸或上腹部有壓迫感、胸痛、呼吸困難或感覺消化不良、心悸、冒冷汗，合併暈眩、疲倦無力、噁心、嘔吐等，且男女症狀不同，女性常會出現噁心、手麻、背痛、呼吸不順等情形。如有上述徵兆，諮詢專業醫師才是正確方法！

◇ 天氣好熱，可以喝含糖飲料消暑嗎？

【研究證實】世界衛生組織建議兒童肥胖防治應限制糖的攝取。研究顯示含糖飲料（包括汽水、茶、運動飲料、果汁等）攝取增加時，兒童與青少年體重及肥胖盛行率也會增加。水分的最佳來源是白開水，以白開水取代含糖飲料，可減少熱量的攝取，降低體重過重的機率。

【可以這樣做】兒童從小應養成喝白開水、不喝含糖飲料的習慣，以預防肥胖的發生。

◇ 聽說設有婦產科的醫療院所都是遺傳諮詢中心？

不是！

國民健康署為提升醫療機構遺傳診斷、諮詢及治療的品質，特訂定「遺傳諮詢中心審查要點」。只有經醫院評鑑評定為醫學中心的醫療機構，設有獨立醫學遺傳相關部門，並經國民健康署審查其遺傳診斷、諮詢及治療服務，符合上述要點的審查基準並予通過者，才可以指定為遺傳諮詢中心。

↑ TOP



全國法規資料庫

查詢法規最迅速

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

第12屆

法規知識王網路闖關競賽



■ 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

■ 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)

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.kimcc.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