

植樹造林、廉手守護－廉能啄越



詐騙防範宣導

網購陳奕迅門票遭騙 19 人受害

阿伯成功反詐騙少年車手

消費安全

防水防油容器少用 童長不高又變笨

健康生活

年後甩油大作戰 掌握 5、3、1 運動原則

研究：中年不愛運動 老年大腦萎縮

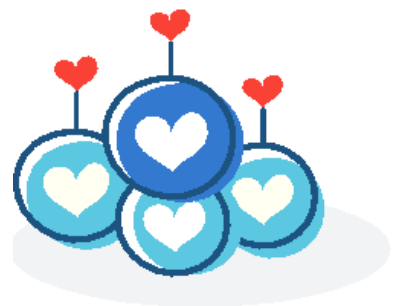
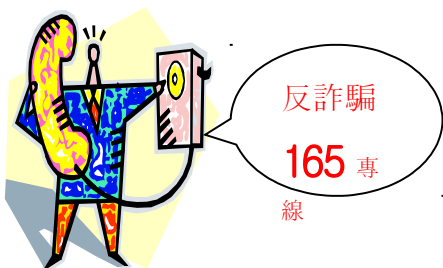
毒家新聞

毒品仿零食梅子片 澎湖海巡跨海緝獲

1 男 2 女開毒趴 渾身臭氣露餡全遭



網購陳奕迅門票遭騙 19 人受害



政風室 關心您

中央通訊社
THE CENTRAL NEWS AGENCY

2016 年 2 月 16 日

（中央社記者劉建邦台北 17 日電）藝人陳奕迅將再度來台開唱，卻傳出有民眾透過網路買票遭騙。刑事局今天說，經統計，有 19 人受害，歹徒以「低價、轉賣票券」詐騙，提醒民眾，網路購票務必謹慎。

住新北市的李小姐得知陳奕迅再度來台開唱，門票卻被秒殺，李女瀏覽知名拍賣網站時，發現有網友售票，立刻下標並匯款至指定帳戶，事後卻未收到門票，直到收到拍賣網站通知信，告知賣家帳號已被停權，才驚覺被騙。

李女遭騙新台幣 1 萬 600 元，事後她把經過貼在網路社團，赫然發現有許多人向同個賣家下標，也都遭騙，甚至有人被騙近 2 萬元。

從事資訊業的蔡姓男子發現有賣家在臉書團購社群要賣陳奕迅演唱會門票，加入對方的 LINE 詳談後下訂並匯款，對方表示匯款完後會立刻寄出票並拍照證明，但遲至隔天都沒消息，也聯絡不上賣家，才驚覺遭騙，損失 1 萬 100 元。

刑事局分析，詐騙集團會以在拍賣網站張貼熱門演唱會門票，稱「交易需被抽成手續費等理由」，要求買家私下透過通訊軟體交易，等到買家匯入款後就避不見面。

165 統計，春節假期間有 19 件被害案例，遍及臉書、露天拍賣、城市通及 PTT 等平台，警方呼籲民眾透過網路購買演唱會門票時，切勿貪圖折扣而私下交易，有任何詐騙問題，可打 165 反詐騙諮詢專線查證。



5 顆番薯假裝現金 阿伯成功反詐騙少年車手

作者社會中心／嘉義報導 | NOWnews – 2016 年 2 月 24 日

NOWnews
嘉義縣大林鎮一名 54 歲的黃姓筍農，日前遭到年僅 15 歲的假「檢察官」詐騙，遭騙走 24 萬元現金。由於不甘受騙，因此和警方配合逮人，用報紙包裹了 5 顆番薯，假裝成大疊現金與車手面交，最後警方順利將王姓少年車手給抓到。

昨日 (23 日) 下午，黃姓筍農接到了一通電話，裡頭是一名自稱為「檢察官」的男子，表示黃男的身分證及健保卡遭到盜用，若不處理則可能有牢獄之災。黃男聽聞情況嚴重，一時情急之下便依照對方指示，將存款共 24 萬元交給一名 16 歲的王姓少年車手。

然而黃男事後越想越不對勁，懷疑自己遭到詐騙，因此撥打詐騙 165 專線求證，發現自己真的被騙了。沒想到，今天 (24 日) 中午，詐騙集團認為黃男好騙，便食髓知味再度打給黃男，要求他再領存款 36 萬元交給車手。不甘受騙的黃男抓住大好機會，和警方配合，用報紙包裹 5 顆番薯，假裝是大疊鈔票，在農會和車手碰面，警方現場人贓俱獲，順利逮人。黃男也因此扳回一城。





防水防油容器少用 童長不高又變笨



作者健康醫療網 / 記者郭庚儒報導 | 健康醫療網 – 2016 年 1 月 29 日

日常生活用品中，包括衣物、紙盒、紙袋、不沾鍋等，常有使用全氟碳化合物，也就是俗稱的鐵氟龍，雖然可防水、防油、強酸、強鹼；但國內最新研究發現，孕婦長期暴露會導致胎兒體重過輕，造成兒童長不高、智商變低，成人則會增加氣喘、糖尿病、心血管疾病的風險。

研究登國際期刊

台大公共衛生學院及國家衛生研究院，最新研究發現，長期暴露全氟碳化合物，會增加動脈硬化、氣喘，以及成年人糖尿病風險 2.39 倍，還會影響小朋友身高及智力發展，如 8 歲學童平均身高會矮 1.5 公分。此研究成果分別刊登於國際期刊《Environment International》及《International Journal of Hygiene and Environmental Health》。

全氟碳化合物危害健康

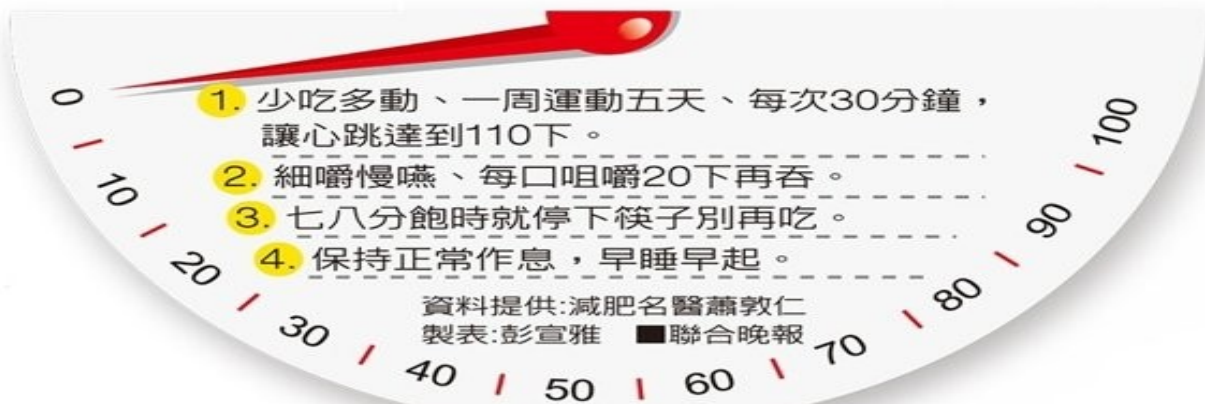
台大公衛學院職業醫學與工業衛生研究所臨床副教授、台大醫學院內科部主治醫師蘇大成表示，全氟碳化合物是一種內分泌干擾物質，會干擾荷爾蒙製造、分泌及代謝，且為脂溶性並具生物累積性，長期暴露對人體恐有危害。

少用防油容器

蘇大成指出，全氟碳化合物具有防水、抗油的特性，廣泛使用於多種生活用品，如不沾鍋塗層、食品包裝、農藥、服裝、室內裝潢、地毯，甚至個人護理產品等，例如不沾鍋塗層、披薩盒、微波爆玉米花袋子等各種防油紙袋，建議民眾少用。

年後甩油大作戰 掌握 5、3、1 運動原則

年後減重大作戰小叮嚀



2016-02-14 11:29:24 聯合晚報 彭宣雅、謝蕙蓮 報導 圖/聯合晚報

只吃不動 她默默胖4公斤...

九天春節假期「咻」一下就快過完了，過年期間淑玲除了回娘家、婆家過年，和許久沒見的老朋友聚餐，年假沒出國，多數時間除了吃，就是和親友在牌桌上「摸八圈」，多吃少動的結果，淑玲驚覺自己怎麼一個年假變得又腫又圓，連上班的套裝裙子都扣不上，站在磅秤上一量，體重竟然比春節前暴增四公斤，讓她驚呼「怎麼會胖的這麼快？」減肥名醫蕭敦仁表示，春節雖然只有九天，但幾乎天天吃大餐，加上節前有公司尾牙、年終聚餐，很多人從春節前一個多月前就開始吃喝，有人甚至尾牙連吃好幾攤，春節回家過年，幾乎餐餐大魚大肉，吃得多、動得少，若年後再吃春酒攤，有人要一直吃到元宵節後才能恢復正常飲食。

甩油要趁早 最好開工前就減掉

蕭敦仁表示，根據國健署統計，民眾春節假期平均胖 1.5 至 2 公斤，但往年門診觀察，春節間吃吃喝喝胖兩公斤的人比比皆是，囤積在身上的熱量肥油，最好在上班前消耗掉，否則熱量囤積在身上「活儲」變「定存」，之後想減重就困難多了。

年後減重，蕭敦仁強調，運動一定不能少，拚命吃又動得少，是減重大忌，最好能做到「531」運動原則，就是一周運動 5 次、每次至少持續 30 分鐘，每分鐘心跳要達到 110 下，只要能持續「做好、做滿」，就可順利消耗春節連假囤積在身上的脂肪。

細嚼慢嚥增加飽足感 就吃少了

除了多運動，蕭敦仁表示，想減重，細嚼慢嚥很重要，根據研究，每一口餐點咀嚼 20 下，長期下來體重自然下降 12%，建議食物入口後，左邊咬 10 下、右邊咬 10 下再吞下肚，多咀嚼可以增加飽足感，大約吃七八分飽就停下筷子別再吃，自然不發胖。

醫師也提醒，春節假期親友團聚大多晚睡，最好提早調整作息，若晚上 12 時還沒睡，容易覺得胃空空的想找東西吃，吃宵夜習慣若不戒掉，很難瘦得下來，年後恢復身材，可先從早睡早起開始；若真的想吃宵夜，建議喝一碗紫菜湯、味增湯就好，否則三餐大魚大肉加上宵夜，年後想瘦下來恐怕很吃力。



研究：中年不愛運動 老年大腦萎縮

台灣新生報 – 2016 年 2 月 22 日

【台灣醒報記者陳正健綜合報導】一個人熱愛運動與否，影響的不只是肌肉量，還包括腦容量。美國《神經學》期刊上的一篇研究指出，中年時期有無運動習慣，表面上看起來差別不大，但到了老年時期，大腦的健康程度高下立見。研究發現，中年時不愛運動的人，20 年過後，比起同年齡的人，他們的大腦有明顯萎縮的跡象。研究人員以 1583 名平均 40 歲、健康的男、女性為觀察對象，他們沒有糖尿病或心臟病等疾病。研究剛開始，他們必須接受跑步測試，20 年過後，他們再度接受體能測試，並且做腦部斷層掃描。驚人的是，研究人員對照「體能較佳組」和「體能較差組」，發現當年那跑步測驗表現較差的人，到了老年時期，他們的大腦相對萎縮。研究還發現，在體能測試時，血壓和心跳率較高的人，未來腦部萎縮的機率也高出許多。另外，2015 年的一項研究也指出，中年時期就積極從事體能活動的人，在 5 年過後，比起不愛運動的人，他們的大腦容量明顯較大。

莫逞一時樂，遺害百年身！
拒絕毒品 珍惜生命
健康無價 不容毒噬

毒家新聞
毒家新聞

毒品仿零食梅子片 澎湖海巡跨海緝獲



中央通訊社
THE CENTRAL NEWS AGENCY

2016 年 2 月 1 日 下午 6:11

(中央社澎湖縣 1 日電) 海岸巡防澎湖機動查緝隊緝毒再建功，赴台北再度破獲咖啡包、零食梅子片偽裝的各種毒品 1026 公克，逮捕余姓與李姓 2 名毒嫌依法送辦。

澎湖機動查緝隊專案小組昨天會同新北與高雄等警方持檢方搜索票，在台北市松山區查獲余姓與李姓 2 名犯嫌非法販賣大麻、二級毒品反應梅片、毒咖啡、k 他命、搖頭丸等第二、三級毒品毛重達 1026 公克，市值約 100 萬元，其中犯嫌除將毒品以咖啡包掩飾外，亦壓錠成仿復古兒童零食「梅子片」，從外表看幾可亂真。

澎湖機動查緝隊繼日前在馬公查獲曹姓通緝犯宅配毒品之後，今天再傳緝毒捷報，機動查緝隊長黃永璋表示，毒品影響社會秩序及國人身心健康至鉅，澎湖海巡單位結合警察單位，將毒品犯罪察查列為首要重點，斷絕毒品來源，淨化地方治安。

戒毒成功專線

0800-770-885

請請您 幫幫我



讓我們一起幫您解決問題

<http://refrain.moj.gov.tw>



1 2

中央社 – 2016 年 2 月 18 日

(中央社記者陳朝福高雄 18 日電) 吳姓男子與羅姓、朱姓女子在旅社涉嫌開毒趴，高雄市警方據報前往查緝時，與步出旅社渾身臭氣的 3 人擦肩而過，員警聞味逮人，並查出羅女也因毒品案遭通緝。高雄市警察局新興分局今天表示，獲報前金區榮安街一家旅社房間內飄出異味，疑似有人吸毒後，派員警前往查緝，正巧與步出旅社的 3 人擦肩而過。警方表示，員警察覺 3 人渾身散發疑似毒品的異味，立即上前盤查，果然當場在吳男的短褲口袋中查獲安非他命及 K 他命共 12 小包，還查出羅女為高雄地檢署於民國 104 年 7 月發布的毒品通緝犯。警方查出 3 人染有吸毒的惡習，吳男坦承安非他命和 K 他命是向一名綽號「何阿」的男子購買，自己吸食沒有販毒。警詢後，全案依毒品危害防制條例、通緝等罪嫌送辦，警方並持續追查毒品來源。

迎接挑戰
我不吸毒

