

安全維護

少一份毒品，多一分健康；吸毒一時，終身危害。
※ 戒毒諮詢專線：0800-770-885(0800- 請請您 - 幫幫我)

簡單瞭解「兩公約」

「補助金」給你領！假軍人詐騙又來了

悔不當初！男子拉K成癮K掉人生

吃泡麵三大隱憂 毒物專家、營養師靠

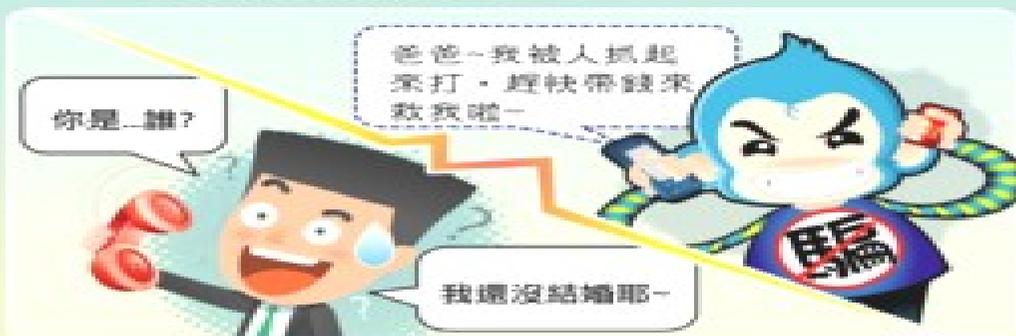
5招一一破解

「假綁架詐騙」



特徵：

- 1、綁架理由多為「幫人作保還不出錢」或「誤傷人要醫藥費」
- 2、假裝人質遭凌虐，帶給被害人壓力
- 3、電話通話時間極長且不會掛斷，避免被害人有機會查證



防範之道：

- 1、接到電話務必保持冷靜
- 2、平常需與親友建立電話以外的聯絡管道
- 3、遇到類似案件趕緊打110或165求助



安全維護

目錄

危
機
不
會
預
警
安
全
沒
有
假
期

兩公約

- 3 簡單瞭解「兩公約」

詐騙防範宣導

- 4 「補助金」給你領！假軍人詐騙又來了
- 5 又是假檢座老眼！17 歲車手詐騙 79 歲老婦

毒家新聞

- 6 悔不當初！男子拉 K 成癮 K 掉人生
- 7 從行善助人開始！藥癮過來人勸戒回歸正常生活

消費安全

- 8 **PVC** 手套驗塑化劑合格 消基會仍建議進食別戴
- 9 「屈臣氏、舒妃、伊露恩」染髮劑 遭驗標示不實

健康生活

- 10 吃泡麵三大隱憂 毒物專家、營養師靠 5 招一一破解

簡單瞭解「兩公約」

資料來源：台灣人權促進會出版之《人權小撇步》

公民政治權利國際公約

International Covenant on Civil and Political Rights, ICCPR

聯合國大會於 1966 年 12 月 16 日通過，1976 年 3 月 23 日正式生效。目前 (2010/7) 有 165 個締約國。ICCPR 之監督委員會為 Human Rights ommittee，由 18 個委員組成，任期四年。ICCPR 規定締約生效一年內要交出第一次國家報告給委員會，之後每四年定期繳交報告。ICCPR 有兩號任擇議定書 (Optional Protocol)，開放締約國個別簽署。第一任擇交議定書賦予個人就公民政治權受侵害之申訴與救濟程序；目前有 113 個國家簽署。第二任擇議定書則關於廢除死刑，目前有 72 個國家簽署。

經濟社會文化權利國際公約 經濟社會文化權利國際公約

International Covenant on Economic, Social and Cultural Rights, ICESCR

聯合國大會於 1966 年 12 月 16 日通過，1976 年 1 月 3 日正式生效。目前 (2010/7) 共有 160 個締約國。ICESCR 的監督委員會為 Committee on Economic, Social and Cultural Rights，由 18 個委員組成，任期四年。ICESCR 規定締約生效兩年內要交出第一次國家報告給委員會，之後每五年繳交定期報告。ICRSCR 有一號任擇議定書。第一任擇議定書甫於 2008 年 12 月 10 日通過，內容賦予個人就經濟社 會文化權受侵害，向聯合國申訴與尋求救濟之權。目前有 33 個國家簽署。



世界上的 ICESCR 締約國。灰色為未批准，淡綠色為簽署但未批准，深綠色為締約國。來源: wikipedia



假軍人詐騙



「補助金」給你領！假軍人詐騙又來了

三立新聞 記者陳子揚、林俊華／基隆報導 107.7.15

假軍人詐騙又出沒！基隆一名女子日前在通訊軟體上，被一名自稱在敘利亞打仗的軍人搭訕，他拿舊照片取信民眾說自己戰死會有補助金但身邊朋友已經死亡，只能請女子當緊急連絡人以便死亡後可以代收補助金。沒想到，女子信以為真但其實已經被詐騙集團騙取個資。

男子走在瓦礫堆中四周都是斷垣殘壁，但這張照片激發基隆民眾的同情心。一名女子是在通訊軟體上，被一名自稱在敘利亞打仗的軍人搭訕，他說自己可能隨時丟命死後會有補助金。不過，自己的朋友都戰死想要女子當緊急聯絡人，給了網址要女子填寫資料以便補助金可以匯給女子。沒想到女子信以為真！真的進去網站填了資料，但這名軍人又說需要女子代墊包裹費用，要她先行匯款其實是趁機騙取個資和金錢。基隆市刑大偵四隊長黃柏銘：「請民眾先代墊包裹的運費，待民眾依照其指示到指定的帳戶匯款之後，即消失無蹤。」



這張照片是 2016 年敘利亞阿勒波地區的轟炸行動，詐騙集團卻以現在進行式的受手法企圖取信民眾。基隆警方特別提出呼籲要大家不要上當，而用國外軍官身分行騙的案例已經不是第一次。去年 11 月底基隆警方才破獲一個詐騙集團，他們化身美軍駐中東的指揮官以結婚當誘因，騙情又騙財得手上百萬元。

警方：「妳覺得妳匯這筆錢給他，是要幫助他讓他可以退伍嗎？」受騙婦人：「對啊。」

詐騙集團不時佯稱外籍軍官騙取民眾血汗錢，警方抓不勝抓也提醒民眾不要輕易相信，多多查證才不會受騙上當。





又是假檢座老嘍！ 17 歲車手詐騙 79 歲老婦

三立新聞 2018 年 6 月 4 日社會中心／綜合報導

假檢察官管收被害人財物的詐騙老梗，讓台南一位 79 歲的老婦人被騙走價值 21 萬的現金和金飾，老太太很不甘心，在詐騙集團二度行騙時和警方合作，利用假的存摺把車手騙出來，讓警方順利圍捕車手到案，這名車手只有 17 歲，高中休學爲了賺錢，才加入詐騙集團。

老太太按照和歹徒的約定，把機車停在社區大樓門口外，還在沒上鎖的置物箱裡放了東西，老太太離開後車手來了，直接翻開置物箱，才要動手警方就一擁而上，車手邊逃邊掉東西，沒跑多遠就被警方抓到了。

警方這回可以抓到車手，歸功於老太太的幫忙，原來平常一個人獨居的老太太，遇上詐騙集團假冒檢察官要管收財物，她第一次被騙走現金和金飾共 21 萬，發現不對後向警方報案，還配合警方釣出車手。

讓警方憂心的是這名車手才 17 歲，警方提醒，青少年學子暑假期間要找打工機會，千萬得睜亮眼睛，別被詐騙集團利用，否則不只得背負刑責，恐怕還得面對被害人的損害求償。

（民視新聞／綜合報導）





悔不當初！男子拉 K 成癮 K 掉人生

今日新聞 記者黃珧琮 / 台中報導 2018 年 7 月 7 日

毒品真是害人不淺！吳姓男子為紓解壓力染上毒癮，不但失業且夫妻離異，對身體健康也造成不良影響。日前又在車上吸食 K 他命，被東勢警分局巡邏員警查獲，依毒品危害防制條例偵辦。吳男供稱吸食毒品歷程，讓他悔不當初。

東勢警分局東勢派出所員警黃耀慶及謝尹智，於日前執行巡邏勤務，途經東勢區東關路六段時，發現一輛銀色自小客車在雨中行急駛，形跡可疑，遂於上城街口將其攔停；當駕駛人搖下車窗欲接受警方盤查身分之際，飄出一股濃厚的塑膠燃燒味。

吳姓駕駛（40 歲）見事跡敗露，坦承吸食 K 他命並主動交出 K 他命的吸食器具。吳嫌被逮後供稱，他因妻子意外流產陷入憂鬱情緒，自己又需承擔養家重任，壓力過大才會染毒，一開始想借 K 他命紓解壓力，不料卻身陷毒癮，不僅導致丟掉工作，妻子也不堪負擔每月龐大支出而離異，實在悔不當初。

員警勸誡吳嫌，毒品除對健康不良影響，亦具成癮性，對家庭、社會毒害甚鉅，期許他早日走出傷痛，痛定思痛戒除毒癮。警方呼籲，吸食 K 他命可能導致膀胱壁變厚、頻尿等不可逆之傷害，染上毒品很難脫離，吸毒者常做出無法挽回的事，家庭也因此而破碎，且危害社會巨大，應勇敢向毒品說「不」。

※ 【今日新聞】提醒您：

少一份毒品，多一分健康；吸毒一時，終身危害。

※ 戒毒諮詢專線：0800-770-885(0800- 請請您 - 幫幫我)

※ 安心專線：0800-788-995(0800- 請幫幫 - 救救我)

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>





從行善助人開始！藥癮過來人勸戒回歸正常生活

健康醫療網／記者曾正豪報導 2018 年 7 月 8 日。

(健康醫療網／記者曾正豪報導)

近年來，新興毒品層出不窮，臺南市政府毒品危害防制中心首創與藥癮過來人合作，辦理「拒絕毒品，從行善助人開始」毒品危害防制講習，藉由歐光榮先生帶領學員，進行街頭發放免費便當及活動後的經驗分享，讓個案親身經歷來勸戒學員即早戒除毒癮，回歸正常的社會生活，希望透過街頭行善助人可以使自我更快樂、更自在，使戒除藥癮從心出發。

濫用 K 他命嚴重時會導致死亡

臺南市政府毒品危害防制中心表示，從時下青少年施用毒品級數來看，入門款及無法拒絕的仍是三級毒品 K 他命。施用完 K 他命的反應雖不會立即出現，但濫用 K 他命，在急性中毒期可能會出現噁心、嘔吐、視覺模糊、影像扭曲、全身抽搐、意識混亂、對疼痛感及環境知覺降低等症狀。嚴重時，甚至會造成呼吸或心跳停止，導致死亡，造成不可彌補的傷害。

支持及陪伴是戒毒重要環節

K 他命其成癮性較低，價格相對低廉，部分青少年追求刺激、好奇心及趕流行，或是沉溺於藥效所生虛擬幻想世界，使得該等毒品成爲青少年初期嘗試之「入門」毒品。臺南市政府毒品危害防制中心強調，K 他命一旦成癮，要藉由個人意志力戒除並不容易，戒斷 K 他命時的焦躁不安及身體不適，往往會讓人忍不住又想再度使用，而家人愛的支持及陪伴更是戒毒過程中非常重要的一個環節。有了家人愛的支持及陪伴會讓吸毒者能更快速的賦歸社會，回歸正常的生活。

藥癮過來人親身勸戒

參加活動的學員皆表示，從活動中可以發現以前本身做錯了不少事，亦把金錢花在錯的地方上，以及發現社會上仍然有許多需要幫忙的弱勢民眾；學員們希望將來可以把錢花在對的地方能做更多的好事。

千萬勿嘗試不明藥物

臺南市政府衛生局呼籲，對於來路不明藥物，千萬不要輕易嘗試，且應多關心青少年交友狀況，如發現家人或親友有使用毒品情形，請撥打 24 小時免費戒毒諮詢專線：0800-770-885(請您 幫幫我)。毒品危害防制中心專人可提供諮詢及戒治服務，諮詢內容全採保密原則。



PVC 手套驗塑化劑合格 消基會仍建議進食別戴

The Central News Agency 中央通訊社 2018 年 7 月 5 日

（中央社記者楊淑閔台北 5 日電）消費者文教基金會今天表示，市售家用手套 20 件塑化劑檢驗結果符合標準，7 件檢出日本禁用於食品服務的 PVC 材質，並都驗出塑化劑替代品，呼籲吃東西時別戴這類手套。

環保署公告的毒性化學物質列管編號 068、080 的項目是塑化劑，消基會今天舉行記者會，公布市售家用手套的塑化劑檢驗報告。

消基會董事長游開雄說，消基會購買家用手套 20 件，其中 9 件用於接觸食品、11 件不得用於接觸食品，檢驗可用於食品器具容器包裝的塑化劑種類，以及不可用食品器皿包材的塑化劑種類，結果都符合標準。

他並說，但是消基會進一步檢驗發現其中有 7 件是 PVC 材質，而 PVC 材質因為比較不具彈性，會添加塑化劑，才能製成手套，結構也因此較為鬆散，細菌跟病毒的滲透率較高，用於食品處理時屏障比較低。

其次，所用塑化劑遷移到油性食物的含量比非油性的高，可經由肌膚接觸或飲食進入人體，會影響學童發育，因此日本早在 2001 年禁止 PVC 手套於食品服務。

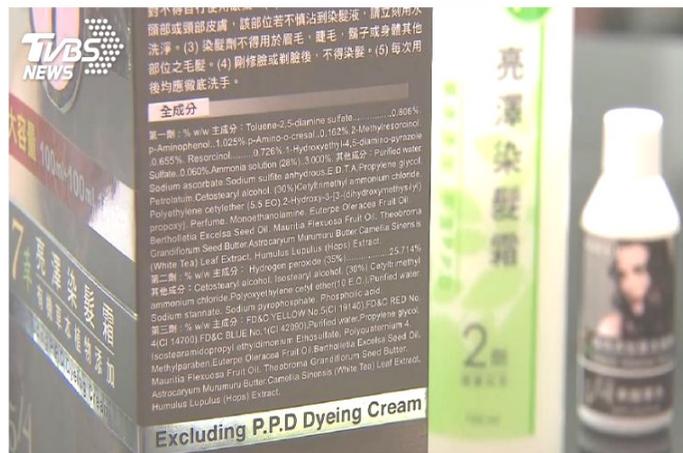
游開雄並說，以上 7 件 PVC 材質手套雖然沒有驗出塑化劑，卻都驗出塑化劑替代品 DEHT，影響性雖然比塑化劑弱，但是國際已經開始關注、研究，但因還無法推斷人體相關含量與拋棄式 PVC 手套有因果關係，所以國內、外都還沒禁止添加於接觸食品的手套或器具中。

顧及飲食安全，游開雄強調，以上 7 件 PVC 材質手套，有 2 件是用於接觸食品，為確保消費者健康，消基會呼籲，舉凡標示 PVC 材質的手套，都不要用於接觸食品上。

消基會也建議，行政院食品安全辦公室應研議於化學品安全管理法中規定，應定期調查食品及產品的塑化劑、塑化劑替代品的使用情形，為食安把關。（編輯：陳清芳）



「屈臣氏、舒妃、伊露恩」 染髮劑 遭驗標示不實



吳姝叡 徐國衡, 李學維 2018 年 7 月 9 日

北市衛生局公布，今年 2、3 月針對市售染髮劑抽驗結果，15 項產品當中有 3 樣不合規定，其中包含屈臣氏、舒妃和伊露恩等知名品牌，有產品被檢出不合格，衛生局除了要求全面下架之外，也可以依法開罰 10 萬以下罰鍰。

北市衛生局，抽驗市售 15 款染髮劑，其中發現 3 款產品，檢驗結果或標示內容不合格，其中知名品牌，屈臣氏也上榜。

違規的就是屈臣氏這款，屈臣氏丰采亮澤染髮霜，4 號的深櫻紅，被檢驗出含有對苯二胺，雖然這是合法的藥品，但是業者並沒有標示在外包裝上。另一款，舒妃 7 萃亮澤染髮霜，因為氧化劑濃度與包裝宣稱的含量不符，也不合格。而伊露恩的草本染髮霜、濃栗色，雖然品質檢驗結果，沒有問題，但是外包裝的廣告宣稱效果，並沒有獲得中央主管機關核可。

到截稿前，業者尚未回應，不過衛生局表示，除了請業者限期改善之外，依照法規，還可以處 10 萬以下罰鍰。





每日健康／綜合編譯 林曉鈞 107.7.12

不論颱風天、經濟拮据、懶得做菜等等，「泡麵」都是相當方便的飲食選擇，但健康意識相對抬頭，不少人擔心吃了泡麵賠上健康。不過專家、營養師指，現今市售泡麵都經加工處理，幾無再使用防腐劑、抗氧化劑，但存在過油、過鹹及營養不均等問題。除泡麵油包、調理包應適度減量，少喝湯、搭配蔬菜及蛋白質，及沖泡方法都是破解隱憂的一大方法。

馬偕醫院營養師趙強指，現今的加工技術更升級，可將麵體充分脫水乾燥，添加維生素 E，徹底取代防腐劑、抗氧化劑。

不過，因為泡麵調理包、油包內的肉品有過油疑慮，雖吃起來口感佳，但也埋下健康隱憂。另外，泡麵的蔬菜量少，長期吃恐導致飲食不均衡而致病。

針對以上泡麵的幾項隱憂，恐造成泡麵消費者有所恐慌，對此，綜合毒物專家、營養師建議，提供一些「破解方法」。

不過過量食用泡麵仍有極大風險，雖然目前沒有研究泡麵會「直接致癌」，但長期食用高鹽食品，卻是升高胃癌風險的普遍原因。

1. 選購時要挑非油炸麵體，且油包與調理包要斟酌，最好別全加，另吃泡麵也要避免喝湯，避免吃下過多鹽份與鈉。
2. 加熱水，讓麵體浸泡一下，這時會有一些油浮出來，在麵還不是很軟的時候，就把水倒掉。
3. 再加熱水進入第二泡，同時加入調味包，但不是全加，而是剪開包裝，挑出裡面的固體部分（如乾燥肉、菜）加入泡麵，排除液體和油，如此可減少油、鹽、糖的攝取，味道也不會太重。
4. 增加蔬菜量也不錯，可搭配生菜沙拉、醃黃瓜等，其含鉀可幫助排出鈉。
5. 可搭配豆干或皮蛋豆腐，讓蛋白質攝取增加，或將泡麵當主食，並佐以蛋、蔬菜、肉片一同烹煮，更均衡營養。