

安全維護

參與政事(編輯者註)和投票的權利

年關將近小心詐騙「商機」

毒蟲開車邊吸毒 見警急逃撞3車仍落網

新年必備三糕小心身體也三高！

反詐騙電話165

全民反詐騙 諮詢熱線 165

反 詐 騙 3 步 驟

1. 保持冷靜
2. 小心查證
3. 立即報警或撥打165反詐騙電話



安全維護

目錄

兩 公 約

3 參與政事(編輯者註)和投票的權利

詐騙防範宣導

4 年關將近小心詐騙「商機」警籲民眾防範網路購物「有詐」

5 詐騙集團扮檢警 車手提款時遭警逮獲

毒 家 新 聞

6 自動化生產 水電工種大麻被逮

7 毒蟲開車邊吸毒 見警急逃撞3車仍落網

消 費 安 全

8 細菌最愛！電鍋「這樣用」恐食物中毒

9 消基會：OTT崛起卻無人管 消費者權利難保

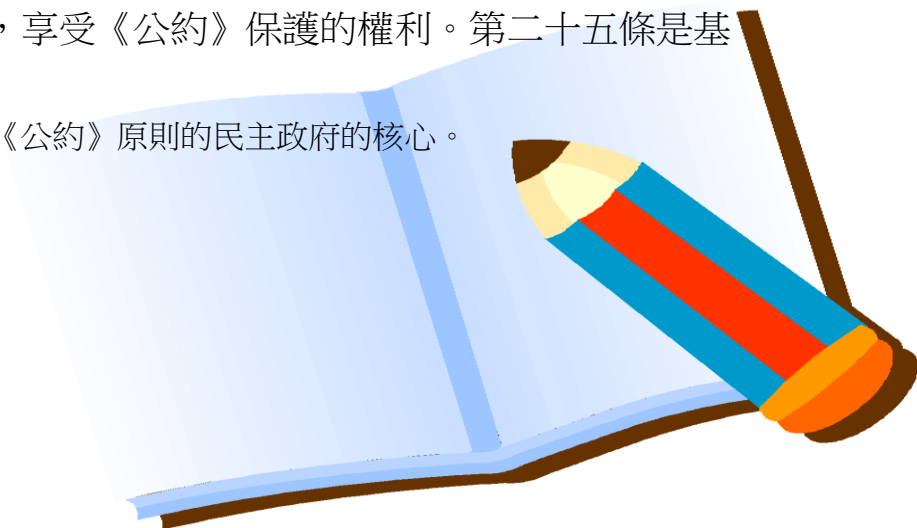
健 康 生 活

10 新年必備三糕小心身體也三高！飯後這樣做CP值超高

第25號一般性意見： 參與政事(編輯者註)和投票的權利 (《公約》第二十五條)

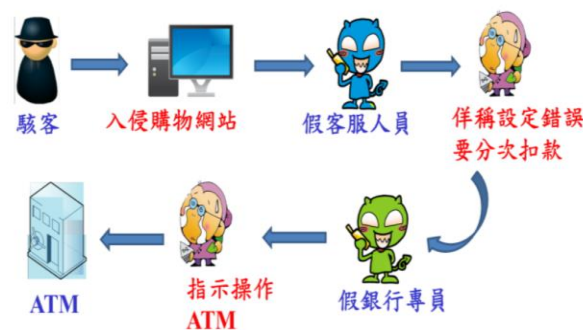
資料來源：第五十七屆會議(1996年)

《公約》第二十五條承認並保護每個公民參與公共事務的權利、選舉和被選舉權利和服公職的權利。無論現行憲法或政府採取何種形式，《公約》要求各國透過必要的立法和其他措施，確保公民具有有效的機會，享受《公約》保護的權利。第二十五條是基於人民的同意和符合《公約》原則的民主政府的核心。



解除分期付款詐騙流程

年關將近小心詐騙「商機」 警籲民眾防範網路購物「有詐」



解除分期付款詐騙流程。圖：北市刑大提供

新頭殼newtalk | 謝莉慧 綜合報導 2019年1月25日

[新頭殼newtalk] 年關將近，詐騙集團看準許多民眾會趁此時為家中添購新物品或新衣服，且歹徒也知悉網路的不易追查性，即利用此管道實行詐騙。臺北市府警察局統計今年春節前夕已發生的詐騙手法假網拍購物及解除分期付款共計70幾件，佔詐欺案比例3成。雖然多為小額詐騙，但累積起來的詐騙金額也達3百多萬元。

另外，詐欺集團會以駭客技術入侵購物網站，取得被害人交易資料後，撥打電話給被害人以付款設定錯誤、解除分期付款為由，要求其操作ATM。如果網路購物、訂房、訂票後，接獲任何可疑電話，應立即撥打165專線查證，或撥打業者官網上刊登的客服電話再次確認，切勿依陌生人的指示操作ATM，以免遭詐。

警方呼籲，網路購物十分方便快捷，但要注意網路具有跨國性及隱匿性，利用網路購物更是要謹慎小心。網路購物最好不要貪圖便宜，利用臉書或LINE私下交易，以免匯出款項卻沒拿到貨品。此外，可以使用具有第三方支付的平台下標，利用第三方支付機制，確認貨品沒有問題再付款，並選擇評價良好、具有實體店面的賣家，交易安全才有保障。

日前臺北市府警察局大同分局接獲一起詐騙案件，被害人王姓女大學生，滑手機看到某網路平台店家新上刊的衣服，心想快過年了，該為自己添購一些新行頭，便立刻下單購買。幾天後，手機接獲自稱網路店家會計來電，對方稱上次交易因內部作業錯誤，誤設為多筆訂單，將導致帳戶重複扣款，要協助她取消設定並通知銀行人員幫忙處理。隨後，王姓女大學生接到假銀行客服來電，表示有接到店家寄送的信用卡爭議款申請書要先核對身分，並要她依其指示轉帳才能取消設定，王姓女大學生便依照指示操作手機網路ATM轉出1萬多元後，對方又以要核對身分的名義再次要求轉帳。王姓女大學生信以為真，依對方指示操作手機網路ATM前前後後共轉帳了7筆，總計損失將近40萬元，辛苦累積的存款在幾分鐘內遭詐騙一空。

臺北市府警察局表示，已建立「反詐騙小金剛」臉書粉絲團，隨時宣導最新的反詐騙資訊。另建置檢舉詐騙專線電話：2381-7263，對於提供線索協助破案民眾，最高核發20萬元獎金，希望藉由警民合作力量，遏止詐騙歪風。



詐騙集團扮檢警 車手提款時遭警逮獲



台灣好新聞 記者蕭碧月、張朝福／嘉義報導

高雄市一名婦人昨天接到詐騙集團電話謊稱，她的證件遭人冒用涉及洗錢，婦人誤信並交付存摺及金融卡，並告知對方提款卡密碼，刑事局、嘉義市警二分局昨天在高雄市三民區逮捕正在提款之車手，起獲存摺2本、金融卡2張、現金7萬2000元等證物，通知張簡姓婦人，婦人才恍然大悟，被詐騙集團耍得團團轉。

警方調查，張簡婦人昨天上午接獲詐騙集團假冒健保局人員，指稱她積欠健保費，婦人堅稱自己沒有，詐騙集團告知可能她的證件遭人冒用，將轉接台北市某某分局受理，電話中，自稱警官及檢察官男子告知婦人涉及洗錢案件，要求婦人將其郵局、第一銀行存摺、金融卡等放在住處樓下圍牆旁。

被害人按照詐騙集團指示，交出存摺及金融卡等，婦人還告知詐騙集團金融卡密碼。詐騙集團取得存摺及金融卡後迅速前往ATM提領現金，嘉義市第二分局會同刑事局人員，昨天中午在高雄市三民區大順二路查獲簡姓車手，現場查扣婦人郵局及第一銀行存摺、金融卡及現金7萬2000元等證物，通知張簡姓婦人時，婦人才獲悉自己受騙。

嘉義市政府警察局第二分局呼籲民眾，打擊犯罪維護社會治安是警方責無旁貸之責，若民眾有發現不法情事，可立即撥打「110」或逕撥打各縣市警察局、各分局或各派出所檢舉，警方將依法究辦。



自動化生產 水電工種大麻被逮



中國時報【林和生／屏東報導】2018年12月22日

屏東陳姓及黃姓2名水電工近年來因工作機會銳減，竟異想天開透過網路引進大麻種子，並藉由專長在租用的民房內架設自動化水耕栽培溫室，耗時6個月終於盼到首批成果，無奈卻被屏東縣調站幹員先行查獲，現場起出25公克大麻成品。

屏東縣調站專案人員蒐證發現，陳、黃2人平時以承包水電工作為業，但因工作機會減少、收入不穩定，四處向親友借貸；今年4月中旬便透過網路向英國賣家購得大麻種子一批，且上網下載完整栽培流程，開始在屏東市區租用的民房內嘗試種植。

2人將民房1樓充當水電器材倉庫以掩人耳目，並透過水電技術，將平時留用的剩餘耗材，於2樓架設拼接水管，設置泵浦循環供水系統，購買營養劑充當肥料，另能定時提供日光燈源照射，完全自動化設備，可以說是無人值守栽種法。

因全程自動化的水耕栽種，犯嫌根本不用天天看顧，陳、黃2人還是跟往常一樣外出尋找工作機會，做些臨時散工，加上民房位處市區狹小巷弄內，增加專案人員的查緝難度。

調查人員突破萬難衝破防線，於民房內共查獲大麻活株12株及栽種、「水耕」製造器具一批，另於黃嫌家中扣得大麻種子50餘顆及乾燥大麻葉成品約25公克。

2人到案後坦承犯行，警調發現，2人並無毒品前科，但採尿檢驗均呈現大麻陽性反應，他們才坦承，為了嘗試種植成果，曾拿枯萎葉子先行吸食，讓幹員聽了直搖頭。2人經檢察官訊問後，分別以12萬元及10萬元交保。

戒成專線

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>



毒蟲開車邊吸毒 見警急逃撞3車仍落網



（中央社記者王鴻國新北9日電）板橋警分局今天表示，陳姓男子昨晚一邊駕車一邊拉K，遇到警方攔檢竟加足馬力逃逸，但逃沒多遠，就被板橋員警祭出的車陣攔捕法擋下，擦撞3車後動彈不得被拖出車外上銬逮捕。

警方調查，26歲的陳男昨天晚間10時多開著自小客車，一邊開車一邊拉K（吸食K他命），最後把車停靠在板橋仁愛街超商外，在車內吞雲吐霧起來，員警巡邏經過發現小客車形跡可疑上前攔查，沒想到駕駛見狀立刻踩油門逃逸。

員警立刻通報勤指中心攔截圍捕，各地支援警力迅速趕到，造成縣民大道與華興街口等地方車輛回堵，陳嫌駕駛的自小客車原本還想鑽車縫逃竄，卻因此擦撞前方遊覽車及兩輛自小客車，造成整輛車卡住，動彈不得。

員警見陳男車輛動彈不得，立刻衝上前喝令他下車，並將他上銬逮捕，清查發現車上有2包毒品K他命及1包吸食完的殘渣袋。訊後，陳男被依妨害公務、公共危險及毒品等罪嫌移送，還得賠償民眾的車輛損失。（編輯：李錫璋）

1080109



▲若直接把食物放在電鍋保存，恐引發食物中毒。

細菌最愛！電鍋「這樣用」恐食物中毒

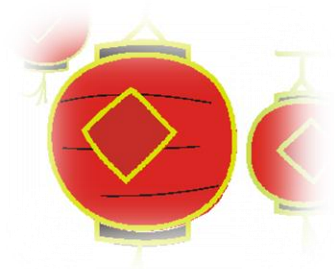
三立新聞網 生活中心／綜合報導 2019年1月7日

「電鍋」是很多人家中必備的烹煮器具，也是外食族熱菜的好幫手，然而有些人會習慣把剩菜放在電鍋裡保存，以方便隔天直接加熱後食用。但營養師則提醒，若長時間用電鍋保溫飯菜，會讓細菌容易大量繁殖，並引發食物中毒。

根據《ETtoday》報導，營養師李芷薇指出，飯菜如果放在室溫下超過1至2個小時，細菌會在食品中大量繁殖導致食物中毒，而食物最適當的保存溫度，是熱存放在60度以上，或是冷藏7度以下。由於在室溫7度～60度之間是讓細菌快速增長的「危險溫度帶」，因此在不確定家中電鍋的保溫能力情況下，最好還是將食物給冷藏。

假使真得非不得已，必須要用電鍋來保存食物，最好還是要啟動「烹煮」模式，而非「保溫裝置」才安全。因為一般電鍋的保溫溫度大約在50度到72度左右，不同品牌又會有不同保溫能力，因此利用上述辦法保存，仍是避免食物中毒的不二法門。





消基會：OTT崛起卻無人管 消費者權利難保

中央社 108.1.18

（中央社記者楊淑閔台北18日電）消費者文教基金會今天公布，OTT（網路影音服務）崛起，市調12家收費平台，有4家不提供猶豫期、4家不能退費，且迄今無主管機關，消費者權利難保，呼籲儘速確定主管機關。

消基會今天召開「你追劇嗎？OTT正夯，主管機關在哪裡？」記者會。

消基會公布，市調12家OTT收費平台，發現對消費者權益比較不利的問題有兩大部分，首先是「有無猶豫期」方面，有4家業者不提供猶豫期保障。

但是消基會義務律師團律師許家華說，不提供猶豫期的業者引述「通訊交易解除權合理例外情事適用準則」第2條第5款「一經提供即為完成之線上服務」，作為法規依據，消基會質疑此舉已經擴大解釋。

他進一步說明，因猶豫期除外的條款設計，是指商品腐壞（生鮮商品）、一旦拆封商品價值即為消費者享用（書籍、軟體等），或基於個人衛生等因素，避免企業不當損失才設定，所以業者的引述已經擴大解釋。

其次，消基會調查「取消與退費」方面，發現有4家業者採行付費後即不退費的作法，也就是說，明明能精準掌握觀看時間，但是就是沒有按比例退費。

除了以上採行沒有退費的作法，消基會指出，另有2家規定在續訂屆期日前3或5天要通知取消，否則自動續約。

此外，有1家規定以月計算使用期的模式，沒有退費機制；若以季或年為使用期，要解約，規定預付型繳費者必須加計10%的違約金；另有1家簽約使用一年，未滿租期退租收新台幣800元；還有4家沒有取消、退費的說明。

許家華指出，網路廣告金額在2016年達258.7億元，已經超過有線、無線電視同年廣告總和的225.3億元，顯示網路收視等樣態成為主流媒介了。

他強調，OTT業者屬於公開傳輸類，不是國家通訊傳播委員會（NCC）目前主管的公開播送（包含有線、無線業者）類別，沒有主管機關，縱使消基會發現以上不利消費者權利的現況也無從要求改善，呼籲儘速確定OTT主管機關，才能解決問題。（編輯：張芷瑄）1080118





【早安健康 / Vitabox維他盒子】 108.1.29 「四個少、三個要」讓你我過年吃得更健康

隨著農曆新年將近，想必大家開始規劃除夕夜的菜單與餐廳訂位吧！除夕夜後又是一週的連假怎麼不好好犒賞自己和家人辛勞一整年的大快朵頤呢？今天 Jamie 老師就來帶大家認識過年「四個少、三個要」來給大家正確飲食觀念吧！

過年忌口項目

少碰飲食三高

過年期間，應避免「高油、高鹽、高糖」做出來的食物。現在飲食為了吃起來美味，不少店家在做菜過程中添加不少油、鹽與糖。吃多了這類食物不僅容易膩，在沒有運動習慣下也只對身體累積造成負擔。過年時候特別容易遇到這類型食物，應減少或避免食用。

少吃過年三糕

除了上述高油、高鹽、高糖食物。還有一種傳統過年食物那就是過年三糕「年糕、發糕、蘿蔔糕」。傳統手藝傳承是文化與歷史寄託，但因為和過去時代相比，今天太多機會吃到像三糕這種非原生食材食品。而對人體而言，吃太多非原生食品只會對人體造成更多負擔而無正面幫助。

少買應景零嘴

根據習俗，過年到了家裡總是會擺放瓜棗類零嘴在桌上。坐在沙發看電視，於光瞥到還是會伸手抓來吃上幾顆。值得注意的是，瓜棗類，尤其我們熟知的瓜子、開心果、花生等均是高熱量食物。它們剛好是由上述「高油」所製成。小吃幾片餘興可以，多食將對身體造成負擔。應景食物，就讓它們應景好了。



少嚙加工食品

「吃甜甜，賺大錢」這諺語流傳多年。因為諧音關係導致過年時候每戶會準備糖果和應景零嘴放在一起。和瓜子不同的是，糖果屬於化工食品；裡面許多色素、人工糖料的存在。糖果類偶爾吃可以餘興，但吃多血糖上升對健康無益，還會有害。應該謹慎。

過年吃出我們健康

過年飲食禁忌這麼多，那我們應該怎麼吃才吃得美味又健康？答案還真有，如下！

吃飯前，要先吃蔬菜

其實不僅在過年時，平常生活的飲食順序應以蔬菜為優先。因為先讓腸胃墊墊纖維，能有助於後續食物分解效率。同樣的，飯後來杯飲料已是部分上班族習慣。實際上只會帶來更多醣類，多喝有害。飯後應吃份水果；水果中纖維結合飯前蔬菜纖維，能有助於腸胃蠕動與食物吸收。

吃飯時，要吃白肉

相較於牛、羊、豬肉的紅肉，雞、鴨、鵝、魚肉的白肉膽固醇更低，對人體而言是相對健康的。現在已有不少飲食課程提倡食用白肉優於紅肉觀念。

吃完飯，要多散步

過年時散步機會可多了！和孩子、長輩、親戚到屋外走動、踏青。這麼做不僅幫助腸胃消化、身體代謝，還能和大家促進情感、接近大自然。是CP值高的活動。

每年過年，大家總會擔心吃得不健康、甚至變胖了。相信只要掌握今天「四個少、三個要」口訣後，過年吃得不僅健康，還有機會吃得苗條哦！祝大家新年快樂，豬年行大運！

作者簡介：Vitabox 團隊由創業家、資深藥師、專業營養師組成，專注打造全天然萃取營養專科配方。期望透過最安心有效的營養補充品與創新科技服務結合，解決既有存在的問題：總是忘記吃、吃了沒成效、不知道吃什麼及不透明的認證檢驗。 [Vitabox網站](#)

