

108年7月號

安全維護

兒童權利公約 CRC

假冒公務機構詐騙新角色 DHL快遞

暑期賺一票 警查獲毒果汁包

沙拉/涼麵消暑? 小心食物中毒

戒煙成功專線

0800-770-885

請請您 幫幫我

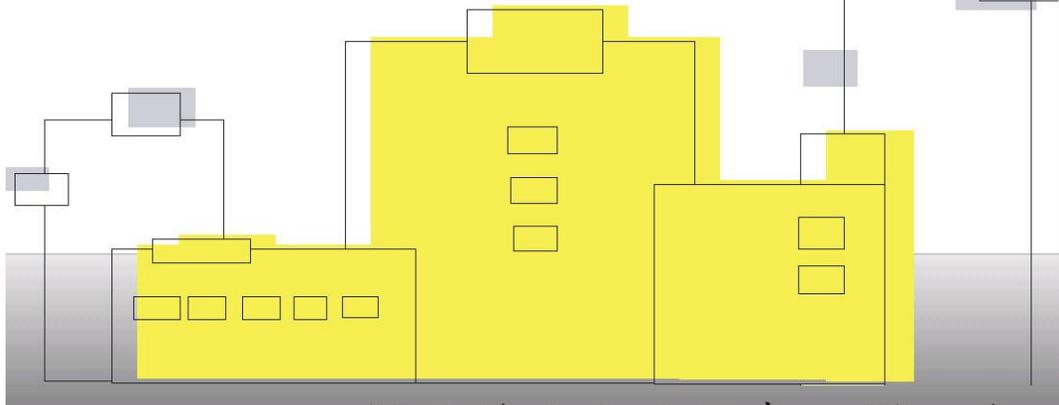


讓我們一起幫您解決問題

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

機關安全應步步為營

要有危機意識，安全永無假期



安全維護

目錄

兩公約

3 兒童權利公約 CRC

詐騙防範宣導

4 網購保養品遇假駭客 櫃姐慘丟24萬

5 假冒公務機構詐騙新角色 DHL快遞

毒家新聞

6 暑期賺一票 警查獲毒果汁包

7 這種毒品在台灣氾濫！江明學曾沾上

消費安全

8 食品中毒高峰期來了 冰箱不要塞太滿

9 沙拉/涼麵消暑? 小心食物中毒

健康生活

10 不想變老！你該遠離七種飲食習慣！

兒童權利公約 CRC



資料來源：台灣廢除死刑推動聯盟

聯合國世界人權宣言第25條第2項：「母親及兒童有權享受特殊的照顧與協助。一切兒童，無論婚生或非婚生，都應享有一樣的社會保護。」1959年，聯合國發佈兒童權利宣言，認為人類對於兒童有盡其所能，善為培育之責任，呼籲國際社會、父母、男女個人、民間團體、地方當局與國家政府應逐漸採取立法及其他措施，以承認並竭力維護此等權利。

本公約目前共有196個締約國，絕大部分聯合國成員都有簽署，足見兒童權利保障是相當重要之普世價值。而台灣未簽署兒童權利公約，但於2014年三讀通過兒童權利公約施行法，配合台灣固有的法規（ex:兒童及少年福利與權益保障法），強健國內的兒童保護體系。2016年進行首次的國家審查報告會議，做出的結論性意見中點出政府兒少保護政策不足之處，例如缺乏獨立的監督機構、關於兒少最佳利益定義應採納兒童權利公約第14號一般性意見之解釋等，作為政府持續努力之方向。



網購保養品遇假駭客 櫃姐慘丟24萬

108.05.20-108.05.26

解除分期付款

民眾通報高風險賣場

- 1、小三美日-31件
- 2、Booking.com-21件
- 3、MOMO-20件
- 4、奇摩拍賣-15件
- 5、NORNS-14件
- 6、金石堂-11件
- 7、LULUS-8件



三立新聞網 2019年6月2日 記者楊忠翰／台北報導

詐騙新招！「解除分期」一向是詐騙集團萬用老梗，歹徒假冒客服人員打給民眾，並誣稱內部疏失出現重覆訂單，倘若民眾不處理就會被二次扣款，誘騙民眾操作ATM匯款；由於警方一再宣導，加上民眾消費意識抬頭，經常回嗆「自己的疏失自己解決」，詐騙集團只好推出新招，先謊稱駭客入侵資料庫進行盜刷，已代為通知發卡銀行處理，再由假行員要求民眾操作ATM，進而詐取財物得逞。

刑事局指出，台中市1名35歲的楊姓櫃姐，先前接獲「小三美日」客服人員來電，並誣稱有駭客盜取她購買保養品的刷卡資料，再聲稱駭客已重覆下單20筆，一舉盜刷2萬多元，現已通知發卡銀行處理，歹徒接著假冒銀行人員，並要求楊女操作ATM解除訂單，一口氣騙走存款24萬元。

警方表示，民眾使用電商服務一定要建立個資外洩的風險觀念，倘若接獲客服人員來電時，切勿因對方得知自己交易資料就輕信其身分，只要聽到「操作ATM」、「誤設為批發商」、「誤設為重複訂購」、「誤設為付費會員」、「駭客盜刷信用卡訂購多筆商品」等字句時，民眾務必要提高警覺。

再者，ATM並無任何解除扣款或設定功能，陌生人致電要求操作ATM保證是詐騙；除此之外，詐騙集團會竄改來電顯示號碼，倘若手機來電顯示開頭出現「+」字號，代表發話地點在國外，慎防有詐！如有任何疑問均可撥打165反詐騙諮詢專線求助。





假冒公務機構詐騙新角色 DHL快遞

自立晚報 2019/6/16

(記者黃秀麗台北報導)以往詐騙集團假冒公務機構詐騙，大都佯裝自己是地檢署檢察官或偵查隊員警，謊稱民眾涉入重大刑案，須交由檢警監管銀行帳戶，或冒稱健保局及電信公司，以積欠健保費用或電信費用，俟民眾否認後再稱可能身份被冒用，轉檢警機關偵辦，由檢警單位要求受騙民眾交付財產監管。近期刑事警察局發現，該類假冒公務機構詐騙案件，詐騙集團出現新的cosplay角色：DHL快遞公司員工，撥打電話給被害人佯裝包裹寄件失敗裡面有偽造銀行卡遭海關攔查，當被害人告知並無此事，DHL快遞公司員工疑被害人遭冒用身分，協助被害人報警，由警方後續偵辦。

這類詐騙手法通稱「假冒公務機構詐騙」，詐騙集團一開始無論假冒健保局、醫療院所、中華電信或快遞公司，以冒領健保補助、催繳電話費或非法包裹起頭，且多以撥打市話為主，讓被害人無法辨識電話真偽。最後皆是由假冒的檢警人員出面，聲稱被害人涉嫌刑案，須監管被害人帳戶及所有財產證明，以被害人清白、無非法資金流動，要求被害人繳交銀行存簿、提款卡或現金，並謊稱需偵辦2週至3個月，這段期間被害人存款早被提領一空。

刑事警察局呼籲民眾接聽此類電話，無論對方佯稱什麼身分、以什麼緣由，最終冒稱警察或檢查官，以「涉及刑案」要求「電話中做筆錄」、「法院幫你保管金錢」、「監管帳戶」等關鍵字，絕對是詐騙，切勿相信被轉接的電話中佯稱的警察或檢察官，如果真的無法判斷或仍有疑問，歡迎撥打165反詐騙諮詢專線查證。(自立晚報2019/6/16)





暑期賺一票 警查獲毒果汁包

中國時報【陳育賢／竹市報導】 108.6.12

暑期將至，市面再出現毒品新包裝，學子們要多加小心！過去K他命、安非他命多次被查獲偽裝成3合1咖啡包銷售以躲避警方查緝，新竹市警1分局偵查隊11日再查獲「果汁粉末」新包裝，其外觀就像無害的果汁包裝，但內容物卻含K他命與安非他命。

竹市警1分局近日接獲線報，指21歲胡姓男子疑似為在暑期大舉販賣毒品予青少年，並轉向台南地區毒品大盤購買大批新興「毒品果汁包」，打算在竹市租旅館作為販毒據點，大賺一票。

警方在多日監控後，11日見時機成熟，前往胡男在市區租下的旅館攻堅，當場逮捕正在清點毒品的胡嫌與王姓男子，警方並在現場起獲332包、重約3公斤的「毒果汁包」。

警方表示，胡嫌所持有毒果汁包外觀五顏六色，且印有可愛小惡魔，看似是無害的果汁即溶包，但初驗內容物，竟含有K他命與安非他命成分，胡嫌坦承裡頭有毒品成分，他以1包約200、300元價格購入，以市價500、600元，訊後被依毒品罪嫌移送。

戒除成功專線

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>





這種毒品在台灣氾濫！ 江明學曾沾上

冰毒是一種強力興奮劑，為二級毒品。
(圖／First Step Center)

三立新聞網 2019年6月18日 生活中心／綜合報導

已故歌手江明學在2018年9月25日凌晨遭警方攔查，身上被搜出1包2點多公克的「冰毒」（甲基安非他命）。江明學當時供稱，因「工作壓力大」，2到3天就會吸食1次，且時間長達1年，當時有網友反映「難怪看他上節目講話怪怪的」。雖然我們不能隨意將江明學過去的吸毒行為與今日的輕生悲劇直接做出連結，但冰毒確實害人不淺、極易上癮，長期濫用確實能引發嚴重的生心理危害。

冰毒的正式學名是「甲基安非他命」，是一種強力興奮劑，能刺激中樞神經活動，化學結構與人體的腎上腺素類似。由於外觀為無色粒狀透明晶體，故俗稱為「冰」（ice）。冰毒在二戰時期被德國納粹、日軍拿來提供給士兵作為提神之用，希望增加其作戰效率。戰後冰毒開始被濫用，變成派對藥物，其成癮問題和非法販賣日益猖獗。

人在吸食冰毒後產生愉悅感，主要是因為冰毒影響多巴胺（腦內的快樂因子）的釋放，但長期攝取甲基安非他命，可能加快某些副作用：心情擺盪、中樞神經刺激劑引起的精神病（偏執、幻覺）以及具有侵略性的行為。吸食後的病理作用包括：覺醒度增加、支氣管擴張、心率加快、汗液增加、血壓增高、口乾、食慾降低、瞳孔擴大。

近年來冰毒因其具有強效的欣快作用和催情作用，在國內持續氾濫，除了被人們用來助興，也被拿來「助性」，成癮者多見透過「水車」（玻璃球管吸食器）以鼻吸的方式施用，亦有重度成癮者直接以針筒「走水路」（術語：SLAM）求即時的藥效。眾多案例表明，吸毒者會產生許多讓人難以理解的念頭、精神症狀（幻覺、妄想），並可能出現輕生、傷人等暴力行為。

人使用冰毒體驗到欣快感的同時，緊接而來的是自信心和自我意識增強、警覺性增高、精力旺盛、飢餓感以及極度疲勞感等。一旦毒癮戒斷，施用者在心理、性格、情緒方面依然會存在不適感，例如：疲倦、失眠、抑鬱。身邊的家人朋友應給予成癮者更多的關懷與鼓勵。





食品中毒高峰期來了 冰箱不要塞太滿

記者陳婕翎／專題報導 2019年6月10日

端午節過了，炎熱盛夏正式開始，高溫潮濕環境適合病原菌生長，根據衛福部食藥署食品中毒統計，每年5月至9月是食品中毒高峰期，提醒餐飲業者及民眾，食材、料理都應避免在室溫下貯存過久，應盡速放入冰箱，及早食用完畢，防範食品中毒。

學校、部隊最常發生

去年食物中毒共4614人，以學校、供膳營業場所及部隊最常發生。一般食品中毒症狀通常會持續1或2天，有些持續1周到10天，常見症狀包括腹瀉、惡心、嘔吐、腹痛、發燒、頭痛及虛弱等，有時候伴隨血便或膿便。抵抗力特別弱的人症狀較嚴重，甚至可能會因此死亡。

算好分量 再買食材

食藥署食品組組長潘志寬提醒，應先計畫好烹煮及食用的分量再購買食材，購買後食材應儘速放入冰箱冷凍或冷藏貯存，冰箱也應避免存放過多的食材導致冷卻效果下降，造成微生物生長。製作好之應景產品避免在室溫下貯存過久，應儘速放入冰箱，並儘早食用完畢。

外食族 留意店面環境

夏天是細菌最容易繁殖的季節，稍有不慎就可能吃進細菌，讓吃壞肚子找上門。

台北市聯醫仁愛院區消化內科主任陳冠仰表示，外食族選擇用餐地點時，應留意廚房及店面環境是否燈光明亮、整潔、少蚊蟲，及熟食是否妥善保存、生食是否有冷藏。若能少吃路邊攤就盡量少吃。

近年大賣場及連鎖量販店看到外食族商機，紛紛搶攻熟食市場。但陳冠仰建議，購買前留意賣場販賣時保存溫度，若不夠低溫，且商品常被其他客人拿來拿去，都可能助長細菌滋生。

另外，陳冠仰也提醒，食物放進冰箱後，並非就不會壞掉，夏天將食物買回家中冷藏時，要特別注意不要將冰箱塞太滿，否則冰箱冷氣無法流動，反而會使溫度不夠低，導致食物開始孳生細菌。

台灣四面環海，民眾最愛趁著盛夏大啖貝類及生魚片，潘志寬呼籲，切勿因為追求口感而忽略生食的風險。

另外，千萬別吃不認識的魚類，若不小心誤食有毒魚類，輕則產生腸胃道症狀，重則產生神經症狀。若不幸發生疑似食品中毒事件時，應儘速就醫，同時配合衛生單位調查，釐清發生原因。



沙拉/涼麵消暑? 小心食物中毒



中華日報 記者戴淑芳／台北報導 108.6.17

夏天來了，改吃沙拉、涼麵好消暑，但專家提醒，可別輕忽食物中毒原因—微生物風險，不只是生食連熟食也得注意。

國際食品科技聯盟（IUFOST）全球大使羅揚銘教授表示，美國和加拿大曾在 2018年 11 月底，爆發蘿蔓生菜受 O157:H7型大腸桿菌污染事件，導致人心惶惶。台灣常見的中式料理烹調方式是大火快炒，跟一般美式生食相較之下，可降低微生物污染風險，但仍不可輕忽。

羅揚銘表示，根據食藥署近兩年的食品中毒案件病因物質分類統計，由細菌引起的食物中毒案件數，以仙人掌桿菌、金黃色葡萄球菌、腸炎弧菌、沙門氏桿菌位居前 4名，只要了解微生物生長的影響因子，如水活性、pH值、溫度與其食品加工的方式，即可防範食物中毒。

首先，水活性越高，微生物越容易生長，當水活性低於 0.85時，可大幅降低微生物的生長機會，在一般傳統加工上常見的乾燥手法等，就是降低食品水活性，藉此延長食品保存期限。

一般微生物生長的最適當 pH值在 6.5至 8.5，因此在食品加工上也常透過酸化的方式，使食品 pH值降至 4.6以下，避免微生物生長，但酸化容易影響食品本身的風味，故仍常配合其他加工方式延長保存期限。

每種微生物合適的生長溫度有所不同，在傳統罐頭加工上，常透過 121° C蒸氣加熱 25至 35分鐘的方式，殺滅有害的微生物。而冷藏、冷凍的方式雖可減緩微生物的生長，並殺滅食品中可能存在的寄生蟲卵，但不能完全達到殺菌的效果。

羅揚銘提醒，民眾在冷凍、冷藏儲存食品時，應妥善包覆，並將生食放置於下層，避免滴液污染熟食，並避免食品重複解凍與存放過多食品，影響冰箱降溫功能。烹調餐點時，應注意個人衛生、避免生熟食交叉污染。若外食也應慎選衛生環境良好的餐廳，降低發生食物中毒的風險。



不想變老！你該遠離七種飲食習慣



早安健康 作者：孫于琛 108.6.10

漢堡加薯條，再附上一杯汽水，輕鬆就解決一餐。懶得下廚，就把微波食品放進微波爐，幾分鐘後就有熟食可吃。

這些看似平常的飲食習慣，其實都在讓你加速老化。究竟要怎麼吃才正確呢？

日本醫學博士藤田紘一郎提出七個應該避免的錯誤飲食習慣。《マンガでわかる若返りの科学》（暫譯：從漫畫看回復年輕的科學）作者藤田紘一郎是日本人類總和科學大學教授，專門研究寄生蟲、感染免疫等。他認為現代人雖然普遍壽命長，能健康活到老年而無病痛者卻不多，這是因為年輕時就因為不佳的生活習慣，讓自己的身體快速變老。

應該避免的七種飲食習慣：

1.大量攝取動物脂肪

你可能知道動物脂肪吃多對身體不好，但你大概不清楚為什麼相較之下魚油卻對身體有益。這是因為動物脂肪如製造豬油與牛油的豬與牛，其體溫約落在39度，比人體高出三度，因此這些油脂進入身體後容易凝固而產生黏稠狀，最終導致各類心血管疾病如中風、動脈硬化。相較之下魚的體溫較低，在人體中暢行無阻，也就不會有堵塞的危險。

2.重複吃碳水化合物

吃主食可以帶給身體能量，千萬不能因為減肥就不吃。但有些食量大者，喜歡吃完麵又吃飯，或是吃完粥又跑去買麵包吃，這種重複吃碳水化合物的飲食方法會讓血糖不斷升高，使得身體組織持續糖化反應，身體也就朝老化邁進。



3.吃進太多食物

根據最新研究，代謝症候群的人比一般人更難活化「長壽基因」，且世界上有名的長壽地區都有進食較少的特徵。因此藤田紘一郎建議，一餐最多吃到八分飽即可，才不會給消化系統帶來負擔。此外，吃進去的食物最好要營養均衡，勿偏好任何一種。



4.過度飲酒

端粒（Telomere）是染色體末端的DNA重複序列，作用是保持染色體的完整性，和細胞老化有明顯的關係，因為如果端粒消失，就會容易得到癌症或病變。

過度飲酒、吃進過多的食物都會使端粒變短，你也就更容易生病。日本有名的長壽島奄美大島，去年光100歲以上的人瑞就高達126人，但相較之下島上40歲到64歲的中年人口死亡率卻比日本全國平均高。深入調查後發現，該年齡層過度進食與飲酒，明顯生活習慣不佳。

5.漢堡與薯條

漢堡和薯條所含的AGE值（老化物質的共通物，生物化學反應的生成物）偏高，這是短時間內加熱完成而導致。在美國曾經做過實驗，在吃完漢堡薯條後，血液中的AGE值會升高，血管的彈性會降低，持續吃會讓血管機能越來越低下。

6.微波食品

微波食品同樣也是高AGE，雖然沒有焦黑或是燒烤的表面，但根據美國營養師學會表示，微波食品比起川燙食品更容易令人老化。

7.含有果糖的甜味汽水

果糖是1970年美國為了代替砂糖而製造出來的人工甜味劑，甜度是砂糖的六倍，不但容易製造且遇熱不易變質。然而果糖的AGE值卻比葡萄糖高出10倍，且普遍認為果糖會讓人產生依賴性，攝取一次就會想要更多，這就是你會不停想喝飲料的原因。