

廉報E刊



廉政宣導

涉詐領助理費1090萬元 桃市議員舒翠玲遭聲押

保險黃牛勾結衛福部醫師 偽開診斷證明
詐千萬元

林務人員防貪指引

偽造租約會勘紀錄並接受飲宴招待

消費櫥窗

「次氯酸水」好夯？小心！濫用恐危及食安！

上班族5免疫危機 3 秘訣提升免疫力

廉政小故事

聰明的官吏

涉詐領助理費1090萬元 桃市議員舒翠玲遭聲押



台灣好新聞 記者陳華興／桃園報導 2020年2月19日

桃園市平鎮區市議員舒翠玲19日被警方依詐領助理費10年1090萬元，經檢方調查有串證之虞，向法院聲請羈押，同時被調查的包括舒翠玲的張姓先生和一位陳姓助理，檢方指出，舒翠玲等6人觸犯的是貪污治罪條例中本刑7年以上的重罪。

桃園地檢署指出，桃園市現在市議員舒翠玲（56歲）為前桃園縣第14、15、16、17屆縣議員、桃園市第1屆市議員，現任桃園市第2屆市議員，舒女涉嫌自2010年起，以未實際擔任助理工作之2名陳姓、舒女的哥哥和嫂嫂等6人為人頭助理，向桃園縣（市）議會申報公費助理薪資，使不知情之桃園縣（市）議會出納人員，依舒翠玲出具之不實文書，將助理薪資撥至人頭帳戶，10年下來共詐領約1090萬餘元。

經檢調傳喚舒翠玲、舒的張姓先生、助理等共6人，認定舒、張與2名陳姓助理涉貪污治罪條例公務員利用職務上機會詐取財物、使公務員登載不實等罪嫌，犯罪嫌疑重大，檢方依法將舒、張與陳聲押，另外一名陳姓助理則以5萬元交保。



保險黃牛勾結衛福部醫師 偽開診斷證明詐千萬元

鏡週刊 李育材 2020年2月20日

一名擔任保險黃牛的陳姓男子，藉故協助全台各地車禍事故的傷患，勾結衛福部彰化醫院一名連姓醫師，開立不實診斷證明，向保險公司詐領高額保險金。刑事局調查，發現有30人涉及詐保，詐領金額超過千萬元。

刑事局偵七大隊第三隊於2月12日前往新竹縣、彰化縣等地，將涉及詐領保險金的陳姓司法黃牛、連姓醫師逮捕，另在北、中、南等地通知涉嫌詐領保險金的17名傷患到案說明，查扣傷患名冊、保險黃牛名片、失能診斷證明書便條紙、筆記型電腦、銀行帳戶等贓證物。

專案小組指出，接獲民眾檢舉，52歲的陳嫌從事申請車禍事故理賠，擁有10餘年工作經驗的他，與衛福部彰化醫院的42歲連姓神經內科醫師搭上線後，成立新竹縣車禍權益保障協會，聲稱可提供車禍事故民眾免費諮詢，引介全台傷患赴彰化給連男看診。

專案小組表示，陳嫌教導傷患誇大傷勢，取得不實失能診斷證明後，就代為向保險公司申領高額保險金，再與肇事者索取和解金；每樁案件陳嫌會向傷患收取3到5成傭金，再送3C商品與水果禮盒向連姓醫師致謝。

警方調查，陳嫌4年幫30名傷患詐保，請領超過千萬元。他向警方供稱，自己服務的對象都是可憐人，因此多幫他們爭取保險金；連姓醫師稱尊重病患主訴，傷勢都是病患口述，他來填寫。警方訊後依加重詐欺、偽造文書罪嫌，將2人移送新竹地檢署偵辦，陳也遭檢方羈押。

「次氯酸水」好夯？ 小心！濫用恐危及食安！



PChome 新聞 2020-02-17 20:45:13 勁報記者于郁金/臺南報導

全球武漢肺炎疫情發燒，消毒用「次氯酸水」也跟著熱夯，甚至標榜可作為食品清潔使用。臺南市政府衛生局提醒，使用次氯酸前，應注意產品用途及使用方式，確認可否用於清洗餐具或食材，使用後仍須妥適處理，避免殘留影響健康。

臺南市政府衛生局表示，次氯酸水雖可用於清洗食品器具、容器及包裝等食品接觸面，但依據衛生福利部訂定「食品用洗潔劑衛生標準」，次氯酸的使用濃度限量，有效氯含量要在200ppm以下，清洗後應確實經排放或風乾揮發等程序，以避免洗潔劑殘留。

衛生局指出，次氯酸水不可食用，若用來清洗食品，只限於部分生鮮即食食品(如：蔬果、生食水产品)，因為無法以加熱方式進行有效殺菌處理，才得以使用；使用後須再經飲用水充分清洗、殺菌、加熱或其他適當處理，使最終食品之殘留濃度總有效氯低於1ppm，才符合規定。

衛生局表示，消費者使用次氯酸水應按照產品使用說明，注意濃度與用途，民眾用製造機自行生產之次氯酸水，濃度約在30ppm~80ppm，因它無色、無嗆鼻氣味，應避免誤食；次氯酸水接觸光線後容易還原成水和其它微量元素，不論是市售瓶裝或製造機生產之次氯酸水，若沒以不透光容器妥善保存，放久了就失去消毒效果。

衛生局提醒市民朋友注意，在醫院、家居或室內等風險區域，若要進行環境消毒之次氯酸水的濃度要達到約100ppm~300ppm才有效，不要誤用濃度做環境消毒。

臺南市衛生局建議，居家環境消毒可選擇成分為「次氯酸鈉(NaClO)」之市售漂白水稀釋後使用，便宜又有效。在通風良好處，以一般市售漂白水(NaClO濃度約5%)10毫升加1公升清水的比例，配製稀釋成500ppm的含氯消毒液，用來擦拭門把、按鈕、扶手等物體表面，靜置至少10分鐘(浸泡抹布、拖把則至少30分鐘)即有作用，之後可再以清水擦拭，以降低異味。

上班族5免疫危機

3 秘訣提升免疫力



優活健康網 2020年2月23日

（優活健康網編輯部／綜合整理）有研究人員認為，朋友多的人不但不容易感冒，免疫力也比個性較內向的人好，所以紓解自身壓力、培養良好人際關係，對提升免疫力也很重要。免疫系統，就如同國家的軍隊，守衛著人體的健康，將有害的細菌、病毒排除在外，要維持免疫系統的健康，與其聽信偏方，服用一些來路不明的藥物，不如由飲食、生活習慣做起，替自己的身體打造不生病的免疫防線。

上班族常遇到的免疫危機

免疫力危機1—密閉空間

除特定的工作內容，多數上班族工作的環境，都屬於密閉的冷氣辦公室，如果抵抗力過低，只要空氣中存在病毒或細菌，很容易就會感冒。撐著病體上班時，感冒引發的鼻水、噴嚏、咳嗽，不僅會大大影響工作效率，也會成為傳染源，將感冒傳染給同事。

免疫力危機2—缺乏運動

上班族的活動範圍，多局限在家庭和辦公室之間，在辦公室裡也局限在狹小的辦公範圍內，運動量較學生時期減少許多，新陳代謝也因此而變得緩慢。長久累積下來，身體代謝廢物、毒素的效率變差，免疫力也容易隨之下降。

免疫力危機3—營養不均衡的外食習慣

經常外食的上班族，容易吃得過多、過油、過鹹，外食的餐點中，又多以肉類為主，蔬菜水果的攝取量往往不足；再加上吃飯時間緊湊，常常狼吞虎嚥地解決一餐，或是無法定時用餐，腸胃消化功能因不良飲食習慣大受影響，無形中容易導致營養不均衡的情況。

免疫力危機4—沉重的工作壓力

上班族沉重的工作壓力，也是使免疫力降低的因素之一，人只要持續處於緊張的情緒下，就容易造成血液循環不佳；且為了對抗壓力，人體會分泌腎上腺素，使血壓上升、肌肉收縮，但另一方面也會抑制抗體形成，進而削弱人體的免疫力。

免疫力危機5—接觸傳染病機率高

如果是必須往返國內外的白領階級，對免疫力的傷害更是雪上加霜，這類族群不僅壓力高於其他上班族，頻繁與外界接觸，更增加罹患傳染病的機率。



增強免疫力的秘訣

增強免疫力秘訣1—抓住運動的機會

現今有些上班族流行騎腳踏車上班，到公司後只要簡單梳洗、換一套衣服，就可以神清氣爽地開始工作，既能省下交通費，還能達到強身健體的功效。

通勤的上班族，也不妨在上班時提早一站下車，再快步走到辦公室，讓新的一天有個活力十足的開場。回家時也可提早一站下車，緩步走回家，沉澱一天忙碌的思緒，好好放鬆自己。走路的過程中，可以加大手部的動作，乘機舒展筋骨。

上班時，可以趁著到茶水間或洗手間的空檔，簡單地伸展一下身體，不管是甩手、抬腳還是轉脖子，都能讓淤塞的血液循環得到紓解。

增強免疫力秘訣2—外食也有好選擇

選擇外食的餐廳時，盡量選擇菜色較多變，烹調方式較簡單、較不油膩者；每天記得要多吃水果，若真的不方便去菜市場購買水果，也可到便利商店買小包裝的水果。

由於上班族壓力較高，每天又要面對電腦等高輻射的科技產品，飲用足夠的水分，有助於排除體內毒素。

增強免疫力秘訣3—適時放輕鬆

「壓力」是損害免疫力的最大殺手，再忙碌的人，也應盡量避免將工作帶回家，讓自己在睡前有一段放空的時間，以卸下白天的壓力，在夜晚徹底放鬆休息，隔天才能精神飽滿地面對更多挑戰。另外，適時利用假期慰勞自己，無論是在國內或到國外遊玩，或只是待在家裡，都要避免打開電腦處理公事。休假時仍處於緊繃的狀態，即使假期再長，紓壓的效果也有限。

上班族避免感冒小秘訣

1. 多吃蔬果
2. 室內多開窗通風
3. 多做運動
4. 多喝水

（本文摘自／這樣吃提升免疫力就能抗病毒／人類文



聰明的官吏



春秋時宋國有一個太宰，某天他命所屬的一個小吏到市場去巡視，然後再把看到的事回報上來。第二天，太宰問他昨天看到了什麼？小吏答說：「沒什麼特別之事。」太宰又問：「那你就把你記憶中所看到的景象說出來吧！」小吏於是說：「昨天在市場上，看到特別多的牛車，這是以往比較少見的情形。」太宰瞭然於胸的說：「千萬別把我今天問你的事告訴別人。」第三天，太宰把管理市場的官員找來問說：「為何前天和昨天，在市場的牛糞那麼多？你做了適當的處理嗎？」管理市場的官員大吃一驚，覺得太宰實在太厲害了，於是嗣後在執行職務上，就更不敢有所懈怠了。

同樣的，有次韓昭侯派屬下到縣城巡視，回來時只簡單向韓昭侯報告看到南門之外有黃牛在道旁吃草。韓昭侯爰下令曰：「禁止牛隻撞進稻田，本是嚴律，但官員竟不當一回事，今令各地回報詳情，坦白從寬，否則重懲。」嗣各地均回報，而獨漏南門地區，昭侯曰：「還沒舉盡。」隨即前往視察，果然發現南門外仍有黃牛在道旁吃草。官吏皆以為主上英明，遂不敢造次。

聰明的太宰，的確發揮了其耳目的功能，但同時也告訴我們，做好本分的工作才是最佳上策。



林政類案例類型及防治措施

類型：偽造租約會勘紀錄並接受飲宴招待

案情概述

工作站技術士甲負責國有林地出租業務，某日辦理林地承租人乙的租地續約會勘時，明知現場實際造林情形不符規定，卻放水製作符合換約規定的現場會勘紀錄表及造林情形一覽表等相關文書，以利乙能順利續約，事後乙為答謝其協助，邀請甲前往有女陪侍場所飲宴應酬。

防治措施

- (一) 加強行政作業透明化：國有林地出租業務，應依據規定程序辦理，行政透明化，預防業務弊端之發生。
- (二) 加強主管業務監督責任：業務主管對同仁應主動關懷，覈實考核，發現有作業異常情形，不賦予重任並得隨時調整職務。
- (三) 加強廉政法令宣導：加強宣導「公務員廉政倫理規範」之規定，公務員不得參加與其職務有利害關係者之飲宴應酬，公務員受邀之飲宴應酬，雖與其無職務上利害關係，而與其身分、職務顯不相宜者，仍應避免。
- (四) 加強對廠商法治宣導：適時召集廠商辦理說明或座談會，除說明契約相關規定外，並宣導企業誠信，提供多元檢舉資訊，如有藉機刁難索賄情事，鼓勵踴躍檢舉，暢通民眾揭發違法行為之管道。