

113年1月號

2024  
安全維護

## 目錄

01

### 兩公約

投票自由不分男女

02

### 詐騙防範宣導

老婦掉AI仿聲兒子陷阱 郵局機警通知警方 成功阻詐88萬

婦稱女兒結婚堅領93萬元 警提醒一句話保婦積蓄

03

### 毒家新聞

廢棄車當「行動倉庫」！販毒集團3嫌被逮 起出市價240萬元毒品

仿韓牌「優質酵素」包裝魚目混珠 藥頭拒捕衝撞2度遭同警逮

04

### 消費安全

網傳可樂加熱治感冒？專家闢謠 更推黑糖水

05

### 健康生活

睡覺「1習慣」恐得糖尿病！醫曝實驗結果：血糖瞬間飆…原因曝

## 投票自由不分男女



一家之主阿泰，熱衷參與公共事務，每到選舉總是積極呼籲家人要去投票，不過前提是只能投給他中意的候選人。

某一投票日，阿泰一如以往，告訴老婆阿雪記得要去投票，並再三叮嚀記得是要投給他中意的X號候選人。

阿雪拿起已於我國施行的「兩公約」反問：「親愛的，為什麼我不能按自己的意思投給支持的候選人呢？」阿泰愣了許久，終於想到一個理由：「因為我是戶長、是一家之主。」阿雪再問：「但根據在我國已施行的『兩公約』第3條規定『男女權利，一律平等』，第25條規定『選舉權必須普及而平等，選舉應以無記名投票法行之，以保證選民意志之自由表現』，老公你這似乎不是堅強的理由喔！」

阿泰啞口無言，一時找不到什麼反駁阿雪的理由，搔搔腦袋說：「老婆大人，妳什麼時候去學『兩公約』的啊？」阿雪得意的告訴阿泰：「在家上網也能學習啊！法務部全球資訊網的『人權大步走專區』，有『兩公約』教學及相關參考資料，所謂『秀才不出門，能知天下事』、『活到老、學到老』喔！」阿泰甘拜下風，直說：「老婆，您是秀才，但可一點也不老！」

透過自由意志行使投票權利，才是民主政治的真諦。

1、公民與政治權利國際公約第2條（締約國的義務）。2、公民與政治權利國際公約第3條（男女平等）。3、公民與政治權利國際公約第25條（參政權）。4、公民與政治權利國際公約第26條（法律前之平等）。5、經濟社會文化權利國際公約第3條（男女平等）。6、中華民國憲法第7條（平等原則）。7、中華民國憲法第17條（參政權）。

## 老婦掉AI仿聲兒子陷阱 郵局機警通知警方 成功阻詐88萬

2023/12/14 05:30

〔記者鄭景議／台北報導〕一名七十九歲的林姓婦人，日前接到目前國內較少出現的AI仿聲詐騙電話，詐欺集團雖是使用「猜猜我是誰」的老梗手法，但因為運用AI深偽技術，將林婦兒子的聲音模仿得很相近，以致林婦接到電話後深信不疑，應「兒子」的請求欲提領八十八萬元交給詐團，所幸郵局人員通知台北市警內湖分局，警方趕來勸說林婦勿上當成功。

林婦是在前天接獲自稱「兒子」的來電，並互加Line，「兒子」稱投資需要現金急用，林婦認為電話的聲音是「兒子」無誤，前往碧湖郵局臨櫃提領八十八萬元，郵局人員認為有詐，通報警方。

警方到場時，詢問林婦提領款項用途，她表示兒子來電調錢，警方確認是詐騙手法後，耐心向林婦說明此為詐團「猜猜我是誰」假冒親友的慣用伎倆，應是用AI深偽模仿她兒子的聲音，勸林婦不要上當。

林婦聽聞後聯繫兒子，確認之前來電的確是假兒子，驚覺險些遭騙，十分感謝警方為她保住積蓄。

據了解，現今AI仿聲只要取得五秒鐘的聲音，就能把模仿對象的聲音仿造至七成像；台北市警方呼籲民眾提高警覺，遇可疑即撥打警政署「一六五」或「一一〇」查證。



民眾至郵局匯款、取錢時，櫃員都會協助是否遭到詐騙。圖中人物與新聞無關。  
(資料照，記者丁奕攝)

## 婦稱女兒結婚堅領93萬元 警提醒一句話保婦積蓄

2023/12/14 09:31

〔記者陳文嬋／高雄報導〕高雄警方今表示，1名劉姓婦人稱女兒要結婚，到鳳山區1間銀行臨櫃提領93萬元，行員驚覺有異通報警方到場，警方關心劉婦要跟她的女兒確認，沒想到劉婦稱女兒出國不方便接電話，也不願意警方查證，警方提醒「帶女兒來提款，營造祝福儀式感」，劉婦才卸下心防，保住93萬元積蓄。

鳳山警分局忠孝派出所前天接獲轄區銀行通報，有民眾提領大筆現金疑似遭詐騙，警員吳陽光、林君樺據報到場了解，發現1名劉姓婦人（55歲）臨櫃提領93萬元，稱款項是解除保險，要用於女兒明年過年後婚禮支出。

警方擔心劉婦受騙，表明要跟她女兒聯繫並確認時，婦人先稱自己沒帶手機，又說女兒出國不方便接電話，也不願提供手機號碼，供警方進一步查證，也說不出要支付婚禮何種款項。

警方研判劉婦遇上詐騙集團，但劉婦卻稱自己非常細心，絕對不可能受騙，吳員換個方式訴劉婦，「不然等妳女兒出差回來，再帶她一起來提款，營造母親為女兒祝福的儀式感」，劉婦聽後卸下心防，終於放棄提款。

劉婦事後感謝警方護住她辛苦所賺93萬元，警方也告知劉婦若有提領大筆現金，警方可以提供護鈔服務，可致電110由警方派遣警力協助，保障民眾財產安全。



劉婦稱女兒結婚堅領93萬元，警方溫馨提醒一句話「帶女兒來提款，營造祝福儀式感」，劉婦才卸下心防，保住93萬元積蓄。（讀者提供）

## 廢棄車當「行動倉庫」！販毒集團3嫌被逮 起出市價240萬元毒品

2023年12月14日

〔記者許國楨／台中報導〕台中市一個販毒集團將毒品藏放廢棄汽機車中，作為「行動倉庫」，一旦有買家訂貨，再由小蜜蜂前往拿取交付，還不斷更換停放位置，企圖藉規避查緝，案經警方鏗而不捨跟監蒐證數月，上月底一舉查獲三層毒品藥頭，查扣現金百餘萬及市價240萬的毒咖啡、K他命，訊後將3名嫌犯移送法辦，檢方聲押獲准。

台中市刑大偵七隊長陳步青今天說明案情指出，29歲劉男與分別23歲、24歲的陳男與許男共組販毒集團，為躲避查緝，將大量毒品藏於廢棄汽、機車中，當作行動倉庫，並將機車置物箱當置物櫃，供小蜜蜂拿取毒品及放置贓款，過程中還不斷更換汽機車停放位置，企圖混淆警方辦案。

追查發現，劉嫌以網路通訊軟體WeChat對不特定人兜售毒品，劉嫌先將毒品藏於路旁小客車，確認毒品買家後，將欲售出毒品移置路邊停車格不起眼機車中，由擔任小蜜蜂的陳、許2嫌前往取得後售予買家，隨後再將販毒贓款拿回機車置物箱，藉此掩人耳目。

案經該隊與第一分局公益派出所掌握線索蒐證數月，上月底見時機成熟同步搜索逮人，當時陳嫌見警方追捕，情急下衝撞警方後逃逸，再於數公里外棄車狂奔仍被追捕警方壓制逮回，警方同時在劉嫌西屯區家中查扣現金158萬元，共查獲毒咖啡包2400多包（總重約14公斤）、K他命490餘公克、大麻數公克。

警方訊後將全案依毒品罪嫌送辦，3嫌經檢方複訊後聲押獲准；市刑大呼籲，新興毒品常以新潮包裝來吸引民眾，民眾切勿嘗試來路不明飲品、咖啡包，染上毒癮自毀前程，同時呼籲民眾如發現不法事證應立即檢舉，警方亦將持續掃蕩毒品並積極斷絕來源，以淨化社會維護治安。



警方共查扣咖啡包、K他命及大麻等毒品。（警方提供）

## 仿韓牌「優質酵素」包裝魚目混珠 藥頭拒捕衝撞2度遭同警逮

2023/12/11 11:28

〔記者許國楨／台中報導〕販毒集團以即溶咖啡、奶茶或是各種果汁及提神飲料，進化成搭「夯品牌、時事、卡通」等做為通稱毒咖啡包的外包裝，台中市警方近期就首度查獲一起以販售「優質韓國塑身酵素」為名，企圖魚目混珠的毒品案，當街逮捕衝撞拒捕藥頭，訊後依毒品罪嫌送辦聲押獲准，檢方也在近日偵結起訴。

台中市第五分局偵查隊長曾建富今天說明案情表示，該隊今年9月底執行網路巡邏時，發現一個以販售「優質韓國塑身酵素」為名的微信帳號，疑此做為販售毒品的暗語，經蒐證屬實後報請台中地檢署檢察官指揮偵辦，喬裝買家以誘捕偵查方式釣出28歲的溫姓藥頭，雙方並約定好交易時地。

警方當天早一步到現場埋伏，待溫男座車現身時立即一擁而上以警備車前後包夾，圍捕過程中溫男拒捕企圖逃逸，警方見情況危急立即破窗揪出溫男當街制伏逮捕，而溫男被拉下車時，還認出其中一名執行的偵查人員，直說「你抓過我」，原來他過去曾涉及毒品通緝並攜毒遭該名刑警逮捕，顯示先前就有過類似的經歷。

警方當場共查扣K他命1包（重1.74公克）、毒咖啡包6包（重23.31公克）等市值約7千元毒品，曾建富表示，為規避查緝，這類毒品往往以代名詞或假包裝魚目混珠出售，此次經過長達1個月蒐證後確認，原本宣稱是「優質韓國塑身酵素」的訊息就是通稱的毒咖啡包，其外包裝與市售的韓牌康普茶極其相似，極易讓人混淆誤解。而該案警詢後依毒品罪嫌移送台中地檢署偵辦，檢方除聲押溫男獲准，也在近日依販毒罪偵結起訴；第五分局表示，該案是警方積極執行「清源專案3.0」及「社區警政再出發」工作的一部分，將持續加強對毒品情報、販毒熱點的監控與查緝，同時也呼籲青少年朋友，切勿因同儕誘使或好奇輕易接觸毒品，避免對身體造成不可挽回的傷害。



警方查扣毒品及販毒所得等證物。（圖由警方提供）

## 網傳可樂加熱治感冒？ 專家闢謠 更推黑糖水



▲網傳加熱可樂可舒緩感冒不適，專家說明，其實是喝下糖水。（示意圖／翻攝自pixabay）

文／華人健康網 2023年11月03日

可樂是許多大人、小朋友喜愛的飲料，除了口感香甜，清涼消暑之外，網路盛傳：在感冒發燒、昏昏欲睡、食慾不振的情況下，來一杯「加熱可樂」將有助人體補充能量，達到恢復體力、舒緩感冒不適症狀，小小的一杯可樂真有這麼神奇效果嗎？來聽聽中山醫學大學營養學系王進崑教授怎麼說。

### 感冒發燒喝「加熱可樂」補體力？專家：等於喝糖水

網路盛傳，在感冒發燒期間將「可樂加熱」後飲用，能提供人體所需的熱量，舒緩感冒發燒引起的四肢無力、疲勞等不適反應的作用。特別是，針對於發燒期間食慾不佳、不願進食的小朋友更是補充能量的好選擇。

但是，「可樂加熱」後真有這麼神奇的效果嗎？中山醫學大學營養學系王進崑教授表示，可樂在加熱的過程中，能夠把原先存在的氣泡趕走，留下人體容易消化吸收的糖分，也就是沒有氣體的糖水，適度飲用確實有助熱量補充。

### 緩解感冒發燒不適？專家推黑糖水補營養！

不過，王進崑教授也提到，想要達到補充熱量及緩解感冒發燒引起的疲勞不適等症狀，除了將可樂加熱的選擇外，更推薦大家利用容易取得、未經純化的黑糖，沖泡一杯熱呼呼的黑糖水飲用。這是因為黑糖水相對可樂而言，不僅甜度沒有那麼高；由於其不經過化學過程和純化，因此黑糖不只保有最原始的甘蔗天然風味，更無須經過水解或腸道酵素的消化，就能被身體快速吸收，轉換成人體所需熱量。

最重要的是，黑糖更含有豐富的維生素，以及錳、鋅、鎂等礦物質成分，適度補充有助補充感冒過程中流失的電解質。所以，感冒期間如果真的提不起食慾，不妨可來一杯熱黑糖茶暖身，不但能有效促進血液循環，成功逼汗，更有助於補充電解質及恢復體力。

### 【專家小叮嚀】：

不過，王進崑教授也提醒，根據世界衛生組織（WHO）建議，每人每天從天然蔬果之外所攝取的精緻糖，不應超過25公克。因此，不論是將可樂加熱、喝熱黑糖水，都是針對有感冒發燒症狀者額外補充營養的方式，建議應以一天一次，約1杯、1碗的份量就足夠，不宜過度攝取。

另外，有糖尿病問題的患者，由於其胰島素分泌功能異常，無法正常調控血糖，以及腎臟功能不全、代謝不佳者，也不建議使用這樣的方式。事實上，想要有效緩解感冒引起的發燒、四肢無力等症狀，最重要的還是適度休息、大量飲水，並維持均衡飲食習慣，才是改善感冒不適的不二法則。

## 睡覺「1習慣」恐得糖尿病！ 醫曝實驗結果：血糖瞬間飆…原因曝

圖文／CTWANT 2023年09月27日

有些人睡覺習慣開燈睡，認為這樣比較有安全感，然而此舉可能會在不知不覺中傷害了代謝健康。一項研究發現，開燈睡的受試者隔天血糖數值偏高，顯示產生胰島素阻抗。而許多研究也都顯示，睡眠問題與糖尿病間存在緊密關聯。

復健科醫師王思恒在粉專《一分鐘健身教室》表示，在美國研究中，20位年輕人輪流在漆黑及明亮的臥室中睡覺，照度約是4顆60瓦鎢絲吸頂燈，沒有學校教室那麼亮，但比樓梯間亮一些，結果學者發現，開燈睡覺使受試者隔日服用葡萄糖後的血糖數值偏高，這代表他們產生了胰島素阻抗。

王思恒指出，開燈睡覺時，明亮環境更使受試者的深層睡眠縮短、睡眠時的心跳升高，因此學者推測，夜間光線造成交感神經活性升高（興奮、緊張狀態），改變了睡眠結構，進而影響身體代謝葡萄糖的能力。

王思恒也提到，許多研究顯示，睡眠問題與糖尿病間存在緊密關聯，改善睡眠品質從確保臥室黑暗涼爽下手，不只提振白天精神，更能保護代謝健康。



▲有些人喜歡「開燈睡覺」。 (示意圖／PIXABAY)