

安全維護

114年6月號

小心報稅詐騙

! 3大常見詐騙手法



要求民眾用手機掃QR Code或至釣魚網頁，輸入個人資料竊取個資



發送扣繳稅異常通知釣魚電子郵件，要求民眾至假國稅局網頁申請退款



電話通知要進行退稅或補繳稅款，誘騙民眾前往ATM操作或開啟網銀匯款

✓ 防詐提醒

- 不點不明連結
- 不傳個人資料
- 不接陌生來電
- 政府機關專用網址結尾為.gov.tw
- 有疑慮先打165查證

165打詐儀錶板



目錄

01

兩公約

- 兒童權利公約
你知道11/20是兒童人權日嗎？

02

詐騙防範宣導

- 詐團偽造員工證騙被害人 中華郵政：絕不會要求操作ATM
- 無聲報案QR Code抓詐騙建功卻遭破壞 警巡重貼撞見詐團

03

毒家新聞

- 影響教學！老師持毒品丟工作 打行政訴訟敗訴
- 勇警"架梯翻牆"抓販毒 嫌犯屋內吸毒"恍神"遭活逮

04

消費安全

- 女性愛用！「1物品」藏塑化劑 醫示警：傷腦又害命
- 碰太多恐罹癌！醫揭6大「藏在日常中的」危機 衣服內竟也有

05

健康生活

- 必知！花椰菜「2部位」是防癌精華：還防糖尿病、脂肪肝

兒童權利公約

你知道**11/20**是兒童人權日嗎？



禁止歧視原則(第2條)

不管有錢沒錢、行動不方便、智力聰不聰明、男生女生、國籍族裔、膚色語言，兒少都要受到同的尊重。



兒童最佳利益為一優先考量(第3條第1項)

在做兒少有關的決策時，請想想，什麼是兒少的最佳利益！



兒童權利公約 四大指導原則

兒童之生存及發展權(第6條)

兒少的生命安全和健康、教育、心靈等發展都應該受到保障。



兒童表示意見且該意見應獲得考量的權利(第12條)

成人在處理和兒少有關事情時，請先聽聽兒少自己的意見和想法再做決定。



詐團偽造員工證騙被害人 中華郵政：絕不會要求操作ATM



假中華郵政員工識別證。圖／中華郵政公司提供

2025-05-17 11:26 聯合報／記者甘芝萁／台北即時報導

近來又出現新的詐騙手法，中華郵政公司表示，有詐騙集團假冒中華郵政公司員工名義，持偽造員工識別證進行詐騙取財，籲請民眾小心防範、慎防受騙。

中華郵政說，近來有詐騙集團假冒中華郵政公司員工，並企圖以偽造員工識別證取得信任，誘騙民眾至ATM等進行操作，以騙取民眾存款財物。中華郵政提醒，郵局絕不會打電話要求民眾到ATM轉帳、匯款或解除分期付款等操作，切勿相信類似詐騙手法，務必提高警覺。

民眾如接獲可疑電話，中華郵政公司說，可撥打郵政客服專線0800-700-365，手機撥付費電話：04-2354-2030，以及刑事警察局165反詐騙諮詢專線。或就近至郵局臨櫃核實訊息，以維自身財產安全。

無聲報案QR Code抓詐騙建功卻遭破壞 警巡重貼撞見詐團



無聲報案QR Code抓詐騙建功卻遭破壞，員警巡邏複查時撞見詐團逮人。記周宗禎／翻攝

2025-05-19 12:21 聯合報／記者周宗禎／台南即時報導

台南警方最近提供「無聲報案 QR Code」，要讓超商店員、民眾在看到疑似詐騙時能快速低調報警，不過有警方在超商貼的QR Code遭店家或不明人破壞。歸仁分局長廖水池發現、要求各派出所檢視補貼，結果就有員警剛好撞見詐騙集團、當場逮捕4人。

詐騙橫行，台南市警方最近到處張貼的報案QR Code，方便報警，成功攔阻多起詐騙案件；卻疑有店家「不想多事」、詐騙集團不爽破壞。警方表示，「感謝絕大多數配合的超商能發揮企業責任，替全民看守荷包」。

警方說，由於發現極少數超商張貼的QR Code遭清除破壞，歸仁分局各派出所前往檢視補正，文賢所所長陳俊吉前天巡邏複查黏貼QR code時，在仁德區中正西路超商ATM提款機前，發現1名外籍梁姓女子多次提款，且提領金額大，「合理懷疑為提領車手」。

陳俊吉立即聯繫副所長黃國輝、警員谷昭慶及分局偵查隊同仁共12員警協助逮捕梁姓車手，並在仁德區二行一路查獲監控車輛與收水、監控手陳姓、吳姓、楊姓等4名詐騙集團共犯。

歸仁分局新聞稿稱：分局長廖水池上任今年1到4月較去年同期熱點提領次數降低42次、緝獲車手增加8人，5月迄今累積查獲車手及相關共犯16人，「轄區成為強力打擊詐騙犯罪重點區域，多名面交與ATM提領車手一入轄區即遭查獲，可說是詐騙車手的墳場。悍警連環出擊、詐騙車手死路一條！」

影響教學！老師持毒品丟工作 打行政訴訟敗訴

民視新聞網

2025年5月19日 週一 上午9:28

南部中心／綜合報導

高雄一所國中林姓老師，開車出門卻昏睡在路邊，被警方查出車上有多包毒品，他坦承吸毒，獲得緩起訴處分，但卻因此丟掉老師的工作。他不服打行政訴訟，主張「不會對學生有甚麼影響」，不過法官認為林姓老師不吸毒就會出現斷片、解離的情況，明顯無法教學，判他敗訴。

砂石車來往的大馬路，白色轎車卻停在車道上，一動也不動，十分危險，民眾報警，警方前來了解，走進一看，駕駛竟然睡著了，員警拍拍駕駛的肩膀說，「哈囉！大哥！大哥，你不舒服嗎？」駕駛叫了老半天才醒來。原來這名駕駛是高雄美濃區一所國中的林姓教師，前年端午節開車出門，卻在半路睡著，警方當場在車上查獲九包安非他命和五包殘渣袋，還有好幾支注射針頭和玻璃球。時任大平派出所所長陳進儒（2023.6.22.）說，「發現車內目視可及處有疑似違禁物，當場查獲殘渣袋5包，以及注射針頭等疑似違禁物。」

林姓教師坦承吸毒，檢方念他是初犯，給予緩起訴處分。不過，老師吸毒可是大事，校方立即依教師法將他解聘，林姓教師不服，打行政訴訟，主張他是飽受解離症之苦才會吸毒，並未對學生傳遞毒品資訊；校方則表示，程林姓教師長期依賴毒品維持清醒，更已將吸毒行為合理化，顯已無法為人師表；高雄高等行政法官審理後，認為林姓教師吸毒長達6、7年，若都不服用就會有斷片、解離現象，顯然無法完成教學工作，因此認定校方解聘合乎法律程序，判決林姓教師敗訴，全案仍可再上訴。

毒師扮復職		
林姓教師 主張	校方 主張	高高行法官
▶ 解離症所苦 ▶ 未對學生傳遞毒品資訊	▶ 林男長期依賴毒品維持清醒 ▶ 合理化吸毒行為	林男吸毒6、7年 不服用會斷片、解離 顯無法完成教學工作
敗訴	解聘合乎程序	

林姓教師不服遭解聘，打行政訴訟，主張「不會對學生有甚麼影響」，不過法官認為林姓老師不吸毒就會出現斷片、解離，明顯無法教學，判他敗訴。（圖／民視製表）

勇警"架梯翻牆"抓販毒 嫌犯屋內吸毒"恍神"遭活逮



為了不打草驚蛇 辦案人員找來梯子爬梯翻牆入內。(圖／翻攝畫面)

民視新聞網

2025年5月20日 週二 下午12:23

中部中心 / 許家程 陳建華 台中報導

台中刑大警方，前往南投埔里抓毒品嫌犯，擔心打草驚蛇，員警在嫌犯住家圍牆外，架起梯子用爬梯翻牆的方式，再衝到屋內逮人。當下，嫌犯恰巧正在吸毒，整個人呈現恍神狀況，當場被逮，警方也搜出毒品海洛因及安非他命，查扣嫌犯販毒用手機。

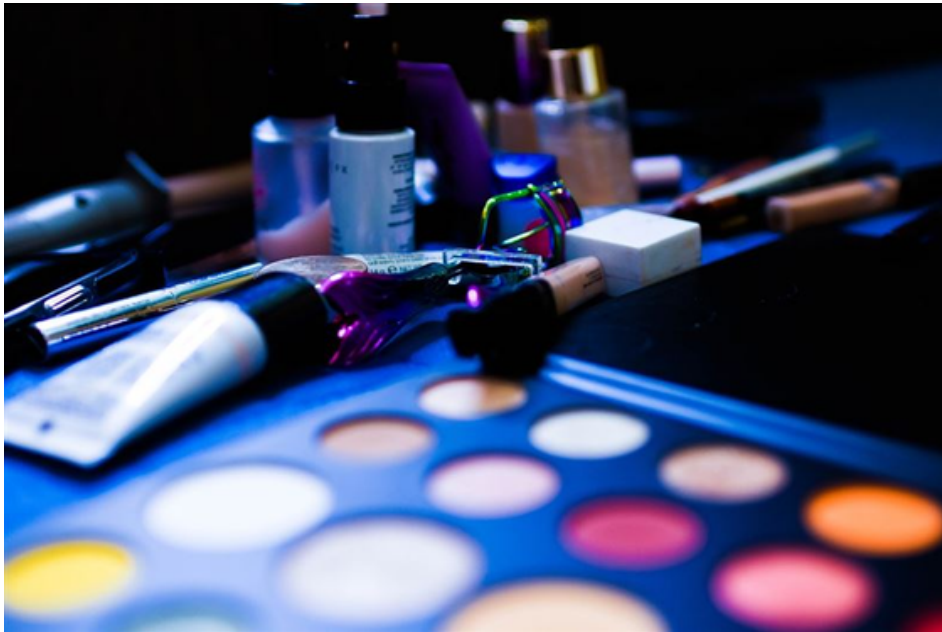
擔心打草驚蛇，員警在圍牆外架起梯子，準備爬梯翻牆，圍牆1.5米高，一躍而下，陸續摸進嫌犯住所範圍，擔心被發現，動作放慢，音量放低，見時機成熟再往裡頭衝。員警大喊不要動，但嫌犯都沒反應，原來他當下還在施用毒品，吸到整個人恍神當機了！

台中刑大警方追查毒品源頭，來到南投埔里逮人，發現嫌犯有多前毒品竊盜前科，平常以務農打零工維生，但染上毒癮後，無力支付龐大毒品費用，轉而販售毒品牟利。警方查緝行動，逮捕藥頭及6名藥腳，查扣第一二級毒品及販毒用手機，移送南投地檢署偵辦。



莫逞一時樂，遺害百年身！拒絕毒品，珍惜生命！健康無價，不容毒噬。

女性愛用！「1物品」藏塑化劑 醫示警：傷腦又害命



▲營養醫學醫師劉博仁表示，食品容器、塑膠水管、醫療設備，甚至是化妝品中的定香劑，都存在塑化劑，可說是防不勝防。(圖／PIXABAY)

三立新聞網/記者鄭玉如／台北報導/2025/03/27 10:59:00

生活中塑化劑無所不在，就算沒接觸工業環境，仍然很不安全。營養醫學醫師劉博仁提到，鄰苯二甲酸酯類（DEHP）是一種塑化劑，廣泛存在於日常生活，包括食品容器、塑膠水管、醫療設備、人造皮革等，甚至是香氛產品、洗髮精，就連女性常用化妝品也含定香劑，而塑化劑會透過皮膚吸收、食物攝取，累積在血液、脂肪及大腦。

劉博仁在臉書粉專分享案例，近日幫一名患者做檢測，發現其體內的鄰苯二甲酸酯類（DEHP）濃度超標，高於正常標準的32倍，也是他行醫以來，見過濃度最高的個案之一，同時感到震驚，不禁感嘆「塑化污染，真的無所不在」，提醒別以為沒接觸工業環境就很安全。

劉博仁表示，鄰苯二甲酸酯類是一種常見的塑化劑，廣泛存在於生活中「看不見的細節」裡，例如食品容器、保鮮膜、即食包裝、塑膠水管、醫療設備、人造皮革、地板、兒童玩具，還有香氛產品、洗髮精，甚至是化妝品中的定香劑，塑化劑會透過皮膚吸收、食物攝取、空氣吸入，累積在血液、脂肪還有大腦。

另外，2025年《Nature Medicine》發表一篇研究指出，所有受檢者的大腦中，都發現微塑膠顆粒，有的濃度極高，達到一根塑膠湯匙的重量，微塑膠顆粒會穿越血腦障壁，引發慢性發炎，可能和神經退化疾病有關聯。平時應減塑避毒，例如少用塑膠容器盛裝熱食或油脂、減少吃加工食品和即食餐盒、改用玻璃、不鏽鋼、水晶玻等容器；盡量選擇不含香料及塑化劑的天然清潔用品；飲食方面多攝取食纖維、水分與抗氧化營養素。

碰太多恐罹癌！ 醫揭6大「藏在日常中的」危機 衣服內竟也有



▲為減少接觸環境荷爾蒙，建議新衣可先過水再穿。
(圖／資料照)

三立新聞網/2025/05/01 18:33:00/生活中心／倪譽瑋報導

日常生活中，有些物品會添加化學物質，以加強其耐用度等；而這些物質可能隨著接觸慢慢進入人體、累積。家醫科醫師李唐越建議，應注意「環境荷爾蒙危機」，例如衣物的阻燃劑（恐影響胎兒發育）、被戴奧辛（可能致癌）汙染的食材等，並舉出常見的6大環境荷爾蒙與避免方法。

李唐越在其任職的診所宣網撰文分享，環境荷爾蒙可能通過空氣、水、食物等途徑進入人體，並在體內慢慢累積，從而干擾內分泌系統，例如影響人體正常的荷爾蒙合成，或是與荷爾蒙受器結合，降低或抑制體內荷爾蒙活性等，直呼「環境荷爾蒙其實是狠角色！」也點出6類生活中常見的環境荷爾蒙。

一、溴化阻燃劑（BFRs）：它們具有強烈的阻燃效果，可提高家具等物的防火性，常見於床墊、沙發或衣物等。而據行政院環境保護署毒管處公告，BFRs中的多溴二苯醚（Polybrominated diphenyl ethers, PBDEs）具有高沸點、高脂溶性的特性，其化學結構和甲狀腺相似，恐影響胎兒、青少年的成長發育。

二、全氟／多氟烷基物質（PFAS）：它們具有防水、防油特性，常存在於一次性包裝（如漢堡的包裝紙）、烹飪器具（如鐵氟龍不沾鍋）或防水塗層中。PFAS具有脂溶性特性，配合較長的4至5年半衰期，它易在人體堆積，也有研究顯示會通過胎盤進入嬰兒體內。

三、羥基苯甲酸酯（Paraben）：它們通常被作為防腐劑，抑制食物中的細菌和黴菌的生長，進而延長保存期限。

四、雙酚A（Bisphenols, BPA）：它們可防止金屬因為和食品接觸而被腐蝕；至於人們接觸到它，是以罐頭食品內襯使用的雙酚A為主。

五、塑化劑（Phthalates）：部分塑膠製品（PVC）製作過程中會添加塑化劑，它們並非牢牢與PVC結合，可能會隨時間緩慢釋放到空氣中，人們再透過呼吸吸入。

六、戴奧辛（Dioxin）：它們可能透過燃燒塑膠類廢棄物被釋放到空氣中，除了人們直接吸入（不過佔攝入量少數），也可能隨風飄，再藉著與雨水降落到土壤或水源中，大部分的戴奧辛源自人攝入「受汙染的食材」。而長期攝入、暴露的風險，可能致癌或引起免疫、神經、內分泌系統及生殖功能損傷。李唐越也提出一些避免環境荷爾蒙的方法，塑化劑方面，可使用玻璃產品代替塑膠製品、不要用塑膠製品裝熱食或微波，若非用不可，應選擇「1、2或5標籤」的塑膠製品。雙酚A或羥基苯甲酸酯等方面，建議減少攝取罐頭食品和加工品。

在個人飲食上，可補充維生素A、B、C、E、GSH穀胱甘肽；多喝水，多吃綠葉蔬菜、十字花科；少吃肥肉或在做飯時把油脂瀝乾。生活習慣上，可保持室內空氣清新；勤洗手、減少皮膚接觸；慎選塗抹、擦洗的產品，新衣服過水再穿。

必知！花椰菜「2部位」是防癌精華：還防糖尿病、脂肪肝



▲花椰菜的抗癌能力，已為人所知。(圖／Pixabay)

三立新聞網 的故事/記者施春美／台北報導 2025/5/8

十字花科蔬菜，尤其是花椰菜的抗癌能力，已為人所知，醫師張家銘提醒，真正的抗癌精華在於其「菜葉與梗」。研究發現，綠花椰菜的年輕嫩芽與菜梗所含的抗氧化素「蘿蔔硫素」濃度，是花球的10～100倍。動物實驗發現，這2部位的抗癌效果甚至媲美市面上標榜的高價抗癌保健品。

台北榮總遺傳優生科主任張家銘在其臉書表示，十字花科蔬菜可稱為天然界的抗癌大軍，包括高麗菜、青花菜、芥藍菜、小白菜，其中，以綠花椰菜最具抗癌效果，因為它含有一種抗癌效果最明確的成分「蘿蔔硫素」(sulforaphane)。

他表示，蘿蔔硫素能啟動人體的抗氧化系統、避免身體慢性發炎、延緩癌細胞的形成與擴散，是目前被大量研究的「天然化療劑」之一。此外，它不只能抗癌，還能預防、改善脂肪肝、糖尿病、視網膜病變、神經退化。

「而最強抗癌的不是花球，而是被丟掉的菜梗與葉。」張家銘表示，根據美國約翰霍普金斯大學1997年發表在《美國國家科學院院刊》上的經典研究，綠花椰菜的年輕嫩芽與菜梗部位所含的蘿蔔硫素濃度，是成熟花球的10～100倍。

研究團隊每天給實驗動物攝取25～100微莫耳的蘿蔔硫素，不只延緩其乳癌腫瘤的生成，效果甚至媲美市面上的抗癌高價保健品。

此外，研究發現，僅僅3天的嫩芽，其抗氧化能力濃度高出一般成熟蔬菜10倍以上。因此，大家隨手削掉的菜梗與葉子，正是綠花椰菜抗癌效果最精華的來源。

至於菜梗怎麼吃，張家銘表示，可以涼拌、切絲炒蛋、丟進蔬菜湯、炒飯，甚至打果汁，也可以切碎拌在餅乾麵糰、蛋餅、義大利麵裡，不但營養，還不會被挑食。