



臺灣彰化地方法院檢察署

廉政簡訊電子報 第 157 期

中華民國 104 年 1 月 5 日 發行

專業、熱誠、負責、關懷、公正

廉政專區



全球清廉指數 台灣進步一名

資料來源：自由時報 A5 版（103 年 12 月 4 日）

國際透明組織昨日公布二〇一四年度「清廉印象指數」（C P I），其中我國評比名次優於去年一名，排名第卅五，分數仍持平在六十一分，第一名則為分數高達九十二分的丹麥。台灣透明組織指出，我國今年清廉指數無法升高的問題，主要是因為政商勾結嚴重，建議打擊洗錢、提高企業透明度，迅速通過聯合國反貪公約施行法，以提高 C P I。

國際透明組織評比 我排名 35

廉政署表示，自今年起就與金管會合作，與國內大型上市櫃公司開研討會，探討「企業誠信及社會責任」，因大型企業佔用許多社會資源，若為謀取私利政商勾結，會影響國家清廉度，希望能夠透過討論的方式，喚

起企業的責任心，「沒人送錢行賄就沒有人收賄」；這個月十七日，也將和外商公司、五大商會相互交流，而聯合國反貪公約施行法已送往立院審查。

台灣透明組織則說，台灣受評比的分數來源，引用了七個具有國際公信力的機構調查評比報告，其中主要評比政治、經濟安定度的貝特斯曼轉型指標，我國得到全球最高的七十九分，但另一個評定經商風險的環球透視機構，則給六十三分較去年退步十分，推測是受到太陽花學運立法院遭到攻佔，政治不穩定的影響。

法官車禍 濫權查肇事者個資

資料來源：蘋果日報 A8 版（103 年 12 月 27 日）

新北地院法官林晏鵬 3 年前騎重機，撞上違規迴轉的男子謝文藩車門，林男手腳 3 處骨折，提告後擅以法官職權查謝男個資 17 次，還幫朋友查個資，法官評鑑委員會昨決議將林男移送監察院懲戒，建議罰俸 3 個月，約 50 萬元。

送監察院懲戒

謝男昨說，廉政署通知他個資遭違法查詢後，林男已歸還 50 萬元和解金，「雖認為林男不適任法官，但不想跟他計較，願給他機會。」昨聯繫不上林晏鵬，不知回應。司改會執行長高榮志肯定法院自律，並指若林男歷年考績不佳，罰俸可能過輕。

3 年前，林晏鵬騎新車價約 66 萬元的鈴木 GSX-R1000 重機馳騁北宜公路，撞上違規迴轉的謝男，林男受傷後，向謝男提告過失傷害罪嫌並求償 200 多萬元，謝男一審遭判刑 3 月，民事部分雙方和解。

去年新北地院例行稽核，發現林男擅以公務帳號密碼，查閱非審理案件當事人個資，將林男移送評鑑。林男原說是查承辦案件的當事人，後來



才承認，法官評鑑委員會昨指林男公器私用，違背國家託付，自我約束能力不足，決議將他移送監察院懲戒。

公務員詐領差旅費等小額款項案例(一)

資料來源：法務部廉政署（103 年 12 月 25 日）

案例一；未實際出差，詐領差旅費

壹、案情摘要

小趙為某機關主管，負責該機關業務之進行及督導等職務，為依法令服務於國家所屬機關而具有法定職務權限之公務員。小趙自 101 年 9 月 19 日起，意圖為自己不法所有，利用出差督導、辦理業務之職務上機會，未依申報出差日期實際前往出差地點執行公務，而係留在辦公室或至其他地區演講、參加餐敘及處理個人之事務，並分 4 次填寫國內出差旅費報告表申請差旅費新臺幣 9,233 元，致不知情之主管、主辦人事、會計人員均陷於錯誤，誤認小趙有實際至出差地點執行公務，將上述申請金額如數匯入其銀行帳戶。

貳、偵處情形

- 一、本案經法務部廉政署中部地區調查組報請地檢署偵辦。
- 二、案經檢察官依貪污治罪條例第 5 條第 1 項第 2 款之利用職務上機會詐取財物罪，提起公訴。
- 三、小趙降調他機關非主管職務，並先行停止職務，移送公務員懲戒委員會懲戒。

參、弊端臧結

- 一、審核作業未臻嚴謹

小趙未實際前往出差地點執行公務，卻仍請領差旅費，並成功詐得

款項，顯係機關對出差審核作業未臻嚴謹所致。由於單位主管及人事機構對於差假申請案件之審核流於形式，終使小趙有機可趁。

二、員工法紀觀念薄弱

小趙身為主管，竟假藉職務之便，利用平時得經常申請出差之機會，虛立出差名目，實係法紀觀念薄弱使然。

肆、具體改進措施或建議

一、訂定或檢討修正機關出差行程核給規定

政風機構應適時協調主計、人事機構，依據行政院主計總處訂頒「國內出差旅費報支要點」及相關規定，訂定或檢討修正機關出差人員行程核給原則等作業規定，針對轄內出差地點之實際交通便捷情況，妥適訂定出差日數及可報支之費用，促使員工出差相關事宜法制化。

二、落實審核機制

單位主管應以身作則，據實前往處理公務，事後依規定報支差旅費，另針對所屬人員申請公差假之事由，應嚴格審核是否確與公務有關，並覈實核給期間。

三、落實平時考核，機先風險控管

單位主管平時應留意部屬之生活及交友動態，有無存在不正當男女關係、違法經營商業或兼職、喜好飲宴應酬或賭博等情形，藉以防範部屬利用申請公差假之機會，從事不法或不當行為。

四、加強廉政法治教育

機關應將公務員虛報差旅費案例、自首效力等納入宣導重點，以提昇員工自律觀念。

伍、自行檢視事項

- ☐ 是否訂定或檢討修正機關出差行程核給原則，針對出差地點之實際交通便捷情況，妥適訂定出差日數及可報支之費用？
- ☐ 申請出差是否事先報請主管核准？
- ☐ 請領差旅費人員是否填具出差旅費報告表及有關書據，送人事機構審

核？

- ☐ 出差報告表之行程及日期是否與原簽准行程相符、有無私人旅遊行程有無攜同親友卻以公款支應之情形？
- ☐ 核銷憑證之日期、金額、品名項目等，是否符合「國內出差旅費報支要點」、「國外出差旅費報支要點」等相關規定？
- ☐ 是否定期、不定期抽查出差旅費核銷案件？
- ☐ 舉辦員工法紀教育宣導，是否將公務員詐領差旅費案例、刑法自首之相關規定等納入宣導內容？
- ☐ 是否落實平時考核，對於品操疑慮人員，簽報列入督導考核對象？

廉能是政府的核心價值，貪腐足以摧毀政府的形象，公務員應堅持廉潔，拒絕貪腐！營造全民貪污『零容忍』。

廉政檢舉專線 0800- 286-586、04-8360282

反詐騙宣導



買「Running Man」見面會門票遭詐萬元

資料來源：內政部警政署刑事警察局網站

見偶像一面，代價是一個月的生活費！韓國超人氣綜藝節目「Running Man」預計明年來臺舉行見面會，入場券開賣 2 小時內全被搶購一空，兩名小資女乃集資在拍賣網站購買黃牛票，不料卻遇上詐騙集團，兩人把每天吃泡麵省下來的 1 萬元轉帳給賣家後，還沒收到票就被對方封鎖斷絕聯繫。刑事警察局統計，「Running Man」見面會門票開賣才 3 天就有 12 名粉絲遭假賣家詐騙報案，呼籲民眾務必注意網路購物安全。

家住新北市，月入 22K 的賴姓被害人（女，74 年次，服務業）和閨密都是哈韓族，兩人得知「Running Man」來臺的消息後即開始節衣縮食，天天吃泡麵度日，好不容易省下 1 萬元買票，豈料門票才一開賣立馬被秒殺還造成售票系統當機，兩人只好轉而上露天拍賣網站碰碰運氣，並向一名暱稱 sweetgirl26 的賣家談妥以每張含代購費 5 千元，兩張共 1 萬元的價格交易。對方將門票照片以 LINE 傳給賴女取信於她，並再三保證只要一匯款就立刻寄出門票，然而 1 萬元轉帳至對方指定的帳戶後，對方就再也不回應，等了半小時都沒下文，兩女始知遭詐報警。



刑事警察局發現，從今年 12 月 14 至 16 日短短 3 天，就有 12 件因網購「Running Man」見面會門票遭詐案件，許多歹徒除慣於要求用 LINE 等通訊軟體私下交易，以規避拍賣網站的交易保障機制，更往往使用女性抱著小孩的 LINE 大頭貼來降低被害人戒心，十分狡猾。

刑事警察局表示，歹徒看準民眾亟欲購買時下最夯的演唱會、見面會入場券，或其他熱門商品的渴望心理，盜用他人網拍帳號後刊登販售這些熱門商品的訊息，有時甚至以低於市價的價格吸引網友上門，許多網友為求見偶像一面，未多加考慮即先付款，結果錢都落入詐騙集團的口袋。警方呼籲，民眾使用網路購物應避免私下交易，並仔細觀察賣家評價和所賣商品內容與價格是否合理，此外亦應儘量以面交或貨到付款方式，檢查過貨品相符再行付款，才不致衍生糾紛甚至遭詐騙。有任何疑問歡迎撥打反詐騙諮詢專線 165 查詢。

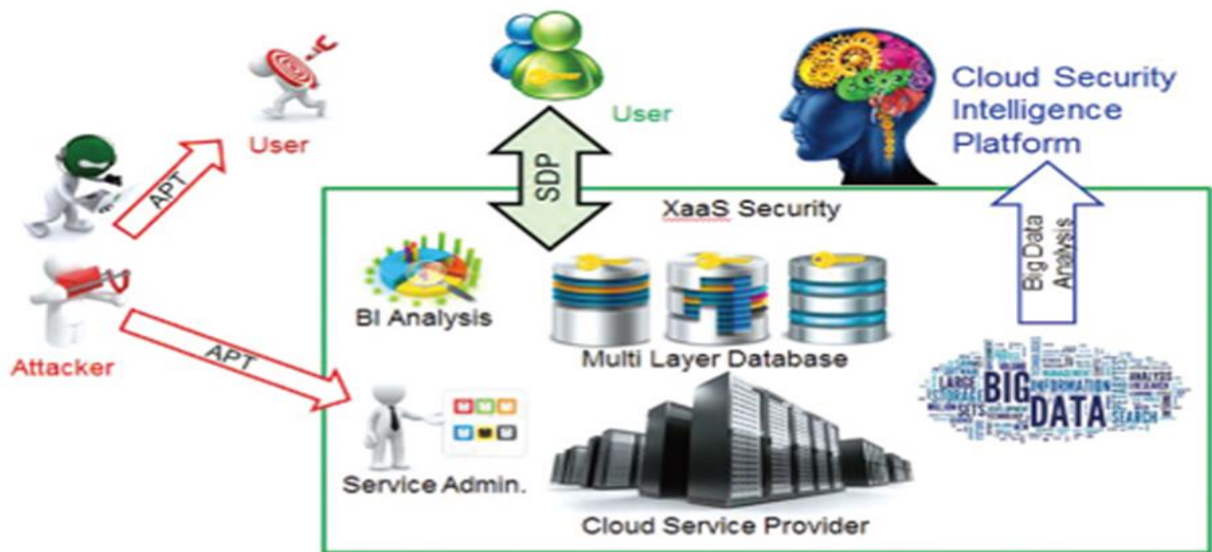
資通安全宣導專區



從萬物聯網談資訊安全

資料來源：◎蔡一郎(清流月刊103年12月)

面對物聯網所帶來的新興資安威脅，採用具彈性及客製化的防禦機制，已是當下發展的重點。



網際網路發展至今，已是無處不連網的時代，我們隨時可透過網路的連結，取得所需要的資料。物聯網（IoT, Internet Of Things）是近來熱門的話題，配合巨量資料以及行動通訊的發展，透過網路際網與傳統的電信通訊，提供了資料的傳輸與交換，也讓所有連上物聯網路且可以被獨立定址的設備，建立成一個龐大的資訊網路。其中許多的裝置或設備可以在運作的過程中，自動地產生資料，並與其他的裝置或設備進行資料的傳輸或交換，其間人類已不再是唯一會產生資料的來源；人工智慧配合自動控制，已演變成物聯網路中的智能控制系統，用以因應裝置或設備的功能或是所在的環境。智能控制系統早期應用於智慧家庭、智慧建築等，現在更擴大成為智慧城市，而物聯網則讓原本地理上的邊界更為模糊。現今雲端服務架構的成形，已成為目前資訊服務的主流，各種私有雲、公有雲以及混合雲的發展，讓一般使用者更容易透過網路取得各式各樣的應用服務。

物聯網路與雲端應用服務已緊密結合，其中許多針對性的網路威脅，尤其對於政府單位或是大型企業形成了巨大的資安威脅。持續性的進階滲透威脅（APT, Advanced Persistent Threat）攻擊是目前最常見的手法，攻擊者除利用資安分析的工具，例如：Kali Linux、Metasploit 等現有的工具之外，也常見到自行開發成專屬或是客製化的攻擊工具，持續地對攻擊目標進行探測、分析、滲透。遭受攻擊的對象除了一般的使用者之外，也包括系統的管理者；在過往的幾個資安事件中，不難發現許多入侵的管道，是組織或企業對外服務的業務窗口，一封與業務相關的釣魚郵件，就足以讓整個安全防禦的架構瓦解。

行動化通訊的時代，帶來新的資訊安全議題，從 BYOD（Bring Your Own Device，攜帶自己的設備辦公）對組織或企業在資安管理上的衝擊來看，雖然組織或企業本身可以降低初期投資於設備上的成本，但對於後續的配套措施卻較為薄弱；當員工把設備帶進工作的場所後，接觸組織或企業內部機敏資料的機會大增，因為傳統的資訊安全管理方式，大多數未跟上時代的轉變，員工仍可使用合法的登入帳號、密碼，透過這些資安風險較高的設備連上內部的網路，而這些類型的設備大多數具備自主的通訊能力，可以透過 3G、4G 的電信網路或是接取公共的無線網路，此對機敏資料的保護邊界已造成影響。

目前物聯網路的設備，除了傳統的通訊方式之外，也已發展出可在物聯網設備彼此涵蓋區域範圍內的通訊方式，例如：FireChat 等，這類型的應用可以不需要透過電信服務商的網路環境或是無線網路的提供，就可以透過彼此設備之間的無線訊號，例如：WiFi、Bluetooth 等訊號，構築成一個接近點對點（P2P, Peer-to-Peer）的通訊方式。在以往幾次的社會運動中，我們可以看到這些新興通訊方式對於傳統資通訊架構的挑戰，在群眾聚集的區域，彼此之間可以透過這類型的通訊方式，仍然可以傳送訊息；當然離開了裝置與設備聚集的區域，還是得利用網際網路才行。未來只要使用者的人數夠多，也許有機會在都會區建構出一個不需要傳統網路就能傳送訊息的方式。

目前許多提供物聯網路服務的供應商，大多採用虛擬化與分散式的服務架構，可依據使用者或裝置所在地點，提供適地適時的客製化服務，因此對於服務供應商而言，如何強化本身在雲端服務環境中的安全防禦，間接地成了保護物聯網的重點之一，其中對於隱藏其中的 APT 攻擊，則是重要的防禦重點，因為一封與受攻擊員工業務相關的電子郵件，就有可以成為入侵層層防護下的重要管道。至於內部對外的行為分析，以往可以不如分析外部對組織內進行的攻擊活動重要，但時勢所趨之下，目前內部網路環境的異常通訊，往往成為追蹤網路攻擊的重要參考資料，畢竟攻擊與防禦的技術，兩者的重要性是相對的。

雲端安全聯盟（CSA, Cloud Security Alliance）目前已開始重視物聯網對於雲端服務造成的安全問題，因此已著手發展相關軟體定義防禦邊界（SDP, Software Defined Perimeter），透過物聯網設備間所建構出來的通訊環境，類似 FireChat 接近點對點的通訊架構，配合控制與資料分流的設計，期望能打造一個可以自主定義的物聯網環境。在目前走向軟體工程的世代以及因應個人化服務的時代，許多網路服務的提供方式，因應上述兩個趨勢已有所轉變，我們可以更容易與便捷地在終端裝置上使用網路應用服務也可以快速地進行金融上的交易等，這些都有賴防禦邊界建置的完成。從使用者端的應用軟體對資料的處理開始，接著考慮不同裝置間的通訊安全，以確保資料在傳輸過程無法遭到側錄與竊聽，再者評估資料儲存的方式以及對於資料安全上的防禦機制，以達到就算資料遭竊仍然無法解開其中的內容。

裝置端的安全防禦目前是發展的重點之一，從 Google 投入生物識別技術及行動裝置加入指紋辨識的裝置開始，都顯示未來在物聯網路中，如何識別一個合法的使用者，對於安全防禦邊界的建立是相當重要的；可以改善傳統上單純使用帳號、密碼登入網路或存取資料的方式，增加使用者或裝置在存取資料上的識別度；而在裝置上開始採用非 WiFi 或是傳統電信網路的通訊方式已是目前的趨勢，我們不難從 Apple 開始採用 iBeacon 技術、Google 開始推 Nearby 技術就可以略知一二。

行動裝置、雲端服務加速了物聯網路的發展。物聯網世代下的資訊安全防禦，因應規模與架構上都與傳統的資通訊服務環境不同，因此對於物聯網裝置、設備、載具、通訊方式以及使用者族群的多樣化，對資安威脅而言更顯得困難與複雜，畢竟現階段的基礎設施仍然根基於傳統的資通訊環境，而在這之上所發展的服務架構，其開發已影響了原本的防禦架構。以傳統的資訊安全防禦為例：許多組織或企業，在網路安全的防禦上都會建置防火牆、入侵偵測系統等相關的資安設備，而這些設備在歷經殭屍網路的威脅之下，除了得轉變原本的防禦面向之外，還得因應與日俱增的新型態惡意程式所帶來的威脅，且要不斷進行特徵比對規則的調整，才能趕上目前惡意程式的成長速度。而物聯網路除可結合現有的資通訊環境之外，亦已發展出自主的通訊方式，這樣的改變直接影響了預先設立的防禦邊界，因此，面對物聯網所帶來的新興資安威脅，採用具有彈性以及客製化的防禦機制，已成為當下發展的重點。如何提供一個容易導入且操作簡單的防禦架構來因應由不同的裝置、設備所形成的物聯網路，成了最重要的課題之一，因此，雲端安全聯盟所推動的軟體定義防禦邊界的概念，若能配合不同的裝置與服務的屬性，進行客製化的架構調整，除可提供使用者便利的使用之外，對於雲端服務供應商（CSP, Cloud Service Provider）而言，更能快速地配合使用者在行動裝置上的軟體或是物聯網設備上的運作系統環境，建構一個安全的物聯網路以保護在物聯網路中進行交換的資料以及設備的安全。

機關安全宣導專區



性侵犯出庭 拄拐杖刀還搞偷拍

資料來源：自由時報 B1 版（103 年 12 月 24 日）

花蓮縣男子朱世全不滿被依性侵起訴，數度偷帶拐杖刀、眼鏡型針孔攝影機出庭，還揚言控告偵辦的花蓮地檢署女檢察官及相關警察瀆職，上週五他又到地檢署，法警眼尖搜出拐杖刀、針孔攝影機等物品，家中並被搜出偷拍的開庭影片及 10 多名少女裸照。

多次進出未被發現

過去曾發生被告以皮帶刀躲過搜身，卻在地檢署自殺的案件，不少法警痛罵朱男膽大妄為。檢方認為，朱男動機可議，而且涉強制猥褻、槍砲彈藥刀械管制條例、兒童及少年性交易防制條例、妨害秘密等罪嫌重大，前晚已被檢方聲押獲准。



花蓮地檢署主任檢察官王怡仁說，朱男因性侵案被花蓮地院判刑 12 年，朱不滿上訴，月初花蓮高分院才開庭審理調查，但朱男多次跑到花蓮地檢署喊冤。

上週五，朱男又跑到地檢署，揚言控告檢警，法警卻眼尖發現，他的拐杖內有玄機，手把拉出竟是 31 公分長的刀刀，他隨身攜帶的袋子中尚藏有塑膠手指虎、彈簧刀械，警方隨即將他帶回偵訊，到朱男家中搜索後，在他電腦、行動硬碟、隨身碟、平板電腦內發現有 10 多名少女的大量全裸、猥褻照片，及花蓮高分院內不公開審理的性侵害審理庭，及地檢署偵查庭的庭訊錄影資料。

警方說，朱世全隨時戴著眼鏡式針孔秘錄器，連去開偵查庭都偷拍開庭畫面，行事小心、狡猾，懷疑他電腦中少女的影像也是透過偷拍而來。

警方說，朱男生性孤僻，整天關在房間上網，過去被爆有幾次猥褻行為，但後來都查無實證，去年涉嫌性侵 1 名少女遭移送，今年 5 月間則是佯裝自己行動不便，無法打掃房間，在網路上找 1 名 19 歲女子到家裡打掃，趁機猥褻。

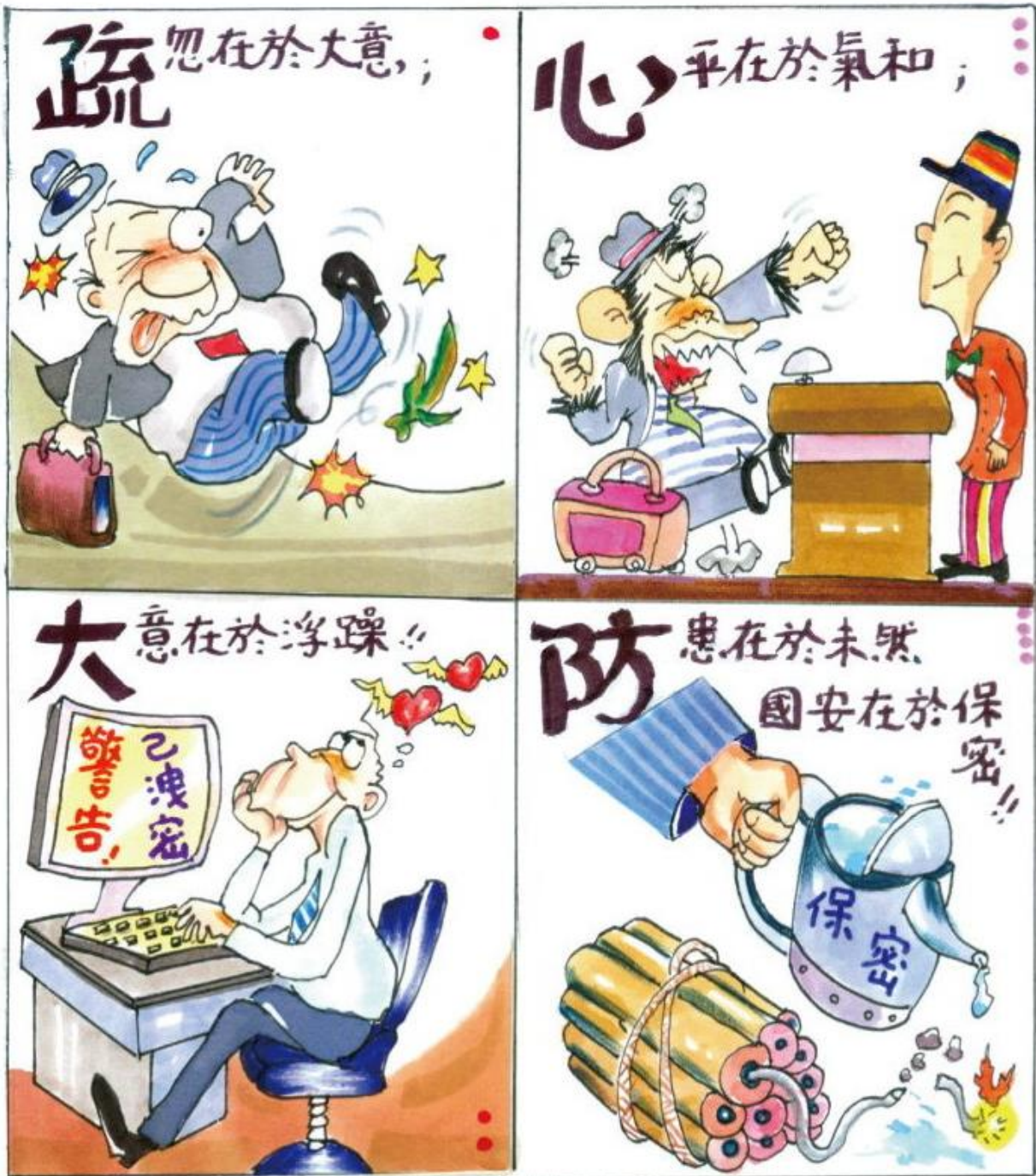
這回想告女檢被搜出

花檢主任檢察官兼發言人許建榮說，地檢署設有一座金屬探測門，離法警室有一段距離，加上地檢署人員進出頻繁，實務上似乎很難落實響警鈴就搜身，未來將會檢討探測門的設置地點，或增加手持的金屬探測棒檢查。

保 防 短 語

資料來源：清流月刊（中華民國 103 年 12 月號）

「洩密之害在於疏忽，保防成功在於預防。」



日租套房 風險太高

資料來源：中華民國消費者文教基金會網站

壹、前言

近年來台灣逐漸成為亞洲旅遊新亮點，根據交通部觀光局調查發現，從 2011 年開放陸客自由行來台灣，至今年 9 月已超過 150 萬人次，而今年大陸十一長假，更有 4 萬 4 千人來台自由行，遠超過陸客團的 3 萬 2,600 人，顯示來台自由行的陸客當中，背包客占了相當數量。

貳、調查報告

一、價格低廉 吸引背包客入住

消基會表示，會選擇「日租套房」的旅客，以港澳、大陸背包客為主，看準便宜、方便的特性，近 5 年「日租套房」的規模成長快速，且以位處於觀光景點附近的密度最高，像台北市主要隱藏在西門町、士林夜市、東區大樓裡；中南部則以分布於台中市的逢甲夜市商圈，以及高雄市 85 大樓附近最多。

據瞭解，台灣人選擇租「日租套房」的族群，多半是旅遊預算有限的學生，比如要環島，由於民宿價格不菲，因而改租便宜的「日租套房」。我們只要在網路上搜尋關鍵字「日租套房」，就會發現很多業者貼上房型、價格與聯絡方式，另外到觀光景點附近去找，許多公寓門口也會貼上「日租套房」的宣傳單。

「日租套房」的價格方面，以台北市為例，每天約在 1,000 元到 1,500 元，甚至更低，若房型較小，有時甚至 1,000 元有找；而一般合法旅館



約在 2,000 元到 3,000 元，兩者差距 2~3 倍，對很多旅客來說，價格是有很大的吸引力大。

二、日租套房 出入人口太複雜

消基會指出，「日租套房」除了觸犯「消防法」，業者也涉及逃漏稅，但觀光局對此常束手無策，因沒有足夠人力取締，此外，「日租套房」最大風險是客人背景不清楚，出入人口複雜。

而日租套房的宣傳來源，大多在網站上，像背包客網站、拍賣網，或者專屬的網路平台，對屋主來說，日租套房好處在於租金收入、將閒置房有效利用，但要承擔的風險如房客出入複雜，使租屋處可能成為犯罪溫床，另外像吸食毒品、群眾聚賭，甚至自殺事件等也時有所聞。

另外，日租套房業者會鑽法律漏洞，有些甚至會跟旅客說只能住 23 個小時，這樣就不構成「日租」24 小時的條件，而是以「借住」的名義去躲避法規條件。

三、缺乏管理 消防、人身安全堪慮

消基會表示，違法改造的「日租套房」，近 5 年如雨後春筍般冒出來，游走法律邊緣，一般租房子都會簽訂契約，清楚知道房客背景，且每天進出大樓，管理員多少會認識，但「日租套房」往往沒有進出登記的管理制度，因而很難瞭解進住者的身分。而且我們到旅館或飯店入住，通常都會被要求出示身分證或其他個人證件，就算是一般的汽車旅館也能做到人數管控，但「日租套房」甚至連進出人數也無法掌控，讓人擔憂不已。「日租套房」雖然價格低，具私密性，但有時卻會被拿來從事色情行業如援交或性愛派對，令人防不勝防。

「日租套房」常隱身在老公寓中，許多屋主購買 40 年以上屋齡的公寓，利用等待都更商機前，因房子太舊租不出去，加上屋主不願意重新裝潢，索性將房子隔成幾間套房，並採日租方式，屋主甚至會到背包客網站去詢問租房意願。

老舊公寓的風險在於牆面斑駁、建材經久失修，污漬破損，加上出入口少，又不一定有裝設滅火器及逃生指示燈具等，一旦遇到火災、地

震或緊急事故等，逃生就有問題。此外，「日租套房」幾乎沒有服務、管理可言，房客領了鑰匙就入住，也不過問房子細節，甚至曾聽過有屋主將凶宅重新裝潢後，當「日租套房」使用，另有無良業者取名「XX 大旅社」，其實根本沒向政府申請立案，掛個霓虹燈招牌在窗外，看準背包客只想找個便宜的住所，也不會要求提供立案證明，藉此大發「日租套房」財。

四、除了便宜 品質、安全、衛生呢？！

來自香港的背包客林曉雯多次來台自由行，她在網路上找住宿點，看到「日租套房」的訊息，價格便宜且臨近台北市區。但是入住過後，感覺品質不一，有些是公寓改造而成，隱身在巷弄內，初來感到不安全，且隔壁遊客聲音吵雜，其實睡得並不安穩。

另一位從大陸來的王浩則說，之前到高雄旅遊，也在網路上看到打著「主題風格」的「日租套房」，因網頁照片漂亮，加上地點臨近夜市，所以決定入住，他認為，品質不錯，裝潢也頗有新意。回想，唯一美中不足的是，那一層大樓的出入口通道只有一個。

參、消基會呼籲

一、選擇合法業者，安全有保障

因此，消基會建議，消費者有住宿需求時，應選擇有合法經營執照的旅館或民宿，如果租房價格太過便宜，也可能要注意是否為日租套房，如此晚上休息才能放心又安穩。

交通部觀光局副局長劉喜臨表示，判斷日租套房有幾個方向，包括：一、目前根據「旅館業管理規則」規定，合法旅宿必須有門廳及櫃檯，且櫃檯得標示有旅宿登記證；二、「日租套房」因為幾乎不提供服務，所以通常不會向旅客要求出示身分證並登記；三、若整棟大樓只有一間套房出租，且價格異常便宜，以經驗來看幾乎都是日租套房。劉喜臨也建議民眾選擇住宿時，可以到官方的「臺灣旅宿網」找尋，會比較有品質、安全保障。

二、找便宜住宿 勤上網、合法立案、看評價



消基會也呼籲，對於走小資路線的背包客來說，應在網路上多做功課、多比較，網站房間的照片也許漂亮，卻不代表一定安全，建議在致電老闆詢問時，多瞭解房屋細節，也要參考網友評價。如果不放心，則盡量找價位適中，有合法立案的旅館，看到標題直接寫著「日租套房」，且價格非常便宜的廣告，則避免入住，以免「省小錢、倒大楣」。



戒毒成功專線：
0800-770-885
請請您 幫幫我



醫療保健注意報

跨年狂歡後假性老化激增 保濕防初老

資料來源：自由時報電子版(生活) (103 年 12 月 5 日)

年底耶誕和跨年節慶過後，肌膚問題一一浮現，還在煩惱如何重拾膨潤透亮美肌？生活忙碌長期處於高壓下的 OL，平時若沒有好好保養肌膚，面對連續假期熬夜狂歡，可能讓肌膚失去光澤，出現黑眼圈、乾燥、暗沉、細紋等「假性老化」現象，即使再厚的妝也遮不住倦容。



皮膚科醫師吳英俊表示，「現代女性習慣晚睡，若無法把握晚上 10 點到凌晨 2 點，細胞代謝最旺盛時讓肌膚獲得充分休息，加上長期面對空氣髒汙和飲食習慣不良等，造成肌底層細胞養分加速流失，當細胞生長速度減緩，

就容易發生修復速度趕不上肌膚老化的現象。此時應採行『分效急救保養』，針對重點時刻、重點部位進行速效調理，才能重現逆齡光采。」

除了選對保養品，使用的時間點也是關鍵！吳英俊提醒：「晚間 9 點後細胞新陳代謝率增加，也是肌膚吸收養份的黃金時期。」若能在正確的時間為肌膚補充適當養份，就能徹底擺脫「假性老化」危機！建議使用能迅速潤澤補水，修復乾燥受損的肌膚，讓肌膚更膨潤緊緻。

檢舉專線：04-8360282
檢舉郵政信箱：員林郵政第310號信箱

