



第四十九期

宜蘭縣政府廉政電子報

106年7月

宜蘭縣政府(政風處) 編輯發行

本期目錄

廉政看板	1
一、宜蘭縣政府舉辦法紀巡迴宣導講習，實例解說採購及廉政規範，提升公務法紀素養	1
二、2017宜蘭綠色博覽會「綠起航~廉向前」社會參與反貪腐宣導活動	2
三、宜蘭縣政府所屬政風單位廉政宣導活動	3
消費保護	5
標準檢驗局呼籲注意「指尖陀螺」及「迷你弓箭」玩具商品之安全性	5
熱門訊息	8
2017宜蘭國際童玩藝術節「穿越時空歷險記」與大家相約冬山河親水公園見！	8
106年「環縣健走「集」點遊、「足」步踏實健康GO」	9

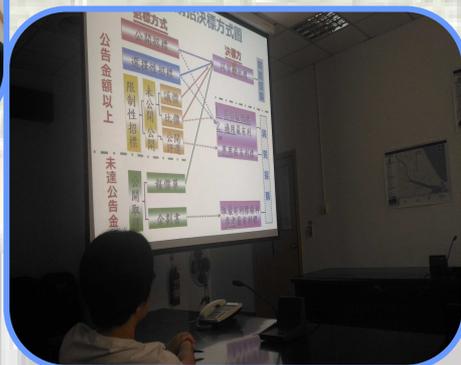
廉政看板

1

一、宜蘭縣政府舉辦法紀巡迴宣導講習，實例 解說採購及廉政規範，提升公務法紀素養

宜蘭縣政府政風處為擴大廉政宣導服務對象，使本縣未設政風機構之鄉公所(壯圍鄉、大同鄉、三星鄉、南澳鄉)同仁熟悉廉政及採購相關法規，規劃安排於106年6月14日、7月12日及7月18日至各鄉公所辦理「宜蘭縣未設政風機構之公所廉政關懷巡迴法紀講習」。

本次法紀宣導講習，特別邀請宜蘭縣政府採購稽核小組李勝楷稽核委員擔任講師講授「常見採購違失態樣」，以機關採購稽核中常見缺失態樣為重點提示內容，並提醒辦理小額採購應行注意事項，提升同仁採購觀念。另由縣府政風處指派二位科長分別講授「公職人員利益衝突迴避法概述」及「公務員廉政倫理規範簡介」，說明涉及利益衝突應迴避、禁止事項與提升同仁對於廉政倫理規範之認識，輔以實例切入規範條文講解，讓同仁對法令規範有更深入之認識，進而提升為民服務的品質，達成「幸福宜蘭」的願景。



二、2017 宜蘭綠色博覽會「綠起航~廉向前」 社會參與反貪腐宣導活動

宜蘭縣政府重視公民參與，冀期透過反貪宣導活動，鼓勵大眾投身反貪倡廉的行列，攜手共創健康城市，幸福宜蘭新價值，於 106 年 4 月 12 日假「2017 宜蘭綠色博覽會」活動會場，舉辦社會參與反貪宣導活動。活動現場有「踢走貪腐」、「廉政大聲講」及反貪腐連署等互動遊戲，並有多種精美小禮物贈送參與民眾，成功吸引各地遊客、社區民眾及前來戶外教學學童共襄盛舉，來冬山河生態綠舟親近自然、參與趣味豐富的反貪腐活動，支持友善環境、健康糧安及廉潔誠信價值永續。

宜蘭縣政府政風處處長廖常新表示，透過推動反貪腐社會參與活動，使廉政議題傳播給更多民眾認識，反貪腐、倡廉潔是國民共同的希望，縣府近年來除持續期勉公務員能廉潔自持，遵守廉政倫理規範，不可有收受餽贈、接受招待邀宴或請託關說等情事，亦盼能凝聚民眾反貪意識，厚植廉潔家園之社會共識與價值，並鼓勵民眾勇於檢舉不法，促進全民對貪腐「零容忍」之理念，共同來實踐「廉繫宜蘭 永續價值」的願景。



三、宜蘭縣政府所屬政風單位廉政宣導活動 3



宜蘭縣政府警察局政風室為充實警政同仁法紀素養，敦促遵

守相關法令規定，養成崇法務實習性，以避免發生違紀或貪瀆不法等情事，特於 106 年 4 月 20 至 21 日分兩梯次假該局大禮堂舉辦 106 年廉政法紀宣導講習，計有各分局分駐(派出)所正、副所長等 250 位幹部參加。

本次廉政法紀宣導講習計辦理 2 場，特邀請內政部警政署政風室主任馮成先生蒞臨授課，馮主任於課程中講解國家廉政新體系、公務員廉政倫理及警察人員特定對象交往規範等廉政法規，並與在場警察幹部交換意見，研析實務上各類困境之解決方法，輔以警察違法類型案例講解，提醒幹部於督導員警執勤時均能合乎法令規範，避免因誤蹈法網而身陷囹圄。警察局主任秘書馬新民亦於會中鼓勵與會幹部，努力充實相關法令認知，共同維護警察尊嚴與形象。

宜蘭市公所為加強公務人員對於個人資料保護意識，於106年3月23日舉辦廉政法規專題講座，邀請宜蘭地院程明慧法官講授「個人資料保護法與刑法洩密實務」，並安排宜蘭縣政府陳巧穎科長解說廉政倫理規範與農漁會反賄選宣導，藉由程法官豐富的實務經驗與陳科長熟稔法令規範，深入淺出且簡明易懂的說明，增進公務同仁對於個資法與廉政倫理規範的認知，有效落實廉政議題深入基層行政人員成效，參與同仁對本次專題講座課程整體內容均表示滿意與肯定。



資料來源：行政院衛福部食藥管理署食藥關謠專區

聽說泡麵含有很多防腐劑，所以才能長期存放，這是真的嗎？

- (1)根據食品藥物管理署對食品添加物的規定，泡麵麵體不能添加防腐劑。
- (2)大多數的泡麵會先蒸煮再油炸，其中蒸煮及油炸都能達到殺菌的效果，而高溫油炸會使泡麵脫水，大幅減少泡麵麵體的水分含量，使殘存的或外來的微生物都無法繁殖，藉此降低腐敗劣變的情形發生，而達到延長保存期限的目的。
- (3)食藥署提醒，泡麵多屬高油、高鹽的重口味，建議自行加入青菜、雞蛋等食材，補充泡麵所缺乏的營養素，並且減少醬料、油包的用量，以減少身體的負擔。

參考資料：

食品添加物使用範圍及限量暨規格標準

<http://consumer.fda.gov.tw/Law/FoodAdditivesList.aspx?nodeID=521#>

台灣食品科學技術學會

<http://www.food.org.tw/TW/QADetail.aspx?PI=T6877gRzp9l%3d&QAID=FOdlGuZck2M%3d&Keyword=IHACsYcmQeE%3d&QAType=T6877gRzp9l%3d>

消費保護

標準檢驗局呼籲注意「指尖陀螺」及「迷你弓弩」玩具商品之安全性

發布日期：106-06-23

資料來源：行政院消費者保護處—消費資警訊

美國消費者監督組織(World Against Toys Causing Harm, WATCH) 公布「十大夏季危險玩具」，其中列為頭號危險玩具的「指尖陀螺」，因微小零件容易脫落，一旦被孩童誤食，可能卡在食道之內，導致噎傷。另一款外觀類似小型弓箭的新興商品「迷你弓弩」，因其可發射尖銳物體，為具儲存能量的拋射體，一旦誤傷害到眼睛或身體脆弱處，所造成的傷害難以想像。為保護兒童玩耍使用之安全，對於「指尖陀螺」及「迷你弓弩」等商品應注意玩耍時的安全性。

標準檢驗局表示，「指尖陀螺」置於指尖並運用手指撥動就能使軸片轉動，是老少咸宜的產品；而「迷你弓弩」又名牙籤弩、迷你十字弓，外觀類似小型弓箭，可發射牙籤、金屬針等尖銳物體，以刺破氣球、紙板等，為拋射體玩具。前揭二種商品均可吸引 14 歲以下兒童玩耍之玩具產品，為標準檢驗局公告應施檢驗玩具商品範圍，檢驗標準為 CNS 4797「玩具安全（一般要求）」，檢測項目包括「危害尖端、危害邊緣、孔洞、間隙和可觸及之機構、墜落、扭力、拉力及壓縮試驗等）」，另須依據前述標準及商品檢驗法查核「商品檢驗標識」與「中文標示」。爰須符合檢驗標準，完成檢

驗程序，並貼附商品檢驗標識及中文標示，始得運出廠場⁶或輸入。

經標準檢驗局調查，「指尖陀螺」於臺灣之實體通路及網路通路均有銷售，為維護消費者權益及保護兒童安全，該局除於邊境之源頭管制外，已於106年5月起發動專案市場及網路檢查計畫，截至106年6月16日止已檢查近千件。該局表示，「迷你弓弩」已發動專案市場檢查，無商品檢驗標識者將要求網路拍賣業者下架。

標準檢驗局說明，經該局查證應施檢驗商品逃避檢驗屬實者，將依「商品檢驗法」第60條第1項規定處以新臺幣20萬元以上200萬元以下罰鍰；且品質檢測不符合者，則依「商品檢驗法」第60條第2項規定處以新臺幣25萬元以上250萬元以下罰鍰。

標準檢驗局呼籲，廠商應製造及進口符合相關標準之商品；為保護兒童玩耍時的健康安全，請於選購兒童玩具商品時注意下列事項：

- 一、認明有貼附「商品檢驗標識」之商品再行購買。
(圖例如附檔；商品檢驗標識查詢網址：
http://civil.bsmi.gov.tw/bsmi_pqn/do/pqn5860/form)
- 二、選購時應注意是否有詳細清楚的中文標示，包括廠商資訊、使用方法或注意事項、適用年齡，勿貪圖便宜選購品質低劣、標示不清之商品。

- 三、選擇適合兒童年齡之玩具，勿將非適用年齡玩具給幼童玩耍，以避免不必要之傷害。
- 四、瞭解並遵守商品的使用方法或注意事項，避免不當使用而造成傷害。
- 五、兒童在玩耍「迷你弓弩」玩具時，家長最好能陪同在旁看護，並教導兒童切勿將該玩具對著人體發射，以免發生危害。

標準檢驗局提醒，消費者對於所購買之商品多一些瞭解，商品使用時就有多一分安全保障，消費者可至該局網站「商品安全資訊網(<http://safety.bsmi.gov.tw>)」項下查閱或撥打免付費電話 0800-007123 洽詢。

資料來源：行政院衛福部食藥管理署食藥關謠專區
聽說同樣的米飯，冷飯比熱飯的熱量還低，這是真的嗎？

(1)米飯在加熱後冷卻的過程中，會提升抗性澱粉(Resistant starch, RS)的含量。抗性澱粉是一種不被小腸澱粉分解酵素作用的澱粉，其進入大腸後，會被腸內菌叢發酵成短鏈脂肪酸，其功能類似膳食纖維。因人體無法消化抗性澱粉，雖具飽足感，但是沒有熱量，因此從冷飯所攝取的熱量確實比熱飯少。

(2)抗性澱粉可分為 4 類：

- A.第一類 RS1：為澱粉消化酵素無法接近的澱粉，存在於穀類、種子及豆類等未加工食物中，其澱粉質被包埋於食物基質中，受到蛋白質成份之遮蔽，使澱粉酵素無法作用。
- B.第二類 RS2：為具抗性的天然澱粉顆粒(含未糊化之澱粉粒)，存在於生馬鈴薯、青香蕉、高直鏈玉米澱粉中。
- C.第三類 RS3：為回凝澱粉，存在煮熟後放冷之米飯、麵包等的老化澱粉中。
- D. 第四類 RS4：為經化學修飾或熱處理的澱粉產品。

參考資料—台灣食品科學技術學會

<http://www.food.org.tw/TW/QADetail.aspx?PI=T6877gRzp9I%3d&QAID=wlgG8bLswfM%3d&Keyword=50aNspV49rl%3d&QAType=T6877gRzp9I%3d>

熱門訊息

2017 宜蘭國際童玩藝術節 「穿越時空歷險記」 與大家相約冬山河親水公園見！

資料來源：2017 宜蘭國際童玩藝術節 <http://www.yicfff.tw/>

2017 童玩節即將於 7 月 1 日到 8 月 13 日在冬山河親水公園登場囉！今年以「穿越時空歷險記」為主題，主視覺設計以拼圖象徵童玩節四大主軸，並將拼圖意象擬人化為冒險家們，邀請大家來到童玩節勇敢探險。

活動網頁：

2017 宜蘭國際童玩藝術節 <http://www.yicfff.tw/>



熱門訊息

106年「環縣健走「集」點遊、「足」步踏實健康GO」

資料來源/宜蘭縣政府衛生局



宜蘭縣環縣健走12站活動場次一覽表

場序	鄉鎮市	活動名稱	活動日期	活動時間	報到地點	承辦單位
1	三星鄉	環縣健走第1站 安農溪畔迎春行 享瘦樂活健走趣	106.01.14 (六)	07:30-10:30	三星警分局前廣場	三星鄉衛生所
2	冬山鄉	環縣健走第2站 哈客天穿 享瘦樂活森活行	106.02.19 (日)	08:00-10:00	冬山火車站前廣場	冬山鄉衛生所
3	南澳鄉	環縣健走第3站 武雲溪畔「泰」有趣、呼朋引伴健康行	106.03.18 (六)	07:30-10:00	南澳村多功能運動場	南澳鄉衛生所
4	礁溪鄉	環縣健走第4站 賞桐尋幽健走趣~	106.04.22 (六)	07:00-10:30	五峰旗風景區管理處停車場	礁溪鄉衛生所
5	大同鄉	環縣健走第5站 漫步情人橋~溫馨健康行	106.05.20 (六)	07:00-10:00	寒溪籃球場	大同鄉衛生所
6	壯圍鄉	環縣健走第6站 悠遊田莊享清閒、預約健康樂一夏	106.06.17 (六)	06:30-09:00	忠孝村順和社區活動中心	壯圍鄉衛生所
7	宜蘭市	環縣健走第7站 河濱照夕陽、邁步堤岸夜風情	106.07.15 (六)	16:00-18:00	宜蘭河濱西門橋下	宜蘭市衛生所
8	員山鄉	環縣健走第8站 漫步河堤~ 悠遊樂一夏	106.08.19 (六)	07:00-10:00	員山公園舞台廣場	員山鄉衛生所
9	頭城鎮	環縣健走第9站 空山鳥語森呼吸~ 鳥瞰蘭陽漫遊行	106.09.16 (六)	07:00-10:00	頭城運動公園	頭城鎮衛生所
10	羅東鎮	環縣健走第10站 健康人瘦聚樂步~ 幸福人生齊步走	106.10.21 (六)	08:00-10:00	羅東運動公園棒球場前(北成橋下)	羅東鎮衛生所
11	五結鄉	環縣健走第11站 五十二甲生態悠遊趣	106.11.18 (六)	07:00-10:00	利澤老街旁網球場	五結鄉衛生所
12	蘇澳鎮	環縣健走第12站 活躍滿仔溪~ 健走Go Happy	106.12.09 (六)	14:00-17:00	蘇澳城隍廟(聖湖里)前籃球場	蘇澳鎮衛生所

宜蘭縣政府衛生局結合12鄉鎮市各機關、社區資源等融入地方特色，其中有富含人文歷史的靜謐風情步道、鄉村田野的寬闊美景與部落生態文化等，共同攜手營造社區步道，提供民眾對社區環境改變的支持度及休憩健身的好去處。

- 宜蘭縣政府衛生局為提高縣民運動風氣及促進身心健康，106年持續舉辦12鄉鎮市健走活動，並為方便民眾能全程參與環縣健走行程，因此12場次的活動日程均已預先排定，活動場次詳如本海報，活動細節將於各場次活動前7日於宜蘭縣政府衛生局網站及各鄉鎮市衛生所公佈覽覽。
- 各場次活動如因氣象天候或預知有影響活動順利舉辦之因素時，主辦單位將公告順延舉辦，相關訊息將於活動前1日公告於宜蘭縣政府衛生局及12鄉鎮市衛生所網站，民眾並可登網或電話洽詢各場次承辦單位(鄉鎮市衛生所)查詢。
- 參加健走活動時請穿著運動鞋，均勻步伐及步寬，自然擺動雙臂、保持靜默韻律呼吸以避免喘息，適時補充水份，保持輕鬆心情。
- 健走時可參考以下的口訣：「抬頭挺胸縮小腹、雙手微握放腰部、自然擺動肩放鬆、邁開腳步向前走」。

指導單位：衛生福利部國民健康署、宜蘭縣政府

主辦單位：宜蘭縣政府衛生局

承辦單位：蘇澳鎮衛生所、宜蘭市衛生所、羅東鎮衛生所、冬山鄉衛生所、員山鄉衛生所、壯圍鄉衛生所、三星鄉衛生所、大同鄉衛生所、南澳鄉衛生所、頭城鎮衛生所、五結鄉衛生所、礁溪鄉衛生所

幸福家庭♥甜蜜攜手偕出遊

活力團體♥健康交流共邀遊



宜蘭縣政府衛生局 關心您

http://www.ilshb.gov.tw 國民健康署運用菸捐經費支應 (廣告)