

本期目錄瀏覽：

法令天地：公務倫理法制的重要意義

機密視窗：智慧時代中的資訊安全

安全天地：地震來時躲在「生命三角」存活機會大

健康常識：開車心慌慌，原來是自律神經失調作祟

●法令天地

公務倫理法制的重要意義

◎劉昊洲

倫理道德乃我國傳統文化的精髓，是古聖先賢歷經滄桑、深刻體悟後的智慧結晶，也是社會大眾在價值認知方面的主要共識；流傳至今，仍然舉足輕重。在法治勃興後，倫理道德雖不若法律之重要，卻同為維繫社會人心的三個體制力量之一。公務倫理是傳統倫理道德的公共版與現代版，是公務員執行職務或處理與其身分有關事務的準據與憑藉；在「法律縱已日趨完備，但違法者仍不斷出現」的慨嘆聲中，公務倫理一再被強調，希能從心做起，用以彌補法律規範不足或不及之處，並增進機關和諧愉悅的氛圍。不過由於公務倫理範圍甚廣，也較抽象，價值認知不盡相同，同一德目的解讀亦有異，故權責機關將重要的公務倫理內涵以條文形式規範，並公（發）布之，即予以法制

化的作為，自有其重要意義。此故，建構公務倫理法制遂成為主要的思維趨勢。

倫理道德與法律二者在本質上有所不同，在其他方面也有許多區別。從表面觀之，公務倫理法制的外表是法令規範，但究其實質內涵，大都仍屬倫理道德的層次；亦即公務倫理法制是因法制的吸收，而由倫理道德走向法令規範，此雖符合自然法的演進趨勢，卻是一條艱難的道路。因為在程度上共識不易獲致的情況下，除非以政府的力量強勢介入，否則硬要劃出一條客觀明確的界線，委實不易；卻也是值得的、深具意義的。此後不再模糊，?有灰色地帶，對規範對象與執法人員而言，都具有正面的功能與價值。

職是，公務倫理法制至少有以下四點重要意義：

一、權力需要監督，也要自我約束：監督與制衡是民主之基本原則，「權力就是責任」、「有權力就應受監督」、「權力越大者，其監督越強」，此乃現代民主國家之常態，只有受監督，權力的行使方受到節制，權力的運作才不會溢出常軌；監督之於權力，自有無與倫比的重要性。不過監督的動力來自外部，監督的範圍通常侷限於政府體制、行為外表，雖包括合法性監督與妥當性監督，但終究不能及於全部，監督仍然有其盲點與死角。所以在外部監督外，更應仰仗有權

者個人基於公務倫理的認知與要求，只有來自於己的良知良能與赤子之心發揮效果，方能全面地、從根源開始地禁絕弊端，指引他繼續向上。

二、規範必須明確，更要客觀公平：法的可貴，在於以文字具體明確地表述，且對外公開，不只立下尺度標準，也指示行進方向，得以讓眾人知悉及遵循。不過只有明確性仍然不足，更要一視同仁，不能有差別待遇；也要有可操作性，而非難以實踐或純供觀賞的文件。因此，公務倫理不能停留在倫理道德的層次，而須提升至法治的要求，公務倫理法制的建構自有其必要。

三、執行務必落實，亦應兼顧情理：法的規範本身只是法之體系運作的上游，而非全部，法的執行才是重心所在。極少數欠缺基層實務經驗及對社會認知顯然不足的長官，往往認為只要有法令規範，一切問題即可迎刃而解，這是過於天真的想法。如要確保法的權威性，唯有在實際執行時認真而嚴格地執行，方有可能達成，所以執行務必落實。不過在執行的過程中，也不能太過死板嚴苛，毫無彈性可言，在法的範圍內，自可有兼顧情理的考量，此一「法內施恩」、「求其適中」的態度作為，即是公務倫理的本務，也是公務倫理法制的立意所在。

四、效果尚待強化，自須配合制裁：倫理道德雖是指示吾人立身處世、應對進退的準則，告訴我們何者可為，何者不可為，不過其獎善懲惡的效果並不明顯，因為它依賴的只有個人良心與社會清議而已。為確保其實際執行的效果，自須在相關規範中加入違反義務者如何處罰的文字；此一制裁處罰的規定，也就是由公務倫理轉化為公務倫理法制的必然結果。

要之，配合時代及環境的變遷，將重要的公務倫理內涵透過法制化的程序，轉化為公務倫理法制，當能使此一規範更加明確客觀，俾便全體公務人員知所遵循，亦能讓長官或有權監督者在指揮或監督時有所依憑，拿?得宜，兼顧情理，確保實際執行的成效。是以公務倫理法制在實務上既有其必要性，也有其重要意義。（作者為考試院保訓委員）

（摘自清流月刊 4 月號）

● 機密視窗

智慧時代中的資訊安全

◎魯明德

不知從那一天起，我們開始生活在智慧的世界，早上起來要用家裏的智慧家電，出門要用智慧型手機，在智慧型的公車站等車，走進智慧型大樓上班……。當我們身處這樣的智慧世界中，資料不斷被蒐集，會不會有資訊外洩的風險呢？科技新貴小潘看到科技的進步，也

想到這些問題，於是在過年後的師生下午茶約會中提出來和司馬特老師討論。

司馬特老師喝口咖啡娓娓道來：在這個充滿「智慧」的世界中，不管你是否自願，其實你整天的一舉一動都被記錄著；你可能只在乎國家機器有沒有監聽你，卻不知在網路世界中，還有更多的人注視著你的一舉一動，而且你還自告奮勇、無怨無悔地提供資料讓對方監控。小潘聽完大吃一驚，表示：從媒體的報導中，大家只知道警調單位會執行監聽，但是這些行為都要經過核准，還有那些人可以非法監控我們？

司馬特老師聽了小潘的問題，點點頭笑著繼續說：當你陪女朋友逛 101 順便去鼎泰豐吃晚餐時，會不會也順便拍個照、在 FB 上貼照片、打個卡？這不就是把你的消費行為心甘情願地提供給平臺業者，也把你的行蹤曝露給大家；當你跟女朋友走到 SOGO 附近，你的 Line 又收到廣告訊息，顯示今晚 9 點到 9 點半有買一送一的促銷活動，你心中竊喜，因為你一直想買給女朋友的化妝品由於太貴始終沒買，今晚趁機買下送給女朋友當情人節禮物。這些行為看起來似乎理所當然，但是，你有沒有想過，以前沒有智慧型手機的年代，我們還是會

收到簡訊的廣告，同樣是 SOGO 的折價券，你同樣想買給女朋友，為什麼你不會去？

小潘想了一下，回答說：不想去的原因可能是折價券的促銷期間，我正好不在臺北，或者不在附近。司馬特點頭同意小潘的想法，接著指出：如果你走到 SOGO 附近才收到這個折價券，而你又有購買的需求，你會不會想去買？很明顯地，答案是肯定的。

小潘聽完後又提出疑問：為什麼智慧型手機會知道你的位置並發送適合的折價券給你？司馬特老師看到小潘能舉一反三，非常高興地繼續說：現在的智慧型手機都有 GPS 定位和數據通訊的功能，因此業者很容易知道你現在的位置，再配合促銷發送折價券，這間接表示，其實你現在在那裏，業者都會知道，而且你非常願意把你的行蹤告訴別人；如果你要保密你的行蹤，就不要用智慧型手機。

聽完司馬特老師詳細的說明，小潘立刻又想到另一個問題：這些業者每天蒐集我們那麼多的資訊，如果被有心人竊取，豈不是一個災害？司馬特老師喝口咖啡繼續說：我們不能阻止別人對科技的濫用，只能消極地防止。依據 Gemalto 所發表最新的外洩水平指數（BLI）顯示，2014 年期間，全球超過一千五百件資料外洩事故，較 2013 年增加了 49%，資料被竊約有十億件，較 2013 年增加 78%；報告中也

顯示，除了資料外洩事件不斷攀升，以外洩方式的竊取手法也變得更嚴重，資料外洩事故因其時間與手法的不確定因素，使得防範資料外洩和監視威脅成為短暫的防護方法，並不能抵擋網路犯罪。

小潘聽完又想到：我們不能拒絕生活在智慧世界中，也不能不讓我們的資訊曝露在外界，但是，擁有資料的業者應該要負起資訊安全的責任，要怎麼做才能確保資料的安全呢？司馬特老師喝口咖啡接著話題：業者面對種類眾多而且數量龐大的數位資料，在資訊安全的管理上，可以分為兩個部分，一是科技面、一是管理面的。在科技面上，我們要做的是運用各種資訊工具來防止外在的不當入侵，例如設置防火牆以防止非法破壞、安裝防毒軟體防止病毒入侵……等；科技面是比較容易處理的，只要業者願意投資就可以達成，比較難處理的，其實是管理面上的議題，業者應建立一套全方位的資訊安全管理規定，這個規定在系統上包含軟體、硬體及系統的管理，在制度上包含人員、場地……的管理。在系統上一定要建置身分認證、權限管理，以防止沒有權限的人登入，同時也要防止有權限的人濫用權利做非法的事；在制度上，要運用各種管理制度，防止人員從事非系統面的破壞。

小潘聽完司馬特老師的說明，才了解原來我們日常生活中，都與資訊安全密不可分；擁有資訊的業者必須做好保密措施，才不致影響消費者的權益。（作者為科技大學資訊管理系講師）（摘自清流月刊 4 月號）

● 安全天地

地震來時躲在「生命三角」存活機會大！

溫室效應讓地殼及海洋溫度升高，地殼膨脹擠壓所以地震愈來愈頻繁也愈猛烈，您住在地球上任何角落都可能難逃地震的傷害，小心不要被地震淘汰！

我的名字叫道格·庫普（Doug Copp）。我是世界上最有經驗的救援小組——美國國際救援小組（ARTI）的首席救援者，也是災難部的經理。

本文中以下信息能在地震中挽救生命。

我和曾經來自 60 多個不同國家成立的各種救援小組一起工作過，曾在 875 個倒塌的建築物裡爬進爬出。在聯合國災難減輕（UNX051-UNIENET）小組中我擔任了任期兩年的專家。從 1985 年至今，除非同時發生了多個災禍，我幾乎參與了每一次重大的救援工作。在 1996 年，我們用我創立的而且被證明是正確的方法製作了一部電影。土耳其政府、伊斯坦布爾市、伊斯坦布爾大學及 ARTI 聯合製作了這部科學研究性的影片。我們人為地摧毀了一座學校，和一個裡面有 20 個人體模型的房屋。10 個人體模型用「蹲下和掩護」的方法，而另外 10 個模型使用我的「生命三角」的求生方法。

模擬地震發生後，我們通過倒塌的碎石慢慢進入了建築物，並拍

攝和記錄了結果。在一個可直接觀察到的，而且科學的條件下，這部電影拍攝了我使用的求生技術。結果顯示那些用「蹲下和掩護」方法的人存活率會为零，而那些使用「生命三角」的人能夠達到 100% 的存活率。上百萬的人已經在土耳其和歐洲的其他地方，還有美國、加拿大和拉丁美洲的電視節目裡看過這部片子。

我曾進入的第一個建築物是在 1985 年墨西哥地震中的一個學校。每個孩子都在課桌底下。每個孩子都被壓扁了。他們如果能在走道裡挨著他們的課桌躺下，就有生還的希望。我不知道為什麼孩子不在走道裡。那時，我不知道孩子們被教導要躲在某物體的下面。

簡單地說，當建築物倒塌承 A 落在物體或家具上的屋頂的重力會撞擊這些物體，使得靠近它們的地方留下一個空間。這個空間就是被我稱作的「生命三角」。物體越大，越堅固，它被擠壓的餘地就越小。而物體被擠壓得越小，這個空間就越大，於是利用這個空間的人免於受傷的可能性就越大。

下次，你在電視裡觀看倒塌的建築物時，數一數這些形成的「三角」。你會發現到處都有這些三角。在倒塌的建築物裡，這是最常見的形狀。幾乎到處都有。我培訓 Trujillo (人口約為 75 萬人的地方) 的消防部門，教導人們如何求生，如何照顧他們的家人，以及如何在地震中援救他人。

Trujillo 消防部門的救援總負責人是 Trujillo 大學的教授。他陪伴我同行，他說：「我叫 Roberto Rosales，我是 Trujillo 的首席救援者。我 11 歲時，我被陷在一幢倒塌的建築物裡。就是發生在 1972 年的那場地震中，當時有 7 萬人死亡。我利用我哥哥摩托車旁的『生命三角』保住了生命。我的朋友們，那些躲在床下，桌子下的人都死了。(他列出了這些人的姓名、地址……)。我可以稱作是『生

命三角』的活生生的例子，而我那些朋友是「蹲下和掩護」的例子。」

道格觀察自救 10 項要領

▲當建築物倒下時，每個只是簡單地「蹲下和掩護」的人都被壓死了，每次，毫無例外。而那些躲逃到物體，如桌子，或汽車下躲避的人也總是受到了些傷害。

▲貓，狗和小孩子在遇到危險的時候，會自然地蜷縮起身體。地震時，你也應該這麼做。這是一種安全的本能。而且你在一個很小的空間裡就可以做到。靠近一個物體，一個沙發，或一個大件，它僅受到了略微的擠壓，但在靠著它旁邊的地方留下了一個空間。

▲在地震中，木質建築物最牢固。木頭具有彈性，並且與地震的力量一起移動。如果木質建築物倒塌了，會留出很大的生存空間，而且，木質材料密度最小，重量最小。磚塊材料則會破碎成一塊塊更小的磚。磚塊會造成人員受傷，但是，被磚塊壓傷的人遠比被水泥壓傷的人數則要少得多。

▲如果晚上發生了地震，而你正在床上，你只要簡單地滾下床。在床的周圍會形成一個安全的空間。

▲如果地震發生了，而你正在看電視，不能迅速地從門或窗口逃離，那就在靠近沙發，或椅子的旁邊躺下，然後蜷縮起來。

▲當大樓倒塌時，很多人在門口死亡了。怎麼回事？如果你站在門框下，當門框向前或向後倒下時，你會被頭頂上的屋頂砸傷。如果門框向側面倒下，你會被壓在當中，所以，不管怎麼樣，你都會受到致命傷害！

▲千萬不要走樓梯，樓梯與建築物搖晃的頻率不同（它們和建築物的主體部分分別晃動）。樓梯和大樓的結構物發生不斷地碰撞，直到樓梯發生構造問題。人在樓梯上時，會被樓梯的台階割斷，這是很恐怖

的毀傷！就算樓梯沒有倒塌，也要遠離樓梯，樓梯就像大樓的一樣會被損壞，哪怕不是因為地震而倒，還會因為承受過多的人群而坍塌。所以，我們應該始終首先檢查樓梯的安全，甚至建築物的其他部分並沒有被損壞。

▲儘量靠近建築物的外牆或離開建築物。靠近牆的外側遠比內側要好。你越靠近建築物的中心，你的逃生路徑被阻擋的可能性就越大。

▲當發生地震時，在車內逃生的人會因路邊墜落的物體砸傷，這正是 Nimitz Freeway 的路上所發生的事情。San Francisco 地震的無辜受害者都呆在車內。其實，他們可以簡單地離開車輛，靠近車輛坐下，或躺在車邊就可以了。所有被壓垮的車輛旁邊都有一個 3 英尺高的空間，除非車輛是被物體垂直落下。

▲我發現，在報社或辦公室裡堆有很多報紙的地方，通常會好些，因為報紙不受擠壓。你在紙堆旁可找到一個比較大的空間。

安全維護要用心，你我安全有保障！

● 健康常識

開車心慌慌，原來是自律神經失調作祟 ©\$\$作者

楊小姐是個每天通勤的上班族，往返於桃園臺北之間，但由於新開的高速公路高架段通車後，為了去擠那幾百公尺的死亡交叉，往往是心跳加速、呼吸緊迫、雙手發抖、冷汗直流，好不容易開上高架段，驚魂未定，對於高於地面幾十公尺的高度又不習慣，一面念著阿彌陀

佛，一面求上帝求阿拉，也不知是什麼時候，人就氣喘吁吁地停在路邊，好似從生死關頭中脫險回來。這幾天，甚至半夜睡到一半，心臟就怦怦地急劇跳動，胸口很有壓迫感，不得不大力吸幾口氣，但覺頭暈腦脹。

其實像楊小姐這樣的例子不在少數，當人們遇到壓力事件時，自律神經會當仁不讓地跳出來為我們眼前的情勢，快速做出恰當的生理反應。自律神經當中的交感神經，猶如車子的油門般，一旦被激發就會導致心悸、快速呼吸、汗量大增；而後隨著事件解除，猶如剎車功能的副交感神經接手，像是讓身體喘息休養般地回復至一切平靜。健康的身體，自然可藉由調控交感神經與副交感神經達到恆定而舒適的狀態。

然而，人體也和車子一樣總會有疲乏的時候，假使長期處於壓力狀態而不自覺，或本身是個追求完美、思慮過多、習慣硬撐的人，自律神經就會無所適從，這就是所謂的「自律神經失調」。臨床上常見到許多患者不僅是局部性的症狀不適，比如：胸悶、心悸、頭痛、頭暈、後頸僵硬等，為此而流連在各大醫院的急診室及檢查室，卻也查不出一個明確病因，甚至落得濫用健保資源的罵名，孰不知其內心及身體所承受之苦痛！最後嚴重到失眠、注意力不集中、暴怒、恐慌、

記憶力大減者不計可數。而慢性自律神經失調更可能導致內分泌失調、免疫力下降、心肌梗塞，同時中風機率大增，不可不慎！

倘若開始出現一些類自律神經失調的症狀，宜及早求助專業醫療諮詢，透過精確的儀器與詳盡的解說，找出造成自律神經失調的病根，並針對個人安排治療計畫，藉此擺脫自律神經失調的糾纏。（作者為板橋心康診所醫師）（摘自清流月刊 4 月號）

「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，廉政檢舉專線 0800-286-586」