

本期目錄瀏覽：

- **法今天地**：違建拆了又建，要負刑事責任
- **機密視窗**：漫談現代生活應具備的保密觀念
- **安全天地**：常見瓦斯造成火災的原因
- **健康常識**：抗壓方法您知道嗎？

● **法今天地**

違建拆了又建，要負刑事責任

葉雪鵬（曾任最高法院檢察署主任檢察官）

前幾天，一家平面媒體報導：臺中市南區有一幢鋼筋混泥土造的七層高樓，頂樓上冒出一棟木造的二層違建建築，記者先生前往現場查訪，據說這幢大樓的產權屬於同一家族所有，業主長年在國外居住，甚少現身。記者為了突顯問題所在，特別拍了照片登出讓讀者觀看，灰白色的鋼筋水泥透天高樓上，多出一棟黑色木造二層房屋，看起來是那麼不搭配，對建築物結構毫無概念的門外漢，看到了照片，也會鐵口直斷那木屋是違建。如果是合法的建築，建築管理機關怎會容許在外觀上看起來那麼不順眼、不協調，二層木屋的基礎又是浮建在七層高樓的屋頂上，安全性就大有問題，這樣的建築物怎能發給建

築執照。可見這木造的違章建築起造人的行徑是多麼囂張，在他的心目中那有什麼建築法令的存在，只要自己喜歡，想怎麼蓋就怎麼蓋！

這處惹人注目的空中大違建，經人檢舉後，主管機關的臺中市政府都發局已派員前往查看，並調閱這幢七層大樓的建築圖與相關資料後，認定多出的木屋屬於違建，已交由拆除單位依法辦理，不日必定會有後續的追蹤報導出現。一座城市是不是美麗，會不會為到過這城市的人留下難以忘懷的好印象，令人流連忘返的名勝古蹟，固然是不可或缺的要素，整潔美觀的建築物，也會為市容增艷添色！如果建築物的外表還稱得上整潔，屋頂上卻布滿雜亂無章的違章建築，不但整體市容為之破壞殆盡，走在樓下的行人，更要提心吊膽，隨時提防一些說不出名稱的物件飛下砸人。尤其是颱風季節，位在高樓上沒有經過專業技師在安全上把關的違章建築，擋不住十級以上風力的吹襲，一夕之間，可能就尸骨無存，但為風吹毀的物件，不會自動消失，只是飛向別人家的屋頂與馬路上，砸毀他人物件和傷害他人身體，甚至奪人性命，都不能說那是意外。在這些情況下發生的災害，不只是天災，也是人禍。本來可以防範於未然的事項，等到禍事發生以後，再來說東道西追究責任，已經為時已晚！

建築物的建造，與公共安全、公共交通、公共衛生及市容觀瞻息息相關，政府部門必須嚴加管理，才不致出現那些有礙公共安全、交通，衛生以及市容的五花八門的不入流建築物。因此有《建築法》的制定，政府並投入龐大的人力與物力，嚴格管理建築物以及有關事項，用以維護社會整體的秩序。「違章建築」，是社會大眾並不陌生的一個名詞，但對它的真正含義，瞭解透徹的人卻不多，否則怎會在街頭巷尾走走，只要留心觀察，根據外表，便很容易發現違章建築的形蹤。其實違章建築這個名詞，應是指未經合法申請建築執照建造的建築物。

建築物的定義是什麼？建築法第四條有立法解釋：法條指出「定著於土地上或地面下具有頂蓋、樑柱或牆壁，供個人或公眾使用之構造物或雜項工作物。」這定義與民法總則第六十六條第一項所稱土地上的「定著物」為不動產的說法相同，只是比較詳盡而已。違章建築如果不能在建造當時加以制止，等它冒出在土地上，符合不動產的要件，在民法來說，違章建築的起造人對它就享有不動產的所有權。沒有法律上依據，建築管理機關也好，私人也好，休想動它絲毫。所然違章建築會愈來愈猖獗，與這些法律上原因，不無關係。

目前對付被稱為「都市之瘤」的違章建築法律，說來只有二種：違章建築如果沒有經過土地所有權人同意，擅自蓋在他的土地上，這便是民法上的侵權行為，不待建築管理機關處理，土地所有權人根據民法上所有權的作用，就可以向法院民事庭起訴，請求判決拆屋還地，恢復自己的所有權。第二種是行政上處理方式，依據的法律便是建築法。不過，建築法的適用也有一定的範圍，依照現行建築法第三條規定，建築法只能適用於實施都市計畫地區、區域計畫地區以及內政部指定地區與這些地區以外供公眾使用的建築物，與公有建築物。如果建築物不在建築法適用範圍，建築法對之也無可奈何！既然建築法管不了，只能期望民眾自制了！

在建築法施行地區，民眾若想營造或拆除建築物，必須先向建築管理機關或所授權的機關申請核發建築執照，建築管理機關藉著審核的機制，依照建築法所規定的內容，嚴密把關。建築執照依建築法第二十八條規定，分成四種：

一、建造執照：建築物之新建、增建、改建及修建，應請領建造執照。

二、雜項執照：雜項工作物之建築，應請領雜項執照。

三、使用執照：建築物建造完成後之使用或變更使用，應請領使用執照。

四、拆除執照：建築物之拆除，應請領拆除執照。

違章建築就是營造建築物的時候，沒有遵照建築法的規定，請領建築執照，逃避主管機關的監督、管理，偷偷摸摸擅自建造。這種行為，是建築法第二十五條第一項明文所禁止。違反這項禁止規定的建築物，便是所稱的違章建築。主管機關對於違章建築，可以依建築法第八十六條第一款的規定，「處以建築物造價千分之五十以下罰鍰，並勒令停工補辦手續；必要時得強制拆除其建築物。」一些屬於實質的違章建築，無從補辦手續，只有走上被強制拆除命運。房屋被拆，多數人自知理屈，被拆也就算了！偏偏有人不甘損失，拆了以後又不經正常手續在原地重建。這時再被查獲，依建築法第九十五條規定，要負起一年以下有期徒刑、拘役或科或併科新臺幣三十萬元以下罰金的刑事責任。千萬不可存有僥倖之心與政府鬥法！

（本文登載日期為 100 年 6 月 30 日，文中所援引之相關法規如有變動，仍請注意依最新之法規為準）（摘自台中市政府政風處網頁）

● 機密視窗

漫談現代生活應具備的保密觀念

身處在這個資訊交遊快速的 e 時代裡，現代人均普遍地利用各類事務機器及通信、資訊設備，俾得以快速地連絡及處理各類業務，然在此同時，您是否已確實做好相關保密措施，來確保機密資料不外洩呢？在此特彙集個人實際工作經驗及相關報載資料供各界先進鑒參，期能凝聚維護幾密認知，俾在安定安全的環境下，共創事業高峰。

使用電話應注意保密事項

一、談論機密前，務先確認對方身分，竊密者可能會以虛構職銜或關係來套問機密事，在應答前務必先行確認來話者身分，否則一旦造成洩密，將後悔莫及；預防方法為，請對方留下連絡電話等資料作查證，並建議在話機明顯處黏貼警語標籤，提醒同仁注意防範。

二、如須保密個人使用電話號碼，建議將一般電話及行動電話設定為「發話號碼不顯示」，否則在受話方「來電顯示器」螢幕中，私人電話號碼將被一覽無遺。

三 使用具有「自動重複撥號 (auto redial)」功能之話機，撥叫隨身碼、信用式電話或做其他有輸入密碼之線上轉帳或交易時，應注意清除紀錄，俾免遭人試撥盜打 (用)。

四、以個人行動電話發送簡訊、E-mail，受訊（信）方將會顯示你私人行動電話號碼，無法隱秘身分。

五、個人行動電話語音信箱及電話答錄機密碼，應妥慎保管，以免遭人竊聽。

六、經常檢視住宅大樓電信配線箱，查看有無遭人掛線竊聽或盜撥電話。

文書作業應注意保密事項

一、重要應秘密事項，應儘量避免書寫於便條紙或桌曆上，此舉極易因疏忽未收妥而遭窺視或翻閱，造成洩密。

二、具機密性之廢棄文稿應隨手以碎紙機銷毀，並將碎屑扯裂，以避免遭蒐集做重整復原；或改以焚燬處理；如因量多不便銷燬，可以整批運往紙廠當場請其溶燬，安全可靠又可秤重計價；切勿逕交清潔工清運，以免機密資料外流。

三、傳真機密文件前，應先連絡好收件人等候於傳真機旁，以避免遭他人截走；傳送前務先確認傳送號碼無誤，以避免誤傳洩密；傳送完成前不可離開，係為避免遭他人取走而洩密。

四、具機密性之廢棄文稿應隨手銷毀，避免做為資源再利用用紙；影印重要文件如遇夾紙應即取出，印壞部分亦須帶走，以免被有心人取走做不當利用。

資訊作業應注意保密事項

一、個人電腦做單機作業或辦公室 OA 網路連線，務必設定密碼保護，並定期變更密碼；螢幕保護裝置應設定密碼保護，以防範須央離座道人窺探畫面內容。

二、透過公司內部網路做檔案資源分一口子時，應安慎審核資訊內容是否涉及公務機密或公司營業秘密，能否給其他單位使用，並應加設密碼管制；如園內容係屬機密，必須依權限高低只提供給特定人員使用及能追蹤登入、使用紀錄要求時，建議改建置網站做控管。

三、各種經常使用密碼，例如 E-mail 帳號、網頁設計密碼等，切勿將之另紙書寫並黏貼於電腦上；更應避免利用各種作業系統（如 Windows）內建「自動記憶密碼」，否則即喪失密碼保護之功能。

四、在無法確定網站的保密安全機制下，勿任意上網登錄個人重要應秘密資料，以免資料遭截取被移作其他用途；據報載國內某家網路銀

行曾遭人拷貝該行網站網頁，進而誘騙該行客戶輸入身分證字號、密碼等資料，進行轉帳盜取款項。

日常生活應注意保密事項

一、陌生人以問卷調查、寄資料等藉詞，電話詢問相關資料時，應特別留意並查證對方身份，勿輕易告知。

二、個人擬廢棄信件、單據、資料等件，勿以垃圾處理，以免外流。

三、每日應檢視信箱，重要信函如信用卡帳單、電話、網路連線費用帳單應隨時收取，以免被有心人截獲做其他運用。

四、據報載曾有詐騙集團假冒銀行人員套問金融卡帳號、密碼或信用卡卡號等資料，應提高警覺注意預防。

五、對外公開的資料，如個人名片、停車留言板等登錄資料，不宜太過詳細，以免洩漏個人資料。

結論

多一分保密警覺，少一分洩密風險。建立起每個人重視維護機密的認知，處處謹慎小心，可以幫助你經常處於一個安全又安定的環境中，有助於防杜危害、犯罪、破壞等事件發生之機會；在事業上於公得以

知法守法，確保公務機密安全，不因疏忽洩密損及公眾利益又遭處罰；於私得以保護好公司商業機密、營業秘密，厚植企業競爭實力，開創個人事業；更會因為您這種重規機密的認知，影響到您的家人、社會及全民，進而促使社會更加安定，國家更為安全（摘自台中市政府政風處網頁）

● 安全天地

常見瓦斯造成火災的原因

家庭使用瓦斯應注意事項：

◎爐火引燃可燃物後擴大延燒：例如有些主婦為方便整理，常在瓦斯爐下方鋪報紙或在牆上貼月曆、紙張，或煮食時隨手將抹布擺放在瓦斯爐具上，太靠近爐火而引燃。

◎瓦斯皮管老舊、破裂，造成回火引起火災。

◎瓦斯皮管老舊、破裂，造成回火引起火災。

◎施工不慎：天然瓦斯已逐漸普遍，因為需以導管供應，因此埋於地下之管線若品質不良或因其他施工破壞則會發生瓦斯外洩，遇有火源則會引起劇烈燃燒。

◎ 地震：天然瓦斯導管於地震時遭受破壞，亦會造成瓦斯外洩，遇有火源引起劇烈燃燒。

如何防範瓦斯引起的火災？

◎ 瓦斯爐點火不著，應即停止繼續點火，檢查是否漏氣與無法點燃的原因。

◎ 經常檢查瓦斯皮管及各部接頭，防止破裂、鬆脫。

◎ 桶裝瓦斯與爐具建議保持適當距離，並以不燃材料構造隔離，爐具則須放在磚台或不鏽鋼架上。

火災時怎麼辦？

◎ 如因瓦斯外洩引起火災，應即關閉瓦斯開關（使用天然瓦斯時，平日即應熟悉總開關位置）。

◎ 立即使用滅火器滅火並且報警，若家中沒有滅火器則可使用簡易滅火方式，如以濕棉被或濕布覆蓋……。

其他注意事項：

◎ 液化石油氣用完，換裝瓦斯鋼瓶時請留意是否有合格檢驗標誌，鋼瓶下次檢驗時間是否逾期。

◎桶裝瓦斯應避免曝曬於日光下，因鋼瓶受日光久晒後，瓶內溫度與壓力增加，可能造成危險。

◎瓦斯鋼瓶不可橫放，以免危險。（摘自台中市政府政風處網頁）

安全維護要用心，你我安全有保障！

健康常識

抗壓方法您知道嗎？

您可知道，壓力會引發癌症、心血管疾病與中風嗎？長期處於壓力下的人，得到癌症的危險性，比一般致癌物質來的高。除此之外，壓力更是常引起肌肉疼痛、失眠與肥胖，甚至是便秘、憂鬱症等。因此所謂「壓力醫學」便是減少壓力對人類身心健康負面影響的新興醫學。

壓力引起的失眠

根據統計，壓力引起的最普遍問題還是「失眠」，現代人幾乎有 10% 都有失眠問題，所謂睡眠品質不佳就是「失眠」，包括常覺得自己睡不著，或是睡眠時間很長，卻覺得睡不飽。

至於如何解決因壓力而引起的失眠？曾任榮總精神科主治醫生莊凱迪建議，失眠最主要的原因是白天緊張壓力，以及晚上「想要睡覺卻擔心睡不著的壓力」，他表示：「不要逼自己睡覺，而是讓腦袋放鬆，以及養成固定的睡眠時間」，因為人本身有生物時鐘，每個人睡的不一樣，老年人睡眠比較容易中斷的話，醒來後就繼續睡不要擔心，越擔心越容易造成問題。

因為失眠而服用安眠藥會造成記憶力降低，反應速度變慢，以及肝臟的負擔，對身體沒有好處。許多失眠的人還會服用褪黑激素，但褪黑激素短暫時間有效果，吃多了就沒有效果，尤其大量的褪黑激素會治癌，非常不建議使用，除非是長途飛行調整時差。

另外，「睡前喝一杯牛奶好入睡」，事實上也非完全正確的觀念，因為牛奶屬於大分子的蛋白質，雖然可以幫助入睡，但是相對的腸胃在睡眠時間蠕動，會造成後半段睡眠品質不好。

壓力引起的肥胖

而壓力引起肥胖的原因，現代的醫學已經證實，壓力會改變人體的內分泌與免疫系統，有人透過吃東西來排解壓力，臨床實驗也發現，LEPTIN（類似賀爾蒙）可以調配脂肪細胞地多寡，它會讓我們腦子裡多儲存脂肪，體重還會一直增加。

比較嚴重的情況是，需要靠吃抗憂鬱的藥來抑止食慾，像諾美婷的原理也是利用抗憂鬱的藥，來達到抑制食慾的作用，來達到減肥的目的。醫師的建議是盡量以以舒壓的方式來減緩壓力引起的暴食，而非吃減肥藥。

壓力的指標是肌肉疼痛，便秘與腹瀉

第三個壓力指標是肌肉疼痛，壓力大時肌肉緊繃，繃久了肌肉會疼痛。而壓力會引起腹瀉叫做「腸躁症」，很多人在考試前拉肚子，或是緊張時會便秘，就是人的交感神經與副交感神經的混亂。

莊凱迪醫生建議大家不妨試一試所謂的「腹式呼吸法」，調整呼吸，是調整交感神經唯一的管道，「調息」是控制唯一辦法，步驟是：先把呼吸速度放慢，在吸氣時肚子鼓出來，吐氣時腹部收縮，把整個呼吸速度放慢，這是「舒壓」最簡單，而且隨時可以做的的方法，有點類似瑜珈的原理，平常沒事也可以做。而市售的「優益菌」，也是透過菌種幫助腸胃運動，是一個很好的治標方法，治本則是腹式呼吸法。

壓力引起的心血管疾病及中風

壓力也會造成心臟周邊血管的收縮，賀爾蒙的上升及血壓上升。魚油對壓力引起的心血管疾病雨中風有很大的幫助，因為腦袋神經的傳導

是靠脂肪，人的腦神經包著脂肪，像電線外面包一層（絕緣膠）也能幫助導電，腦袋脂肪和身體脂肪部一樣，導電需要的脂肪，在龐大壓力下，腦袋脂肪消耗會快，補充不夠的話，會引起腦神經衰弱，補充魚油可以根本解決腦神經衰弱的問題。

舉例來說，當年孫運璿運長就是因為一次生氣引發中風，對長者來說，發脾氣特別容易引起中風，因此建議每次發脾氣前，先試著腹式呼吸法，先緩個幾分鐘，可以降低中風發生的機率。

壓力也會引起癌症

壓力也會造成免疫系統失調，所以很多人容易生病，以及得到癌症，癌正的原理是人體的細胞變壞，細胞會質變，而依靠的是免疫細胞（自然殺手細胞），將癌細胞一出生時就殺死，「舒壓」可以讓免疫系統恢復正常，而其他補充品則是：維他命以及靈芝、銀杏的補充，銀杏會放鬆周邊血管，靈芝則是增進人體免疫力。

長期壓力造成的憂鬱症及恐慌症

何謂憂鬱症？判定是否有憂鬱症的標準為：情緒與興趣發生障礙，睡眠、食慾、動作速度、專注力受到影響，以及自責、自殺的意念，以上九個症狀超過五個，而且持續兩週以上，就是憂鬱症。

有關憂鬱症的治療方法？除了充足的陽光和適量的運動外，建議可以服用含有 omega-3 的深海魚油，有預防憂鬱的效果，魚油 EPA、DHA 每天 2-3 克是最適合的量，而含有 GABA 是一種神經傳導物質，酒精、茶、咖啡並非不能喝，適量定量即可，花草植物方面，金絲桃與小雛菊也對憂鬱症有幫助。（摘自健康食品資訊天地網頁）

「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」