

財政園地

Training Institute, Ministry of Finance, R.O.C.

- 新春記者會紀實
- 102 年地方財政業務聯繫會報
- 我國電子支付市場現況及展望
- 香港稅制 知多少
- 如何有效利用傳播媒體宣導稅政法令
- 第七號情緒協奏曲（下）
- 認識骨質疏鬆症

發行所：財政部財政人員訓練所 發行人：謝鈴媛 編輯小組召集人：陳慧玉 執行編輯：鄧婉真
所址：116 臺北市文山區羅斯福路六段 142 巷 11 號 電話：02-86632399

設計・印刷：名格文化印刷設計事業有限公司
電話：02-2793-0966

中華郵政台北雜字第六四九號執照登記為雜誌交寄
中華民國九十年四月二十日創刊

新春記者會紀實



財政部秘書處 / 科長 楊金亨



財政部 103 年新春記者會於 103 年 1 月 23 日在財政部 8 樓會議室舉行，由張部長盛和帶領吳政務次長當傑、張政務次長佩智、許常務次長虞哲、鄭主任秘書、綜合規劃司郭司長豐鈴、推動促參司曾司長國基、國際財政司宋司長秀玲、國庫署凌署長忠嫻、賦稅署吳署長自心、關務署饒署長平、國產署莊署長翠雲以及財政資訊中心蘇主任俊榮共同出席。該記者會以財政部 103 年起實施的新措施及未來展望為主軸，同時也發布 11 則重要政策宣導新聞稿，以及 5 則法規合理化成果新聞稿供媒體記者參考運用。

張部長表示：103 年的新措施有幾項重點，第一就是公債法，於今年 1 月 1 日開始實施，財政部及各地方政府都要成立公共債務管理委員會，來做進一步的監督，對自償性的債務引進外部專業人士評估，以加強債務的管理。第二是菸的部分，過去的紙菸都沒有標示有效期限，今年 5 月 1 日就要開始標示，最長不得超過 18 個月，另外對酒的容器部分，增列了塑化劑的總量規定，來保護大家的健康。第三是賦稅的部分，今年新增扣繳憑單不再寄送了，這可以省下 6,100 萬張的紙張，占扣繳憑單 93.4%，但是，對於需要扣繳憑單的納稅義務人，如果要求寄送，扣繳單位還是要寄送的，目前國人綜合所得稅使用網路報稅及稅額試算服務申報的約有 87%，這些申報戶的扣免繳

憑單是不需要再寄送的，其餘的 13% 我們會再加強宣導，而對於試算稅額部分我們未來會繼續來加強精進。另外，統一發票的無實體發票也就是電子發票的專屬獎項，去年專屬獎項是 2,000 組，今年增加到 3,000 組，增加了 1,000 組，希望大家多使用載具索取電子發票。同時對於遺產稅及地價稅等 18 項業務也簡化成免附戶籍謄本，來節省民眾實貴的時間與成本。第四在關務部分，我國跟新加坡簽了租稅協定，海關進口稅則於 1 月 3 日已在立法院三讀審議通過了，算是新的措施。第五是國產的部分，今年會加強國有財產非公用不動產的活化，這個活化包括地上權、跟地方合作、跟民間合作、接著辦理都市更新等等。財政部去年的稅收是 18,189 億，創歷年的新高，比 101 年的稅收增加 222 億；而引進民間資金投入的部分也是創歷年的新高，投入公共建設的有 774 億，占了所有公共建設的 21%，件數 103 件，也是創 6 年來的新高，民間資金投入地上權有 205 億，創造收益 468 億，因此民間資金去年投入地上權、投入公共建設的就達到 979 億，今年財政部還會再釋出更多地上權的案子與公共建設的案子。第六是財政資訊的部分，實施扣除額單據電子化，在過去的成效非常良好，今年再增加了一樣，就是診所的部分，診所的醫藥跟生育單據也可以上網查詢，民眾就不必再蒐集了；另外在電子發票部分，我們也會加強全面推動，在去年底電子發票就開立了約 39 億張，今年我們則統一了電子發票證明聯的寬度與長度的規格，來方便民眾的保存與辨視，同時也整合實體及虛擬的通路，讓電子發票的推動更向前邁進一步。

張部長又說：財政部未來的展望有 8 大重點，第一就是財政健全，財政健全方案已經報

到行政院了，各個方案都將逐項落實推動。第二就是賦稅合理，對不合國際趨勢、不合時宜的稅制，會在下個會期陸續提出修正，讓賦稅更合理，同時也會防堵租稅的漏洞。第三是貿易便捷，今年是自由經濟示範區推動的一年，如前店後廠，其核心價值就是創新的觀念，未來創新的觀念非常重要，在今年的 9 月就會推動海運快遞專區，同時也會實施多國貨櫃拆併櫃作業，另外，如電子帳冊分級管理以及通關便捷的部分也將會陸續完成。而配合加入跨太平洋經濟夥伴協定 (TPP) 與區域全面經濟夥伴協定 (RCEP)，所有的關務跟進口稅則都會配合修正。第四是國產的活化，就是全面推動公益財產的活化，今年會全面清查所有公務用、非公用、事業機構用的閒置土地以及低度利用的土地，全面來推動活化，包括設定地上權、參與都更，以及公辦都更等各方面，這是資產活化的重點。第五個就是簡政便民，如扣繳憑單免寄送、扣除額提高、以及推動電子發票等，另外我們建置財政的雲平台，把財政部目前兩朵雲建置完成，一個賦稅雲、一個關務雲，另外相關的包括國產的、國庫的，這些都會搭建一個平台，變成一個財政的雲平台。第六個重點是引進民間資金，擴大招商促進投資，今年 3 月就會舉辦招商大會，將會釋出 1,700 億的促參機會，另外加上前面的資產活化，會讓民間的資金投入更多的公共建設，這是第七個重點。而第八個重點就是區域合作，配合加入 TPP 與 RCEP，我們積極跟這些國家洽簽租稅協定與關務合作協定，目前租稅協定我們已簽了 25 個國家，而尚未簽定正在洽談中的就有 20 個國家，所以非常的忙碌，不管是租稅協定或關務協定，都在積極的洽簽中。以上這些就是財政部 103 年未來展望的八大重點。

張部長除了就以上財政部 103 年起實施的新措施與未來展望逐一的為媒體記者朋友們說明外，也安排了與媒體記者的提問交流時間，在一個小時中有 15 家的媒體記者提問，張部長也一一的詳細回答，充分圓滿的完成了一次政策宣導與媒體互動。

102 年地方財政業務聯繫會報

財政部國庫署 提供



為加強輔導地方政府財政業務，並協助地方政府廣闢財源及增進地方財務效能，財政部於 102 年 12 月 23 日召開「地方財政業務聯繫會報」，各直轄市及縣（市）政府財政單位首長均親自出席或指派代表參加。

有鑑於當前地方普遍面臨自有財源不足致影響施政規劃的問題，為協助地方積極增裕財源，運籌帷幄嶄新的思維及突破性的作法，本次會報特別安排國庫署凌署長忠嫻主持「開源節流績優單位經驗分享」，邀請澎湖縣、臺東縣、金門縣及臺北市政府等 4 個地方政府進行工作心得報告。澎湖縣政府首先就依循「公庫法」之基本規範，於公庫行政管理業務之心得，包括積極協調大型行庫參與代理縣庫銀行之遴選、建構公庫多元化體系、推動庫款管理 e 化制度簡化人工作業、實施集中支付制度大幅減少短期借款利息支出，提升公庫調度效益等提出經驗分享。臺東縣政府接著以「財務管

理」為題，說明因應政府財政日益困窘狀況所推動之各項措施，例如在開源方面，102 年辦理熱氣球活動獲企業捐助達 2,500 萬元、舊稅捐處公開招標地上權，權利金計 1 億 500 萬元、與財政部國有財產署合作開發辦理臺東數位電影城招商，增加開發權利金 500 萬元及相關租金收入；節流方面，進行 16 鄉鎮之戶政事務所整併績效最為顯著，除可節省人事費年約 1,000 萬元外，並擴展服務項目由各區戶政事務所及各鄉鎮辦公室受理，不增加縣府經費。

接續則由金門縣政府進行「債務管理」簡報。該府近 5 年來，除 98 年決算出現短絀 21.9 億元外，其餘各年度均有盈餘，財政狀況尚稱良好，惟為避免赤字預算，該府仍嚴格控管預算編列，並實施各項債務管理策略，包括借助民間力量辦理重大活動以減輕公庫負擔，例如金門迎城隍、花蛤季及泳渡料羅灣等，均積極爭取民間廠商參與及贊助；另推動招商投資計畫亦有相當成效，除「金門昇恆昌免稅廣場」即將於 103 年初開幕外，近期亦積極辦理金門縣工商休閒園區 BOT 案。最後，臺北市政府以該府財產管理機制，以「財產全生命週期管理」觀點，分別從「占用清理」、「閒置清查」、「再利用活化」及「財產檢查」等面向之具體作法提出報告，並就該府公產經營利用經驗，建議可透過促參招商、標設地上權及都

市更新等財產處分開發方式，運用民間資源推動公共建設，增加就業機會並促進經濟發展。

另外，本次會報邀請國庫署 102 年委外研究「財產稅基評定作業之檢討」計畫主持人黃崇哲博士，就研究成果發表專題報告，說明財產稅為地方政府應積極努力徵收之稅目，並肯定以地理資訊系統 (GIS) 輔助房屋稅地段率之評定作業，藉由統計學方式建立基本圖資後，配合買賣實例及現況調查進行地段率之全面檢討，除可建立科學化一致性之評定基礎外，並具有避免主觀認定、減少稽徵人力及增進稅負公平性等優點。此外，黃博士並藉由美國底特律業經法院宣告破產的案例，從國內外地方政府的財政狀況，分析財政敗壞的原因及全民共同承擔的後果，提出建立公民財政的目的，唯有對財政健全情境的全盤掌握，才能瞭解公共服務的永續性，而產生財政改革的體悟及決心。

嗣後張部長出席綜合研討議程，除親自頒獎給 101 年度地方政府財政業務輔導方案考核績優地方政府外，並勉勵地方財政同仁，藉由本次會報各專案報告單位豐富的經驗分享，互相學習，經由實務經驗交換及實例探討，致力開闢自有財源及減少支出；參與會報的地方政府代表亦表示，國家整體資源有限，全然仰賴中央的協助無法解決財政困境，應建立資源共享觀念，發揮自助助人助的精神，澈底檢討支出面，進行員額管控及組織整併，杜絕浪費，才能有效提升財務效能，維持財政的永續健全。

重要施政要聞

財政部綜合規劃司 提供

公益彩券盈餘改採社福人口指標及盈餘運用考核成績為主要權重分配

財政部 102 年 12 月 2 日修正發布「財政部公益彩券監理委員會組成辦法」，調整盈餘分配方式，並自 103 年 1 月 1 日起施行。本次修正以 15% 平均分配、25% 按銷售比例分配及 60% 按 6 項社福人口指標權重進行分配，銷售指標權重由 42.5% 調降為 25%，以降低盈餘分配集中於直轄市等都會區域情形，人口數指標權重亦由 42.5% 修正為 6 項社福人口指標，各以 10% 進行分配，以真實反映地方社福需求。

購買完全以電能為動力之電動車輛免徵貨物稅年限延長 3 年

財政部前為配合行政院「智慧電動車發展策略與行動方案」，自 100 年 1 月 28 日起，免徵完全以電能為動力之電動車輛應徵貨物稅，並至 103 年 1 月 27 日期限屆滿。依貨物稅條例第 12 條之 3 第 3 項規定，報請行政院核定延長減免年限，至 106 年 1 月 27 日止，為期 3 年。

按消費者物價指數上漲程度調高不計入遺產總額及各項扣除額金額

財政部依據遺產及贈與稅法第 12 條之 1 第 1 項規定，按消費者物價指數上漲程度，公告調高 103 年發生繼承案件之不計入遺產總額及各項扣除額金額，不計入遺產總額方面，被繼承人日常生活必需之器具及用具由新臺幣（下同）80 萬元調整為 89 萬元，職業上之工具由 45 萬元調整為 50 萬元；各項扣除額方面，配偶扣除額由 445 萬元調整為 493 萬元，直系血親卑親屬扣除額由 45 萬元調整為 50 萬元，父母扣除額由 111 萬元調整為 123 萬元，受被繼承人扶養之兄弟姊妹及祖父母扣除額由 45 萬元調整為 50 萬元，喪葬費扣除額由 111 萬元調整為 123 萬元及重度以上身心殘障特別扣除額由 557 萬元調整為 618 萬元。

無實體電子發票專屬獎開獎組數由 2,000 組調增為 3,000 組

財政部為鼓勵民眾多使用載具索取電子發票，自 103 年 1-2 月期統一發票，無實體電子發票專屬獎開獎組數將由 2,000 組調增為 3,000 組，每組中獎獎金均為 2,000 元；至於以愛心碼直接捐贈給社團團體之無實體電子發票，亦包含在抽獎範圍。

立法院三讀通過臺星經濟夥伴協定相關「海關進口稅則」修正案

配合我國與新加坡於 102 年 11 月 7 日正式簽署經濟夥伴協定，立法院 103 年 1 月 3 日三讀通過「海關進口稅則」部分稅則修正案，其中多項民生物資例如嬰幼兒奶粉、咖啡、可可粉、堅果、咖哩、白胡椒、冷藏牛肉、魚、龍蝦及蘭花等調降為免關稅，並於 103 年 1 月 22 日經總統公布。

民眾申辦國有財產租、購業務免附戶籍謄本

國有財產署配合政府服務流程改造，推動「全面免附戶籍謄本」計畫，於 102 年度完成修正國有非公用不動產租、購業務等 4 項行政規則，簡化檢附戶籍資料相關規定，未來民眾向國有財產署申辦國有財產租、購業務，免再奔波戶政事務所請領戶籍謄本，可檢附其他身分證明等文件據以辦理。

102 年全國賦稅收入較 101 年增加 222 億元

財政部 103 年 1 月 10 日發布 102 年 12 月全國賦稅收入初步統計，累計 102 年 1 至 12 月實徵淨額 1 兆 8,189 億元，較 101 年度增加 222 億元，增加之主要稅目分別為土地增值稅 221 億元及營業稅 123 億元，減少之主要稅目為營利事業所得稅 181 億元。

我國電子支付市場現況及展望

金融監督管理委員會銀行局 / 局長 桂先農



隨著科技日益進步，電子支付服務在支付市場角色逐漸重要，電子支付工具更是與大眾生活息息相關，為讓社會各界及大眾對我國電子支付市場有所瞭解，本文將針對國內電子支付市場之現況、發展趨勢及展望作介紹。

一、電子支付市場現況：

電子支付工具種類眾多，依消費者付款時點可分為三大類型，分別為「Pay Before」即先儲值後消費，如「電子票證」；「Pay Now」即消費即時付款，如「ATM」及「轉帳卡」與「Pay After」即先消費後付款，如「信用卡」等三類。

（一）電子票證：所謂電子票證係指以電子、磁力或光學形式儲存金錢價值，並含有資料儲存或計算功能之晶片、卡片、憑證或其他形式之債據，作為多用途支付使用之工具，如銀行發行之現金儲值卡及悠遊卡股份有限公司發行之悠遊卡。我國早於民國（以下同）89年增訂銀行法第42條之1，開放銀行發行現金儲值卡，即具備電子票證之雛型。98年進一步制訂公布「電子票證發行管理條例」，作為設立電子票證發行機構之法據，使我國電子支付市場正式邁入電子票證發展階段。

目前我國專營電子票證公司有悠遊卡股份有限公司^{註1}，截至102年9月底其流通卡數及儲值總餘額分別為3,325萬張及新臺幣（以下同）35億元；另目前持續兼營辦理電子票證業務之銀行有4家，其流通卡數及儲值總餘額分別為48萬張及0.5億元。

（二）自動櫃員機（Automatic Teller Machine，ATM）：我國於66年由臺灣銀行推出國內第一部ATM服務，迄今已逾30年歷史，截至101年底計有369家金融機構提供ATM服務，全國ATM建置台數已達26,524台，平均每879人就有1台ATM可使用。101年度ATM交易筆數達3.43億筆，交易金額達5.85兆元。

（三）信用卡：我國於63年至65年間中國信託投資公司（現為中國信託銀行）及國泰信託投資公司（前慶豐銀行）曾發行國內信用卡，此為我國信用卡萌芽期，82年進一步開放信用卡預借現金功能。截至102年9月底，我國信用卡發卡機構有36家，收單機構有34家，總流通卡數為3,575萬張，循環信用餘額為1,205億元，101年度信用卡簽帳總金額達1.76兆元。

（四）轉帳卡：所謂轉帳卡係指消費款項

直接從存款帳戶扣款，如國內晶片金融卡（金融卡 Smart Pay）、Visa 金融卡及 Master 轉帳卡。經統計101年度我國目前具轉帳卡功能之流通卡量為6,378萬張，使用轉帳卡於實體及網路消費購物之交易筆數及交易總金額分別為2,420萬筆及418億元。

二、電子支付市場之發展趨勢：

由於科技進步、智慧型手機與電子商務興起，行動支付及第三方支付已然成為電子支付市場發展新趨勢：

（一）行動支付：目前我國在行動支付的發展應用上主要有「手機信用卡」及「QR Code 行動支付」二種型態。「手機信用卡」係手機結合信用卡，信用卡相關資料以事先預錄或空中傳輸（Over The Air，OTA）方式下載至手機上之安全儲存媒介中，消費者只要利用手機至有設置感應式刷卡機之特約商店即可消費。截至102年11月底，金管會核准銀行以OTA方式辦理手機信用卡業務者有3家，非以OTA辦理者有6家。「QR Code 行動支付」為信用卡持卡人以智慧型手機下載QR Code APP，購物時以手機掃描讀取QR Code，並連結信用卡刷卡交易。截至102年11月底，已有12家銀行經核准辦理QR Code 行動支付信用卡收單業務。

（二）第三方支付服務：「第三方支付服務」並非法律專有用詞，國際間對於第三方支付服務亦無明確之定義，我國銀行辦理該項業務稱為網路交易代收代付服務。第三方支付服務係指獨立於交易雙方以外，受交易當事人委託，於完成網路交易後，由付款人（買方）將交易款項交付予中介機構（銀行或網路平台業者），並於一定條件成就時（如買方已取得商品），再將該交易款項轉付受款人（賣方），完成支付程序。第三方支付服務興起主要原因係網路購物及網路拍賣崛起、消費者與網路商家間缺乏信任等因素，其主要核心功能係提供「價金保管機制」（ESCROW），以降低買方付款之後未收到商品（或品質未如預期）或賣方寄送出商品後未能收到交易款項之交易風險。

第三方支付服務係「代理收付款項」之一般商業交易範疇，非屬銀行之專屬業務，銀行及非銀行均得辦理，目前非銀行業者辦理實質交易基礎之第三方支付服務，在實務面與法制面均無障礙。近年來媒體報導第三方支付服務所引發之爭議主要係網路平台業者認為第三方支付服務應具備儲值功能，並訴求由其辦理儲值業務。因儲值業務涉及吸收社會大眾款項與洗錢等問題，屬金融監理範疇，應依相關金融

法令規定辦理。為協助解決第三方支付服務之儲值問題，金管會於102年8月備查銀行公會所報儲值支付帳戶作業範本，由銀行以「存款業務」方式提供線上開立儲值支付帳戶機制，滿足消費者及第三方支付服務之儲值功能需求，截至102年底已有7家金融機構經金管會同意備查得辦理該項業務。

為促進電子商務產業長遠發展並充分保障消費者權益，行政院院長於102年8月7日研商「第三方支付服務管理推動」會議指示行政部門，中長期應制定電子商務第三方支付服務管理專法，由經濟部擔任第三方支付服務中央目的事業主管機關，並於102年底前完成專法草案報院。經濟部會同金管會等相關部會組成專法專案工作小組研擬「非金融機構電子商務支付服務管理條例」，並召開超過10次相關會議，目前專法草案已討論完成，並由經濟部於102年12月31日函報行政院審議，該法主要規範對象是提供支付服務之非金融機構。

三、電子支付市場之展望：

預期未來新科技將不斷推陳出新，且網路平台業者憑藉資訊科技能力及掌握經營電子商務商城與拍賣網站之優勢，正極力跨入電子支付市場領域，金融機構在結合新科技運用於支付工具及服務之掌握性未若網路資訊業者情境下，如何面對非金融機構進入支付領域的競爭，將是未來極嚴峻的挑戰。金融機構受高度金融監理，民眾對於金融機構具有高度信賴感，金融機構應善加利用此優勢，關注新科技發展趨勢並結合運用新科技的能力，提供更加安全及便利之支付環境，在新型態電子支付市場應仍有很大發展空間。

四、結語：

鑑於科技日益進步，電子支付服務將會持續創新發展，成為傳統支付服務以外另一項重要支付服務模式，並朝多元化方向發展。未來金融機構與網路平台業者將於相互合作與公平競爭基礎下，共同發展第三方支付服務。

^{註1} 金管會已於102年9月5日及102年12月6日核准愛金卡股份有限公司及一卡通票證股份有限公司等2家設立電子票證發行機構，惟該2家公司現行尚在籌備。

香港稅制 知多少

國立政治大學財政學系 / 教授 黃明聖

一．前言

2012 年高考出現有一考題，和香港稅制有關的問題，引起考生很大的反應，因為不同於往年的圖形分析，或直接可套用補習班整理好的答案。網路上考生留言說：太奇怪了，台灣的稅制都搞不懂了，為何要考到香港的稅制。也有考生認為台灣財政學沒有「物業」這些名詞，超過命題大綱之範圍，故應該加分或送分。

平心而論，該題目只是以香港稅制為例，測驗考生對租稅制度與租稅理論的理解，並無超過命題大綱。透過這一考題順便看看外面的世界，靈活有趣，跳脫窠臼，反而可體現到本題命題委員的用心！

承續該考題的核心，本文擬進一步介紹香港的所得稅制給讀者參考。

本文結構如下：除了本節前言以外，第二節敘述高考該題目的問題與解答。接著，第三節進一步勾勒香港的所得稅制、稅收概況，並在第四節逐項說明之。最後，第五節為結論。

二．高考試題與解答

2012 年高考財稅行政人員的試題如下：

《財訊》第 398 期第 88 頁刊出香港的個人租稅相關規定，詳如下表所示：

表 1：香港的個人租稅相關規定

項目	內容
利得稅 課稅客體 稅率	從香港經營業務取得源自香港的利益 15%（個人）
物業稅 課稅客體 稅率	位於香港的物業租金收入 15%
薪俸稅 課稅客體 稅率	在香港受僱或在香港提供服務所獲得的收入 按 2—17%（累進稅率）或標準稅率 15% 課徵。 若採用標準稅率，則不能扣除個人免稅額。
股息、利息	不課稅
資本利得	不課稅
財產稅	不課稅
遺產稅	2006 年 2 月已廢除

請閱讀以上資料之後，回答下列的問題。

- （一）你若具中華民國國籍，大學畢業後，隻身從臺灣到香港就業，在香港賺取的所得需要在臺灣申報繳稅嗎？請說明理由。（5 分）
- （二）從上表所示，香港是否採行個人綜合所得稅？（5 分）
- （三）利得稅、物業稅之課稅客體、股息、利息，性質上有何共同之處？（5 分）
- （四）為何物業稅稅率 15%，而股息、利息不課稅，試用你學過的財政理論說明之。（10 分）¹

在此，以個人之觀點，試擬解答如下，以供讀者參考。

- （一）不必。因為「港澳條例」規定來自港澳之所得免稅。注意主要理由並不是：香港非中華民國來源之所得。
- （二）不是個人綜合所得稅，是採「分類所得稅」。注意：不是「分離課稅」，分離課稅是綜合所得稅之例外。
- （三）皆屬資本所得（非勤勞所得）。注意：不是資本利得。
- （四）Ramsey's Rule。前述同樣是資本所得，但是物業較難移動，彈性較小，因此稅率較高。股票、資金較易移動，彈性較大，稅率較低。

註 1 請參閱：黃明聖、黃淑惠、李瑞生（2013），《租稅法規——理論與實務》，台北：五南書局。

三．香港稅制、稅收概況

2012-13 年度香港稅務局的整體稅收為 2,421 億元，較上一年度輕微增加 38 億元或 1.6%。在收取的稅款總額中，利得稅及薪俸稅合計，共占 72.7%。簡言之，所得稅約占總稅收的 75%。最近 2 個年度各種稅項收取的稅款載列如表 2 所示。

表 2：香港最近 2 個年度稅收統計

稅項種類	2012--13（百萬元）		2011--12（百萬元）	
利得稅				
法團	120,727.2		113,798.6	
非法團業務	4,911.2	125,638.4	4,801.3	118,599.9
薪俸稅		50,467.0		51,761.3
物業稅		2,258.2		1,948.4
個人入息課稅		4,078.2		4,512.2
入息及利得稅總額		182,441.8		176,821.8
遺產稅		137.6		94.2
印花稅		42,879.7		44,355.9
博彩稅		16,564.8		15,760.6
商業登記費		122.9		1,292.9
		59,705.0		61,503.6
稅收總額		242,146.8		238,325.4
對去年的變動		+1.6%		+14.0%

資料來源：香港稅務局（2013），7 月 2 日

四．三大所得稅項說明

所得稅（income tax），香港稱為「入息稅」。香港因為採「分類所得稅」，故分為利得稅、薪俸稅、物業稅課徵。和 1910 年台灣引進的所得稅制：第一種所得稅、第二種所得稅、第三種所得稅，有異曲同工之妙。

（一）利得稅

按《香港法例》第 112 章，《稅務條例》第 14 條，利得稅是指根據課稅年度內的應評稅利潤（即一個課稅年度減去可扣減支出後的淨利潤）而徵收。凡在香港經營任何行業、專業或業務，而從該行業、專業或業務獲得於香港產生或得自香港的所有利潤（出售資本、資產所得的利潤除外）。納稅義務人，包括公司，獨資、合夥之個人。徵稅的對象並無區分香港居民或非香港居民。2012/13 年度香港政府規定：有限公司的利得稅率為淨利潤的 16.5%，無限公司的利得稅率為淨利潤的 15%。獨資、合夥為 15%。若公司該年度無營業額，或經營虧損，以及海外盈餘，都無需繳稅。

除非法例另有指定（例如第 5 條物業稅，第 8 條薪俸稅或者第 88 條慈善機構等的條例）之外，利得稅課稅對象不僅是公司，也包括自然人的獨資、合夥、其他法人或者社會團體等。只要是任何人士經營活動符合《稅務條例》第 14 條的規定，都是利得稅的納稅人。²

無需在香港納稅者，例如：1. 售賣資本性資產所獲之利潤；2. 售賣資本性資產蒙受的虧損；3. 取得來自海外的利潤；4. 即使將該款項匯回香港，

註 2 參見 MBA 智庫百科。

亦無須納稅。至於業務是否在香港經營及利潤是否來自於香港，主要根據經營事實認定之。

在香港，利得稅的課稅年度可以由納稅人自由選擇，通常是與該納稅人的會計年度一致的。例如，可以是：

1. 每年陽曆的 4 月 1 日至下一年的 3 月 31 日（會計年度）；或
2. 每年陽曆的 1 月 1 日至同一年的 12 月 31 日（曆年制）；或
3. 每年農曆的正月初十至下一年的農曆的正月初九（農曆）。

（二）薪俸稅

按《香港法例》第 112 章，《稅務條例》第 8 條，除非條例另有規定，任何自然人在每一課稅年度產生或得自因為香港的僱傭所得，均須申報及支付薪俸稅。其中僱傭所得是指該納稅人在香港由於提供僱傭服務所得的一切入息，包括退休金、假期工資。

在香港，薪俸稅的課稅年度是每年陽曆的 4 月 1 日至下一年的 3 月 31 日。

例：王小明自 2012 年 10 月 1 日起，每月在 HK 賺取薪金 \$ 40,000 及支付強積金 \$ 1,250。王小明 2012 / 13 年度的薪俸稅，如何計算？

2012 / 13 課稅年度 (2012.04.01 - 2013.03.31)	
入息 (\$40,000 × 6 個月)	\$ 240,000
減：強積金 (\$1,250 × 6 個月)	7,500
	232,500
減：基本免稅額	120,000
等於：應課稅入息實額（稅基）	112,500
(1) 以累進稅率計 40,000 × 2% + 40,000 × 7% + 32,500 × 12%	7,500
(2) 以標準稅率計 232,500 × 15%	34,875
應繳稅款（取其低者）	7,500
減：75% 稅款寬減（上限 \$10,000）	5,625
最後實繳稅款	1,875

資料來源：香港稅務局（2013）

（三）物業稅

根據香港《稅務條例》第 112 章，第 5B 條《物業稅的徵收》，它是一種直接稅的入息稅。業主只是持有香港物業不會被課稅，物業出租而產生的租金收入則必須課稅。課稅年度該租金收入的八成淨金額（即是「應

評稅淨值」）將被課物業稅。

物業的應評稅淨值是以當年的租金收入扣減業主支付的差餉，再減去 20% 的維修支出免稅額後，所計算出的數字。除此之外，其他費用都不能扣除，但不能追回的租金可以扣減。嗣後又收回的租金則須在收回的年度視作收入計徵。

有限公司如果擁有物業以收取租金，可以免繳物業稅，只需繳納利得稅即可。

物業稅是向擁有香港物業出租而收取租金的人士徵收的稅項，以物業的應評稅淨值按標準稅率 15% 計算。課稅年度是從 4 月 1 日至翌年 3 月 31 日。

例：王小明的物業在 2012 年 7 月 1 日出租，每月租金 \$ 30,000。截至 2013 年 3 月底，王小明支付了三季差餉，合計 \$12,000。2012/13 年度王小明需繳交多少物業稅？

9 個月租金收入 (\$30,000 × 9)	\$ 270,000
減：業主支付的差餉	12,000
	258,000
減：20% 修葺及支出的標準免稅額	51,600
應評稅淨值（稅基）	206,400
2012 / 13 年度物業稅 按 15% 徵收	30,960

資料來源：香港稅務局（2013）

五．結語

綜合以上之介紹，最後，本文結語如下：

- （一）香港實施「分類所得稅」，並不是全世界都是採綜合所得稅。
- （二）香港所得稅收入占其總稅收 75%，比重甚高。
- （三）香港的個人所得稅率四小龍最低，介於 2% 至 17%。台灣稅率最高，稅率為 5% 至 40%。新加坡個人所得稅率為 3.5% 至 20%、南韓則是 9% 至 21.3%。但是，台灣平均月薪四小龍最低。³
- （四）香港沒有實施「兩稅合一」。因為股利所得不課稅。
- （五）香港稅制簡單，稅目少，稅收足。

註 3 黃亦筠、賴建宇、陶允芳（2012），「四小龍我薪資最低 稅率最高」，
<http://cwef.cw.com.tw/2012/article/article144.aspx>

特考稅務班受訓心得

自從 102 年 5 月有幸金榜題名後，滿懷期待地等著稅務特考第二梯次分配訓練消息。直到 11 月初收到通知報到並辦理分配的公文及臺北國稅局人事室張先生的來電，忐忑不安的心終於如釋重負地鬆了一口氣。

離開職場有一段時間了，誠惶誠恐擔心工作不能順利上手，幸好有財政部財政人員訓練所為期四週的 102 年度「稅務特考班第 2 期」專業訓練。其中包羅萬象的課程，引導我們進入財稅人員的大家庭，就好像線上遊戲中專為新手準備的學習區，一步步帶領我們往對的方向前進。

一、基本的知識——稅務相關法規：營業稅、所得稅、遺產贈與稅、菸酒稅、貨物稅、稅捐稽徵法…，講座們運用豐富的學識，輔以相關的解釋函令及生動活潑的案例分享，使得稅法不再只是紙上談兵。

二、心態的轉變——情緒管理、稅務員服務要領、公務禮儀與溝通協調…等課程，教導我們如何成為一個成功、健康、有禮貌的

稅務員，並期以「民意為優先」之宗旨，經由「專業」、「效能」及「關懷」兼顧之措施規劃，達到全面提升為民服務品質之目標。

三、專題研討——從擬訂報告題目、組內工作分配、資料蒐集、問題研討，常常讓大伙兒忙得焦頭爛額，一旦有新的想法便馬不停蹄地討論，雖然偶爾意見相左，但都能心平氣和的溝通表達意見。小組討論制的專題研討類似小職場的雛形，在此學習人與人相處之道、並同心協力完成工作。

四、文康活動——班上的成員來自不同的地方，有不同的故事、不同的人生，文康時間聯絡情感大家話家常，分享不同的經歷、求學樂事、多元興趣、價值觀，有不同領域的良朋益友，在將來的工作上定是大加分。

未來稅務員的工作是條無名的河，是深是淺都要過，驀然回首，一定不會忘記在財訓所的點



財政部臺北國稅局 / 稅務員 陳俞君

點滴滴。開訓典禮上謝所長提到財政部願景「以財政支援建設，以建設培養財政」、親切和善的陳副所長、精心備課的各科講座、對我們關懷備至的輔導員宜璇、秀蓉、以及給予我們多方幫助的各組室長官，由衷感謝您們的辛勞與關照！離別是為了下次的相聚，期許將來能再度回到財訓所受訓！

如何有效利用傳播媒體宣導稅政法令

桃園縣媒體文化推廣協會 / 理事長 林注強（本所租稅教育及宣導人員培訓班講師）

2011 年 1 月 12 日，立法院院會三讀通過「預算法增訂第六十二條之一條文案」，未來各級政府機關、公營事業以及政府捐助基金五十%以上的財團法人、政府轉投資資本五十%以上的事業，一概不得再辦理置入性行銷。在這之前的事業，2010 年 12 月份，所有媒體的廣告量中，排名第 1 的金主是建築產業，1 個月投入 6 億 4 千 8 百多萬打電視、報紙、廣播、雜誌和戶外廣告；第 2 名是政府機構，花費 1 億 6 千 6 百多萬，即便是公益性質，打廣告或在新聞中置入，您覺得真的不用花一毛錢嗎？

因應新的法案上路，各公家單位的媒體採購，綁手綁腳，希望行銷有效益，希望錢花在刀口上，不同的是，以前只要有好政策，對全民有益，媒體多半會捧場；但近年來，媒體除了捧人場，新聞即便曝光，也是冷門時段居多。取而代之的，是來自對岸的高官，全台巡迴，曝光率高居不下，除了媒體自我的行銷策略轉型求變，有心人似乎愈來愈瞭解如何透過媒體，達到自我滿足的需求，但除了媒體採購，沒有比較便宜或更有效的方法嗎？

有一位住在桃園觀音鄉的木雕師傅林新來，不具備相關背景，只是一位文化與在地工作者，上新聞的比率，遠比觀音鄉公所高出數倍，他行銷的不是木雕，而是滿腦子有趣的想法。某一天，林先生來電告知，我們家有顆芒果長得好像皮卡丘，當時電視正強力播送這知名卡通，許多報社和電視記者，都好奇的跑去採訪；第 2 回林新來又來電，這回是他家的木瓜長得像南瓜一樣圓圓的，比他兒子的頭還大，你看過長得像木瓜的南瓜嗎？追求新奇的記者，又跑去了；隔一段時間，又傳來他家附近的農地有鼠輩橫行，不同的是，偷吃玉米和甜菜的，不是田鼠、不是錢鼠，竟然是「松鼠」…。

連續三回的農業新聞，他老兄已儼然成了觀音鄉的媒體達人，但您想不到，他連家裡的老母，都能出賣，賣的是媽媽不識字，家裡的電話簿無法書寫文字，全都靠老媽媽一筆筆畫出來。大兒子開車，電話號碼前畫輛車；二兒子種田，畫個

鋤頭；三兒子理髮，畫支梳子，全都是圖像式解析，儘管電話簿只有 2 大張厚紙板，媒體覺得有畫面，直呼這是阿嬤的「電畫簿」。但電視記者邀訪時，他老兄拜託，先給他三天時間準備一下。換成是你，想為媽媽做點什麼事？梳妝打扮、電話簿裱框、邀親友一同受訪…，林新來的作法更務實，他收集所有親友的照片，為媽媽製做一本有相片和電話號碼的「電畫簿」，老人家以後不必再猜那把鋤頭，到底是大兒子還是二兒子的電話。更有一說，林先生因此獲得孝行楷模表揚。

還有現代版的老萊子娛親，新竹的胡先生，在過年期間花了二千元，將頭髮理成凱蒂貓造型，八旬的老爸爸，在鏡頭前笑得合不攏嘴，直呼啼笑皆非，還以台語自嘲：嘸篤對啊馬安怎！有趣的凱蒂貓頭加上幽默的老爸，收視效果驚人。

沒錯，以上案例，搏版面全靠創意和想法，但除了創意，在媒體或新聞行銷上，成功的案例還真不少，可以運用公益、公關、知識、時事、網路、人物、身份等等面向，或結合議題、塑造反差、營造趣味、製造爆料式或負面關注，都可以是行銷的手法。前提是，你想的，是不是媒體想要的。問題來了，如何知道是否是媒體或記者想要的？即便是公關公司，也不盡然清楚各地不同生態的記者，腦袋瓜裡到底在想什麼，如果有記者願意告訴你什麼新聞最有賣點，會不會比較方便操作。

解開謎底的方法不難，「用心」是不二法則。一位被公認為媒體關係比首長還好的社會局局長，對記者真誠以待，隔週都會邀約三五記者好友到辦公室茶敘吃便餐，除了聊聊政策，更多是噓寒問暖、談談媽媽經。時日一久，已經不是媒體公關，而是朋友聚會，下回社會局端出新政策，牛肉從何而來？有出主意的記者們，怎能不出面捧場。這間局長辦公室，在記者心中，已經不是冷冰冰的局長室，而是「許家小館」。

另一名農業局局長耳聞，也開始效法，記者會不必再花十萬元以下的預算，直接在局長室裡頭召開，因為多半的新聞或政策，只有報社記者比較感興趣，一、二張照片，只要稍加安排，就

可以互利雙贏，省公帑也建立親民形象，小房間內的媒體關係，絕對遠勝過人潮滿滿的效益，想一想，和二、三個人聊天，談話的深度，絕對勝過和一群人聊天。

真有大場子辦公室坐不下怎麼辦，環保局找來替代役男，將需要的標題以彩色粉筆畫在 2 大塊黑板上，效果不輸專業輸出的背板，省錢還可再利用，真正為環保盡一份力。

隨著科技和通訊軟體興起，媒體市場持續被瓜分，以前時常找電視台和報社的旅館或大飯店，開始培養部落客和寫手，利用食宿招待，吸引小有名氣的網友上門褒揚，這與手機市場收錢寫評論的寫手是如出一轍的。更厲害的是，僅僅只有二千三百萬人，使用通訊軟體 Line 的台灣人，竟然達到一千七百萬，更間接讓插畫家的生意接不完，小貼圖的人氣愈來愈夯，企業願意投入的行銷成本也愈來愈超乎想像。還有類似臉書的社群，也正在創造新一波的群體關注，廣告主與其花錢買廣告，更願意花小錢養人扶植免費的社群商機，因為資訊流將創造人流，有人流就有金流，新一代的行銷手法，正在年輕族群中廝殺，誰能勝出不重要，重要的是，你落後了嗎？



開班訊息

開班期間	班名	開班期間	班名
103-02-10 ~ 103-02-14	外僑綜合所得稅稽徵實務班第 1 期	103-02-24 ~ 103-02-25	行政程序法專題研習班第 1 期
103-02-10 ~ 103-02-14	執行業務及其他所得查核班第 1 期	103-02-25 ~ 103-02-25	專題演講 -- 「關心男性肝病與攝護腺腫大」
103-02-10 ~ 103-02-21	營利事業所得稅查核班第 2 期	103-02-26 ~ 103-02-27	信託法令及查核實務專題研修班第 1 期
103-02-12 ~ 103-04-09	民法 - 身分法專題研修班	103-02-26 ~ 103-06-04	國際事務研習班 (103E1)
103-02-17 ~ 103-02-21	外僑綜合所得稅稽徵實務班第 2 期	103-02-26 ~ 103-02-26	財政部 98 至 102 年度人才培訓班回流訓練 (第 3 期)
103-02-17 ~ 103-02-21	執行業務及其他所得查核班第 2 期	103-02-27 ~ 103-02-27	財政部 98 至 102 年度人才培訓班回流訓練 (第 4 期)
103-02-24 ~ 103-02-25	行政執行法專題研修班第 1 期		

第七號情緒協奏曲 (下)

從不同角度來面對自己的人生

談情緒管理，也應該著墨在正向情緒。正向情緒是屬於正向心理學的範疇，也就是一般我們談到的樂觀、進取、積極、社會責任、親和力、慈悲、關懷和給予……。正向心理學中近來最熱門的課題莫過於哈佛大學當紅的快樂學，塔爾·班夏哈 (Tal Ben-Shahar) 是哈佛大學哲學與心理學博士，他在哈佛大學開的正向心理學，每學期超過上千位學生，包括已經畢業的法官、律師、醫師、企業家選修，很多學生向學校反應這門課確實改變了他們的一生。事業有成或賺很多錢，不代表具備快樂的條件，他認為擁有目標比達到目標會更容易快樂。而快樂必須包含兩個元素—樂趣 (看到目前的好處) 和意義 (看到未來的好處)，一個人必須試著去體會和享受目前的好，試著去喜歡自己的家人、朋友、工作和生活，才能有愉快的情緒；同時，一個人也應該要能看到做甚麼事情對未來是有意義的，才會有使命感，增加自我價值和動機去付出。

班夏哈提到，很多人對快樂的定義誤解，因此把享樂當成快樂，或是咬著牙達到目標，以為從此就可以快樂，但是卻落得生活沒有目標的失落和沮喪，也就是他提到的虛無狀態。因為，快樂是一種本質，一種心靈狀態，不是外在條件的達成就可以從此快樂。好比如果我們原本就不是一個快樂的人，不會因為考上大學或是找到工

作，甚至終於退休，就變成一個快樂的人。因為我們錯估了未來，忽略了人的本質，我們也不能認為一直享樂不需考慮未來就是活在當下，因為人生必須有社會責任，有愛心，也願意給予，才能找到自我價值，才能活出光彩。如果一味享樂，導致學業成績或是工作績效不佳，熬夜吃喝來紓解工作壓力，終究原來的問題還是存在，可能還會增加身心疾病的問題，這就是錯估現在，忽略了個人價值的重要性。

依照班夏哈的定義，快樂的人必須樂趣與意義兼顧，同時有以下幾個重點：

一、接受自己身而為人：

人會遇到挫折，會產生各種負面情緒，但是快樂的人不會因為受到挫折就退縮逃避，或是心理受傷，就從此自哀自憐，他們可以調整情緒後，再度站起來繼續往前走。

二、學會失敗：

這是相當重要的課題，前文提到 IQ+AQ+MQ 才能擁有好的 EQ。好比考試結果不如意，以前所學習的知識經驗 (IQ) 還是在，只是需要有堅強的毅力和客觀的分析了解問題所在，並且認真面對 (AQ)，不可以利用小技巧作弊 (MQ)，自己努力的過程不但可以增加個性上的韌度，也可以提升自尊心，讓自己擁有快樂的特質 (EQ)。

三、生活盡量簡單：

減少「該做的事」，增加「想做的事」，是提升快樂程度的方法。當然，該做和想做源自於

臺北醫學大學／臨床心理師 張維揚

我們的價值觀，一份工作提供我們生活花費所需的薪資，但是偶而須加班或是工作性質有點忙碌，你會把他當作「該做」還是「想做」？試著從不同角度看事情，萬一沒這工作，結果會怎樣？如果我們不能試著喜歡現在在做的事，那麼可能就無法喜歡往後你在做的多數事。生活保持簡單，享受過程，肩上的負擔自然減少。

四、多和朋友在一起：

好的朋友也是快樂的泉源，當我們生活中遇到快樂或憂傷的事，通常需要朋友的陪伴，了解自己的心情，一起度過這生活中的點點滴滴。比如中了大樂透頭彩，雖然是外在條件的興奮，無法持續很久的激動，但總是需要朋友來分享和分擔這些亢奮的情緒，讓自己不致於自律神經失調太久。

五、對人親切慷慨 (Kind)：

願意關心和幫助他人，就是一種慷慨的給予，如果態度上能夠親切，則有加乘的效果。有時候，幫助他人時發自內心關懷的眼神，或是語氣，可以讓被幫助者百分百的感受到溫馨，真誠的幫助他人是一種美德。

六、表達感謝：

生活中所獲得的美好，包括工作、友誼、食物、服務、便利性、健康、風景…，甚至更小的事情，一聲謝謝、一個道歉、一則資訊、一個銅板、一杯水…，都不要當作理所當然。所以要學會欣賞，學會感激，才能一直保有謙虛喜樂之心。

102 年公務人員高等暨普通考試財稅行政類科集中實務訓練

受訓心得

新北市政府稅捐稽徵處 / 稅務員 姚雲詩

我目前服務於新北市政府稅捐稽徵處新莊分處，很開心能代表同學分享這一週以來的受訓心得。

首先在這裡要先感謝保訓會和財政部為我們這批新進的稅務人員安排的專業訓練班，讓我們在接受五個禮拜基礎訓練的通識課程後，繼續進修學習到更多財稅的法令和實務面的經驗分享。謝謝為我們補充許多財稅新資訊和觀點的所得稅法老師吳蓮英老師；謝謝為我們製造革命情感，很帥的稅捐稽徵法老師彭英偉老師；謝謝幫我們複習，像在上補習班總複習的營業稅法老師邱秀美老師；謝謝教我們面對民眾的應對進退以及傳授稅務員使命感的高淑敏老師；謝謝告訴我們地方自治條例來龍去脈的地方稅法老師林明洋老師；謝謝不按講義操課但為我們建立財產稅大架構和基本概念、講授十分精采的財產稅法老師樓美鐘老師；謝謝陳進雄老師、陳縵璜老師、陳思元老師、吳自心老師，還有謝謝我們的大家長財政部部長張盛和部長給我們這群新進公務部門的菜鳥的叮嚀與教導，作為為民服務的公務人員，我會記得部長要我們放在心上的四大核心：專業、態度、人際、廉潔。

在這說長不長說短不短的三十六個小時裡，我們盡力汲取每一位老師精闢的見解、專業的講授，並希望未來能學以致用。而受訓另一項更重要的收穫是，我們這些日子曾經同窗的回憶，雖然只有短短五天的時間很難八十位同學都認識，但至少我們之間有了連結，也算是開啟了友誼的第一頁。結訓後大家都各自回到自己的工作崗位

上，不管是中央單位、地方單位，是稅務單位或其他單位，彼此都有各自的事務要忙，也許不能保持聯絡，但相信未來的某一天見面了也能互相問好、寒暄幾句，一起話從前。

最後要感謝財訓所提供給我們良好的上課環境以及豐盛的伙食，謝謝三位輔導員的照顧，謝謝班草學員長和辛苦的副學員長。謝謝大家。



認識骨質疏鬆症

骨質疏鬆症是什麼

骨質疏鬆症指的是骨頭（硬骨）密度下降，品質變差，微細構造破壞，骨頭變得脆弱、而容易產生骨折的一種疾病。骨質疏鬆症平時無聲無息的，既不會痛，也不會痠麻，患者本身往往完全不自知，可能只有隨著年紀而來的身高逐年變矮，以及駝背等體型上的變化，即俗稱的「老倒縮」（臺語），這時候可能是已經發生了脊柱壓迫性骨折。也因此，大部份的老年人都低估骨質疏鬆症的危險。

骨質疏鬆症的患者一旦跌倒，卻極為容易造成骨折，常見的部位有手腕，手臂，脊柱及髖部（臀部及大腿骨）。最嚴重的是髖部骨折，一年的死亡率，男性可高達 22%，女性也有 15% 左右，其他如生活功能變差，長期臥床需要長期照顧等，都是骨質疏鬆症骨折可怕的後果。所以提早預防、診斷、治療，才可以減少骨鬆性骨折的發生。

骨質疏鬆症有多嚴重

骨質疏鬆症在臺灣地區到底有多嚴重呢？根據國健署的調查，臺灣老年人發生比率男性約 13%，女性約 30%，算起來全臺有 50 萬的老年人會有骨質疏鬆。而一生發生一次脊椎骨，腕骨，手臂或髖部骨折的機會，女性約 1/3，男性也有 1/5。而臺灣髖部骨折的發生率在全球 65 個國家中排名第 9，是有名的高危險區。

造成骨質疏鬆症的原因

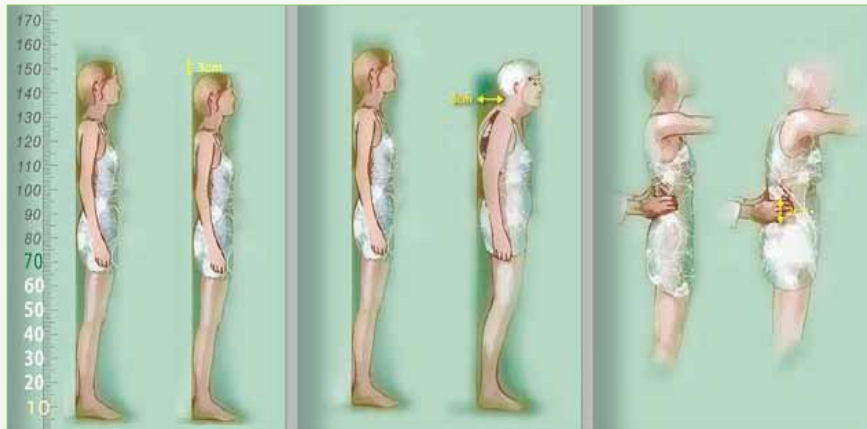
骨質疏鬆症可分為「原發性」與「次發性」，「原發性」的原因包括：

- (1) 婦女停經後的骨質疏鬆症：婦女停經之後，由於缺乏女性荷爾蒙的保護，停經的頭幾年骨質會快速的流失。這也是為什麼女性比男性容易發生骨質疏鬆最重要的原因。
- (2) 年齡老化性骨質疏鬆症：30 歲以後，隨著年紀增長，無論男性女性，骨質都會逐漸減退。可以說，骨質疏鬆症基本上是一個老年人的疾病。「次發性」的原因包括：

表示患者的骨質疏鬆是因為其它疾病或藥物的影響而來，如類風濕性關節炎，長期使用類固醇治療（超過 3 個月以上），第 1 型糖尿病（胰島素依賴型）、成年人的成骨不全症、長期末治療的甲狀腺機能亢進、性腺功能低下症或早發性停經（小於 45 歲）、慢性營養不良、吸收不良及慢性肝臟疾病等。

如何知道自己是骨質疏鬆症或是骨鬆性骨折的高危險族群

骨質疏鬆症的高危險群：女性可以使用亞洲人骨質疏鬆自我評量表（Osteoporosis Self-assessment Tool for Asians, OSTA）。如果您的年紀（歲）- 體重（公斤） ≥ 25 ，那您得到骨鬆的機會將 $>60\%$ ，是高危險群。



另外有一個簡單的「332」口訣，如果您的身高比年輕時少了 3 公分，站直時後腦與牆間距 >3 公分，或站直時肋骨下緣與骨盆間距 <2 公分，都是脊柱壓迫性骨折的高危險族群，應該看醫師照一下背部 X 光來確認。

臺大醫院老年醫學部主任 中華民國骨質疏鬆症學會監事 詹鼎正

臺北市立仁愛醫院家庭醫學部 主治醫師 吳岱穎

臺大醫院老年醫學部個案管理師 劉紋伶

臺大醫院骨科部教授 中華民國骨質疏鬆症學會第八屆理事長 楊榮森

另外，世界骨鬆基金會也推行了一分鐘骨鬆問卷，包含了許多骨鬆的危險因子，裏面有 19 個問題左右。如果任何一題回答為是，也就是 ≥ 1 分，就應該去醫療院所進行骨密度測驗或是其它相關骨鬆診斷及治療。您可以上骨鬆學會網站 www.toa1997.org 去下載。

如果您方便上網，也可以 Google 打入 FRAX 關鍵字，選取臺灣版的骨折風險計算機。您可於網頁輸入年齡、性別、體重、身高、個人既往骨折病史、父母髖關節骨折、目前吸菸與否、類固醇使用、罹患風濕性關節炎、續發性骨質疏鬆症與否、有無飲用酒精 3 單位以上及股骨頸骨密度這 12 項危險因子，透過電腦運算未來 10 年骨折風險的機會。目前建議，如果算出來未來 10 年內髖部骨折機率 $\geq 3\%$ 或 10 年內主要骨鬆性骨折的風險（臨床性脊椎、前臂、髖部或上臂骨折） $\geq 20\%$ ，請至醫療院所進一步評估。

骨質疏鬆症臨床診斷及檢查

大部分的專家同意，如果病友發生低創性骨折（也就是說沒有太大的外力，不是車禍撞斷的那一種），而且是發生在上述常見部位，不需要骨密度檢查，即可判定是骨質疏鬆。如果沒有骨折的長者，可以在大醫院接受雙能量 X 光吸收儀的檢測（DXA），測量腰椎或髖部的骨質密度。一般社區篩檢，則採用較為便利的腳跟骨或手骨的超音波檢測，但這樣的數據只能參考，還是需要有 DXA 機器來下診斷。骨質疏鬆症無法藉由抽血檢查而得知。

骨質疏鬆症的預防

骨鬆的預防最重要的是生活型態的調適。戒煙、避免飲酒過量（每日不超過三杯），不過瘦（身體質量指數，BMI 值不宜低於 18.5 kg/m^2 ）是基本原則，接下來則要注意合適的運動，每週至少 3 至 5 次，每次 30 分鐘以上，負重型運動尤佳。並加強預防跌倒。另外則要補充足的鈣、維他命 D 及蛋白質。

一般來說，鈣一天需要 1200 毫克，儘量從食物來，如牛奶、起司、優格、芝麻、菠菜、小魚干等，都是很好的鈣質來源。不夠的話，才加上鈣片。維他命 D3 雖然可以從日曬中獲得，但大多數人無法有充足的日曬，食物中來源有限，像是很油的魚等，也無法吃到夠，所以可能要靠補充品才能達到 1 天 800 國際單位的要求。蛋白質建議老人家每公斤體重可以吃 1 公克左右，算起來 1 天可能在 60 公克上下。

骨質疏鬆症如何治療

一旦您被確定診斷罹患骨質疏鬆症，上述保骨生活型態都要維持，但更重要的，是與您的醫師討論是否需要使用藥物。目前已有多種有效的骨質疏鬆症藥物，至少都可以降低骨折風險 40% 以上，且許多藥物也納入全民健保給付，但須由合格的醫師開立處方，而且有一定的開方規定，如果不符合健保給付，但醫師還是建議需要用藥，可以考慮自費治療。