

# 遠東人

徐有庠  
題

共同开创「诚勤朴慎·创新」的健康人生

## COVER STORY

东联化学×亚东预拌 打造零碳建材  
HAPPY GO驱动AI 串联跨界行销

## LIFE GUIDE

马年资安「码」虎不得  
更年期别担心 荷尔蒙治疗攻略  
做好资产配置 战胜通胀巨兽

## 跨界整合 聚力向前行

### Cross-Industry Integration Joining Forces to Move Forward

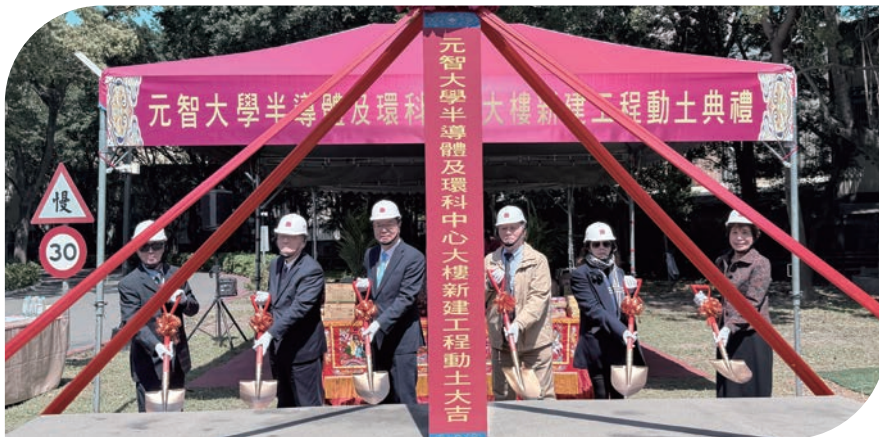


扫描 QR code  
看更多即时讯息  
还可下载电子杂志



# MAY

through the lens



元智大学廖庆荣校长（左三）与董事会成员共同主持「半导体及环科中心大楼开工动土典礼」，并宣布将成立「半导体研究中心」，打造跨领域研究与人才培育平台。

远传自主开发的 5G 远距诊疗平台、云端医疗资讯系统（Cloud HIS），获得 BSI 颁发台湾电信业第一张「ISO 22301:2019 营运持续管理系统证书」，由井琪总经理（右二）代表接受。



亚东医院荣获首届「护理友善职场典范认证」，展现以制度与科技优化护理职场的成果，邱冠明院长（左四）带领团队出席领奖。



台北市蒋万安市（左三）长带领团队拜会远东 SOGO 百货，黄晴雯董事长（右二）率一级长官共同接待，并分享在「职场友善育儿」各项政策的执行成果，获高度肯定。



# 跨界整合 聚力向前行

李佳珍

随着产业的边界愈来愈模糊、技术的演进愈来愈快速，企业真正的竞争力，往往不只来自单一专业，而是跨域整合激发出的火花。本期「封面故事」为您演绎集团旗下的企业如何透过彼此协作，从服务创新到制造转型，从数据洞察到永续实践，开创出更具韧性与前瞻性的成长路径。

面对制度与市场环境的持续变化，无论企业或个人都需要更敏锐的视野与更充分的准备。「乐活职人」单元中，汇整 2026 年九大证券新制，助您及早掌握政策走向，提前完成组织布局。「生活情报」单元里，为您备齐多元实用新知，包括：对抗通膨的资产配置、股东会纪念品的数位领取、扫码时代的资安防护、更年期照护、报税重点解析，以及母亲节送礼灵感…等，希望以更贴近生活的视角，陪伴各位在繁忙的节奏中，做出最安心、从容的选择。

---

## 投稿注意事项：

1. 本刊欢迎投稿，惟投稿人应尊重他人之智慧财产权，勿抄袭或改写他人著作。如引用他人著作，应注明出处，并请留意著作权法等相关法律之规定，自负文责。
2. 投稿人请注明所属单位、姓名、联络方式，以利寄赠稿酬；如需以笔名刊登，亦请另外注明。稿件若经采用，编辑室保留删修权，请投稿人自留底稿，恕不退稿。
3. 稿件刊登后，著作财产权即归发行本刊之远东新世纪公司所有，且投稿人不得行使著作人格权。非经本刊书面同意，不得自行转载或投稿。
4. 稿酬计算标准：「远东人开讲」（每月主题征稿）每则 NTD 500，其余文字稿台湾地区每字 NTD 0.5、海外地区每字 NTD 0.8。

投稿请寄：台北市敦化南路二段二〇七号三十六楼「远东人月刊编辑室」，或传真：(02) 2736-9934 或 e-mail 至 [magazine@fenc.com](mailto:magazine@fenc.com)，若有其他相关问题，欢迎来电洽询：(02) 2733-8000 分机 8549、8556

## 「远东人开讲」六月话题：我的疗愈时光

在日复一日的忙碌与压力中，你是否也有那么一段专属时光，让自己「暂停一下」？也许是一杯温热的咖啡？一趟与自然的约会？一箱子的梦幻逸品收藏？一出荡气回肠的好剧？欢迎来信分享属于你的疗愈片刻，文长 300 字以内，来稿一经刊登，远东人月刊就会提供您一笔「心灵舒压奖励金」喔！（截稿日期：5 月 15 日前）



MAY 2026

NO. 429

Since AUG 1990

01 EDITOR 编辑手记

跨界整合 聚力向前行 / 李佳珍

04 LEADER'S REMARKS 领航者的话

行稳以致远 / 周添财

06 COVER STORY 封面故事

HAPPY GO 驱动AI 串连跨界行销 / 蔡宛臻

东联化学 x 亚东预拌 打造零碳建材 / 编辑室采访整理

12 GROUP BRIEFING 集团简讯

关系企业动态报导 · 绩优荣誉榜 · 人事异动 · 公益专区 · 好康报报 / 编辑室辑

20 OFFICE TALK 乐活职人

经营管理新知：企业如何因应 2026 年九大证券新制 / 亚东证券提供





## 24 LIFE GUIDE 生活情报

- 财经网** 做好资产配置 战胜通膨巨兽 /徐佩华
- 财经网** eGift 纪念品线上领 / 亚东证券提供
- 资讯网** 马年资安 「码」虎不得 / 简筠茹
- 保健网** 更年期别担心 荷尔蒙治疗攻略 / 刘珈妤
- 法律网** 2026 报税小补帖 减税判读不费力 / 陈廷
- 流行网** 母亲节礼物缺灵感? 远百店长报你知 / 郑嘉蕙

## 41 HOT TOPIC 远东话题

「远东人开讲」: 我的疗愈时光 / 编辑室辑

## 44 STORY 心动时刻

- 奥捷真善美之旅 / 杨芬妮
- 在时间之中, 学会沉寂之美 / 妙妍
- 远行者的回望 / Linda

## 48 QUIZ 有奖征答

428 期有奖征答得奖名单揭晓 / 编辑室

发行人 徐旭东 | 社长 郑澄宇

### 月刊编辑委员

王明伦	余欲弟	余勇明	李佩频
李美莲	李凤凰	吕学龙	汪更新
林俊佑	林信华	吴信仪	吴佳颖
胡兴贤	徐立明	梁雅雯	孙琳凤
黄 静	游慧琳	曾育锺	曾惠莉
程慧文	郭文慧	陈昶隆	陈睿谊
陈美伶	陈仲荃	张 丹	杨慧雯
冯辉棋	潘俊男	蔡敏雄	蔡宛臻
刘贞佑	刘稚玮	刘濡慧	刘丁卫
赖建伟	谢明苍	简嘉琪	罗吉廷
蓝汝惟	锺诗苹	油谷初美	

### 发行所

远东新世纪股份有限公司

### 通讯处

台北市敦化南路二段 207 号 36 楼  
(02) 2733-8000 转 8549

### E-mail

magazine@fenc.com

### 网址

<https://magazine.feg.com.tw/magazine/tw/index.aspx>

### 电子报网址

<https://magazine.feg.com.tw/magazine/tw/edm.aspx>

登记证 局版台志字第 8320 号

美术设计 Z&C.COM

印刷所 汤承科技印刷(股)公司



远东人月刊  
电子报



远东人月刊  
电子杂志



远东人月刊App  
(Android)





## 行穩以致遠

远东商银 / 周添财董事长

非常高兴在这个充满欢乐与信心激昂的时刻，和大家齐聚一堂，共同迎向新的挑战，以及新的机会。过去一年，外在环境快速变化，金融市场高度竞争，但因为各位的专业与努力，我们才能稳健前行。

**新**的一年，首先，我们要持续厚植银行的核心实力。银行经营，万变不离其宗，稳健是永远的根本。无论是资本适足率、流动性管理、资产品质，还是公司治理，这些看似冰冷、严谨的指标，绝不仅是报表上的数字，而是银行业务长期稳健成长的基石，是银行永续发展的底气。我们追求业绩数字，也不能忽视韧性体质的建立，让主管机关安心，让客户信任，让同仁对未来有安全感，让远银经得起市场变动的考验。

第二，我们要以专业领导，做出真正有价值的决策。

我希望每一个管理与执行的层级，做决策前，能多问自己三个问题：这个决定，能否创造价值？是否为远东商银的业务发展创造机会？是否有助形成组织的正向力量？我深信专业领导，不只是执行任务，更是引导方向、稳健推进，让银行在竞争中走得长、走得远、走得正。

第三，我们要发挥精致服务的优势，深化与客户的连结。

金融服务的核心，始终是人。对中型、非金控的远银而言，我们的优势从来不在规

模，而是服务的温度。科技可以加速流程，但取代不了用心。服务不只是追求效率，也是对客户需求更细腻的理解，能提供更精准、到位的金融



解决方案，以及品质一致的服务体验，客户在与我们的每一个接触点，都应该要能感受到远银的品牌价值。

第四，我们要创新，善用科技，与当代的伟大科技俱进。

创新不是口号，也不一定是颠覆，而是把科技用在对的地方，用来解决问题、提升体验，用来创造差异，用来助攻我们进入下一个成长阶段。我们鼓励跨部门合作，也鼓励人机协作，让好的想法落实，被现实测试与验证，让远银在变动的环境中，始终保持弹性、敏捷和竞争力。

第五，也是未来十分关键的一点：全行 AI。

AI 不再只是 IT 或数金的事，而是每一个单位、每一位同仁都可以外挂的能力。从风险管理、营运效率、客户分析、行销专案，到内部流程优化，AI 都将成为我们不可或缺的工作伙伴。AI 的导入不是为了取代人，而是让人的专业更发挥，更释放创造力，让人的判断更精准，让人做更有价值的事。

各位伙伴，一家银行的成就，从来不是靠某个人的聪明才智，而是所有人共同累积的结果。今年对我个人而言，从总经理到董事长，是一个角色上的转换，是更重的责任，但对远银而言，长期稳健成长的路径是延续的；远银一路走来，靠的是稳健与专业，这个核心不会改变。一路走来，每一年都不轻松；未来，也肯定充满挑战，所以我们要方向清楚、根基稳扎稳打、与当代科技俱进发展，我对远银、对各位，有信心！让我们带着更坚定的意志、更奔腾的能量，再出发！（本文为周添财董事长于远东商银马年春酒大会致词汇整）



# HAPPY GO 驱动 AI 串连跨界行销

鼎鼎联合行销 / 蔡宛臻

在选择日益多元、节奏愈发快速的生活环境中，跨通路、跨场景的消费模式已成常态。消费者不仅能随时线上购物，也可轻松完成数位支付，行为轨迹因而更加分散；而企业要整合这些碎片化的数据与顾客行为脉络也更加困难。本期封面故事为您深入剖析，企业如何借由人工智慧与大数据，掌握全方位的消费轨迹，进而真正理解消费者的需求。

**H**APPY GO 自 2004 年成立以来，串联远东集团旗下横跨百货、量贩、超市、零售、金融、电信与交通等多元产业，建立起以会员为核心的整合型点数生态圈，并持续拓展外部合作伙伴，携手全家便利商店、金石堂、威秀影城等指标性通路，长期累积跨场景、跨维度的会员行为资料，布局跨产业的数据整合能力。

## 首创AI市调驱动市场预判 赋能企业伙伴

立足于长期累积的跨场景会员数据，HAPPY GO持续深化会员经营能力，不仅透过数据分析描绘顾客轮廓，更协助合作伙伴理解消费行为背后的生活型态与价值偏好。HAPPY GO鼎鼎联合行销李明城总经理表示：「点数只是入口，真正的价值在于会员经营，我们携手多元合作伙伴，并结合AI技术与AI Agent能力，将长期累积的会员行为资料，转化为即时可运用的洞察，让数据分析更快速、精准，进一步从『数据收集者』，转型为『具备智慧分析与决策辅助能力的会员经营平台』，协助各产业伙伴看见顾客全貌，打造更精准的会员策略。」

随着会员经营迈入智慧化阶段，HAPPY GO进一步深化顾客洞察能力，从跨产业、跨场景的消费轨迹中，挖掘不同族群的消费偏好与潜在需求，进一步进行「智慧贴标」，并透过AI自动侦测消费者行为轨迹的变化，预判其下一步的购买意图。例如，经由多维度数据分析，将顾客区分为精品消费族群、保健族群、母婴与熟龄族群等，再进一步观察其跨场景消费之间的连动关系，推估其近期需求，协助品牌与产业伙伴提前规画更具情境化的会员沟通策略。

然而，顾客洞察的价值，不仅在于理解既有会员的行为数据，更在于看见潜在客群轮廓与产业趋势变化。唯有将内部消费数据与外部市场观察相互结合，才能形成更完整、也更具前瞻性的决策视角。

因此，HAPPY GO旗下市调顾问品牌GO SURVEY，以「数据」与「AI」为双轴核心，





开发全新的「市调流程AI智能进化」机制，独家建构AI智能协作模组与AI洞察深化模组，推动市场调查流程全面自动化，不仅有效解决传统市调耗时、分工繁复等痛点，也能大幅减轻前期人力作业负担，提供更高效、精准且全面的市场洞察成果。

除了打造快速且精准的AI市调智慧化流程，GO SURVEY也为企业伙伴带来三大实质改变。首先，透过AI报价模型，可快速评估触及目标客群的难易度；其次，能精准锁定市调受众，协助品牌从样本端建立更贴近市场的研究基础；最后，借由AI Persona分析，全景式、多角度描绘受众轮廓，让品牌获得完整的市场调研洞察报告。凭借此一创新应用，HAPPY GO一举夺下台湾数位媒体应用暨行销协会（DMA）主办的2025 DSA数位奇点奖「最佳AI商务行销奖」金奖，并荣获「商务行销类」类别大奖金奖肯定。

### 洞察趋势 共创远东智慧新未来

在瞬息万变的环境中，唯有即时掌握顾客动向，并结合AI市调深入剖析消费趋势，才能在竞争加剧的市场抢占先机。展望未来，HAPPY GO将持续以数据为核心，深化AI应用与跨产业整合能力，为远东集团伙伴提供更具前瞻性的决策视角。今年也将发布年度消费者白皮书，整合跨场景数据观察与市场趋势分析成果，协助集团伙伴在「跨界整合 聚力向前行」的策略方向下，开创远东生活圈的智慧新篇章。



# 东联化学 × 亚东预拌 打造零碳建材

编辑室采访整理

水泥制程属高碳排产业，约占全球温室气体排放量7%，因此，任何能降低熟料需求或加速CO<sub>2</sub>封存的技术都有高度价值。目前市场中不乏减碳技术，却缺少能普及的杀手级低碳应用，本期「封面故事」报导东联化学与亚东预拌如何找出产业痛点，自主开发出低成本、易推广的碳捕捉化学品。

## 看准痛点 跨界互助

全球迎战气候变迁，减碳力成为企业竞争的重要指标。在建筑材料产业，现行的作法之一，是将气态CO<sub>2</sub>注入混凝土，以提升材料强度、减少水泥使用量。虽然平均每立方米可减碳十余公斤，但气态CO<sub>2</sub>需要高压、低温的保存环境，物流与管理的条件也较严格，技术上难以普及，也间接限缩了整体产业的减碳规模。

东联化学洞察出业界缺乏低成本、可普及、易于管理的CO<sub>2</sub>利用技术，而同属远东

集团的亚东预拌也需要更精良的混凝土配比，以及更细致、可计量的碳添加途径，以减少胶结材用量，因此双方合作，启动「碳捕获、利用与封存技术」（Carbon Capture Utilisation and Storage, CCUS）专案计画，致力突破传统CO<sub>2</sub>气体利用与碳封存困难的瓶颈，打造低碳建筑材料供应链。

## 稳扎稳打 验证技术

东联化学规划以CO<sub>2</sub>利用技术，结合亚东预拌的建筑废弃物处理设备、骨材研磨设备等资源，联手导入CO<sub>2</sub>矿化处理技术。然而，任何发明皆非一朝一夕的产物，技术创新更是需要经过反复验证，为此，两家公司特别建立一座废弃物碳封存中试线，试验碳矿化处理技术、评估碳效益，也验证碳封存量与再生骨材的品质，为科学研究奠定基础。

东联化学以工业排放的CO<sub>2</sub>作为原料，经过特殊的化学结构设计，合成出一款配方型化学药剂，对于CO<sub>2</sub>有良好的吸收性，再借由专利制程，转换为方便运输的液态混凝土添加剂。含有CO<sub>2</sub>的常温液态型载体型药剂加入水泥基材后，能与矿物原料发生矿化作用，形成稳定的固体状态。

良药在正确的时机服用，才能发挥最佳的效果，东联化学与亚东预拌针对不同的产制阶段，延伸出创新的碳矿化处理技术。首先推出富含CO<sub>2</sub>的混凝土减水剂，添加在混凝土拌合过程中，可使液态载体中的CO<sub>2</sub>与新拌混凝土发生矿化反应，产生晶核，既可提升材料强度，也能降低碳足迹，还可按照制造需求，弹性调整药剂配比，更方便的是，人员操作时，只要像添加常规减水剂之方式即可，无须额外添购设备。

## 固碳闭环 资源再生

除了改变新拌混凝土的生产基因，这场技术革新更将研发触角延伸至营建业最棘手的废弃物处理，尤其每年拆除建物产生的废弃混凝土与钢铁厂产生的炉渣，都是不小的环保负担。东联化学认为，这些看似不起眼废弃物，其实含有大量活性钙（Ca）、镁（Mg），相当于「尚未使用的天然碳汇反应床」，若能以液态化学剂快速启动矿化作用，可减少堆置风险、改善材料再生品质，同时创造可交易的封存碳量。

在重复实验调整后，东联化学首创富含CO<sub>2</sub>的矿化封存药剂，加入建筑废弃物、废

混凝土、钢渣、焚化底渣或其他工业副产物中，可促进矿化反应，生成稳定的碳酸盐，干燥后形成再生材料，包括：再生骨料、稳定化填料或低碳胶结材组分，而且能降低回收骨料的膨胀性，提升材料品质。更重要的是，液态药剂的形式



可简化工厂操作与设备条件，降低施作的门槛，加上原料取自于工业排放的CO<sub>2</sub>，形成「排放源--材料制造--废弃物处理」的全链减碳闭环，同时透过CO<sub>2</sub>矿化封存与水泥减量，达成双重减碳，实现CO<sub>2</sub>与废弃资源再利用。

## 强效减碳 一举数得

东联化学与亚东预拌的合作成果斐然，在新拌混凝土方面，每立方尺混凝土添加富含CO<sub>2</sub>的混凝土减水剂，可内建封存0.5公斤CO<sub>2</sub>当量，若促成胶结材减量，总减碳量更高达十公斤以上，也能减少水泥用量约5%。至于钢渣、废混凝土粉料等废料，经由富含CO<sub>2</sub>的矿化封存药剂处理后，每吨可封存50~100公斤的CO<sub>2</sub>（依原料活性与反应条件而异）。

不只友善环境，CO<sub>2</sub>矿化技术也有助于维持混凝土的新鲜度、提升材料强度和品质，并帮助胶结材减量，进而为企业节省材料成本、改善毛利，而原本需付费处理的钢渣、废混凝土，转为再生骨料后，亦可对外销售，甚至结合碳权收益，再增加营收。此外，导入液态配方时，可沿用现有的外加剂供应与施工体系，有利于快速推广技术至更多工厂，应用于不同产品线，扩大减碳供应链范畴。

东联化学与亚东预拌合作建构之化学与建材跨域技术平台，把传统需要高压气体条件的CO<sub>2</sub>利用技术，转换成「像添注外加剂一样简单」的日常操作，解决产业痛点、为企业拓展新商机，同时也在建材业净零碳排的进程中，树立领导形象，开创兼具商业韧性与环境友善的新时代。

# 集团简讯

扫描 QR Code 看更多集团讯息 →



## 01 2026 智慧城市展 远传 19 项实绩吸睛

「2026 智慧城市展」台北场、高雄场分别于 3 月 17～20、20～22 日开展，远传以「远传大人物赋能 创新·韧性·永续前行」为主题，呈现 19 项实绩应用，其中，智慧枢纽、智慧环境水情监控、智慧电表…等 5 项，更是业界第一的智能方案，吸引各界关注；此外，远传协助打造的邮政物流园区也在交通部「交通愿景馆」亮相。高雄场展区的亮点则有表后储能节费、电力交易代管…等，助力南台湾城市及产业转型。（远传电信／黄奕华）



## 02 远传助阵 启动「高铁 2.0」通讯品质升级计画

为提升公共运输服务体验，台湾高铁 3 月 25 日与三大电信业者签署「『高铁 2.0』全线通讯品质升级计画合作备忘录」，未来将由台湾高铁提供场地与电力、电信业者投入建置，预计 2026 年底前，可望显着提升南港至板桥地下路段及部分隧道段的通讯品质，2027 年底全线布建完成。（远传电信／黄奕华）

## 03 远传助力高雄市升级「班班大萤幕」

远传助力高雄市政府推动「班班大萤幕」计画，在全市国小、国中及高中职逾 5,000 间教室建置大型触控萤幕，并整合软硬件、数位平台与教师培训，打造即时的互动教学与沉浸式的学习体验。（远传电信／黄奕华）

## 04 远扬营造标得「国道 1 号甲线新建工程」

远扬营造标得「国道 1 号甲线新建工程」3、2 标，将于近期开工。此工程具备带动桃园机场周边产业发展的关键地位，为交通部高速公路局今年推动的国道重大建设之一，期能优化全台高／快速公路网、缓解都会区交通瓶颈。（远扬营造／梁雅雯）

## 05 远东商银携手高检署 首创虚币跨域侦查共享架构

鉴于近年诈骗集团借由虚拟资产、跨平台跳转及多层钱包移转等案件频传，传统监控与查缉模式已难因应，远东商银 3 月 25 日与台湾高等检察署共同签署合作意向书（MOU），将携手推动以「链金并行、跨域联防、情资共享、全面反诈」为核心的合作架构，透过串联银行金流、虚拟资产币流及跨平台行为样态，建立台湾虚拟资产反诈治理与司法侦查合作的新典范。

（远东商银／朱佳琳）

## 06 远东商银「乐富杯」以球会友 演绎财管 2.0 生活美学新高度

远东商银举办「乐富杯」高尔夫球邀请赛，特别应用 AI 演算选定「黄金开球日」，象征金融科技在变局中寻得最优解，并透过「云端个人仪表板」，让参赛者以扫码方式即时掌握赛况与成绩等动态资讯，打造一场融合尖端科技与远银十乐理念的盛会。（远东商银／朱佳琳）



## 07 爱买携手 JA 全农青森 力拚青森农产年销售额破亿

爱买量贩、日本青森县代表性农业组织「JA 全农青森」3 月 19 日分别由姚伟昱营运长、野菜部坂本 浩部长签署合作意向书，共同宣布展开年度合作计画。首波青森苹果系列商品已于单季创下 8 位数营收佳绩，随着苹果产季进入尾声，青森山药与青森米将接力登场，全年合作业绩可望突破亿元产值。（爱买量贩／刘濡慧）

## 08 亚东医院联手国玺 投入外泌体骨科应用研究

亚东医院与国玺干细胞公司 3 月 13 日签署合作备忘录，未来将以国玺提供之干细胞及制程技术，结合亚东专利胜肽诱导技术与临床资源，共同投入外泌体药物之研究开发，初期以改善骨科相关退化之应用为标的。（亚东医院／罗妘妘）

## 09 元智校庆 启动半导体研究中心新里程

元智大学 3 月 14 日以「前瞻科技与永续发展」为主轴，举办创校 37 周年校庆系列活动，并举行「半导体及环科中心大楼开工动土典礼」，宣布成立「半导体研究中心」，打造跨领域研究与人才培育平台。此外也邀请校友参加联谊餐会，共叙情谊，同时于会中表扬元智大学第七届杰出校友。（元智大学／饶浩文）

## 10 亚东科大携新北教育局推AI培训 技职菁英接轨国际

亚东科技大学 3 月 28 日与新北教育局共同举办「2026 年度荐送高中职学生赴海外技职研习行前培训」，为优秀的技职学生规划课程，并导入 AI 实务学习。未来学生将赴日本、韩国及义大利研习与交流，拓展国际视野、精进专业能力。（亚东科技大学／张毓珍、林木盛）



### 绩优荣誉榜

## 11 亚泥 MSCI ESG 评级升至 AA 级 跻身建材业领先群

全球永续转型加速推进之际，亚洲水泥再度交出亮眼成绩。国际权威评级机构 MSCI（Morgan Stanley Captain International Index，明晟永续指数）公布最新 ESG 评级结果，亚泥由 A 级提升至 AA 级，不仅展现长期推动低碳转型与永续治理的具体成果，更凸显在国际严格评鉴标准下的领先竞争力。（亚洲水泥／孙琳凤）

## 12 远传 5G 远距诊疗、云端 HIS 获国际验证

远传自主开发的 5G 远距诊疗平台、云端医疗资讯系统（Cloud HIS），获得 BSI 颁发台湾电信业第一张「ISO 22301:2019 营运持续管理系统（Business Continuity Management System, BCMS）」证书，代表此两项服务已鉴别相关风险、建立应变计画，面临突发事件时，可确保关键业务持续运行及迅速恢复之能力。（远传电信／张为竣）

## 13 亚东医院获首届「护理友善职场典范认证」肯定

亚东医院近年积极推动数位转型，导入 AI 语音病历与 GenAI 智慧交班系统，将单笔纪录时间从 30 分钟压缩至 3 分钟，大幅降低文书负担，让护理人员回归临床照护核心，提升工作效率与专业价值，建构高留任、高满意度的幸福职场，今年荣获首届「护理友善职场典范认证」，展现以制度与科技优化护理职场的成果。（亚东医院／罗妘妘）

## 14 元智机械系「阿孙」队于 Robofest 国际机器人大赛夺冠

元智大学机械工程学系陈松郁老师指导的「阿孙」队，在第 27 届 Robofest 国际机器人大赛台湾选拔赛中，以结合「跌倒侦测」与「趣味复健」的机器人作品勇夺第一名。此件作品透过互动式训练，引导长者进行身心活动，为长照人力不足的现况提供新解方，也展现台湾青年的创新能量。（元智大学／饶浩文）

## 15 全球第9人！元智大学徐业良荣膺高龄科技大师殊荣

元智大学机械系徐业良教授3月底在国际高龄科技学会（International Society for Gerontechnology）世界年会中，获颁该领域最高荣誉「高龄科技大师」（Gerontechnology Grand Master），成为全球第9位获此殊荣的学者。（元智大学／饶浩文）

## 16 社团评选传捷报 元智大学夺双优等、六连霸特色活动奖

元智大学参加教育部主办的「2026年全台大专校院学生社团评选暨观摩活动」，从全台116所大专校院、共225个学生社团竞争中脱颖而出，一举拿下两项优等奖，并连续六年蝉联「年度最佳特色活动奖」，成果丰硕。（元智大学／饶浩文）

### 人事异动

## 17 远东新世纪高阶主管人事异动



姓名：彭清族  
原任：化纤总部总厂长  
新任：化纤总部营运长兼总厂长  
学历：清华大学化学工程硕士毕

姓名：张丙秋  
原任：化纤总部营运长暨智能转型中心执行长  
新任：智能转型中心执行长  
学历：元智大学工业工程硕士毕



姓名：许仁轩  
原任：秘书处副经理  
新任：秘书处权任经理  
学历：台北大学自然资源与环境管理硕士毕

## 公益专区

## 18 台南大远百 圣诞征文绘画颁奖

台南大远百连续 17 年举办「远百爱的串连圣诞公益点灯」活动，以行动支持偏乡。今年特别举办圣诞征文、绘画比赛，并于 3 月 15 日颁奖表扬前三名获奖者。（台南大远百／王咏婵）

## 19 植树月 远东百货共植永续绿生活

远东百货 ESG 植树行动迈入第三年，徐雪芳总经理 3 月 13 日率经营团队前往新竹县竹北市新港国小，邀请杨文科县长及团队、学校师生与社区代表共同举办「起身种小树 永续大帮助」植树活动，共同种下 50 棵台湾原生植物树苗。竹北店 3 月 14 日参与由新竹县政府及农业部林业署新竹分署主办之「原地扎根·韧性森活」植树活动，在新丰乡光星公园种下希望树苗，3 月 15 日再与农业部举办「抱走你的小树苗」活动，邀请民众捐赠发票，兑换台湾原生种树苗。嘉义店也于 3 月 11～17 日展开「公益小树苗带回家」活动，民众持指定月份纸本发票 3 张，或捐出两本二手童书，即可兑换一盆树苗。



无独有偶，台南大远百 3 月 21 日参与林业及自然保育署嘉义分署举办的「加树净零 马力全开」植树活动，同仁们种下台湾原生树苗，展现企业落实净零排放的决心。台中大远百 3 月 14～15 日推出一系列植树节主题活动，包括：植树节限定童趣故事屋、捐发票送多肉公益活动，并将募得发票全数捐赠予财团法人玛利亚社会福利基金会，让爱心与环保的力量蔓延。（远东百货／李美玲、刘怡吟、李韵婕、萧乔、王咏婵、许云茜）

## 20 远东百货嘉义店募集二手衣物做公益

远东百货嘉义店 3 月 6～7 日携手嘉义市环保局举办「衣旧美丽，义起来换」活动，鼓励民众捐出二手衣物，兑换远东百货商品券，总计募集逾万件衣物，全数捐予嘉义市脊髓损伤协会。（远东百货嘉义店／吕家凤）

## 21 远东百货桃园店携小卫星走出户外 展开绿色体验之旅

远东百货桃园店 3 月 18 日将每月例行的辅导课程转化为「户外公益导览」，带领社会局小卫星孩童前往八德埤塘自然生态公园，实地认识埤塘生态、水域环境及在地自然景观，深化学习体验。（远东百货桃园店／刘唯钲）

## 22 远东百货桃园店、新竹大远百 守护女性健康

远东百货桃园店 3 月 6 日第四次携手卫生福利部桃园医院，举行「免费乳房筛检 X 光行动车」活动，帮助民众及早掌握健康状况。新竹大远百也于 3 月 8 日与新竹市东区卫生所共同举办「女力绽放 守护健康」活动，免费提供乳房摄影、子宫颈抹片及大肠癌检查，并邀请新竹市社区妇女演出，鼓励女性展现自我。（远东百货／刘唯钰、李芝瑄）



## 23 远百、台南远东香格里拉、远东SOGO百货、巨城响应「地球一小时」行动

响应全球环保行动「Earth Hour 地球一小时」，远东百货以「远百心永续」为主题，于 3 月 28 日晚间 20:30 至 21:30 串联全台分店同步关闭建筑外墙招牌灯及部分灯光，高雄大远百并特别举办「微光·绿色文创市集」，邀请民众前来感受最纯粹的宁静。台南远东香格里拉自开幕以来，连续第十七年参与此活动，关闭建筑外墙灯光及部分公共区域照明，并适度调整馆内照明亮度。远东 SOGO 百货全台 6 店也一起关闭外墙灯光及非必要照明，本次更加码延长关灯至 22:00 闭店，合计 90 分钟，为地球减碳约 235.9 公斤。Big City 远东巨城购物中心除了关闭招牌灯及外部灯箱，也参与新竹市政府举办的「2026 风城野营祭」一小时熄灯仪式，提醒民众从生活中落实环保。（编辑室辑）

## 24 元智携手唐氏症基金会打造多元共融特展

元智大学 3 月份与唐氏症基金会、北港朝天宫合作，举办「321 因为有你·我们一起」特展。学生们以唐宝宝的原创线条画作为基础，透过色彩转译与视觉诠释，完成一系列富有情感与感染力的作品，吸引民众驻足参观。（元智大学／饶浩文）

## 25 亚泥花莲厂深耕环境教育 展现生态复育成效

亚泥花莲厂 3 月 25 日受邀参加慈济慈善基金会主办的「第五届慈济 × PaGamO 花莲县环保防灾勇士 PK 赛暨环保教育推动成果嘉年华会」，以「蝶舞螭影：森林里的变身派对」为主题，传达蝴蝶栖地营造与竹节虫保育的知识；3 月 28 日再参加花莲慈济大学附属高级中学国小部（慈小）举办之「国际教育嘉年华」，规划「生态教育体验区」，将复育的成果转化为有趣的互动内容，向下扎根环保意识。（亚洲水泥／何姿乐）

## 26 亚东证券支持推动「绿色照护」

亚东证券重视员工身心健康，特邀亚东医院陈俊霖医师分享「绿色处方笺」概念，鼓励同仁运用园艺、动物、森林及冒险等非药物辅助来减缓焦虑、提升生活品质，并捐赠亚东医院「绿色照护发展基金」NTD 10 万，助力推动绿色照护。（亚东证券提供）

## 27 Big City 远东巨城购物中心携手清大推动科普教育

Big City 远东巨城购物中心响应国际女性与女孩科学日、国际妇女节及国际数学日，3 月 7 日携手清华大学举办「2026 国际女性科学嘉年华」，汇聚全台 37 个产、官、学机构，设置 45 个体验摊位，吸引众多亲子参与。（Big City 远东巨城购物中心／王子菱）

## 28 亚东医院启动全方位防护网「医起守护」

响应「世界肾脏病日（World Kidney Day）」，亚东医院 3 月 23～25 日举办「击退糖心肾·全方位健康守护站」健康卫教周，首度整合肾脏内科、新陈代谢科与心脏血管内科，推出「一站式」免费筛检与专业谘询。另于儿童节前夕举办「医起守护，陪你长大」复原儿童画展，鼓励曾经历家暴的孩子，勾勒出从伤痛走向重建的生命轨迹。（亚东医院／罗妘妤）



### 好康报报

## 29 谢师宴玩转韩流！台北远东香格里拉「韩系食尚新浪潮」

台北远东香格里拉于 5 月 1 日至 8 月 31 日推出「2026 谢师宴专案」，将韩式人气料理融入菜单，共规划 5 大类及超过 15 道自助美馔，并创意推出脏炸薯条、嫩烤猪肋汉堡 2 大现场料理摊位，搭配舞池、KTV 及拍贴机，打造社群限动焦点。专案适用 40 人（含）以上订位，每位 NTD 1,550+10%。详情请洽宴会业务部：（02）2378-8888 转分机 6024。（台北远东香格里拉／吴威廷）

## 30 「杜拜巧克力系列」甜点 台南远东香格里拉一次呈现

随着「杜拜巧克力」从欧美到亚洲掀起甜点热潮，台南远东香格里拉一楼「品香坊（The Shop）」也宣布，每日限量供应「经典杜拜巧克力」与韩国爆红的「Dujjonku 杜拜巧克力 Q 饼」，让消费者一次品尝两种不同风格的国际人气甜点。建议至少提前三天预订：（06）702-8856。（台南远东香格里拉／卜怡筠）

### 31 新北最高「50楼 Café 自助餐厅」《和牛吃到饱》重磅登场 再抽免费用餐

新北最高「50楼 Café 自助餐厅」即日起至6月26日推出全新主题「和牛吃到饱」，严选顶级美国极黑和牛、澳洲 M9 和牛及和牛脸颊肉，呈献炉烤和牛、和牛寿喜烧…等十多道特色佳肴。活动期间，平日用餐再加码「幸运转转乐」抽奖，每笔帐单可转动轮盘一次，大奖包括二人免费、焗烤龙虾等好礼。此外，餐厅在5月31日前祭出「欢乐儿童月」优惠，130公分以下孩童与一位成人同行用餐，儿童免费。订位请洽：(02) 7705-9723。(Mega50 餐饮及宴会／刘欣欣)

### 32 台北远东香格里拉端午粽礼登场 首创「汤粽相遇」温补解腻新吃法

端午将至，台北远东香格里拉设计十款美粽，包含：主厨力作「槟城道地南洋粽」、重磅新品「酱烧牛肉蛋黄粽」，以及多款广受喜爱的经典风味，并提供三款食尚保冷礼袋组选项，尤其推荐「汤粽相遇」的吃法，以随袋内附温厚辛香的「巴生肉骨茶」，或清爽滋补的「香宫主厨特制八神汤」精华汤包，提升粽香层次。单颗美粽 NTD 188 起，礼袋组 NTD 1,588 起。订购专线：(02) 7711-3510。(台北远东香格里拉／吴威廷)



香格里拉精品店



### 33 台南远东香格里拉庆周年 祭83折特选尊荣专案

迎接开幕 17 周年，台南远东香格里拉推出第二波「庆周年·83折特选尊荣」住房优惠，5月31日前入住，每房每晚双人最低 NTD 4,192 起，主打高楼层景观客房，可俯瞰府城街景与夜色，并享有豪华阁贵宾廊早餐与傍晚鸡尾酒等礼遇。更多详情或订房请洽专线：(06) 702-8899。(台南远东香格里拉／卜怡筠)



线上订房

### 34 抗涨新招 eTag POINTS 联手台塑石油、速迈乐 打造点数新经济

为庆祝 ETC 20 周年及 uTagGo 合作停车场突破 3,500 场，远通电收子公司远创智慧推出全新「eTag POINTS」，无论 eTag 银行自动储值或 eTag 停车扣缴皆可累点。另跨平台祭出「台塑石油 F 币」兑换 eTag POINTS，可折抵国道通行费、全台路边及 uTagGo 合作停车场停车费。此外，更联手「统一精工速迈乐加油站」，提供「OPENPOINT」兑换「eTag 储值金」服务。想省停车费的车主，也能将点数换成 eTag POINTS，全额折抵更有感。(远通电收／赖建伟)

---

# 企业如何因应 2026 年九大证券新制

亚东证券提供

为提升资本市场透明度、接轨国际永续规范，并强化市场竞争力，台湾证券交易所（TWSE）自 2026 年起，推出九大新制，内容涵盖：资讯揭露、公司治理、永续发展与资本市场制度优化等面向，本文将为大家说明这些新制的主要目的，以及将为企业带来哪些影响。

---

## 财务报告申报全面电子化

自 2026 年起，上市公司申报第 1 季财务报告及相关附件时，须以电子档上传至指定资讯平台，而非纸本送件。

- **主要目的：**缩短审查流程，提升资讯揭露与主管机关资料管理、监理效率，并降低企业印刷、寄送等行政成本。

- **主要影响：**企业需进一步推动财务流程数位化与标准化，并检视财务资讯系统与档案管理机制，确保电子档案格式符合申报规范。若未建立完善的档案转换与上传流程，可能影响申报效率与资讯揭露品质。

## 强化员工薪酬与性别薪资揭露

新制扩大上市公司员工薪酬揭露范围，要求企业申报基层员工薪资调整或酬劳分派情形。此外，资本额 NTD 100 亿以上的上市公司，需揭露非主管职员工的性别薪资中位数与平均数。

- **主要目的：**提升人力资本资讯的透明度，改善性别薪资差距问题，进而促进企业薪酬制度公平性。

- **主要影响：**公开薪酬资讯，将使企业内部薪资结构更透明，若出现明显性别薪资差距，可能影响企业形象与 ESG 评价，因此企业应提前检视相关制度，以确保公平性与合理性。

## 独立董事声明与资格检查申报系统上线

证交所于公开资讯观测站建置「独立董事声明及资格条件检查系统」，企业须透过线上系统，申报独立董事声明，并由系统协助检查资格条件。

- **主要目的：**提升董事会独立性，防止不符资格者担任独立董事，进而增加公司治理透明度。

- **主要影响：**独立董事提名与审查流程全面电子化，可提升行政效率、降低纸本作业错误风险，同时强化监理机关对董事资格的即时检核能力。

## 股东会年报电子化与可搜寻化

新制规定上市公司股东会年报不再提供纸本，并须上传具备文字搜寻功能的电子档。

- **主要目的：**增加企业资讯揭露透明度，提升投资人查询资讯的便利性，并减少纸张使用，以符合永续理念。

- **主要影响：**电子化年报将提升投资人阅读效率，同时也要求企业在年报编制与档案输出格式上更加严谨，以确保文件的完整性与可搜寻性。企业也可借此机会优化资讯呈现方式，增加年报的可读性与投资人沟通效果。

## 接轨 IFRS 永续揭露准则

全体上市柜公司需制定导入计画，分阶段接轨「IFRS 永续揭露准则」，揭露相关永续资讯。

- **主要目的：**因应全球资本市场对气候风险与永续资讯揭露的要求，接轨国际准则，提升台湾企业的透明度与投资人信任度。

- **主要影响：**企业揭露永续资讯时，需提供可量化且与财务相关的数据，例如气候风险对营运及财务绩效的影响，并建立完整的永续数据管理与内部控制机制。同时，必须强化跨部门合作，才能有效回应国际揭露标准的要求。

## 揭露温室气体盘查与减量资讯

在 ESG 趋势下，企业碳排放资讯成为重要的揭露项目。事实上，早在 2022 年，金

管会已在「上市柜公司永续发展路径图」中规定，全体上市柜公司需分阶段揭露温室气体盘查结果、碳排放减量策略及气候风险管理措施；此次新制则进一步指定，全体上市公司应于「年报」及「永续报告书」中，分阶段揭露温室气体盘查（碳盘查）及减量相关资讯。

- **主要目的：**因应全球净零碳排趋势，提高企业环境责任透明度，协助投资人评估气候风险。

- **主要影响：**新制要求企业将温室气体盘查与减量资讯纳入正式年报揭露，使「碳排放数据」的重要性提升至与财务资讯相近的层级。为此，企业需建立完整且可信的数据搜集与管理系统，以确保碳排放资讯具备准确性与可追溯性。

### 公司治理评鉴转型为 ESG 评鉴

证交所原有的公司治理评鉴制度将升级为 ESG 评鉴，评估范围扩大至环境、社会及治理三大面向。

- **主要目的：**落实从「公司治理」走向更全面的「永续治理」。

- **主要影响：**实施多年的公司治理评鉴制度，将逐步升级为涵盖环境（E）、社会（S）及治理（G）三大面向的 ESG 评鉴制度，显示监理机关对企业评估的重点，已从单一的治理面向，扩展至整体永续发展。因此，企业需建立更全面的 ESG 治理架构，以提升整体永续表现。

### 正式推动绿色证券认证制度

为鼓励企业发展永续金融，持续引导资金流向具永续价值的企业，导入绿色证券认证制度。（全体上市柜公司适用，金融业暂不纳入）

- **主要目的：**建立绿色金融标准，鼓励企业投入绿色投资，提供投资人辨识永续企业。

- **主要影响：**为避免企业过度宣



称永续成果而产生「漂绿」疑虑，证交所推动绿色证券认证制度，借由建立客观标准，引导市场资金流向具备实质永续价值的企业。对企业而言，若能取得相关认证，将有助于提升在资本市场中的能见度与信任度，并吸引更多重视 ESG 投资策略的法人机构与永续基金关注。长期而言，也有助于降低资金募集成本，并强化企业在永续金融市场中的竞争优势。

## 优化创新板转板与市场制度

为提升市场竞争力，证交所持续松绑创新板制度，除已开放创新板股票得为当冲标的、松绑投信基金投资创新板股票额度外，后续将陆续修正创新板及外国企业来台上市相关规章。

- **主要目的：**协助高成长企业进入资本市场，强化台湾科技与新创产业发展，并吸引更多企业在台上市。

- **主要影响：**开放当冲交易可提升市场流动性，缩短保荐期间可降低企业上市后的维护成本，而创新板与主板之间的转板机制，能使企业按照发展阶段，在不同市场板块间转换，有助于打造更具弹性的资本市场结构，使具成长潜力的新创企业能更快获得资本支持，进而提升台湾资本市场的整体竞争力。

整体而言，九大证券新制反映出以下三大政策方向，也看见主管机关的决心：

1. 财报、薪酬揭露与年报电子化，资讯揭露更透明。
2. 推动 ESG 评鉴、碳排揭露与 IFRS 永续准则，让永续发展制度化。
3. 优化创新板制度与绿色金融发展，提升资本市场竞争力。

企业如何将 ESG 内化为企业的 DNA，并透过数位工具精准管理数据，将是未来胜出的关键。

### 【反诈骗谘询查证】

- 反诈骗专线：165
- 证券期货反诈骗谘询专线：(02) 2737-3434
- 证交所证券投资反诈骗专区：<https://www.twse.com.tw/anti-fraud/zh/index.html>
- 亚东证券客服专线：0800-088-567

---

# 做好资产配置 战胜通膨巨兽

远东商银／徐佩华

许多人在理财的第一步，往往选择「把钱存起来」。看到银行帐户里的数字逐渐增加，确实会带来安全感与成就感。然而，单纯存款并不一定能累积财富，因为还有一个容易被忽略的因素 -- 通货膨胀。本期「财经网」说明如何在保障家庭安全的前提下，让资产稳健成长。

---

## 存钱 ≠ 累积财富 购买力才是关键

台湾近年利率持续偏低，银行定存利息往往仅约 1%，物价却逐年上涨。相信很多人都发现了，过去一碗牛肉面只要 NTD 120，现在却要 NTD 180；以前一个月的生活费可以支撑所有开销，现在却有点吃紧。虽然薪资水准有成长，但并非所有产业、每个族群都能跟上物价的攀升，这也让不少上班族普遍感到「收入增加了，但生活并没有更轻松」。

根据主计总处资料，2025 年消费者物价指数 (CPI) 年增率约为 1.66%。乍看之下，涨幅不高，但如果将时间拉长，累积下来的影响就很明显。例如，十年前存入 NTD 100 万，但物价每年上涨 1.5%，在不考虑利息收入下，十年后帐面上虽然还是 NTD 100 万，实际购买力只剩下约 NTD 86 万，等于辛苦存下的钱在不知不觉中缩水 14%。

因此，理财的重点不再只是「把钱存好」，而是思考如何让资金发挥更大的功能。这并不代表必须承担高风险，而是要有意识地规划资金的配置与用途，让每一分钱都能带来实际价值，而不只是静静躺在帐户里。

## 您确实了解资产配置的实质与重要性吗？

谈到理财，许多人第一个问题是：「现在该买什么？」但在专业理财规划中，更有效的顺序应是先厘清目标与风险承受度，再选择合适的工具。资产配置的实质，在于将



不同目的的资金分层管理，有些资金用于短期流动性需求，例如：日常生活费、紧急预备金；有些资金承担中长期成长任务，例如：投资股票、基金、房地产；另一些则是用来因应不可预期的人生风险，例如：医疗、意外、寿险等保障型商品。

如果把所有资金集中于单一工具或用途，虽然操作简单且安全性高，但资金的弹性与效率可能不足，无法同时兼顾短期流动性、资产增值与保障需求，整体理财效果也可能不如分层配置来得理想。例如：全部资金都放在定存，虽然风险低，但面对突发状况时，可能无法即时应付大额支出；若全部投入高风险投资，虽然有机会获得高报酬，但遇到市场波动时，心理压力与损失风险也相对较高。

资产配置的目标是根据个人需求、人生阶段与风险承受度，将资金合理分配到不同的工具与用途，达到「稳健成长、风险可控」的理财效果。

### 人生阶段与财务策略的转变

随着人生阶段不同，财务策略自然也要有所调整。在职涯初期，多数人虽然收入未必高，但生活型态相对单纯、责任较少，面对资产波动时，调整与重新累积的时间也相对充裕。这时可以适度承担风险，追求资产成长。

成家立业之后，房贷、子女教育与家庭生活支出逐渐增加，财务重心往往会从「希望资产快速成长」，转为「希望生活稳定、风险可控」。尤其当多项家庭责任同时存在时，若缺乏事前规划，一旦遇到突发状况，往往会对家庭生活造成明显冲击。例如：家

庭主要经济支柱若因意外或疾病导致收入中断，房贷、生活费、子女教育费等势必加重财务压力。若事前已做好风险规划，不仅能维持原有的生活品质，也能让家人在关键时刻获得必要的支持。

### 心理承受度与理论报酬的平衡

许多投资人可能都高估了自己面对市场波动的冷静程度，当帐面出现亏损时，焦虑与恐慌容易影响判断，导致频繁进出市场，反而侵蚀原本应该累积的长期成果。举例来说，有些人看到投资标的下跌，便急着卖出，结果可能错失了后续反弹的机会；有些人则因为过度追求高报酬，投入自己无法承受的高风险商品，反而造成财务损失。因此，真正适合的财务配置，并不是最亮眼的高报酬方案，而是能与自身心理承受度相匹配的配置，在资产增值的同时，可兼顾风险承受能力与家庭保障。

### 高倍数寿险在资产配置中的角色

高倍数保障寿险之所以逐渐被视为资产配置中重要的风险管理工具，主要是基于保险杠杆的概念，透过相对合理且可控的保费支出，换取数倍于保费的高额保障，事先转嫁家庭在责任高峰期最不能承受的风险，包括：主要收入中断、资产被迫变现、生活品质骤降，甚至未来资产传承所衍生的压力。

从实务角度来看，保险杠杆倍数可用首年寿险保额与首年保费的比例来衡量，保障倍数并非固定数值，而是取决于商品设计与个人投保条件，随着年龄、性别与缴费年期有所差异。例如：许多中高资产家庭虽然资产配置完整，但现金流相对紧绷，一旦主要收入来源中断，房贷、投资贷款、日常生活支出与子女教育费等，立即成为沉重负担。高倍数寿险可透过完善的资产配置，预先建立足以支撑现金需求的安全网，避免被迫在关键时刻低价处分资产，进而提升整体财务弹性与心理承受度。即便风险未曾发生，保单中逐步累积的价值，也能在未来转化为退休或人生后段的重要备援资金。

进一步从资产传承的角度而论，保险因具备给付明确、受益人安排弹性高与执行效率佳等特性，长期被高资产家庭视为重要的传承工具。若搭配高倍数保障设计，在相同的预算条件下，可强化留给下一代的保障，并透过分期定期给付的方式，长期延续照顾与支持，而不必仰赖复杂的法律结构或高昂的手续成本。



## 安全打底 财富更长远

累积财富的关键不仅是存钱或投资，而是在保障家庭安全的前提下，让资产稳健成长。为推动金融素养教育，远东商银透过 Podcast 节目《十乐不设·钱进人生》推出主题内容「大家一起来认识〈保险存折〉」，带领大家了解如何善用「保险存折」，协助整理并检视目前的保险保障状况，更清楚掌握整体保障配置。此外，本文也引用 Podcast 节目中来宾分享的观点——「保险，其实跟你想的不一样」，从生活角度出发，说明保险配置应如何搭配不同人生阶段与风险需求，才能更贴近需求。欢迎大家收听，一起了解保险背后的思维。

若欲进一步了解保险产品，欢迎洽询远东商银各分行，或拨打远东商银理财专线 0800-261-732（限市话拨打）、（02）8073-1166，将由专人为您服务。更多相关内容，欢迎点击连结、扫描 QRcode，收听精彩节目。



---

# eGift 纪念品线上领

亚东证券提供

每年 4 至 6 月是股东会旺季，不少公司发放的股东会纪念品也很令人期待。不过，随著科技进步，领取纪念品的方式也跟著数位升级。股东们只要透过 eGift 机制，完成电子投票，就能线上取得纪念品资讯，不再需要奔波往返或大排长龙。

---

## 从排队领取到时间成本的隐形负担

以往股东可选择亲自出席股东会、委托他人代领，或是透过电子投票取得资格后，再依规定领取纪念品。但实务上，常必须配合特定日期与时段，加上纪念品数量有限，执行起来总是困难重重；若是找人代领，则需支付手续费，且提供身分资料给对方，也难免有个资外泄疑虑。此外，对于上班族或人在外县市的股东而言，时间与交通成本更是一大负担。

## eGift：让流程回归简单

为提升服务品质，并强化数位参与机制，台湾集中保管结算所的「股东会纪念品电子化（eGift）」服务，于 2026 年 3 月上线。此服务延续既有电子投票制度，将纪念品领取流程整合至线上平台。股东在平台完成电子投票后，即可直接取得数位纪念品资讯。整体流程透过数位方式验证身分，不仅提升安全性，也摆脱时间与地域限制，节省排队的时间，作业更有效率。

## 五步骤，轻松完成领取

股东可透过个人电脑、集保 e 手掌握 App 或证券商下单 App，登入股东 e 服务平台，依序完成：

1. 使用自然人凭证或行动数位签章验证身分。

2. 首次登入者，请完成 Email 验证与注册。
3. 经由系统自动比对持股资料后，得知是否符合领取资格，以及可领取的日期。
4. 在规定时间内完成电子投票（且未交付委托书）。

5. 自公告领取日起，于平台「公司 eGift 专区」取得纪念品数位券资讯，包括：公司名称、股东会日期、纪念品内容与验证码等。（领取 eGift 前提：发行公司应与集保公司完成签约，并申请使用 eGift）

整体流程清楚透明，提供股东即时查询资格与领取状态，改善资讯落差。

## 股东服务的友善体验

随着数位工具愈来愈普及，股东服务也可以更友善。透过 eGift 服务，股东们可一次完成投票与领取纪念品，不必再为了时间、地点或排队而伤脑筋。今年股东会季，不妨亲自体验电子投票与 eGift 服务，少一点奔波、多一点从容，让科技成为我们参与公司治理的好帮手。



股东 e 服务平台

## 防诈宣导

亚东证券提醒投资人，接获任何可疑诈骗电话，务必确实采取「1 听、2 挂、3 求证」3 步骤，并立即拨打 165 反诈骗谘询专线。



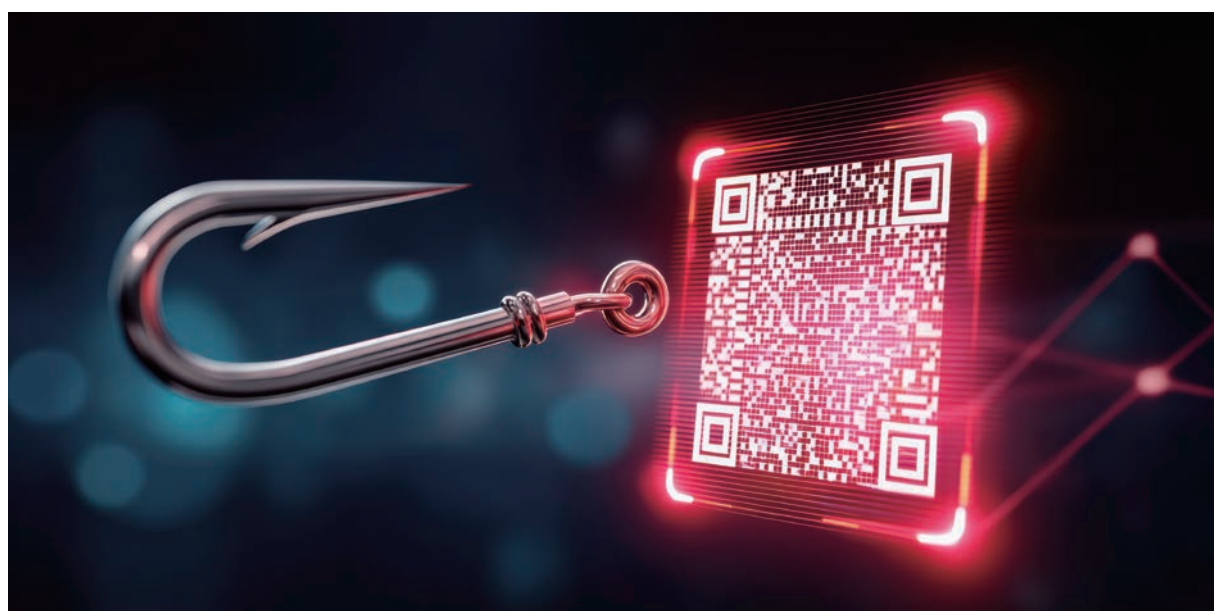
# 马年资安 「码」虎不得

远东新世纪／简筠茹

2026 丙午马年，我们已身处在万「码」奔腾的环境。从餐厅点餐、公车站牌资讯到公司门禁，QR code 强大的便利性，改变了现代人的生活节奏。仅仅几公分的网格结构与网址连结，无法以肉眼分辨其安全性，诈骗集团正是利用此资讯不对称的特性，发动 Quishing（扫码钓鱼）的攻击。那一秒钟的自动跳转，就可能让当事人的个资与财产安全陷入风险。本期「资讯网」提醒您保持警觉，运用四个方法打造专属的数位防弹衣。

## 入境扫码的警示

针对媒体报导海外旅客扫码填写入境表遭诈的传闻，虽已经澄清为不实谣言，但类似的诈骗手法在网路世界仍层出不穷。诈骗者可能透过伪造的搜寻结果或社群广告，引导目标对象点击形似官方版本的假网站，并要求支付规费。因此，即使是政府机关或机



场等资安防护程度较高的公共场域，也应优先从官方管道进入服务网页。对于狸猫换太子的数位陷阱，保持适度的怀疑与查证，是保护财产的第一道防线。

### 当快递惊喜变成资安惊魂

除了公共空间的风险，居家生活也备受威胁。结合 QR code 的进阶版诈骗手法 **Brushing scam**（刷评诈骗），近期在全球构成威胁。受害人在家门口收到一份陌生的小包裹，内容物为廉价饰品或生活小物，并附上一张印有巨大代码的感谢卡，特别注明「扫码即可领取高额回馈金或礼券」。一旦扫描卡片上的代码，手机可能会被诱导安装恶意档案或病毒程式，造成个人简讯、网银验证码遭到监控或窃取。此种利用人类好奇心与贪小便宜弱点，结合实体物件降低心理防备的诈骗手法，很容易让人防不胜防。

### 披着长官外衣的创群指令

在办公室，高阶主管的紧急邮件总是令下属感到压力倍增。因此，诈骗者根据企业公开资讯，伪造负责人或高阶长官的姓名与邮件，以紧急专案或会计对帐为由，指示员工立即建立特定的 LINE 群组，并要求回传群组的加入连结或 QR code。这是一道极为隐蔽的资安陷阱，目的在于转移防御阵地，诈骗者一旦取得代码，等于免费获得一张进入公司通讯圈的数位门票，能借此切断公司的资安系统侦测与备份机制。

在邮件系统内，任何异常的汇款请求都可能被拦截或留存证据，然而，当对话转移到私人通讯软体，防护网便出现了死角。骇客会在群组中，利用伪造的长官头像与威权语气，让同仁在压力下，轻易执行了错误的汇款指令。

请记住，公司正式的财务流程绝不会透过私人通讯软体下达转帐指令，任何要求扫码加群、私下汇款的要求，百分之百是诈骗。

### 打造专属的数位防弹衣

**1. 实体验证与多重核实：**若收到长官或行政单位的扫码指令，务必先透过公司内部工具（如分机、Teams 或现场确认），以判断来源的真实性。凡是要求转移到 LINE 或离开公司通讯渠道的要求，皆应视为高度风险信号。

**2. 物理检查与预览网址：**扫描公共场所的代码前，先观察是否为贴纸复盖在原有的



印刷品上。扫描后，应使用手机相机的预览功能，仔细确认网址（URL）。若网址包含杂乱字元、短网址，或与该机构官网不符，请勿点击。

**3. 坚守个资与权限关卡：**单纯的资讯查询、点餐或加入工作群组，绝不需要输入 Apple ID、Google 密码或银行验证码。任何要求登入帐号或提供二次验证码才能观看的内容，极大机率是诈骗。

**4. 帐单与手机状态盘点：**养成定期查看信用卡即时消费通知的习惯，若扫码后，手机出现异常耗电、运作缓慢，或收到不明的 App 授权请求，应立即开启飞航模式、更换重要帐户密码。若涉及金流损失，请马上挂失，并拨打 165 专线，寻求法律与防诈指引。

### 保持马不停蹄的警觉心

QR code 缩短了实体与数位的距离，是一项伟大的发明，不过，享受其便利的同时，也要多留一份停、看、听的心思，毕竟在技术迅速更迭的 2026 年，诈骗手段也马不停蹄地变化。保持适度的怀疑与求证，就能避免成为下一个新闻的主角。

# 更年期别担心 荷尔蒙治疗攻略

亚东医院药学部 / 刘珈妤药师

随著女性年龄的增长，卵巢功能逐渐衰退，导致女性荷尔蒙分泌减少，月经周期变得不规律。当最后一次月经结束后，持续一年未再有月经，即可定义为停经。这段荷尔蒙逐渐降低的自然过程，就是许多女性感到困扰的更年期，通常发生在 45 岁至 52 岁。雌激素与黄体素分泌减少可能引发的不适症状，包括：因调控血管舒缩功能不稳定而造成的热潮红、盗汗及心悸，或失眠、焦虑等不适症状。此外，雌激素减少会导致阴道与泌尿道表层变薄、分泌物减少，造成阴道干涩与反覆感染，甚至骨质流失及心血管问题。



亚东医院药学部  
刘珈妤药师

## 更年期症候群的有效帮手 -- 荷尔蒙治疗

荷尔蒙疗法是目前治疗更年期症候群并促进生活品质最有效的方法，医师会依照病患状况，选择最合适的口服或外用的荷尔蒙治疗药品，治疗形式主要分为以下两种--

- **单用雌激素疗法**：适用于已接受子宫切除术的女性，此类族群不需担心子宫内膜异常增生的风险。透过低剂量治疗可减轻症状，除了口服，也有外用剂型，包括：凝胶、针对局部症状的阴道乳膏及阴道锭...等选择。

- **雌激素和黄体素合并疗法**：适用于仍保有子宫的女性，黄体素可防止过量雌激素刺激子宫内膜，降低子宫内膜异常增生的风险。

疗程分为周期性及连续性，「周期性用法」是每日使用雌激素，其中有12~14天搭配



黄体素。主要是模拟月经周期，在服用黄体素结束后，会有类似月经来潮的出血。「连续性用法」则是每日连续补充雌激素与黄体素，每日仅需服用一颗复方，大幅增加给药的便利性。

### 常见荷尔蒙治疗的药品品项

- **雌激素（口服）**：Conjugated estrogens 0.625mg（Estromon, 伊使蒙膜衣锭）、Estradiol 2mg（Estrade, 益斯得锭）。

- **雌激素（外用）**：Estradiol gel 1mg/g/sachet（Divigel, 迪维舒凝胶），每日一次，涂于下躯干表皮或交替涂抹于左右大腿内侧，涂抹后应等待数分钟，让凝胶变干，且1小时内不宜以清水冲洗；Conjugated estrogens cream 14g/tube（Premarin, 普力马林阴道乳膏）于睡前使用一次，配合给药软管，将药品推入阴道内约一手指深度；Estradiol 0.5mg（Esvatin, 薇诗婷阴道锭），睡前使用1到2锭，置入阴道内。

- **组织选择性雌激素受体活性调节剂（selective tissue estrogen receptor activity regulator, STEAR）**：Tibolone 2.5mg（Livial, 利飞亚锭），目前为纯自费品项，特点是具有拟雌激素、拟黄体素与拟雄性素的活性，因此不需要黄体素的协助，即可缓解更年期不适，且不会刺激子宫内膜与乳房。

- **黄体素**：Progesterone 100mg（Promone, 妇安蒙软胶囊）、Medroxyprogesterone 10mg（Provera, 普维拉锭）、Norethisterone 5mg（Norina, 诺莉娜锭）。

- **复方药品（雌激素+黄体素）**：Estradiol 2mg+Norethisterone 1mg（Covina, 康乐娜膜衣锭）、Estradiol 1mg+Medroxyprogesterone 2.5mg（Venina, 维妮娜锭），两者除了黄体素的选择不同，在雌激素的剂量上也略有差异，不过皆能缓解更年期症状。此外，康乐娜膜衣锭的适应症还可避免因雌激素缺乏导致骨质流失；Estradiol 1mg+Dydrogesterone 5mg（Femoston, 芬吗通膜衣锭）目前为纯自费品项，适应症亦包括预防停经后妇女骨质疏松。

### 荷尔蒙治疗的潜在副作用

荷尔蒙治疗对于改善更年期不适症状的效果显著，但也有副作用与风险，如：恶心

呕吐、体重改变、不规则阴道出血、乳房胀痛、增加血栓风险…等。虽说症状通常会随着用药时间越久而适应及缓解，但若服药后出现严重不适，仍应立即回诊评估。此外，治疗期间建议每六个月由医师评估是否调整剂量，并且每年施作骨质密度、乳房检查、心血管功能等完整的健康检查。

### 荷尔蒙治疗利弊与评估

对于有更年期症状的健康女性、停经10年内，或是年龄小于60岁女性且没有相关禁忌症（如：乳癌病史、冠心病、血栓栓塞事件等），荷尔蒙治疗的利大于弊，能有效改善更年期血管舒缩症状，并预防骨质疏松，减少骨折的风险。

不过，为避免因为延长使用而增加中风、乳癌等风险，整体疗程建议不超过5年，且患者年龄宜小于60岁，剂量以有效之最低量为原则。总之，治疗的剂量与疗程长短，必须由医师针对患者个别状况评估，才能在疗效与安全性之间取得平衡。

### 更年期的日常保健小诀窍

除了荷尔蒙药品，良好的生活习惯有助于维持更年期身体健康。饮食上可选择鱼、乳制品等富含色胺酸的食物，以促进血清素与褪黑激素生成，提升睡眠质量。运动可结合有氧与阻力训练，如：快走或哑铃等，维持肌力并预防骨质疏松。保健品部分，停经后建议每日补充钙质1200mg及维生素D 800 IU，有助预防骨质流失。

另外，亚东医院的自费保健品「芙嘉宝」，成分包含：大豆萃取物、钙、维生素B12等，其中，大豆萃取物即包含大豆异黄酮，是植物性雌激素的统称，其结构上类似雌激素，可结合在雌激素的作用受体上，发挥微弱促进的调节能力。希望本篇正确用药与日常保健观念，能让您从容迎接人生新阶段。



# 2026 报税小补帖 减税判读不费力

远东新世纪／陈廷

随著社会结构迈向高龄化、少子化，税务规划成为个人与家庭财务安排的重点。本期「法律网」完整解析 2026 年（申报 2025 年度所得）的「基本生活费」与「长期照顾特别扣除额」两项关键税制变动，协助您轻松完成一年一度的申报作业。

轻松完成  
一年一度的申报作业



回顾近 5 年「基本生活费」与「长期照顾特别扣除额」两项课税费用，「基本生活费」由每人 NTD 19.2 万，上升至 NTD 21.3 万，累计增幅约 10.9%，其中，2025 年较 2024 年增加 NTD 3,000（上升约 1.43%），估计惠及 202 万户；同一期间，「长期照顾特别扣除额」自 NTD 12 万一路维持至 2024 年度，于 2025 年度一次调升至 NTD 18 万，较前一年增加 NTD 6 万（上升 50%），今年预估约 35 万户受惠。

## 基本生活费

「基本生活费」是每人每年维持基本生活的开销，因此不需课税。以小明一家四口为例，他与太太育有两个就读国中的孩子，如果家中没有其他特别扣除额，则全家人在 2025 年度借由基本生活费可减免的费用如下：

1. 全家基本生活费总额：NTD 21.3 万 × 4 人 = NTD 85.2 万。
2. 全家免税额与扣除额合计：NTD 65 万，内含 --
  - ① 4 人的免税额：NTD 9.7 万 × 4 人 = NTD 38.8 万。
  - ② 夫妻标准扣除额：NTD 26.2 万。

3. 比较小明家庭基本生活费（NTD 85.2 万）大于免税／扣除额（NTD 65 万），中间相差 NTD 20.2 万可自所得总额中减免，换言之，人口数越多的家庭，基本生活费越高，得到的减免也越多。

## 长期照顾特别扣除额

至于「长期照顾特别扣除额」是什么呢？根据卫生福利部说明，家里如果有需要长期照顾的长辈或失能家属，医疗、耗材或聘请看护等开销数目可观，为了减轻家庭压力，符合以下规定者，报税时可直接扣除一笔额度。（如有异动，请以卫福部最新公告为准）

- 符合聘雇外籍看护资格者。
- 入住指定住宿式服务机构全年达 90 日。
- 符合长照失能等级 2 ~ 8 级，并使用长照给付支付服务。

假设小华是年所得 NTD 80 万的单身、单亲上班族，父亲因为中风卧病在床，平时需要仰赖长照机构的服务。小华申报父亲为扶养亲属，2025 年度所得相关费用计算如下：

1. 小华和父亲的基本生活费总额：NTD 21.3 万 × 2 人 = NTD 42.6 万。

2. 小华家的免税额与扣除额合计：NTD 72.3 万。

① 2 人的免税额：NTD 9.7 万 × 2 人 = NTD 19.4 万。

② 单身标准扣除额：NTD 13.1 万。

③ 薪资所得特别扣除额：NTD 21.8 万。

④ 长期照顾特别扣除额：可以减免 NTD 18 万（2024 年扣除额是 NTD 12 万）。

3. 比较小华基本生活费（NTD 42.6 万）小于免税／扣除额（NTD 72.3 万），因此自所得总额中减免 NTD 72.3 万。

4. 小华年所得 NTD 80 万，扣除 NTD 72.3 万，所得净额是 NTD 7.7 万，透过累进税率计算后（5%），实际缴交税金是 NTD 3,850。

本项扣除额包含「排富条款」，因此若小华的年所得净额适用的累进税率超过 20%（含）以上，就不适用于 NTD 18 万的特别扣除额。

更详细的报税规定，可透过财政部、国税局、谘询失能等级及长照服务专线的官方管道获取第一手正确资讯。（资料来源：卫生福利部、财政部、国税局）



财政部税务入口网



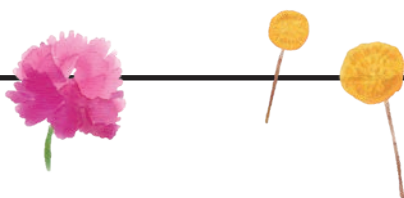
财政部电子申报缴税服务网

注：各地区国税局免付费服务专线：0800-000-321、谘询失能等级及长照服务专线：1966。

# 母亲节礼物缺灵感？远百店长报你知

远东百货／郑嘉蕙

母亲节即将到来，正在烦恼要送什么礼物给妈妈或婆婆吗？饰品、梳子、包款，还是一罐保养好物？本期「流行网」邀请礼物提案高手 -- 全台 11 家远东百货店长提点灵感，让您下手前更有想法。



**M**BTI 的人格分析近年蔚为风潮，不但是各大社群讨论的热门话题，甚至有企业将之视为面试的参考依据之一。正所谓「知己知彼，百战不殆」，今年就用这个逻辑来挑选礼物，肯定能送礼送到心坎儿里。

- **I 人**：习惯从独处与内在思考中获得能量，比起热闹场合，更喜爱深度对话。社交后需要时间独处充电，倾向低调且高品质的生活体验，居家疗愈与独处放松的礼物最获 I 人青睐。
- **E 人**：热情、开朗、乐于从与人互动中获取能量，并享受成为众人焦点，也勇于尝试新事物，因此亮眼配件最是对味，若能预约一家热门餐厅、邀请亲友共同庆祝更棒。
- **T 人**：理性务实，认为好用远比好看重要。送礼时，请务必评估礼物的 CP 值、耐用度以及能否解决实际问题。科技家电与高效工具是首选，高品质护肤品或健康监测手表都很精准，甚至可以直接询问对方：「最近缺什么？」
- **F 人**：感性的人容易被细节打动、重视精神层面的交流，在意的不是礼物的价值，而是情感连结，因此每份礼物背后承载的心意和情感温度才是重点。客制化、具象征意义的饰品，或是手作礼物，都能让妈咪感动很久，总之，朝生活仪式感下手准没错。



⊕ 不要被年龄捆绑，送妈咪的礼物大可以依照个性挑选／远百信义 A13 Roxy 提供

## 给 I 人妈咪温暖而安静的陪伴

## 台中大远百蓝卓成店长推荐

## Tokuyo 音波 S 玩美椅

采用独家 4DX 音波机芯，力道兼具高度穿透性与稳定性，层层揉拂筋膜与深层肌群，能缓解酸痛频率，体验极致放松。TC-770 建议售价 NTD 119,000，洽询专线：台中大远百 9 楼，(04) 2251-6226。



## 远东百货竹北店许俊明店长推荐

## SABON 白茶明星三部曲推荐组春光限定版

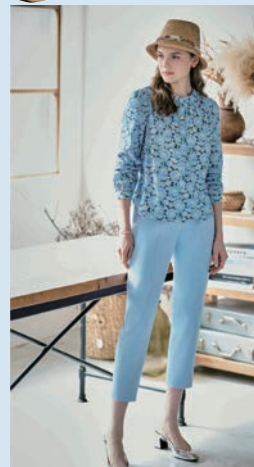
内含白茶沐浴油 100ml、白茶身体磨砂膏 60g、白茶丝绸身体乳液 50ml，从清洁、去角质到保湿滋养，层层呵护肌肤。限量系列包装重现茶园采收前曙光洒落、和谐宁静的光景，让日常沐浴化为一场疗愈仪式。建议售价 NTD 1,280，洽询专线：远东百货竹北店 1 楼，(03) 550-8262。



## 高雄大远百白伟敏店长推荐

## Diana 黛安娜伦敦花语衬衫

天然棉质面料上，绽放来自英国 LIBERTY 百年经典艺术印花，为春夏季节开启一场优雅而亮眼的时尚对话。建议售价 NTD 9,980、**远东人独家优惠价 NTD 7,485**。洽询专线：高雄大远百 5 楼，(07) 536-7823。



## 给 E 人女神热情且大方的赞美

## 远东百货嘉义店徐英哲店长推荐

## SWAROVSKI 施华洛世奇 Matrix 个性戒指

360 度零死角，开口设计让锆石与水晶珍珠仿佛漂浮在手指上，展现唯美气质。建议售价 NTD 5,800。洽询专线：远东百货嘉义店 1 楼，(05) 284-2430。



## 台南大远百苏峰彦店长推荐

## Dior 花漾迪奥淡香水

佛手柑、玫瑰与白麝香交织的花香调，如同一束洋溢自然氛围的花束，缤纷活泼且温柔甜美。50ml 建议售价 NTD 4,000。洽询专线：台南大远百 1 楼，(06) 276-0479。



## 板桥大远百徐为兴店长推荐

## 老行家 12 片八方燕礼盒

燕窝含有丰富的唾液酸 EGF 与胶原蛋白，能维持皮肤光泽、增强免疫力，是专为母亲设计的美颜方案。建议售价 NTD 16,800、**远东人独家优惠价 NTD 16,128**。洽询专线：板桥大远百 B1 楼，(02) 2964-8572。



## 给 T 人母亲具体且诚恳的肯定

## 新竹大远百李正方店长推荐



### 👉 iRobot Roomba Max 705 Combo AI 滚筒活热水扫拖旗舰机皇

全能集尘座，可 75 天自动集尘免倒垃圾，连续 8 周免换水。72 度的热水，能有效拖除顽垢污渍，并在拖地过程中同时清洗拖布，时刻维持拖布洁净，更搭载 AI 避障、175 倍吸力、四刷设计，是全能家事的好帮手。建议售价 NTD 45,880、**远东人独家优惠价 NTD 37,999**。洽询专线：新竹大远百 5 楼，(03) 523-3781。

## 远东百货桃园店江天佐店长推荐

### 👉 SHISEIDO 国际柜山茶花修护精华组

拥有全球专利的山茶花活酵再生科技，能消除老化细胞，加速肌肤自我再生能力，绽放年轻光采。珍稀的山茶花萃取精华，可抑制皮脂引起的发炎反应，促进胶原蛋白生成，同时具有卓越的抗氧化作用。山茶花油萃取精华则能锁住水分、保湿修护，赋予肌肤润泽柔滑的滋养效果，让肌肤由内而外柔嫩透亮。建议售价 NTD 6,706、**远东人独家优惠价 NTD 3,915**。洽询专线：远东百货桃园店 1 楼，(03) 338-2488。



## 台中大远百蓝卓成店长推荐

### 👉 Salomon XT-WHISPER VOID 运动鞋

运用当代顶尖科技，提供优异的稳定性和支撑力与抓地表现。空灵且富有力量感的配色，结合俐落、出众的设计，打造兼具未来感与独特美学的新指标。建议售价 NTD 5,980。洽询专线：台中大远百 6 楼，(04) 2259-0050。



## 给 F 人太后高仪式感的情感告白

## 新竹大远百李正方店长推荐

### 👉 真爱密码白沙屯保平安妈祖小硬金摆件

白沙屯妈祖正版授权联名吉祥物，获白沙屯妈祖加持，能消除秽气厄运、保佑平安健康，为妈妈带来安定的力量。建议售价 NTD 17,400。洽询专线：新竹大远百 2 楼，(03) 525-1345。



## 远东百货花莲店王翔新店长推荐

### 👉 uniarts ZODENCE 义大利植鞣革抓皱包

由台湾职人少量制作，严选义大利植鞣革，纹路独特而自然，会随著使用时间养成温润的风貌。建议售价 NTD 9,200、**远东人独家优惠价 NTD 8,740**。洽询专线：远东百货花莲店 1 楼，(03) 835-5588。



## 远东百货信义 A13 黄友诚店长推荐

### 👉 Vince Camuto 立体编织可调节水桶包 YAMKA

独特立体编织工法，将细腻的纹理揉入经典水桶包廓形中。层次分明的细节，丰富了视觉层次，更为整体造型增添质感。建议售价 NTD 4,280、**远东人独家优惠价 NTD 2,680**。洽询专线：远东百货信义 A13 B2 楼，(02) 8786-7486。



备注：「优惠价」需出示集团员工识别证，期限至 5 月 31 日。

扫描 QR Code 看更多远东人专属优惠

---

# 「远东人开讲」：我的疗愈时光

编辑室辑

有些片刻不惊天动地，却能悄悄修补心情的裂缝。本期特别邀请海内外的远东人分享这些日常里的温柔风景，让我们一起练习，从短暂的停格中看见美好。

---

## 【一】

晚饭之后，我会换上舒适的鞋子，出门漫步冥想。路线是固定的，穿过社区，沿着河边步道走一圈，不戴耳机，任由四周的环境音涌入耳中：归鸟的啼鸣、风吹过树叶的哗响、隐约的人车声。脚步不疾不徐，专注于自己的呼吸，感受着接触地面的踏实感。路过那棵总开花的树时，会停下来看看它今天的样子。40分钟的行走，一段完全属于自己的路，像一块橡皮擦，轻轻拭去白天的忙乱与嘈杂。（四川亚东水泥／苏坚）

## 【二】

烘焙，对我而言，是一段安静而温柔的疗愈时光。看着面糊缓缓流入平底锅，香气在空气中慢慢扩散，心也跟着沉静下来。翻面、卷起，一层层金黄的饼皮，像是在诉说耐心与等待的美好。最后将成品放上小盘，再点缀一颗鲜红的草莓，生活的仪式感已悄然完成。

烘焙不只是做甜点，更像是与自己对话的过程。搅拌、加热、观察火候，每个步骤都必须专注，让人暂时忘却忙碌与压力。当甜香弥漫厨房，看着亲手完成的小点心，心里也升起一份满足与平静。原来，幸福可以很简单，就在一锅面糊、一份耐心，以及刚出炉的温暖甜香之中。（亚东医院／徐昭云）

## 【三】

成为妈妈之后，生活被时间追着跑，最疗愈的时光，是每天夜晚和孩子共读的那一

刻。他会抱着绘本，钻进我的怀里，小小的身体贴着我，眼睛闪着光，认真听我说故事。时而好奇地指着画面问问题，时而为某个情节开心地笑出声。那样单纯而真挚的反应，让我的心慢慢柔软下来。世界仿佛变得很安静，白天的忙碌与疲惫也在此刻慢慢沉淀，所有压力都被他的笑声轻轻带走。

我知道，这样美好的时光，终究会随着孩子的成长而慢慢改变，但也正因如此，更想牢牢记住这些片刻，那是属于我们之间，最温柔、也最无可取代的疗愈时光。（远百台中店／林宜萱）

#### 【四】

在日复一日的工作表单、各类会议与培训的轮转中，我每天的疗愈时光，是坐上公司的交通车，趁着这段不被打扰的时间，摘下眼镜、戴上耳机，或是沉浸于音乐，或是聆听有声书，或是追一段短剧，任耳机里流淌的声音包裹着自己，没有角色的束缚，没有工作进度的追赶，这一刻我不再是谁的下属、谁的工作搭档。



回到家，洗漱完毕，换上舒适的家居服，不急着想做家务，也不去想第二天的工作安排，而是泡上一杯喜欢的饮品，窝进沙发最舒服的角落。这一刻我不是谁的妈妈、谁的妻子。短暂的休憩时光里，我做回自己，慢慢舒缓各种情绪，一点一点释放焦虑与疲惫，只待身心舒畅、心境开朗，就能满血复活的开始处理其他事情。所有职场女性都应该好好爱自己，只有先照顾好自己，才能更好地爱他人，从容应对生活中的一切。（江西亚东水泥／胖丸子）

#### 【五】

我的疗愈方式其实非常简单，就是断舍离。身为近藤麻理惠（「怦然心动的人生整理魔法」的作者）粉丝的我，每周、每月最喜欢打扫及清洁住家。整理过后，家中的空气也重新弥漫一股清新活泼的氛围，让家人重新回复朝气，迎接接下来的挑战。我更喜欢趁着农历年前进行大扫除，重新检视累积一年的事物。如果是意义重大，理当保留；如果任务已完成，我会感谢它的付出，并让它往下个地方前进。如此一来，腾出的空间可以装载更多美好的事物，让住家及家人都能幸福又快乐。（远东新世纪／陈原毅）

## 【六】

绵绵细雨的日子里，雨声总带着安抚人心的节奏，滴答滴答轻敲着柏油路，一层层冲淡城市的喧嚣。微凉的时刻，待在干爽角落听雨，内心也被温柔包复。我喜欢在这样的清晨搭乘公车，提早在台北科技大学站下车，撑开伞，让雨声化作白噪音，将城市的喧嚣轻柔推开。握着手中的保温杯，不急着赶路，也不去想工作，只是任由思绪如雨丝般漫无目的地飘流。在日常繁忙的缝隙里，这段独行的路程，是我为自己按下的暂停键。

傍晚雨歇，骑着机车行经中兴桥上，看着夕阳映在水面，与未散的湿气交融成柔和光影，一天的疲惫也随之沉淀。或许生活仍旧忙碌，但在雨声与步伐之间，我为自己留一段静谧。在快速流转的日常里，依然保有从容与安放自己的能力。（远扬营造／张竞文）

## 【七】

在节奏紧凑的日常中，我最疗愈的时光，是每天结束工作后，那段属于自己的片刻。关上电脑、收起讯息，为自己泡一杯热茶，坐下来，让忙碌暂时停在门外。那几分钟里，我不急着回顾今天的成果，也不提前焦虑明天的待办事项，只专心感受热气升起、茶香慢慢扩散。身体放松了，思绪也逐渐沉淀，彷彿替心情做了一次温柔的整理。工作教会我负责与投入，也提醒我，唯有照顾好自己，才能走得更长远。疗愈不一定是远行，有时只是在日常中，为自己留下一段安静而安心的时光。（远东服装（越南）／吴一平）

## 【八】

阳春三月的午后，我请了特休，走进大湳森林公园。看着阳光透过树梢，洒在蜿蜒的步道上，光影随风移动，天地显得格外宽广安静。那一刻，我忽然懂得王维所说：「行到水穷处，坐看云起时。」原来停下脚步，本身就是一种抵达。我慢慢行走在林间，微风带着青草与泥土的气息，鸟鸣在枝叶之间轻轻起落。来到湖畔，想起海子在「面朝大海，春暖花开」一诗中所描绘的生命想像 -- 向光而行，与世界温柔相望，在平凡中安放心灵的重量。于是，我在树荫下静坐片刻，不思去程，也不计时光，只让午后静静流过。大湳森林公园成了我为自己保留的一方春暖，也收藏了这段与内心相遇的时光。（远东新世纪／曾智远）

# 奥捷真善美之旅

远东商银／杨芬妮

对于海外旅游，我偏好跟团，虽然少了自由和随性，却可以在导游的介绍下，了解当地的历史文化。尤其这次奥捷之旅的领队，拥有带欧洲团数十年的经验，对于一战及二战的欧洲历史了如指掌，让我们置身当地如梦似幻的小镇风光之外，也享受了一趟世界文化遗产之旅。

**漫**步在 1997 年即被收录于世界文化遗产的哈尔斯塔特湖畔，眺望着阿尔卑斯山，欣赏野鸭及天鹅悠游湖面。山坡上座落着一幢幢小木屋，简直就是卡通故事「小天使」里爷爷的山中小屋，充满浪漫氛围。

萨尔兹堡号称「盐巴的故乡」，整座城市由盐河划分为新城区与旧城镇，由于莫札特曾居住在此，我们顺道参观了莫札特之家，以及莫札特儿时经常嬉戏的巷弄、历史悠久的咖啡馆、1594 年成立的老书店等。新旧城镇之间由一座情人桥连接，桥身挂满五颜六色的钥匙锁，闪闪发光。走进新城区，最具代表性的景点则是米拉贝尔宫殿，其间满是希腊神话的雕像。中庭除了花坛之外，还有风、土、火、水四大雕像，据说电影「真善美」的场景也多是在萨尔兹堡拍摄。

百水公寓则是维也纳的特色建筑之一，由艺术家百水先生设计。他崇尚自由，反对直线及规则，于是大量利用不规则的曲线与五彩缤纷的颜色，设计了与植被共存的国宅。

库伦洛夫小镇是捷克必玩的景点，1992 年被联合国指定为世界文化遗产。整座城镇为伏尔塔瓦河环绕，特色红砖瓦房建筑在山顶，从城堡区俯瞰整座小镇，40 多户的红砖瓦配上蜿蜒的河流，以及色彩缤纷的彩绘塔，让游客无论如何也要留下到此一游的照片。



捷克的第二座特色城市是卡罗维瓦利，虽然台湾从北到南也有各式温泉，但从来没听说温泉水可以喝，然而在卡罗维瓦利，温泉水不但可以饮用，且不同温度有不同疗效。传闻 72 度的温泉可以治疗心血管疾病，而查理四世首先发现的 64 度温泉则有治疗风湿的效果。我们漫步在小镇中，买个喝温泉的造型小杯，配着温泉饼，走在一座座温泉水的回廊，享受着捷克独特的体验。

布拉格也是捷克的重要景点，由民主大道区分为新城区及旧城区，新城区的中心为瓦次拉夫广场，其中矗立着波希米亚国王瓦次拉夫的雕像，以及布拉格的精神象征国家剧院、历史博物馆等，邻近建筑均为高级商店、餐厅、咖啡厅、五星级酒店等，号称捷克版的香榭里舍大道。

老城广场又称胡斯广场与市政广场，广场中心耸立着宗教改革始祖胡斯的雕像，附近有哥德式建筑提恩教堂、火药塔、旧市政厅，以及 1232 年即存在的传统市场。其中最受游客喜爱的是天文钟，每逢整点就会由象征死神的骷颅摇着铃铛，接着天文钟上方的两扇窗户开启，耶稣十二门徒分列在窗内轮流现身，钟声最后在此起彼落的掌声中结束。游客可以买票到天文钟的塔顶参观，俯瞰整个布拉格广场，也可以透过伏尔他瓦河游湖，观赏沿岸布拉格特色的建筑美学 -- 圆顶的巴洛克、尖塔的哥德式，以及极尽奢华的洛可可。

奥捷边境的特尔奇小镇三面环湖，2013 年被评为欧洲最美的七小镇之一，于 1992 年获联合国指定为世界文化遗产城市。前往萨哈莉亚修广场之前，途经人烟稀少的旧村庄，特色红屋顶林立，倒映在水中，广场内的山形墙、拱门厅，马卡龙色泽的彩色屋一幢幢，别有一番风味。

曾经繁华一时的奥匈帝国，哈布斯堡家族国母玛丽亚泰瑞莎，透过与欧洲各国联姻的方式，壮大家族势力，号称欧洲亲家母。一战战败后，国势日衰，民族主义兴起，匈牙利、斯洛伐克等国纷纷宣布独立，帝国解体；二战战败后，奥地利被吞并，最后才成为今天的独立国家。行程的最后两天，我们走访维也纳市区，歌剧院、史蒂芬大教堂、霍夫堡皇宫，以及欧洲三大宫殿之一的熊布朗皇宫，见证哈布斯堡家族由盛转衰的历史。透过这次旅游，除了参观不同时期的建筑风格、欣赏百塔之城布拉格、徜徉青山绿水的怀抱，还参观无数的世界文化遗迹，深度上了一堂奥匈帝国史，堪称一趟完美的身心灵之旅。

# 在时间之中 学会沉寂之美

远东商银 / 妙妍

走进故宫「甲子万年」特展时，我很自然地放慢了脚步。展场里的安静，并非刻意营造，而是一种让人自然而然调整节奏的氛围。那些被时间保存的器物与书画，并不急著向观众证明自身的价值，而是寂静地存在光影之中，仿佛早已习惯被观赏，也习惯了漫漫等待。

故宫「甲子万年」特展以时间为轴，作品依序展开。其中，《寒食帖》是北宋文豪苏轼被贬黄州写的行书，我不急着读完每一段文字，只是静静凝视，静待细节浮现。笔墨的收放，展现苏轼一气呵成的书写魅力与人生情感。这些经年累月留下的痕迹让我意识到，真正能长久保存的价值，往往不是当下可见，而是在历久弥新的岁月中，被细细守护。

另一件苏轼的唯一手迹《前赤壁赋》，让我停留了很久。全卷以端楷书写，笔法，蕴含了对人生的感悟与豁达，越是细看，越能感受到极具历史与艺术的价值。那一刻，我想到在工作中，许多努力也是如此：对客户的每一份规划、每一次风险控管、每一笔资产配置，都需要经过时间的淬炼与细致的维护。这些努力也许在短时间内不易被看见，却是支撑长期信任与稳健成果的基础。

在展场中，时间不再是历史名词，而是一种可以被感受的重量。它存在于修复后仍可辨识的痕迹中，也存在于典藏说明中，反复出现的年代标记。这种时间感与我在工作中对长期资产价值的守护、对客户的谨慎经营有着微妙的共鸣：价值不是一蹴而就，而是在看不见的地方，经过耐心安排与累积，才能稳定延续。

离开展场时，四周的人车吵杂声重新涌入耳中。我回头望向出口，心中浮现的不是「看完一个展览」的完成感，而是一种被提醒过往的节奏。「万年」不再是遥不可及的概念，而是由无数次耐心、谨慎、持续沉积所构成。我每天所做的，也正是在时间的流动里，默默帮客户累积可永续传承的价值。

---

# 远行者的回望

远纺织染（苏州）／Linda

我的故乡地处中原，无山无水，只有一马平川的田地。它没有江南的烟雨蒙蒙、小桥流水，只有很多村落或集中或零散的坐落在一片黄土地上；它也没有大城市的繁华喧闹，只有小地方的宁静与淳朴。

---

记忆中，村子里每条胡同都是曲曲折折，小时候每天沿着蜿蜒的小路往返学校，雨天时，泥泞的小路上总是溅起泥巴；旱天时，它又干得裂缝，扬起漫天黄沙。光阴似箭，多少年月如同细沙般，在指缝间悄然流逝，孩童们奔跑在求学的路上，摆脱贫穷的决心不亚于山区孩子走出大山的渴望。

村头巷尾处，偶尔有三五老人闲坐。老奶奶用绿色头巾包裹着斑白的头发，黝黑的脸上满是皱纹，佝偻着身躯，半依靠在院墙外面的石头上，为了方便行走，还拄着一把拐杖。老爷爷花白的胡须下，有一口脱落的牙齿，午后的阳光温暖洒落在他们身上，大家聊东扯西，诉说着古老的故事。或许他们也在怀念着自己懵懂的孩童时代，亦如中年的我们。

我的故乡四季分明，春天杨柳依依，槐花长满了枝头，花瓣可蒸可煎，味道鲜美，承载了异地游子的念想，也是记忆里浓浓的乡愁；夏天知了蝉鸣，太阳炙烤着这片黄土地，干旱的农田和农民伯伯一样，期待着一场甘露降临，以省去灌溉的辛劳；秋天玉米黄了，伴随着收割机的嗡嗡声，农民伯伯也迎来了丰收的喜悦，棉花裂开了嘴，迫不及待等着人们把它收入囊中，果园梨子黄了、苹果红了，挂在枝头格外热闹；冬天天寒地冻，风吹草黄，大地沉寂，在风雪的包裹下沉沉睡去，可它不是真的睡去，而是在积蓄力量，蓄势待发。

故乡是每个人的根，是每位游子斩不断的情结。年少的我们拼了命想走出去，在钢筋混泥土、条条马路交织的城市中奔波久了，忙碌倦怠时，它依然是我的「梦中情乡」。

# 有奖徵答

编辑室

看完这一期的月刊，相信大家对于集团的动态与大环境的变化又有了更深一层的了解。咱们「有奖征答」单元就要考考大家对于月刊内容的记忆力喽！什么？你已经忘记答案是什么了？没关系，每道题目后面都有小小的提示，聪明的您一定很快就能找到答案！

## 本期题目

### 1. 东联化学与亚东预拌合力开发的碳捕捉化学品有何特色？【封面故事】

- A. 突破传统 CO<sub>2</sub> 气体利用与碳封存困难的瓶颈
- B. 低成本、可普及，操作像添注外加剂一样简单
- C. 达到「排放源 -- 材料制造 -- 废弃物处理」的全链减碳闭环
- D. 以上皆是

### 2. HAPPY GO 如何借由智慧科技，掌握消费需求？【封面故事】

- A. 运用「智慧贴标」与 AI 侦测技术，预判消费者购买意图
- B. 开发全新的「市调流程 AI 智能进化」机制，减轻人员作业负担
- C. 从「数据收集者」转型为「具备智慧分析与决策辅助能力的平台」
- D. 以上皆是

### 3. 下列何种行为会使自己暴露在资安风险中？【资讯网】

- A. 扫描公共场所的代码前，先观察是否为贴纸覆盖在原有的印刷品上
- B. 接获长官要求转移到 LINE 或离开公司通讯管道时，尽速配合
- C. 任何要求登入帐号或提供二次验证码才能观看的内容，需高度警觉
- D. 若扫码后，手机运作缓慢，应立即开启飞行模式、更换帐户密码

## 参加办法

请于5月15日前扫描右方QR Code，登入会员资料后，填写答案。只要答案正确即可参加抽奖，**远东集团四合一礼券NTD300（25名）与Fet.com官网购物金NTD300（5名）**。编辑室将于次月月刊公布得奖名单。



## 428 期有奖征答得奖名单揭晓

单位	姓名	单位	姓名	单位	姓名	单位	姓名	单位	姓名
亚东证券	蓝○萍	鼎盛企管	游○慧	远东新世纪	王○萱	嘉惠电力	高○洛	远龙不锈钢	陈○玮
亚东证券	陈○安	远东商银	丁○玟	亚泥花莲厂	宋○祥	远传电信	罗○汝	远龙不锈钢	陈○萱
宏远兴业	施○真	远东商银	张○宁	远时数位科技	江○柏	远传电信	林○新	远龙不锈钢	吴○瑜
宏远兴业	洪○华	富民运输	魏○君	远东巨城	郑○志	宏远兴业	古○娇	远东新世纪	王○富
宏远兴业	许○娥	远通电收	郭○芳	南昌亚力水泥	占○伟	宏远兴业	郭○乔	远东新世纪	何○葶

恭喜上列幸运儿分别得到面额 NTD300 的远东集团四合一礼券！

单位	姓名	单位	姓名	单位	姓名	单位	姓名	单位	姓名
亚东医院	潘○	远扬营造	张○文	爱买南雅店	林○儒	远东新世纪	陈○豪	远东新世纪	林○葶

恭喜上列幸运儿分别得到面额 NTD300 的 Fet.com 官网购物金！

# MAY

through the lens

➡ 亚东证券邀请亚东医院陈俊霖医师分享「绿色处方笺」概念，鼓励同仁运用园艺、动物、森林及冒险等非药物辅助来减缓焦虑、提升生活品质。



➡ 亚东医院与国玺干细胞公司签署合作备忘录，未来将结合双方技术与资源，共同投入外泌体药物之研究开发。



➡ 远东百货竹北店与农业部合作举办「抱走你的小树苗」活动，邀请民众捐赠发票，兑换台湾原生种树苗。



➡ 远东百货嘉义店携手嘉义市环保局举办「衣旧美丽，义起来换」活动，总计募集逾万件二手衣物，全数捐予嘉义市脊髓损伤协会。



媽咪  
*Happy Mother's Day*  
我愛你

即日起~5/11 寵愛媽咪 溫馨獻禮

全台據點  
○○○○○

板橋大遠百 MegaCity  
新北市板橋區新站路28號  
TEL : (02)77054168

遠百嘉義  
嘉義市西區垂楊路537號  
TEL : (05)2365137

遠百信義A13  
台北市信義區松仁路58號  
TEL : (02)77500888

遠百桃園  
桃園市桃園區中正路20號  
TEL : (03)3359811

台南大遠百  
台南市東區前鋒路210號  
TEL : (06)2098999

遠百板橋  
新北市板橋區中山路一段152號  
TEL : (02)89525678

遠百竹北  
新竹縣竹北市莊敬北路18號  
TEL : (03)6223168

高雄大遠百  
高雄市苓雅區三多四路21號  
TEL : (07)9728888

新竹大遠百  
新竹市東區西大路323號  
TEL : (03)5233121

遠百花蓮  
花蓮市和平路581號  
TEL : (03)8355588

台中大遠百 TopCity  
台中市台灣大道三段251號  
TEL : (04)37022168

The Mall遠企購物中心  
台北市敦化南路二段203號  
TEL : (02)23786666



遠百官網



綁定會員領好康



遠百線上購物