

遠東人

徐有庠
題

共同开创「诚勤朴慎·创新」的健康人生

COVER STORY

智能炼金术-亚洲水泥点石成金
化繁为简新商机-远鑫多元支付整合

LIFE GUIDE

保健网
你真的需要过敏原检测吗?

OFFICE TALK

咖啡商机最新解析

数位 智商 解码升级方程式

Use digital intelligence
to create new businesses



恭賀
新春

扫描 QR Code
看更多即时讯息
还可下载电子杂志





裕民航运徐旭东董事长（左三）透过视讯连线为「裕智轮」主持命名交船仪式，并邀请裕民航运独立董事刘崇坚之夫人庄懿妃女士（左二）担任命名夫人。



香格里拉台北远东饭店全新改装之远东 Café 自助餐厅盛大开幕，徐旭东董事长（右四）与祖睿德总经理（Randy Zupanski，右三）率餐饮团队举杯庆祝。



远东百货徐雪芳总经理（右三）亲自领军，严选近 500 款优质年菜年礼，邀请消费者一起品尝年节好滋味。



远东 SOGO 百货黄晴雯董事长（后排立者）宣布推出百货业第一套结合防疫与环保的游戏图卡，深耕环境教育。



「元智智慧氢能」团队于「2020 绿能无人机创新大奖赛」表现优异，获桃园市郑文灿市长（右五）亲至学校表扬。

2021 远东人月刊徵稿列车启动

李佳珍

下列单元长期征稿，欢迎参与远东人月刊，尽展创意无限！

*** 乐活职人：**您在工作中曾面临过什么难忘的事或突发状况吗？对办公室生存法则您有一套独特的哲学且不吐不快吗？本单元的「同仁工作经验谈」、「上班族必修学分」专栏，期待您来报到！

*** 生活情报：**您知道周遭有哪些值得介绍的美景胜地吗？您有特别推荐的私房餐厅、难以忘怀的家传美食吗？本单元「美食网」、「旅游网」强力征求集团内的美食鉴赏达人、旅游达人，分享丰富的生活体验。

*** 心动时刻：**人生旅途中的每一份心情、每一个转折，都弥足珍贵，这一方净土，是收藏你我心情的秘密花园。不论小说、散文、旅行札记、亲子教育心得……等，都希望有您一起来烘焙出属于我们的美好记忆。

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 500 元，其余文字稿台湾地区每字 0.5 元、海外地区每字 0.8 元。

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，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」三月份话题：防疫轻旅行提案

新冠肺炎之下，玩心压抑许久。虽然现阶段仍无法尽情畅游世界各地，却是重新赏玩国内景点的好时机。无论是人迹罕至的私房行程，或是别具特色的文青景点，都欢迎来信分享，文长 300 字以内，远东人月刊就会提供您一笔「安心旅游基金」喔！（截稿日期：2 月 15 日前）



FEB 2021
NO. 366

01 EDITOR 编辑手记

2021 远东人月刊征稿列车启动 / 李佳珍

04 LEADER'S REMARKS 领航者的话

定义未来的愿景 -- 通过品牌进行交流 / 徐国安

06 COVER STORY 封面故事

智能炼金术 -- 亚洲水泥点石成金 / 编辑室采访整理

化繁为简的新商机 -- 远鑫多元支付整合 / 编辑室采访整理

12 GROUP BRIEFING 集团简讯

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

19 OFFICE TALK 乐活职人

经营管理新知：咖啡商机最新解析 / 天下创新学院

上班族必修学分：训练你的英文脑 / EIE 美语

同仁工作经验谈：「慎」的智慧 / 张鹏

同仁工作经验谈：实现一网统管 打造智慧亚东 / 王晓菲



29 LIFE GUIDE 生活情报

艺文网 好书推荐 -- 敏捷、动荡 /徐旭东

法律网 邻地花木入侵 如何保障权益? /李昀蓁

法律网 津贴补助福利多 爸妈育儿要把握 /锺幸宜

美食网 味蕾伪出国 Go To 东南亚 /郑嘉蕙

财经网 快乐退休生活, 提早准备 Let's GO! /杨丽瑾

保健网 过敏病人如何聪明就医 --
你真的需要过敏原检测吗? /吴建升

44 HOT TOPIC 远东话题

远东人开讲: 防疫轻旅行提案 /编辑室辑

46 STORY 心动时刻

寻找另一片天地 /郭延山

48 QUIZ 有奖征答

365 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	王文交	余欲弟	李佩频
李美慧	何思纬	汪更新	吕学龙
林俊佑	吴信仪	吴佳颖	吴敏如
吴升鑫	卓采慧	范明珠	徐竣菁
徐雅慧	梁雅雯	黄吕钧	黄裔貽
游慧琳	游淑如	郭曜豪	郭文慧
陈文山	陈聪明	陈玲华	陈雪萍
陈虹瑾	陈睿谊	陈金星	陈相吟
叶金璋	张 丹	杨韵琪	曾淑苹
冯辉棋	蔡敏雄	蔡佩琼	蔡欣渝
郑翊淳	刘贞佑		

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、8556

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)



定义未来的愿景—— 通过品牌进行交流

远东集团／徐国安创新长

「品牌」是企业的识别，包含企业历程与价值、企业承诺、企业风格，以及企业的视觉系统；「愿景」定义未来，为团队指引方向，帮助每位成员了解企业为何存在、企业的走向，以及如何到达目的。

「品牌」与「愿景」并行，是公司的灵魂与未来的方向。没有清楚的「愿景」，即使「品牌」再完美、策略再缜密，也是徒然。

值得注意的是，品牌应维持一致性，不能为了改变而改变，只有当企业出现以下六种情形时，品牌才需要重新定位：

一、外在环境的变化造成企业目标市场的改变，必须重新调整品牌。

二、企业的目标、产品、服务、竞争力出现变化，需要重新定位。

三、品牌的关联性减弱，例如目标客户改变，造成过时、不相关的形象。

四、企业的承诺没有兑现，或者品牌形象与别人混淆，造成品牌混乱。

五、收购或合并新的公司时，最好重新创造品牌，以获取信任。

六、品牌识别缺乏连结，例如员工无法与品牌连结，或是品牌不适合公司的业务。

各公司所处的产业环境不同，必须先了解世界的变化，找到适合的发展目标，才能建立有力的愿景，并透过积极转型，达成品牌再造，不能在清晰的愿景之前改变品牌。以历史悠久的玩具制造商——乐高（Lego）为例，自创业以来一直深受欢迎，直到 1998 年第一次面临危机，当时他们积极开发更多产品、调整品牌，希望挽救业绩，却不见成效，2003 年甚至考虑出售公司。其实乐高的品牌问题不大，而是企业已失去愿景。经由曾任职麦肯锡顾问公司（McKinsey）的纳斯托普（Jorgen Vig Knudstorp）重新为其设定愿景，简化了产品架构，重新聚焦积木本身，并加强数位和实体的整合，帮助乐高由谷底翻身。由此可见，重塑愿景对整个公司的营运、获利以及品牌价值都有极为重大的影响。

集团里的裕民航运也自三、四年前开始重新定义愿景及相关视觉识别系统。裕民不仅是船运公司，更是全球海上物流公司，必须注重环保与安全，建立整合的团队，以及数位化的沟通与营运平台。虽然目前愿景重建工程仍在进行，但已有不错的成效，不仅意外发生率降低，也获得国际上的认可。

最后，与各位分享合适的愿景宣言必须具备五项重点，包括：

1. 能指引公司的方向，让同仁理解公司存在的理由，以及未来的方向。
2. 恒久且永续（至少持续五～六年）。
3. 简洁好记，不超过一页。
4. 能勾勒未来的蓝图。
5. 能激发同仁的热情。





智能炼金术 -- 亚洲水泥点石成金

编辑室采访整理

早在4万多年前，人类已经懂得采掘矿物并运用于生活中。然而各地矿物原料品质不一，加上环保意识抬头，大面积的随地开采不仅违背永续精神，同时也有损企业形象。本期将为您介绍亚洲水泥如何在诸多限制下，打造出全新的智慧化生产模式。

紧邻亚洲水泥花莲厂的新城山矿场，由于石灰石夹层多且开采面积受限，加上近年来大量矽质、铝质及镁质石灰石陆续揭露，使得生产水泥最需要的高钙石灰石（CaO）严重缺乏。不仅如此，花莲县政府于民国 105 年修改地方矿石税后，花莲厂每开采 1 吨石灰石即需缴纳高额税金，不只增加了生产成本，更连带影响整体获利。

面对环境与财务上的压力，花莲厂专案团队力求在生产制程面找寻突破点，希

望借由智慧化生产模式，克服天然矿场之劣势，确保石灰石生产品质，创造更高获利。

均化措施 1：创新开采布局

俗话说：「知己知彼，百战百胜。」专案团队的首要之务是完成矿场全面钻探作业，以掌握整体矿层走向，了解各类品质矿石之蕴含量及分布。根据钻探结果显示，矿场中的石灰石成分分布极度不均，

且处于高钙石灰石（CaO）缺乏情况。

为了持续提供符合生产品质之石灰石原料，专案团队以智慧化模式，建立矿场资源分布资讯，将人员、机械与矿场资源紧密连结，采特殊模式开采，不但有效掌握石灰石的开采品质，另方面也将矿场石灰石氧化钙含量最高最低差异从 40% 之变动，改善至仅有 10%。其中非高钙之低品位石灰石，则透过智慧化调度，直接供应厂内作为生产之副原料使用，大幅降低副原料外购成本。

均化措施2：即时分析及品质监控

除了在开采方法上进行调整，专案团队积极自法国引进我国水泥业第一套专门分析石灰石的「中子在线分析仪」，每 2 分钟可提供一笔分析数据，相较于过往人工取样分析需耗费 60 分钟，时效性提升 30 倍，且经工程人员测试、改善后，准确度亦有不错之表现。此外，所有分析数据均透过整合性资讯平台呈现，使开采单位与品管单位均能即时获知资讯，并立即进行石灰石品质调度及管控。

此外，团队也与原厂设备技师共同开发「石灰石下料智慧品质监控系统」，可弹性设定石灰

石之品质目标与管制条件，当成分偏离时会自动警报，并预知及因应后续品质调整，不只减少原料的浪费，也提高了石灰石使用效率，使品质可符合生产所用，同时让进厂石灰石氧化钙变动由 10%，再降至 4%。

均化措施3：智慧石灰石堆料模式

根据过往经验，当矿山石灰石进厂时，由于石灰石颗粒均匀度不同，受到下料堆叠方式影响，料堆两侧容易出现料崩及析离现象，导致堆叠形状无法匹配刮料机角





均化措施4：自动化配料及精准品质调控

原料配比计算与调整是水泥生料制程中一大关键，任何失误都可能导致品质严重失控。为了维持稳定生产，花莲厂采用自动配料系统进行原料调配。首先，利用实验室内的半自动研磨制样系统以及X-ray 分析设备，在数分钟内准确分析样品的化学成分。配料系统再依据生料品质目标，完成配料计算，并同步透过PLC 程式传递至现场设备，自动进行秤量机配比调控，以取代过往人工计算并透过联系进行配比调整之方式，大幅降低人为误差，并有效提高生产效率。石灰石氧化钙的变动也由2%，再降至1%。

度，屡屡造成高达16小时以上成分骤变问题，影响后端制程运作。

专案团队搜集石灰石堆料机走轮与悬臂高度等资讯，借由PLC程式进行优化改写，并重新设计台车细部设备，打造智慧堆料模式，使料堆堆叠形状与刮料设备一致，有效提升刮料成分的稳定性，一举将石灰石氧化钙变动再优化至2%；同时也解决自开厂以来，料头料尾石灰石品质差异造成之烧成问题。

亚洲水泥成立六十多年来，无论在研发、品管、工安、环保等面向，始终是我国水泥产业的模范生，本次在专案团队集思广益下，推出一系列均化措施，不仅生料品质更加稳定，也降低厂区对于外购原料的依赖，大幅节省营运成本。另一方面，透过智慧化的采矿并配合多样的植生工法，更加速了矿山景观回复与水土保持，真正实现永续绿色家园的承诺，堪称水泥业智慧制造之典范！



化繁为简的新商机—— 远鑫多元支付整合

编辑室采访整理

不可逆的后疫情时代，旧有消费模式被迫打散重组，在这波动荡中开辟出一条新道路，是各家金融业者的首要之务。本期「封面故事」为您介绍远鑫电子票证如何整合多元支付，创造点金新经济商机。

查痛点 发现整合契机

随著政府推动「无现金社会」，银行、百货，甚至通讯软体都陆续推出各自的电子支付，商家每导入一种支付工具，除了需要多布建一部刷卡设备，增加营运成本外，销售人员也必须熟记不同的支付系统配对哪部机器，不仅需花更多时间进行在职教育，结帐柜台的拥挤度也逐渐攀升，导致顾客消费体验不佳。

正当市场争相抢攻电子支付市占率的

大饼，远鑫电子票证反其道而行，重新调整业务蓝图，仔细研讨零售通路可能面临哪些不同的技术议题，找到发展「多元支付整合服务」的契机。

新思维 拆解整合门槛

「多元支付整合服务」发展初期，远鑫电子票证舍弃大型通路市场，转攻数位化尚未普及的街坊小吃，从零开始推广多元支付概念。一方面协助架设无线网络设



备，让原本采用传统支付的中小型业者进行数位转型，另一方面则从中了解各业种对于多元支付的需求，进而调整公司的整合服务方案，以提供更符合市场所需的设备商品。技术上不但要衡量各支付业者的系统特性，以及硬体设备完整性与功能的相容性，在法规上也必须遵守国际发卡组织、金融服务相关资讯安控法规等严谨规范。即使面对种种限制与挑战，专案团队仍逐一突破，并且依据客户需求进行客制化布建。

传统单笔电子支付交易会经过收单机构、清算机构、发卡机构、信用卡国际组织等层层关卡，每个机构的营运成本也会反应在交易手续费、设定费上，垫高零售

通路的成本，甚至成为推广电子支付的阻碍。远鑫电子票证推出的「多元支付整合服务」则能突破传统信用卡收单结构，降低银行业者的收单成本，进而以较低的手续费率，有效拓展银行客户范围，并且满足消费者多元支付种类的需求，同时以一部整合型机台，协助商家节省下不必要的营运支出。

一言以蔽之，整体计画核心在于「化繁为简」。看似容易，但技术层面却因为面临「整合门槛」问题，具有其挑战性。一般收单银行或电子支付的整合专案，大多仅止于整合单一支付业者或通路系统，远鑫电子票证深入探讨「支付」的范畴，认为支付行为应延伸至会员服务、累兑点

数与转帐等功能，让消费者在支付的同时，也能更便利地享受会员服务，甚至支援好友拆单结帐等多项功能。

不只整合信用卡、会员服务，有鉴于「礼券」也是零售支付重要的一环，远鑫电子票证进一步研究如何协助礼券发行商降低发行与管理的成本，甚至连结企业福委会平台，串联 B2C、B2B 与 B2B2C 服务方式，提供礼券发行者与客户更多元的礼券应用与弹性，真正把「金」、「点」、「券」合而为一。



积经验 淬炼整合能量

「多元支付整合方案」在传统老街、观光夜市获得热烈回响后，远鑫电子票证将目标拉回大型零售通路。幸运的是，远东集团零售体系发展成熟，专案团队于 2019 年 9 月起，配合经济部「前瞻基础建设计画」，分别在全台各地的远东百货、新竹地区的远东巨城购物中心等场域执行行动支付整合计画。不仅如此，2019 年 10 月再从众多竞争对手中脱颖而出，获得台湾连锁超市业者 -- 全联福利中心的青

睐，协助全联于单一设备上建置多元化支付服务，以及相关帐务整合服务。不仅整合信用卡、金融卡等超过 8 种以上支付工具，更因此荣获「中华民国杰出企业金峰奖——十大杰出商品奖」，加上 2020 年受到疫情影响，防疫观念促使零接触商机快速崛起，以及政府大力推展行动支付普及政策，消费者使用现金交易的意愿下滑许多，专案团队于是把握时机，加速推广，于 2020 年 7 月将多元支付整合方案导入集团旗下量贩通路 -- 爱买全台分店，成功改变爱买的营运结构，未来也将持续推广至其他百货通路，扩大集团综效。

「随金融」的时代来临，不少金融相关产业都抢著分食数位支付的大饼，「多元支付整合方案」之所以能在市场中站稳一席之地，除了有赖于专案团队创新的整合技术，也归功团队努力累积现场经验、用心倾听使用者的回馈，以最有效率的方式解决问题，并且不断自我升级。透过一点一滴的累积，最终顺利争取商家转用多元支付整合平台，为集团在行动支付的战场再下一城。



集团简讯

扫描 QR Code 看更多集团讯息 →



01 远传、台达、微软 跨界打造全台第一座 5G 智慧工厂

远传电信于 2020 年 12 月 25 日宣布，与台达电子、台湾微软合作，于台达桃园龟山厂区生产线实际导入 5G 专网、AMR 自主移动机器人、AOI 瑕疵检测数据分析、微软云计算、混合实境等先进应用，并预计于 2021 年 2 月公开展示 5G 智慧商用生产线，三强整合优势，展现跨界综效，带动产业进入 5G 新纪元。（远传电信／张为竣）

02 远传 5G 助攻 2021 跨年盛典 缔造近 200 万收视人次

远传电信连续两年支持台北跨年晚会，2021 跨年以 5G 核心技术，打破以往单一视角的转播限制，提供多视角的转播，为跨年晚会转播的质量奠定全新里程碑。从跨年夜至 2021 年 1 月 1 日凌晨 1 时，总计收视人次将近 200 万，缔造 5G 多视角转播最高收视！（远传电信／陈信升）



03 远传启用云端运算中心 助企业迅速布局

远传电信耗资数十亿元打造的「TPKC 远传云端运算中心」坐落于板桥台北远东通讯园区（Tpark），是远传第一座获国际权威 Uptime Institute 认证为 Uptime Tier III 的云端资料中心（IDC）机房，于 2021 年 1 月 7 日正式启用，由远传云端团队提供不间断的维运服务，协助国内外企业、金融证券、电子商务、网路、OTT 服务等业者拓展业务布局，加速数位转型的脚步。（远传电信／张为竣）



04 远传参与淡海新市镇 5G 智慧交通计画

远传电信于 2020 年 12 月 17 日出席交通部「5G 领航智慧城邦」记者会，宣布将参与「淡海新市镇智慧交通场域试验研究计画」，提供路侧／感测设备、智慧号志控制、交通资讯运算等系统架构所需的 5G 环境，携手打造 5G 智慧交通实验场域。（远传电信／张为竣）

05 裕民再添生力军 325,000 载重吨超大型矿砂节能新船「裕智轮」交船

裕民航运委托青岛北海船舶重工建造的第二艘载重吨 325,000 公吨超大型矿砂船 (VLOC) 散装货轮「裕智轮」，于 2020 年 12 月 14 日在青岛北海造船厂举行「云接船」命名交船仪式，由远东集团徐旭东董事长透过视讯连线主持，并邀请裕民航运独立董事刘崇坚之夫人暨铭传大学企业管理学系教授兼系主任庄懿妃女士担任命名夫人。（裕民航运／黄一珍）



06 远银 Bankee 社群银行与鼎恒数位科技推出全台首创 HR Fintech 生态圈

远东商银 Bankee 社群银行与 MAYO 鼎恒数位科技携手推出全台首创 HR FinTech 生态圈，透过串接金流服务，解决员工报到开户耗时、计薪拨款耗工、企业员工之间帐务处理麻烦等三大痛点。除了优化人资及员工办公金融场景应用流程，更让中小企业有机会终生免费使用云端人资系统、员工福利整合平台，启动数位转型。（远东商银／陈羿茹）



公益专区

07 元智大学与宜兰高中大手牵小手 提升学生创意

为提升高中学生对科技领域的素养，元智大学工业工程与管理学系和国立宜兰高级中学合作办理一学期科技先修研习营活动，导入元智大学「三创课程」之「设计思考」课程，激发学生的创意。（元智大学／饶浩文）

08 元智艾妲世代共学 打造长辈专属的科学体验营

元智大学「艾妲资讯培力」USR 计画今年首度与社区大学合作，于台中国立自然科学博物馆举办「世代共学科学体验营」。透过世代共学课程，带领长辈们探索科学以及体验 VR 沉浸式实作等，激发长辈们的学习动机，以及提升资讯素养，打开科学新视野。（元智大学／饶浩文）

09 豫章工商举办饥饿「午」时岁末祈福活动

豫章工商于2020岁末年终之际，举办「饥饿午时」祈福感恩活动，由马玉兰校长率领全体师生一起「体验饥饿」，希望学生感受尊重生命的同理心，并发挥爱心，将午餐费捐给弱势群体，为校园注入温馨的暖流。（豫章工商／谢淑珍）



10 台东嘉年华 远传5G 远距诊疗义诊相随

远传电信2020年12月26日参与台东县「幸福家园与您同行嘉年华」活动，于台东县艺文中心广场提供眼科5G远距诊疗义诊服务，连线高雄医学大学附设中和纪念医院、花莲慈济医院眼科医师进行远距判读与即时回馈，让民众体验远距诊疗科技的实际应用。（远传电信／张为竣）

11 远东巨城打造公益空间 汇集爱心与温暖

远东巨城购物中心于2020年12月与新竹市政府合作举办新竹市感恩季，邀请顾客与员工一同参与迈入第五年的「圣诞心愿卡募集」活动，从衣物、球鞋到文具等，五年来共完成超过500位弱势孩童的心愿。同时，远东巨城也携手国际社会福利协会中华民国总会，打造高龄友善的公益空间「Baby Boomers Club--BBC三合院」，帮助高龄者接触更多新议题，发展出更多元的生活模式。（远东巨城购物中心／姜紫仪）



12 百货首发！远东SOGO出版防疫X环境教育游戏图卡

远东SOGO百货发布最新出版的防疫X环境教育游戏图卡--「跟著ThanQ逛绿色百货」，借由有趣的图卡，教导儿童注重个人卫生、饮食、节能、环保等10项观念，不仅达到寓教于乐的效果，更是响应全民防疫政策的积极作为。游戏图卡数位内容除了免费提供下载，也将与社福团体合作，赠送实体图卡给弱势儿童，成为最棒的新年礼物。（远东SOGO百货／廖佩妤）

13 远东百货携手慈善机构 共同守护孩子

远东百货桃园店与台湾世界展望会合作举办「梦想百分百 成真孩子们的一百个圣诞愿望」活动，号召社会大众完成 100 名孩子的圣诞愿望，获得热烈响应，2020 年 12 月 21 日由桃园店同仁亲手将圣诞礼物交至孩子们手中。嘉义店也于 2020 年 12 月 23 日举办「暖心圣诞，好礼相送」公益活动，携手合作夥伴，为育幼院的孩童送上全新圣诞礼物，并点亮圣诞树彩灯，期许圣诞树的光辉成为孩童成长路上的希望之光。台中大远百则号召员工送爱到南台中家扶中心，并协助关怀弱势家庭，希望让爱深入每个家庭，开心迎接新年的到来。（编辑室辑）



好康报报

14 过好年 远东百货年菜年礼拢攞好

「牛」转钱坤新年到，徐雪芳总经理亲自领军，严选近 500 款年菜年礼，品质第一、CP 值超高，优质首选推荐都在远百春节礼品专刊。（远东百货／郑嘉蕙）



远东百货春节
礼品专刊

15 香格里拉台南远东饭店年菜外带与年节礼盒开放预购

香格里拉台南远东饭店「醉月楼」中餐厅推出除夕当日《牛转乾坤团圆外带年菜》，除了单点选择外，套餐再赠精美保温保冷袋。而针对年节送礼，饭店一次推出十二款年节礼盒与礼篮，每组价格 399 元至 3,880 元，订购请洽 (06) 702-8856。（香格里拉台南远东饭店／卜怡筠）



16 香格里拉台北远东饭店推出限量联名「新气下午茶」及新春礼篮

香格里拉台北远东饭店与王侠军领军的瓷器品牌「八方新气」合作，即日起至 2 月 28 日前，于一楼「茶轩」推出充满节庆祝福的「新气下午茶」，并于一楼的 The Cake Room 同步推出「金牛报喜极致礼篮」，加入八方新气「迎新」存钱筒，最能彰显送礼品味。（香格里拉台北远东饭店／王靖芃）

17 八千万钜资改装 香格里拉台北远东 Café 盛大开幕

香格里拉台北远东饭店斥资新台币 8 仟万元、历时三个多月改装远东 Café 自助餐厅，于 2020 年 12 月 16 日盛大开幕。强调用餐食趣与五感体验，并携手名店鼎泰丰，以 12 大美食主题区呈现「一餐台即一名店」的概念，再加上主厨特色佳肴「秘密武器」，让饕客吃饱、吃巧，还要吃到宝。订位专线：(02) 7711-2080。（香格里拉台北远东饭店／王靖芃）



18 官网订房搭配台北加码 GO 补助 享香格里拉台北远东饭店超值优惠

响应「台北加码 GO」旅游补助方案，香格里拉台北远东饭店推出「加码再加码，食宿乐加倍」住房优惠活动！2020 年 12 月 24 日～2021 年 3 月 7 日申请「台北加码 GO 补助」，并预订香格里拉台北远东饭店官网任一住房专案，每房除了可折抵旅游补助 1,000 元住宿费，再享餐饮抵用金 1,000 元，还可获得价值 3,000 元的饭店餐饮及住宿礼券！订房专线：(02) 2376-3266。（香格里拉台北远东饭店／徐佩榕）

19 《50楼Café》新年钜献「和牛爱美莓」隆重登场

全国最高的自助餐厅「50楼Café」，即日起至3月12日推出「和牛爱美莓」主题式餐点，包括日本顶级 A5 和牛握寿司在内的「牛肉三重奏」、大湖草莓甜点，通通无限吃到饱，再加上各种补汤，以及琳琅满目的美食，绝对是聚餐的最佳选择！订位专线：(02) 7705-9723。（Mega 50 餐饮及宴会／阎惠媛）

20 远银 Bankee 数存帐户邀您一起放大年终奖金

全球景气低迷，远东商银 Bankee 社群银行即日起推出「活存 2.6%，加 1 人通通有」活动，只要将推荐码分享给 1 位亲友，就能同享新台币 5 万元额度 2.6% 利率，为一般活存的 16 倍，帮助民众守紧荷包，放大年终奖金。（远东商银／陈羿茹）

21 远银帐户连结 LINE Pay Money 乐享最高 25% 回馈

为了提供客户更便利的金融服务，远东商银祭出帐户连结 LINE Pay Money 服务，使用 LINE Pay Money 消费乐享最高 25% 回馈。此外，远银 Bankee 社群银行也将开户服务串接至电子支付平台，一键就能完成数位帐户开户及 LINE Pay Money 帐户连结，省去跑银行开户的流程。（远东商银／陈羿茹）

人事异动

22 远东新世纪公司高阶主管人事异动

姓名：吴谟吉
 学历：逢甲大学纺织工程系学士
 原任：纺织总部工业纤维群副总经理
 新任：纺织总部工业纤维群暨纺纱事业群营运长



绩优荣誉榜

23 鼎鼎联合行销喜获双奖

鼎鼎联合行销（HAPPY GO）喜事频传，不仅以「导师请益计画」，获朝邦文教基金会颁予「对话影响力奖」，旗下 iCONNECT 智慧媒体亦以「正官庄 -- 用对数据找对人」案例，勇夺台湾数位媒体应用暨行销协会（DMA）「2020 DSA 数位奇点奖 -- 最佳数据洞察创新奖」。（鼎鼎联合行销／黄韵如）

24 远东SOGO百货获「Buying Power」双奖殊荣

经济部中小企业处举办第四届「Buying Power 社会创新产品及服务采购奖励机制」颁奖典礼，远东 SOGO 百货携手社会创新组织 -- Give543 赠物网打造的公益服务「爱箱送」计画，拿下「特别奖」及「采购奖贰奖」殊荣，为唯一获奖的百货业者。（远东 SOGO 百货／吴敏如）



25 远传夺 Opensignal 台湾5G用户体验报告双冠王

国际行动网路调查权威 Opensignal 于 2020 年 12 月 21 日公布「台湾 5G 用户体验报告」，远传在最受瞩目的「5G 下载速度」与「5G 用户整体下载速度体验」夺下双冠王宝座，显见远传 5G 飙网实力惊人！（远传电信／林孟璇）

26 远传电信获「智慧城市创新应用奖」

远传电信与台北市政府都发局携手，于南港机厂社会住宅导入 AIoT 人工智慧物联网平台，整合人工智慧、机器学习与云端技术，打造创新居住营运模式，获得 2021「智慧城市创新应用奖」肯定。（远传电信／张为竣）

27 元智大学团队成功挑战龟山岛 获科技部无人机创新大奖

元智大学「元智智慧氢能」团队与工研院合作制造的飞机，于「2020 绿能无人机创新大奖赛」表现优异，并写下「氢能无人机来回龟山岛」的创举，12 月 14 日获桃园市郑文灿市长亲至学校表扬。（元智大学／饶浩文）

28 亚东技术学院参加2020高雄 KIDE 国际发明暨设计展 勇夺 19 奖

亚东技术学院 2020 年 12 月 10 日参加高雄 KIDE 国际发明暨设计展，于 408 件参赛作品中脱颖而出，夺得 9 金牌、8 银牌、2 铜牌。由于比赛全程必须以英语向外籍评审解说作品，校方在赛前特别培训英语解说技巧，果然大获成功。（亚东技术学院／李玉燕）



29 远东新世纪获选环保署「109 年循环经济绩优企业」

远东新世纪的化学回收技术（TopGreen® ChemCycle），除了陆续取得台、美、澳等多国专利，更因跨领域整合建立共享经济之新商业服务模式，于 2020 年 12 月 14 日荣获行政院环境保护署最高等级「109 年循环经济绩优企业——绩优二星级」奖项。（远东新世纪／黄依苹）



30 江西亚东水泥所属两座矿山入选 2020 年度「全国绿色矿山」

江西亚东水泥公司所属的「新屋田灰岩矿」和「下张水泥用灰岩矿」两座矿山，由于在开发过程注重生态建设和环境保护，实施科学有序开采，成果备受肯定，于 2020 年 12 月 29 日获自然资源部评选为年度「绿色矿山」。（江西亚东水泥／罗丽芳）

恭賀
新春

咖啡商机最新解析

天下创新学院提供

每天早上一定要喝杯咖啡才能上工？你知道台湾人有多爱喝咖啡吗？一杯咖啡背后隐藏的商机与角力，绝对超乎你的想像！

摊开财政部进出口统计资料及农委会资料，近年来咖啡豆进口规模快速增加，无论进口量或进口金额皆同步成长，于此同时，国内咖啡豆产量也有增长，台湾对于咖啡豆的消费能力及种植能力，展现了庞大的动能与经济力道。这股「黑金」浪潮不仅来势汹汹，前景还持续看涨！

2019 年媒体公布，台湾外带咖啡杯数高达 6 亿杯，可叠成 13 万座台北 101 大楼；另根据国际咖啡组织（ICO）公布的调查，台湾一年喝掉 28.5 亿杯咖啡，市场规模超过 700 亿元；2020 年初，最新媒体报导统计，台湾自家烘焙咖啡馆密度已是全球第一，超商每秒就能卖出 13 杯外带咖啡！

当「咖啡」商战正在市场舞台精彩上演之际，天下创新学院与 GO SURVEY 携手合作，为你揭开咖啡消费浪潮下的消费者样貌！

40 後世代最爱喝咖啡

想要看懂咖啡经济，就要先了解消费

者是谁。根据调查，除了水之外，国人平日最常选择的饮品就是「咖啡」（65%），相当于每 3 人中就有 2 人平常会喝咖啡；其后则依序是「茶饮」（61%）、「鲜奶」（49%）。

比较各世代客群平日最常选择的饮品，虽然 20、30 世代除了喝水之外，偏爱茶饮（分别占 64%、67%），但选择咖啡的人数也分别有近五成、六成；而咖啡的最大客群（逾七成）则是 40 世代后。

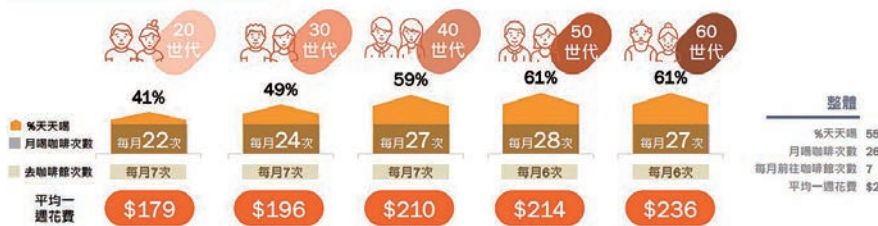
超过半数民众天天喝咖啡，每月去咖啡馆高达 7 次

台湾人到底多常喝咖啡？又会花多少钱在喝咖啡上？整体而言，55% 民众会天天喝咖啡，平均一周花费 209 元，相当于每个月花费 896 元，而且平均每月去咖啡馆的次数高达 7 次。

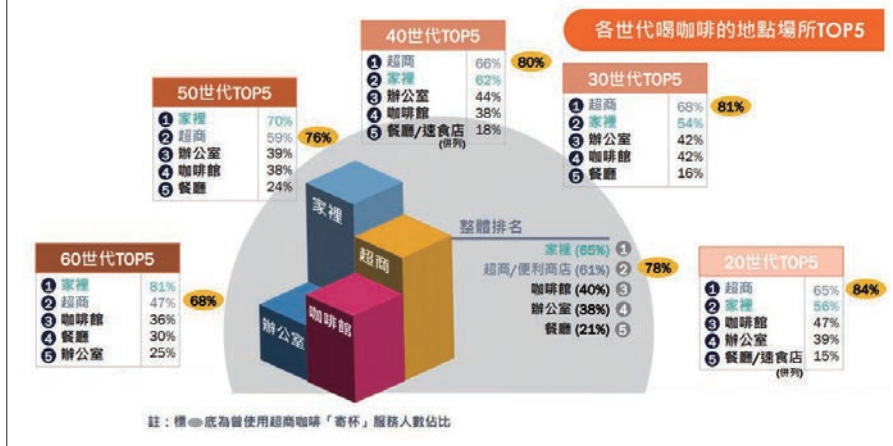
特别是最爱喝咖啡的 40 后世代，不但喝咖啡的频率更高（月喝咖啡达 27 次以上）、花费也最高（每周 210 元以上）；

① 咖啡族平均一周花费在咖啡上达 \$209 元，每月上达约 \$895 元。

各世代喝咖啡频率及每週花費



② 近八成咖啡客群曾用过超商咖啡寄杯服务



喝咖啡 (65%)，其
后才是「超商/便利
商店、咖啡馆、办公
室」(分别占 61%、
40%、38%)。观察
各世代的差异，20 世
代选择去咖啡馆的比
例 (47%) 居冠，显
示咖啡馆最受 20 世
代青睐，而 30、40 世
代的首选是超商、办公
室，至于 50、60 世
代则偏好在家喝咖啡，
应与所属年龄和工作
阶段有关。(图表②)

相较之下，20、30 世代虽然喝咖啡的频率及花费较低，但每个月也至少喝 22 次，大约每周会喝 5.5 次！再细看饮用的频繁度，即便是频度最低的 20 世代，天天喝咖啡的人数也有 41%，30 世代约有 50%，更遑论 40 世代后客群，天天喝的人数约有 60%！可见咖啡消费族群强大的消费实力。(图表①)

最常在「家里」喝咖啡

若你认为这些咖啡族多半在超商、咖啡馆或办公室喝咖啡，可就大错特错了！从调查数据来看，大家最常在「家里」

八成有「寄杯」经验，九成愿意回购

进一步观察消费者对于超商咖啡「寄杯」的购买意愿，近八成的人曾使用过，其中又以 20 世代使用率最高 (84%)；而购买此服务的消费者当中，也有 93% 的人愿意再回购，足见寄杯预售的商业模式普遍被接受，这也呼应了四大超商相继推出预售寄杯服务，期待能以「分批取、跨店取、可转赠」黏住消费者。

另外，从「去超商」和「去咖啡馆」两大客群的差异性可发现：超商咖啡消费客群大约 30～49 岁 (46%)，其咖啡花费较低 (39% 每星期花费少于 100 元)，

恭賀
新春

认为单杯咖啡合理价格为 52 元（整体咖啡族中，62% 认为单杯合理价低于 50 元），且在家或办公室喝咖啡时，选择即溶咖啡的比例较高（41%），较精打细算、追求方便及高 CP 值的咖啡饮品。

咖啡馆的消费客群则多为 60 岁以上（28%），且较多是重度（34%）或单品（20%）咖啡饮用者，认为单杯咖啡合理价格为 87 元（整体消费者中，超过八成认为单杯合理价高于 50 元），且在家或办公室喝咖啡时，也会喝自己手冲（48%）和咖啡馆现煮咖啡（47%），追求的是高品质的咖啡饮用体验。由此可见，消费者会随著不同的需求，选择在不同通路消费咖啡。

手冲咖啡、滤挂式咖啡：在家或办公室首选

至于在家或办公室时，咖啡族怎么喝咖啡呢？前 5 名分别是「手冲咖啡」（41%）、「滤挂式咖啡」（39%）、「即溶咖啡」（35%）、「自家或办公室咖啡机」（34%）、「咖啡馆现煮咖啡」（29%）。

显示咖啡族在家中或办公室，更讲究冲泡细节，更享受高品质且符合自己口味的手工精品咖啡。

尤其 50 后世代族群，最爱「手冲咖啡」，其中 60 世代消

费人数比例更高达五成；比较不同的是，20 世代在家或办公室买「咖啡馆现煮咖啡」的比例高于其他世代。

拿铁、美式稳坐宝座，单品咖啡拿下第四

大家通常喝什么口味的咖啡呢？调查显示，拿铁（58%）和美式（42%）咖啡是民众最喜欢的口味，而风靡咖啡迷的单品咖啡则拿下第四名。

进一步观察各世代的口味，20、30 世代偏爱「花式喝法」，加入不同风味、元素的混合咖啡，最吸引追求新鲜感的年轻世代；而 50 世代后族群则拥抱单一纯粹的口味，偏好美式咖啡、单品咖啡、浓缩咖啡。（图表③）

星巴克遥遥领先，路易莎、85 度 C 大幅在前

星巴克不意外的成为各世代的热门首选（86%），和路易莎咖啡（55%）、85 度 C（40%）是消费者最常去的前三名连锁咖啡馆，同时也是各世代造访的前三名；

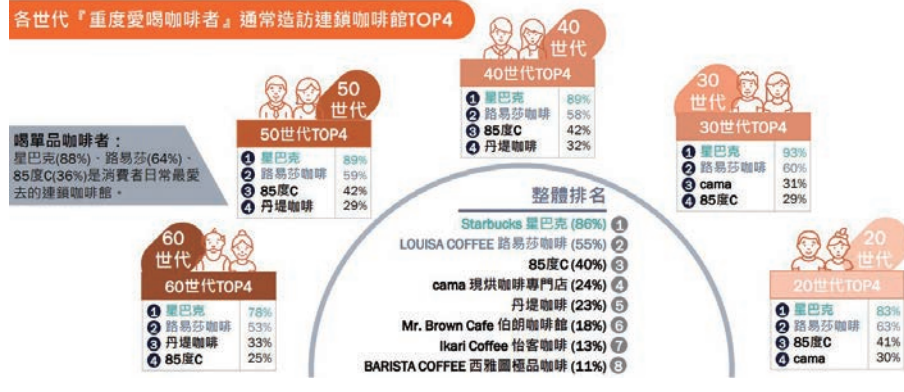
③ 20、30 世代对「花式咖啡」兴趣较浓厚

50 世代後族群則較風迷美式咖啡、单品咖啡、濃縮咖啡。

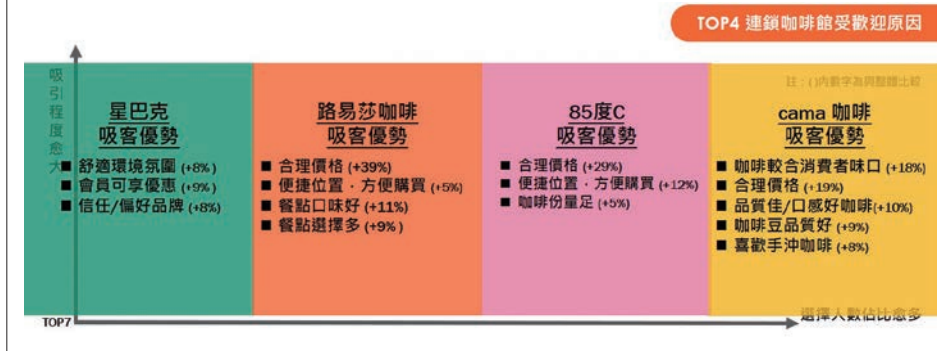


④ 选择去路易莎咖啡消费者当中，以 20 世代比例高於其他族群

各世代『重度愛喝咖啡者』通常造訪連鎖咖啡館TOP4



⑤ 星巴克的族群青睞其舒適氛圍、會員優惠及品牌力



在这三名当中，20 世代选择路易莎咖啡的比例较高。（图表④）

价格显然不是星巴克的诉求点，选择星巴克的族群青睞其舒適氛圍、會員優惠及品牌力；路易莎咖啡及 85 度 C 则是具价格和地点优势，其中路易莎咖啡也以餐点口味好、选择更多等因素，受到消费者喜爱；至于在 20、30 世代最常造访排名第四的 cama 则有自己的咖啡迷，喜欢其咖啡 / 咖啡豆风味、手冲的比例较高。（图表⑤）

每 4 位就有一位是重度爱喝咖啡者

从整体喝咖啡的人口来看，约每 4 位

就有 1 位是重度爱喝咖啡者（每天喝且单周花费超过 200 元），观察其喝咖啡的频率及花费，不但天天喝，而且每月喝 38 次，平均一周花费 460 元喝咖啡，消费力道高于整体咖啡族群 2 倍；其中，40 世代后的比例依然最高，而 20 世代中，每 6 位也有一位是重度爱喝咖啡者。

数据显示，

七成的重度爱喝咖啡族至少每星期跑一次咖啡馆。喝咖啡的去处和整体相比，虽然差异不大，但以选择去咖啡馆较整体突出（+11% vs. TTL）；当中以「服务和会员优惠」较吸引其前往连锁咖啡馆消费。（图表⑥）

至于大家爱喝什么呢？最多人选择拿铁；但与整体相比，喝美式（49%, +7% vs. TTL）及单品（21%, +6% vs. TTL）的比例皆高于整体。

每 7 位就有一位喝单品咖啡

在众多咖啡口味中，单品咖啡也愈

恭賀
新春

来愈受欢迎，约每 7 位就有 1 位喝单品咖啡（15%）；原因不外乎「第三波咖啡风潮」的带动，以及对于永续发展的重视，其中也包含希望更深入了解自己喝的咖啡来源、生产履历的可追溯性。

这些单品咖啡族每月喝 30 次咖啡，平均一周花费 284 元（+75 元 vs. 整体），以 40 世代后的比例最高（72%，+5% vs.

TTL）；近七成认为单杯合理价在 51 元以上，平均为 73 元（+\$17 vs. TTL）。

在喝咖啡的地点选择上，喝单品咖啡的族群无论是在家或咖啡馆的比例，皆高于整体两位数；他们享受在多家连锁咖啡喝咖啡，其中以路易莎、cama、伯朗咖啡馆、怡客咖啡、西雅图极品咖啡、欧客佬咖啡农场、上岛咖啡较整体高出 5% 以上；吸引这些人前往连锁咖啡馆消费的因素，以「地点方便、合理价格、享受个人时间、咖啡豆/餐点佳、喜欢手冲」的比例高于整体。（图表 7）

⑥ 重度爱喝咖啡者前往咖啡馆的比例，较整体突出（+11% vs. TTL）

『重度爱喝咖啡者』消费特徵

『重度爱喝咖啡者』主要消费特徵

- 49%喝美式（+7% vs. TTL）及21%单品（+6% vs. TTL）
- 最常在家裡（70%）、超商（64%）、和咖啡馆（51%）喝咖啡，當中又以選擇去咖啡馆較整體突出（+11% vs. TTL）
- 七成至少每週內會去咖啡馆1次（+18% vs. TTL）
- 在早餐時段前往的比例（25%）較整體高5%
- 「友善服務（41%）、及會員優惠（31%）」吸引重度愛喝咖啡者前往連鎖咖啡馆消費（皆較整體高出5%）

：重度愛喝咖啡定義，係指每天都喝且單週買咖啡花費逾\$200元。



⑦ 单品咖啡族每月喝 30 次，平均一周花 \$284 元喝咖啡

『嗜单品咖啡者』特徵

『嗜单品咖啡者』主要特徵

- 40世代后的比例依然最高（72%，+5% vs. TTL）
- 68%消費者認為單杯合理價值\$51元，平均為\$73（+\$17 vs. TTL）
- 喝單品者最常在家（79%，+14% vs. TTL），其次為超商（61%）及咖啡馆（58%，+18% vs. TTL）
- 享受在多家連鎖咖啡喝咖啡，其中以路易莎、cama、伯朗咖啡馆、怡客咖啡、西雅图极品咖啡、欧客佬咖啡农场、上岛咖啡较整体高出5%以上
- 「地點方便、合理價格、享受個人時間、咖啡豆/餐點佳、及喜歡手沖」吸引喝單品者前往連鎖咖啡馆消費



咖啡已成为许多人日常生活的必需品，如何与咖啡品牌进行跨界合作、借力使力，是吸引不同客群、创造话题的行銷手法之一。许多品牌通路利用咖啡开展复合式、联名或期间限定的促销活动，或是提供不同品牌通路的咖啡兑点回馈，甚至也借由不同的支付优惠回馈，吸引不同的客群，创造话题性，达到导流新客或经营忠诚客的行銷目的。品牌经营者不妨思考，如何依照自身的品牌调性与故事，结合各咖啡业者的优势，进行跨界跨域合作，混合出迥然不同的亮点，抓住不一样的客群。

* 调查说明：本次为GO SURVEY市场研究顾问於2020/02/06 ~ 2020/06/01在GO SURVEY平台执行的线上网路调查，共计回收11,267份样本，受访者条件为18 ~ 70岁的HAPPY GO卡友。

训练你的英语脑

EIE 美语提供

训练自己用英文思考，多练习常用的搭配和惯用语，能够更快学习英语，掌握更自然的发音方式。本期将为您介绍一些熟悉的单字，当它们合并在一起时，能产生不同的意思，让你的英文听起来更贴近职场应用。

会议惯用语补给站

1.in a nutshell（简而言之）

In a nutshell, we want to make sure all parties are satisfied with the event. We are willing to do whatever is needed to prevent unnecessary problems from happening.（简而言之，我们希望各部门在活动中都能满意，只要确保活动能顺利进行，我们都愿意尽量配合。）

2.go the extra mile（付出更多的努力）

She went the extra mile by doing more than she has been asked to do.（她付出更多的努力，远超出本来的期望。）

3.go down the drain（付诸流水）

Due to the adverse business climate his company is going down the drain fast.（由于商业环境不佳，他的公司很快将付诸流水）

4.go back to square one（从头来过）

I hope our game plan works properly. Otherwise, we will have to go back to square one.（希望我们的计划能顺利进行，否则我们将从头来过。）

5.the big picture（全局）

The CEO focuses on the big picture instead of on little details.（执行长处事总是顾全大局，不拘泥小细节。）

Sample Dialogue（情境范例）

During a meeting, Mark is presenting his ideas to his colleagues and they are having a conversation about this marketing strategy...（公司会议进行中，Mark 正跟大家说明本季的行销计画）

恭賀
新春

Mark : Picking up from where we left off, I'd like to walk you through real quick. In a nutshell, there're three main steps that we should work on for this recent marketing strategy. We'll begin by increasing our brand awareness. Then, we'll follow up by connecting with potential customers. Last, we'll keep extending commercial relationships via the mass media... (接续上次讨论, 我快速为大家回顾。简要说, 本季度行销策略分三大阶段。首先, 将主力放在提升品牌意识, 然后著手联系潜在客户, 最后透过媒体行销, 增加曝光机会)

Sabrina : Thank you for the brief summary, Mark. To make it unfold smoothly, we need to go the extra mile to getting it off the ground. (谢谢 Mark 简短的摘要, 为了让行销策略能顺利开展, 我们需要付出更多努力。)

Mark : You're absolutely right ! Just to make sure we're on the same page. Gary has developed a proper game plan regarding time allocation. Do you mind providing the sheet to every one after the meeting, Gary? (您说得对! 为了确认大家对此计画都有一致的了解。关于时程分配, Gary 已整理出一个妥适的计画。Gary 您介意会后把资料寄给大家吗?)

Gary : I'd love to. Unfortunately, my computer crashed. I wish I'd backed up all my files, but I didn't. All files just went down the drain. I need to go back to square one. (我相当乐意。但很不幸地, 我的电脑当机了, 真希望我有将所有档案都备份过, 但可惜我没有, 所有心血都白费了, 我需要从头来过。)

Sabrina : We all learned from the experience. It's actually fine. Let's all look at the big picture. We can take this opportunity to adjust our plan. We have all these great ideas and valuable plans from the meetings we had these last couple of weeks. Why don't we send the previous meeting minutes to Gary; he'll compile the information altogether with the needed adjustment. How does it sound to everyone? (我们都是从经验中学习。其实没关系, 我们往大方向看。我们刚好利用这次机会来调整本次计画。过去几周的会议中, 大家的建议与想法都很宝贵也很实际, 不如我们将前几次的会议纪录寄给 Gary, 让他帮我们再次整理, 并进行必要的修改。大家觉得这样如何?)

Gary : Sounds good to me! Thank you for all the great support. I'll make sure the adjusted game plan is ready before the next meeting. (听起来不错! 谢谢大家的全力支援, 我会在下次会议前将计画修改完成。)

以上英文教学由EIE美语提供, 英文课程咨询请洽: EIE Institute Belle Yin (Tel: (02) 8773-6828 Ext. 368; Email: belle@eie.com.tw)



更多的英文
课程资讯



免费英文
课程体验

「慎」的智慧

远纺工业（上海）／张鹏

「慎」是集团的立业精神，也是我们的核心价值观。准确理解「慎」的深刻内涵，对于发展公司博大精深的企业文化、学习前辈们的经验智慧，在全球经济低迷的大环境下创造经营的新突破，具有重要的意义。

「慎」的本义是小心，与「诚」有著密切的关系。《说文解字》注曰：「未有不诚而能谨者，故其字从真。」远东集团将「诚」和「慎」并列为核心价值，体现了创办人深厚的传统文化底蕴和博大精深的经营智慧。

众所周知，企业发展需要大胆的开拓创新，因此我们的企业精神中，特别强调了「创新」的价值观。但是乍看之下，「慎」和「创新」互为矛盾，如何在实际执行时，妥善处理两者之间的关系呢？其实，孔子早就给出了答案，那就是「临事而惧，好谋而成」。

在《论语·述而篇》中，子路问孔子：「如果您有机会统帅三军，愿意找谁一起共事呢？」孔子回答是：「赤手空拳和老虎搏斗、徒步涉水过河，死了也不会后悔的人，我是不会和他共事的。我要找的，一定是遇事小心谨慎、善于谋划而能完成

任务的人。」（原文：「暴虎冯河，死而不悔者，吾不与也。必也临事而惧，好谋而成者也。」）由此可见，成就大事的人，必须遇事小心谨慎、善于谋划才能成事，这也正是「慎」的大智慧。

在公司的经营中，「慎」的智慧体现在危机思维，也是公司得以一次次勇渡急流险滩的关键因素。「慎」的内涵有两方面，一是「临时而惧」，这个惧不是害怕，而是面对事业有敬畏之心，能够以如履薄冰的心态对危机因素做出全面的预判，二是「好谋而成」，在充分评估风险因素的前提下，做出全盘的规划部署，换言之，惧是谋的前提，谋是惧的目的，二者的有机结合，即为「慎」的价值观。无论回顾集团艰难创业的历史，或是总结目前辉煌的成就，您会发现，前辈们都是对事业怀著敬畏之心的谋略家。他们临事而惧，不是胆怯、更非懦弱，而是一种未雨绸缪的忧患意识、谨慎的态度、审慎的精神，其

恭賀
新春

胆识谋略是在「惧」的前提下而「谋」，体现在事前审慎评估、事中精心筹谋、事后反思总结。

企业的发展壮大需要「慎」的精神，个人又何尝不是？作为公司的一份子，当我们面对组织安排的任务，也应该秉持「临事而惧」的态度，对工作各方面可能产生

的风险做出充分的预判，绝不能像孔子说的那样，「暴虎冯河，死而不悔」。当充分完成风险评估之后，再拟订出解决问题的方案，才能够「好谋而成」。尤其在经济全球形势低迷、各方面风险加剧的后疫情时代，更需要将「慎」的精神真正落实到每个人的工作中。



实现一网统管 打造智慧亚东

亚东工业（苏州）／王晓菲

「一网统管」能在第一时间发现并消除隐患，防止重大事故，对公司的安全管理至关重要。

2020年11月20日上午10:00，某科室主管的手机端「巡查APP」上，弹出了一个推送通知，出现一张照片以及「织布车间的消火栓内物品摆放杂乱，请及时清理干净」的讯息。正在车间巡查的科室主管接收到异常报警后，立即安排属地负责人员进行清理。负责人快速抵达现场，10:03完成清理，并汇报科室主管。

从发现问题到现场解决，过程仅短短3分钟，背后的功臣正是亚东工业（苏州）正在开展的一项全新探索：借助智慧化、全员资讯化的技术，利用亚东工业「巡查APP」，将公司内的工厂安全巡查与属地自查、安全工作许可证结合，打造出全新的网上巡查系统，以防止重大事故的隐患。

这个「一网统管」的e化系统，经过3个多月的运

行，不仅能让各阶主管在第一时间得知巡查时发现的异常状况，并可立即指派属地责任人进行整改、及时掌握整改情形，有助于提升公司的安全管理，同时也淘汰了原有值日（夜）主管纸质档的巡厂登记，以及安环纸质档的隐患通知单，实现了无纸化办公，达到「发现更快捷，处置更及时，运转更高效」的目的。

不仅如此，亚东工业（苏州）也进一步取消了原有的「特种作业许可证」，将「安全工作许可证（PTWs）」系统正式上线，并且参照「巡查APP」，开发出「属地部门内部自查APP」，以确保完整涵盖重点区域的巡查。

未来，这个「一网统管」的巡查系统还将加强大数据分析决策，打造更智慧的亚东工业（苏州）！



好书推荐：敏捷、动荡

远东集团／徐旭东董事长



作者 | Leo M. Tilman, Charles Jacoby

出版社 | 本事出版社

出版日期 | 2020年6月22日

一场 Covid-19（新冠肺炎）疫情，打乱全球原有的步调，所幸疫苗已顺利进入临床试验阶段，让疫情渐露曙光，恢复之期指日可待。而正当大家忙著应付病毒侵扰的同时，新科技与新应用的发展也没慢下脚步，依旧不断地改变人类的生活样貌。另一方面，地缘政治和社会变迁的力道同样强劲，大环境更加瞬息万变、不可预测，企业身处在充满危机与转机的环境下，如何将严重威胁化为转型机会，端看组织的「敏捷」力。

本书两位作者分别拥有金融顾问和军事指挥的背景，从风险策略与军事战略

高度，全面解析何谓「敏捷」（Agility）——组织依据有次第的敏捷程序，「侦测」不确定性，「评估」风险，深入解析现行商业模式，找出破口，嗅出机会，及时「回应」，有效地运用风险智慧、决断力与灵活执行力。企业若能发展敏捷框架，便能在多变的世局快速调适、从容应对；在为与不为间，清楚立判；在风险与机会间，智慧决策！

依照书中论述，增进风险智慧的第一步是认清自身业务的本质，尤其现今许多企业透过跨足新领域或推出新产品、新服务，进行转型和强化商业模式，此举势必

改变风险组合，连带影响组织、管理和治理方式。唯有不断评估自身的业务本质，才能帮助企业拥抱新的可能，支持企业实际推动转型。接著是采用敏捷的手段建立组织的风险方程式，持续监控既存风险，并挖掘新兴风险，创造组织的韧性。然后再透过各种管制与授权指挥，有效地沟通策略愿景，整合资源配置，并以全面综效的措施，运用包括政府、商业、风险、组织、沟通和实体等六大控制手段，建立灵活的执行力，而非一味地追求组织扁平化。在高效的组织中，高阶领导者责无旁贷的任务是充分掌握科技脉动、社会发展、政经情势，并有系统地取得所需资讯和知识，以增进风险智慧；次阶领导者与其团队则

全力推动实务进展，借由扎实又协调地合作，打造上下一心的敏捷团队。

面对遽变环境，多数时候组织并没有充足的时间反应，也无法完全掌控事件，如同今年 Covid-19 疫情令各界措手不及，而人类与病毒间的战争更将成为新常态，是我们必须长期关注的重要课题。遭遇这类混乱局势时，更需要时时对环境变化保持觉知。期许远东集团成为一个敏捷的团队，除了因应变局、看见风险，还要掌握趋势、洞察先机。对产业发展也要精进不懈、投注心力、累积知识、储备战力，并进一步预见问题、超前部署、决胜新常态！



作者 | Jared Diamond
出版社 | 时报出版
出版日期 | 2019年12月3日

2020 年无疑是动荡的一年：Covid-19 疫情蔓延全球，从个人、企业乃至国家，皆受到巨大冲击。不仅疫情大浪来袭，全

球政经情势同样波涛汹涌。美国内有种族冲突待解，外与中国关系剑拔弩张，总统大选结果更将牵动世界局势；英国脱欧跌

宕起伏，贸易谈判仍有多项歧见。还有许多危机困局正在全球各地不断发生，严峻的国际情势使全球产业面临剧烈震荡，如何找出前进的方向，是各界领导人的课题。

本书以七个国家（芬兰、日本、智利、印尼、德国、澳洲和美国）遭逢的三大类危局（突发的内忧、外患和渐进型隐忧）为例：小虾米芬兰面对大鲸鱼苏联的入侵，在认清现实后，以更务实的方式与邻近强国共处；智利皮诺契特总统的极权政体瓦解了民主自由，却在经济上造福国家；日本 19 世纪在西方船坚炮利的冲击下，开启明治维新的新时代，成为东亚最先进国家，但这不代表从此一帆风顺，当今日本仍须面对政府债务、与中、韩的历史伤口、高龄化社会……等挑战；向来是世界强国的美国，将中国视为当前最大敌人，然而，政治两极化才是美国真正的头号隐忧。除了各国酝酿中的危机，全人类更应正视世界的危机：核武威胁、气候变迁、资源枯竭、生活水准的不平等，都是我们必须严肃以对的未来。

知古鉴今，作者除分析各个国家案例的时空背景，另以 12 个化解危局成败的关键因素，剖析各国的行动策略与结果，以此检视当前的世局，希望带来新启发。而国家面临的危机同样适用于企业，要成功应付内、外压力，领导人只有及时作出适

切的「选择性改变」，方可走出困局。书中的例子可以协助我们面对企业经营的挑战，包括：承认置身危机；承担改变的责任；建立围篱，识别需要改变之处；确定能获得的外援；寻求类似问题的其他典范；耐心等待，不断尝试新的解决方案；反省组织核心价值是否合宜；以及诚实的自我评估。此外，保有弹性、力求革新也是成功转型不可或缺的关键。

「动荡」已成了世界的日常，竞争敌对、国际情势骤变将是未来的新常态。身为国际化的企业，远东集团要立于不败，更应常保灵活机敏的特质。顶尖的企业因危机而壮大，远东集团成立超过 70 年，成功迈向百年企业是我们下一个目标，期许所有远东人不论面对骤然发生的近忧，或是逐渐形成的远虑，都能「创新突围 决胜新常态」（Breakthrough with Action, Winning over New Norm）。



邻地花木入侵 如何保障权益？

远东新世纪／李昀蓁

台湾地狭人稠，家户紧密相连，左邻右舍之间的关系是影响居住品质的重要环节。以下将透过阿荣与明嘉的故事，告诉您如何保障自己的权益。

案例：

阿荣与明嘉为邻居，两家庭院之间，有一道围墙相隔。明嘉在自家土地上种有一株九重葛与一欖白玫瑰，由于枝叶繁盛，部分枝桠越过围墙，进入阿荣的庭院。落叶常掉入阿荣家，阿荣认为，明嘉不修剪

花木，造成自家环境脏乱、蚊蚋孳生，两人因此产生嫌隙。某日，阿荣在未告知明嘉的情形下，爬上围墙，擅自用工具将伸进庭院内的九重葛及白玫瑰的枝叶锯断烧掉，明嘉知悉后，愤而对阿荣提出毁损告诉。



说明：**一、阿荣迳自刈除九重葛及白玫瑰枝叶的行为，已构成刑法毁损罪。**

1. 刑法第 354 条规定，毁弃、损坏他人之物或致令不堪用，足以生损害于公众或他人者，处二年以下有期徒刑、拘役或一万五千元以下罚金。本条之损坏系指使物之性质、外形或其特定目的之可用性，较原来之状态有显著不良之改变，而失其全部或一部之效用。而致令不堪用包含以其他不损及原物形式之方法，使物之一部或全部丧失其效用者而言。

2. 阿荣虽辩称，九重葛和白玫瑰至今仍然存活，未有毁损，但法院审理结果，认为植物本身的观赏价值非仅止于花朵，亦涵盖枝叶的生长型态，而花木枝叶遭剪断后，已变更该植物的外观与生长效用，应成立毁损罪。

二、阿荣应先依民法请求明嘉刈除越界之植物，若明嘉不在相当期间内刈除，再自行刈除後，请求明嘉偿还所生费用。

1. 土地所有人遇邻地植物之枝根有逾越地界者，得向植物所有人请求于相当期间内刈除之。植物所有人不于前项期间内刈除者，土地所有人得刈取越界之枝根，并得请求偿还因此所生之费用。越界植物



之枝根，如于土地之利用无妨害者，不适用前二项之规定，此为民法第 797 条所明文规定。

2. 是以，阿荣对于明嘉的九重葛、白玫瑰枝根逾越地界，造成环境脏乱、蚊蚋孳生等，妨害其土地利用之情形，可以先请求植物所有人明嘉在一定期间内刈除。明嘉如果不在阿荣通知的期间内刈除，阿荣即有合法权源，可以自行刈除逾越地界部分的九重葛、白玫瑰，也可以雇请工人来处理，再向明嘉请求偿还因清除所生之费用。

3. 另应注意的是，阿荣可刈除的范围仅限越界植物，至于长在明嘉庭院内的植株枝叶，阿荣仍无合法权源处理。而越界植物的枝根，如无妨害土地的利用，例如花木枝桠侵入所在，正好是阿荣家的池塘，树枝高悬在水面上，应不妨碍阿荣使用自家土地，就不得根据前述民法规定要求刈除。

津贴补助福利多 爸妈育儿要把握

远东新世纪／锺幸宜

依据行政院公布「我国少子女化对策计画（107年～111年）」，中央及地方政府均提出托育补助相关制度，以营造友善的育儿环境。另外，也提到其他生育、育儿及就学等补助规定。本文汇整五大类补助，其中2类为幼儿出生时申请，另外3类则依照年龄有不同的适用期间，帮助爸妈们掌握资讯，领好领满！

一、生育给付

国保、劳保、农保、公保等社会保险都有生育给付，要特别留意的是，劳、农、公保有 280 天的等待期，但国保只要在参加期间生产，就可以申请。

25 岁至 64 岁未参加其他社会保险者，都可能是国保的纳保对象，在参加国保期间生产的妈妈们，可领到 2 个月的国保生育给付共 36,564 元（104 年 12 月 17 日前生产者，生育给付是 1 个月），双生以上则按胎数增给，换言之，双胞胎可领 73,128 元，三胞胎可领 109,692 元，依此类推。

在国外生产的妈妈，只要在参加国保期间生产，一样有请领资格，但申请时必须准备妈妈本人的护照影本和经驻外单位验证之国外开具的婴儿出生证明书及中译本；如果已经在国内办理出生登记，可免附上述文件。

另外，国保、劳保、农保生育给付，

按法令规定只能择一请领，建议考量个人状况做出最佳选择。

二、生育津贴／补助／奖励金

各县市针对请领生育津贴的设籍条件与年限规定不同，补助金额也有所不同，部分乡镇另有加码补助。此外，许多县市申请期限为新生儿出生后 6 个月内，但也有部分县市或乡镇规定须在 60 天或 3 个月内申请，申请前须多加留意。

三、育儿津贴

中央的育儿津贴新制已于 2019 年上路，依综合所得税税率、低或中低收入户等身分差异，补助金额有所不同，惟须符合未经政府公费安置收容、未领取因照顾该名儿童之育婴留职停薪津贴、未接受托育公共或准公共化服务等条件。

部分县市政府额外加码发放育儿津贴，或发给奶粉尿布补助等，其中亦有少



数可与育婴留职停薪津贴并同请领，相关规定可至各县市政府网站查询。

四、托育补助

中央的托育补助新制于2018年8月上路，并于2020年1月将补助年限从0～2岁延长至0～3岁，综合所得税率未达20%之家长，送托子女至「公办托婴中心」和「公共托育家园」可依家庭经济条件，补助每人每月3,000元至7,000元不等的托育费用；「准公共化私立托婴中心」和「准公共化保母」则补助每月6,000元至1万元不等；第3名以上子女，每人再加发1,000元；若托婴中心和保母未加入准公共化，则不提供补助。

部分县市政府另有额外加码的托育补

助，云林县更设有全国唯一的「祖孙托育补助」（详情可至云林县政府社会处网站查询）。须注意的是，托育补助和中央的育儿津贴及育婴留停津贴仅能三择一，不可重复领取。

五、幼儿园就学补助

2～5岁就读公立幼儿园、非营利幼儿园、准公共化幼儿园可领取就学补助；5足岁以上则是就读公私幼皆有补助，其中，公幼学费全免，仅须缴交其余月费、杂费等，至于非营利幼儿园、准公共化幼儿园和私立幼儿园则是每学期补助15,000元。部分县市另提供额外的就学补助，爸妈们可多加留意。（资料来源：劳动部劳工保险局、卫生福利部、教育部、各县市政府）



味蕾伪出国 Go To 东南亚

远东百货／郑嘉蕙

历经寒冬，想必大家都十分想念南国的暖阳，虽然疫情尚未消失，边境管制也依然存在，但还是可以透过味蕾，来趟东南亚伪旅行。本期「美食网」向您推荐隐藏在远东百货中各式各样的东南亚美食，赶快跟著我们一起出发吧！

东南亚料理大观园

东南亚范围包括我们熟知的泰国、越南、新加坡、马来西亚、柬埔寨等等，身处 17 世纪大航海时代最热闹的海上交通枢纽，东南亚料理融合了东西方料理，走出自己的独特风味：

● 辛香料多：

从中世纪开始，东南亚就以丰富的辛香料闻名，入菜入药应用多元，最著名的像是增加食欲的柠檬香茅，增添香气的班兰叶、芭蕉叶，去腥提味的柠檬罗勒、八角、大茴香等，深受民众喜爱。

● 混血渊源：

东南亚地区早期食材以自给自足为主，大航海时代之后，随著各国势力进入，外来文化与在地食材也擦出新的火花，例如：越南出现了用在来米粉替代面粉的软式法式面包；菲律宾也有充满西班牙风情的酱醋肉、烤乳猪；中国男子在印尼、马来西亚娶妻，延伸出象征族群融合的「娘惹菜」文化。

● 重酸辣甜：

东南亚地区气候又热且湿，透过酸、辣与香料的刺激，让人胃口大开，不但达到降温效果，还能去除腥味，增添料理的滋味。

色彩缤纷的泰式料理

以酸、辣、咸、甜、苦五味平衡为特色的泰式料理，在调味上，经常使用椰奶、九层塔、香茅、辣椒带出丰富滋味。众多泰式料理中，最著名就是有著世界三大名汤美称的「冬荫功 Tom Yum Gung」（泰式酸辣海鲜汤），鲜甜丰富的滋味不容错过。



「粮泰多」玛莎曼炖牛肉

推荐价380元，另加收一成服务费，详情请洽：新竹大远百3楼，(03)525-6768。

「找稻」酸辣海鲜面

推荐价198元，详情请洽：远东百货板桥中山店12楼，(02)8952-5678。



「SKYLARK 洋食·芳邻」青木瓜牛肉木盆沙拉

推荐价230元（另加收一成服务费），集团同仁独家优惠内用享95折，详情请洽：远东百货宝庆店1楼，(02)2375-4730。



「瓦城」南姜椰风海鲜煲锅

推荐价480元，另加收一成服务费，详情请洽：远东百货板桥中山店13楼，(02)29589133；台南大远百3楼，(06)2088018；高雄大远百12楼，(07)3381519。

「红舍泰式料理」酸辣虾汤

推荐价340元，集团同仁独家优惠内用享9折，详情请洽：远东百货桃园店9楼，(03)334-0158。



「非常泰」泰北香拌松阪猪

推荐价380元，详情请洽：台中大远百11楼，(04)3609-5050。

「21 PLUS」奶茶黑糖冻饮

推荐价70元，详情请洽：远东百货桃园店B1楼，(03)331-1521。

「Café Grazie 义式屋古拉爵」凉拌酸辣海鲜沙拉

推荐价140元（另加收一成服务费），远东百货嘉义店B1楼，(05)236-0337。



多元种族融合的星马料理

马来西亚与新加坡因地理位置十分相近，在料理的口味上也互相影响，尤其喜欢蘸上浓郁香辣的酱料，其辣度普遍更胜泰式料理，例如：甜咸辣汤叻沙（Laksa）、海南鸡饭、肉骨茶、炒粿条、星洲炒米粉…等，都是饕客们熟悉且喜爱的佳肴。

➔「city'super」百胜厨海南鸡饭酱料
推荐价每包79元，详情请洽：板桥大远百B1楼0809092700；台中大远百B2楼，(04)37035501。



➔星马「city'super」香氏肉骨茶彩盒
推荐价每组368元，详情请洽：板桥大远百B1楼，0809092700；台中大远百B2楼，(04)37035501。

➔「WOOSA」酸辣海鲜意大利面

推荐价290元（另加收一成服务费），详情请洽：远东百货板桥中山店4楼，(02)2956-0149。



南洋料理再变化

虽然台湾有许多东南亚料理餐厅，但绝大多数餐厅都考虑到消费者的偏好，不论菜单或口味上都有进行调整。



➔南洋「香草工坊」香茅酸辣沙朗牛
推荐价300元，集团同仁独家优惠内用享9折，详情请洽：远东百货桃园店9楼，(03)339-3933。



➔「Jasons Market Place」罗望果
推荐价119元，详情请洽：远东百货宝庆店B1楼，(02)2311-2259。

➔「元气咖哩」黄咖哩风味锅

推荐价220元，详情请洽：高雄大远百11楼，(07)536-0316。



备注：全文「优惠价」需要出示集团员工识别证，期限至110年2月28日止。
扫描QR Code 看更多远东人专属优惠

快乐退休生活 提早准备 Let's GO !

远东商银／杨丽瑾

年金改革议题连带引发劳保破产的疑虑，「自己的退休金自己存」已成为许多人的共识，尤其在低利率时代下，更应提早透过收益稳定的金融商品及简易的投资方式，为自己打造专属的退休小金库。本期将为您解说退休金的准备技巧与注意事项，邀请您启动「快乐退」计画！

根 据内政部 2020 年 8 月 5 日公布的「108 年简易生命表」，国人平均寿命 80.9 岁，高于全球平均水准，而行政院主计总处统计的家庭收支调查，国人平均每人每月消费支出约新台币 2.2 万元。换言之，假设一对夫妻退休后平均余命 25 年，约需准备 1,500 万元退休金；若要达到此目标，每月应有多少预备金呢？

下方「每月退休金准备计画表」是依据退休时间搭配年化平均报酬率分别计算，资金准备压力高低立见，也显示了长期投

资的重要性。然而，整体投资报酬率也不可忽视，如何挑选合适的金融商品与交易方式，可谓胜败关键。

挑选「低波动高累积」的共同基金

近年来关于「退休金自提」的议题讨论众多，其中以「定期定额投资法」最为热门，诉求用规律的时间频率投入较低金额，且可依个人资金状况随时调整、交易弹性大，广受社会新鲜人或家有老小的青壮年族群欢迎。事实上，「定期定额投资

每月退休金准备计画表						
预计 单年报酬率	预计 几年后退休	5 年后	10 年后	15 年后	20 年后	30 年后
3%		231,452	107,073	65,922	45,576	25,676
6%		213,922	91,075	51,322	32,303	14,858
9%		197,395	76,937	39,345	22,292	8,132

法」有平均投资成本的优点，但也容易造成一般民众的投资迷思。大多数人因期待获得高投资报酬率，会选择单一国家股票型或产业型基金，但该类型基金相对具有较高价格波动风险，若出现价格明显落差时，投资人常因信心不足或短期资金无法接续而赎回基金，反而造成资产缩水。

观察 20、30 年来的金融市场大小事件，以投资区域广泛（如全球、欧、美、亚洲等）、标的持有分散（如股票及债券兼备），或是具有固定收益等特点的共同基金，较能达到净值表现相对稳定、长期绩效走势稳健向上之双重条件。此外，也要注意特别注意该档基金团队管理的资产是否具有有一定规模，避免因规模持续缩小而消灭清算，造成风险。

费用成本精打细算

选择合适的共同基金后，已经往「快乐退休」迈出了第一步，接下来还要精打细算投资成本。一般来说，投资共同基金会产生以下费用：

1. 基金销售机构（平台）：申购手续费、信托保管费、转换手续费…等，为申请交易时支付的一次性费用。

2. 基金公司：基金经理（管理）费、基金保管费（或称单一行政管理费）…等，大多包含于基金的净值内，年化费率约 0.5%～5% 不等。

前述第 2 项费用系基金公司为了发行和维持基金运行所收取的费用，第 1 项费用则为投资人向销售机构申请共同基金相关交易时必须支付的费用，惟各家销售机

活动申购费率 优惠类型	0% 申购手续费率	依累积定期定额扣款次数 或每次扣款金额高低， 提供折扣	收取一次性基金申购
优惠限制	活动期间享有 免收申购手续费优惠	长期扣款后， 将可获得较低的优惠	开办时，需一次性支付较高 费用（如 5,000 元）， 尔后不限申请笔数，皆免收 申购手续费
活动基金商品	符合活动目标 之优质稳健基金商品	基金商品较无限制	基金商品较无限制
持续性扣款限制	大多必须持续性扣款 （视有无保留优惠期）	不一定	无 （惟费用成本要能完全利用， 仍需多次扣款）
扣款金额门槛	每次扣款金额门槛较低，或 有最高申购金额的限制	有较高扣款金额 或次数的门槛限制	较无扣款金额或次数限制



构多针对退休准备目标或固定的定期定额推出优惠活动，例如：0% 申购手续费率、依累积定期定额扣款次数或每次扣款金额高低提供折扣、只收取一次性基金申购帐户开办费用等。其中以「0% 申购手续费率」最为吸睛，不过通常要求客户必须长期持有，且不间断地进行扣款，投资人应把相关交易限制一并纳入考量，避免赚取了手续费的优惠，却因某些不可预期的因素，在需要紧急赎回资金时，反而支付了更高的费用。

保留个人弹性操作空间

无论为了准备退休金或个人其他资金

运用需求，都必须持之以恒，方可获得资产稳健增长的成果。建议深入了解各家基金销售机构对于定期定额活动的规则，例如调整扣款频率或可策略性地转换不同的基金标的…等交易限制，预留个人每月可运用资金、交易频率与弹性操作空间，确保能长期投资。

目前不少金融机构已提供线上开户的服务，操作步骤也十分简便，只要利用手机即可完成，免去临柜等待的时间。「退休」是每个世代的必修学分，趁早启动退休金准备计画，才能感受到美妙的复利效果。时间不等人，快来加入「快乐退」的行列吧！

过敏病人如何聪明就医 -- 你真的需要过敏原检测吗？

亚东医院过敏免疫风湿科／吴建升主任

过敏是一种常见的体质，临床症状包括：荨麻疹、湿疹、气喘与过敏性鼻炎等，如果病程延长且反覆发生，会造成生活上很大的困扰，坊间因此流传许多似是而非的「医疗常识」，本文将打破这些迷思，助您成功远离过敏人生。



所谓「聪明就医」是一种新的观念，让民众了解正确的医疗资讯且运用于就医决策，避免不必要的检查、药物或是手术。

以下将针对美国过敏气喘与免疫学对于过敏的相关建议阐述如下：

一、不建议在没有特定可疑的食物过敏病史下，检查过敏原 IgE 指标

针对原因不明的皮肤过敏，一般民众常认为，只要抽血就能知道是什么食物引发过敏，未来只要避免该类食物即可。然而，过敏不一定是摄入特定食物或吸入过敏原，有时睡眠不足或压力也会导致症状，因此临床上常常问不出相关因素，而且一般过敏原检验不可能包含每一种食物。以物理性的荨麻疹为例，主要透过问诊即可，

并不需要抽血。

不只如此，过敏原检验的特性也不适用于筛检，只适合用来确认可能的过敏原。一般食物或药物过敏是在入口 30 分钟～2 小时后，出现嘴麻、喉咙不舒服、气喘或起疹子的症状，如果症状非常明显，就可以依病史诊断，不须检测过敏原。

因此，过敏原检测只适合用于提高疑似食物过敏诊断的确定性。五岁以下的幼童异位性皮肤炎，健保可给付过敏原检测，主要因为儿科病人问诊沟通相对困难，故以抽血检验辅助，而成人过敏原检测的适用范围其实不大。

二、不建议针对慢性荨麻疹执行常规检验

慢性荨麻疹的定义为：超过六周以上的荨麻疹，身上的疹子就像被蚊子叮到一

样，凸起一块一块，伴随痒感。通常不会因特定食物引起，极少数是由天天吃的健康食品或药物引起，导致诊断困难。

报章杂志上曾报导，有病患因为皮肤痒，抽血检查才发现肝肾功能异常，这其实是很少见的案例，只要定期健检即可降低这类情况。免疫风湿科门诊中，有时会针对慢性荨麻疹检查血球分类，确认与过敏相关的嗜伊红性白血球有无异常增加，也会看看肝肾功能是否异常，好让病人安心。至于过敏原检测只有在高度怀疑特定过敏原的情况下，才会建议病人自费检查。

另外，有些很特殊的情况，例如遇到心跳太快的过敏病人，就会检查甲状腺功能，因为少数甲状腺亢进的病人会合并顽固性荨麻疹，如果在治疗荨麻疹的抗组织胺药物之外，再加上治疗甲状腺亢进的药物，效果会更好。

有些患者担心，慢性过敏是否代表免疫力不好？精确地说，过敏是一种造成不适且似乎没有意义的免疫反应，但是通常

不影响对于病原菌的抵抗力，因此只要安心配合治疗过敏症状即可。虽然免疫系统很复杂，没有单一的对应检验可以直接反映，但只要透过问诊与基本检验就可以处理。

三、不建议开立没有医学根据的过敏检验，例如：过敏原 IgG 检验，或者未经询问病史逕行开立筛检性的过敏原 IgE 组套检查

过敏原的 IgG 检测常常被冠上「慢性过敏原检测」的名称，这是错误的观念。事实上，这类检测只会徒增困扰，因为人体血液中的食物 IgG 抗体通常与过敏无关。不仅如此，针对食物的 IgE 检测，在没有怀疑特定过敏原却全面筛检的情况下，抽血结果非但不准确，更会造成民众饮食上的阴影。过敏原检测的原理是条件机率，解释上不如高血压量血压或糖尿病测血糖那么直觉，判读上必须谨慎。

综上所述，过敏原检测只有在可以影响医疗决策时才有意义。错误的观念如果没有澄清，再多的过敏检查也不能带来安心。「聪明就医」观念的推广可以避免过度检查造成不必要的花费与焦虑，而慢性过敏最重要的是请医师调整一个长期安全的治疗组合，以减少过敏的不适。虽不能保证根治，但长期治疗下，都有机会获得缓解。期待读者建立正确的观念，配合医师诊疗，好好照顾自己。



「远东人开讲」：防疫轻旅行提案

编辑室辑

新冠肺炎疫情之下，「国内轻旅行」成为民众放松身心、转换心情的首选。快来看看海内外的远东人分享了哪些轻旅行提案？

【一】

跟大家分享一个充满芬多精的一日游景点 -- 位于新竹关西的「马武督探索森林」。许多人或许对于马武督探索森林感到陌生，但如果提到偶像剧场景曾出现的「绿光森林」、「绿光小学」，您可能就恍然大悟。马武督部落是台湾唯一被归类为平地原住民的泰雅部落，森林步道的难度不高，不但可见近 500 年树龄的杨梅老树，靠近瀑布时，还有水气和凉风袭来，能充份享受山林芬多精；此外，这里亦有大冠鹩、白耳画眉等多种保育类鸟类，是观察自然生态的最佳去处，非常适合全家或情侣悠闲踏青。（远企购物中心／杨奕灵）

【二】

忙碌繁重的临床工作后，我经常探访绝美步道秘境。台湾有许多步道仿佛仙境，例如：天母水管路古道、宜兰见晴怀古步道、五峰旗瀑布步道、台中知高圳步道、

大坑步道、嘉义隙顶二延平步道…等，其中我最向往雪霸「野马瞰山步道」。

野马是日语「山」的音译，这条森林步道全程约一个半小时，不但原始古朴、幽静隐密，而且也相当平稳。漫步在林道间，时而云雾缭绕，时而阳光洒落，变化万千，可以欣赏到日出、晚霞、云海、山景、雾景、雨景和星空。尤其特别的是，这条步道并非石阶或木栈道，而是柔软的杉林落叶地毯，树根盘屈、枝节交错，参天的杉木散发馨香，让您彷若漫步在云端！（亚东医院／丁曼如）

【三】

台北的天空已经湿冷了好几个礼拜，催促著我们出门追寻阳光。随兴来到桃园大溪，只见一片坚韧芒草随风摇摆，还有精神抖擞的向日葵花海，喜孜孜地朝我们招手。车子继续驶至「李腾芳古迹」，屋外是整理有序的大池子，通过防疫检验走入宅门后，一座大庭院映入眼帘。宅前左

右两旁有大古井，古宅内部则提供颇具特色的怀旧童玩，爱创作的女儿开心制作著「尪仔标」，厨房内的大灶加上超大铁锅，孩子们扮家家酒玩得不亦乐乎，搭配著四周充满时代感的陈设，让人彷彿回到过去，推荐大家一起来体验怀古风情。（远传电信／褚佳欣）

【四】

一场「疫」想不到的变化，打乱了所有的出游计画，适逢制作登山月历及公司登山年活动，让我重拾起对登山的热情。这段期间我踏足了剑潭山、烘炉地山、七星山、郡大山、合欢山等大小百岳，远离都市的喧嚣，享受与山林的对话，因疫情而备感压抑的情绪也获得舒展。印象最深刻是在攻上合欢东峰那几乎不见尽头的陡峭阶梯时，我调配呼吸、维持缓慢但持续的步伐，让新鲜的空气循环肺部，整个人好似重生般。感恩台湾这座宝岛孕育出的美丽山林，让我们的防疫生活有了新目标及新视野。（远东商银／廖宜珊）

【五】

为了弥补今年无法实现的日本行遗憾，我趁著休假与姊妹规划台北行散心。这次选择「PAPA WHALE」旅店，工业风格的复古环境，搭配大厅收藏的童玩，让人彷彿走进电影场景。趁著天气宜人，我们前往「虎山自然步道」朝圣，沿途绿意

盎然的花草树木映入眼帘，耳边听著风声、鸟叫声，到达至高点处，还可远眺城市中的101大楼，十分心旷神怡。爬完山后，来碗热腾腾的「一兰豚骨拉面」，糖心蛋汁与面的完美结合，瞬间满足我的胃。日落时分，天气渐凉，搭乘新北投线的捷运到达「水美温泉会馆」，在木造小房里与姊妹一边泡汤，一边小酌、分享心事，真的好放松！（台南成功大远百／余佳蓉）



【六】

受到疫情影响，这段期间无法出国，但总是窝在家也不是办法，因此趁著交通部观光局推出安心旅游补助，安排了一趟农村轻旅行！云林县是亲子游的好去处，拥有许多高人气的观光工厂，不但可以了解食品的生产过程、享受好吃的下午茶，孩子们还可以玩堆砂堡，而且全部都是免费的。推荐大家到观光工厂体验别具特色的美景和美食。（远通电收／吴宗伦）

寻找另一片天地

华煦供热／郭延山

秋风，刮落了早开的桂花，散开了一地；秋雨，淅淅沥沥拍打著枝叶。落地的桂花和落地的雨水交互跳跃著，似乎忘了秋天带来的寒意。在这样的秋日中，我们出发去寻找另一片天地！

前一日，盘算来盘算去，大大小小的物件一一备齐，没想到还是落下件「装备」，心中懊悔万分，然而，眼看著约定的时间已到，接送的客车将至，只能将就上路。

细细的小雨打在车窗上，路边的景象越发模糊，只能隐约看见两旁景色不断后退，半梦半醒好似一场穿越。

安徽以山闻名，各地游客趋之若鹜，尤其在假日，一辆辆大客车朝著山的深处驶入，山连著山，时而盘踞而上，时而穿山而过。一座座山犹如巨人般耸立在眼前，令人不禁好奇，山的那头到底住著谁？

落日后，到达目的地。山里的村庄一片寂静。昏黄的灯光照著门头，斑驳的墙面越显沧桑，偶尔遇见一只看门的「阿黄」，估计是向导带队的缘故，「阿黄」并没有警惕，只是默默看著我们。

菜是农家的菜，做法也是农家的做法。然而，多半是胃欺骗了嘴巴，嘴巴又欺骗

了眼睛，餐桌上的阵势可谓风卷残云，稍微慢一点，便只听「风声」，不见「残云」了。院子外，扬州的小蛋馐起来（注），阿婆顺手给我们抓了点山核桃和野栗子，无奈空不开手，无法破壳，只能羡慕没有玩牌的人有福了！

选择在屋顶帐篷露营，只为翌日能饱览村庄的景致。山里的天气没有想像中寒冷，只是半夜的杀猪声让我清醒到天亮。扯开帐帘，清新的空气扑鼻而来，满眼尽是老村黑白相间的屋顶、远处的高山雾气环绕，还有潺潺的溪水声隐约入耳。期待已久的幽静早晨，如同等待许久的姑娘，撩起面纱的那一刻让人惊艳不已，却只能静静凝视，生怕冒失的触碰，惹恼了她。

上山总是艰难的，在向导老李的带领下，一群人鱼贯进山。山间的小路幽深，两旁的植被茂盛，不经意拐过一个弯，大部队就消失了一半。我尽力而为的攀爬，眼中只有灌木，松子树、栗子树一概视而

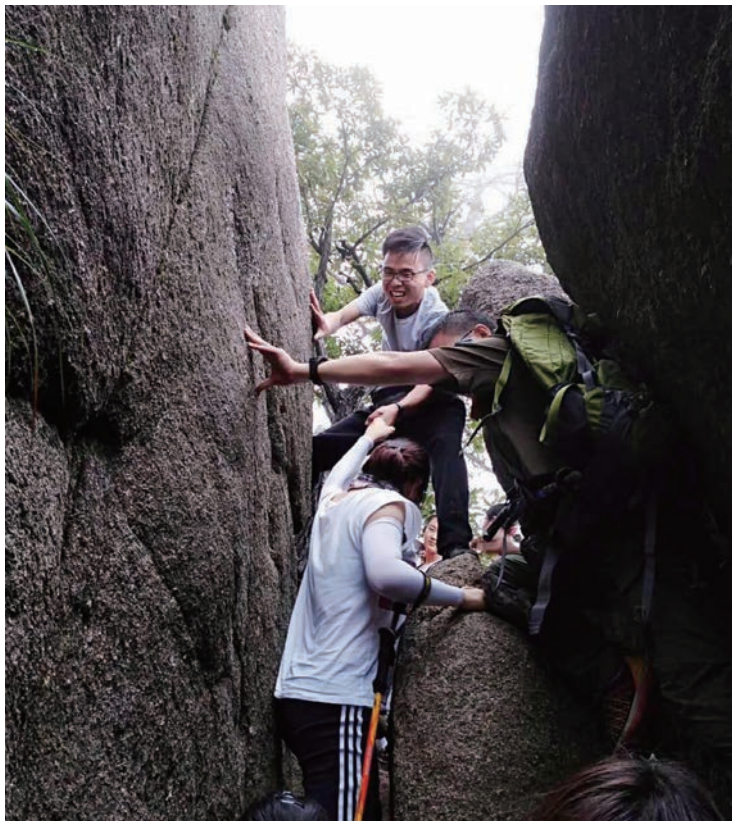
不见，希望能早点登顶。

雾气掩盖了整座山势，仅能看见眼前的弯曲道路，看不见山脚与山顶。起初的泥泞山路虽有危险，但相较于垂直的山势，简直不足挂齿。手脚并用在登山过程中是必然的，向导提前准备的绳索和大家发挥协作精神，让徒步登山充满特殊的体验。一个人的翻越只是个人的成功，但团队的成功更有意义，是龙须山让大家体验协作精神的美好。栓一道绳索，伸一只手，坚持不落下任何夥伴，我们在艰困中看到希望！

行走在风化的沙砾峰脊上可谓危险万分，不足 30 公分的小道上，两边几乎垂直而下的坡道，不仅得避免打滑，还要注意平衡。登山的装备与技巧此刻发挥了作用，向导如履平地的行走，我们简直无法望其项背。

下山，是到达人体极限后的一点希望。饱经折磨的小腿越发不听使唤，屁股与山路的接触总是不期而至。时缓时急的山路，冷不丁就提前设置好了障碍，一不小心就中了圈套，让原本隐约两半的屁股，彻底撕裂成两半，皮肤也在紧靠的灌木间不经意就划开几道口子。我知道，这山不会轻易放过我们。

近八个小时的徒步翻越，回望身后的



龙须山，它依然云雾缭绕，翠绿满山。想来它应该不会记得我们曾经来过，但带著疲惫与满足的我们一定会记得它。数年后，老去的我们再看到它，它将清秀依旧。

※注：「掳蛋」是流行於江苏及周边地区的扑克牌游戏。

有奖征答

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！

好消息！即日起，参加「有奖征答」更方便罗，只要以手机扫描右方的QR Code，即可轻松填答抽大奖！



本期题目

1. 当企业出现下列何种情形，品牌才需要重新定位？【领航者的话】
 - A. 企业的目标、产品、服务、竞争力出现变化
 - B. 品牌的关联性减弱
 - C. 企业的承诺没有兑现，或者品牌形象与别人混淆
 - D. 以上皆是
2. 下列何者非亚洲水泥采取的均化措施？【封面故事】
 - A. 即时分析及品质监控
 - B. 手动配料及人工取样分析
 - C. 自动化配料及精准品质调控
 - D. 创新开采布局
3. 远鑫电子票券的「多元支付整合服务」整合了哪些项目？【封面故事】
 - A. 会员点数
 - B. 现金
 - C. 礼券
 - D. 以上皆是
4. 下列观念何者不正确？【保健网】
 - A. 只要抽血一定能测出过敏原
 - B. 过敏原测试不适合用于筛检
 - C. 过敏原的 IgG 检测不等于「慢性过敏原检测」
 - D. 过敏是一种造成不适的免疫反应

参加办法

请剪下 366 期第 48 页答案栏部份（原寸影印亦可），填妥姓名、单位、联络地址及答案，于二月十五日前掷回「台北市敦化南路二段 207 号 36 楼」远东人月刊编辑室（每人以一张为限），只要答案正确即可参加抽奖，本期奖品为面额 300 元之远东百货商品券（15 份）。编辑室将于次月月刊中公布得奖名单。

远东人月刊 366 期有奖徵答

姓名：
单位：
员工编号：
联络地址：

答案：1. () 2. ()
3. () 4. ()

365 期有奖征答得奖名单揭晓

单位	姓名	单位	姓名	单位	姓名
亚东石化	官*大	远东新世纪	鲍*楹	远东商银	朱*筠
远传电信	洪*凤	亚东技术学院	张*芬	远东新世纪	刘*意
亚东证券	欧*雯	远东新观音厂	李*琳	裕民航运	卓*秋
亚利通运	吴*莹	远百信义店	许*珊	亚东医院	赖*伊
亚东医院	吴*聘	远东新新埔厂	冯*华	远通电收	苏*画

恭喜上列幸运儿分别得到面额 300 元的远东百货商品券！





Big City 远东巨城购物中心打造「Baby Boomers Club--BBC 三合院」公益空间，帮助高龄者发展更多元的生活模式，并于 2020 年 12 月 20 日举办「老派时尚之夜」成果发表会。



远传电信与台北市政府携手，于南港机厂社会住宅导入 AIoT 人工智慧物联网平台，获得「2021 智慧城市创新应用奖」。



元智大学「艾姐资讯培力」USR 计画今年与社区大学合作，打造长者们专属的科学体验营。



亚东技术学院在黄茂全校长（前排中）主持下，于 2020 年 12 月 9 日举办「高等教育深耕计画成果展」。



远百嘉义店于 2020 年 12 月 31 日举办「日本弘前文化物产展」开幕记者会，并号召同仁发挥爱心，捐出 100 盒弘前市苹果，由嘉义市政府社会处代表受赠家庭出席。

嗶

happy
cash

有錢卡

活動日期：2021/01/01 ▶ 2021/03/31

點數狂飆
最高

8倍送

HAPPYGO 點數

遠東集團四大百貨

(遠東百貨/遠東SOGO百貨/遠東巨城購物中心/遠企購物中心)

天天單筆消費扣款
滿100元 點數2倍送

愛買

週一~週五單筆消費扣款
滿100元 點數2倍送

週六~週日單筆消費扣款
滿1,500元 點數8倍送

*週六~週日單筆消費扣款加贈點數單筆最高限贈360點

*以上皆含原來1倍

*HappyCash銀行聯名卡不適用本活動



活動日期：2021/01/01 ▶ 2021/03/31

乘/停車/加油享
3%現金回饋

★ 台北捷運 桃園捷運 臺灣鐵路

★ 高雄捷運 高雄輕軌 高雄公車

★ 台灣聯通 台灣石油 台亞加油站 雙北公車



每卡每月回饋上限100元(需靠卡)

活動日期：2021/01/01 ▶ 2021/03/31

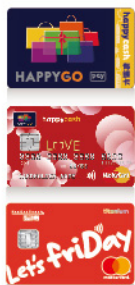
全聯最高月月贈1000福利點

全卡歡樂禮

單筆消費嗶滿300元

贈 100 福利點

*每卡每月最高回饋上限500點



遠東快樂信用卡加碼禮

以HappyCash有錢卡功能支付
單筆消費滿300元

贈 200 福利點

*含「全卡歡樂禮」100點

*每卡每月最高回饋上限1,000點



*每福利卡每日限回饋1次

謹慎理財 信用至上 ※循環信用利率及各項費用詳情參閱各銀行官網

本公司保留活動最終修改、變更、取消之權利。活動內容詳見遠鑫官網 www.happycashcard.com.tw 若有問題請洽本公司客服中心 (02)7727-8999