

遠東人

徐有庠題

共同开创「诚勤朴慎·创新」的健康人生

COVER STORY

共创、共享、共好 远银的数位攻略
亚东证券数位跃升 普惠投资小白
HAPPY GO转型发展 Martech 赢接新经济

LIFE GUIDE

保健网
端午吃「粽」不吃「重」
财经网
升息时代 贷款需要缴更多钱吗？



「滑」动钱潮 指「数」成金

Swipe and Tap in FinTech Wave

扫描 QR Code
看更多即时讯息
还可下载电子杂志





➡ 远东集团于本届「远见 CSR 暨 ESG 企业社会责任奖」获奖数名列全台集团第一，徐旭东董事长（中）率（左起）远东新世纪行政总部郑澄宇总经理、远东巨城购物中心李静芳董事长、远东SOGO百货黄晴雯董事长、远传电信林慧珊永续长共同出席领奖。



➡ 欢庆端午佳节，远东百货徐雪芳总经理（左四）与经营团队精心选品，为大家推荐美粽好礼。



➡ 亚东科技大学黄茂全校长（左二）出席校方与亚东医院联合举办之第一届「产学与研究成果发表会」，期许透过交流创造更多集团综效。



➡ 远东巨城购物中心在李静芳董事长（前排右六）带领下，以分区分流的方式举办防疫庆生会，一起祈愿业绩续创高峰。



➡ 远传电信以「AI 品管机器人」专案，荣获《数位时代》「创新商务奖--最佳管理创新奖」银奖，由杜伟昱资深副总经理（右三）代表领奖。

「滑」动钱潮 指「数」成金

李佳珍

身处网路与行动装置高速发展的世界，消费者无论食衣住行育乐…等各式需求都能一「指」搞定，对于企业来说，却是数位化速度的严格考验。本期「封面故事」将介绍远东商银、亚东证券、鼎鼎联合行销，如何加速拥抱科技，从指尖开始，创造零阻力的服务体验！此外，「滑」经济也为生鲜杂货外送市场开启新一波混业竞争，未来零售业者该从何着手？且看 GO SURVEY 市场研究顾问在「经营管理新知」专栏公开的 3 大趋势与 3 大商机。

端午吃粽是传统习俗，但节日过后，总有不少人吃出问题。「生活情报」单元的「保健网」专栏，亚东医院营养师特别为大家解说包粽小秘诀、慢性病友吃粽小技巧等，让您吃「粽」不吃「重」！除了个人健康亮红灯，全球经济也面临通膨危机，为此美国联准会、台湾中央银行纷纷宣布升息。想了解升息后，银行贷款产品的利率有什么变化？月付金上升后，贷款族又该如何因应？快翻开「财经网」专栏，看看远东商银的理财专家怎么说？

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 NTD500，其余文字稿台湾地区每字 NTD0.5、海外地区每字 NTD0.8。

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，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」七月份话题：消暑大作战

炎炎夏日，您如何打发漫长的炎热时光？是待在舒适的冷气房？抑或是走访山林？还是以食疗法抚慰躁动的心？欢迎来信分享实用的消暑良方，文长 300 字以内，远东人月刊就会提供您一笔「凉夏基金」！（截稿日期：6 月 15 日前）



JUN 2022

NO. 382

01 EDITOR 编辑手记

「滑」动钱潮 指「数」成金 / 李佳珍

04 LEADER'S REMARKS 领航者的话

致元智大学 110 学年度毕业生训勉词 / 徐旭东

06 COVER STORY 封面故事

共创、共享、共好 远东商银的数位攻略 / 编辑室采访整理

亚东证券数位跃升 普惠投资小白 / 亚东证券企划室

HAPPY GO 转型发展 Martech 赢接新经济 / 编辑室采访整理

16 GROUP BRIEFING 集团简讯

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

23 OFFICE TALK 乐活职人

经营管理新知：抢攻生鲜杂货外送商机 / GO SURVEY 市场研究顾问

同仁工作经验谈：《创新者的DNA》-- 从「新」学创新 / 陈原毅



28 LIFE GUIDE 生活情報

- 财经网** 升息时代来临 我的贷款需要缴更多钱吗？／王玟棋
- 美食网** 中式餐食变化多 今天想吃哪一道？／郑嘉蕙
- 美食网** 百变吐司点心／陈文静
- 保健网** 端午吃「粽」不吃「重」／陈沛颖
- 法律网** 申办虚拟健保卡 就医安心又便利／廖至谦

41 HOT TOPIC 远东话题

远东人开讲：给妈妈的贴心话／编辑室辑

44 STORY 心动时刻

疫情中的亚东志愿者／黄昌宁

这个春天你们最美／胡善成

48 QUIZ 有奖征答

381 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	李佩频	李美莲
汪更新	吕学龙	林俊佑	吴信仪
吴佳颖	吴升鑫	吴梅华	吴和生
卓采慧	周俊颖	范明珠	胡兴贤
徐浚菁	徐雅慧	梁雅雯	黄吕钧
游慧琳	游淑如	曾育锺	郭文慧
郭曜豪	陈聪明	陈金新	陈雪萍
陈玲华	陈虹瑾	陈睿谊	陈相吟
叶金璋	张 丹	杨韵琪	曾淑苹
冯辉棋	邹芯萱	廖婉甄	蔡敏雄
刘贞佑	蒋国芬	简嘉琪	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、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)



致元智大学110学年度 毕业生训勉词

远东集团董事长／徐旭东

Opportunities never come a second time, nor do they wait for our leisure.
机会不会一再出现，而且稍纵即逝。

--Booker T. Washington, American Educator & Author (布克·华盛顿，美国教育家及作家)

COVID-19 疫情爆发后，不仅影响所有人的日常生活，同时造成全球经济波动，产业供应链问题纷扰，通货膨胀日渐严重，加上中美间的各种纷争、俄罗斯入侵乌克兰等事件，导致全球更加不安定，这些都是我们可以看见的短期性问题。

此外，疫情加速了长期趋势发展，像是数位科技持续驱动新商业模式与消费者行为，带动全球产业及企业的数位转型；而因应气候变迁问题，世界各国已积极开启减碳运动，加强推动能源结构调整，打造绿色低碳未来。

当前全世界的变化既快速又剧烈，诚如 Cisco 公司总裁 John Chambers 所言，市场竞

争不再是大鱼吃小鱼，而是快鱼吃慢鱼。换言之，身处在这个新经济、新常态之中，速度不够快将难以生存。因此，各位一定要培养敏捷力（agility），时时关注外在环境，当情势有所改变时，要确实掌握市场脉络，勇于改变方向，视情况随时修正调整。尤其必须建立正确的心态，要正视变化，快速展开行动，而不要被动等待，踌躇不前，失去应变的先机。

世界的转变难以预测，但也同时充满各种契机，像是数位化、绿色化发展，可能颠覆各个产业原本的样貌，开创出新模式。机会是留给准备好的人，因为好机会往往不会出现第二次，若没把握住则稍纵即逝。面对变局，希望你们都能做好准备，积极掌握新契机。

首先，要擘划自己的愿景，明确订出目标，评估现在我在哪里？一年后我会在哪里？三年后又又会发展到哪里？定期衡量自己所处的位置与目标间的差距，再想想应该做什么？要怎么做？不时督促自己往前迈进，尽全力达到目标。

其次，各位也要学会回头看看过去，将现在的自己和过去的自己比较，检视这一路来改变了多少？进步了多大？一方面肯定自己的努力，另一方面也要思考有没有甚么地方可以做得更好？唯有持续检讨改善，避免犯下重复的错误，才更有机会迎向成功。

再者，要保持学习成长的热忱。进入职场后，培养专业技能固然重要，但也必须加强科技方面的知识。AI、机器人、IoT、AR/VR，以及云端运算是目前最重要的五大新兴科技，各位一定要花时间去了解，才能与时俱进，强化自己的竞争力。

最后，一定要养成良好的生活及运动习惯，多培养兴趣爱好，学习一些新鲜的事物，维持积极乐观的心态。人生就像是一场马拉松比赛，唯有保持身心健康，才能稳健的跑完全程。

各位成长的求学过程，势必遇到过各种困难，今天能够在元智大学取得学位，是你们长久努力、坚持不懈的成果，特别值得恭贺。毕业后每个人际遇将有所不同，或许路程不会轻松，但我相信若秉持远东人创新求变的精神，从过去在元智奠定的良好根基出发，筑梦踏实，必定能开创属于自己的美好未来。祝福你们！





随著乐天银行、LINE BANK、将来银行等纯网银正式开业，台湾金融业的「数位战」日趋白热化，为了抢攻新户、提高市占率，各家银行纷纷大手笔推出广告、祭出优惠，截至2022年3月底，三家纯网银已面临增资压力，传统实体银行也投入巨资，加速数位转型。反观远东商银早已借由Bankee社群银行，在数位金融领域打下利基，未来将持续以独特优势，走出不一样的路！

过往一家家的实体分行，代表着银行的营收与资产，随着行动科技日趋成熟，以及新冠疫情的冲击，民众对于数位金融的接受度愈来愈高；反观开设一间实体分行，必须承担 NTD1～3 亿的费用与成本，因此不少银行选择关闭实体分行。根据金管会统计，7 年来，台湾地区分行总数已减少 57 间，截至 2020 年底，各银行分支机构总数已创下 9 年来新低纪录。许多银行业者为了不让民众权益因此受损，纷纷以「Bank 3.0：金融服务数位化」应战，然而 Bank 3.0 只是将流程和服务数位化，并无法真正满足民众的需求，远东商银因此在 3 年前率先提出 Bank 4.0 的概念，成立全球首家共享经济银行 --Bankee 社群银行，发

展创新商模。

翻转客户身分 成为线上分行经理

有别于其他银行砸大钱抢客，远银 Bankee 社群银行以「社群金融」为核心，运用社群的力量，强化产品的营运推广，让人人都能成为线上分行经理，例如：2022 年 6 月 30 日前，客户分享推荐码给亲友，仅需 1 位（含）以上亲友成功开户，次月起，推荐人与每位被推荐人都可获得 NTD50,000 额度内 2.6% 优惠利率，且持续 6 个月。若推荐人当月社群圈的存款总额，累积达到不同门槛金额，推荐人又可依照不同等级（共 13 等级），于次月获得不同额度的 2.6% 优惠利率，最高可达 NTD5,000,000 额度内 2.6% 优惠利率。此创新概念，把「共创、共享、共好」的因子深植于产品中，不仅透过分润奖励制度将社群力变现，增加客户的被动收入，同时也扩大服务范畴，强化客户的黏着度。自成立以来，已扩展近 2 万家线上分行，其中最大分行的人数甚至超过 2.6 万、存款余额近 11 亿。

保持双向互动 建立长久伙伴关系

挥别传统银行与客户的单向关系，远银 Bankee 社群银行与客户开展双向互动，除了发挥社群力与数位力的独特优势，让客户经营自己的线上分行，更将产品设计、创造的主导权交在客户手中，邀请大家共同设计 Bankee 金融卡卡面、功能介面，以及参与 UGC（User Generate Content）行销活动…等，借由共创金融商品和共享商品利润的方式，让产品更贴近消费者，建立长久的伙伴关系。

扩大异业结盟 营造多元生态圈

有鉴于现今消费者对于银行的期待，已不仅是存、汇、贷款，更希望串接起生活中各面向，远银 Bankee 社群银行特别采取开放金融平台的策略，串联金融生态圈及大数据，改变与新创科技公司之间的竞争关系，借由「BaaS（Bank as a Service）嵌入式金融模式」，将金融服务内嵌至新创科技、合作伙伴的平台，打造多元生态圈。例



如：携手智慧借贷媒合平台及企业募资平台，建置全台第一个 P2P 生态圈；与人资系统新创科技公司合作，成立全台首个 HR FinTech 生态圈；成立全台第一个租屋生态圈、车经济生态圈…等，以多元的金融服务，提升消费生活的便利性。

社群平台助攻 抓住滑世代目光



除了推展远银 Bankee 社群银行，贴近民众的生活金融需求，远东商银也善用社群平台，将商品结合时事，并穿插轻松话题，与客户保持互动，建立高质感和亲民的形象。

观察到影音行销已蔚为趋势，远银特别企划「小远赢了」系列单元影片，上架于 Youtube，用活泼的方式结合产品介绍和行销活动，深受粉丝喜爱！而针对使用率最高的 Facebook（FB），远东商银则成立「远银 Happy+」粉丝团和「Bankee 社群银行」粉丝团，前者主要用以传达远银的大小事，粉丝数高达 44 万，使用者涵盖所有年龄层；后者则是透过贴文，向粉丝传达「共创、共享、共好」的品牌理念。有感于现代人习惯在粉丝团私讯询问，「Bankee 社群银行」FB 粉丝团建构了完善的机器人问答，并随时更新和优化各种疑难杂症的解答，让大多数网友的问题可以快速获得解决。社群小编也积极与粉丝互动，并透过问答、心理测验、推荐码…等趣味贴文，吸引粉丝目光，累积共鸣感，进而加深客户对于品牌的认同感。

另一方面，考量 Instagram（IG）逐渐成为滑世代最常使用的社交 APP，远银特别建置「Bankee 社群银行」IG 粉专，小编们顺应滑世代喜爱软性内容的偏好，以及注重视觉美感的特性，以精美的图片搭配专业知识或触动心灵的贴文，并借由创造属于 Bankee 的 hashtag，积极发布限时动态，抢攻年轻人的市场。

面对疫情来袭以及纯网银业者的竞争，远东商银发挥数位力，将客户视为伙伴，创造全新的商模迎战；与此同时，也积极利用社群媒体，透过各式贴文与客户互动，巩固粉丝忠诚度。远银深信，只要与客户一起努力，终能实现「Banking in your hand, anytime, anywhere」的目标。



亚东证券数位跃升 普惠投资小白

亚东证券／企划室

台股加权指数屡创惊奇，连续3年报酬率皆达20%以上。惟在疫情反覆下，客户只能宅在家，「服务数位化」遂成为获取新客源的关键！亚东证券以客户体验为主轴，从开户到下单，只需一支手机就能搞定，辅以多元化的商品种类、高标准的资安防护，满足各类投资人的需求，打造新世代的投资生态圈。

携手远银 Bankee

开发零接触「好BAN利开户」平台

长久以来，中小型独立证券商碍于地缘限制，服务范围仅限于周遭的利基型客户，然而疫情三级警戒期间，客户几乎不出门，实体据点更是人潮剧减，有鉴于此，亚东证券着手改造台南分公司，打造全面电子化的示范场域。

王佩恩总经理强调，证券业的数位转型最重要的是让组织文化跟上时代脉动，在「速度」和「创新」的主导下，于内部注入敏捷思维与工作方法，鼓励同仁提出想法与计画，以同理客户感受，提供投资人有感的优质服务，进一步将服务延伸至无亚证据点之县市！

众所周知，投资的起手式就是开户，对于投资小白来说，却是最难迈开的一步。大家都

认为证券开户超麻烦，除了申办证券帐户，还得跑银行开设交割帐户。亚东证券为了让投资人轻松开启投资旅程，特别携手远银 Bankee，建置 24 小时免接触的「好 BAN 利开户」平台，投资人不需出门，只要备妥双证件，30 分钟内即能完成开户手续，最快隔天就能开始交易。

这项一站式的体验服务采用 OCR（光学字元辨识）技术，将证件栏位自动转换成文字，节省客户填写基本资料的时间，更导入 RPA（流程机器人）来达到自动化，大幅取代重复性高的人工作业，提升层层审核之处理效率，让开户变得简单又迅速。

贴近市场需求 打造竞争优势

「好 BAN 利开户」平台于去年 9 月正式上线以来，持续优化服务、满足客户的数位需求，且不时举办手续费优惠折扣之营销活动，促进客户交易活络、提升黏着度，亦期望能吸引「首投族」的投资小白进入股市。根据亚东证券经纪部统计，除了来自桃园的新客，更有客人远从金门而来，团队因此士气大振。

近期平台再进化，提供现有客户线上加开信用交易帐户，让投资人以较低的本金，拥有好公司的股票，快速应对股市变化。未来也将提供线上不限用途款项借贷、圈款圈券、双向借券、期货等多样开户服务，让投资人随时掌握契机，一指搞定所有事。

另外，亚东证券也不定期举办金融投资讲座，用浅显易懂之方式，传递理财及相关风险观念，除了拓展投资小白学习的管道，也加强其投资信心。在经营策略上，维持电子下单手续费 3 折，并针对一般用户推出融资、不限用途款项借贷牌告利率 4.5%，以及盘中电子零股交易手续费最低 1 元起，协助客户降低交易成本，打造竞争优势，争取新客源。

解决「没钱、没时间」投资 e 指轻松存股滚财富

在低利率、高通膨时代，存钱不如存股，因此过去一段时间，「航海王」、「钢铁人」、「铜博士」、「元宇宙」等概念股合体吸金，连大学生爱用的社群平台都有不少相关概念股票受到热烈讨论，然而，有些股票由于身价飞天，很难入手，尤其对小资族而言更不容易。2020 年 10 月 26 日零股盘中交易新制上路，增加小资族参与高价股的管道，但对于一般上班族来说，无法一直盯着盘势，若是股市新手更可能因为股价波动太大，导致情绪七上八下。

为积极解决「没钱、没时间」的投资痛点，鼓励小资族打造被动收入，亚东证券趁势推出「定期定额买台股／ETF」的服务，让小资族小额扣、定期买、纪律存，滚出可观的财富！

不同于其他券商推出琳琅满目的股票／ETF，亚东证券「定期定额」业务有三大特色：

1. 由子公司亚东投顾研究团队，依严谨的选股条件，精选出 50 档优质「长期饭票」（包含

- 股票／ETF），减少投资人自己做功课的时间。
2. 动态调整适合定期定额的投资标的，协助客户检视投资公司体质。
 3. 介面与流程设计友善高效，三步骤就能完成。每月3个扣款日期，进一步降低股价波动风险。

确保客户权益 资安防护从内部做起

前阵子券商遭骇客撞库攻击之资安事件频传，因此，在不断提升及改善客户金融数位体验的同时，亚东证券更注重数位资安的重要性，采取多层次防护策略，并依循国际资安管理标准（符合 ISO 27001），提升客户信任度。

一、交易安全：

① 下单签验采台湾网路认证 CA 凭证，经由公正第三方发行之凭证作为第二道关卡，增加网路交易的安全程度。

② 客户下单登入时，身份授权流程采用「双因子验证」（例如：下单凭证、装置绑定、OTP、生物辨识等）防护机制，加强安全性。

③ 运用国际公认的 SSL 技术进行资料传输加密，确保客户在网路传输资料的安全性。

④ 定期提醒客户更新密码，密码输入错误达一定次数时，中断其连线机制。

⑤ 建立防火墙，阻拦外部非正常连线，并建立侦测机制，加以过滤和阻绝。

二、系统安全：

配合金管会推动金融资安行动方案，以追求安全便利不中断的金融服务为目标，提升公司资安治理能力并确保系统营运与资料安全。另外每年办理弱点扫描与渗透测试作业，强化内部系统资讯安全的韧性。

三、人员安全

亚东证券早已建立一套资讯安全管理制度，且持续完善内部组织规范，推动资安组织文化、加强资安管理。与此同时，也定期举办教育训练及资安演练（DDoS 防护演练、资安通报演练、资安事件应变桌面演练，以及电子邮件社交工程演练），期望将资安要求落实到每一个作业环节，并培养员工警觉心及强化资安意识，提高资安风险因应能力，为客户资料层层把关。

「不断的创新」是亚东证券努力的方向，目前已有 85% 用户使用电子下单，远高于市场平均（70%），未来仍将积极整合内、外部资源，透过异业合作，打造无障碍、无断点的数位创新服务，实现普惠金融，也为投资人、员工及企业创造共好三赢的荣景。



HAPPY GO 转型发展 Martech 赢接新经济

编辑室采访整理

「您有HAPPY GO卡吗？」这样的询问对于许多消费者来说，一定不陌生。拥有千万卡友的HAPPY GO，长期在台湾的会员点数市场占有领先地位。然而，随著各大集团竞相投入会员经营，HAPPY GO如何巩固优势，并进一步以差异化特色，为卡友提供更美好的消费生活？

放大点数商机 打造品牌利基

数位浪潮兴起，推升了消费型态的多元化，顾客的选择变多，维持忠诚度也越发不易。为了强化客户黏着度，不少大型企业纷纷以点数经济串联服务生态圈，无论是富邦集团推出的「momo 币生态圈」，或是统一集团经营的「OPEN POINT 生态圈」，都针对消费族群进行整并和收敛，即使没有跨足零售领域的国泰集团，也积极与屈臣氏、微风和 85 度 C 等商家组成策略联盟，在支付与点数上提升服务。

相较于这些竞争者，HAPPY GO 无疑已抢得先机。「2005 年推出服务时，是希望借由

这个跨产业、通路、品牌的红利点数平台，将顾客串联在一起，并透过消费轨迹，360 度认识顾客，带来更完整的服务。」回忆起 HAPPY GO 成立的初衷，梁锦琳总经理如是说。

17 年来，HAPPY GO 不仅提供消费累兑点，也持续扩大集团内外的合作商家，以绵密的服务网及点数回馈，逐渐掌握消费者轮廓，再借由适当的点数红利回馈和点数价值放大，机动性的规划促销活动。例如最近在母亲节档期推出「2 点兑 1 元」，或是远东 SOGO 百货经常在周末祭出「50 点兑换 50 元」的活动，都是利用点数促动消费。过程中，HAPPY GO 的行销团队也观察到，消费者的需求其实相当广泛，梁总经理举台北商圈的消费者为例，「早上在全家便利商店买早餐、午餐时顺便到远企购物中心逛逛，下班经过忠孝东路，再到远东 SOGO 百货采买一些东西。因此，与其试图把客人圈在某一家店消费，不如带动整个商圈。」为此，HAPPY GO 自去年开始，尝试从商圈经营的角度切入，以板桥商圈计画为例，消费者在板桥商圈的 city'super、远百、全家等不同店点消费三次，就能获得额外奖励。创新的企划果然获得极大回响，团队于是再接再厉，与零售、电信、金融、餐饮、影城等各领域的伙伴合作，将成功经验复制到全台各大商圈。

不仅将行销的范畴从单一店点延伸至周边商圈，HAPPY GO 的行销手法也越来越弹性，包括：打卡任务、实际消费，甚至是使用特定的支付工具，都能快速累积点数，尽可能放大点数的使用范畴，让消费者更有感。

其中，「支付」堪称是消费的最后一哩路，远东集团在 2019 下半年推出 HAPPY GO Pay，一方面为了提供卡友便捷的零接触交易体验，另方面也让行销资讯的触及更精准。「目前合作的银行高达 20 家，几乎涵盖了消费者口袋里的信用卡发卡行，不过刷卡交易量仍有成长空间。」梁总经理分析，「从消费族群来看，VVIP 客层中，有 4 成顾客使用 HAPPY GO Pay，其消费金额几乎是使用实体卡的 4 倍。这可能是因为高贡献度的客人，数位化程度普遍比较高，今年我们将加强推广，希望 6 成的 VVIP 都能使用 HAPPY GO Pay，并进一步推展至年轻、年长等各族群的消费者。」除了与银行联手推出点数加倍、红利券或抽奖活动，提高消费者的使用意愿，梁总经理认为，百货专柜人员的口语促销尤其重要，「如果能在询问有无 HAPPY GO 卡的同时，征询是否使用 HAPPY GO Pay 付款，或是当顾客开启 SOGO 百货 App、远东百货 App 时，询问是否绑定 HAPPY GO Pay，都能鼓励更多消费者开始使用，这正是我们将积极与业者沟通的重点。」

布建三大平台 推升成长曲线

梁总经理深知，想在瞬息万变的数位时代站稳脚步，光是赢在起跑点仍不够，还得加

速打造下一个成长动能。「除了扩大经营会员点数市场，我们必须转型为数据整合行销（Martech）服务的领导者。」为此，梁总经理规划在 2022 年强化数据、行销、数位等三大平台的功能。

「首先是『数据平台』。」梁总经理指出，「未来是数据的时代，谁能够了解消费者，就能掌握开启未来之钥。」HAPPY GO 长期从顾客的消费历程、在 App 或网站上的搜寻纪录，以及市调问卷的数据中抽丝剥茧、加以梳理，洞察消费者的喜好和需求，并自 2015 年起，每年为零售伙伴提供年报，这些资料将统整在数据平台，方便伙伴们即时了解消费者喜好，机动性的展开行销规划。「当然，所有资料的收集与运用完全符合法规，因为我们本身也是消费者，都希望享受好的服务，又能保有隐私，所以一定会做好相关规划。」梁总经理强调。

「以新成立的远百竹北店为例，经由顾客的累兑点纪录、我们透过 GO SURVEY 在周边的面访调查得知，消费者的满意度高达 86%，可说是集团历年来满意度最高的新店，而且回访率意愿高达 91%。受访者普遍喜欢它的特色设计、环境整洁，服务也非常好，更有人提出行动支付十分方便。深入探究发现，有 2 成的消费者使用 HAPPY GO Pay 支付，同时也有近 6 成的顾客使用 APP，这个比例与我们对竹北地区消费者轮廓的描绘一致。由于客群的数位化程度相对较高，沟通上可多运用数位工具，减少传统媒体的投放。」数据分析不但能帮助实体店面了解消费需求，亦有利于线上业者掌握未来的消费动能。梁总经理进一步说明，「虽然现在 Omicron 疫情严重，但 GO SURVEY 调查显示，7 成以上的民众都想出国，尤其是日本、韩国。这些数据对于我们既有的合约特店如 ezfly、Booking.com 等旅游或订房网业者，甚至是日本 NTT DOCOMO 集团经营的 d POINT、日本 CCC 集团与我们联合推出的 T Card 来说，都十分宝贵，若能事先做好准备，待日后疫情平稳，或是防疫规划较完善时，便可及时掌握商机。」

有了数据，还需要通过正确的行销工具，才能精准与目标客群沟通，因此梁总经理布建的第二个平台是「行销平台」。「我们要把它做得非常友善，方便伙伴们以客制化的方式，针对不同客群投放不同的讯息，以提高行销效益，例如有些顾客适合以 Email 沟通、有些人用 SMS，有些人则是在 App 上可以快速回应。」

当然，在数位时代，「数位平台」绝对不可或缺，「HAPPY GO App」正是扮演此一角



色。「过去在三大报、三家无线电视台等传统媒体上，大家看到的讯息都一样，但 App 能更有效率的进行分众沟通，例如：圈选一部份的消费者发出优惠讯息，再针对另一族群推播尝鲜券或折价券。」不仅如此，App 的互动性高，能快速获得回馈，「早上发出一则推播，下午就能统计使用者的点阅率，或是同时发出三种不同的内容，再观察哪一种获得回应比较多。即使从消费者点阅的时间也可以得知其生活样貌，有些人习惯早上 9:00 前开启，有些人趁着午休时间 12:00 ~ 13:00 浏览，还有些使用者忙到晚上 9:00 后才有点选。」

消费者的时间和精力有限，要在众多 App 中脱颖而出，除了优惠讯息之外，举凡版面的配置、内容的规划等，无一不是学问。梁总经理解释，「大家都想争取曝光率、吸引目光，我们必须经常斟酌版面的绩效进行大改版、小改版，在内容上也得绞尽脑汁，迎合顾客的喜好，例如之前为庆祝集团 70 周年，在『点点出任务』中，邀请大家每天走 7,000 步做公益，获得热情响应，到现在还有七、八万名会员持续在走；有时我们也会利用俄罗斯轮盘、翻牌对对乐等小游戏的机制，搭载行销讯息，或是透过推播，提供附近商家的促销活动、折价券等；除了 HAPPY GO 卡，App 中也内建『卡+』的功能，可储存 d POINT CARD、Ocard、RE 红包、威秀影城的会员卡，更有为大家收集潮流时尚、生活旅游的新闻频道内容，成为卡友们随身携带的生活百宝箱。」目前 HAPPY GO App 的下载数已冲破 330 万，内部因此能快速取得消费者反馈，促进行销的敏捷度，也进一步挖掘出消费痛点。观察到疫情发生以来，民众对于防疫用品的采买逐渐从基础款走向个性化，HAPPY GO 特别与电商合作，推出各式口罩与清消用品，满足消费需求。

提供完善的优惠、服务，让消费者 Happy 之余，HAPPY GO 的品牌愿景其实是希望扩大至整个环境、社会都能一起「HAPPY GO」，因此对于公益的投入向来不遗余力，不但与财政部电子发票整合服务平台合作，鼓励大家绑定云端发票载具，推动环保永续，也长期号召卡友以捐点、捐款、捐发票的方式，为公益团体送暖，去年还特别发起「Stay together 陪你疫起走」活动，邀请弱势孩童以绘画传达对医疗人员的感谢，并借此发动大众募捐。一步一脚印的努力，赢得广大卡友的认同，尽管 2021 年百业笼罩在疫情的阴霾，公益捐赠点数仍创历年新高。

诚如梁总经理所言，「进入新经济时代，HAPPY GO 最大的挑战不是竞争者，而是如何比合作伙伴更快速拥抱数位科技，让服务触角加速渗透线上、线下、跨产业范畴，增加伙伴营收与获利的同时，也为各族群的人们带来精彩、便利、温暖的服务。」您下载 HAPPY GO App、绑定 HAPPY GO Pay 与云端发票载具了吗？快跟我们一起 HAPPY GO，享受「快乐多一点」！

集团简讯

扫描 QR Code 看更多集团讯息 →



01 远东巨城购物中心欢庆生日

远东巨城购物中心 4 月 28 日欢度生日，超过 200 位同仁及专柜伙伴代表，分区分流在所属楼面高喊创意队呼及目标后，一起高唱生日快乐歌。庆生会后更别开生面，透过视讯颁发任职满 5 年与 10 年的资深人员纪念奖。（远东巨城购物中心／叶哲伦）

02 亚东科技大学与亚东医院合作举办「产学研与研究成果发表会」

亚东科技大学与亚东医院于 4 月 14 日举办第一届「产学研与研究成果发表会」，本次共展出 26 件作品，内容涵盖：医护、行政会计、客服、资讯等多元领域，双方透过静态展及动态发表互相交流，期能创造更多合作价值。（亚东科技大学／赖月圆）

03 元智大学获选印尼「国际移动力奖学金」合作伙伴

印尼文教科研部为鼓励印尼大学生海外学习，成立国际移动力奖学金，今年选定 46 所世界知名大学为合作伙伴，元智大学名列其中。校方规划将由五个学院合作，整合出工程、管理和财务会计 3 大领域、31 门英语授课课程，并安排学生至远东新世纪等公司参访。（元智大学／饶浩文）

04 台湾业界唯一 远传 AI 技术获选「智慧运输亚太论坛」专题发表

智慧运输界年度盛事「智慧运输亚太论坛」自 4 月 27 日起一连三天，以线上研讨会的形式展开，远传研发的「AI 电信数据萃取技术」，精准预测国道交通使用量，助益智慧城市发展，获选年度论坛专题，为台湾业界唯一代表！（远传电信／林孟璇）

05 远传技术力加持 新北、彰化校园启用能源管理系统

远传电信自主开发的「能源管理系统（EMS）」，具备 AI 增强式学习空调需量反应功能，可依照冷气使用习惯与升温预测进行节能控制，目前已支援包括彰化县、新北市在内的 9 县市「班班有冷气」专案，共涵盖 1,290 所中小学。其中，新北市更领先全台整合现有校务系统及「新北校园通」App，提供远端遥控及即时电力掌握，为师生打造优质舒适的智慧校园。（远传电信／张为竣）



06 远传携手亚东医院与微软 让您一指掌握防疫「心生活」

因应疫情再次升温，远传心生活 App 携手亚东医院与微软，提供远距诊疗服务、即时防疫资讯、医疗专业内容等，未来更将推出线上客服、真人回复等功能，帮助用户掌握疫情讯息。此外，若民众于防疫／隔离期间有看诊需求，也能下载亚东医院「远距看诊」App，在家完成线上挂号及视讯看诊。（远传电信／钟宜真）



远传心生活 App「居家防疫」专区



亚东医院远距诊疗APP

公益专区

07 爱买量贩举办二手童书回收活动

为响应世界地球日，爱买量贩于4月20日～5月3日举办「募集童书 让爱延续」活动，邀请消费者将家中书况良好的二手童书绘本送至全台15间分店客服中心，募集到的童书则透过坚持聘用身障人士的「爱阅二手书店」，转送予偏乡地区与弱势团体，用爱陪伴偏乡孩童。（爱买量贩／黄莉淇）

08 远东百货以实际行动关怀社会

远东百货桃园店于4月20日携手新竹捐血中心、黑猫公益康乐协会及桃园市如意狮子会，举办捐血活动，共募得17,500c.c.热血；新竹大远百则与环保局和国税局合作，于4月23日、24日同时举办「焕然衣新旧衣捐爱」以及「2022 发票存云端作伙做环保」活动，希望唤起消费者环保意识；另一方面，嘉义店因应母亲节到来，于5月7日与嘉义市政府卫生局、嘉义市西区卫生所、卫生福利部嘉义医院合作，举办子宫颈癌筛检活动，守护嘉义地区妇女的健康。（编辑室辑）



09 高雄大远百与高雄同心战疫

高雄大远百4月25日与札幌药妆合作举办「暖心关怀·携手送爱」，捐赠超过价值NTD50万的防疫物资和日常生活用品予高雄市的弱势家庭，另携手绘食天堂餐厅举办「远百挺医护·元气便当召集令」，邀请民众认购元气便当，并由黄友诚店长于4月27日率领同仁送至高雄市立旗津医院，为医护人员送暖。（高雄大远百／郑敏惠）



10 远东SOGO志工社传递温暖力量

远东SOGO百货总公司志工社自2017年起，每年于不同海域净滩，2021年更认养新北市万里顶社沙滩为专属净滩地段，每季前往，并逐次计算海废类别及垃圾总重，量化净滩成果，截至2022年4月，已清除超过2公吨海洋废弃物。此外，中坜SOGO志工社同仁亦发挥行销能力，协助规划「真善美社会福利基金会」的母亲节康乃馨义卖活动，以增加基金会收入。（编辑室辑）



11 远东SOGO百货倡议绿色生活

远东SOGO百货响应世界地球日，全台各分店于4月1日～20日举办「希望之苗」活动，共发放3,500株「台湾桂花（原生种）树苗」，绿化民众的生活；中坜店亦与桃园市环保局合作，邀请环境教育老师导读绿绘本，向小朋友们宣导环境议题；新竹店则于4月23日举办「植树小旅行」活动，邀请民众至锦华公园探索植物，再将落叶制成拓印书签；同时也与白色泡泡工作室合作，协助新竹市基督教荣光全人关怀协会举办「香山区孩子的秘密基地学童，认识海洋及DIY手作香皂活动」，传达环保观念。不仅如此，新竹店为加强推动绿色生活，于4月份带领贵宾参访全球绿色美妆企业--「O' right 绿建筑总部」，体验绿色建筑及各项环保措施。（编辑室辑）

12 远东巨城购物中心力挺在地农渔特产

远东巨城购物中心携手农粮署、渔业署等单位，于4月16、17日和30日举办「三网实体联欢庆活动」，邀请全台各地养殖青年、渔会及农场，贩售各式新鲜渔获水产与特色农产品，活动中另安排儿童街舞及吉他弹唱表演，吸引许多热情民众共襄盛举。（远东巨城购物中心／刘欣佑）

13 远纺工业（无锡）参加政府防疫工作

4月中旬以来，无锡市新冠疫情日趋严峻，新吴区商务局于4月17日号召企业派出志愿者，支援防疫工作。魏德光代总经理、陈素兰协理等主管紧急动员，挑选5名志愿者代表无锡纱厂参加，4月19日的简短动员会后，5名志愿者立即赶赴前线。（远纺工业（无锡）／李和俊）

好康报报

14 报税用远传 门号身分认证超方便

为鼓励用户体验便利的数位服务、同时轻松完成手机报税，即日起至6月30日，远传月租型用户注册为「远传心生活」、「远传 friDay 理财+」App 会员，使用行动电话身分认证功能进行手机报税，除了享有各家银行提供的缴税优惠，还有机会免费把 iPhone 13 带回家！详情请洽活动官网。（远传电信／钟宜真）

远传报税活动
官网

15 远银 Bankee 社群银行活存基本年利率调高至 0.81%

央行升息掀起大额定存拆单潮，远银 Bankee 社群银行趁势推出基本活存年利率 0.81% 无额度上限优惠，年息较一般大额定存高出 5 倍，非常适合有资金停泊需求的民众。（远东商银／朱佳琳）

16 HAPPY GO 推广云端发票 邀您为地球永续共尽心力

HAPPY GO 号召卡友减碳爱地球，首次于 HAPPY GO App 绑定财政部发票手机条码，可获得 HAPPY GO 点数 50 点，每月再提供点数加码抽奖活动，存越多、中奖机会越高。尚未申请财政部发票手机条码的用户，也能透过 HAPPY GO App 连结申办，成为环保尖兵。（鼎鼎联合行销／徐雅慧）

下载 HAPPYGO
App 绑定财政部
发票手机条码开启
HAPPYGO App
参与发票任务

17 「万粽飘香庆端午」 台北远东香格里拉饭店推出八款美粽及三种礼袋

台北远东香格里拉饭店今年推出八款独家风味粽，包含：乾隆一品粽、鲍鱼鲜贝粽、五谷米牛肚菌素粽、正宗广式裹蒸粽、五福粽、香宫经典烤鸭粽、酒香鸡肉粽及紫米奶黄流沙粽，各个别具风味，单颗价格自 NTD188 ~ 2,580 不等。饭店并精心设计「情有独粽」、「浓情香粽」、「香传粽情」三款兼具质感及环保的保鲜礼袋，每袋内含五颗，收入四款不同口味的独家风味粽，价格 NTD1,288 ~ 1,588，另有大宗团购优惠，详情请洽：(02) 7711-3510 或 2376-3278。（台北远东香格里拉饭店／王靖芹）



台北远东香格里拉饭店「万粽飘香庆端午」



18 远东百货端午「粽」星云集 搭配馆外速利便 取货超安心

粽子是端午节不可或缺的元素，今年远东百货由徐雪芳总经理领军，搜罗五湖四海的粽子以及绝佳伴手好礼于「2022 端午节礼品专辑」。即日起至 6 月 3 日，凡购买专辑内的商品两件以上，可享 95 折优惠（折扣特定品除外），使用远百 APP 结帐或持 HAPPY GO 卡过卡单笔满 NTD888 以上，即赠送「NTD100 美食餐饮抵用券」乙张，欢迎前往全台远百异国食品馆「FE21' World Gourmet」专柜参观选购，并使用各店的「速利便」取货，以降低染疫风险。（远东百货／郑嘉蕙）

19 亚东医院形体美容中心为您找回理想的自己

秉持「安全、隐密、舒适、专业」的信念，亚东形体美容医学中心安排卫福部七大部定专科医师与您一对一进行专业美容医学咨询，包括：各式颜面美容、植发、雷射、体雕、药物减重、营养咨询、内视镜缩胃及减重手术、静脉曲张硬化剂注射和治疗雷射…等，协助您量身打造最理想的样貌。详情请见官网或加入 Line@ 咨询。（形体美容医学中心／李明洁）



亚东医院形体美容中心 LINE@



亚东医院形体美容医学中心 官网

绩优荣誉榜

20 远东集团获「远见 CSR」五奖肯定 得奖数全台集团第一

远东集团于本届远见 CSR 暨 ESG 企业社会责任奖共获 5 项荣耀，名列全台集团第一。徐旭东董事长 5 月 3 日亲自出席颁奖典礼，并代表远东新世纪领奖。远东新世纪除了荣获「传统产业 -- 楷模奖」，并以〈陆、海、空废弃物回收再制 布建全方位循环再生技术〉获颁「循环永续组 -- 首奖」；远传电信近年积极透过 5G 大人物技术，协助政府与民间团体数位转型，获颁「电信业 -- 楷模奖」；有「百货业 CSR 模范生」之称的远东 SOGO 百货，不仅是台湾首家提供疫苗奖励给员工的百货，更从消费者立场出发，全方位照顾疫情下的饮食需求，获颁「一般服务业 -- 楷模奖」；Big City 远东巨城购物中心因执行〈社区健康 Big 加值 -- 打造全龄共好健康促进平台〉计画成效显著，深获评审肯定，夺下「公益推动组 -- 楷模奖」。（远东新世纪／沙益民）



21 远传获颁「最佳管理创新奖」银奖

远传电信以「AI 品管机器人」专案，从 92 家企业、数百件参赛案件中脱颖而出，荣获《数位时代》「创新商务奖 -- 最佳管理创新奖」银奖，4 月 28 日由通路暨客服管理群杜伟昱资深副总经理代表领奖。（远传电信／文懿婕）

22 远东新、远传、远银勇夺「公司治理评鉴」前 5% 最高荣耀

台湾证券交易所公布第八届公司治理评鉴结果，远东新世纪、远传和远东商银于 913 家受评上市公司中脱颖而出，入列前 5% 企业；东联化学、远东百货、裕民航运和亚洲水泥亦获选前 6% ~ 20%，宏远兴业也获得前 21% ~ 35% 的佳绩。值得一提的是，今年除了远东商银首度进入前 5% 榜单，远传电信更连续 8 年获得前 5% 殊荣，目前全台仅 9 家企业达成此成就。（编辑室辑）

23 元智大学入选 2022 THE「商管领域」全球前 500 大

2022 年英国《泰晤士高等教育世界大学排名》于日前揭晓，元智大学在「商管领域」学术排名全球第 401 ~ 500 名，与国立政治大学、日本早稻田大学、日本庆应大学、美国 University of Oregon 及美国 University of North Carolina at Charlotte 并列，表现亮眼。（元智大学／饶浩文）

人事异动

24 远东新世纪高阶主管人事异动

姓名：吴信仪

原任：秘书处 资深经理

新任：秘书处 权任协理

学历：东吴大学经济系学士



姓名：张维钧

原任：董事长办公室二（集团联合稽核总部） 副经理

新任：董事长办公室二（集团联合稽核总部） 权任经理

学历：国立台湾大学事业经营（PMBA）硕士

26 亚泥（中国）高阶主管人事异动

姓名：吴中立
原任：亚泥（中国） 执行长
新任：董事长特别助理兼发言人
学历：美国纽约州立大学博士



姓名：张振昆
原任：亚泥（中国） 副执行长
新任：亚泥（中国） 代执行长
学历：台北科技大学

姓名：俞剑屏
原任：江西亚东水泥 总经理
新任：亚泥（中国） 副执行长
学历：台北科技大学



姓名：田隆
原任：四川亚东水泥 总经理
新任：江西亚东水泥 总经理
学历：东吴大学

姓名：邱国维
原任：四川亚东水泥 厂长
新任：四川亚东水泥 代副总经理（代行总经理职权）
学历：美国密西根大学硕士



抢攻生鲜杂货外送商机

GO SURVEY 市场研究顾问

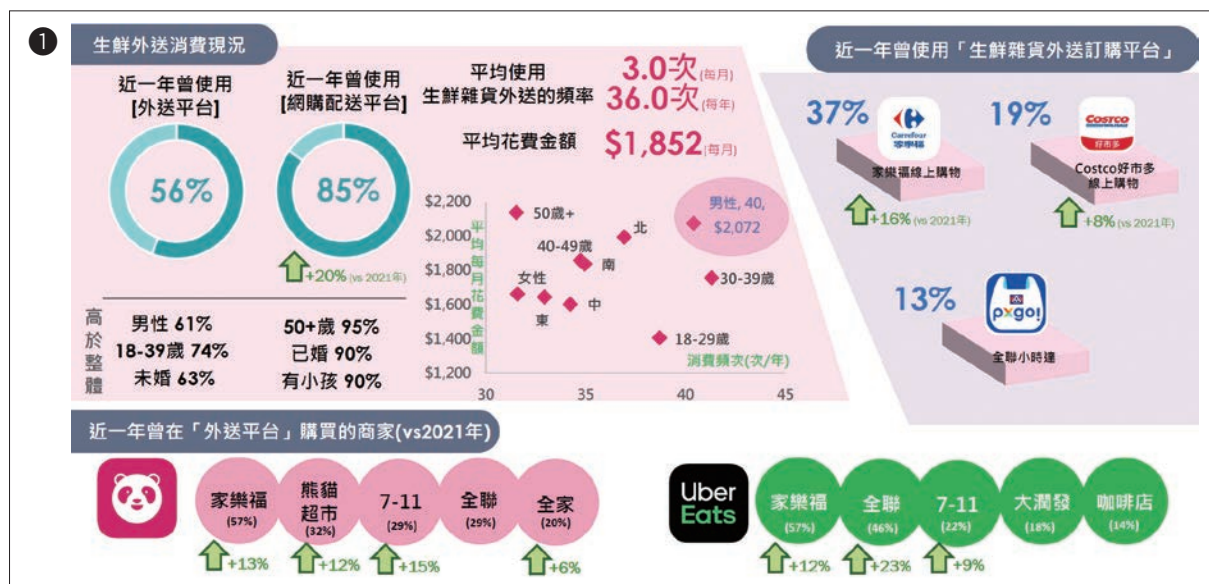
近来超商、量贩、药妆药局等专卖零售通路品牌陆续加入外送平台，将外送品项由熟食餐饮扩及至日常用品和生鲜杂货；生鲜电商也因居家防疫需求升级，新增零接触配送、整点消毒外送箱等配套服务，为外送市场撑起另一波成长动能。本期将由GO SURVEY 为您解析未来生鲜外送的3大趋势与3大商机。

《趋势 1》实体量贩、超市加持，带动生鲜外送市场快速成长

根据 GO SURVEY 调查，近一年 85% 民众曾使用「网购平台」采购生鲜杂货，在疫情带动下，较去年成长 20%，其中，「家乐福」和「COSTCO 线上购物」使用涨幅最高（相较于 2021 年分别成长 16%、8%），「全联小时达」上线不到一年，也有 13% 使用率，超市量贩龙头持续带动生鲜外送市场成长动能。（图表①）

《趋势 2》串接量贩、超市、超商店家，推动「外送平台」生鲜杂货业绩成长

除了网购官网和 APP，零售业者也运用「外送平台」来串连自家商品与消费者的最后一哩路。调查发现，近一年 56% 民众曾使用「外送平台」采购生鲜杂货，其中以家乐福、全联、



7-11、全家最为热门，连 foodpanda 自营熊猫超市也挤身为第二名畅销店家，购买率皆较去年成长。因超商、量贩、超市等零售通路品牌陆续加入外送平台，带动生鲜杂货业绩成长。

《趋势 3》「外送平台」吸引年轻男性消费客群，启动新消费动能

生鲜「外送平台」吸引男性、18～39 岁、未婚的年轻客群，与「网购平台」的熟龄、已婚、家庭客群相异；且男性的消费频次、金额皆高于整体（+4 次 / 年，+NTD220），需求强劲，为生鲜外送市场注入新动能。

随着「宅在家」、「居家工作」的族群渐多，生鲜外送已成大众习惯，熟龄客群的黏着度更是持续深化，未来零售业者该如何布局？GO SURVEY 为您挖掘 3 大商机。

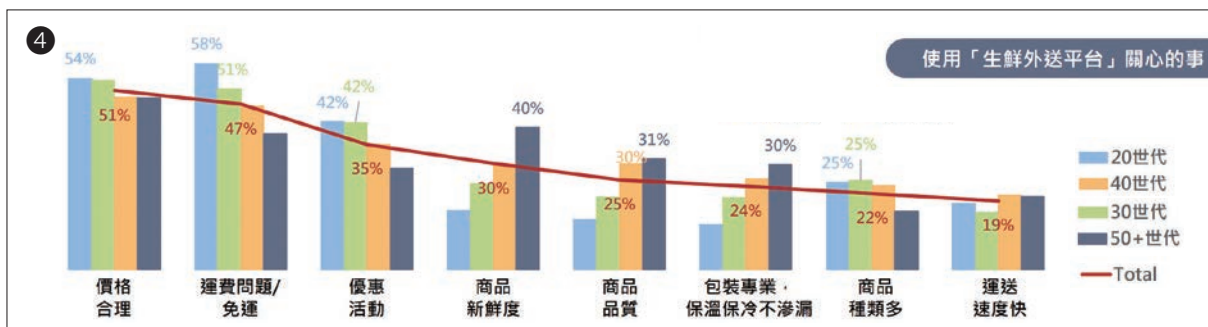
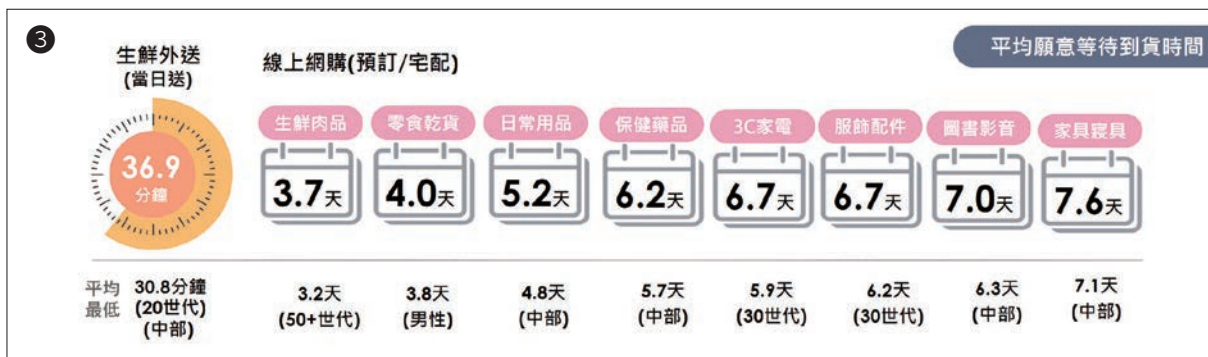
《商机 1》主打通路热销商品，带动长期消费

GO SURVEY 调查发现，民众在各通路较常购买的生鲜杂货类型大不相同，其中，foodpanda 和 Uber Eats 的饮料品项最热销；家乐福、momo、COSTCO 主打居家日用品，不过 COSTCO 的进口蔬果亦十分热卖；momo 则是美妆护肤商品强势；Shopee 的零食饼干糖果最受欢迎；全家即时料理和蛋糕甜点最夯；全联国产蔬果和生鲜肉品大卖。总结来看，外送平台主打饮品需求；量贩电商满足日用需求；超市超商则接轨即食、日用消费需求；各通路可运用热销商品作为利器，养成长期消费需求。（图表 2）

《商机 2》以「速度」抢占 30 世代和中部客群心占率

快速到货已成外送宅配业者抢攻订单的手段之一，但是，商品需要多快送达才能让消者





买单呢？调查显示，当日生鲜外送消费者平均愿意等候 37 分钟到货；生鲜肉品及零食干货网购期待 4 天内送达；其他用品、药妆、家电、服饰等网购订单，则期待在一周内到货；其中，30～39 岁和中部客群愿意等待的时间较短，显示未来业者若开发「快速到货」的升级服务时，必须以「速度」来攻占 30 世代和中部客群的心。（图表③）

《商机 3》强化价格优惠和商品差异，提升平台黏着度

使用生鲜外送平台时，民众最关注的要素以价格、免运、优惠和商品种类、新鲜度、品质、包装为主，若从各世代的角度分析，则年轻世代（20 / 30 世代）较关注价格、免运、优惠活动和商品种类；熟龄世代（40 / 50+ 世代）较重视商品新鲜度、品质和包装专业度；平台业者需针对不同客群，进行差异化和客制化经营，提供最能打动各客群的采购要素，培养消费黏着度。（图表④）

疫情加速宅经济发展，零售业者积极抢进电商与外送市场，生鲜杂货外送服务已成为超商、超市、量贩的兵家必争之地。而生鲜外送市场本身的变动更是快速，从新竞争对手 -- 「韩国亚马逊」之称的电商巨头 Coupang 在 2021 进军台湾生鲜外送，到 foodpanda 和 Uber Eats 抢进传统市场外送，未来对于生鲜外送市场的影响值得持续观察。



GOSURVEY
官网

* 调查说明：「餐饮外送消费调查」为 GOSURVEY 市场研究顾问於 2021/12/28~2022/1/24，在 GO SURVEY 平台上执行的网路调查，共计回收 4,784 份样本，受访者条件为 18~70 岁的 HAPPY GO 卡友。

《创新者的DNA》--从「新」学创新

远东集团联合稽核总部／陈原毅

远东新世纪的立业精神包括「诚、勤、朴、慎、创新」五大要素，其中，如何学习创新？或许很多人都跟我有相同的疑问。直到无意间购入《创新者的DNA》一书，发现原来创新能力早已深植在我我心中……

自 Clayton M. Christensen 在《创新的两难》书中提出「破坏性创新」的理论后，《创新者的DNA》一书的三位作者 -- Jeff Dyer, Hal Gregersen, Clayton M. Christensen，进一步探索创新点子从何而来？透过访谈许多创新企业创办者并梳理资料后，发现勇于挑战现况、不轻易妥协，是诸多创新者（如：苹果前执行长贾伯斯、亚马逊执行长贝佐斯或星巴克创办人舒兹…等）的共同特质，寻求改变的行为技巧 -- 联想、疑问、观察、社交（注）与实验，则如引擎燃料般提供源源不绝的动力。透过勇于挑战现况并交错运用五大行为技巧，让思绪在脑中穿针引线，激发出创新的构想。

其实，生活中处处都有练习创新技巧的机会，以连锁零售场所为例，身为消费者的您，一定有过类似的经验：在收银柜台结帐时，当垃圾袋与商品一同计算，可以使用信用卡结帐（联想），惟单独购买垃圾袋，却只能使用现金付款（观察）。充满好奇心的您，想试着了解情况（挑战现况），于是礼貌地询问收银员，「为什么没办法使用信用卡购买垃圾袋（疑问）？」收银员往往以一句「系统不支援」简单带过。此时您心中难免会想，「如果系统可以支援（实验），提高结帐的便利性该有多好。」

想了解如何应用创新行为的技巧吗？转头看看身边的小孩，他们每逢接触到新奇的事物（观察），就开始询问这是甚么（疑问）？为什么长这样？为什么不是长那样（挑战现况）？



能不能变成另外的模样（联想）？接着开始动手制作自己想要的样子（实验）。由此可见，创新能力早已深植在你我间，只是我们没发现而已。

最重要的是，不论您是新进同事、还是像我一样进入公司几年，但是对如何创新还不太了解的同仁，都可以开始运用书中提出的五种行为技巧 -- 联想、疑问、观察、社交与实验，保持对世界的好奇心，结合个人的强项与经验，从「新」激发出个人独有的创新点子。



注：与不同背景或不同观点的人互动，因年纪、学习背景、经验，甚至国籍不同，对于相同问题都有不同的观点，相互交流后激发出潜在的创新想法。

参考资料

- 1.《创新者的DNA：5个技巧，简单学创新》（畅销改版），天下杂志出版社於2017年08月04日出版
- 2.Jeff Dyer, Hal Gregersen, Clayton M. Christensen, The Innovator's DNA, Updated, with a New Preface: Mastering the Five Skills of Disruptive Innovators (Harvard Business Review Press; Revised edition, June 4, 2019)
- 3."Jeff Dyer on Innovation", LinkedIn Learning Online Course

升息时代来临 我的贷款需要缴更多钱吗？

远东商银／王玟棋

受到疫情以及国际情势影响，市场正面临全球性的通膨危机，即使殖利率曲线徘徊在倒挂的边缘，美国联准会（Fed）为了避免通膨率高于银行存款率，仍于2022年3月16日毅然宣布升息一码，台湾中央银行亦于翌日宣布跟进。睽违10年再度升息，是否意味升息时代已经来临？贷款族又该如何因应？

「**升**息」不仅影响投资市场，也严重冲击房贷和信贷族群，相信许多人都想知道，月付金是否将因此暴增？

一、银行贷款的计息方式：固定利率 vs. 浮动利率

升息并不一定代表月付金增加，由于银行贷款的计息方式分为「固定利率」和「浮动利率」，顾名思义，「固定利率」的利率固定不变；而「浮动利率」则是由「定储利率指数」与「加码利率」组成，前者是参考台湾数家主要金融机构一定期间内的定储固定利率，计算平均值而产生，尽管各银行的「定储利率指数」定义略有差异，但皆会因央行的升降息政策而产生变动。

二、升息后，银行贷款产品的利率变化

升息会增加银行的定储利率指数，但不一定会立即影响利息。因为银行贷款是以固定频率（每月或每季）进行调整，即使升息，也会等到下一次的「利率调整日」（又称「利率计

不同银行「三个月定储利率指数」之利率调整日		
远东商银	合作金库	玉山银行
2/23、5/23、8/23、11/23	3/15、6/15、9/15、12/15	2/21、5/21、8/21、11/21



算基准日」)才会拉高目前已有贷款的利率,但对于新承作的贷款,有些银行可能会用低利率争取市占率,反而有利于资金需求者。然而无论目前有贷款、或是正准备贷款的朋友都需注意,专家预期美国联准会今年还会多次升息,且台湾央行仍有机会跟进。如此一来,浮动利率将再次提高,建议先预估升息后的月付金,以及手中的现金流能否负担。

三、升息后,利息会提升多少?

3月17日台湾央行宣布升息一码,相当于0.25%,依据各行库计算浮动利率的公式,几乎须于下次利率调整日提高0.25~0.29%不等,大众可以透过各银行提供的试算工具,计算新的月付金。举例来说,若是5年期的信贷,每贷款NTD100万,升息一码(0.25%),月付金约提高NTD108~133。

四、月付金上升,我该怎么办?

虽然升息一码看似不多,但对于贷款金额很高,或是每月精算每笔开销的人来说,仍有可能面临阮囊羞涩的窘境。

若您目前贷款的利率偏高,且手上还有闲置资金,便可以联系贷款专员或是电话客服,先偿还一部分的贷款,因为减少总欠款金额,也能降低月付金;至于实在没有资金者,也可以考虑转贷他行,若您信用良好且缴款正常,其他银行或许能提供更好的利率。不过,无论如何选择,都需注意是否还在绑约期间内,以免多付违约金。

五、提前还款居然会被罚?什么是绑约条款?

为避免顾客还款太快或转贷他行而影响银行的财务收入，多数银行设有提前清偿违约金的条款（又称绑约），虽然另有不绑约的方案，但须承受更高的利率。绑约时间依贷款类型、银行的方针而不同，通常介于 1～5 年之间，各家银行无论是触发条件、绑约期、计算方式，或是费率等，亦有非常大的差别，截至 2022 年 1 月 25 日，触发条件就有（但不限于）以下三种类型：

- ❶ 绑约期内，还款达到 50% 的总贷款额度会触发（例如：远东商银）。
- ❷ 绑约期内，清偿全额本金而申请清偿证明时会触发（例如：合作金库）。
- ❸ 绑约期内，提前清偿任意比率的金额会触发（例如：国泰世华）。

除了触发条件之外，违约金还由许多要素组成，因此申贷前，请务必了解细节或选择熟悉的银行，才不会因误会或不清楚违约条款，导致平白蒙受损失。



中式餐食变化多 今天想吃哪一道？

远东百货／郑嘉蕙

乌俄战事重创全球粮食供应链，导致小麦和面粉价格持续飙涨，不少人都大叹荷包吃不消。本期特别网罗远东百货各店不需要使用面粉制作的中式餐食、甜品，快来一起品尝！

「食」在有智慧

餐食文化和气候、土壤、物产息息相关，过去交通运输不发达、食物保存不易，只能仰赖先民智慧，变化出各种餐食和甜品。

■**绿豆**：产季约从5月开始，根据《本草纲目》记载，绿豆有清热解毒、祛暑止渴、美肤养颜之效。台湾的夏季总是湿热难耐，用绿豆消暑最适当不过，除了直接煮食，还能做成甜点，例如松软的绿豆糕，一入口就在嘴中化开，尝得到软糯绿豆的清甜，是一款老少咸宜的点心。

■**杏仁**：养肺向来是一等一的大事，尤其 COVID-19 疫情爆发后，更不能忽视护肺的重要性。在一般中药行都能买到的南杏和北杏，很适合制作成润肺又养颜的甜品。体积比较大的南杏，润肺效果佳，直接放入调理机打成杏仁茶，就是全家都爱的饮品；若再加入吉利丁和牛奶，还能做成软滑的杏仁豆腐，马上掳获一家大小的胃。

■**奶酪**：许多人误以为奶酪源自欧美国家，其实宫廷奶酪是中国传统美食，因为早期牛奶保存不易，于是利用酒酿来固化奶品、制成奶酪，延长保存期限。中式奶酪还可加入核桃、瓜子、葡萄干、桂花酿等配料，制作出极富魅力的甜点。



▲以纯手工制作的「冰饊绿豆糕」，冰冻后享用风味绝佳／远东百货桃园店 B1 楼「御奉」提供

备注：全文「优惠价」需出示集团员工识别证，期限至 2022 年 6 月 30 日。

吃得饱



上善蔬食「松露菜饭」

以白米为基底，加入数种新鲜菇类，并选用非基改的豆包和当季时蔬，加入松露酱拌炒，最后淋上浓郁的松露油，推荐价 NTD180，**集团同仁享 95 折优惠**，远东百货信义 A13 店 B3 楼，(02) 8786-9566。



吉品初筵港市茶居「金丝萝卜卷」

将白萝卜以手工细切成丝，酥炸细薄的外皮，让萝卜细丝的甘甜滋味在口中化开。三入推荐价 NTD150，**集团同仁享 9 折优惠**，远东百货竹北店 6 楼，(03) 667-6455。

添好运「香煎萝卜糕」

正宗港式萝卜糕添加虾米与广式腊肠，蒸制耗时，过程中不添加一滴水，油煎后表皮微焦，口感绵密细致，香气十足，推荐价 3 入 NTD118，冷藏整条萝卜糕一组 2 入，特价 NTD436，板桥大远百 B1 楼，(02) 2955-7978。



甜甜嘴



鼎泰丰「八宝饭」、「银耳四宝甜汤」

「八宝饭」由蜜枣干、莲子、冬瓜糖、桂圆、甘纳豆、金桔、洛神花、豆沙馅八种食材制成，色彩富丽，香气扑鼻。「银耳四宝甜汤」由银耳、莲子、红枣、白果、桂圆、冰糖等食材慢火炖煮再冰镇，滋味温润甘甜。八宝饭推荐价 NTD90、银耳四宝甜汤推荐价 NTD110，远东百货信义 A13 店 1 楼，(02) 8780-5200、板桥大远百 B1 楼，(02) 8951-2222。



伴手礼



任性 eat 下「即食粥品礼盒」

采独立包装，方便携带，内含芋头香菇粥、松露野菇粥、红豆紫米粥、麻油姜泥粥各一盒，美味与营养兼具，三分钟就能上菜，推荐价 NTD599，远东百货嘉义店 6 楼「异国美食馆」，(05) 236-5137 分机 8230。



吃得饱

④ 周氏虾卷「干米粉」

米粉口感柔软滑顺，拌入浓郁的特调肉燥，更提升了整体层次。推荐价 NTD50，高雄大远百 11 楼，(07) 536-2964。

⑤ 春水堂人文茶馆「珍珠烧卖」

粒粒分明的特选糯米包裹著满溢肉汁的内馅，令人回味无穷，推荐价 NTD90，台南大远百 5 楼，(06) 208-8512。

⑥ 朱记馅饼粥「小米粥」

加入麦片细心熬煮，入口绵密好消化，兼收健脾胃功效，同时含有丰富蛋白质、维生素 B 等，推荐价 NTD25，集团同仁享 9 折优惠，新竹大远百 9 楼，(03) 523-8120。

⑦ 豆腐村「辣炒年糕」

软嫩 Q 弹的韩国年糕包覆在韩式辣酱中，一口咬下除了辣椒香气，还有麦芽发酵后的甜味，温润又具层次，推荐价 NTD330，需加收 10% 服务费，远东百货板桥中山店 13 楼，(02) 2956-1484。

甜甜嘴

⑧ 时时香「杨枝甘露」

以西米露为基底，加入新鲜芒果、柚子果肉，再淋上香浓椰芒酱，尽显甜蜜滋味，推荐价 NTD125，集团同仁享免费招牌甜品一份，远东百货竹北店 7 楼，(03) 568-0648。

⑨ 翰林茶馆「明月冰卷」

冰凉香 Q 的弹性外皮，佐以绵密红豆泥和香浓绿豆馅，滋味甜而不腻，口感丰富有层次，推荐价 NTD94，集团同仁优惠价 NTD86，远东百货桃园店 9 楼，(03) 347-3159。

⑩ 瓦城「芋香黑糯米」

黑糯米的独特 Q 感，衬托出芋头的绵密松软，混著奶香一口吃下，疗愈感十足。有冰、热两款，推荐价 NTD99，高雄大远百 12 楼，(07) 963-0262。

伴手礼

⑪ 朵朵雪耳「桂圆紫米」

严选台湾有机新鲜白木耳，含有大量植物性胶质与丰富的膳食纤维，可促进肠胃蠕动，搭配的密烧龙眼干，富含铁及维生素，有益气补血、安定神经之效，紫米则含有膳食纤维及蛋白酶成分，能改善便秘、帮助睡眠，320ml 推荐价 NTD110、920ml 推荐价 NTD250，远东百货中山店 B1 楼，0971-835-578。

⑫ 新胜发「低糖绿豆糕」

低糖绿豆糕滋味独具、香醇质细，绿豆的清香伴随绵密的豆沙内馅，令人齿颊留香，冰冻后风味更佳。一盒 12 入，推荐价 NTD240，台中大远百 B2 楼，(04) 2258-3800。

百变吐司点心

豫章工商／陈文静

疫情再度升温，该怎么打发待在家的时间呢？「动手做料理」肯定是您的好选择！本期将以「吐司」为基础，示范「棺材板」、「吉利虾球」和「法式吐司」三款点心的制作方法，学会了之后，还能发挥创意巧思，加入自己喜欢的馅料，完成独一无二的佳肴喔！

吐司

吐司是许多家庭常见的早餐或点心，虽然在面包店或量贩店就能采买，但由于不知道其中有多少添加物，难免吃得不安心。自己做吐司不仅可口，也能确保成份无虞，操作过程还能增加与家人之间的互动，可谓一举多得！

材料

高筋面粉 800 克、奶粉 4 克、细砂糖 80 克、盐 12 克、酵母粉 10 克、鸡蛋 80 克、水 440 克、奶油 80 克。

作法

1. 搅拌面团有两种方式，可选择其中一种。
 - A. 机器操作：酵母以 50cc 的水拌匀，再依序放入高筋面粉、奶粉、砂糖、盐、剩下的水和蛋液，先用 1 速搅拌 2 分钟，待粉被水吸收后，转至 2 速搅拌至面团不黏手的程度，再加入奶油，继续用 2 速搅拌到听见面团拍打搅拌缸的声音（产生薄膜）即可。
 - B. 手动操作：将盐、蛋、细砂糖、水混合均匀，再加入酵母粉继续搅拌，接续倒入面粉，揉到面团光滑后，静置醒面 15 分钟。接着加入奶油，并以折、压、折、压的方式，继续揉约 20～30 分钟，直至面团产生薄膜、面筋扩展完成。期间亦可抓着面团的一端，用力往桌上摔打，与揉面动作交错操作，更容易出现面筋且口感较好。
2. 一次发酵：将面团滚圆，放入发酵箱，设定温度 28°C、湿度 75%、时间约 1 小时；或于面团表面喷水，放入烤箱，以 35°C 发酵约 1 小时，待手指戳入面团后，不会回复原状，代表发酵完成。

3. 二次发酵：将面团分成 3 份，各自滚圆，每份重量 500 克，进行二次发酵。设定温度 28°C、湿度 75%、时间 10 分钟；或于面团表面喷水，放入烤箱，以 35°C 的温度发酵约 10 分钟。
4. 整型：擀成长条状，将面团翻面卷起，接口处朝下，放置土司模内。
5. 最后发酵：设定温度 38°C、湿度 85%、时间 50 分钟～1 小时；或于面团表面喷水，放入烤箱，以 35°C 的温度发酵 1 小时，让面团发酵至吐司模约 9 分满。
6. 烘焙：将面团放入烤箱，以上火 160°C、下火 230°C，烤 30 分钟，完成后将吐司倒出烤模，放凉。



棺材板

材料

厚片土司 2 片、白虾 6 只、透抽 1 只、猪肉片 50 克、红萝卜 50 克、青豆仁少许。

调味料

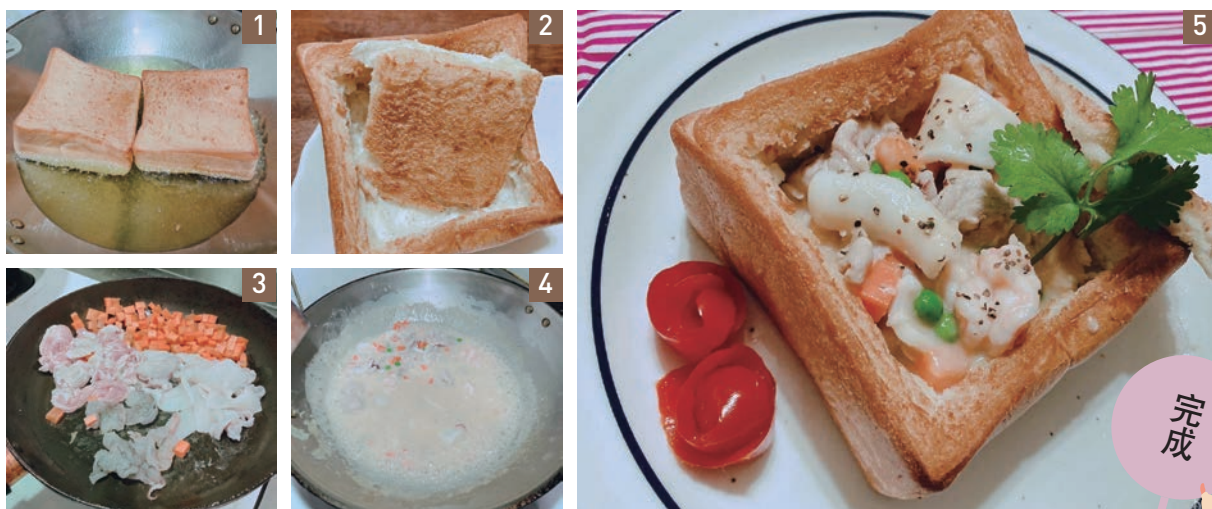
无盐奶油 30 克、面粉 30 克、水约 300CC、鲜奶 60CC、鲜奶油约 15CC、盐 1 小匙、糖 1/2 小匙、白胡椒及黑胡椒适量、米酒少许。

作法

1. 油锅加热至 160～180°C，放入厚片吐司，炸成金黄色后，待其冷却，再用小刀挖去中央部分（需预留约 1 公分底部备用），挖去的部分也须留着备用。
2. 以少许油将虾壳煎到上色，再放入约 300CC 的水，煮出鲜味后，取出虾壳，剩余高汤备用。
3. 热锅中放入 1 大匙沙拉油，炒香肉片、红萝卜、透抽，再加入青豆仁拌炒至半熟，并放入

1/2 小匙盐、1/2 小匙糖、少许米酒调味。

4. 无盐奶油以室温软化后，切成小块放进锅中，用小火加热，再倒入面粉，炒成淡金黄色的面糊。
5. 高汤慢慢倒入面糊中，边煮边搅拌，煮到没有颗粒，再加入牛奶、鲜奶油、1/2 小匙盐、白胡椒，以及炒好的食材，煮至浓稠即可。
6. 将馅料盛入炸好的吐司，再撒上粗黑胡椒提香，盖上面包盖子，即成为一道好吃的棺材板料理。



完成

吉利虾球

材料

虾仁 300 克、肥绞肉 50 克、葱 1 支、姜 15 克、蒜头 3～4 小粒、吐司 3 片。

调味料

盐 1/2 小匙、糖 1/2 小匙、米酒 1 小匙、香油 1 小匙、胡椒粉少许。

作法

1. 吐司去边，切成约 0.8*0.8 公分的立方体，并将葱、姜、蒜切末，备用。
2. 虾仁去肠泥洗净，用餐巾纸将水份完全吸干，再以刀背拍碎、剁成泥后，加入肥绞肉拌匀，倒入葱末、姜末、蒜末，摔打至有黏稠感后，放入全部的调味料拌匀。
3. 虾泥捏成适当大小的丸子，并将吐司丁平铺盘中，让虾丸均匀沾裹上吐司丁，再稍微压紧。
4. 倒入约半锅的油，烧热至 130℃，转小火后，将吉利虾球炸至呈金黄色即可。



完成

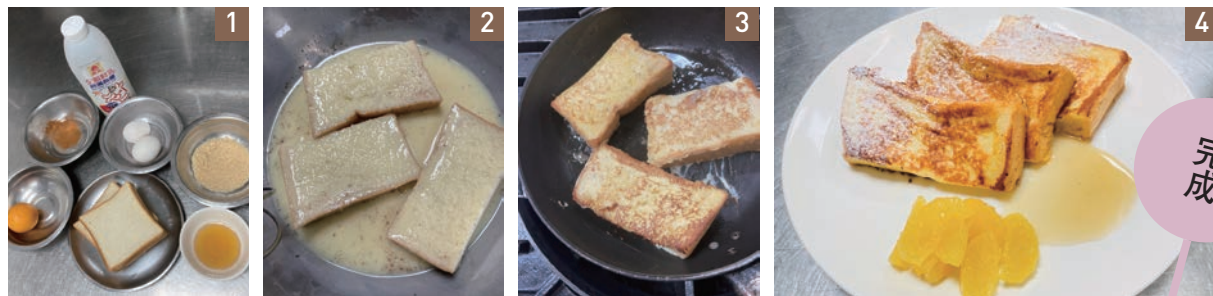
法国吐司

材料

吐司 2 片、奶油 50 克、牛奶 100CC、蛋 2 颗、糖 50 克、肉桂粉 5 克、柳橙 1 颗。

作法

1. 将牛奶、蛋、糖、肉桂粉、1/2 颗柳橙汁放入钢盆，搅拌至白糖融化且均匀，再将吐司对半切，双面以蛋奶液浸泡约 3～5 分钟，使其入味。
2. 锅子烧热后关火，放入奶油融解，再放进浸泡好的吐司，以小火慢煎至两面呈金黄色，即可装盘，并饰以柳橙片，最后淋上蜂蜜、洒上糖粉。



完成

注意事项：

1. 制作吉利虾球、棺材板时，尽量使用隔夜吐司，避免过度吸油。
2. 为保持虾仁的爽脆度，务必擦乾水分，并建议以刀背剁成泥状，口感较佳。
3. 摔打虾仁泥时，若能加上一些板油，朝同一个方向搅打出筋，口感层次会更丰富。
4. 法国吐司成品若是太油，可以放入烤箱，以 100℃ 烤 5～6 分钟，减少油腻感。



端午吃「粽」不吃「重」

亚东医院营养科／陈沛颖营养师

端午节吃粽子是传统习俗，有些民众习惯DIY独家肉粽，也有人直接上网选购可口的粽子，但节日过后，总有不少人因为吃太多而产生罪恶感，打算执行减重计画。其实只要留意一些小秘诀，便能避免这些困扰。本文将介绍粽子的种类以及饮食相关注意事项，祝福大家都能健健康康过端午！



亚东医院营养科
陈沛颖营养师

南北粽大比拼

粽子的主要成分为糯米，依照地区不同，制作方法也有所差异，若自己动手做，食材准备就是一门大学问。目前台湾的粽子以「北部粽」和「南部粽」为大宗，前者的糯米需先用油炒过，再与馅料一起包入粽叶蒸熟，手法类似油饭；后者则是将生糯米和馅料包入粽叶后，以水煮方式处理。两种粽子的热量不相上下，主要仍需考量内馅种类、烹调方式、调味酱料等，若能在吃粽子之前先了解食材特点，就能享受既健康又美味的粽子。

健康包粽小秘诀

长久以来，长辈们总认为：「一颗好吃的粽子，糯米、咸蛋黄和五花肉，缺一不可！」也因为如此，大家不知不觉吃下过多的淀粉、油脂及饱和脂肪酸。其实，若是以糙米、全谷米、五谷米、燕麦、薏仁、紫米、红豆、雪莲子等食材取代糯米，就能增加纤维质摄取，而瘦肉、清鸡肉、黄豆、豆干丁取代五花肉和咸蛋黄，不仅能降低热量，亦可减少摄取饱和脂肪酸。除此之外，额外添加菇类、凉薯、竹笋、牛蒡…等食材，一来可以减少糯米的摄取，二来能避免大快朵颐后的腹胀感。

如何「选粽不增重」

市面上粽子的种类琳琅满目，除了南、北粽之外，也包含粿粽、冰粽、硷粽…等，选购前应详细阅读包装上的营养标示，因为标示内容除了说明该包装所含之份量，也会详列每份

常见粽子热量表

种类	北部粽	南部粽	粿粽	硷粽	市售冰粽
热量（大卡／个）	450 ～ 600	400 ～ 500	250 ～ 300	100 ～ 200	90 ～ 250

粽子的热量、蛋白质、脂肪、碳水化合物和钠含量。以下简介各式粽子热量之差异，透过判读，你我都能成为热量控管大师，不必再为过量摄取而产生罪恶感。

吃粽不增重

- **搭配蔬果：**由于粽子主要成分为糯米，而糯米属于直链淀粉，不仅不易消化，进食过多可能引起胀气或肠胃道不适等问题，因此建议食用粽子之余，别忘记补充蔬菜，多摄取纤维质，以增加饱足感，进而避免食用过量；另外，建议饭后可补充新鲜水果，每次份量为一拳头大小，以帮助消化。
- **少沾酱：**不论北部粽或南部粽，有些民众习惯淋上酱汁，以增添风味，常见的沾酱包括：甜辣酱、甜面酱、酱油膏或辣椒酱，但是大多数酱料的钠含量偏高，容易对身体造成负担，应减少使用。



慢性病友吃粽小技巧

若您本身是慢性病友，端午节能否享用粽子？答案当然是「可以」！以下将为慢性病友说明端午吃粽小技巧 --

- **糖尿病：**糖尿病友需注意「碳水化合物」的摄取量，建议选择与平时饭量大小相似的粽子，尽可能以膳食纤维量较多、升糖指数较低，或是进食后，血糖上升速度较慢的五谷米、全谷米取代糯米，再额外搭配蔬菜。
- **肾脏病：**肾脏病友饮食需要限制「蛋白质和磷」的摄取量，由于五谷米、全谷米的蛋白质与磷含量较一般糯米高，因此建议以糯米粽为主，避免红豆、花生、绿豆、栗子、咸蛋黄、芝麻等高磷食材，以及猪肉、鸡肉、豆干、干贝、鱿鱼、蛋黄等高蛋白食材。
- **痛风：**研究显示，高油、高热量饮食对于痛风病人造成的影响更甚于豆类制品，建议痛风病友勿摄取过量的「肉类和油脂」，此外，也要避免饮酒，以及虾米、鱿鱼、香菇、蚵仔、五花肉等食物，以免尿酸过高。

当然，大饱口福后，也别忘记「运动」的重要性，建议散步 15 ～ 20 分钟或避免久坐，减缓餐后腹胀的不适感。只要把握上述诀窍，相信大家都能吃「粽」不增重，开心享受端午佳节。

申办虚拟健保卡 就医安心又便利

远东新世纪／廖至谦

晶片健保卡发行至今已18年，随著数位科技进步以及民众生活习惯改变，健保署于是自2019年起试办「虚拟健保卡就医模式」计画，解决民众就医时忘记带健保卡的窘境，同时满足大家在疫情下安心看诊的需求。

小明在端午连假时返乡回高雄探亲，因为整天在外游玩导致中暑、头晕想吐，即便至阴凉处休息和补充水分后，症状也没有改善，于是赶紧到附近的诊所就医。挂号时发现忘记带健保卡，原以为需要付押金或自费就医，所幸该诊所已参加健保署推行的「虚拟健保卡」计画，在工作人员的协助下，小明成功使用虚拟健保卡 QR Code 完成看诊，免除日后申请退还押金，或核退自垫医疗费用的困扰。

健保署于 2019 年起推动虚拟健保卡，作为「全民健保行动快易通」App 内「健康存折」的支援功能之一，使用范围包含「远距医疗」、「居家医疗」及「视讯门诊」三大场域。凡申办虚拟健保卡者，只需透过手机出示 QR Code，就能让远端的医师查验健保资讯，进行视讯诊疗。若是年长者或没有手机的民众，健保署也开发授权使用机制，让家属与陪病者协助病患就医，减少照护者的困扰并保留完整纪录，从此不再担心健保卡遗失。在 Covid-19 疫情影响下，使用虚拟健保卡还能降低民众前往医院的频率，解决看诊期间健保卡多人接触等问题。

虚拟健保卡的上路，并不影响实体健保卡的使用，不过健保署也强调，由于相关制度尚未齐备，建议使用前先上网查询配合的医疗院所名单，或事先致电确认。未来将陆续推展至全台 1,000 家以上医疗院所，让更多民众享受便利就医。

虚拟健保卡 QR Code 使用四步骤：

1. 下载「全民健保行动快易通」App。
2. 于 App「健康存折」中点选「虚拟健保卡」，并进行身分验证。
3. 同意个资声明并上传个人照片。
4. 就医时出示 APP 中的虚拟健保卡 QR Code，进行挂号、看诊、检查及领药等流程。（资料来源：卫生福利部中央健康保险署）



虚拟健保卡
专区

「远东人开讲」：给妈妈的贴心话

编辑室辑

虽然母亲节刚过，但受到疫情影响，相信很多人都无法好好陪伴妈妈过节。本期特别邀请海内外的远东人们一起聊聊「给妈妈的贴心话」！

【一】

记忆中从小到大，找不到东西就叫「妈」，肚子饿也叫「妈」，身体不舒服还是喊「妈」，「妈妈」就像百宝袋，也是令人安心的庇护所。到了叛逆期，最讨厌的也是妈妈，因为她会一直叨念；直到 30 岁后，我长大了，妈妈老了，才有所顿悟。因此前几年，每当母亲节，总会送妈妈一些小家电，后来发现，虽然想让妈妈轻松省力，但她还是在劳动，后来转念改订舒压按摩券，带妈妈放松身心。妈妈也很开心，每次都跟按摩师说是女儿招待来的。以前妈妈是我的避风港，现在我很乐意当妈妈的左右手，牵着她逛街、吃饭、做 SPA。相信她应该能感受到我的爱意吧？（远企购物中心／郭佳雯）



【二】

非常感谢母亲让我健康的诞生，虽然小时候调皮得像男孩，但妈妈并不会左右我，反而给我极大的发展空间，唯一原则是操守不能走偏。母亲的开明，让我面对困难能独当一面。不仅如此，妈妈总记得我爱吃的料理，因此我只要发现新店，就会带着妈妈四处尝鲜，以前她习惯给我最好的，现在我会尽所能给她最棒的。在我心中，每天都是母亲节！（台南成功大远百／余佳蓉）

【三】

去年因为疫情严峻，不方便外出用餐，心中对妈妈总是觉得亏欠。今年刚好远百竹北店

推出「美丽购物节」，美妆保养品满千送百、刷信用卡也可享众多购物优惠，除了买东西送给母亲，更要带她到9楼的「米塔炙烧牛排专门店」享用美食。以前觉得节日只是假日，经历疫情后，有了全新的体会，希望借由母亲节，向妈妈表达内心的感激与关怀。（远东新世纪／叶永键）

【四】

「天上的星星不说话，妈妈的心肝在天涯。」尽管母亲已离开五年了，心中还是记得妈妈的呵护和暖暖的关怀，好想再听妈妈的声音，投进母亲的怀抱，现在的我深刻体会到，有妈的孩子真的像块宝。过去的岁月有妈妈陪伴，有故事、有回忆，让我好幸福；虽然她不在了，但有她的祝福，再难我都不怕；有她的呵护，再烦我都可以放下！我要向天上的妈妈说：妈妈，母亲节快乐！谢谢您，您的爱永铭在心，刻骨铭心。（亚东工业（苏州）／陈七）

【五】

林徽因在《你是人间的四月天》里，以「你是爱，是暖，是希望，你是人间的四月天」写出母亲对儿子的关爱；我的母亲虽然语言朴实，不擅表达，却默默把所有时间和精力都奉献给了我。从小到大，听她不停唠叨，有时也不免有些厌烦，但当我为人母后，才明白母亲虽然从未说爱，每一句唠叨却都是爱的叮嘱。无论我长多大，在她眼中，我始终是令她牵挂的孩子。每次回去看望，她总要精心准备一桌我爱吃的佳肴，以行动表达关爱，而我能做的只是常回家看她，多陪她说话。感谢在人生的长河里，有母亲的陪伴，让我的生命丰富而美好。（江西亚东水泥／罗丽芳）

【六】

自从我生下两个孩子，我的妈妈不再只是妈妈，而是两个宝贝的阿嬷，买东西时，不只考量我的喜好，举凡和孙子、孙女有关，她都毫不犹豫地准备，各种高级水果不断进贡、衣服一次买10件、灯笼要买具有声光效果且能在地面上跑、知道孙子爱玩车，一口气买4、5架玩具车寄到家里…等，慷慨付出却不求回报，偶尔视讯或一起用餐就很满足。今年母亲节，孙子们特别准备「爱的舞蹈」，让阿嬷留下温馨的回忆。（远创智慧／简碧瑄）

【七】

小时候只觉得妈妈爱碎念，总是在生气，长大之后，才明白那些唠叨都是用心良苦，天

气变化的时候，她来讯叮咛要多穿点；用餐时间一到，又提醒要记得吃饭；每天的早晚问安…等，都让我感受到满满的爱。今年母亲节为了避开人潮，我带妈妈到一间充满各式花卉的景观餐厅，在独立包厢里，享受好吃的餐食和母亲节蛋糕。疫情多变的此时，能够一起吃顿饭也很幸福。希望未来能够带妈妈走访更多城市，吃遍更多美食！（远百嘉义店／李韵婕）

【八】

国小时，每到母亲节前夕，老师会让大家手绘卡片或是手作康乃馨，母亲收到后总是会心一笑；国中时，母亲收到我们的手写卡片，也会向邻居、同事炫耀；高中时，顶着大考的压力，母亲只盼能收到一句祝福；到了大学时期，她只求孩子能常回家或是打电话聊天…随着年龄增长，许多内心的想法也不容易说出口。所幸现在还不晚，今天起，让我们趁着闲暇，多带父母出游，或是下班后，与家人一起看电视、散步、聊聊天。孩子的陪伴，就是给父母最好的礼物。（嘉惠电力／李昀谕）

【九】

如果用一个颜色来形容母亲，我觉得是粉橘色或粉紫色，因为她给人的感觉既温暖又善良，待人谦卑有礼，照顾家庭无微不至，很少抱怨或批评。犹记得小时候，母亲走在路上看到流浪汉，总会买食物布施；对待陌生人尚且如此，对待家人更是摆在第一，付出不求回报，从来不对我们情绪勒索，此生能当她的孩子真的好幸福。我想对她说：「感谢您带我来到这个世界，感谢您丰富了我的生命，我非常爱您，一定会让您也感受到被爱的幸福！」（元智大学／林雯靖）



【十】

回想起来，妈妈已经离开 15 年了，每年母亲节，总会到阳台看着天上怀念她，虽然我已为人父，小孩也长大了，但细数从小到大，经常让妈妈操心，不论是调皮时的教训、生病时的呵护照顾等，可惜尚未尽孝道她就离去，我能做的只是照顾好家庭、小孩和自己，让她不再担心。此刻最想说的就是：妈，我想您了！谢谢您这辈子的付出，感恩能当您的孩子，希望您和爸爸在另一个世界过得好，我会好好生活。我爱您！（远东商银／王明全）

疫情中的亚东志愿者

亚东石化（上海）／黄昌宁

2022年3月开始，一场疫情「倒春寒」席卷上海，日常生活被按下了「暂停键」，工作的场所、生活居住的社区陆续被封控管理。随著战「疫」号角的吹响，亚东石化（上海）的同仁们在居家办公之余，迅速行动起来，助力抗击疫情，奔赴每个需要的地方。

疫情再起，黄成军，胡善成，马青春，王晓冉…等，这些具有多年工作经验的亚东同仁，选择在第一时间投入战斗，按照「就近就地」的原则，向各自社区的居民委员会报到，成为抗疫志愿者。平时，他们是职场上的精英，在工作岗位奋斗；疫时，他们是最美的逆行者，全力投身社区的防疫活动，用实际行动践承诺、作表率，成为守「沪」战「疫」中的亚东力量。

志愿者担负的社区志愿工作繁琐复杂，除了配合居民委员会维持秩序、组织核酸（或抗原）检测、卸车和发放生活物资、外出协助配药、帮扶孤寡长者、组织团购外，还要与居民沟通，劝导和协调解决各种问题。居民们众口难调，有时出力不讨好，作为志愿者仍须快速回应，用微笑、言语和行动帮助大家。一句暖心的问候、一张善意的笑脸、一个友好的动作，往往能让被封闭已久的居民感受到温暖，在这个特殊的时期，不少居民都由衷感谢志愿者的辛苦付出。

有几次，半夜做核酸，志愿者们必须提前准备，协助维持现场秩



序，或扫码、或「掰棒子」（注）、或协助老人登记核酸码…等。他们沉着冷静，引导居民保持间距、有序排队，并且及时处置现场突发状况，一直忙到第二天清晨。马青春同仁还将自己总结的核酸检测注意事项分享给同楼栋的邻居，住户们因为疫情才相识，反而更加团结，相互提醒，就像一个大家庭，毕竟大家都安全才能早日解封！

协助长者配药是志愿者工作中最难、最花时间和精力的苦差事！每位长者的要求不同，有人需要配6~7种药，必须先登记好，列好汇总表，再带着医保卡和空药盒，开出门证，自驾去医院！因为医院都是来开药的志愿者，每人手上都是几十张医保卡，一排队就是一上午，中午都顾不上吃饭，有时得花一整天才能配完药。志愿者先垫钱，回来再分发药、收钱，十分繁琐，弄不好还落下埋怨，甚至自己贴钱，比如药名或产地不对，有些长者就不敢要，又不能退。亚东志愿者黄成军同仁担当社区防疫管理团队中的配药总协调，一次次跑赢时间，圆满完成各项工作。

封控期间，每天都有很多紧急事件，有时是孤寡长者腿部丹毒发作，有时是青春期学生长智齿导致口腔发炎，亦有人突发急性胃肠炎，或是焦虑、抑郁症，甚至还有月子妈妈「堵奶」…等，志愿者服务小组总能迅速整合社区资源，应对各类需求，为邻居们带来安心与踏实。

这次疫情中，亚东的志愿者们勇于付出，用微薄之力协助抗疫，也感染了身边的邻居，有人主动加入志愿者行列；有些居民本来抵制防疫政策，也被志愿者的爱心感化转为主动配合；有些人因为核酸检测时间过长，躲着不做，但随着志愿者们把流程理顺，做一次核酸只需原先一半的时间，还能避免群聚感染问题，很多人渐渐愿意做了。疫情让邻居们的心走得更近，爱心让上海更加凝聚，这其中就包含了远东人的贡献，似点点微光，传递爱与希望。

疫情还未结束，志愿工作还在继续……



※注：掰断咽拭子取样棉签，放入试剂瓶内，俗称「掰棒子」。

这个春天你们最美

亚东石化（上海）／胡善成

2022年的上海注定被这一代人永记心头，三年来的精准防控，突然间被病毒破防了，自月初的小范围疫情，到3月28日的「鸳鸯锅封控」（注），再至全域停摆和一轮接一轮的核酸检测与抗原自测…

三月本是美丽的季节，距离工厂不远处的庄行镇油菜花、光明镇桃花，正是一年中最美的时光，甚至每年的户外拓展训练和出游计划，也都筹画在这段时间举行，可惜大家因为疫情，只能足不出户、居家办公。

如今才知，哪有什么岁月静好，不过是有人替你负重前行！在疫情快速发展的这段时间，大多数人被封闭在社区，可是为了维持工厂正常生产，还是有很多同事在封闭前主动报名驻守厂区，即使被封在社区和同事，也在各自的居村委主动参与了志愿者活动，贡献亚东力量。你们就是亚东石化（上海）最可爱的人，这个春天你们最美！

驻守工厂的同事克服硬体条件不足，以办公室为家。席梦思床被硬纸板取代，大家自嘲这个方式对腰椎好；抽烟的同事库存耗光，美其名曰戒烟了；喝酒的同事自我安慰省钱又养肝…可是我们知道，大家辛苦付出是为了保工厂平安。因PX原料中断，工厂于4月6日被



迫停车，在外来资源无法利用的情况下，全靠驻厂同仁顺利完成本次硷洗小修的计划工作，谢谢各位在工厂最艰难的时刻，挺身而出，勇守第一线。

长时间驻厂期间，部分同事的头发长了，无法及时修整，焊接技师利用休息时间变身美发师，没有围布就用纸板自己做一个，没有专业的理发刀就运用剃须刀上的功能。看起来有模有样，还获得现场同仁的好评。原来大家都是玲珑巧手，「私活」的技术一点也不亚于专业人士。

不仅如此，2022年3月19日，某位同事居住的社区被划分为重点区域，需集中隔离14天。突然的升级管控，导致社区部分居民家庭物资储备不足。由于物资需求量突然增加，配送临时出现困难，看似瘦小柔弱的小女子报名志愿者，被分配到物资配送小组，搬起物资丝毫不比男同志弱。

另外，3月29日居家后，主动参与社区志愿者活动，被居委会委以重任、组建防疫小组专班领导工作的他，根据防疫特点，设立5个具体工作小组，并招募志愿者全面开展活动，制定和落实社区临时管理制度与作业流程，迅速改进核酸检测、物资发放、送医用药、隔离消杀等防疫各项工作。

还有还有，平时吃肉都不见胖，瘦得能被风吹倒的他，负责社区的消杀工作，工作期间背着30多公斤重的消毒液，爬楼爬户，在社区的各角落进行全面清消，以确保居民安全。面对最近上海最高30°的气温，他穿着全密封的防护服，每次消杀完成后，全身都被汗水湿透。

自从疫情防控进入常态化以来，许多同事默默奉献着，虽然一身防护服看不出你们具体是谁，但我们都知道，各位都是亚东的好同事，你们不管在哪里，都是最优秀的。我相信，疫情无情，人有情，愿山河无恙，人间皆安！上海加油，亚东加油！



*注：上海市以黄浦江为界，分浦东、浦西两区轮流进行「封城」，网友形容为「鸳鸯锅封控」。

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

- 关于远东商银的数位策略，下列叙述何者正确？【封面故事】
 - 人人都能成为线上分行经理
 - 与客户建立长久夥伴关系
 - 扩大异业结盟，营造多元生态圈
 - 以上皆是
- 亚东证券如何打造新世代的投资生态圈？【封面故事】
 - 携手远银 Bankee 社群银行，开发「好BAN利开户」平台
 - 推出「定期定额买台股／ETF」的服务
 - 采取多层次资安防护策略，让客户安心
 - 以上皆是
- 关于 Happy Go 的经营策略，下列叙述何者错误？【封面故事】
 - 将行销的范畴从单一店点延伸至周边商圈
 - 只注重经营绩效，不关心企业社会责任
 - 2022年将强化数据、行销、数位等三大平台的功能
 - HAPPY GO Pay 不仅提供卡友便捷的交易体验，也让行销资讯的触及更精准
- 下列关于端午吃粽的注意事项，何者错误？【保健网】
 - 吃粽子宜搭配蔬果
 - 肾脏病友建议以糯米粽为主，避免高磷与高蛋白食材
 - 边喝酒边吃粽子，最适合痛风病友
 - 沾酱的钠含量普遍偏高，易对身体造成负担

参加办法

请剪下 382 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，于六月十五日前掷回「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 NTD300 之远东集团四合一礼券（15 份）。编辑室将于次月月刊中公布得奖名单。

远东人月刊 382 期有奖征答

姓名：
单位：
员工编号：
联络地址：
答案：1. () 2. () 3. () 4. ()

381 期有奖征答得奖名单揭晓

单位	姓名	单位	姓名	单位	姓名
亚利通运	杨○风	远东百货信义店	胡○凤	远东新世纪	洪○姻
远传电信	金○吾	远鑫电子票证	蔡○伦	亚泥花莲厂	颜○名
远传电信	颜○萍	湖北亚利运输	陈○	鼎鼎联合行销	黄○琳
鼎鼎企管	黄○萱	远东联合诊所	施○州	远东新世纪	蔡○胜
远东都会	张○溥	亚东证券（板桥）	吕○田	亚东医院	吴○秋

恭喜上列幸运儿分别得到面额 NTD300 的远东百货商品券！





远传电信以「5G 进击 大人物跨域守护」为主题，于「2022 Secutech 台北国际安全科技应用博览会」中，展示交通与制造等多项创新应用服务。



远东巨城购物中心携手农粮署、渔业署等单位，举办「三网实体联欢庆活动」，力挺在地农渔特产。



高雄大远百举办「远百挺医护 元气便当召集令」，邀请民众认购元气便当，并由黄友诚店长率领同仁送至高雄市立旗津医院，为医护人员送暖。



因应疫情严峻，远纺工业（无锡）响应政府号召，征召 5 名志愿者支援防疫工作。



远东 SOGO 百货新竹店与白色泡泡工作室合作，协助新竹市基督教荣光全人关怀协会举办「香山区孩子的秘密基地学童，认识海洋及 DIY 手作香皂活动」，传达环保观念。



香格里拉精品店 全新上線

Shangri-La Boutique is now ONLINE



立即選購
Online Shop

台北遠東香格里拉線上商店全新改版上線囉！

體驗輕鬆便捷的線上購物，隨時隨享香格里拉各式糕點、外帶佳餚、節慶禮盒、獨家商品，消費滿五千元即可享指定區域免費外送，送禮自用，一指搞定！即日起歡慶改版上線，不但能累積香格里拉會會員點數，香格里拉會會員更可享首購八折優惠！



台北遠東香格里拉
SHANGRI-LA
FAR EASTERN
TAIPEI

臺北市10675敦化南路二段201號 電話 (02) 2378 8888
201 Tun Hwa S. Road, Section 2, Taipei 10675, Taiwan.
www.shangri-la.com/taipei