

共同開創 誠勤樸慎 · 創新 的健康人生

FE 遠東集團
FAR EASTERN GROUP

遠東人

徐有岸
題

AUG 2016

NO. 312

08 月號



掃描 QR Code
看更多即時訊息
還可下載電子雜誌

COVER STORY

打造未來人才 亞洲水泥迎戰全球競爭
內外兼修 裕民航運打造新時代海上勁旅

LIFE GUIDE

美食網
東歐街頭的好滋味——捷克點心DIY
流行網
挑88禮傷神？這裡有解答
保健網
爸爸們，該進廠檢修了！

接軌國際 全球布局

International Development for Reaching out to the World





徐旭東董事長（左四）與徐雪芳總經理（左三）6月22日共同主持「遠東百貨50週年感謝慶」活動，帶領同仁邁向新里程。



亞東技術學院6月29日舉辦104學年度畢業典禮，徐旭東董事長（右三）特別頒獎表揚績優畢業生。



亞東醫院林芳郁院長率領醫療照護團隊出席「八仙塵爆事件週年感恩餐會」，祝福傷者健康平安。



遠東集團「FE Talks」7月6日舉辦晉級賽，元智大學吳志揚校長（後排左四）、黃茂德顧問（後排左五）、太平洋SOGO百貨黃晴雯董事長（後排左六）均親臨現場，呼籲大眾關心水資源議題。



遠傳電信在李彬總經理（右三）主持下，正式宣佈推出全能行動管家智慧家用產品，引領臺灣邁向智慧時代新里程。

接軌國際 全球布局

李佳珍

面對瞬息萬變的市場競爭，唯有掌握趨勢，與國際接軌，才能成功站上全球舞臺。本期「封面故事」將為大家介紹集團旗下的水泥業、航運業，如何藉由硬體的改造、軟體的升級、人才的培育，持續提升經營績效與競爭力，開展全球化的營運策略。

企業經營全球化，美食的鑒賞，當然也要有國際觀。「美食網」單元特別帶領大家前往東歐，探索雞蛋煎餅、哥拉奇、煙囪捲等捷克知名小點心。只要備妥材料、依序操作，就能享受捷克食尚之旅！

八月是屬於父親的月份，相信不少孝順的兒女，早就為挑選禮物傷透了腦筋。貼心的遠東百貨不但為不同類型的爸爸們找出最合適的好禮，還提供遠東人獨家優惠，舉凡：愛運動的戶外型老爸、高格調的品味型老爸、重形象的時尚型老爸……等，「流行網」裡都有最速配的選擇！當然，除了送禮物之外，也要關心爸爸們的健康，「保健網」特別歸納出中老年男性常見的健康危機，快快提醒親愛的老爸，別忘了定期進廠檢修喔！

投稿注意事項：

1. 本刊歡迎投稿，惟投稿人應尊重他人之智慧財產權，勿抄襲或改寫他人著作。如引用他人著作，應註明出處，並請留意著作權法等相關法律之規定，自負文責。
2. 請註明所屬單位、姓名、聯絡方式，以利寄贈稿酬，如需以筆名刊登，亦請特別註明；來稿若經採用，編輯室保留稿件刪修權，請投稿人自留底稿，恕不退稿。
3. 「遠東人開講」（每月主題徵稿）每則 500 元，其餘文字稿臺灣地區每字 0.5 元、大陸地區每字 0.8 元。

投稿請寄：臺北市敦化南路二段二〇七號三十六樓「遠東人月刊編輯室」，或傳真：(02) 2736-9934 或 e-mail 至 magazine@fenc.com，若有投稿相關問題，歡迎來電洽詢：(02) 2733-8000 分機 8549、8553

「遠東人開講」九月份話題：電子支付大戰，您選哪家？

金融科技（Fintech）浪潮來襲，讓我們離「無現金的世界」越來越近，無論是雲端信用卡、手機電子錢包或電子票證，都為生活帶來許多便利。您目前最常使用的電子支付管道是什麼？您最期待未來有哪些更方便的支付功能？歡迎來信分享您最推薦的電子支付方式，文長 300 字以內，遠東人月刊就會提供您一筆創意獎金哦！（截稿日期：8 月 15 日前）

CONTENTS

01

EDITOR 編輯手記

接軌國際 全球布局／李佳珍

04

LEADER'S REMARKS 領航者的話

徐旭東董事長於遠東百貨 50 週年慶致詞／編輯室採訪整理

05

COVER STORY 封面故事

內外兼修 裕民航運打造新時代海上勁旅／編輯室採訪整理
打造未來人才 亞洲水泥迎戰全球競爭／編輯室採訪整理

11

GROUP BRIEFING 集團簡訊

關係企業動態報導·公益專區·人事異動·績優榮譽榜·好康報報／通訊員
股東會特別報導／通訊員

21

SPECIAL REPORT 特別報導

走過半世紀 迎向新未來——遠東百貨 50 週年特別報導／鄭嘉蕙

24

OFFICE TALK 樂活職人

經營管理新知：虛實整合再進化，全通路時代來臨／林雅菁
同仁工作經驗談：SOGO 主管教育訓練－Yahoo 私塾篇／王俞閔

28

LIFE GUIDE 生活情報

- 財經網 善用家庭理財服務 讓財富傳家／周昕好
 法律網 友善職場育兒環境 加強托兒、哺乳照顧／楊禮瑄
 法律網 惡房東，退散！／田永彬
 美食網 東歐街頭的好滋味——捷克點心 DIY／鄭志祥
 流行網 挑 88 禮傷神？這裡有解答／鄭嘉蕙
 保健網 爸爸們，該進廠檢修了！／曾一修

44

STORY 心動時刻

- 西湖隨筆」／黃子宴
 悠遊花蓮 193 縣道／高梓林

46

HOT TOPIC 遠東話題

- 遠東人開講：炎炎暑期何處去？／編輯室輯

48

QUIZ 有獎徵答

- 311 期有獎徵答得獎名單揭曉／編輯室



2016 年 8 月 號 | 312 期



發行人 徐旭東 | 社長 鄭澄宇

月刊編輯委員

- | | | | |
|-----|-----|-----|-----|
| 王明倫 | 王泰輝 | 余欲弟 | 李佩頻 |
| 李宗誠 | 李美慧 | 何思緯 | 林俊佑 |
| 林信宏 | 洪詩婷 | 吳佳穎 | 俞瀛璇 |
| 莊太緯 | 梁雅雯 | 翁鈴雅 | 葉金璋 |
| 游淑如 | 張景芳 | 郭奕中 | 曾淑辛 |
| 陳文山 | 陳聰明 | 陳世莉 | 陳玲華 |
| 郭曜豪 | 陳皓剛 | 楊景如 | 鄒芯萱 |
| 蔡敏雄 | 蔡佩瓊 | 劉貞佑 | 鄭雪玲 |
| 顏文池 | 謝淑惠 | 戴永茂 | 蔡祐吉 |

發行所

遠東關係企業 裕民股份有限公司
 台北市寶慶路 27 號 10 樓

通訊處

台北市敦化南路二段 207 號 36 樓
 (02) 2733-8000 轉 8549、8553

E-mail

magazine@fenc.com

網址

<http://www.fenc.com/magazine/index.aspx>

電子報網址

<http://www.fenc.com/magazine/edm.aspx>

登記證 局版台誌字第 8320 號

美術設計 Z&C.COM

印刷所 湯承科技印刷(股)公司



遠東人月刊電子報



遠東人月刊電子雜誌

徐旭東董事長 於遠東百貨 50週年慶致詞

編輯室採訪整理

50週年是一個值得慶祝的里程碑，在臺灣，儘管零售業已進入百家爭鳴的時代，但歷史如此悠久的百貨公司仍不多見。回想 50 年前，遠東集團首度跨足零售事業，在臺北市永綏街的中山堂前（「遠東聯合診所」現址），將遠東紡織洋房牌四個門市部店面改建為六層樓大樓，成立第一家遠東百貨公司。

1971 年，臺灣退出聯合國，國際處境風雨飄搖，創辦人為了展現企業根留臺灣的決心和對這塊土地的信心，特別於寶慶路成立遠東百貨臺北分公司，並將原永綏街分公司遷入合併營業，擴大銷售據點的規模。當年盛大開幕的遠百寶慶店，可說是臺灣首創兼營超級市場的大型百貨公司，不但成為臺北市的重要地標，也為全國的民心士氣注入一劑強心針。不過，很多人也許不知道，其實當時臺灣還沒有太多商品可供販售，因此，百貨公司成立之初，貨架上甚至無法擺滿商品。反觀 50 年後的商場，陳列著來自全球知名品牌的



各式商品，而遠東零售體系的規模，除了遠百自營的十家分店之外，還包含太平洋 SOGO 百貨、愛買、City' super 等品牌，共計 54 個據點，年營業額達新臺幣 1,257 億元，其中，遠東百貨即佔 433.5 億元，相較於半世紀前，猶如天壤之別。

儘管企業規模不斷擴大，但隨著時代演進，零售業的生態也發生極大變化，尤其資訊科技日新月異、國人消費習慣轉變，都為零售業的經營帶來莫大挑戰。我們必須持續轉型、不斷改變，為消費者建構一次購足的商場環境，並且盡可能 E 化、M 化，透過無遠弗屆的網購平臺，在營業時間之外，開闢更多的銷售管道與機會。即便顧客只是逛逛商場，不一定買東西，我們也十分歡迎，畢竟商品買賣只是經營的一環，最重要的是帶給顧客滿足、喜悅的感受，讓顧客願意時常來，而這有賴全體同仁和協力廠商集思廣益，激盪出更多的創意，讓顧客完全滿足於我們提供的服務和商品。

今天遠百跨越第一個 50 週年，對比半世紀前的大環境，儘管經濟情況依然不容樂觀，仍希望大家持續改變、精進，讓消費者一進入賣場，就感到舒適與貼心，也希望藉此創造更好的銷售成績，繼續與全民攜手拚經濟，迎向下一個 50 年！

內外兼修 裕民航運打造 新時代海上勁旅

編輯室採訪整理

「裕」民航運目前擁有 Capesize、Panamax、Post Panamax、Supramax、水泥船及超大型油輪（VLCC）等船型，營運、在建、合資及受託管理的船隊總數達 51 艘，總載重噸位為 626 萬噸，海外子公司包含新加坡及香港、廈門等，為臺灣營運船噸規模最大之上市公司。」六月上旬的股東會上，王書吉總經理神采奕奕的以「汰舊換新節能減碳，高效船隊迎接挑戰」為題，向臺下股東們報告裕民航運過去一年的經營成果。

事實上，對於建造一艘新船動輒耗費數千萬美金的航運公司來說，「汰舊換新」絕非一蹴可及的事，加上近幾年大環境景況不佳、油價波動、BDI 指數持續低迷，許多同業早已苦不堪言，更遑論進一步擴展。能夠踩著堅定的步伐，無畏風雨的御浪而行，全靠王總經理多年前的遠見，「2009 年金融海嘯過後，在董事會的支持和優良的財務基礎下，

受到全球經濟不確定復甦的因素影響，近幾年散裝航運市場都處於景氣循環低檔；另一方面，環保意識高漲，也讓航運業者紛紛面臨碳排放減量的壓力。本期「封面故事」將透過王書吉總經理的介紹，帶您了解裕民航運如何在嚴峻的經營條件下，藉由差異化策略，持續提升經營績效與競爭力。

我們開始著手擘畫船隊改造專案，逐步推展船隊擴充，建置節能環保的船隊，近幾年逐漸進入收割期。」

船隊改造 拚效能也拚環保

從 2014 年至今，裕民航運陸續迎進 10 艘環保型新船，其中，18 萬 8 千噸型船舶佔 6 艘，8 萬 5 千噸型船舶共 4 艘。新船船體設計採用流線造型，並以低阻力的船殼漆與配件，搭載高效能的主機型號和多項節能省電設備。國際海事組織（IMO）對船舶能源效率設計指數（EEDI-Energy Efficiency Design Index）設了一條參考線，規定 2020-2024 年新造船 EEDI 必須比參考線降低 20%。裕民航運 18 萬 8 千噸船在 2014 年 3 月交船時，EEDI 已低於參考線 21.5%，8 萬 5 千噸則低了 26.6%，因此榮獲新加坡政府頒發「環保船舶發展方案獎」（Maritime Singapore Green Initiative Award），



並享受新加坡政府船舶註冊費減免及至 2019 年底噸位稅優惠。

「新建船舶的設備與裝置，不但能強化公司的營運效率，也為將來油價反彈的風險提前做好準備，同時更可預先降低未來因應氣候變遷政策所推出的法令與限制而產生的成本風險。」根據王總經理的觀察，2015 年底舉行的聯合國氣候變化巴黎會議（COP21）已相當關注海運業的二氧化碳排放量，未來航運業勢必面對更嚴苛的減排法規，較具規模的租家甚至開始醞釀參考 GHG Emissions Rating 及能源效率的設計指標來評比租傭船舶的燃油效率，顯見節能環保的船舶將是租家優先考慮的對象。所幸，裕民陸續打造的新船全數從環保概念出發，「目前還有 12 艘新式節能環保船尚在建造中，預計 2018 年前陸續交船，屆時裕民航運散裝貨輪及油輪船齡將低於 7 年，成為更年輕、更有競爭力的船隊！」

不僅新建船舶，王總經理更不斷引入新技術、新設備，希望進一步提升現有船舶的營運效能，「我們在船舶加裝

燃油均質機，充分利用燃油，減少廢油產生，並且使用低阻防汙自動磨光油漆及加裝船艙導流罩，減少阻力，增加船舶效能。另外還將傳統螺槳將軍帽改為可以節能的 PBCF（Propeller Boss Cap Fins），至於船舶主機也是使用最新長衝程電噴主機，搭配 EGB（Exchange Gas By-pass），以提升主機效能，減少二氧化碳排放量。」而由於船舶在港口卸貨時，經常必須打入壓艙水，以保持船隻穩定性，此舉可能攜帶當地水生物至異地排放，對環境生態造成衝擊，裕民船隊特地使用「最適壓艙系統」（Optimum Ballast）來控管壓艙水排放狀況，並於船舶加裝「壓艙水處理系統」，協助預防有害水生物及病源之轉移。

軟體革新 跨天涯若比鄰

除了進行硬體革新升級，王總經理認為，在急速變遷的大環境中，建立快速因應各項變數與風險的能力，已成為現代企業生存的挑戰。為了尋求更有效率的經營與管理模式，裕民航運採用「氣象導航系統 Weather Routing」（AWT），提醒船隻避開海象不佳的海域，調整船舶最適航線，以減少耗油；並利用「俯仰差電腦計算系統」（Optimum Trim），以保持船舶的航行樣態，提升航行效能，同時於 2015 年展開第二階段的管理軟體革新，「我們與國際電信大廠愛立信（Ericsson）合作，推動公司船聯網與航

程優化解決專案，使船隊經營效率更上層樓。」

藉由愛立信「航運雲服務」(Ericsson Maritime ICT Cloud)，裕民可蒐集近乎即時的船舶資訊，包括船舶位置、船上主機，以及重要機械的運作現況……等，同時也能利用 VoS (Voyage Optimization System)，監控船舶是否依照設定的航速航行，以優化燃料消耗量。目前裕民船隊共有 9 艘船已安裝此系統，其中 5 艘為海岬型船舶，4 艘為巴拿馬型船舶，其餘 22 艘船舶預計今年年底全數完成安裝。

另一方面，愛立信也提供「船聯網」方案，將傳統衛星電話轉為 IP 電話 (VOIP, Voice Over Internet Phone) 與 VIBER APP 即時通訊軟體，為船上人員帶來更高品質的船對岸通訊模式，並使用「衛星通訊系統」(VSAT, Very-small-aperture terminal)，幫助企業順利跨入網際網路時代，建立數位平臺，配合各船舶靠港時程，預計明年 7 月可望全面完成各船舶的系統安裝。王總經理指出，「航運雲服務、船聯網方案能強化即時資訊溝通，改善從船對岸 (ship-to-shore) 的能見度，並支援流程自動化，在降低營運／維修成本、增強船隊管理效率的同時，也增進船員的福祉與安全，提高船員留任的誘因。」

未來，當船上通訊設備及資訊 e 化作業全面完成後，王總經理更計劃建置一

個整合船岸分享與後續分析的數位平臺，落實高效率船舶管理的目標，並利用大數據來提高船上的保養素質。

人才優化 更智慧更高效

當然，改變難免會有陣痛期，轉換的過程中，同仁可能需要時間調整既有的使用習慣。所幸人員專業職能的提升，一直是裕民的培育重點，過去幾年，裕民實施教育訓練的時數占人次比例皆逐年遞增，「扎實的訓練下，一定可以幫助大家在短時間內學習並提升所需知識，順利銜接。」不過，這僅僅只是一個開始，王總經理深信，「當船隊與岸上系統都進入數位化管理，人員的技能也將轉為管理導向，屆時每個人管理船舶的能力都將提升，換言之，以同等人力所能處理的業務量勢必增加。而部分人員專職項目及組織架構，或將隨著客戶對於企業社會責任議題的日漸重視，轉為強調環境管理與職業衛生安全管理的型態。」

人員素質提升，將進一步帶動裕民營運管理品質的改善，並且提高客戶的信賴。身為臺灣營運船噸規模最大之上市公司，裕民航運已整軍鳴笛，朝「世界級物流運輸公司」的目標全速推進。



打造未來人才 亞洲水泥 迎戰全球競爭

編輯室採訪整理

在臺耕耘超過半世紀的亞洲水泥，為了永續成長的目標，不僅前進中國，更放眼海外市場。然而，外在環境瞬息萬變，市場競爭永遠激烈，亞洲水泥深知企業核心競爭力在於人才與創新，唯有掌握趨勢脈動，與國際接軌，才能成功站上全球舞臺。為加速培養具宏觀前瞻及創新思維的未來人才，亞泥展開一系列人力培訓大作戰，不僅針對不同階層規劃所需課程，也藉由數位化力量，協助同仁學習，與企業一同成長。

培育二代管理人才 打造未來領導團隊

有鑒於組織裡的中階領導層級最能發揮「承先啟後」的作用，亞泥特別為所屬體系的中階主管們量身訂做一套「二代管理人才培訓專案」，由亞泥及子公司（如：亞東預拌、遠龍不銹鋼、嘉惠電力等）遴選推派 37 位學員，進行為期約一年半至兩年的高階經營管理教育，以密集式上課與模組化內容來引導同仁進行系統化的高階經管學習與實務經驗交流，強調理論與實務兼顧，傳授核心管理概念與相關理論架構，幫助同仁獲得學以致用的知識基礎。

在課程規劃上，共有五種模組領域，

包括組織認同、創新導向、團隊合作、顧客服務和績效優化，再進一步細分為十五個授課主題，例如：跨國企業管理、創新創意管理、服務創新模式……等，每月針對不同的主題，以講師授課、分組個案研討和提交作業的方式推展課程。

除了豐富的課程內容，為了鼓勵團隊合作與活絡學習氣氛，並檢視同仁學以致用的程度，亞泥也特別舉辦團隊競賽，要求學員結合課堂學習與實務工作產出學習成果，並且建立個人學習檔案，不僅能激勵同仁學習，更可精準掌握學員的學習狀況。同時也安排學員輪流參與亞泥每月管理會報，藉由見習高階會議，



提昇思考高度；見習會議後，則由總經理與副總經理等高階主管帶領學員討論專題報告或議案，拓展學員對各產業的深度瞭解。截至目前為止，學員出席率和滿意度皆高達九成以上，許多同仁都表示，經過訓練之後，不僅更具國際觀，思考的角度也變得更多元、寬廣，對於未來的管理工作有極大助益。亞泥高階團隊亦十分投入此培訓專案，每月皆積極參與由學員課程濃縮為三小時的精煉課程，旨在同步瞭解學員的學習內容，並與講師交流學員的學習進度。

知行合一 亞泥（中國）落實課堂訓練

這股未來領導人的奠基課程不僅在臺灣發酵，同時也延伸至對岸。亞泥（中國）為了提高中層主管的管理領導能力，自 2015 年 9 月開始，也針對約 120 位中階主管展開三個梯次的經理人培訓課程（MTP, Management Training Program）。這是源於美國的實戰性管理培訓課程，強調在訓練中省去不必要的理論，讓學員快速掌握執行重點，實際解決問題。

既是著重實務面，亞泥（中國）在課程設計上當然不只著重於授課講解，同時也結合小組討論、案例分析和模擬演練，以實踐課堂所學知識，至於課程綱要的擬訂也是參考主管們平時常見的疑難雜症，包括：管理者的職責與角色、



問題分析與解決、目標與工作計畫、贏家的用人之道、部屬的培育與潛能啟發、溝通協調與談判、工作績效管理及追蹤、持續改善及變革管理……等。

參與第一梯次受訓的 41 位主管已於 2016 年 2 月完成所有課程，所有學員均通過評核，並提交出企劃案，經各公司總經理簽核，其中有 31 份企劃案確實可行，佔比達 75.6%，未來將由亞泥（中國）執行長室追蹤處理，讓訓練課程真正有助於提升實際工作。另一方面，學員們本身對於此次培訓也給予高度肯定，整體滿意度高達 86.8%。

隨著亞泥（中國）在大陸的發展規模日益壯大，人才的需求也將不斷擴增，未來亞泥（中國）計劃進一步遴選學員，開展高階主管職能的培訓專案，一步一步建構出亞泥（中國）未來的領導人才。

適才適學 建立全方位人力系統

未來的管理人才固然重要，但企業的永續成長仍有賴所有人員共同進步。

因此，亞泥歷年皆針對不同階層與職種的同仁客製化訓練課程，例如：高階主管以經營領導職能為主；中基階主管以管理職能為主；一般同仁則以共通核心職能課程為主，另針對工廠作業需求，設計訓練專案，並根據集團發展政策，制定相關專題講座，每月還有由同仁自主選書的讀書會，主題遍及管理、財經、科技、心理、社會脈動等，讓同仁有多元領域的涉獵與接觸。

今年亞泥即以「Rising to a Smarter Future」為主軸，提出「發揮綜效」、「擁抱不確定」與「持續學習」三項訓練概念，共安排兩次通識講座，包括以《瞬時競爭策略》一書為主要內容的知識饗宴，以及關係企業遠通電收 ETC 整體解決方案的典範分享，兼具理論與應用，讓各階層的同仁們更能融會貫通。而在領導管理課程部分，則提供不同層級的主管專屬的訓練內容，例如「招募面談」與「教導能力」的主題是為中／基階主管規劃的必備技能；更特別的是，今年精心規劃工廠限定的「智慧製造與智慧工廠整體解決方案」，搭上工業 4.0 熱潮，從技術面與實務面探討智慧工廠的發展，期能帶動亞泥花蓮廠轉型升級。整理而言，不論世界趨勢或專業職能，皆已囊括於亞泥的教育訓練內容中。

雖然隸屬於傳統製造業，但亞泥在

思維上卻相當創新，就連人才培育也跟上數位化時代腳步，開班授課零距離。有鑒於線上學習可有效突破時空限制，還能讓更多同仁參與，因此，亞泥自 2014 年起，即於花蓮廠試行小規模的 E-learning 課程，頗受學員好評；隔年持續於花蓮廠舉辦，並增加參與人數；今年甚至擴大至全公司辦理，除了全員必修的「CSR 職場倫理」線上課程，也開放「創新設計」、「故事型簡報技巧」……等其他共通核心職能課程供同仁選修，鼓勵同仁線上自主學習，與時俱進，並藉由心得分享活動讓同仁交流學習感想，今年預計參與人次可望達到 600 人。

儲備好人才、開拓新市場，是所有企業的梦想，面對愈趨飽和的臺灣市場，水泥業的競爭舞臺勢必向全球延伸，而唯有得人才者才能得天下，因此，人才培育與經營發展同等重要。亞泥透過各層級的專屬訓練，讓每顆螺絲都發揮最大的效用，共同推動企業朝永續發展的目標前進。



集團簡訊

GROUP BRIEFING



1

歡樂一夏 遠百舉辦夢幻美國週

遠東百貨「夢幻美國週」6月30日至7月10日於 Mega City 板橋大遠百、Top City 臺中大遠百、高雄大遠百和 City' Super 遠東都會 6 家分店登場。活動首日在徐雪芳總經理主持下，假 Mega City 板橋大遠百舉辦開展記者會，並邀請美國在臺協會梅健華處長（Mr. Kin W. Moy）等多位嘉賓參與。（遠東百貨／鄭嘉蕙）

2

臺中大遠百與亞洲大學攜手舉辦妝點繪畫比賽

臺中大遠百與亞洲大學共同舉辦妝點繪畫比賽，題材除了融入亞洲現代美術館，更結合遠東百貨吉祥物－太陽寶寶，並頒獎表揚表現傑出的小朋友。（臺中大遠百／洪得瀚）

3

智能商場先驅 遠百推出全臺首支餐廳候位「快排 APP」

由資策會、研華科技和遠東百貨共同研發的全臺第一支百貨餐廳候位「快排 APP」，7月11日在遠東百貨 Mega City 板橋大遠百上線，導入「UShop+ 餐廳候位解決方案」，改善候位枯等問題。上線以來，已有萬人下載，創造顧客、餐廳、百貨三贏新局。（遠東百貨／鄭嘉蕙）



（快排 APP）

4

遠東（蘇州）營運總部舉辦工業 4.0 講座

為因應生產製造新時代的來臨，遠東（蘇州）營運總部職訓中心特別邀請上海遠資信息技術易換棟總經理，進行《工業 4.0 的一新二用》講座，蘇州地區 6 家公司共計 148 人次參與，希望幫助同仁快速掌握工業生產新趨勢。（遠東（蘇州）營運總部／戴晶晶）

5

亞東石化舉辦「安全生產月暨六·五環境日」活動

亞東石化（上海）依循傳統，於 6 月份展開「安全生產月暨六·五環境日」活動，安排急救培訓、全廠消防培訓、閉卷考試、現場隱患排查和奉賢區環保局、消防支隊與亞東石化的聯合應急演練等多項活動，幫助全體員工瞭解最新的安全環保知識。（亞東石化／趙雄偉）



6

遠傳二度前進 2016 MWC 上海 分享臺南智慧城市建置經驗

世界移動大會·上海 (MWC Shanghai 2016) 於 6 月 29 日登場，遠傳為臺灣唯一電信商代表，展出智慧城市、工業 4.0、企業行動化等三大主題，遠傳企業暨國際事業群李浩正執行副總經理更獲邀擔任演講嘉賓，分享數位化轉型和智慧城市的寶貴經驗。(遠傳電信／何思緯)



7

遠傳自建馬祖光纜長 25,000 公尺 邁入服務新里程

遠傳電信經過一年規劃、投入 1500 萬元，日前正式啟用馬祖列島總長 25,000 公尺的光纜，未來將可提供馬祖對外穩定且高速率的通信需求，南竿、北竿、東引、莒光等都成為通信受惠區。(遠傳電信／何思緯)

8

遠東商銀推出 ATM 跨行存款服務

遠東商銀推出 ATM「跨行存款」新服務，民眾無論持有哪一家銀行帳戶，都可利用遠東商銀 ATM，存入現金至該指定銀行帳戶，跨行存款手續費 1 筆為 15 元，每日存款上限 3 萬元。(遠東商銀／朱佳琳)

9

遠傳 2015 最新報告書 締造臺灣首本整合報告紀錄

遠傳去年首開臺灣整合性報告編撰先河，第五本企業社會責任報告書已於 6 月 30 日正式上線，充分揭露公司 2015 年在環境、社會、治理三大面向的表現，並分析企業在永續發展面臨的挑戰與機會。報告書下載網址：<http://www.fetnet.net/cs/Satellite/Corporate/coSocietyReport>。(遠傳電信／何思緯)

10

元智大學舉辦國際志工授旗儀式

元智大學 6 月 24 日在吳志揚校長主持下，舉辦國際志工授旗儀式。今年暑假計有 3 組團隊、19 位志工同學，分別前往泰北、柬埔寨及尼泊爾，進行水資源改善計畫、婦女工作坊及降低數位落差等主題服務。(元智大學／饒浩文)



11

尋找「白鷺鷥的家」 元智大學發現秘境新桃花源

元智大學與桃園市政府青年事務局 7 月 4 日～7 日共同舉辦尋找「白鷺鷥的家」——發現秘境新桃花源，幫助學員認識桃園在地文化，培養具有田野調查、活動策展實務與文化創意實作能力的人才。(元智大學／饒浩文)

12

元智與大通電子簽訂產學合作協議

元智大學與大通電子 6 月 15 日分別由吳志揚校長與王寶雍總經理代表，簽訂產學合作協議，未來大通將捐贈百萬創新行動攝影機產品，並在校內電機、資訊傳播、藝術與設計等學系成立實驗室，提供學生實作訓練。（元智大學／饒浩文）



15

亞東技術學院與民革青島市委代表團展開交流

亞東技術學院 6 月 13 日邀請民革青島市委代表團蒞校參訪，討論未來合作方案，民革青島市委代表團四位大師更現場揮毫，致贈墨寶，建立雙方友好關係。（亞東技術學院／李玉燕）

16

亞東技術學院與南山中學、金甌女中兩校締結策略聯盟

亞東技術學院 5 月 27 日與 6 月 22 日，分別與南山高級中學及金甌女子高級中學簽訂合作意向書，議定共同規劃銜接課程、產業實習、教材開發、專題合作、師資支援，以及師生互訪等方案。（亞東技術學院／李玉燕）



13

亞東技術學院與德州農工進行教學交流

亞東技術學院 6 月 2 日邀請德克薩斯州農工大學 Dr.Norma A.Guzmán, Ph.D. 和 Dr.Monica Wong-Ratcliff, Ed.D 兩位教授，以及兩位博士班學生蒞校交流，不但在教學議題上交換寶貴意見，貴賓們更親自至班級與學生互動，雙方並簽訂合作備忘錄，為進一步合作開啟契機。（亞東技術學院／李玉燕）

14

亞東技術學院參與北區四校學生會知能研習營

亞東技術學院 6 月 3 日與德明財經科技大學、中國科技大學，以及聖約翰科技大學，共同舉辦北區四校「學生會知能研習營」，邀請德明財經科技大學柯志堂學務長、吳律德講師，對組織經營、未來發展提供建言。（亞東技術學院／李玉燕）

17

亞東技術學院 104 學年度畢業典禮圓滿落幕

亞東技術學院於 6 月 25 日舉辦畢業典禮，邀請徐旭東董事長、徐旭平副董事、徐元智先生醫藥基金會朱樹勳副董事長、亞東醫院林芳郁院長等多位貴賓到場祝福畢業生，現場充滿溫馨感恩氣氛。（亞東技術學院／李玉燕）

公益專區

18

遠東新世紀推廣環保教育 寶特瓶回收再生展示臺新裝登場

為響應環境教育，協助資源回收宣導工作，遠東新世紀公司打造寶特瓶回收再生流程及相關應用展示臺，自 2015 年 4 月起，無償借予臺北市環保局北投垃圾焚化廠，作為該廠環境教育中心「白鷺鷥學堂」之展示教具；今年 7 月，遠東新世紀公司再為展示臺換上新裝，並加入影音介紹，展示寶特瓶透過回收、分類、粉碎、清洗等流程後，再製成飲料寶特瓶、包装材料或環保運動衣等產品，幫助參觀者更了解寶特瓶的回收再生流程與環保效益。

新展示臺甫於 7 月 4 日登場，7 月 6 日即迎來第一批參訪者。參加北投垃圾焚化廠「環保夏令營」活動的近百位國小學童們，不僅專注地觀賞寶特瓶再生影片，同時好奇的把玩寶特瓶回收再製的瓶片，更讚嘆再生製成的環保紗竟可做成世足運動衣！

北投垃圾焚化廠表示，「白鷺鷥學堂」每月參觀人次約有 2000 ~ 6000 人，除了臺灣民眾之外，甚至有遠從香港、新加坡和其他友邦國家的訪客，對於臺灣垃圾分類、資源回收的成果印象深刻。有鑑於寶特瓶是日常生活中十分普遍的用品，其回收工作更顯重要，遠東新世紀去年首次參與「白鷺鷥學堂」的建置即獲得廣大迴響，此次全新的展示臺設計更加生動活潑，加上中英文版本影音簡介，不僅可讓民眾學習到更多寶特瓶回收的知識，也有助於促進外國參觀者的了解，讓大家更加體認資源回收的重要性。（編輯室採訪整理）



19 遠傳啟動四大關懷服務 協助臺東風災重建

尼伯特颱風重創臺東地區，遠傳電信即時啟動四大關懷服務，包括：直營門市免費充電、受災戶帳單減免，以及緩催緩繳、行動通訊車前往重災區確保通訊順暢，並啟動簡碼小額捐款，只要以手機直撥 55135，就能即時捐款至風災重建專戶。（遠傳電信／何思緯）

20 遠東集團 FE Talks 十強對決競逐水達人

遠東集團「FE Talks」演說比賽於 7 月 6 日舉辦晉級賽，10 支勁旅齊聚一堂，爭奪冠亞軍資格，最後由中國醫藥大學廖健宏與國立科學工業園區實驗高中雙語部李文琳、柯淳耀勝出。歡迎民眾至「FE Talks」官網（<http://water.feg.com.tw/fetalks.html>）了解入圍作品，響應臺灣水資源革命。（太平洋 SOGO 百貨／吳敏如）

21 桃園遠百手印傳心意 聽見感動

桃園遠東百貨 6 月 25 日推出彩繪手印活動，邀請雅文聽語兒童文教基金會的孩子們，透過手印彩繪，傳遞最真實的溫度，並展示 DIY 作品，也廣邀各界愛心捐款，傳遞溫暖。（桃園遠東百貨／林軒淇）



22 高雄大遠百舉辦 夏季圓夢公益電影欣賞會

高雄大遠百 7 月 10 日舉辦「遠百愛的串連夏季圓夢——公益電影欣賞會」，招待高雄市南區家扶中心的小朋友和 VIP 貴賓們，共同欣賞動畫強片「海底總動員 2：多莉去哪兒」，展開夢想冒險旅程。（高雄大遠百／陳昱蓁）



23 遠紡織染（蘇州）舉辦 六一助殘活動

慶祝六一兒童節，遠紡織染（蘇州）愛心團邀請吳中區 10 多名特殊兒童前往蘇州糖果世界，讓孩子們開心過節，感受外界的關心。（遠紡織染（蘇州）／錢莉莉）

24 太平洋 SOGO 百貨舉辦 二手衣公益回收活動

太平洋 SOGO 百貨於 6 月 1 日～19 日，聯合全臺 8 店發起「衣舊友愛，二手衣服最暖心」公益回收活動，近 4,000 民眾熱情參與，所募物資將全數捐予心怡舊衣回收中心，協助身心障礙者培養自立能力。（太平洋 SOGO 百貨／李蕙宇）

25

八仙塵爆週年 亞東感恩餐會報平安

亞東醫院 6 月 22 日舉辦「八仙塵爆事件週年感恩餐會」，7 位去年重傷的傷者出席分享感恩心情，林芳郁院長也率領醫療照護團隊，以及新北市府侯友宜副市長、衛生局林奇宏局長、社會局呂春萍副局長到場給予祝福。（亞東醫院／謝淑惠）

26

2016 第四屆愛買盃投籃機大賽 全臺千人熱力開打

由遠東集團徐元智先生紀念基金會與愛買主辦之「2016 年第四屆愛買盃投籃機大賽」，7 月 2 日於南雅店進行開幕首戰，愛買並宣佈本屆總得分若超過 10 萬分，則捐出 10 萬元予財團法人美好社會福利基金會，讓活動更具意義。（愛買／王佳慧）

股東會特別報導

27

【遠東新世紀】(6月23日)

遠東新世紀 2015 年維持穩健經營，合併營收新臺幣（以下同）2,179 億元，稅後淨利 80 億元，每股盈餘 1.61 元，股東會中通過配發股利 1.0 元。

遠東新世紀生產事業聚焦四大營運主軸，包括：啟動越南一貫化廠投資計畫、引進智能化生產設備與製程、積極發展綠色聚酯材料，計畫未來三年擴充回收聚酯 rPET 產能超過 50%。另外，遠東新也積極發展綠色材料與智慧科技，推出 100% 生質聚酯衣，以及運用導電奈米碳管薄膜的 DynaFeed 智慧衣技術方案，開啟智慧紡織無限應用。（遠東新世紀／沙益民）



28

【亞洲水泥】(6月21日)

亞洲水泥 2015 年度合併營收為新臺幣（以下同）66,287,480 仟元，合併營業淨利為 4,039,945 仟元，合併稅後純益為 4,934,483 仟元，其中歸屬於母公司股東的稅後純益為 4,860,241 仟元，每股配發現金股利 1.1 元。

亞泥（中國）因大陸經濟增長放緩，水泥需求減少，導致均價下跌，加上人民幣貶值產生匯兌損失，2015 年稅後純損人民幣 2.93 億元。所幸在一系列結構性改革政策的實施下，2016 年第一季水泥銷售較去年同期成長 17%，且進入 3 月份後，工程開工增多，水泥價格持續上漲，獲利情況已明顯改善。（亞洲水泥／陳聰明）



29

【遠東百貨】(6月17日)

2015年遠百零售體系合併營業額為新臺幣(以下同)1,257億元,合併稅後純益21.5億元,每股盈餘1.2元,每股發放現金股利1.0元。其中,遠百營業額達433.5億元,年成長率約3%;轉投資中,city' super業績大幅成長6%,為遠百在超市通路布局打下漂亮的一仗。

隨著智慧零售新時代來臨,遠百積極調整營運策略,包括開發專屬APP、商場設置iBeacon、經營社群平臺等。在新據點部分,遠百City系列規劃2019~2020年於臺北、竹北、高雄再展店;city' super桃園店也將於下半年開幕,提升整體市占率。(遠東百貨/鄭嘉蕙)



30

【遠傳電信】(6月16日)

遠傳2015年合併總營收達新臺幣(以下同)972.93億元,合併EBITDA與稅後盈餘分別為268.13億元與114.86億元,EPS為3.52元,與前年持平;今年發放每股現金股利3.75元。

股東會中,遠傳宣佈今年第三季將與愛立信Ericsson合作成立臺灣第一個5G實驗室,聚焦交通運輸、影音內容平臺和水電能源等產業。預計2020年,全臺將有上億個聯網裝置,讓用戶享受比現行上網速度快100倍的便利。(遠傳電信/何思緯)



31

【SOGO百貨】(6月16日)

SOGO百貨去年全臺各店積極汰換品牌,改裝後的賣場業績持續成長。本次股東會中,通過每股配發現金股利新臺幣0.63元。

2016年SOGO訂定「打造SOGO忠孝黃金三角」策略,將擴增商品業種、提升服務性、增加便利性,再造臺北忠孝商圈。各店也將同步擴大投入數位行銷,創造即時性、互動性的特色。

(SOGO百貨/王鶴)



績優榮譽榜

32 遠東新世紀公司獲頒 亞洲企業社會責任獎

由亞洲企業商會主辦之「2016 AREA 亞洲企業社會責任獎」，6月24日於新加坡舉行頒獎典禮，遠東新世紀以「成功開發全球第一支100%生質寶特瓶」專案，榮獲綠色領導獎。（遠東新世紀／沙益民）

33 黃岡亞東「洋房牌水泥」獲評 「湖北名牌產品」

黃岡亞東水泥生產之「洋房牌水泥」，經湖北省名牌戰略推進委員會評定，授予「湖北名牌產品」榮譽稱號。6月14日，武穴市政府為表彰黃岡亞東水泥在武穴市品牌建設的突出貢獻，特頒發人民幣10萬元，以茲獎勵。（黃岡亞東水泥／冉海龍）

34 太平洋SOGO百貨榮獲 「使用電子發票績優營業人」

財政部臺北國稅局7月1日頒發「2016年度使用電子發票績優營業人」獎項，共計25家業者獲表揚，太平洋SOGO百貨已連續兩年獲得此項殊榮。（太平洋SOGO百貨／呂高榮）



35 city'super再奪「2016工商時報服 務大評鑑」金牌與服務尖兵獎

city'super今年再度於「臺灣服務業大評鑑」中，摘下「連鎖超市金牌」與「服務尖兵個人獎」（板橋店廖書靈副店長）雙獎項，7月7日的頒獎典禮上，由劉朝雄營運長親自出席受獎。（city'super 遠東都會／趙聚文）



36 亞洲大學排行出爐 元智大學為臺灣私立大學第一

英國《泰晤士報高等教育》專刊公布2016年亞洲大學排行榜前200名，臺灣共24所大學上榜，元智大學排名在121至130名之間，為臺灣排名非醫學類私立大學第一名！（元智大學／饒浩文）

37 亞東技術學院榮獲中國工程師學會 「產學合作績優單位」獎

亞東技術學院因推動產學合作績效卓著，6月3日獲中國工程師學會頒發105年度「產學合作績優單位」，由黃茂全校長代表領獎。（亞東技術學院／李玉燕）

38

亞東技術學院機械工程系勇奪 2016 亞洲智慧型機器人大賽大獎

亞東技術學院機械工程系 6 月 1 日參加中國工業職業教育學會及亞洲機器人聯盟主辦之「2016 亞洲智慧型機器人大賽」，自全國 150 餘組參賽隊伍中脫穎而出，獲得一項第一及三項佳作。（亞東技術學院／李玉燕）

人事異動

39

遠東新世紀高階主管人事異動



姓名：羅怡文

原任：化纖總部固聚事業部貿易部酯粒副經理

新任：化纖總部固聚事業部貿易部酯粒權任經理

學歷：東吳大學國際貿易系學士

好康報報

40

HappyCash「有錢卡」享臺鐵 9 折、 高捷 75 折優惠

HappyCash 聯手 HAPPY GO，於 6 月 23 日推出全新升級聯名卡——HAPPY GO「有錢卡」，自 7 月 1 日起，「有錢卡」可於高捷橘、紅線全開門使用，並享有 75 折優惠票價；7 月中下旬後，更可於全臺鐵路網享票價 9 折優惠（不含指定車種）。（遠鑫電子票證／李宗誠）

41

Mega 50 旗下「Asia 49 亞洲料理及 酒廊」盛大開幕

新板特區「Mega 50 餐飲及宴會」49 樓的「Asia 49 亞洲料理及酒廊」於 7 月 28 日盛大開幕，8 月底前用餐，可獲贈亞洲小食一份；另於 8 月 6 日及 27 日舉辦「夏日搖擺」派對，每人 500 元（已含服務費），可獲贈 2 杯特調酒飲。訂位電話：(02)7705-9700。（Mega 50 餐飲及宴會／閻惠瑗）【飲酒過量，有礙健康】



42

遠傳進軍智慧家庭市場 全能行動管家每月 \$199 起

遠傳電信進軍智慧家庭市場，推出「全能行動管家」，透過個人行動裝置，就能遠端關懷家中狀況，共有月繳 199、299、399 三種方案，8 月 31 日前申辦，即可享有免費到府安裝、32G 記憶卡免費送、55 吋電視抽獎等好康！（遠傳電信／何思緯）

43

花蓮遠百暑假遊玩季開跑

花蓮遠百「2016 海洋大冒險城市歡樂遊玩季」，6 月 30 日正式啟航，現場設置大型氣墊溜滑梯、彈跳球池等，同時，花蓮遠百與安得烈慈善協會合作之「集食冒險·愛心串聯」公益活動也正式開跑，當天更貼心邀請受助孩童搶先體驗。（遠東百貨花蓮店／馮茂智）

44 香格里拉臺南遠東飯店推出「香格千里·姻緣一線牽」雙部曲

香格里拉臺南遠東飯店與全臺祀典大天后宮共同打造「香格千里·姻緣一線牽」雙部曲：首部曲於8月6日推出「月老好合宴」（每位800+10%元）；二部曲則於8月7日舉辦實境婚禮博覽會（每人入場費300元），報名請洽宴會暨會議部(06)702-8833。（香格里拉臺南遠東飯店／劉冠吟）

45 遠傳與中國移動推漫遊創新服務 免換卡即享當地WiFi熱點資源

遠傳電信與中國移動攜手，遠傳用戶在中國選用中國移動行動網路，可免費使用中國移動WiFi熱點AP服務；而中國移動用戶在臺灣也可免費使用FET-WIFI熱點，嘉惠雙方客戶。（遠傳電信／何思緯）

46 香格里拉臺南遠東飯店醉月樓推出平日午間五折

香格里拉臺南遠東飯店醉月樓中餐廳8月31日前推出「盛夏饗港味」，週一至週五午間時段，三十餘道佳餚全面五折；週六至週日午間也可享有七五折優惠。訂位請洽：(06)702-8856。（香格里拉臺南遠東飯店／劉冠吟）



47 HAPPY GO 攜手亞洲萬里通 跨界轉點再下一城

HAPPY GO 紅利轉點專區再與「亞洲萬里通」合作，建立雙向里數點數互轉功能，成為全臺最大、最多人使用的跨界轉點平臺。（鼎鼎聯合行銷／楊柏祥）

48 暑假出遊夯 高鐵費由香格里拉臺南遠東飯店買單

香格里拉臺南遠東飯店規劃之「府城自在輕旅行」專案，因反應熱烈再延長，9月30日前，憑高鐵車票入住指定房型，立即折抵1,305元，雙人入住每晚只要3,270元起！訂房專線(06)702-8899。（香格里拉臺南遠東飯店／劉冠吟）



49 太平洋 SOGO 百貨暑期美食接力賽 開跑

今年夏天，SOGO 忠孝館準備一連串消暑美食 POP-UP STORE 接力賽，包括：世界第一枝「棉花糖冰棒」、韓國美味三明治 Isaac Toast 等美味；另外，7月26日～8月9日的夏季和風節更集結日本最受歡迎的排隊甜點，並蒐羅20款冰品大PK。復興館也於7月9日～21日推出「鮮綠夏日市集」，嚴選有機小農，讓民眾吃得更安心。（太平洋 SOGO 百貨／曹春輝）

走過半世紀 迎向新未來

遠東百貨 50 週年 特別報導

遠東百貨／鄭嘉蕙



並將永綏店遷入合併營業，同時增設超級市場，開創百貨經營新模式。當年推出滿額送、滿額抽獎等促銷方式，都是百貨業之創舉，至於現在各大百貨公司盛行的異國物產展，遠百更是早在 1973 年，即由寶慶店與美國大使館商務部合作舉辦第一屆美國商品推廣展，開啟臺灣百貨業舉辦異國物產展之先驅，當時的行政院長蔣經國先生甚至親自蒞臨。1997 年，遠百又首創臺灣百貨史上年中慶、週年慶等大型促銷檔期，後來各家百貨公司紛紛跟進。

遠百崛起是臺灣經濟發展的縮影

遠百成立 50 週年，是一個里程碑，更是一個新世代的開端。回顧 1967 年 8 月 31 日，集團創辦人徐有庠先生在臺北市永綏街成立遠東百貨公司。當時臺灣正值戰後經濟起飛階段，國內百貨尚處萌芽時期，開幕當天邀請唐寶雲、李湘、白蘭、謝玲玲等著名影星齊聚剪綵，不但造成轟動，也為臺灣上市的連鎖百貨公司開啟新的篇章。

1969 年，遠東百貨成立臺中分公司，為第二家連鎖店；1972 年寶慶店開業，



全力轉型 新世代百貨相繼開幕

遠東百貨創業初期，第一代店大多採租店或部份自有店的方式，既符合當時消費者的需求，也經營得極為成功。隨著消費意識漸漸抬頭，遠東百貨也不斷求新求變，從第二代店快速轉型成第三代及第四代店。

遠百轉型第一步，是 1999 年 10 月 26 日，於桃園火車站旁，成立第一家新概念店「桃園 FE21」；緊接著在 2000



年 6 月 22 日，於臺北板橋市中山路一段 152 號成立外觀更加雄偉的「板橋 FE21'」；隨後高雄大遠百也於 2001 年 10 月 24 日隆重開幕。

至於正式將遠百帶入全新經營格局的「大遠百 FE21' MEGA」，則是遠東百貨積極轉型、致力開發大型店所呈獻的第三個具體成果。以滿足消費者全新需求的精彩度來說，第三代店可說是一座「都會時空的生活樂園」。為落實遠百第三代店（FE21' 及 FE21' MEGA）兩種架構，2002 年 7 月，臺南成功店 FE21' MEGA 開幕，同年 12 月，新竹 FE21' MEGA 也接續登場。

2011 年 12 月，第四代全國大店

TopCity 臺中大遠百璀璨開幕；MegaCity 板橋大遠百於隔年元月也隨後啟用，匯集眾多國際精品、流行服飾、3C 家電家用、異國餐飲、IMAX 威秀影城……等，不但提供全方位購物環境與時尚體驗，更滿足消費者視聽及味蕾享受。

遠百零售集團營運成果豐碩，City 系列新世代店板橋大遠百、臺中大遠百，以及新竹巨城購物中心不僅業績持續創新高，且獲利表現皆十分亮眼。其中，臺中大遠百在開幕第三年營業額已突破百億，創下全臺百貨「營業三年達成百億業績」的先例。除了本業表現優異，轉投資的百貨、超市、量販等零售事業體也展現充沛的成長動能。



智慧綠能、環保商場的重要推動者

身為國內上市連鎖百貨公司，同時也是臺灣營業總額第一的百貨零售集團，遠東百貨在企業社會責任的各個面向皆表現傑出，並於 2015 年榮獲「臺灣企業永續獎」、「天下 CSR 企業公民獎」、經濟部「產業節能標竿」等眾多獎項肯定。特別在「環境永續」方面，遠百推動「綠色營運」理念不遺餘力，企業總部 MegaTower 百揚大樓是一棟地上 50 層、地下 4 層，總高度 213.4 米的超高層大樓，從設計、施工的各階段都蘊藏著環保理念，不論基地綠化、雨水回收再利用，或是綠建材的使用都是高標準，因此獲得內政部營建署綠建築標章「銀級」的肯定。

此外，遠百也積極落實節能減碳，推動商場及辦公室空調、照明節能，並在 TopCity 臺中大遠百設置太陽能發電系統、雨水回收系統……等，為百貨業再生能源與節約能源的企業標竿。同時，遠百也將「智慧綠建築」概念融入展店設計，繼 TopCity 臺中大遠百、MegaCity 板橋大遠百後，規劃中的竹北購物中心亦是

一座綠建築環保的複合式購物商場。

佈建智能化商場 跨足科技零售新領域

隨著數據分析、行動商務等科技的發展，零售業不只拚規模、地點及市占率，更需擁有運用科技經營商場的能力，遠百因此致力提供智慧化購物體驗，包括：開發 APP 串聯實體通路與網購平臺；設置 iBeacon，讓消費者在商場享受優惠推播、商場導航及導購服務；提供多樣化的配送方式與多元化的支付工具，讓購物、付款更便利。此外，遠百也積極經營 Line、FaceBook 等社群，透過更數位化與生活化的行銷活動，創造互動與樂趣，擁抱粉絲經濟。

未來，遠百不但將帶領旗下轉投資的零售通路加速虛實整合，遠東百貨徐雪芳總經理、同時身兼中華民國百貨零售企業協會理事長，更希望扮演領頭羊的角色，帶動臺灣零售業朝百貨 4.0 的智能商場邁進。



虛實整合再進化 全通路時代來臨

亞東電子商務／林雅菁

眾所周知，電子商務的興起，讓傳統零售業經歷一趟征服百岳的轉型之旅。在單通路、多通路的發展之後，隨著行動裝置興起，「全通路」儼然成為移動互聯網時代的最佳選擇。如今的消費者隨時隨地都在買，受到資訊與購物管道多元與便利的影響，消費者對於購物的自主權，已從過去的被動轉為主動。面對這群益發注重消費體驗的顧客，傳統零售商必須數位進化為「無縫零售商」，透過資訊化數據管理，整合全通路體驗，提供個人化互動行銷，始能滿足顧客購物、娛樂和社交綜合一體的需求。

數位科技到位 翻轉營運模式

行動裝置普及，帶動雲端、社群網路及大數據分析等科技應用日趨成熟，無論工作或食衣住行育樂，都可倚靠智慧型手機或平板電腦解決，可想而知，未來結合手機APP的網路行銷與創新銷售模式，勢將成為零售業者不可或缺的銷售工具。結合虛擬與實體應用的O2O也快速興起，

2016年是零售業發展的「圍城之年」！線上的企業要到線下，線下的企業則拚命往線上湧，像極了中國知名小說《圍城》裡的情境：圍城裡的人想出來，外面的人想進去。

例如大家熟悉的線上媒合叫車Uber及訂房服務的Airbnb，即是最佳例證，不僅改變你我的生活習慣，更翻轉了零售企業的營運模式。

所謂的「全通路」，就是以消費者為中心，盡可能「多」的將零售通路服務進行組合和整合，以滿足消費者在任何時候、任何地點、任何方式的綜合性消費需求。對於擁有多個移動設備的消費者來說，線上與線下已經沒有邊界和順序，因此，零售企業的課題在於儘速消除通路間的壁壘，提供顧客多觸點且無差別的全流程體驗，其中，庫存系統、銷售體系制度的整合，因範圍涉及營運架構，只能摸索前進，不過，這既是零售業普遍的痛點，也是遠東零售體系的機會點。

跨通路無縫體驗 數位行銷個人化

當越來越多的消費者從網上甚至移動端購物，對線上或線下的零售企業來說，都是人潮分流的挑戰，因此，推動

資訊化建設，讓消費者在跨裝置、跨通路留下的海量足跡，能透過大數據分析，實現精準行銷和精細管理，才能讓「數據」為「銷售」添翼。核心概念是以資訊技術驅動個人化行銷，提升顧客忠誠度，例如：不同銷售體系可透過行動裝置，即時查詢商品庫存及調貨，並依據對於顧客購物歷史的分析了解，選出最有可能成交的商品大力推薦，或讓系統發出客製化推播訊息，抓住顧客的心。

換言之，匯聚顧客在實體店、網店、行動商務、社交網絡等各通路的碎片資料，分析消費者生活消費軌跡與預測其潛在需求，以客製化行銷方案提升成交機率，讓顧客備感貼心的「個人化行銷」，已成為全通路時代的必備策略。舉例來說：職業婦女習慣趁早上通勤時滑手機，在網購平臺購買一週所需的民生用品，卻經常到下午又收到該網購平臺 APP 推播更優惠的訊息。像這樣在同一個平臺販售商品，卻在不同時段有不同的促銷方案，容易讓消費者下單時猶豫，現在是否是最好時機？如果零售通路能透過顧客分群與消費紀錄分析，在消費者「出手」之前，先提供專屬的「優惠包套內容」，不但能刺激她「當下買更多」，更因讓她感覺「懂她」，所以買得開心，提高品牌黏著度，未來繼續買！

因此，在全通路時代，應優先考慮

消費者在每個觸點接收到的購物資訊及購物體驗的一致性，而不再只是各種媒介導引進來的點擊流量。另外，運用大數據資料分析並區隔，為每位消費者做到個人化的貼心服務；同時也應摒棄線上線下互相競爭、搶業績的窠臼，以品牌的整體形象及利益為出發，吸引更多忠誠會員並提供各式便利的服務。個人化才是企業從「心」與客戶共構消費生活圈的決勝關鍵。

以「新」換「心」 決戰整合力

「無縫零售」的商業時代已經到來！勝出關鍵在於「企業整合力」與落地的「執行力」。為迎戰全通路時代，GoHappy 在 2016 年跳脫電商經營的框架，與零售關係企業跨業結盟，整合各自的強項，讓優勢資源相互流通。除了擅於整合百貨專櫃品牌線上經營，GoHappy 今年也特別企劃「實體優惠通」頻道，「跨業結盟」與各類品牌合作，提供限量優惠下載、帳戶查詢功能，透過網路社群傳播，整合消費資訊及獨家優惠券，以線上的獨家優惠曝光，導引消費者至實體專櫃消費體驗。期能藉此頻道，開啟虛實合作的第一步，讓線上線下的優勢資源相互流通，贏得顧客「心」佔率，將遠東集團零售關係企業、品牌供應商及 GoHappy 快樂購物網完整串接，打造「購好」的快樂生活圈。

SOGO 主管教育訓練 Yahoo 私塾篇

太平洋 SOGO 百貨 / 王俞閔

身為國內百貨龍頭的太平洋 SOGO 百貨，自然不會在這場大數據戰場上缺席。為了運用資料分析，精準掌握顧客的消費型態，並藉由數位通路與實體通路的虛實整合，發展出更創新的商業模式，黃晴雯董事長特別邀請雅虎奇摩臺灣區董事總經理王興與其團隊，為 SOGO 主管們分享「Yahoo 私塾」壓箱寶課程。

消費者在哪裡，錢就在哪裡！

雅虎團隊特別針對「大數據行銷」、「電子商務商業模式」及「內容行銷」等主題，闡述數位行銷如何成為現今最重要的商業模式之一。根據統計，目前臺灣人擁有智慧行手機的比例為 94%，平均使用手機的時間為 2.8 小時。由此可見，臺灣人多麼依賴智慧型手機，手機 APP 的開發及維護亦成為未來了解消費者動態的重要平臺。當然，雅虎團隊也提到事實的殘酷面：95%APP 的市占率其實不到整體的 3%。

隨著資訊技術不斷成長，數位行銷已成為近年許多企業聚焦的行銷發展模式。全球數字化、網絡寬帶化、互聯網應用於各行各業，累積的數據量日趨龐大，越來越多國家與企業利用類似技術，發現新商機、擴大新市場並提升效率，大數據（Big Data）的概念於焉成形且蓬勃發展。



因此，如何提升 SOGO APP 的使用率、如何將大數據與 SOGO 行銷結合，都是未來的重要課題之一。大數據使企業真正有能力從「以自我為中心」，轉型為「以客戶為中心」，畢竟企業是為客戶而生，只有服務好客戶，才能獲得利

潤。藉由大數據，能夠使企業的經營對象從客戶的粗略歸納，轉變成一個個活生生的客戶，以提供更切合需求的服務，投資的效率自然更高。

電子商務商業模式與內容行銷

SOGO 不僅是臺灣消費者熟悉的實體百貨，近年來也持續發展電子商務，原因無它：電子商務儼然成為企業未來能否成功轉型的重要關鍵。因此對於 SOGO 而言，電子商務的急迫性不言可喻。然而，在全新的商業模式下，如何成功結合「現代科技」與「管理策略」，並進一步強化 SOGO 的競爭力，是所有 SOGO 人最迫切的課題。

雅虎團隊特別向學員們分享一種目前正夯的行銷方式——「內容行銷」，不直接宣傳產品，卻圍繞在產品周圍，用消費者熟悉並喜愛的方式行銷。例如：透過電視、網路平臺，播放能夠引起消費者共鳴之故事性廣告，內容不專注於產品功能，但其背後的效益往往更為顯著。值得一提的是，內容行銷絕非內容產出而已，而必須透過網路上的內容行銷漏斗 (funnel)，使內容逐層縮小範圍，進而引導消費者完成目標。學員們對於這套「內容行銷」的漏斗理論回響熱烈，大家一致認為這將會是 SOGO 未來企劃行銷參考之方向。

四個多小時的課程，在黃董事長、行政杜金森總經理，以及營運汪郭鼎松總經理熱情的提問與帶領下，SOGO 主管們與雅虎團隊分別代表實體通路與虛擬通路，進行了一場既熱絡又有建設性的「虛實交流」。透過互動問答，強化同仁對於大數據、電子商務、內容行銷的 know-how，同時也充實了 SOGO 在發展電商領域的底蘊。

黃晴雯董事長向來重視公司「數位人才」的培育，也時常叮嚀 SOGO 主管們，不管選才、用才、育才、留才，數位技能都是強化公司核心競爭力的重要方向。相信透過這次的課程學習，加上集團與公司對於數位發展的用心，太平洋 SOGO 百貨一定能在這股新時代的數位潮流中破風領航，成為百貨界虛實整合的行銷典範！



善用家庭理財服務 讓財富傳家

遠東商銀／周昕好



遠東商銀 VIP【往來金額】= 往來總資產餘額 (AUM) + 信用卡年刷卡金額 + 遠智證券資產總額 + (房屋貸款餘額 + 外匯保證金交易金額 + 可轉債名目本金) * 20% (詳細說明請參考 VIP 官網 www.feib.com.tw/VIP)

家庭理財首要——集中往來優惠多

大家是否計算過全家人手上有多少本存摺？可能是小時候的零用錢帳戶、每次新工作申辦的帳戶、配合證券或基金扣款的帳戶、房貸繳款的帳戶……等，隨著時間流逝，不知不覺累積愈來愈多，每次需要用錢時，不僅得到處翻帳本、找資金，若家中成員往來銀行皆不同，資金調度運用就更加麻煩了。建議民眾不妨砍掉無用的帳戶，把全家人的帳戶與存款集中，固定和 1～2 家的銀行往來，不僅可有效管理資金，還能獲得更好的服務品質。

目前已有銀行推出家庭理財 VIP 服務，不過，大多數銀行認定 VIP 往來資產僅計算存款與投資金額，其他如：信用卡

消費、房貸、保險……等多元金融商品的往來則不列入計算。遠東商銀推出的「VIP 尊榮禮遇計畫」，是目前唯一累計客戶與銀行各項往來金額，包含：存款、投資、保險、信用卡消費、房貸與其他類投資，如：外匯保證金、可轉債名目本金、遠智證券投資金額……等，通通納入 VIP 往來金額計算，客戶可輕鬆達到門檻，獲得 VIP 級的理財服務與優惠。

家庭理財 PDCA 尋找好夥伴

財富管理的單位是「家」，因為家庭理財規劃是一生通盤的考量，每一個階段都有不同的需求，除了應付日常支出，更應設立短、中、長期目標，進行資產配置規劃，透過投資組合，累積財富，建立保護家庭資產的機制。遠東商銀建議

家庭理財可運用 PDCA 的專案管理技巧，透過 PDCA，讓理財規劃更精準，達成家庭理財各階段之目標。不過，如此複雜的過程，如果能有一個好夥伴、好幫手，將理財大小事整合簡化，是不是簡單許多？臺灣近年開始發展家庭理財觀念，但並非每家銀行都有提供家庭理財 VIP 的服務，因為家庭成員多，優惠不僅加倍，很可能是數以倍計，將造成銀行費用支出增加。遠東商銀建議家庭財務大臣不妨善用銀行資源，達成財富傳家的目標，並從銀行的經營理念、家庭理財 VIP 優惠方案、財富管理專業度、數位化發展四大面向挑選。

以遠東商銀為例，從客戶的需求出發，提供專業理財與資產配置建議，並且不斷開發便利的數位服務（如：FE Direct 活存帳戶、VIP 個人化網銀、遠銀雲端 GO 行動下單……等）。家庭理財核心概念就是要提供全家人最專業、便利、優惠的理財服務，因此遠銀以低門檻且優惠加倍為方向，上月達門檻，次月立即享有 VIP 家庭會員資格，效期長達 3 個月，只要是直系二等親內的親屬都可加入。

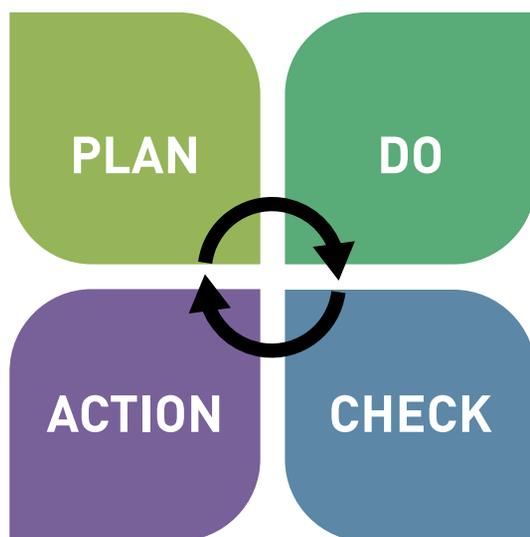
家庭理財終極目標——享樂生活

有人說，財富是追求幸福的手段，是贏得幸福的本金，所以家庭理財的終極目標是透過財富累積，讓家庭幸福美滿，運用財富自由，讓全家人享樂生活。遠東

商銀 VIP 尊榮禮遇計畫不僅提供銀行各項服務優惠，客戶還可體驗多采多姿的「享樂好主意」，如：「享樂電影」包場邀約、「享樂講堂」達人系列講座、大紅利平臺「每月一物」優惠、「享樂美饌」快樂 99 限時搶購、遠東集團專屬禮遇……等活動，豐富 VIP 會員的家庭生活。所有優惠皆可至遠銀 VIP 官網 www.feib.com.tw / VIP 查詢，想加入家庭理財 VIP 尊榮禮遇計畫？歡迎洽詢遠東商銀分行。

與家人共同盤點並
設定家庭短中長期
理財目標

與理專一起規劃執
行資產、配置、投
資與保障



依市場與密標達成
率事實調整規劃

定期檢視目標達成
情形

友善職場育兒環境 加強托兒、哺乳照顧

遠東新世紀／楊禮瑄

立法院於 2016 年 5 月 3 日三讀通過《性別工作平等法》部分條文修正草案，僱用 100 人以上之雇主，應提供哺、集乳室，以及托兒設施或適當的托兒措施。根據國內調查顯示，超過 3 成的媽媽返回職場後停止哺餵母乳，主要原因之一為集乳環境不佳。至於什麼樣的環境才是優良的哺集乳場所呢？以下簡介勞動部「企業托兒與哺（集）乳室資訊網」規定的設置注意事項。

（一）哺（集）乳室地點之選擇

應以方便員工使用並兼顧安全的場所為佳，另應鄰近洗手臺或提供洗手設施，因集乳時，需碰觸集奶瓶等器具，清潔消毒雙手對集乳相當重要。

（二）哺（集）乳室位置之標示

不僅需要標示哺（集）乳室所在樓層，到達所屬樓層後，也應明確指引出方向。

（三）哺（集）乳室設置環境

1. 為獨立可遮蔽之空間，有明顯區隔專供哺（集）乳使用，不得作為其他用途。
2. 兼具隱密性和安全性，天花板、牆面和地板等保持衛生安全。
3. 光線充足，採光明亮不閃爍。
4. 通風良好，空氣流通無異味。
5. 門外設置告示牌，以顯示使用狀態，例如：「使用中」或「無人使用」。
6. 不得設於廁所或儲藏室內。

（四）哺（集）乳室之設備

依據「哺集乳室與托兒設施措施設置標準及經費補助辦法」第 3 條規定，哺（集）乳室應包括：靠背椅、桌子、電源插座、母乳儲存專用冰箱、有蓋垃圾桶……等基本設備。其中，靠背椅最好採用皮質等利於清理的材質，避免布質或容易藏污納垢、滋生細菌的材質；而木製座椅則因材質堅硬，較不舒適；另外，母乳儲存專用冰箱冷藏溫度至少維持 0～7°C，且應註明「儲存母乳專用」，避免因冰存其他食物，造成污染與異味。

此外，在托兒方面，原條文規定企業規模 250 人以上應設置適當托兒措施，本次下修門檻為 100 人以上，讓全職媽媽能安心兼顧工作與親職。這也是性平法施行逾 15 年來的重大突破，三讀修正通過後，估計受惠勞工人數將從 244 萬人增至 368 萬人。（資料來源：勞動部、中時新聞網、聯合新聞網）

惡房東，退散！

遠東新世紀／田永彬

【案例】

甲以出租房屋為業，將一間套房出租予乙，租賃期間為 2016 年 1 月 1 日至 2017 年 12 月 31 日，每月租金新臺幣 1 萬元，押金為三個月租金，每月 1 日繳納當月份租金，且租賃契約第 2 條規定：「若乙方違反本租賃契約任一規定，甲方得立即終止租約並沒收所有押金，乙方絕無異議」。

簽約後，乙準時繳納 1～5 月份租金，其後乙因失業，無法支付 6 月份租金，故甲於 2016 年 6 月 15 日以存證信函通知乙：「乙未於 6 月 1 日繳納 6 月份租金，故依租賃契約第 2 條規定，立即終止租約並沒收所有押金，且乙應搬離套房」。乙來不及尋找其他租屋處，又擔心甲強行將其傢俱搬走，便更換套房門鎖。

甲於 7 月 1 日發現此事，乃請不知情的鎖匠協助開鎖，進入套房後，將乙

的傢俱全部棄置垃圾場。乙深感不滿，向警局提告甲觸犯刑法第 306 條侵入住居罪和第 354 條毀損罪。請問甲、乙的法律關係為何？乙提告有無理由？

【分析】

一、甲於 2016 年 6 月 15 日通知乙：「乙未於 6 月 1 日繳納 6 月份租金，故依租賃契約第 2 條規定，立即終止租約並沒收所有押金，且乙應搬離套房」，違反民法第 440 條規定，該通知不合法。

（一）民法第 440 條規定：「承租人租金支付有遲延者，出租人得定相當期限，催告承租人支付租金，如承租人於其期限內不為支付，出租人得終止契約（第 1 項）。租賃物為房屋者，遲付租金之總額，非達二個月之租額，不得依前項之規定，終止契約。其租金約定於每期開始時支付者，並應於遲延給付逾二個月時，始得終止契約（第 2 項）。」

（二）依臺灣臺北地方法院 94 年度訴字第 2203 號民事判決意旨，民法第 440 條之立法理由為保護承租人權益，因此為強制規定，租賃契約內容違反本條規定者「無效」。換言之，甲因乙遲延給付一個月租金，於 2016 年 6 月 15 日通知乙「未於 6 月 1 日繳納 6 月份租金，故依租賃契約第 2 條規定，立即終止租約並沒收所有押金，且乙應搬離套房」，

該通知已違反民法第 440 條規定，通知不合法。

（三）乙雖然違約，但甲依租賃契約第 2 條規定沒收乙全部押金（即三個月租金）作為違約金似乎過重，甲恐有以損害他人為目的，沒收高額押金等權利濫用之嫌，故乙得起訴請求法院依民法第 148、252 條（註 1）減免違約金。

二、甲於 7 月 1 日擅自進入此案所爭之套房，成立刑法第 306 條「侵入住居罪」。

（一）刑法第 306 條規定：「無故侵入他人住宅、建築物或附連圍繞之土地或船艦者，處一年以下有期徒刑、拘役或三百元以下罰金（第 1 項）。無故隱匿其內，或受退去之要求而仍留滯者，亦同（第 2 項）。」

（二）依臺灣新北地方法院 104 年度易字第 1796 號刑事判決意旨，刑法第 306 條，是保障家內和平主義，為貫徹人民居住自由，而對無故侵入者明定其處罰，所保護之法益乃個人居住場所不受其他無權者侵入或滯留其內干擾破壞的權利。而該條所保障之住屋權，乃源於對住屋或其他場所之使用權，並不以個人是該房屋或場所之所有權人為限，即對該房屋因支配管理監督而對該場所具有使用

權者，亦應受該條文之保護。綜上所述，出租人雖然是套房的所有權人，但套房出租予承租人後，承租人即為住屋權人，對該套房有使用權。依前開判決意旨，縱然雙方合意終止租賃契約，出租人在承租人未搬離套房前，仍不可擅自進入套房。本案中，甲未合法終止租賃契約而擅自進入套房，即侵害乙的居住自由、居家安寧，亦成立刑法第 306 條「侵入住居罪」。

三、甲於 7 月 1 日將乙的傢俱全部棄置垃圾場，成立刑法第 354 條毀損罪。

（一）刑法第 354 條規定：「毀棄、損壞前二條以外之他人之物或致令不堪用，足以生損害於公眾或他人者，處二以下有期徒刑、拘役或五百元以下罰金。」公證法第 119 條則規定：「請求就法律行為作成公證書，並載明應逕受強制執行者，依第一百零九條或第一百十二條所定之費用額，加收二分之一。」

（二）除非甲起訴請求乙搬離套房獲得確定勝訴判決，或租賃契約經公證且載明乙不準時繳納租金，應逕受強制執行（搬遷），甲才可訴請法院將乙的傢俱搬離套房，否則甲擅自將乙的傢俱棄置垃圾場，已成立刑法第 354 條「毀損罪」。

【結語】

目前的房屋租賃市場，以出租為業的

房東與房客間所擁有之議約籌碼並不相當，房客多為經濟上較弱勢的族群，對於租賃契約得否調整並無置喙餘地，因此，為保障弱勢房客權益，內政部於 2016 年 6 月 23 日內授中辦地字第 1051305384 號公告「房屋租賃定型化契約應記載及不得記載事項」（該公告自 2017 年 1 月 1 日生效）（註 2）。本件案例中，房東甲於租賃契約第 2 條規定：「若乙方違反本租賃契約任一規定，甲方得立即終止租約並沒收所有押金（即三個月租金）」已違反「房屋租賃定型化契約應記載及不得記載事項」第 5 條第 1 項（押金不得超過兩個月租金）（註 3）、第 12 條第 2 項（至少需提前一個月終止租約）（註 4）規定，應屬無效。

值得一提的是，若租賃契約於 2017

年 1 月 1 日以後才屆期者，以出租為業之房東（即企業經營者）應儘速與房客修正租賃契約，以免被主管機關認定該租賃契約違反「房屋租賃定型化契約應記載及不得記載事項」，且經主管機關令其限期改正而屆期不改正者，依消費者保護法第 56 條之 1，處新臺幣三萬元以上、三十萬元以下罰鍰；經再次令其限期改正而屆期不改正者，處新臺幣五萬元以上、五十萬元以下罰鍰，並可按次處罰（註 5）。



註釋

註 1：民法第 148 條：「權利之行使，不得違反公共利益，或以損害他人為主要目的（第 1 項）。行使權利，履行義務，應依誠實及信用方法（第 2 項）。」；民法第 252 條：「約定之違約金額過高者，法院得減至相當之數額。」

註 2：內政部網站：<https://pip.moi.gov.tw/Upload/ehouse/contract/I120160623--636022791803020091.doc>

註 3：房屋租賃定型化契約應記載及不得記載事項第 5 條第 1 項：「擔保金（押金）由租賃雙方約定為 ___ 個月租金，金額為 ___ 元整（最高不得超過二個月房屋租金之總額）。承租人應於簽訂本契約之同時給付出租人。」

註 4：房屋租賃定型化契約應記載及不得記載事項第 12 條第 2 項：「依約定得終止租約者，租賃之一方應於 □ 一個月前 □ 個月前通知他方。一方未為先期通知而逕行終止租約者，應賠償他方個月（最高不得超過一個月）租金額之違約金。」

註 5：消費者保護法第 56-1 條：「企業經營者使用定型化契約，違反中央主管機關依第十七條第一項公告之應記載或不得記載事項者，除法律另有處罰規定外，經主管機關令其限期改正而屆期不改正者，處新臺幣三萬元以上三十萬元以下罰鍰；經再次令其限期改正而屆期不改正者，處新臺幣五萬元以上五十萬元以下罰鍰，並得按次處罰。」

東歐街頭的好滋味 捷克點心DIY

豫章工商／鄭志祥

捷克、斯洛伐克因為統治者不同，總是分分合合，各自為不同民族，也有各自的語言。其後，捷克斯洛伐克共和國在1968年發動「布拉格之春」改革運動，因蘇聯軍事鎮壓而失敗。直到1989年，捷克終於透過「天鵝絨革命」實現民主改革，開始實行民主議會制。1993年1月1日，捷克與斯洛伐克正式解體，成為兩個獨立的國家。

或許鮮少有人關注這段歷史，可是一提到1996年《不可能的任務》電影中出現的街景、布拉格市政廳、國立博物館，以及2002年《限制級戰警》中的查理大橋，或是許多韓迷喜愛的《布拉格戀人》，都讓捷克似乎離我們又近一點。再提到波丹尼的香皂、刺蝟筆、卡羅維瓦利得溫泉水杯、百威啤酒，還有很多女生喜歡的波西迷亞風……等，也都來自這個國家，因此，捷克其實並不如我們想像中陌生。

一個孕育出世界文化遺產的庫倫洛夫

您對捷克的印象是什麼？多數人可以簡單說出對法國的印象、德國有什麼、英國名人有哪些，對於捷克卻相對陌生。其實捷克共和國在1993年正式出現，於此之前，或許大家比較熟悉的是「捷克斯洛伐克共和國」。

（Český Krumlov）小鎮、還有波希米亞文化的國家，對於飲食文化也有其獨到之處，本期「美食網」將從街頭探索，介紹在捷克到處可見的小點心。不想花十幾個小時飛到東歐，不妨動手DIY，讓舌尖來一趟捷克食尚之旅！



一、雞蛋煎餅 (Palacinka)

雞蛋煎餅是捷克街頭或咖啡廳常見的點心，可以放在盤子上，搭配冰淇淋華麗登場，也可在街頭裹入香蕉、巧克力作為內餡包著吃，它的樣貌神似法國的可麗餅，因為好做、好吃，經常出現在旅遊景點。

【材料】

低筋麵粉 95 公克、砂糖 20 公克、全蛋 250 公克、融化奶油 35 克、鮮奶 270 公克

【做法】

1. 低筋麵粉過篩後，與砂糖攪拌均勻。
2. 加入鮮奶攪拌均勻，待粉粒消失，再加入已融化的奶油攪勻，最後拌入全蛋。
3. 平底鍋加熱後，倒入沙拉油，油量以可覆蓋鍋底為原則，並將油燒熱，接著倒出所有的油，以紙巾擦乾鍋底。
4. 將一大湯匙麵糊倒入鍋中，以中火煎上色後，倒入盤中。如果要再煎下一片餅，用沾油的紙巾擦拭些許即可。
5. 將圓餅折成四分之一，三片堆疊淋上喜歡的醬汁即可。



完成

二、哥拉奇 (koláč)

哥拉奇在美國某些州很受歡迎，例如：內布拉斯加州的布拉格市和德州考德維爾均舉辦過「哥拉奇節」，有人稱它為「捷克麵包」，在捷克的麵包店必然可見它的身影，有甜的餡料，也有鹹的口味。一般製作麵包常需要攪拌機，以下介紹的作法可以不用攪拌機，便能輕鬆做出好吃的麵包。

【材料】

低筋麵粉 45 公克、高筋麵粉 255 公克、速發酵母 4 公克、砂糖 60 公克、鹽 3 公克、奶粉 18 公克、蛋 70 公克、水 150 公克、奶油 75 公克

【做法】

1. 砂糖、鹽、奶粉、蛋、水、奶油先攪拌均勻。
2. 加入高筋麵粉與低筋麵粉一起搓揉均勻，滾成圓形後，靜置 30 分鐘，讓麵糰發酵。
3. 待麵糰因發酵而變大後，再摔揉麵糰，使之出現彈性，再次滾成圓形，讓麵糰發酵 40 分鐘。
4. 將麵糰分割為每個 50 公克，滾成圓形，靜置 10 分鐘。
5. 壓扁麵皮後，依序放入烤盤，最後發酵 50 分鐘。
6. 將麵皮中間微壓成凹型，填入藍莓餡。
7. 把麵糰放入烤箱，以上火 220°C，下火 200°C 烤 15 分鐘，待表層上色即可。



三、馬鈴薯丸子 (vocné knedlíky)

馬鈴薯丸子也有人稱為「水果餃子」，簡單來說就是麵皮內包水果，以熱水煮熟，是很傳統的捷克點心。好吃的秘訣在於包入的水果，味道足夠更能增添風味，內餡也可改為乳酪，口味變化多元。

【材料】

馬鈴薯 500 公克、高筋麵粉 150 公克、全蛋 1 顆、奶油 20 公克、糖漬櫻桃數顆

【做法】

1. 馬鈴薯去皮後，切成大塊，放入沸水中煮熟。
2. 取出熟透的馬鈴薯，壓成泥狀，再與高筋麵粉、蛋、奶油搓揉成糰。



3. 揉好的麵糰分為數小塊，每個約 20 ~ 25 公克。
4. 將麵皮壓扁，包入糖漬櫻桃後，放入沸水中煮熟，再取出瀝乾。
5. 在盤子淋上藍莓派餡，盛入馬鈴薯丸子即可。



完成

四、煙囪捲 (Trdlo)

試想走在庫倫洛夫古城小徑，時間停在十四世紀到十七世紀間，周圍是歌德、文藝復興和巴洛克式的建築，遠處飄來陣陣肉桂香，吸引著旅人們尋香前往，原來香氣的源頭正是捷克隨處可見的煙囪捲點心。

【材料】

高筋麵粉 300 公克、速發酵母 3 公克、砂糖 25 公克、鹽 4 公克、水 160 公克、蛋 25 公克、奶粉 12 公克、奶油 15 公克

【做法】

1. 將所有材料（除了奶油）攪拌均勻，最後再加入奶油一起搓揉，完成後，靜置 30 分鐘，待麵糰發酵。
2. 麵糰因發酵而變大後，摔揉麵糰，使之出現彈性，再重新滾成圓形，讓麵糰再發酵 40 分鐘。
3. 將發酵好的麵糰分割為每個 100 公克，滾成圓形，靜置 10 分鐘，讓麵糰鬆弛。
4. 將麵皮搓長至 25 公分左右，5 分鐘後，再搓至 50 公分。
5. 準備適當大小的擀麵棍、鋁箔紙，用鋁箔紙將木棍包住，表面塗上奶油。
6. 將麵皮捲在木棍上，塗上奶油，沾上肉桂糖（砂糖：肉桂 = 10：1）。
7. 放入烤箱，架在高鐵盤上，以上火 220°C，下火 200°C 烤 15 分鐘，每隔 5 分鐘轉換角度，以確保表面能均勻上色，待肉桂糖烤乾即可出爐。



完成

挑88禮傷神？ 這裡有解答

遠東百貨／鄭嘉蕙

很多人都說挑88節禮物最難！搞不清楚爸爸到底喜歡什麼，總是擔心自己挑選的禮物，爸爸勉強收下卻一點兒也不喜歡！的確，選擇爸爸禮物真的好傷神，就讓遠東百貨為大家分憂解勞，找出不同類型的老爸最適合的好禮！

愛運動的戶外型老爸

【「MERRELL」水陸三棲鞋】除了平日可以穿著騎單車、慢跑，甚至涉溪玩水、登山越野都沒問題。由於具備透氣快乾的特性，夏日騎單車若遇上午後雷陣雨，也不擔心鞋子溼答答。建議售價3,380元，**集團同仁獨家優惠價2,788元，限量30雙**。洽詢專線：新竹大遠百8樓「MERRELL」專櫃(03)620-0032。



【「KOR」Delta隨身運動水瓶】以「水」為中心理念的品牌，創造世上最美且最具機能性的水瓶，環保材質輕巧瓶身，不含雙酚及塑化劑，增添食用的安全。安全鎖、特殊三角把手設計，使用上安全無虞！750ml任選兩支建議售價1,900元，**集團同仁獨家優惠價1,314元**。洽詢專線：寶慶店8樓「KOR」專櫃(02)2331-1252。

重健康的保健型老爸

【「Heng Style」OSTER Ball經典隨鮮瓶果汁機】炎炎夏日，幫老爸打杯果汁，健康又消暑！來自美國的果汁機領導品牌Oster，首度與日用品知名品牌「梅森罐」聯手出擊，250W強力馬達配合22000RPM轉速，可均勻分解食材，只要「裝食材、輕鬆打」簡單兩步驟，美味立即帶著走。建議售價2280元，**集團同仁獨家優惠價1780元**。洽詢專線：嘉義店7樓「Heng Style」專櫃(05)284-2076。



【「長庚生技」冬蟲夏草菌絲體】根據中醫典籍記載，冬蟲夏草性平味甘，有保肝益腎、止血化痰之功效，也具強身延年、調節免疫、抵抗病毒感染、改善性功能、提高肝臟功能、提升活力、抗癌、保護心血管等多種功能，快為辛苦的父親買個保健食品補補身吧！建議售價兩瓶1,320元，**集團同仁獨家優惠兩瓶85折**。洽詢專線：桃園店B1樓「長庚生技」專櫃(03)339-5807。

重形象的時尚型老爸

【「Lipault」24吋四輪拉桿硬箱】內斂的深紫色系，讓都會型男的行李箱多一個選擇。彷彿布料被風吹拂的特殊材質設計，讓硬箱更添輕盈感，不論商務出差或休閒出遊，都是最好的選擇。建議售價8,200元，**集團同仁獨家優惠價5,740元，限量10組**。洽詢專線：Top City 臺中大遠百3樓「Lipault」專櫃(04)2254-2482。

【「雅男士」活力人蔘抗老化超激活抗老組】富含人蔘精華可激活老化的肌膚，預防乾燥，並帶出水嫩風采，讓爸爸散發自信迷人的面容。建議售價3,200元，**集團同仁獨家優惠價2,400元**。洽詢專線：Mega city板橋大遠百6樓「雅男士」專櫃(02)2959-1911。



【「KIEHL'S」超能全效緊膚型男組】Kiehl's 契爾氏針對男性肌膚及抗老保養需求，推出新「超能全效男性系列」，包含：緊膚精華、緊膚霜及抗痕眼霜。透過簡單3步驟，立即打擊臉上歲月痕跡，能有效撫平皺紋、拉提緊實、改善粗糙並淡化黑眼圈，重新啟動年輕關鍵，魅力再現。建議售價4,120元，**集團同仁獨家優惠價3,500元**。洽詢專線：花蓮店1樓「Kiehl's 契爾氏」專櫃(03)833-4884。

【「Panasonic」日本製超手感刮鬍刀】Panasonic (ES-ST39) 內建泡沫潤鬍功能、波浪面板設計、高速水洗潔淨、高速13000轉線性馬達、奈米30度銳角內刃的電動刮鬍刀，利用洗面乳就能產生刮鬍泡般的綿密泡沫，溫和不傷肌膚。建議售價4,990元，**集團同仁獨家優惠價4,588元**。洽詢專線：臺南大遠百6樓「新各界」專櫃(06)700-8859。



高格調的品味型老爸

【德國「Nachtmann Traube」葡萄酒杯】來自德國Nachtmann水晶，以特殊工法精緻燒製，

工藝馳名全球。Traube 葡萄酒杯系列，亮彩炫目、雕工精細，將太陽花化作杯上耀眼圖騰，透過多層次切工，展現絕妙透光感！建議售價5,700元，**集團同仁獨家優惠價4,560元**。洽詢專線：寶慶店6樓「LOTUS」專櫃(02)2375-6339。

【「CUMAR」皮件組】採用義大利進口牛皮，結合名師設計，帶給使用者全新的穿戴品味，提升整體穿搭的質感。建議售價7,460元，**集團同仁獨家優惠價3,500元**。洽詢專線：高雄大遠百8樓「根來」專櫃(07)338-7377。



愛嚐鮮的美食型老爸

【「古拉爵」4人古拉爵派對套餐】精選19道料理，PIZZA、義大利麵、甜點飲料任你搭配，以精緻美味餐點犒賞辛苦一整年的老爸。8月6日～8月9日凡家庭聚餐即送爸爸飲料、甜點、啤酒、雞尾酒4選1。建議售價1680元，**集團同仁出示證件享95折優惠**。洽詢專線：嘉義店B1樓「古拉爵」餐廳(05)236-0337。

【「恬品軒」義大利提拉米蘇蛋糕】相傳在17世紀托斯卡納皇族的奢華晚宴裡，甜點師傅精心設計的「公爵之湯 Zuppa Duca」即為提拉米蘇的前身，蘊藏著可可咖啡香交織酒韻奶蛋液，香濃柔順。採用純正的義大利 Mascarpone 乳酪，搭配細緻的可可亞海綿蛋糕，上層為濃郁巧克力，冷藏後入口即化，乳香濃郁，冷凍後食用，滑順乳脂化的綿密口感如同冰淇淋，風味絕佳！6吋建議售價680元，**父親節限定88折優惠**。洽詢專線：板橋中山店B1「恬品軒」(02)2956-2089。

【「PHILIPS」Minuto Focus全自動義式咖啡機】你也有個咖啡控的老爸嗎？一起與爸爸泡杯咖啡、聊聊天吧！Minuto Focus全自動義式咖啡機(HD8761)配備經典奶泡器及快速加熱鍋爐，讓您輕鬆沖煮道地的義式咖啡。建議售價30,900元，**集團同仁獨家優惠價27,900元**，另**贈送鋼杯、咖啡豆半磅3包**。洽詢專線：桃園店10樓「PHILIPS」專櫃(03)339-7408。



備註：欲享「遠東人獨家優惠價」，請出示集團員工識別證，期限至8月31日止。
掃描QR Code看更多遠東人專屬優惠



爸爸們， 該進廠檢修了！

亞東醫院／曾一修醫師



亞東醫院泌尿科／曾一修醫師

八月是屬於父親的月份，慶祝父親節的同時也要想一想：您了解家中父親的健康情形嗎？已步入中老年的男性，容易面臨很多疾病，不過，透過完整的健康檢查，大多可以讓疾病現形。提醒為人子女者，甚至是您本人，不妨針對以下介紹的疾病進行健康檢查，以期發現早期徵兆，提早預防，過個有品質的健康人生。

攝護腺肥大

「醫師，我最近尿尿都需要用力，而且尿不乾淨，一天跑好幾趟廁所，晚上睡覺也要上兩、三次廁所，這樣的情形已經有半年了，導致每天都睡眠不足……我是不是攝護腺肥大啊？」一位年約 60 歲的阿伯前來問診。我幫他檢查攝護腺及安排超音波檢查後，確定有攝護腺肥大的狀況，於是開藥給阿伯服用。一個禮拜後，阿伯的症狀緩解很多，解尿也比較順暢，

重點是夜尿的次數減少，睡眠品質變好，整個人精神好了許多。

以上是攝護腺肥大男性常見的症狀，有些人甚至忍耐超過 10 年，直到幾乎無法排尿才到醫院求診，此時多半需要放導尿管甚至開刀處理才能順利解出，所以早期發現可以早期治療，減少接受手術的風險。

事實上，攝護腺是位於膀胱開口及尿道間的一個器官，主要負責分泌攝護腺液，組成精液。攝護腺會隨著年紀而變大，當阻塞到尿道時，就會造成小便不順暢，需要用力才能解乾淨。有鑒於攝護腺肥大是中老年人常見的問題，亞東醫院的健康檢查項目特別安排泌尿科專科醫師會診，針對排尿症狀進行詳細解說，身體檢查也會從肛門指診，檢查攝護腺有無

變大或長硬塊。另外還有攝護腺超音波，可以更準確量測攝護腺的大小。攝護腺檢查還包括抽血驗攝護腺特異抗原指數（PSA），若指數超過 4，則需要到泌尿科門診就診及追蹤，倘若指數持續升高，則有罹患攝護腺癌症的風險。不僅如此，亞東醫院也提供攝護腺核磁共振影像檢查，有攝護腺癌家族史的男性朋友可以透過此項檢查，進行更精準的偵測。

男性更年期

大部份人都知道，女性有更年期，但男性的更年期症狀卻常常被忽略。根據統計，超過 40 歲以上的男性，每四人就有一人有睪固酮缺乏的問題。睪固酮就是男性賀爾蒙，若缺乏睪固酮，會產生更年期現象，常見的症狀包括：記憶力衰退、容易疲勞、失眠、易怒與憂鬱，體力也會降低，甚至性功能變差，有勃起功能障礙。除了年紀愈大，睪固酮的濃度愈低之外，其他如肥胖、抽菸、酗酒、壓力大、濫用藥物……等情形，也會影響睪固酮的濃度。而睪固酮濃度過低也常合併其他疾病，例如：糖尿病、高血壓、高血脂、動脈硬化與冠狀動脈疾病。

如何知道自己的睪固酮濃度是否正常呢？只要在早上抽血檢驗睪固酮，濃度低於 300ng/dL，即可確認有睪固酮缺乏的問題，必須到泌尿科門診就診，諮詢是否需要睪固酮補充治療。接受治療後，

可以改善情緒和認知功能、增強肌肉的強度，同時改善高血脂、高血壓、高血糖等問題，並且進一步改善性功能及勃起功能。

腹股溝疝氣

腹股溝疝氣也是男性常見的疾病，除了嬰兒期容易發生之外，另一個時期就是中老年時期。其病因是在腹股溝處有缺口，導致腹腔內的腸子或組織容易掉入缺口，產生疼痛感。由於疝氣是需要手術才能治療的疾病，所以在健康檢查時，醫師會將手放在受檢查者的雙側腹股溝下方，請受檢查者腹部用力，以檢查是否有突出的組織，如果有摸到，則可以診斷為腹股溝疝氣。有些人疝氣已經大到掉至陰囊仍不自知，檢查時，腹部甚至不需要用力即可以摸到並看到，倘若確定有腹股溝疝氣，則需要安排到門診治療。

陰囊水腫

陰囊水腫的表現常見一側陰囊較對側腫大，平時不會疼痛，但可能會有異物感。進行健康檢查時，醫師會用手觸診兩側睪丸及陰囊，若有腫脹像水球觸感的囊腫，就可以懷疑患有陰囊水腫，此時需要到泌尿科門診，安排陰囊超音波檢查，若發現有許多水在陰囊裡面，則可確診為陰囊水腫，必須接受手術切除才會痊癒。

包皮過長

包皮過長可能會合併反覆的包皮發炎，也會增加尿道感染的機率。健康檢查時，醫師會視診包皮的長度，若龜頭被包住又無法輕易的用手撥開包皮露出，則可以診斷為包皮過長。

精索靜脈曲張

雖然靜脈曲張常發生於小腿，但其實男性罹患精索靜脈曲張的情形也不在少數。主要是連結睪丸的精索裡，有輸精管和許多血管，因為長期處於悶熱環境或穿著緊身褲，容易讓精索靜脈曲張，壓迫神經，產生疼痛不適感。健康檢查時，醫師會視診陰囊外觀，若有明顯的血管團狀物，並在觸診時摸到睪丸旁也有團狀物，則可以診斷為精索靜脈曲張。若常有下腹及睪丸旁疼痛，則需要到泌尿科門診接受治療。

腎結石

男性罹患腎結石的比例，較女性高出 2～3 倍以上，腎結石平時沒有任何症狀，但是發作起來會有極度劇烈的腰痛，並且有血尿症狀，所以會列為健康檢查的必要檢查項目。醫師除了會用手敲診腰部，檢查是否有疼痛感，同時也會藉由腹部 X 光及超音波檢查，觀察是否有腎結石。另外，尿液檢查中，若有發現血尿，也需進一步釐清是否有腎結石的可能。若是罹患腎結石，則需由泌尿科醫師視結石的大小和位置來判斷，使用體外震

波碎石或內視鏡取石。

男性健康檢查特殊項目

	檢查項目
攝護腺	攝護腺特異抗原指數
	攝護腺超音波
	攝護腺核磁共振造影
男性更年期	睪固酮濃度



西湖隨筆

遠東先進纖維／黃子宴

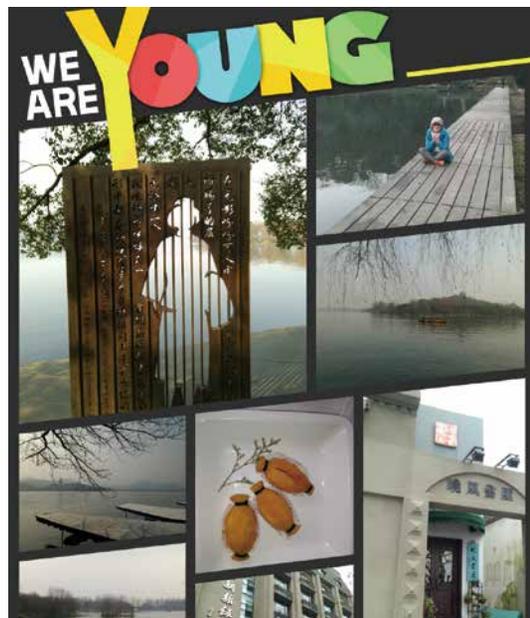
日本自由行後，這是第二次計畫外的小旅行。原本與自家小妹規劃「上海杭州西湖7日遊」，打算好好欣賞黃山的美，誰料計畫永遠趕不上變化，我們迷戀於西湖的美，根本捨不得離開，途中驚險、驚奇、驚嘆、驚呼連連！只能說，杭州西湖景美、人好、食物佳，十分適合自助旅行。

建議大家自助旅行時，不妨從杭州直接搭計程車抵達下榻飯店（計程車以跳錶計費，而且很安全），安置好行李之後，再輕裝簡便的騎乘西湖環湖 Ubike（國營的自行車），隨心所欲的漫遊於西湖，不但方便又便宜，還可以隨時停駐在自己喜愛的景點，欣賞整個西湖四周與湖心的不同景緻。

至於餐飲部份，在此特別推薦一家擁有103年歷史的「新新飯店」。當初走入這家飯店完全是一個美麗的緣份，因為飯店旁有家小書房，上面斗大的「曉風書房」四字吸引了我們，以為是作家張曉風女士在西湖畔開的書房，基於感動與

好奇，我們前往一窺究竟，發現店內陳設十分清新雅緻，經詢問才知道，原來提字是店主人的隨筆，與作家張曉風女士並無關聯。其後小妹向店家商借洗手間，經店家引荐到隔壁的百年老店借用，沒想到小妹一去20分鐘不見人影，前往找尋，方知她已經被飯店內的景物迷得流連忘返。隨即我也跟她一樣，忘了只是在別人的地盤上行個方便而已，忍不住拿手機拍個不停。

店裡的服務人員似乎也見怪不怪了，還熱情的詢問我們是否需要用餐，本以為按照飯店的擺設規格及接待人員考究的唐裝，這餐費用應該價格不菲，沒想到卻十分平價，由於當天天氣很冷，點好餐後，服務人員還特地送上溫暖的毛巾及熱茶，讓我們感動不已，真是平民的消費，貴族般的尊寵，太物超所值了！我們已經決定，今年若重遊黃山，一定要再度拜訪這家飯店，它超越五星的餐點服務，讓我們留下許多美好的回憶，也讓我們忍不住想一而再、再而三的重遊杭州城！



悠遊花蓮 193 縣道

亞東石化／高梓林



純樸而悠閒的花蓮是臺灣佔地最大的縣份，雖然大部分人對花蓮的印象可能只有太魯閣、七星潭、鯉魚潭，但其實，由花蓮新城鄉三棧通往七星潭風景區的花蓮 193 縣道也相當具有可看性。這條縣道介於 9 號及 11 號省道之間，是緊鄰海岸山脈的翠綠廊道，幾年前合併 195、195 甲，最遠抵達花蓮玉里鎮的樂合，全長約 111 公里，是臺灣目前最長的縣道；因路幅不寬，樹林夾道，依山傍河，沿途又有防風保安林，紅花綠樹相伴，有別於省道塵囂擾攘的龐大車潮，純樸又舒適，自然成為我們在盛夏旅遊花東的自行車道首選。

193 縣道從最北的新城接 9 號省道，到南邊玉里接 30 號省道，沿海岸山脈蜿

蜒而過，綿延平緩的起伏，最高點標高為 250M，全程大致可分為：七星潭段、月眉米棧段、光復糖廠瑞穗段，以及瑞穗玉里段，各路段的長度、騎車經過的村落和沿路的風景，都有不同的特色及美景。

我們此次沿著 193 縣道一路向北，走瑞穗光復段，左側是中央山脈及秀姑巒溪，右側是海岸山脈，視野大開大闊，周邊車少人稀，加上花東特有的藍天白雲和鳥語花香，讓我們不自覺愈騎愈慢，捨不得結束這短短 20 多公里的車程。途中，我們爬上 193 縣道的制高點，雖然不高，卻是秀姑巒溪與富源溪的分水嶺，緊接著，再經由和緩的下坡，暫時離開 193 縣道，進入光復市區，前往光復糖廠吃冰，再順道於光復糖廠過夜，住在充滿懷舊風情的日式宿舍。隔日早上，前往附近的馬太鞍濕地和大農大富平地森林園區，玩得十分盡興。

下午，回到 193 縣道南下瑞穗玉里段，沿路俗稱「黃金雨」的阿勃勒花，如風鈴般掛滿整條道路，穿過一陣黃金雨後，迎面而來的是一片提早盛開的火紅鳳凰花，彷彿熱情地祝福我們這些來往的遊客，搭配周圍的翠綠稻田，以及平地的金針花，從瑞穗一直延續到玉里，看得讓人神清氣爽！

充滿蓬勃生機的 193 縣道，熱鬧又繽紛，大家不妨也像我們這樣，把握這個夏天，到花東縱谷來一趟慢活旅遊，同時欣賞沿途的自然美景。

「遠東人開講」： 炎炎暑期何處去？

編輯室輯

【一】

多年前，曾到臺中的后豐鐵馬道騎自行車，到現在還記得九號隧道內外溫度落差十度以上的沁涼感受！顧名思義，后豐鐵馬道是從后里到豐原，沿著火車舊山線闢建，全長 4.5 公里，途中鋪設柏油和栽植花木，甚至還保留部分 921 地震的景觀。從后里出發，很快就到達九號隧道，隧道內的車程大約十來分鐘，僅管外面豔陽高照，一進入隧道，馬上能感受陣陣涼意。今年夏天溫度屢創新高，讓我又想起多年前的鐵道行，這個暑假一定要再去體驗一次美好旅程。（遠傳電信／沈采妮）

【二】

漫漫炎夏，也是與家人出遊的最佳季節，我的暑期旅遊計劃是和家人前往臺東，來趟三天兩夜輕旅行，順道探訪市區近郊的臺東森林公園，一窺琵琶湖之美景，據說湖水清澈如鏡，湖邊倒影如

天氣漸漸轉熱，相信許多人都開始安排暑期出遊行程。今年您有哪些旅遊計劃呢？快來看看海內外的遠東人有哪些精彩的避暑規劃！

畫，散步在環湖步道，令人陶然；或是租輛單車，穿梭綠色隧道，享受微風吹來，樹枝搖曳的沁涼。接著再前往被譽為臺灣最美車站的多良車站，輕擁太平洋入懷，在火車呼嘯而過的瞬間，勾勒出一幅美麗的畫面。（臺中大遠百／童雅莉）

【三】

往年暑假多半安排國內兩天一夜輕旅行，今年卻想趁寶寶兩歲前，帶全家到日本沖繩，來趟四天三夜的自助旅遊。一方面是因為臺灣飛沖繩僅需 75 分鐘航程，可以減輕長輩和小孩的搭機之苦，另一方面，沖繩也是個能滿足各個年齡層需求的海島：女人的藥妝和 Outlet、男人的沙灘海上活動、長輩愛的悠閒行程、小孩瘋狂的水族館，當然，還少不了海景飯店及美食天堂，加上沖繩是個熱情友善的地方，對於首次帶著長輩跟小孩出國的我們，最適合不過了！（新竹大遠百／宋宜玲）

【四】

夏季氣候炎熱，除了玩水之外，對於家中有小朋友的家長來說，參加坊間舉辦的各式體驗夏令營，例如：小小職業體驗營、親子瑜伽、美食烘培 DIY 教室等，都是不錯的選擇。如果不想被制式的活動拘束，也可以自行規畫結合大自然與樂園的親子輕旅行。重要的是，把握家人歡聚時光，創造美好的夏日記憶。
（遠東新世紀／林亦如）

【五】

提到旅遊和避暑，我的第一念想就是回到家鄉長泰，吃農家飯，玩農家樂，過慢生活。長泰，一直是當地人引以自豪的閩南金三角、廈門的後花園。因為其獨特的盆地地形，這裡冬無嚴寒，夏無酷暑。遊客們來到這裡，彷彿進入世外桃源，滿目綠意伴隨著耳畔的蟬聲，還有長泰漂流，驚險刺激；十里藍山，宛如仙境；山重古城，潺潺泉水，多麼寫意！最棒的還是隨處可見的農家飯店，土雞、土鴨，以及自家種的各種果蔬，便宜又好吃！我的家鄉是一塊未經雕琢的璞玉，任誰去了都要流連忘返。（裕民航運（新加坡）／Eileen）

【六】

慢步在林間小徑，享受芬多精，任陽光從葉縫間流竄，也讓自己沉浸於滿滿的浪漫。這裡是宜蘭棲蘭森林遊樂區，

從臺北開車經雪山隧道下臺七線，約 1 個小時可達。天然美景伴隨蟬聲與鳥叫聲，不期而遇的陣雨後，孩子忽然看見蘭陽溪與高山間的七彩虹橋，興奮得呼朋引伴欣賞；穿梭神木群的山嵐清風，讓我忘卻身處盛夏，原來，生活也可以如此簡單。
（亞東證券／蔡文欽）

【七】

炎炎夏日，趁地表尚未被太陽曬熱之前，不妨早起上陽明山二子坪，走走步道、伸展筋骨，吸收天然的芬多精。沿途有樹蔭遮蔽，且坡度平緩，嬰兒推車、老人輪椅都不是問題，徜徉於蟲鳴鳥叫的山間，輕鬆享受大自然的清新。

下午時分，溜小孩的首選為市政府提供的親子館。不但舒適寬敞有冷氣，還依據不同年齡層，提供合適的玩具，並且定期消毒，定時還有體操活動，消耗小孩的體力，最重要的是，完全免費喔！
（遠鼎公司／張佳穎）

【八】

暑假到了，家中小朋友應該已經吵翻天了吧？何不讓自己也放個小暑假！請個特休，搭上國內線，來趟三天兩夜金門遊。租輛腳踏車，穿梭於黃金小麥田中，尋找風獅爺、欣賞閩式建築；抑或是漫無目的的騎著車，迎著風，遠離塵囂，享受慢活節奏。今年夏天，就讓我們騎車環島去吧！（遠東銀行／Fanny）

有獎徵答 Quiz

看完這一期的月刊，相信大家對於集團的動態與大環境的變化又有了更深一層的了解。咱們「有獎徵答」單元就要考考大家對於月刊內容的記憶力嘍！什麼？你已經忘記答案是什麼了？沒關係，每道題目後面都有小小的提示，聰明的您一定很快就能找到答案！

好消息！即日起，參加「有獎徵答」更方便囉，只要以手機掃描右方的QR Code，即可輕鬆填答抽大獎！



本期題目

- 下列關於裕民航運差異化策略之敘述，何者為是？【封面故事·內外兼修 裕民航運 打造新時代海上勁旅】
 - 自 2014 年起，陸續迎進 10 艘環保型新船
 - 與愛立信（Ericsson）合作，推動船聯網與航程優化解決專案
 - 持續導入包括：燃油均質機、長衝程電噴主機、最適壓艙系統等新設備
 - 以上皆是
- 關於亞洲水泥「人才培育」之敘述，下列何者為是？【封面故事·打造未來人才 亞洲水泥迎戰全球競爭】
 - 亞泥「二代管理人才培訓專案」是專為中階主管量身打造的培訓課程
 - 亞泥（中國）經理人培訓課程不只著重授課講解，更結合小組討論和模擬演練
 - 亞泥自 2014 年起，陸續開辦 E-learning 課程
 - 以上皆是
- 關於中老年男性常見疾病之敘述，下列何者為非？【生活情報·保健網】
 - 攝護腺會隨著年紀而變大，若阻塞到尿道，將影響小便順暢
 - 男性不會有更年期問題
 - 腹股溝疝氣最容易發生的年齡層為嬰兒與中老年人
 - 男性罹患腎結石的比例，較女性高 2 ~ 3 倍以上
- 今年為遠東百貨成立第幾週年？【特別報導】
 - 30
 - 40
 - 50
 - 60

參加辦法

請剪下 312 期第 48 頁答案欄部份（原寸影印亦可），填妥姓名、單位、聯絡地址及答案，於八月十五日前擲回「臺北市敦化南路二段 207 號 36 樓」遠東人月刊編輯室（每人以一張為限），只要答案正確即可參加抽獎，本期獎品為面額 300 元之遠東集團四合一禮券。編輯室將於次月月刊中公佈得獎名單。

遠東人月刊 312 期有獎徵答

姓名：
單位：
聯絡地址：

答案：1. () 2. ()
3. () 4. ()

311 期有獎徵答得獎名單揭曉

單位	姓名	單位	姓名	單位	姓名
遠東建經	陳*樹	遠東新世紀	柯*吟	新竹大遠百	劉*菁
東聯化學	謝*強	鼎鼎聯合行銷	房*珊	亞泥新竹廠	姜*榮
亞東醫院	陳*鈞	亞東技術學院	謝*玲	泰州亞東建材	陳*
遠通電收	黃*婷	遠東先進纖維	范*綱	遠東聯合診所	王*羲
亞東證券	張*真	遠東新新埔廠	黃*福	愛買景美店	吳*樺

恭喜上列幸運兒分別得到面額 300 元的遠東集團四合一禮券！





🕒 亞東技術學院 6 月 13 日榮獲中國工程師學會頒發 105 年度「產學合作績優單位」獎，由黃茂全校長（右）親自出席領獎。



🕒 香格里拉臺南遠東飯店 6 月 14 日舉辦「捐血送餐券」活動，飯店主管群不但親自挽袖捐熱血，更邀請超級英雄熱鬧助陣。



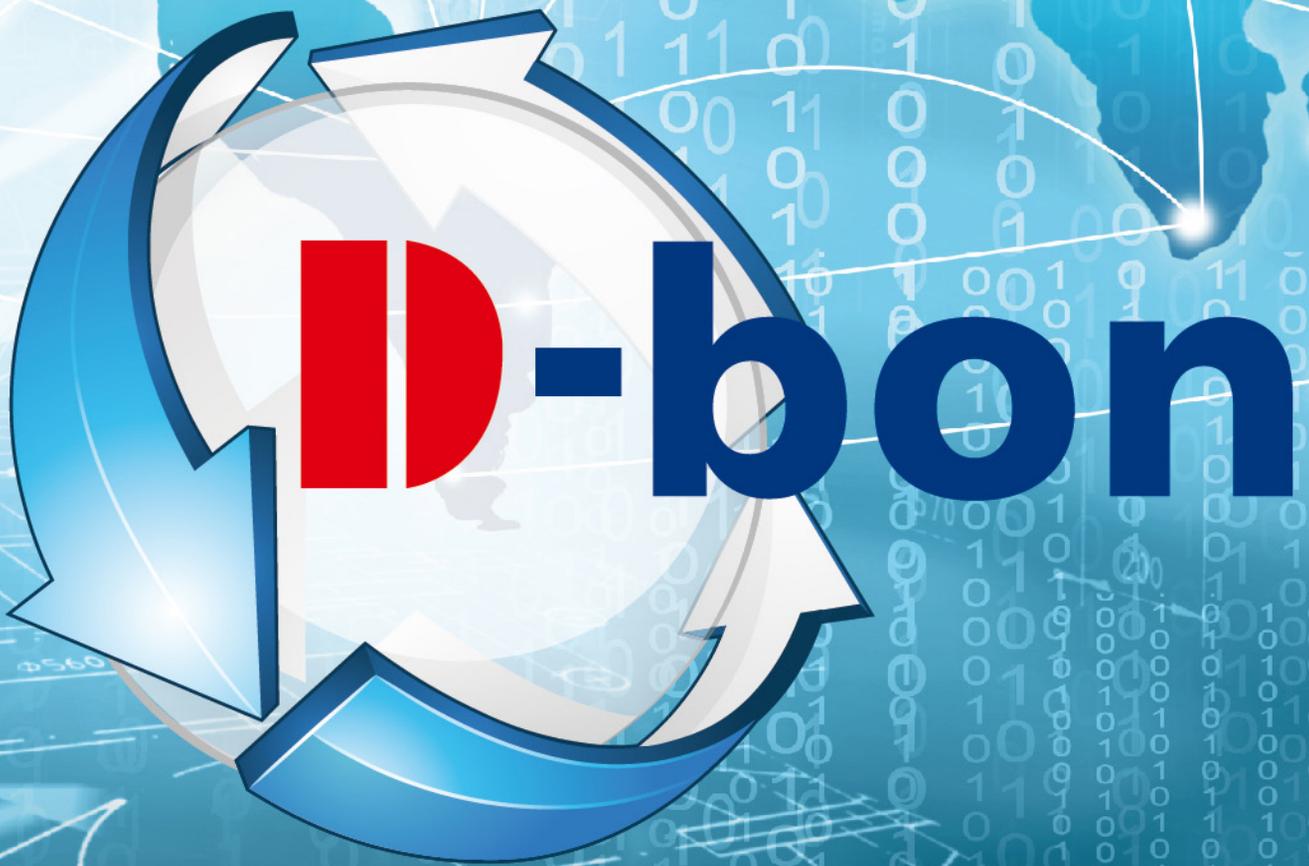
🕒 第四屆愛買盃投籃機大賽開幕戰中，特別邀請知名球星及美好社會福利基金會的小朋友共同揭幕。



🕒 新竹大遠百與新竹家扶中心合作「搭小火車做公益」活動，捐款所得全數捐予家扶中心，幫助需要關懷的家庭。



🕒 豫章工商舉辦 2016 年國際教育旅行，學生們在老師的帶領下，前往日本長野縣白馬高校進行學術交流。



780
540 mit Adapter
540 с адаптером
580 ohne Adapter
580 без адаптера

geöffnet 150
30000