

遠東人

共同開創「誠勤樸慎・創新」的健康人生

徐有庠
題

聚焦綠力 驅動獲利

Green Economy New Profit Drivers



COVER STORY

東聯以研發驅動創新 引領永續未來
專注致勝 亞泥的低碳方程式

OFFICE TALK

股、房雙漲下的世代消費力變遷

LIFE GUIDE

財經網

用微小習慣 實踐慢富樂活人生

保健網

腎力指數知多少？

法律網

天災損失怎麼辦？三步驟搞定減稅



掃描 QR Code
看更多即時訊息
還可下載電子雜誌



↑ 裕民航運 8 月 13 日為「裕永輪」及「裕續輪」舉行接船儀式，徐旭東董事長（左二）、徐國安副董事長（右一）、王書吉總經理（左一）與兩位命名夫人合影留念。



↑ 遠東百貨徐雪芳總經理（中）領軍出席「2024韓流魅力 署在遠百」韓國物產展記者會，邀請消費者來店選購韓流商品。



↑ 《網路溫度計 DailyView》調查網路聲量最高的女性企業領袖，遠東 SOGO 百貨黃晴雯董事長（中）榮登「臺灣十大女性企業領袖」。



↑ 亞東醫院邱冠明院長（左三）帶領團隊，以「青壯固本 悅享樂齡」為題，於第一屆「高齡健康產業博覽會」展示智慧健康照護應用。



↑ 元智大學由廖慶榮校長（左六）代表，與雅加達阿天瑪加雅天主教大學聯合設立合作中心，以加強雙方交流。

聚焦綠力 驅動獲利

李佳珍

綠色時代最熱門的關鍵字，當數減碳和減塑，尤其年底即將出爐的《全球塑膠公約》，更將為企業營運帶來新一波衝擊。本期「領航者的話」單元與您分享遠東 SOGO 百貨如何超前部署，迎戰永續巨浪；「封面故事」單元則由亞洲水泥和東聯化學聯手演繹，如何發揮綠力，引領產業低碳轉型，希望為正在永續之路摸索前進的夥伴們，點亮螢燭之光。

企業追求永續成長，個人的財富同樣也需要持續累積。「財經網」中，遠東商銀專業理財顧問推薦大家，透過小額投資，逐步放大財富，進階樂活人生；亞東證券、遠東新世紀資安處則分別在「財經網」、「資訊網」提醒大家，擁有財富之後，還要留意常見的詐騙型態與資安風險，才能真正守護財產安全。與此同時，身體健康亦不容忽視，「保健網」專欄裡，亞東醫院專業醫師告訴您，如何藉由「腎力指數」，解讀身體的關鍵密碼…還有更多精彩內容，等您來探索！

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. 投稿人請註明所屬單位、姓名、聯絡方式，以利寄贈稿酬；如需以筆名刊登，亦請另外註明。稿件若經採用，編輯室保留刪修權，請投稿人自留底稿，恕不退稿。
3. 稿件刊登後，著作財產權即歸發行本刊之遠東新世紀公司所有，且投稿人不得行使著作人格權。非經本刊書面同意，不得自行轉載或投稿。
4. 稿酬計算標準：「遠東人開講」（每月主題徵稿）每則 NTD 500，其餘文字稿臺灣地區每字 NTD 0.5、海外地區每字 NTD 0.8。

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，若有其他相關問題，歡迎來電洽詢：(02) 2733-8000 分機 8549、8556。

「遠東人開講」十月話題：一起來運動吧！

隨著近年健康意識抬頭，越來越多人投入運動健身的行列。不論您是健身房派、戶外派或居家運動派，都歡迎來信分享您最喜歡的運動，以及熱愛它的原因，文長 300 字以內，遠東人月刊就會提供您一筆健身基金哦！（截稿日期：9 月 15 日前）

台灣企業領袖 100

Taiwan Top 100 Best-Performing Business Leaders

主辦單位：Harvard Business Review
哈佛商業評論

贊助單位：FUNWOO

2024.07.31



SEP 2024
NO. 409

01 EDITOR 編輯手記

聚焦綠力 驅動獲利／李佳珍

04 LEADER'S REMARKS 領航者的話

從合規到競爭力 -- 減碳之外，企業還得減塑／黃晴雯

07 COVER STORY 封面故事

專注致勝 亞泥的低碳方程式／編輯室採訪整理

東聯以研發驅動創新 引領永續未來／房軒

13 GROUP BRIEFING 集團簡訊

關係企業動態報導 · 績優榮譽榜 · 公益專區 · 好康報報 · 人事異動／編輯室輯

21 HOT TOPIC 遠東話題

「遠東人開講」：一起來運動吧！／編輯室輯





24 LIFE GUIDE 生活情報

- 保健網** 腎力指數知多少？／徐世平
- 財經網** 用微小習慣 實踐慢富樂活人生／謝明睿
- 財經網** 防範詐騙 全民運動／亞東證券提供
- 法律網** 天災損失怎麼辦？三步驟搞定減稅／吳若綺
- 資訊網** 借鏡軍事級 CMMC 模型 保護居家數位生活／簡筠茹
- 美食網** 中秋佳節明月圓 韓式烤肉迎玉兔／莊宜君
- 美食網** 品嘗秋收的美好滋味／鄭嘉蕙

42 STORY 心動時刻

- 暢遊金門人文風光／李宇駿
- 暑遊巨濟島／楊芬妮
- 我的秘密基地／高淑賢
- 記江西亞東水泥親子遊園會／朱瓊

48 QUIZ 有獎徵答

- 408 期有獎徵答得獎名單揭曉／編輯室

發行人 徐旭東 | 社長 鄭澄宇

月刊編輯委員

王明倫 王思方 江健豪 余欲弟
李佩頻 李美蓮 汪更新 林俊佑
林志清 林信華 吳昇鑫 吳信儀
吳佳穎 卓采慧 俞瀛璇 胡興賢
梁雅雯 黃 靜 黃莉淇 游慧琳
游淑如 曾育鍾 程慧文 郭文慧
陳虹瑾 陳昀隆 陳睿誼 陳相吟
陳美伶 張 丹 楊韻琪 楊慧雯
馮輝棋 潘俊男 廖婉甄 蔡敏雄
蔡祐吉 蔡宛臻 劉貞佑 劉稚璋
簡嘉琪 羅吉廷 油谷初美

發行所

遠東新世紀股份有限公司

通訊處

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

E-mail

magazine@fenc.com

網址

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

電子報網址

<https://magazine.feg.com.tw/magazine/tw/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



遠東人月刊App
(Android)



從合規到競爭力--減碳之外，企業還得減塑

遠東 SOGO 百貨／黃晴雯董事長

環視2024年零售業最棘手的難題之一，恐怕是年底即將出爐的《全球塑膠公約》（Global Plastics Treaty），這將是繼《巴黎氣候協定》後，國際上最重要、具有法律約束力的規範。

或 際近年響起限塑的聲浪。早在2018年，倡議循環經濟的艾倫·麥克阿瑟基金（Ellen MacArthur Foundation）和聯合國環境規劃署（UNEP）即一同提出《全球新塑膠經濟承諾》（Global Commitment on the New Plastics Economy），如今已有500多個組織加入，知名品牌如可口可樂、聯合利華、宜家、沃爾瑪…等，都是成員之一。

減碳模範生歐盟展開強制性的行動，2021年起，為籌措綠色新政（Green Deal）基金，向成員國收取每公斤未回收的塑膠包裝廢料EUR0.8的塑膠稅（plastic levy）；各成員國可自行訂定各種稅率與措施因應。同年7月起，執行2019年通過的一次性塑膠禁令，禁止成員國販售一次性塑膠盤子、餐具、吸管、攪拌器、氣球棒、棉花棒、杯子等產品。

儘管英國已經脫歐，仍搶先各國於2022年4月，率先課徵塑膠包裝稅（Plastic Packaging Tax, PPT），凡企業在一年內生產或進口10噸以上、再生塑膠含量少於30%的塑膠，就得繳稅；2024年，每噸塑膠包裝稅率為GBP218（約NTD9,100）。2023年1月，西班牙也回應歐盟的塑膠稅，針對不可重複使用的塑膠容器，課徵每噸EUR450（約

NTD16,000）的附加稅；德國亦將從今年起，針對市面上的一次性塑膠，徵收一次性塑膠稅（EWKFondG）。

至於國際零售業者對於減塑行動有哪些回應呢？2023年美國知名連鎖百貨Macy's自有服飾品牌的標籤，100%為再生聚酯，預計2024年店內50%的提袋皆為環保塑膠再製而成；韓國的樂天百貨則在2022年將外牆檔期橫幅（百貨最常見的廢棄物）再利用，改造為顧客贈禮，並將16萬個廢棄塑料瓶，改造成2萬件制服，供第一線服務顧客的員工穿著（如停車場人員）；樂天超市亦於2023年上市自有品牌「GOOD TODAY」，推出100%再生塑膠容器包裝的食品，禮品包材採用生物可分解和可重複使用的素材；韓國許多百貨公司紛紛減少提供塑膠傘套，改設置雨傘水滴除水機，教育消費者避免使用一次性塑膠。

而臺灣則自2002年起，推動購物用塑膠袋減量，規定量販店、超級市場、連鎖便利商店等7大類（約2萬家）商店，不得免費提供購物用塑膠袋，2018年更宣示將逐步禁用一次性塑膠吸管、飲料杯、購物袋及免洗餐具，目標在2030年全面禁用。今年七月，宣



布全臺 22 縣市、計 47 個市場串聯減塑。即使目前看來，對塑膠的限制大多仍停留於鼓勵源頭減量的階段，但全球塑膠公約通過後，預料將對企業有更緊縮的規範。

對於臺灣零售業來說，《全球塑膠公約》意謂是選品與服務的翻轉。現在超市生鮮的高價蔬果，往往套上塑膠袋或塑膠硬殼，一方面為脆弱的蔬果穿上抗爆衣，另方面也能讓賣相更顯高貴；未來得思考取代方案，增加裸賣的比例。過去逢雨，顧客服務人員會急著幫顧客在紙袋外層套上塑膠袋，未來則不便提供塑膠袋，甚至得委婉地將永續思維傳達給顧客，或是提供替代方案。

遠東 SOGO 百貨近年在熟食區、美食街，大力推廣自備購物袋、環保容器與餐具，超市亦推出單筆消費滿額，自備購物袋回饋抵用券、Happy Go 點數或折價；美食街外帶自備購物袋，可現折 NTD5 或送環保餐具。今年上半年，全臺各店共省下 8 千個購物用提袋、3 萬個一次性紙杯含塑膠杯蓋（膜）。此外，也在相關區域擺放告示牌，鼓勵顧客自備容器與環保袋，同時教育熟食專櫃，友善自備容器與提袋的「不塑之客」。

在內部，採購部訂出「禮贈品含再生材質的占比突破總禮贈品金額 5%」的規範，尤其頗受消費者好評的環保購物袋，材質一定是 rPET；在永續選商識別系統 SOGO Sustatin 的檔期，App 打卡互動的贈品，不是友善大地的農社創產品，就是再生塑膠材質良品；就連規劃中的遠東 Garden City 美食街托盤，也將是環保再生塑膠製品。

面對《全球塑膠公約》，遠東 SOGO 百貨將如何超前部署呢？借鏡國際，我們要持續推動無痛的減塑體驗，讓消費者建立綠色購物習慣；於選商上，更要將產品的塑膠使用納入評量，建立綠色供應鏈、打造循環經濟。畢竟，當企業在追求營收、利潤的同時，能兼顧環境與社會的問題，這就是 ESG。而永續即是從「合規」，脫胎到「競爭力」的展現（From Compliance to Competitiveness）！





專注致勝 亞泥的低碳方程式

編輯室採訪整理

隨著氣候變遷威脅加劇，企業承受更多未知的經營風險，為增加競爭優勢，除了投身資源爭奪大戰，是否還有其他選擇？本期「封面故事」介紹亞泥如何步步為營，聚焦於水泥製造的替代原燃料，開創出綠色商機。

轉廢成金 啟動循環經濟

眾所周知，水泥業是能源密集型產業，考量在生產過程中，原料煅燒的排碳佔比為60%、燃料佔35%、電力約佔5%，因此，亞泥以推動循環經濟為目標，致力成為水泥業綠色轉型的領導者。而要實現循環經濟，廢棄物的處理是關鍵，不僅能協助減廢，亦可替代天然資源，降低原料及燃料的排碳量。自2019年起，亞泥積極爭取外部資源與機會，先協助處理花蓮縣境內廢棄物，獲得地方政府支持，再藉由優良的處理績效，逐步申請通過官方多項廢棄物及資源產品再利用之環保許可。

除了和公部門建立良好的關係，鑑於花蓮廠位於臺灣東部，與主要產出廢棄物的西部業者相距甚遠，高昂的運輸成本令業者紛紛卻步，亞泥高階主管親率同仁一一拜訪，展現能力與誠意，並透過溝通和磨合，了解彼此的需求，成功取得業者信任，爭取到珍貴的合作機會。

不過，由於各類產業產出的廢棄物與水泥廠以往使用的物料性質大不相同，且流動性不佳，難以輸送，若要成為替代原、燃料，須另增設或修改設備。為此，亞泥集結機械、電儀及製造專業的同仁，群策群力開發投料設備、破碎均化設備、輸送系統與煅燒階梯爐等，使不同的物料皆能應用於製程，大幅提升廢棄物處理能力和生產效率，成為全臺使用最多循環經濟物料種類之水泥業者。另一方面，團隊也不斷改善製程設備，如：延長預熱機上升風道的燃燒時間、改良冷卻機的熱回收過程，以及預熱機、冷卻機排氣廢熱的鍋爐管群…等，逐步提高循環經濟物料使用量、廢熱回收效率，進而降低熟料製程中的耗能與碳排。

與此同時，總公司、花蓮廠也分別制定「循環經濟原燃料取得及再利用辦法」、「循環經濟管理作業程序」，並修訂相關 SOP，據以管理各種循環經濟物料來源之取得及再利用方式，確保處理程序標準化，同時透過參與廢棄物再利用相關法規修訂會議，主動提供修法意見，增加水泥業可公告再利用的項目、簡化環保申請程序，加速推進循環經濟。

節能永續 營收同步成長

根據統計，2021～2023 年亞泥協助政府及各產業處理約 108 萬噸廢棄物及資源化產品，轉化為水泥製造的替代原料及替代燃料，相當於減少開採同等數量的天然資源礦石及煤炭耗用；在溫室氣體排放方面，2021～2023 年合計減少約 27 萬噸碳排放，主要來自於亞泥以各種爐碴、灰渣作為替代原料，取代部分石灰石之使用，減少碳酸鈣脫酸分解成 CaO 所需的耗熱及碳排放，並以含有生物質的木屑、漿紙污泥、下水道汙泥及固態燃料作為替代燃料，取代部分化石燃料煤炭之使用，減排成果顯著。

亞泥的永續作為，不僅為挽救氣候變遷貢獻一己之力，也為公司營收帶來正面助益。2021～2023 年收取廢棄物處理費用，增加營收 NTD4.3 億，另減少原料採購成本 NTD1.5 億、燃料採購成本 NTD2.9 億，合計達 NTD8.7 億。

實質的收益之外，亞泥落實低碳策略的績效也受到國際認可，年年橫掃 TCSA 台灣企業永續獎、GCSA 全球企業永續獎…等多項榮耀，2022 年除了獲 FTSE Russell 納入「台

灣永續指數成分股」，2023 年更 3 度奪得 AREA 亞洲企業社會責任獎的「綠色領導獎」。

專業領航 迎戰 AI 未來

歷經新冠疫情，各國經濟逐漸復甦之際，碳費徵收與 AI 科技的興起卻為未來的商戰平添許多變數。為此，亞泥一方面持續精進水泥製造的低碳技術，繼熟料優化後，再開發生產更低熟料配比的卜特蘭石灰石水泥、墁砌水泥，及三元混合水泥，推動產品低碳轉型，另方面也攜手工研院，研發「碳捕捉利用技術（Carbon Capture, Utilization, CCU）」，投入工業廢棄物再碳酸化技術及應用，透過超重力原理，將轉爐石、廢棄混凝土等工業廢棄物與水泥製程煙道氣中的二氧化碳結合，生成再生粒料，以替代天然粒料。值得一提的是，此再生粒料具有負碳排的特性，其生產的混凝土可達到低碳，甚至負碳混凝土的功效，未來可望與旗下的亞東預拌混凝土及相關下游產業鏈合作，降低混凝土之蘊含碳。

除了追求高品質的製程水準，亞泥也成立「永續推行委員會」，由李坤炎總經理擔任主任委員，並針對 ESG 相關議題分組管理，例如：「淨零排放小組」負責循環經濟、淨零策略、再生能源、產品創新及生物多樣性等主題之輿情蒐集或數據調研，各小組透過明確的分工與制度，在充分的討論下，決定各項執行目標，並定期於「永續推行委員會」檢驗執行成效，藉由 P (Plan 計畫)、D (Do 執行)、C (Check 查核)、A (Act 執行) 循環，確保公司的決策與執行單位的前進方向一致。

亞泥依循公司的低碳轉型策略，自力研發工法、升級設備，並結盟地方政府與業者，將傳統的水泥製造廠，轉型為鏈結鋼鐵業、紙漿業、石材業、石化業、光電業、半導體業及廢棄物處理業…等眾多產業的要角，讓看似不起眼的廢棄物脫胎換骨，成為具有高度經濟價值的替代用料，減少大量的天然資源耗用與碳排放。亞泥是臺灣發展循環經濟不可或缺的推手，而開發中的再生粒料與多種低碳水泥產品，更是未來驅動獲利的綠色新利器，也讓亞泥朝永續經營的願景更邁進一步。





東聯以研發驅動創新 引領永續未來

東聯化學／房軒

東聯化學以綠色永續為宗旨，實踐循環經濟，除了重視工安、衛生與環保等議題，力行化工生產發展與環境保護平衡之外，亦持續改善製程設計及投資設備，降低對環境之衝擊。

源頭排放減量

氣候變遷是全球面臨的重大挑戰，其影響已逐漸顯現於環境、經濟、社會等層面，而企業在其中扮演著關鍵角色，一方面是因為企業的營運活動會造成溫室氣體排放，加劇氣候變遷的衝擊；另方面企業也需要因應氣候變遷帶來的風險和挑戰，調整營運模式，以確保永續發展。

自 2000 年起，東聯即關注減碳相關議題，並投入資源於碳捕捉再利用（CCU）領域。有鑑於二氧化碳（CO₂）排放主要源自於環氧乙烷／乙二醇工廠的生產過程中，乙烯與氧



氣的副反應，因此特別選用業界最高效率的觸媒，不僅能節省原料乙烯的使用，更能從源頭減少 CO₂ 的產生，並將製程中產生的 CO₂ 透過碳捕捉系統，送入純化系統，製作成超高純度的液態 CO₂，除供應食品、工業、電子等不同領域的客戶，還可加工製成碳酸乙烯酯（EC），供應聚碳酸酯、複合材料、鋰電池電解液等領域，減少碳排放的同時，也創造經濟效益，化廢氣為黃金。此外，東聯亦生產乙醇胺、乙烯胺等性能優異的碳捕捉溶劑，協助客戶進行碳捕捉，為全球減碳行動貢獻一己之力。

根據 GHG 盤查數據顯示，東聯只有 10% 的碳排來自於製程中直接排放，其餘均源自於外購電力（70%）及蒸汽（20%）。因此，除了力行 CO₂ 回收再利用，公司更成立跨部門的節能減碳委員會，定期召開會議，持續改善製程，推動一系列節電、節約蒸汽及更換低碳燃料等方案，例如：改造高耗電之水泵及壓縮機，將熱媒加熱爐及蓄熱式焚化爐（RTO）系統之燃料由柴油改為天然氣等等。此外，亦積極評估建置太陽光電系統、天然氣汽電共生設備，並爭取離岸風電等潔淨能源，朝永續願景邁進。

綠色產品研發：實踐循環經濟

東聯為化學產品專業製造商，早期主要生產大宗化學品乙二醇（MEG）。近年透過研發帶動轉型，積極開發特化產品，並將循環經濟理念融入研發中，推出友善環境及低碳的

化學品，如：

- 含再生原料（r-PET）達 50% 之再生型聚酯多元醇產品，搭配由遠東新世紀開發之 20% 回收料的衣著用材料，目前已通過下游客戶驗證。

- 含再生原料（r-PET）達 20%，且具有低泡、高生物分解度、高清洗能力之環保洗劑，其碳足跡較相同清潔力的傳統

產品減少約 35%，並已通過下游客戶洗衣球產品應用測試。

- 開發內嵌 CO₂ 之環保型溶劑、非離子界面活性劑等系列產品。



展望未來

因應氣候的高度不確定性，以及政策、市場的快速變化等大環境的種種挑戰，東聯將環境永續發展列為企業風險管理範疇，認為接軌低碳經濟是企業邁向永續經營的重要關鍵。為此，公司從管理面著手，除了日常營運將發展永續環境列為治理方針，並成立「企業永續推行委員會」，定期召開工作會議，統籌推動綠色永續發展工作，透過公司風險管理流程，評估相關氣候議題帶來的風險與機會，並評估因應計畫。

此外，考量 AI 產業崛起，帶動臺灣電子及半導體產業持續暢旺，相關產業供應鏈需求大幅成長，除了既有的電子級二氧化碳、乙醇胺（MEA）、三乙醇胺（TEA）、二乙二醇丁醚（DB）等產品外，東聯亦將持續發展產業所需之化學品及特殊氣體，協助相關產業蓬勃發展。



展望未來，東聯將以研發為驅動力，開發更多綠色化學品，推動循環經濟、能源轉型及低碳生產。同時，順應全球科技發展趨勢，穩健經營，創造股東、顧客及員工共享的價值，以達成 2030 年減碳 25%、2050 年碳中和之永續目標。

集團簡訊

掃描QR Code看更多集團訊息→



01 遠東新攜手凱基證推全臺首檔永續發展交換債券

遠東新世紀響應政府推動的永續發展政策，率先取得臺灣企業發行永續發展交換債券之資格認可，首檔永續發展交換債券 8 月 8 日於櫃買中心掛牌交易，由凱基證券擔任主辦承銷商，募集之資金將支應遠東新世紀及增資子公司亞東石化之綠色投資計畫。（遠東新世紀／財務處）



02 裕民航運節能新船「裕永輪」及「裕續輪」入列

裕民航運子公司 -- 裕民航運（新加坡）私人有限公司，委託新大洋造船有限公司建造的 64,000 載重噸極限靈便型（Ultramax）散裝貨輪 --「裕永輪」（M.V. "Asian Eternity"）及「裕續輪」（M.V. "Asian Endurance"）8 月 13 日在揚州舉行接船儀式。典禮由徐旭東董事長親自主持，並邀請法國巴黎銀行集團（中國）魏海諾（Mr. Bruno Weill）副董事長之夫人 Mrs. Xiaohong Laure Zhang 及台灣萊雅師逸樺（Ms. Eva Leihener-Stefan）總裁，分別為新船命名。（裕民航運／黃一珍）

03 遠傳、亞東醫院、元智大學 推進智慧健康照護

第一屆「高齡健康產業博覽會」8 月 2 日開展，遠傳以「智慧健康超進化 高齡照護好安心」為主題參展，未來符合通訊診療資格的急性後期、慢性病、行動不便照護等十類病患，皆可透過遠傳「Health 健康+」App 視訊看診，提升民眾就醫的可近性；亞東醫院則以「青壯固本 悅享樂齡」為主題，展示智慧應用並規劃篩檢體驗、衛教諮詢服務與醫師講座，提供適合全齡者的健康照護。因應智慧醫療趨勢，遠傳另協助新光醫院轉置核心資訊系統、打造綠色機房，奠定醫院的數位化基礎，同時實現節能減碳的效益。元智大學護理學系亦聯合亞東醫院教學部及護理部舉辦「智慧健康醫護探索營」，引領高中生學習如何將最新技術應用於醫療環境與健康照護，並透過模擬演練訓練人員的專業技能。（編輯室輯）

04 遠傳啟動手語視訊轉譯服務 以技術力實現數位平權

遠傳整合子公司數聯資安、宏庭科技，與遠傳新創加速器第二期夥伴等團隊量能，協助公部門建置與維運「手語視訊轉譯服務（Video Relay Service, VRS）」平臺及 App 系統，7 月 31 日正式上線，由手語翻譯員在視訊通訊中以手語或語音溝通，協助 14 萬聽語障人士使用通訊服務，落實數位平權。（遠傳電信／劉稚瑋）

05 遠銀 Bankee 發布全臺首部虛擬資產白皮書

遠東商銀 Bankee 社群銀行 8 月 7 日受邀出席 2024 亞洲區塊鏈高峰會（Asia Blockchain Summit, ABS），發表全臺首部「2024 虛擬資產白皮書」，提出臺灣建構完善虛擬資產生態圈的方向，並於會中舉行「加密之島：虛擬資產的監理遠景和最新實踐」（Crypto Taiwan : We came, We BUIDL）研討會，與來自世界各地的虛擬資產專家交流。（遠東商銀／朱佳琳）

06 遠銀藉電影《莎莉》傳遞防詐觀念 呼籲善用信託守護資產

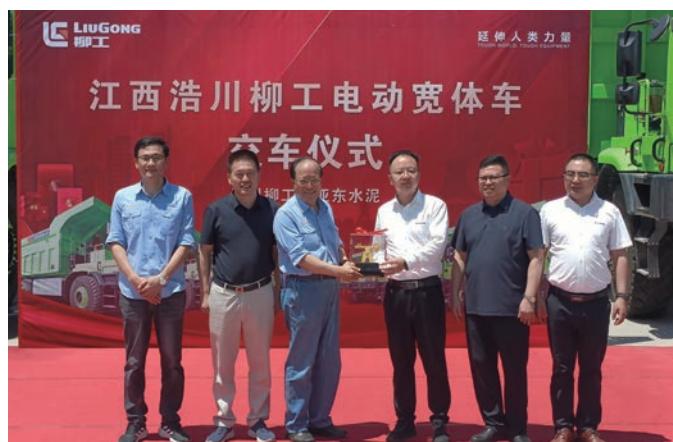
近年金融詐騙猖獗，為提升大眾防詐意識，遠東商銀於誠品松菸電影院舉辦《莎莉》電影包場活動，邀請 260 名客戶一同觀影，提醒大家勇敢追愛的同時，也應保持警惕，周添財總經理與林建忠執行副總經理皆共襄盛舉。（遠東商銀／朱佳琳）

07 HAPPY GO串聯遠東集團綠色生態圈 用藝術參與永續博覽會

「2024 亞太永續博覽會」8 月 8 ~ 11 日登場，共規劃「政策區」、「城市區」…等主題，吸引各界共襄盛舉，HAPPY GO 也首度攜手遠東百貨、愛買及 city' super 參與，展示遠東集團的永續成果，並展出青年藝術家朱威龍以塑膠卡片打造的海龜裝置藝術「龜家・歸家」，傳達減塑的環保意識。（鼎鼎聯合行銷／蔡宛臻）

08 節能減碳新起點 江西亞東水泥啟用電動礦車

江西亞東水泥 7 月 6 日舉行 11 臺柳工牌電動寬體車的交車儀式，由柳工集團潘恒亮副總裁將象徵交車的鑰匙模型交付亞泥（中國）張振崑執行長，雙方並手持模型合影留念，為活動畫下完美句點。（江西亞東水泥／曹仁中）



09 遠東聯石化(揚州)與三井銀行合作創新綠色金融

遠東聯石化(揚州)與日商三井住友銀行(中國)簽訂首筆「可持續發展掛鈎信用證(SL-L/C)」契約，SL-L/C 係指開證申請人結合自身可持續發展戰略，設定可持續發展目標(SPTs)，藉由將開證手續費及 SPTs 表現相互連結的機制，促進並支持公司持續發展的貿易融資工具。(遠東聯石化(揚州)／馮輝棋)

10 元智與印尼阿天瑪加雅天主教大學設立教育合作中心

元智大學攜手雅加達阿天瑪加雅天主教大學(AJCUI)設立「元智大學與阿天瑪加雅天主教大學合作中心」(YZU X AJCUI Collaboration Center)，以加強與印尼各地區產官學合作交流，提升教育品質與國際競爭力，並協助印尼學子至科技島發展。(元智大學／饒浩文)

11 遠東新世紀觀音印染廠舉辦 2024 年度員工旅遊活動

遠東新世紀觀音印染廠 7 月 20 ~ 21 日舉辦員工旅遊，邀請 137 位員工與眷屬一同走訪彰化八卦山大佛風景區、嘉義縣三隻小豬觀光農場…等景點，徜徉大自然，品嘗美食與咖啡，放鬆身心。(遠東新世紀／黃玉翹)

績優榮譽榜

12 遠東集團徐旭東董事長五度蟬聯 HBR 台灣企業領袖 100 強

《哈佛商業評論》(Harvard Business Review; HBR) 7 月 31 日舉辦「2024HBR 台灣企業領袖 100 強」頒獎典禮，遠東集團徐旭東董事長帶領遠東新世紀、亞洲水泥、遠傳電信、裕民航運等四家企業締造卓越績效，獲頒四座領袖獎，這同時也是「台灣企業領袖 100 強」舉辦五屆以來，徐旭東董事長第五次獲獎。徐董事長親自出席受獎，與現場近 70 位台灣企業領袖共同分享榮譽與喜悅。(編輯室輯)



13 遠東集團獲亞太暨台灣永續行動獎 15 獎

「亞太暨台灣永續行動獎」(APSAA / TSAA) 8 月 8 日舉行頒獎典禮，遠東集團旗下亞洲水泥、遠東百貨、Big City 遠東巨城購物中心、遠東 Sogo 百貨、宏遠興業、亞東醫院、元智大學等 7 家關係企業，總計榮獲 4 金、7 銀、4 銅之佳績，集團永續成效再獲肯定。(編輯室輯)

14 江西亞東大屋陳砂岩礦榮獲中國水泥協會「十佳礦山」榮譽稱號

江西亞東水泥「大屋陳砂岩礦」在開採規範、資源利用、節能減排與生態修復等方面成效優良，7月31日獲中國水泥協會頒發2024年「十佳礦山」榮譽稱號與獎牌。（江西亞東水泥／曹仁中）

15 遠東商銀連兩年獲保險信望愛獎雙獎肯定

第26屆「保險信望愛獎」頒獎典禮8月5日登場，遠東商銀連續兩年抱回保險輔助人組「最佳保險專業獎」及「最佳社會責任獎」雙料大獎，展現銀行的財富管理金融專業，以及永續發展的傑出成果。（遠東商銀／朱佳琳）

16 女力崛起！遠東SOGO百貨董座黃晴雯獲列「臺灣十大女性企業領袖」

數據內容平臺《網路溫度計 DailyView》調查網路聲量最高的女性企業領袖，遠東SOGO百貨黃晴雯董事長不斷跨域、創新與蛻變，在ESG領域造就各項成就，更創下營業額新高，獲得高度肯定，名列「臺灣十大女性企業領袖」。（遠東SOGO百貨／張芳瑜）

17 遠東新世紀取得ISO27001:2022資訊安全認證

因應科技和資訊安全發展快速變化，國際標準組織（ISO）2022年發布ISO27001:2022版，以確保組織能更有效保護資訊資產。遠東新世紀資訊中心制定規劃，改善資訊安全管理系統，6月19日通過BSI審核，取得ISO27001:2022版轉版認證，顯示團隊在資安管理之成果深獲肯定。（鼎鼎企管／李佳穎）

公益專區

18 遠傳、三星公益募集助弱勢 數千民眾響應

3G網路6月30日正式關閉，為協助經濟弱勢長者順利轉換，遠傳電信、台灣三星電子、台灣優質生命協會率先發起「請支援手機！」公益募集活動，邀請民眾至遠傳門市回收舊機，每回收一支手機，將捐出NTD100用於購買新機，並於7月30日舉行捐贈儀式。（遠傳電信／朱正庭）



19 遠東百貨、Big City 遠東巨城購物中心關懷老中青 促進共好社會

遠東百貨竹北店 6 月 23 日首次舉辦客語朗讀比賽，並頒發前三名獲獎者獎金，以鼓勵年輕學子學習母語。因應超高齡社會來臨，Big City 遠東巨城購物中心攜手新竹在地團體「老玩客」，為中高齡者與二度就業婦女規劃餐飲特訓，並於 7 月 11 日舉辦「就業咖・啡你不可」中高齡就業促進課程活動成果發表會。（編輯室輯）

20 Fun暑假 遠東百貨鼓勵親近自然

因應暑假旅遊旺季，板橋大遠百攜手新北市觀光旅遊局推出「微笑山線 走進城市裡的家山」策展，鼓勵大家探索新北市的山林綠地；同時也參與「新北市兒童藝術節」，在館內設立官方拍照打卡點、發放活動限定卡牌，陪伴小朋友度過歡樂時光。新竹大遠百另於 6 月 29 ~ 30 日舉辦「爬蟲明星見面會」，藉由觀察與 DIY 活動，激發孩子們對大自然的興趣。桃園店則響應國際流浪動物日，7 月 20 ~ 21 日攜手財團法人臺灣咪可思關懷流浪動物協會舉辦「貓咪認養宣導活動」，讓更多流浪動物獲得新主人的關愛。（遠東百貨／陳華威、葉春意、劉唯鈺）

21 遠東SOGO百貨新竹店挺小農、勸募義賣 推廣公益

遠東 SOGO 百貨永續發展辦公室邀請雲林「三小市集」至新竹店舉辦「火龍果全利用手作體驗」，由廚師分享火龍果花及其外皮製作的鮮食料理，並介紹如何將火龍果籽再製成盆栽，推廣永續生活。此外，新竹店也攜手中華安得烈慈善協會舉辦公益講座，同時義賣書籍與香皂禮盒，募集善款全數捐予「安得烈慈善協會服務計畫」，協助脆弱家庭兒少與弱勢長者生活。（遠東 SOGO 百貨新竹店／張瑞玲、吳俐葶）

22 遠東SOGO百貨與親子同樂 共創溫馨回憶

遠東 SOGO 百貨致力開發新型態的親子活動，中壢店分別於 7 月 7 日、7 月 13 日攜手桃園市環保局，舉辦「親子說故事～小行動 大永續」活動，與孩童分享歷屆得獎繪本，啟發珍惜家園、守護環境之心。新竹店則安排小小牙醫體驗營，宣導正確的口腔保健觀念。（遠東 SOGO 百貨／吳俐葶、劉婷婷、胡瑋鈞、劉乃綺、黃詩雅）



23 遠東百貨、Big City 遠東巨城購物中心永續E起來 支持在地文創

遠東百貨致力推廣永續理念，臺中大遠百響應世界海洋日，6月13日至麗水漁港淨灘減塑，並分別於6月29～30日、7月20～21日舉辦「夏日遠之原 way 排灣特色市集」、「愛在和平」小農市集，販售在地文創好物與農特產品。而為鼓勵民眾使用雲端發票，桃園店分別於6月22日、7月20日聯合財政部北區國稅局舉辦「租稅宣導活動」，邀請顧客捐贈雲端發票兌換好禮，募得逾2,325張發票全數捐助社福團體。新竹大遠百則舉辦廢電池回收活動，共募集約2,200顆廢電池，捐贈新竹市智障福利協進會。此外，Big City 遠東巨城購物中心也於7月27～28日攜手苗栗縣政府舉辦「菁市集」，以各式青創商品、雷雕木，呈現地方產業的嶄新面貌。（編輯室輯）

24 遠東百貨、元智大學用愛陪伴 千里送暖

臺中大遠百「讓愛遠行 花寶公益戀」志工團隊7月10日走訪臺中市和平區立幼兒園達觀分班，邀請彰化縣鹿港鎮獅公館工坊的老師介紹舞獅文化，並引領小朋友們繪製舞獅；7月22日再至財團法人天使心家族社會福利基金會臺中服務處，帶領憨寶貝們至便利商店學習購物技能，訓練其自立能力。迎接暑期營隊旺季，元智大學國際志工泰北團至泰北異域華人學校清萊省滿星疊大同中學，借助華碩文教基金會捐贈的再生筆電、玩具圖書館的玩具背包與教材，為逾1,500位學生提供教育服務。藝設系師生亦前往馬來西亞華聯中學，從事國際志工服務，並捐贈鳳梨酥與華碩電腦提供的再生筆電。另一方面，元智「寰宇文化領航計畫」分別前進快樂國小、高原國小，舉辦第二屆「寰宇藝境、快樂展演」英語營，以及「寰宇英語Fun暑假」，輔導孩童們強化英語能力。（編輯室輯）

25 亞東石化號召同仁響應捐血

亞東石化8月7日邀請捐血車進駐，號召同仁及廠商發揮人溺己溺之精神，受到廣大迴響，共45人參與，貢獻70袋熱血。（亞東石化／曾宥昀）



26 亞泥結合淡江 助偏鄉學子點燃學習熱情

亞洲水泥花蓮廠自2024年起，攜手淡江大學科學教育中心規劃「化學遊樂趣」專案，與廠區周邊的中小學生們分享水泥產業相關的礦物故事、化學知識，並設計多種寓教於樂的實驗活動，更打造多功能的造型小貨車，可展開成為舞臺，也能化身為實驗室，透過車上的儀器設備和化學老師的魔術秀，啟發學子對科學的熱情。（亞洲水泥／顏嘉璐）

27 元智大學、亞東石化鼓勵交流 拓展學生視野

元智大學鼓勵學生參與國際學習，今年再度攜手麻省理工學院（MIT）舉辦「MIT-YZU科文英語體驗營」（MY Camp），由來自 MIT 的菁英學生講師與元智大學的學生助教打造全英語課程，透過遊戲與實作激發高中生們學習的興趣。另於 7 月 8 ~ 19 日和日本福岡大學推出學生交流學習計畫，藉由參訪與講座，拓展學生的國際觀與專業；國際語言文化中心亦舉辦「挑戰極限英語營」，安排 English Talk、午餐英語講座與文化踏查…等密集課程。無獨有偶，亞東石化 7 月 9 日迎接臺大化工暑期營隊 129 位學員參訪，介紹化工製造廠與石化產業，促進產學互動，實踐企業社會責任。（編輯室輯）

好康報報

28 台北遠東香格里拉遠東 Café「泰饗曼谷」 王室美饌吃到飽 再抽免費住宿

台北遠東香格里拉「遠東 Café 自助式餐廳」即日起至 10 月 3 日推出「泰饗曼谷」美食活動，祭出獲選全球 50 大美食的「瑪莎曼羊肉咖哩」、泰王最愛的「泰式酥脆紅尼羅魚」、公主指定的「泰國鮮蝦冬蔭功湯」…等多款特色佳餚，四人同行用餐可獲得抽獎券乙張，有機會入住價值逾 NTD1 萬的曼谷香格里拉尊榮客房兩晚。午、晚餐每位 NTD1,580+10% 起，訂位專線：(02) 7711-2080。（台北遠東香格里拉／吳威廷、龍君權）

29 瞄準第三季消費力 HAPPY GO Pay 筆筆點數 2 倍贈

HAPPY GO Pay 搶攻第三季購物熱潮，即日起至 9 月 30 日推出「天天支付賺點日 刷 HAPPY GO Pay 點數 2 倍贈」活動，凡使用 HAPPY GO Pay 綁定遠東商銀、中國信託…等 19 家銀行之信用卡，於遠東集團線上線下全通路消費單筆滿 NTD100 以上，即享 HAPPY GO 點數 2 倍贈。（鼎鼎聯合行銷／蔡宛臻）

人事異動

30 HAPPY GO 鼎鼎聯合行銷高階主管人事異動



姓名：李明城

原任：執行副總經理

新任：總經理

學歷：臺灣大學財務金融學系暨研究所碩士及紐約州立大學行銷學碩士

人事異動**31 亞洲水泥高階主管人事異動**

姓名：楊清玲
原任：稽核處副總稽核
新任：會計處協理
學歷：美國紐約佩斯大學財務管理碩士畢



姓名：廖育德
原任：財務處副經理
新任：稽核處代經理
學歷：輔仁大學會計系畢

32 遠東新世紀高階主管人事異動

姓名：陳建任
原任：化纖總部固聚部固聚技術中心材料發展處工程師
新任：化纖總部固聚部固聚生產部門製瓶廠廠長
學歷：臺灣科技大學纖維工程系學士畢



姓名：張慶章
原任：安全衛生處副經理
新任：安全衛生處權任經理
學歷：臺北科技大學紡織工程系學士畢



姓名：周昭宇
原任：會計處一副經理
新任：會計處一權任經理
學歷：中正大學會計與資訊科技系碩士畢



姓名：洪勁宇
原任：會計處一副經理
新任：會計處一權任經理
學歷：中興大學會計系碩士畢

「遠東人開講」：一起來運動吧！

編輯室輯

隨著近年健康意識抬頭，越來越多人投入運動健身的行列。您是否也想加入「好動一族」？快來看看海內外的運動健將們有哪些健身秘訣！

【一】

羽毛球是我最喜歡的運動，每次走進球場，都能感覺身體和精神上的疲憊都一掃而空，尤其每一次擊球帶來的力量和節奏，讓我完全沉浸在其中。由於羽毛球的節奏很快，而且需要通過不斷的訓練和實戰來提升技能，讓我得以不斷突破自我。此外，羽毛球也是很好的團隊運動，雙打比賽時，必須與隊友配合，共同取得勝利，也因此結識了更多的朋友。如今它已經成為我生活中不可或缺的一部分，教會我堅持、努力、團結，讓我在工作和生活中保持積極進取的態度。（上海遠資信息技術／溫銳）

【二】

我雖然是個不愛運動的人，卻也深知運動的重要性，也知道持續運動遠比高強度運動更關鍵。因此，我會在日常生活中加入一些簡單的運動，逐漸養成習慣。例如：每天上下班選擇需要步行一段路的路線，自然增加了運動的時間。此外，將啞鈴和飛輪放在電視機前，邊看電視邊進行簡單的運動，如此不僅能維持體能，也容易維持下去。希望上述經驗能幫助同樣不喜歡健身的人輕鬆養成運動習慣，享受健康生活。（遠東新世紀新埔化纖廠／彭心怡）

【三】

近幾年路跑很熱門，大小賽事不斷。去年我參加了一場半馬，也因此更加了解這項運動的魅力。起初跑步是想知道自己的體能極限和潛能，完成第一次半馬後，跑步已成為日常的一部分。隨著左、右腳一前一後地推進，心臟跳動達到完美的頻率，眼前只有途中的

風景，身體就像一部性能極佳的跑車，在健康這條道路上持續往前，而駕駛正是我。（遠傳電信／王建宗）



【四】

搬入新家已近一年，由於社區裡以年輕人居多，物業貼心打造了 24H 的健身房、智慧超市、常用藥品販賣機…等設施，其中，最受歡迎的健身房配備了各種健身器械，包括：跑步機、橢圓機、拉伸舉重…等，還有乒乓球和羽毛球的練習場地。晚餐後，我們常到健身房活動，有時也會帶上小貓咪，和鄰居相約切磋球技。雖然我並非專業球員，但經過一次次的鍛煉，也養成了運動的好習慣，更加深了鄰里之間的友誼。（亞東工業（蘇州）／王萍）

【五】

我最喜歡的運動是瑜珈，大學時期上了兩個學期的瑜珈課，進入職場後，也報名了空中瑜珈課，每週準時上課，從拉筋、暖身，到做完一套拜日式，從棒式只能撐 20 秒，到如今可以持續 2 分鐘，瑜珈帶給我莫大的成就感，讓我學習從核心肌群發力、提升代謝，而透過瑜珈，調整呼吸，還能舒緩日常累積的疲勞。老師說，即使在課堂上睡著也沒關係，就算筋骨柔軟度不夠也可以嘗試，只要勤加練習，就能慢慢進步。我會持續這項運動，也推薦更多人一起從居家瑜珈開始練習，進階者可以挑戰空中瑜珈，帶給身心更多收穫。（遠百嘉義店／李韻婕）

【六】

每天坐在辦公室，走動的時間不多，下班後通勤走路的路程也不長，隨著漸入中年，新陳代謝減緩，下半身的體態也日益寬廣。於是，我買了智慧型手錶，晚上 8 點後到住家附近的園區快走 30 分鐘以上，由於快走屬於溫和的有氧運動，只要一雙舒適的運動鞋就能開始，而且膝蓋承受的壓力只有體重的 2～3 倍，相對於跑步須承受 4～5 倍的壓力來說，著實安全許多，還能增強骨骼與肌力、提升心肺功能、降血壓、控制血糖、改善情緒等，加上穿戴式智慧裝置有利於紀錄每天的運動數據，讓我更有成就感，進而維持運動的好習慣。（遠鼎公司／何淑芳）

【七】

四年前因為準備參加馬拉松比賽，必須強化肌肉，於是找專業教練展開重量訓練。這種單調、重覆性的拉舉槓鈴或啞鈴的運動，一開始需要極大的恆心與毅力，直到肌肉與意識可以連結時，才逐漸感受到成就感。原本一團軟糊糊的肉，慢慢有了名字：腹肌臀大肌、二頭肌、背擴肌、菱形肌、股四頭肌…漸漸地，它們各自有了線條。身體結實了，背挺直了，甚至可以縮小腹了。就像日本知名女星天海祐希霸氣的宣言：男人會背叛妳，但肌肉不會！（遠東商銀／謝明蓉）

【八】

保齡球運動不僅提供了樂趣，更是一種技巧和策略的結合，拿起一顆保齡球，將其擲向十個排列整齊的瓶子，每次投擲都是全新的挑戰，不同的位置和角度，以及保齡球轉動的方式，都會影響擊球的效果，需要經過仔細計算力度和方向，才能發揮最佳效果，而擊倒所有球瓶的瞬間，獲得的成就感會讓人上癮且回味無窮，不僅能鍛煉身體，也是與朋友、家人共度美好時光的最佳選擇。（亞東科技大學／廖欽福）

【九】

炎熱的夏天，能待在涼爽的室內冰場是一種幸福，因此近期最喜歡的運動非溜冰莫屬。由於是新接觸的運動，我邊上課邊練習，享受兒時學習新事物慢慢進步的美好瞬間。由於溜冰很考驗身體的平衡感，必須靠自己感受並找到正確的姿勢，即使過程中偶有挫折，但只要一有進步，又能重拾信心堅持下去。近日的奧運賽事點燃了不少人的運動魂，歡迎大家在關注賽事之餘，也一起動起來！（鼎鼎企管／劉丁衛）

【十】

在家庭與工作兩頭燒的情況下，職業婦女很難有固定且完整的運動時段。不過跳繩相較於其他運動，對於場地、氣候及時間的要求較低，不論是早上出門前或下班到家後的空檔，只要一根跳繩，隨時隨地都可以開始，這是極具效益的有氧運動，能鍛鍊全身肌肉、提高代謝率、燃燒熱量，並促進身體的柔軟性和協調性。在運動的過程中，我專注跟著繩索甩動的節奏，感受身體的力量和靈活性，也充份釋放一天的壓力，每次運動後，總能感到全身鬆弛。歡迎您一起來嘗試這個適合忙碌現代人的運動。（亞東證券／王薇婷）

腎力指數知多少？

亞東醫院腎臟內科／徐世平醫師

腎臟是人體重要的器官之一，藉由產生尿液來排泄廢物，並維持體內水分、電解質與酸鹼平衡。當腎功能變差或異常時，會引發相關症狀，甚至需要透過洗腎（透析）或換腎以維持生命。臺灣目前約有12%的民眾有慢性腎病，10萬人正在接受洗腎治療，本期「保健網」提供腎病的基本介紹，提醒大家，察覺身體出現異常，請及早接受診治，避免急症意外，同時也能減緩惡化，延遲進入洗腎的階段。



亞東醫院腎臟內科
徐世平醫師

您知道您的腎力指數嗎？如何評估腎功能的好壞？

腎力的關鍵指數是腎排毒功能與尿蛋白量，腎排毒功能主要依據血液中肌酸酐（creatinine）的濃度判斷。一般成年男性的血中肌酸酐濃度超過 1.0 (mg/dL) 或女性超過 0.9 (mg/dL)，便應留意腎排毒功能是否異常；若高於 8 ~ 10 (mg/dL)，可能需要透過洗腎排毒。醫師會將個人的年齡、性別、血中肌酸酐濃度代入公式，推算出「估算的腎絲球過濾率 (estimated glomerular filtration rate, eGFR)」，了解腎臟排毒的效率。

一般成年人的 eGFR 在 60 (ml/min/1.73m²) 以上，腎臟排毒功能即屬正常範圍；若已低於 5 ~ 10 (ml/min/1.73m²)，則可能需要接受洗腎治療。腎排毒功能超過 3 個月未恢復或改善，即為慢性腎病，病程分為五期：

- **第一期：**若有蛋白尿、血尿、結石或其他異常，儘管腎絲球過濾率在 90 (ml/min/1.73m²) 以上，仍屬於第一期。
- **第二期：**腎絲球過濾率在 60 ~ 89 (ml/min/1.73m²)。
- **第三期：**腎絲球過濾率在 30 ~ 59 (ml/min/1.73m²)，可再細分為 3A 期 (45 ~ 59) 與 3B 期 (30 ~ 44)。

- **第四期：**腎絲球過濾率在 $15 \sim 29$ (ml/min/1.73m²) 。
- **第五期：**腎絲球過濾率低於 14 (ml/min/1.73m²) ，或已接受透析治療。

各分期除了可大致歸類腎友的腎臟病嚴重度之外，醫療團隊也依此採取不同的衛教與治療策略來照護腎友。

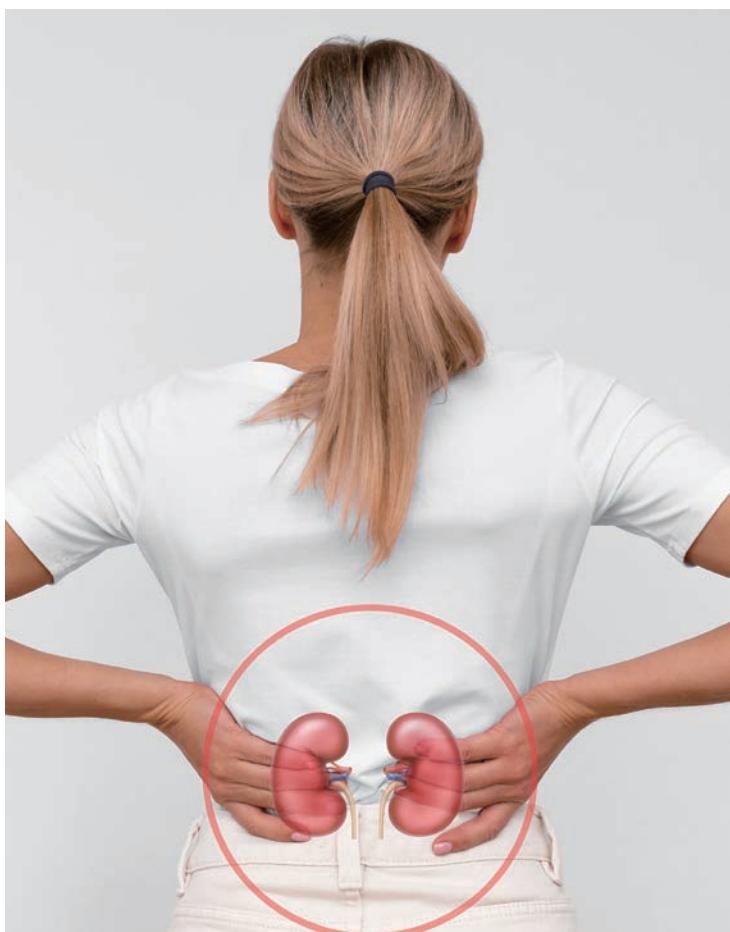
蛋白尿量是什麼？過低會引發何種影響？

血液通過腎臟時，血中的蛋白質絕大部分不會被過濾出去，但腎臟過濾或回收功能異常時，儘管排毒功能（以血中肌酸酐濃度或腎絲球過濾率評估）可能處在正常範圍內，血中的蛋白質仍會從腎臟流失，並在尿液中驗出，稱為蛋白尿。

血液中的蛋白質，主要為白蛋白與球蛋白，在無特別細分的情況下，蛋白尿量是指流失在尿液中全蛋白質的量。傳統方法是收集 24 小時尿液，以計算一天的蛋白尿量，目前則大多根據當場採檢尿液樣本中蛋白質與肌酸酐的濃度比做推算。一般成年人一天蛋白尿量不超過 0.15 公克，如果蛋白尿量超過 3.5 公克，則血液中的蛋白質濃度會降低，低至白蛋白濃度小於 3.0 g/dL (正常值 : 3.5 ~ 5.5 g/dL) 時併發水腫，稱為腎病症候群。

有蛋白尿的腎友怎麼辦？

有蛋白尿的腎友，即使尚未出現嚴重的泡泡尿、水腫或腎排毒功能異常，但蛋白尿量愈多愈嚴重，日積月累傷害腎功能的速



度也愈快，建議請醫師考量綜合病況後，開立可改善蛋白尿的藥物處方，並定期追蹤。

另一方面，糖尿病引起腎臟病變的主要表現之一，是尿液中出現白蛋白，因此醫療人員多以白蛋白尿（albumin-creatinine ratio, ACR; mg/day 或 mg/g Cr）為追蹤指標，正常值 < 30；30 ~ 300 即是在糖尿病腎病變的微蛋白尿期（microalbuminuria）；超過 300 便進入巨蛋白尿期（macroalbuminuria）。換算成蛋白尿（protein-creatinine ratio, PCR; mg/g Cr）的量，大致對應為 < 150（正常）、150 ~ 500（中度升高）、> 500（重度升高）。因此，糖尿病患者除了持續控制血糖、血壓及血脂肪之外，也需定期追蹤白蛋白尿的變化。

		持續白蛋白尿的分期		
		A1	A2	A3
		正常	中度升高	重度升高
ACR(mg/g)		<30	30-300	>300
PCR(mg/g)		<150	150-500	>500
正常 G1(>=90)	1 if CKD	1	2	
輕度下降 G2(60-89)	1 if CKD	1	2	
輕到中度下降 G3a(45-59)	1	2	3	
中到重度下降 G3b(30-44)	2	3	3	
重度下降 G4(15-29)	3	3	4+	
腎衰竭 G5(<15)	4+	4+	4+	

- 綠色：正常/輕微異常，建議每年追蹤1次
- 黃色：初期，建議每年追蹤1次
- 橙色：觀察期，建議每年追蹤2次
- 紅色：警戒期，建議每年追蹤3次
- 深紅色：末期腎病，建議每年至少追蹤4次

註：本表引用 2012 年 KDIGO 慢性腎病評估臨床指引，以腎絲球過濾率與白蛋白尿分期進行慢性腎臟病預後風險評估。此模式經台灣腎臟病醫學會評估，可適用於臺灣慢性腎臟病患之預後風險評估。（截圖自衛生福利部中央健康保險署「健康存摺」數位程式頁面）

若腎排毒功能愈差、尿蛋白量或白蛋白尿愈嚴重，則腎功能持續惡化，甚至須接受透析或換腎的風險愈高（如表一）。

結語

早期腎臟病不一定會有症狀，平時宜多留意生活起居與飲食習慣，如果出現泡（尿液泡泡多）、水（腫）、高（血壓）、貧（血）、倦（怠）等五種不明原因的症狀，請務必前往就醫，由腎臟內科醫師進一步安排血液與尿液檢查，評估是否確診腎臟病。此外，有腎臟病家族史、患有糖尿病或高血壓的民眾，更應定期檢驗腎功能，有助於及早掌握腎功能狀況。若想知道自己的腎力指數，亦可利用健保給付的成人健檢，或至腎臟內科門診驗血與驗尿。

※徐世平醫師的專長包括：腎臟疾病、血尿、蛋白尿、急性腎損傷、慢性腎病、末期腎病、血液透析、腹膜透析、腎臟移植、其他內科疾病。

用微小習慣 實踐慢富樂活人生

遠東商銀／謝明蓉

人一生的重大問題，都與錢有關，若能學會駕馭金錢，而非被金錢駕馭，或許就能向幸福人生邁進一步。本期「財經網」向您介紹如何透過小額投資，實現財富自由，安心無憂地享受人生。

先投資後消費的行為模式

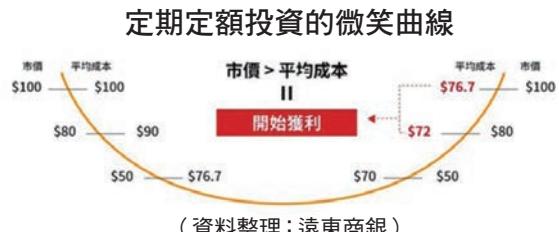
漁民捕魚時，會放掉小魚，以求漁群生生不息，未來漁獲供給才能源源不絕，此為古流傳的先民智慧。理財也是同樣的道理，保持紀律地持續存錢，善加運用成為投資的錢母，再慢慢滾出大財富。如果薪水一入帳即花用殆盡，甚至過度消費，除了終生將為錢勞碌，個人財務狀況亦會相當脆弱，禁不起任何意外。

要累積足夠應付人生不同階段需求的財富，除了靠繼承餽贈、工作所得，更重要的是投資，才能加速累積財富。不過，投資並非酒足飯飽後的剩餘運用，而是強迫保留的優先部位，建議將消費與投資分為兩個戶頭，嚴格控制各項支出，並且定期檢視投資的成果。

小錢母紀律投資 打造微笑曲線

對於資金與投資經驗有限的投資人而言，「定期定額」是最簡單的起手式，無論市場漲跌，只要按時投入小筆金額，即能將成本攤平，若投資標的長期向上，則獲利機率將非常高，在震盪起伏的市場中，創造超額報酬的曲線，稱為「微笑曲線」。因此，當市價往下時，仍然要堅持定期定額投資，不僅平均成本會變便宜，且隨著投資成本下降，相同的金額可買入更多的單位數，待市價上揚高於平均成本後，就會開始獲利。

絕大多數投資人賠錢的最大原因是「追高殺低」，因為市場氛圍熱絡，洋溢著樂觀的預測，所以買在相對高價；一旦市場展望轉為悲觀，隨即恐慌殺出，賣在最低點，長期下來形成「投資都賠錢」的負面氛圍，卻忽略市場環



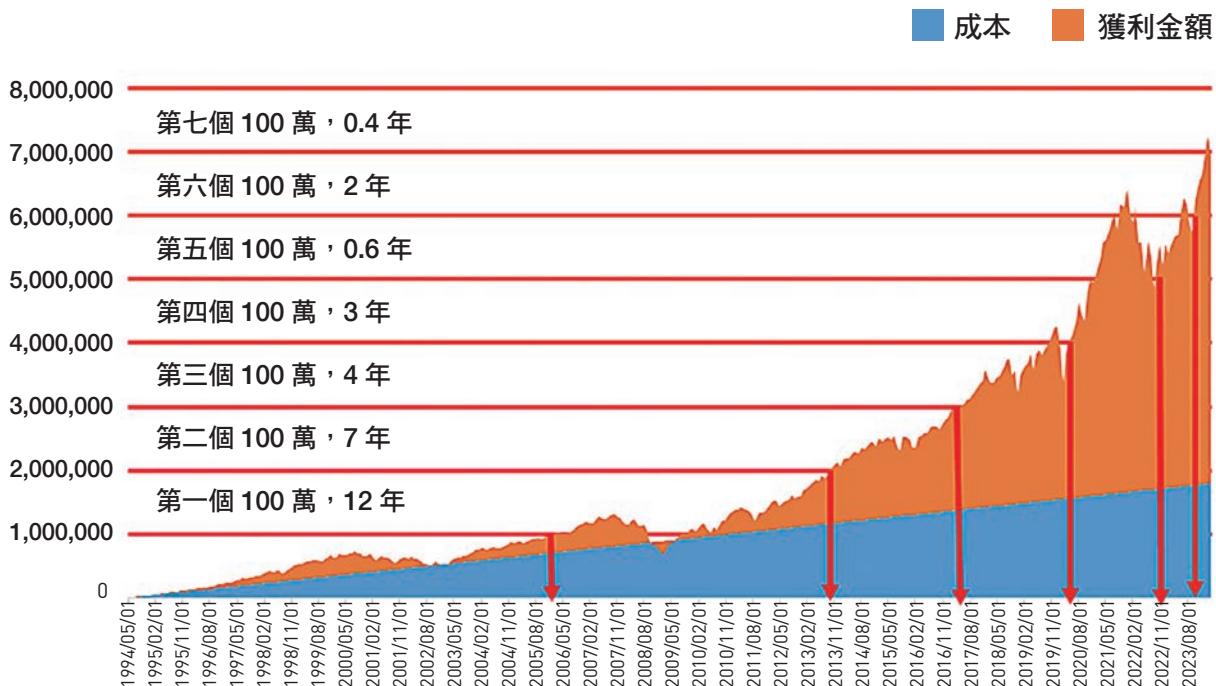
（資料整理：遠東商銀）

境其實一直向上成長。而定期定額專治此種症狀，以紀律克服盲目從眾的誤區，不管市場漲跌，堅持以固定金額投資，若能更積極在下跌時加碼撿便宜，就有機會笑到最後。

運用複利效應 滾動財富雪球

定期定額的兩大法寶，除了前述的攤平投資成本，另一個是複利效應。股神巴菲特有一句名言 -- 人生就像滾雪球，影響雪球大小的因素有二：夠長的坡道和充足的雪量。想像一顆雪球從山坡上滾下來，雪道越長，則雪球越大顆，而且變大的速度會逐漸加速。夠長的坡道指投資時間，而充足的雪量是合適的投資標的，雪球大小就是最後的投資成果。

下圖是模擬以 NTD5,000 定期定額投資美國股市 30 年的報酬，總投資成本為 NTD180 萬，統計至 2024 年 4 月 30 日的總資產為 NTD694 萬，投資報酬率達 385%（接近 4 倍），展現長時間的複利效應。其中，累積到第一個 NTD100 萬需 12 年，但是從 NTD600 萬成長至 NTD700 萬僅需 4 個月，正如同越大的雪球，每一次滾動，都能更快速膨脹。



資料來源：Bloomberg、遠東商銀，資料日期 1994 年 5 月 30 日至 2024 年 4 月 30 日，假設每月底投資 NTD5,000，每月持續扣款，累積金額 = 投入本金 + 投資損益，投資損益係以 2024 年 4 月 30 日指數價格 * 累積之單位數計算。美股指數係採用標普 500 指數計算。以上試算僅供參考，非基金實際績效，亦不保證基金未來之表現。投資人因不同時間進場，將有不同的投資績效，且過去績效不代表未來績效之保證。以上僅為歷史資料模擬投資組合之結果，不代表本投資組合之實際報酬率及未來績效保證，不同時間進行模擬操作，其結果亦可能不同。

從容累積 快樂致富

投資不是有錢人的專利，而是每個人實踐財富自由的過程中不可或缺的技能。對於沒有大筆資金、沒有時間研究各種理財商品的投資人來說，定期定額投資共同基金是最有效的工具。相較於個別股票或債券，共同基金投資於不同的資產類別，可分散風險，同時實現長期穩健的回報；另外，共同基金由專業團隊專注觀察市場變化，有專人分析整體環境、產業狀況與企業獲利，甚至國際局勢，有較高的機會創造超額報酬及降低風險，換言之，等於聘僱一群專家為您守護資產。

此外，共同基金發展成熟，不同偏好的投資人皆能依據個人需求，找到合適的產品，例如：高爆發力的高科技基金、有較高配息率的高股息／債息基金、波動較低且淨值穩定的投資級債券基金…等，當然，亦可挑選數支不同特質的基金，打造專屬的黃金投資組合。

遠東商銀理財專家建議，若要提高投資的勝率，當遵循以下三大準則：一、長期投資，攤平成本與複利效益；二、挑選投資範圍較大、較成熟的市場，例如：美國市場、全球市場，避免容易劇烈波動的淺碟子市場；三、挑選信用好、績效好的資產管理公司，因為投資研究看重團隊的戰鬥力，經過時間淬鍊且長期優質的公司，通常較能維持穩定的表現。接下來便是依據個人的投資目標、投資期間，準備每月的投資金額。其中，特別留意年化報酬率越高的產品，波動通常也較大，需要較長的投資時間化解市場震盪的風險。

正如「夢想試算表」呈現的成果，只要養成定期定額投資的習慣，運用小金額就有機會累積一筆財富，錢滾錢不是夢，現在就啟動富足人生的旅程吧！

夢想試算表（單位：NTD）

		預估年化報酬率	4%	6%	8%	10%
投資目的	目標金額 (萬元)	投資期間	每月投入 (千元)	每月投入 (千元)	每月投入 (千元)	每月投入 (千元)
海外旅遊	20	3 年	5	5	5	4
結婚	50	6 年	6	6	5	5
購車	100	7 年	10	9	8	8
購屋頭期款	150	10 年	10	9	8	7
小孩教育金	300	15 年	12	10	8	7
退休金	1,500	30 年	21	14	10	7

資料來源：遠東商銀，依據不同預期年化報酬率，回測每月投入固定金額，滾動一定期間後之累積總金額。

*以上試算為歷史資料模擬投資組合之結果，非基金實際績效，亦不保證基金未來之表現。投資人因不同時間進場，將有不同之投資績效，過去之績效亦不代表未來績效之保證。

「投資一定有風險，基金投資有賺有賠，申購前應詳閱公開說明書（投資人須知）」

防範詐騙 全民運動

亞東證券提供

隨著數位科技快速發展，詐騙方式層出不窮，防範詐騙已成為全民課題。如何加強防詐宣導，提升公眾對於金融詐騙的警覺性，已成為當務之急。本期「財經網」介紹常見的詐騙型態與防治方法，助您守護財產安全。

大 應不斷翻新的詐騙型態與手法，臺灣於 2024 年 5 月 9 日通過「打詐新四法」，包括：打詐專法《詐欺犯罪危害防制條例》草案，以及配套 3 法（《洗錢防制法》、《通訊保障及監察法》2 修正草案、《科技偵查及保障法》草案），並陸續於 2024 年 7 月 12 日、16 日三讀通過，以完善防護網，希望聯合各界的力量，保障人民權益。亞東證券身為遠東集團金融服務領域的先驅，全力投入反詐騙工作，期能充分發揮證券商之職能，協助投資人增強反詐騙意識，保障自身權益。

常見的證券詐騙型態

近來詐騙集團以各種管道招攬民眾加入投資群組，再詐取金錢的事件頻傳，常見的手法包括：冒名金融機構或市場監理單位詐騙、透過非法金融交易平臺勸誘民眾加入投資，或是利用簡訊及 LINE 群組勸誘購買股票，甚至假借新股申購的名義行詐，或推銷未上市櫃股票、虛擬貨幣假交易平臺…等，甚至有詐騙集團透過 AI 換臉技術，假冒知名投資專家或變成親友影像視訊，民眾若疏於查證，很可能掉入詐騙圈套。

除了假冒他人或第三方金融機構，詐騙集團也會盜用公司識別標誌成立假網站、冒名設置釣魚網站，或使用與公司名稱相似的網域名稱，誘騙民眾點擊網址以竊取個資。不僅如此，亦曾仿製 App Store 的下載頁面，透過簡訊、通訊軟體、投資群組等管道發送網址連結，誘騙投資人下載假冒之 App。因此，提醒投資人應在 App Store 或 Google Play 等官方平臺上，搜尋並下載證券商發行的 App。以亞東證券為例，包括 App 在內所有的投資工具、程式及相關文件的下載連結，皆可見於亞東證券官網的下載中心，讓民眾安心點選。

科技防詐 事半功倍

依據國際組織調查資料顯示，金融詐騙已成全球威脅，各地的詐騙案件數及財務損失多呈現增長趨勢。鑑於臺灣近年以「投資詐欺」、「解除分期付款」、「假網拍」等詐欺犯罪手法為大宗，金管會鼓勵金融業者與電信業者及科技公司合作，採用數位身分驗證、人工智慧（AI）、資料共享及隱私強化技術等創新科技，共同防制詐騙及金融犯罪，因此目前已陸續將生物識別技術、聯合學習、自然語言處理、機器學習、網絡分析等技術，應用於確認客戶身分、偵測異常交易及人頭帳戶、封鎖惡意網頁及詐騙訊息、識別新型態詐騙態樣、實質受益人審查等領域，提升防詐措施的有效性及準確性。

防詐「三不三要」及「一關二問三查」

儘管詐騙手法千變萬化，但其實只要掌握「三不三要」原則（不聽來源不明資訊、不加陌生投資群組、不用保證獲利 App、要警覺、要查證、要報警），即可規避風險。根據警政署的統計資料顯示，2022 年有 4,167 件詐騙案件的受害者是 65 歲以上的長輩，平均每天有 11.4 件詐騙案件發生於高齡族群，常見的方式包括：模仿親友、投資詐騙、假冒檢警、網路購物，提醒長輩們牢記口訣「一關、二問、三查」-- 關上大門，防止歹徒侵入住家（一關），隔著門詢問來者的姓名、單位與來意（二問），盡速撥打 165 反詐騙專線或（02）2737-3434 證券期貨反詐騙諮詢專線查證（三查）。值得注意的是，凡要求當事人拿出存摺與告知密碼者，必是詐騙。

亞東證券落實防範詐騙與客戶關懷

亞東證券於官網建置的「反詐騙專區」，持續宣導與更新詐騙相關新知。提醒投資大眾，面對不明來電、簡訊、社群媒體、網頁廣告等訊息，皆需審慎判斷，並多方查證，以維護自身投資權益。除了官網之外，亞東證券也透過各種管道宣導反詐騙知識，包括：舉辦投資講座或客戶說明會等，並要求第一線業務人員執行 KYC（Know Your Customer 認識你的客戶）訪談時，提醒客戶投資理財前務必停看聽，注意風險，並確認投資或交易係透過合法金融機構執行，另告知可至「金管會金融智慧網」，了解更多詐騙態樣。

綜上所述，防範詐騙需要人助，更需自助，隨時保持警惕。畢竟詐騙分子擅長利用人們的信任與急切心理，製造出一個又一個陷阱。當您學會識別詐騙手法、提高防詐騙意識，並採取正確的應對策略，就能保護自己和家人的財產安全。

天災損失怎麼辦？三步驟搞定減稅

遠東新世紀／吳若綺

近期難以預測的地震與颱風災害接連侵襲，不但造成民眾的恐懼與焦慮，甚至導致房屋、土地、汽機車等財產損失。如何才能降低損害、減輕財務壓力呢？本期「法律網」與您分享減免稅捐的三步驟，助您一臂之力！

步驟一：拍照存證

請於第一時間拍攝現場狀況，保留影像證據。

步驟二：檢附文件

列舉損失清單與相關證明文件，如：災損照片、受損財物原始取得憑證、維修估價單…等。

步驟三：申請減免

1. 在災害發生後 30 日內，報請轄區稅捐稽徵機關辦理相關事宜。除了可以臨櫃辦理或書面郵寄申請外，也可至財政部稅務入口網線上申請（「線上服務」>「線上申辦」>「稅務線上申辦」）。

2. 核定通過後，減免的部分可自當年度綜合所得稅申報時列舉扣除，不得遞延至後年度扣除。如無法在法定期間內繳清稅捐，得於規定繳納期間內，向稅捐稽徵機關申請延期（最長 12 個月）或分期（最長 36 期）繳納。



常見的稅目及減免規定如下表：

項目	申請事項	申報期限
綜合所得稅	個人災損受有保險給付部分外，可申請列舉扣除	災害發生後 30 日內
營利事業所得稅	可列報損災，認定與計算方式依查核準則規定辦理	災害發生後 30 日內
營業稅	小規模營業人扣除未營業天數	災害發生後申請
房屋稅	依房屋稅條例第 15 條規定： ◆ 房屋因災害毀損三成以上，未滿五成者，減半徵收 ◆ 毀損面積達五成以上必須修復才能使用者，可依毀損月數免徵房屋稅	災害發生後 30 日內
地價稅	依土地稅減免規則第 12 條規定： 土地因流失等環境限制及技術上無法使用，地價稅全免	災害發生後 30 日內
使用牌照稅	汽車及機車（151c.c. 以上）因毀損後向監理機關申報停駛或報廢，自監理機關核准之日起使用牌照稅免徵	災害發生後 1 個月內



對於天災造成民眾的財物受到影響，財政部表示，稅捐稽徵機關將秉持從寬、從速原則，主動協助及輔導受災納稅義務人申報各項稅捐減免事宜。如個人或家中營利事業發生財產及營業損失，請務必把握自身權益，於時限內申報減免喔！（資料來源：財政部）



借鏡軍事級 CMMC 模型 保護居家數位生活

遠東新世紀／簡筠茹

在通勤的路上戴著AirPods聽音樂，並用手機瀏覽雲端相簿裡的照片，手腕上的智慧手錶同時記錄著心跳…身處數位時代的您，一定很熟悉這樣的場景。但您是否想過，這些日常行為可能暗藏資安風險？該怎麼做才能保障個人隱私呢？

什麼是 CMMC？

物聯網裝置已成為個人資安的一部分，如同企業需要管理供應商的安全性，現代人也應重視數位產品與服務的防護功能。

美國國防部於 2020 年推出「網路安全成熟度模型認證（CMMC）」，是結合法規與資安標準的供應商認證機制，要求資料傳遞所經之人員、場所、設備及系統，皆須受到管控與保護，旨在確保美國國防供應鏈中的公司具備足夠的網路安全防護能力。

儘管此框架是為了保護國防機密，但其實諸多原則也能運用在大眾的數位生活中，包括：強調定期更新設備與系統、實施嚴格的存取控制措施、保護敏感數據，以及及時應對安全事件等。



陌生人也可以連線到你的耳機？

今年六月，蘋果針對旗下幾款 AirPods 推出韌體更新，緊急修復一項漏洞，杜絕駭客冒充已配對裝置進行竊聽之風險，展現 CMMC 強調「定期更新」的原則，建議民眾養成定期檢查並更新智能設備的習慣。

蘋果用戶可點選 iPhone 或 iPad 的「設定」選項，進入「藍牙」功能，或在 Mac 的「系統設定」中選取「藍牙」功能，再點擊耳機旁邊的資訊按鈕，即可確認目前裝置的韌體是否更新至 6A326 或 6F8 版本。由於目前蘋果尚未提供手動更新 AirPods 的方法，只要您的

AirPods 處於充電狀態，並且在連接 Wi-Fi 的 iPhone、iPad 或 Mac 的藍牙範圍內，系統都會自動推播最新的韌體更新通知。

雲端相簿會被陌生人看到嗎？

隨著雲端技術普及，越來越多人將手機、相機裡的照片及影片儲存在雲端相簿。然而，傳輸或存儲的過程中若保護不善，珍貴的回憶不但可能遭未授權的用戶下載儲存，也可能成為駭客攻擊的目標。

CMMC 要求實施嚴格的存取控制措施，確保授權用戶可造訪敏感數據。民眾可設置高強度密碼，並啟動雙因子認證，以保護個人的雲端相簿，並且避免透過公共 Wi-Fi 連線至私人雲端相簿。若發現帳號活動紀錄異常，應及時更換密碼，才能在享受科技便利的同時，有效地保護私人的回憶。



你家客廳可能潛藏間諜？

智慧電視的普及也帶來新的安全挑戰。網路安全公司 Bitdefender 近期發現，LG 智慧電視存在重大安全漏洞，讓駭客有機會繞過身份驗證，獲取與存取權限，進而完全控制電視，藉此監視家庭成員、竊聽對話，甚至作為發動網路攻擊的跳板。

為避免發生上述狀況，CMMC 強調的資產管理和存取控制原則尤為重要，民眾應將智慧電視列為需要保護的重要資產，定期更新電視系統、使用強密碼保護 Wi-Fi 網絡，並謹慎管理電視上安裝的應用程序。

打造資安堡壘人人有責

從 AirPods、雲端相簿，再到智慧電視，生活在萬物互聯的時代，每個數位設備都是資安的一環，因此，保護資安不只是單一部門的責任，更是現代人都應關注的議題。

定期更新智能設備、使用強密碼、啟用雙因素認證、謹慎管理存取權限、留意識別潛在的網路釣魚攻擊、避免在不安全的網路環境中傳輸敏感資訊…等，這些看似簡單的舉動，實際上是將軍事級的資安意識落實到生活中的具體表現。透過提高警覺，採取適當的安全措施，我們不僅能保護自己的隱私和資料安全，也能構建一個更安全的數位世界。

中秋佳節明月圓 韓式烤肉迎玉兔

豫章工商／莊宜君

韓式烤肉是揚名世界的韓國美食之一，除了經典的五花肉，價格高昂的烤牛肉也深受歡迎，搭配蔬菜、別具特色的小菜及風味沾醬，佐以燒酒或生啤，擺滿整桌的澎湃感，讓人垂涎三尺。本期「美食網」分享最經典的韓式銅盤烤肉，快揪親朋好友來場烤肉派對，一起迎接今年的中秋明月。

傳統韓式銅盤烤肉

材 料

① 主材料：豬五花（寬約2公分）2斤；② 副材料：洋蔥1顆、青菜100g、板豆腐1塊、新鮮香菇100g、韓式冬粉1小包；③ 配料：食用萵苣生菜1顆、蘿蔓生菜1株、韓國紫蘇葉數片、蒜仁60公克、紅辣椒3支、白芝麻適量。

做 法

1. 將韓式冬粉泡水，待其軟化。
2. 板豆腐切成3公分左右的方丁。
3. 萝蔔、蘿蔓生菜及紫蘇葉，皆以食用水沖洗後浸泡冰水，再用沙拉脫水器去除水分。
4. 洋蔥剝除外皮、洗淨，去頭尾根鬚後，切為細絲。
5. 青蔥洗淨後，切除根鬚，切成斜片。
6. 蒜仁去蒂後，切成薄片。
7. 辣椒洗淨，去蒂後，切成薄片。
8. 香菇平切、去梗，切成厚片。
9. 五花肉條兩面切成菱形格紋，噴上適量燒酒，以少許鹽及胡椒粉抓醃，放入冰箱冷藏1小時。
10. 將韓式銅盤架設於爐火上預熱。
11. 傳統的銅鍋為中間高凸、四周低凹。先在凸起的鍋面抹油，平鋪上五花肉條，待兩面呈金黃色，再翻烤至七分熟，剪成所需的厚度後，均勻塗抹醬料，續烤至預期的熟度再取出。

12. 將肉片放置於生菜和芝麻葉上，佐以適量蒜片、辣椒片和風味醬，包捲後即可享用。
13. 烤肉逼出的油汁，會順著溝槽流至鍋邊周圍凹槽，滲入鋪於鍋邊的菇類、豆腐及蔬菜，讓吸收了肉汁與醃料的蔬菜更加鮮甜。
14. 放入韓式冬粉，待其充分吸收湯汁，即可享受口感彈牙、充滿肉香的多層次滋味。



韓式水梨醃泡醬汁

材 料

蒜仁 60g、青蔥 60g、白胡椒粉 1/4 小匙、黑胡椒粉 1/4 小匙、紅辣椒 30g、韓式辣椒醬 1 大匙、燒酒 1/2 杯、醬油 1/2 杯、味霖 2 大匙、水梨 60g、香油 2 大匙。

做 法

1. 青蔥切成 5 公分小段，蒜、辣椒切成小塊。
2. 將青蔥之外的所有材料放入食物調理機，攪拌均勻，最後再放入青蔥段。

薑汁芝麻原味沾醬

材 料

中薑 50g、白醋 1 大匙、鹽 1/2 小匙、胡椒粉 1/4 小匙、香油 1 小匙、白芝麻 1 小匙。

做 法

1. 白芝麻以乾鍋小火翻炒至略出油，使其呈金黃色。
2. 生薑以磨泥板磨成薑泥。
3. 調味碗中裝入薑泥、鹽、白胡椒粉，拌合至鹽溶解。
4. 加入白醋、香油及芝麻拌合均勻。

韓式辣醬雪碧沾醬

材 料

韓式辣醬 30g、雪碧汽水 60cc、醬油 15g、香油 5g、青蔥 15g，白芝麻 1 小匙。

做 法

1. 白芝麻以乾鍋小火拌炒至略出油，呈金黃色。
2. 青蔥洗淨後，切除根鬚，切成蔥花。
3. 在瓷碗中倒入韓國辣椒醬及雪碧汽水，調和稠度後，加入醬油及香油調味，最後拌入炒熟的白芝麻和蔥花，攪拌均勻。

迎接中秋節烤肉，建議盡量選擇原型食材，減少高熱量的加工食品和烤肉醬的刷醬頻率。本期介紹的韓式烤肉搭配萐葷生菜，兼顧健康、營養，亦可去油解膩，而大量的蒜片、洋蔥及紫蘇葉，佐以特調風味韓式沾醬，以及各式手作韓式小菜，更可增添風味與口感，讓大家吃得盡興又健康！



品嘗秋收的美好滋味

遠東百貨／鄭嘉蕙

秋季是農作收成的季節，適逢9月17日中秋節，團圓更添歡喜。秋季的當令食材包括：蘋果、梨子、柿子、南瓜、地瓜，盛產期間價格實惠、營養價值高，除了放入料理，也能與餐食、烘焙、茶飲…等相配，達到強健身體、降低疾病風險之良效。快跟著本期「美食網」，一起探索美味又營養的當季料理吧！

- 柿子**：盛產於秋季，富含促進腸道蠕動的膳食纖維、果膠，以及 β -胡蘿蔔素、維生素A、維生素C、鉀、磷與鈣質，營養價值高。新鮮的甜柿、澀柿可作為水果，也能入湯燉煮出甜蜜滋味，還可曬乾製成美味的柿餅。
- 地瓜**：地瓜纖維豐富，含有 β -胡蘿蔔素、葉黃素和玉米黃素，可轉化為維生素A呵護視力，且擁有大量的維生素與礦物質鐵、鈣、硒，能補充維生素B、C，簡單蒸、煮、烤過即相當美味，更可作成甜品，是百搭的好食材。
- 南瓜**：南瓜熱量低，且蘊藏豐富的維生素及礦物質，其中的 α -與 β -胡蘿蔔素，同樣對視力保健大加分，可當主食、蔬菜或加入烘焙食材；南瓜籽則有 ω -3脂肪酸的 α -亞麻酸，有助於擺脫三高。
- 蘋果**：蘋果纖維量高，食用後有飽足感，且富含維生素A、C，以及磷、鉀、鈣等礦物質，優異的抗氧化能力是舉世公認的好物，酸甜的好滋味令人難以抗拒，無論當水果、入湯，或作為甜品、烘焙的要角都十分合適。
- 梨子**：梨子是秋季最具代表性的水果之一，因熱量低、可溶性纖維及含水量高，特別吸引講究身材曲線的族群；由於內含維生素C、K與抗氧化成分，也適合有心血管或膽固醇困擾的民眾攝食。除了作為水果，梨子的果實和果皮亦能經由蒸煮產生藥效。



● 品嘗當下「正著時」的食材，健康滿點／臺中大遠百提供

掌握了秋收的食材品項，接下來就跟著全臺遠東百貨的美食地圖，一起尋找美味吧！

南瓜香甜好健康



翰林茶館「養生梅子雞鍋」

鮮嫩多汁的雞肉搭配自然酸甜的梅嶺紫蘇梅子味，讓人唇頰留香。鍋品配料少不了當季南瓜，煮軟好入口，更添飽足感。建議售價 NTD538，遠東人獨家優惠享 9 折。洽詢專線：遠東百貨桃園店 9 樓，(03) 347-3159。



義式屋古拉爵 Café Grazie 「南瓜野菇焗飯」

南瓜蘊藏豐富的維生素 A，以及具抗氧化功能的 β - 胡蘿蔔素，加入起士及高纖低脂野菇一起焗烤，高鈣又營養，建議售價 NTD230。洽詢專線：板橋大遠百 9 樓，(02) 2951-1606；新竹大遠百 4 樓，(03) 521-3572；遠東百貨嘉義店 B1 樓，(05) 236-0337；臺南大遠百 4 樓，(06) 236-1036；高雄大遠百 12 樓，(07) 536-1390。



潤米 Roomy 「栗南瓜米饅頭」

潤米系列產品選用臺灣在地米殼粉製成，搭配口感較一般南瓜更鬆軟的栗南瓜，為米饅頭增添獨特的栗子香氣。建議售價一袋 6 入 NTD150，遠東人優惠價任選兩袋 NTD280、6 袋 NTD800。洽詢專線：遠東百貨桃園店 B1 樓，0970-369101。



地瓜飽足好澱粉

全家大戶屋「野菜蒸籠」

內含八種野菜食蔬，包括地瓜、蓮藕等豐富的膳食纖維，依節令替換食材，運用清蒸方式保留食物的原味，可搭配眾多人氣定食料理，提供滿滿的元氣與營養。建議售價 NTD100。洽詢專線：遠東百貨板橋中山店 12 樓，(02) 2956-1238。



21 風味館「紫玉 Q 譜」

紫地瓜與黃地瓜的絕配組合，外皮酥脆、內餡綿密，柔軟的地瓜泥在嘴裡化開，香氣盈人，一份就超滿足。建議售價 NTD45。洽詢專線：板橋大遠百 9 樓，(02) 2952-9621。

京都苑「紫薯栗子鯛魚燒」

內餡與外皮使用鮮奶、雞蛋、純奶油，香氣十足、甜而不膩。高雄大遠百獨家口味紫薯栗子，搭配甘甜栗子醬，香味四溢。建議售價 NTD55。洽詢專線：高雄大遠百 11 樓，(07) 536-0316。



蘋果甜蜜好迷人

⦿ 義式屋古拉爵 Café Grazie「焦糖蘋果脆脆比薩」

星形的餅皮筋性十足，搭配富含膳食纖維的熟蘋果可促進消化，加上滿滿的堅果，佐以香氣十足的焦糖，不但健康滿分，更讓人忍不住一口接一口，建議售價NTD250。洽詢專線：板橋大遠百9樓，(02) 2951-1606；新竹大遠百4樓，(03) 521-3572；遠東百貨嘉義店B1樓，(05) 236-0337；臺南大遠百4樓，(06) 236-1036；高雄大遠百12樓，(07) 536-1390。



⦿ 異國食品館 FE21' World Gourmet 奧丁丁「真食·手作果醬與香草茶包禮盒」

從產地到廚房全製程零添加生產，禮盒內容為無毒草莓果醬 200g、小紅帽野莓果醬 200g、自烘香草茶包 3 包（香草茶原料包含：蘋果、薄荷、薰衣草、甜菊等）。建議售價 NTD835。洽詢專線：遠東百貨花蓮店 B1 樓，(03) 835-5588 #8860。



⦿ MAMI COOKING「韓國 BK SHOP 蘋果汁」

韓國 BK SHOP 原裝進口來自韓國慶尚北道醴泉郡的蘋果，經過壓榨與即時滅菌過程，飲用時無需加水或加熱，即可享受到蘋果的清香與營養的維生素。建議售價一盒 NTD1,300 (120ml, 20 入)。欲購請洽：遠東百貨竹北店 B2 樓。



⦿ 貝里尼 BELLINI Pasta Pasta「香草慕斯蘋果塔」

蛋糕主體是入口即化的綿密乳霜，夾層鋪墊厚厚的蘋果泥，嚴選甜中帶酸的富士蘋果、肉桂粉、寶山黑糖、檸檬等烘烤攪拌製成，彷彿透著牛奶糖的香甜，與塔皮的奶油香氣彼此呼應。建議售價 NTD160。洽詢專線：臺中大遠百 11 樓南棟，(04) 2252-6038。

梨子甘甜好滋味

⦿ 偷飯賊「韓風水梨豬排」

選用臺灣豬肉，以大量的水梨汁搭配些許麥芽糖醃漬，讓水果的甘甜與自然酵素提升豬排的甜味與軟嫩度，呈現甜鹹交錯的絕佳風味，而麥芽糖遇熱焦糖化，也為火烤後的豬排增添可口色澤。建議售價 NTD330。洽詢專線：遠東百貨 A13 信義店 4 樓，(02) 8780-5808。



備註：「優惠價」需出示集團員工識別證，內用加收一成服務費，期限至 2024 年 9 月 30 日。

掃瞄 QR Code 看更多遠東人專屬優惠

暢遊金門人文風光

遠東新世紀新埔化纖廠／李宇駿

「不用出門很多天就能享受搭機旅遊的快樂」、「兼具都會便利、悠閒渡假及人文博物的旅程」…想滿足上述要求，「金門」是不錯的選擇。對於大多數的臺灣民眾來說，金門是個既熟悉又陌生的地方，經常出現在課本上，金門高粱酒也遠近馳名，當地的語言與我們相同卻又有點差異…在在讓它充滿了神秘色彩。

金門曾有十萬駐軍，承載了幾代人的軍旅回憶，這幾年金門縣府舉辦了「金門老兵召集令」，得知此活動後，我特別安排家中曾在金門服役的長輩重回舊地，進行三天兩夜的深度旅遊。

搭機到金門尚義機場後，隨處可見租車行和民宿的廣告看板，看來遊客到這裡不需擔心住宿與交通問題。

金門縣下轄三鎮（金城、金湖、金沙）、三鄉（金寧、烈嶼、烏坵），繞本島一圈約120～150公里，無論開車或騎機車都很方便。剛到金門，映入眼簾的是當地獨特的混合式建築文化群，有現代建築、戰地建設、閩式宗祠聚落，也有西式洋樓。因為金門是著名的「僑鄉」，早年生活不易，許多民眾冒險赴南洋經商，功成名就後返鄉建立宗祠，也有人蓋起西式建築或辦學，金門縣府近年重新整修這類建築，出租給民間作為民宿或經營店面，希望藉此活絡觀光。

除了住宿與交通，飲食也是金門的一大特點。當年因應十萬駐軍的民生所需，衍生出炒泡麵、油炸粿等別具特色的速食，就連早餐常見的廣東粥，也與臺式粒粒分明的米粥不同，是以慢火熬煮而成、米粒細滑，湯頭鮮美，可以搭配油條、鹹菜、油炸粿、閩式燒餅等食用。

此外，金門石蚵因漲退潮、在石柱上自然生長的緣故，體型較小，肉質緊實，不帶絲腥味，不論直接生吃，或是料理成蚵嗲、蚵仔麵線、蚵仔炒麵、海蚵煎蛋，都十分鮮甜。





濃郁。而金門牛肉麵亦有別於臺灣本島的牛肉麵，湯頭較為清淡，牛肉軟嫩入味，麵條Q彈有嚼勁，搭配當地外酥內多汁的鍋貼，以及特製的蒜香醬，超級美味。金門宴菜內容則是當地的傳統菜餚，就像辦桌菜，一桌八道式，相當適合全家細吃慢聊。

金門觀光通常分為「戰地觀光、人文風景及自然生態」三大主題，參加「金門老兵招集令」，除了能領取老兵專屬紀念品、老兵識別帽與金門老兵專屬紀念酒，也可體驗射擊、參觀國營陶瓷館等特色場域。其中，金門國家公園保留了前線曾經對峙的遺跡，包括：太武山、古寧頭戰史館、翟山坑道、烈嶼鄉…等，與紀念八二三砲戰設立的「八二三戰史館」相同，展示了許多歷史文物、戰地遺跡及登陸艇、坑道、砲陣地等。建功嶼上，還有高達九米的鄭成功像，當年的緊張對峙如今化為一件件豐富史料，或靜看或觸摸，更能體會和平生活的可貴。

傳統閩南聚落、西式洋樓、風獅爺、北風爺及風雞，也是金門的觀光重點，尤其金門民俗文化村、山后民俗文化村保存了完整的閩南聚落，村內有眾多古厝、廟宇、宗祠等傳統建築，是體驗金門傳統文化的好去處。而陳景蘭洋樓、黃輝煌洋樓及金門僑鄉文化展示館（金水學校），則屬於閩洋建築，裡面收藏了大量金門僑民的歷史淵源、移民軌跡、經濟成就及文化傳承。金門縣府致力發展深度人文旅遊之際，也積極收集、修復民間珍貴史料，例如金門知名明朝進士「蔡復一」畫像，是其唯一傳世畫像，為金門蔡厝蔡氏家族典藏祭祀多年，然而年久破損，經修復後，列為「金門歷史民俗博物館」常設展出…這些都相當值得細細品味。

金門風獅爺是另一項重要的文化特色，在機場和金門許多地方都被視為吉祥物，傳說祭拜風獅爺是為了除沙壓風災，因此也成為金門居民的精神寄託，現存 68 座，是很多民眾到金門旅遊的打卡景點。至於小金門風雞，外型就像連鎖炸雞店的店門裝飾，初見覺得相當可愛，其實是小金門特有的辟邪物，民間相信它能驅邪避災、護宅保平安，如同風獅爺、北風爺一樣。

有趣的是，水獺也成為金門另一個指標性的吉祥物，不僅有水獺展示館與水獺特展，詳實介紹歐亞水獺的棲息和生態，更劃定生態保護區域，連路旁指示牌都有以水獺寶寶做的意象圖，非常可愛。總之，金門的慢活步調和豐富的觀光資源，絕對值得大家定期前往走走逛逛。

暑遊巨濟島

遠東商銀／楊芬妮

曾經想寫一系列「帶著貓咪去旅行」的遊記，未料我家毛小孩做完結紮手術後半年，罹患乳腺腫瘤離世了。如今已不再養寵物，只在家門口擺幾個碗，餵餵浪貓。少了毛孩的牽掛，暑假期間，我們決定揮別疫情以來未曾遠遊的日子，前往韓國巨濟島。

巨濟島類似臺灣的龜山島或基隆嶼，是鄰近韓國釜山的一座島嶼。沿途南海上奇峰異石聳立，有海金剛、十字洞等天然景觀，島上還有美輪美奐的希臘風格海上花園，另有成群結隊的海鷗，時而停在水邊啄食魚群，時而盤旋在空中，等待遊客們餵食。一發現遊客往空中拋飛蝦味先，訓練有素的海鷗們馬上用尖尖的嘴接起大快朵頤。飽食後也毫不眷戀，鼓動翅膀，轉眼就飛得不見蹤影。

在甲板上欣賞完免費的海鷗餵食秀後，我們轉往風之丘與神仙臺。其中，風之丘臨近海邊，由於環境氣候不利植物生長，光禿禿的山丘反而成為觀海的絕佳景點，許多韓國節目均在此處拍攝，加上前往風之丘的途中，有一座巨大的風車造景，更為其命名提供了浪漫的想像。而神仙臺傳說因景色怡人，過去曾有神仙駐足遊玩而得名。走過沿途的木棧道及奇岩怪石，才能到達瞭望臺，將寬闊的美麗海景盡收眼底。

至於金海洛東江鐵道自行車道，是由廢棄鐵橋改建而成，全長約3公里，可欣賞洛東江沿岸的美麗風光，抵達定點後，有先進的自動迴車轉盤協助換方向，甚是稀奇。我們還在附近的山草莓酒莊內，品嚐草莓釀的紅酒及餅乾，紅酒隧道內的造型燈光樹、世界紅酒產國地圖、五顏六色雨傘鋪成的廊道…等，都是非常吸睛的拍照景點。



加耶主題公園的塗鴉秀，則是我在其他地方未曾看過的表演。四位年輕的韓國青年，身著黑色服裝，隨著背景音樂，以舞蹈及畫畫展現力、美、藝術的結合，搭配詼諧的主持風格，在短短一個鐘頭的時間，帶給觀眾視覺享受及滿滿的歡笑。園區內除了人工造景外，還有高空腳踏車、高空繩索等挑戰勇氣的遊樂設施，只可惜跟團總是走馬觀花，沒能讓家人體驗一下。

離開加耶主題公園，前往松島遊覽區。這是日本殖民統治期間，居住在釜山的日本人所建造的海水浴場，歷經多次改造，新增纜車、天空步道、鯨魚燈塔等，是全世界知名的海洋旅遊名勝之一。

旅行的第四天開始下起雨，時而綿綿細雨，時而傾盆大雨，雖然不免打亂了遊興，不過此時正值雨季，我們直到行程最後一天才碰到下雨，也算是幸運了。這天的行程是韓國白淺灘文化村，本為韓戰期間難民落腳之處，戰後改建為釜山最具代表性的文化藝術村，一面走逛藝術村，一面欣賞從蓬萊山蜿蜒而下的溪水，別有一番樂趣。

隨後來到釜山三大名山之一的龍頭山公園，因為山勢狀似出海蛟龍的龍頭，所以稱為龍頭山。從山上的鑽石塔可遠眺整個釜山市，而附近的電影廣場、國際市場、南浦洞服裝區，更是必遊的景點。盡興逛街、購物、品嚐當地美食後，我們提著滿載的記憶和行囊，心滿意足地飛回溫暖的家。



我的秘密基地

DRIVE CATALYST／高淑賢

位於新北市新店區中興路一段253號的「五峰國中」操場，是我見過最熱鬧的操場。它的面積適中，剛好可以容下到此健身的男女老少。儘管場上熙熙攘攘，大家卻又互相獨立地各行其是，讓人感到莫名的安心。沒錯，我的秘密基地，就是這個看起來一點都不「秘密」的五峰操場。

標準長度的跑道、緊挨著的排球場和籃球場…五峰國中的操場看起來和其他操場並沒有太多不同，要說特別，大概是緊鄰著住宅區，而且跑道一牆之隔就是車水馬龍的中興路，因此每當跑到這段路，為了避免接受汽車尾氣的洗禮，只能激勵自己跑得更快。

我在某個晴朗的早晨，無意間闖入，不禁被它火熱的氣氛吸引，在跑道上走了一圈又一圈。兩位身材健壯的跑者一次次從我身邊跑過，每回都帶來一陣風。

從此，我和這裡結緣，就像認識一位投緣的新朋友，每次交談都倍感親切；還未分開，就忍不住期待下一次見面。

這裡的空地上，總有人在壓腿拉筋，運動場上還有散步的夫妻、頭髮花白的老翁…偶爾有奔跑正酣的人，挾著粗重的呼吸聲，帶著熱氣與汗水，從我身邊經過，一轉眼又跑得不見蹤影。每個人都毫不吝嗇地揮灑著滿滿活力，伸展四肢、活動關節，綻放旺盛的生命力。

我在跑道上跑跑停停，被我快步甩在身後的阿姨，用臺語大聲唱著不知名的歌，陶醉又快樂。這是一個多麼熱情奔放的地方！我猜那位阿姨一定也有同感。

疲倦的時候，我到這裡放空思考，回想我在臺灣走過的大街小巷；充滿幹勁的時候，我在這裡恣意狂奔，那些瑣碎煩惱全被遠遠拋在身後；細雨撲面，彎道旁的花樹落葉承受著雨露的重量，直直墜落；跑道上的紅色橡膠顆粒不小心進了鞋子…這些都成為我在臺北收穫的小小宇宙。

是的，這裡足以安放心靈，讓我感受到人心的溫熱與善意，不論是筆挺的高樹、微笑的人，大家都汲取著自然的養分，在生命的運轉中釋放正能量，只要用心投入，就能體會得到。這就是幫助我強健體魄、浸潤安寧的秘密基地。

記江西亞東水泥親子遊園會

江西亞東水泥／朱瓊

為深入踐行企業「敦親睦鄰」的理念，江西亞東水泥於2024年7月6日舉辦第四屆「和諧村企 相親相愛」親子遊園活動，以加強企業與周邊社區的聯繫，促進居民和員工家屬對於公司的瞭解，同時弘揚企業文化。當天共有54個家庭、176人熱情參與，廠內充滿歡聲笑語。

早8點整，所有人員在公司食堂門口集合，分為四組乘坐車輛，先後參觀二廠與礦山智慧管礦中心。大家先聽取廠領導對於生產情況的詳細介紹，並在五號窯底見證了先進的旋窯生產線，在礦山智慧管礦中心透過視頻，瞭解採礦、運輸、礦山復綠的過程，深刻體會亞東創建綠色礦山的成果。

參觀結束後，全體人員在礦山綜合樓集合，徒步前往生態園採摘果蔬。小朋友們在家人的指引下，體驗田園生活與綠色生態的魅力。

9點15分，大夥兒返回亞東一廠，此時亞泥中控總部張振崑執行長也親臨現場，並以熱情洋溢的講話，表達對於社區居民和員工家屬的歡迎與感謝。碼頭鎮西街居委朱巨寶村支書也代表村民發言，對於亞東公司的綠色發展、智慧化生產，以及社會責任與貢獻給予高度評價。隨後大家手持消費券，至甜品區享受冷飲、烤腸、雞米花等美食，並在五個精心設置的小遊戲區展開歡樂的比拼，氣氛熱烈。

10點30分，在教官的引導下，開始進行團體遊戲環節。通過趣味橫生的遊戲，不僅加深了彼此的瞭解，也增強了團隊協作的能力和集體榮譽感。

轉眼活動已接近尾聲，每組家庭陸續領取公司贈送的果蔬禮包後，在食堂享用午餐。



此次活動不僅讓大家滿載而歸，更留下難忘的回憶。未來我們將繼續秉承「敦親睦鄰」的理念，舉辦更豐富的活動，進一步加深與村組（社區）的聯繫與合作，共同構建和諧美好的社會環境。

有獎徵答

編輯室

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！

本期題目

1. 遠東集團旗下水泥業與化工業如何開發綠色新材料，持續擴增營收？【封面故事】

- A. 亞洲水泥將廢棄物轉化為水泥製造的替代原料及替代燃料
- B. 東聯化學將製程中產生的 CO₂，製成高純度的液態 CO₂ 產品
- C. 上述兩家企業皆成立委員會，統籌與推動永續發展工作
- D. 以上皆是

2. 近年金融詐騙猖獗，下列何者是錯誤的防治觀念？【財經網】

- A. 不須確認來源即可點擊網址
- B. 掌握「要警覺、要查證、要報警」原則
- C. 透過 App Store 或 Google Play 官方平臺下載 App
- D. 牢記「一關（關上門）、二問（詢問來者姓名、單位與來意）、三查（盡速撥打反詐騙專線）」口訣

3. 下列何者有助於保護腎臟健康？【保健網】

- A. 透過健康檢查評估個人的腎臟功能
- B. 若出現尿液泡泡多、水腫…等不明原因的症狀須盡快就醫
- C. 有腎臟病家族史、糖尿病或高血壓的民眾，應定期檢驗腎功能
- D. 以上皆是

參加辦法

請於9月15日前掃瞄右方QR Code，登入會員資料後，填寫答案。只要答案正確即可參加抽獎，遠東集團四合一禮券NTD300（25名）與Fet.com官網購物金NTD300（5名）。編輯室將於次月刊公佈得獎名單。



408期有獎徵答得獎名單揭曉

單位	姓名	單位	姓名	單位	姓名	單位	姓名	單位	姓名
全家福	劉○伶	遠東百貨	鄒○娟	亞泥花蓮廠	劉○杏	東聯化學	陳○勳	遠東新世紀	朱○蕙
富民運輸	江○禎	遠百桃園	蕭○文	遠龍不鏽鋼	解○鈞	鼎鼎企管	李○璞	遠東新世紀	吳○諺
遠東商銀	陳○融	遠百信義	陳○伶	遠龍不鏽鋼	林○武	亞東醫院	胡○璋	遠東新觀音廠	曾○平
遠東商銀	劉○甫	遠東巨城	蘇○淳	遠龍不鏽鋼	陳○文	遠傳電信	劉○君	遠東新新埔廠	朱○萍
亞東證券	吳○柔	亞東創新	徐○璋	宏遠興業	李○蓮	亞東預拌	陳○源	亞東醫院	樊○君

恭喜上列幸運兒分別得到面額 NTD300 的遠東集團四合一禮券！

單位	姓名	單位	姓名	單位	姓名	單位	姓名	單位	姓名
遠百台南	曾○婷	遠東巨城	謝○義	遠東新觀音廠	鄭○萍	SOGO百貨	楊○娟	亞泥花蓮廠	葉○芳

恭喜上列幸運兒分別得到面額 NTD300 的 Fet.com 官網購物金！



↑ 遠東聯石化（揚州）與日商三井住友銀行（中國）簽訂首筆「可持續發展掛鈎信用證（SL-L/C）」契約，創新綠色金融。



↑ 遠東商銀 Bankee 社群銀行受邀出席 2024 亞洲區塊鏈高峰會，發表全臺首部「2024 虛擬資產白皮書」。



↑ 面對人工智慧時代，元智大學宣佈自 113 學年度起，首創量子 AI 教育，培養高素質科技人才。



↑ 遠東新世紀觀音印染廠舉辦員工旅遊，邀請員工與眷屬一同走訪大自然，放鬆身心。



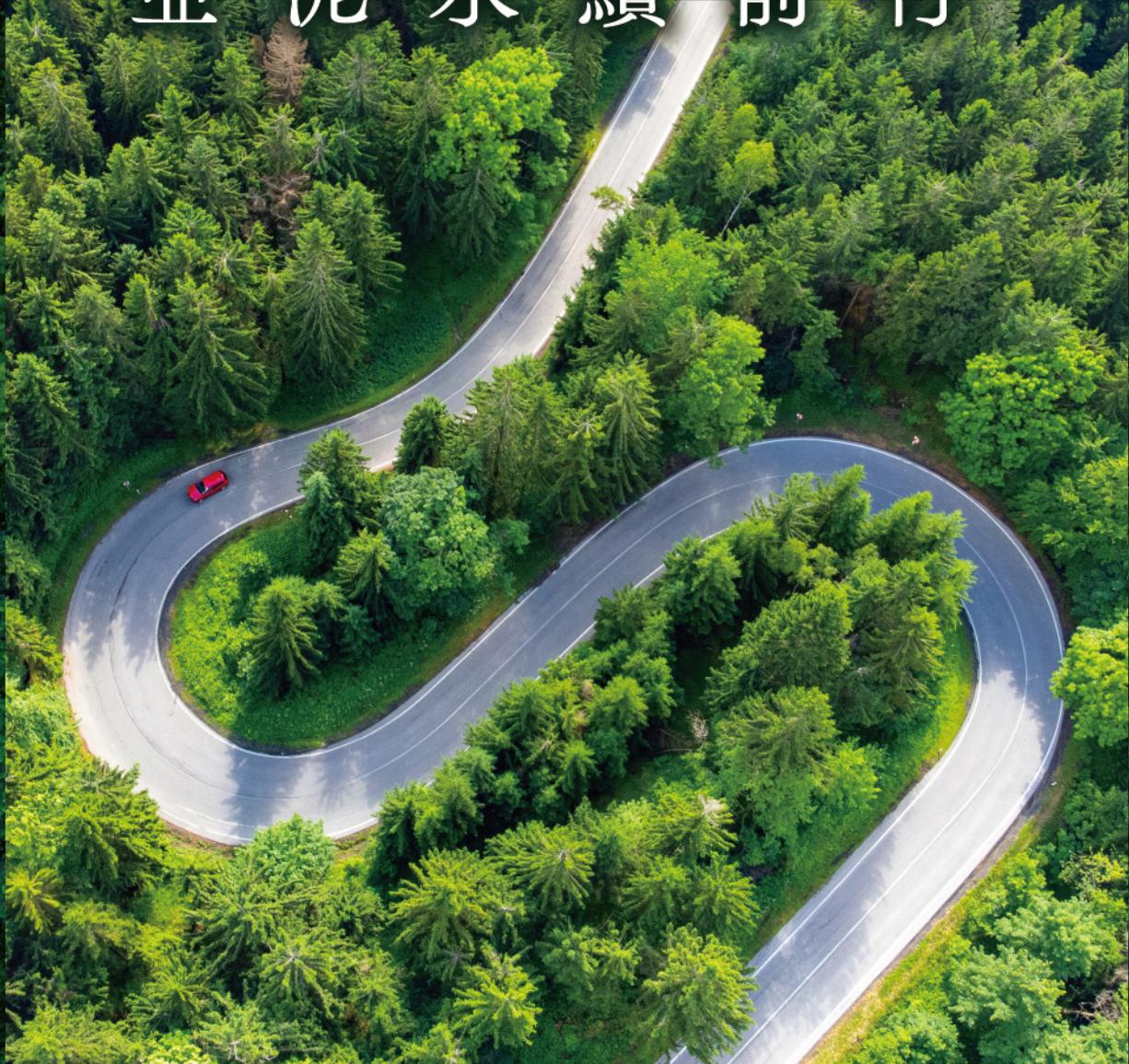
↑ 遠百桃園店攜手財團法人臺灣咪可思關懷流浪動物協會舉辦「貓咪認養宣導活動」，讓更多流浪動物獲得新主人的關愛。



亞洲水泥

ASIA CEMENT CORPORATION

善行 前進 繢續 永泥 環境 友善



ECO-FRIENDLY