

遠東人

徐有庠
題

共同開創「誠勤樸慎・創新」的健康人生

渡假新顯學--永續旅宿

Trendy Vacation Resorts: Introducing Sustainable Hotels

COVER STORY

台北遠東香格里拉 重新定義永續旅宿

台南遠東香格里拉伴您玩轉府城

LIFE GUIDE

財經網

令人怦然心動的「佛系理財術」

資訊網

從惡作劇到AI詐騙，你踩過幾個陷阱

保健網

災難前，關鍵15分鐘的應變之道



THE GLOBAL GOALS
For Sustainable Development



掃描 QR Code
看更多即時訊息
還可下載電子雜誌



JUL

through the lens



➡ 亞泥（中國）在徐旭平副董事長（前排中）帶領下，舉辦全英文讀書會，增進同仁的英文能力及企業競爭力。



➡ 裕民航運徐國安副董事長（中）宣佈，公司取得 ISO 27001 與 27032 雙重認證，展現在資訊安全領域的專業與承諾。



➡ 遠東SOGO百貨於首屆「台灣零售永續獎」獲得7項殊榮，黃晴雯董事長（中）親自出席領獎。

➡ 亞東醫院由邱冠明院長（左二）代表，與美國心臟協會簽署「國際心臟衰竭醫院認證計畫」合作備忘錄，成為亞洲首家獲邀參與此計畫的醫療機構。



渡假新顯學 -- 永續旅宿

李佳珍

隨著「永續」逐漸成為全球共識，旅行也不再只是放鬆身心，更成為價值理念的選擇。本期「封面故事」帶您走進台北與台南遠東香格里拉，看兩家飯店如何在高端服務中，融入節能環保、在地連結與社會關懷，重新詮釋奢華的定義，為永續旅宿立下新標竿。

旅途中能體現生活態度，日常生活中也能投資未來。「財經網」專欄裡，亞東證券為您解析主動式、被動式平衡型 ETF 的差異，遠東商銀也分享以「小額、長期」參與市場的佛系理財策略，讓投資不再高不可攀。此外，儘管災難無法預測，仍可以盡力未雨綢繆，「保健網」帶來災難醫學的重要觀念，教您如何自保與救人；「資安網」則提醒大家防範不斷翻新的詐騙手法；「法律網」也分享「在宅急症照護」試辦計畫，為有需求的家庭提供更溫暖的照護選項…翻開遠東人月刊，讓我們一起掌握時代脈動，預約更美好的未來。

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」八月話題：我的AI小幫手

近幾年人工智慧技術爆炸性成長，不僅在工作場域被廣泛運用，更逐漸普及到家庭生活領域。歡迎來信分享您如何應用 AI 小幫手，為工作與生活提升效率、妝點色彩，文長 300 字以內，遠東人月刊就會提供您一筆「智能應用獎勵金」哦！（截稿日期：7 月 15 日前）



JUL 2025

NO. 419

Since AUG 1990

01 EDITOR 編輯手記

渡假新顯學 -- 永續旅宿 / 李佳珍

04 LEADER'S REMARKS 領航者的話

三大修煉，成為高度自律的人 / 廖慶榮

06 COVER STORY 封面故事

住、益、善 台南遠東香格里拉伴您玩轉府城 / 編輯室採訪整理

台北遠東香格里拉 重新定義永續旅宿 / 吳佳穎

13 GROUP BRIEFING 集團簡訊

關係企業動態報導・股東會報導・績優榮譽榜・公益專區・好康報報・遠東精神獎甄選 / 編輯室輯





22 LIFE GUIDE 生活情報

- 財經網** 令人怦然心動的「佛系理財術」／謝明蓉
- 財經網** 一次看懂主動式、被動式平衡型 ETF／鍾礎州
- 保健網** 災難前，關鍵 15 分鐘的應變之道／黃俊諺
- 法律網** 在宅急症照護 實現居家安養／廖至謙
- 資訊網** 從惡作劇到 AI 詐騙，你踩過幾個陷阱？／陳芳瑜
- 美食網** 艷夏正著時 紅黃雙果美味對決／鄭嘉蕙

40 STORY 心動時刻

- 冰島自由行 -- 追極光之旅／初心・誌
- 愛情是什麼／郭延山

45 HOT TOPIC 遠東話題

- 「遠東人開講」：我的 AI 小幫手／編輯室輯

48 QUIZ 有獎徵答

- 418 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

王照宇	王明倫	余欲弟	李佩頻
李美蓮	呂學龍	汪更新	林俊佑
林志清	林信華	吳昇鑫	吳信儀
吳佳穎	俞瀛璇	胡興賢	梁雅雯
黃靜	游慧琳	游淑如	曾育鍾
程慧文	郭文慧	陳虹瑾	陳昀隆
陳睿誼	陳美伶	陳仲荃	張丹
楊韻琪	楊慧雯	馮輝棋	潘俊男
蔡敏雄	蔡宛臻	劉貞佑	劉稚璋
劉濡慧	賴建偉	簡嘉琪	羅吉廷
藍汝惟	鍾詩蘋	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)



三大修煉，成為高度自律的人

元智大學／廖慶榮校長

每一場畢業典禮，都是一段旅程的終點，也是另一段旅程的開始。學生們離開校園、奔向世界，而師長則以智慧與祝福，為他們點亮前路。本期特別收錄元智大學廖慶榮校長送給應屆畢業生的訓勉詞，他所提出的三項關鍵修煉，不僅是給畢業生的叮嚀，更是一套適用於任何階段職涯者的成長指南。

首先，恭喜各位同學順利完成學業，站上人生的重要里程碑。這不僅象徵一段旅程的圓滿結束，更是邁向嶄新未來的起點。

在這個 AI 快速發展、世界瞬息萬變的時代，未來既充滿挑戰，也蘊藏無限機會。而能否掌握這些機會，關鍵在於你們是否具備高度自律的能力。

自律，不是對自己的苛求，而是一種掌握自我、引導自我、並相信自我的態度與修養。今天，我想與大家分享三項關鍵修煉，幫助你們在人生旅途中成為自律而自由的自己。

1. 時間修煉：自律的第一步，是掌握自己的時間。每個人每天都有同樣的 24 小時，自律的人懂得珍惜每一刻，為生活找到節奏，設定屬於自己的「節拍器」。

當你對夢想懷抱熱情，那份熱情就會成為清晨的鬧鐘，喚醒你起身，讓你心甘情願地付出、不畏挑戰。每個人都有自己獨特的步調，無需與他人比較，只需專注自我成長，踏實地朝夢想邁進。

2. 情緒修煉：人生不可能總是一帆風順，面對壓力與挫折時，關鍵不在於是否跌倒，而在於能否迅速站起來。當你跌倒、迷路、失去方向時，不妨先停下腳步，提醒自己：你曾克服無數難關，這一次也一定能挺過去。

自律的人不被情緒左右，而是懂得與壓力共處，能在風雨中穩定前行。正向思維是面對挑戰的力量，轉念則能讓困境化為成長的契機，讓快速復原力成為你的超能力。

3. 學習修煉：離開校園後，真正的學習才開始。尤其在 AI 高速發展、技術日新月異的時代，今天的知識，可能下個月就已過時。不學習就會被時代淘汰，不更新就會落於人後。

在 AI 時代，學習不是選擇題，而是生存題。自律的人不等環境改變才開始追趕，而是主動學習、持續成長，每天進步一點。畢業後，學習不再是為了考試，而是為了學會如何學習、如何應變，以及如何在變局中找到自己的立足點。

親愛的同學們，畢業既是巔峰，也是嶄新的起點，是你們成長旅程中值得慶賀的重要里程碑。在未來的道路上，難免會感到迷惘，甚至懷疑自己，但請別忘了今天這一刻——你已經證明自己做得好，未來同樣可以。

願你們帶著自律的精神，在變動中堅定前行，在不確定中找到方向，走出屬於自己的精彩人生。無論走到哪裡，都能成為照亮他人、也讓自己發光的人。當你們事業有成時，別忘了貢獻社會、回饋母校、提攜學弟妹。





住、益、善 台南遠東香格里拉伴您玩轉府城

編輯室採訪整理

永續風潮當道，各家旅宿業者無不跟進創新，位於臺南市中心、擁有高住房率的臺南遠東香格里拉，正是以實際行動回應時代需求的代表。從節能設施到顧客體驗、從內部治理到對地方文化的深耕，不僅重新定義了高端服務的內涵，也為永續旅宿立下新標竿。

永續戰略 出奇制勝

今年1月1日起，臺灣減碳新制上路，旅宿業者不再主動提供一次性個人衛生備品，也讓「永續」從理念走向日常，成為民眾「有感」的新生活運動。

事實上，早在法規上路之前，香格里拉集團已憑藉對趨勢的敏銳洞察，制定出「三

S (Stay, Savour, Shine) 」戰略，分別代表「『住』(Stay)就綠色」，以香格里拉的可持續待客之道，創造綠色入住體驗；「『益』(Savour)趣生活」，打造健康安心的美食、親子、舒適等全方位體驗，實現有益且有趣的可持續生活方式；以及「『善』(Shine)發光芒」，為同事、客人、供應商及在地社區賦能。

臺南是臺灣文化與歷史的重鎮，擁有豐富的在地食材與自然資源，台南遠東香格里拉在「三S」戰略引領下，結合得天獨厚的在地優勢，創新住宿、飲食與旅遊三大服務面貌，推動綠色旅宿，履行與地球共存、在地共好的承諾。

不僅如此，台南遠東香格里拉也嚴格遵循香格里拉的全球 ESG 指引與在地法規，包括：定期進行永續績效審查，將 ESG 成果納入 KPI 指標；建立跨部門的 ESG 推動委員會，由高階主管帶領團隊執行永續目標；以及強化供應鏈篩選，鼓勵合作廠商遵循環保與公平貿易原則，落實責任採購。過程中，儘管難免面臨文化轉型的挑戰，飯店仍持續透過教育與激勵制度，逐步培養一線服務與後勤作業夥伴們的永續意識，將 ESG 內化成為團隊的核心精神。

減碳旅宿 加倍幸福

1. 升級基礎設備，住宿節能降耗

隨著永續意識普及，年輕旅客與親子家庭對於環保與文化的連結有更多期待，不再只是「住宿消費者」，更希望成為「永續參與者」，透過住宿支持有理念的品牌。這與台南遠東香格里拉的思維不謀而合，飯店近年積極升級基礎設備，透過採用 LED 節能照明、空調系統、節水裝置，有效降低能耗，並逐步建立機制，輔助旅客適應新興的永續行動，例如：在「不主動提供一次性備品」新制上路前，先設計「可重複使用的物品」，同時提供房客是否更換床單毛巾等「綠色住房」選項，搭配在官網、訂房網頁與房內文宣等管道，加強說明





方案的理念與環保效益，吸引更多旅客願意參與減碳行動。

2. 嚴選當季鮮食，減碳美味兼備

鑒於飯店餐廳的美食向來是旅客最大的期待，台南遠東香格里拉特別將「吃得在地、吃得永續」視為重要使命，強化食材管理、落實廚餘減量，並與臺南在地小農及友善供

應商密切合作，選用當季、當地生產的農漁產品，縮短食材運輸里程，以減少碳足跡，同時降低塑膠包裝，推動「從產地到餐桌」的綠色飲食體驗，兼顧美味與環保。

在遠東 Café 自助餐廳，賓客們能享用到當季瓜果與採用自然農法耕作的蔬菜，結合印度籍主廚的創意料理，在異國風味中品嘗臺南土地的滋味。而中式餐廳醉月樓的料理，則將在地食材與江南、川菜、本幫等當代中菜的技藝精彩融合，招牌菜色的「雪菜花雕虱目魚肚」，以友善養殖的臺南虱目魚為主角，搭配手工醃製雪菜與花雕酒，口感溫潤；最新料理「羊肚菌南靖封雞」，嚴選臺南放養土雞，以福建傳統「封雞」工法烹調，再用臺南關廟鳳梨提鮮，並加入「菌中之王」羊肚菌低溫熬煮，風味厚實而不油膩…台南遠東香格里拉相信，料理不只是味蕾的享受，更是人與土地、季節及文化的對話，透過永續飲食，飯店攜手農友共創綠色價值，也與旅客一起實踐永續生活。

3. 慢旅行走讀趣，品味文化饗宴

作為國際連鎖品牌香格里拉酒店集團在南臺灣的重要據點，台南遠東香格里拉始終以「人與環境的和諧共存」作為營運信念，而參與在地公益與文化交流正是飯店和城市共生的方式，除了在館內餐廳與員工餐廳落實「惜食理念」，飯店也參與弱勢送餐與公益計畫回饋社會，並定期攜手在地學校舉辦職涯體驗及實習計畫，培育下一代觀光人才。針對遊客，飯店則積極推廣結合文化與生態的低碳旅遊模式，包括：提供免費腳踏車租借服務，搭配古蹟導覽、鹽田與濕地生態探索等在地行程選擇，讓旅客不僅「看見臺南」，更要「走進臺南」，感受府城魅力與臺灣歷史的軌跡。以近日推出的「仲夏奇旅」住房專案為例，飯店特別與赤崁樓、億載金城、安平古堡與安平樹屋等當地四大指標文

化景點合作，旅客可任選兩個景點參訪，不僅豐富旅宿體驗，也達到文化永續與低碳旅遊的雙重目標。

臺南出發 邁向國際

台南遠東香格里拉的永續實力已先後榮獲環保署「環保旅館標章」、「GTS 綠色旅行標章」二星認證…等多項肯定，鼓舞飯店持續深耕，展開更全面的永續行動。

首先，在環境永續上，飯店將繼續升級內部的節能設施與資源循環策略，加強能源、水資源與廢棄物管理的效率，並提供更多環保方案，增加旅客參與綠色行動的機會。在社會層面，則積極參與地方公益、文化推廣與人才培育計畫，致力成為城市永續發展的一份子。例如近期與在地插畫家合作推出兒童節主題住房專案，在公共空間展出插畫作品，營造親子共遊氛圍，並延伸至暑期活動及宴會廳謝師宴，讓藝術與文化融入家庭旅宿或畢業的重要時刻。而在公司治理方面，飯店透過績效評估強化執行效率，並確保各項環保措施、社會責任行動與營運決策的透明度，未來計畫攜手更多公部門、學術單位及觀光產業夥伴，共同推動整體旅宿業永續升級。與此同時，飯店也將藉由數據檢視及顧客回饋，精進綠色營運策略，期許每一位旅客的入住，都能獲得友善環境的美好體驗，讓渡假不再只是放鬆身心，而是對生活價值的重新定義。歡迎您前來感受台南遠東香格里拉的永續魅力，從臺南出發，共創更幸福的未來。





台北遠東香格里拉 重新定義永續旅宿

台北遠東香格里拉／吳佳穎

旅途中那片純淨沙灘、那股清新山林空氣，是否曾讓您深深感動？在全球環保意識高漲的浪潮下，「永續」不再是遙遠的口號，而是衡量頂級服務與生活品味的新標竿。台北遠東香格里拉深刻洞察此「渡假新顯學」，將ESG理念視為核心DNA，重新定義奢華體驗，引領旅宿業邁向更美好的永續未來。

不只奢華，更要「綠」動人心

您是否也感受到，旅行的意義正在悄然改變？源於全球環保減碳的永續覺醒，近年「綠奢華」成為「渡假新顯學」。台北遠東香格里拉觀察到旅客的消費行為與喜好正經歷一場深刻的「綠色變革」。這不僅是趨勢，更是飯店重新定義頂級服務、擁抱綠色未來的絕佳契機，也是香格里拉集團以「Triple S 策略」涵蓋的主要業務與優先議題 --Stay

住就綠色、Savor 益趣生活、Shine 善發光芒，真正的奢華，源自於我們對企業治理的承諾、對環境的尊重，以及對社會的深切關懷。

「擁抱永續，旅客『讚』出來！」一個顯著的例子是，當去年底台北遠東香格里拉為響應政府環保政策，宣布自 2025 年起，全面停止提供一次性客房備品時，收到的並非顧客的抱怨，而是來自海內外旅客溫暖的肯定與讚賞。由此可知，現代旅人不僅欣賞飯店為環境所做的努力，更主動尋求與自身價值觀相符的永續住宿體驗。這從飯店在 2023 年首創推出「永續主題婚禮」受到市場高度關注，便能一窺消費者對於兼具環保與奢華體驗的真實嚮往，同時也促使飯店在經營策略上，更積極地將永續理念融入服務與產品中，創造新的商業契機。

為了因應這股綠色旋風，台北遠東香格里拉以 ISO14001 環境管理系統為營運標準，從能源管理、水資源利用到廢棄物處理等多方面著手，全面導入智慧化與節約措施。2024 年再與電子業、汽車業跨界合作，讓永續旅程不僅舒適，更充滿意義與前瞻性。

不只環保，更有溫度

當「永續」概念還只是眾人口中熱議的詞彙，台北遠東香格里拉早已將其化為飯店營運的行動指南，深植於企業的每個角落，以及每位員工的日常，證明 ESG 不僅是責任，更是創造差異化優勢的永續方程式。

綠色行動無所不在，多年來飯店實踐 ISO14001 環境管理系統，從全面換裝節能 LED 燈，到導入電梯電力再生技術與高效節水設備等，皆體現了飯店的綠色承諾，同時，飯店也自 2022 年響應香格里拉集團「淨塑向未來」理念，推行可回收容器、以大瓶裝備品取代小瓶罐、採用環保外帶包材，並在 2025 年全面停止供應一次性客房備品等。此外，為了讓旅客對永續旅行更有感，飯店近年亦推出各式永續住房專案，例如：攜手 LG 電子在客房內配備五款最新的智慧家電，打造智慧科技客房，讓旅客在旅行時也能體驗智慧家電物聯網的便利舒適；另與 BMW 合作，提供住客電動車試駕體驗，並年年響應「地球一小時」，將綠色行動深植於日常。

在餐飲方面，飯店傳承亞洲文化，實踐香格里拉集團的「Rooted in Nature 尋味自然」計畫，為賓客打造健康安心的美





食、親子、養生等全方位體驗，區域總經理萬佐東（Marco Vazzoler）表示，「永續的美好在於分享與共創，飯店從有益有趣的可持續餐飲體驗、為新人打造夢幻又兼具環保的永續主題婚禮，到邀請住客一同加入環保行列，讓永續成為旅程中最美的風景。」擘劃永續核心藍圖，將永續發展確立為營運

的核心方針，代表著由上而下的策略決心；而積極推動的電子化管理，不僅提升了內部運營效率，更在無形中為節能減碳貢獻心力，證明卓越管理與環境責任可以並行不悖。

推動深刻的變革絕非易事，必然伴隨著資源投入、觀念溝通與多方協調的挑戰。飯店堅定地克服挑戰，將其轉化為成長的契機與優勢，朝永續之路邁進。例如全面更換節能設備的初期成本，以及改變員工與顧客長期習慣的過程，都需要耐心與智慧，憑藉明確的永續目標與團隊齊心，這些挑戰都化為前進的動力。

不只摘星，更要點亮「綠」程碑

2025 年台北遠東香格里拉一舉榮獲「銅級環保標章旅館」與首屆「臺北永續旅宿金獎」的雙重肯定，不過，這並非終點，而是一個嶄新的起點。永續是一場沒有終點的旅程，榮譽是責任的開始，驅動著飯店加足馬力、再攀高峰。展望未來，飯店將聚焦四大關鍵引擎，持續深化永續實踐的 DNA，拓展綠色創新的邊界。

首先是「守穩根基」，這包括持續優化現有的節能、節水、減廢系統，同時確保客房永續措施的落實。其次是「創新開拓」，以前瞻視野積極探索永續的可能性，體現技術升級、創新體驗，以及與合作夥伴的強強聯手等多個面向。同時，持續「深化文化」，透過內部培訓、社區參與等公益活動，不斷提升每一位員工的永續意識，並強化顧客體驗，讓永續理念融入每一次互動。不僅如此，飯店也要不斷「追求卓越」，時刻關注全球永續發展的最新脈動，積極評估導入更先進環保措施、挑戰更高階的永續認證。

台北遠東香格里拉深信，當永續理念巧妙融入住宿與餐飲體驗中，旅客在享受頂級服務之餘，更能成為這場綠色行動的參與者與見證者，共享一趟舒適安心且對地球友好的非凡旅程。這不僅是飯店的堅定承諾，更是引領產業邁向永續未來的具體行動。下一次旅行，何不選擇以行動支持旅宿的永續進行式，共同守護我們珍愛的地球？

集團簡訊

掃描 QR Code 看更多集團訊息 →



01 遠傳第二屆永續治理工作坊 賦能 ESG 永續治理

為攜手供應商夥伴共同成長，遠傳 5 月 28 日舉辦第二屆永續治理工作坊，邀請各家供應商夥伴深度交流，並由勤業眾信永續轉型顧問團隊擔任講師，分享最新永續國際趨勢，助力供應商制定永續治理政策與行動方案。（遠傳電信／朱正庭）



02 遠傳攜手雲協 登場 COMPUTEX 2025

全球科技盛會 COMPUTEX 於 5 月 20 日開幕，遠傳除了聯合台灣雲端物聯網產業協會在「CIAT@Computex 2025」推出系列活動，5 月 21 日也參加「永續通訊 賦能產業大未來」論壇，以「從電信商角度看綠色通訊科技趨勢」為題發表演講，並與臺日兩地的通訊產業專家探討如何透過 AI 等先進技術，推進下世代綠色通訊。（遠傳電信／黃奕華）

03 遠傳分享實戰經驗 讓世界看見臺灣技術實力

鑒於全球經貿局勢持續變化，遠傳 5 月 27 日舉辦「微軟 x 遠傳數據力高峰論壇」，協助更多企業掌握數據力與 AI 力，5 月 28 ~ 30 日受邀至韓國出席「智慧運輸亞太論壇（ITS Asia-Pacific Forum）」，以「臺灣智慧運輸系統發展（ITS Developments in Taiwan）」為題，分享臺灣在智慧運輸系統的發展經驗、技術創新與推動政策交流。5 月 14 日再應邀參加 SEMI 國際半導體產業協會與 GESA 綠能暨永續發展聯盟舉辦的「Go Net-Zero & Go Green 淨零未來關鍵行動力論壇」，以「打造智慧淨零節能的基礎建設：因應電力韌性與低碳轉型的雙重挑戰」為主題，論述遠傳以 AI 與淨零轉型實戰力，推動從校園到城市及產業的淨零路徑。（遠傳電信／黃奕華）

04 元智 2025 金畢輝煌

元智大學 2025 年畢業典禮 5 月 24 日隆重舉行，廖慶榮校長期勉畢業生修煉時間管理、情緒韌性與終生學習，帶著自律的精神堅定前行。典禮中特別頒發「榮譽講座教授」予臻鼎科技沈慶芳董事長，感謝其積極推動產學合作，並提供獎學金培育人才。（元智大學／饒浩文）

05 遠東商銀打造樂齡永續體驗

遠東商銀「樂齡理財學苑」第八屆臺中班於4月18日國際古蹟遺址日登場，本次首度移師鹿港舉辦「古蹟藝文之旅」，邀請世界遺產資深領隊帶領近50位VIP貴賓，品味精選鹿港小吃，並走讀百年古蹟；「遠銀樂齡時尚秀」也首度於臺中國家歌劇院舉辦，樂齡學員們將舊衣賦予新意，在舞臺上秀出自己，體驗樂益永續的品牌精神。（遠東商銀／朱佳琳）



06 遠東商銀攜手威朋 以AI大數據為後盾提升金融體驗

遠東商銀與 Vpon 威朋大數據集團深度合作，應用全新的數位分析工具，以視覺化儀表板重塑客戶的體驗旅程，同時持續發展 AI、大數據，致力打造智能科技與創新金融體驗，讓客戶感受便捷的服務。（遠東商銀／朱佳琳）

07 武穴市委書記參訪黃岡亞東水泥

武穴市查俊市委書記5月12日帶領政府辦公室主要領導、市直屬部門負責人及武穴市各礦山企業主要負責人，至黃岡亞東水泥礦山召開全市礦業生態環境綜合整治計畫行動現場會，並參觀畚箕山礦區終了邊坡生態修復、骨料加工車間，以及新建成的濕法脫硫設備。查書記不僅給予高度評價，更指示市直屬各單位全力支持黃岡亞東水泥，爭取儘快完成二線建設。（黃岡亞東水泥／汪六生）

08 江西亞東水泥環保設施公眾開放日活動

江西亞東水泥3月13日獲列中國生態環境部辦公廳公布之「全國首批建材（水泥）行業向公眾開放單位名單」，5月26日接待瑞昌生態環境局組織的人大代表、政協委員、社區幹部等公眾到廠參訪，因投入多項環保措施、表現良好，獲得代表團高度讚許。（江西亞東水泥／李棟才）

09 亞泥（中國）舉辦英文讀書會 提升國際溝通力

亞泥（中國）在徐旭平副董事長帶領下，舉辦全英文讀書會，閱讀《HOLES》、《NARNIA》等英文書籍，並進行口語交流，期能增進同仁的英文能力及企業競爭力，樹立學習典範。（亞泥（中國）／彭近）

股東會報導

10 遠傳電信 (5月16日)

遠傳電信 2024 年合併總營收突破千億，與合併 EBITDA（稅息前折舊攤銷前獲利）同創歷史新高，稅後淨利、每股盈餘也分別創下近 18 年、近 11 年新高，2024 年市值成長幅度更高達 16%，站上 NTD 3,000 億大關，為亞太合併首年寫下精彩的里程碑。（遠傳電信／劉稚瑋、林孟璇）

11 東聯化學 (5月19日)

2024 年儘管在地緣政治、能源波動及中國產能擴張等多重挑戰下，石化產業面臨嚴峻考驗，東聯化學仍憑藉穩健的轉型策略，積極拓展特用化學品及氣體相關產品，營運表現穩定，全年合併營收達 NTD 238 億，年增 14%，稅後淨利為 NTD 0.2 億，每股盈餘 NTD 0.02，展現企業韌性與市場競爭力。（東聯化學／房軒）

12 遠東百貨 (5月20日)

遠百零售集團 2024 年合併營業額 NTD 1,320 億，每股盈餘 NTD 1.65，每股發放現金股利 NTD 1.35，維持高現金股息殖利率。2024 年遠東百貨第四代 City 系列店轉型奏效，帶動營業額與獲利穩定成長。隨著遠東 Garden City 逐步營運，遠東 SOGO 百貨整體營收成長，愛買及 city' super 亦持續提升商品獨特性，增加賣場多元性，並藉由強化電子商務，提高獲利，成為投資人與股東最佳投資目標。（遠東百貨／王明倫）

13 遠東商銀 (5月22日)

遠東商銀 2024 年總資產年增 8%，達 NTD 8,535 億，並以稅後淨利 NTD 42.97 億，續創獲利新高，每股純益為 NTD 1.01，每股配發 NTD 0.75 股利，包含 NTD 0.5 現金股利與 NTD 0.25 股票股利。此外，遠東商銀授信資產品質續保優於市場平均水準，逾放比降至 0.065%，資本結構強健，普通股權益第一類資本比為 11.88%，資本適足率為 14.50%。（遠東商銀／李佩頻）

14 宏遠興業 (5月23日)

宏遠興業 2024 年合併營收達 NTD 82.64 億，年增 5%，稅後每股盈餘 NTD -0.41；2025 年第一季營收則達 NTD 21.73 億，較去年同期成長 12%，財務體質明顯改善。公司營運成果穩健回升，主要得益於積極推動精準的銷售策略與有效的庫存管理，提升資金運用效率，並帶動整體營運動能轉強，此外，宏遠興業也同步強化數位管理與策略轉型，展現穩健成長與持續提升經營效率的雙重成果。（宏遠興業／游美玲）

15 裕民航運 (5月27日)

裕民航運 2024 年合併營收 NTD 163.43 億，稅後淨利 NTD 46.81 億，每股盈餘 NTD 5.54，延續高配息政策，每股配發現金股利 NTD 3.2。截至目前，裕民航運累計未分配盈餘與法定盈餘公積合計達 NTD 200.18 億，折合每股可分配盈餘 NTD 23.69，為穩定配息奠定堅實基礎。未來裕民航運將繼續聚焦於淨零轉型與全球佈局，並強化營運韌性與資本報酬，為股東創造可持續的長期回報。（裕民航運／黃一珍）

16 亞洲水泥 (5月28日)

亞洲水泥 2024 年度合併稅後純益達 NTD 129 億，每股稅後盈餘 NTD 3.86，每股發放現金股利 NTD 2.2，實現穩定回饋股東的承諾。亞洲水泥深耕核心本業，並透過多角化策略分散風險，維持長期競爭力，自 1962 年掛牌以來，連續 63 年獲利、連續 40 年配發股利，自 2018 年起，更年年創下稅後淨利破百億之紀錄。（亞洲水泥／顏嘉璐）

17 遠東新世紀 (5月29日)

遠東新世紀 2024 年合併營收 NTD 2,710 億，成長 5%，創下歷史新高，歸屬母公司之稅後淨利 NTD 100.3 億，成長 22%，每股盈餘 NTD 2.0，每股配發現金股利 NTD 1.6。2025 年第一季合併營收 NTD 637 億，稅後淨利 NTD 23.3 億，成長 47%。未來遠東新世紀將持續以低碳技術、綠色材料及智慧製造引領產業永續轉型，結合全球在地化與財務穩健優勢，打造具韌性的國際企業體質，創造企業永續價值。（遠東新世紀／劉信廷）



績優榮譽榜

18 裕民航運取得 ISO 27001 與 27032 雙重認證 強化資安接軌國際標準

裕民航運宣布取得 ISO 27001: 2022 最新版國際資訊安全管理制度認證與 ISO 27032: 2023 網際網路安全管理指引認證，同時也通過 CNS 27001:2023 最新版資訊安全管理驗證，展現公司在資訊安全領域的專業與承諾。（裕民航運／汪更新）

19 首屆「台灣零售永續獎」 遠東SOGO百貨獲7項殊榮

台灣永續能源研究基金會 2025 年首度舉辦「台灣零售永續獎」，遠東 SOGO 百貨榮獲「綜合績效 - 典範獎」，並於單項績效獎項囊括 4 金 1 銀，為獲獎數量最多的企業，黃晴雯董事長更因帶領公司晉升「永續先行者」，締造多項「第一」，獲選「永續零售傑出人物獎」。（遠東 SOGO 百貨／唐守怡）

20 遠傳榮登《2025 標普全球永續年鑑》前 5% 企業

遠傳蟬聯獲選《2025 標普全球永續年鑑》（The Sustainability Yearbook 2025）前 5% 企業之列，5 月 22 日出席首度在臺灣舉辦的「2025 年標普全球永續年鑑表彰典禮」。遠傳本次總評分不僅是全臺電信業之冠，更高居全球電信業第二，彰顯公司在永續領域的深厚實力。（遠傳電信／朱正庭）

21 遠傳榮獲 FinanceAsia「最佳企業－電信業金獎」 臺灣唯一

國際知名財經媒體《亞洲金融雜誌》（FinanceAsia）公布「2025 年亞洲最佳企業」（Asia's Best Companies）評選結果，遠傳榮獲臺灣唯一「最佳企業 -- 電信業金獎」（Best Companies-Telecommunication Services-Gold），以及電信業唯一「最佳大型企業」（Best Large Cap Company）榮耀，井琪總經理更在臺灣不分產業類別中，連續三年獲頒「最佳 CEO」殊榮。（遠傳電信／劉稚瑋）

22 遠企大樓榮獲 LEED 既有建築黃金級認證

遠東集團旗下遠企大樓專案團隊整合營運管理資源，推動能源效能、水資源管理…等多項優化措施，體現對環境友善與永續管理的堅定承諾，取得美國綠建築協會（USGBC）推動之國際綠建築評估制度「LEED 既有建築營運與維護類別 -- 黃金級認證（LEED O+M: EB Gold Certification）」。（遠鼎公司／簡景州）

23 亞東科技大學勇奪「東京創新天才發明展」3 金 1 特別獎

亞東科技大學電子工程系師生攜手泰山高中參加 2025 年「第 39 屆日本東京創新天才發明展」，以「糖尿病用藥健康檢測與儲存裝置」、「具生理監控之居家復健腳踏車」與「VR 遠距運動處方平臺」等三項創新作品，榮獲 3 面金牌與 1 項特別獎，實現二連霸。（亞東科技大學／楊慧雯）

24 遠傳、Big City 遠東巨城購物中心獲國家產業創新獎殊榮

第九屆「經濟部國家產業創新獎」6 月 10 日舉行頒獎典禮，遠傳以「翻轉醫療模式：5G 遠距診療讓健康沒有距離」，榮獲一般企業組「績優創新企業」肯定，創下獎項設立 18 年來，電信業首度獲獎的紀錄。同時，Big City 遠東巨城購物中心也獲中小企業組「績優創新企業」，展現企業經營的品牌信譽。（編輯室輯）



公益專區

25 永續綠色生活 遠東百貨推廣在地物產

新竹大遠百與南投縣政府舉辦「品味南投 -- 食全食美物產展」，呈現產地直送的新鮮美味，另與新竹縣農會合作舉辦「青農繽紛樂市集」，搭配手作活動，讓民眾體會食農教育的樂趣，5月24～25日再攜手苗栗縣政府與在地農會，舉辦「2025 苗栗新竹優質農特產品及南瓜推廣活動」，展售南瓜、蜂蜜…等苗栗農特產品，支持青年農民。4月19～20日花蓮店也和臺南市政府農業局共同舉辦「南農 fun 花蓮」農產展銷活動，農業局特別捐贈3箱臺南金鑽鳳梨予花蓮黎明教養院，支持在地公益團體。（遠東百貨／劉姿頤、葉春意、楊旻軒）

26 新竹大遠百母親節獻愛心

歡慶母親節，新竹大遠百志工團前往杜華神父社會福利基金會，用舞動傳遞歡樂，另與勵馨基金會推出「小腳丫嬰幼兒用品大募集」活動，為等家寶們募集奶粉、尿布等近2千件嬰幼兒所需物資，更首次與亞東科技大學合作「2025 遠百名師揮毫筆墨書畫展」，邀請台灣書法協會6位書畫名師共同揮毫「春、暉、韶、光、映、日」六字，寓意母愛的光輝。（新竹大遠百／劉姿頤、李芝瑄）



27 遠東百貨、元智大學 環保聚愛心

板橋大遠百4月19、20日舉辦「環保聚愛心 舊衣贈好禮」活動，共募集近千件舊衣贈予「心怡舊衣收集工作隊」，供身心障礙朋友分類義賣作為收入。元智大學則策劃「里山前進吧！石碇螢火蟲書屋及保甲路環境整理活動」，號召學生深入新北市石碇區十八重溪，參與「螢火蟲書屋」與淡蘭古道之一保甲路的整理工作，體現永續關懷的精神。（編輯室輯）

28 遠東百貨、Big City 遠東巨城購物中心打造共好社會

為補充血庫存量，Big City 遠東巨城購物中心5月17日與city'super、愛買巨城店…等各界品牌廠商及企業，共同舉辦「Big 熱血」捐血活動，共募集1,223袋熱血，成為購物中心及百貨零售公益平臺的典範。此外，巨城長期攜手法務部犯罪被害人保護協會舉辦「馨生市集」，5月特別規劃「重傷犯罪被害人家庭服務活動」，邀請被害者及家人製作桌花，增進情感交流。響應國際導盲犬日，4月26日板橋大遠百邀請台灣國際導盲犬協會舉辦宣傳見面會，並舉行愛心義賣及募款活動，幫助視覺障礙人士。（編輯室輯）

29 幸福端午公益捐贈 遠東百貨傳遞關懷

迎接端午佳節，遠東百貨桃園店的同仁們 5 月 20 日前往財團法人靖娟兒童安全文教基金會設立的課後照顧據點「桃樂思小衛星」，捐贈端午節禮盒；高雄大遠百亦攜手高雄市政府社會局仁愛之家，舉辦「傳遞關懷・幸福端午」公益捐贈，將粽子、點心禮盒分享給需要的家庭。臺南大遠百則於 5 月 26 日將 92 份募集的端午禮盒致贈臺南市政府社會局，由社工轉贈輔導的關懷家庭。新竹大遠百也連續第六年與新竹市政府社會處攜手舉行「年節愛心捐贈」計畫，共募集 650 顆愛心肉粽，全數致贈新竹市所需家庭。（遠東百貨／劉唯鈺、鄭敏惠、王詠嬋、葉春意）

30 臺中大遠百、亞東科技大學惜食善循環 傳遞幸福力量

臺中大遠百「讓愛遠行 花寶公益戀」志工團隊 4 月 21 日前往社團法人中華安得烈慈善協會食物銀行，協助紙箱整理與分類，助力惜食善循環；4 月 18～20 日參加由社團法人世界幫扶協會發起的「真心柑仔店 愛心義賣市集」，陪伴身心障礙者們服務客人，培養自立的能力，並響應財團法人台灣血液基金會臺中捐血中心的募血活動，號召民眾挽袖獻愛心。5 月 19 日再前往社團法人台灣福氣社區關懷協會，與身心障礙朋友一同除草耕作、共煮油飯。另一方面，亞東科技大學 USR（大學社會責任實踐計畫）團隊 5 月 3、5 日則在淡水舉辦健康促進講座，除了帶領上百位里民體驗綠色植栽手作及永生花設計，也與銀髮族分享如何吃得健康、預防失智。（編輯室輯）



31 遠東SOGO百貨循環永續 守護地球

遠東 SOGO 百貨中壢店結合桃園市環保局，以「淨零綠生活」與「在地環保議題」為主題，舉辦「綠色故事館：用愛守護地球」活動，引導大小朋友將環保理念化為生活實踐。5 月 3 日新竹店則攜手新竹市環保局、新竹市政府舉辦「舊衣回收 讓愛循環」活動，回收高達 8,000 件舊衣，落實企業社會責任。（遠東 SOGO 百貨／張信、管俊瑋、魏怡鈴）

32 遠東SOGO百貨中壢店攜手護生命 熱血暖中壢

遠東 SOGO 百貨中壢店 5 月 24 日聯合中壢警察局舉辦捐血活動，由員警率先挽袖響應，帶動民眾熱情參與，共募得 150 袋血，展現企業與警民共同守護社會的溫暖力量。（遠東 SOGO 百貨中壢店／張信）

33 醫路相伴點亮希望 亞東醫院打造健康生活

為感謝捐款者的支持，亞東醫院5月27日舉辦「醫路相伴 點亮希望」感恩牆剪綵儀式，邀請歷年捐款者與病友代表齊聚一堂，共同見證愛心的累積與傳承。（亞東醫院／羅妘妤）

34 江西亞東水泥端午送溫暖 走訪周邊困難戶

粽葉飄香，情暖端午，江西亞東水泥5月29日走訪廠礦周邊碼頭鎮勝利村、西街社區、六二一四廠社區共15戶困難家庭，提供愛心物資，送上誠摯關懷與祝福。（江西亞東水泥／朱瓊）

好康報報

35 「eTag停車會員」免掃碼、免跑超商 再享路邊停車365天免費

為感謝用路人助力低碳交通，遠通電收即日起至7月31日舉辦「用得對，365天路邊停車都免費」活動，凡申辦「eTag自動儲值」並具備「eTag停車會員」身份，不僅享有國道通行費九折優惠，更有機會獲得特獎一年份全臺路邊停車免費。參加者只需於活動網頁登錄完成，每成功使用「eTag停車扣繳」服務支付路邊停車費一次，即可獲得一次抽獎機會（累積次數無上限）。每月抽出一名特獎幸運得主（合計抽出三名），另抽出100名回饋uTagGo停車金NTD 500（總共300名）。（遠通電收／賴建偉）



「eTag停車會員」
免掃碼、免跑超商
再享路邊停車
365天免費

36 台北遠東香格里拉遠東Café「印度食尚嘉年華」引領夏日味蕾新潮流

台北遠東香格里拉遠東Café即日起至8月7日推出「印度食尚嘉年華」，包括：享譽全球的「盧迪亞納奶油雞」、象徵皇家勝利的「印度式烤羊肉」、辛香奔放的「辣炒螃蟹」…等二十道經典美饌輪替供應。午、晚餐每位NTD 1,580+10%起，訂位專線：(02) 7711-2080。（台北遠東香格里拉／吳威廷）



37 夏季電費高？靠涼感被輕鬆救荷包

2025年夏季熱浪來勢洶洶，在高溫與電價雙重壓力下，東妮寢飾百貨年中慶優惠即日起至9月18日開跑，熱銷代表作「TopCool涼感系列」全新一代瞬涼機能冰凍紗，蓋上瞬間體感降溫約6°C，此外還有涼感床包枕套組、涼感被、涼感墊／涼感保潔墊、涼感枕頭墊／枕套、抱枕…等，超過50項款式花色可供選擇，讓消費者睡得好、省荷包。（全家福／陳美伶）



2025

遠東精神獎 甄選

即日起開放申請至
7/31 四 截止

遠東集團仰賴全體遠東人 在各自崗位上「兢兢業業、不停創新、持續付出」的敬業精神
敬邀各位遠東人參選2025遠東精神獎

申請條件

- 1 該具體事蹟之所有團隊成員必須為經理級（含）以下之基層同仁。（公益系統：學校 - 系主任（含）以下；醫院 - 科主任（含）以下）
- 2 該具體事蹟之團隊成員人數不得超過 10 人。
- 3 報名案件之具體成效必須發生於 2024 年 8 月 1 日至 2025 年 7 月 31 日。
- 4 報名案件需具備“遠東精神：誠、勤、樸、慎、創新”，可做為集團同仁效法或學習之楷模，並就「**前瞻創新類**」、「**營運績效類**」、「**集團綜效類**」、「**積極任事類**」相關規則報名。

甄選辦法詳見遠東人月刊網站『下載專區』，或洽各公司人資單位

申請流程

請洽各公司
人資單位
索取報名網址
與帳號密碼



資料填妥後印出
送交公司
人資單位



公司人資單位
呈報總經理或
最高主管簽核



上傳簽核後
電子檔至報名系統
完成報名



2025

遠東節能獎 甄選

即日起開放申請至
7/31 四 截止

為追求節能管理進一步突破，並增加集團內關係企業交流，啟發節能技術精進，俾以提高節約能源效益

敬邀各位遠東人參選2025遠東節能獎

獎項分為「優良專案」與「優良機構」

優良專案（製造業／非製造業）

評分項目：

節能效益

技術創新性

未來推廣潛力

資料完整性

請各公司提報自 2024 年迄今，為達成節約能源所採行的具體措施中，有效達到節省公司內部能源費用、減少碳排放量，並具備技術創新性及未來推廣潛力。

優良機構

由主辦單位依 59 家主要能源耗用企業 2024 年第三季至 2025 年第二季執行節約能源之整體成效（單耗節能率）評定。



2024 年得獎案例介紹
請詳見遠東人月刊 2025 年 1 月號

令人怦然心動的「佛系理財術」

遠東商銀／謝明蓉

有一種理財方式是投資人持續以小金額參與市場，在時間長河的醞釀下，累積豐盛的成果。這種看似「佛系」、無為而治的理財方式，經過數據回測，卻可能擁有較高的勝率。如果您頻繁進出市場卻一無所獲，不妨參考本期「財經網」介紹的方式。

元人孔尚任的著名戲曲《桃花扇》中有句歌詞：「眼看他起高樓，眼看他宴賓客，眼看他樓塌了」，恰巧能形容近幾年追逐飆股的股民們，從一夕暴富到瞬間翻船，甚至倒賠的現象。在股海裡衝浪可滿足快感，幸運站上浪頭能享受高光時刻，但是對於累積財富卻不見得有幫助。

投資人通常是自己最大的敵人

Dalbar (Dalbar, Inc.) 公司長期研究投資人行為，從 1984 年開始，每年都會出版「年度投資人行為量化分析」(簡稱 QAIB)，目的是透過投資人的行為管理，增強投資組合表現。根據其長期數據分析顯示，投資人通常是自己最大的敵人，主要的錯誤行為包括：短線操作、追高殺低，缺乏紀律。簡而言之，投資人容易受市場漲跌影響，過度頻繁贖回，因而降低長期收益。

情緒性反應可能減損收益

Dalbar 2024 年最新報告指出，投資結果更多是因為投資人行為影響，而非基金本身的報酬。相較於受個人情緒左右的投資人，有耐心且不執著於短期市場震盪的投資人，更可能成功累積財富。Dalbar 統計美國標普 500 指數 30 年的表現，對比美股基金投資人的平均報酬，發現投資人報酬低於指數表現（指數年化報酬是 9.7%，投資人平均只賺到 6%），尤其如果錯過漲幅最高區間，則報酬率更差。為何投資人會錯過漲幅最高區間呢？主要原因有二，一是投資人看到市場大跌就即刻殺出，錯過大跌後的反

彈；二是投資人看到漲多而提前贖回，以至於錯過市場持續攀升的機會。

比起神操作 紀律投資才是關鍵力

一般人偏愛追捧號稱押對飆股的神操作，卻忽略長期的投資勝率與最終財富累積的結果。真正的勝利大多來自於平實無華的持續投資、持續累積，在眾聲喧嘩裡，做一位冷靜自律的投資人。「定期定額投資基金」可以幫助您完成這個目標，透過小筆金額持續滾入市場，參與市場成長，同時，在不同時間進場還可能攤平成本，消弭市場漲跌的不確定因素。對於投資新手或沒有時間鑽研投資標的人而言，堪稱是最佳解方。

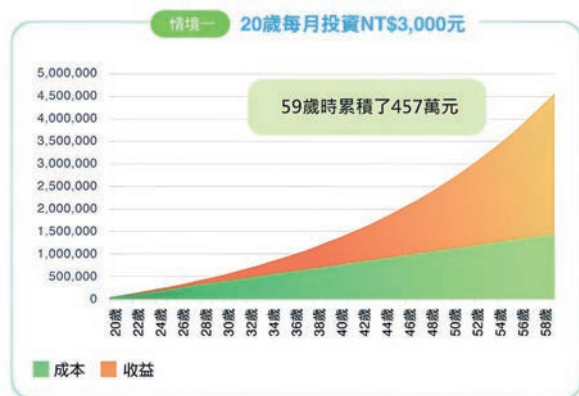
越早開始 效果越好

定期定額投資有很多技巧，其中最重要的是拉長時間，放大收益。以下圖為例：

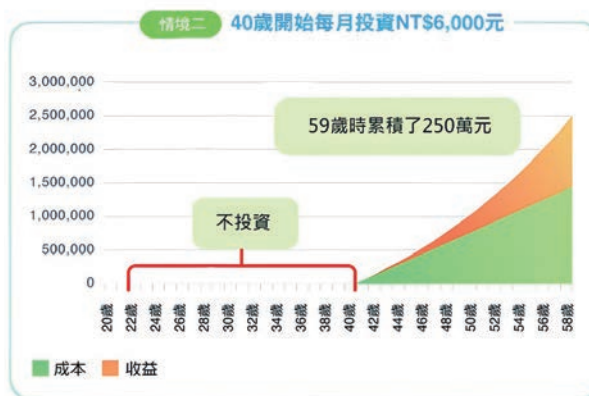
表一：兩種情境，兩種命運

投資年化報酬率 5% 基金	20 歲開始投資	40 歲開始投資
每月投資金額	NTD 3,000	NTD 6,000
59 歲的本利和	NTD 4,566,231	NTD 2,499,786
總投資成本	NTD 1,440,000	NTD 1,440,000
收益率	217%（完勝）	74%

情境一：20 歲每月投資 NTD 3,000



情境二：40 歲每月投資 NTD 6,000



資料來源：遠東商銀，資料日期：2024/09，以上為歷史資料模擬投資組合之結果，數據僅供參考，不代表本投資組合之實際報酬率及未來績效保證，亦暫不考慮通膨影響。

A 從 20 歲開始，每月以 NTD 3,000（下同）投資年化報酬率 5% 的商品。59 歲時，本利和是 NTD 457 萬，成本 NTD 144 萬，收益率 217%。

B 從 40 歲開始，每月以 NTD 6,000 投資年化報酬率 5% 的商品。59 歲時，本利和是 NTD 250 萬，成本 NTD 144 萬，收益率 74%。

由上可知，相同的總投資成本與商品，因時間拉長複利效果，收益差距高達 3 倍。

從自己開始 慢富也可以成為「富一代」

根據主計處「國富統計結果」，2021 年臺灣家庭資產的分布狀況，前 20% 家庭的資產（圖一）是後 20% 家庭的 66 倍（前者是 NTD 5,133 萬，後者 NTD 77 萬），相較於 1991 年僅差距 16.8 倍，顯示「富者越富」的趨勢更為明顯。進一步分析家庭資產的組成，儲蓄、股票、基金…等金融性資產的差距最明顯，前 20% 家庭平均有 NTD 3,809 萬，而後 20% 家庭平均為 NTD 222 萬，差距 17 倍。房地產部分，前 20% 家庭平均是 NTD 1,480 萬，後 20% 是 NTD 224 萬，差距 6 倍。

由此可知，有錢人的資產持續增值原因來自金融性資產，而「理財」是拉開差距的最大原因。理財就像滾雪球，時間越長，雪球越大，換言之，有紀律的投資才是發揮「錢滾錢」的重要推手，正如傳承七代、為全球十大富豪家族歐洲羅斯柴爾德家族（Rothschild）的祖訓：「成功來自於長時間的堅持與關注」。

圖一：臺灣 30 年家庭貧富差距

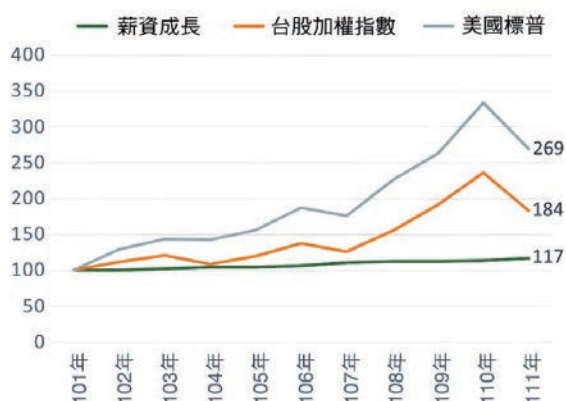


「家庭資產」=「非金融性資產+金融性資產—金融性負債」，資料來源：主計處，統計至 2022 年。

薪水跑不贏股市 你不理財，財不理你

「投資一定有風險」的警語民眾耳熟能詳，但若反向理解為「不投資就沒風險」則未必。因為不投資所承擔的風險，除了財富因通膨而縮水之外，最大風險是沒跟上由市場帶動的財富增值，慢慢與其他人拉開距離。主計處統計受雇員工全年薪資結果，2012 年薪資平均為 NTD 44.2 萬，2022 年為 NTD 51.8 萬，十年漲幅為 17.19%，相同的區間，台股上漲 83.62%，美股上漲 169.21%。進一步觀察，2019～2021 年是股市大多頭的三年，不論台股或美股，漲幅均高達 60～70%，即使在 2022 年拉回修正 20%，整體趨勢仍然向上。換句話說，如果您守著薪資，期待依靠每年調薪或跳槽加薪來提高總資產，隔壁同事可能已經趁著多頭時期，藉由投資，慢慢拉開跟您的差距了。

圖二：薪資成長 VS 股市成長



資料來源：主計處、Bloomberg，
2012 年=100 (標準化)

小額定期參與市場 躋身理財一族

拒絕資產掉隊，就是要聰明地參與市場。沒有富爸爸沒關係，定期定額投資可以用小筆金額持續滾入市場，只要持續有紀律的投資，也有機會累積可觀的資產。

遠東商銀在 Podcast「十樂不設 錢進人生」分享，透過「夢想試算表」建立紀律性理財，感受「慢富樂活」投資哲學的魅力。歡迎掃描 QRcode 收聽節目：S1-EP5「慢慢來，比較快～慢富樂活的新投資哲學」。



※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)

一次看懂主動式、被動式平衡型ETF

亞東證券／鍾礎州

隨著金融市場不斷發展，投資工具的選擇日益多元，金管會亦積極推動臺灣成為亞洲資產管理中心，於 2024 年 12 月 25 日公告修正《證券投資信託基金管理辦法》等多項法規，開放證券投資信託事業發行主動式 ETF 及被動式平衡型 ETF，為投資人提供更多資產配置的可能性。兩種新開放的 ETF 產品在掛牌申請程序、資訊揭露、交易方式、流動量提供者造市，以及申購買回作業原則，皆參照指數股票型基金之規範，與現行 ETF 相同，但各有其特色，本期「財經網」將深入介紹，提供投資人參考。

主動式 ETF 未來的明日之星

主動式 ETF 是一種由基金經理人根據特定的投資目標與策略，主動管理投資組合的基金產品，其目的是在扣除相關費用後，力求達到超越基準指數的投資績效。與傳統 ETF 相比，主動式 ETF 更加靈活，經理人可依據市場變化，調整投資標的與資產配置。依據資產管理公司貝萊德（BlackRock）統計，截至 2024 年止，全球已有超過 2,300 檔主動式 ETF，管理資金規模超過 USD 9,000 億。2024 年超過 4 成新發行的 ETF 屬於主動式 ETF，而 2021 年主動式 ETF 的佔比僅約 1/4。貝萊德預估，2030 年全球主動式 ETF 規模將達 USD 4 兆。

主動式 ETF 的 9 大特性

1. 資訊透明度高：有別於其他基金，主動式 ETF 每日揭露投資組合的持股明細，方便投資人掌握資金的流向與配置。

2. 產品識別明確：基金名稱中包含「主動式」字樣，而其證券簡稱的前兩字也會顯示為「主動」，以利投資人辨識。此外，股票型的代碼會在數字後加上「A」，債券型

則加上「D」。

3. 靈活的操作方式：主動式 ETF 提供更大的操作空間，不受限於特定指數的成分股組成，讓基金經理人根據市場狀況進行操作，相對也十分考驗其選股與擇時的能力，績效不保證能超越大盤。

4. 可設定績效指標：主動式 ETF 可設定績效指標，若基金設有績效指標，公開說明書必須充分揭露相關資訊，並且每月於公開資訊觀測站申報基金淨值與績效指標累計漲跌幅資料，作為投資人評估的參考。

5. 高收益潛力：基金經理人透過深入研究與靈活策略，有機會抓住市場波動中的機遇，實現超越市場平均的收益表現，但投資人亦需承擔相對的風險。

6. 市場適應性強：面對瞬息萬變的市場，主動式 ETF 能因應宏觀經濟或產業趨勢，快速調整投資組合，降低下行風險。

7. 管理費用折衷：由於需要支付基金經理人的專業服務費，主動式 ETF 的管理費用通常高於被動式 ETF，但低於傳統主動式基金。

8. 注意事項：基金投資組合資訊會於每個營業日基金淨值結算後公布，然而，基於主動式 ETF 主動操作特性，基金經理人可在次一營業日進行投資組合調整，因此盤中投資組合不一定與前一日公布的投資組合內容相同。

9. 適合投資對象：對市場趨勢有一定判斷，願意承擔較高風險以追求超額收益的投資人，或是希望能靈活應對市場變化，並信任基金經理人專業能力的投資者。

被動式平衡型 ETF 兩者兼得平衡配置滿足需求

金管會目前開放的被動式多資產 ETF，僅限固定比例股債平衡型商品，故本文介紹為被動式平衡型 ETF，其為結合股票與債券資產的基金產品，旨在提供穩定的資產配置與長期回報。這類 ETF 通常追蹤特定的股債平衡指數，例如 60% 股票與 40% 債券的組合，為投資人提供一種簡單且低成本的多元投資方式。簡單而言，被動式平衡型 ETF 係屬於現行被動式 ETF 的延伸，追蹤的指數同時涵蓋股票和債券，並且於指數編製規則訂有股票及債券配置比例，投資人可查詢公開說明書及投信官網揭露的每日投資組合內容，了解其股債資產配置規則及實際情形。

被動式平衡型 ETF 的 4 大特性

1. **資產配置多元**：透過股票與債券的結合，被動式平衡型 ETF 能降低單一資產的波動風險，實現較穩定的投資回報。
2. **產品識別明確**：指數名稱中包含「平衡」字樣，而證券簡稱的前兩字顯示為「平衡」，方便投資人快速辨識產品類型。股票代碼會在數字後加上「T」。
3. **風險分散**：股債混合的投資組合，可有效降低單一資產的波動性，特別是在股市表現不佳時，債券能提供一定的防禦作用。
4. **適合投資對象**：追求穩定收益，且對市場波動承受力較低的保守型投資者，或是希望以較低成本達成長期資產配置的目標者。

最成功的投資組合：根據個人的風險承擔意願，在被動型與主動型策略之間取得平衡

主動式 ETF 與被動式平衡型 ETF 的推出，為臺灣的 ETF 市場注入新活力。此兩類產品各有特色，能滿足不同投資人的需求，建議根據自身的投資目標、風險承受能力以及對市場的看法，選擇最合適的 ETF 產品。選擇主動式 ETF 時，應仔細研究基金經理人的歷史績效與專業能力，並了解該基金的投資策略與風險；而選擇被動式平衡型 ETF 時，則需關注所追蹤的指數成分及其資產配置比例是否符合自己的投資需求。此外，充分閱讀公開說明書與相關文件，了解產品特性與潛在風險，亦是降低投資風險的重要步驟。



【反詐騙諮詢查證】

反詐騙專線：165

證券期貨反詐騙諮詢專線：
(02) 2737-3434

亞東證券客服專線：
0800-088-567

災難前， 關鍵 15 分鐘的應變之道

亞東醫院急診醫學部／黃俊諺醫師

近來大災難的預言在網路上廣泛流傳，造成部分人心惶惶。姑且不論預言的可信度如何，平時做好防災準備，屆時才能有所因應。本期「保健網」分享有關災難醫學的重要觀念，遇到災難時，方有能力自救與救人。



想像你住在沿海地區，休假日在家裡，忽然手機警報聲大作，還沒來得及拿起手機，立刻感到天搖地動，物品都從櫃子上掉落，好不容易地震停了，沒想到手機警報聲再次響起，預告海嘯將於 15 分鐘後抵達，請沿岸 5 公里內的居民盡快撤離。這時，您該怎麼辦呢？

災難的定義與種類

廣義而言，災難是指人類遭遇巨大的生態衝擊，生命或健康受到威脅，無法以平常的方式應對，必須依靠不同於一般的行為與外來援助來克服。

災難的種類分為「自然災難」、「人為災難」，以及「自然與人為」合併型的災難。其中，「自然災難」包括：地震、颱風、海嘯、水災及土石流…等；「人為災難」包括：火災、爆炸、交通事故、人群聚集時的踩踏事件、恐怖攻擊與戰爭…等；至於「自然與人為」合併型的災難，著名例子是 2011 年 3 月 11 日發生的日本大地震，地震後引發海嘯，造成福島核電廠嚴重毀損，以及後續放射性物質的泄漏、擴散與污染。

災難會產生傷患，這些傷患人數或嚴重程度超過醫療機構平時處理的量能，就演變成醫療災難。

這幾年各地接連發生許多重大災難，造成嚴重傷亡。例如：2004 年 10 萬人死於南亞大海嘯；2010 年海地大地震造成 20 萬人死亡、300 萬人受災；2023 年 2 月 26 日發生在土耳其的大地震，奪走 5 萬人的生命。臺灣也是一個多災多難的海島國家，有地震、颱風、洪水、海嘯，以及許多嚴重的交通事故或人為災害。近 30 年發生過包括：1999 年 921 大地震，死亡人數超過 2,000 人；2014 及 2015 年各發生一次復興航空空難，總死亡人數超過 90 人；另有高雄氣爆案、八仙塵爆、臺南維冠金龍大樓倒塌、普悠瑪及太魯閣號出軌、高雄城中城大火…等重大災難事件，死亡人數從數十人至上百人。居住在臺灣，災難其實離我們很近。

災難的應變管理

災難的應變一般分成 4 個循環階段，分別是「減災、整備、應變、復原」。以下的災難管理方式並非只能在機構或組織中應用，一般民眾也可依此原則，建立防災思維。

1. 減災：減災是指降低災害發生的機率，或降低災害造成嚴重危害的機率。以家庭火災而言，可以透過減少使用明火加熱的器材、汰換老化電路電線，以及使用防火建材等措施，減少火災發生的機率，而走廊門廳不堆放雜物，則可以順暢火災逃生的通道，也是有效的減災措施。

2. 整備：事先準備相關的物資或流程，可降低災難帶來的危害。以火災為例，應備妥滅火器、熟悉滅火器使用的方式、瞭解社區逃生動線、周遭的避難場所，或與家人約定災難會面點。

3. 應變：災難發生時，除了應用事先演練的內容（例如使用滅火器，依照事前規劃的動線逃出火場），也應依照現場狀況隨機應變。若是一群人一起應變，則應選出指揮者，並以功能性分組，常用的分組方式為「事件應變指揮系統 ICS（Incident Command System）」。

4. 復原：災難後期，當危害明顯降低或不再有新的危害時，可以開始嘗試讓建築或其他硬體



設備與生活恢復原狀，並檢討如何讓下一次的應變更好。例如：滅火器放在更容易取得的地方、每半年再熟悉一次使用方式，即重新回到減災、整備的循環過程。



災難來臨時，該如何應變？

當災難來臨時，首先要想辦法活下來，並保持冷靜，尋找逃生動線與避難所。以海嘯為例，應盡可能前往愈遠、愈高的地方避難，同時確保對外通訊能力，備妥手機和行動電源，以獲得最新的避難資訊，並聯繫家人親友，示警及告知彼此的位置。雖然災時可能因為瞬間傳輸大量訊息，導致交換機滿線而無法通話，或是網路電話及通訊軟體發生延遲，若原承租門號業者基地臺受損無法使用，可試著撥打 112。

如果還有時間，記得帶上事先準備好的個人防災救難包，內容物應包含：緊急糧食、飲水、身份證、健保卡、存摺影本、收音機、手電筒、電池、打火機、瑞士刀、哨子、少量現金、工作手套、雨衣…等，財物珠寶通常最不需要。

個人防災概念

個人防災一樣可以運用全災害管理的概念，例如：火災跟地震的應變，都需要逃生動線及通訊，通常不需要準備兩套系統。另外，可應用危害脆弱度分析的概念，優先考慮發生機率最高、危害衝擊越嚴重的災難預做準備（例如：居住在南投，便不用考慮海嘯）。

結論

人人都可能遭遇災難，而事先做好準備就是保全生命的關鍵。當您面對災難時，應保持冷靜，儘快尋找逃生動線及避難所，同時利用四周可以求救的工具進行呼救，並等待專業救護人員救援。



※黃俊諺醫師的專長包括：急診醫學、內、外、兒科急重症醫學、創傷醫學、急重症超音波、毒物學。

黃俊諺醫師介紹

在宅急症照護 實現居家安養

遠東新世紀／廖至謙

衛福部健保署自 2016 年起，推動「居家醫療照護整合計畫」，鼓勵醫師走出診間、進入病人家中，建構居家服務的基礎藍圖。惟鑒於該計畫仍缺乏急重症相關配套措施，因此 2024 年 7 月起，健保署實施「在宅急症照護試辦計畫」。本期「法律網」簡介此計畫的適用對象與條件，邀請大家一起來認識自身權益。

根 據世界在宅住院大會（World Hospital at Home Congress）的定義，在宅急症照護為「一種急性醫療服務，通常透過醫院提供人員、設備、科技、藥物和技能，讓特定的病人在家中或機構獲得醫院等級的治療照護。」

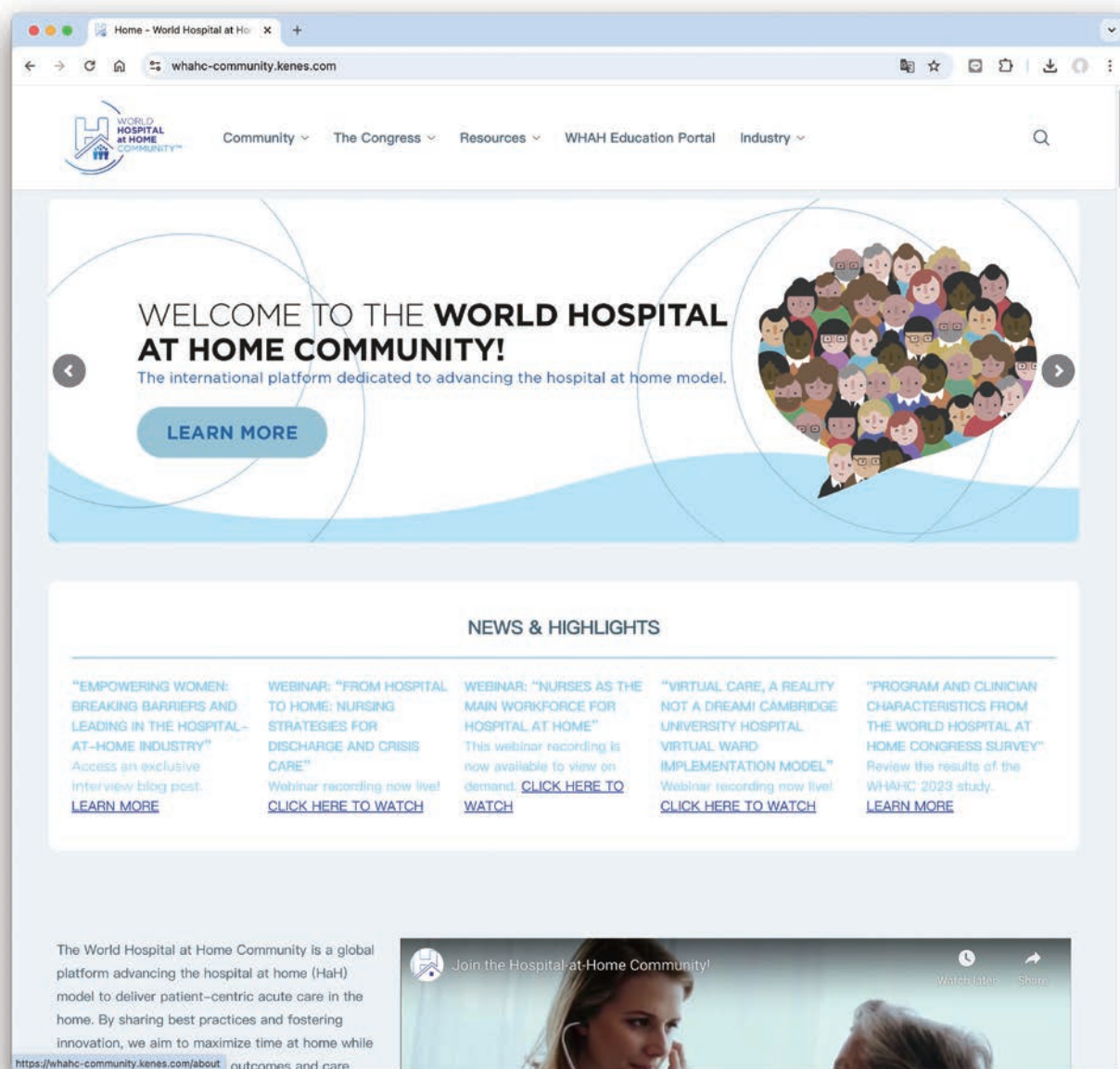
在宅急症照護已經受到國際醫療體系認可，能減少急症病人頻繁往返醫院之負擔，患者也無需等待醫院病床，進而降低交叉感染風險。健保署最新計畫的適用對象包含：肺炎、尿路感染、軟組織感染等患者，當病患狀況較為穩定、經評估後只需施打抗生素即可控制病情，可直接於家中接受住院替代服務。

「在宅急症共同照護小組」團隊人員通常包含主治醫師、護理人員、藥劑師、呼吸治療師等，相關成員皆須接受完整的教育訓練。透過實地訪視、視訊診療、遠端監測、24 小時諮詢、醫療後送、長照轉介等方式，提升整體照護品質。病患除可持續獲得接近實際住院之醫療水準，負擔費用也有所差異。以肺炎（9 天）的醫療費用為例，傳統住院醫療需負擔約 NTD 7,720，而在宅急症計畫僅需負擔 NTD 2,470。

在宅急症照護的目的是「取代急性住院，並透過改變醫院文化，增進有住院需求病人的生活品質。」傳統住院醫療通常會讓民眾被迫中斷日常生活，然而，當急症住院場景轉移至民眾自家，照護支援者亦同步從醫院職員擴大到家屬、居家醫療團隊、長照團隊和社區資源，治療重點不再限於「治病」本身，更擴及生活品質的提升。

如今在宅急症照護計畫實施將屆一年，配合民眾需求並參照醫界建議，健保署計劃

於 2025 年下半年起，擴大適應症涵蓋範疇，包括居家安寧、心衰竭、呼吸衰竭、慢性肺病、洗腎、化療患者等，皆在研議範圍內，預計可持續強化各級醫療院所垂直與轉介合作，促使醫療資源有效應用，落實居家安養。



資料來源：

1. 衛生福利部中央健康保險署
2. 世界在宅住院大會官方網站（World Hospital at Home Congress）
3. 吳佳珍（2025 年 3 月 18 日），〈「在宅急症照護」新制上路，失能長輩染 3 疾病可在家住院、不用等病床！〉，《銀天下》

從惡作劇到AI詐騙，你踩過幾個陷阱？

遠東新世紀／陳芳瑜

提到「資安」，你腦中會浮現什麼畫面？螢幕上滿滿的程式碼？黑帽駭客？還是那封「包裹未投遞」的簡訊？近三十年來，駭客已不只靠技術侵犯，更像以品牌經營的方式詐騙：從包裝訊息、模仿語氣到拉近距離博取信任，讓人明明有點懷疑，卻還是心甘情願點開連結、輸入密碼，甚至主動轉帳。本期「資安網」簡介詐騙技法的演進，並分享基本的自保措施。

早期：只是宅男惡作劇？（1990 年代）

1980～1990 年代網路剛開始興起，駭客多半是技術宅。他們破解程式、亂入系統，大多只是想炫技或惡作劇，例如：駭進學校電腦竄改成績、在網頁放上奇怪的圖片。直至「Melissa」病毒出現，在全球掀起騷動。

「Melissa」病毒像是普通的 Word 檔案，透過 Email 傳播，收件者一旦打開檔案，電腦會自動轉寄給通訊錄裡的前 50 位聯絡人。雖然病毒不會毀壞個人的檔案，但大量傳播的方式會癱瘓企業的郵件系統，造成全球損失高達 USD 8,000 萬。雖然創作者只是想開個玩笑，卻也讓大家意識到：一封看似無害的信，也可能成為大規模攻擊的開端。

進化一：從病毒到釣魚詐騙（2000 年代）

隨著網路普及，駭客開始從散播電腦病毒轉向對人下手，「釣魚詐騙」的新招數快速竄紅。時值網路購物興起，民眾還在學習如何登入網銀、使用信用卡線上付款，駭客卻已經開始模仿來自 PayPal 或 eBay 的假通知。此類詐騙訊息幾可亂真，容易令人上當，導致大規模個資外洩與帳戶盜用現象。儘管手法不新，至今仍是最有效的詐騙方式之一。



進化二：勒索病毒時代（2010 年代）

接下來幾年，駭客又升級了。2017 年，一款叫「WannaCry」的勒索病毒席捲全球。它會自動入侵 Windows 電腦，鎖住所有檔案，要求使用者支付比特幣以解鎖。英國的醫院因此無法運作、俄羅斯地鐵系統停擺，臺灣中油也曾被感染。此類攻擊造成全球數十億美元的損失，也讓



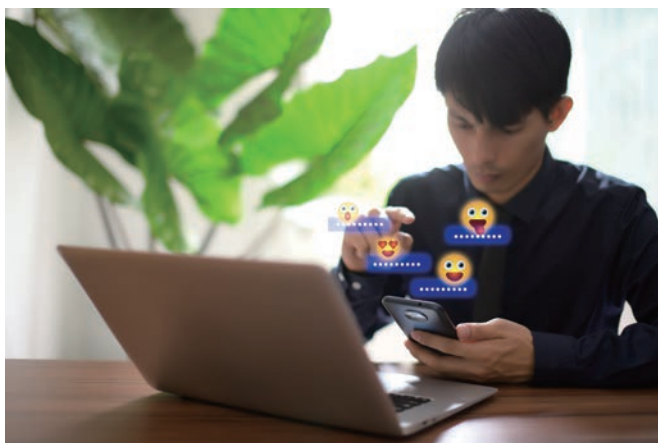
「企業資安」受到正視。有別於釣魚詐騙是針對個人，勒索病毒是駭客大規模對企業與政府發動攻勢，且結合加密技術與匿名貨幣，警方因此更難追查。

進化三：供應鏈成為新破口（2020 年代）

駭客隨後發現企業主的系統防護愈來愈強，供應鏈上的廠商於是成為相對容易攻破的目標。2023 年台積電的一家 IT 服務供應商 Kinmax 遭到攻擊，不僅導致資料外洩，更被駭客公開勒索 USD 7,000 萬。雖然此事件未對公司業務運作或客戶資料造成影響，但突顯了一個趨勢：資安攻擊的對象不再針對單一公司，而是整個生態圈。只要一個環節出錯，整條供應鏈都可能遭殃，此即當前眾多企業要求合作夥伴也必須達到一定資安標準之原因。

進化四：社交工程與假身分詐騙

近年許多詐騙手法越發逼真，例如：FB 官方發信通知用戶違反規定，並提供申訴連結。網站的 Logo、排版看似與官方如出一轍，甚至包括客服聊天室，但使用者一輸入帳號、密碼，資料立刻被駭客盜走。此類社交工程攻擊未必靠技術，而是憑藉人的



信任與習慣行詐，讓對方心甘情願地交出資料。隨著 AI 技術進步，駭客不僅能造假網站，連人也能偽造。

進化五：AI 詐騙登場（現在進行式）

2023 年，香港一家公司收到總公司財務長的視訊來電，要求緊急匯款。事後查證，該場視訊會議完全是 AI 合成，財務長從聲音到影像都是模擬出來的虛擬假人。但當時對方的聲音、長相都跟真人一模一樣，還能即時互動，這就是現在正快速發展中的深偽（deepfake）詐騙。不只是影片換臉，還能即時製作出仿真人的對話，讓人防不勝防。想像一下，未來你接到孩子打來的電話或主管的語音留言，都可能是假的。這已不再是電影橋段，而是正在發生的現實。

不要恐慌，但要開始理解

網路犯罪近 30 年的進化，宛如駭客與防禦者之間的拉鋸戰。駭客會升級，我們身為防禦者也需要跟上，不一定要成為資安專家，但培養資安意識是現代人必備的自我保護能力，須建立以下觀念：

- 對於太優惠的訊息保持懷疑。
- 收到要求提供個資或匯款的指示，一律多方查證。
- 使用雙重驗證、定期更新密碼。
- 遇到不確定的連結或訊息，先停一下、查一下。

現在駭客的手法越來越高明，他們的機會來自於民眾的一時大意。因此，多一點警覺、多一點確認，就能少一次懊惱。讓資安成為日常生活中的一種習慣，就像每天出門前檢查門窗一樣，而不是出事才想起做補救措施。





艷夏正著時 紅黃雙果美味對決

遠東百貨／鄭嘉蕙

在臺灣品嚐夏季當令水果充滿幸福感，尤其火龍果、百香果的滋味濃郁、營養豐富，不僅可直接食用，也能加工製成烘焙食材或加入甜品，以獨特的風味與色澤為美食加分。本期「美食網」帶您一探紅黃雙果的美味世界。

紅黃雙果的食材優點與料理小撇步

- 火龍果顏色多**：火龍果的表皮多為紅、黃或黃綠皮，果肉有灰白、紫紅兩色，富含大量纖維，但不屬於低糖水果，有糖尿病隱憂的民眾不宜多食。
- 百香果酸又甜**：根據食藥署資料，百香果是維生素 A、B2、C 很好的來源，有助抗氧化、抑制人體發炎反應，是水果中的消炎良藥，還可修復皮膚，增加代謝，兼具美肌、保護視力、強健骨骼之效。
- 料理變化多**：紅黃雙果除了直接食用，也能變身為健康料理。其中，火龍果不僅能做成果汁、沙拉、冰品，也可加入炒飯、鬆餅中，色澤美不勝收。以炒飯為例，在烹調最後加入切丁的火龍果肉，關火拌炒均勻，盡量保持果肉不過熱和軟爛，就是一道色香味俱全的料理。



❶ 夏季吃當令的火龍果和百香果，美味無法抗拒／高雄大遠百提供

❷ 當季百香果和鳳梨，再加上優格，一杯思慕奇 Smoothie 充滿熱帶驚喜／義式屋古拉爵 Café Grazie 提供



了解艷夏紅黃雙果的食材特點後，現在就跟著全臺遠東百貨美味推薦，享受酸甜好滋味！

加入烘焙


Pierre Hermé 百香果馬卡龍

酸甜的百香果夾入柔軟的馬卡龍餅乾中，色彩繽紛，美味令人難忘。建議售價 NTD 130。洽詢專線：臺中大遠百北棟 B2 樓，(04) 2252-7222。



法朵綜合水果馬卡龍

夏天限定款酸甜登場，內含百香果、覆盆子、檸檬、草莓、香澄、蔓越莓、藍莓一次滿足，繽紛口感，讓人一吃就停不下來。9 入禮盒建議售價 NTD 580、**遠東人獨家優惠價 NTD 550**。洽詢專線：遠東百貨桃園店 B1 樓，0988-019-131。

茶品交融



Whittard 威塔斯茶坊火龍果烏龍茶

火龍果的花朵如同曇花，僅在夜間開花，花期只有一個晚上，因而有「夜仙子」的別稱。以臺灣純正烏龍茶為基底，加入火龍果乾、蘋果乾、鳳梨乾，清新香甜的滋味結合淡淡茶香，帶來舒適怡人的味覺享受。50g 袋裝建議售價 NTD 620。洽詢專線：臺中大遠百北棟 B2 樓，(04) 2258-1939。

乾醬多變



橘心蜜食火龍果凍乾

採用新鮮優質的臺灣火龍果，透過凍乾工藝，將火龍果的鮮嫩多汁與獨特風味封存在每一片凍乾果片中，以便隨時享受熱帶水果的特有魅力。40g 建議售價 NTD 280。洽詢專線：遠東百貨板橋中山店 B1 樓，0911-641-377。


橘心蜜食熱情百香果乾水

選用新鮮的百香果、鳳梨與柳橙，只要將果乾泡入開水，便能享受豐富的水果風味。隨著浸泡時間延長，果香逐漸釋放，每一口都能感受到夏日的陽光與活力。5 入 50g，建議售價 NTD 300。洽詢專線：遠東百貨板橋中山店 B1 樓，0911-641-377。


雪坊百香蘋果果醬

鮮脆無毒的蘋果切片，融入滋味酸甜的埔里百香果漿，讓蘋果的溫和風味調和新鮮百香果籽的酸勁，創造和諧怡人的口感。238g 建議售價 NTD 370。洽詢專線：新竹大遠百 B1 樓，(03) 523-4608。



能墊一餐

➡ 雪坊百香蘋果瓶裝優格飲

結合亞熱帶的埔里百香果與無毒蘋果，以兩種截然不同的風味，搭配 100% 純鮮乳製成的無糖優格，酸甜交織、尾韻悠長，每一口都喝得到果粒，每一口都是完美絕配。240g 建議售價 NTD 105。洽詢專線：新竹大遠百 B1 樓，(03) 523-4608。



➡ 知覺優格火龍果優格飲

火龍果優格飲酸甜順口，首創菊苣膳食纖維養好菌，精選優質菌種與法國專利菌株，搭配無調整國產鮮乳與水果，早晚一瓶，補充活性益生菌，是小資族的健康新選擇。建議售價 NTD 98。洽詢專線：遠東百貨板橋中山店 B1 樓，0908-235-062。

➡ Co Co 都可百香雙響炮

選用鮮榨百香果汁作為基底，配上 Q 彈有嚼勁的珍珠和椰果，打造多重口感。酸甜恰到好處不膩口，在炎熱的天氣帶來清新又滿足的消暑享受。大杯建議售價 NTD 70。洽詢專線：高雄大遠百 11 樓，(07) 331-0018。



➡ 義式屋古拉爵 Café Grazie 百香蘋果冰沙

百香果原汁的酸，搭配蘋果的香甜，是去油解膩的最佳選擇。打成冰沙，更是沁涼消暑的最佳搭配。建議售價 NTD 120、**遠東人獨家優惠價 NTD 100**，內用須加收 10% 服務費。洽詢專線：遠東百貨桃園店 12 樓，(03) 331-6208；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。



➡ Starbucks 星巴克雙果果汁星冰樂

融合芒果和百香果的雙果果汁星冰樂，口感綿密，充滿熱帶風情，適合不喝咖啡的朋友，或是在炎夏尋求一杯純粹果香飲品的人。特大杯建議售價 NTD 165。洽詢專線：臺南大遠百 2 樓，(06) 275-1157、遠東百貨花蓮店 1 樓，(03) 833-9613。



➡ 先喝道蜜桃風味水果茶

英國製茶大師 Mr. Timothy Clifton 以錫蘭莊園紅茶為基底，加上萃取的蜜桃香料，調配出獨特淡雅的蜜桃風味，並使用臺灣當令百香果、鳳梨、柳橙等特調果露，富含維他命 C，有助於養顏美容。建議售價 NTD 65。洽詢專線：臺中大遠百北棟 12 樓，(04) 3507-7610。

備註：「優惠價」需出示集團員工識別證，期限至 7 月 31 日。



冰島自由行 -- 追極光之旅

亞東證券／初心・誌

這趟旅行我和旅伴的目標是追尋「極光」，目前全球可以看到極光的地方主要是冰島、芬蘭、挪威、加拿大和美國，最終，我們不約而同選擇了冰島。冰島的極光季大約從九月底到翌年的四月，日照短黑夜長，極光出現的機率較高，但同時也意味著，得承受未知氣候的挑戰。

初抵冰島：擁抱藍湖的溫暖

冰島，北歐五國之一，以自然奇觀、極端多變的氣候與可遇不可求的極光而聞名，擁有歐洲最低的人口密度，人們 60% 從事漁業，多年來蟬聯世界最快樂國家的前三名。我們這次自由行，選擇從英國倫敦轉機飛往冰島首都雷克雅維克，僅需兩小時就能抵達，回程還能在英國玩幾天，可說是一舉兩得。



踏上冰島的第一站，是世界知名景點藍湖（Blue Lagoon）。這座全球最大的露天溫泉，曾被譽為世界 25 大奇蹟之一，距離機場僅 30 分鐘車程，通常是旅人在冰島的第一站或最後一站。由於我們入住了藍湖旗下的 Silica Hotel，除了擁有私人藍湖溫泉池，還提供涵蓋飲品的 Premium 等級大藍湖門票，以及全天候的 shuttle 接駁服務。雖然飯店價格偏高，但贈送的大藍湖門票已物超所值，即使下雪，也有一堆人在這裡享受冷空氣與溫熱泉水的奇妙對比，以及天然岩泥護膚的奢華感受。

雷克雅維克：孤獨與魅力並存的城市

在藍湖度過兩天的放鬆時光後，我們來到雷克雅維克市區。這座首都城市沒有其他



旅遊勝地的吵雜擁擠，街道彷彿帶著一種孤單的色調。此地的風異常凜冽，每走一步都像在與風抗衡較勁，讓人忍不住想尖叫，但冰島人卻很悠閒的在路上吃著冰淇淋。

市中心的景點不算多，大約半天多就能逛完，特色紀念品包括：可以食用的火山鹽、羊毛製品、巧克力等，此外，酒也蠻值得收藏。聽說冰島的可口可樂號稱「全世界最好喝」，雖然天氣冷得令人發瘋，我們還是決定買來一試，結果無論是鐵罐或寶特瓶裝的可樂都很好喝，當下立刻再買三瓶帶回臺灣。後來親友們盲測的結果，也一致同意冰島的可樂完勝。

冰島南部探險

離開市區後，我們參加了三天的當地旅行團，這是非自駕者最方便的選擇，畢竟冰島沒有火車、沒有地鐵，只有巴士。第一站來到斯科加瀑布（Skogafoss），這座瀑布又被稱為「彩虹瀑布」，是電影《白日夢冒險王》的取景地。只要天氣晴朗，就能看到瀑布前方的彩虹。無奈天公不作美，我們遇上了狂風暴雨，儘管如此，每位團友仍堅持下車迎戰風雨，只為捕捉瀑布美景。最後大家全身溼透，上車時相視而笑，成了一場難忘的冒險。

接下來是冰川徒步與藍冰洞探險，也是這趟旅程中很重要的里程碑之一。旅行社提供了長短不同天數的行程，方便大家依照個人體力選擇，我們選擇了最基礎的 40 分鐘行程，沒想到它依然極具挑戰性。導遊將我們交給當地的冰川徒步嚮導，得先從集合點換乘巨型越野車，一路顛簸地穿越岩石般的崎嶇地形，整個人都飛起來了，彈上彈下的。抵達冰川後，穿上嚮導發放的冰爪鞋，踏上厚實的冰層，每一步都小心翼翼，因為腳下



便是深不見底的冰川裂隙。越過冰川後，我們順著嚮導安排好的繩索，往下鑽入藍冰洞。

入到洞裡，只見純淨透明的藍色冰壁，完全像水晶一樣，讓人忍不住對大自然生出敬畏之心。冰洞裡也有小瀑布，嚮導很貼心的一一幫大家拍照，緊接著再沿著來時路，一步步沿著拉著繩索往上爬，並徒步走過冰川，坐上越野車回到導遊身邊。

結束這場冰雪奇緣後，即將迎來黑漆漆的夜晚了，但導遊很盡責的問我們要不要去看看鑽石沙灘，大家當然不肯錯過這個難得的機會。殊不知除了黑夜降臨，狂風暴雨也一起伴隨而來，我們硬撐著下車，欣賞黑色沙灘上散落著許多巨大的冰塊，但天氣真的太惡劣，在風雨的夾擊下，實在很難專心欣賞這些像鑽石般璀璨的大冰塊。

與颶風賽跑，見證冬季的第一場雪

離開鑽石沙灘後，導遊通知我們，政府宣布冰島即將迎來颶風，全島已發布警報，所有高速公路將封閉，而且不知何時才能重新開放。他當機立斷，決定凌晨三點前帶我們撤回雷克雅維克。晚餐洗漱過後，我們便踏上「逃亡之旅」。一路上，四周一片漆黑，甚至沒有路燈，只有我們的車燈，我一路都不敢閉眼，還開始跟家人報備我們這組迷你團的聯合國成員有哪些。直到天微微亮，外面開始下起雪，導遊特地將車停在一個至高點，讓我們下車迎接冰島冬季的第一場雪。後來聽其他自駕的旅人說，他們被颶風困了好幾天，幸而我們選擇的是當地的旅遊團，對冰島氣候和路況十分熟悉，才能免於陷入危機。

著名黑沙灘及黃金圈與極光

初雪過後，導遊帶我們來到著名的黑沙灘景點 Reynisfjara，欣賞玄武岩石群組成的石柱，很多旅人會爬上岩石群拍照，但我們又遇上狂風暴雨，差點被風吹進海裡，只好欣賞網路美照，並回到安全的市區。也因為提早離開這個景點，我們額外多出一些時間，決定走路去更遠的景點 -- 哈帕音樂廳。它曾被評選為全世界最值得旅遊的景點之一，白



天像萬花筒一樣，夜晚卻像珠寶盒般精美。

走出音樂廳，再次流連於寒冷的冰島市區，深度遊逛每一家店，順便吃了一些熱食暖暖胃。晚上報名參加了追極光的團，一部大巴士上坐著來自世界各地的旅人，巴士司機兼導遊會一路述說他的人生故事，再帶著我們來到很黑很黑的地方尋找極光，如果找不到，再開車到另一個地方尋找，大家都拿著手機、相機、專業攝影機下車，現場冷到生無可戀，我還是沒能看到噴發的極光，最後是一位外國旅客教我們調整手機的像素，才在手機螢幕上看到所謂的極光。雖然今日「肉眼」追極光失敗，但是極光團都有保證只要眼睛看不到，隔天還可以繼續免費參加。

翌日，迷你旅遊團前往冰島黃金圈火山口一日遊，先俯瞰了凱瑞斯 Kerid 目前保存良好的火山口，再到達地熱區，等待會突然噴發的間歇泉 Strokkur，並在這裡享用了美味的海鮮午餐。

午餐後，轉往參觀辛格韋德利國家公園 ÞINGVALLAVATN NATIONAL PARK，這是世界文化遺產之一，位於北美板塊與歐亞板塊接合處，目前仍每年持續位移中。在這裡還可以參加浮淺活動，見證冰島板塊與板塊之間的地質奇觀。

回程的途中，整部巴士的旅人都不約而同以各種語言發出唉嘆聲，原來今晚因為天氣因素，所有極光團通通取消了，加上今天已經是留在冰島的最後一晚，看來註定要徒留遺憾了。



後記：冰島的奇蹟與殘酷

離開冰島後，我們回到倫敦，從孤獨之地轉場至喧雜繁華的都市，感受人間煙火。聽聞就在我們離開後，火山爆發，藍湖一度關閉，甚至撤離了某些區域的居民，道路也被熔岩侵蝕，許多旅人也被迫改變計畫，簡直就像電影才會出現的場景。這讓我見識到，世界上最美的風景，往往也是最不可預測的。只能期待下一次，再踏上這片冰與火之地，與極光真正相遇。

愛情是什麼

遠東聯（揚州）／郭延山

我好像已經過了討論愛情的年紀，但這個詞彙卻沒有消失在我的人生詞典裡。小說、電視劇談論的都是家長里短的爱情，在油鹽醬醋茶中體會愛情的酸甜苦辣。而我更喜歡談論張愛玲、林徽因、楊絳眼中的愛情，那是代表著大膽、無畏、放肆與長情。或許她們對愛情的表達充滿理想化的荒誕演繹，但這並不影響我對她們的羨慕。

愛情是什麼？有人說：愛情是一場遊戲，相互追逐著，有的人跌了一跤，不願意再起來，從此再無笑容；有人說：愛情是一種誘惑，有的人經不起誘惑，任青春衝動，從此心灰意冷；有人說：愛情是飛蛾撲火，有的人寧願遍體鱗傷，追逐著歡愉，從此歸途不再；有人說：愛情是一面鏡子，相互凝望著。有的人面目可憎，感受到可憎面目，從此支離破碎。

愛情真的只會讓人痛苦、失意、煩惱嗎？其實，雖然愛情是一場遊戲，但是當你跌倒時，身邊人伸出了雙手，這場遊戲就不會停止；儘管愛情是一種誘惑，但也能因此留下一輩子難忘的回憶；就算愛情是飛蛾撲火，但融入火中的那一刻，從此火光跳躍中便唯有你；即使愛情是一面鏡子，但是當你們相互凝望，有的人甜美可人，感受到可人甜美，兩人便開始相互愛慕。

回想一下，自己是否擁有過愛情？哪怕就在一剎那間。衡量的標準其實很簡單，對於他或她，你是否有過最原始的衝動、最直白的表達、最純粹的內心？如果有，那麼恭喜你，你確認過愛情。

有人說，愛情是年輕人的專利，步入婚姻後，共同生活，當初的愛情會逐漸轉化為親情，從此舉案齊眉、相濡以沫。其實，相濡以沫也是一種愛情，望著彼此漸漸變老的容顏，從強而有力的牽手到相互攙扶，不變的是彼此眼中會心的笑意。

愛情是人生永恆的課題，每個人對愛情的理解都不一樣，並無錯對之別。換一種角度去感受，別讓自己深陷在痛苦、失意與煩惱之中。

「遠東人開講」：我的 AI 小幫手

編輯室輯

近幾年人工智慧技術爆發性成長，許多人開始嘗試運用 AI 來簡化流程、提升效率。本期將由海內外的遠東人們分享各種 AI 神助手，讓您的工作與生活更得心應手！

【一】

本人從事金融業企金業務，在工作中，常利用 AI 工具分析企業的財務報表、股價走勢及所屬產業現況等資料，以了解企業的經營狀況與市場地位，藉此判斷這家企業是否符合銀行開發客群，並據此撰寫 Powerpoint，方便長官快速掌握該公司。而在生活方面，AI 應用同樣無所不在，可以一鍵控制智慧照明、生活家具及小米機器人，也能使用 ChatGPT 解決即時翻譯、隨興問答、資訊查詢及安排旅遊行程等，近期 ChatGPT 還推出多元風格的圖像生成功能，為生活增添不少趣味。（遠東商銀／艾爾文）

【二】

DeepSeek 爆火之後帶來最大的改變，就是效率和品質的提升。工作中，AI 化身全能秘書，將 30 分鐘的頭腦風暴，1 分鐘精準摘要，並智慧分析資料報表，生成視覺化圖表；撰寫方案時，只要輸入關鍵字，立刻出現建議框架和靈感，免除熬夜改稿的焦慮。生活裡，它又變成貼心管家，根據我的喜好規劃旅遊行程、推薦小眾景點及美食，自動生成最優路線，還能自動分類手機相冊，方便我快速找到特定時刻的回憶；就連下廚時，它也能根據食材推薦食譜，讓廚房小白秒變烹飪達人！（江西亞東水泥／王丹）

【三】

AI 熱浪近年在各領域遍地開花，工作方面，它能以較直覺的方式，提升譯文的精準度；遇到多個相似的文案，也可以快速繪製出一份有系統的重點分析，雖然仍需人工再

做修飾，但已大幅減少處理時間。生活方面，AI 搭配穿戴裝置，可以彙整睡眠及運動紀錄，方便我們調整作息及運動量；購物前，還可根據一週三餐生成所需食材、日用品，並建立分類清單、條列項目，有效減少遺漏與購物衝動。總之，善用 AI，能讓我們把時間留在更重要的事情上，實現高效率又有品質的生活。（嘉惠電力／劉育麟）

【四】

近年來人工智慧技術漸漸從辦公室走進了我們的日常生活，以手上的 Apple Watch 為例，白天能為我記錄運動步數、心率與壓力變化，還會鼓勵我起身動一動，正念呼吸 1 分鐘，維持身心平衡；下班回家，抬起手腕就能開燈、調整空調溫度，甚至提醒我打開空氣清淨機，守護家人的健康；夜晚它可以幫我分析睡眠品質，建議我改善生活習慣…它不僅是一塊手錶，更像是一位貼身 AI 助理，協助我管理生活大小事，只要一錶在手，效率與便利感大大提升。（亞東醫院／吳宜珊）

【五】

現在學語言比以前方便很多，舉凡 ChatGPT、DeepSeek、通義 Tongyi 等 AI 工具，不只能翻譯單字，還會根據語境造句，讓我們知道如何正確使用，甚至進一步協助我們練習閱讀和寫作。例如，想練習旅遊、美食、商業簡報等特定主題的文章，可以請它寫一段小短文，看不懂的地方也能即時發問，省去查找資料的時間。更棒的是，無論通勤、睡前，或是午休時間，只要打開手機或電腦，就能依照自己的節奏開始學習，不受時空限制，也不再侷限於傳統課本或課堂方式。對於自學語言的人來說，學習變得更輕鬆、有成就感。（遠東商銀／周姣陵）

【六】

日常生活中，ChatGPT 就像一位隨時待命、永不抱怨的生活顧問。下班回到家，我會打開冰箱，看看有哪些食材，請它為我搭配簡單又營養的食譜，例如用雞胸肉、杏鮑菇和地瓜，變出一頓健康晚餐，不只省時，也能均衡飲食。我還利用它規劃每週的健身菜單，根據身體狀況和時間調整運動強度。需要撰寫英文信件或工作報告時，它也能幫我潤飾語句，讓內容更專業有條理。以往這些日常瑣事需花費我不少時間，有了它的協助，效率提

升不少，更能專注在真正重要的事情上。（遠東新世紀／林芝帆）

【七】

自從上過遠東新世紀舉辦的 Chat GPT 課程後，我學會利用講師提供的金鑰，讓 AI 的回應更加深入完整，便於資料蒐集與統整。此外，每當家裡那位愛問「為什麼」的小學生，提出各種天文科學知識或是難以解釋的問題時，我也會請 Chat GPT 以國小二年級學生能理解的方式，將艱澀的理論，轉化為孩子一聽就懂的語言，減輕媽媽的負擔。日前規劃海外自由行，我也利用 Perplexity 規劃行程，只要輸入航班時間、想去的地點、旅遊期待…等資訊，就能獲得一份令人驚豔且完整的行程表，總之，AI 已是生活中不可或缺的工具。（遠銀國際租賃／張凱婷）



【八】

近期很火紅的吉卜力風格照片，在網路上掀起一陣風潮，讓我也忍不住嘗試，在 ChatGPT 下達指令後，生成出的畫面相似度高達 90% 以上。不僅可以畫照片，有任何問題，它也會幫忙解答，生活、工作卡關時，ChatGPT 還能利用大數據算命占卜或提供建議，真是很棒的小幫手。（亞東百貨／林佳陵）

【九】

每當工作遇到瓶頸、靈感枯竭時，我總會打開 AI，它不僅是我的數位助手，更像是一位貼心的朋友，總能提供有邏輯又實用的建議。需要寫文章時，它幫我潤飾句子、調整語氣，讓內容更流暢動人；想製作卡片時，它也能快速生成精緻圖像，為我省下大量時間。就連生活瑣事也難不倒它，比如發現頭髮毛躁時，它教我如何挑選高 CP 值的護髮產品；工作上的報表也在它的協助下，變得清楚又專業…萬事起頭難，我找 AI 來幫忙。（亞東科技大學／卡咪）

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. 下列何者不是台北／台南遠東香格里拉落實永續住宿的作法？【封面故事】

- A. 升級基礎設備，降低能耗
- B. 打造健康安心的綠色飲食
- C. 提供無法重覆使用的一次性備品
- D. 依循香格里拉集團的「Triple S 策略（Stay 住就綠色、Savor 益趣生活、Shine 善發光芒）」

2. 下列何者是現代人應具備的資安意識？【資訊網】

- A. 使用雙重驗證
- B. 對於太優惠的訊息保持懷疑
- C. 多方查證有關個資或匯款的指示訊息
- D. 以上皆是

3. 災難的應變管理分為 4 個循環階段，下列何者為非？【保健網】

- A. 減災
- B. 整備
- C. 駐守
- D. 復原

參加辦法

請於7月15日前掃描右方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）。編輯室將於次月刊刊公佈得獎名單。



418 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
遠東巨城	李○翰	裕民航運	卓○秋	遠東新新埔廠	許○芝	遠傳電信	李○梅	遠百新竹店	蘇○芬
宏遠興業	楊○珠	遠東百貨	蕭○仁	遠東新觀音廠	李○琳	遠傳電信	黃○洋	遠百竹北店	邱○茹
宏遠興業	黃○芩	遠誠人力	李○萱	鼎鼎聯合行銷	黃○琳	亞洲水泥	陳○中	遠龍不銹鋼	葉○寶
遠創智慧	吳○芸	南昌亞力	程○強	亞東科技大學	曾○怡	亞洲水泥	游○和	遠龍不銹鋼	簡○玟
亞東證券	劉○愷	遠時數位	江○柏	亞東科技大學	楊○茹	亞洲水泥	李○諺	亞洲水泥	林○偉

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
遠傳電信	謝○玟	亞證台南	謝○玲	遠百信義店	蔡○芸	遠東新世紀	徐○筠	遠東新世紀	鮑○楹

恭喜上列幸運兒分別得到面額 NTD300 的 Fet.com 官網購物金！

JUL

through the lens

➡ 新竹大遠百與亞東科技大學合作舉辦「2025 遠百名師揮毫筆墨書畫展」，邀請台灣書法協會 6 位書畫名師共同揮毫「春、暉、韶、光、映、日」六字，寓意母愛的光輝。



➡ 遠傳永續表現獲得國際高度肯定，蟬聯入選《2025 標普全球永續年鑑》前 5% 企業，李弘灝永續長（右）代表出席受獎。



➡ 遠東商銀「樂齡理財學苑」首度移師鹿港舉辦「古蹟藝文之旅」，邀請世界遺產資深領隊帶領近 50 位 VIP 貴賓，品味精選鹿港小吃，並走讀百年古蹟。



➡ Big City 遠東巨城購物中心端午送愛，偕 30 家協力廠商挽袖做公益，共募集 1,223 袋熱血。





亞東證券

線上開戶快速通關

亞東證券帳戶 + 遠東商銀交割帳戶

2025/12/31前
遠東集團員工透過下方
QRCode開戶享專屬優惠！



免臨櫃、免重複填寫資料
一鍵搞定，好方便！



查詢專屬優惠



線上開戶

看盤下單系統全面升級

【行動APP】新增「三竹股市APP」
提供看盤下單多元資訊與功能

【電腦軟體/網頁版】改用市場主流系統
提高系統穩定度、資安等級

亞東證券股份有限公司 | 112年金管證總字第0036號 | 新北市板橋區新站路16號13~14樓

【客服專線】0800-088-567 (台股交易日8:00-16:00) 【客服信箱】service@osc.com.tw