

遠東人

徐有庠
題

共同開創「誠勤樸慎·創新」的健康人生

COVER STORY

遠東商銀以AI重塑金融體驗的溫度
溫度服務 亞東證券的永續進行式

LIFE GUIDE

資訊網

被遺忘的數位門鎖

保健網

正子斷層掃描在癌症篩檢扮演的角色

智慧服務崛起 誰能掌握客戶心？

The Rise of Smart Services
Who Can Capture Customers' Hearts?

BANK

AI

\$



掃描 QR Code
看更多即時訊息
還可下載電子雜誌

MAR

through the lens



元智大學於林口校區預定地隆重舉行「新北分部興建工程動土典禮」，開啟校務發展新里程碑。

迎接金馬年，遠東 SOGO 百貨臺北店（忠孝館、復興館）推出各式福袋，黃晴雯董事長（中）親率一級主管、店長，祝福大家新的一年，好運到手。



「蓮香棗甜果香屏東」物產展於遠東百貨信義 A13 登場，徐雪芳總經理（左二）、屏東縣黃國榮副縣長（右二）相偕出席，向大家推薦農產品入菜的多元性。



亞東醫院由邱冠明院長（左）代表，與新北市政府消防局簽署合作備忘錄，啟動「Doctor Car 醫師反應小組」，實現「到院前醫療」新模式。



智慧服務崛起 誰能掌握客戶心？

李佳珍

農曆年節的炮竹聲尚未遠去，商戰中的博弈節奏卻已悄然轉換。金融服務競爭的重點，不再是「誰比較快」，而是「誰比較懂」。本期「封面故事」將為大家深入解析，遠東商銀、亞東證券如何將「硬科技」轉化為「軟實力」，在這場智慧服務的賽局中，真正掌握客戶心。

正如企業需要讀懂消費者，月刊也致力滿足讀者的需求。今年旅遊市場持續回溫，而刷卡支付無疑是行程中不可或缺的一環，「財經網」裡，分享各種省錢撇步，助各位樂遊全世界。準備行前功課時，別只顧著防範釣魚連結或惡意程式，「資訊網」中特別提醒，家中那道容易被忽略的「數位門鎖」-- 網路閘道器，也需要好好檢視。此外，家人的健康當然也不容忽視，尤其癌症時鐘不斷快轉，唯有有效篩檢，才能掌握治療先機，「保健網」介紹正子斷層掃描，提供大家完整的健康檢查選擇方向…。身處資訊過載的時代，就讓月刊陪伴您，為每一個需求找到最妥適的答案。

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」四月話題：我的療癒時光

在日復一日的忙碌與壓力中，你是否也有那麼一段專屬時光，讓自己「暫停一下」？也許是一杯溫熱的咖啡？一趟與自然的約會？一箱子的夢幻逸品收藏？一齣蕩氣迴腸的好劇？歡迎來信分享屬於你的療癒片刻，文長 300 字以內，來稿一經刊登，遠東人月刊就會提供您一筆「心靈舒壓獎勵金」喔！（截稿日期：3 月 15 日前）



MAR 2026

NO. 427

Since AUG 1990

01 EDITOR 編輯手記

智慧服務崛起 誰能掌握客戶心 / 李佳珍

04 LEADER'S REMARKS 領航者的話

從多巴胺到歸屬感 / 黃晴雯

06 COVER STORY 封面故事

遠東商銀以AI 重塑金融體驗的溫度 / 編輯室採訪整理

溫度服務 亞東證券的永續進行式 / 亞東證券

14 GROUP BRIEFING 集團簡訊

關係企業動態報導 · 公益專區 · 績優榮譽榜 · 好康報報 / 編輯室輯

21 LIFE GUIDE 生活情報

保健網 正子斷層掃描在癌症篩檢扮演的角色 / 汪嫻瑩

財經網 出門刷對卡 樂遊全世界 / 林瑩瑩

法律網 2026 年稅務與社福新制上路 / 李冠慧

資訊網 被遺忘的數位門鎖 / 陳芳瑜

美食網 米麴甘酒與穀米核果飲的溫和養生學 / 張雯茹

美食網 春光正好 邀您共譜莓好生活 / 鄭嘉蕙



38 OFFICE TALK 樂活職人

同仁工作經驗談：USR 行動下的跨域合作與教學創新 / 蔡杰芸

40 HOT TOPIC 遠東話題

「遠東人開講」：我的療癒時光 / 編輯室輯

43 STORY 心動時刻

致敬我的網球教練 / 王丹

雙星 4047 串起記憶與風景的西九州慢旅 / Michelle

從《明星養老院》看見自己人生的第二幕 / 妙妍

48 QUIZ 有獎徵答

426 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	余欲弟	余勇明	李佩頻
李美蓮	李鳳凰	呂學龍	汪更新
林俊佑	林信華	吳信儀	吳佳穎
胡興賢	徐立明	梁雅雯	孫琳鳳
黃靜	游慧琳	曾育鍾	曾惠莉
程慧文	郭文慧	陳昶隆	陳睿誼
陳美伶	陳仲荃	張丹	楊慧雯
馮輝棋	潘俊男	蔡敏雄	蔡宛臻
劉貞佑	劉稚璋	劉滯慧	劉丁衛
賴建偉	謝明蒼	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)



從多巴胺到歸屬感

遠東 SOGO 百貨 / 黃晴雯董事長

2025年12月14日晚上，我與同仁一起在SOGO敦化館熄燈送客。館內擠滿了前來道別的顧客，有人專程全店巡禮、有人帶著三代同堂的全家福來拍照留念。也有客人告訴我們，她多年前在這裡買了第一件名牌包，帶著它飄洋過海，今天特地帶著包一起回來，想親自送這棟建築最後一程。那天晚上我深刻體會到：真正的零售，從來不只是交易，而是一段段被記住的關係。

世界正在改變速度

這個體悟，恰好呼應了當前全球零售業正在經歷的重大轉向。

根據 BoF 與 McKinsey 最新的《The State of Fashion 2026》報告，過去幾年主導時尚界高彩度、快速、刺激的「多巴胺文化」正在退潮。消費者的考量重心，已經從即時滿足與短期刺激，轉向長期關係、生活品質，以及能否在日常中建立穩定感。

連色彩趨勢都在說同樣的故事。全球潮流預測機構 WGSN 與 Coloro 選定 2026 年度代表色「變革藍綠」，正是一種介於藍與綠之間、視覺上冷靜的色調，象徵著希望、平衡與心靈轉化，帶給人在改變的世界中安然前行的勇氣。這些訊號都在告訴我們：加速的世界，反而讓人更渴望穩定；變化的時代，反而讓人更需要歸屬。

AI時代，關係更顯珍貴

這個轉變，還有另一個推手：人工智慧。AI 大幅降低了商品比較與轉換的門檻，消費者只需極短時間，就能完成過去需要反覆比較的決策流程。商品之間的差異，更容易被看清，也更容易被替代。當「比價」變得如此容易，品牌忠誠度的建立就更加困難，

也更加關鍵。BoF 與 McKinsey 的調查顯示，近九成消費者認為，成為志同道合的品牌社群一員，能強化他們與品牌的連結；而在 2025 年 3 月的 TikTok 數據中，超過 60 秒的長影片觸及率已明顯高於短影音。足見消費者開始把注意力轉向能反映自身身份且帶來歸屬感的品牌。在此趨勢下，有一半的時尚產業高階主管，將「顧客留存」列為 2026 年最優先的經營任務。焦點，正在從如何吸引注意力，轉向如何讓關係持續存在。

留住關係，從現場開始

對遠東 SOGO 來說，「留存」從來不是新課題，而是三十多年來一直在做的事。這也讓我想起另一個發生在敦化館的故事：一位顧客在八年後才記起，自己曾購買卻未取走的商品，當她再次回到現場時，交易紀錄依然完整保存。那一刻她感受到的，不只是取回一件商品，更是一種超越時間的服務關係與細緻照顧。

這些關於「留存」的現場故事並不是偶然，而是遠東 SOGO 與顧客關係經營的體現。比起用演算法造成顧客的疲乏，遠東 SOGO 將人工智慧運用在會員分析與經營，透過七大 CLUB、約 178 萬名會員所累積的長期數據，清楚掌握不同族群的生活型態與消費節奏，讓我們的服務與溝通能夠精準對應實際需求，而非停留在一次性的促銷互動。我們的重點會員持續帶來八成以上的營收，證明當關係被用心經營，忠誠度是可以被建立的。

同時，我們也在開展 SOGO 5.0 以「消費聚落」為核心的實體體驗。當消費者將更多時間與預算投入旅遊、體驗與生活場景，百貨的角色自然需要調整。即將呈現的 Garden City，不只是交易場所，更是結合餐飲、文化、休憩與服務的生活場域。我們希望消費者在不同的生活節點，都能找到熟悉的位置，並自然地回到這裡。

一起找到前行的節奏

在加速與變化成為常態的環境中，遠東 SOGO 所追求的，不是多巴胺式的狂歡刺激，而是與消費者一同找出可以長期前行的穩定節奏。2026 年，當我們迎來 Garden City 的全新篇章，這份對關係的重視將更具體地展現。因為我們深知：在這個快速變化的時代，最珍貴的，往往是那些被記住、被延續、讓人願意一再回來的關係。

讓我們一起，成為顧客生活中那個穩定而溫暖的存在。（本文為黃董事長於 2026 天下經濟論壇演講內容彙整）



遠東商銀以AI 重塑金融體驗的溫度

編輯室採訪整理

當全臺灣的數位存款帳戶突破總人口數達2,739萬戶、近六成的民眾習慣在指尖上完成金融交易，人們對於金融服務的期待，已經從單純的交易工具，升級為多元且個性化的需求，也代表銀行業必須揮別數位金融的「嘗鮮期」，從流量紅利見頂的深水區，邁向下一個戰場--提供量身訂製且更流暢、更全面的智慧服務體驗。

擁有數據只是起點 讀懂數據才是關鍵

如果說，過去十年，金融服務拚搏的重點在「誰比較快」，那麼未來十年，決勝點無疑是「誰比較懂」。而要懂得消費者的痛點和需求，首先就得讀懂數據。

傳統銀行最大的盲點在於，對於客戶的理解彷彿是盲人摸象，只能窺見其中一隅：客戶在App上是瀏覽者；在信用卡部是消費者；在分行是存款戶；在客服電話裡是投訴者…這些珍貴的、海量的互動軌跡，分散在不同的事業群中，就像散落一地的齒輪，難

以轉動。

為此，遠東商銀運用AI與大數據，啟動了如同「造房子」般的浩大工程，打破部門間的數據孤島，建構出「拼圖式」的機器學習平臺，將客戶在線上與線下的行為，進行歸戶與標準化。更重要的是，遠銀捨棄傳統以靜態的年齡、職業、資產等分類法，建立一套動態的「行為標籤體系」，超過100個標籤中，涵蓋瀏覽偏好、交易習慣、通路黏著度等面向，將冰冷的數據，還原成鮮活的「人」。

舉例來說，當系統偵測到一位60歲的客戶，頻繁瀏覽海外債券卻遲遲未下單；或是一位30歲的定存客戶，開始密集地試算房貸，AI模型就會更新相對應的客戶標籤，捕捉到他們的「隱性需求」，進而預測下一個最佳行動--此刻客戶需要的是一則市場快訊？一檔商品？還是一句溫暖的問候？

有了洞察與預測，系統可啟動自動化行銷機制，針對客戶需求進行數位推播，並同步通知理專與行銷團隊，讓前線的服務人員無需盲目猜測，而能讀懂客戶的人生劇本，提供恰到好處的專業諮詢與協助。



另一方面，遠東商銀也設計從導客、深耕到挽留的完整旅程，將服務從「單次觸達」，升級為「連續體驗」。以新客為例，第一個月寄出服務簡訊後，系統會根據客戶標籤，洞察其潛在需求，分別於第二、三個月發送數位理財資訊、星等服務、信用卡優惠、投資理財等相關訊息。當客戶點擊了感興趣的訊息時，系統會進一步通知分行理專，確保客戶無論前往實體或數位通路，都能獲得一致且連貫性的專業服務。這種「線上觸



發、線下承接」的模式，消除了傳統數位行銷的斷裂感，讓數位的便利性與實體服務的溫度並存，更讓每一位客戶都能感受到被重視的尊榮。



同時，為了有效接收市場反饋，並持續優化智慧服務，遠東商銀更與遠東集團關係企業「宏庭科技」合作，建立「AI輿情分析機制」，就像銀行的「千里眼」，舉凡政策變動、市場風向或競品動態，都能盡收眼底，並即時分析新聞、社群論壇的語意與情緒，協助產品團隊在第一時間調整策略，甚至結合政府的公開數據與社群熱度，精準預判房市潛力區。這種「主動預判市場趨勢」的能力，讓遠東商銀化被動回應為主動出擊，確保服務永遠走在客戶的需求之前。

從「逐利」到「共好」 重塑信任契約

除了運用AI讀懂客戶的需求，遠東商銀旗下的Bankee社群銀行也透過科技，重新定義了「金融與人的關係」。

不可否認的，數位時代中，各家銀行推出的數位帳戶和理財產品都高度同質化，導致許多客戶往往像「數位游牧民族」，缺乏品牌黏著度。不過，遠東商銀認為，「逐利而居」只是表象，客戶真正想要的，其實是「省心」--不必再擔心優惠會不會突然消失？朋友圈是否也在使用？會不會有金融風險？過陣子是否需要再跳槽到其他銀行？

為此，Bankee社群銀行逆勢而行，不打短期的高利戰，而是從「長期共好」與「社群連結」出發，透過獨創的社群圈機制，讓轉帳、分帳、揪團等金融服務，自然地融入在客戶的社交行為中，搭配「優惠無上限」與「長期回饋」的設計，打破了一般數位帳戶「三個月蜜月期」的潛規則，甚至祭出顛覆傳統信貸侷限的挑戰型信貸方案…等，層層疊疊，建立起客戶的信任感與歸屬感。

這種「共好」的哲學，更延伸到最敏感的資產安全領域。身為全臺最大的虛擬資產出入金服務銀行，Bankee社群銀行利用AI，建立起「事前預警、事中防阻、事後追蹤」的風控結構，讓客戶時刻感受被全面保護的安全感。

AI的終局 是回歸「人性」

在智慧服務的戰場中，遠東商銀運用AI與大數據，將散落的客戶足跡，拼湊成以人為核心的生活場景，從精準洞察，到社群共好，展現出新型態的金融競爭力。不過，遠銀也深知，未來決勝的關鍵不再於一個App或一家分行，而是AI Agent（智慧代理人），金融服務必須跳脫單純且制式的工具，用AI放大本身特色或優勢核心，例如Bankee社群銀行獨創的社群圈，成就數萬個線上分行經理，透過AI更進一步幫助圈主經營自己的分行，發展成千人千面的銀行，成為能預判個別客戶的需求、理解其風險承受度與生活節奏的夥伴，協助客戶打理財富、實現夢想。

這一切不能只靠冰冷的數據堆疊，必須建立在「人味與信任」之上。因此，遠銀以「智慧」為經、「溫度」為緯，編織出一張能接住客戶所有人生重要時刻的網，在這個資訊過載的時代，提供一份「有人替我多想了一步」的體貼。「省心、安心、有人味」，正是他們能贏得客戶心的真正答案。





溫度服務 亞東證券的永續進行式

亞東證券提供

在數位科技高速演進的時代，金融服務早已不只是冷冰冰的交易工具，而是與生活緊密相連的日常體驗。對證券業而言，如何在效率與安全之外，進一步回應客戶對「信任感」與「被理解」的期待，成為能否長期被選擇的關鍵。亞東證券以「溫度服務」為核心理念，從數位轉型、跨業整合到公平待客，逐步勾勒出一條兼具科技理性與人性溫度的智慧金融道路，陪伴客戶一同邁向永續未來。

數位浪潮翻轉投資行為 客戶需求的全新樣貌

人工智慧、雲端運算、區塊鏈與行動裝置的普及，深刻改變了投資人與金融服務的互動方式。過去仰賴臨櫃與人工諮詢的模式，逐漸轉為以線上操作和即時資訊為核心，透過手機App或線上平臺，完成開戶、下單、查詢資產與市場資訊，不再受時間與地點限制。

對現代投資人而言，速度、便利與彈性已是基本門檻，「能否提供貼近個人需求的智慧化服務」，則成為差異化的關鍵。不同風險屬性、投資目標與資產規模的投資人，希望收到更貼近自身狀況的資訊與建議，而非一體適用的制式推播。智慧科技即是拉近金融服務與個人生活距離的重要橋梁。



數位服務分階段升級 讓投資更從容

在數位策略上，亞東證券採取分階段、持續優化的方式，穩健升級，以確保每一次改變都真正為客戶帶來價值。

◆ 一站式線上開戶，讓開始更簡單

開戶，是投資旅程的第一步，亞東證券持續簡化流程，並攜手遠東商銀，於2025年推出「銀證同開」服務，客戶只需一次線上申請，即可自動帶入資料，同步開立證券交易帳戶與銀行交割帳戶，免去重複填寫的繁瑣。

這項跨機構、同集團整合的服務設計，不僅節省時間，更大幅降低新手面對金融流程的心理壓力。後續也開放信用、期貨戶及不限用途款項借貸等線上申請，讓投資真正做到「隨時可開始」。



◆ 異業合作，打造穩定且專業的交易平臺

在競爭激烈的數位金融市場中，亞東證券選擇以開放合作取代單打獨鬥，透過異業夥伴，快速導入成熟技術，縮短開發時程，同時確保系統穩定與使用體驗。

1、亞東e指賺：亞東證券與市佔率極高的《三竹股市》合作，不僅能藉由三竹的平臺，觸及廣大的投資族群，提升品牌能見度，更能讓客戶享受從行情資訊到委託下單「一條龍」的流暢體驗。



2、亞東新金賺與新web平臺：自2025年8月起，亞東證券的電腦版交易平臺全面更換為市場主流廠商《嘉實資訊》的系統，不僅強化了系統的穩定性與資安等級，也導入多項專業的看盤功能，協助投資人更精準地掌握市場脈動。

2026年公司更規劃推出「閃電下單」、「雲端智慧單」及「XQ-Trade」等進階工具，資深投資人可結合數據分析與程式交易，從看盤、選股到下單，實現更智慧、更理性的投資流程。

關企共銷 讓理財自然融入生活

在金控券商強大資源的夾擊下，作為獨立券商的亞東證券，善用遠東集團的多元版圖，採取「生態圈綜效」策略，透過遠東商銀、遠銀租賃及遠東SOGO百貨等關係企業共同行銷，跨業互惠引流，創造穩定且具延展性的經紀業務動能。

◆ 為年輕世代打造的無痛理財

針對年輕族群，亞東證券不僅提供具吸引力的手續費優惠，更積極推動「定期定額業務」自動化投資服務，投資人每月僅需NTD 1,000起，即可線上設定投資計畫，並透過時間分散與長期持有，降低市場波動帶來的心理壓力。投資不再是高門檻或高風險的代名詞，而是一種穩健累積未來的選擇。

◆ 開創新商業模式 實踐普惠金融

亞東證券持續從客戶行為與市場趨勢中汲取洞察，思考理財服務在未來生活場景的更多可能性。公司正探索消費與投資之間更緊密的連結方式，期望透過與集團生態系的資源整合，將投資行為嵌入日常消費路徑中，並引導客戶對理財的認識與參與感，以實踐普惠金融。

◆ 公平待客 是永續最穩固的基石

科技可以提升效率，制度才能守護信任。亞東證券始終將「公平待客」視為企業永

續的核心，從制度設計、風險控管到第一線服務，層層把關。

◆ 多層風險管理與資安守護

在市場與信用風險管理方面，當市場波動加劇或環境出現重大變化時，營業員會主動關懷客戶資產現況，適時提醒風險，協助投資人以更穩健的節奏進行資產配置。同時，公司會根據客戶的資產與信用評等，設定差異化的信用限額（如：融資融券額度），避免過度承擔風險。

在資安與合規方面，全面導入多重驗證機制，並取得ISO 27001認證，確保交易與個資防護符合國際標準。

◆ 關懷數位弱勢與反詐行動

對於數位弱勢族群的照顧，亞東證券也十分重視。透過「友善服務櫃檯」的實體關懷與「全官網無障礙」，讓高齡者、身心障礙者都能輕鬆取得投資相關資訊，消弭數位落差，真正做到金融友善服務。同時，針對詐騙案件頻繁，公司主動舉辦反詐宣導講座，並利用Email、官網、FB等多元管道，分享最新詐騙態樣，提升客戶的自我保護意識。

憑藉著持續精進的公平待客作為，亞東證券於2025年金管會公平待客評核中，榮獲「最佳進步獎」，並連續兩年獲得證交所「反詐騙評鑑」的肯定。這份榮耀，來自對每一位客戶的承諾。

以永續為航道 邁向智慧金融新未來

站在智慧金融的新起點，亞東證券深信，智慧服務不僅是科技的堆疊，而是營運模式的進化。未來，生成式AI與智慧助理將成為重要驅動力，即時解析市場動態與客戶需求，提供更精準、可信賴的投資支持。

面對市場風險與資安挑戰並存的環境，亞東證券將以穩健治理結合永續思維，持續評估並導入合適的智慧應用，提供客戶創新安全的跨世代優質金融服務體驗，並結合遠東集團資源，擴大普惠金融與防詐騙行動的影響力，朝「客戶最佳金融夥伴」的目標，堅定前行。



集團簡訊

掃描 QR Code 看更多集團訊息 →



01 元智大學攜手台灣人工智慧學校 成立 AIA 人才認證桃竹苗區域認證中心

元智大學 1 月 13 日與台灣人工智慧學校 (AIA) 簽署合作備忘錄，將共同成立「AIA 人才認證 (AIATC™) 桃竹苗區域認證中心」，優先推動專為臺灣職場設計的 AI 人才素養與專業能力認證制度，包含：素養級 (AIATCL™)、工程級 (AIATCE™) 及管理級 (AIATCM™)，協助在職人士強化職場競爭力。(元智大學／饒浩文)



02 遠傳助攻 新竹市永續交通再升級

新竹市政府繼 2025 年第一波啟用 66 席電動車格、共 73 槍公有充電樁設備後，2026 年 1 月 22 日再宣布擴大啟用第二波共 10 個場域的公有充電樁，新增 63 席充電車位、76 槍快慢充電樁，均由遠傳協助建置與維運，涵蓋市民主要生活圈與通勤動線，提供便利、高效的公共充電服務。(遠傳電信／黃奕華)

03 遠傳 5G 遠距診療平臺 達成臺東縣 100% 覆蓋

遠傳以自主開發的 5G 遠距診療平臺，為全臺佈建遠距診療服務網。隨著臺東縣太麻里鄉衛生所自 1 月 7 日起，與高雄醫學大學附設中和紀念醫院合作，於每週三提供皮膚科遠距看診服務，遠傳遠距診療平臺也進駐臺東縣 15 鄉鎮市，實現臺東縣醫療平權的最後一哩路。(遠傳電信／黃奕華)

04 全臺唯一！遠銀 Bankee 攜手警政署與 VASP 啟動跨域防詐網

面對詐騙手法快速演化，負責臺灣虛擬資產出入金流的遠東商銀 1 月 8 日宣布，攜手內政部警政署刑事警察局，並聯合全臺各大虛擬資產交易所，打造全臺唯一橫跨銀行、警政與 VASP 的「跨域防詐網」，提升臺灣防詐體系邁入跨域即時協作的新階段。(遠東商銀／黃祖綺)

05 亞東醫院聯合新北消防局 啟動 Doctor Car 計畫

為提升緊急時刻的救護效率，亞東醫院 1 月 29 日與新北市政府消防局簽署合作備忘錄，啟動「Doctor Car 醫師反應小組」，讓醫師隨救護車出勤，實現「到院前醫療」新模式。（亞東醫院／羅妘妘）

06 元智大學新北分部動土 開啟校務發展新里程碑

元智大學 1 月 30 日於林口校區預定地舉行「新北分部興建工程動土典禮」，該基地由遠東集團投入逾 NTD 21 億打造，將成為北臺灣智慧醫護教育新地標，並規劃日照中心與健康促進服務，落實大學社會責任。（元智大學／饒浩文）

07 遠東商銀經國樂富分行嶄新開幕

遠東商銀經國樂富分行搬遷至新竹市北區東大路二段 118 號，除了邀請重量級貴賓剪綵，更舉辦家族傳承講座，未來將結合全新的空間與專業的團隊，致力成為客戶最佳的理財夥伴。（遠東商銀／朱佳琳）

08 接軌臺灣本島！uTagGo 攜手國雲 「路邊停車自動扣繳」跨海登陸金門

為協助金門縣推動停車管理數位化，2026 年元月起，遠通電收攜手子公司遠創智慧與國雲科技，推出全新「uTagGo 路邊停車自動扣繳」服務，為金門鄉親與遊客節省至超商或繳費機排隊繳費的時間。（遠通電收／賴建偉）

公益專區

09 Big City 遠東巨城購物中心攜手新竹市警局 強化全民防詐意識

Big City 遠東巨城購物中心 1 月 31 日聯手新竹市警察局，推動全民防詐宣導，特別搭設 5 頂帳篷攤位，透過多項互動式闖關遊戲方式，讓民眾在輕鬆體驗中學習最新反詐騙知識，打造更安全的生活環境。（Big City 遠東巨城購物中心／王子菱）

10 Big City 遠東巨城購物中心、高雄大遠百 號召民眾挽袖捐熱血

Big City 遠東巨城購物中心 1 月 10 日與臺大 EMBA 校友基金會合作舉辦「臺大 EMBA 全球捐血馬拉松」全球啟動儀式，單日募集 1,174 袋熱血，為血庫挹注暖流。無獨有偶，高雄大遠百也於 1 月 17 日攜手高雄捐血中心及台灣浪板型鋼產業協會舉辦捐血活動，並規劃多元回饋機制，獲得民眾熱情響應，共募集 65,750CC 熱血，為醫療體系提供即時且穩定的血源。（編輯室輯）

11 從復育到教育 亞泥生態園區打造戶外學習新場域

花蓮縣教育處「戶外與海洋教育中心」1月13日參訪亞洲水泥生態園區，交流環境教育合作事宜，並深入探討如何將企業場域轉化為系統性的戶外教學資源，讓園區成為生動的「綠色教室」。未來，亞泥生態園區將持續為下一代的環境教育注入更多新動能。（亞洲水泥／何姿樂）

12 遠百捐米、捐蘋果 陪弱勢家庭迎新年

為陪伴弱勢家庭過好年，遠東百貨1月29日捐贈1,728顆日本弘前陽光富士蘋果，由唐氏症基金會轉贈全臺及離島服務據點的唐氏症與身心障礙服務對象；新竹大遠百也舉辦「集米送愛」活動，邀請民眾認購在地優質好米，並於1月29日將募集的1,850斤愛心米捐予新竹市政府社會處。（遠東百貨／鄭嘉蕙、蔣依璇、李美玲）



13 遠東百貨桃園店邀酷炫舞蹈演出 點亮自信與希望

遠東百貨桃園店1月10日邀請桃園八德殘障教養院的「酷炫舞蹈團」演出，熱愛舞蹈的身心障礙團員們，透過舞蹈展現熱情與自信，為現場帶來暖心時刻。（遠東百貨桃園店／劉唯鈺）

14 遠東百貨信義A13攜手屏東縣府助農

遠東百貨信義A13攜手屏東縣政府，於1月16～18日舉辦「蓮香棗甜果香屏東」物產展，徐雪芳總經理特地帶頭挑選當季最頂級的蓮霧與蜜棗，並透過實作，呈現農產品入菜的多元性，也讓信義A13成為連結產地與餐桌的重要媒介。（遠東百貨信義A13／謝佳棋）

15 遠東SOGO百貨中壢店ESG點亮未來

遠東SOGO百貨中壢店1月9日至2月16日與聯鑫資源科技合作，舉辦「ESG特別企劃：永續再連線 點亮未來」活動，引導民眾透過USB充電線回收行動，重新思考電子廢棄物對環境的影響。1月11日再舉行「蘭花苔玉DIY」，安排顧客以天然素材取代一次性花器，同時學習植物的養護與照顧方式，展現百貨推動ESG的更多可能。（遠東SOGO百貨／黃詩雅）

16 遠東SOGO百貨中壢店親子闖關活動 防範CO中毒

遠東 SOGO 百貨中壢店 1 月 17 日結合桃園市政府消防局共同舉辦「2026 年度防範 CO 中毒親子闖關活動」，特別規劃「濃煙體驗」關卡，透過寓教於樂的方式，增進親子對居家安全與防災觀念，吸引約 200 名家長與小朋友熱情參與。（遠東 SOGO 百貨中壢店／管俊璋）

17 第七屆亞泥啟發生命影展 以影像陪伴孩子認識生命

亞洲水泥與「孢子囊電影院」紀錄片團隊合作辦理的第七屆「啟發生命影展」，一月起正式啟動校園巡迴放映活動，邀請花蓮地區新城國小、佳民國小…等 5 所小學師生一同觀賞公視紀錄片《歡迎來到我的牧場：嘉義新港青蛙場》，從影像中認識生命的多元樣貌。（亞洲水泥／孫琳鳳）

績優榮譽榜

18 遠銀Bankee佈局新型金融 獲國際肯定

遠東商銀 Bankee 社群銀行以獨創的社群圈機制、挑戰型信貸…等多項創新作為，一舉榮獲國際知名財經媒體 -- 全球金融雜誌（Global Finance）「2025 World's Best Digital Banks」三大獎：亞太最佳創新數位銀行獎（Most Innovative Digital Bank in Asia-Pacific）、臺灣最佳創新數位銀行獎（Most Innovative Digital Bank in Taiwan）、臺灣最佳嵌入式銀行獎（Best Bank for Embedded Finance in Taiwan），展現強勁實力。（遠東商銀／朱佳琳）

19 亞東醫院六大特色照護 獲SNQ國家品質標章

從智慧醫療到綠色療癒、眼科創新、全人產科陪伴，甚至器官捐贈，亞東醫院六大特色團隊每一步都用心守護生命，在生策會 2025 年國家品質標章頒獎典禮上獲得肯定，不僅贏得榮譽，更代表醫院對每位病人與家人的承諾。（亞東醫院／羅妘妘）

20 遠東新世紀榮登商周「AI創新百強」

《商業周刊》舉行首屆「AI 創新百強」競賽，聚焦企業 AI 落地應用，吸引 445 件提案報名參選。1 月 22 日的頒獎典禮中，遠東新世紀以「自主建置 AIFE 平臺，創新內控與永續風險治理」專案脫穎而出，為公司繼 2025 年獲得兩場全臺 AI 賽事獲獎後，再奪第三座 AI 獎項。（遠東新世紀／簡筠茹）



21 遠傳投資電影《Bedford Park》獲日舞影展「評審團特別獎」

遠傳投資的跨國合製電影《Bedford Park》，獲得全球最大獨立影展日舞影展（Sundance Film Festival）最佳美國劇情片新作「評審團特別獎（U.S. Dramatic Special Jury Award for Debut Feature）」，是首次獲得該獎項的台灣投資電影，也成為遠傳布局影視內容的新里程碑。（遠傳電信／楊啟涵）

22 遠東紡織（越南）榮獲2025年越南工業能源效率獎

遠東紡織（越南）（FEPV）憑藉長期深耕能源管理、系統性推動節能減碳專案的卓越成果，於2025年越南工業能源效率獎評選中，榮獲「工業能源效率獎第三名」。同時，蔡曉南資深廠長亦因推動能源治理與節能的傑出貢獻，獲頒「傑出成就能源管理人員」獎項，展現企業與個人雙軌並進的永續實力。（遠東紡織（越南）／蘇蘭英）

23 亞東石化榮獲2025年節能標桿獎「銀牌獎」

亞東石化長期深耕節能減碳領域，在能源管理、再生能源及循環經濟等面向展現卓越成果，包括：取得多項能源管理及減碳相關認證、升級節能設備與製程…等成就，2025年12月15日於經濟部「114年節約能源表揚大會」，獲頒「節能標桿獎--銀牌獎」殊榮，未來將持續精進，深化各項節能措施與綠色轉型計畫。（亞東石化／周國棟）

24 數聯資安再獲資通安全研究院共契服務評鑑A級特優肯定

數聯資安以卓越的服務表現，於資通安全研究院共契資安服務廠商評鑑中，連續兩年榮獲全項核心資安服務項目A級佳績，同時在「SOC監控」、「資安健診」、「滲透測試」、「弱點掃描」及「社交工程演練」等服務項目，皆穩居領導者象限，彰顯全方位實力。（數聯資安／柯芸彤）

25 遠銀回收原AIG債權NTD 30億

2008年全球爆發金融海嘯，次年AIG（友邦國際）撤出在臺業務，遠東商銀購併其信用卡業務，並以NTD 1.27億承接NTD 127億的不良債權，由債權管理部門負責擬定策略，秉持同理心與債務者展開還款協商，截至2025年底，回收呆帳金額已突破NTD 30億大關。周添財董事長特別感謝與讚許團隊的付出，足為全體同仁的學習標竿。（遠東商銀／朱佳琳）



26 元智資傳系老師二度榮獲英國 World Front Design Award 季度最大獎

元智大學資訊傳播學系陳彥彰老師，以作品「月光盤 (Moonlight Plate)」，榮獲英國 World Front Design Award (世界前瞻設計獎) 2025 冬季季度最大獎 (Grand Prize of Winter Season)，展現臺灣設計在文化深度與當代創新上的國際競爭力。(元智大學／饒浩文)

27 亞泥、遠傳、數聯資安、台北／台南遠東香格里拉獲幸福企業獎

1111 人力銀行 1 月 9 日舉行「2025 幸福企業」頒獎典禮，亞泥憑藉穩健的經營表現與完善的人才制度，再度蟬聯「幸福企業金獎」(製造業)；遠傳、數聯資安也雙雙榮獲「幸福企業金獎」(科技／能源研發類)，其中，數聯資安三度獲獎，而遠傳不僅是全臺唯一連續六屆獲此殊榮的電信業者，更入選新增設的「生育獎勵與育兒支持」優良企業，展現公司長期推動幸福職場的努力與成果；台北／台南遠東香格里拉亦分別榮獲「幸福企業金獎、銀獎」(飯店住宿)榮譽，為遠東集團增添光彩。(編輯室輯)

28 亞東醫院獲 AHA 認證 成為亞洲第一全方位心臟衰竭中心

亞東醫院自 2015 年成立「亞東醫院心臟衰竭中心」，致力打造從急診、住院到出院後居家的全程照護模式，2026 年獲得美國心臟學會 (AHA) 認證，成為亞洲第一家「全方位心臟衰竭中心 (Comprehensive Heart Failure Center)」，象徵十年努力獲得國際肯定。(亞東醫院／羅妘妘)

好康報報

29 新北最高 50 樓 Café 自助餐廳「寶島迎春宴」熱鬧登場

新北最高「50 樓 Café 自助餐廳」即日起至 3 月 15 日推出全新主題「寶島迎春宴」，以豐盛應景的年節美饌，結合閩南、客家地方風味，端出一品佛跳牆、瓜綿豆醬蒸鱸魚、瑤柱仙草燉雞湯…等特色料理，打造新春澎湃盛宴。訂位請洽：(02) 7705-9723。(Mega50 餐飲及宴會／劉欣欣)

30 遠銀定存 1.8% 搭配活存 1.4% 打造雙重防護

近一年全球金融市場進入降息循環，為滿足客戶對確定性收益的需求，即日起至 3 月 31 日，遠東商銀推出「新優利」新臺幣專案定存，凡以新資金單筆存入 NTD 5 萬以上，即享一年期 1.8% 定存優惠年利率。此外，好評不斷的「活利旺 2」優利活存專案也同步延長至 3 月 31 日，客戶只需在指定期間綁定「遠東商銀 HAPPY+」LINE 官方帳號並完成登錄，符合新資金條件即可享新臺幣最高 1.4% 年利率 (即原牌告年利率 0.845% 加碼 0.555%)。(遠東商銀／朱佳琳)

31 eTag 停車享全鋒道路救援及洗車禮遇 新戶綁自動儲值再贈百元

遠通電收攜手道路救援平臺「全鋒事業」，針對新申辦 eTag 並綁定「銀行自動儲值」與「eTag 停車扣繳」服務的用戶，除贈送 NTD 100 eTag 儲值金，再加碼 15 公里免費道路救援，以及「洗金寶」水刀泡沫洗車，從安全保障到門面打理，全方位照顧用戶的愛車。（遠通電收／賴建偉）



活動網頁

32 uTagGo 攜手行冠企業 推出「保底+分潤」中古車數位交易

迎接新年換車潮，遠通電收 2 月 3 日宣布，旗下遠創智慧 uTagGo 攜手裕隆集團旗下行冠企業，推出結合「保底+分潤」的中古車數位交易新模式，讓車主透過數位化操作輕鬆賣車，若拍賣成交價高於保底價，還可額外領取溢價紅利，全程透明、誠信、零風險，挑戰市場最高回收價。（遠通電收／賴建偉）



活動網頁

33 台南遠東香格里拉打造三天兩夜「法老假期」

看準奇美博物館國際大展《埃及之王：法老》的觀展熱潮，台南遠東香格里拉即日起至 6 月 30 日推出「法老假期：三天兩夜尊榮禮遇」住房專案，旅客白天觀展結束後，夜間可前往飯店一樓「大廳茶軒」，體驗「微醺尼羅河」限定調酒，出示特展票根，還可享限定調酒九折優惠。訂房專線：(06) 702-8899；餐飲訂位專線：(06) 702-8856。（台南遠東香格里拉／卜怡筠）



活動詳情



34 台北遠東香格里拉「馬上有旺來」住房專案 豐富餐飲迎新春

台北遠東香格里拉以「馬躍新程」為主題，於大廳展出美濃「廣進勝」紙傘藝術，並推出「馬上有旺來」住房專案，即日起至 3 月 15 日，連續入住三晚，每晚 NTD 8,330 起（需另加 10% 服務費與 5% 稅金），再享寓意「旺來」的新春限定迎賓點心。訂房專線：(02) 2376-3266。（台北遠東香格里拉／吳威廷）



正子斷層掃描在癌症篩檢扮演的角色

亞東醫院核子醫學科／汪姍瑩醫師

根據衛生福利部統計，2024 年臺灣的總死亡人數為 20.1 萬人，其中，「癌症」蟬聯十大死因首位達 43 年，佔死亡人數 26.8%。此外，癌症時鐘也出現快轉，平均每 9 分 58 秒就有一人罹癌過世，而頭號殺手仍是肺癌，第二、三位則分別為肝癌、結腸直腸癌；第四至第十名依序是女性乳癌、攝護腺癌、口腔癌、胰臟癌、胃癌、食道癌，以及卵巢癌。癌症致病因子複雜，潛伏期長，唯有有效篩檢、早期發現、正確診斷，才能掌握治療先機。本期「保健網」介紹正子斷層掃描，作為未來健康檢查的選擇參考。



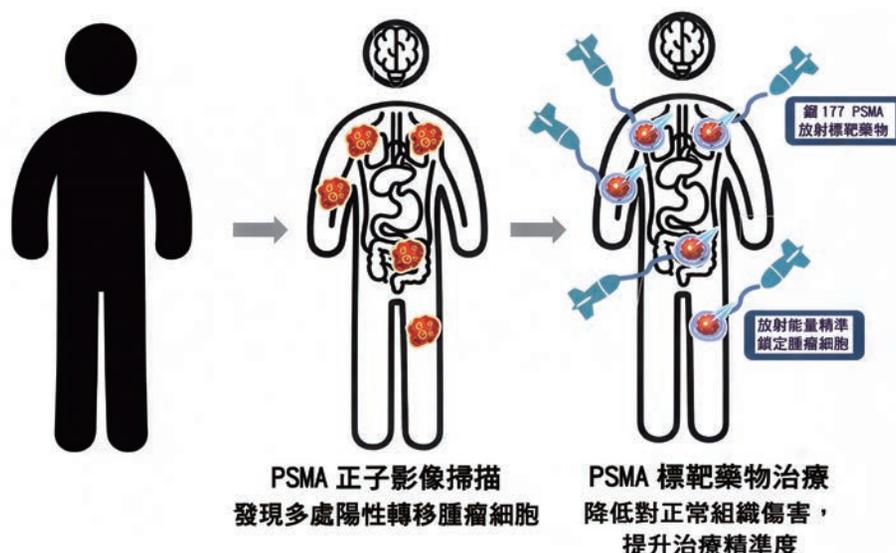
各種檢查方法都有其優點及侷限性，侵入性檢查的安全風險也要列入考慮之中。正子檢查最重要的臨床價值在於能準確診斷癌症分期，包括：有無遠端轉移、評估療效與追蹤，而且安全無痛、可做大範圍的全身檢查。健康檢查前，建議以個人健康情形及需求為考量，若有癌症家族病史，或是年過 40 以上的族群，除了傳統的健康檢查項目外，亦可搭配全身正子掃描，做為精準醫學的利器。

什麼是正子掃描

正子斷層掃描（PET/CT）為結合正子掃描（Positron Emission Tomography, PET）與電腦斷層（Computed Tomography, CT）的複合式掃描儀，是近年相當重要的醫學發明。除了以去氧葡萄糖來偵測體內高代謝腫瘤病灶的正子功能顯像外，更加上了電腦斷層掃描，可精確結構定位，能大幅提高診斷的準確性。



PSMA 放射標靶藥物治療：精準鎖定攝護腺癌細胞



氟 -18 去氧葡萄糖正子掃描

不同的生物示蹤劑可用來追蹤不同的癌症分子生物資訊，例如：示蹤劑「氟 -18 去氧葡萄糖（ ^{18}F - fluorodeoxyglucose, FDG）」同位素藥物的結構式與人體內的葡萄糖相似，進入體內後，會被身體組織吸收，而分布於體內。一般來說，癌症細胞因生長快速，吸收代謝率會比正常組織細胞高出 2 ~ 10 倍之多，因此可透過全身性掃描，找到這些高葡萄糖代謝性癌細胞的位置。

PSMA 正子掃描監測攝護腺癌病灶

PSMA PET 是一種用來精準找出前列腺癌及其轉移位置的分子影像檢查，利用標靶核醫藥物專一與前列腺癌細胞表現抗原結合的示蹤劑（如 POSLUMA，F-18 flutolastat），經由掃描發現腫瘤位置，適用於確診後懷疑轉移，或是高風險的病人作為後續治療決策參考，以及治療後癌症指數 PSA 上升、懷疑復發但一般檢查不易發現原因者。相較於傳統的 CT、MRI 或骨骼掃描，PSMA PET 能在 PSA 僅輕微上升、甚至低於 0.5 ng/mL 時，就偵測到復發或轉移病灶，對於早期發現與後續治療判斷相當重要。此外，它也是評估是否適合接受 Lu-177 PSMA 放射性標靶治療的關鍵檢查，用來確認腫瘤是否具備足夠的 PSMA 表現。惟 PSMA 正子掃描及治療，目前尚未納入健保給付。

PET / CT 正子電腦斷層掃描的安全性

正子藥物與顯影劑不同，氟 -18 去氧葡萄糖結構在人體內與葡萄糖類似，鮮少有過敏反應，海內外也無患者因此發生重大副作用之報告。儘管沒有特殊的禁忌症，不過因為同位素藥物具有微量輻射性，若是可能懷孕或已經懷孕者，則不宜接受此項檢查。

亞東醫院設置的正子斷層掃描儀，可將檢查使用的放射性同位素劑量減少至原來的二分之一，大量降低受檢輻射的暴露量，且受檢時使用的放射性同位素半衰期約兩小時，大部分會由尿液中排出，待 20 小時過後，病患身上幾無殘存輻射量（已為背景值），不需要特別做輻射防護。一次正子全身掃描接受到的輻射劑量，約等於一次腹部斷層掃描的劑量。

值得一提的是，為了提高檢查的敏感度，施作去氧葡萄糖正子檢查前，需禁食 6 小時。受檢者注射去氧葡萄糖後，會在微光的注射室中休息 40 分鐘，待藥物吸收後，開始造影程序。造影期間可能會視需要，請受檢者配合喝水，或於延遲時間再次掃描，以獲得清晰的影像。

氟 -18 去氧葡萄糖 PET / CT 正子電腦斷層掃描的適應症及對健康檢查的應用

每一種醫學檢查都有其優缺點，去氧葡萄糖正子掃描也有些侷限性，當腫瘤體積太小時，正子掃描的敏感度相對較低，此外，某些腫瘤本身的代謝率與周遭組織相比，無明顯異常。例如，對肝細胞癌、泌尿系統癌症（腎癌、膀胱癌及攝護腺癌）及原發腦部腫瘤的應用較不理想，建議搭配其他檢查，以增強診斷率。

結論

根據文獻報告顯示，約 1 ~ 2% 的無症狀健康檢查受檢者，可因去氧葡萄糖正子掃描，及早發現惡性腫瘤。有意選擇此方式作為全身癌症篩檢者，亞東醫院健康管理中心及核子醫學科具有豐富的經驗，皆能提供詳細的諮詢服務及配套檢查評估，更全面地守護您與家人的健康。



汪姍瑩醫師介紹

※汪姍瑩醫師的專長包括：核子醫學造影、正子造影及分子影像。

出門刷對卡 樂遊全世界

遠東商銀／林瑩瑩

2026 年旅遊市場持續展現強勁的成長力道，無論預訂機票、住宿安排或旅途中的購物消費，刷卡交易皆是主要的支付方式。為此，銀行業者積極布局，陸續推出團費滿額回饋、訂房平臺專屬折扣、外幣消費現金回饋無上限，以及熱門國家限定加碼等多項優惠，本期「財經網」提供各方面的實用資訊，協助卡友降低海外旅遊成本，還能透過消費賺取回饋。

深度體驗旅遊受青睞

根據旅遊業者的觀察，近兩年旅遊型態從短期購物導向，逐漸轉為文化探索、主題郵輪及海外多城之旅…等深度體驗。

整體而言，日本、韓國、新加坡、泰國、香港及美國仍為旅客最常造訪的目的地，其中，尤以日本為臺灣旅客的首選，除了東京、大阪外，具有慢旅特色的地方行程亦成為新亮點，例如：北海道的道東自然步道、生態導覽與冬日觀鶴體驗，皆受到喜好靜謐旅行的旅客青睞；韓國則以濟州島步道旅行、釜山海岸藝術散策與 K 文化沉浸式體驗，持續吸引家庭與年輕族群。

長程旅遊部分，美國國家公園主題行程維持熱度，包括：優勝美地國家公園、大峽谷與黃石公園等自然保護區；而紐澳則因疫後交通全面恢復，帶動皇后鎮戶外探險、雪梨與墨爾本城市的文化路線再度回溫。

郵輪市場同樣表現亮眼，從地中海航程到冰河郵輪，再到日本環島及東南亞航線，皆因娛樂設施與多站式旅遊的便利性，深受家庭客層喜愛。例如：遠東商銀在雄獅、可

樂、易遊網、東南、長榮、華航、星宇等通路，提供卡友刷機票、套裝行程、票券或訂房…等服務，以遠銀卡分期支付，累積滿額最高享有 NTD 15,000 刷卡金回饋；另攜手雄獅旅遊，祭出「2026 年 12 月底前，訂購美加自由行行程，並刷遠銀卡支付全額費用，現折 NTD 1,000」的優惠。

訂房省錢三大招

訂房市場中，2026 年正式進入「AI 幫你挑旅宿」時代。Agoda、Trip.com、Booking.com 和 AsiaYo 等旅遊平臺已陸續導入 AI 推薦系統，可依「價格、評價、交通、安全性」等不同需求，提供最佳的住宿方案與客製化的旅程建議。若想省下更多住宿費用，不妨留意以下三大途徑：

1. 訂房平臺專屬折扣：許多銀行提供 5 ~ 8% 的房費折扣，有些優惠需透過專屬連結才能享有。

2. 海外消費現金回饋卡：部分平臺的價格未含稅，或因海外交易而附加手續費，選擇高回饋的信用卡可抵銷費用，是省錢關鍵。

3. 忠誠會員制度：2026 年多數訂房平臺升級會員制度，高階會員可享房型升等、延遲退房、獎勵住宿。如：遠東商銀與 AsiaYo 合作，消費者透過專屬連結刷遠銀卡，並輸入優惠碼，即可享房費最高現折 NTD 800；搭配遠東樂家+卡／遠東快樂世界商務卡，且以外幣支付，再享 2.5% 現金回饋無上限。



遠銀加碼三重回饋

即日起至 2026 年 6 月 30 日，遠銀卡友於海外消費並完成活動登錄，即可享有三重回饋 --

1. 第一重：滿額回饋最高 2% 刷卡金：單月海外消費累積每滿 NTD 25,000，即享刷卡金 NTD 500 回饋，最高可得 NTD 5,000 刷卡金，非常適合準備安排自由行、家族旅遊或購物行程的民眾。（* 遠東樂家+卡、遠東快樂世界商務卡、遠東樂行卡不適用）

2. 第二重：指定地區加碼：單月於日本、韓國、新加坡、香港與美國，累積消費滿 NTD 50,000（含）以上，可享 NTD 500 刷卡金加碼回饋。無論是飛往北海道賞雪、前進韓國滑雪、到新加坡與香港體驗城市觀光，或是赴美探親購物，都能享有額外的加碼優惠。



3. 第三重：新年限定驚喜：即日起至 2026 年 3 月 31 日，卡友於海外累積消費滿 NTD 50 萬（含）以上，可獲得迎新加碼 NTD 5,000 刷卡金回饋，特別適合長程旅遊、家族旅遊或大量採購的消費族群。

建議大家赴海外旅遊時，刷遠東樂家+卡／遠東快樂世界商務卡，且以外幣支付，再享 2.5% 現金回饋無上限優惠，並同享上述第二重、第三重優惠回饋！

機場交通、毛小孩照顧費有門道

海外旅遊時，您通常搭乘何種交通工具前往機場？自行開車的旅客最關心停車費，尤其機場周邊停車場，一天的費用往往超過 NTD 300。許多信用卡附帶「機場免費停車」的權益，但近年因人力成本上升，各銀行的免費停車優惠有所調整，不僅限縮卡別，多半還需要達成特定的消費門檻。例如：有些銀行規定必須使用無限卡或世界卡刷「全額機票」或「80% 以上團費」，方能享有桃園或高雄國際機場外圍停車場最高 20~30 天免費停車；而遠東商銀的卡友使用「遠東頂級快樂卡」或「遠東快樂世界商務卡」購買全額機票、支付團費，或是新增一般簽帳金額滿 NTD 25,000（含）以上，不限海外旅

遊次數，皆可享最高免費 30 天機場周邊停車優惠。

除了自行開車，另有不少旅客選擇「機場接送」服務，遠銀卡友只要以指定信用卡刷全額機票或 80% 以上團費，並達到消費門檻，即可享有特定區域的免費機場接送。此外，各家國際發卡組織也提供線上預約的機接服務，民眾依卡片等級與接送區域，可享每趟最低 NTD 360 的優惠價格。旺季期間建議提早預約，並注意各平臺的相關規定，才能輕鬆享受旅程。

家中若有毛小孩，旅遊期間暫時寄養在寵物旅館是最常見的選擇，部分寵物旅館提供機場接送服務，方便飼主先將毛小孩送到旅館。此外，也可考慮聘請寵物保姆，到家裡協助餵食、清潔排泄物，並定時回報寵物情況，不僅費用比寵物旅館便宜，寵物待在家中也較自在。欲瞭解更多在出遊期間照料毛小孩的撇步，請點擊「十樂不設 錢進人生」Podcast 頻道 S1E10【鏟屎官省錢術！輕鬆富養毛小孩】，由寵物達人教您輕鬆省錢富養毛小孩！

出發前，建議大家先了解手上各家信用卡回饋的比例，並根據自己的旅行習慣，選擇具備刷卡金回饋或海外消費加碼活動的信用卡；刷卡前務必詳細確認各卡別之使用限制、回饋門檻與上限，並預先試算可取得的最高回饋金額，盡量將消費集中於最符合自身需求的卡片，以更有效率地達成回饋門檻，再適時切換至其它卡別，才能獲得最大化的回饋。透過事前規劃與精準使用信用卡，不僅能享受旅途的樂趣，還能達成更聰明、具效益的消費體驗。



- 上述信用卡優惠活動期間及限制等，請至遠銀官網 www.feib.com.tw 查詢。
- 謹慎理財，信用無價。
- 遠銀信用卡循環利率：6.74% ~ 14.99% (基準日 2026/02/01)；預借現金手續費：預借現金金額 x 3% + NTD 150；其他費用請至信用卡費用／利率一覽表查詢。

2026 年稅務與社福新制上路

遠東新世紀／李冠慧

面對通膨及少子化帶來的壓力與挑戰，臺灣自 2026 年起，實施多項稅務減輕制度與社會福利加碼政策，本期「法律網」用最簡單的方式，協助您快速掌握自身權益。

一、稅制調整更有感：精準減稅與稅率級距調整

因應物價指數變動，2026 年度所得稅制有顯著調整。修法重點在於提高多項扣除額度，並放寬稅率級距，預計將有效緩解同仁的納稅壓力。



1. 免稅額：個人免稅額由 NTD 9.7 萬，調升至 NTD 10.1 萬（70 歲以上納稅人調升至 NTD 15.5 萬）。

2. 標準扣除額：單身者由 NTD 13.1 萬，調升至 NTD 13.6 萬；有配偶者由 NTD 26.2 萬，調升至 NTD 27.2 萬。

3. 薪資及身障特別扣除額：由 NTD 21.8 萬，調升至 NTD 22.7 萬。

4. 長期照顧特別扣除額：由每人 NTD 12 萬，大幅增加至 NTD 18 萬，並且追溯自 2025 年 1 月 1 日生效，2026 年 5 月報稅即可適用。

5. 稅率級距放寬：第一級別 5% 的稅率門檻，從 NTD 59 萬調高到 NTD 61 萬，而最高級別 40% 的稅率門檻，則提升到 NTD 519 萬以上。

二、社福再升級：生得起、住得好、生活品質有保障

應對少子化的考驗，2026 年起，臺灣加強各項補助力道，並特別針對新婚與育兒家庭提供更實質的支援，減輕年輕世代的照顧與居住壓力。

1. 生育補助加碼：結合既有的勞工保險給付與政府差額補助，每胎合計可領取 NTD 10 萬。

2. 試管嬰兒補助加碼：針對不孕療程，39 歲以下的女性首次申請，最高補助 NTD 15 萬，各胎第 2、3 次療程，最高補助 NTD 10 萬；39 至 45 歲首次申請，最高補助 NTD 13 萬，各胎第 2、3 次療程，最高補助 NTD 8 萬。

3. 租金補貼加碼：新婚家庭 2 年內，補助金額加碼 50%，每生一胎再加碼 50%。不過，為引導租屋市場走向安全合法，2026 年起，「新申請戶」承租的房屋必須是「合法住宅」，若是頂樓加蓋、違建、沒有保存登記的建物，都無法通過申請。



近期減稅與補助新制陸續上路，同仁不妨藉此機會盤點自己與家庭的財務及稅務規劃，善用政策紅利，確保個人權益最大化。

※ 參考資料：財政部、內政部、衛福部



被遺忘的數位門鎖

遠東新世紀／陳芳瑜

我們每天提醒自己不要亂點連結，或是下載不明檔案，卻可能忘了，家裡有一臺從安裝那天起，就再也沒被注意過的網路設備--「家用網路閘道器」，俗稱「小烏龜」。它掌握著你所有上網行為的入口，當某天警察或銀行打電話來，指稱你的 IP 涉入詐騙案件時，真正的問題，很可能就出在那臺默默閃著燈號、卻從未被關心過的小盒子。

被忽略的第一道門鎖

大多數家庭中，網路設備通常被塞在電視櫃後方或角落的灰塵堆裡。只要 Wi-Fi 穩定、追劇不卡，就覺得一切正常，只有當設備燒掉、網路不通，使用者才會立刻叫修。

民眾願意花大錢買最新手機、每天更新 App 漏洞，就像在臥室門加上無數道精密鎖，卻讓這個掌控著手機、電腦，甚至智慧家居裝置所有出口的機器，依然用著 5～10 年前的「舊鎖頭」。殊不知，儘管機器外觀看起來依然完好，運作流暢，但這個代表著屋子「第一道門鎖」的設備，並不真的安全。

近期研究發現，許多仍在服務的設備，原廠已停止更新（EOL）。就像家中的大門鎖，隨時可以用一支迴紋針撬開，鎖匠卻告訴你：「這款鎖太舊了，沒零件修，你就繼續用吧。」在這種情況下，你以為門關好了，但風險早已悄悄累積。此類風險不像中毒或詐騙一樣「立刻有感」，既沒有跳出警告視窗，也沒有帳號被盜的通知，因此許多家庭從未察覺異常。這種「無感的危險」，正是家用網路最脆弱的灰色地帶。

被「借走」的不只是網路，還有你的身分

或許你認為：「我又不是什麼重要人物，駭客進來能幹嘛？」答案很簡單：他們要的不是你，而是你的網路身分。一旦設備被入侵，對方就能借你的網路發送詐騙、測試盜刷、攻擊其他網站。真正的攻擊者躲在遠方，而留下紀錄的，卻是你家的 IP。等到東

窗事發，壓力會開始落到你身上 -- 帳號被限制、服務被暫停，你得逐一說明家裡有哪些設備、當天誰在用網路、路由器是什麼型號。漫長的自證清白，最是令人疲憊。

不是你不小心，而是沒人提醒你

家用網路設備的資安，是一個長期被忽略的隱形風險，畢竟硬體商只管賣出設備、電信商只管網路會通、作業系統商只管電腦安全，這臺盒子卡在中間，沒人提醒要更新，沒人教學怎麼設定密碼，甚至很多人根本不知道它的管理介面在哪裡。這不是個人疏忽，而是整個科技生態系在「提醒機制」上的缺失。但現在，你已經被提醒了。知道風險的存在，就是最重要的第一步。

三步檢查你的「小烏龜」

很多人可能會焦慮：「我根本不懂這些，該怎麼辦？」請放心，你不需要成為資安專家，只要花三分鐘確認三件事：

1. 知道設備型號

翻到設備背面，拍下貼紙上的型號與製造年份，或是到 Google 搜尋「型號 + 停止支援」。查詢到結果後，請聯繫電信商或設備廠商，確認能否更換新機或更新韌體。

2. 帳號密碼還是「出廠預設值」？

查看貼紙上的管理帳號密碼是否仍為「admin」，若是，代表任何人都能輕易登入。可在瀏覽器輸入貼紙上的網址（通常是 192.168.1.1）更改密碼；若無法操作，可請廠商遠端協助教學。

3. 開啟「自動更新」

若是自行購買路由器，請進入設定畫面，確認「自動檢查更新」是否開啟，此舉能讓小盒子學會「自己換鎖」，自動堵住最新的漏洞。

資安，從家門口開始

那臺安靜運作、滿是灰塵的小設備，不是「插著就好」，而是守護著數位生活的第一道門。今晚回家，不妨低頭看一眼那個閃著燈的小盒子，確認一下：它的鎖，真的鎖好了嗎？

米麴甘酒與穀米核果飲的溫和養生學

豫章工商／張雯茹

在「少負擔、真食物」成為飲食關鍵字的今天，澱粉不再只是被避之唯恐不及的存在，對於腸胃敏感，或是希望減少麩質攝取的人而言，適量的米食與天然穀物反而是相對溫和的選擇。本期「美食網」將示範如何用簡單的方式，為自己和家人準備一杯健康飲品。歡迎大家一起跟著動手做！

米麴甘酒對健康的三大益處

1. 促進代謝：米麴中的維生素 B 群與發酵酵素，能協助身體將營養轉換成能量，加強代謝循環。

2. 改善腸胃消化：米麴發酵會將米飯中的澱粉分解成葡萄糖，使其更易消化，對腸胃敏感者相對友善。

3. 天然發酵甜味、零負擔：甘酒的甜味來自麴菌分解澱粉，完全無需加糖，也無酒精。味道溫和滑順、易於入口。



一、米麴甘酒

材料

剩飯 150g、乾米麴 150g（可於傳統市場或網購平臺購入）、溫水 250cc。

器具

電鍋、溫度計、保鮮盒。

做法

- ❶ 事先以滾燙的熱水清洗容器，避免雜菌污染。
- ❷ 剩飯放涼，避免高溫破壞米麴活性。
- ❸ 加入米麴與溫水，拌勻後放入電鍋內鍋。
- ❹ 電鍋以保溫模式維持 60～70°C，持續 10～12 小時，過程中，每 2～3 小時檢查一次，讓食材慢慢發酵。
- ❺ 發酵後會出水，適度攪拌至呈稀粥狀、產生天然甜味即完成。
- ❻ 米麴甘酒冷藏保存即可，加入「紅石榴汁」與「氣泡水」，即成為清爽的石榴氣泡飲；若需加熱飲用，可加入適量溫水，或以小鍋微溫加熱（水溫請勿超過 70°C）。



成品

二、穀米核果醇飲

材料

有機銀耳 50g、水 500g、白芝麻 15g、核桃 15g、枸杞 5g。

器具

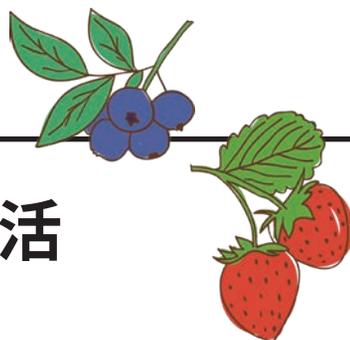
電鍋、烤箱、料理機、瓶罐。

做法

- 1 電鍋中放入有機銀耳和水，重覆蒸兩次，可得濃郁的銀耳湯約 300g。
- 2 白芝麻以小火炒至呈金黃色。
- 3 烤箱預設上、下火各 180°C，將核桃烤 8 分鐘。
- 4 核桃與銀耳以料理機稍微攪碎備用。
- 5 將甘酒、煮熟銀耳、核桃、白芝麻、枸杞依序放入瓶中即可。
- 6 完成後的穀米核果醇飲建議冷藏保存，風味最佳。



成品



春光正好 邀您共譜莓好生活

遠東百貨／鄭嘉蕙

春季伊始，萬物復甦、生機盎然。當季的草莓與藍莓賞心悅目，色彩鮮明地迎接全新的開始。本期「美食網」將新鮮雙果送上餐桌，讓紅藍浪漫交織出色彩豐沛的「莓」好生活。

草莓和藍莓原本分別產於南美與北美，果實嬌嫩運輸不易，在臺灣一直屬於高單價水果。近年因為在地種植量增加，不但可以新鮮現吃，也因為省下運輸成本，價格更親民。

臺灣的草莓產季從 12 月至 4 月，其中 1 月到 3 月是盛產期；藍莓產季則是在 2 月至 7 月，高峰期為 3 月到 5 月。由此可知，春季是大啖本地新鮮藍莓和草莓的好時機。但是在食用前，有哪些應注意事項呢？

- **洗滌與烹調**：首先要清洗乾淨，建議用蔬果專用洗滌劑，再加上流水沖洗足量時間。此外，新鮮的莓類水份含量高，除非製作果醬，否則不建議長時間烹煮，以防營養價值流失。
- **營養滿點**：草莓富含維生素 C，是抗老化幫手；藍莓則有豐富的花青素，有益視力和大腦。
- **應用範圍**：將鮮果洗淨瀝乾，放在蛋糕、優格、燕麥片上，或是製成成果昔冰沙，成品外觀馬上升級。若是製成果乾，則可加入烘焙甜點、健康飲品、沙拉料理，增添風味與口感。另可購入冷凍草莓、藍莓，熬煮成果漿、果醬，不少蛋糕夾層的莓果也是用冷凍品替代。

等不及品嚐草莓、藍莓的酸甜滋味了嗎？快跟著全臺遠東百貨的美味推薦，探索春日專屬的「莓」好生活！



👉 草莓、藍莓果乾非常實用，存放期間也較長／遠東百貨嘉義店微光庇護工場提供

組合超繽紛

◀ Woosa 洋食鬆餅屋「甜心草莓冰淇淋鬆餅+草莓樂園莫西多」

綿密鬆餅鋪上當季新鮮草莓，搭配香濃的草莓安格斯醬，帶出自然清甜的果香，佐以草莓冰淇淋與草莓鮮奶油，層層堆疊出甜美風味。搭配清新爽口的草莓樂園莫西多，令人彷彿置身於草莓樂園。建議售價 NTD 450。洽詢專線：臺中大遠百 3 樓，(04) 2254-4526。



▶ 非常泰「草莓啫啫冰」

選用產地直送的大湖新鮮草莓，搭配口感 Q 脆的紅寶石及香甜的草莓冰淇淋，酸甜可口，是草莓季必點的人氣甜點。建議售價 NTD 289。洽詢專線：臺中大遠百 11 樓，(04) 3609-5050。

烘焙香噴噴



◀ 吳寶春自己做「雙莓奶酒巧克力塔」

一款屬於大人的巧克力塔，酥脆塔皮包覆入口即化的奶酒巧克力甘納許，中層藏著草莓凍，微涼的果酸讓巧克力多了份平衡，鮮奶油搭配巧克力碎，口感濃郁卻不厚重，以草莓與藍莓的果香收尾，讓人忍不住再吃一口。推薦價 NTD 820 / 3 個。洽詢專線：遠東百貨信義 A13 B3 樓，(02) 2723-5520 #222。



▶ Krispy Kreme「草莓夾心貝」

外層鬆軟香甜，內餡注入酸甜草莓醬，一口咬下果香四溢，甜而不膩，粉嫩外型更添療癒感，是午後的小確幸甜點。建議售價 NTD 57。洽詢專線：遠東百貨桃園店 B1 樓，(03) 338-2968。



▶ 饅饅好食「藍莓優格乳酪蛋糕」

將富含維生素、花青素的藍莓果實，細心慢熬成藍莓果粒醬，融合在牛奶般的香緹餡裡，蛋糕體再刷上藍莓酒糖提香，與酸甜優格的馬斯卡邦融合得恰到好处，滿滿的淡雅清香在味蕾散開，讓人不禁一口接一口。建議售價每片 NTD 190。洽詢專線：遠東百貨竹北店 B2 樓，0910-589-161。

▶ 山崎麵包草莓甜甜圈、蒸糕

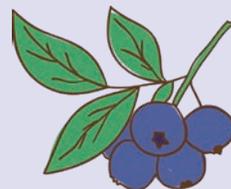
口感鬆軟輕盈的甜甜圈，沾上草莓風味巧克，香甜不油膩。清爽的水蒸蛋糕融入微酸草莓果餡，粉嫩的色彩與清甜的香氣，為暖冬增添喜氣。甜甜圈建議售價 NTD 36、草莓蒸糕建議售價 NTD 28。洽詢專線：臺南大遠百 B2 樓，(06) 275-1933。



冰飲好舒暢

☛ 義式屋古拉爵 Café Grazie「草莓奶蓋」

酸甜草莓搭配濃郁奶霜，雙重滋味一次擁有。建議售價 NTD 140、遠東人優惠價 NTD 133。洽詢專線：遠東百貨桃園店 12 樓，(03) 331-6208；高雄大遠百 12 樓，(07) 536-1390。



☛ 雪坊「綜合野莓瓶裝優格飲」

藍莓、黑莓、覆盆子三種莓果的組合，以特調的比例混合，讓果醬整體的香氣更豐富，呈現鮮甜而有層次的味道。建議售價 NTD 115。洽詢專線：新竹大遠百 B1 樓，(03) 523-4608。



甜品好涮嘴



☛ 弘前屋日本果粒果醬

嚴選小粒草莓、山葡萄藍莓，佐以蜂蜜與砂糖慢火熬煮，完整保留果實原形。不添加凝膠劑，以自然手作製法呈現原有的色澤、香氣與酸甜層次，適合搭配麵包、優格，也可用於甜點與烘焙。草莓果醬 200g、山葡萄藍莓果醬 200g，建議售價 NTD 380。洽詢專線：遠東百貨花蓮店 B1 樓，(03) 835-5588 #8860。

☛ 唐舖子「米其林二星主廚款牛軋糖」

甜蜜誘人的草莓牛軋糖與蘋果牛軋糖，奶香不膩口亦不黏牙，更吃得到草莓果肉。製作過程拌入杏仁堅果，表面再撒上牛奶餅乾，豐富的口感讓人越吃越涮嘴。300g 建議售價 NTD 475。洽詢專線：遠東百貨嘉義店 B1 樓「異國食品館」，(05) 236-5137 #8230。

☛ Häagen-Dazs 哈根達斯「草莓冰淇淋迷你杯」

新鮮草莓的濃郁香氣與鮮甜滋味，寵愛著每一個挑剔的味蕾。建議售價 NTD 129。洽詢專線：新竹大遠百 B1 樓，(03) 526-1528。



備註：內用另加收一成服務費，「優惠價」需出示集團員工識別證，期限至3月31日。

USR 行動下的跨域合作與教學創新

亞東科技大學／蔡杰芸

身為亞東科技大學「大學社會責任實踐（USR）計畫」的專任助理，我在過程中深刻體會到，工作從來不只是完成任務而已，更是一場關於價值與態度的深度學習。

「大學社會責任實踐（USR）計畫」是一門高度實務導向的職場課程，這次的主題是「無聲的力量・科技輔助聽障籃球運動×提升弱勢學生之科技學習與競爭力」。因為參與的學生多半屬於弱勢族群，我必須學習如何透過教育，在專業中傳遞善意，在不完美的條件下，完成最圓滿的成果，更要在心疼孩子的同時，仍然保持專業的中立，給予他們同樣嚴謹、有價值的教育。在一次次的付出與陪伴中，我重新定義了自己的角色與責任，也對於「職人精神」與「樂活工作」有更深一層的體認。

此外，這份工作也讓我有機會接觸與學習 AI 人工智慧，並嘗試將自身的藝術專業



與創造力融入教學設計。我們引入人工智慧機器人、物聯網智慧小車等設備，激發孩子們的學習動機與創造力，引導他們體驗科技創造的可能性，持續開拓更多的想像空間。

「這是我送給天上爸爸媽媽的禮物，希望他們看到我努力的樣子，知道我也能做好一件屬於自己的創作。」一位學生輕聲說出的話，至今仍深深留在我心中。這些孩子背後都有許多不為人知的故事，讓我在每一次課程結束後，看見他們的笑容，或是聽到一句「謝謝」時，所有的疲憊都瞬間昇華為成就感。

在 USR 的實踐歷程中，我體悟了真正的尊重與社會回饋，不是施捨，而是相信，相信他們的潛能，相信他們同樣有能力達到要求，值得大家用最嚴謹的工作態度對待。這正是我投身公益的意義：守護孩子們眼中那一抹幸福的光。

2026 是我邁入 USR 計畫的第二年，我將持續從弱勢教育支持、科技輔助學習，到跨域合作與在地連結，不斷深化行動的厚度。無論是面對學生的挫折、活動場域的限制，或跨單位合作的磨合，都是對自己專業能力與人生態度的雙重磨練。我相信，「樂在工作、活出意義」不只是一句口號，而是可以被實踐的日常。





「遠東人開講」：我的療癒時光

編輯室輯

有些片刻不驚天動地，卻能悄悄修補心情的裂縫。本期特別邀請海內外的遠東人分享這些日常裡的溫柔風景，讓我們一起練習，從短暫的停格中看見美好。

【一】

在忙碌的生活裡，即使只是滑滑網路短劇，讓笑聲沖淡一整天的疲憊；或是陪著家裡的貓咪玩耍，看牠撒嬌、打呼嚕的模樣，總能讓人不自覺地放慢腳步。假日時，我喜歡和另一半出門走走，不論是逛街、散步，或只是隨意地喝杯飲料，都能讓心情變得柔軟。偶爾，一個人看看街景、感受風的溫度，也是一種靜靜的幸福。療癒不一定要遠行，只要用心感受，生活裡處處都有溫柔的角落。（遠東新世紀／劉芳岳）

【二】

身為母親、女兒、職場工作者及妻子，每天在不同的角色間轉換，除了早晚前往探視長輩、接送小孩，還要在忙碌的工作與家事之間努力維持平衡。當夜深人靜的那一刻，才終於擁有屬於自己的片段時光。此時我喜歡戴上耳機，聆聽 Podcast 中分享著關於生活、成長或親子教育的故事；有時我也會在沙發上看看書，讓別人的故事在耳邊或眼前展開。這帶給我安靜的力量，讓心靈重新歸於平靜，也讓自己被生活溫柔地擁抱，修補了疲憊的心。然後在翌日清晨，一面準備早餐，一面跟孩子分享生活中的點滴，並和孩子在校門口擁抱，告訴彼此要繼續加油！（元智大學／謝欣璇）

【三】

一天的忙碌在夜色降臨後緩緩退場，每日晚餐後到住家附近的河堤漫步，任晚風帶著微微涼意，吹散白日累積的疲憊與煩躁，是我的療癒時光。選擇用雙腳前行，不只是

為了放鬆身心，也是一種對環境溫柔而堅定的選擇，讓城市在低碳而從容的節奏中慢慢呼吸。沿著河堤緩步前行，河面映照著路燈與月色的光影，隨水波輕輕晃動，彷彿提醒我，生活其實可以更簡單一些，減少不必要的急躁。擦身而過的是遛狗的人、騎著腳踏車的孩童，彼此保持距離、共享空間，交織成一幅安靜而和諧的夜景。在這段屬於自己的時光中，我放慢腳步，讓紛亂的思緒逐漸歸位，也讓身體、心靈與環境，一同走向更平衡的狀態。（遠東新世紀／陳淑貞）

【四】

每晚翻開感恩日記，我會先寫下今天感恩的三件事情，例如，很幸運公車上有坐位，或是吃到當季美味的水果，寫下這些的同時，心中也會緩緩升起幸福感。緊接著，我會寫下今天完成的事，比如，原本預定只要跑步 20 分鐘，結果多做了 300 下跳繩，除了有種成就感，也覺得自己越來越健康。老子《道德經》第四十六章有云，「禍莫大於不知足，咎莫大於欲得，故知足之足，常足矣。」開始寫感恩日記後，我感到非常療癒，推薦大家也試試。（亞東證券／戴慈萱）

【五】

每當騎上我的踏板摩托車，戴好頭盔，世界好像就變簡單了。轉動鑰匙，聽著引擎聲響起，心裡備感踏實。輕輕一擰油門，車子平順地滑出，風迎面吹在胸口和臉上，彷彿什麼煩心事都能被吹散。

我不去很遠的地方，就喜歡在鄉村小路或河邊慢慢騎。放空腦袋，看著天色一點一點變暗，路燈一盞一盞亮起來。騎到沒人的地方，停下車，聽聽風聲和蟲叫，感受著內心深處的寧靜，那一刻的輕鬆，實非筆墨所能形容。（四川亞東水泥／肖勇）

【六】

忙碌的日常，假日成為少數能放慢腳步的時刻。每到週末，我會安排一堂鋼琴課，坐在琴鍵前，從 Do、Re、Mi、Fa、So 開始，讓心情隨著音符一點一點沉澱。專注彈奏的當下，彷彿能暫時放下生活的煩憂。雖然練琴的過程並非一帆風順，有時反覆練習卻彈不好，難免感到挫敗。然而，當旋律逐漸成形，甚至能彈奏出自己喜歡的歌曲時，

那份成就感讓我重新找回信心。與音樂相伴的時光，不僅令我更有耐心，也為忙碌的生活注入新的能量。（鼎鼎企管／藍汝惟）

【七】

下班回家，為家人準備營養又色香味俱全的晚餐，不知不覺成為我的療癒時光。從採購食材、洗米煮飯、切菜剝蒜…料理的過程，除了手在動、耳朵聽，眼睛也要盯著爐上的火，腦海中還要思索下一道菜的先後順序，不知不覺中，放下了工作中的壓力與煩憂。當成品一道道端上桌後，一家人圍坐在桌前，一邊閒聊著今日的日常，一邊品嚐著家常菜，一整天的疲倦也在溫馨、和樂的氛圍中消失殆盡。（亞東醫院／余怡娟）

【八】

療育的方式百百種，但運動最能紓解我的心情。每當遇上瓶頸，我會約著兒子，一起到體育場，在跑道上揮灑汗水，讓緊繃的心情和煩人的情緒全被拋諸腦後。跑完後，和兒子坐在一旁的樹蔭下，聊著他學校生活的種種，也分享自己的前塵往事，隨後一起騎車愉悅的回家，重新迎接全新的每一天。（遠東商銀／王明全）

【九】

急促的日常節奏中，需要適時地為自己按下暫停鍵，因為沉澱也是一種療癒。我喜歡在獨處的時候，點上適合今天心情的薰香，聽著近期最喜歡的音樂，跟著旋律做些伸展運動。此刻拉開的不只是身體，縈繞在心中的種種繁雜好像也漸漸消失了。（板橋大遠百／黃嫻諭）

【十】

我的療癒方式是，趁著孩子們去補習時，泡一杯飲料，慵懶地躺在沙發上，打開手機看姊妹們推薦的好劇，或是觀賞 YouTube 訂閱頻道裡的影片，看著別人慢條斯理的烹飪，感覺很舒壓，有空時跟著一起動手做，也很有成就感；或是欣賞網紅開箱，一起感受新產品帶來的驚喜；有些影片則分享收納的小技巧，有助於改造居家環境…在放鬆的過程中也能有所學習，真的很棒！（遠鼎公司／何淑芳）

致敬我的網球教練

江西亞東水泥／王丹

自 2013 年與網球結緣，我便有幸遇見了一位了不起的引路人 -- 我的網球教練，亦是我們公司的執行長。他是執掌公司方向、運籌帷幄的大家長，也是手持球拍、耐心指引我叩開網球之門的引路人。亦師亦長，亦師亦友，不同身份，一樣赤誠，讓我滿心敬佩，更滿懷感恩。

初識張教練，是在職場中，他是沉穩可靠的總經理，帶領我們穩步前行。而當我走進網球場，他便化身成耐心專業的教練，帶領我們這群「小白」，從零開始，一步步解鎖這項迷人的運動。

回想起初學時，我們握拍生疏、揮拍無力，每一次擊球都顯得那麼笨拙，但張教練總是不厭其煩、一遍遍示範標準動作，從握拍姿勢到腳步移動，從擊球時機到戰術配合，細緻入微地糾正我們每一個微小的偏差，並且用溫和的話語給予鼓勵，從未有過一絲一毫的敷衍，從不因我們的笨拙而急躁，讓我們在一次次的練習中找到手感，在點滴的進步中建立起信心。

張教練不只傳授網球技巧，練球之餘，也時常分享養生心得，教我們如何正確地榨取和飲用西芹汁，叮囑我們注重日常的飲食調理，提醒我們要懂得勞逸結合，注重修身養心。在他的言傳身教和積極影響下，我們不僅在球場上揮灑汗水，強健體魄，更在生活中逐漸養成健康的習慣，開始懂得如何關照自己的身體，提升生活品質。

十餘年如一日的悉心指導與無私分享，張教練對我們而言，不僅是球場上的教練，同時是人生路上的導師。謹致上最崇高的敬意和最誠摯的感謝！



雙星 4047 串起記憶與風景的西九州慢旅

亞東證券 / Michelle

11 月底的西九州之旅，起點其實來自一個單純的念頭 -- 想搭乘觀光列車「雙星 4047」。它行駛於武雄與長崎之間，而長崎縣佐世保市正好有我年少時留下深刻回憶的豪斯登堡。於是，雙星 4047、武雄、長崎與佐世保，就這樣被串成了一段九天八夜的旅程。

「**雙**星 4047」是我在九州搭乘的第三款特色列車，前兩次分別是「由布院之森」與「坐 A 列車去吧」。這回的搶票過程可謂一波三折，兩人四手在螢幕前手忙腳亂，幾度以為要與列車擦身而過，幸好在幕後小功臣的幫忙下，終於成功搶下最後 7 張車票，讓這趟旅程得以成行。

旅程第一站來到佐賀縣武雄市。城市裡的觀光客比想像中少，迎接我們的是清新的空氣與寬敞的街道。第一次以腳踏車作為主要交通工具，穿梭在市區各個景點之間，意外地輕鬆又方便。我們停留了一天，雖然安排了 2 ~ 3 個景點，仍覺得時間有些不夠，下次一定要多留幾天，慢慢吃一鍋佐嘉平川屋的豆腐鍋、到最美的圖書館喝杯下午茶，再補上這次錯過的公共浴池。



武雄最讓我驚艷的，正是那座廣為人知的圖書館。即使事前已在網路上看過無數照片，仍被深深震撼。書香與咖啡香交織出的溫暖氛圍，是照片無法呈現的感受，只有親臨現場，才能真正體會那份靜謐與舒適。尤其夜晚點燈後的圖書館，更是多了一分溫柔的氣息，令人流連忘返。

第二站來到「雙星 4047」的終點--長崎。考量市區許多景點與原爆歷史相關，氛圍較沉重，這次僅安排「哥拉巴園」作為主要參觀地點。沒想到獲得團員一致好評，不僅能將長崎港景盡收眼底，還幸運遇上楓紅時節，大家一邊散步、一邊撿楓葉，留下輕鬆愉快的回憶。

西九州旅程的最後一站，是佐世保，也是我此行最喜歡的城市。這裡沒有擁擠的人潮，步調緩慢而自在，住宿與餐飲的價格也比熱門城市親民許多。車站後方的佐世保港，非常適合散步與拍照，如此安靜、悠閒的氛圍，正是我嚮往的旅行方式。

距離佐世保約 20 分鐘車程的豪斯登堡，則是我們情感最為濃厚的一站。睽違 25 年再次踏入園區，超過一半的原班人馬舊地重遊。當年的孩子已長大成人，身邊多了下一個世代；曾經的大人也在歲月中悄悄改變，時間卻似乎沒有在園區留下太多痕跡，相較之下，反倒讓人意識到，真正需要被細心維護的，或許是自己。

這趟西九州之旅，不只是搭上一輛觀光列車，更像是把記憶、風景與當下心境重新串連的一段慢旅。也許正因為這些城市不那麼熱門，才能讓人靜下心來，細細感受旅行真正的美好。



從《明星養老院》 看見自己人生的第二幕

妙妍

在人生的中段，我們比年輕時更懂得欣賞文化，更願意在一齣戲、一首歌、一段對話裡，找回內心的平靜與力量。人到中年，看戲的方式也悄悄變了。年輕時，我們看劇情的跌宕、演員的風采；如今，我們看歲月在臉上的刻痕，看臺詞裡潛藏的道理，看見自己尚未解開的心結、放不下的過往、還未說出口的溫柔。也許正因為 40 歲以後的人生，逐漸走到另一個拐點 -- 不再追求轟轟烈烈，而是開始學會與自己、與時間和解。

成熟不是什麼都抓住 而是知道什麼該放手

《明星養老院》是講述一群老藝人的故事，劇中有位老明星，每天依舊堅持化妝、練唱，彷彿只要她努力，臺上的聚光燈就會再次亮起。那份執著並不可笑，反而令人心疼 -- 那正是中年人熟悉的重量。不知不覺間，我在他們身上看到許多相似的影子，有人懷念昔日的巔峰，有人帶著遺憾前行，有人努力維持原本的光彩，也有人悄悄練習放手。這些心境，不正是中年的縮影嗎？握得越緊的，不一定重要；捨不得放下的，也不一定屬於自己。成熟，是用微笑收起光環；自由，是不再用過去的成功衡量現在的自己。

放下名利 拾起自己

劇中的老明星們，都曾站在最亮的舞臺中央。但當脫下戲服、燈光熄滅，剩下的，是他們最真實的模樣。看著他們努力守著過去的光芒，我突然明白：我們其實也常抓著「過去的成功」不放，在職場拚搏多年，懂得太多、想得更深，卻也更容易背負壓力、包袱與不安。

隨著劇情推進，我看到他們逐漸學會：名利留得住是一種幸運，放得下才是一種能力。這句話也在提醒著我：人生的下半場，不應再是「證明自己」，而是「成全自己」。

與時間和平相處

另一位演員常常對著鏡子練習年輕時的臺詞，鏡子裡的皺紋與記憶一起被時間拉扯，他愈努力想證明自己仍然可以，心中卻愈感孤單。時間奪走的是外表，留下的是靈魂的形狀。人生不必永遠奔跑，有些風景，只有停下來才能看見。



《明星養老院》讓我學到一件最重要的事：不是要跟時間競賽，而是要學會跟時間握手。承認身體不如以往、承認心態也會疲倦，但同時也承認：自己已經比從前更加成熟、厚實，也更了解什麼才真正重要。

愛與遺憾 都值得被原諒

劇中有一段情節，描述某位明星與親人多年的心結。那場戲沒有華麗的臺詞，卻能刺穿心底最柔軟的地方。我們這個年紀的人都懂：人生的遺憾，往往不是失去機會，而是沒有好好說一句「對不起」或「我愛你」。戲裡，他們選擇了放下。戲外的我們，又何嘗不能呢？

中年的智慧，是理解關係不必完美、家人不必無瑕、自己也不必強大。最重要的是懂得珍惜當下。

人生永遠有下一幕

《明星養老院》最後有一句很動人的臺詞：「舞臺雖然關了燈，但心裡那盞燈還在亮。」走過半生，看懂這句話裡的力量 -- 它不是對青春的留戀，而是對人生的勇氣。年輕時，我們追求的是「能不能」；中年後，我們尋找的是「願不願」。不是每個人都要成為明星，但每個人都可以為自己照亮下一段路。

無論我們幾歲，人生都還有下一幕。那一幕不需要精彩，只需要真誠、自在、幸福。

如果你也正走在中年這段旅程，我會推薦你看看《明星養老院》，不為懷舊，也非逃離現實，只因為它會用最溫柔的方式告訴你：老，是一種成長；放下，是一種豁達；而幸福的活著，就是我們最美麗的一場演出。願每位讀到這裡的你，在忙碌與壓力之外，都能找到一道屬於自己的光。

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. 遠銀、亞證如何打造出溫暖人心的金融服務？【封面故事】

- A. 遠銀以動態的「行為標籤體系」，讀懂客戶需求
- B. 亞證透過異業結盟，升級數位服務
- C. 遠銀與亞證攜手推出「銀證同開」服務，簡化操作門檻
- D. 以上皆是

2. 有關「家用網路閘道器」安全性的描述，下列何種為非？【資訊網】

- A. Wi-Fi 穩定、設備運作流暢，不代表安全無虞
- B. 應定期檢查設備型號，確認能否更新設備或韌體
- C. 帳號密碼應設為「出廠預設值 admin」
- D. 應開啟「自動檢查更新」功能，防堵最新的資安漏洞

3. 關於正子斷層掃描的介紹，何者錯誤？【保健網】

- A. 是一種結合正子掃描與電腦斷層的複合式掃描儀
- B. 可精確結構定位，大幅提高診斷的準確性
- C. 為了提高檢查的敏感度，施作前需禁食6小時
- D. 即使懷孕，仍能接受此項檢查

參加辦法

請於3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）。編輯室將於次月月刊公佈得獎名單。



426 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
亞東醫院	吳○蓉	南昌亞力	鄒○躍	遠東SOGO百貨	艾○芬	宏遠興業	周○傑	遠龍不銹鋼	簡○安
亞東醫院	邱○芳	遠東商銀	黃○維	遠百臺南店	胡○華	宏遠興業	張○珮	遠東新世紀	蔡○雯
全家福	賴○宏	遠東商銀	朱○慧	遠百桃園店	陶○妮	宏遠興業	楊○淨	遠東新世紀	柳○婕
遠傳電信	陳○儒	亞洲水泥	林○傑	台北遠東飯店	詹○琴	遠通電收	謝○湘	遠東新世紀	吳○諺
遠揚營造	楊○月	遠東巨城	陳○伶	亞東證券	陳○安	遠通電收	陳○芳	遠東新世紀	周○宏

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								
遠揚營造	王○芬	亞東石化	溫○淵	宏遠興業	葉○揚	亞東證券	吳○蘭	遠東百貨	李○郁

恭喜上列幸運兒分別得到面額 NTD300 的 Fet.com 官網購物金！

MAR

through the lens

遠東商銀攜手內政部警政署刑事警察局，並聯合全臺各大虛擬資產交易所，啟動全臺唯一橫跨銀行、警政與VASP的「跨域防詐網」。



遠東百貨由林彰豐副總（右）代表捐贈 1,728 顆日本弘前陽光富士蘋果，陪伴弱勢家庭過好年，獲唐氏症基金會回贈感謝狀。



亞東石化深耕節能減碳領域，在能源管理、再生能源及循環經濟等面向展現卓越成果，獲經濟部頒發 114 年「節能標桿獎 -- 銀牌獎」殊榮。



亞洲水泥憑藉穩健的經營表現與完善的人才制度，再度蟬聯 1111 人力銀行「2025 幸福企業金獎」（製造業），余東霖副總（中）率同仁出席領獎。





亞東證券



金馬年 馬上發

投資要穩 手續費要省

線上開戶送

\$1,888 手續費
折抵金

再享專屬手續費優惠



定期定額
不限扣款金額
手續費均 1 價



查詢專屬優惠



線上開戶

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 (交易日08:00-16:00) 客服信箱:service@osc.com.tw

【反詐騙提醒】接獲可疑電話或簡訊請掛斷刪除並撥打165反詐騙專線求證