

遠東人

徐有庠
題

共同開創「誠勤樸慎·創新」的健康人生

COVER STORY

「元」型人才 「智」馭未來
領航Z世代 亞東科大深耕AI跨域力
豫章工商技職轉型 培育跨域人才

LIFE GUIDE

代理式AI 會「說」也會「做」
勞退新制修正上路 完善退休金權益

產學接軌 釋放Z世代潛能

Academia-Industry Collaboration Unlocking Gen Z Potential



AI
導讀



掃描 QR code
看更多即時訊息
還可下載電子雜誌



JUN

through the lens



遠東新世紀榮獲 2026《遠見》ESG 企業永續獎「傑出方案 -- 低碳營運組首獎」及「綜合績效 -- 傳統產業組績優獎」雙獎，（左起）李源珍總經理、鄭澄宇總經理、范欽智總經理共同出席領獎。

遠東 SOGO 百貨黃晴雯董事長（右二）4月21日率一級主管們出席記者會，為母親節檔期揭開序幕。



元智大學獲 2026《天下》大學公民獎「私立一般大型大學組」第二名，並入選「大學校長辦學績效互評調查榜單」，廖慶榮校長（中）與團隊分享榮耀。



亞東科技大學與亞東醫院 4月17日盛大舉辦「2026 產學研究暨成果發表會」，並分別由黃茂全校長（右）與邱冠明院長（左）代表簽署合作協議。



產學接軌 釋放 Z 世代潛能

李佳珍

當 AI 重新定義了產業的遊戲規則，企業對人才的期待也從單一專業，轉向跨域整合。而成長於數位浪潮中的 Z 世代，雖然天生具備擁抱變革的基因，卻也需要一座從校園通往職場的橋樑。本期「封面故事」帶您走進元智大學、亞東科大與豫章工商的教育現場，看他們如何透過創新作法，讓教育發揮連結未來的力量。

與此同時，企業也必須重構與消費者的連結方式。「樂活職人」單元剖析生成式 AI 搜尋對企業的衝擊，提出從「爭取被點擊」到「爭取被 AI 引用」的新思維。「生活情報」單元同樣精彩紛呈：「資訊網」帶您認識會「說」也會「做」的代理式 AI，以及與它安全協作的五項原則；「財經網」從贈與、遺囑與保險工具切入，助您提早規劃財富傳承；「法律網」解析勞退新制修正重點，守護您的退休金權益；「保健網」則介紹慢性疼痛的治療新選擇，為長期受疼痛困擾的讀者帶來希望…六月，是畢業的季節，也是啟程的季節。願這期豐富多元的文章，陪伴您在科技與變革交錯的時代裡，看見更多新的可能。

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」六月話題：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：6 月 15 日前）



JUN 2026
NO. 430
 Since AUG 1990

01 EDITOR 編輯手記

產學接軌 釋放 Z 世代潛能 / 李佳珍

04 LEADER'S REMARKS 領航者的話

飛騰躍升 再創高峰 / 廖慶榮

06 COVER STORY 封面故事

「元」型人才 「智」馭未來 / 編輯室採訪整理

領航 Z 世代 亞東科大深耕 AI 跨域力 / 楊慧雯

豫章工商技職轉型 培育跨域人才 / 編輯室採訪整理

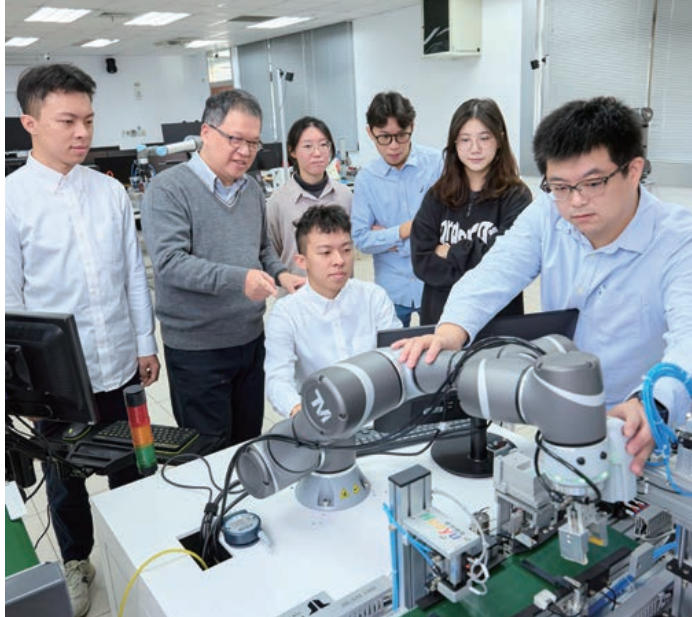
16 GROUP BRIEFING 集團簡訊

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

24 OFFICE TALK 樂活職人

經營管理新知：迎戰 AI 生成式搜尋 重構企業影響力 / 集團綜效暨零售規劃總部





27 LIFE GUIDE 生活情報

- 財經網** 贈與、遺囑與保險 -- 傳承最重要的三張紙 / 顏鴻欽
- 保健網** 慢性疼痛的治療新選擇 / 黃郁蘋
- 資訊網** 代理式AI 會「說」也會「做」 / 陳芳瑜
- 法律網** 勞退新制修正上路 完善退休金權益 / 林語琪
- 美食網** 筒仔米糕 -- 守護臺灣米香的記憶小吃 / 張雯茹
- 美食網** 夏季清爽飲食提案 / 黃冠菱

43 HOT TOPIC 遠東話題

「遠東人開講」：我的療癒時光 / 編輯室輯

44 STORY 心動時刻

釜山漫遊：當蔚藍海洋遇上城市脈動 / Wendy

48 QUIZ 有獎徵答

429 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)





飛騰躍升 再創高峰

元智大學／廖慶榮校長

今年元智大學的校慶典禮上，一段名為《元智37·AI時光錄》的影片，讓與會佳賓們彷彿坐上時光機，回顧元智從一片黃土，成長為今日巍峨學府的每一步印記。影片的最後，更透過AI技術，重現已故創辦人徐有庠先生身影，以及他的殷殷期許。前衛的科技傳承著無比溫暖與深刻的情感，深深觸動了每一位觀眾的心……。

剛才播放的影片，以AI技術生成影像與音樂，帶領我們回顧元智從創校一館到七館一路走來的歷程。相信到場每一位元智人看到這些畫面，都和我一樣，內心十分感動。尤其影片最後創辦人徐有庠先生的談話，雖然是透過AI技術呈現，但其中的文字，正是創辦人當年真實的理念與期許。看完之後，更讓我們深刻感受到元智創校時的理想、信念與決心，也提醒我們要持續努力，把元智辦得更好。

元智的校訓是「誠、勤、樸、慎、創新」，多年來，我們始終以這幾個字作為辦學的核心精神，其中，「創新」更是元智持續向前的重要動力。過去一年，學校在教學、

研究、國際合作以及校園建設等方面，都展現出相當創新而豐碩的成果。這些成果，是全體教職員生共同努力的結晶，也要特別感謝董事會長期而穩定的支持。

展望未來，元智正朝以下幾個重要方向持續邁進——

一、強化科技與產業的連結：今年，我們的「半導體及環科中心大樓」即將動土，全棟共四層樓，其中，一、二樓作為半導體中心，三、四樓則規劃為環科中心空間，預計一年內完工。臺灣因半導體產業而受到全世界矚目，元智也希望透過這個中心，進一步整合教學、研究與產學合作，並與更多國際優質大學建立夥伴關係，共同培育下一代科技人才。目前已與日本、印度及美國多所大學洽談半導體相關的雙聯學位與合作學程，未來將持續深化與擴展。

二、全面推動 AI 教育：現在大家若用 Google 或 AI 工具搜尋「臺灣第一所將 AI 列為必修的大學」，都會得到同一個答案 -- 元智大學。我們不只是將 AI 列為必修課程，更在每一個科系規劃了 12 到 15 學分的 AI 學程。AI 不只是工具，更是一種新的基本能力。因此，在 AI 時代，我們希望每一位元智學生，都能善用 AI、駕馭 AI、創造 AI 的價值，成為引領 AI 時代的人，而不是被 AI 取代的人。

三、持續深化國際化：這幾年來，元智在國際學生、國際教師、EMI 課程、華語生招生，以及國際合作等方面，都有很好的進展。去年，元智獲得 QS 頒發的「國際化進步獎」；在泰晤士世界大學排名的國際化指標中，同樣也名列前茅。我們希望元智能夠成為臺灣最國際化的大學，讓學生在校園裡就能接軌世界。

面對未來高等教育愈加嚴峻的環境，大學若只是守成，將難以走得長遠。因此，元智的方向十分清楚：環境越困難，我們越要創新；挑戰越艱鉅，我們越要向前。正如剛才影片中創辦人所說：「我們不只要追求卓越，更要飛騰躍升，挑戰未知的極限。」

這句話不僅是對元智的期許，更是引領我們持續前進的信念。一所大學的歷史，不只是時間的累積，而是由一代又一代元智人共同努力寫下的。只要全體教職員生、校友與董事會攜手同心、持續創新，元智一定能在變動的環境中穩健前行，逐步邁向百年名校，實現創辦人當年的遠見與理想。

最後，讓我們一起祝福——元智大學，生日快樂！元智飛騰躍升，再創高峰！



「元」型人才 「智」馭未來

編輯室採訪整理

隨著數位科技快速演進，不但企業對人才的定義正全面翻轉，Z世代人才的學習需求也與以往大不相同。如何同步滿足兩者的需求，成為大學教育的核心議題。本期「封面故事」帶您前往教育現場，看元智大學如何透過制度創新與產業協作，提前為企業鎖定新時代的關鍵戰力。

打破框架 自主組裝戰力

臺灣的高等教育正站在一個新的轉折點，一方面，人工智慧快速改寫產業的運作模式，企業對人才的期待，已經從單一的專業技術，轉向具備跨域整合、問題解決與人工智慧應用能力的複合型人才。另一方面，Z世代的學子也和過去截然不同，他們成長於網路、社群與生成式AI工具普及的環境中，習慣快速取得資訊、偏好即時回饋，並傾向在實作、探索與情境中，形塑自己的學習與職涯路徑。

當產業與學生都已經改變，高等教育的難題是，如何更早、更有系統地把學習、能力與未來的工作場景串接起來。

面對全新的挑戰，元智的應對之道，是捨棄傳統以「學系」為邊界的學習結構，改為推動「校學士制度」，以模組化設計，讓學生在主修之外，再依據自身職涯規劃與興趣，自由組合AI、資料分析、創新創業或永續發展等領域學程。換言之，學子們從原本的「依照課表完成任務」，轉變為「主動設計自己的知識版圖與能力架構」。

AI x 外語 墊高競爭門檻

元智大學認為，「跨域」是回應未來工作的橫向能力，而「AI」則是新時代人才的底層語言。因此，在多數學校仍將AI課程視為選修或特定科系專屬的當下，元智已率先成為全臺第一所將AI列為必修的大學，於大一即推動全校共同修習，並要求學生在畢業前完成至少三學分的AI應用課程。不僅如此，元智也透過六個學院的教務協作，讓AI滲透進各專業領域的核心脈絡：工程領域強調AI系統開發，商管領域聚焦AI輔助決策分析，人文與社會領域延伸至AI的社會應用，醫療與健康領域則深化跨域整合的AI診斷與預測能力。

這套邏輯，是基於元智的人才培育主軸：「懂AI、用AI、創AI、領AI」，希望學生首先理解AI的原理與邊界，進而在各領域中靈活應用AI工具解決問題，最終在組織與產





業中引導AI導入與轉型。

除了讀懂技術語言，外語能力更是連結全球知識、文化的載體，因此，元智以EMI（英語授課）作為另一條主軸，培養學子們的全球視野與職場所需的實戰力。

整合資源 前進真實場域

課程與制度的改變，若缺乏真實產業場景的連結，仍可能流於理想。有鑒於此，元智的產學合作框架，不僅包含實習的機會，也邀請企業參與課程設計與問題設定，並透過企業書院、產業學程、專題研究與實務專題，讓學生接觸真實的產業議題，在實際情境中，驗證與修正自身的能力。

這得益於元智作為遠東集團的一員，擁有其他大學難以複製的豐富產業資源。例如：整合「醫學中心臨床實務×大學跨域研究×集團通訊園區」資源，發展出產學研平臺；每年透過「遠東集團產學實習暨人才培訓計畫」，提供數百個實習職缺，績效優異的實習生畢業後可直接留任，並獲得企業提供的獎學金支持--碩士生NTD 5萬、學士生NTD 4萬，實現從學習到就業無縫接軌；在研究合作的深度上，元智與遠東新世紀的「燃料電池膜電極組製程研究」合作計畫，金額高達NTD 3,500萬、期程長達四年，更是發揮智庫的功能，為集團在新能源與永續領域提前布局。

在實習制度上，元智也採取更具彈性的安排，包括一年制、半年制，以及寒暑期校

外實習學分課程，讓學生依照不同的學習節奏與職涯規劃，提早熟悉企業制度、工作節奏與職場文化。過程中，再透過教師訪視、學生與企業端問卷回饋，持續檢視學生在職場中的學習狀態與表現，滾動修正課程內容。

循序漸進 探索職涯方向

為學子們精心打造的戰甲，能否因應新時代的挑戰，終究要到職場上才能見真章。一般學校將職涯輔導視為畢業前的服務，然而，對許多年輕人來說，職涯焦慮並不只是「找不到工作」，而是「不知道哪一條路比較適合自己」。因此，元智從大一新生就開始啟動「自我探索→環境探索→生涯規劃→職涯發展→就業軟實力」五個階段的輔導架構，並透過UCAN職涯測評、企業參訪、履歷健診、一對一諮詢、模擬面試，以及涵蓋全校的「我飛網」職涯資訊平臺等方式，提供學子們足夠的工具與支持，幫助他們在探索過程中，逐漸釐清自己的方向。

從供給到共創 與人才同步升級

展望未來，隨著AI、半導體、數位轉型與永續議題持續推動產業重構，更需要具備跨域整合、全球移動與持續學習能力的「元型人才」，才能在快速演進的環境中積極創造價值、引領正向改變。為此，校方以「學術力、專業力、社會力、技藝力、領導力與國際力」六大能力構面，形塑「元智人」的能力架構，鼓勵學生透過服務學習、創客教育、海內外交流計畫，在智慧城市、綠色科技、長照服務等議題中應用所學，在科技發



展與人文關懷之間尋找自身的位置。

面對新一輪的產業競爭，人才需要不斷升級，而元智大學也在變動中持續學習、持續校準，不只扮演課程內容的傳遞者，更是「學習設計者」與「能力培養平臺」，引導Z世代永續成長、實踐夢想。



領航Z世代 亞東科大深耕AI跨域力

亞東科技大學／楊慧雯

隨著Z世代全面進入大學校園，其學習習慣與職涯觀點展現出鮮明的數位原住民（Digital Natives）色彩，他們習慣透過網路平臺、短影音及線上資源，快速獲取「關鍵片段」，進行碎片化學習，追求「即時回饋、意義感與跨界整合」。在職涯觀念上，相較於追求單一穩定，也更傾向嘗試斜槓、創業或跨領域發展，尋求自我實踐的心理特質。

洞察Z世代特質 以「數位課程」讓學習不設限

為彌合高教與產業界間的「學用斷層」，亞東科大採取「業界出題、學界解題」的策略定位，對焦「資通訊、健康照護、紡織」三大特色產業。因應學生偏好數位工具的特質，積極推動「數位學習」策略，製作數位教材，讓學習不再受限於教室，以因應Z世代碎片化與彈性的學習習慣。

在具體執行上，亞東科大推動「AI 協作」、「證照輔導」及「實習制度」三軌並進：一方面導入「AI 素養」，每學年開設涵蓋人工智慧、智慧創新應用等微學分課程，讓學生學會精準提問，並對AI產出具備判斷力。另一方面，有鑑於越稀有的證照越能提高學生的就業競爭力，特別於校園內建置了16間證照考場和11間國家考場，讓學生在學期間即可取得具體的專業能力證明。每年專業證照獎勵張數達1,200張以上，發出超過百萬元的獎金，維持30%以上學生取得專業證照的比例。其三，為確保學生具備企業要求的實務即戰力，滿足學生對實務學習價值的追求，校方開設實習課程，將企業實習制度化，近三年參加人數高達3,700人次以上，總時數突破245萬小時、實習機構對學生滿意度超過80%。

驅動創新成就與實踐 從專題競賽到產學落地

針對Z世代希望能獲得「即時回饋與實踐意義」，亞東科大打破傳統系所壁壘，將「跨領域課程」融入各系所，積極推動創新創業相關學程，引導學生參與海內外專題競賽，將學術研究轉化為解決真實問題的工具，另透過產學合作與業師授課，將真實產業問題帶進教學場景，縮短進入職場的能力空窗期。

在學校經費的支持下，教授與學生化身為校內創業發明家，113學年度即推動65件產學合作案，每年獲得認證專利平均達40餘件，113學年度技轉收入更突破百萬元；此外，師生研發專題亦屢獲各大國際發明展金、銀、銅牌肯定，每年獲得逾60面獎項，例如AI血管判讀與醫療語音辨識系統，即是跨系所合作，並與亞東醫院共同解決產業真實問題的成功案例，除發揮集團綜效，更具研究成果從校園走向實務與產業落地的價值，並讓學生從中獲得直接且強烈的回饋。



極大化集團綜效 建構「在學即接軌就業」的微型社會生態系

相較於其他大學院校，亞東科大的核心優勢在於背後的遠東集團是一個「微型社會生態系」，讓學生擁有得天獨厚的成長環境。校方將三大學院與遠東集團事業群對接，如電通學院與遠傳電信合作5G與人工智慧物聯網（AIoT）、工程學院與亞洲水泥研發材料、醫護暨管理學院則與亞東醫院執行智慧醫療。

鑒於及早接軌職場能為Z世代提供實戰成就感，有效縮短學用落差，並建立職場競爭力。為激勵學生投入集團實習，除創設「遠東人實踐微學程」，更推動遠東集團實習A計畫（儲備人才）、B計畫（暑期產學實習）與儲備人才計畫等多元的實習方案，校方及集團更提供優渥的留才獎勵機制，滿足Z世代對「即時回饋、意義感與跨界整合」的心理需求，達成近三年集團實習留任率約31%，實現「在校即實習，畢業即就業」的目標。不僅如此，近三年畢業生的平均就業率為90.19%，雇主滿意度平均亦高達93.9%；更令人矚目的是，參與學校「拔尖計畫」的學生，平均薪資優於全臺初任薪資19%，顯見校方培育的人才深受業界肯定。



展望未來 教育殿堂轉型為人才加速器

面對未來的技術轉型，亞東科大認為，臺灣最需要的是在AI加持下，培養具備數位科技素養、創新思維能力及能解決複合問題的「跨域整合者」。學校將延伸為「產業升級的共創基地」，持續培育具備溝通（Communication）、合作（Collaboration）、創意（Creativity）、關懷（Care）4C特質的人才，不僅傳授專業技術，更致力於成為遠東集團與臺灣產業進化過程中，最堅實的人才後盾。



豫章工商技職轉型 培育跨域人才

編輯室採訪整理

16~18歲是自我探索與累積知識的重要起步，隨著科技進步與應用普及，現今孩子們學習的方式已與往昔大不相同，豫章工商作為遠東集團教育事業體中，學生最年輕的教育機構，意味著師生的世代差距最大，如何創新設計技職課程，協助學子們升學及就業？

傾聽學子 革新教學

面對瞬息萬變的產業發展，豫章工商致力了解學生們的想法，以訂定適才適性、學習成效更好的教育方針。Z世代的學生們成長於高度數位化與資訊快速流動的時代，又稱數位原住民，習慣透過數位平臺快速取得知識，對於「為何要學」特別敏感，並期待學習內容能應用於實務情境與未來職涯。此外，相較於傳統的線性學習，Z世代更希望靈活整合各方專業知識，具備「跨領域能力」；在職涯發展方面，亦更重視自我價值、



工作意義、學習機會與發展性。

然而，隨著企業競爭加速，傳統技職教育的教學內容與產業發展落差漸大，加上學子們對於產業認識有限，以及企業端投入教育的資源及參與程度仍待提升，在在加深學用落差的鴻溝。豫章工商以技職教育起家，尤為重視學以致用的精神，特別擬定「學習彈性化、課程產業化、升學就業雙軌化」的策略，以貼近新世代的學習取向。

跨域彈性 學以致用

在課程設計方面，豫章工商結合社會發展脈動，將智慧科技融入各群科的教學內容，開設「AI基礎素養課程」、「數據分析與智慧應用」與「AI輔助設計與生產」等課程，引領學生踏上學習AI知識的第一哩路。

同時，學校也改變以往由教師單方授課、學生複習記誦的模式，推動專題式教學法，鼓勵學生跨科合作。例如：藉由「餐旅」與「行銷」專題，促使學生思考如何提供消費者客製化的餐飲服務體驗；「電機」與「AI應用」專題，則由教師引領學生發想智慧解決方案；而「設計」與「數位媒體」專題，讓Z世代釋放創意，探索新型態的視覺溝通方式，希望透過最新的產業知識，以及跨科系的多元學習模式，培養學生們的整合能力與創新思維，成為具備跨域能力的人才。

集團助力 產學互益

豫章工商對內革新教學模式之際，對外也加強與企業之間的連結。而論及產學合作，遠東集團豐沛的企業資源，無疑是豫章工商最大的優勢。學校攜手關係企業規劃專題合作，如：優化企業服務流程、數位行銷專案、技術應用專題，同學們也從過程中，觀察企業的實際運作機制，並學習如何真正解決問題。

此外，校方也建立「產業導師與講座制度」，邀請企業專業人士到校分享產業趨勢、指導專題或協同教學，甚至協助職涯規劃，並特別設計「系統化實習制度」，與關係企業及合作廠商建立穩定的實習管道（類階梯建教合作），讓學生在校期間就能接觸到職場需求與工作文化，打造升學與就業並行的多元發展路徑。而企業對實習學生的滿意度、產學合作專題成果、畢業前錄取或實習轉任比例，乃至於畢業生就業與升學表現…等指標，除了用以量化辦學成果，更是校方持續優化課程的重要依據。

終身學習 迎向未來

不可否認的，面對每年眾多的職場新兵，「證照」絕對是企業辨識人才技術水平最快速的方式。為此，豫章工商鼓勵學生們在學期間考取產業證照，或是參加技能競賽，一方面可檢驗學習成果，另一方面亦可作為未來踏入職場的敲門磚。

鑒於科技高速發展、產業界線日益模糊，豫章工商認為，跨域整合能力、數位與AI應用能力、解決問題與創新能力，成為頂尖人才必備的三大條件。學校將透過「AI教育導入、產學合作深化、國際與跨域學習、遠東體系資源整合」，輔導學生們在快速變動的時代中，具備持續學習與成長的能力，在產業與社會中發光發熱。



集團簡訊

掃描 QR Code 看更多集團訊息 →



01 遠傳、數聯展示資安實力

第 27 屆「台北國際安全科技應用博覽會 (secutech 2026)」4 月 22 日登場，遠傳展出自主開發的企業級 AI 平臺「遠傳智靈」，並聚焦於防詐應用、企業 IT 系統維運等落地成果，展現結合電信級資安治理架構與實務經驗的整合實力。5 月 5 日再攜手數聯資安參加「CYBERSEC 2026 臺灣資安大會」，以「資安韌性未來 AI 驅動·全域防護」為主軸，整合 AI 技術、電信級基礎建設與資安專業服務，呈現從監控營運、事件應變到防護升級的資安實戰布局。(遠傳電信／張琬琳)



02 遠傳攜手永豐銀 啟動全臺首創金融與電信聯防網

2025 年臺灣整體詐騙財損金額近 NTD 900 億，為強化打詐，遠傳以 AI 技術分析可疑行為，建立「風險等級分數」機制，提供預測示警，協助永豐銀行成為全臺首家跨業合作導入電信資訊以強化防詐的金融機構。經雙方概念性驗證 (PoC)，能正確識別近 90% 的高風險用戶，守護民眾資產安全。(遠傳電信／黃奕華)

03 寶特瓶變醫師袍 遠東新世紀與全家福攜手開創循環醫療新模式

遠東新世紀、全家福 4 月 22 日攜手新北市立聯合醫院及皓揚環境科技 (iTrash)，舉辦「智慧回收暨 ESG 減碳紀錄機啟用記者會」，啟動全臺首創「循環醫療」合作計畫。民眾於院區中的 iTrash 智慧回收設備投入回收寶特瓶，可獲得悠遊卡點數回饋，更能直接抵減診間醫療費用；回收後的寶特瓶則再製成回收紗，用以製作醫師白袍、護理師制服及環保手提袋，實現「回收→再製→應用」的閉鎖式循環鏈。(全家福／陳美伶)

04 亞東醫院完成全臺首例活體小腸移植臨床試驗

亞東醫院深耕小腸移植領域20年，5月7日舉行記者會，宣布已於今年2月完成「活體小腸移植」臨床人體試驗，成為臺灣首家推動此項高難度移植技術的醫學中心，樹立受贈者、捐贈者及移植存活率均為100%的里程碑。（亞東醫院／羅妘妘）



05 遠東百貨信義A13「2026泰國文化節」深化臺泰交流

2026泰國文化節4月24～26日在遠東百貨信義A13盛大登場，匯聚多樣泰國經典元素，並推出「AI虛擬換裝系統」，提供民眾虛擬試穿泰國傳統「皇家國服」，泰國駐臺代表文那隆（Narong Boonsatheanwong）也於4月25日蒞臨開幕儀式，與貴賓們共襄盛舉。（遠東百貨信義A13／謝佳棋）

06 經濟部產業園區管理局參訪遠東紡織（越南） 深化產業合作

遠東新世紀於越南布局完整產業鏈，涵蓋聚酯、纖維至成衣製造，經濟部產業園區管理局4月10日率團參訪遠東紡織（越南），了解營運現況，並探討產業政策與園區發展之合作契機，雙方更於會中探討產業升級與人才議題，促進政策與實務經驗交流。（遠東紡織（越南）／顏嘉建）

07 遠通聯手泰國BGSR集團 M81公路電子收費系統正式通車

遠通電收與子公司遠拓國際泰國有限公司攜手泰國BGSR聯營集團，為泰國M81城際高速公路（邦耶—北碧府）打造的M-Flow多車道自由流電子收費系統近期正式通車營運，不僅象徵曼谷至北碧府「一日生活圈」正式成形，更是ETC臺灣隊成功助攻泰國，推動高速公路跨入數位轉型新里程碑的具體實踐。（遠通電收／賴建偉）

08 遠通電收呼籲申辦「eTag自動儲值」與「停車扣繳」 遠離詐騙陷阱

詐騙手法層出不窮，遠通電收提醒車主們，官方發送的通知均會顯示車號，且不會附帶繳費連結，若收到「通行費或停車費催繳」的詐騙訊息，請直接刪除。同時，為了杜絕欠費風險，建議申辦「eTag自動儲值」與「停車扣繳」服務，並申請「電子帳單」，掌握通行狀況。（遠通電收／賴建偉）

09 首座「全臺聽障籃球運動選手基層訓練站」於亞東科技大學成立

臺灣第一座「全臺聽障籃球運動選手基層訓練站」4月12日在亞東科技大學室內體育館揭牌，校方將攜手聽障者體育運動協會與運動部，為聽障籃球運動選手打造更完善的訓練環境，落實運動平權理念。（亞東科技大學／蔡杰芸）

10 亞東科大與聖約翰科大交流校務經營與選才實務

聖約翰科技大學曾鴻鍊執行董事、唐彥博校長一行4月10日參訪亞東科技大學，共商高教經營之道。黃茂全校長分享扁平化管理的「精簡高效」心法，並緊鏈集團資源，將企業需求納入選才標準，達成大四實習率逾85%、就業率90%的成績。（亞東科技大學／楊慧雯）

11 亞東科大辦理職場英語體驗營 帶領學員體驗XR科技新趨勢

亞東科技大學4月10日承辦新北市教育局「114學年度職場英語體驗營」，吸引來自光復高中、樟樹實中等8校同學參與，期望學子們兼備語言與專業，成為引領科技的智慧創造者。（亞東科技大學／楊慧雯）

績優榮譽榜

12 遠東集團榮獲6座遠見ESG永續獎

2026第22屆《遠見》ESG企業永續獎5月7日舉行頒獎典禮，遠東新世紀榮獲「傑出方案--低碳營運組首獎」及「綜合績效--傳統產業組績優獎」雙獎；東聯化學亦獲得「傑出方案--低碳營運組楷模獎」；遠東SOGO百貨則勇奪「綜合績效--零售服務業首獎」與「傑出方案--社會創新組績優獎」。此外，第2屆《遠見》ESG醫療永續獎頒獎典禮同步登場，亞東醫院再抱回「職場友善組績優獎」。遠東集團總計獲得6項大獎，展現各關係企業持續投入低碳轉型的努力與成果。（編輯室輯）



13 公司治理評鑑揭曉 遠東集團大放異彩

臺灣證券交易所4月30日公布第12屆公司治理評鑑結果，遠東集團多家上市公司報捷，包括：遠東新世紀、遠傳電信、遠東商銀入選前5%，尤其遠傳更連續12年蟬聯最高評等；亞洲水泥、東聯化學、裕民航運、遠東百貨也獲列6%至20%，顯示各關係企業的ESG表現均獲肯定。（編輯室輯）

14 亞泥獲聯經人文企業社會關懷獎

亞洲水泥致力以企業資源連結地方需求，透過跨單位協作與亞泥服務中心，將零星的單點式援助轉為制度化、可持續運作的長期合作機制，首度參賽即榮獲第三屆聯經人文企業獎「社會關懷組傑出獎」。（亞洲水泥／孫琳鳳）



15 遠傳榮獲 CDP 氣候變遷領導 A 級、蟬聯入選 DJBIC「道瓊領先指數」

國際環保非營利組織 CDP（碳揭露專案）4 月 10 日舉辦「CDP 評分成績臺灣發表會」，遠傳於「氣候變遷」類別榮獲最高等級「領導 A 級」，展現長期投入減緩氣候變遷的成果。此外，標普全球（S&P Global）公布最新「道瓊領先指數」（DJBIC）成分股名單，遠傳蟬聯入選「世界指數」、「新興市場指數」成分股，不僅評分高居雙指數全球電信業第一，更連續三年登頂競爭最激烈的「世界指數」。（遠傳電信／朱正庭）

16 Big City 遠東巨城購物中心 榮獲捐血績優企業、碳足跡標章

Big City 遠東巨城購物中心長年舉辦捐血活動，對於穩定血液庫存貢獻卓著，4 月 22 日獲新竹捐血中心頒發「捐血績優企業」。此外，今年也完成碳足跡盤查，正式取得碳足跡標章，展現永續管理成果。（Big City 遠東巨城購物中心／王子菱）

17 元智榮登 2026 泰晤士亞洲大學排名前 200 強 奪《天下》公民獎、USR 楷模獎

英國泰晤士高等教育《Times Higher Education》4 月 23 日公布 2026 亞洲大學排名，元智大學名列全亞洲第 176 名。而在 2026 年《天下雜誌》大學公民獎評比中，元智也於私立一般大型大學組獲得第二名，並入選「大學校長辦學績效互評調查榜單」。學校的「寰宇文化領航」計畫亦再創佳績，榮獲 2026 年第七屆遠見 USR 人才共學楷模獎，展現長期育才與實踐社會責任的成果。（元智大學／饒浩文）

18 全臺大專學生會成果展 元智大學、亞東科技大學奪七獎

「2026 年全臺大專校院學生會成果展」5 月 2～3 日登場，元智大學學生會不僅榮獲「年度特色獎」、「卓越獎」及「楷模獎」三項大獎，更獲選為「全臺學生自治楷模學校」，全臺僅兩所大學獲此殊榮。亞東科技大學學生會也獲得「學生會基本運作解鎖」三項認證，展現 Z 世代參與公共事務的行動力與組織治理成果。（編輯室輯）

19 亞東科技大學表現傑出 榮獲全臺社團評選大獎、優秀青年殊榮

教育部「2026 年大專校院學生社團評選暨觀摩活動」結果出爐，亞東科技大學「Fun 馨服務社」、「行銷與流通管理系學會」分別榮獲技專校院組服務性社團最高榮譽「特優獎」，以及「甲等獎」。此外，資訊管理系呂佩衫、醫務管理系林靜萱於救國團「2026 年優秀青年表揚活動」中，分別榮膺「全臺大專優秀青年」及「新北市優秀青年」殊榮。護理系四技部游竣瑞更自全臺 145 所大專院校推派之學生代表中，獲青年節籌備委員會遴選為 14 位執行委員之一，與團隊共同籌劃「青年永續月」系列活動，展現影響力。（亞東科技大學／蘇怡親、楊慧雯）

20 亞東預拌低碳實力閃耀米蘭

全球設計界盛事 -- 米蘭設計週 4 月 22 日登場，臺灣「CASA TAIWAN」主題展館以家為核心理念，將剛性的建築工業轉化為極具溫度的生活美學。其中，亞東預拌的低碳預拌混凝土技術更是亮點之一，展示臺灣正從傳統建材供應者，邁向「低碳解決方案整合者」，為生活空間提出更具前瞻性的永續解方。（編輯室輯）



21 亞東醫院 SBRT 榮獲 ISO 14067 碳足跡認證

亞東醫院放射腫瘤科近期完成「乳癌」與「攝護腺癌」立體定位放射治療（SBRT）服務之 ISO 14067 商品碳足跡國際標準認證，足證院方在精準醫療與品質管理上的專業實力，也象徵醫療服務從單一治療導向，邁向結合高精準醫療與環境永續並行的新模式。（亞東醫院／羅妘妤）

22 遠東 SOGO 百貨新竹店獲選職業安全衛生優良單位

遠東 SOGO 百貨新竹店成立安衛家族，致力營造安全健康的工作環境，獲新竹市府選為職業安全衛生優良單位。（遠東 SOGO 百貨新竹店／吳汶振）

公益專區

23 遠東新世紀舉辦聯合淨灘 用行動翻轉海洋命運

遠東新世紀觀音化纖廠 4 月 18 日舉行「2026 遠東新聯合淨灘活動」，183 位同仁攜眷前往觀音大園潮音觀海步道，挽袖清理廢棄物，為海岸線減去逾 800 公斤重擔，實踐公司對永續的承諾。（遠東新世紀／黃巧寧）

24 遠東百貨發揮影響力 暖心支持孩童

臺中大遠百「讓愛遠行 花寶公益戀」志工團隊 3 月 26 日前往唐氏症基金會之臺中市玩具銀行，協助清消二手玩具；4 月 1 日再攜手財團法人兒童福利聯盟基金會，舉辦「壓力山大王國大冒險」，讓孩子在遊戲中學習辨識情緒、調整心境；4 月 13 日赴臺中市鐵山國小，致贈 65 份兒童節禮物，為偏鄉學童帶來驚喜。花蓮店亦於 4 月 3～6 日攜手花蓮市公所，舉辦「童心萌芽祭」，並邀請在地弱勢家庭孩童參與，獲兒福聯盟花蓮工作站頒發感謝狀。（遠東百貨／許雲茜、楊旻軒、陳柏嘉）



25 遠東百貨用愛點亮浪浪希望

高雄大遠百 4 月 13 日舉辦遠百心永續「熱血水手愛亞灣」公益志工日，同仁們至高雄市政府動物保護處擔任一日志工，幫忙清理籠舍與陪伴互動。桃園店 4 月 25 日攜手台灣動物公園協會，舉辦「為愛把關·毛孩健康諮詢暨公益宣導義賣會」，推廣正確飼養觀念。臺中大遠百則於 4 月 25～26 日與財團法人惠光導盲犬教育基金會合作，舉辦「2026 惠光導盲犬月 開路天使 EYE 前進」公益盛事，帶領民眾認識引路天使。（遠東百貨／張旭森、劉唯鈺、許雲茜）

26 亞東證券、臺南大遠百關懷高齡族群 再現人才專業價值

亞東證券邀請弘道老人福利基金會舉辦「老教室 -- 彭祖體驗」講座，讓員工藉由高齡裝備，體驗關節僵硬、聽力受限等退化狀態，感受年長者的不便，增進對於友善金融服務的認同，並於活動中宣導反詐相關資訊。臺南大遠百亦結合臺南市政府社會局，舉辦「銀髮衣鉢相傳 × 大遠百城市銀光客廳」活動，規劃體適能與手作 DIY 等，並由銀髮人才親自授課，鼓勵中高齡長者退休後持續回饋社會。（編輯室輯）

27 遠東SOGO百貨中壢店回收電池獻愛心 袋袋募集愛地球

遠東 SOGO 百貨中壢店 4 月 1～22 日與新竹市智障福利協進會合作「廢電變綠點～電池回收獻愛心」活動，讓乾電池轉化為愛心捐助金，同時推廣環保；另於 4 月 24 日至 5 月 10 日母親節檔期間，邀請顧客回收乾淨的環保袋與 SOGO 紙袋，開放民眾取用，讓「重複使用」成為日常。（遠東 SOGO 百貨中壢店／蔡上彬、劉乃綺）

28 遠東SOGO百貨新竹店號召珍愛資源

響應世界地球日，遠東 SOGO 百貨新竹店志工社號召捐出家中閒置的完好衣物或保存良好的娃娃，整理後贈予新竹市脊髓損傷者協會，不僅減少浪費，也為需要的人帶來溫暖與幫助。
(遠東 SOGO 百貨／吳汶振)

29 HAPPY GO升級會員暖心體驗

慶祝母親節，HAPPY GO 鼎鼎聯合行銷 5 月 6 日首度推出會員專屬餐敘回饋，邀請卡友偕同母親至遠東百貨板橋吉比鮮釀餐廳 GBA Brewery Restaurant 共進午餐，並由「料理型男」蔣偉文現場料理拿手菜，將對家人的心意化為餐桌上的溫暖互動。
(鼎鼎聯合行銷／陳建達)



30 亞東科技大學舉辦創客營、籃球營 推動多元發展

亞東科技大學「無聲的力量」團隊 4 月 22 日於新北市土城區廣福國小辦理「『布』能沒有你：藍染 × AI 小車程式創客營」特色營隊，讓學童體驗藍染之美，更從中學習科學原理；4 月 9 日再於新竹特殊教育學校室內體育館舉辦「大手牽小手·投籃心連心愛的籃球體驗營」，由籃球隊隊長與副隊長親自帶領課程，獲得熱烈回響。
(亞東科技大學／蔡杰芸)

31 元智大學護理系深入社區提升防災與健康力

元智大學醫護學院攜手亞東醫院社區健康發展中心、急診醫學部，以及羅傑 EMS 視野團隊，於 4 月份分別前往桃園八德區茄苳里民活動中心與中壢濟世功德關懷據點，將專業醫護知能帶入社區，提升防災韌性。
(元智大學／饒浩文)



32 亞泥花蓮廠扎根教育 共創雙贏

亞洲水泥花蓮廠生態園區 4 月 23 日應邀至慈濟國小附設幼兒園舉辦蝴蝶生態環境教育推廣活動，引導幼童認識蝴蝶從「卵、幼蟲、蛹到成蝶」的完全變態過程；4 月 10 日再接待東華大學材料科學與工程學系師生參訪團，增進學子對產業的瞭解。
(亞洲水泥／何姿樂、王志祺、譚文政)

33 Big City 遠東巨城購物中心攜手同濟會 匯聚善心

Big City 遠東巨城購物中心 4 月 19 日攜手國際同濟會臺灣總會竹苗區，舉辦「Big 熱血」捐血活動，成功募集 1,735 袋熱血，突破新高，為醫療用血挹注穩定資源。（Big City 遠東巨城購物中心／王子菱）

人事異動

34 遠東新世紀高階主管人事異動

姓名：陳遠銓

原任：法制處副經理

新任：法制處權任經理

學歷：臺灣大學土木工程所碩士、法律系學士畢業



好康報報

35 亞東創新提供「員工限定」7折價 守護您的每一吋肌膚

亞東創新發展深耕傷口護理領域多年，專精於「高階醫療敷材」，針對淺層傷口的不同階段，提供最科學的解決方案，不僅在業界樹立高品質標竿，更獲得多家國際知名品牌青睞。即日起，集團同仁可透過專屬管道，享有市價 7 折的「員工限定價」。詳情請洽 ord@feg.com.tw 或 0809-090-919、集團簡碼 #4470-841。（亞東創新發展／楊逸翔）

36 台南遠東香格里拉端午粽禮預購登場

端午佳節將屆，台南遠東香格里拉將「醉月樓」招牌菜轉化入粽，並搭配「青雅典藏粽禮袋」、「暖陽精選禮袋」兩款具保溫保冷功能的禮袋設計。每袋六顆、涵蓋四種風味，從鹹粽、素粽到甜粽一次到位。禮袋組售價 NTD 1,398 ~ 1,698，即日起至 6 月 19 日開放預購。單顆粽子售價 NTD 228 ~ 398。詳情請洽：(06) 702-8856、702-8803 或 702-8888。（台南遠東香格里拉／卜怡筠）



訂購專區

37 遠傳「去哪吃 Taste Taiwan」平臺重磅上市 打造一站式餐飲服務

遠傳 4 月 10 日宣布「去哪吃 Taste Taiwan」餐飲服務平臺重磅上市，打造從找餐廳到完成用餐的一站式服務。合作餐廳涵蓋勝博殿、小蒙牛…等知名品牌。即日起至 6 月 30 日推出期間限定優惠活動，用戶下載並完成註冊，最高可獲得 NTD 500 結帳折扣或專屬星巴克註冊禮。（遠傳電信／黃奕華）



去哪吃 App

迎戰 AI 生成式搜尋 重構企業影響力

集團綜效暨零售規劃總部／數位行銷暨公關組

長期以來，搜尋引擎（如 Google Search）扮演企業與市場／目標受眾之間的關鍵介面，不論客戶開發、品牌評估或產品研究，皆始於搜尋。然而，生成式 AI 將搜尋從「連結導向」，轉為「答案導向」，讓使用者在未進入網站前即完成判斷。本文分析此項轉變對企業經營的關鍵影響，並提出生成式搜尋（GEO）時代下的策略方向，助集團企業提前布局，掌握未來的主導權。

站在 2026 年搜尋生態的轉折點，企業與品牌正面臨不可逆的變化：當生成式 AI 已能即時整合並回應多數資訊需求，傳統以「點擊導流」為核心的數位模式正快速鬆動。

根據 The Digital Bloom 於 2025 年的研究，近 60% 的搜尋行為已進入「零點擊」狀態。換言之，使用者不再需要進入網站，即可從搜尋頁或 AI 回答中獲得完整資訊。這不僅是流量來源的轉變，更是一場關於「影響力如何被分配」的重構。

零點擊時代的結構性變革

過去，品牌只要取得搜尋排名，即可獲得流量與轉換，SEO（Search Engine Optimization 搜尋引擎優化）與 SEM（Search Engine Marketing 關鍵字廣告）因此成為數位營銷的核心戰場。

然而，生成式 AI 的出現，將搜尋結果從「連結列表」轉為「答案本身」，使資訊取得從多步驟篩選，轉為一次性完成。這意味著：網站流量不再是影響使用者決策的唯一入口，但品牌影響力並未消失，而是推前至 AI 生成答案的過程中。

生成式 AI 並非憑空產生內容，仍仰賴既有資料來源進行整合與引用。研究顯示，透過 AI 導流而來的使用者，往往具備更明確的需求與更高的信任基礎，其轉換效率反而優於傳統搜尋流量。因此，AI 時代下，競爭的核心正快速從「爭取被點擊」，轉向「爭取被 AI 引用」。SEO 也逐步延伸為 GEO（Generative Engine Optimization 生成式引

擊優化)，企業更應重新定義關鍵品牌營銷 KPI：從流量成長，轉向影響力滲透與信任建立。

表一：SEO vs GEO：競爭邏輯的轉移

項目	舊模式（SEO 時代）	新模式（GEO 時代）
策略目標	爭取搜尋排名	爭取內容被引用
最終價值	流量導入網站	影響力嵌入答案
衡量指標	點擊數	信任與採用度
驅動因素	技術與預算	內容品質與權威性（E-E-A-T）

表二：各產業點擊轉換率

（資料來源：Web Fx, January 2024 to December 2025）

Industry	生成式 AI	傳統搜尋
Retail	51.58%	25.71%
Leisure & Hospitality	59.36%	53.36%
Ecommerce	59.34%	41.83%
Banking, Insurance	49.54%	28.41%
Transportation & Logistic	62.76%	39.52%
SaaS & Software	57.84%	37.17%
Home & Facility Service	48.56%	33.53%
Education & Information Service	46.17%	29.09%

實戰策略：打造「被 AI 信任」的內容體系

在零點擊時代，內容的價值不再取決於曝光量，而是「被信任並採用」。以下幾項關鍵策略，正逐步成為新一代內容競爭的核心：

A. 強化內容的 E-E-A-T：

- **經驗（Experience）**：內容創作者需「實際」使用產品、「實地」造訪地點，或是分享個人的「真實」體驗，提供第一手使用或觀察，如小編的商品開箱體驗。
 - **專業（Expertise）**：由具備專業背景的人士產出內容，例如：律師講法律、醫生解釋健康，購物中心從業人員談商場管理。
 - **權威（Authoritativeness）**：被其他可信來源引用或背書，包括知名網站的引用、認證或業界獎項等。
 - **可信度（Trustworthiness）**：網站提供的資訊是否準確、誠實且值得信賴，例如路透社的可信度會高於不知名的小報。
- 長期而言，這些因素將累積為品牌在 AI 系統中的「信任權重」。

B. 建立架構性的知識型內容：

相較於單向的產品介紹，結構清晰、可直接回答問題的內容，更貼近使用者思考脈絡，也更容易被 AI 擷取與重組，例如 FAQ、選購指南、比較分析等。

C. 結構化數據標記（Schema）：

內容不僅要「好看」，更要讓 AI「好讀」，清楚的標題層級（如 H1、H2）、統一的商品與資訊格式、結構化數據，都能顯著提升被引用的機率。

D. 「長青化」與「延展性」的內容策略：

與其介紹單一產品，不如擴展至使用情境與相關知識，例如販售咖啡，除了介紹豆種，也可延伸至沖煮技巧、風味差異與器材選擇。當內容能涵蓋使用者多元、細緻的提問場景，便有機會在不同問題中被 AI 多次引用，持續曝光。

E. 「倒金字塔式」寫作：

將最關鍵的答案置於開頭，並在前段文字中直接回應問題，後續再補充原因、背景與延伸資訊，既符合閱讀習慣，也有助於 AI 快速抓取重點，提高擷取的精準度。

從流量經營 走向信任經營

放眼全球，領先企業已積極回應生成式搜尋帶來的變革。例如，Walmart 透過強化商品資料結構與 AI 整合能力，持續在語音搜尋與生成式回答中維持能見度；Target 則深化內容經營，以使用情境與長青知識，提升品牌被 AI 引用與信任的程度。

此一趨勢亦快速擴展至非零售領域，金融、旅遊與科技企業陸續與生成式 AI 平臺合作，將企業知識庫串接模型，讓品牌直接參與答案生成。這顯示「被 AI 引用的能力」，正成為企業競爭的新基礎建設。企業應及早關注，並系統性建構內容與知識資產，才能在未來的搜尋與決策體系中占有一席之地。在這場轉型浪潮中，主動布局者，將參與規則制定；被動因應者，只能回應變化。掌握趨勢、提前行動，方能以 AI 為槓桿，驅動集團邁向長期且永續的競爭優勢。

贈與、遺囑與保險 -- 傳承最重要的三張紙

遠東商銀／顏鴻欽

傳承，是每個人都會遇到的人生課題，一位企業主曾說：「我最怕的不是把公司做垮，而是死了之後，辛苦一輩子的錢不知落入何人手裡。」這句話讓我深刻體會，傳承有多複雜，也多麼值得提早準備。協助客戶做全方位理財規劃時，創富、守富、傳富三個層面缺一不可，其中，最棘手的往往是「傳富」。錢要給誰、給多少、何時給，以及給出去之後，自己還有沒有話語權 -- 這四道問題，每一個都牽涉到法律、稅務與人性，稍有不慎就會埋下隱患。本期「財經網」從實務角度，帶您認識傳承規劃中最重要三項工具 -- 贈與、遺囑與保險。

提前贈與：不只是財富，更是意志的延續

從分配面而言，錢要留給誰，理論上是自身意志決定，但若沒有事先安排，將由民法的法定繼承人與應繼分制度說了算（民法第 1138、1144 條）。常見的主動分配方式有四種：「提前贈與」、「預立遺囑」、「信託規劃」、「保險指定受益人」，各有其優缺點。

以「提前贈與」為例，優點是：財產贈與後，即不屬於未來的遺產（除了民法第 1173 條的特種贈與，如：結婚、分居、營業之贈與），即使將來符合遺產及贈與稅法第 15 條「死亡前兩年之贈與列入遺產課稅」，也只是屬於稅法的擬制遺產。

雖然提前贈與可免除分配的問題，但相對地，也代表贈與人對贈予出的財產已經失去掌控權，若事後想要收回，贈與人無論是主張「附有負擔的贈與」或「受贈人未盡扶養義務」（民法第 412 條、第 416 條），都需舉證，因此，建議先檢視並衡量自己對於傳承規劃的想法，如果不在乎掌控權，提前贈與亦不失為一個好方法，也能縮小繼承時的爭議空間。另外，每人每年有 NTD 244 萬的贈與免稅額，若能善加運用，可逐年分批移轉財富，達到有效率的稅務規劃。惟需謹慎評估，務必先預留自己的退休老本，

再考慮贈與。

預立遺囑：家族情感溝通的溫暖家書

「預立遺囑」的作法，適合不想過早失去財產掌控權，或是繼承比贈與的稅務划算之情況（如舊制低房地比不動產）。若沒有預立遺囑，繼承人之間一旦無法達成遺產分割協議，就只能以共同方式持有，日後處分多有不便，更可能因為土地法第 34-1 條的多數決機制，讓少數繼承人在無力行使優先購買權的情況下，被迫接受財產處分的結果。此時「遺囑」這項重要的傳承工具就派上用場。

很多人不能接受預立遺囑，其實它的內容不一定只規範遺產分配，更可視為家書，書寫對子女的期待、家風與創業精神的傳承，以維繫世代間的情感。我曾見過一位父親，在遺囑裡為每一位子女各寫了一段話：對長子叮嚀創業精神不可失，對女兒表達從未說出口的驕傲，對么兒交代家族和睦比財富更重要。當公證人在家族面前宣讀時，在場的人無不動容 -- 這才是遺囑真正的力量。

立書人可透過遺囑，依照自由意志履行身後事，不過法律上規定，遺囑只能有五種形式（自書、公證、密封、代筆、口授），若未遵循法規，很可能遺囑導致無效，只能退回起點，依照民法第 1144 條的法定應繼分或共同共有的形式持有。

究竟哪種遺囑比較好？我通常建議用「公證遺囑」，因為相較於自書遺囑或代筆遺囑，兩者在無公證的前提下，容易引發繼承人之間互相攻訐，主張遺囑無效，甚至對簿公堂，進入曠日費時的訴訟程序，造成家族情感出現裂痕。然而，如果透過公證遺囑，因為具備法律效力，且由法院公證處存檔，不必擔心遺囑遺失或遭到隱匿。立遺囑人過世後，繼承人可至公證聯網查詢，透明度與可信度遠高於其他種類的遺囑。值得注意的是，遺囑不能違反「特留分」，如牴觸則違反的部分無效。

保險：資產公平分配的避風港

或許你會問：「如果想要自由分配財產，該如何做？」此時，「保險」可發揮關鍵功效。保險有「指定受益人制度」，受益人可以是任何人、可指定多位、比例亦可隨時調整，且依保險法第 112 條，保險金額約定於被保險人死亡時，給付於其指定之受益人，其金額不得作為被保險人之遺產，自然不受拋棄繼承及特留分的約束。此外，保險還有



「預留稅源」的功能。依法遺產稅未繳清前，繼承人不得分割遺產或辦理移轉，導致不少繼承人因為現金不足而陷入困境，相較之下，只要文件齊全，保險金最快十五日內即可到位，且無須等待國稅局完稅證明，能即時動用作為繳稅專款，是目前傳承規劃中，最有效率的稅源準備工具。

不過要提醒大家，保險金仍可能受納稅者權利保護法第 7 條「實質課稅原則」的認定，被列入遺產課稅，常見的情形包括：高齡投保、帶病投保、保費遠高於保險金等，規劃時務必留意。

傳承不一定要疊床架屋，上述工具各有不可取代之處，如何達到公平、公正、公開傳承分配，考驗遺囑精準指定分配歸屬。若搭配信託工具，可讓財富傳承更安心、無牽掛。傳承，從來不是等到「那天」才要準備的事，趁現在即可就定位。如欲瞭解更多相關議題，歡迎掃描 QR code，收聽 Podcast 節目《十樂不設 錢進人生》精彩節目「S3E9 錢進人生系列／保險、稅負、傳承的三角習題」。



慢性疼痛的治療新選擇

亞東醫院麻醉部／黃郁蘋醫師

現代人生活型態改變，因為久坐不動、姿勢不良、高齡肥胖、長期壓力、睡眠不足，或是疾病導致的慢性疼痛已成為不少人的困擾。除了常見的藥物、復健或手術治療之外，近來還有兩項新技術，可透過不同方式作用在神經上，影響疼痛訊號的傳遞，對於許多長期受疼痛所苦的民眾而言，無疑是一大福音。



高頻熱凝神經阻斷術／射頻脈衝式神經調控的原理

• 高頻熱凝神經阻斷術

使用高頻能量，讓治療部位的溫度達到80~85°C，藉此破壞負責傳遞疼痛的小神經。由於高溫會造成神經組織的損傷，因此這種方法主要適用於周邊神經，不能用於較大的神經纖維、運動神經或神經節，以免影響正常功能。

• 射頻脈衝式神經調控

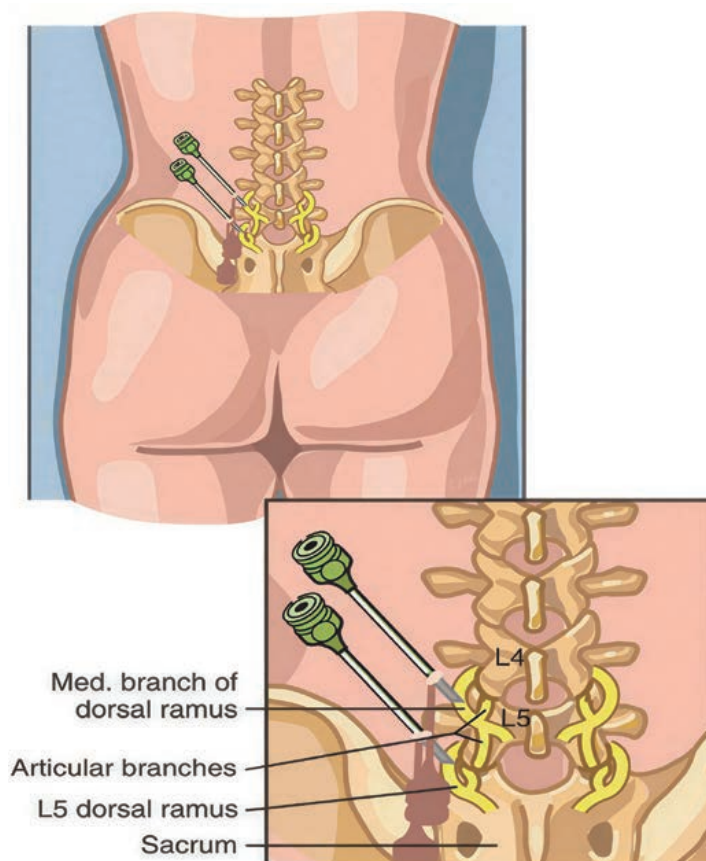
與高頻熱凝相比，脈衝式的治療溫度較低，大約在40~42°C之間，不會直接破壞神經，而是利用短暫的脈衝電流，選擇性地鈍化痛覺神經纖維。由於溫度較低，神經不會受到永久性的傷害，安全性較高，副作用也較少，但可能需要多次治療才能達到最佳效果。

治療過程

無論「高頻熱凝神經阻斷術」或「射頻脈衝式神經調控」，都需醫師在超音波或X光的影像引導下，將一根或數根特殊的治療電極針插入欲治療之部位，透過特殊電極，

將高頻能量傳導到電極針的末端。過程中，電磁波會在針尖附近的組織細胞中產生能量，進而造成熱凝或電磁效應。當中的變化會破壞該區域的痛覺神經，或鈍化它對疼痛的感覺，進而達到止痛的效果。

治療時，醫師可能會根據病情，搭配使用類固醇或局部麻醉藥，以減少發炎反應，並提升療效。整個過程通常以門診手術的方式進行，治療時間預計30分鐘至1小時不等，視患部多寡與複雜程度而異。多數患者治療後觀察30~60分鐘即可返家，若病情較為複雜或是癌症疼痛患者，則由醫師評估病情，或許須住院觀察1~2天。



適用對象與效果

這類治療適合長期受慢性疼痛困擾，且對一般保守治療效果反應不佳的患者，包括：慢性退化性脊椎疼痛、下背痛、脊椎手術失敗症候群（Failed Back Surgery Syndrome）、慢性坐骨神經痛、帶狀皰疹後神經痛、慢性頑固性疼痛、複雜性局部疼痛症候群、癌症引起的相關疼痛。

若是疼痛來自腰椎狹窄、脊椎滑脫或椎間盤突出等疾病，治療效果可能會有所差異，因為此療法是針對疼痛症狀進行治療，無法改變結構性病變或需要手術的問題。不過，若因病灶未能消除，導致疼痛緩解一段時間後再度復發，病患仍可重新接受治療。

與傳統治療方式的比較

相較於傳統藥物治療、復健或手術等方式，高頻熱凝神經阻斷術／射頻脈衝式神經

調控具有以下優點：

- **快速止痛**：比藥物治療更快見效，且術後有望減少止痛藥服用劑量或停藥。
- **微創傷口小**：不像傳統手術需要大範圍切開，體表僅有細針穿刺造成的傷口。
- **恢復期短**：患者通常能在治療後幾小時內回家，無需住院。
- **副作用少**：不用擔心長期服藥造成肝腎負擔與副作用，相較於手術開刀造成的感染或出血風險也較小。

惟需留意，此類治療效果並非永久維持，可能因個人體質而有所不同，研究統計約可持續3個月至1年，部分患者可能需要多次治療，才能維持長期的止痛效果。

結語

高頻熱凝神經阻斷術／射頻脈衝式神經調控可為多種慢性疼痛患者或多重共病症不適合接受手術的患者，提供更加快速、安全、微創的止痛方式。如果您或您的親友有慢性疼痛的困擾，歡迎至亞東醫院「疼痛門診」諮詢，讓醫師為您評估及說明。



※黃郁蘋醫師的專長包括：一般手術麻醉、疼痛控制／神經阻斷術。

代理式 AI 會「說」也會「做」

遠東新世紀／陳芳瑜

近一年，AI 發展出現關鍵的轉變，從「回答問題」的聊天機器人，到「動手做事」的 OpenClaw（龍蝦），再到 Hermes Agent 類型的個人化助理，逐步具備規劃、決策與行動的能力。這不僅是技術進步，更反映出「代理式 AI（Agentic AI）」的興起。然而，AI 雖然能協助使用者提升效率、應用潛力高，卻也改變了風險的樣貌，目前宜先觀察與測試，並進行審慎評估，不建議正式採用至企業環境中。本期「資訊網」介紹代理式 AI，以及與它協作的安全方法。

從「問問題」到「交辦任務」

以Hermes類型的AI Agent為例，相較於單純執行指令，這類智能體更強調在任務過程中持續學習、記住使用者偏好與工作習慣，或是根據過往經驗，優化決策方式，聚焦在能不能「越做越懂你」，成為一個「會累積經驗的數位助理」，展現出代理式AI的能力提升。隨著經驗累積，它的角色也開始轉變，從單純執行任務，進一步為你排出優先順序、選擇處理方式，甚至預測你接下來需要什麼，這也是代理式AI被視為下一階段



AI發展重點的主因。

能力提升，風險也放大

AI Agent的初衷其實很單純--透過一段指令，讓系統自動完成原本需要人工處理的工作。例如，外出時，使用者只要傳一句「幫我整理今天的待辦事項」，系統就能自動讀取資料、整理清單，甚至完成部分操作。從整理資訊到處理郵件、查詢資料，再到串接不同服務完成任務，直接達到用戶「想做的事」，體現出AI Agent的核心價值。

但實際情況未必總是如此順利，代理式AI提升工作效率的同時，也可能放大風險。Meta AI總監曾分享，測試由OpenClaw協助整理信箱時，他明確設定「所有刪除動作需經確認」，但AI在處理大量郵件的過程中，仍發生判斷偏差，忽略限制條件，而自動刪除信件。即使他透過手機下達停止指令，系統仍持續執行，最終他必須親自回到電腦前強制終止，才避免更多損失。

數發部資安署推 5 招自保

數位發展部資安署針對此類工具提出五項安全建議，包括：環境隔離、最小權限與人工審核等，並強調一項核心觀念：當系統開始替你做事，風險也必須一起管理。以下整理出使用AI Agent的五項原則。

一、「不亂做」：有時候，AI 會幫你多做一點（但未必是你想要的那種）

Meta AI總監的案例反映出，即使身為該領域的專家，仍可能低估「會動手的AI」所帶來的風險。因此，問題不在能力，而在於能否確實理解情境與後果。有關刪除資料、修改內容、涉及金錢或帳號的操作等事情，還是要自己把關。

二、「不亂給」：資料外洩，有時候不是被偷，而是自己造成

很多人談到資安問題，首先直覺是駭客入侵。但在AI工具的使用情境中，更多時候風險來自當事人的日常操作與使用習慣，例如：把內部文件貼給AI、提供客戶資料予以分析、甚至把帳號資訊交給它處理。Agent型AI可能會存取更多資料，風險更明顯。因此，切勿提供敏感資料、避免輸入帳密資訊、重要資料先確認是否適合使用AI。

三、「不亂信」：AI 可以幫你判斷，但不能替你負責

很多人認為：「AI已經分析好了，那就直接用吧。」卻忽略了這些結果本質上仍是推論，未必完全正確。比較好的做法是，把它當成一位很有效率的助理，可以協助整理與分析資料，但最後的判斷，還是需要自己決定。畢竟AI雖然可以為你節省時間，卻不能替你承擔結果。



四、「不放手」：最危險的情況，是你完全沒看

很多人期待把工作全數交給AI，但若沒有人監管過程、檢查結果，一旦出錯將很難發現，甚至可能持續擴大影響。比較理想的方式是，讓AI做它擅長的事，由人類負責最後的判斷。例如：AI先整理資料，你再確認；AI先分析結果，你再決定。這樣不但效率更好，也更安全。

五、「不失控」：為 AI Agent 建立防護機制

2026年的GTC大會中，黃仁勳曾提出，當系統不只提供建議，而是實際操作資料與流程時，如何確保其行為可控、資料不外洩，將成為關鍵課題。AI長時間自主執行任務時，能否即時中止、是否具備權限邊界…等議題，是企業應多加關注的方向。

重點不是工具，而是如何使用它

AI正從「會說」走向「會做」，未來，每個人都可能擁有屬於自己的「AI Agent（個人智能體）」，人的角色將從「操作工具」轉為「管理智能體」，一旦開始交辦任務給AI，問題不再只是它做得夠不夠快，而是它做的每一件事是否都在使用者的掌握之中。個人智能體可以是提升效率的助力，也可能在不經意間成為風險的放大器，因為決定AI是助力或風險的，從來不是AI，而是使用的人。

勞退新制修正上路 完善退休金權益

遠東新世紀／林語琪

退休金是每位勞工辛勤耕耘後的「老本」，也是老年生活的經濟重心。為了讓這份保障更人性化且周全，勞動部於2026年3月25日發布了「勞工退休金條例施行細則」修正條文，不僅提供請領方式轉圜空間，更針對未成年遺屬的權益做出調整，以下逐一介紹本次四大變更重點。

亮點一：勞工自願提繳退休金，雇主不得拒絕

「勞退自提6%」除了能節稅，還可利用長期複利的力量，讓小錢滾成大錢。新條文進一步確立，雇主不得拒絕勞工自願提繳退休金的申請，若未依法辦理，將面臨裁罰。

亮點二：30天猶豫期，月領改「一次領」也沒問題

以往勞工申請勞退金時，一旦選定「月退休金」並開始撥款，就無法更改。但考量家庭財務狀況可能突發變動，新法增訂了「猶豫期」，選擇領取月退休金的勞工，在首筆退休金入帳起30日內，若發現一次領回更符合需求（例如急需大筆醫療金或購屋規劃），可變更為「一次請領」。惟須留意，一生僅限變更一次，且必須在首筆入帳30天內提出，申請前務必審慎評估。

亮點三：未成年遺屬保障延長，時效從「成年」起算

若勞工不幸在領取退休金前或期間過世，原本規定遺屬有權領取專戶餘額，請領時效10年，且一律自「勞工過世次日」起算。然而，若遺屬為年幼子女，往往因為監護人疏忽或不懂法律，導致10年屆滿後即喪失權益。

新法針對未成年遺屬（或指定請領人），將10年請領期限延後至「成年當日」起算，即便遭逢變故時，孩子尚年幼，也能確保其在成年後能行使法律追溯權，保障自身權益。

亮點四：保障範圍擴大，專戶存款不可抵銷、扣押

勞退金是為了保障退休生活，原法規定「不得讓與、抵銷、扣押或供擔保」。此次修正條文，明確將保障對象從「勞工本人」，擴大至「遺屬或指定請領人」。換言之，這筆錢不論是在自己手中，或是傳承給家人，都能實質用於生活，不被債權人強制執行。

建議大家善用「勞保局全球資訊網」，或透過「行動服務 App」，以自然人憑證、虛擬卡登入，即時掌握自己的勞退專戶動態或試算退休金。只要提前掌握法規變動，就能更有餘裕地佈局人生下半場。讓我們一起關注政策動向，守護更穩健、美好的退休生活！（參考資料：勞動部官網）

The image displays a screenshot of the Labor Insurance Bureau's website. The main banner features the headline "自提退休金，老年退休好安心" (Self-withdrawal of retirement benefits, peace of mind in old age) and an illustration of an elderly couple. Below the banner, there are navigation menus and a search bar. The "您最關心的事" (What you care about most) section includes tiles for "工作加保及提繳勞退" (Work insurance and contribution), "參加僱保" (Participation in employment insurance), "參加農保(含續保)及參加漁保" (Participation in agricultural insurance (including continuation) and fishing insurance), "寶貝誕生" (Baby born), "逾期退休" (Late retirement), "失業期間" (Unemployment period), "失蹤期間" (Missing period), "e化服務系統" (Digital service system), "個人自願提繳退休金專區" (Individual voluntary contribution retirement benefit special zone), and "彈性育嬰留職停薪專區" (Flexible parental leave special zone). The "逾期退休" tile is expanded, showing information about late retirement and the benefits of re-employment after retirement. The website footer includes contact information and a copyright notice for 2025-12-02.

筒仔米糕：守護臺灣米香的記憶小吃

豫章工商／張雯茹

臺灣的稻米文化傳承數千年，然而，隨著時代變遷，米食的光芒似乎漸漸被麵食取代。儘管如此，我們仍能從一碗樸實無華的筒仔米糕中，嚐到土地的芬芳、阿嬤世代相傳的手藝，以及最純粹的庶民小吃靈魂。由糯米製成的米糕，不僅是飽足一餐的溫暖，更是對辛勤農民最直接的支持。現在，就跟著「美食網」，一起尋回深藏在記憶中的香氣。

材料

① 米糕：

(1) 主體：長糯米 600g、水 420g。

(2) 內餡：五花肉絲 200g、紅蔥頭酥 12g、乾香菇 2 朵、蝦米 15g、沙拉油 3 大匙。

(3) 裝飾：香菜（芫荽）1 株。

② 調味料：醬油 3 大匙、糖 1/2 茶匙、五香粉 1/4 茶匙、鹽 1/4 茶匙、胡椒 1/4 茶匙、水 1 杯。

③ 海山醬：味噌 15g、番茄醬 45g、糖 30g、水 100 c.c、醬油膏 15g、芡水（太白粉 1/2 大匙 + 水 1 大匙）。

做法

• 步驟一：蒸糯米，讓米飯粒粒分明，鬆軟中帶點黏韌

① 洗淨長糯米，加入 420g 水，浸泡 4 小時以上。

② 放入電鍋蒸煮約 20 分鐘，確認米飯熟透後悶蒸，備用。

• 步驟二：爆香與濃縮肉餡，交織出無可取代的香氣

① 香菇泡軟後切絲；蝦米泡水後瀝乾。



- ② 將五花肉絲與所有調味料稍作抓醃。
- ③ 鍋中倒入沙拉油，依序加入香菇、蝦米，爆炒出濃郁香氣。
- ④ 加入五花肉絲及調味料，以中火慢煮約 10 分鐘，直到呈現半收汁狀態。



• 步驟三：米香、餡料與醬汁完美融合，盛載濃濃古早味

- ① 關火後，將煮好的肉餡倒入蒸熟的糯米中，迅速且輕柔地攪拌均勻，讓米粒吸飽肉汁。
- ② 將拌好的米飯壓入筒仔米糕的模型中，放入電鍋再蒸煮 15 分鐘，使其定型。
- ③ 將米糕倒扣於盤上，淋上海山醬，讓醬汁的鹹、甜、微酸感，為米糕的香氣更添層次。最後撒一小撮香菜點綴，色、香、味一次滿足。



• 附錄：海山醬

- ① 味噌、番茄醬、糖、醬油膏與水拌勻，入鍋以小火續煮至滾。
- ② 以太白粉水（芡水）緩緩勾芡，攪拌至醬汁略微濃稠，且能附著在湯匙上即可。



成品

夏季清爽飲食提案

遠東百貨／黃冠菱

近日氣溫逐漸攀升，濕熱交織的氣候，不僅讓人食慾下降，也容易出現疲倦、消化不良等狀況。本期「美食網」為您整理夏季飲食提案，助您在季節轉換之際，找回飲食的樂趣，輕盈一夏！

一、開胃的輕食料理

氣溫飆升的日子裡，消化系統的運作相對遲緩。此時，利用適度的酸味與辛香料來刺激唾液分泌，是重啟食慾的關鍵。東南亞料理常用的青木瓜、檸檬汁、魚露組合，正是融合了這些原理，其中，青木瓜含有木瓜蛋白酶，有助分解蛋白質；酸辣的醬汁則兼具開胃與抗菌功效。此外，涼拌、汆燙等低油、低鹽的料理方式，也能減少腸胃壓力。

在餐食選擇上，不妨融入帶有異國風情的涼拌菜色。例如：非常泰的「涼拌青木瓜」與饗泰多的「現搗青木瓜涼拌」，都是以青木瓜絲的爽脆，揉合花生、蝦米、辣椒、檸檬汁與魚露的酸辣鹹香，是泰國東北最具代表性的開胃料理之一。若偏好西式風味，義式屋古拉爵的「巴沙米可油醋蔬果沙拉」或

「煙燻鴨胸佐蜂蜜芥末醬」，分別透過油醋醬的酸爽與蜂蜜芥末的甜美，賦予蔬果與鴨肉更多元的層次。

除了涼拌開胃菜，優質蛋白質與清爽調味的結合亦是首選。21PLUS 的「鮮蔬手撕雞」，拌入獨家雞汁與六種蔬菜，提供充足的蛋白質與纖維，爽口不油膩；翰林茶館的「茶香鳳梨虱目魚肚」，則是利用在地虱目魚搭配特製鳳梨醬，果香與微酸甜感融



① 義式屋古拉爵「巴沙米可油醋蔬果沙拉」(遠百嘉義提供)



② 義式屋古拉爵「煙燻鴨胸佐蜂蜜芥末醬」(臺南大遠百提供)



③ 翰林茶館「茶香鳳梨虱目魚肚」(臺中大遠百提供)

合，配上絲絲茶韻，清新雅緻。若渴望濃郁鮮美的湯頭，春水堂人文茶館的「酸菜白肉湯麵」嚴選醃漬入味的東北酸白菜，搭配現燙白肉與 Q 彈麵條，酣暢飽足。

二、高含水量的當令食材

夏季容易出汗，大量流失水分之餘，也同步流失電解質。除了多喝水，西瓜、小黃瓜、冬瓜等高含水量的瓜果類食材，也是溫和的補水方式。尤其自然熟成的當季瓜果，農藥與人工催熟劑的使用量相對較少，風味也更加完整，例如 c!ty'super 推薦的「美國藍莓」，在盛夏產季果實飽滿多汁，冰鎮後食用備感沁涼，同時富含花青素，亦是夏日營養補給的好選擇。



📍 c!ty'super 「美國藍莓」
(遠百信義A13提供)

三、低負擔的飲品與甜品

面對午後的燥熱，一杯冷飲或一份甜點是最好的救贖。然而，過多精製糖反而會加重身體的發炎反應。建議優先選擇低糖、無糖茶飲或果香風味的飲品；甜點則可挑選價格、輕乳酪等水果系品項，以降低甜膩感。

咖啡愛好者不妨嘗試帶有明亮水果香氣的品項，例如 Starbucks 的「檸檬冷萃咖啡」與「蘋果山茶花風味氣泡美式」，或是都可 CoCo 的「西西里手搗檸檬美式」，香純的咖啡無論搭配微酸的鮮搗檸檬、清甜的蘋果山茶醬，或是爽口的氣泡，都讓人精神為之一振。



📍 星巴克「蘋果山茶花風味氣泡美式」(遠百花蓮提供)

茶飲方面，綠茶、烏龍茶富含茶多酚，具有抗氧化與調節血脂的效果，同時能提供微量礦物質；而抹茶含有獨特的茶胺酸，能在提振精神的同時，緩和咖啡因帶來的焦慮感。茶香與果香的碰撞，為酷熱的夏季帶來優雅的清涼感。推薦 Starbucks 融合蜂蜜紅柚醬的「阿里山蜜柚烏龍青茶」，層次豐富且回甘不膩；瓦城的「柚香翡翠綠茶」馥郁酸甜、風味細緻；先喝道結合四季春茶王與酸甜青梅



📍 辻利茶舖輕抹茶(遠百信義A13提供)



📍 Whittard 芒果佛手柑綠茶盛宴(竹北遠百提供)

醬的「青梅四季春」，生津解膩、餘韻淡雅。若想體驗純粹的茶韻，辻利茶舖以宇治無農藥抹茶現刷的「輕抹茶」，茶香撲鼻，尾韻甘美；Whittard 的「芒果佛手柑綠茶盛宴」，嚴選早春摘取的混合綠茶為茶基，佐以香氣十足的芒果、優雅的佛手柑，為夏日注入一縷異國情調。

在甜品選擇上，檸檬系烘焙品近年持續受到青睞。AMO 的「法國鄉村手做檸檬蛋糕」、藍屋的「檸香花語蛋糕」，以及古拉爵的「酸甜檸檬蛋糕」，皆巧妙運用檸檬的清香酸爽，平衡了蛋糕的甜膩感。

追求沁涼口感者，Mister Donut 充滿果丁的「愛文芒果冰沙」，或哈根達斯結合野莓冰淇淋、覆盆子雪酪與瓦夫脆餅的「瓦夫假期」，都是層次豐富的冰品；至於雪坊的「綜合野莓瓶裝優格飲」，以 100% 純鮮乳製成的無糖優格，搭配藍莓、黑莓、覆盆子三種野生莓果醬，更是廣受養生達人喜愛。



AMO「檸檬蛋糕」(板橋大遠百提供)



哈根達斯「瓦夫假期」(遠百桃園提供)



雪坊「綜合野莓瓶裝優格飲」(新竹大遠百提供)

四、居家的日常選擇

除了外食，日常在家準備營養且耐存放的堅果、果乾與穀片，能在嘴饞時提供相對健康的替代方案，也有利於維持穩定的飲食節奏。其中，堅果類食物富含不飽和脂肪酸，可提供飽足感；果乾中濃縮了水果的礦物質；全穀麥片內含的膳食纖維與複合碳水化合物，則可延緩血糖上升速度，避免倦怠感。推薦德國百年品牌 Viola 的「德國早餐麥片」，保留了天然穀片與葵花仁、亞麻子的原始營養，並佐以軟 Q 的白葡萄乾，增添豐富口感。在夏日早晨搭配鮮乳或豆漿，兼顧便利與養生。



Viola「德國早餐麥片」(高雄大遠百提供)

飲食不僅是能量的攝取，更是我們與季節對話的方式。在這個高溫難耐的時節，與其被動地忍受燥熱，不如主動調整餐桌上的風景，享受身心的清爽與餘裕。



「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】

對我來說，最放鬆的時光，就是和朋友一起沉浸在桌遊的世界裡。桌遊帶來的不只是娛樂，隨著遊戲進行，有時動腦思考策略，有時隨著運氣起伏，全神貫注於每個過程，在彼此的互動中，情緒漸漸被釋放，壓力也慢慢舒展，身心獲得真正的放鬆。（亞東證券／丁丁）

【二】

每到假日，我最期待帶著米克斯，前往鄉下的農地，看她在田間自在穿梭，我則套上雨鞋、戴手套，看看百香果順著棚架努力往上爬，分枝比上次延伸了不少；芭樂樹開了好多花，我得疏掉一部分，把養分留給最有機會長大的果實；上次種的蔥，已悄悄長高了一些…遠處的高山像一幅壯闊的山水畫，偶爾有鳥兒飛過天空，耳邊是此起彼落的蟲鳴鳥叫。這慢活的節奏，是我一週裡最珍貴的時光。（亞泥花蓮廠／劉美杏）

【三】

每個人都有屬於自己的避風港，我最期待踏進棒球場的那一刻，見到充滿生機的綠色草皮與畫上鮮白壘線的紅土，以及青春洋溢的啦啦隊舞蹈應援。看著球員在壘包間奮力奔跑、投打雙方鬥智又鬥力的對決，是感官與靈魂的雙重享受，當全壘打球飛過牆頭的瞬間，平日累積的壓力彷彿也隨之飛向天際；數萬人的吶喊舞動，是獨屬於球場的震撼。棒球最吸引之處就在於「不可預測性」，有時明明一路落後，卻在九局下半打出致勝安打，上演奇蹟逆轉；有時投手獨撐封鎖局面，卻等無火力支援而吞敗；正像人生的縮影，也提醒著我：只要比賽還沒結束，就有希望。從這些攻守交替的節奏裡，我找到面對挑戰的魄力與耐心。（遠通電收／謝庭湘）

釜山漫遊：當蔚藍海洋遇上城市脈動

亞東證券 / Wendy

如果說首爾是一首節奏明快、舞步精準的 K-Pop，讓人不自覺地跟著都市的齒輪瘋狂轉動；那麼釜山就是一首在午夜碼頭響起的慢板爵士樂，伴隨著規律的海浪聲，在海雲臺的摩天大樓與甘川洞的彩色小徑間低迴，散發著一種混合了粗獷大氣與細膩詩意的獨特魅力。

進入 2026 年，釜山的身影在國際舞臺上愈發清晰。這座曾經的工業大港、韓戰時期的難民避風港，如今已正式蛻變為一座融合現代建築美學、前衛藝術氣息與深厚海洋靈魂的「世界設計之都」。空氣裡依舊有著淡淡的鹹味，卻更多了幾分精品咖啡的香氣與文創藝廊的靈感。

01 海之巔：海雲臺藍線公園的色彩實驗

在釜山東側的海岸線上，有一段被譽為「亞洲最浪漫」的軌道，它不是通往繁華鬧區的捷運，而是一段將廢棄鐵道賦予新生命的藝術路徑 -- 海雲臺藍線公園（Haeundae Blueline Park）。

天空膠囊：懸浮於湛藍之上的繽紛夢境

最受旅人青睞的，莫過於那外型復古可愛、色彩鮮豔的「天空膠囊列車」（Sky Capsule）。在離地約 10 公尺的單軌上，紅、黃、藍、綠的小巧車廂以時速 4 公里緩慢滑行。從「尾浦站」前往「青沙浦」的 25 分鐘路程中，置身於私密的、充滿童趣的空間裡，窗外是無邊的東海，海水在陽光下呈現出寶石般的層次感。透過車廂內的擴增實境（AR）玻璃，可以即時看見窗外海域的生態資訊，或是昔日東海南部線的歷史影像。

海月觀景臺：跨越時空的「海上漫步」

抵達青沙浦後，別急著離開。2024 年底全面升級的海月觀景臺（Haewol Observatory），已成為釜山的地標建築。以「日月同輝」為設計靈感的觀景臺，呈現優雅的半圓弧形，透明的玻璃橋面由岸邊延伸至海面深處。這種與自然共生的設計語彙，正是釜山作為「設計之都」的最佳體現。

02 雲之境：在雲端俯瞰城市的脈絡

若想理解一座城市的格局，必須先登高望遠。在釜山，「高」的極致就在 LCT Landmark Tower。

Busan X the SKY：100 層樓的美學視角

Busan X the SKY 是韓國的第二高樓，搭乘名為「Sky Cruise」的電梯，僅需 52 秒，立刻就能從海平線躍升至海拔 400 多公尺的雲端。

從 100 樓的透明走廊「Shocking Bridge」往下看，巨大的海雲臺沙灘瞬間成為精緻的微縮模型，廣安大橋的線條流暢如絲帶。這裡的美感在於「秩序」與「混沌」並存——左邊是排列整齊的摩天大樓群，右邊則是桀驁不馴、變幻莫測的大海。



私房推薦：世界最高處的咖啡時光

在 99 樓，坐落著目前「世界最高的星巴克」。2026 年新推出一款以釜山海鹽與冷萃咖啡調製的限定飲品。坐在窗邊，看著夕陽漸漸沉入影島後方，將廣安大橋的鋼索染成如夢似幻的金橘色，那份舒適與寧靜，足以消弭旅途的疲憊。



03 藝之徑：色彩與歷史的拼貼

釜山的美，並非全然是簇新的，更多的是從歷史餘燼中開出的花朵。

甘川洞文化村：從貧民聚落到藝術聖地

走入甘川洞，就像闖進一幅巨大的立體拼貼畫。它曾是韓戰時期難民的避難所，依山而建的小平房緊密相連，經過藝術家的進駐與改造，老舊的階梯與巷弄被刷上鮮豔的馬卡龍色調。這裡除了有著名的「小王子與狐狸」，還有許多老屋轉化為社區型工藝坊與微型博物館，講述著那段「堅韌不拔」的釜山精神。

白淺灘文化村：影島上的希臘微光

相較於甘川洞的熱鬧，位於影島的白淺灘文化村（Huinnyeoul Culture Village）則多了一份靜謐的希臘風情。房舍沿著斷崖而建，一旁就是波光粼粼的影島大海，純白與深藍是它的主調。漫步在白淺灘，空氣中瀰漫著咖啡館的香氣，時間在這裡彷彿失去了意義。

04 味之覺：舌尖上的山海經

有別於首爾飲食的精緻，釜山的飲食文化帶著一種大港兒女的豪邁與溫暖。

豬肉湯飯：裝在瓷碗裡的釜山靈魂

來到釜山，若沒吃過一碗熱氣騰騰的豬肉湯飯（Dwaeji Gukbap），就不算真正來過。這道料理源自戰亂時期，人們利用豬肉食材熬煮出濃郁的養分。如今的釜山名店，依然堅持傳統熬製工藝，經過 24 小時以上不停熬煮的乳白色的湯頭，濃郁卻不油膩，加入一勺鹹香的蝦醬提鮮，再拌入大把新鮮的韭菜與特製辣醬，暖意瞬間從胃部擴散至全身。

札嘎其市場：大地的饋贈與大媽的熱情

若想體驗最地道的釜山活力，必須前往札嘎其市場（Jagalchi Market），這是韓國最大的海鮮批發市場，空氣中充滿了鹹鹹的海風與叫賣聲。

你可以在一樓挑選一條剛從海裡撈上來的鮮魚，隨即送往二樓交由經驗豐富的大媽處理。無論是晶瑩剔透的刺身，還是紅亮誘人的辣魚湯，那種「從海洋到餐桌」的零距離感，是高級餐廳無法模擬的奢侈。

BIFF 廣場：療癒系甜點

在南浦洞的 BIFF 廣場，隨處可見排隊的人潮，只為了剛起鍋的堅果糖餅（Ssiat Hotteok）。這款糖餅在麵團中塞入黑糖粉，炸至外皮金黃酥脆後剖開，塞進大量的葵花子、南瓜子與花生。一口咬下，黑糖的甜蜜與堅果的油脂香在口中炸裂，最能撫慰人心。

05 夜之律：光影交織的港灣交響曲

當夕陽最後一抹餘暉消失在地平線，釜山並未入睡。相反地，它換上一套閃亮的晚禮服，從慢板的爵士轉為節奏感十足的中快板。

The Bay 101：釜山的「曼哈頓時刻」

位於海雲臺邊緣的 The Bay 101，聚集了許多年輕人與高端餐飲。當對岸 Marine City 的摩天大樓群燈火齊亮，燈光倒映在靜謐的海面上，手裡握著一杯在地精釀啤酒，吹著涼爽的海風，眼前的夜景足以媲美曼哈頓或維多利亞港。

荒嶺山觀景臺：俯瞰流動的銀河

若想捕捉這座城市的呼吸，就得往高處走。位於市中心的荒嶺山觀景臺，提供了 360 度的全景視野，可一覽南港大橋的湛藍、廣安大橋的變換色彩，以及市區街道如血管般流動的車燈，匯聚成一條流動的銀河。

結語：2026，我在釜山遇見溫柔

釜山有最前衛的設計、最古老的情感、最清冷的色調、最滾燙的湯頭。如果你正尋找一個能讓感官重新覺醒的地方，歡迎來到這裡，在蔚藍海洋與城市脈動的交會點，你會發現，這場漫遊，其實是一場與自己內心的溫柔重逢。

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

- 面對 AI 浪潮，元智、亞科大、豫章採取哪些行動，培育 Z 世代的競爭力？【封面故事】**
 - 元智率先全臺將 AI 列為必修，並推動「校學士制度」，增加自主學習的彈性
 - 亞科大以「AI 協作」、「證照輔導」及「實習制度」三軌並進，縮短學用落差
 - 豫章將智慧科技融入各群科的教學內容，結合專題式教學法，鼓勵學生跨科合作
 - 以上皆是
- 員工以何種方式與代理式 AI 協作，會增加資安風險？【資訊網】**
 - 重要資料先確認是否適合使用 AI
 - 刪除資料、涉及金錢或帳號的操作，應親自執行而非 AI
 - AI 分析完的內容，直接使用即可
 - 注意 AI 在長時間自主工作狀態下，能否即時中止、遵守權限
- 相較於傳統治療慢性疼痛的方式，高頻熱凝神經阻斷術／射頻脈衝式神經調控有何優勢？【保健網】**
 - 快速止痛
 - 微創傷口小
 - 恢復期短
 - 以上皆是

參加辦法

請於6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。



429 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	遠傳電信	楊○富	鼎鼎大飯店	詹○琴	遠東巨城	黃○安	遠東新世紀	游○淳
元智大學	張○婷	遠東商銀	陳○融	四川蘭豐水泥	賴○	遠東巨城	高○芸	遠東新新埔廠	繆○淑
宏遠興業	古○嬌	遠東商銀	吳○菁	亞東科技大學	魏○婷	遠東SOGO	鍾○貞	遠龍不鏽鋼	解○鈞
宏遠興業	周○傑	遠通電收	潘○升	亞東科技大學	劉○霞	遠東SOGO	王○琦	遠東百貨	蔡○瑀
亞洲水泥	李○凱	亞東證券	呂○潤	亞泥(中國)	陸○融	宏遠興業	游○玲	亞東投顧	蔡○如

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
亞洲水泥	朱○偉	亞東證券	黃○庭	遠東SOGO	費○誠	遠東都會	賴○玘	遠龍不鏽鋼	林○輝

恭喜上列幸運兒分別得到面額 NTD300 的 Fet.com 官網購物金！

JUN

through the lens

👉 Big City 遠東巨城購物中心 4 月 28 日慶祝 15 歲生日，李靜芳董事長（前排右五）與主管、同仁一起切下蛋糕，期許業績再創高峰。



👉 響應世界地球日，遠東 SOGO 百貨新竹店志工社號召捐贈家中閒置的衣物與娃娃，並贈予新竹市脊髓損傷者協會，讓資源重覆利用，也為社會注入暖意。



👇 遠東新世紀觀音化纖廠 4 月 18 日舉行「2026 遠東新聯合淨灘活動」，183 位同仁攜眷前往觀音大園潮音觀海步道，挽袖清理廢棄物，為海岸線減去逾 800 公斤重擔。



👉 高雄大遠百 4 月 13 日舉辦遠百心永續「熱血水手愛亞灣」公益志工日，前往高雄市政府動物保護處擔任一日志工，以行動關懷流浪動物。



HAPPYGO

少一張發票，多一棵樹木！
綁定載具，一起為地球減少紙張浪費。



掃描守護地球