

# 遠東人

徐有庠  
題

12月號  
2015 NO.304

共同開創 誠勤樸慎 · 創新 的健康人生

生活情報

流行網

鞋櫃永遠少一雙？  
秋冬補貨趁現在

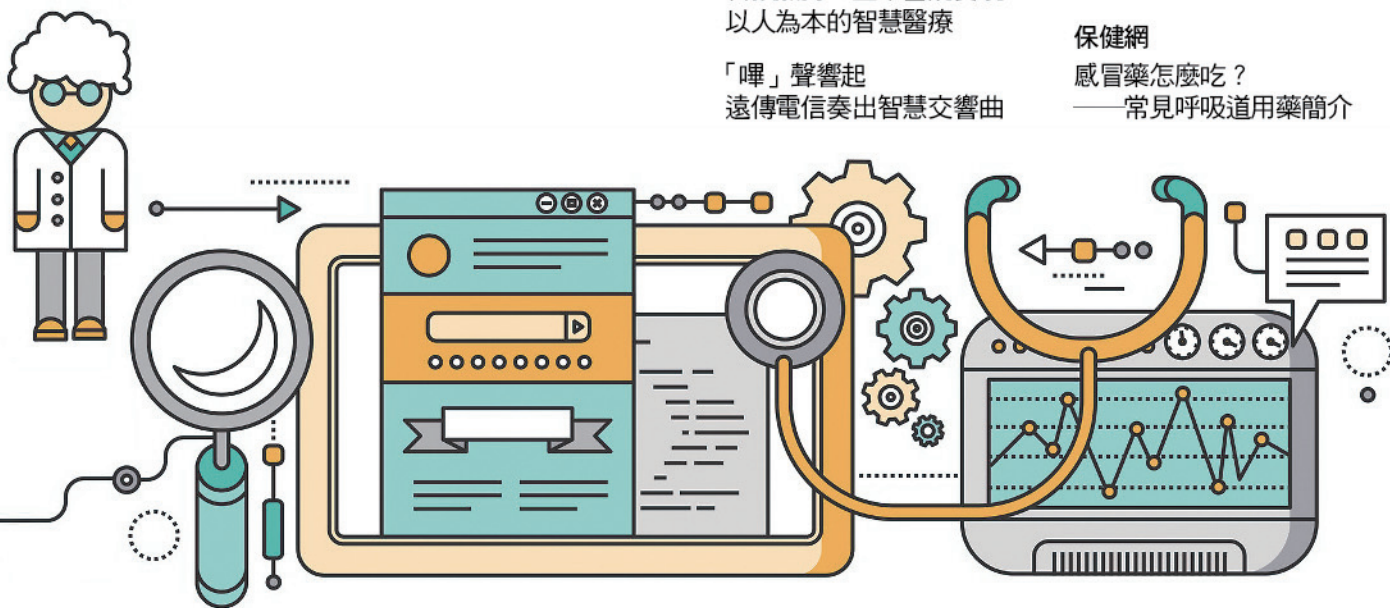
保健網

感冒藥怎麼吃？  
——常見呼吸道用藥簡介

封面故事

科技加持 亞東醫院實現  
以人為本的智慧醫療

「嗶」聲響起  
遠傳電信奏出智慧交響曲



「嗶」經濟啟動大商機  
「Beep」For New Business Models



手機掃描  
遠東人QR Code  
看更多即時訊息

遠東集團  
FAR EASTERN GROUP



- ❶ 2015 臺北紡織展 (Taipei Innovative Textile Application Show, TITAS) 10月19～21日假臺北世貿中心南港展覽館登場，吸引超過 34,000 人次的專業買家前往採購，徐旭東董事長（前排中，立者）亦於10月20日到場視察，對企業的研發成果充滿信心。
- ❷ 徐旭東董事長（右三）10月19日應邀出席「2015 大師論壇」，與2014年諾貝爾經濟學獎得主提霍勒（Jean Tirole，右四）和國內多位產、官、學者，共同針對全球經濟、金融風險與產業競爭趨勢展開會談。
- ❸ 「2015 遠東百貨廠商聯誼會」中，徐旭東董事長（前排左）、徐雪芳總經理（前排右）親率一級主管與10家分公司店長、副店長共同誓師，氣勢如虹。
- ❹ 高雄大遠百週年慶於10月底正式啟動，遠東百貨徐雪芳總經理（前排中）和林彰豐營運長（左一）特別南下，期許同仁將買氣推向最高峰。
- ❺ 黃晴雯董事長（右二）帶領 SOGO 主管以石破天驚之勢，迎接週年慶 105 億的挑戰。

## 2016 遠東人月刊徵稿列車啟動

李佳珍

荏苒時光，將案上的月曆追逐到最末一張；而集團成長的每個印記，卻已悄悄累疊在架上的遠東人月刊。再重逢，遠東人月刊將繼續朝「傳遞產業脈動，整合集團資源，提供同仁全方位資訊」的目標邁進，下一個嶄新的年度，期待有您與我們攜手徜徉活力遠東，盡展創意無限！

**\* 樂活職人：**您在工作中曾面臨過什麼難忘的事或突發狀況嗎？對辦公室生存法則您有一套獨特的哲學且不吐不快嗎？本單元的「同仁工作經驗談」、「上班族必修學分」專欄，期待您來報到！

**\* 生活情報：**你知道周遭有哪些值得介紹的美景勝地嗎？您有特別推薦的私房餐廳、難以忘懷的家傳美食嗎？本單元「美食網」、「旅遊網」強力徵求集團內的美食鑑賞達人、旅遊達人，與我們分享您豐富的生活體驗。

**\* 心動時刻：**人生旅途中的每一份心情、每一個轉折，都彌足珍貴，這一方淨土，是收藏你我心情的秘密花園。不論小說、散文、旅行札記、有趣的童言童語……等，都希望有您一起來烘焙出屬於我們的美好記憶。

### 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，並請特別注意著作權法等相關法律之規定，自負文責。
2. 請註明所屬單位、姓名、聯絡方式，以利寄贈稿酬，如需以筆名刊登，亦請特別註明；來稿若經採用，編輯室保留稿件刪修權，請投稿人自留底稿，恕不退稿。
3. 「遠東人開講」（每月主題徵稿）每則500元，其餘文字稿台灣地區每字0.5元、大陸地區每字0.8元。

投稿請寄：台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](mailto:magazine@fenc.com)，若有投稿相關問題，歡迎來電洽詢：(02) 2733-8000 分機 8549、8553

### 「遠東人開講」一月份話題：新年新希望

一年容易又過去，轉眼間，嶄新的年度即將到來。面對全新的2016，您有什麼新的期許或夢想呢？歡迎來信與我們聊聊您的新年新希望，文長300字以內，遠東人月刊就會提供您一筆新年圓夢基金哦！（截稿日期：12月15日前）

## 01 編輯手記

2016 遠東人月刊徵稿列車啟動／李佳珍

---

## 04 領航者的話

徐旭東董事長於亞東技術學院 47 週年校慶致詞／編輯室輯

---

## 06 封面故事

科技加持 亞東醫院實現以人為本的智慧醫療／編輯室輯

「嗶」聲響起 遠傳電信奏出智慧交響曲／遠傳電信

---

## 13 集團簡訊

關係企業動態報導／通訊員

公益專區／通訊員

績優榮譽榜／通訊員

好康報報／通訊員

---

## 19 生活情報

法律網 勞工婚假規定放寬 結婚安排更從容／蔡佳伶

法律網 網站上公開他人電子郵件內容是否侵害著作權？／范佩琦

美食網 來自星星的韓風料理／莊宜君

財經網 海外債券投資的觀察重點／詹定成

保健網 感冒藥怎麼吃？——常見呼吸道用藥簡介／李宜汶

保健網 健康生活，從齒開始／呂立婷

流行網 鞋櫃永遠少一雙？秋冬補貨趁現在／鄭嘉蕙

---

## 38 樂活職人

同仁工作經驗談：走進工廠，瞭解亞東／亞東石化（上海）

## 40 心動時刻

海天遊蹤：美麗的恩施／顧瑤

海天遊蹤：細說香港／江皇儀

堅持，就能跑完／葉錦焯

積極向上的心／趙雄偉

傳承／王潔麗

## 48 特別企劃

303 期有獎徵答得獎名單揭曉／編輯室輯



發行人 徐旭東 | 社長 鄭澄宇

### 月刊編輯委員

王明倫 王泰輝 王維雯 余欲弟  
李文惠 李佩頻 林俊佑 林信宏  
周永蓓 俞瀛璇 吳佳穎 凌 凡  
梁雅雯 范宜雯 黃一珍 彭湘格  
葉金璋 張雅雯 張景芳 郭奕中  
曾淑苹 陳世莉 陳玲華 陳聰明  
陳文山 楊景如 鄒芯萱 蔡敏雄  
蔡佩瓊 劉貞佑 鄭雪玲 顏文池  
謝淑惠 謝佩娥 戴永茂

### 發行所

遠東關係企業 裕民股份有限公司  
台北市寶慶路 27 號 10 樓

### 通訊處

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

### E-mail

magazine@fenc.com

### 網址

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

### 電子報網址

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

登記證 局版台誌字第 8320 號

美術設計 Z&C.COM

印刷所 湯承科技印刷(股)公司

**遠東人** 2015 年  
12 月號 | 304 期

1990 年 8 月 1 日創刊

# 徐旭東董事長於亞東技術學院 47週年校慶致詞

編輯室輯

亞東工專創校彷彿才是昨天的事，我甚至還記得學校第一棟大樓落成的情景，轉眼亞東技術學院已經成立 47 年了。這些年，世界變化得太快，無論速度與規模，都是前所未有的，不過，誠如我的老師所說，這是每家企業共同面臨的問題，唯有快速反應，才能掌握住新時代給予的機會和啟示。在此，一方面希望各位能加速精進，讓三年後的 50 週年校慶成為重要里程碑；另一方面也與大家分享這段時間的見聞和感想，希望帶給各位新的想法和觸動。

行動網路的普及，加速了物聯網的發展，也為生活開啟全新的模式。未來的世界將物物相連，自動產生感知與動作，我們也必須習慣在無極限的連線中發生的各種改變。此外，大數據的應用也是重要趨勢之一，不僅百貨、電信等各行業都必須加以掌握，學校也應該思考，我們目前擁有哪些資訊？如何進一步過濾、分析、判讀出可用資訊，並以此作為策略擬訂的基礎？

各國經濟的發展、匯率的走勢也是經營者必須觀察的重點之一，尤其這段時間，中國大陸經濟成長趨緩，臺灣因為產銷的高度連結，出口量也隨之下滑。也許有人認為，臺灣的經貿不該過度仰賴中國，但不跟全球第二大經濟體系合作，是否有更好的替代方案？十年前，也許東南亞還是個不錯的選項，但隨著區域經濟發展快速，如今東南亞已今非昔比。

所幸最近遠通電收的 ETC 成果陸續榮獲「2015 年 ITS 世界大會產業成就獎」、「IBTTA 年度首獎」，讓臺灣有機會揚名國際。過去，由於媒體的錯誤報導，許多人以為 ETC 剝奪了收費員的工作權，事實上，遠通不但提供每位收費員 2 ~ 3 個的轉職選擇，且超過九成的收費員都已順利進入職場，剩下不到一成的人，基於個人因素，不願意接受工作安排，因此每次 ETC 的街頭抗爭活動，收費員所佔的比例其實寥寥可數。而 ETC 最值得驕傲的是，這項全球最成功的建置案例，完全由臺灣自力研發，除了陸續吸引馬來西亞、印度、澳



洲、加拿大等國提出合作需求，也獲經濟部選為臺灣推動產業輸出的標竿之一。

由此可知，「科技、技術」是在快速變遷的環境中，衝破混沌的關鍵，正如我手上的 Apple watch，每小時提醒我起身活動，並且紀錄運動量、卡路里消耗量、心率狀況……等，甚至還可以接聽電話，為生活帶來許多便利。同樣的，ETC 的應用也節省了用路人停車付費的時間，且無紙化的設計、避免停車再啟動的油耗，都為環保帶來不小貢獻。隨著科技的進展，電動車、智慧車勢將日趨普及，透過物聯網的连接，能提供全新的行車體驗。換言之，未來油價的優勢也許不一定存在，但 ETC 卻可望在新時代的交通中，繼續扮演重要角色。臺灣如今已在此領域取得先機，也期盼大家能

用更開闊的心胸，看待 ETC 物聯網應用的新里程，如果只拘泥於現行法規，將可能使臺灣錯失在全球發光發熱的良機。

中小企業只要勇於創新，能提供新時代所需要的技術，就有機會在未來的世界佔有一席之地，以 ETC 為例，將來極有可能成為集團第十家上市公司。同樣的，教育機構也應深入思考，如何運用科技、技術，培養出產業、甚至整體經濟架構需要的人力。尤其亞東身為技術學院，更必須把握關鍵技術，在物聯網時代搶得先機。目前產業對於大數據、物聯網的人才需

求孔急，以遠傳來說，仍有一千多名編寫 APP 程式的人才缺口尚待補足。當然，利用所學爭取工作機會只是教育的目的之一，臺灣與鄰近許多國家相比，高等教育的普及率排名第一，關鍵技術人員素質的提升，更有機會提升國家整體競爭力。

最後，恭賀學校邁入新的里程碑，過去的 47 年，亞東已奠下良好根基，未來希望大家能進一步思考，如何在前進的過程中，去蕪存菁、汰舊換新，永保效率和前瞻性！

# 科技加持 亞東醫院實現以人為本的智慧醫療

編輯室輯

超市、賣場結帳時「嗶嗶」；搭乘公車、捷運刷卡時「嗶嗶」；使用門禁卡開門時「嗶嗶」……嗶嗶聲是生活中再熟悉不過的音符，如今，它也在醫院為健康醫療奏出智慧的樂章。

去年9月，亞東醫院二期院區展開試營運，除了擴大看診空間，也開啟了智慧服務的序曲，從病患到醫護人員、從院內至院外，都因為智慧化和數位化的提升而有了不同的風貌。本期「封面故事」將邀請亞東醫院張淑雯副院長，與大家分享醫院如何利用感應掃描、雲端科技，讓看病更有效率、醫療品質更有保障、健康管理更全面！

## 就醫流程自動化 智慧服務最貼心

相信很多人對於到大醫院看病，都感到費時傷神，因為擔心過號，總是得提早報到、排隊；若是需要照 X 光或抽血，回到診間還要再敲門等候；就連最後結帳也總是大排長龍。為了提升看診效率，亞東醫院導入許多智慧化服務，「民眾目前最熟悉、最有感的就是自動化報到系統，抵達診間後，只要直接將健保卡插入設備，即可完成報到手續；完成其他檢查項目後，再插入健保卡，系統會自動安排就診序號，診間的醫護人員也將同步接收病人抵達的訊息。此外，亞東醫院早在 2012 年即推出『亞東醫點通』APP，方便民眾透過行動裝置，快速查詢各項就醫資訊，還能直接以 APP 完成門診預約掛號、查詢看診及領藥進度、查

詢藥品資訊等多項手續。今年我們更進一步推出『自動繳費機』服務，免去民眾抽號碼牌等候批價的時間，上線不到半年，每月大約



亞東醫院／張淑雯副院長





有 26,000 人次使用，佔就診民眾的 1 / 4，成效相當不錯。」張淑雯副院長細數亞東醫院的智慧新服務。不過，由於目前自動繳費機只收現金，為了符合多元支付的趨勢，亞東醫院

正和遠鑫電子票證公司合作規劃將 HappyCash 整合至健康卡，提供民眾電子票證的支付選擇，「此項服務預計於 12 月推出，」張副院長開心地預告，「以後持健康卡既可以付費，又能量測血壓，不僅方便，也是獨步業界的創舉，更是集團綜效的最佳表現。」不僅如此，需要支付較高額醫療費的住院病患還可使用亞東醫院與合作金庫銀行合作開發的「行動醫療繳費服務」APP，每日每筆限額為 10 萬元，提供快速繳費的同時，也保障了交易安全，「唯一的限制是付費者必須為病患本人，無法由親友代繳，未來除了將不斷精進服務，也希望能增加合作銀行的數量，提供民眾更多元的選擇。」

至於領藥手續當然也要變聰明，「領有慢性處方箋的病人，只要在批價櫃檯刷一下健保卡，藥局工作人員就會準備好藥品；而且，藥袋上貼心的印有『藥找查 QR Code』，掃描後即可知道藥品名稱、外觀、使用方式和副作用，讓民眾更清楚自己的用藥。」張副院長補充。

## 智能管理效率高 醫療品質有保障

除了讓病患端享受便捷流程，發展智能醫院的另一項重要目的在於提高醫療品質，減少錯誤率，因此，未來醫護人員在檢驗過程中也愈來愈資訊化、智慧化，除了以電子病歷和掃描條碼（Barcode）來確認病人身份，護理人員所做的醫療記錄，包括血壓、體溫等資料，也會自動上傳至雲端病歷，提供各科醫師參考。張副院長進一步補充，「就連護理車也配備更嚴謹的用藥管控，護理人員只要掃描藥袋和病患手上的手環，即可核對藥品發放是否正確；甚至只要刷卡感應，即可幫病人準備好抽血所需的試管，不必擔心抽血量錯誤或檢體錯置的情形。」

至於「醫療器材單一識別系統」（UDI）雖然對一般民眾而言較為陌生，卻也是醫療管理資訊化的重要里程碑。張副院長介紹，「導入 UDI 能幫助醫護人員快速識別醫材，降低醫療錯誤，並可強化醫材與器械的追蹤與管理，避免器械耗用疲乏或回收不確實，對於院方掌控器材庫存也有很大的幫助。」

病床的調度則是另一項有賴智慧系統協助的大工程，張副院長表示，「醫院和飯店不一樣，飯店的空床率較



高，房間安排比較有彈性，也能事先規劃，但亞東醫院佔床率超過9成，而且通常無法預測病人何時出院，尤其若需配合開刀時間，情況又更為複雜。」為使病床管理更加即時、有效率，亞東醫院正著手研發智慧清床系統，當病人一出院，即自動通知清潔人員，完成所有清潔程序後，就能盡快安排下一位病患入住，藉此提高病床周轉率。

現在到亞東醫院看病，從「亞東醫點通」APP掛號預約門診開始，經過自動報到、檢驗時自動備管、多元繳費管道，最後到智慧領藥，整個流程皆以電子化、智慧化的方式串連起來，將大幅改變傳統的就醫模式。不僅如此，亞東醫院甚至還提供了一些非醫療的服務，例如與鄰近的新北市立圖書館總館合作，一方面在圖書館設置「Health 健康+」機臺，方便民眾量測，另一方面也在醫院設立自動還書箱，將醫院打造為智慧城市的一環。

### 健康促進上雲端 自主照護非難事

隨著科技發展，智慧照護不只在醫院進行，即使回到社區和居家空間，仍可以繼續守護健康。亞東醫院「Health 健康+」服務自2014年上線至今，已累計12,000多名會員、超過9萬人參與體驗，不但先後獲得華文界指標性網路獎項「第15屆金手指網路獎——行動裝置服務類／內容服務項」金獎的殊榮，以及國民健康署「2014年度健康促進雲端加值應用評選——醫事機構團體」傑出獎、「2015年健康促進醫院典範選拔」優良獎的肯定，更因為建構起城市的智慧健康網，幫助新北市獲



國際組織「智慧城市論壇」（ICF）評定為「國際智慧城市Top7」。最令張副院長欣慰的是，「此APP不但深獲各界肯定，同時也獲得臺灣健康照護聯合學術研討會頒發『醫學中心組——研究成效優良獎』，足證連同業都認同我們。」

健康促進服務走出醫院是必然趨勢，對於已養成自主照護意識的民眾而言，「Health 健康+」不只能關心自己，還可關心家人，子女透過手機，就能觀測長輩們每日的血壓、血糖情形，掌握老人家的健康狀況。張副院長強調，「住院時，民眾是病人，出院後，若是控制得宜，就可歸類在『亞健康』的族群，而『Health 健康+』正是瞄準這一群人，希望將『健康自主管理』的觀念，推廣至社區、家庭，因為健康不單是醫護人員的責任，每個人都應該自我把關。」

「Health 健康+」雖然不涉及醫療行為，但因為背後連結了亞東醫院，也讓「Health 健康+」更具優勢。張副院長解釋，「坊間其他健康照護系統，廠商取得的資訊通常不會和醫

院互通，而『Health 健康+』由集團內的遠傳電信建置，資料流通沒有藩籬，民眾使用 APP 量測後，只要以健康卡感應，馬上就能上傳至亞東醫院的雲端病歷，提供各科醫師參考。」換言之，即使病人在非心臟專科看診，其他醫師仍然可以針對病患平時的健康記錄給予建議，等於全醫院的醫師都能共同關心這位病患，大幅提升服務的品質。

### 智慧研發再出擊 生理監測全都錄

亞東醫院目前在大廳、診間，甚至領藥處都設置了「Health 健康+」機臺，此外，社區診所、藥局等健康促進據點也提供設備，方便民眾自行測量，一年費用僅需 200 元，就能輕鬆掌握自己與家人的血壓、血糖和脈搏，還能串連智慧手環與運動程式功能，「Misfit 智慧手環與大家熟知的小米手環功能類似，不過，在睡眠的部份，一般是藉由測量心跳、脈搏來觀察睡眠品質，但對醫師而言，這樣的演算還不夠嚴謹，參考價值仍有待評估，」因此張副院長預告，「亞東醫院正和遠東新世紀攜手研發智慧衣，提升『心律變異性』的監測功能，以獲得更精確的數據，做出更專業的判讀。」



除了睡眠智慧衣之外，亞東醫院與遠東新世紀還有一項劃時代的「心律衣」研發也正如如火如荼展開，未來心律衣測得的資訊，可望連結至亞東醫院心臟血管醫學中心，由專人管理監測。考量睡眠智慧衣是藉由心律的變化，觀察睡眠品質的好壞；而心律衣則不單單紀錄心律，還可進一步繪製出心電圖波型，提供心臟科醫師判讀，因著重的資訊不同，初期採分開研發方式進行，「我們希望先追求數據的準確與穿戴的舒適性，未來再逐步整合，相信隨著科技發展，多功能的智慧衣將指日可待。」另外，張副院長也補充，「不論『睡眠智慧衣』或『心律衣』，都屬於醫療器材範疇，需要經過嚴謹的驗證和食品藥物管理署審核才能問世，這也是醫療業與其他科技廠商不同的地方，亞東醫院希望提供的是更深入、紮實的服務，也唯有如此，才能突顯醫療專業。」

在科技的協助下，許多感測研發都在各領域甚至跨領域進行中，醫療與紡織的結合還有無限可能，儘管眼前仍存在許多挑戰，包括各種智慧科技的整合、使用者付費的觀念等，有待時間一一克服，但亞東醫院已在智慧醫療的路上全力衝刺，誠如張副院長所言，「亞東醫院的智慧化是一場寧靜革命，希望能讓健康管理的模式愈來愈聰明。」的確，很多變化民眾也許還未曾察覺，卻已經是現在進行式，未來的亞東醫院將進化成何種風貌？請大家拭目以待！

# 「嗶」聲響起 遠傳電信奏出智慧交響曲

遠傳電信／企業暨國際事業群

亞東石化為確保運轉15年的生產線設備能維持高可靠度，找來遠傳電信操刀，打造專屬「智慧巡檢系統」，以NFC信標+手機電子表單取代紙本作業，迅速上傳數據提供判讀，降低產能損失的風險。而另一端，身為國門的桃園機場則導入「遠傳智慧客戶回應系統」，即時傳送旅客意見予遠端的管理人員，並整合動態排班系統，方便值班人員及時前往處理，有效提升大場域的管理效能與客戶滿意度。本篇將為您介紹遠傳電信如何運用行動x物聯網技術，為企業打造智慧化產線與智慧化的客戶服務！

## 《應用一》亞東石化：擁抱智慧巡檢，風險預知力倍增

2008年成為遠東集團子公司的亞東石化，是紡織供應鏈的上游，主力生產的聚酯纖維原料，可製作成吸濕排汗衣、發熱衣使用的機能布料，而聚酯粒則用於製造薄膜和寶特瓶。由於產線24小時生產，因此工安操作員必須三班輪值，不能有絲毫的空窗期。他們一邊巡邏，一邊抄寫責任區內二百多臺設備的操作數據，同時用視覺與聽覺觀察四周狀態，以確保產線安全，除了歲修時段，巡檢作業從不停歇。

巡檢時，每一班巡檢員必須在紙本表單上，一一抄寫所有設備當下的數據，包括：製程壓力、溫度、油品狀態……等，項目



多達數千種。一旦發現數據異常，巡檢員會立即通知控制室，並嘗試排除，若無法自行解決，則註記在表單，再呈報給生產現場主任做後續追蹤處理。

然而，這樣的流程其實不容易預知設備零件的耗損狀況，也難以預防潛在風險。對於這點，亞東石化工程部設備可靠處俞鈞瀚副理有深刻的體會，「設備零件的損耗故障通常是漸進式，應當可透過日常的操作數據預先得知，但紙上作業無法即時反映異常，往往容易失去對潛在事故的預防機會。」例如，空氣壓縮機有數十個監控點，倘若一、兩個數據（零件）異常，並不會立即造成機器故障。但疏忽這點的結果，卻可能產生非預期的後果。

要改善這類問題，通常必須全面更換為數位儀表，如此一來，動輒耗資上億元，並非亞東石化現階段能接受的方案。硬體既然難以負

擔，只好嘗試從軟體切入，亞東石化因此找來遠傳電信 ICT 團隊，經過專業的評估，決定採用 NFC 行動科技方案，讓這間運轉 15 年的老廠在智慧化巡檢機制的輔助下，實現更精確的「預知預防保養」目標。

### 電子表單在手機，問題處理即知即行

「智慧巡檢系統」目的在以最小的改變，達成預期的目標，意即巡檢技術員可以一如往常地安排巡檢作業行程，唯一改變的是，原本將數據手抄於紙本表單，如今改為填入手機的電子表單。

俞鈞瀚副理表示，「我們將 56 種紙本表格全部改為電子表單，安裝在手機，分配給巡檢員，並於每個責任區的特定點部署 NFC 信標，共計一百多個信標。」巡檢員每到一個信標點，手機一刷，就會出現匹配的設備電子表單，以輸入操作數據；這項設計同時也確保巡檢員必須在現場才能輸入資料，杜絕紙本作業潛在的人為疏忽。此外，輸入的數據一旦上傳，即便問題無法現場排除，巡檢主任也能立即處理或開單通知維修單位儘快處理，讓長期以來採用「紙本記錄」的巡檢作業，在 2015 年 11 月新系統上線後，出現了全新的面貌。

### 打造專屬智慧巡檢，提升風險預知力

遠傳電信憑藉著在物聯技術上豐富的企業客製經驗，協助亞東石化打造專屬的智慧巡檢系統，此系統上線後，每一段巡檢環節的資訊交班時，都會連網上傳到公司的雲端資料庫。換言之，每套設備的操作數據每八小時就更新

一次，如有異常，系統將即時發出警示，設備可靠處也能迅速複查，以確認狀況。

「生產設備與零件不會突然故障，任何狀況的發生都是有前兆的；而操作數據會說話，只要我們懂得判讀。」俞鈞瀚副理如是說。以往，當設備可靠處人員需要觀察操作數據趨勢時，必須先打電話給巡檢主任，請他從厚厚一疊 A4 表格中，找出指定日期的數據，再抄寫到表單回報。如今只要數據超出預設值，設備可靠處第一時間就能掌握，再回溯查看數據後，即可預知損耗時間，提前做預防措施，以降低風險。

有別於換購新式數位儀表設備需要耗資上億元，這套智慧巡檢系統只要 1% 的投資金額。若再加計廠區因設備故障停產一天可能造成數百萬元的能源耗損，這智慧巡檢系統的上線，無疑是現階段最好的選擇。

未來，除了亞東石化觀音廠，這套智慧巡檢系統平臺也將逐步複製到其他廠區，並計畫於明年導入至甫新建完成的第三廠，屆時亞東石化的生產風險預防佈局將更臻完備。而這套系統也將扮演未來佈建「工業 4.0」的前哨站，從生產可靠度的層面，進一步觀察數據趨勢，及早應變，降低產能損失，並延長生產設備的使用期限。

### 《應用二》桃園機場：互動式應用，營造有溫度的客戶服務

根據統計，桃園國際機場航站一年的旅客



容量為 3,200 萬人次，今年預估突破 4,000 萬人次，旅客量成長 10%，航班成長率增加 7%，同時配合桃園航空城核心專案計畫，預計在 15 年內逐步完成第一航廈整建、第二航廈更新、第三航站區開發計畫等，以期在 2030 年達到 6,000 萬旅次的客運量。廣大的航站腹地和逐年成長的旅運量，也迫使桃園國際機場必須積極導入各項科技應用，成為更先進、更便捷舒適的「智慧機場」。

### 遠傳智慧客戶回應系統，即時掌握客戶意見

目前桃園國際機場航站已導入遠傳電信針對公共服務區域（如機場、車站或零售流通業）所設計的互動式「智慧客戶回應系統」，整合安裝在前端的互動式回應平臺，以及管理中心的動態排班系統與遠端／行動化管理介面，讓客戶意見回饋即時傳達予管理人員，同時系統也會自動通知值班人員（如清潔或保全）前往處理，有效掌握狀況並即時回應。

以桃園機場來說，由於航廈面積廣大且人流眾多，攸關民生使用的廁所清潔維持不易，也最直接影響旅客對機場服務的滿意度，因此透過在各間廁所裝設的平板，旅客可直接點選

滿意度，並進一步反映不滿意的問題所在，例如：地板積水、無衛生紙、垃圾未清、馬桶不通……等。而顧客的意見回饋也會立即傳送至平臺進行記錄，並根據系統預設方式，主動透過電話、簡訊或 APP 推播給現場處理及管理人員，同時利用動態排班系統，通知值班清潔人員前往處理。待清潔人員清掃完成後，再刷卡確認，機臺即可回傳資訊至平臺進行紀錄，如此一來，不但能有效掌握人員作業情況，亦可優化問題排除效率，同時改善值班定期巡檢的死角。

### 互動式顧客需求管理，提升服務滿意度

不僅如此，遠傳這套系統還可進一步結合人流統計、人臉辨識等大數據收集，應用於各種互動式行銷或大場域的多樣需求。特別是隨著 4G 時代來臨，透過無所不在的連網服務與互動式應用，以科技洞察客戶需求，營造更貼近人性、有溫度的客戶服務，也能提升顧客關係與滿意度。未來，桃園國際機場不只在硬體空間翻新，更將藉由科技應用的導入，從軟體層面將服務升級，提供國內外旅客一流的使用經驗！

Group Briefing

## 集團簡訊

**1 遠通電收參與國際綠色智慧交通論壇  
共商綠色智慧未來**

由交通部、經濟部指導，電訊暨智慧運輸科技發展基金會和臺灣永續能源研究金會主辦之「2015 國際綠色智慧交通論壇」，10 月 26 日盛大展開，遠東集團徐旭東董事長受邀與會，以 ETC 系統為基礎，分享綠色智慧運輸發展及未來提升至智慧城市應用之展望。（遠通電收／賴建偉）

**2 遠傳網路客服超強進化  
首創電信帳單分析教學**

遠傳電信推出新版網路客服，首創半年帳單分析與帳單教學服務，用戶可以一覽門號在該月份帳單內各項收費的金額及佔比；另有帳單小達人協助用戶了解電子帳單、簡訊通知、線上帳單、紙本帳單等四種帳單通知及帳單細項，歡迎用戶前往體驗：<https://ecare.fetnet.net/eServiceV3/eServiceController/eServicePage.action>。（遠傳電信／周永蓓）

**6 遠百廠商聯誼會 士氣昂揚**

遠東百貨一年一度廠商聯誼會 10 月 26 日假香格里拉臺北遠東飯店盛大登場，以奇幻魔術為晚宴揭開序幕，徐旭東董事長和徐雪芳總經理也親自出席，並帶領劉志成企劃長、林彰豐營運長、湯治亞財務長及全臺店長共同誓師，以高昂的士氣、熱情的互動，展現週年慶勢如破竹的決心。（遠東百貨／鄭嘉蕙）

**3 聚焦 4G 物聯網、工業 4.0  
遠傳與企業共創智慧新藍海**

遠傳電信企業暨國際事業群的專業 ICT 團隊於 10 月 23 日前進臺中，與中部地區企業 CIO 及 IT 經理人分享 4G 時代的企業行動化與物聯網應用，並交流工業 4.0 的三階段實踐藍圖，獲得與會企業代表熱烈迴響。（遠傳電信／周永蓓）

**4 「GoHappy」價格力表現  
躍升購物平臺第五大**

綜合網路購物比價網 EZprice 針對臺灣 15 大 B2C 購物平臺商品價格力之分析，GoHappy 從 5 月份的第 9 名，9 月份躍升為第 5 名；最低價商品的數量也由 600 ~ 800 件，增加至平均約 1,500 件，無論在價格力或商品數的競爭力上，都有大幅進步。（亞東電子商務／郭怡瑄）

**5 桃園遠百引進頂級美容施舒雅沙龍**

以專業手技享譽沙龍界的施舒雅美容世界，10 月 27 日正式進駐桃園遠百，並獨家引進日本 Head Spa 儀器，無論環境設備、療程技術、服務接待均與日本同步，開幕當天邀請遠東百貨徐雪芳總經理、臺灣施舒雅須藤政子董事長等貴賓出席，為桃園民眾帶來最具質感的美容饗宴。（桃園遠東百貨／吳東穎）



## 7 SOGO 週年慶造勢大會 徐旭東董事長現身打氣衝業績

太平洋 SOGO 百貨臺北店週年慶於 11 月 12 日～23 日展開，遠東集團徐旭東董事長親自出席 11 日的造勢大會，為同仁加油打氣，今年還有吉祥物 ThanQ 家族全員到齊，和現場嘉賓齊跳元氣舞，同時連線至高雄、新竹、巨城及中壢店，各店同呼口號，士氣旺盛。（太平洋 SOGO 百貨／王鶴）



## 8 元智大學日本文化祭 sorani、太鼓達人震撼登場

元智大學應用外語系於 10 月 21 日及 22 日舉辦「日本文化祭」，包含日本飲食、傳統舞蹈、相撲大賽、浴衣體驗及日本鬼屋等豐富多元的內容，讓師生們對日本文化有更深層的認識。（元智大學／饒浩文）

## 9 「臺南－大阪」航線遨翔天際 香格里拉臺南遠東飯店喜迎日本貴賓

「臺南－大阪」航線於 10 月 28 日首航，傳奇橫綱相撲力士「千代の富士」也於 10 月 31 日帶領日本媒體團隊抵達府城，並入住香格里拉臺南遠東飯店，飯店總經理凱德曼特別獻上客製化相撲造型蛋糕，預祝新航線的啟動帶動兩地新旅遊市場。（香格里拉臺南遠東飯店／劉冠吟）

## 10 亞東預拌獲選勞動部勞安設施與環境 觀摩示範廠

勞動部職業安全衛生署積極於全臺舉辦勞安知識講習，亞東預拌美崙廠受邀於 9



月 23 日，共同為東區預拌業舉辦「混凝土製造業改善勞工安全衛生設施與勞工作業環境觀摩」，並擔任示範廠，不僅製作勞安工作要領簡報，更開放廠區供同業參觀，獲得一致好評。（亞東預拌／洪淑華）

## 11 亞泥（中國）舉辦新進人員培訓

亞泥（中國）10 月 9 日舉辦第 38 期新進人員培訓，共 106 名新員工參加，由亞泥（中國）吳中立執行長親自開訓，除課程講解與團體活動外，另安排礦山、碼頭、廠區的實地參觀，幫助學員瞭解公司。（亞泥（中國）／方惠）

## 12 亞東創新 · 繼往開來 亞東技術學院舉行 47 週年校慶典禮

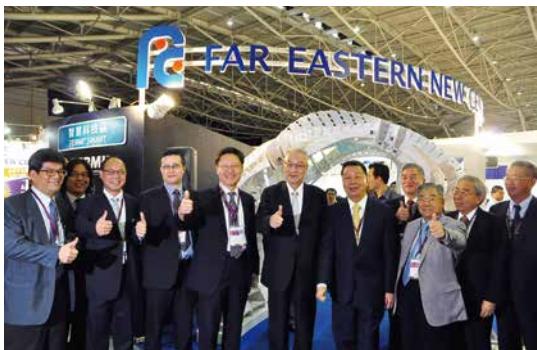
亞東技術學院 10 月 17 日舉行 47 週年校慶典禮，由黃茂全代理校長主持，徐旭東董事長亦親臨會場，並頒發教學、研究、輔導、服務、推廣、實習等績優教職員工及單位、表揚學業優秀學生和傑出校友，緊接著安排校友回娘家、園遊會、社團表演等活動，校園內洋溢著濃濃喜氣。（亞東技術學院／李玉燕）





### 13 遠東新世紀參加 2015 TITAS 大獲好評

2015 臺北紡織展 (Taipei Innovative Textile Application Show, TITAS) 於 10 月 19 ~ 21 日假臺北世貿中心南港展覽館登場，來自全球 370 家廠商、超過 790 個展位，競相呈現最夯的紡織新素材，吸引超過 34,000 人次的專業買家到場採購。每年皆為指標性展商的遠東新世紀，本屆再次帶來令人耳目一新的技術，獲吳敦義副總統蒞臨展區參觀，徐旭東董事長亦於 10 月 20 日親自到場視察，對企業的研發成果充滿信心。(編輯室輯)



### 14 亞東技術學院舉辦 2015 臺澳健康暨管理研習與教育交流分享暨成果發表會

亞東技術學院管理暨健康學群於 10 月 27 日舉辦「2015 臺澳健康暨管理研習與教育交流分享暨成果發表會」，由 14 位赴澳洲墨爾本大學研習的學生分享心得，師生們熱踴躍參與，活動圓滿結束。(亞東技術學院/李玉燕)

### 15 亞東技術學院舉辦「生涯發展講座－職涯面試技巧」

亞東技術學院管理暨健康學群於 10 月 7 日辦理「生涯發展講座－職涯面試技巧」，邀請亞東醫院人力資源處楊建昌主任以面試官的角度，分享學生求職面試的要點，幫助學生順利就業。(亞東技術學院/李玉燕)

### 公益專區

### 16 2015 洋房盃全國職業院校建材類技能大賽圓滿成功

第二屆全國職業院校建材類專業學生職業技能大賽 10 月 26 日於江西南昌市登場，本屆賽事由亞泥(中國)贊助協辦，並冠名為「洋房盃」，亞泥(中國)吳中立執行長受邀於開幕式致辭，並展示公司歷年來為推動職業教育發展所做的努力。(亞泥(中國)/陳瑞敏)

### 17 亞東醫院舉辦「乾眼大作戰」系列活動

為提升民眾對乾眼症的認知，亞東醫院將 10 月訂為「全民護眼月」，舉辦「乾眼大作戰」系列活動，並首度提供「乾眼脂液檢查儀」免費篩檢，另舉辦三場專題講座，協助民眾了解乾眼症。(亞東醫院/盧玫伶)

### 18 兒盟、遠傳攜手邁入第九年 首創三代公益野餐日

遠傳電信攜手兒童福利聯盟合作「棄兒不捨，讓愛遠傳」公益活動已邁入第九年，今年 11 月 7 日於華山中央藝文公園舉辦「三代 Fun 愛野餐趣」公益野餐日，邀請全民關懷出養兒。透過遠傳志工們熱情的義賣及募款，不僅為等家寶募得生活照顧基金，也讓民眾度過一個輕鬆的午後時光。(遠傳電信/周永蓓)



## 19 SOGO 中壢店有機農場之旅 安心看得見

為使民眾吃得更安心，太平洋 SOGO 百貨中壢店舉辦「有機農場體驗活動」，邀請主顧客參訪超市供應商「鄉田有機農場」，了解農場種植方式、體驗「一日小農」鮮摘有機蔬菜，親自見證 SOGO 嚴選的有機食材。（太平洋 SOGO 百貨／朱蕙芷）

## 20 第 9 屆遠東餐廚達人賽 弘光科大奪冠

第 9 屆「遠東餐廚達人賽」11 月 7 日假育達高職舉行決賽，為呼應「食育」與「翻轉餐桌」之國際趨勢，本屆特別以「好食節」為主題，傳達「當季原味、安心食材、貼心服務」之概念。遠東集團徐旭東董事長特別撥冗到場，為冠軍隊伍——弘光科技大學頒獎，而這也是弘光科大連續兩年稱霸遠東餐廚達人賽。（太平洋 SOGO 百貨／徐宛韻）



## 21 有水 才敢大聲！ 上傳演說影片 十萬獎金等你拿

遠東集團結合旗下徐元智先生紀念基金會、元智大學、太平洋 SOGO 百貨、遠傳電信等資源，打造「FE Talks」競賽。即日起至 12 月 10 日止，凡高中職以上學生或社會人士，上傳 3 分鐘與珍惜水資源、永續水發展相關之演說影片至活動官網，即有機會將 10 萬元大獎抱回家！詳情請參考官網 <http://water.feg.com.tw/fetalks.html>。（編輯室輯）

## 22 元智麵包節 「元來愛」攜手傳遞愛

元智大學麵包節於 10 月 28 日登場，本次主題為「元來愛·In Our Mind」，每賣出一個麵包，元智學生宿舍自治會將捐贈 5 元予世界展望會「資助兒童計畫」，並以「元智大學」的名義，長期資助一名兒童，希望確保孩童基本的生存保障及未來教育的發展。（元智大學／饒浩文）



## 23 SOGO 舉辦「社企週」 領全臺通路之先

太平洋 SOGO 百貨發揮通路力量，協助臺灣社企產品進入主流商業賣場，12 月 7 日起，一連 7 天在 SOGO 忠孝館 B2 超市舉辦「臺灣社企週」活動，訴求「愛自己，先找到食物的真滋味；愛土地，就從餐桌開始，直接消費當地食材」；現場包括：喜願小麥、鄰鄉良食、幸福果實……等 13 家社企品牌將聯手推出百餘項精選產品販售，邀請民眾用消費愛臺灣。（太平洋 SOGO 百貨／曹春輝）

### 績優榮譽榜

## 24 全球最佳大學排名 元智上榜

英國泰晤士報高等教育特刊公布 2015 至 2016 年全球最佳大學排名，今年排名擴大為前 800 大，臺灣共有 24 所大學入榜，元智大學為臺灣私立大學名列第五名，全球排名第 670 名，成績不俗。（元智大學／饒浩文）

## 25 臺北國際發明獎 元智大學與亞東技術學院獲佳績

第 11 屆「臺北國際發明暨技術交易展」10 月 1 日～3 日在臺北世貿一館盛大展出，元智大學整合校內研發成果，以 12 件專利技術參賽，勇奪三金、一銀以及二銅；亞東技術學院也以「第二產程分娩輔助器」與「機車前輪旋轉鎖定裝置」兩項作品，榮獲一金一銀的佳績。（編輯室輯）



## 26 遠東集團五家公司獲「服務第壹大獎」

《壹週刊》第十二屆「服務第壹大獎」10 月 28 日舉行頒獎典禮，除了連續第三年獲得電信業者首獎的遠傳電信之外，遠東百貨也勇奪「百貨公司 & 購物中心」第三名，另外，太平洋 SOGO 百貨、愛買量販與香格里拉臺北遠東飯店亦都榜上有名，顯示遠東集團的服務品質深獲肯定。（編輯室輯）



## 27 Mega City 感動服務 贏得顧客真摯感謝



10 月 3 日晚，接近 Mega City 板橋大遠百貨市場的打烊時刻，一位老太太到 1F 服務臺請求協尋走失的先生，由於先生年事已高、又有輕微失智，令家屬們非常擔心。當時三位值班服務人員—吳依儒、萬音汝、謝秉義聽聞後，立即啟動尋人 SOP，一方面安撫老太太的情緒，另一方面透過廣播協尋，並同步以 LINE 群組通知各樓面幹部、駐守各門口保全員及店內專櫃人員協助留意老先生的行蹤。很快地，一位專櫃人員帶著老先生來到服務臺，當老太太看見老先生的霎那，欣喜的眼淚奪眶而出，現場同仁均被老夫妻的鶼鶼情深所感動。

事後，老太太親筆寫了一封感謝函予遠東百貨徐雪芳總經理，對當日提供協助的工作人員表達謝意，並讚揚遠百同仁訓練有素，才能快速、確實、貼心、溫暖地協助顧客解決問題。徐雪芳總經理對同仁的表現與有榮焉，也勉勵同仁不忘初衷，持續提供顧客真心、熱情、感動的服務力，讓感動服務成為遠百持續前進的動力。（遠東百貨／王明倫）

## 28 亞東技術學院教師榮獲全國社教公益獎

亞東技術學院通識教育中心劉明香老師以性別領域的專業，經常至政府機關或公民營企業宣導性別平等，並曾擔任政府機構之 CEDAW 檢視委員，協助推動社會教育政策，貢獻卓著，獲教育部 2015 年「社教公益獎」表揚。（亞東技術學院／李玉燕）

### 29 遠東巨城購物中心榮獲法務部「有功人士團體獎」

遠東巨城購物中心協助法務部被害人保護協會舉辦「竹塹馨生藝術禮讚」保護週宣導活動暨成果展演，幫助馨生學員開創新人生，成效非凡，獲法務部頒發 2014 年度「有功人士團體獎」，感謝巨城對馨生人的支持。（遠東巨城購物中心／曾韻庭）



### 30 四川亞東水泥榮獲兼併重組專項補助資金

四川亞東水泥公司併購四川蘭豐水泥公司項目所申請之「四川省 2015 年度大企業大集團培育專項資金－兼併重組類」一案，經四川省經濟和資訊化委員會審批，榮獲 200 萬元資金補貼，展現政府對本次併購專案的肯定和支持。（四川亞東水泥／康雅娟）

#### 好康報報

### 31 愛買加碼八千萬元 補助節能家電

響應政府刺激經濟消費方案，民眾於 2016 年 2 月 29 日前，至愛買購買省水、節能標章之家電，除可向政府申請最高 2 千元補助之外，愛買再加碼八千萬元，讓消費者享有最高現折一萬元之優惠，新年換機就趁現在！（愛買／王佳慧）

### 32 香格里拉臺南遠東飯店推出住房專案 免預約入場奇美博物館

即日起至 12 月 31 日，香格里拉臺南遠東飯店推出「藝遊奇美」住房專案，入住尊榮雙人客房僅 5,100 元起，且免預約、免排隊即可入場奇美博物館，並獨享提早入住或延遲退房服務，以充裕時間沉浸奇美藝境，訂房專線（06）702-8899。（以上價格需加收 10% 服務費與 5% 稅）（香格里拉臺南遠東飯店／劉冠吟）

### 33 GoHappy 年終回饋 樂遊東京

即日起至 12 月 31 日，GoHappy 推出日本商品展，一次網羅目前最夯的日本品牌，提供 5.5 折起的最低優惠價。活動期間，快樂購卡友不但能以點數折抵部分或全額現金，更可參加抽獎活動，共有 10 名幸運兒可獲得快樂購卡點數 1,000 點、全站消費滿千，再抽東京雙人來回機票。（亞東電子商務／郭怡瑄）

### 34 遠傳「friDay 影音」全新上架 多元直播、全球新聞一手直擊

遠傳 11 月 5 日推出全新「friDay 影音」平臺，強打個人化影視選擇，另加強直播節目、導入全球新聞頻道免費看等特色。即日起至 12 月底，註冊即享影劇館 14 天免費看，前 1,000 名新會員登入 APP，再送 30 點 Line 點數。新訂購用戶，加碼贈送單片免費看，週週還可再抽 1,000 元 SOGO 禮券，詳情請上 <http://video.friday.tw/act/open/>。（遠傳電信／周永蓓）



法律網——臺灣地區

# 勞工婚假規定放寬 結婚安排更從容

遠東新世紀／蔡佳伶

結婚真麻煩！找新秘、找婚攝、找場地、找喜餅、找喜帖、規劃蜜月……等，都需要時間，但偏偏上班族每天忙著工作，哪有空閒安排呢？想請假又礙於婚假規定必須一次休完，實在很不方便。

**依**現行《勞工請假規則》第二條規定：「勞工結婚者給予婚假八日，工資照給。」但過去要求勞工必須在結婚登記後一次休完八天，造成許多勞工和資方的困擾。（復查內政部 1985 年 6 月 28 日（74）臺內勞字第 321282 號函釋：「勞工婚假以一次給足為原則。至喪假，勞工如因禮俗原因，得申請分次給假。」）為了方便勞工處理結婚事宜，勞動部於 2015 年 10 月 7 日發布解釋令，放寬勞工申請婚假相關規定，自發布日起，勞工婚假可自結婚之日前 10 日起 3 個月內請休，經僱主同意者，還可以放寬到 1 年內請畢。

勞動部表示，原本規定婚假應自結婚登記日起「一次請足」的規定，影響勞工結婚禮俗儀式、宴客或是蜜月旅行的彈性安排，為符合勞工實際需求，僱主也能對於勞工請休婚假期間的人力調配更具彈性，因此放寬勞工婚假規定。例如：勞工如欲在 10 月 18 日登記結婚，自 10 月 8 日起 3 個月內（即 2016 年 1 月 7 日前）均可請休婚假，經僱主同意者，得延長到 2016 年 10 月 7 日前請畢。又勞工如已於 2015 年 10 月 5 日登記結婚，至 10 月 7 日已

請休婚假 3 日者，且尚餘 5 日婚假，可依新規定於 12 月 24 日前請畢，經僱主同意者，得於 2016 年 9 月 24 日前請畢。（注意：登記日「前 10 日」才是計算的基準點，不是登記日）

以下為勞工朋友們常見的疑問，在此一併解答：

**Q1：訂婚可不可以請婚假？**

**A1：**《民法》自 2008 年 5 月 23 日修法以來，將結婚之生效要件改為「登記婚制度」，不管結婚證書（或法院公證書）上載明的日期，而是以戶籍結婚登記日為準，另外，請帖、辦理宴客或公證在法律上也未具婚姻效力，因此，唯有結婚才能請婚假，不包括訂婚。

**Q2：婚假的八天是否包含例假日？**

**A2：**依內政部（74）臺內勞字第 302665 號函及（74）臺內勞字第 315045 號函釋：事假、普通傷病假、婚假、喪假期間，如遇例假、紀念日、勞動節日及其他由中央主管機關規定應放假之日，應不計入請假期內。因此，婚假八天不包括例假日。（資料來源：勞動部、勞動基準法、勞工請假規則）

法律網——臺灣地區

# 網站上公開他人電子郵件內容是否侵害著作權？

遠東新世紀／范佩琦

## 【案例】

小美趁著放颱風假到百貨公司逛街，血拼一整天後，回到家發現購物袋裡多了一張紙條，上面寫著：「小姐你好，我的 email 是 7533967@yahoo.com，希望可以認識你。」

在好奇心驅使下，小美寫了一封電子郵件給對方：「我剛剛在袋子裡找到這張紙條，請問你是誰？」

對方回覆：「我是小鮮肉，你叫什麼名字？幾年次？」

小美回覆：「我不認識你，跟你講我的資料好像怪怪的吧！」

對方再回覆：「你們女生腦子結構真的有问题，這樣就覺得怪怪的！如果你第一天進公司要向同事介紹自己，你會因為不認識大家，覺得公開資料怪怪的嗎？到底是真的怪？還是你自己不想講而已？腦子結構有问题。」

小美覺得對方實在不可理喻，擔心可能遇到詐騙集團，於是將搭訕的小紙條及上述電子郵件內容公開在社群網站，提醒大家注意百貨

公司附近的可疑男子。

幾天後，小明在社群網站上發現有人以「逛街發現搭訕怪怪男」為標題，將自己前幾天在百貨公司搭訕女生寫的字條及回覆的電子郵件內容公開，覺得對方侵害自己的著作權，憤而報警並向法院提告要求上傳者賠償所受損害，警方根據社群網站提供的帳號資料傳訊小美到案說明，小美簡直傻眼，究竟小美是否將因此擔負法律責任？（案例取材自臺灣高雄地方法院 103 年度訴字第 420 號民事判決）

## 【說明】

### 一、電子郵件是否屬於著作權法保護之語文著作？

依著作權法第 3 條第 1 項第 1 款規定：「本法用詞，定義如下：著作：指屬於文學、科學、藝術或其他學術範圍之創作。」同法第 10 條之 1 規定：「依本法取得之著作權，其保護僅及於該著作之表達，而不及於其所表達之思想、程序、製程、系統、操作方法、概念、原理、發現。」由此可知，著作權法所保護之著作，係指於文學、科學、藝術或其他學術範圍內，以一定之外部表現形式所呈現具有原創性之精神創作。又所謂「原創性」，是指作者本於自己獨立之思維、智巧、匠技，足以表現作者之



個性或獨特性之程度，且非抄襲、重製或改作自他人著作之獨立創作者，即屬之（註 1）。

至於創作須達何種程度之「創意」，才能受到著作權保護，目前司法實務上之見解相當分歧，經濟部智慧財產局認為「應採最低創作性、最起碼創作（minimal requirement of creativity）之創意高度（或稱美學不歧視原則），並於個案中認定之」（註 2），因此，依著作權專責機關之見解，創作只要具備最低程度之創作或個性表現，即可受到著作權法之保護。換言之，著作僅需具有少量之創意能表現作者之個性即足，至於內容是否具有美感、品質或隱含之思想觀念是否正確……等，在非所問。因此，以電子郵件之形式將作者之思想以文字表現於外部，若足以表現作者之個性或獨特性，具有最低程度之創意，且非著作權法第 9 條所規定不得為著作權標的之著作（註 3），則屬著作權法所保護之語文著作。

## 二、於網站上公開他人之電子郵件內容是否侵害其著作權？

### （一）可能侵害著作人之著作財產權（重製權、公開傳輸權）及著作人格權（公開發表權、姓名表示權）

著作權包含著作財產權及著作人格權，依著作權法第 22 條第 1 項規定：「著作人除本法另有規定外，專有重製（註 4）其著作之權利。」另，同法第 26 條之 1 第 1 項規定：「著作人除本法另有規定外，專有公開傳輸（註 5）其著作之權利。」上開著作人利用著作之財產上權利即屬於著作財產權。同法第 15 條第 1

項規定：「著作人就其著作享有公開發表（註 6）之權利。」且同法第 16 條第 1 項規定：「著作人於著作之原件或其重製物上或於著作公開發表時，有表示其本名、別名或不具名之權利。」上開著作人所擁有之人格、精神利益即屬於著作人格權。

由此可知，著作人享有其著作之重製權、置於網站上提供公眾瀏覽之公開傳輸權、將尚未公開發表之著作向公眾公開之公開發表權，以及公開發表著作時，表示其本名之姓名表示權。因此，假設電子郵件之內容認定屬著作權法保護之著作，則未經著作人授權或同意即任意於網路上公開其電子郵件內容，且未標示著作人之姓名者，恐將侵害著作人之上開著作財產權（重製權、公開傳輸權）及著作人格權（公開發表權、姓名表示權）。

### （二）若為著作之合理使用則不構成著作財產權之侵害

依著作權法第 65 條第 1 項及第 2 項規定：「著作之合理使用，不構成著作財產權之侵害。著作之利用是否合於第 44 條至第 63 條所定之合理範圍或其他合理使用之情形，應審酌一切情狀，尤應注意下列事項，以為判斷之基準：一、利用之目的及性質，包括係為商業目的或非營利教育目的。二、著作之性質。三、所利用之質量及其在整個著作所占之比例。四、利用結果對著作潛在市場與現在價值之影響。」因著作權法第 44 條至第 63 條是規定已公開發表著作之合理使用範圍，因此，於網站上公開私人間傳遞之電子郵件內容並不符合該等條文

之規定，僅能個案判斷是否具有上開第 65 條所規定之「其他合理使用之情形」，若自社會觀念判斷為合理使用，則不構成著作財產權之侵害。

惟須注意的是，上述法條僅限制著作人之著作財產權，對著作人格權不生影響，因此，仍有可能發生合理使用他人著作未侵害其著作財產權，卻侵害其著作人格權之情形。

### 【結論】

本案小明為搭訕小美而寫的紙條內容，單純記載其電子郵件地址及「希望可以認識你」等語，不具任何創作性，應不屬於思想創作，不受著作權法之保護，故小美將該紙條內容公開於社群網站上，並未侵害小明之著作權。惟小明寫給小美之電子郵件內容是否屬於著作權法所保護之語文著作，依目前實務上之見解恐有爭議（註 7），若採最寬鬆之認定，認為該

電子郵件內容屬於文學或其他學術範圍內之精神創作，應受著作權法之保障，則小美於社群網站上公開小明電子郵件內容的行為，應屬侵害小明之著作財產權（重製權、公開傳輸權）及著作人格權（公開發表權、姓名表示權）。

小美或許可主張自己是基於「提醒大家注意百貨公司附近的可疑男子」等公益非營利之目的而於網站上公開小明之電子郵件內容，屬於法定合理使用他人著作之範圍，而非侵害小明之著作財產權，然而，若法院認為小美僅需披露小明將紙條丟入小美購物袋一事即可達到目的，無須重製公開雙方信件全部內容，則恐難被認定有合理使用之情形（詳臺灣高雄地方法院 103 年度訴字第 420 號判決），且著作權法第 65 條規定並不適用於著作人格權，因此，小美之行為恐將被認定侵害小明之著作權，須擔負相關賠償責任（註 8）。

#### \* 註 \*

1. 參照臺灣高等法院 80 年度上易字第 5742 號刑事判決、最高法院 81 年度臺上字第 3063 號民事判決及高雄地方法院 103 年度訴字第 420 號民事判決。
2. 參照經濟部智慧財產局 98 年 4 月 27 日電子郵件 980427a 函釋。
3. 著作權法第 9 條：「下列各款不得為著作權之標的：一、憲法、法律、命令或公文。二、中央或地方機關就前款著作作成之翻譯物或編輯物。三、標語及通用之符號、名詞、公式、數表、表格、簿冊或時曆。四、單純為傳達事實之新聞報導所作之語文著作。五、依法令舉行之各類考試試題及其備用試題。前項第一款所稱公文，包括公務員於職務上草擬之文告、講稿、新聞稿及其他文書。」
4. 重製，指以印刷、複印、錄音、錄影、攝影、筆錄或其他方法直接、間接、永久或暫時之重複製作（著作權法第 3 條第 1 項第 5 款）。
5. 公開傳輸，指以有線電、無線電之網路或其他通訊方法，藉聲音或影像向公眾提供或傳達著作內容，包括使公眾得於其各自選定之時間或地點，以上述方法接收著作內容（著作權法第 3 條第 1 項第 10 款）。
6. 公開發表：指權利人以發行、播送、上映、口述、演出、展示或其他方法向公眾公開提示著作內容（著作權法第 3 條第 1 項第 15 款）。
7. 依臺灣高雄地方法院 103 年度訴字第 420 號判決認為原告已將其思想表現於外部，足以表現原告之個性及獨特性，具有最低程度之創意，不論著作內隱含之思想或觀念是否正確，仍屬具有原創性之文字著作，應受著作權法之保護。
8. 依著作權法第 85 條第 1 項：「侵害著作人格權者，負損害賠償責任。雖非財產上之損害，被害人亦得請求賠償相當之金額。」同法第 88 條第 1 項：「因故意或過失不法侵害他人之著作財產權或製版權者，負損害賠償責任。」如被害人不易證明其實際損害額，則依同法第 88 條第 4 項規定：「得請求法院依侵害情節，在新臺幣一萬元以上一百萬元以下酌定賠償額。」



美食網

# 來自星星的韓風料理

豫章工商／莊宜君

隨著韓劇的發燒，無論韓國日常雜貨、高科技3C產品，甚至韓式料理，都在不知不覺間成為生活的一部分。本期美食網將為您介紹韓國的飲食文化、用餐禮儀及三款家常料理，期待與您一同感受「來自星星」的美食佳餚。

## 韓國的飲食文化

韓國料理（한국 요리）的特色是少油多辣，重視風味與擺盤，且依循陰陽五行的原理，將「紅、綠、白、黑、黃」五色及「鹹、甜、酸、苦、辣」五味融入飲食料理，使菜餚呈現繽紛的色彩。

由於地理位置的關係，韓國料理深受中國、日本影響，但隨著風俗民情的差異，又發展出特有的飲食文化，雖不如中國、日本料理講究，卻保有大韓民族豪邁的個性。身為農業大國，韓國飲食主要由米飯和配菜構成，但因為地處高緯度，氣候嚴寒，因此烹調食物時，喜好添加辣椒，以提升暖和感；另因冬季長，植物生長季節較短，為了保存夏天採收的蔬菜，韓國人大多練就了一身醃製食物的好功夫，也因熱情好客的個性使然，韓國料理常見滿桌豐富的小菜，其中以泡菜最具知名度，不但種類繁多，口味也不盡相同，就連食用方式也變化多端，直接單食、熱炒或入湯料理，都別具風味。

韓國料理中，較具特色的調味品是以大豆

製作的傳統發酵食品醬油和味噌。依循傳統古法，每逢晚秋時節，先將白豆煮至熟爛後搗碎，製成方形磚塊狀，經過反覆曝曬、發酵至發黴，到了農曆正月，再將之放入鹽水浸泡，待其入味後，倒出鹽水，即可當醬油使用；若再加入鹽調味，即為發酵味噌，成為烹調時重要的調味料。

另一特色調味料是韓式辣椒醬，先將糯米粉拌勻蒸熟後，加入豆粉攪拌，待其充份混合，再加入辣椒粉、鹽調味，使其發酵（有些地方使用粳米、麵粉和大麥來取代糯米）。製作辣椒醬的豆醬中，有時也會摻入稻米磨成的粉，攪拌時可以清醬油來調和味道。在許多韓國料理中，常因為添加了韓式辣椒醬而賦予佳餚不同的滋味。

## 韓國的用餐禮儀

韓國是非常注重禮節的國家，在餐桌上也有一套嚴格繁複的規矩。盛飯或上菜需先遞予長者，待長輩開動後，晚輩才可動筷，有時甚至特別設置單人桌，由女兒或媳婦將食物端送

至長輩面前，待老人家舉箸後，家中成員方可用餐。至於共用的食物則需夾取到個人的餐碟上再食用，調味醬料也盡量盛至個人專屬的小碟上再蘸食，就連用餐速度也必須與他人同步，以示禮貌。

傳統韓國家庭裡，老人、大人、小孩均有專屬的飯碗，且隨季節的不同而更換材質，夏季多使用鋼碗或銅碗，冬季則使用磁碗。中國和日本都習慣端起飯碗就食，但韓國卻連嘴也

不可接觸飯碗。此外，韓式筷子通常為扁平平滑的金屬箸，只用於夾取菜餚，吃飯與喝湯則使用不鏽鋼的長柄匙。

對於餐具的擺放，韓國也有一定的規則，一般來說，盛裝米飯的碗放在最左邊，然後依序是湯匙和筷子。熟食放於桌子的右邊，涼食則置於左邊；湯和燉煮類的食物位在個人的右邊，蔬菜則和米飯一起置於左邊；醬料在前，泡菜在後。

### 【韓式石鍋拌飯DIY】

「石鍋拌飯」(돌솥 비빔밥)為韓國傳統的米食料理，由於早期韓國媳婦地位低下，必須張羅完家人用餐後，才以剩下的飯菜裹腹，故將已冷的菜飯置於石碗中加熱，再拌合辣椒醬食用，因此又稱為「媳婦飯」，但隨著時代變遷，如今已成為頗具代表性的韓式美食。

製作石鍋拌飯前，必須在石鍋內緣抹上麻油，除了可避免米飯沾黏，亦能增添獨特香氣，還可讓碗底的米飯變得金黃香脆。傳統製法是將煮熟的米飯盛於滾燙的石鍋內，舖上黃豆芽及季節時蔬、肉品和雞蛋等食材，若喜愛鍋粬的特殊口感，則可將米飯壓得更密實些。食用時，再將所有食材拌合均勻，讓配料與辣醬充分沾附於飯粒上，獨特的風味，令人齒頰留香！

#### 【材料】(兩鍋量)

1. 主食：白米2～3杯
2. 配料一：黃豆芽120克；鹽1/4小匙；香油1/2小匙
3. 配料二：菠菜120克；鹽少許
4. 配料三：新鮮香菇6朵；沙拉油2大匙；醬油1大匙；糖1小匙



5. **配料四**：霜降牛肉片200克；醃肉料（蒜頭1瓣；真露酒1大匙；醬油1大匙；糖1小匙；白胡椒粉1/8小匙；太白粉1小匙）

6. **配料五**：雞蛋2顆

7. **配料六**：海苔酥2大匙；烹調油（麻油1小匙）；拌飯醬（韓式辣椒醬1大匙；醬油1小匙；味霖1大匙）；綴飾（白芝麻少許）



#### 【材料前處理】

- (1) 白米洗淨，浸泡一小時，放入鍋中蒸熟。
- (2) 黃豆芽洗淨，去根鬚，汆燙至熟，瀝乾水分，以鹽及香油調味。
- (3) 菠菜洗淨，去根鬚，切成每6公分一段，汆燙至熟，瀝乾水分，以鹽調味。
- (4) 新鮮香菇洗淨，將蒂頭切平，再切成片狀，炒香後以醬油及糖調味。
- (5) 霜降牛肉片以紙巾吸乾血水，倒入醃料抓拌後，拌炒至熟。
- (6) 雞蛋去殼取出蛋黃後，置於碗中備用。
- (7) 白芝麻以乾鍋、小火炒至呈微黃色且散發香氣。

#### 【做法】

- (1) 將石鍋加熱，並於鍋內塗抹一層麻油（亦可以沙拉油取代）。
- (2) 放入白飯後，依序將配料擺排於白飯上方。
- (3) 碗中央置入生蛋黃，以小火烘烤至底層米飯呈金黃色，呈現鍋粬香硬的口感。
- (4) 舖上海苔酥，倒入拌飯醬，灑上白芝麻，即可趁熱拌勻享用。

#### 【烹調小提醒】

- (1) 正統石鍋拌飯會在中央放入一顆生蛋黃，加以攪拌後，蛋黃將呈現半熟狀態，亦可以煎蛋取代，方便控制蛋黃熟度。
- (2) 喜食辣味者，可酌量添加韓式泡菜，更能襯托韓式獨特風味。



## 【韓式海鮮煎餅DIY】

韓式煎餅（斗전）是一種簡易的家常餅食，將麵粉、雞蛋和成麵糊，再放入蔬菜、蔥或韭菜、海鮮、泡菜等食材拌合均勻，以平底鍋煎至兩面呈金黃色，即可搭配沾醬食用。

## 【材料】

1. 蔬菜料：蒜頭1瓣；洋蔥50公克；高麗菜50公克；韭菜或青蔥3根
2. 海鮮料：透抽1/2尾；鮮蝦8尾；干貝燒2片
3. 煎餅麵糊：韓式煎餅粉150公克；水150公克
4. 煎餅沾醬：醬油2大匙；味霖1大匙；白醋1大匙；麻油1小匙；洋蔥末1大匙；青蔥1小匙；韓式辣椒粉1小匙；白芝麻1/2小匙



## 【材料前處理】

- (1) 蒜頭、洋蔥洗淨，去皮，切末；高麗菜洗淨，剝老葉，切成細絲；韭菜或青蔥洗淨，切成長段。
- (2) 透抽除去外膜，清除內臟，洗淨後，切成圈狀或丁狀；鮮蝦去頭剝殼，挑除腸泥；干貝燒切成丁狀。
- (3) 鋼盆中倒入煎餅粉和水，以直形打蛋器調和均勻，並依個人喜好調整稠度，靜置約五分鐘。

## 【做法】

- (1) 炒香蒜末，再依序將透抽、鮮蝦、干貝燒炒至半熟，盛盤備用。
- (2) 調合麵糊與蔬菜料、海鮮料拌合均勻。
- (3) 起一油鍋，放入海鮮麵糊，以中小火煎至一面呈金黃色，再翻面續煎至雙面同色後，起鍋盛盤，切成八等分，搭配沾醬食用。



## 【烹調小提醒】

- (1) 煎餅食材以含水量較少的蔬菜為主，避免因出水而影響口感，由於海鮮易熟，可直接放入麵糊中，亦可炒至半熟再加入麵糊，以提升鮮味。
- (2) 各廠牌煎餅粉之成分配方略有不同，可依個人喜好調整稠度。
- (3) 煎餅時，請勿反覆翻煎，以免內餡散落影響外型。



## 【韓式炸雞DIY】

韓式炸雞(치킨)口味繁多，一般可分原味、蜂蜜味、蒜味、醬油味、燒烤味、香辣醬料味……等。由於油炸前已先醃泡，且以二次炸法製作，因此口感較普通炸雞更香脆，含油量也更低。隨著韓劇《來自星星的你》的熱播，讓女主角喜愛的韓式炸雞成為韓國的招牌料理。



## 【材料】

1. 三節雞翅4支、白芝麻少許
2. 醃料：蒜頭1大匙；鹽1/4小匙；胡椒粉1/8小匙；韓式辣椒粉1小匙；韓國燒酒1大匙；醬油1大匙；雞蛋1顆
3. 裹粉料：低筋麵粉50克；玉米粉10克
4. 調味醬汁：蒜頭2瓣；洋蔥50克；韓式辣椒醬1大匙；蕃茄醬1大匙；醬油1大匙；蜂蜜1大匙；水60克

## 【材料前處理】

- (1) 白芝麻以乾鍋小火炒至膨發且散出香味。
- (2) 蒜頭、洋蔥洗淨後，去皮，切碎。
- (3) 雞翅洗淨後，以拔毛夾清除殘毛，於關節處分切為三(翅腿、翅中、翅尖)，並在背面劃刀，再將雞翅置於鋼盆中，加入醃料抓拌均勻，放置冰箱冷藏，醃至隔夜，使其入味。
- (4) 低筋麵粉與玉米粉過篩，拌合均勻備用。
- (5) 所有調味醬汁材料混合均勻，煮至微滾備用。

## 【韓式炸雞之製備】

- (1) 雞肉裹上混合均勻的粉料，靜置五分鐘，待粉料吸收調味醬汁後，再沾第二層粉料，靜待醬汁吸收。
- (2) 起一油鍋，待油溫達190°C，放入翅腿炸約五分熟，再依序炸翅中及翅尖。雞肉炸熟後取出，再轉大火，二次回炸，利用高溫將油逼出，直至表面呈金黃酥脆，方可取出瀝油。
- (3) 於酥炸雞翅中倒入調味醬汁，拌合均勻，再灑上白芝麻裝飾。



## 【烹調小提醒】

- (1) 食材選擇以雞翅、去骨雞腿肉尤佳，其肉質較適合長時間高溫油炸，至於雞胸肉則因油脂含量較少，口感略顯乾澀。

財經網

# 海外債券投資的觀察重點

遠智證券／詹定成

**臺**灣投資人除了投資新臺幣計價的公債或公司債，也可以透過券商複委託或銀行信託管道，買賣海外債券。然而，海外債券商品眾多，該如何選擇才能取得較穩定的投資報酬及分散海外債券投資風險？以下是幾個觀察重點：

## 一、風險 vs 報酬

若希望風險較低，建議選擇信用評級 A-/A3 以上的債券（註 1）；如果希望價格波動小，則可以選擇中短期債券或即將到期的債券；相反的，若能接受較高信用風險及價格波動度，建議買進信用評級 BB/Ba2 以上的債券（註 2），以追求較高利息收入、資本利得及匯兌收益。

## 二、貨幣（地區）、上市地點及稅率

目前海外債券仍以美元為主，歐元、英鎊、離岸人民幣為輔，也有客戶偏好新興市場貨幣，如：俄羅斯盧布、巴西幣、土耳其里拉、南非幣等計價債券。許多發行機構選擇在海外市場發行債券，債券付息或款券交割時，會以美元或歐元計算。而海外債券登記上市的地點，一般以歐洲盧森堡或愛爾蘭為主，除了基於初級發行及次級交易的便利性之外，主要是投資稅賦的考量；由於不少新興市場國家都有嚴格的外匯管制，加上投資收益課稅的規定，因此許多國際大型銀行及超國籍機構，都選擇在海外發行新興市場貨幣計價債券。

## 三、資產級別

一般企業（非金融業）發行的公司債大多屬於優先無擔保級別，但企業有時選擇以海外子公司或避稅地區（開曼等地）子公司當發行主體，再以母公司做擔保人或以集團資產作抵押擔保，取得國際債券信用評等，以便債券承銷商在初級市場詢價發行。

至於金融業發行債券，大多是優先無擔保級別的金融債，一般來說，等同於金融機構長期信用評等。金融業因為監管機構的資本充足率要求，加上希望降低普通股股權稀釋程度，及確保長天期資金安全等因素，會發行長天期次順位債券，雖然發債成本較高，但可以避免過度稀釋股權及取得長期穩定資金，一般債債優先順序分別為：優先無擔保（Senior Unsecured）、次順位（Subordinated）或有轉換證券（Contingent Convertible Securities CoCos）及特別股（Preferred Share）。

## 四、債券利率

依據票面利率，債券可分為：零息債券、固定利率債券、浮動利率債券及反浮動債券等四種。其中，「零息債券」通常以折價發行（低於面額），期間完全不支付利息，到期時再以面額贖回；「固定利率債券」到期前會支付固定利息，到期時再以面額贖回；「浮動利率債券」發行人以指標利率加碼一定幅度，指標利

率將在一定期間重設；至於「反浮動債券」則是指債券的票面利率與指標利率的變動方向相反，當指標利率下跌時，債券票面利息重設時會增加；當指標利率上升時，債券票面利息重設時會減少。

## 五、配息次數及計算方式

債券配息及計算方式主要是依據債券票面利率發行的條款來執行，「零息債券」發行後，完全不支付利息，利息已隱含在債券價格上，投資人到期可取回 100% 債券面額；而「固定利率債券」發行後，到期前可依固定利率支付利息，目前多採半年或每季配息一次，少數債券則是每年或每月配息；至於「浮動」與「反浮動利率債券」的配息，是依債券發行條款於指定期間的浮動利率指數或反浮動利率指數重設，以美元浮動利率債券為例，如果指標利率為 3M Libor，則每三個月設算當期利率並配息；如果指標利率為 6M Libor，即每六個月設算當期利率並配息。

## 六、債券提前買回或賣回

目前許多長天期固定債券的發行條款中，都有加入發行機構提前買回或票面利率重設的機制，雖然此類債券收益剛發行的特定期間內收益較高，但投資人可能面臨再投資風險或票息收益變動之風險，因此，如果是在次級市場買賣此類型債券，需詳讀相關條款，以免發生發行機構提前買回的損失；若是可賣回債券，債券持有人能按照特定價格，在債券到期日之

前，強制賣給債券發行人，賣回價格通常為債券面值，投資人有權選擇執行債券賣回並取回資金再投資，由於該條款對債券持有人有利，票面利率也相對較低。

## 七、混合資本證券：「或有可轉換證券」(Contingent Convertible Securities CoCos)

「或有可轉換證券」是一種混合資本證券 (Hybrid Capital)，2008 年金融風暴後，金融機構為符合主管機關的監管資本規定，多採取發行「或有可轉換證券」；若金融機構發生資本適足率下跌至觸發比率，發行機構便可將這些債務證券強制轉換為普通股或直接註銷本金，補充其額外第一級資本 (Additional Tier One Capital)，立即使發行機構的普通股權第一級資本 (Common Equity Tier One Ratio) 比率上升。此混合資本證券類型證同時具有債券與股權證券的特性，其收益更高於次順位債券，但債券價格波動性較大，投資前需詳細了解相關發行條款。

## 結論

海外債券是投資人全球資產配置的重要類別，建議依據自身能承受的信用風險及價格波動風險，考量債券天期及其收益，擬訂最佳投資組合。一般來說，海外債券投資應優先考量信用評等 A-/A3 以上的外國公司債，而債券發行人或保證人的選擇上，又以投資人熟悉公司、產業或營運穩健的金融機構為優先。

### \* 註釋 \*

註 1：委託人為非專業投資人者，不得投資信用評等 A-/A3 以下的外國公司債，或 A/A2 以下的外國政府債券。

註 2：委託人為專業投資人者，不得投資信用評等 BB/Ba2 以下的外國公司債及外國政府債券。

保健網

# 感冒藥怎麼吃？ ——常見呼吸道用藥簡介

亞東醫院藥學部／李宜汶藥師

走過炎熱的夏季，東北風陸續帶來乾冷的秋季氣候，然而，早晚氣溫多變化，對於有呼吸道疾病的朋友來說，無疑是一大困擾，「溫差兩三度，症狀止不住」，不是半夜鼻塞到睡不著覺，就是遇到冷空氣咳個不停，該如何正確用藥，呼吸道才不會隨著多變的天氣起舞呢？接下來就為您介紹常見的呼吸道用藥。



亞東醫院藥學部／李宜汶藥師

人體的呼吸系統由鼻、咽、喉、氣管、支氣管及肺部等器官組成，鼻子就像人體的空氣清淨機，可以對吸入的空氣進行過濾、加溫和溼潤作用，其中，鼻毛能過濾隨空氣吸入的灰塵顆粒，這些灰塵顆粒由鼻黏膜分泌的黏液黏住後，形成鼻涕排出鼻腔，而鼻黏膜下的血管可溫暖空氣，經過鼻毛、黏液與血管的作用，使氣體轉變為溫暖、清潔和溼潤，再進入咽喉等其他器官。當感覺鼻子癢時，就是身體預警接觸到過敏原，透過打噴嚏方式以趕走顆粒較大的過敏原，顆粒較小者則以鼻涕或鼻屎排出，如果感冒或鼻部發炎時，細菌或病毒會侵犯鼻黏膜，出現充血、腫脹、鼻涕黏稠或鼻塞等症狀。

治療過敏、感冒流鼻水、打噴嚏等症狀之常用藥物為抗組織胺劑，第一代抗組織胺容易

影響中樞神經，帶來嗜睡、疲倦、注意力不集中等副作用，也會影響副交感神經，出現口乾、便秘、尿液滯留等副作用，因此年長者、有攝護腺肥大、尿道阻塞患者均應儘量避免。第二代的抗組織胺則較不易造成中樞神經副作用，通常一天服用一次即可，但有些藥物可能帶來輕度嗜睡副作用，服用時還是要特別注意。此外，酒精會增加抗組織胺劑的嗜睡及鎮靜副作用，服藥期間應避免喝酒或飲用含酒精類飲料，如需同時服用鎮靜劑、安眠藥或其他精神科用藥者，應先告知醫師；倘若服藥後必須開車、操作危險性較高或從事須集中注意力的工作時，也應小心使用，以免影響應變能力。

抗組織胺劑常與 Pseudoephedrine、Phenylephrine 等解鼻充血劑搭配，可改善過敏或感冒所引起的鼻塞，紓解因為鼻竇腫脹而



引起的不舒服、疼痛和呼吸不適，然而，其可能的副作用為血壓升高、興奮、散瞳、食慾降低、排尿減少等，因此有高血壓、心血管疾病、甲狀腺機能亢進、攝護腺肥大的病人，不建議自行使用，服藥期間亦應避免和單胺氧化酶抑制劑或三環抗憂鬱藥一起服用，以免產生藥物交互作用。

有些人經常覺得喉嚨卡痰，動不動就必須咳一下「清喉嚨」，其實痰跟鼻涕一樣，都是呼吸系統抵禦外在物質進入而產生的衍生物。氣管是連接喉部與肺部的通道，而痰則是氣管內壁上皮的黏膜所分泌的黏液，在正常情況下，氣管內部的纖毛會把沾有灰塵和病菌的黏液慢慢向喉部及聲帶推，透過咳嗽反射排出體外，或是經由食道吞入胃內。當身體受到細菌或病毒感染、抽菸、酒精、辛辣物質等刺激，或是鼻涕倒流至咽喉，使黏膜的黏液分泌增加，氣管纖毛運動的速度變慢，導致痰液無法排出，堆積在氣管和肺部，讓呼吸道變狹窄，會出現呼吸吃力或呼吸伴隨雜音等情況，若併有發燒症狀，身體裡的水分容易因溫度高而蒸散，痰液會更濃稠導致無法咳出，或卡在聲帶造成聲音沙啞。

喉嚨不舒服或聲音沙啞的時候，許多人習慣吃喉糖或喉片，目前市面上的潤喉或消除喉部不適的產品可分為「喉糖」與「含藥口含錠」兩大類，若因為說太多話引起聲音沙啞或喉嚨疼痛不適，可吃喉糖來舒緩；若因感冒、咽喉炎或其他疾病導致喉嚨發炎時，則適合吃含藥口含錠，其內含的抑菌劑能抑制病菌孳生，某

些口含錠也含有鎮咳或祛痰成分。祛痰或化痰藥的原理，是分解黏液的多醣纖維，使痰變稀同時降低黏稠度，再藉由咳嗽排出；而鎮咳藥主要作用在大腦的咳嗽中樞，降低其敏感性，抑制咳嗽。若是咳出的痰液很黏稠或有膿，最好不要自行使用藥物壓制咳嗽反射，以免造成痰液滯留呼吸道，增加感染風險。

某些糖漿中含有可待因（Codeine）成份，除緩解感冒症狀外，也會影響中樞神經，不可以一次喝整瓶，小心上癮，就算一天喝個兩～三瓶，也早就超過藥物的安全劑量，容易增加肝臟、腎臟的代謝負擔，嚴重者恐造成肝腎衰竭，請務必遵照醫師或藥師指示的劑量與用法使用藥品。此外，許多廠商為了讓喉糖或口含錠的口感更佳，會加入許多糖分，然而，過多的糖可能引起蛀牙，導致牙齒疼痛，建議吃完後最好刷牙或漱口，減少糖分在牙齒裡造成酸化作用而蛀牙，有糖尿病或肥胖的患者也應盡量少吃。

在日常生活保健上，注意保暖是避開冷空氣進入身體的重要步驟，有過敏性疾病的人進出冷氣房或溫差較大的場所時，可配戴口罩或圍巾以保護呼吸道，並且避開咖啡、茶、辣椒、菸及酒等刺激性食物，維持固定作息與睡眠。購買或使用藥物前，亦應諮詢醫師或藥師，並詳閱產品說明書，以了解正確使用方式與注意事項。最後提醒您，咳嗽可能是咽喉炎、氣管炎、支氣管炎或氣喘等疾病的警示信號，一旦咳嗽超過七天，伴有發燒、氣喘等症狀，或是服藥 2～3 天後症狀卻加重，請儘速就醫，以免延誤病情。

保健網

# 健康生活 從齒開始

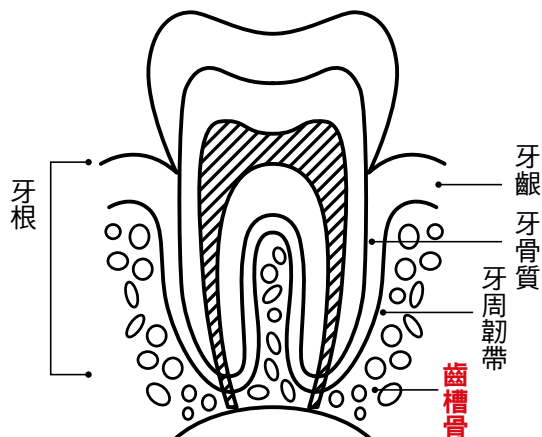
遠東新研究所生醫組／呂立婷

您是否正被口腔問題困擾？其實，牙縫容易塞食物、牙齦疼痛出血、牙齒鬆動、假牙配戴不牢、植牙失敗……這些問題可能都和齒槽骨缺損有關。因此，關於「它」，您不可不知！

## 了解齒槽骨

齒槽骨是環繞牙根周圍，用以支持和穩固牙齒的骨頭，導致齒槽骨萎縮的原因有很多種，包括：牙周病、牙齒缺損，以及配戴不合適的活動假牙。牙周組織包含覆蓋在牙根上的牙骨質、牙周韌帶、齒槽骨和最外層的牙齦，健康的牙周組織可穩固牙齒，並防止外來細菌的侵害，但若牙齦因口腔衛生不良等原因而發炎，長期下來，可能破壞牙周組織，產生牙周病，最終導致齒槽骨萎縮。

牙齒若因某種原因拔除或喪失，周遭沒有



得到咬合力量刺激的齒槽骨，會發生型態變化，進而被吸收，最後導致齒槽骨萎縮。根據研究顯示，少了牙齒的齒槽骨在第一年之內約有 25% 被吸收，在三年內可能達到 60% 的吸收。此外，若配戴不合適的活動假牙，也會造成齒槽骨咬合受力不均，導致齒槽骨萎縮。

任何原因造成的齒槽骨萎縮，不但影響美觀，更是口腔健康受到威脅的警訊，尤其頰側齒槽骨萎縮，容易造成食物堆積，讓口腔健康產生惡性循環。此外，嚴重齒槽骨萎縮導致的骨量不夠，也會使植牙手術的植體無法長期穩固，大幅降低口腔復健的成功率。

## 什麼是補骨手術

牙科「補骨手術」可以填補齒槽骨的缺損與不足，配合優良的補骨材料，能達到「齒槽骨再生重建」的最終目標，回復口腔健康並提升生活品質。

補骨手術其實有許多種不同術式與材料可供選擇，但並非費用愈高、效果愈好，醫師個

人診斷經驗與臨床手術技術才是能否達到「齒槽骨再生重建」的關鍵。因此，在接受補骨手術前，一定要詢問清楚，並請專業醫生針對患者本身骨質條件做完整評估，才能確保手術成功。

一般而言，補骨手術主要分為三種，分別是「導引骨再生術」、「鼻竇增高術」，以及「骨脊保存術」。

### 一、導引骨再生術

牙結石導致的牙周組織、齒槽骨缺損，可利用導引骨再生術幫助骨頭再生，常搭配牙周手術進行。醫師會先清除牙結石與發炎的牙周組織，再填入補骨材料，待齒槽骨順利再生後，可恢復牙齒的穩定度。另一方面，因缺牙導致的齒槽骨萎縮也可透過此方式恢復骨量，以利後續進行植牙手術。

### 二、鼻竇增高術

上顎後牙區若是缺牙過久，常導致齒槽骨高度不足，無法進行植牙。鼻竇增高術是將上顎竇底部的薄膜往上推，把補骨材料填入上顎竇膜推開後的空腔內，幫助再生出適量的骨頭，達到足夠的齒槽骨高度，使植入的人工牙根穩固不鬆脫。

### 三、骨脊保存術

前兩項手術是在齒槽骨發生缺失、不足後，進行的「補救」手術，但是與其在齒槽骨缺失後，利用二次手術補救，不如拔牙後立即進行骨脊保存，因此，骨脊保存術是屬於「預防」

齒槽骨萎縮的手術，又稱為「拔牙窩洞保存術」，牙齒拔除後，直接在拔牙洞內填入補骨材料，以保持齒槽骨嵴的寬度與高度，避免骨質流失，並幫助齒槽骨再生。

### 關於補骨材料

顧名思義，補骨材料是用於補骨手術的材料，一般稱為「骨粉」。骨粉在齒槽骨再生過程中，主要扮演「鷹架」的角色，用以支撐骨缺損處，避免此空間在齒槽骨再生完成前，發生塌陷或被軟組織侵入；此外，骨粉內部的微結構具有引導骨細胞貼附與血管新生的功能，能夠有效幫助齒槽骨再生。

骨粉依其來源，主要可分為人骨（自體骨、異體骨）、動物骨（異種骨），以及合成骨三種；不同來源、不同製造廠商，產品的性質和價格亦不同，建議尋求專業醫師的建議，並選用經過衛生福利部許可認證的產品，才能確保補骨手術的安全性與成功率。

#### 一、自體骨

自體骨通常取自患者本身下顎下巴處或頰側部位，因為是取自患者本身，不會有免疫排斥的問題，也由於其帶有活的骨細胞和生長因子，因此在臨床上，被視為具有最佳補骨效果，是補骨手術的黃金準則。但自體骨可取得的量有限，且會造成額外傷口，使病患整體復原時間較長且增加感染風險。

#### 二、異體骨、異種骨

「異體骨」的來源為其他人體捐贈者，「異

種骨」則是來自小牛等動物骨，上述兩種來源皆經過冷凍、乾燥或是脫鈣等加工程序，在臨床上已行之有年，幫助骨再生的效果也受到肯定。其中，「異體骨」因為捐贈來源不穩定，價格較高；至於「動物骨」則因取得容易，是目前臨床上常用的材料之一，但不論是異體骨或異種骨，皆有免疫排斥和疾病傳染的疑慮，例如愛滋病、狂牛症等傳染病，因此，合成骨逐漸在市場中佔有一席之地。

### 三、合成骨

人工合成骨粉的種類繁多，常用的材料包括：硫酸鈣鹽類、磷酸鈣鹽類、生物活化玻璃或是互相搭配的複合材料。其中，磷酸鈣鹽類材料因為與人體骨質成份類似，具有高生物相容性，近年來被大量使用。常見的磷酸鈣鹽類材料為氫氧基磷灰石（HAp）和磷酸三鈣

（ $\beta$ -TCP）；根據研究，HAp 無法被人體完全吸收，但擁有較高強度以及較長的分解時間； $\beta$ -TCP 則可以被完全吸收並由自體新生骨質取代，唯相較於 HAp，分解時間較短，適合骨質新生速度較快的補骨區域。目前亞東創新即生產銷售磷酸鈣鹽類產品（奈斯飛<sup>®</sup>牙科補骨材料），且正投入複合材料的合成骨開發。

### 小叮嚀

發炎的牙周與萎縮的齒槽骨不僅影響美觀，若是因此降低了進食品質，則身體健康與精神也會連帶受到影響，因此若有上述問題應及早就醫。一般而言，齒槽骨重建的時間約 3～6 個月，但會因為個人病灶和對於骨粉的吸收速度而有所不同，務必充分瞭解後再進行治療，並且配合醫師的指示，進行術後的照護以及回診觀察。



## 流行網

## 鞋櫃永遠少一雙？秋冬補貨趁現在

遠東百貨／鄭嘉蕙

秋冬的腳步近了，臉上的彩妝要換季、身上的服飾要換季，足下的鞋款當然也要跟上季節流行！本期「流行網」要邀請「蜈蚣女」們睜大眼睛，瞧瞧當季最in鞋款，想要踏上時髦浪頭的您，千萬不能錯過！

## 復古狂想曲

各大品牌設計師不約而同以風靡於 70 年代的流行元素來重新回味那個喧鬧的時期，豐富的麂皮過膝靴、綁帶長靴、厚底的皮革跟鞋，本季以靴子滾邊的獨特層次設計，搭配厚實的跟鞋及大地色系：紅褐色、黃褐色、卡其色……等，溫暖的色調喚醒了美麗的時尚印記。



▲ Fair Lady 的都會女子高跟踝靴，蝴蝶結以類似領片的方式妝點，復古中展現優雅魅力。

## 鏡面新勢力

華麗始終在秋冬時尚舞臺穩佔一席之地，鏡面、金屬感、漆亮皮……等素材競相登場，方塊跟上的金屬裝飾、整雙漆亮的皮革處理，充滿光澤感的細節總能引人注目，添加無比活力。



▲熱愛運動也不能忘記閃亮！ALDO 華麗的鞋款，讓足下綻放迷人丰采。

## 冬日酷暖靴

保有溫暖舒適的鞋身及功能，運用仿羊皮的內裡或充滿穩定性的運動鞋底，為雙足帶來絕佳的觸感，嚴選優質皮料，細膩的皮面、奢華的質感，賦予完美的穿著體驗。



▲ LUCA STEFANI 中性風流蘇短靴，是女孩表現個性不能忽略的選項之一。

## 玩派對戲法

趣味是這一季令人會心一笑的內涵，無論運動鞋、平底鞋、楔型鞋、性感跟鞋或是恨天高，都能大方玩俏麗、用力表現樂觀的態度，在冬日增添生活樂趣。



▲ Jeffrey Campbell 的鞋跟，讓人一看就想起舞！

了解 2015 秋冬鞋款流行元素之後，全臺遠東百貨也祭出優惠鞋款，讓您為鞋櫃再增添一雙戰利品。

#### 【寶慶店推薦】「NINE WEST」雙色拼接細跟踝靴

潮流必備尖頭高跟踝靴，酷帥的造型和撞色拼接帶來前衛視覺衝擊；細跟高挑的質感修飾腿部比例，增添您風情萬種的性感魅力！建議售價 5,980 元，**集團同仁獨家優惠價 2,999 元**。洽詢專線：2 樓「NINE WEST」專櫃 (02) 2389-3519。



#### 【Mega City 板橋大遠百推薦】「ALDO」派對女王撞色系尖頭細高跟鞋

運用優秀舒適的面料，搭配尖型的楦頭，充分拉提修飾腳背，讓肌膚更白皙。從鞋尖開始向上延伸至小腿處的筆直優雅線條，佐以流暢的弧形鞋身剪裁，展現女性婀娜身段，後側圓柱細高跟設計，即使是小個子美人也可以瞬間擁有黃金比例！建議售價 4,580 元，**集團同仁獨家優惠價 3,664 元**。洽詢專線：1 樓「ALDO」專櫃 (02) 2964-8471。



#### 【板橋中山店推薦】「Play Boy」鉚釘休閒鞋

以永不退流行的鉚釘為裝飾，提供了四種顏色選擇。個性派的女孩可以選擇深色系；而淺色系則增添了甜美的氣息，建議售價 2,380 元，**集團同仁獨家優惠價 1,680 元**。洽詢專線：2 樓「Play Boy」專櫃 (02) 8964-7778。



#### 【桃園店推薦】「itabella」毛呢拼接跟靴

靴子是秋冬必備的人氣鞋款，一雙百搭的冬季美靴，引領時尚女性走出本季潮流。優質真皮鞋面，手感柔軟細膩，搭配毛呢拼接鞋口，突顯優雅氣質，更帶來一股暖意。率性綁帶設計，加入粗矮鞋跟設計，兼具舒適和提升腿部曲線的功能。色調方面，以淡雅、中性及冷色系為主，完美演繹秋冬時尚。建議售價 6,280 元，**集團同仁獨家優惠價 3,680 元，限量 20 雙**。洽詢專線：2 樓「itabella」專櫃 (03) 331-0619。



#### 【新竹大遠百店推薦】「Keeley Ann」仿麂皮兔毛短靴

仿麂皮布面加上靴緣處採用奢華兔毛裝飾，增添溫暖舒適感，好走的橡膠鞋底陪你環遊各地，是通勤、休閒都不容錯過的百搭單品。建議售價 4,980 元，**集團同仁獨家優惠價 2,680 元**。洽詢專線：2 樓「Keeley Ann」專櫃 (03) 523-8485。



### 【Top City 臺中大遠百推薦】「Kadia」騎士風扣飾長靴

臺灣老師傅手工縫製，專為臺灣人設計的合腳舒適楦頭，嚴選頂級牛皮縫製，提升雙腿與靴子的貼合性，即使穿著長靴也能活動自如。建議售價 7,980 元，**集團同仁獨家優惠價 3,480 元**。洽詢專線：B1 樓「Kadia」專櫃 (04) 3703-8703。



### 【嘉義店推薦】「inka」拼接厚底休閒鞋

想要高人一等的女孩，今年不妨選擇厚底鞋來為妳的時尚度加分。帶著厚度的雲感鞋底，讓逛街不再是件苦差事，閃亮的水鑽則為秋冬增添亮眼「嬌」點，搭配單寧、太空棉等面料材質，就能穿出意想不到的 Smart Casual 味。建議售價 4,880 元，**集團同仁獨家優惠價 2,990 元**。洽詢專線：2 樓「inka」專櫃 (05) 284-4877。



### 【臺南大遠百推薦】「SOPHIE&SAM」豹紋低跟鞋

豹紋圖騰是秋冬的不敗款式，尖頭造型不僅優雅性感，更添狂野氣勢，散發無與倫比的自信風範。以進口牛毛皮製成的完美鞋身，在秋冬一身黑的搭配上，有畫龍點睛之效。建議售價 4,680 元，**集團同仁獨家優惠價 2,800 元**。洽詢專線：1 樓「SOPHIE&SAM」專櫃 (06) 209-7825。



### 【高雄大遠百推薦】「AS」真皮飾扣短靴

百搭實穿與帥氣風格結合的時尚短靴，搭配舒適柔軟的小牛皮，不但品質有保障，且經典款式與獨特灰色調，讓您復古中更添雙足質感！建議售價 6,980 元，**集團同仁獨家優惠價 3,080 元**。洽詢專線：2 樓「AS」專櫃 (07) 537-7317。



### 【花蓮店推薦】「TAS」馬毛拼接個性踝靴

今年秋冬隨處可見異材質拼接，馬毛、皮革與尖頭粗跟設計，搭配洋裝時，浪漫中不失個性；換上牛仔褲則展現俐落率性，是秋冬必備的靴款。建議售價 5,680 元，**集團同仁獨家優惠價 3,500 元**。洽詢專線：1 樓「TAS」專櫃 (03) 833-7634。



\*備註：欲享「遠東人獨家優惠價」，請出示集團員工識別證，期限至 2015 年 12 月 31 日止。更多優惠，歡迎上遠東人月刊網站 (<http://www.fenc.com/magazine/index.aspx>) 查詢。

## 同仁工作經驗談

## 走進工廠，瞭解亞東

亞東石化（上海）／安環處

2015年1月1日，史上最嚴格的《環境保護法》開始實施；同年6月18日，三部委聯合發佈《揮發性有機物排汙收費試點辦法》，石化行業在試點之內，年底前必須全面完成上海市鍋爐清潔能源替代工作。在此背景下，亞東石化（上海）於9月25日舉行今年的公眾開放日活動。

有鑒於4月份福建省漳州市古雷島騰龍芳烴PX專案發生爆炸、8月12日天津港危化品倉庫亦傳爆炸事故，讓石化產業的安全環保管理成為大家關注的焦點。為此，今年開放日的主題特別訂為「走進工廠，瞭解亞東」，除了按慣例邀請周邊居民、部隊、企業、大學城師生代表，更邀請區環保局、安監局、水務局等相關政府部門和星火開發區領導，以及部分外協企業代表參加。



城師生代表提出問題，由公司 SHE 主管和政府領導進行解答，在相互交流的過程中，增進了彼此的瞭解。

今年的活動主要分為：公司 SHE 年度工作報告、現場討論和工廠參觀三個部分。其中，年度工作報告全程以 PPT 自動播放，公司領導做重點補充說明。除了 SHE 日常管理、三廢排放情況之外，也介紹了中水回用、鍋爐改造（油改氣）和 VOCs 減排工作。

現場討論部分則分別有部隊、居民和大學

至於工廠參觀部分，由於不同層面的嘉賓，關注焦點略有不同，因此並未刻意制訂參觀地點和路線，而是由參觀人員自行選擇感興趣的地點，在亞東主管的帶領下，分為步行和乘車兩組，實地深入觀察和體驗，以瞭解正常生產情況下真實的亞東。最後則在亞東警消隊會合，參觀消防應急器材展示，並觀摩警消隊模擬居民樓失火的滅火救援情況。





題越發關注，提出的問題也越來越專業。以這次活動為例，部隊代表的提問就涉及衛生防護距離是否滿足標準、政府執法檢查、企業日常巡檢的情況……等。所幸隨著政府部門加大監察力度、企業加強環境管理，百姓的問題也越來越理性，因此本次活動比去年少了針鋒相對，反而多了些肯定。

本次「公眾開放日」活動的重點在於「瞭解和體驗」，由於公司平日時常與政府機關溝通，加上今年以來，政府機關對於重點區域和企業實施了「白加黑」式的監管（白天抽查、夜晚巡查），企業也需定期向政府部門上呈報表和自查整改情況，彼此之間非常瞭解，所以歷年的「公眾開放日」活動，少有政府領導提問，反而經常協助解答居民代表提出的問題；但是部隊、居民和大學城師生則不同，工廠雖然每天將三廢資料通過網站和大門口告知牌進行公示，但由於大家少有機會進入現場，對於企業實際管理情況並不瞭解，甚至不知道企業的基本生產流程，難免心懷恐懼，或因恐懼而產生敵視心理，不久前，金山PX項目演變成群體事件就是一個典型的例子。因此，「公眾開放日」提供了企業與周邊「利害關係人」溝通的平臺，讓彼此更加瞭解，消除恐懼和敵對的情緒，民眾不再視工廠為洪水猛獸，進而對工廠管理多一分認可與支持。

雖然「公眾開放日」活動每年都會舉辦，但隨著鄰居代表環保知識的提升，對於環境問

大家都能坦誠溝通，暢所欲言。甚至有部份居民代表有感而發的說：「聽了你們的介紹，我覺得亞東石化是一家『以人為本』、『科學管理』的企業。」而在看到亞東警消隊從接獲火警通報、車輛出動、高空救人、破拆滅火整個流程的演練，並得知警消隊自建隊以來，已經參與社會火災撲救十餘次，大家都給予熱烈的掌聲。

若是有人和這些參與活動的民眾聊起亞東，相信他們一定會說，「你們別瞎猜了，亞東我瞭解，因為我去過！」



## 海天遊蹤

## 美麗的恩施

黃岡亞東水泥／顧瑤

金秋十月，正是出遊的好季節，黃岡亞東同仁們踏著金色的夕陽，滿懷著期待和憧憬，向目的地「恩施」出發。

山區的空氣果然清新，深吸一口，立即趕走一夜臥鋪火車的疲憊。我們第一個目的地是「騰龍洞」，這裡被譽為「世界六大特級溶洞」之一，剛到景區，就發現此地氣溫似乎比其他地方低了幾度。緩緩走進景區，漸漸聽到水流聲，這是洞口下方流入騰龍洞的地下暗河，落差達 20 餘米，水流湍急，秀麗又不失壯觀。雖然現在處於低水位期，但見岩石上的尺規顯示，最高水位時，水流能漫過我們腳下的路。

繼續向前走，終於窺得騰龍洞的廬山真面目。正如導遊所說，其巨型的洞口幾乎能開進一部直升飛機，慢慢走進洞裡，高大的石洞中，各種特效的燈光和怪石顯得如此靜謐而美麗。洞內還有兩場表演，一場是鐳射秀、另一場是



原生態的劇場表演，都十分具有恩施土家族的特色。

下午，來到恩施的女兒城，放眼望去，盡是土色土香的恩施建築，許多戀人在此取景拍攝婚紗照，臉上洋溢著幸福的笑容。愛出來玩的，大多是吃貨同胞們，小吃一條街當然是我們的最愛，長長的街道，一個挨一個的商鋪，空氣中散發著食物的香氣，暢遊在美食的海洋中，我們酒飽飯足的渡過愉快的一天。

第二天，大夥兒一早就起床，換上輕便的運動裝，乘坐大巴車盤旋上山。此刻正是清晨時分，只見山坳裡，星星點點的農戶升起嫋嫋炊煙，太陽灑在半山坡上，像一幅鄉村油畫。導遊告訴我們，這裡的負離子特別高，比都市裡的空氣新鮮百倍。透過車窗遠眺，峽谷的山似乎真的跟其他地方的山有些不一樣，棱角分明，氣勢恢宏，連綿起伏。下車後，抵達雲龍河地縫，兩岸陡峭，地縫全長 3.6 千米，深 75 米，平均寬約 15 米，頂部時不時有些瀑布飄下，在陽光的折射下出現了彩虹，映襯著五彩的岩石和蔥郁的植被，美不勝收。

對於喜歡偷懶的人來說，乘坐索道是個不錯的選擇，既能欣賞美景又可節省體力。我們



乘著索道，翻過一座座山峰，終於到達最精華的路段——絕壁長廊。相信來大峽谷的人都憧憬著這裡，不過，對於有恐高症的人而言，走棧道真是要命，必須完全緊貼著山峰走，否則另一邊就是萬丈懸崖，部份膽小的人只能閉眼、摸著岩石走，有些膽大的遊客還靠著欄杆拍照。山谷的景色很美，地面上所有東西相對都變小了，依稀只能看見盤旋的公路像一條條小蛇，纏繞著一座座小山，巨大的落差讓人腳底發涼。

走過絕壁長廊，來到大峽谷的鎮穀之寶「一柱香」，這柱「香」高達 99 米，傲立在群峰之中，晴空萬里時，一朵白雲疊在峰頂，遠遠

看去像極了天上的香火；陰雨天時，升起的一層薄霧，則像是一縷青紗，將它打扮得若隱若現，嫵媚動人。沿途還有許多美景，包括：一線天、雙子峰等，無不令人驚歎咂舌，有的具金戈鐵馬之勢、有的展錦繡山河之美，無論一峰一柱，都是大自然的鬼斧神工所造就，人類在大自然的面前，顯得格外渺小。

最後一個目的地是「恩施土司城」，座落在恩施市區，以九進堂為核心，大部分都是木質結構，相傳已有幾百年歷史。據說土司最喜歡的妃子住的樓下通常是藏放金子的地方，父母住的閣樓下面則是存放糧食的地方，導遊笑稱，這就是「金屋藏嬌」、「衣食父母」。在城裡，我們欣賞了極具特色的土家族姑娘表演，少數民族果然都能歌善舞，而且真誠、熱情、好客。

恩施這座美麗的山城有粗狂、也不失柔美，帶給我們許多驚喜，偶也夾雜著驚嚇，無論如何，都是腦海裡濃墨重彩的一筆。



\* 編按 \*

恩施，位於湖北省西南部，是湖北唯一的少數民族自治州。此地混居漢族、土家族、苗族、侗族等 27 個民族，其中以土家族占比最高。自元朝起，實行土司（少數民族部族頭目的官職）制度，直至清雍正才「改土歸流」（改土司制為流官制）。由於旅遊資源豐富，與「張家界」、「長江三峽」構成了中國黃金旅遊線上的「金三角」。

海天遊蹤

# 細說香港

亞洲水泥／江皇儀

香港是一位值得讓人細細品味與端詳的美女，這是我前後五次造訪香港的心得。

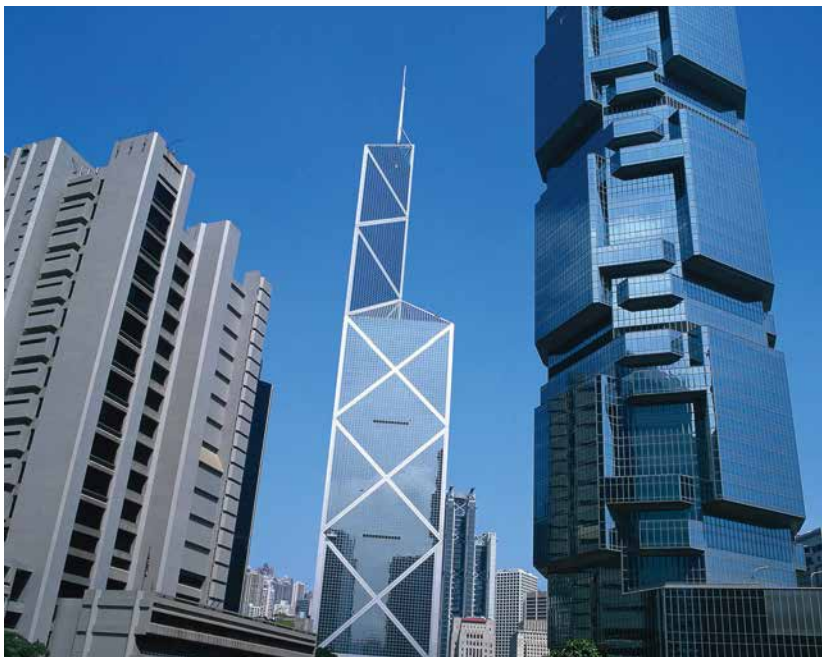
美，可以以各種形式存在，美女亦然。有些美女美得讓人眼睛為之一亮，但若是沒有靈魂，時間一久，最初震撼人的美，最後也只落得乏善可陳，了無新意。不過，香港不然。她雖是彈丸之地，體形卻恰似中等身材的美女，是一種適度且不具威脅性的高度，足以立足香江，放眼東南亞，甚至全世界。當然，美女不能單單只擁有表象上的美，還得具有個性、妝扮、內涵、味道與神秘感，才能經得起時間的

考驗，正如同一個真正引人入勝的城市或國家，它的核心價值不能只仰仗天然資源與自然風光，總還要有些來自民族、來自內心的精神資產。而香港，剛好就具備這些特質，她的迷人之處在於多元的東西文化融合，以及來自民間的豐沛生命力，好像一位朝氣蓬勃的少女，隨時準備好最動人的姿態，等待你手中的快門一閃而過。

香港的美食，就像美女多變的個性。當地小有名氣的餐廳，多得有如天上繁星，你可以在「鏞記」大快朵頤肥香味美的燒鵝，也可以在

在毫不起眼的路邊攤買串咖哩魚丸，但吃進嘴裡的滋味，同樣教人欣喜若狂。香港無國界的飲食，深深擄獲了旅人的味蕾，就好像體貼入微的美女，總能溫柔地揪住你的胃，讓你 come back for more。原來，美食就是香港。

香港的時尚，就像美女總是妝扮合宜。在地化的多元潮流，可以是新與



舊的結合，也可以是上個時代與這個時代的混血兒。你能在「置地廣場」找到當季最 in 的世界領導品牌，也可以在「旺角女人街」發現平價、容易混搭又能自成一格的流行單品。買東西之於香港，正如同呼吸一般自然，不用踏破鐵鞋，到處都會有吸引你目光的戰利品。原來，時尚就是香港。

香港的經貿，就像美女隱藏佻深的內涵。走進中環商圈，一棟棟造型摩登又明亮的辦公大樓，昭告著香港正是亞洲的金融中心。從早期貝聿銘大師設計的「中銀大廈」，到近年的「國際金融商場（IFC）」，每每走進香港的心臟地帶，就能同時感受到來自世界的脈動。香港繁榮的金融景象，活脫脫證明了這座東方曼哈頓與國際無縫接軌的軟實力。原來，專業就是香港。

香港的氛圍，就像美女身上散發的香氣。那是一種難以言喻的味道，時而時髦，時而懷舊，時而衝突。如果紐約是天堂與地獄的綜合體，那麼，香港便是潮流與守舊的化身。走一趟「油麻地玉器市場」，你可能會醉心於某個玉佩背後的歷史故事；等到華燈初上，轉進「中環蘭桂坊」，你又可以窺見來自殖民時代的微妙色彩，並親身感受經西方文化洗禮過後的華麗不夜城。原來，百變就是香港。

香港的夜景，就像隱藏在美女濃密睫毛下的神秘感。「維多利亞港」閃爍的霓虹，總會讓人不自覺地做起夢來，你可以一個人孤獨的前往，伴著徐徐晚風，黯然而回憶逝去的戀情；



你更可以與另一半甜蜜探訪，相互依偎地細數山下萬家燈火，然後一同編織屬於未來的夢想。不論一個人、二個人或一家人，都可以在「太平山頂」上找到片刻的童話，得到稍許慰藉。原來，浪漫就是香港。

每隔一段時間，我總會想再到香港走走看看，因為在那裡，總會有些新奇的改變，提醒著自己也要跟上腳步，做一個新時代的公民。曾經有一段時間，大家都擔心回歸後的香港，害怕這顆東方之珠會失去原來的生活步調與自由開放，但將近二十個年頭過去了，香港仍是香港，並沒有沾染上過多的政治色彩而喪失原來的樣貌；相反的，經過時間的萃練與沉澱，更增添了蛻變後的成熟韻味。這是個一生不只要去一次的地方，因為每次拜訪總能有不同的收穫與感動。正如同香港是一名經得起時間考驗的正港美女，不僅耐看，更值得你從頭到腳一一探究，它是美感與質地兼具的萬象之都，值得一再發現與駐足。

如果你愛美女，那麼，你也會愛上香港，如同你無可救藥地愛上張曼玉那樣。

# 堅持，就能跑完——

## 2015遠東集團聯誼會暨第七屆遠東新世紀經典馬拉松活動分享

遠東新世紀／葉錦忻

遠東集團今年邁入66週年，為了讓平日工作忙碌的員工閒暇時能舒展身心、活絡集團同仁的感情，特別於10月18日在遠東新世紀新埔化纖廠舉辦「集團聯誼會暨第七屆遠東新世紀經典馬拉松活動」，邀請包括：遠傳、巨城、全家福、總公司、內壢廠、湖口廠、觀音廠及地主新埔化纖廠組成九支隊伍，展開團隊力量的對決。

萬眾矚目的「第七屆遠東新世紀經典馬拉松路跑活動」在清晨六點隆重登場，天還未亮，各組的志工們早已在工作崗位上忙得不可開交，從停車引導、活動報到、置物規劃、維安交管、水站補給及緊急醫療……等，只為提供跑者們最親切、便利的服務。隨著朝陽漸漸高掛，活動即將拉開序幕。終於，「砰」的一聲，鳴槍響畢，長長的人龍在前導車的引領下，浩浩蕩蕩出發，許多跑者們連服裝配備都下足了工夫，整條「人龍」美得教人目不轉睛，而沿途的風景更讓馬拉松旅程成為鄉間悠遊的行程，散發著不同於市區的閒適風情。



值得一提的是，除了一般常見的42K全馬、23K超半馬，以及9K休閒路跑之外，此次也舉辦了「9公里身障體驗公益路跑」，參賽者必須在家人的陪同下，矇上眼睛或穿上義肢等，實際體驗視障或肢體障礙民眾從事跑步活動的感受，過程中更搭配「你（妳）跑越多，HAPPY GO 愛心捐點就越多」的活動，全數捐點將轉為現金，贈予伊甸基金會，持續幫助身障朋友，完美結合了「健康」與「公益」。

另一方面，會場內的熱鬧氣氛也不遑多讓。遠東集團的大家長——徐旭東董事長蒞臨會場後，先一一和新竹縣政府及集團關係企業各部、級主管、各界貴賓寒暄照會完，隨即在表演舞者的簇擁下，和臺上嘉賓們一起健康帶動跳，充分展現親和的一面，他並勉勵大家，身處急遽變化的世界，必須快速應變，才不會被淘汰。徐董事長同時也在會中盛讚今年主辦單位製發的運動T恤，其「Top Dry」疏水快乾材質，為遠東新世紀公司長纖群生產、研究所最新研發之產品，不但吸濕快乾速率提升20%，



流汗後衣服不易黏貼皮膚，布料重量更減輕了30%，能提供使用者最舒適的穿著體驗。

緊接著登場的是會場內最刺激、加油聲響徹雲霄的精彩賽事——拔河，來自各公司的九隊參賽選手，雖然技術稱不上專業，但體格絕對都是上上之選，大家都想憑藉一己之重來壓制對手，最終由新埔化纖 A 隊力拔山河，贏得冠軍。

焦點再從會場內轉向賽道終點站前，這是專屬全馬、半馬分組第一名跑者的光榮時刻，眼看著遠方陸續出現跑者的身影，圍觀的人群也慢慢向賽道兩側靠攏，拿起相機準備捕捉千里馬奔向終點的蕭颯英姿。當跑者衝過終點線的那一刻，全場歡聲雷動，喝采聲不絕於耳，這份激情對於努力不懈的選手來說，無疑是世界上最悅耳的讚賞，就連平時行事低調的徐旭平副董事長也親自參與路跑，實際體驗運動後的酣暢淋漓。

路跑賽事的另一位明星，莫

過於年屆百歲的郭廷虎老爺爺，老當益壯的他，不僅是路跑賽的最佳代言人，更投身參與 9K 健康跑，徹底展現長年靠運動維持的好體力，令在場許多年輕朋友自嘆弗如。

我相信，「堅持，就一定能跑完」，雖然「積極向前」很棒，但「緩緩前進」也並非不行，畢竟每個人都有適合自己的生活方式，能夠全心投入、做好自己最為重要，不必勉強跟隨別人的步伐來為難自己。轉眼活動已邁入尾聲，看著大夥兒帶著愉快而滿足的笑容向志工們道謝，我的心頭也流過一股暖意，因為一場賽事活動能圓滿落幕，後援團隊的付出絕對功不可沒，感謝堅守到最後一刻的同仁們，相信過程中的每句讚美和指教，都是大家持續進步的原動力；在此也特別感謝前來共襄盛舉的各地好友，說好的，我們明年再會！



# 積極向上的心

亞東石化（上海）／趙雄偉

**壓**力與動力就像一對孿生兄弟，相輔相成，互為作用。許多人之所以不思上進，是因為沒有動力；之所以沒有動力，是因為沒有壓力。

為什麼要有壓力？因為有了壓力，才會對自己有所要求、有所期待，一個有要求、有期待的人，即使面對挫折與苦難，也會堅定地朝著目標不斷前行，換言之，壓力能促使我們持續提升、勇敢向前！

有壓力固然是一件好事，但是，被壓力擊垮的人，卻也不在少數。究竟該如何正確地應對、化解壓力呢？解決方法有很多，其中，樂觀、積極向上的心態最為重要。

一個人有什麼樣心態，就有什麼樣的人生，樂觀、積極向上的心態，比一百種智慧都有力量。因為樂觀是一種積極的處事態度，擁有這種心態的人，往往能將人生感受與自身狀態分開，認為人生是一種體驗，是一種心理感受，即使人的境遇受到外來因素影響，一時無法通過自身的努力去改變目前狀態，依然可以通過自己的精神力量去調節心理感受，將其調適到最佳狀態。

擁有一個積極向上的好心態，才能在絕望中擺脫煩惱、在壓力中改變心情、在痛苦中抓

住快樂、在失敗中找到希望。畢竟成功總是與挫折面對，付出總會和汗水並肩，心中擁有陽光，才會全身燦爛，心中充滿快樂，才會滿面笑容。選擇樂觀、積極向上的心態，你的前途將會柳暗花明；相反的，悲觀、消極頹廢的心態，前途將會逐漸黯淡。那麼，在人生的道路上，為何不堅持樂觀、積極向上呢？

人生有許多的不如意和羈絆，但是陽光總在風雨後，正如寶劍鋒從磨礪出，梅花香自苦寒來；困難就像彈簧，你弱它就強。讓我們保持一顆年輕的心，做一個樂觀的人，即使人生無常也能坦然面對；保持一顆開朗的心，做一個簡單的人，即使歲月蹉跎也能微笑歌唱；保持一顆上進的心，做一個努力的人，即使摘不到盛開的繁花，也能擁有春天的美麗！天再高又怎樣？踮起腳尖，就能更接近陽光！





# 傳承——建書香家庭，做智慧媽媽

揚州總部／王潔麗

在國內傳統教育環境下，家庭生活的重心通常是孩子，因為孩子是香火的延續、長輩心願的踐行者、未來家庭的擔當者，但終究，孩子不是父母專屬的，他和我們能做的，就是傳承社會的傳統、家庭的家族觀，以及中華浩瀚的文化。

這樣的影響是潛移默化的，需要引導者不斷提高自身修養來實現，而承擔引導者角色的，往往是媽媽們。如何做孩子的生活的輔導師呢？答案只有一個，那就是多讀書、讀好書。

生活給我們的啟示，都能在書裡找到更深層次的共鳴；生活給我們的提問，都能在書裡找到個性化的回應。當你質疑孩子為何叛逆到讓人心傷時，兒童心理學的書告訴你，以什麼樣的方式才能更和緩的和他溝通；當你猶豫手撕包菜該先放鹽巴還是先放醋的時候，美食指導類的書裡答案一應俱全；當你覺得世界變化太快的時候，進階類的書會挽著你的手，一步步提高自己……中華文化上下五千年，全都變成鉛字整合在書裡，我們有什麼理由不去細細品味、認真傳承？

當你帶著孩子遠行的時候，看到秀麗的祖國河山，看到讓人醉了的夕陽和波光粼粼的湖面，想要有所感慨的時候，不是只有「好美」、「好大」、「好遼闊」這種形容，你可以告訴他，這就是「落霞與孤鶩齊飛、秋水共長天一色」的壯美，這就是古詩的傳承。

當你和孩子一起參加反法西斯抗戰勝利紀

念活動的時候，你要告訴孩子，真實的戰爭是殘酷的，侵略者不但裝備精良，同時也訓練有素，勝利是先烈們浴血奮戰換來，並非像抗日神劇裡，扔個手榴彈就能輕易擊落飛機，這就是民族的傳承。

當孩子問你：「讀書就是不停的參加考試嗎？」你可以用龍應台的話回應他：「孩子，我要求你讀書用功，不是因為我要你跟別人比成績，而是因為，我希望你將來擁有選擇的權利，選擇有意義、有時間的工作，而不是被迫謀生。當你的工作在你心中有意義，你就有成就感。當你的工作給你時間，不剝奪你的生活，你就有尊嚴。成就感和尊嚴，給你快樂。」這是學習和生活態度的傳承。

當孩子慢慢長大，有了自己的圈子，作為媽媽的我們則不妨讀一讀這樣的話：「我慢慢地、慢慢地瞭解到，所謂父女母子一場，你和他的緣分就是今生今世不斷目送他的背影漸漸變遠。你站立在小路的這一端，看著他逐漸消失在小路轉彎的地方，而且，他用背影告訴你：不必追。」、「再多的遺憾都不過是生命的過程，我們只能往前走，用現在來填補過去的空白和傷口，帶著愛的釋懷與生命的和解。」這是心理情感的傳承。

每個人都在做文化的傳承者，這樣的傳承植根於我們的血脈，而「書」則是傳承的承載和媒介，讓我們一起多讀書、讀好書，在書香的薰陶下，智慧的展開每一天。

# Q u i z 有獎徵答

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更深一層的了解。咱們「有獎徵答」單元就要考考大家對於月刊內容的記憶力嘍！什麼？你已經忘記答案是什麼了？沒關係，每道題目後面都有小小的提示，聰明的您一定很快就能找到答案！



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

## 本期題目

- 關於亞東醫院智慧化之描述，下列何者為是？【封面故事・科技加持 亞東醫院實現以人為本的智慧醫療】
  - 提供自動繳費機服務
  - 全面採用電子病歷
  - 推出「Health 健康+」APP，檢測結果可自動上傳至雲端病歷
  - 以上皆是
- 下列何者是遠傳電信所推出之智慧應用？【封面故事・「哩」聲響起 遠傳電信奏出智慧交響曲】
  - 智慧巡檢系統
  - 遠傳智慧客戶回應系統
  - 以上皆是
- 關於呼吸道用藥之敘述，下列何者為非？【生活情報・保健網】
  - 酒精不會影響抗組織胺劑的嗜睡及鎮靜副作用，服藥期間不需禁酒
  - 治療過敏、感冒流鼻水、打噴嚏等症狀之常用藥物為抗組織胺劑
  - 說太多話引起聲音沙啞或喉嚨疼痛不適，可吃喉糖來舒緩
  - 感冒、咽喉炎或其他疾病導致喉嚨發炎時，應服用含藥口含錠
- 下列關於勞工婚假規定之敘述，何者為非？【生活情報・臺灣地區法律網】
  - 婚假可自結婚之日前10日起3個月內請休，經僱主同意者，還可放寬至1年內請畢
  - 訂婚也可以請婚假
  - 婚假得申請分次給假，不需一次請足
  - 婚假八天不包括例假日

## 參加辦法

請剪下304期第48頁答案欄部份（原寸影印亦可），填妥姓名、單位、聯絡地址及答案，於十二月十五日前擲回「台北市敦化南路二段207號36樓」遠東人月刊編輯室（每人以一張為限），只要答案正確即可參加抽獎，本期獎品為面額300元之遠東集團四合一禮券。編輯室將於次月月刊中公佈得獎名單。

### 遠東人月刊304期有獎徵答

姓名：  
單位：  
聯絡地址：

答案：1. ( ) 2. ( ) 3. ( ) 4. ( )

## 303期有獎徵答得獎名單揭曉

單位	姓名	單位	姓名	單位	姓名
遠東新世紀	徐*勒	鼎鼎聯合行銷	莊*儀	亞東證券	張*賓
板橋大遠百	曾*翔	遠東新湖口廠	陳*竹	遠通電收	涂*絨
鼎鼎企管	林*嵐	遠東聯合診所	范*貞	遠傳電信	劉*陽
亞泥新竹廠	江*財	亞洲水泥(中國)	方*	裕民航運	朱*穎
遠東商銀	賴*雄	太平洋SOGO百貨	張*璋	亞東醫院	何*慧

恭喜上列幸運兒分別得到面額300元的遠東集團四合一禮券！





- ① 亞東技術學院 10 月 17 日在黃茂全代理校長（左六）主持下，隆重舉行 47 週年校慶典禮，會中並特別表揚績優教職員工及單位、優秀學生和傑出校友，校園內洋溢著濃濃喜氣。
- ② 慶祝「臺南—大阪」航線於 10 月 28 日首航，橫網相撲力士「千代の富士」（右）特別帶領日本媒體團隊入住香格里拉臺南遠東飯店，飯店總經理凱德曼（左）也貼心獻上客製化相撲造型蛋糕，獲賓客驚喜讚賞。
- ③ 《壹週刊》10 月 28 日舉行第十二屆「服務第壹大獎」頒獎典禮，遠東百貨勇奪「百貨公司 & 購物中心」第三名，由林彰豐營運長（右）代表領獎。
- ④ 桃園遠百與刺魔彫暉刺青於 10 月 13 日～10 月 25 日獨家打造紋藝藝術節影像展，並於活動結束後共同捐出 16,000 元予陽光社會福利基金會，期能藉由拋磚引玉，號召更多人幫助燒燙傷患者。
- ⑤ 花蓮遠百週年慶於 10 月 22 日全面啟動，不但祭出史上最強優惠，更有洄瀾境民俗技藝團獻上祥獅獻瑞，讓週年慶現場熱鬧非凡。



從電子收費  
(ETC)



到智慧運輸  
(ITS)



再到智慧行動服務  
(IMS)

- ① 電子收費系統 (Electronic Tolling Systems)
- ② 智慧安全監控解決方案
- ③ 智慧交通運輸解決方案

- ④ 智慧資通訊解決方案
- ⑤ 無人機智慧安控解決方案
- ⑥ 研發中心