

遠東人

徐有庠題

遠東集團
FAR EASTERN GROUP
7
Since 1949
Together For a Promising Future
共創美好未來 你我攜手同行

共同開創「誠勤樸慎・創新」的健康人生

MAR 2020

NO. 355

03月號

COVER STORY

亞泥多角化投資經營
建構世界級水泥王國
亞泥(中國)新「五年」規劃
邁向新時代
天然氣+離岸風電
嘉惠電力變身能源尖兵

LIFE GUIDE

財經網
房貸也能理財!
教您善用家中的不動產
保健網
嚴重病毒感染再返——
認識新型冠狀病毒

優化升級 多路並進向前行

Marching Forward through Optimization Across Industries

掃描 QR Code 看更多即時訊息
還可下載電子雜誌





➡ 裕民航運 1 月 17 日在徐旭東董事長主持下，與住友商社、大島造船所共同簽訂 4 艘散裝貨輪建造合約，持續擴大船隊規模。



➡ 遠百信義 A13 於 1 月 19 日盛大開幕，遠東百貨徐旭東董事長、徐雪芳總經理、遠東集團徐國安創新長，以及臺北市蔡炳坤副市長等貴賓皆出席盛會。



➡ 「遠東建築獎」1 月 19 日舉辦「遠東建築講座暨舊屋改造特別獎頒獎典禮」，徐旭東董事長親自頒獎表揚本屆首獎與業主獎。



➡ 亞東技術學院 1 月 7 日為體育運動交流團舉行授旗典禮，並邀請遠傳電信籃球社進行友誼賽，遠東新世紀徐旭平副董事長、亞東技術學院黃茂全校長均到場加油。



➡ 遠東 SOGO 百貨黃晴雯董事長（左四）率主管出席媒體春酒，期許今年營運績效與企業永續表現亮眼。

優化升級 多路並進向前行

李佳珍

2019 年遠東集團繳出了亮麗的成績單，尤其整體營收與稅前淨利雙雙創下歷史新高，除了歸功於多角化的投資經營之外，各產業在領域上不斷優化升級，更是集團永續前進的最大動力。本期「封面故事」將為您介紹集團旗下的水泥建材業，如何以綠色生產理念、智慧管理模式，持續擴大營運觸角；能源業又是如何掌握先機、拓展規模，成為臺灣最大民營天然氣電廠，進而推動臺灣能源轉型。

企業要迎向新挑戰，個人也必須大步邁向新時代。「樂活職人」單元準備了實用的職場英文，助您輕鬆成為辦公室破冰高手；「財經網」專欄由理財專家告訴您，如何善用家中不動產，繳房貸也能理財！當然，2020 年最震撼全球的新聞，非「COVID-19」的疫情莫屬，「保健網」專欄特別邀請亞東醫院專科醫師帶您深入了解這個病毒，並提供預防之道，讓大家充滿活力向前行！

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 500 元，其餘文字稿臺灣地區每字 0.5 元、海外地區每字 0.8 元。

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、8553

「遠東人開講」四月份話題：超實用 APP 大募集

智慧手機對於現代人來說，已經是不可或缺的重要物件，手機裡安裝的拍照神器、理財利器、學習秘笈、社交好物……等各式 APP，更成為忙碌生活中的好幫手。歡迎來信分享您最推薦的 APP，文長 300 字以內，遠東人月刊就會提供您一筆「愛分享」獎金喔！（截稿日期：3 月 15 日前）



MAR 2020

NO. 355

01 EDITOR 編輯手記

優化升級 多路並進向前行 / 李佳珍

04 LEADER'S REMARKS 領航者的話

徐旭東董事長新春團拜致詞 / 編輯室採訪整理

06 COVER STORY 封面故事

亞泥多角化投資經營 建構世界級水泥王國 / 編輯室採訪整理

亞泥(中國)新「五年」規劃 邁向新時代 / 編輯室採訪整理

天然氣+離岸風電 嘉惠電力變身能源尖兵 / 編輯室採訪整理

15 GROUP BRIEFING 集團簡訊

關係企業動態報導・公益專區・人事異動・績優榮譽榜・好康報報 / 編輯室輯

21 OFFICE TALK 樂活職人

經營管理新知：解析跨世代生鮮網購「大食力」 / 天下創新學院

經營管理新知：晚清中興第一名臣的識人之術 / 劉祖亮

上班族必修學分：實用職場英文—— General Introductions in the office / EIE美語



28 LIFE GUIDE 生活情報

- 財經網** 房貸也能理財！ 教您善用家中的不動產／劉美慧
- 法律網** 多元管道請領勞保家屬死亡給付／廖至謙
- 保健網** 嚴重病毒感染再返 認識新型冠狀病毒／廖俊星
- 保健網** 哈啾！「過敏性鼻炎」來報到／溫明勳
- 美食網** 水水要「漂釀」 請妳跟我這樣吃／鄭嘉蕙
- 美食網** 親子烘焙料理 DIY 感受法式水果塔的「莓」好時光
／莊宜君

43 STORY 心動時刻

- 我眼中的人工智慧／吳飛
- 2020 年的第一次志工活動／陸慧娟

46 HOT TOPIC 遠東話題

- 遠東人開講：超實用 APP 大募集／編輯室輯

48 QUIZ 有獎徵答

- 354 期有獎徵答得獎名單揭曉／編輯室

發行人 徐旭東 | 社長 鄭澄宇

月刊編輯委員

王明倫	王文交	余欲弟	李佩頻
李美慧	何思緯	汪更新	呂學龍
林俊佑	林大忠	吳信儀	吳佳穎
吳敏如	卓采慧	范明珠	徐竣菁
徐雅慧	馬玉蘭	梁雅雯	黃怡禎
游慧琳	游淑如	郭曜豪	郭文慧
陳文山	陳聰明	陳玲華	陳雪萍
陳虹瑾	葉金璋	張景芳	張 丹
楊庭歡	曾淑苹	馮輝棋	蔡敏雄
蔡佩瓊	蔡欣渝	劉貞佑	謝淑惠
謝蓓禎	戴永茂		

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、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



遠東人月刊電子報



遠東人月刊電子雜誌



徐旭東董事長新春團拜致詞

編輯室採訪整理

團拜是遠東集團數十年來的傳統，原本是當年追隨創辦人來臺的子弟兵，每年習慣到家裡拜年，而創辦人也會準備餐食招待大家。隨著集團成長，關係企業越來越多，拜年的地點逐漸從家裡轉移到各公司，最後形成集團團拜，大家齊聚一堂，互道恭喜、彼此勉勵，也更加凝聚向心力。因此雖然進入了新時代，我們依然保留這個充滿人情味的老傳統。

進入新經濟時代，各行各業都將面臨不同的挑戰，但我相信，只要不畫地自限，積極尋求新思維，終能達成目標。正如遠百信義 A13，儘管在籌備過程曾遭遇諸多困難，他們仍努力調整、不斷修正，如今無論是商品品牌、硬體設施都別具特

色，更結合了最新穎的科技軟體與懷舊老街風華，成為閤家休閒遊逛的好去處。

不僅遠百，2020 年的第一個月，許多公司都傳來好消息：香格里拉臺北遠東飯店宴會廳經過全面改裝後，以巨型 LED 螢幕與現代化聲光音效，加上無死

角的扇形空間，打造絕佳的宴會體驗；裕民航運為擴大船隊規模，再簽訂 4 艘 100,000DWT 散裝貨輪建造合約；遠傳歷經 26 個工作天、260 個回合的 5G 競標，順利取得 80MHz 頻寬，未來商機無限……

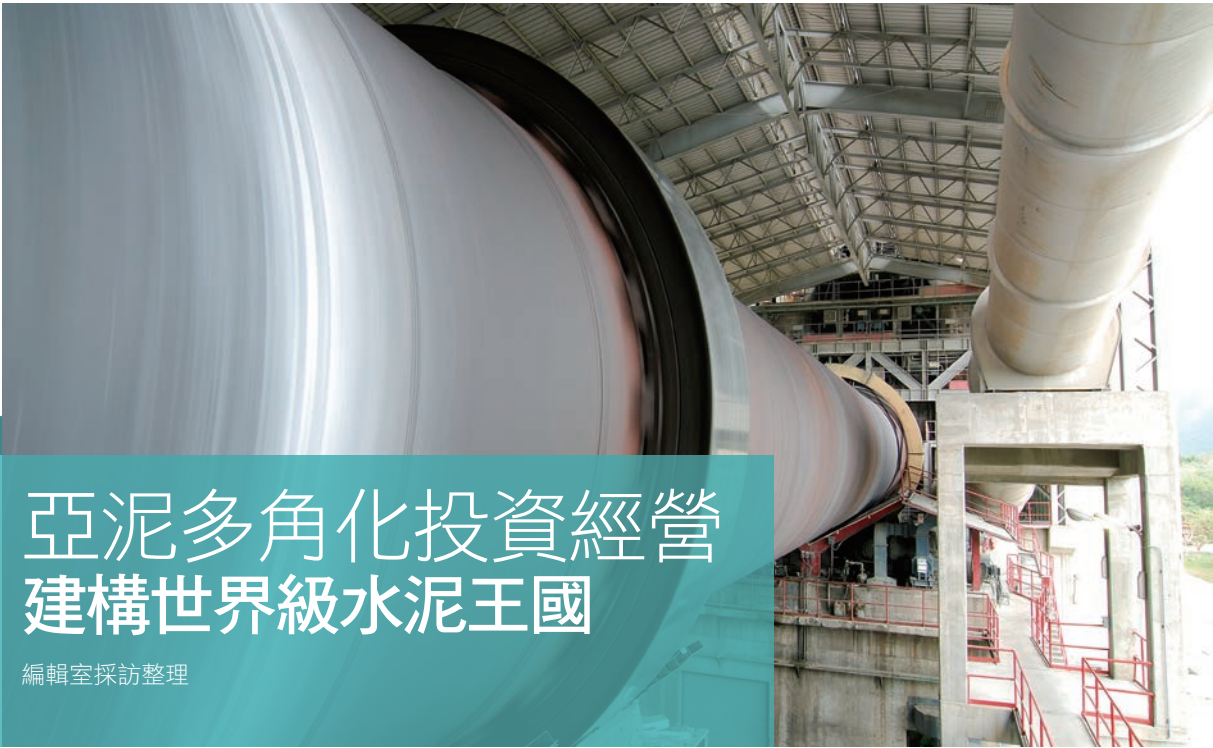
能締造如此好的成績，除了得力於完整的產業佈局，更要歸功於我們擁有很棒的團隊。在各企業共同努力下，2019 年集團的整體營收達新臺幣 7,324 億元，較 2018 年成長 2%，再創歷史新高；稅前淨利為新臺幣 1334 億元，較 2018 年成長 7%，同樣寫下歷史新高。我們的總資產達新臺幣 2.8 兆元，成長 8%，其中，負債比率為 47%，財務結構健全，現金部位更高達 904 億元，可確保未來成長動能。

集團順利走過 70 年，下一個 70 年雖然才剛開始，但事實上，前面這 3～5 年即決定了未來的方向，甚至也決定了企業能否繼續生存下去。隨著全球資訊的流通越來越快速、透明，任何一個角落發生的訊息，立刻就能傳達到世界各地。如果領導能力不強、管理模式無法與時俱進、大家不加速前進，就一定會消失，尤其集團裡絕大多數屬於傳統產業，更必須隨著時代轉型，去年底關係企業聯席會贈送的「躍競思維」(Leap)一書，亦是要鼓勵大家，唯有順應潮流、不斷躍進，才能拉大與後進者的距離，長保競爭優勢，請

大家務必儘速擬訂未來 3～5 年的策略。

每一種行業面臨的處境不同，我無法一一指出各企業應該如何進行，只能盡量與大家溝通目前的重要趨勢，希望大家快速應變，包括之前已多次提及的工業 4.0、環境永續、透明及可追溯性、保護主義興盛、數位革命、能源轉型等六個影響商業環境的趨勢，以及大數據、人工智慧、雲端應用、物聯網等重要技術。此外，各機構應明確自身在行業中的定位，即使現階段擁有優勢，也必須保持警覺，掌握市場需求、持續創新，才能不被時代淘汰。當然，創新並不是那麼容易，必須有策略、有系統，並且內化為企業的文化之一。而在積極轉型的同時，也要檢視目前的組織架構與人事布局是否符合未來的需求，並且隨時調整，尤其人力資源最為重要，除了持續引進新生力軍之外，遠東集團是全球化的企業集團，務必要提升同仁國際化與雙語能力，培養堅實的團隊陣容。另一方面，集團旗下的企業雖然普遍有良好的聲譽，但仍缺乏具體明確的品牌形象，如何打造 Corporate Image & Branding，是我們未來持續努力的方向。

最後，再次感謝大家長期以來的努力，儘管外在的環境誰都無法預料，仍希望各位都能無懼晴雨，莊敬自強，在新經濟時代中持續成長，為集團新的 70 年再啟新章！



亞泥多角化投資經營 建構世界級水泥王國

編輯室採訪整理

亞洲水泥2019年營運豐收，不論大陸市場或轉投資事業皆有大幅成長，以水泥產量來看，臺灣一年約500萬噸，中國達4,000萬噸，加上山水水泥，亞泥已成功躍升億噸產量的水泥企業。而為了產業的永續經營，亞泥仍不斷創新升級，以綠色發展、數位轉型推展水泥及下游的混凝土事業，建構世界級的水泥王國。

循環經濟當道

水泥產業為廢棄物處理找出路

「線性經濟」代表著商品從原料生產一路走向廢棄的過程，不環保，卻是人們過去主要的消費模式。與「線性經濟」相對的概念就是「循環經濟」，隨著環保意識抬頭，消費者也漸漸從生活中開始落實環保，例如：東西壞掉找零件來修理、閒置物品轉送給其他人使用、磨平的輪胎製成再製胎，不同產業間愈來愈重視彼此合

作關係、緊密連結，A 產業用不到的東西，恰好可以做為 B 產業的原料或燃料，這些舉凡可以延長產品壽命、資產再配置或再製造，都是循環經濟的概念。

亞泥張志鵬總廠長表示，「隨著2017年我國廢棄物清理法修訂廢棄物產生者應負最終清理責任後，對於廢棄物的處理越須謹慎面對，加上垃圾焚化爐屆齡，處理能力降低，大修費時；以及掩埋場空間趨於飽和，亦不易設置新場，即使

是焚化爐，也只能將垃圾減量至 1/7，最終處理或是面對一些難處理的廢棄物，仍須仰賴水泥業，使得水泥廠在循環經濟中的角色更加受到青睞。」不僅如此，水泥廠協助處理廢棄物可減少使用天然原料和燃料，對降低成本有一定的幫助，不過，張總廠長強調，「善盡社會責任、減少社會成本、創造水泥產業社會價值，才是亞泥導入循環經濟最重要的因素。」

為使廢棄物產生者、中央、地方機關都能達到共贏，亞泥在推動循環經濟的過程中，積極與各方溝通，優先處理政府委託以及地方產業難解決的廢棄物，並深入參與各項循環經濟研討會議，致力整合專業技術，協助政府制定法令，創造更大的影響力。張總廠長以混燒灰為例，「在亞泥和環保單位、立法委員共同討論後，制定了相關規定，讓混燒灰送至水泥廠作為原料，以避免混燒灰造成二次污染。」



另外，張總廠長也特別提到「淨水汙泥」，「臺北市一年 5 萬噸的淨水汙泥都是由亞泥處理，不僅深受好評，也是我們非常驕傲的一項任務。」亞泥於 2019 年已處理 15 萬噸廢棄物，預估 2020 年將增至 45 萬噸，2024 年更朝向 80 萬噸的目標前進。

綠色混凝土 走向智慧與高端

處於水泥產業下游的預拌混凝土，是建築中最重要、也最大宗的材料，不僅伴隨人類文明發展而來，更是未來不可或缺的重要產業，其產品也隨著技術不斷進步。亞東預拌陳正平總經理指出，「混凝土已經朝向高流動、高抗滲、超高強度等高性能混凝土的方向前進，值得一提的是，甫通車的蘇花改 B3 段標，其所有隧道的鋼纖維混凝土皆由亞東預拌供應，是對本公司高品質混凝土的一大肯定。」未來，整體產業除了往高端的混凝土產品發展，另外透水、輕質混凝土等特殊性的產品也將是重要趨勢。

為此，亞東預拌在經營發展上擬定三大重點，首先是綠色生產，「第一要務為廢棄資源的再利用。」陳總經理表示，「亞東預拌充分使用飛灰、爐石粉等工業副產物，目前最多可佔膠結材料 40%。」此「綠色混凝土」的作法，已向內政部申請綠建材標章證書。至於減少空汙和碳排放方

面，亞東預拌在 2019 年陸續添購 75 輛環保五期預拌混凝土車，取代環保二期預拌車，每輛車約可減少 20% 空汙和 32% 碳排放。此外，亞東預拌也致力提高回收水再利用，加裝脫泥機設備，將車輛滾筒清洗的汙水回收再使用，各廠回收水使用已從 20% 提升至 40%，再利用率提高一倍。

除了綠色生產，亞東預拌也跟上智慧化風潮，力推智能營運管理，陳總經理直言，「工業 4.0 和 AI 是未來趨勢，目前我們正在建置品質控管、業務行銷和運輸管理的 APP，希望透過 APP，即時掌握產運銷的狀況。」

有了智慧的管理，亞東預拌也積極發展高端產品，加速產業轉型。以隔音混凝土為例，內政部公告樓板隔音法令，自今年 7 月起，樓板分貝數必須降低 17 ~ 20 分貝，因此，亞東預拌已著手研發相關產品，可望搶佔隔音地坪市場。另一項是輕質混凝土的研發，其重量較一般混凝土輕 20%，可用於橋樑、鋼構樓板和隔間等。至於透水混凝土更是一項永續經營的綠色開發，陳總經理說明，「此項產品尤其在南區銷量亮眼，除了可以貯存雨水，還能降低大氣溫度，目前多用於人行道、廣場和停車場地坪，預估將是落實『海綿城市』的一大利器，對於有缺水困擾的臺灣而言，絕對是一項福音。」另一方面，在原料端，亞東預拌與東聯化學合作研發混

凝土摻劑，除了可以發揮集團綜效，也能生產更客製化的產品，創造客戶價值。

陳總經理期許亞東預拌能成為高端混凝土產品的領導者，以綠色生產理念、智慧管理模式，逐步發展高端產品及原料，穩紮穩打地向前邁進。

臺灣的水泥行業因市場成熟飽和，對於產業突破轉型有更急切的需求，亞洲水泥以水泥為基礎，持續擴大經營觸角，除了本業以循環經濟創新價值之外，更積極拓展下游通路、強攻混凝土事業；大陸方面則持續以購併、結盟方式追求成長；至於轉投資的電力事業，包括：天然氣電廠和綠能離岸風電，更是臺灣戰勝缺電危機的一大助力。其中，嘉惠一期效益穩定，待二期完成後，發電量將可倍數成長。轉投資的除了電力事業，還有遠龍不銹鋼亦努力打開國際市場，擴大營運規模；富民運輸除了原有的陸路運輸，也進一步跨足物流事業，打開新版圖。透過多角化的投資經營，亞泥不僅創造新一波成長動能，也讓這個老字號、世界級的水泥王國充滿創新活力、永續前行。





亞泥（中國）新「五年」規劃邁向新時代

編輯室採訪整理

2019年，中國政府公告了「交通強國建設綱要」，加上貫穿2021～2025年中國經濟與社會發展的「十四五規劃」即將出臺，對於近幾年歷經供給側改革重新洗牌的中國水泥產業來說，無疑又是一劑強心針。本期「封面故事」將帶您了解亞泥（中國）如何把握新機遇、迎向新挑戰，大步邁向新時代。

中國水泥產業自從實施供給側改革後，逐步淘汰落後水泥產能，嚴格限制新增水泥產能，同時取消低標水泥生產，提倡使用高品質水泥，造成水泥總產量遞減、平均價格逐年提升，也讓向來以高效率、高品質、高環保、低能耗著稱的亞泥（中國），這兩年的獲利水準不斷創高。放眼未來，吳中立執行長更是充滿信心，「政府在『交通強國建設綱要』中宣

誓，中國將在2035年建成交通強國，許多周邊配套的建設需求也將應運而生，加上十四五規劃即將出臺，未來5～10年，將是大陸水泥行業的黃金期。」

儘管產業前景可期，然而，隨著新技術、新工藝發展迅速，水泥產業的競爭也變得更加激烈，加上礦山資源緊缺，取得成本高，且各種原料成本價格上漲，生產成本不斷上升，而國家對於環保治理的要

求亦日趨嚴格，惟環保超低排放企業及水泥協同處置企業方可享受減免優惠，在在為水泥業帶來挑戰，吳執行長坦言，「技術升級和產業轉型已成為最迫切的議題，亞泥（中國）近期的重大投資也大多與此相關。」

一、擴大產能 延伸產業鏈

亞泥（中國）的主要產品是熟料、水泥、混凝土及外加劑、角材碎石等。目前年產能為熟料 2,600 萬噸、水泥 3,670 萬噸，未來五年內，吳執行長計劃進行黃岡廠區擴建，並且在漢川新建 200 萬噸的粉磨站，再透過技術提升，提高四川地區五套旋窯的產量，將熟料產能提高至 2,785 萬噸，水泥產能擴增至 4,105 萬噸。

而在混凝土部份，亞泥（中國）共有五家水泥製品公司，未來規劃在四川與湖北各新增兩套設備，提升混凝土產銷量。同時，也將在亞泥（中國）技術部成立混凝土研究中心，針對混凝土材料性能進行研究，提升高端混凝土客戶佔有率。此外，在精細化工合成外加劑部份，未來除了繼續擴大規模，同時亞泥（中國）也從三、四年前開始，積極研發生料磨液體助劑與水泥窯液體脫硫劑，期能提高水泥施工的品質與應用效率。

眾所周知，水泥生產離不開石灰石，基礎建設離不開混凝土，因此礦山石灰石

的儲量是否足夠，以及開採的成效非常重要。未來吳執行長計劃分別提升江西、黃岡、四川等地的石灰石儲量，希望擁有更多的資源，延續水泥窯的生命周期，「尤其角材碎石已經為亞泥（中國）創造了不少獲利，未來可望成為水泥產業的另一藍海。」

除了快速擴大現有產能，滿足市場需求，亞泥（中國）也延伸產業鏈至航運物流業，以加強水泥運送的便利性。吳執行長表示，「未來將持續建造新船，擴大武漢長亞航運的經營規模，使自有船舶由現行 9 艘，提高至 18 艘。利用自有船舶，沿漢江、長江、贛江三條主流水運，服務江西、湖北與江蘇各公司，讓運量與營收倍數成長。」

二、五大面向 建設一流工廠

延伸產業鏈之餘，亞泥（中國）也在「安全」的基礎上，持續推動安全標準化建設，並且兼顧效率、品質、環保與和諧等面向。其中，效率部份，除了在中控室就能透過螢幕掌握各生產系統的即時運轉情況，並且規劃在四川新建第三條輸送帶，連通蘭豐水泥，使原料供給線更加順暢。在品質上，積極技術研發，提升水泥品質，並且加強新工藝、新技術的運用。在環保上，逐年增加各項環保投資費用，綠色工廠、綠色礦山和生態農業是亞泥



（中國）持續努力的目標；而在促進環境和諧上，也將透過支援社區基礎建設、教育事業、關懷弱勢團體、扶貧幫困等，與在地社區共建美好家園。

配合人工智慧時代來臨，吳執行長更進一步規劃五年內完成各工廠的智慧化建設，包括：以 GPS＋線上自動分析指揮系統實現智慧採礦；以人工智慧技術代替人腦進行智慧生產；以自動插包／裝車進行水泥流向智慧管控；以全自動取樣、制樣、化驗、配料做到智慧品管，期能在煤耗、電耗、生產線人員配置等方面盡量節約，成為友好環境、節約資源的智慧工廠。

三、創新思維 驅動產業轉型

水泥窯由於具備高溫環境，可以協助處置生活、建築、工業、醫療等垃圾，以及城市污泥、汙染土、廢輪胎、危險廢棄物等廢棄物，降解其重金屬及戴奧辛，且窯內的鹼性環境有利於中和酸性有害氣體，可以將殘渣固熔在熟料中，熱值還能回收用於煅燒水泥，因此成為政府近幾年

大力提倡的環保處置項目。

以亞泥（中國）為例，生產 1 噸熟料可處理約 50 公斤垃圾或廢棄物，比垃圾焚燒發電更環保。目前江西亞東已協助處理一般工業廢棄物，並進行建築垃圾綜合利用；湖北亞東則協助處理城市污泥，四川亞東也進行鑽井岩屑的綜合利用。未來江西、四川地區還將進一步研究如何處理危險廢棄物，同時各公司也將研擬水泥窯廢輪胎橡皮替代燃料專案。「換言之，亞泥（中國）不僅生產水泥，同時也是城市的功能體，淨化環境的勞動者，對社會有極大貢獻。」吳執行長的語氣中透著自豪。

四、深耕市場 實現永續經營

亞泥（中國）的核心市場是以成都為中心的大成都市場、以九江南昌為中心的贛江與南昌大市場，以及以湖北武漢為中心的大武漢市場，至於長江沿江沿海則屬於輔助型市場。對於企業經營來說，這是一種進可攻、退可守的佈局，當市況好時，產品直接在產地銷售，若市況不好，則可利用外圍市場銷售，正因如此，亞泥（中國）在過去持續寫下佳績。

鑒於中國大陸新一輪的水泥需求正在成形，預估未來五年亞泥（中國）的營收和淨利仍可維持高水準，並將通過儲備資源、建設一流工廠、產業轉型，真正實現企業的永續經營。



天然氣＋離岸風電 嘉惠電力變身能源尖兵

編輯室採訪整理

「缺電」問題向來是產業界的夢魘，更是對國家經濟發展的嚴重打擊。臺灣用電量屢創新高，經常出現限電警戒運轉情況；隨著用電需求逐年成長，又陸續面臨電廠除役、核四不商轉的情況，電力缺口恐將日益嚴重。嘉惠電力力扛遠東集團發展電力事業的重責大任，一步一腳印打開能源之路。

拓展規模

催生最大民營天然氣電廠

成立於 1996 年的嘉惠電力座落在嘉義縣，主要配合政府使用乾淨能源開發電力，協助臺灣擺脫限電、停電的陰影。由於電力產業在《電業法》尚未修法前，屬於寡佔市場及特許行業，業者總是摸不準政府何時會開放，也無法進行長期規劃，不過，鑒於臺灣仍存在極大的缺電危機，

嘉惠電力仍毅然著手規劃二期擴建專案的準備工作。

專案籌備初期公部門並無任何開放政策和法令依據，團隊遭遇許多困境與阻礙，吳水在經理回憶，「嘉惠二期原先規劃採用 330MW 的發電機組，但因政府電源開發政策不明，專案一直處於停滯狀態，如今現有發電機組最小出力皆已改為 500MW 以上，330MW 幾無先進設備可

用。」

為推動擴建案，專案團隊積極尋求解決辦法，得知台電修正「電廠併聯技術要點」與「環評法施行細則」法規之訊息，立即規劃將二期裝置容量從 330MW，提升至 500MW $\pm$ 10%，並協調台電系統規劃處協助試算系統衝擊分析，以確保計畫的可行性。

但考驗不止於此，接踵而來的挑戰是必須通過環境影響差異分析，在——回應環保署審查委員的疑慮後，嘉惠電力終於在 2017 年 8 月通過審核。於此同時，二期擴建還需具備中油供氣同意書，吳經理指出，「在政府及台電都未公告開放新設電廠時，很難取得相關許可或同意文件，嘉惠也是透過多方溝通及反覆協調，才於同年 10 月 23 日取得中油燃氣供應同意書，成為第一家取得此一同意書的民營電廠。」

不過要取得台電系統併聯審查意見書的核准同樣是一大難題，吳經理解釋，「在技術上，嘉惠二期如果使用既有的輸電線路，可大幅減少建置成本，但輸電線有輸送容量之限制，供輸電系統複雜、影響層面廣，從系統規劃、供電、調度到施工等各技術環節都必須一一克服，經過多次與台電討論協商，終於獲得同意嘉惠一、二期共用輸電線路，一舉省下高達 3 億元的專案建置成本。」

由於專案團隊充分掌握臺灣缺電狀況，並且多年來持續與各單位溝通，說服能源局、臺電、中油，成功取得建廠所需之各項許可文件，因此在台電睽違十年再度開放民營電廠招標案，公告「50 萬瓩天然氣機組電力採購」案後，僅有嘉惠電力符合資格。2018 年 8 月，嘉惠獨家取得依底價承攬方式贏得台電購電標案。嘉惠二期的裝置容量為 510MW，總投資金額 105 億，預計 2020 年第四季完工商轉，屆時一、二期加總容量將達 1,180MW，成為全臺最大民營天然氣發電廠，預計每年發電量可逾 17 億度，供應超過 45 萬戶家庭用電。

永續發展 推進臺灣能源轉型

除了二期擴建案如火如荼進行，嘉惠電力也放眼更長遠的目標，其中，在新竹籌設之總裝置容量 1,400MW 的亞裕計





畫，可望成為下一階段電力事業的拓展契機，「政府正積極推動再生能源發展，在能源轉型的過程中，天然氣廠仍肩負調控再生能源的任務。」吳經理進一步解釋。

目前亞裕最大的優勢是已通過環評，等於拿到設立電廠的關鍵門票，只要再進行環境差異分析即可。不僅如此，亞裕的廠址鄰近台電龍潭超高壓變電所和中油配氣站，可降低興建困難度，吳經理樂觀分析，「臺灣『南電北送』、電力不平衡的情況仍存在，因此，亞裕在北部絕對有優先建廠的條件。」種種優勢可望為「亞裕計畫」帶來突破機會，未來天然氣發電佔比將從現在的 34.6%，提升至 50%，待政府電力交易平臺成立後，所發電量將可直接售予用戶。

在全球能源轉型趨勢下，臺灣政府也積極發展綠能，立法院並通過「再生能源發展條例」，帶動綠電需求量大增。為響

應政府政策，嘉惠電力特別於 2015 年成立竹風計畫，在新竹外海投入離岸風電的開發。此風場總規劃裝置容量為 448MW，每年發電 16 億度，預估年減碳可達 76 萬噸，提供 40 萬家戶使用，對社會環境貢獻良多。

不少人認為臺灣的漁業活動將因離岸風機的架設、共用海上空間而受到影響，但吳經理相信，透過

業者、漁民及政府的通力合作，風力發電將可為漁業帶來轉型契機，「竹風綠能計畫將秉持回饋地方、漁電共榮的精神，跟漁民共享海洋資源，並與產學合作，培養離岸風電人才。」

2020 年嘉惠電力將參加第三階段區塊遴選競標作業，並規畫於 2026 年完工商轉，「依照『再生能源發展條例』規範，未來用電大戶必須設置或購買 10% 綠電，換言之，遠東集團每年將需要約 4 億度的綠電，我們的目標是達到集團綠電自發自用。」吳經理信心滿滿。

電業自由化已是未來趨勢，透過電力市場的開放，不僅引入更多民間力量齊力發展再生能源，也可快速解決缺電問題。臺灣在 2016 年迎接《電業法》50 年來最大修正後，嘉惠電力也積極尋求拓展機會，除了擴大集團電力事業版圖，更希望為臺灣充飽電！

集團簡訊

掃描 QR Code 看更多集團訊息 →



01 迎鼠年來巨城 開運紅包秒殺

迎接金鼠年，遠東巨城購物中心 1 月 25 日大年初一在爆竹鑼鼓聲中，歡迎顧客的到來，李靜芳董事長更與主管們送出 688 份紅包，為新年帶來好彩頭。（遠東巨城購物中心／葉哲倫）

02 強化臺日交流 新竹 SOGO、臺南大遠百日本展接棒登場

為加深臺日交流，SOGO 新竹店與新竹市政府、日本宮崎市合作，1 月 18 日推出「九州宮崎市集」，其中 16 家廠商由宮崎市飛往臺灣，原汁原味呈現當地物產。臺南大遠百 1 月 19 日也一連 4 天舉辦「日本靜岡藤枝市物產展」，並開放民眾免費參加茶會，與日本茶師傅共享品茶樂趣。（編輯室輯）



03 防疫大作戰 遠傳、遠百守護顧客健康

遠傳電信為防範新型冠狀病毒疫情擴散，全臺門市啟動高標準的防護措施，此外，為協助防疫工作，遠傳 44 家門市亦免費提供手機紫外線消毒機供民眾使用。同為服務業的遠百，則於重點出入口備有酒精及相關防疫提醒，守護顧客健康。（編輯室輯）

04 發現在地之美 SOGO 舉辦昆蟲奇觀裝置藝術大展

SOGO 臺北店邀請來自臺中大甲的藝術家柯秋地，1 月 21 日～3 月 1 日於復興館及敦化館合作展出「昆蟲奇觀裝置藝術大展」，以鋼鐵材質呈現繽紛、驚奇的昆蟲世界，讓消費者在百貨公司裡也能體驗藝術生態。（遠東 SOGO 百貨／瀾心怡）

05 社區大學+兒童街舞成果發表 Big City 全齡參與

遠東巨城購物中心參與在地藝文活動不遺餘力，1 月 4 日、5 日分別有竹塹社區大學及兒童街舞成果發表熱鬧登場，由長輩和孩童帶來精采演出，展現滿滿活力。（遠東巨城購物中心／葉哲倫）

06 持續擴大船隊規模 裕民航運再簽訂 4 艘散裝貨輪建造合約

裕民航運子公司裕民航運（香港）有限公司 1 月 17 日與日本住友商社簽署在日本大島造船廠建造之 4 艘 100,000DWT 散裝貨輪合約，包括建造 2 艘及附加 2 艘選擇權。簽約儀式由遠東集團徐旭東董事長親自主持，與住友商社本部長輔佐白石浩、大島造船所代表取締役社長平賀英一共同簽訂。（裕民航運／汪更新）



07 亞東技術學院舉辦期末學生學習成果展

亞東技術學院通識教育中心於 1 月 8 日舉辦「1081 期末學生學習成果展」，藉由作品展覽，讓師生們相互觀摩學習。開幕式中，黃茂全校長肯定通識中心老師的創新教學，也勉勵同學多元學習、創意思考。（亞東技術學院／李玉燕）



08 亞東醫院獲准運用自體幹細胞嘉惠膝關節炎病患

亞東醫院於 1 月 21 日召開記者會，宣布臺灣第一個由衛福部特管法審核通過，可執行使用「自體脂肪幹細胞治療退化性關節炎」的醫療創舉，能減輕患者膝蓋疼痛，並延長膝關節使用年限，可望嘉惠臺灣 350 萬名退化性關節炎病人。（亞東醫院／張永思）

09 亞洲水泥（中國）管理總部暨江西亞東水泥舉辦歲末感恩餐會

亞洲水泥（中國）管理總部、江西亞東水泥於 1 月 15 日舉辦「2019 年歲末感恩餐會」，邀請公司領導和江西省投資集團、山水集團代表及多位貴賓同歡。會中回顧公司今年績效，同時表揚優秀員工，在熱烈氛圍中畫下完美句點。（江西亞東水泥／秘書處）

10 亞東技術學院舉辦 109 年度體育運動交流團授旗典禮

109 年度亞東技術學院體育運動交流團於 1 月 13 日～ 18 日前往新加坡，與新加坡工藝教育學院及共和理工學院同場競技，為激勵運動員，校方特於 1 月 7 日舉行授旗典禮，並邀請遠傳電信籃球社進行友誼賽，遠東新世紀徐旭平副董事長、亞東技術學院黃茂全校長、徐元智先生紀念基金會黃茂德執行長、遠傳電信劉興華經理均到場加油。（亞東技術學院／李玉燕）

11 元智 T-Lab 城市實驗室 關懷地方永續實踐

元智大學主辦跨校跨域 T-Lab 城市實驗室，並策劃長達 2 個多月的 T-Lab 競賽，集結桃園多所大學菁英團隊，根據環境保育、有機食農、國際移工、桃園新住民、弱勢協助、人文創新等六大議題，探索社會問題，並提出改善方案，展現關懷地方永續實踐的成果。（元智大學／饒浩文）



公益專區

12 遠東舊屋改造特別獎舉行頒獎典禮 挖掘老屋新未來

「遠東建築獎」1月19日舉辦「遠東建築講座暨舊屋改造特別獎頒獎典禮」，由徐旭東董事長、新北市陳純敬副市長與建築大師姚



「遠東建築獎」
詳細得獎名單

仁喜頒發獎項，最終元智大學藝設系主任、大直設計團隊陳冠華教授的《池上穀倉藝術館》拔得頭籌，榮獲首獎。（徐元智先生紀念基金會／胡湘君）



13 2020 臺灣燈會開幕 遠傳、遠百一同點燈

2020 臺灣燈會后里主展區2月8日開幕，遠東集團連年贊助燈會志工外套，由遠傳井琪總經理和臺中大遠百藍卓成店長代表出席，與蔡英文總統、交通部林佳龍部長及臺中市盧秀燕市長，共同為主燈「森生守護—光之樹」點燈。（編輯室輯）

14 集米、捐衣 遠東百貨愛心串連

新竹大遠百與新竹市政府社會處於去年12月16日至2020年1月6日，共同舉辦「集米送愛·給你穀勵」活動，募得高達1,563公斤白米，全數捐助200戶弱勢家庭。遠百桃園今年也再度舉辦公益捐衣活動，總計募得超過2,600件愛心衣物，為庭芳啟智教養院院生送暖。此外，遠百嘉義更是響應嘉義國際青年商會於2月9日舉辦的「嘉人捐衣，讓愛傳承」活動，在賣場設立物資代收站，總共募得約40多公噸的衣物，將送往柬埔寨，幫助因大水沖毀家園的家庭。（編輯室輯）

15 遠百信義A13盛大開幕 寒冬弄暖

遠百信義A13於1月19日正式開幕，由徐旭東董事長親自主持，遠東百貨徐雪芳總經理、遠東集團徐國安創新長，以及臺北市蔡炳坤副市長等貴賓皆出席盛會。遠百也特別捐贈東妮寢飾冬被500條予臺北市政府，讓弱勢族群在年前感受暖暖的愛。（遠百信義A13／謝佳棋）

16 遠百關懷弱勢 與長者、孩童歡度新年

遠東百貨持續關懷弱勢，新竹大遠百1月6日～19日舉辦新竹德蘭中心年夜菜募集活動，成功募得60道菜餚，讓40位小朋友能在愛中團圓。臺中大遠百也於年前陸續與弘道老人基金會、臺中后里福康關懷協會合作，向長者拜年並參與趣味遊戲，提前歡度佳節。（編輯室輯）

17 新竹SOGO X新竹動物園 引領孩子學習尊重生命

遠東 SOGO 百貨新竹店藉著新竹市立動物園重新開幕的時機，1月1日和新竹市政府合作舉辦「河馬便便紙」親子DIY活動，引領民眾在關心動物之餘，尊重生命、愛護地球。（遠東 SOGO 百貨新竹店／李欣純）

18 SOGO 志工出動 籃球競賽、「舊鞋救命」送愛心

心路基金會於2019年10月26日舉辦第九屆「籃得好天天」籃球競技活動，SOGO 志工社特別陪伴「樂山教養院」院生參與賽事，支持障礙者參與社會。1月7日，SOGO 志工社再度參與「舊鞋救命」二手鞋募集計畫工作，前往位於新北市泰山區的伯利恆倉庫協助整理物資，讓民眾的愛心早日送往東非偏鄉。（編輯室輯）



19 遠東巨城推動公益 熱血號召創紀錄

有鑑於冬季血液庫存量低，遠東巨城購物中心連續三年發起年後大型捐血活動，2月1日再邀民眾挽袖捐血，以超過1,086袋的熱血，創下桃竹苗區單點單日的最高紀錄。（遠東巨城購物中心／葉哲倫）

20 元智推動資訊教育 寒假帶小朋友學程式設計

元智大學「艾妲資訊培力計畫」連續五年榮獲教育部大學社會責任計畫補助，今年特別與桃園市政府青年事務局合作，再度由元智24位跨系跨域學生組成艾妲IT義工天團，於寒假期間前往七所小學舉辦冬令營，提升偏鄉數位教育。（元智大學／饒浩文）

21 豫章工商展開50尋根之旅

歡慶豫章工商50歲，全校二年級師生一起回到創校發源地——平溪十分寮，讓學生認識學校的發展歷程。此外，豫章工商也前往十分國小和公共托老中心進行公益演出，受到熱烈歡迎，為尋根之旅更添溫馨。（豫章工商／呂宏彰）



績優榮譽榜

22 臺南大遠百參與「雲端發票誰與爭鋒」競賽獲表揚

為響應政府推動雲端發票政策，臺南大遠百於2019年4月1日至9月30日參與財政部南區國稅局臺南分局所舉辦「雲端發票誰與爭鋒」競賽活動，獲頒「雲端發票張數成長績優獎」、「雲端發票比率成長績優獎」及「雲端發票最佳貢獻獎」，表揚專櫃人員推廣雲端發票績效卓越。（臺南大遠百／王詠嬋）

23 遠東商銀服務獲肯定 再推智能客服

由臺灣客服中心發展協會主辦之「卓越客戶服務大獎」於 2019 年 10 月 18 日舉行頒獎典禮，遠東商銀客服中心風光拿下三項團體獎及八項個人獎，並入選大中華區客戶中心聯盟「最佳服務創新企業」。遠東商銀更於 1 月 30 日推出智能客服，為顧客創造零時空限制的服務互動平臺。（遠東商銀／蕭珮儀）



24 遠傳永續經營獲肯定 為全球唯一獲 Industry Mover 獎項之電信業者

國際永續評比機構 S&P Global 與 RobecoSAM 最新出版 2020 年永續年鑑，針對全球 61 個產業，4,710 家大型企業進行永續發展績效評比排名，遠傳連續兩年獲評為全球電信服務產業組「最佳進步獎（Industry Mover）」，也是全球唯一獲獎的電信業者。（遠傳電信／何思緯）

27 遠東SOGO百貨推動職場健康促進有成

遠東 SOGO 百貨在臺北市衛生局大安區健康服務中心指導下，結合鄰里共同辦理免費四癌篩檢，邀請同仁、家屬及周邊里民參加，同時推出多場健康職場講座及動態課程，因此獲得臺北市大安區「健康服務中心」致贈感謝狀，肯定 SOGO 積極推動職場健康的用心。（遠東 SOGO 百貨／吳凱達）

25 遠東SOGO百貨新竹店榮獲「室內空氣品質優良場所」標章

新竹市環保局研擬室內空氣品質優良場所標章制度，鼓勵公告場所妥善維護室內空氣品質，經過二階段專家學者評鑑後，遠東 SOGO 百貨新竹店因系統改善工程規劃完整、環境整潔維護用心等因素，榮獲「2019 年度新竹市室內空氣品質優良場所」標章。（遠東 SOGO 新竹店／趙子娟）

26 香格里拉臺南遠東飯店行銷城市有一套 獲頒「臺南之光」

香格里拉臺南遠東飯店積極投入人才培育，並在地深耕，於世界巧克力大賽 2019 總決賽贏得世界巧克力混合調味類組決賽銀牌，以軟實力行銷臺南，2 月 3 日獲黃偉哲市長親自頒獎表揚「臺南之光」，由飯店周麗華總經理與西點許煜新主廚代表領獎。（香格里拉臺南遠東飯店／王傳慈）



28 遠東集團上海辦公大樓項目喜獲「三星級綠色建築設計標識證書」

遠東集團上海辦公大樓專案在建築規劃、設計和建設策略方面因符合《綠色建築評價標準》認證要求，2019 年 12 月榮獲大陸綠色建築評審會頒發中國建築界綠色建築最高級別認證——「三星級綠色建築設計標識證書」，對遠東集團永續發展理念給予高度肯定。（遠鼎實業（上海）／沈凌霞）

29 台積電前瞻布局大賽 元智榮獲首獎

由台積電舉辦之首屆「前瞻佈局大賽」，1 月 20 日舉行頒獎典禮，元智大學電機系彭朋瑞助理教授帶領兩組同學參賽，其中，王歲弘、林江瑋團隊榮獲首獎；陳彥廷、蕭文宇同學則獲得第三名。兩支隊伍同時獲得台積電 2020 暑期實習機會，實作能力備受肯定。（元智大學／饒浩文）

30 豫章工商四格漫畫比賽獲佳績

豫章工商學生參加「108 學年度友善校園學生事務與輔導工作海報設計暨四格漫畫」比賽，獲得三項特優、六項優等及五項佳作，在新北市參加學校中表現第一。（豫章工商／呂宏彰）

人事異動

31 遠東新世紀高階主管人事異動



姓名：劉漢偉
原任：財務處副經理
新任：財務處權任經理
學歷：美國加州州立大學聖貝納迪諾分校財務管理所碩士



姓名：林志清
原任：化纖總部總廠長室副經理
新任：化纖總部總廠長室權任經理
學歷：國立臺北科技大學化學工程系學士



姓名：鄭慧萍
原任：化纖總部總廠長室副經理
新任：化纖總部總廠長室權任經理
學歷：元智大學工業工程所博士

好康報報

32 HAPPY GO 攜 uTagGO 首推小額點數兌換國道儲值金

HAPPY GO 於 1 月 15 日攜手遠創智慧，首推點數兌換國道 eTag 儲值金的服務，4 點就能兌換 1 元 eTag 儲值金，且兌換金額無上限。3 月 1 日前，成功註冊 HAPPY GO 會員並申辦服務，即贈送 HAPPY GO 點數 100 點；使用 uTagGO APP 的 eTag 智慧停車服務且累點成功，享點數加倍送。此外，eTag 代扣路邊停車費服務，除臺北市外，再增加新北、高雄兩都，透過 eTag 聯名銀行信用卡自動扣繳停車費超便利。（鼎鼎聯合行銷／黃韻如、遠創智慧／賴建偉）

解析跨世代生鮮網購「大食力」

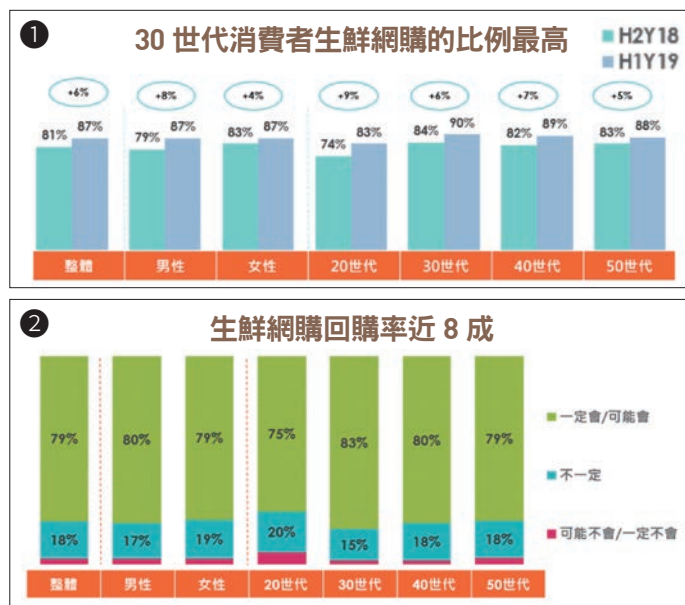
天下創新學院提供

你會在網路上訂購冷凍生鮮美食嗎？是什麼原因讓你選擇網購？哪些平臺是網購生鮮的大宗？你的網購習慣和其他人又有什麼不同呢？自從美食外送改變我們的生活模式之後，消費者網購冷凍生鮮也成為現在進行式！本文將探討不同世代族群的網購行為，助您洞察「大食力」趨勢，思考新商機。

以往消費者習慣在實體通路購買的食品品項，如今已漸漸轉移到線上購買，例如：冷凍和生鮮蔬果、米麵民生食材、零食點心飲料……等。你知道民眾大多在線上購買哪些冷凍生鮮食品嗎？他們主要使用哪些平臺？是什麼原因讓他們選擇網購、回購，或者不再回購呢？GO SURVEY 此次透過「冷凍生鮮食品網購消費調查」，與你分享各個世代的生鮮網購趨勢！

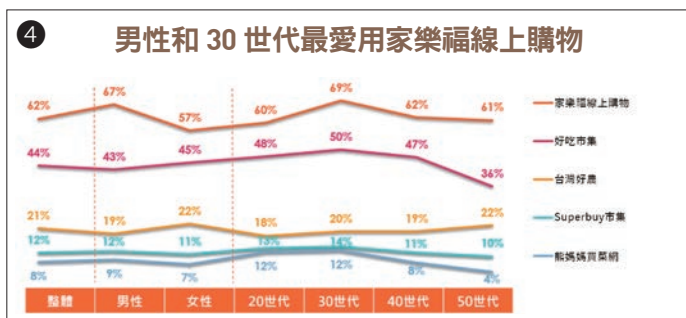
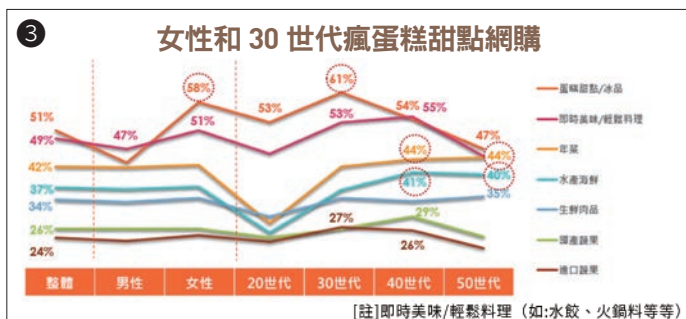
各世代皆愛「生鮮網購」 30 世代為主要客群

根據調查，87% 民眾曾經在網上購買冷凍生鮮食品，其中又以 30 世代最高（約 9 成）。整體來說，生鮮網購的購買比例從 2018 下半年到 2019 上半年成長了 6%，各族群生鮮網購的成長幅度介於



4% ~ 9%，其中，男性和 20 世代成長力道較其他族群高。（圖表①）

在回購率方面，79% 民眾表示，未來可能或一定會再次網購冷凍生鮮食品，其中，30 世代回購率達 83%，是所有世代當中最高的；20 世代也有 75% 的回購率，顯示食品生鮮網購已愈趨成熟，「食力」商機不可擋。（圖表②）



多數民眾最愛買：蛋糕甜點和輕鬆料理的美食

以生鮮網購的品項來說，多數民眾主要購買「蛋糕甜點／冰品」（51%）和「即時美味／輕鬆料理食品」（49%），如水餃和火鍋料……等，連較難保鮮的「蔬果類」也有 2～3 成的網購率。另外，女性和 30 世代也瘋「蛋糕甜點」網購（比例近 6 成），而 40 和 50 世代對於「年菜」和「水產海鮮」的網購興趣則較其他客群高。（圖表③）

主要冷凍生鮮網購平臺：家樂福、好吃市集

調查結果顯示，挾帶量販業者光環的「家樂福線上購物」和積極搶攻全民食機的創業家兄弟旗下平臺「好吃市集」，是

民眾網購冷凍生鮮食品的主要平臺，而強調在地、有機、無毒且安全的農產品平臺「台灣好農」則有約 2 成的使用率。其中，男性和 30 世代最愛用「家樂福線上購物」，而 20 和 30 世代則偏好使用「好吃市集」和「熊媽媽買菜網」。（圖表④）

生鮮網購主因：價格優惠、快速便利

當被問起「為何在網上購買冷凍生鮮食品」時，最多民眾的答案是「網購的產品價格較優惠」（42%），

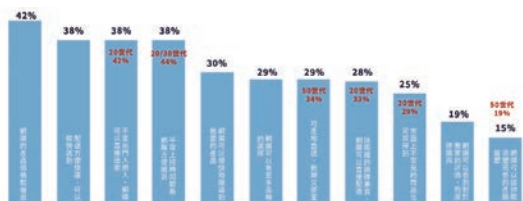
而「配送方便快捷，可以較快送到」（38%）、「不愛出門人擠人，網購可以直接送到家」（38%），以及「平常上班時間較長，網路方便購買」（38%）這三個原因的排名則並列第二。

若以世代來看選擇網購的原因，也有些微的差異，比如 20 世代常因為「不愛出門」、「上班時間長」，以及為了購買「遠距離排隊美食和市面不常見商品」而選擇網購生鮮食品；不同於此，50 世代較常因「可產地直送和產銷履歷」而購買。（圖表⑤）

快、省、多、好 促動生鮮網購者回購

民眾為什麼願意在網路回購冷凍生鮮食品呢？歸納原因，主要還是因「省時」（快），有「優惠／回饋」和「免運」

⑤ 50 世代常因「產地直送」而網購生鮮產品



⑥ 50 世代生鮮網購時更重視省時與優惠



（省），且「結帳／品類多元」（多），再加上「品質經驗佳／平臺可靠值得信賴」（好）。

從驅動民眾回購的因素來看，「快」和「省」是未來生鮮網購的致勝關鍵，因此，相關網購平臺經營者應特別留意順暢的購物流程和吸引消費者的方案組合。此外，觀察不同世代回購因素發現，50 世代較重視省時、優惠和免運，而 20 世代比起其他世代更加重視購物體驗。（圖表 ⑥）

不回購主因：沒需求了、價格不夠優惠、品質不佳

至於不再網購生鮮食品的原因，大

多是因為「舊有消費習慣難改變」（例如：沒需求了、偏好檢查實物、習慣實體購買），或是「價格不夠優惠」（沒促銷、沒免運、太貴或高於實體售價），以及「商品品質欠佳」（包括：對食材品質失望、單次訂購份量太多、實體物品賣相差、食物不新鮮……等），這些都是讓消費者不再回購的主要因素。有鑑於此，未來生鮮網購品牌可考慮增加促銷、強化食材品質，並適時提供免運優惠，藉此提升消費者回購意願。（圖表 ⑦）

從這次的調查中可以發現，食品生鮮網購已愈趨成熟，且消費者的回購潛力強勁！各世代的生鮮網購使用率皆明顯提升，其中又以 30 世代為主要消費客群，可見消費商機逐漸升級。未來，生鮮網購品牌應在提供物美價廉的產品、服務，以及購買體驗方面多加著墨，並結合促銷免運活動，以提升消費者回購意願，培養顧客的忠誠度，若消費者成為品牌的忠實粉絲，就會成為業者行銷宣傳時的小幫手。

⑦ 消費者本身因素為影響回購意願的主因



※調查說明：「冷凍生鮮食品網購消費調查」為GO SURVEY市場研究顧問於2019/2/14～2019/4/9（H2Y18）和2019/7/19～2019/8/12（H1Y19）期間，在GO SURVEY平臺上執行兩波線上網路調查。兩個區間分別回收了5,646份（H2Y18）與3,148份（H1Y19）樣本，共計8,794份，受訪者條件為18～59歲，且近半年曾網購的HAPPY GO卡友。

晚清中興第一名臣的識人之術

遠東新世紀／劉祖亮

提到晚清名臣，絕大多數人腦中第一個浮現的名字大概就是曾國藩，其功業不單是在軍事上創建湘軍，摧毀太平天國；在政治、文化、經濟等方面也都有深遠的影響。例如，中國近代的第一艘自建輪船、第一所現代化的兵工學堂、第一批翻譯的西方書籍、第一批公費派遣的留學生…等，都因為他的倡議而一一實現，稱其為中國近代化建設的開拓者並不為過。

其實曾國藩並不是那種才華橫溢、天縱英明的奇才型人物，無論文采還是武略，他皆不如左宗棠；論協調折衝、戰略眼光，他也比不上胡林翼或是李鴻章。但是曾國藩的過人之處有三點，一是為政耐煩；二是個性堅毅，百折不回；三是有識人之能。關於前兩項，探討的書籍、文章可謂汗牛充棟，不再贅述，本文只聚焦於曾國藩的識人之術。

曾國藩一生閱人無數，還把這些識人的經驗寫成《面經》一書，早期在臺灣的商務印刷館可以買到，現在估計只能到圖書館碰碰運氣了。書中提及觀察一個人能不能重用可以看四件事：講信用、有條理、無官氣、少大話，想來實在很有道理，歷百年仍不減其正確性。

一、講信用：人無信用，就是做事

不靠譜、說話不算數，這樣的人，長官不敢授權、授責，部屬難以心悅誠服。當人與人之間的交往沒有誠信作為基礎，對個人的影響是被孤立，對團隊的影響則是分崩離析。無論為政，還是從商，信用都是第一等重要的事。所以商鞅在正式變法前要「移木建信」，而清末晉商的銀票之所以能夠匯通天下，也是因為「信用」二字。

二、有條理：所謂有條理，就是做事有邏輯，能掌握事物之間繁複的關係與輕重緩急，清楚什麼事先做，什麼事後做，再複雜的事情也能剝絲抽繭的整理出頭緒，再有條不紊的完成。這種人的效率高，能夠抓到正確的方向，不會讓部屬像無頭蒼蠅似地瞎忙、做白工，也因為事情看得透徹，所以不會慌亂，能夠臨危授命，力挽狂瀾。

三、無官氣：所謂的官氣，就是身段、架子。在職場總會遇到官雖不大，架子卻不小的人。這種人通常欠缺真材實料，只能以身段與架子作為權力與地位的表徵，所以用盡辦法擺場面，以顯示自己高人一等、與眾不同。他考慮的不是團體或企業的利益，而是如何才能顯得自己權傾朝野、高高在上。這種人的身邊最容易聚集溜鬚拍馬之輩，因為他只聽想聽的話，見不得比自己優秀的人才，更容不下相左的意見，往往會由戀棧權力走向利令智昏，對團隊或企業帶來莫大的傷害。

四、少大話：人與人之間，在茶餘飯後，酒酣耳熱之際，偶爾吹吹牛皮並無傷大雅；但若吹成了習慣，就和滿口謊言相去不遠。凡是愛說大話的人，內心深處通常都極端自卑、缺乏自信，必須靠「大話」來壯聲勢；也因此的關鍵時刻容易猶豫不決，難當大任。三國時期的馬謖就是一例，他的問題劉備早就看出來了，所以在白帝城託孤時，特別叮嚀諸葛亮：「馬謖此人言語浮誇，超過其實際能力，不可重用。丞相要留意！」可惜諸葛亮沒有聽進忠告，造成街亭之戰大敗，導致蜀漢第一次北伐失利。

現代商場競爭激烈，技術日新月異，即使是高科技產品也很難維持一年以上的技術優勢，創新服務更往往不及數月就被

對手複製，甚至再創新。龐大的資本已不再是讓企業保持長久競爭力的最主要因素，能讓企業維繫不墜的是人才，是方方面面不同領域的人才，而企業主最要緊的就是尋找人才，並且放對位置，不斷地讓人力新陳代謝，以促進企業的活力；同時在企業內部的競爭中，擔任各方力量的平衡者與規則的仲裁者。

金無赤足，人無完人，像諸葛亮這種才能與品德兼具的人畢竟千古罕見，因此，學習識人、知人的重點並不是挑選一個不世出的聖賢或是奇才，而是透過觀察一個人的行為舉止，掌握其秉性與能力，然後安排在正確的位子。以曾國藩來說，他的能力並非晚清第一，單憑其一己之力無法打敗太平天國，但清朝的中興將相十之八九都是他推薦的，左宗棠、李鴻章、劉坤一、郭松燾等，無一不是他所發掘，其之所以被稱為晚清第一名臣，原因即在此，而這也是現代企業主、高階經理人最應該借鏡之處。



實用職場英文：

General Introductions in the office

EIE 美語提供

如何自然又不失禮的與初次見面的人寒暄，是職場必備技能，本期「英文小教室」將告訴您，如何自我介紹，並且為他人引見，讓您成為破冰高手。

Scenario 1 : Greetings & Self-introduction (情境一：寒暄 & 介紹自己)

新進同仁 Sabrina 剛從臺灣轉調到美國分公司任職，我們來看看她如何自然地破冰，並介紹自己。

Sabrina : Nice to meet you, Mr. White. I'm Sabrina Wang. I just transferred from Taiwan, I'm a new administrator here. (很高興見到你，白先生。我是 Sabrina 王，從臺灣轉調過來，在行政單位任職。)

Alan : Please call me Alan! I'm a senior Administrator. (請叫我 Alan ! 我是行政處的資深同仁。)

Sabrina : Oh, that's nice. How's everything going? (喔，太好了。這裡一切都好嗎？)

Alan : Pretty good so far. We're working on a big project lately. (一切都很順利。我們最近正在進行一個大專案。)

Sabrina : Wow, that's great! (哇！那真是太好了！)

此時，行政處主管 Charles 走進會議室……

Alan : Good morning, Mr. Peterson. Sir, this is Sabrina Wang. Sabrina, this is Charles Peterson. He's the Head of Administration Department. (早安，Peterson 先生，這是 Sabrina。Sabrina，這是 Charles Peterson，他是行政處最高主管。)

Sabrina : It's a pleasure to meet you, sir. (很高興認識您。)

Charles : It's a pleasure to meet you, too. (我也很高興認識妳。)

Scenario 2 : Office Tour (情境二：介紹辦公室環境)

Charles : We'll have Alan to show you around. He'll also introduce the company's products and service to help you get yourself ready. (稍後我會請 Alan 為你介紹辦公環境，以及本公司提供的產品和服務，讓你更容易進入狀況。)

Sabrina : That'll be wonderful. I really appreciate it! (那真是太好了，謝謝您。)

Alan : Let me show you around and introduce you to everyone. (那我帶你參觀一下，順便認識其他的同事們。)

Sabrina : Great! Thank you. (好的，謝謝您。)

Grammar (文法補給站)

1. We use 'a/an' when we are introducing a job position that is held by multiple people. Example : "I am a salesperson." (句子中使用 'a/an'，表示是公司部門中，眾多相關職務的其中一個。例如：我是個銷售員。)

2. We use 'the' when we are introducing a job position that is held only by just ONE person. Example: "I am the HR Head." (當句子中使用 'the'，表示是該名詞唯一的人，例如：我是人資部門的主管。)

句型延伸

第一次見面的問候語，除了 Nice to meet you，還能用哪些句子？以下介紹幾種不同的說法與回應方式，最容易記的方式即是在句子後面加上 'too'。

例一： A: It's a pleasure to meet you. B: It's a pleasure to meet you, too.

例二： A: It's an honor to meet you. B: Pleased to meet you, too.

例三： A: It's very nice to meet you. B: Good to meet you, too.

職場小叮嚀

商務場合中，需要介紹雙方時，應該先向最重要或職位較高者問候，再為其介紹。介紹順序是：將主人介紹給客人，將部屬介紹給職位比較高的主管，而且介紹方式必須一致，最好包含職稱和全名。例如：this is ____ (加上名字與職稱)。



更多的英文
課程資訊



免費英文
課程體驗

以上英文教學由 EIE 美語提供，英文課程諮詢請洽：EIE Institute Belle Yin (Tel: (02) 8773-6828 Ext. 368 ; Email: belle@eie.com.tw)

房貸也能理財！ 教您善用家中的不動產

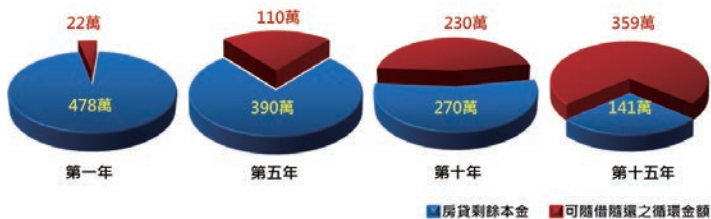
遠東商銀／劉美慧

買房子是許多人的夢想，不過現在房價動輒上千萬，即使向銀行貸款，也幾乎得掏空所有身上財產，一旦遇到急需使用資金時，就必須到處籌錢。本期「財經網」特別介紹一項鮮為人知的「循環型房貸」，把償還給銀行的本金，作為臨時支出的預備金，善用家中不動產理財。

一般來說，向銀行申請購屋貸款必須準備很多資料，包含：不動產謄本、買賣契約書、半年薪資單或是扣繳憑單、雙證件…等，貸款金額較高者，可能還需要提供存款、基金及股票等資料供銀行評估；銀行還要進行不動產現場履勘、拍照及估價，審核通過後，再進行不動產抵押權設定。因此，從申貸到撥款最快得一星期，最慢可能三星期，設定費用是依據不動產抵押登記設定規費，收取設定抵押權金額的千分之一。一般銀行設定金額為1.2倍，舉例來說，貸款1,000萬元，銀行會設定1,200萬元的抵押權，則地政規費就是12,000元，除此之外，還須負擔代書費用約4,000～6,000元不等。

建議大家，向銀行申請購屋貸款時，可以同時申請回復型的循環型房貸。一般房貸是本息均攤型，如果申請20年期房

貸，在貸款期間內，全部貸款本金與利息平均分攤於每一期償付，所以在利率不變的情況下，每月攤還金額相等，方便大家掌握每月的收支預算；而回復型的循環型房貸，則是將每月已償還給銀行本金的金額，自動轉成循環型房貸額度，如下圖：



以貸款金額新臺幣500萬、貸款期間20年為例，紅色部份為每年還款之本金，也就是可以隨借隨還之循環金額，不使用不需計算利息，利息則根據銀行簽訂之利率計算（目前遠銀循環利率為2%起）。假設有資金需求，需動用新臺幣100,000元、動用20天，利率2%，則

動用利息為 110 元。

循環型房貸優點

- 1. 便利性：**無需準備文件再向銀行申請額度。
- 2. 即時性：**隨時隨地皆可使用提款卡、存摺或透過網路銀行動用資金，全年無休。
- 3. 節省費用：**依動用金額及天數計息，動用多久算多少，以日計息，隨借隨還，每次動用不收取手續費，也不需要另外增加抵押權設定費用。

循環型房貸適用對象

1. 從事投資理財活動的人。
2. SOHO 族、自營商。
3. 有房產，同時又可能有臨時性支出的人（例如：EMBA 教育費用、兒女教育費、房屋修繕、旅遊…等）。

循環型房貸與其他貸款有何不同？

雖然循環型房貸利率比一般房貸略高，但仍較信用貸款、股票融資貸、信用卡循環利息更加優惠與便利，相關比較如下：

1. 循環型房貸 VS. 小額信貸

在科技公司上班的林先生，不巧遇到公司放無薪假，決定利用這段時間進修，以提高職場競爭力。還好當初有向銀行申請循環型房貸 500 萬，決定先動用

100 萬，利率 2.2%，每月僅需償還 1,833 元利息，負擔好輕鬆，半年後公司恢復上班，每個月有多餘的閒錢就償還貸款，隨借隨還超方便。

若是林先生向 A 銀行申請信貸，利率 5%，每月須支付本息，以貸款 7 年計算，月付金 14,134 元，不但利率高、每月須同時攤還本金加利息，負擔加重，半年後公司恢復上班，想提前清償卻有違約金，相當不划算，而且銀行可能不願意貸款給林先生，因為放無薪假，前景不佳，無還款能力。

2. 循環型房貸 VS. 傳統房貸

與循環型房貸相較，傳統一般型房貸雖然利率較低，但月付金為本金加計利息，每月負擔較重，且償還之本金無法再次使用，若提前清償更可能被收取違約金，便利度低。申請傳統一般型房貸多為新購屋者或資金需求期間較長者；循環型房貸則以短期性資金需求者為主，例如：營運週轉金、家庭生活預備金及投資基金、股票理財等，所以申請房貸時，不妨搭配回復型的循環型房貸，建立一個備用額度，從容應對緊急的資金需求。



多元管道請領勞保家屬死亡給付

遠東新世紀／廖至謙

親屬逝世後，許多身後事都需要處理，為簡政便民及推動政府數位服務，勞保局積極優化家屬死亡給付案件之申辦手續，不僅節省時間，更希望儘早為家屬減輕經濟負擔。

被保險人及死者均為臺灣國籍時，於辦理完成死亡登記後，可依下列任一管道申請家屬死亡給付：

管道一：透過戶政機關通報申請

被保險人親自前往戶政機關辦理家屬死亡登記時，可攜帶被保險人本人之國內金融機構存摺影本，經戶政事務人員列印申請書、確認資料無誤後簽名或蓋章，再直接由戶政事務所通報勞保局，一次完成死亡登記及勞保家屬死亡給付申請，無須另行寄送紙本申請資料。若無法親自前往，則需另行備妥「委託書」及存摺影本，交由受託人代為申請。

管道二：使用自然人憑證申請

被保險人持有自然人憑證者，可透過勞保局網站之「個人網路申報」系統線上申請，不受上、下班時間之限制，也不需填寫書面申請文件。網路申辦成功後，系統即直接受理產生編號，並於翌日將相關

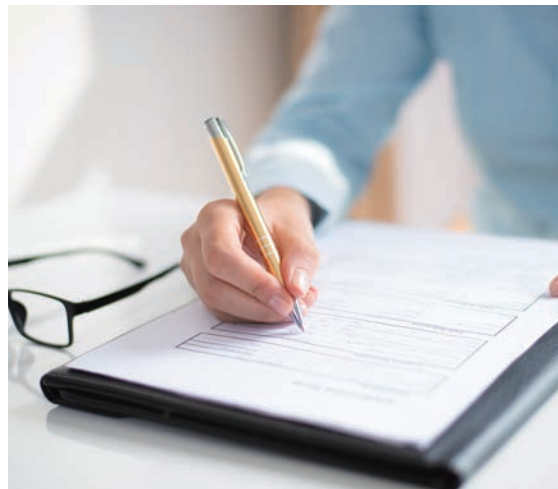
申請書件送勞保局審查。勞保局強調，網站採加密傳輸機制，被保險人敏感資料欄位皆予以控管，不須擔心個人資料外洩。

管道三：書面申請

被保險人直接填寫「勞工保險家屬死亡給付申請書及給付收據」（可自行申請，不需投保單位蓋章），並檢附被保險人國內金融機構存摺影本，郵寄或親送至勞保局。不過，相較於戶政機關通報或自然人憑證申請，書面申請需經過郵件投遞、郵務寄送、勞保局收件、申請受理鍵錄後，送至死亡給付科審查等流程，相對約需增加 2 至 5 個工作日。如須補正、查證等作業，則所需工作日另計。

上列各項申請方式僅需擇一辦理即可，另外，被保險人或死者若未於國內設籍，勞保局將無法透過戶政資料確認死者與申請人的親屬關係，因此申請人仍須透過勞保局網站，查閱相關申請書資訊、檢

附相關應備書件後，寄送至勞保局提出申請。經審查後，應予發給者，勞保局將於收到申請書之日起 10 個工作日內核付，並於核付後 5 個工作日內匯入申請人指定之金融帳戶。自 2019 年下半年起，相關給付案件之通知方式已由手機簡訊取代書面核定函，節能減碳的同時，也能增進行政作業效率。（資料來源：勞動部勞工保險局）



【勞保家屬死亡給付 Q&A】

一、家屬死亡給付的請領資格及給付標準各如何？

請領資格：被保險人之父母、配偶或子女死亡者，得請領家屬死亡喪葬津貼。

給付標準：按家屬死亡當月（含）起，被保險人前 6 個月平均月投保薪資發給：

1. 父母或配偶死亡：3 個月。
2. 年滿 12 歲子女死亡：2 個半月。
3. 未滿 12 歲子女死亡：1 個半月。

二、如何於網路申辦勞保家屬死亡給付？

於勞保局全球資訊網「線上申辦」/「e 化服務系統」/「個人申報及查詢」，將內政部核發之自然人憑證插入讀卡機，鍵入密碼、身分證號及出生日期登入後，選擇「申辦作業」/「勞保家屬死亡給付申辦」功能，即可開始依指示鍵入申請資料並完成申請。網路申辦勞保家屬死亡給付成功後，不需要再列印申請書件寄送勞保局。

三、投保單位是否也可以透過單位憑證，在勞保局網站為被保險人申辦勞保家屬死亡給付？

不可以。勞保家屬死亡給付網路申辦作業，僅限由被保險人以自然人憑證申請。

嚴重病毒感染再返 ——認識新型冠狀病毒

亞東醫院內科部副主任、感染管制中心／廖俊星主任

2020年最震撼世界的新聞，非「新型冠狀病毒」的疫情莫屬，尤其臺灣曾有SARS的慘痛經驗，對防疫更是不敢大意。本期「保健網」有請專業醫師深入介紹這個新型冠狀病毒，並提供實用的預防之道。



亞東醫院內科部副主任、
感染管制中心／廖俊星主任

冠狀病毒在 1960 年代就被發現，當中有兩型可以引起人類的上呼吸道感染，分別是 human coronavirus 229E 和 human coronavirus OC43，歷來文獻上發表的死亡率都很低，極少導致嚴重的病情。但在 2003 年爆發的 SARS-CoV（severe acute respiratory syndrome coronavirus）冠狀病毒，有別於之前的病毒，容易引起肺炎，且死亡率大約 10% 左右。全世界第一個 SARS 病例發生在 2002 年 11 月中國廣東，然而，一開始並未引起全球大流行，直到 2003 年 2 月，一名來自中國廣東的病患將 SARS 傳染給其他 12 名在旅館中的人，之後這個冠狀病毒就在短短幾個月內傳播至許多國家，包括臺灣。最後臺灣總共有 346 個感染個案，37 個死亡案例。在全球的

努力之下，這一波大流行終於在 2003 年 7 月宣告結束。

然而，另一個嚴重的冠狀病毒感染在 2012 年又被發現，這次地點在中東國家，發現的過程和 SARS 相似，先有病人得到嚴重的不明原因肺炎，後來才發現是由新型的冠狀病毒引起（MERS-CoV, middle east respiratory syndrome coronavirus），世界衛生組織（WHO）也在 2012 年 9 月發佈全球警訊，截至目前為止，全球已有超過 2,000 例個案。MERS 的源頭來自蝙蝠，中間透過駱駝傳播到人類身上，致死率比 SARS 還高（超過 30%），而且和 SARS 相同的是，也可以在院內傳播，導致其他病人與醫護人員感染。2015 年，韓國某家醫院因為一個從中東回來的病人帶有 MERS 病毒，

後來傳播給超過 100 個個案，並導致 30 人以上死亡。因此，臺灣疾病管制署一直要求醫療同仁針對旅遊史、職業史、接觸史及群聚史做詳細的詢問，並做好院內感染的監控與防治。

當臺灣各大小醫院仍針對 MERS 進行定期演習之際，2019 年 12 月，中國武漢開始出現不明原因肺炎，2020 年 1 月，個案數大量增加，中國官方於 1 月 9 日公開確認病原體為新型冠狀病毒，世界衛生組織（WHO）在 1 月 12 日將此病毒命名為 2019 novel coronavirus（2 月 12 日正名為 COVID-19），1 月 13 日，泰國發現有境外移入個案，臺灣也在 1 月 21 日發現第一例境外移入個案，自此全球個案快速累積，截至 2 月 18 日，全球已有超過 71,400 例的確定個案，死亡人數超過 1,700 人，超越當年 SARS 的紀錄。

根據目前基因比對結果，高度懷疑 COVID-19 是來自蝙蝠的病毒，感染後的潛伏期約為 2～14 天，死亡率約在 2～2.5%，其主要徵狀為發燒、咳嗽、肌肉痠痛和呼吸困難。和 SARS 不同的是，得到 SARS 的病人超過 99% 都會發燒，而且發燒後才有傳染性，但感染 COVID-19 的病人只有 80% 會發燒，且在病人沒有發燒的情況下就會傳播。因此，專家們預期這個病毒並不像 SARS 容易被控制，但 COVID-19 的嚴重度與死亡率應低於

SARS。

要確認是否感染 COVID-19，需利用反轉錄聚合酶連鎖反應 PCR（reverse transcription-PCR）來偵測呼吸道是否有病毒，從一開始只有疾病管制署提供相關的檢驗，至 2 月已經有超過 10 家以上的醫療院所可以執行這項檢查。原本對冠狀病毒的感染並沒有特殊的治療方法，需靠病人自身的免疫力和醫院提供的支持療法來對抗病毒。不過，令人振奮的是，好幾個國家在成功培養病毒之後，發現許多成分都可以在體外測試有效地抑制病毒，也有少數的病例報告展現這些藥物的治療效果，目前關於這些藥物能否真正減少病人死亡的研究已在進行中。

隔離疑似／確診的病人、完整的防護、多洗手、確實的清潔消毒，是控制所有傳染疾病的標準做法。冠狀病毒主要透過飛沫傳染，或是直接、間接接觸到感染者分泌物而得到感染。因此，在沒有特別



的狀況下，多洗手和在人口密集區域配戴外科口罩是預防的最好方法。而在沒有社區感染之前，有臨床症狀與旅遊史的病人，會接受胸部 X 光檢查，以評估是否有肺炎，一旦符合通報定義，會將病人安置於單人負壓隔離病室，若無負壓隔離病室，則安置於有衛浴設備的單人病室。照護人員的防護標準為長袖防水的隔離衣、非無菌的外科手套、N95 口罩，以及護目鏡或面罩。如果發生社區感染，旅遊史的參考價值就沒有那麼高，此時反而接觸史與群聚現象更為重要。只要有群聚現象，不管在家庭、工作場所或是醫院，都要小

心發生傳染性疾病。在中國的疫情還沒被控制之前，最好避免前往中國，最近曾至中國旅遊的民眾，若身體出現不適症狀，應主動通報公衛人員進行後續檢查，並主動告知醫護人員旅遊史。

隨著科技進步，防疫體系對傳染病的偵測與瞭解已有大幅進步，以 COVID-19 來說，短時間內就確定了病毒，也有了治療的方向。但是，面對所有的傳染病，注意手部衛生及咳嗽禮節仍然是最重要的。此外，公共衛生觀念的提升、疫情的透明與民眾的配合，亦是此次新型冠狀病毒能否順利控制的關鍵。

防疫 TIPS —— 如何落實「勤洗手」？

用肥皂洗手是世界衛生組織（WHO）認為最重要的公共衛生課題之一，養成勤洗手的習慣，可預防腹瀉、呼吸道傳染病及腸道寄生蟲等疾病。呼籲大家牢記以下洗手時機——

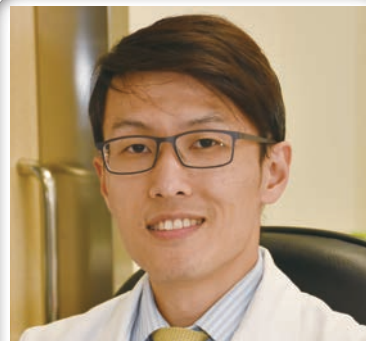
- **吃東西前：**吃東西時，雙手難免接觸到食物，容易將病菌帶入口中。
- **碰觸、逗弄、照顧嬰幼兒前：**嬰幼兒的免疫系統尚未發展成熟，容易因感染病菌而生病，家中大人或大孩童即使無症狀，仍可能從外帶回病菌，因此大人或大孩童返家後應更衣洗手，嬰幼兒照顧者於摟抱、親吻或餵食嬰幼兒前，更應先洗手。
- **看病前後：**無論是病人或陪同家屬，進入醫院前都應洗手，避免將病菌帶入醫院，保護其他抵抗力弱的病人。另外，在醫院的就診環境中，容易直接或間接接觸到病菌，故看病後、離開醫院前也要洗手，保護自己，也避免把病菌帶回家中。
- **上廁所後：**如廁過程中，雙手難免會接觸到尿液或糞便，甚至在翻馬桶蓋、開關門、沖水等動作時，也可能沾染到病菌，因此上廁所後應洗手。
- **擤鼻涕後：**平時應避免用手碰觸口鼻，以避免吃進病菌，特別是出現呼吸道症狀時（如：流鼻涕），鼻腔分泌物含有大量病菌，即使用手帕、衛生紙等擤鼻涕，雙手仍可能沾染分泌物或病菌，一定要洗手，避免病菌傳播。

（以上資料參考衛生福利部疾病管制署傳染病與防疫專區）

哈啾！ 「過敏性鼻炎」來報到

亞東醫院耳鼻喉科暨喉頸外科／溫明勳醫師

過敏性鼻炎是臺灣最常見的過敏性疾病，約有三分之一的孩童患有此疾病；38%的過敏性鼻炎患者曾發生過氣喘，而78%的氣喘病人有過敏性鼻炎。如此普遍的疾病，民眾更應該有所認識，本期「保健網」將簡介「過敏性鼻炎」的成因和預防之道，希望大家不再為鼻子過敏所苦。



亞東醫院耳鼻喉科暨喉頸外科
／溫明勳醫師

過敏性鼻炎患者往往在睡覺時或是一早起床前，會連續打好幾個噴嚏，接著出現流鼻水、鼻塞的症狀；或是在整理衣櫃、棉被，以及打掃的時候，一下子接觸到大量過敏原而發生鼻炎症狀，嚴重時還會出現頭痛、嗅覺障礙及結膜炎的情形。

引起鼻炎的原因

其實，只要鼻部黏膜出現發炎現象就稱為鼻炎，引起鼻炎的原因，除了過敏之外，還有病毒或是細菌感染、內分泌問題、藥物引起（藥物性鼻炎）、職業病（例如：鉻），或是對阿司匹靈過敏…等。當病人因為鼻部症狀（打噴嚏、鼻塞、流鼻

水等）來求診，醫師必須先掌握正確的病史，並進行詳細的鼻部檢查，來區分鼻炎的原因。

鼻炎的區分

鼻炎大致上可以分為：過敏性、非過敏性。過敏性又分為：季節性、全年性；非過敏性鼻炎則分為感染性、非感染性。感染性鼻炎最常見於病毒感染，也就是感冒，或是因細菌的繼發性感染；至於非感染性的鼻炎則包括：血管運動性鼻炎、NARES（Non-Allergic Rhinitis with Eosinophilia Syndrome），或是藥物性鼻炎…等。

過敏性鼻炎的發生

除了患者本身的體質，還得接觸到過敏原才會誘發症狀出現，而且疾病的嚴重程度與持續的時間，和環境中過敏原的濃度成正相關。所以治療過敏性鼻炎的第一步，就是預防，盡量避免接觸到過敏原。

避免接觸過敏原有方法

以臺灣來說，最常見的過敏原就是塵蟎。要避免接觸塵蟎的方法如下：

1. 臥室內不要鋪地毯，或是放置絨毛玩具、娃娃。
2. 使用抗過敏的被套、床單、枕頭套。
3. 每週清理房間內的各式家具。
4. 穿進房間或放置在房間內的衣服，以攝氏 60 度的水清洗。
5. 臺灣的環境濕度普遍偏高，建議利用除濕機，將環境溼度維持在 50% 以下，讓塵蟎無法生存。

雖然上述方法無法確保能完全除去塵蟎，但對於症狀改善仍有一定效果。至於引起季節性過敏的花粉，只要季節一到，花粉處處皆是，很難避免，通常需要藉助藥物治療。

季節性過敏性鼻炎的治療

要減緩成人的常年性過敏性鼻炎，第一步仍以避免過敏原為主，儘量除去環

境中的過敏因子。若是有輕微或偶發症狀需要藥物治療，則抗組織胺藥物（口服或局部）是第一選擇。病人同時有鼻子與眼睛的症狀，則選用口服；若僅有鼻部症狀，則口服與鼻噴劑皆可。眼睛的症狀若是比較嚴重，可以加上眼用的抗組織胺藥水。

患者若是有中等程度的症狀，或是症狀時間較長，無法以抗組織胺控制時，則考慮使用局部類固醇噴劑，在整個花粉季節規律的使用。不過，局部類固醇應在治療三個月後停藥，如果症狀再發，則視輕重程度再度給予抗組織胺或是局部類固醇。若是同時伴隨眼睛症狀，也可以加上抗組織胺或是 Cromones 的眼藥水。若仍無法控制，或是患者有極嚴重的症狀，則可合併使用抗組織胺與局部類固醇，另外考慮是否調整劑量，待治療一段時間控制得宜，即可停用其中一種。

萬一這些方法都不能良好控制鼻炎症狀，則可以加上去充血劑（口服或鼻用），以解除鼻塞，但要小心過於頻繁使用產生的藥物性鼻炎。倘若這些方法都無效的話，可在花粉季節後兩個月，開始接受減敏治療。

值得注意的是，經過上述治療仍控制不佳時，必須對鼻部做徹底的檢查，排

除有其他非過敏性的問題，例如：解剖構造的變異、鼻息肉、甚至慢性鼻竇炎。若藥物治療無法解除鼻塞，可以考慮用手術的方式，例如：電燒、雷射燒灼，或是下鼻甲切除。

常年性過敏性鼻炎於孩童的治療

治療孩童的原則與成人基本相同，但需要更審慎評估藥物可能的副作用，而且「避免接觸過敏原」在孩童治療上更為重要。嚴格的環境清理可以減輕症狀，也降低使用藥物或減敏療法的需要。藥物治療的首選還是口服或鼻用的抗組織胺，對於嚴重的患者，單一用藥無法控制時，則合併使用鼻用類固醇和抗組織胺。若仍無效，則可試用減敏療法。

臺灣過敏性鼻炎的發生率愈來愈高，若病人能早期獲得正確診斷，了解如何避免過敏原或可能的刺激物，並選擇適當的藥物治療，當可有效控制症狀，提升生活品質。



水水要「漂釀」 請妳跟我這樣吃

遠東百貨／鄭嘉蕙

三月，春花在枝頭綻放，捎來春天的消息，這是萬物復甦、春暖花開的時節，同時也是滋養身體的好時機。在這個身心跟著大自然一起鮮活起來的時刻，希望每一位「水水」都能把握時機養顏美容，嘗試「美妍料理」，讓自己從裡到外觀起來。

尋 求健康美麗，需要從身體、心情、靈性等三大關鍵著手。

● **身體健康**：想要擁有由內而外的健康，必須以飲食為經、運動為緯，架構健康大根本。中國人講究食療，遠離過度加工的食品，多吃原始食物，養心、護肝、補脾、清肺、顧腎，自然能夠養出水潤動人的不老容顏，讓自己神采奕奕、活力十足，再加上足夠的運動維持窈窕體態，身體就能永續健康。

● **心情愉悅**：好心情和美顏互為因果，而作息規律是好心情的第一步，找到能夠穩定情緒、讓自己開心的方法，不管是美食、寵物、興趣，甚至是一個從小陪伴自己的填充娃娃，都能在烏雲罩頂的當下，幫助自己轉換心情。

● **靈性豐滿**：想要有深度、能耐時空考驗的美，絕對要補給靈魂厚度。每個人讓自己性靈豐沛的方法不同，妳喜歡看書、聽音樂、看電影？還是擁有宗教信仰？沉浸大自然？時刻補充靈魂的能量，和自己進行精神層面的對話，就能增添靈性的豐滿。

想要吃出美妍，遠東百貨為大家推薦：

好料健康吃

「莎堤亞印度料理」印式傳統鷹嘴豆咖哩＋香料脆餅

以茴香、芥末籽、丁香……等香味濃郁的獨門醬料，深淺交錯帶出鷹嘴豆獨有的好滋味，搭配以多種異國香料烘烤出的脆餅，有飽足感卻不造成身材負擔，微辛辣料理還可促進血液循環，加快新陳代謝，增強排汗排毒功能，幫助體內細胞再生，從體內打造利於美容的身體。建議售價 450 元，**集團同仁獨家 9 折優惠**。洽詢專線：遠百桃園 9 樓，(03)332-0498，供餐時間：11：00-21：00。



好料健康吃

「香草工坊」山藥豬肉鍋

冷呼呼的天氣裡，品嘗養生山藥豬肉鍋就能暖身又健胃。以獨特香濃的香茅沾醬，搭配健康水煮的飲食概念，並以單鍋設計，自己動手水煮料理，衛生又營養。建議售價 290 元，**集團同仁獨家優惠 95 折**，**另加收 10% 服務費**。洽詢專線：遠百寶慶 B1，「香草工坊」0800-231-022。



甜食超療癒

「春水堂」黑芝麻鮮奶茶

採用天然研磨五穀粉加入濃醇鮮奶完美調製，濃郁的黑芝麻香味在穀中作樂，口感層次豐富，是補充元氣的完美選擇。建議售價 85 元，**集團同仁獨家優惠第二杯 8 折**。洽詢專線：臺南大遠百 5 樓，(06)208-8512。



保養不能少

「農純鄉」滴雞精

嚴選黑羽土公雞精萃，第一道初萃不加水，濃郁無腥味並已濾除多餘油脂，只保留雞精膠質、蛋白質等營養，可增強元氣體力，還能補充膠原蛋白，讓您擁有好氣色。3 盒 21 入建議售價 14,000 元，**集團同仁獨家優惠價 10,500 元**，**再加贈滴雞精 1 盒 7 入**。洽詢專線：新竹大遠百 6 樓，0933-114-762。



保養不能少

「老行家」彈力珍珠膠原蛋白粉

結合多國認證的優質魚萃取，以及獨家 W Clear 兩階段精製純化水解技術，製成專利型 P-O/O-G 膠原蛋白二胜肽，小分子膠原蛋白讓人體更好吸收，同時搭配抗氧化之母「維生素 C」、「珍珠粉」及「芝麻萃取物」，一天二包，美麗 Q 彈、青春飽滿。5 盒建議售價 4,950 元，**集團同仁獨家優惠 3,713 元**。洽詢專線：遠百寶慶 B1，(02)2389-4912、臺中大遠百 B2，(04)2258-9528。



備註：全文「優惠價」需要出示集團員工識別證，期限至 2020 年 3 月 31 日止。掃描 QR Code 看更多遠東人專屬優惠





親子烘焙料理DIY 感受法式水果塔的「莓」好時光

豫章工商／莊宜君

兒時總喜歡玩扮家家酒，在餐桌上擺些小盤、小碗、叉匙，當然也少不了可口的點心，最後邀請心愛的小熊布偶來作客……這樣的遊戲玩上千遍也不厭倦。現在看著孩子們也進入扮家家酒的年紀，更想帶著他們一起捲起衣袖，來場實作體驗，不僅為親子關係加溫，也讓還保有童心的大人們重溫舊夢！

春天是品嚐新鮮水果的好時節，本期「親子烘焙料理DIY」特別選擇法式水果塔，不僅可以吃到酥香塔皮、濃郁布丁餡，還有營養價值高的各式莓果，口感層次豐富，色彩繽紛討喜，保證受到大家的喜愛！

準備工具：電子秤、鋼盆、直形網狀打蛋器、橡皮刮刀、擀麵棍、塑膠袋、塔模、雪平鍋、水果小刀、蔬果砧板、三角形擠花袋、星形花嘴

一、杏仁塔皮

【材料】

奶油 75 公克、上白糖 50 公克、全蛋 30 公克、低筋麵粉 150 公克、烘焙專用杏仁粉 20 公克

【準備工作】

- ❶ 將冷藏奶油置於室溫退冰，待其回溫後（以手指按壓類似耳垂軟度），切成小丁備用。
- ❷ 所有粉料先以篩網過篩，使粉粒均勻，避免因潮濕結粒影響成品組織及口感。
- ❸ 將雞蛋外殼確實刷洗洗淨，擦乾水分，降低細菌汙染的機會。
- ❹ 敲裂蛋殼，將蛋黃及蛋白打勻。
- ❺ 塔皮進爐前 10 分鐘，先以 180°C 預熱烤箱。

【製作程序】

❶ 在鋼盆中倒入奶油丁及上白糖，以直形網狀攪拌器順著同方向攪拌，使其呈現絨毛狀。

❷ 分三次加入蛋液，並攪拌均勻，避免油水分離。

❸ 加入過篩後的低筋麵粉及杏仁粉，再使用橡皮刮刀，邊壓邊拌合成均勻光滑的麵糰。

❹ 放入密封袋中，置於冰箱冷藏2小時。

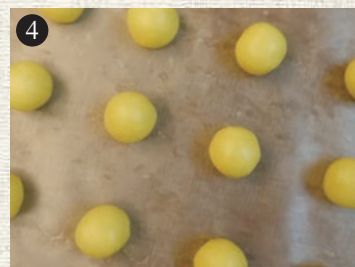
❺ 將麵糰分割成15公克、20個，搓成圓球狀。

❻ 先以掌心將麵糰壓成餅狀，再以擀麵棍均勻施力擀壓成2~3公分圓片。

❼ 放入塔模中，以大拇指輕壓固定整形後，待其鬆弛約20分鐘。

❽ 取叉子在塔皮上均勻戳洞，並鋪上一層紅豆，防止塔皮在烘烤時鼓起變形。

❾ 放入烤箱，以180°C烤約20~25分鐘，至塔皮呈均勻金黃色澤，即可取出烤盤，將紅豆倒出，塔皮放涼。



二、法式布丁餡

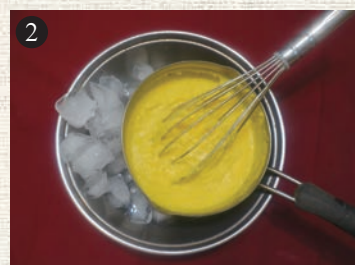
【材料】

香草莢 1/8 條、全脂牛奶 180 公克、細砂糖 35 公克、蛋黃 60 公克、玉米粉 13 公克、奶油 12 公克、動物鮮奶油 60 公克

【準備工作】

❶ 將香草莢橫剖，取出香草籽浸泡於牛奶中。

❷ 玉米粉過篩。



【製作程序】

- ① 將蛋黃、玉米粉以直形網狀攪拌器拌打成無顆粒的蛋黃糊。
- ② 在雪平鍋中倒入牛奶、細砂糖及香草籽，以小火煮至滾沸。
- ③ 將煮沸的香草牛奶沖入蛋黃糊中，以直形攪拌器迅速混合均勻至無顆粒，再以小火煮至濃稠滾沸。
- ④ 倒入奶油攪拌至均勻溶化。
- ⑤ 隔冰水降溫後，放入冰箱冷藏待用，即完成香草布丁餡。
- ⑥ 若要進一步製作法式布丁餡，先將鮮奶油倒入鋼盆中，隔冰打至呈溼性發泡濃稠狀，再取300公克香草布丁餡拌合均勻即可。

三、組裝法式水果塔

【材料】

草莓、藍莓、青葡萄、櫻桃、水蜜桃



【製作程序】

- ① 將水果分類洗淨，再以廚房紙巾吸乾水份備用。
- ② 三角擠花袋中放入星形花嘴，再裝入法式布丁餡料。
- ③ 塔皮中擠入適量餡料。
- ④ 最後以季節鮮果點綴裝飾。



完成

【貼心小叮嚀】

- ① 製作烘焙料理時，準確秤量材料是邁入成功的第一步。
- ② 塔皮製作需使用烤箱烘烤，因各廠牌不同，爐溫和時間請憑經驗掌握。
- ③ 香草布丁餡為一般布丁餡混合了淡淡的香草清香，而法式布丁餡則因添加了動物鮮奶油，有奶香風味及滑順口感，可依個人喜好選擇口味。
- ④ 建議選用富含果香風味、色澤鮮明且含水量少的當季水果，不但營養成分高且價格合理。

我眼中的人工智慧

亞東石化（上海）／吳飛

隨著時代進步，我們的生活模式也發生了翻天覆地的變化。越來越多科技成果出現在周邊，為生活帶來巨大的便利。

近年人工智慧（AI）已成為當紅名詞，定義是：研究、開發用於模擬、延伸和擴展人的智能的理論、方法、技術，以及應用系統的一門新的技術科學。看似有點深奧，但其實就是讓人類創造的東西具有類似人的智慧的科技。例如家中安裝了人工智慧的空調、電視、油煙機、掃地機、家庭監控等設備，不僅能通過小米的「小愛同學」和阿里巴巴的「天貓精靈」語音來控制，還可以用手機遠端操控，甚至家裡的智慧門鎖亦可通過指紋比對，確定是否為屋主。這些都只是 AI 的簡單應用，相信不遠的將來，當 5G 網路正式商用，遠端醫療、自動駕駛、智慧城市、智慧家居…等 AI 重點行業領域將能更普惠百姓。

人工智慧被譽為繼蒸汽機、電力、互聯網科技之後的第四次工業革命，可賦予機器人智慧和生產力，將人類從繁重的勞動中解放出來，從事更有創造力的工作，從而提升社會生產力和文明的進程。所以

目前全球的高科技公司都在著力開展 AI 研究，國內百度、小米、騰訊、阿里巴巴等科技巨頭企業，以及海爾、美的、格力等傳統行業都投入了 AI 行業。

在這個科技興國、科技興企的時代背景下，跟不上步伐就會被淘汰，亞東石化（上海）也緊隨人工智慧的腳步，氧化廠採用了先進的 APC 智慧控制系統，自動採集各種生產參數，並通過模型，計算出最優化的參數以控制操作，使用越久，系統的學習能力越強。在門禁系統上，由門禁卡升級到人臉辨識，只要從攝像頭前經過，系統就能比對臉部特徵，確定人員資訊並控制閘門啟閉，不用擔心忘記帶卡，也防範了卡片被盜用的情況，除了方便人員進出管理，更進一步提高安全性。

十年前，我們不敢想像科技發展能帶來如此大的變化，如今我們即將邁入下一個十年，預期還會有更多的 AI 科技出現，成為下一個精彩十年的驅動力。讓我們拭目以待！

2020 年的第一次志工活動

遠紡織染（蘇州）／陸慧娟

一直很想參加路跑，擁有一塊完賽獎牌，只是身體不給力，無法得償所願。偶然的機會接觸到路跑志工活動，初次嘗試後一發不可收拾，只要有時間就會積極參加，換一種方式實現願望！

2020 年一開春，就參加了吳中區四季越野賽「江湖夢·情」的志工活動。為了提前做好準備，我們必須比選手提前 1、2 個小時到達。換言之，清晨 6：30 得在市區的體育中心集合待車，而最早的公交車到體育中心約 20 分鐘、從住處到公交站需要 20 分鐘、還得預留梳洗的時間，最遲也得 5 點鐘就起床。我繃緊神經，定好鬧鐘，準時的趕上專線大巴車、吃了主辦單位準備的早餐，直到 7 點 10 分左右下車時，天才終於亮了。

到達活動現場——東山雨花勝境，只見舞龍和擊鼓表演隊已經在反覆排練。吳中冬季越野分為 15KM 和 10KM 兩組，此次我負責在完賽物資發放區，分發賽後小禮品。每位選手可獲得一份獎牌，以及一個特色帆布包、一瓶飲料、一根香蕉，參加 15KM 的選手還可另外獲贈一件印有「財神鼠」的中國紅短袖 T 恤，和一枚很復古的印章，上面刻著「冬」字。當

然還有一個彩蛋是，選手們可以憑券，在活動區美美的吃上一碗東山的矮馬桶羊肉麵。

隨著天色漸漸轉亮，積極的選手也陸續到場，因為規定必須等待選手們開賽後，才可以拆包分裝物資，因此現在對我來說，還是比較清閒的。看著眼前的男男女女，或是孤身一人，或是夫妻結伴、朋友相約，當中更有不少外國友人，大家全都裝備齊全，跑鞋、背包、補水用具、運動衣褲，還有露出來的強健體格，讓人羨慕不已。

跑者慢慢聚集在廣場前，有人輕鬆的在主辦單位安排的背景牆下合影留念，有人事先來諮詢有關廁所及小賣部的方位，甚至還有些人在文創售賣區內認真「淘寶」。

終於，大會拉開序幕，一心期待大叔大媽的舞龍表演，就像主持人所說，「新年舞個龍，一年都暢通」，無論是龍騰或

虎躍，統統拍進手機裡。正式起跑前，一身紅色軍樂正裝打扮的大媽們個個花枝招展，在攔線外區奏起了鼓樂，為選手們歡送！當2座仿古電子大炮射出漫天七彩禮花和發令汽笛響起時，選手們雀躍的朝著東山莫厘峰展開了一場自我挑戰。

此時，我們的任務也正式開始。大家分工合作，裝香蕉的、裝水的、裝印章的、拿包的，井然有序地把待會兒要分發給選手們的禮物，一包包的整齊擺放好，為歸來的英雄們送上冬日的溫暖！沒多久，10KM的前三名已經回來，其中還有一位年約50多歲的外籍跑者，看起來身材瘦高、弱不禁風的樣子，沒想到竟有這樣的體力和耐力。

由於離歸來高峰期還有一段時間，大家趁這個機會，輪流到東山矮馬桶羊肉麵吃午飯。這一碗麵相當軟糯，沒有難聞的膻味，讓近幾年因為無法接受羊肉膻味而戒吃的我，抵擋不住誘惑，消滅了一整碗的麵和肉，連湯也不剩，吃完全身暖烘烘，幹勁十足！

等待選手的同時，我的雙腿也不自覺跟著廣場上的音樂舞動著。每看到選手們奮力歸來，總忍不

住為他們喝采，熱情的送上我們的心意，引導他們完賽拍照，並且休息、用餐，心裡有很大的滿足感。這一路上，他們也許是夫妻同心扶持，也許有朋友協助衝刺，更或許有些人即使孤獨奔跑，也有美景相伴或是陌生人吶喊助威……很多的感動，相信都收藏在他們心底。

直到下午2點多，終於結束使命，我們徒步返回大巴車。走在東山七繞八拐的小巷子裡，不僅聞到陣陣的臘梅香，還終於看清了家家戶戶的門庭裝飾，感受到東山人悠然的生活品味，算得上是視覺、味覺，以及心靈上的多重享受！

今天真的很幸運，雖然天氣預報有小雨，但其實只在6點左右下了一會兒濛濛雨，堪稱老天作美，也為新的一年起了很棒的開頭。未來我也要慢慢鍛煉身體，希望能夠來一場帥氣的越野衝刺，點綴自己的人生！



「遠東人開講」：超實用APP大募集

編輯室輯

智慧手機對於現代人來說，已經是不可或缺的重要物件，手機裡安裝的各式APP更成為忙碌生活中的好幫手。快來看看海內外的遠東人推薦了哪些好用的APP？

【一】

現代人手機不離身，手機上的拍照功能逐漸取代專業相機，隨手就能留下美麗的風景，也讓手機修圖軟體越來越多樣化。

我個人很推薦「Foodie」相機，通常會用內建相機拍照後，再使用濾鏡調整。這款APP提供多種模板，方便使用者選擇喜愛的濾鏡風格，且操作簡單，沒有太多複雜的編輯功能，可盡量還原眼前的景象，並增添一些光彩，畢竟照片還是要與現實相符才比較有真實感，而且套用濾鏡後的相片會另外儲存，不會影響原始檔案。當然，也可以在「Foodie」相機上，先調整好濾鏡再拍照，只是照相快門會比內建相機延遲一點，大家不妨試用看看！（遠傳電信／吳晉逸）

【二】

背單字時，您是不是也常常有背了又忘、忘了又背的困擾呢？推薦大家試試這

個免費且無廣告的「Quizlet」APP。它的使用方式很簡單，只要手動建立單字卡，就可以開始使用。如果不想自己建立，也可以下載其他人無償提供之單字卡，更可藉此與其他正在學習此領域的使用者互動。

此外，使用者也能透過APP內建不同的遊戲方式，增加學習記憶，從傳統翻卡式測驗，到多張卡釣魚式測驗，讓學習過程更有趣。每次測驗後，系統會自動將沒有答對的題目，列入下次的測驗，很適合在通勤或零碎時間使用。

除了單字之外，也可以用Quizlet學習需要反覆記憶之內容，例如專有名詞之定義等，非常推薦大家使用看看！（遠東商銀／李承毅）

【三】

隨著科技的日新月異及支付方式的多元化，現在出門已經鮮少帶上錢包，這次想跟大家推薦「Stocard 會員卡」APP，

可以匯集市面上常見的店家或百貨等會員卡，在結帳時選定需要的會員卡，出示畫面給店員掃描條碼、累積點數，不但能減少帶一堆實體卡片出門的不便，更可省去結帳時東翻西找的麻煩，還能享有會員的權利與優惠，而且 iOS、android 皆可使用，方便又實用！

另外也建議大家多利用載具，將發票存在雲端，不僅不用索取紙本發票，中獎時還會主動通知，並且直接將獎金匯款於指定帳戶，環保又便利！（亞洲水泥／柯品綺）

【四】

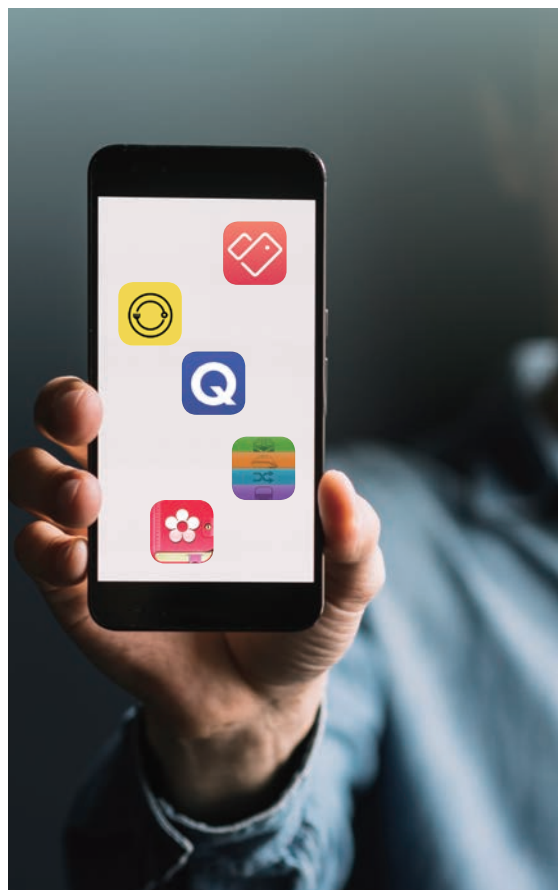
通勤族在不同的交通工具之間轉換，有時為了車次時間與轉乘資訊煩心，特別需要一款可以統一查詢大眾交通工具的好用 APP。推薦「雙鐵時刻表」APP，不但可查詢臺鐵、高鐵、捷運、雙北公車、航班、單車等資訊，還有旅步全臺接送、轉乘查詢等功能，而且完全免費，亦可支援 iOS、android 的手機，一次滿足眾多需求，堪稱通勤族必備神器。（遠東新世紀／葉永鍵）

【五】

推薦給大家兩款好用的 APP，一是針對女性的「小月曆」APP，可紀錄經期、經期間的症狀，若看診時醫生問起經期狀

況，只要點開 APP 就能一目了然，此外，系統也會自動協助計算排卵期，並預估下次月經的日程。

另一款「CW MONEY」APP 則是理財的好幫手，不只能安裝於手機，也推出可以在 Windows 及蘋果電腦上使用的桌面軟體。操作方式簡單，除了能分析每月支出，也可設置每月預算，或是設定時間提醒自己記帳，並且記錄記帳地點與照片，方便日後查詢，十分實用。（遠東紡織越南／廖靖宜）



有獎徵答

編輯室輯

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！

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



本期題目

- 關於遠東集團水泥產業與轉投資公司之敘述，下列何者為是？【封面故事】
 - 亞洲水泥發展循環經濟，創造新價值
 - 亞泥（中國）力求擴大產能，並延伸至航運物流業，以加強水泥運送的便利性
 - 嘉惠電力二期擴建案完工後，將成全臺最大民營天然氣發電廠
 - 以上皆是
- 下列關於「冠狀病毒」感染之敘述，何者為是？【生活情報・保健網】
 - 2003 年爆發的 SARS 和 2012 年中東國家發現的 MERS，皆是冠狀病毒感染
 - 2019 新型冠狀病毒的主要症狀為發燒、咳嗽、肌肉痠痛和呼吸困難
 - 冠狀病毒主要透過飛沫傳染，或是直接、間接接觸到患者分泌物而感染
 - 以上皆是
- 關於「過敏性鼻炎」之敘述，下列何者為非？【生活情報・保健網】
 - 治療過敏性鼻炎的第一步，就是避免接觸過敏原
 - 以攝氏 60 度的水清洗衣物，可預防塵蟎孳生
 - 孩童不能使用藥物治療過敏性鼻炎
 - 過敏性鼻炎也可能出現眼睛症狀
- 下列哪些管道可以請領勞保家屬死亡給付？【生活情報・臺灣地區法律網】
 - 透過戶政機關通報申請
 - 使用自然人憑證申請
 - 書面申請
 - 以上皆是

參加辦法

請剪下 355 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，於三月十五日前擲回「臺北市敦化南路二段 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（15 份）。編輯室將於次月月刊中公佈得獎名單。

遠東人月刊 355 期有獎徵答

姓名：
單位：
聯絡地址：

答案：1. () 2. ()
3. () 4. ()

354 期有獎徵答得獎名單揭曉

單位	姓名	單位	姓名	單位	姓名
鼎鼎企管	詹 * 婷	四川亞東水泥	賴 *	亞洲水泥	蔡 * 泉
亞東綠材	吳 * 興	遠東先進纖維	吳 * 貞	亞東醫院	史 * 鈴
亞東醫院	賴 * 恩	亞東技術學院	陳 * 政	亞東證券	詹 * 益
亞東石化	劉 * 金	亞東技術學院	馬 * 山	遠東都會	葉 * 雄
遠東商銀	楊 * 儀	遠東新世紀	林 * 儀	遠通電收	許 * 綾

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！





遠東巨城購物中心發揮賣場空間優勢，吸引新竹市三所學府二度前來舉辦聯合美術展，讓超過 3 萬人次欣賞到學生們的天賦與校方辦學的成果。



元智學生組成艾姐 IT 義工天團，於寒假期間前往七所小學舉辦冬令營，提升偏鄉數位教育。



臺南大遠百為「2019 愛 很簡單——公益聖誕點燈作文繪畫徵選比賽」舉辦頒獎典禮，鼓勵學童對未來更有計劃及期盼。



遠百桃園再度舉辦公益捐衣活動，總計募得超過 2,600 件愛心衣物，為庭芳啟智教養院院生送暖。



新竹大遠百與新竹市政府社會處共同舉辦「集米送愛·給你穀勵」募米活動，共計募得 1,563 公斤白米，全數捐贈予新竹市政府社會處社會救助與老人福利科。

專屬福利

幸福喜宴・員工優惠

遠東集團員工於香格里拉台北、台南遠東飯店
以及新板Mega 50 舉辦婚宴，可享員工獨家優惠85折。
讓專業團隊為您打造夢想婚禮，詳情請洽以下各點。



Mega 50宴會廳

- 起桌價NT\$19,800 (10人)
- 訂席需12桌起
- 專線 (02) 7705-9746



新北市板橋區新站路16號
百揚大樓48樓 (大遠百旁)
www.mega50.com.tw



香格里拉台北遠東飯店

- 起桌價NT\$26,800 (12人)
- 訂席需10桌起
- 專線 (02) 7700-3035



香格里拉
台北遠東國際大飯店
Far Eastern Plaza Hotel
TAIPEI

台北市敦化南路二段201號
www.shangri-la.com



香格里拉台南遠東飯店

- 起桌價NT\$17,299 (10人)
- 訂席需10桌起
- 專線 (06) 702-8833



香格里拉
台南遠東國際大飯店
Far Eastern Plaza Hotel
TAINAN

台南市東區大學路西段89號
www.shangri-la.com

敬請出示員工識別證；以上專案適用於一年之內；價格須外加一成服務費(恕無折扣)；
額外點用酒水恕無折扣；無法再與其它優惠併用；各點保有修改優惠的權利