

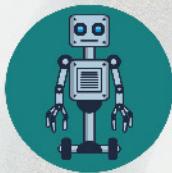
遠東人

徐有庠
題

共同開創「誠勤樸慎·創新」的健康人生

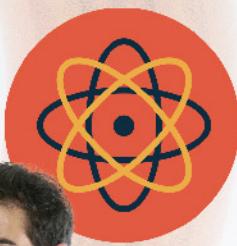


JUN 2020
NO. 358 06 月號



青年培力 夢想出擊

YOUTH EMPOWERMENT
FOR A BETTER FUTURE



COVER STORY

元智培力青年
人才養成從校園開始
緊貼產業脈動
亞東技術學院點亮技職優勢
豫章以務實致用
迎接未來產業變動

LIFE GUIDE

美食網
親子下午茶盛宴DIY
保健網
防疫「偏」方 別再傳

掃描 QR Code 看更多即時訊息
還可下載電子雜誌





↑ 遠東新世紀公司永續績效再獲肯定，於第十六屆《遠見雜誌》CSR 企業社會責任獎頒獎典禮勇奪雙獎，徐旭東董事長親自出席領獎。



↑ 亞洲水泥花蓮廠生產之卜特蘭水泥同時取得三項國際認證，在綠色生產力基金會鄭福田董事長（中）見證下，由亞洲水泥李坤炎總經理（右一）代表接受 SGS 黃世忠副總裁（左一）授證。



↑ 為了向防疫第一線的醫護人員表達誠摯感謝，遠東百貨徐雪芳總經理（中）宣佈，全臺遠百 11 店準備 10,000 個愛心便當分送至各地醫院。



↑ 元智大學在吳志揚校長（前排中）主持下，為新成立的「大學社會責任基地」舉行啟用儀式，未來元智將以新雙語目標為核心，持續推動地方資訊教育與國際教育。



↑ 為支持半導體人才培育工作，羅姆半導體公司捐贈亞東技術學院 85 套「感測器實習套件」，由黃茂全校長（左四）代表接受。

青年培力 夢想出擊

李佳珍

無論國家或企業，面對日新月異的競爭趨勢，擁有人才，才能贏得未來，而校園是人才養成最重要的管道，本期「封面故事」為您介紹集團旗下的教育機構，看元智大學、亞東技術學院、豫章工商，如何以創新的思維，緊貼產業脈動，深耕特色領域，樹立核心優勢，與產業共創雙贏。

不只在校學子需要學習，身為職場工作者，更應重視學習力，才能長保競爭力。本期「樂活職人」提供實用的職場英文教學，讓您的口語表達更顯專業；還有 GO SURVEY 分享各世代使用 APP 的調查報告，助您找到下一個可發展的數位服務，開拓新商機！當然，積極吸收新知的過程，也要留意別被網路上的不實訊息混淆了，「保健網」特別為您整理近日甚囂塵上的各式「防疫偏方」，以及亞東醫院醫師的專業解析，讓我們一起成為最 smart 的知識領航員！

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」七月份話題：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：6 月 15 日前）



JUN 2020
NO. 358

01 EDITOR 編輯手記

青年培力 夢想出擊／李佳珍

04 LEADER'S REMARKS 領航者的話

致元智大學 108 學年度畢業生訓勉詞／徐旭東

06 COVER STORY 封面故事

元智培力青年 人才養成從校園開始／編輯室採訪整理

緊貼產業脈動 亞東技術學院點亮技職優勢／編輯室採訪整理

豫章以務實致用 迎接未來產業變動／馬玉蘭

16 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

24 OFFICE TALK 樂活職人

經營管理新知：多元化APP 為你打造數位新生活／天下創新學院

實用職場英文：如何專業的表達「同意」／EIE美語



30 HOT TOPIC 遠東話題

遠東人開講：超實用APP大募集／編輯室輯

31 LIFE GUIDE 生活情報

流行網 美型家電當道 會省才是王道／鄭嘉蕙

法律網 延長托育補助年齡 無縫銜接就學需求／林欣潔

美食網 親子下午茶盛宴 DIY 體驗窩在兔子洞裡的幸福／莊宜君

保健網 防疫「偏」方 別再傳／編輯室輯

財經網 信用貸款大解析 一次看懂申辦重點／呂怡欣

45 STORY 心動時刻

讓靈魂跟上／邊亞梅

「你只是看起來很努力」讀後感／楊芬妮

48 QUIZ 有獎徵答

357 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 曾淑萍 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



致元智大學108學年度 畢業生訓勉詞

遠東集團董事長／徐旭東

Life is a continuous journey of transformation.

人生是持續轉型的旅程。

—— Daniel Transon, The Leadership Challenge

2020年，對於即將畢業的你們，相信會是一輩子難忘的回憶。年初以來，Covid-19（新冠肺炎）在全球快速蔓延，不僅各國經濟活動停擺，習以為常的生活方式也被迫調整。這波疫情突如其来，攬亂全球秩序，而人類與病毒間的戰爭或許會形成新常態，成為我們必須長期關注的

重要課題。事實上，未來數十年世界將展現不同樣貌，人口成長減緩及老化、氣候變遷與環保意識抬頭、經濟成長依賴新驅動力、社會結構和生活型態轉變、新興科技不斷創新突破，種種趨勢變化太大、太快，讓所有人難以掌握。

另一方面，隨著人才、資金、商品的全球流動，加上網際網路與通訊科技發展成熟，資訊更快速在世界各地互通，打破實體地域疆界、時間與距離侷限，促使全球連結越來越加緊密。處於這個新經濟時代，你們將面對更快的變化、更強的連結，如何掌握這股新力量，取決於各位是否具備開放的心胸、前瞻的視野，以及持續學習、成長、創新、轉型的能力。

各位即將畢業步入社會，未來工作方式可能不再與以往相同，例如人工智慧普及應用，許多既有職業會被取代，但同時也讓人類擺脫簡易、演算與重覆性工作，將心力投入解決問題以及孕育創新想法，進而創造更大的價值。除此之外，未來各行各業將面臨異於傳統的競爭模式，像是 Uber 衝擊計程車行業、Airbnb 爭取連鎖飯店的旅宿市場、Facebook 和 Apple 等科技公司分食銀行金融業務等等，如果繼續用傳統觀點看待競爭，將容易忽視真正的威脅，也錯失了潛在的藍海商機。然而，未來工作方式與競爭模式轉變，既是危機、也是契機，端視你們如何打破框架思考，用新經濟的角度去解析，化危機為轉機，把握契機開創新局。

如果你們想在新經濟時代獲得成功，首先要展現快速應變的敏捷力（Agile）。

從現在開始，時常自我警惕，當知識與技能落後時，盡快提升實力；當發展陷入困境時，加速轉型突破；最重要的是，取得成功實績後不要自滿而停滯，而是戰戰兢兢規畫下一步，把眼光放遠，追求比今天更好的明天。其次，要培養持續精進的躍競思維（Leap）。各位在元智求學期間充分學習，相信也深植了創新基因，進入社會或職場必須再積極建立核心能力，擴充自己多方面的技能，並且不斷跨入新知識領域，才能確保領先優勢，而不會在激烈競爭中被淘汰。

今年是遠東邁入下一個七十年的起點，走過七十歲月，遠東集團不僅十大事業經營成績深獲外界肯定，同時一路秉持「取之於社會、用之於社會」的理念，播種教育、醫療、慈善等公益事業，以實際行動回饋這片土地。各位都是元智大學培育出來的優秀人才，也是遠東大家庭的一份子，更是國家發展前進的重要棟樑。不管以後身處世界任何角落，在任何領域打拼奮鬥，我期勉各位都要記得遠東人「誠・勤・樸・慎・創新」的精神，擁抱熱情，堅持理想，做有意義的事，走正確的路，一起攜手同行，為國家、社會共創更美好的未來！



元智培力青年 人才養成從校園開始

編輯室採訪整理

「培力」一詞主要是培養個人能夠掌控生活的能力，近幾年來廣受教育界討論，因為隨著時代演進，青年學子必須具備更多元的能力，才能夠應付未來的職涯挑戰。校園是人才養成最重要的管道，面對日新月異的競爭趨勢，元智大學不斷調整教學方向與重點，為青年培力，實現生涯夢想。

新雙語特色 迎向數位跨域趨勢

臺灣高教環境受到少子化衝擊，科系縮減甚至大學退場的消息時有所聞，在如此險峻的挑戰下，元智大學看見更多成長的機會。為因應全球數位化浪潮，元智特別聚焦「數位跨域（Digit+@YZU）」，從過往的「雙語大學」邁向「新雙語大學（各學院英語專班+必修程式語言）」，以培育跨域及全球移動能力為首要目標。

因應數位時代趨勢，人工智慧來臨，元智發展數位跨域學程，推動全校必修程式語言課程，以奠定數位學習的基礎，再依各學院需求發展特色數位應用課程／學程，做為數位跨域學習之基石；課程內容則依各系特色、學習性質與學生需求適切規劃，幫助學生運用相關技能，藉由「模組化」、「跨領域」及「以學習者為中心」的教學方式，提升學生數位跨域競爭力。

與時俱進的應變力讓元智大學部的招生維持不錯的成績，尤其隨著人工智慧（AI）、物聯網（IoT）、雲端（Cloud）產業對人才的需求愈來愈大，資訊、電機、工程等資通訊領域也變得更加搶手，甚至管理、人文相關系所也因為跨領域的人才需求而受到關注。

校園國際化 促進全球人才交流

元智不僅全力發展科技特色，同時重視校園國際化程度，尤其在少子化趨勢下，國際招生已成為大學向外擴展生源的必要途徑。108 學年度元智全校境外生佔日間部學生 10.42%，870 名境外生來自 57 國，形塑國際化校園。陸生因受兩岸政治情勢影響，學位生核定名額逐年縮減，加上中國大陸不批准來臺付費研修生之申請，陸生人數呈現下滑趨勢，但外籍學生近 5 年來，每年仍有超過 10% 的成長幅度。

除了開拓生源，元智更希望境外生在學術表現或國際視野上，能為學校帶來全新的刺激。根據分析，99 ~ 107 學年度，平均境外生畢業成績在該系百分等級（PR）排名優於本地學生；另外，隨著境外學生人數成長，研究生論文發表篇數也逐年增加，成為學校研究的生力軍。

另一方面，配合政府新南向政策，延攬優秀人才留臺就業，去年 10 月元智參

與臺北市政府「南洋北流」計畫，鼓勵優秀外籍生畢業後留臺工作，遠東集團也首先拋磚引玉捐贈 300 萬元作為獎助學金，由元智大學校長吳志揚代表捐贈「南洋北流 - 臺北市 ICT 南鑽人才匯流計畫」學生獎學金，期盼帶動更多企業參與推動計劃，吸引東南亞優秀國外人才來臺就學，畢業後留在臺灣資通訊（ICT）產業工作，提供臺灣產業國際競爭力。108 學年度第 1 學期共獎助臺大、清大、交大、元智等 8 校 74 名學生，第 2 學期招募也開放申請中，預計 110 學年度至少將有 4 名受獎生畢業，貢獻臺灣 ICT 產業。不僅如此，元智也獲得教育部 3 件「優秀外國青年來臺蹲點計畫」補助，鼓勵國際青年來臺見習。

在吸引境外生加入之餘，元智也積極對外合作，除了持續推動國際交換學生、雙聯學位和締結海外姊妹校，更將自身的核心優勢輸出海外，配合產業南向。



其中，元智與遠東紡織越南廠、復盛公司越南廠及中鋼住金越南廠等廠商合作菁英人才培育計畫，與當地知名大學簽約，招收當地優秀學生。108 學年度，管理學院在越南河內設立「管理學院創新經營管理越南境外碩士在職專班」，招收當地產業界優秀中高管理階層及當地商會成員。此外，泰國姊妹校農業大學資工學系特別無償提供一間辦公室作為元智教育中心，元智甚至規劃與泰國清萊市政府合作官員、教師培訓班，或規畫研習班隊、進行科技研發等合作，希望成為教育界新南向的典範。

準就業優勢 產學合作互惠共贏

大學教育的目的，除培育優秀人才為國家社會所用外，更希望人才能為產業所需，受益於遠東集團多元的業務領域，元智與產業的配合更加密切，能幫助學生快速銜接職場，尤其學生在求學期間有機會前往遠東集團旗下企業實習，成為儲備人才，等同搭上就業直達車，實現「畢業即就業」的目標。

另一方面，元智豐沛的研發能量，對於企業發展也是一大助力。以元智與遠東集團推動的「元智智庫計畫」為例，透過計畫平臺媒合企業需求，並從「駐點諮詢」起步，由智庫計畫駐點教授分享相關產業新知與經營情報資訊，提供專業的技



術諮詢及完整的執行方案或評估建議，等同於企業的智庫，助企業創新一臂之力，強化其研發能量，達成互惠雙贏。

值得一提的還有「元智 AI 智庫團隊」，結合產業培育 AI 領域人才，並提升集團各關係企業整體 AI 研發能量。元智以「產業出題・學界解題」之模式，邀請關係企業召集 AI 智庫會議，進而了解企業需求並提出解決方案；元智 AI 智庫團隊並積極跨出校園，促成產學合作，包括：遠東先進纖維大數據平臺、亞洲水泥二維圖形訊號轉換數位離散訊號之影像處理技術、遠通電收 ETC 資產預防維護大數據分析模式與技術移轉及遠銀基金智能推薦系統…等，都是元智與集團關係企業緊密合作的實例。

在醫療產業方面，元智與亞東醫院自 2016 年起，簽訂五年合作協議（亞醫先期計畫），透過「學術合作先期研發專題計畫」之運作模式，強化雙方研發能量。亞醫計畫執行迄今已邁向第四年，運用校

內學術能量共同研發長照輔具，並導入 AI 技術，開發醫療器材、疾病預測等醫療技術，加速孕育智慧醫療解決方案與應用場景。

除了與遠東集團合作，元智自 2016 年起，亦受經濟部工業局委託，辦理「觀音工業區廠商競爭力推升計畫」，以專責服務方式協助廠商導入學校研發能量，目前已訪視逾 200 家廠商，未來將逐步擴展至學校鄰近工業區，建立長期合作夥伴關係，並邀請廠商進行交流及座談，藉由成果發表會、廠商聯誼會及產學媒合會等機制，強化與產業的鏈結。

為結合大學教育與產業人才培育，元智策辦學生職場體驗，結合理論與實務，包括：安排學生至工業區參與企業實習、專題製作及廠商見習等活動，讓學生提早接觸職場生活，強化職涯發展力。企業亦可挑選適任的專才培育，進而由教授、學生與廠商三方，針對企業需求衍生產學合作，將大學的研發資源落實於業界。

與地方共生 扮演在地智庫角色

大學不只肩負培育人才的責任，也是協助社會進步的動能，透過大學社會責任實踐（USR）計畫，讓大學在區域發展的過程中，扮演地方智庫角色，促進區域發展。

教育部自 2017 年啟動「大學在地實

踐聯盟」，推動各大專院校 USR 試辦計畫，元智通過執行「艾妲資訊培力」與「桃園文化廊道」兩項計畫。其中，「艾妲資訊培力」第一期計畫挑選桃園市 6 所偏鄉國小簽署合作備忘錄，依照國小端所提需求，設計程式教育課程，搭配機器人主題，由元智資訊學院資工系、機械系與各系所學生擔任資訊義工，於寒暑假進入國小開班授課，以收教學相長之效，進而提升學生的學習能力。

「桃園文化廊道」的先導計畫主軸則為「青年導覽人才培力」，之後發展為「在地關懷」軸心，包括文化導覽、綠社食育、田調紀錄等三個子計畫，以「八德霄裡」及「中壢龍崙」為實踐場域，關懷弱勢族群、文化不利學童及綠色產業之發展。2018 年，此計畫參加教育部首次舉辦的 USR 博覽會，「Egret 工作隊」同學分享執行「永豐高中竹霄豐收祭」、「中平路故事館導覽」等專案的心路歷程，從對桃園地方一無所知，到成為獨立的青年導覽員，成長相當顯著，也讓更多 USR 計畫得以延續，以青年培力帶動地方創新。

大學不僅是人才的孵化器，同時也是企業的智囊團；有深耕地方的使命，更必須與時俱進、走向世界。無論哪個面向，元智始終以創新的思維連結人才、企業與社會，打造出讓青年夢想得以著力的實踐場域。



緊貼產業脈動 亞東技術學院點亮技職優勢

編輯室採訪整理

根據教育部統計處分析，臺灣受少子化影響，108學年之學生數降至64.3萬人，較上學年驟減5.4萬人，連續9年下滑。再按學程別觀察，由於生源減少，升學管道暢通，普通科占比逐年上揚，就讀綜合高中、實用技能學程及進修部等學程之人數則快速萎縮，對於仰賴高職生源的技專校院而言，無疑是雙重打擊。然而，在如此嚴峻的環境下，亞東技術學院始終維持9成以上的招生率。本期「封面故事」特別邀請黃茂全校長，分享學校如何以實作優勢，持續擦亮招牌。

特色領域 樹立核心優勢

立足板橋超過半世紀的亞東技術學院，全校約有4,400位學生，屬於中小型規模。雖然小，卻很「精美」，受惠於遠東集團多元的產業資源，亞東技術學院擁

有三大特色領域：

1. 資通訊技術

早期亞東技術學院僅設立電子系，為了與遠傳共同培育更多電信人才，由電子系教師擔任種子教師，前往瑞典、馬來西

亞等地受訓，回國再培訓遠傳工程師，甚至有不少遠傳工程師都直接從學校招考，因此逐漸發展出通訊組、通訊系，也打響亞東技術學院在資通訊領域的口碑。黃茂全校長指出，「除了通訊系之外，資管系也與雲端技術息息相關；因應 5G 時代的來臨，學校特別引進新設備，並邀請遠傳業師親自帶領學生製作專題，各項與時俱進的實務作為，成功締造招生佳績。」

亞東技術學院資通訊領域發展至今，已逐步建立自我特色與研發能量，並規劃資通訊產業模組，提供業界委測服務，讓受過訓練的學生協助廠商實際量測，增加學生與產業的接觸機會，以了解市場需求。同時利用實驗室資源，與業界合作開發計畫案、開辦業界人才培訓課程，擴大教學範疇。

2. 健康照護

由醫管系和護理系延伸的健康照護領域，是亞東技術學院的第二強項，背後



的重要夥伴正是鄰近的亞東醫院。目前雙方每年約有 25 件產學合作案，推動衛教服務、醫療知識共享平臺及醫療資訊物聯網開發等。此領域亦結合跨專長教師，帶領學生發展整合型醫療雲端資訊系統、行動生理資訊監控系統，跨域整合醫療與資訊科技，未來也將針對不同的生醫電子問題進行研究與應用，鼓勵學生與醫療護理人員及產業技術研發密切互動。黃校長補充，「亞東技術學院學生不僅在學期間前往亞東醫院實習，畢業後還能直接留在醫院工作，亞東醫院甚至提供獎金、年資保留等優渥措施吸引人才，光是去年即有 30 多位畢業生直接在亞東醫院就業，達成無縫接軌職場的目標。」

3. 紡織產業

遠東集團以紡織起家，身為集團旗下歷史最悠久的學校，亞東技術學院始終肩負紡織人才培育的重責大任。黃校長表示，「我們積極建構國內唯一具備完整紡織產業鏈之人才搖籃與特色學府，目前已規劃材料／高分子、纖維、織品設計及服裝設計等相關產業模組，亦推動大四學生至相關產業深度實習一年，增加學生投入產業的實務能力與意願。」亞東技術學院以 24 家北區紡織業產學聯盟為基礎，積極擴大與國內外相關產業的互動交流，以提升研發能量和設計能力。

產學互惠 培育實作人才

技職院校向來重視實作技能的培養，亞東技術學院甚至引進類似或等同於實際生產的設備，透過增加課程時數及實際操作時數，跟著產業一起成長，讓學生在大四實習時，能夠接軌市場。2018 年斥資逾 6,000 萬元（教育部補助 5,000 萬元）打造的「機能時尚紡織品類產線基地」即新增了 749 m² 的實作場域，分別建構針織品產線、紡織品數位印花產線及機能服飾三條產線，共 52 項設備，大幅精進了師生的技能，也擴大臺灣紡織／服裝專業人才的培育供應鏈。

本著「取之於社會，用之於社會」的精神，黃校長也經常善用「機能時尚紡織品類產線基地」服務地方。日前新冠病毒疫情緊張，亞東技術學院即受新北市政府之邀，為新北市樟樹國際實創中學師生提供技術指導，共同設計可以收納的口罩套，「我們特別取得故宮授權，以紡織類產線的設備，將《清明上河圖》圖案轉印布料做為收納袋，增添收藏價值。」此項合作，不僅再次證明亞東技術學院的實作能力，更是大學社會責任的體現。

除了「機能時尚紡織品類產線基地」外，有鑑於近年電競（eSport）產業蓬勃發展，亞東技術學院也在今年加入電競產學聯盟「星光計畫」，並與技嘉科技合作，打造「前瞻多媒體科技實驗室」，將電子

競技、網路遊戲設計等多媒體應用，結合 AI 影像辨識、AR/VR、5G 超高速網路影音通訊等技術，規劃成一系列跨領域學程，培養日漸搶手的電競產業人才。黃校長進一步說明，「不但引進先進設備，我們也聘請知名業師教學，其中不乏來自遠傳的工程師，希望強化產學合作。」

在遠東集團關係企業支持下，亞東技術學院更能充分落實「理論與實務結合」的教學理念，多元的企業實習機會成為學校的一大特色，黃校長總是叮嚀學生，盡量在大三前修完學分，預留大四的時間進行深度實習，「提早與企業接軌，有助及早確認就業方向，達到學用合一。」

另一方面，校方也常安排業界中高階主管與學生面對面溝通，設置客製化契合式課程，引用業師協同教學，並將產學合作的成果導入產學創新課程，以跨領域專題成果參加展覽或競賽，提升專利作品的能見度與技轉機會，進一步吸引更多廠商合作，讓產學互惠雙贏。

目前亞東技術學院實習合作廠商多達 170 家，其中 20 家為遠東關係企業，實習地點遍及臺灣、中國大陸、馬來西亞、新加坡等地，深獲學生好評。根據黃校長統計，「對比 2016 年，全校學生一年產業實習時數約 21 萬小時，現在已達到 61 萬小時；當時全校學生平均一年取得 800 ~ 1,000 張證照，現在也提升至 2,000

多張；至於教育部補助，當年僅獲得 600 多萬元補助款，去年則為 5,000 多萬，成長 8 倍之多，整體來說，不論在教師的論文研究、專利研發或學生的證照、競賽成果，都有長足的進步，對於一個中小型學校而言，相當不容易。」

向下紮根 推動技職學習

儘管亞東技術學院具備強大的優勢，黃校長對於少子化的衝擊仍不免憂心，早已啟動了拓展生源的規劃，「我們多年來致力與區域內高中職學校策略聯盟，加深高中職學生對本校的認識，進而提升就讀意願。另外，二技部也與專校結盟，尤其是護理專科學校，藉此延續專校學生選讀本校、完成大學部學業的目的。」

其實亞東技術學院已執行「擴展高中職策略聯盟計畫」多年，每學年均以教師研習營、學生研習營及專題合作等方式，邀請高中職師生參與聯盟計畫，107 年度另新增私立大同高中、新北市立瑞芳高工等聯盟夥伴。黃校長以瑞芳高工為例，「在推動教育部 108 技職新課綱政策中，我們與瑞芳高工合作執行跨校／跨科／跨領域的課程修習，由本校通識教育中心老師指導，將瑞芳高工木工實習課程產生的檜木廢料製作成實用的『檜木精油抗菌消毒乾洗手』，既可增加高職生實作的成就感與樂趣，又能強化本校的專業形象。」

不僅如此，黃校長還利用暑假期間舉辦免費共學營，將實作學習的觸角向下延伸至國小學生，課程內容包含：機器人程式設計、3D 列印、App Inventor 程式設計等科技相關主題，一方面讓學校成為串聯社區的公益平臺，另一方面也持續創造技職學校的特色與價值，培養潛力生源。

今年初這場來勢洶洶的新冠肺炎疫情，讓各行各業都措手不及，就連學校也必須延後開學、實施遠距教學等因應措施。從此次疫情中，黃校長強烈感受臺灣高等教育在快速變動的環境下，需要有更高的敏銳度，以及快速的反應力。面對愈來愈激烈的競爭，亞東技術學院近年持續力拼升格科技大學，最快可望於今年 8 月更名，為未來校際交流和學生受教權益開啟新頁。誠如黃校長所言，「不論是行政或教學，教育工作者都必須不斷思考如何與時俱進，唯有想得更前面，才能引領學校永續發展。」





豫章以務實致用 迎接未來產業變動

豫章工商／馬玉蘭

在豫章工商教書的27個年頭裡，我時常在想，坐在教室中的學生們想要的是什麼？對於未來有沒有夢想？有沒有規畫？高職三年，人生16歲到18歲的精華歲月，孩子們，你要許自己一個怎樣的未來？而學校又能給孩子什麼樣的未來？

今 年適逢豫章工商成立50週年，從初期全校100多名學生，一度增至近5,000人，這些年來，畢業的學子們投入不同的職場領域，每每均有卓越的表現，不管升學或就業都成績斐然，也因此獲得學生及家長們的肯定。

豫章工商是一所技術型高中，涵蓋電機電子、商管、餐管、設計等四個群及照顧服務科（109年開始招生），主要培養各群科的技術人才，希望讓每一位學生都

有能夠帶著走的能力，進而立足於社會。

108學年度起，新課綱正式實施，提供全校學生同科跨班、同群跨科、同校跨群的多元選修課程，讓學生經由多元學習，找到自己的方向。豫章在電機電子群設置水電專班、家電維護課程及網路架設，加強實務操作，協助學生取得乙、丙級水電執照，以及網路架設執照，並規畫建置水電執照考場。另一方面，整合商管群及設計群，加入多媒、直播、電競的元

素，讓管理不再只是管理，設計不再只是設計，將創意時尚管理行銷結合，讓商機無限。

而在餐管群的實習課程中，豫章也引進業師協同教學，加深與市場的結合，提高學生對市場的敏感度，並於三年級進行模組分班教學，加入中式（米）麵食的課程，培訓學生考證照及參加校外比賽，同時規畫建置中式米（麵）食的證照考場，讓畢業生滿手證照，成為炙手可熱的T型人才。

臺灣從1993年起，進入「高齡化社會」，2018年邁入「高齡社會」，預計2025年將成為「超高齡社會」，屆時約有473萬老人，相當於每5位就有1位老年人口。因應未來照護人員的龐大缺口，豫章於109學年度設立照顧服務科，擬與遠東集團旗下的亞東技術學院及亞東醫院合作，共同培養具有合格證照的照護員。

為了讓學生喜歡來學校、認同學校，豫章除了在課程規劃上精進之外，課外活動也是重點項目之一。學生可以自行上網選擇多元化的社團，盡情揮灑青春，今年為配合遠東集團70週年及豫章50週年，特別舉辦二年級學生「關懷弱勢尋根之旅」。此外，校方也連續三年推動國際教育旅行、新住民二代昂揚計畫，甚至接待日本、韓國高校生來校參訪及國際交換生在校上課，同時與新北圓桌扶輪社合作學



生海外見習，地點包括：廣東惠州、上海、菲律賓等地，以拓展學生的國際視野，並將豐富紮實的素養課程融入課外活動中，讓學生走入社會也能得心應手。

面對未來產業的快速變遷，如何走在趨勢前端，建立跨域人才培育制度，培養學生的實作能力、減少學用落差，是技職教育的重要任務。在少子化的寒冬下，豫章工商仍不惜投入億元以更新設備場域、建構多元課程、強化實習操作，也希望學生們能以認真負責的態度培養穩紮穩打的實力，以游刃有餘的素養達到實現自我的目的。

豫章即將走入下一個50年，讓我們師生攜手，化危機為轉機，變革、再造，續寫豫章風華。

集團簡訊

掃描QR Code看更多集團訊息→



01 遠百防疫用餐隔板上路 請民眾安心享美食

防疫如火如荼，遠百在美食街小吃共餐區陸續啟用用餐隔板，遠百桃園、新竹大遠百、遠百嘉義雖然沒有美食街，餐廳也採取梅花座位，確保消費者用餐安全。另外，環保署推動之「禁用一次性餐具」政策暫時解禁，但遠百依舊堅守環保政策，並加強餐廳與美食街硬體消毒，希望提供消費者安全的用餐享受。（遠東百貨／鄭嘉蕙）

02 遠百信義A13首創數位天燈 向媽咪告白

遠百信義 A13 的老街氛圍，結合天燈的復古設計深受顧客喜愛，為提供全新體驗，特別以數位投影技術打造數位天燈，由遠東百貨徐雪芳總經理開箱寫下「平安」祈福，並於母親節檔期限量供民眾寫下對媽咪的告白。此外，在疫情攻勢下，遠百信義 A13 特別強化遠百 Online 線上購物平臺，並與知名團購網 GOMAJI 異業結盟，串聯 14 家餐飲品牌，拓展線上客源。（遠百信義 A13／謝佳棋）



03 city'super舉辦嘉義物產展

瞄準母親節贈禮商機，city'super 於 4 月 28 日～5 月 10 日攜手嘉義縣政府舉辦「嘉義縣物產展」，主推超市首賣的「極光哈密瓜」禮盒、高山粉紅香水百合等精品農產，嘉義縣翁章梁縣長更化身一日店長，親自推銷嘉義的優質產品。（遠東都會／李佩璇）



04 中壢 SOGO 環保贈品吸睛

遠東 SOGO 百貨別出心裁的贈品向來備受注目，近日因應疫情，中壢 SOGO 趁著 4 月 10 日～20 日「春櫻日本食品展」活動期間，送出臺灣製造花樣口罩套，延長口罩使用期限。5 月 28 日～31 日，針對持有桃園市市民卡的消費者，提供「動物保冷提袋」，讓顧客在消費之餘，也能響應環保。（編輯室輯）

05 中壢 SOGO「藝」起帶來歡樂

SOGO 百貨中壢店於 4 月 2 日～5 日，舉辦兒童節親子文創市集，現場邀請多位街頭藝人演出；4 月 2 日同時是中壢店 VIP NIGHT，另邀請在地六和高中附設國中部管絃樂組，帶來迪士尼經典組曲及多首小提琴協奏曲，陪伴民眾度過難忘的藝術之夜。（中壢 SOGO／呂惠美）

06 遠傳「一指點」助餐飲業升級防疫

防疫期間，為避免點餐、結帳時的交談與接觸，遠傳推出智慧餐飲工具「一指點」，餐飲業者免建置系統，僅須前往遠傳直營門市申辦，顧客掃描桌邊 QR Code，即可完成點餐、結帳。（遠傳電信／張為竣）



遠傳「一指點」

07 遠傳 friDay 影音 引進韓國 5G 直播內容

為加速 5G 佈局，遠傳 friDay 影音 5 月 9 日響應抗疫慈善活動，直播港星郭富城的《鼓舞・動起》演唱會，5 月 11 日另線上直播「KT Live Stage」5G 影音內容，讓臺灣觀眾同步收看韓國現場即時表演。（遠傳電信／鍾宜真）

08 元智推動在地多元文化課群 帶學生認識中壢

元智大學通識教學部設置的必選修「在地多元文化課群」，於 3 月 28 日、4 月 11 日前往中壢市區 15 個古蹟與景點進行校外教學，引導學生深入認識當地文化。（元智大學／饒浩文）

09 元智資傳舉行第 23 屆畢業展—— 「狂想進化論」

元智大學資訊傳播學系第 23 屆畢業展——「狂想進化論 校內展」自 4 月 29 日～5 月 2 日舉行，展覽包含：互動裝置、遊戲、影視、動畫、行銷五大領域，共 23 組作品，以媒體與跨領域整合為基礎，展現四年成果。（元智大學／饒浩文）

10 亞東醫院捷運連通道重新開通

今年一月過年期間，亞東醫院因應新冠肺炎疫情，在第一時間關閉捷運連通道，時隔 110 天，終於在 5 月 12 日重新開放，估計每天有超過 4,000 位民眾受惠。（亞東醫院／謝淑惠）

11 元智「大學社會責任基地」正式啟用

元智大學積極回饋地方，爭取大學社會責任計畫（USR 計畫），今年三項計畫全數通過，共獲教育部 1,150 萬元補助。元智並打造全新「大學社會責任基地」，以元智新雙語目標為核心，持續推動地方資訊教育與國際教育。（元智大學／饒浩文）

12 元智首屆「英語達人秀」 展現學生才華

元智大學國際語言文化中心 3 月 16 日～4 月 6 日舉辦「第一屆元智英語達人秀」大賽，共 61 組隊伍報名參賽，依照英文專長分為三組，並選出各組前五名，在疫情嚴峻的時節，元智同學們一樣保持積極學習態度，展現優異才華。（元智大學／饒浩文）



13 亞東技術學院獲羅姆半導體公司捐贈實習套件

為培育半導體人才，羅姆半導體公司特別由技術中心陳宗鼎副總經理代表捐贈亞東技術學院通訊工程系「感測器實習套件」85 套，幫助學生熟悉業界感測元件，提升開發能力與實作經驗。（亞東技術學院／李玉燕）

14 亞東技術學院與開明高職校際交流

亞東技術學院於 4 月 29 日由黃茂全校長率隊，前往新店區開明高級工業商業職業學校進行校際交流，開明高職由李榮東校長親自接待，並邀亞東技術學院教師入班宣導，提升學校知名度。（亞東技術學院／李玉燕）

人事異動

15 豫章工商高階主管人事異動



姓名：馬玉蘭
原任：代理校長
新任：校長
學歷：元智大學經營管理所

績優榮譽榜

16 遠傳榮獲 2020 LINE Family Club-The Best Brand 嘉獎

遠傳與 LINE 攜手推出之 LINE MOBILE，因創新服務與優惠，榮獲 2020 LINE Family Club-The Best Brand 嘉獎肯定。為提供更多福利，LINE MOBILE 於 5 月 5 日開放好友票選，定出每月 11 日為「LINE MOBILE DAY」，將每月推出驚喜好康活動，感謝好友支持！（遠傳電信／鍾宜真）

18 遠傳電信與遠東新世紀再度名列「公司治理評鑑」前 5% 最高榮耀

臺灣證券交易所公布第六屆公司治理評鑑結果，遠傳電信和遠東新世紀於 901 家受評上市公司中脫穎而出，入列前 5% 企業，其中，遠東新世紀已三度上榜，遠傳更連續六屆榜上有名，全臺僅 12 家企業連續六屆名列前 5%，顯見公司治理績效備受肯定。（編輯室輯）

17 《遠見雜誌》企業社會責任獎 遠東集團三公司上榜

遠東集團永續績效再獲肯定，旗下三家公司於 4 月 28 日囊括第十六屆《遠見雜誌》CSR 企業社會責任獎四大



獎。其中，遠東新世紀勇奪雙獎，以「實踐循環經濟 追求永續成長」專案，榮獲「傑出方案—環境友善組首獎」，整體永續績效另獲得「年度大調查—傳產製造組楷模獎」；遠傳也連續第四年取得「年度大調查 電信業組楷模獎」；遠東 SOGO 百貨則領先業界，拿下「年度大調查 服務業組楷模獎」，是百貨業唯一獲獎者！三家公司分別由徐旭東董事長、井琪總經理和黃晴雯董事長代表受獎。（編輯室輯）

19 亞洲水泥同時取得三項國際標準查證 全球水泥業第一

亞洲水泥 5 月 4 日宣布花蓮廠生產之卜特蘭水泥獲得國際肯定，通過 SGS 驗證，取得 ISO 14067：2018 產品碳足跡標準、ISO 14046：2014 產品水足跡標準，以及 BS 8001：2017 循環經濟商業模式成熟度最佳化（Optimizing）等級，成為全球水泥業第一家同時取得三項認證的水泥公司。（亞洲水泥／陳聰明）

20 元智大學「第三屆創意APP實作競賽」資工系團隊奪冠

元智大學圖書資訊服務處持續第三年規劃「創意 APP 實作競賽」系列活動，冠軍作品由資工系二年級學生莊昀皓、王昇暉、張軒澤之團隊，以模擬學生證感應的「一機在手 通行無阻」APP 奪得。（元智大學／饒浩文）



21 亞東技術學院參加「教育部創新創業基地」競賽獲佳績

亞東技術學院參加 109 年度「教育部創新創業基地」競賽，從上百組團隊中脫穎而出，分別由工業管理系黃秀鳳老師指導作品「下雨嘩啦啦」和「多功能組合方塊」；電子工程系林照峰老師、醫務管理系陳銘樹老師、行銷與管理系林正穩老師共同指導之「健康照護皮帶系統」等三組團隊入圍殊榮。（亞東技術學院／李玉燕）

公益專區

22 遠東集團向臺灣防疫成就致敬

為向臺灣防疫團隊致敬，遠東集團由徐元智先生紀念基金會捐贈新臺幣 600 萬元予中央流行疫情指揮中心團隊，運用在防疫工作上。另向遠東新世紀公司洽購其獨家研發的複合纖維（PP/PET），捐贈新臺幣 500 萬元等值的超細纖維材料，以支援口罩生產。徐有庠先生紀念基金會也將在今年「有庠科技講座」中，特別增設「有庠科技貢獻獎」，表彰率領中央流行疫情指揮中心抗疫有成的衛生福利部陳時中部長。（徐元智先生紀念基金會提供）

23 遠百送萬個暖胃便當為醫護人員應援

遠百為了向防疫第一線的戰將表達誠摯感謝，4 月 16 日～22 日，全臺遠百 11 店送出 10,000 個愛心便當至各地醫院；另於 4 月 16 日～5 月 12 日母親節檔期同步推出多項醫護優惠，全力應援防疫英雄！（遠東百貨／鄭嘉蕙）



24 遠東商銀推出醫護專屬優利定存

遠東商銀為感謝勞苦功高的防疫人員，規劃專屬的優惠定存活動，提供新臺幣定存 12 個月期享利率 0.88% 優惠，10 月 16 日前，凡持衛福部疾管署公布之指定社區採檢院所及重度收治醫院之人員在職證明均可辦理；此外，考量疫情衝擊層面廣泛，此活動也開放持有殘障手冊或低收入戶證明者憑證申辦，每人享有 200 萬元的優惠額度。（遠東商銀／蕭珮儀）

25 亞東預拌 300 臺預拌車加入防疫宣導

亞東預拌防疫不落人後，特別將旗下超過 300 輛的預拌車，全面懸掛防疫布條，就連代表辛勤工作的企業 LOGO 小蜜蜂也戴上了口罩，可愛的模樣超級吸睛。（亞東預拌／洪淑華）



26 遠傳 friDay 影音攜手至善基金會策劃陪伴影展

遠傳 friDay 影音首開業界先例，4 月 24 日起，搶先各大 OTT 平臺上架仍在電影院線熱播的《迷雁返家路》，並同步攜手至善基金會，推出陪伴影展，民眾於年底前捐款至善基金會，不限金額皆可獲得遠傳 friDay 影音 30 天使用序號，幫助偏鄉兒少發展。（遠傳電信／鍾宜真）



遠傳 friDay 影音 ×
至善基金會活動網址

28 豫章工商與社區共同防疫

豫章工商師生於 4 月 16 日帶著自製的口罩收納夾、次氯酸水、肥皂、馬克杯及防疫宣導單等 500 多份防疫物品，走入社區，分送予板橋重慶里居民，與鄰里共同防疫。（豫章工商／呂宏彰）



27 中壢 SOGO 向醫護致謝

為感謝臺灣第一線醫護人員努力抗疫，中壢 SOGO 特別在 5 月 12 日～17 日護士節期間，免費送上護手霜，另有多項獨享購物及停車優惠，為醫護人員打氣。（SOGO 中壢店／呂惠美）

29 響應世界地球日 50 週年 遠傳呼朋引伴擴大影響力

每年 4 月 22 日為世界地球日，今年適逢世界地球日 50 周年，遠傳 4 月 14 日～24 日擴大舉辦環保週活動，包括：號召民眾自備購物袋、回收廢電池…等環保任務；並邀請上、下游共 300 家供應商提供員工素食餐點折扣、使用環保餐具…等措施；同時也與線上遊戲學習平臺 PaGamO 合作，強化學童環保知識，希望透過利害關係人參與各項活動，放大綠色影響力。（遠傳電信／蔣國芬）

30 桃園遠百關懷民眾健康 號召捐血、免費乳房篩檢

新冠肺炎疫情影響全臺血庫存血量，桃園遠百於4月10日、17日、19日及24日接連與新竹捐血中心及公益團體合作舉辦捐血活動，百貨同仁也紛紛捲起衣袖，為臺灣集氣加油。5月份適逢母親節，桃園遠百5月1日攜手聖保祿醫院，出動「數位乳房攝影巡迴車」，提供45～69歲婦女免費檢驗，也呼籲女性重視乳癌防治。（桃園遠百／葉俊良）

31 高雄大遠百深耕地方 農產展、攝影展行銷美濃

高雄大遠百扶持在地產業不遺餘力，繼與大寮、內門、永安合作後，首度於母親節檔期攜手高雄市美濃區公所、美濃區農會三方聯名，引進「美濃物產快閃櫃」，並展出美濃知名攝影師鍾北鳳老師「美濃鄉村文化攝影展」及一系列親子創意體驗活動，另舉辦「揪愛稻美濃・愛心米大募集」公益認購活動，所募得之美濃米全數捐予安得烈食物銀行。（高雄大遠百／陳昱蓁）

32 嘉義遠百、花蓮遠百愛心募集 讓愛送鄉里

嘉義遠百於3月份舉辦「讓愛遠送百里，二手童書玩具募集」活動，為雲林縣行動玩具圖書巡迴車增加新夥伴，讓偏鄉孩子也能享受閱讀樂趣。花蓮遠百5月2日則再度與勵馨基金會聯合舉辦市集，並進行「袋鼠媽媽需要你」活動，共募集超過400本童書、600件衣服、兒童推車與家電等嬰幼兒日用品，協助勵馨輔導之小媽媽重新成家。（編輯室輯）



33 台啤籃球員現身巨城 母親節邀民眾挽袖捐血

不斷創下捐血紀錄的遠東巨城購物中心，5月9日與新竹市捐血中心、台灣啤酒籃球隊攜手舉辦捐血活動，台啤籃球隊球員更現身會場和民眾互動，鼓勵民眾防疫之餘也能響應公益。（遠東巨城購物中心／姜紫儀）



好康報報

34 推薦親友申辦遠傳資費 每月最高領5,000元

遠傳4月15日至6月底推出「親友推薦計劃——自己的薪水自己加」方案，遠傳用戶只要成功邀請親友於遠傳網路門市申辦398以上資費方案，就能獲得最高1,000元f幣，親友也能獲得月租費回饋。1元f幣等同1元，每月最高可邀請5位親友，等於月月加薪5,000元！（遠傳電信／陳信升）

35 遠距學習、居家電影院 遠傳讓您居家生活更精采

因應肺炎疫情，遠傳 4 月 21 日宣布與線上英語教育領導品牌 TutorABC 合作，於遠傳申辦 699 資費方案，即可享受行動上網吃到飽和 16 堂專業師資的線上英語課程雙服務。此外，遠傳電信家用上網服務「遠傳大無線」月付 699 元，不僅全家上網吃到飽，還可將 Dynalink 4.5G 上網分享器、OVO 電視盒帶回家，並享半價 99 元加購遠傳 friDay 影音看到飽，輕鬆打造居家電影院！（遠傳電信／陳信升）



遠傳 X
TutorABC 申辦

36 遠傳攜手 GoShare 助力綠能移動

遠傳 5 月 4 日攜手共享機車領導品牌 GoShare 推出「騎樂無窮」資費方案，月付 699 元以上資費，即可享有遠傳優質網路上網吃到飽，再享連續 24 個月 200 元／月的 GoShare 騎乘金。此項專案是遠傳繼與 Gogoro 合作後，再度深化合作面向，將智慧運輸與綠能導入用戶生活。（遠傳電信／陳信升）

37 遠銀 Bankee 逆勢加碼 揪團共享活存 2.6%

受疫情影響，全球降息，遠銀 Bankee 數位存款除了持續保有原活存利率 0.6% 額度無上限，更適時推出「活存 2.6% 碼上有」優利活存方案。即日起至年底，Bankee 會員於任一月份分享個人推薦碼給 2 位（含）以上好友成功開戶，推薦人與被推薦人通通享 6 個月活存 5 萬元 2.6% 優利。（遠東商銀／蕭珮儀）

38 防疫出招 香格里拉臺北、臺南遠東飯店推出「行動商務辦公室」

香格里拉臺北遠東飯店精選美食在 Uber Eats 外送平臺上架，多樣主廚料理現點現做，熱送到家。此外，為避免群聚感染，香格里拉臺北、臺南遠東飯店推出异地辦公專案，將客房及宴會場地打造成小型辦公室，租客可免費體驗多項五星級優質服務，長期租用再享 9 折以上優惠。詳情請洽臺北：(02) 2378-8888；臺南：(06) 702-8888。（香格里拉臺北遠東飯店／徐珮榕）



Uber Eats
線上點餐

39 HAPPY GO Pay添合作銀行與電商 通路 支付累點輕鬆搞定

HAPPY GO Pay 於 4 月 14 日再添中國信託、新光、匯豐三家合作銀行，總計十家銀行可綁定信用卡，指定銀行再享最高 10 倍點數回饋。另有鑑於疫情帶動電商業績逆勢成長，HAPPY GO Pay 於 4 月 30 日起，開放於 friDay 購物使用；6 月 30 日前，綁定遠東商銀信用卡單筆消費滿 1,000 元，獨家加贈 100 點（Bankee 卡除外），綁定其他配合信用卡也可享當日滿 2,000 元送

160 點、滿 5,000 元送 400 點 優惠，邀您線上購物輕鬆賺點。
(鼎鼎聯合行銷／黃韻如)



40 遠東巨城新櫃登場 嚴選美食為防疫帶來小確幸

遠東巨城購物中心 B1 居家休閒樓層再進化，於 4 月 24 日亮相 13 個全新品牌，其中，新竹在地美食入菜尤其引爆話題，包括：新竹獨有的水潤餅「享嚐初」，還有搭配在地客家鹹豬肉的「踢鐵板」吐司，讓民眾防疫不忘美食。（遠東巨城購物中心／姜紫儀）

41 推使用亞東證券電子交易憑證 報稅好輕鬆

2019 年度綜合所得稅申報期間為 5 月 1 日～6 月 30 日，除了自然人憑證與健保卡，民眾亦可使用亞東證券電子交易憑證線上申報，讓您免出門、更安全，相關問題歡迎洽詢亞東證券客服中心，電話：0800-088567。（亞東證券／賴芸屏）

42 50 樓 Café、Asia 49 以食力增強免疫力

全臺最高的自助餐廳「50 樓 Café」6 月 30 日前端出「重磅美食大集合」，以海鮮蒸籠和澳洲帶骨肋眼戰斧牛排為民眾食補，訂位專線 (02)7705-9723。另 49 樓的「Asia 49 亞洲料理及酒廊」也邀請香格里拉臺北遠東飯店馬可波羅酒廊首席冠軍調酒師駱威宏客座，以「防疫」為主題推出四款全新調酒，歡迎民眾前來品飲。訂位專線：(02)7705-9717。（Mega50 餐飲及宴會／閻惠瑗）【飲酒過量，有害健康】



43 香格里拉臺北 × 臺南遠東飯店 臺法雙廚聯手推出創意下午茶

香格里拉南北兩大甜點主廚攜手於 5 月 2 日～6 月 28 日推出週末限定下午茶，在坐擁高樓城市美景的馬可波羅酒廊，品嚐馬達加斯加香草慕斯蛋糕佐水蜜桃醬、馬鞭草水蜜桃聖多諾黑泡芙、巴黎安努爾香草白巧克力慕斯…等創意甜點，每位 1,080 元外加一成服務費，詳情或訂位請洽 (02)7711-2080。（香格里拉臺北遠東飯店／徐珮榕）



44 香格里拉臺北遠東飯店端粽傳情 歡慶佳節

香格里拉臺北遠東飯店端午美粽搶先開賣，獻上八款美粽及三款頂級香粽禮袋，包含：鮑魚蟹肉瑤柱粽、筍尖火鴨粽、上海火腿粢飯干貝粽等精緻美味，單顆價格自 188 元～2,280 元，香粽禮袋售價自 988 元～1,388 元，6 月 5 日前預購可享早鳥 85 折優惠，預訂請洽：(02) 7711-3510 / 2376-3278。（香格里拉臺北遠東飯店／徐珮榕）



多元化APP 為你打造數位新生活

天下創新學院提供

數位時代來臨，平板電腦或手機已成現代人的隨身夥伴，尤其在疫情持續延燒的此刻，大家待在家裡的時間變多了，對於數位工具與線上平臺的依賴度也愈來愈高。而在手機和平板中，APP是不可或缺的角色，滿足了我們在日常生活中的各種需求。GO SURVEY調查各世代的APP使用行為，與你一同分享現代人的數位新生活，也希望為企業找到下一個可發展的數位服務，開拓新商機！

民眾普遍認為 APP 就是要便利、簡單、有效率

整體來說，民眾普遍認為 APP 就是要便利、操作簡單且有效率，以迅速解決需求。大部份的民眾會使用免費的APP，並且每隔一段時間刪除不常用的APP，對於APP的忠誠度不高。

除了「免費」可驅動民眾下載之外，若能以獨特的行動裝置體驗、持續改善使用經驗，這個APP就有機會長期存在於消費者手機。

根據調查，年輕世代對APP的依賴性較高，認為APP讓生活更便利高效，比使用網頁方便，他們也不排斥使用新的APP；相對來說，成熟世代對於APP的態度較為保留，若要提升其對於APP的使用率及認同程度，除了可透過教育推廣將APP導入日常生活之外，相關的APP

也應調整設計，讓功能更直覺、操作更簡單好上手。

年輕世代的重度使用者每天使用 10 個以上 APP

你有仔細計算過手機中有多少APP嗎？根據GO SURVEY調查，民眾自行下載的APP平均為27.6個（不含內建），而每天平均會使用7.7個APP。其中，有48%民眾自行下載21個以上的APP（不含內建），而20%每天會使用超過10個以上的手機APP，此重度APP使用者大多偏向年輕世代。

從世代差異來看，年輕世代（20／30）無論是自行下載（32個以上）或是每天使用（8.3個以上）的APP數量均較成熟世代（40／50）更多。另一方面，92.8%的民眾使用免費APP，顯示免費

APP 仍為大宗，而付費 APP 則以 30 世代使用的占比略高（8.3%）。APP 業者除了需思考如何吸引使用者下載使用，未來更需檢視如何長期留住用戶，讓使用成為一種習慣。

週末最愛用 APP！

年輕世代使用 APP 的時數較高

從調查可知，民眾在週末（2.1 小時）使用 APP 的時數明顯較週間（1.6 小時）高；在週末使用超過 2 小時者，更高達 42%（vs. 30% 在週間），顯示 APP 已深入民眾的日常生活。

年輕世代無論週間或週末，使用 APP 皆達 2 小時以上，而成熟世代的使用時間則多在 2 小時以下，由此顯示年輕世代使用 APP 的時間較成熟世代更長。可依據使用時段和時數安排相關行銷規劃，加強 APP 的訊息或廣告投放。

民眾最愛的 APP 類型：

通訊、金融、網購

GO SURVEY 調查發現，「社交通訊（79%）」、「金融支付（70%）」及「網路購物（63%）」為大眾最愛用的前三名 APP。

顯然，在數位的應用上，「社交」、「行動支付」和「網購」為主流，若將這些項目放在日常的場景中，結合創新商業

模式的發展，將能創造消費商機，推升市場動能。

從世代的角度分析，年輕世代較常使用「社交通訊」、「照片 & 影片」和「手機遊戲」，其中 20 世代在「影音媒體」及「手機遊戲」的使用率明顯較其他世代高；而 30 世代則在「金融支付」及「網路購物」使用率高於其他世代；40 世代在「金融支付」使用率也較高；50 世代較其他世代更常使用「健康醫療」及「新聞雜誌」，其中特別喜愛「生活服務和資訊」。

整體來說，年輕世代偏好功能及娛樂類型，而成熟世代較常使用生活健康取向的 APP。深入了解不同世代滑手機的偏好，才能設計出「滑」進人心、「滑」出經濟效益的 APP。

補充碎片化生活，

最愛 LINE、FB、YouTube

雖然社交通訊、金融支付及網路購物為大眾最愛用的 APP 類型，但除此之外，改變了現代人視聽與通訊習慣的 APP 也有舉足輕重的地位。

大眾最愛用「LINE（97%）」、「FB（74%）」及「YouTube（73%）」，能滿足現代人在破碎化的時間內，迅速溝通、獲得有用資訊及滿足視聽娛樂的渴望，這也顯示擁有「通訊」、「社群」和「影音」等功能的 APP 已成為手機中的必備工具。

接下來將分別從 APP 類型，觀察不同世代對 APP 品牌的喜好差異：

- **社交通訊**類 APP 中，對於 Instagram (IG) 的喜愛度，年輕世代較成熟世代高；而 Messenger 則較受成熟世代喜愛。
- **金融支付**類 APP 中，年輕世代較成熟世代喜愛 LINE Pay、街口，其中，20 世代也愛 Apple Pay；成熟世代則較喜愛 HAPPYGO pay。
- **網路購物**類 APP 中，蝦皮明顯較受年輕世代喜愛；40 世代則偏愛 momo 和 Yahoo。
- **影音媒體**類 APP 中，YouTube 在 20 世代受歡迎程度明顯較高；成熟世代則喜歡愛奇藝。

在現今高度數位化的時代中，所有數位廣告，包含社群行銷、網紅口碑、內容行銷等操作，都離不開消費者愛用的 APP（如：IG、FB、LINE、YouTube 等），因此對品牌廠商而言，如何活用這些數位媒體管道，抓住使用者的眼球和手指，帶動營收與獲利不斷成長，將是一大挑戰。

最熱門的商家類型 APP： 超商、超市、網路商店

「超商（58%）」、「超市（43%）」及「網路商店（42%）」為大眾經常使用的前三大商家類型 APP，接下來則是「量販（41%）」和「百貨（41%）」，由此

可見現今大眾的消費通路型態。

若是從不同世代的角度深入分析，20 世代使用速食店及藥妝店 APP 較其他世代高；30 世代則是使用百貨 APP 高於其他時代；50 世代在量販 APP 的使用上高於其他世代，顯示各世代線下的消費型態也同步反映在 APP 的使用行為。

近年來，許多商家的 APP 延伸出創新的消費商機，如：行動支付、咖啡跨店寄杯、分批取貨、預約排隊熱門餐廳、停車折抵…等便民功能，創造了使用量，也讓 APP 成為另一個銷售媒介，進一步影響民眾的消費行為，建立起新的使用習慣。

Top3 常用商家 APP 品牌：

全家、全聯、7-11

民眾最常使用的特定 APP 商家品牌是什麼？「全家（30%）」因集點兌換民生用品、咖啡寄杯、支付整合等會員 APP 服務，拿下最常用商家 APP 龍頭寶座；「全聯（28%）」也因陸續推出 PX Pay 和 PX GO 的分批取貨服務，帶入大量 APP 下載使用人數，名列第二；排名第三的「7-11（22%）」近期也完成了 APP 咖啡寄杯升級服務，開放「跨店領取、轉贈好友」功能。APP 商家競爭激烈，各大 APP 品牌無不竭盡所能提供更方便的服務，吸引消費者下載使用，搶攻行動消費商機。

以世代來看，年輕世代比其他世代更

① 年輕世代偏愛 IG、LINE Pay、街口、蝦皮、YouTube！



賴度。最後，我們以「年輕」與「成熟」世代分別做個簡單的總結。

年輕世代 (20／30) 為 APP 重度依賴

常使用「全家」及「蝦皮」APP，若分年齡層來看，20 世代常用「麥當勞」APP；30 世代在「7-11」的使用度較高；「全聯」及「家樂福」的 APP 在成熟世代經常被使用，其中 40 世代也經常使用「HAPPY GO」APP。

從各世代常用的商家 APP 可以發現，便利快速的超商消費及網路購物已成為年輕人普遍的消費型態，而成熟世代身為家中掌廚的主要角色，日常採買的商家也影響了 APP 的使用選擇。對於商家而言，了解主力顧客及 APP 使用者，並開發適當的功能以提升使用率是很重要的，同時也能提升品牌忠誠度。（圖表①）

綜合前述的調查結果，APP 與現代人的生活已密不可分，未來企業的活動規劃及媒體操作應投其所好，在數位能力主導市場走向的時代，提升消費者對品牌的依

／使用者，如何吸引這些使用數位工具已成家常便飯的年輕族群，是品牌的重要課題。年輕世代常用的 APP 偏功能性與娛樂類型，講求便捷快速的消費態度，反映在 APP 的使用行為上。若 APP 提供高效、便利並具娛樂性的功能，就有機會脫穎而出，進而強化年輕族群對品牌的忠誠度及黏著度。

成熟世代 (40／50) 對於 APP 的使用態度較為保留，且整體開始接觸 APP 的時間較短，不過仍會經常使用生活資訊、健康醫療、新聞雜誌等 APP，也會使用平時購物之超市及量販店的 APP。若 APP 能夠與成熟世代的日常購物需求結合、提供生活健康類資訊，並且開發出更簡易上手的操作界面，相信將能強化成熟世代對於 APP 的使用與依賴程度。



詳細圖表請見《遠東人》官網

※ 調查說明：「APP 使用偏好調查」為 GO SURVEY 市場研究顧問於 2019 年 12 月 20 日～2020 年 1 月 14 日期間，在 GO SURVEY 平臺上執行的線上網路調查。共計回收了 3,143 份樣本，受訪者條件為 18 ~ 70 歲的 HAPPY GO 卡友。

實用職場英文：如何專業的表達「同意」

EIE 美語提供

身為上班族，在辦公室、社交場合或商務會議中，常需要表達意見。本期英文小教室帶您一起來認識「同意」的專業表達方式。除了yes 以外，還可以透過不同強度的語言來表述喔！

表示同意，看似容易，其實不然。在商務英語中，習慣用特定的說法來表示不同程度的贊同，懂得適時的運用，會讓你的口語表達更顯專業。

一、Strong Agreement 強烈表達同意

I completely/totally/strongly agree. (我相當同意。)

I agree entirely. (我完全同意。)

I'm in total agreement. (我持完全贊同意見。)

二、Neutral Agreement 較中立口吻

I agree. (我同意。)

I think you're right. (我覺得你是對的。)

三、Partial Agreement 部份贊同

若僅同意其中一部份，並非全然贊成，你可以說——

• I agree up to a point, but... (我同意你的觀點，但…)

Example : This is a good idea. I agree with you up to a point, but I still have some concerns regarding this matter. (這是個好點子，我同意你的觀點，但我還是有些顧慮。)

• I agree in principle, but… (原則上我同意，但…)

Example : I agree in principle, but we cannot travel because of COVID-19. (原則上我同意，但因新冠病毒疫情，我們無法成行。)

Scenario : Mark is coming into the office (情境 : Mark 走進辦公室)

Alan : Hi Mark! How have you been? (嗨，Mark ! 最近好嗎？)

Sabrina : Wow! Good to see you, Mark. (哇！很開心見到你，Mark)

Mark : Hi guys! It's good to see you, too. I just got off a meeting. We were planning to hold the company retreat in forest parks this year in July. (嘿！很開心見到你們。我才剛結束一個會議，會中討論今年七月公司的教育訓練預計在森林公園舉辦。)

Sabrina : What a great idea! I agree entirely. We can all engage in social distancing easily if we are all in a forest park. (好主意！我完全同意。若是在森林公園，大家就能輕易的保持社交距離。)

Alan : I like the ‘forest park’ idea. I agree in principle, but I'm not so sure about the month of July. We have an important press conference for a new product launch in July. (我很喜歡「森林公園」這個點子。原則上我贊成，但我不確定七月是不是個好時間點。我們有個重要的新產品上市記者會要在七月舉辦。)

Sabrina : I think you're right. What about September? September has good weather that isn't too hot or too cold. Hope COVID-19 is just like seasonal flu and will subside by then. (我想你是對的。那九月如何？九月剛好不冷也不熱。希望新冠病毒像季節性流感一樣，到時候疫情可以趨緩。) (by then = 到時候，到那時以前／到那時為止)

Mark : Totally! I strongly agree. Let me propose this idea to my department head later. Thanks guys. (沒錯！我相當贊同。我等會兒回去向部門主管報告這個想法，謝謝你們。)

Alan : The company retreat this year sounds fun. I'm excited about it. (今年的教育訓練感覺很好玩，我很期待。)

Sabrina : I agree. We've never held one in a forest park before.....oh no! I'm late for a meeting. I've got to go now. Catch you guys up later. (我同意，我們從未在森林公園舉辦過.....啊！我有個會議要遲到了，待會再聊。)

Alan : Have a good one. (開會順利。)

Mark : Later! (下回見！)

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@ie.com.tw)



更多的英文
課程資訊



免費英文
課程體驗

「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】

我要推薦「**Bus+**」App，它可以查看附近哪裡有 Ubike 站，並提供導航指引，甚至還能查詢臺北、高雄、桃園的捷運路線圖，以及臺鐵時刻表、全臺公車路線等，是非常實用的 App。（太平洋SOGO 百貨中壢店／姚子雯）

【二】

「流利說—英語」APP，是一款適合所有英語學習者的 APP，其中包括「輕鬆學」和「定制學」兩大類型。開始學習前，會先針對使用者的英語水平進行測試，再根據不同等級，推薦合適的課程。

「輕鬆學」又分為免費和付費兩種類型，內容豐富多樣，並提供單詞 PK 和真人對話模組，前者可邀請好友一起進行，後者則由系統隨機匹配，互動性強，趣味性十足。

如果想提升英語業務水準，推薦「定制學」。雖然是付費課程，但能根據使用

者目前等級以及期許達到的水準，量身定製課程與每日學習時長。系統還會針對每日學習情況進行評分，同時根據學習結果獎勵金幣，搭配每週出爐的學習報告，提升學習動力。總之，無論想培養英語學習興趣，或是提升英語業務水準，這裡都有適合你的模組。心動不如馬上行動，Let's learn！（江西亞東水泥／羅麗芳）

【三】

作為一個現代人，追求的是更加偷懶的生活，所以經常運用 APP 來提升效率。其中，「**ParkPay**」是一款停車支付 APP，透過車牌辨識系統，省下取票及排隊繳費的時間。更重要的是，不用擔心票卡遺失，或是繳費機臺面板上有多少細菌。而且在遠百和愛買都可以打開 APP，掃描發票進行消費折抵，不用提著大包小包在服務臺前等候，畢竟陪逛街已經夠辛苦了，能輕鬆一點是一點啊！（鼎鼎企管顧問／蕭名倫）

美型家電當道 會省才是王道

遠東百貨／鄭嘉蕙

受新冠肺炎疫情影響，不少民眾必須在家自主健康管理，同時避免出入公共場所，也讓「好好待在家」愈顯重要。從賣場銷售端可以發現，這幾個月家電銷量逆勢提升，是疫情下少數成長的業種。待在家裡享受美好時光，當然要有美型家電，如果還能省電就更完美了。本期「流行網」將為您介紹兼顧裡子與面子的各式美型節能家電！

台七能比被冠上「美型家電」，除了外型可愛、好看，還要因應都會生活需求，具備體積小、不發出噪音等元素，才能成為居家生活的新寵。此外，環保、節能、省水也備受重視，最好可以搭配縣市政府補助優惠，在選購上將更具吸引力。

節能家電怎麼挑？

經濟部及各縣市政府不定期推出1、2級節能家電補助，針對舊換新也提供最高補助3,000元的措施，下手之前，可先到經濟部能源局官網，或向各大通路詢問當地縣市政府的補助方案。

政府鼓勵使用節能家電，目的是希望提升電器用品的用電效率，達到節約能源目的。但是，節能家電怎麼挑？

- **能效標示**：電器機身貼有經濟部能源局「中華民國能源效率標示」等級標籤，依照每年耗電量度數1到5級區分，第1級代表效率最佳、用電量越少。

- **節能標章**：經工研院與經濟部能源局檢查，家電產品能源效率比國家認證標準高10～50%，就可以貼上「節能標章」標誌貼紙，換言之，電源、愛心雙手、生生不息的火苗圖騰背後，都有政府把關，從生活中減少能源消耗。

- **冷氣空調**：住宅宜挑選變頻式或可變冷媒空調系統的機種，能依照室內溫度，調整壓縮機運作功率，相較於定頻機種只有啟動、停止兩種運作方式更加省電。再搭配水冷扇或電風扇、循環扇，可增加舒適感並降低耗電。

了解美型節能家電的優點後，快來看看全臺遠東百貨為大家整理的推薦清單！

美型廚電**品硯「義大利 SMEG 義式咖啡機」**

機身採用不鏽鋼材質搭配烤漆面板，呈現 50 年代復古風格，具有設計美感的指標性義式咖啡機，擁有 15Bar 的氣壓蒸氣與 Thermoblock 加熱系統，讓您體驗置身義國咖啡廳的樂趣。建議售價 23,800 元，**集團同仁獨家優惠價 21,800 元**。洽詢專線：新竹大遠百 5 樓，(03)528-1300。

**美型廚電****日立 HITACHI「過熱水蒸氣烘烤微波爐 (MRO-VS700TR)」**

配備紅外線溫度感測，能夠均勻加熱，解決傳統微波爐「外乾內冰」的困擾，讓烹飪更加快速節能；預設主廚級烹調 92 道自動料理及 125 道食譜，可烘烤出多餘的油脂及鹽份，讓身體無負擔；此外，內建自動清潔及脫臭功能，讓妳由裡到外都美型優雅。建議售價 16,900 元，洽詢專線：板橋大遠百 7 樓，(02)7705-4168。

美型廚電**Sodastream「氣泡水機」**

全球家用氣泡水機第一品牌，耀眼光澤和摩登簡約的造型，絕對是家中最亮眼的擺設，Spirit 機身設計曾獲得德國紅點大賞，可自動扣瓶，隨心所欲調整氣泡量。Source 則有黑、白、紅三色可以選擇，添加糖漿、果汁、酒，可輕鬆 DIY 各式氣泡飲，滿足生活的小確幸。Spirit 建議售價 4,500 元，Source 建議售價 5,500 元。洽詢專線：「恆隆行」專櫃在遠百寶慶 8 樓，(02)2314-5414、遠百板橋中山 10 樓，(02)8951-7686、新竹大遠百 5 樓，(03)527-8606、臺南大遠百 6 樓，(06)208-1610。

**美型廚電****麗克特 recolte「皮卡丘三明治機」**

日本設計的全新三明治料理幫手，搭配原廠正版授權皮卡丘卡通圖案，精緻小巧，簡單操作，自用送禮皆適宜。熱能快速傳導設計，3 分鐘就能烤出超可愛、令人尖叫的可口皮卡丘造型三明治，貼心直立式收納設計，電源線可收納於底座，附贈限定版專用 33 道精緻食譜，且耗電量僅 600W，讓您享受美味生活無負擔。建議售價 2,190 元，**集團同仁獨家優惠價 1,580 元**。洽詢專線：「佳醫」專櫃在遠百桃園 10 樓，(03)339-6282、高雄大遠百 10 樓，(07)338-9173。



居家空間

OSIM「V手天王」按摩椅

簡約流線設計與現代拋光鍍鉻，搭配獨特 V 型革紋，質感超群。V 手按摩科技能模擬專業按摩師手指的張合技巧，紓緩平時過度使用 3C 產品的頸肩疲勞。建議售價 148,800 元，**集團同仁獨家優惠價 99,800 元**。洽詢專線：新竹大遠百 5 樓，(03)525-3394。



居家空間

飛利浦 PHILIPS「抗敏清淨除濕機」(DE5207)

空汙問題日益嚴重，家有過敏兒必須更加注意清淨與除溼。採用環保冷媒並獲得 2018 年經濟部能源局檢測為第一級節能的日系壓縮機，提供五段風速、溼度控制，以及四種智能模式，結合除溼、清淨雙效合一，適用各種環境。白色整潔乾淨的外表，還有高度安全的多重設計，維持良好的生活品質就靠它。建議售價 26,888 元，**集團同仁獨家優惠價 18,990 元**。洽詢專線：遠百板橋中山 10 樓，(02)8952-9329、遠百嘉義 B1，(05)283-4017、高雄大遠百 10 樓，(07)537-0938。

居家空間

伊萊克斯「Pure A9 高效能抗菌空氣清淨機」(PA91-406GY)

防疫首選的居家守護天使，提供超高換氣效率，14 坪空間只要 12 分鐘即可完全淨化，360 度 HEPA13 級抗菌濾網，5 層過濾，達到 99.99% 以上的抗菌力。獨家五角設計，最低音量僅 16 分貝，還可用 APP 掌控室內外空氣品質。建議售價 24,900 元，**集團同仁獨家優惠價 18,900 元**。洽詢專線：花蓮遠百 3 樓「培芝家電」專櫃，(03)831-5834。



居家空間

IRIS OHYAMA「床鋪吸塵器」銀離子限定版

1.6KG 超輕量設計，特殊握把設計與低重心巧思，讓柔弱少女也能輕鬆打掃床鋪。強力清潔搭載舒適溫暖風，能快速送出暖風，讓高溫環境徹底打擊塵蟎。建議售價 4,990 元，**集團同仁獨家優惠價 3,980 元**。洽詢專線：遠百桃園 10 樓「怡眾」專櫃，(03)339-8363



備註：全文「優惠價」需要出示集團員工識別證，期限至 2020 年 6 月 30 日止。掃描 QR Code 看更多遠東人專屬優惠



延長托育補助年齡 無縫銜接就學需求

遠東新世紀／林欣潔

為打造友善的托育環境，提供家長平價多元的托育服務，並減輕家長育兒的經濟負擔，衛福部推動托育補助，讓家長得以安心上班，並獲得足夠的照顧能量。自2020年開始，托育補助年齡限制由原本0歲～未滿2歲，延長至0歲～未滿3歲。怎樣才能符合托育補助申請資格呢？本期「法律網」貼心彙整相關資訊，在職的家長們趕快筆記！

申請資格

- 選擇公辦托嬰中心、公共托育家園
- 選擇的私托、保母與政府簽約為準公共化托育
- 綜合所得稅率未達 20%
- 目前未領取育嬰留職停薪津貼、育兒津貼



補助金額表

托育方式	補助金額	受補助金額 (0 歲～未滿 2 歲)		受補助金額 (滿 2 歲～未滿 3 歲)	
		衛福部		教育部	衛福部
公辦民營托嬰中心 社區公共托育家園	一般家庭	3,000 元 / 月	2,500 元 / 月	500 元 / 月	
	中低收入戶	5,000 元 / 月	2,500 元 / 月	2,500 元 / 月	
	低收入戶	7,000 元 / 月	2,500 元 / 月	4,500 元 / 月	
準公共保母 準公共托嬰中心	一般家庭	6,000 元 / 月	2,500 元 / 月	3,500 元 / 月	
	中低收入戶	8,000 元 / 月	2,500 元 / 月	5,500 元 / 月	
	低收入戶	10,000 元 / 月	2,500 元 / 月	7,500 元 / 月	

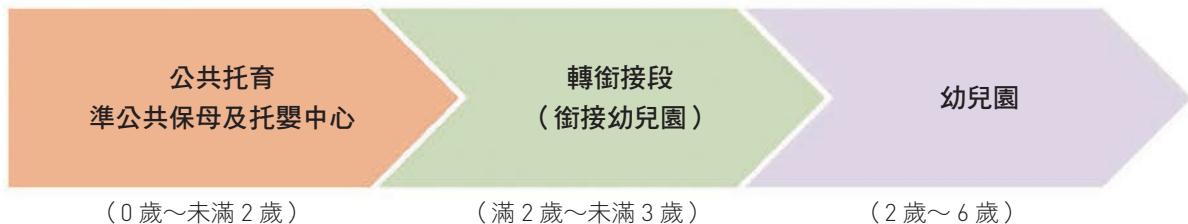
註：第 3 名以上子女，每月加發 1,000 元

所需文件

備妥以下資料後，可向居家托育服務中心或托嬰中心提出申請。

1. 申請表
2. 幼兒及委託人身分證明文件
3. 簽訂之托育服務契約書
4. 委託人之郵局帳戶封面
5. 家庭狀況證明文件（例如：中／低收入戶證明）
6. 所得文件（無則免付）
7. 第三名以上子女證明

為無縫銜接滿 2 歲幼兒的就學需求，2020 年起，2 歲～未滿 3 歲幼兒續留公共托育機構，款項由原本衛福部支付，改由衛生福利部及教育部分別匯入指定帳戶，預估將有 16,000 名兒童受惠。



此外，不少家長疑問，延長 2 歲～未滿 3 歲幼兒的托育補助需要另外申請嗎？以下整理不同情形提供參考。

● 不須重新申請

持續送托原公共托育或準公共保母托嬰中心，且正在領取托育補助或 2～4 歲育兒津貼者。

● 須提出申請

1. 已送托公共托育或準公共保母托嬰中心，但尚未申請托育補助
2. 變更送托對象，如托嬰中心轉送托保母、幼兒園轉送托保母
3. 目前領取育兒津貼，2020 年 1 月 1 日後開始送托者

面臨少子化的社會及男女職場平權的浪潮，政府近年來對於友善家庭政策投注許多努力，同時也提供多元的補助管道，希望藉此協助父母平衡工作與家庭生活，打造更適合生兒育女的社會。（資料來源：衛生福利部、衛生福利部社會及家庭署）

親子下午茶盛宴 DIY 體驗窩在兔子洞裡的幸福

豫章工商／莊宜君

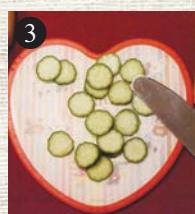


童話故事《愛麗絲夢遊仙境》中，不可思議的奇幻旅程，為小朋友開啟了無限想像空間。兒時的午後時光，常幻想自己小睡片刻時，也和愛麗絲一樣，不小心掉到兔子洞裡，展開一場精彩冒險，其中最引人入勝的橋段之一，莫過於與時間兔和瘋帽子的午茶派對。防疫期間，與其無聊的窩在家中，不如大手牽小手，共赴一場有趣的午茶盛宴！

一、疊疊樂營養三明治

【材料】

吐司麵包 3 片、美生菜 2 片、紅蕃茄 4 片、小黃瓜 1/4 條、乳酪片 1 片、雞蛋 1 顆、雞胸肉 1/4 付、醃料（鹽、白胡椒粉少許）



【器具】

砧板、薄刀、平底鍋、煎鏟、彩色劍叉、餐盤



【製備程序】

- ① 美生菜洗淨，取外層葉片，泡冰水後瀝乾。
- ② 紅蕃茄洗淨，摘除蒂頭，橫切薄片。
- ③ 小黃瓜洗淨，去蒂，切薄片。
- ④ 雞蛋洗淨，去殼，倒入平底鍋，煎成荷包蛋。
- ⑤ 雞胸肉洗淨，橫切薄片，撒上少許鹽及胡椒粉，均勻拌醃，放入冰箱 15 分鐘後，再下鍋將兩面煎熟。

【三明治組合】

- ① 第一片吐司麵包單面抹上一層美乃滋，依序放上美生

完成

菜、番茄片及荷包蛋。②第二片吐司麵包雙面均勻抹上美乃滋，依序放上小黃瓜、乳酪片及嫩煎雞肉片。③第三片吐司麵包單面抹上美乃滋。④將三片吐司及餡料依序堆疊，再以劍叉穿透至底部固定。⑤移至砧板上，對角一切為四，成為4個小三角形夾餡吐司。

【三明治教室】

三明治之名源自於英文 Sandwich，傳說 18 世紀英國貴族約翰·孟塔古即第四代三明治伯爵，因酷愛玩橋牌，沉迷到幾乎廢寢忘食，伯爵夫人為了體貼丈夫，順手將家中現有的食物夾在吐司麵包中，方便伯爵玩牌時取食，牌友們品嚐後，也讚不絕口，故將此食物以伯爵之名簡稱為 Sandwich，三明治也因而流行於英國社交界，至今仍是廣受世界歡迎的簡餐。

「三明治」是由麵包、抹醬及餡料組合而成的食物，其中，麵包是三明治的主體，除了傳統吐司之外，亦可使用全麥麵包、法國麵包、牛角可頌代替。至於抹醬是塗抹在麵包體表面的醬料，能增添風味、黏合食材及增加潤滑的口感，並可預防夾餡食材的汁液浸潤麵包，影響整體口感，奶油、美乃滋、番茄醬及芥末醬是經常使用的抹醬。

夾餡食材是決定三明治風味及營養成分的主角，可簡單，亦可豐富多樣，通常以各式肉品、海鮮、蔬菜、乳酪及蛋為主，組合成千變萬化的成品。

【貼心小叮嚀】

- ① 三明治食材的選擇以天然蔬果及肉品為佳，盡量避免使用加工品，才能兼顧營養與美味。
- ② 夾餡食材沒有固定準則，但宜調整色彩的穿插排列，將相近顏色的食材分開放置，營造更繽紛的視覺效果。
- ③ 美乃滋適量添加即可，否則易增加卡路里的吸收。

二、神奇魔法雪球鬆餅

【材料】

- 蛋黃麵糊：全脂鮮奶 150 公克、低筋麵粉 125 公克、泡打粉 2 公克、雞黃 1 顆、奶油 30 公克
- 蛋白乳沫：蛋白 1 個、細砂糖 25 公克
- 裝飾物：季節水果、蜂蜜（或果醬）、冰淇淋、巧克力醬、脆笛酥

【器具】

電子秤、鋼盆、細濾網、直形打蛋器、橡皮刮刀、尖嘴量杯、鬆餅機、冰淇淋挖球器、叉子、

小刀、砧板、點心盤

【食材前處理】

① 雞蛋洗淨，將外殼擦乾，輕輕敲裂蛋殼，分離蛋白及蛋黃。 ② 以隔水加熱方式融化奶油。 ③ 低筋麵粉、泡打粉過篩。 ④ 鬆餅機預熱備用。

【製作程序】

① 蛋黃麵糊：鋼盆中依序倒入鮮奶、麵粉、泡打粉及蛋黃，以直形打蛋器輕柔拌合均勻。 ② 蛋白乳沫：另取一鋼盆，倒入蛋白，拌打至起始發泡階段，再將糖分三次放入，拌打至濕性發泡（蛋白成微彎狀）。 ③ 取蛋白乳沫，分次拌入蛋黃麵糊中，即為鬆餅麵糊。 ④ 將鬆餅麵糊先置於尖嘴量杯中，再倒入鬆餅機。 ⑤ 待鬆餅機加熱燈號熄滅，開蓋確認鬆餅顏色，若二面皆為金褐色，即可取出。 ⑥ 請孩子設計製作自己喜愛的創意鬆餅裝飾。

【貼心小叮嚀】

- ① 鬆餅機使用前，以毛刷沾取少許奶油，均勻塗抹於烤模中，防止鬆餅沾黏烤模，影響成品美觀。
- ② 操作鬆餅機需由成人在旁協助指導，以免孩童燙傷。
- ③ 鬆餅建議趁熱食用，外酥內軟風味絕佳！

三、滑落牛奶池的珍珠寶貝

【材料】

- 全脂鮮奶或無糖豆漿 600ml
- 珍珠：熱水 40cc、黑糖粉 35 公克、地瓜粉 75 公克、樹薯粉適量
- 珍珠調味：二砂糖 10 公克、蜂蜜適量
- 黑糖醬：黑糖 30 公克、熱水 6cc

【器具】

單柄鍋、湯匙、擀麵棍、耐熱塑膠袋、濾網、環保吸管、造型透明杯具



完成

【珍珠製備程序】

① 單柄鍋中，倒入黑糖及熱水，以小火加熱熬煮成濃稠黑糖醬，放涼備用。② 热水、黑糖粉倒入鍋中，煮至滾沸，再倒入地瓜粉。③ 以湯匙拌合均勻，待降溫後，再以手揉至光滑均勻成糰。④ 放入塑膠袋內，擀壓成圓片。⑤ 以吸管當壓模，再以雙手揉搓成球形。

【煮珍珠的魔法】

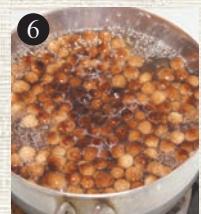
① 鍋中倒入 1 公升的水，煮至滾沸，再轉為小火，倒入珍珠，使用湯匙順著同方向攪拌，直至珍珠浮起，續煮 20 分鐘（每 5 分鐘攪拌一次，可防珍珠沉落導致黏鍋），熄火後，續悶 30 分鐘。② 使用濾網撈出珍珠，反覆以流動的飲用水沖洗，使其快速降溫，並預防珍珠相黏，最後再瀝乾水分。③ 倒入適量的二砂糖及蜂蜜，拌合均勻，靜置 20 分鐘，待其入味。④ 取玻璃杯裝入適量的珍珠，將黑糖醬沿杯壁滴流呈不規則裝飾，再倒入鮮奶或豆漿。

【粉圓小教室】

粉圓依尺寸大小，可分為珍珠或波霸，主要成份為澱粉，通常由太白粉、馬鈴薯澱粉、地瓜粉加上糖及熱水等成分，混合製成直徑約 0.5 ~ 1 公分的圓形澱粉球，其顏色、口感依成分差異而有不同的風味。

【貼心小叮嚀】

- ① 製作手工珍珠宜注意顆粒大小，會影響熟度和口感。
- ② 手工製作的珍珠，立即煮熟新鮮食用最佳，切勿存放隔夜，亦不可冷藏保存，會影響Q彈口感。
- ③ 珍珠粉圓滑溜彈牙的口感，廣受大人小孩的歡迎，但考量安全，不建議幼童食用，孩童食用時可以湯匙舀食，避免因吸食力道太強導致危險！



完成



防疫「偏」方 別再傳

編輯室輯

自從新冠病毒疫情開始蔓延，網路上就盛傳著各式各樣的「防疫偏方」，不少偏方甚至冒用學者專家的名號撰文。本期「法律網」特別為您彙整亞東醫院感染科醫師接受媒體「台灣事實查核中心」的專訪內容，讓假消息無所遁形。



感染科
楊家瑞主任



整合醫療內科
劉佳穎主任

謠言一：新冠病毒不耐高溫，在26～27度的環境下就無法存活，所以要多飲用熱水？

亞東醫院感染科楊家瑞主任：雖然病毒不耐高溫，但攝氏26至27度是室溫，病毒仍會存活。此外，人類體溫並不會因為喝熱水而改變，且新冠病毒一般是經由呼吸道黏膜感染，喝水則是經由腸胃道通過，兩者之間並無關連。

謠言二：新冠病毒潛伏期為0～24天，很多人起初無症狀，到醫院才發現肺部已50%纖維化。其實只要能夠最大深度地吸氣，並且閉氣超過10秒以上，沒有出現不適，就代表肺部沒有纖維化？

亞東醫院感染科楊家瑞主任：肺部發炎持續三到四週後，肺部會開始纖維化，這是一個慢性的過程。傳言提到的方法並

不正確，建議民眾還是要到醫院做肺功能檢查才能確認。

謠言三：若感染新冠病毒肺炎，只要按時服用Sudafed、Afrin與Neti Pot，即可減緩呼吸系統症狀？

亞東醫院整合醫療內科劉佳穎主任：Sudafed可紓解鼻塞、Afrin能減緩鼻塞與流鼻水等，至於Neti Pot則是洗鼻器，以上都是國外常見的非處方感冒藥，但並無殺死病毒或細菌的作用。

謠言四：感冒時，如出現流鼻涕和咳嗽者，就不可能是新冠病毒肺炎？

亞東醫院感染科楊家瑞主任：新冠病毒肺炎主要症狀是發燒、咳嗽，但仍有一少數患者出現流鼻水、鼻涕等症狀。要判斷是否感染，必須靠分子生物學診斷，從

鼻咽或口腔採取檢體，檢測是否存在新冠病毒的核酸。一般醫師臨床診斷則會檢視患者是否有咳嗽、有痰、流鼻水等症狀，再詢問是否有疫情盛行地區的旅遊史。

謠言五：放置一顆沒有剝皮的洋蔥在房間裡，洋蔥上出現了流感病菌，可見洋蔥能吸收病菌，讓人體保持健康；而吸收病菌的洋蔥也會因此在次日清晨變黑。

亞東醫院感染科楊家瑞主任：流感是病毒，不是細菌，此傳言敘述有誤，而且洋蔥也沒有吸附病毒的效果，會發黑應是氧化變質導致。

謠言六：酒精可殺死口腔咽部的病毒，經血液吸收後，殺死肺部病毒，因此每天喝點白酒有助於預防新冠病毒肺炎？

亞東醫院感染科楊家瑞主任：酒精的殺菌力跟濃度有關，與飲用的總量無關，且酒精殺菌的原理是將濃度 75% 的酒精噴灑到細菌或病毒的表面，進而破壞細菌或病毒。若是進入人體、被人體吸收，則沒有消毒作用，只會造成心跳加快、循環加速、神經興奮、血管擴張等問題，無法增強免疫力，長期飲用反而有酒精中毒的疑慮。

謠言七：喝鹽水、紅茶、普洱茶可抗新冠病毒？

亞東醫院感染科楊家瑞主任：「紅茶、普洱茶所含的茶黃素可預防冠狀病毒」的說法來自 SARS 疫情期間的相關研究，但紅茶、普洱茶中的茶黃素含量不夠高，而且也尚未進行動物、人體臨床試驗，因此無法證實效果。至於鹽水漱口雖然有助於清潔口腔和咽喉，然而新冠病毒侵犯的是人體的呼吸道，漱口無法清潔呼吸道，且目前也沒有證據顯示鹽水有助於消除新冠病毒。

謠言八：吃素、咖哩，或是喝大蒜水、補充維生素 C 等，都能預防新冠病毒肺炎？

亞東醫院感染科楊家瑞主任：這些說法目前尚缺乏研究實證，有些食物僅能提升免疫力，不代表能夠預防病毒。

謠言九：高血壓患者容易感染新冠病毒肺炎？貓狗也會傳播病毒？

亞東醫院感染科楊家瑞主任：雖然根據大陸醫院的統計資料顯示，高血壓、糖尿病、高血脂等慢性病患者容易成為重症患者，但不代表高血壓者特別容易受到感染。其他包括：噴灑酒精消毒容易導致失火、貓狗會傳播病毒等謠言，都會讓人心更加恐慌，提醒大家不要隨意轉傳聳動的消息，應多向專家查證，別當假消息的冤大頭。

信用貸款大解析 一次看懂申辦重點

遠東商銀／呂怡欣

剛繳完一大筆稅款，眼看著小孩又要繳學費了，錢不夠用怎麼辦？聽說辦信用貸款很複雜，利率都很高，手續費也好貴，如何申辦才能快速拿到錢又不吃虧？求人不如求己，快快做好重點筆記，輕鬆申辦信用貸款！

一、申辦信貸常見的迷思

1. 超低利率好吸睛？

各家銀行的信貸方案琳瑯滿目，有些標榜首期利率才 0.1%，有些則是前二期利率只要 0.88%，多數人認為只要利率最低就划算，其實不然！面對超低、超殺的階梯式利率廣告，千萬別只看起頭利率，更應該注意優惠期過後的後段利率，有時加計後段利率的平均價格，反而比一

段式利率更高，不可不慎。

2. 手續費也是隱藏性成本

除了利率，手續費也是一筆不小的開銷。有些信貸廣告打著超低優惠利率，卻收取高於市場均價的手續費（金管會規定手續費不得超過萬元），導致實際付出的金額高出許多；或是以手續費限期優惠折抵 NT 1,000 元為廣告噱頭，事實上折抵

銀行	A 銀行	B 銀行	C 銀行
貸款利率	首期 0.1% 第二期起 2.54% ~ 13.19%	前二期 0.88% 第三期起 2.76% ~ 18.06%	2.28% ~ 10.28%
手續費	NT 3,000 元	優惠折抵 NT 1,000 (定價 NT 9,000 元)	NT 2,000 元
假設條件：貸款金額 30 萬、貸款期間 5 年			
總費率年百分率	2.87% ~ 13.16%	3.73% ~ 18.01%	2.56% ~ 10.57%





後仍要收取 NT 8,000 元的高額手續費，相較其他銀行只收取 NT 5,000 元反而高出許多，因此，評估哪家貸款利率真正划算，應該以總費用年百分率（註）計算才準確。

3. 不可不知的「限制清償期」

如果預估短時間內即有資金到位可償還貸款，千萬要注意「限制清償期」的契約條款（目前各家銀行規範的限制清償期間為 1～3 年不等），因為一旦契約成立，貸款撥付後，想要提前還款就必須另外支付一筆提前清償違約金（約償還本

金的 2%～3%，依各家銀行契約條款為主），無形中墊高了實際的貸款成本；建議若有把握在短期內（3～6 個月內）全數清償貸款的話，「無限制清償期」的方案會是較好的選擇，縱使利率較高，但不至於損失額外的利息或違約金。

二、快速申貸不求人

1. 選擇經常往來的銀行

要快速讓資金到位，最好選擇經常往來的銀行申辦，如：基金理財、薪資轉帳往來銀行或信用卡發卡銀行，因為這些銀行會比其它銀行更瞭解客戶的資產或信

用現況，審核速度相對較快，有些銀行甚至早就預審好既有客戶的專屬額度，只要客戶同意申辦就能立即撥貸。

2. 線上快速申辦

目前各家銀行的數位金融大多發展臻備，若懂得善用線上管道，就會發現原來申辦信貸輕鬆又簡單，隨時隨地透過手機或平板電腦就能完成。通常銀行核貸完成的同時，會立即以簡訊或 E-mail 通知申請人核准結果，申請人只要再透過線上完成簽約程序，款項即自動匯入指定帳戶內，整個過程完全不用跑銀行，能省下不少時間，解決燃眉之急。以遠東商銀為例，線上申辦信用貸款只要五步驟，核准後，最快 1 小時撥款。

三、聰明申辦的加分秘訣

申請信用貸款的年齡限制為 20 歲～65 歲，只要具有穩定收入且信用正常都能申辦，但多數人申請時，只知道提供最基本的身分證影本及現職月收入資料（近三個月薪資單或近一年扣繳憑單），殊不知資產其實也能為自己大加分。

申辦時主動提供名下資產資料，包括：不動產、基金、股票、保單…等，除

了有利銀行快速核准貸款之外，部分銀行還會將客戶提供的資產資料扣除名下貸款餘額、融資或質借金額後，剩餘價值再轉換為個人月收入，有助於申請人爭取到更高的貸款金額（根據金管會規定，個人於全體金融機構無擔借款總餘額最高不得超過月收入的 22 倍），也可能因此談到較好的利率條件。

四、良好的信用讓您更有價值

申辦信貸，其實銀行看重的是「還」！申辦信貸過程中，假使銀行透過聯徵中心發現，申請人在其它金融機構的貸款或信用卡繳款曾經有延遲紀錄，沒有按時還款，即使申請人擁有好工作、高收入，也可能被婉拒貸款，或貸不到想要的金額，更遑論因延遲繳款過久而遭聯徵中心註記信用不良，絕對會成為各家銀行的拒絕往來戶。因此，培養良好的信用，才是輕鬆申辦信貸的不二法門。

再者，銀行對於曾經貸款過且繳款紀錄良好的既有客戶，幾乎都會提供相較市面上更優惠的貸款條件。所謂「有借有還，再借不難」，信用貸款務必按時還款，累積良好的信用價值，才能成為各家銀行競相爭取的優質客戶。

* 註：總費用年百分率（簡稱 APR）為貸款的實質年利率，意即將貸款期間須支付的利息、手續費或帳戶管理費等成本加總後，所計算出的年百分率。

讓靈魂跟上

亞東石化（上海）／邊亞梅

一群人急匆匆的趕路，突然，一個人停了下來。旁邊的人覺得很奇怪，問他為什麼不走了？停下的人笑答：走得太快，靈魂落在後面了，我要等等它。

不知道從何時起，我們都成了路上那個匆匆而去的背影，太陽東升西落，行人步履匆忙，忙碌的氣息永遠纏繞著我們，讀書時，習慣一目十行、囫圇吞棗；出門旅行，喜歡走馬觀花；就連給父母打個電話，也只是短暫報個平安了事，在這種快節奏的生活裡風雨急趕，來不及品味種種細節，也無法觸及其中的感動，又如何給自己的內心留有一塊空間呢？

偶爾放慢一下腳步吧，給靈魂一次小憩的機會，別讓自己忙碌到沒有時間思考。上班途中停下腳步，給一片樹葉飄落的時間，給一首老歌唱完的權利，說不定某一天，你會發現，一朵花的綻放渲染了整個春天，片刻的駐足帶來了許多樂趣，生活裡的浮躁、工作上的難題在那一刻全化為養心的雨露，那時的你一定會發出「一花一世界，一木一浮生」的感慨吧？

林徽因「內心修籬種菊」的恬淡，陶淵明「採菊東籬下」的悠然；李白「安能摧眉折腰事權貴」的豁達，不正是因為在

人生旅途中歇了腳才遇到更好的風景嗎？正如王國維在《人間詞話》中借用的「驀然回首，那人卻在燈火闌珊處」，歷經千辛萬苦，踏破鐵鞋無覓處，成就就在駐足回首的不遠處。

聽說在阿爾卑斯山谷中，一條風景秀麗的路上豎立著這麼一面看板——「慢慢走，欣賞啊！」美學大師朱光潛說：「許多人在這車如流水馬如龍的世界過活，恰如在阿爾卑斯山谷中乘汽車兜風，匆匆忙忙地急馳而過，無暇回首流連風景…」，為何不能把握時機，放緩腳步，適時駐足，沈澱心緒呢？一個似曾相識的笑臉，一片金黃的落葉，一句忽然湧上心頭的詩，或許都可以讓我們的內心回歸寧靜，進而發現生活的樂趣。

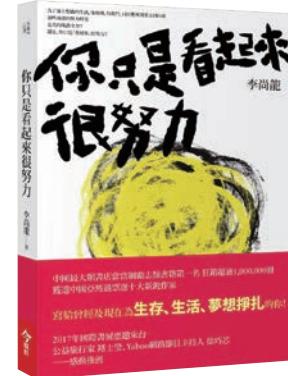
在這個快節奏的時代，偶爾不妨放慢腳步，等等自己的思緒，等等自己的靈魂，等等蓄滿前行的力量，踏踏實實地做好每一件事，讓生活像一棵樹，深深地紮根，慢慢地茁壯成長。

《你只是看起來很努力》讀後感

遠東商銀／楊芬妮

春假這四天，您做了什麼？也許是一次紓壓的旅行？也許是寒窗苦讀、準備考試？做什麼都好，就怕守著電動、滑著手機，漫無目的地打發時間。

為了激勵聰明但不用功的兒子，我設計了一場比賽——我必須讀完一本書並且寫下心得，而他則要完成學習卷和考試複習，贏的人自然會有獎勵。雖然我志不在贏，但仍然認真地讀完這本在「當當網」排行第一名的書——《你只是看起來很努力》。



作者李尚龍是大陸的作家、講師以及導演，身兼數職，閱歷豐富。本書敘述作者從考軍校到退學，期間經歷的坎坷，以及一個個真實、扣人心弦的故事。書中佳句如潮，如下羅列幾句深植我心者：

一、沒有目的的旅行只能叫漫遊；沒有目標的學習只是看起來很努力。不求目的的學習都是作秀，不問效果的努力都只是浪費時間。→由此可知，凡事都要訂立目標，並且邁出第一步，持續檢討改進，才能有所成就。

二、你的努力要配得上你的野心。→如果努力不夠，所有理想都將成為泡影，化為不切實際的空談。

三、優秀不夠，你是否無可替代。

→方法有二：一是做別人不願意做的事，二是把別人都能做的事做得更卓越。

以我的年齡來看這本書，獲益最多的莫過於更貼近現在年輕人的想法。就讀大四的女兒，一直以來都很乖巧。孰料大二之後開始轉變，常常跟我們辯論一些自以為是的道理，有時候更是為了反對而反對。她最常說的是：「我長大了，有判斷是非對錯的能力，不再像小孩一樣，什麼都不懂，任人擺佈。」之前總是覺得難過，含辛茹苦拉拔大的女兒，怎麼唸了大學就變了樣。看完這本書才赫然發現，自己也像書中那些愛子心切的父母，為了避免子女走太多冤枉路，希望他們考個公職、找一份穩定的工作就好。殊不知，年輕人有

自己的理想抱負，就算闖蕩失敗，他們也會告訴自己：「至少我曾經努力過」。身為父母的我們，只要在他們迷惘時，適時指引明燈；當她們想要展翅高飛時，默默支持鼓勵即可。

除了鼓勵年輕人勇於追夢，作者也告訴年輕人，追夢的過程中，不能沒有金錢做後盾，只有「先求生存，才能談理想」。作者並舉一位主持人為例，說明他喜歡浪跡天涯，到處旅行，但旅行過後一樣會回到工作崗位，賺取下一趟旅行的本錢。「真正的勇士是調整好工作和旅行的關係」，這句話讓一味追求理想與抱負的年輕人，有了正確的價值觀——先就業、再擇業，才能談夢想。

作者的愛情觀，也引發我的共鳴。他說，「愛情，是一支不會回頭的箭。」我也覺得破鏡難圓，就算勉強黏合，仍會留下痕跡，還不如就此放下，而時間是最好的療傷劑。世界上沒有誰一定離不開誰，只要時間夠久，就會沖淡那些刻骨銘心的回憶，帶走所有不完美的故事，留下最精華的部分。只要仍然相信愛情，未來一定會有一個對的人、在對的時候，與浴火重生後的你相遇。

作者說：「別和太愛的人結婚。」

這和年輕時的我們，糾結著究竟該和「愛我的人」，還是「我愛的人」結婚有著異曲同工之妙，而我也堅信「婚姻是愛情的墳墓」，因為結婚後，所有海誓山盟都被柴米油鹽醬醋茶取代，曾經轟轟烈烈的故事都歸於平淡，唯有將愛情昇華為親情，才能牽手一生。

除此之外，作者針對職場、社會也多有剖析。他認為社會上批判、責備的聲浪太多，真正需要的是在批評後，提出解決的方法，讓社會更和諧進步。而在競爭激烈的職場中，大部分的人努力不夠，卻忌妒別人的成就，脫穎而出的人往往成為箭靶，如何明哲保身成為必學的功課。除了不說人是非、不理會汙衊之外，保有一顆善良的心，自然會吸引和自己一樣善良、志同道合的朋友，共同努力、一起成長。

最後，節錄書中的一句話與讀者同勉：「一個人晚上的時間，決定這個人這輩子是一個什麼樣的人。」因為白天人人忙於工作、忙於學業，相差無幾。到了晚上，有些人忙著刷朋友圈、追劇；有些人忙著電玩遊戲；而有些人卻在為明天的工作預作準備，或是利用時間學習英文、充實新知，久而久之自然產生天壤之別。讓我們一起善用晚上的時間，努力學習，讓彼此越來越進步，越來越卓越。

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，只要以手機掃瞄右方的QR Code，即可輕鬆填答抽大獎！



本期題目

1. 關於遠東集團旗下教育機構之敘述，下列何者為是？【封面故事】
 - A. 元智大學從「雙語大學」邁向「新雙語大學（各學院英語專班 必修程式語言）」
 - B. 亞東技術學院三大特色領域為：資通訊技術、健康照護與紡織產業
 - C. 因應 108 新課綱實施，豫章工商提供學生同科跨班、同群跨科、同校跨群的多元選修課程
 - D. 以上皆是
2. 關於「托育補助」之敘述，下列何者為非？【生活情報 · 臺灣地區法律網】
 - A. 私托、保母與政府簽約為準公共化托育也可申請托育補助
 - B. 綜合所得稅率超過 20% 也可申請
 - C. 目前領取育嬰留職停薪津貼者不可申請
 - D. 托育補助年齡已延長為 0 歲～未滿 3 歲
3. 關於「防疫偏方」之敘述，下列何者為是？【生活情報 · 保健網】
 - A. 雖然病毒不耐高溫，但飲用熱水無法改變體溫，也無法殺死新冠病毒
 - B. 新冠病毒肺炎主要症狀是發燒、咳嗽，但仍有少數患者出現流鼻水、鼻涕等症狀
 - C. 酒精進入人體後，會被人體吸收，沒有消毒作用，無法增強免疫力
 - D. 以上皆是
4. 關於「信用貸款」之敘述，下列何者為非？【生活情報 · 財經網】
 - A. 信貸方案應精算前後段利率，避免優惠期過後利率過高，反而不划算
 - B. 手續費每家銀行都一樣
 - C. 在限制清償期內提前還款，需付違約金
 - D. 培養良好的信用，是輕鬆申辦信貸的不二法門

參加辦法

請剪下 358 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**六月十五日**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 元之遠東百貨商品券（15 份）**。編輯室將於次月月刊中公佈得獎名單。

357 期有獎徵答得獎名單揭曉

遠東人月刊 358 期有獎徵答	
姓名：	
單位：	
聯絡地址：	
答案：1. () 2. ()	
3. () 4. ()	

單位	姓名	單位	姓名	單位	姓名
遠通電收	王 * 圓	遠百信義店	陳 * 伶	亞東技術學院	郭 * 庭
遠傳電信	童 * 明	亞泥花蓮儲運站	陳 * 中	遠東都會	陳 * 達
亞東百貨	邱 * 溪	亞泥（中國）	周 * 果	亞東石化	吳 * 偉
亞東醫院	廖 * 琳	遠龍不銹鋼	阮 * 真	遠東商銀	徐 * 婷
東聯化學	詹 * 昆	遠東新世紀	徐 * 誼	遠東紡織越南	李 * 忠

恭喜上列幸運兒分別得到面額 300 元的遠東百貨商品券！



↑ 遠百板橋區總店長施智耀協理（右四）帶領板橋大遠百與板橋中山店同仁，一起送醫護愛心便當至亞東醫院。



↑ 遠傳電信榮獲 2020 LINE Family Club-The Best Brand 嘉獎，由呂秀味副總經理（右）代表領獎。



↑ 臺中大遠百應援醫護餐盒第一站送往中港澄清醫院，由楊曜謙副店長（前排左三）帶領同仁，將 250 份精緻餐盒送到醫護人員手中。



↑ 新竹大遠百準備 1,000 份主題餐廳便當，由徐為興店長（後排左一）率隊，分別至台大新竹分院、新竹馬偕、新竹國泰等醫院發送，為醫護人員加油打氣。



↑ 為呼籲女性重視乳癌防治，桃園遠百攜手聖保祿醫院，出動「數位乳房攝影巡迴車」，提供 45 ~ 69 歲婦女免費檢驗。

大擴滿優利定存

新臺幣
定存最高

0.87%



欲知詳情請掃我
或洽遠東商銀各分行

