

遠東人

徐有庠
題

共同開創「誠勤樸慎・創新」的健康人生

COVER STORY

亞泥（中國）綠力全開 推進無廢城市
亞東工業（蘇州）搶攻碳中和商機

OFFICE TALK

剪刀經濟大解析

LIFE GUIDE

保健網

開學了！如何擺脫「開學症候群」



綠力加值 產業升級

Transforming Traditional Sectors to Green Efficiency

掃描 QR Code
看更多即時訊息
還可下載電子雜誌





➤ 亞東科技大學創校第一棟教學大樓「方城」即將拆除另建新校舍，校方特於7月1日畢業典禮當日，邀請徐旭東董事長在方城教室裡，以「走過半世紀的溫暖記憶」為題，帶領畢業生進行最後的巡禮。



➤ 「2022 韓流魅力盡在遠百」韓國展8月5日於遠百竹北店盛大開展，開幕儀式中，由徐雪芳總經理（左二）代表捐贈100組好客隨身瓶，請新竹縣社會處轉交偏鄉地區的弱勢家庭。



➤ 亞東醫院主責之「板橋集檢所」於8月1日點交歸還，邱冠明院長（右三）特別出席，感謝團隊分擔新北市醫療量能。



➤ 為深化學生數位競爭力，元智大學在廖慶榮校長（右三）主導下，引入「Google Cloud 雲端學程計畫」。



➤ 遠東SOGO百貨連續十年榮獲臺北市勞動安全獎，黃晴雯董事長（後排右二）與勞安室同仁合影留念。

綠力加值 產業升級

李佳珍

全球淨零碳排的聲浪逐漸升高、綠色商品成為購物首選、環境成本進入企業的財報…這場由氣候變遷引發的新一波綠色革命，正快速改變產業風貌。本期「封面故事」將帶您走訪製造業前線，看集團旗下的聚酯材料業、水泥建材業，如何啟動綠色轉型，展現企業新價值。

綠色轉型不僅是產業存亡的關鍵之役，更是與大眾生活息息相關的環保課題，您或許知道「綠建築」已蔚為趨勢，但您是否聽過購買綠建築可享房貸優惠利率？本期「財經網」專欄教您如何省荷包又愛地球！

此外，隨著時序進入九月，快樂的暑假也即將結束，您家中的小寶貝們是否也準備好迎新學期？「保健網」特別邀請亞東醫院精神科醫生傳授 5 大招，幫助小朋友順利揮別「開學症候群」。

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 NTD500，其餘文字稿臺灣地區每字 NTD0.5、海外地區每字 NTD0.8。

投稿請寄：臺北市敦化南路二段二〇七號三十六樓「遠東人月刊編輯室」，或傳真：(02) 2736-9934 或 e-mail 至 magazine@fenc.com，若有其他相關問題，歡迎來電洽詢：(02) 2733-8000 分機 8549、8556。

「遠東人開講」十月份話題：遠東同行 點亮未來

集團 73 週年生日慶即將來到，過去一年在疫情威脅下，人與人之間必須維持距離，但心與心卻因此靠得更近。為集團慶生的同時，也邀請大家分享您曾參與過的公益體驗，或是您最想感謝的人，讓我們發揮正能量，攜手點亮未來！文長 300 字以內，遠東人月刊就會提供您一筆「傳愛基金」哦！（截稿日期：9 月 15 日前）



SEP 2022

NO. 385

01 EDITOR 編輯手記

綠力加值 產業升級／李佳珍

04 LEADER'S REMARKS 領航者的話

遠傳電信的數位轉型之路／編輯室採訪整理

08 COVER STORY 封面故事

亞泥(中國)綠力全開 推進無廢城市／編輯室採訪整理

亞東工業(蘇州)搶攻碳中和商機／編輯室採訪整理

14 GROUP BRIEFING 集團簡訊

關係企業動態報導・公益專區・好康報報・績優榮譽榜・人事異動／編輯室輯

21 OFFICE TALK 樂活職人

經營管理新知：即食料理化繁為「剪」--剪刀經濟大解析／GO SURVEY市場研究顧問

上班族必修學分：酒足飯飽？別忘了給小費／EIE美語



26 LIFE GUIDE 生活情報

- 財經網** 省荷包又愛地球 「綠建築房貸」成趨勢／李美君
- 財經網** 最公平的投資方式 -- 競價拍賣／林宜蓁
- 保健網** 開學了！如何擺脫「開學症候群」／林育如
- 法律網** 勞保年金調升 五大 Q&A 一次看／洪珮珊
- 美食網** 開箱百貨新美食／鄭嘉蕙
- 美食網** 百變起酥皮點心／陳文靜

42 STORY 心動時刻

- 夏日炎炎 熱情不減 -- 記江西亞東第二屆家庭日活動／羅麗芳
- 心聚遠紡 「疫」路同行／袁偉

45 HOT TOPIC 遠東話題

- 遠東人開講：消暑大作戰／編輯室輯

48 QUIZ 有獎徵答

- 384 期有獎徵答得獎名單揭曉／編輯室

發行人 徐旭東 | 社長 鄭澄宇

月刊編輯委員

| | | | |
|-----|-----|-----|------|
| 王明倫 | 余欲弟 | 李佩頻 | 李美蓮 |
| 汪更新 | 呂學龍 | 何思緯 | 林俊佑 |
| 吳信儀 | 吳佳穎 | 吳昇鑫 | 吳梅華 |
| 吳和生 | 卓采慧 | 周俊穎 | 胡興賢 |
| 徐竣菁 | 徐雅慧 | 徐宛穎 | 梁雅雯 |
| 黃呂鈞 | 游慧琳 | 游淑如 | 曾育鍾 |
| 程慧文 | 郭文慧 | 郭曜豪 | 陳聰明 |
| 陳金新 | 陳雪萍 | 陳玲華 | 陳虹瑾 |
| 陳睿誼 | 陳相吟 | 葉金璋 | 張 丹 |
| 楊韻琪 | 曾淑辛 | 馮輝棋 | 廖婉甄 |
| 蔡敏雄 | 劉貞佑 | 簡嘉琪 | 油谷初美 |

發行所

遠東新世紀股份有限公司

通訊處

臺北市敦化南路二段 207 號 36 樓
(02) 2733-8000 轉 8549、8556

E-mail

magazine@fenc.com

網址

<https://magazine.feg.com.tw/magazine/tw/index.aspx>

電子報網址

<https://magazine.feg.com.tw/magazine/tw/edm.aspx>

登記證 局版台誌字第 8320 號

美術設計 Z&C.COM

印刷所 湯承科技印刷(股)公司



遠東人月刊
電子報



遠東人月刊
電子雜誌



遠東人月刊App
(Android)



遠傳電信的數位轉型之路

編輯室採訪整理

遠東集團「企業科技與永續經營講堂BTS Talk」是IT Committee推動的分享交流平臺，定期邀請集團內外的專家，以具啟發性的實務案例，分享企業在業務創新、科技應用、持續營運／發展等領域的議題及趨勢。本次特別邀請遠傳電信井琪總經理暢談遠傳的數位轉型之路。

遠傳為什麼要轉型？

當企業成長到穩定階段，能夠居安思危的人並不多，但人無遠慮，必有近憂，因此我們開始思考，如何找到新的成長動能，創造新的成長曲線？如果本業無法繼續成長，能否發展出第二曲線？這是遠傳走向數位轉型的觸發點。

臺灣行動市場營收的走勢可以從 2014 年 4G 開臺作為分野，在此之前的 3G 時代大致是賣方市場，然而，隨著市場逐漸飽和，加上 4G、5G 頻段的高額標金，以及同業之間的削價競爭，在在壓縮電信產業的獲利，尤其 2018 年 5 月爆發 499 資費大戰後，獲利更是大幅下滑，以前遠傳號稱是同業中含含金量最高，因為擁有許多高資費的客戶，然而在 499 之亂中，

受到的衝擊也最大。

遠傳的轉型

徐旭東董事長很早就提醒我們，要轉向新經濟業務，所以我進入遠傳的第一個任務，就是擔任轉型辦公室的轉型長，目標是運用 5G、雲端和「大．人．物」科技，提供消費者數位服務和企業資通訊的解決方案，讓遠傳從傳統電信公司轉型為科技服務公司。當時特別從企業客戶事業部門與 IT 部門挑選相關技術與產品的團隊，再對外招募新生力軍，整個轉型辦公室儼然成為「小 IT」，積極開發 ICT、IOT 市場。

在個人消費市場方面，遠傳圍繞著「行動生活圈」，推出「遠傳心生活」，除了提供電信相關服務，也包含生活繳費、發票載具、跨超商咖啡寄杯、兌換遠傳幣等優惠，甚至還能觀看精彩獨家影音內容，滿足日常生活所需。

至於企業用戶市場則是亟待突破的重點，尤其面對政府機構，競爭對手中華電信佔有先天優勢，臺灣公部門大多採用其電信服務，所幸 Smart ICT 為遠傳帶來新契機，因為是全新領域，我們可以發揮敏捷的特性，快速整合與調整，憑藉專業與認真的態度，幾年下來，遠傳在政府標案已大有斬獲，以全國中小學「班班有冷氣」政策來說，全臺 18 個標案中，遠傳自主開發的「能源管理系統（EMS）」一口氣贏得 9 個標案。

為什麼要 5G、雲端和「大．人．物」？

為什麼在眾多科技中，遠傳聚焦於 5G、雲端和「大．人．物」？首先，無線網路傳輸較有線更具優勢，也是遠傳的本業，而相較於 4G，新一代的 5G 擁有高速、低延遲、多連結的特色；再者，一旦收集到的數據越來越多，就需要雲端儲存與 AI 分析，但 AI 需要強大的處理器、搭配各種模型以及 IT 團隊，一般的公司，尤其尚未進行數位轉型之前，不可能擁有這些，若是從頭開始建立模型，事實上也緩不濟急。如果遠傳將這些設備和模型工具化，分享在公有雲上，就能為他們節省軟硬體建置成本，也可省下重新培養 IT 團隊的時間與金錢，還能視需求調整用量，不用一次買足頂級設備。對於資金並不充裕的新創公司來說，尤其需要這樣的運營服務，而遠傳是臺灣最大規模雲計算用戶之一，也有完整的混合雲架構，可以提供相關服務。

當然，正式向企業用戶推廣之前，我堅持遠傳內部一定要使用過，才能知道如何避免失敗、什麼樣的方式最具經濟效益，事實上，鴻海會選擇遠傳，正是信任我們對於各種不同雲的掌握，能提供複合式的營運管理，並且具有實作經驗，而這也是遠傳最大的賣點。

數位轉型的非數位條件

1. 組織要到位：以遠傳為例，當時是由轉型辦公室負責推動數位轉型，有別於一般的 Program Office，轉型辦公室其實是一個 IT 團隊。考量既有的 IT 團隊需要維持電信本業的穩定運營，因此我另外成立小 IT，而且不著重在追蹤 KPI，只在乎做出多少 ICT、IOT 平臺的解決方案。

2. 文化要更新：遠傳的核心價值原本是誠信、創新、協作、敏捷，但我希望強調公司對於員工、客戶、社會的關懷，以及同仁間的相互關懷，所以在員工大會（town hall）中，徵得大家的同意，在核心價值裡加上「關懷」。

3. 員工要溝通：進入遠傳之前，我長年在美國工作，不可否認的，兩地的文化有些不同，但我認為，只要能夠將心比心，同仁一定會有感。以前遠傳的員工大會（town hall）只有主管層級參加，後來我透過線上直播，讓每一位員工都能參與，讓大家充份理解公司的政策和願景。

另外，第一次召開員工大會之前，我也引入了 AT&T 經常用來衡量客戶滿意度和忠誠度的指標 -- 淨推薦值 (NPS)，它的評分方式是，9 ~ 10 分代表推薦型，7 ~ 8 分表示不會主動推薦，至於 0 ~ 6 分則是不推薦（批評者），將推薦者分數減去批評者分數，獲得的就是淨推薦值，如果高於 50 分，就是 excellent。我透過它來了解員工對於公司的看法，想知道員工會不會推薦親友到遠傳工作，或是推薦遠傳的產品。2019 年第一次舉辦評鑑時，只有 1,000 多位員工參加，針對其中開放性的問題，很多人擔心被秋後算帳，不敢填答，結果淨推薦值是負 2，換言之，批評遠傳的比推薦的多兩位。後來我逐一檢視、處理同仁提出的問題，並通過員工大會，積極與大家溝通，也鼓勵同仁提出有建設性的意見，2020 年的評鑑結果是 47 分，最近一次甚至拿到 74 分。

當然，我看重的不是分數，而是有沒有進步的趨勢，而且員工對於公司的印象，很多時候也跟服務的單位或主管有關，倘若發現某個部門的分數較低，我會進一步了解，如果是員工誤會了公司，就需要解釋清楚，但若是真的不合理，就要加以解決。目前遠傳每年做兩次評鑑，我相信淨推薦值分數能夠一路上升，與我們做了很多的溝通有關。

4. 人才要培養：優秀人才是企業的資產，但是不夠好或是閒置的人員，則是企業需要關注的，因此遠傳努力活化人才資產，提供完善的訓練與轉型的機會。

例如，為了發展雲端科技，選派同仁參加外部培訓，目前已有 600 人取得相關證照；另外由內部講師團隊以「數據分析營」的方式，培養具有數據分析能力的人才；而為了推廣與深耕 AI 技能，我們也分別與 Microsoft 和 Amazon Web Services 合作，舉辦遠傳 AI 駭客

松（Hackathon）大賽，先由外部專家為來自跨部門的員工進行前導訓練，再透過賽程，讓員工發揮專長，運用科技解決營運上面臨的問題。

於此同時，我們也積極向外尋找人才，並透過 5G 菁英計畫、5G Solution Boot Camp，培養技術菁英。當然，新科技的人才難免流動率大，但我希望廣結善緣，只要他們認為在遠傳有獲得養分，自然會信任我們的服務和產品，將來即使出去開枝散葉，還是可能帶來正面的影響，也或許會帶著更好的能力重回遠傳。因此，我每周會請人資提供報告，了解人員的離職狀況，如果服務年資很短，或是表現很好的人才突然要走，就需要了解原因，即使無法挽留，也會給予祝福。

不僅如此，我們也會透過校園徵才或產學合作，與教育界保持關係，包括：與集團旗下亞東科技大學進行 5G Lab 研發，或是與元智大學、亞東科技大學、東華大學、淡江大學等進行 IT 專案研發，也與臺大 Global MBA 共同舉辦商業競賽，各部門也依據策略需求，提供實習或正職名額。

5. 執行要務實，慎訂 KPI：以前在 AT&T，各單位為了追求 KPI 而創造許多 KPI，事實上卻少有成效，因此我堅持轉型要務實，不需要執著 KPI，也應該慎訂 KPI。

6. 懂技術的要懂商務：雖然 IT 的技術十分專精，一般人不容易理解和溝通，但我認為，要擴大數位轉型，仍需結合 IT 的技術力，讓 IT 人員充份了解，為什麼要這麼做、步驟是什麼，進而與業務部門密切合作，提供專業的技術輸出服務。

7. 當家的要堅持：轉型一定會有阻力，而且不可能一開始就順利，所以管理層一定要有堅定的認知。以遠傳來說，除了徐董事長十分堅持，身為總經理，更要清楚我們要解決什麼問題？要走什麼路線？當然，過程中也需要隨時觀察，視情況修正，不能一味向前衝，也不能遇到阻礙就放棄。

遠傳新經濟業務持續成長

遠傳第一階段的轉型已成功帶動新經濟營收持續攀高，從 2016 年佔總營收 5%，一路成長至 2021 年的 17%，今年更可望上看 19%，不過，我的目標是 25%，希望讓各界看到，遠傳不只著重在電信本業，也將藉由轉型新經濟業務，畫出第二條成長曲線。

至於第二階段的轉型是透過「Back Office」，讓人資、財會等後勤部門更數位化；第三階段則是重新建構我們的本業，讓它數位轉型。總而言之，轉型一旦開始就不會有結束的時候，最重要的是，你要真正開始動起來！



亞泥（中國）綠力全開 推進無廢城市

編輯室採訪整理

碳達峰、碳中和「30・60」目標的提出，不只宣告了中國大陸應對氣候變化的重要戰略，也在產業界掀起新一波綠色革命。水泥業作為支撐經濟發展的基礎建設產業，亦是傳統能耗大戶，自然首當其衝。不過，對於早已在綠色轉型領域深耕多年的亞泥（中國）來說，這不只是挑戰，更是機遇，且看他們如何踏著堅定的步伐，在低碳新時代中穩健前行。

優化製程 低碳生產

果菜飄香的生態農業園、五星級的溫室苗圃，以及鳥聲盈耳的百鳥園…來到景色如畫的江西亞東，您一定很難相信這是一座已經投產 20 多年的水泥廠區。

事實上，不只江西亞東，亞泥（中國）所轄的各座水泥廠，都以花園工廠著稱。滿園綠意的背後，是亞泥（中國）「工業發展與環境保護並行不悖」理念的實證，畢竟花草綠樹、彩蝶飛鳥，絕不可能存活於漫天的塵灰之中。

亞泥（中國）自成立以來，即致力於生產低碳、綠色水泥，為了降低碳排放，南昌亞東

將原煤熱風爐改造為天然氣熱風爐，每年節省原煤 1.4 萬噸，減少 2.75 萬噸 CO₂ 排放，各廠也將靜電除塵器升級為袋式除塵器，限縮排放煙氣粉塵至 10mg/Nm³ 以下，並採用熱生料脫硫、濕法脫硫、熟石灰脫硫…等多種方式，減少二氧化硫排放，同時利用低氮燃燒技術，結合 SNCR 脫硝、雙閉環精準噴氨及 SCR 脫硝，縮減氮氧化物（NO_x）排放；如今各廠的空氣污染物排放值，遠低於當地政府限定值，尤其四川亞東 2 號窯、四川蘭豐 2 號窯更率先達成空氣污染物 A 級排放標準，預計 2025 年亞泥（中國）轄下所有一貫化水泥廠均可全面達標。

不僅如此，各廠也持續優化生產工藝，改善製造流程，例如：改善部分原燃料堆場設計、汰換風機、調整擋板等，有效提升研磨效率及熟料燒成過程的熱交換效果；各品種的水泥產品在熟料的抗壓強度提升，加上湖北亞東特製的水泥助磨劑增強與助磨下，都能維持卓越的品質穩定度，如今各水泥廠正努力研發各型水泥中最佳熟料配比，務求所有產品都能獲得低碳產品認證。

而在能源系統方面，亞泥（中國）能源管理系統建成後，預計每年可節約 1,909 萬度電，減少 11,646.8 噸 CO₂ 排放；未來更將以每年 1.2MW 的裝機容量推動光伏發電項目建設，目標在 2030 年之前，達到 10.8MW 裝機容量，平均每年可望節省 113 萬度電力消耗、減少 689.8 噸 CO₂ 排放。

當然，「碳足跡」也是減碳行動中，至關重要的一環，如何將開採的石灰石高效、安全的從礦山輸送至廠區，是設計團隊的一大考驗。以四川亞東為例，考量石灰石礦區的工作高度在海拔 1,200 米以上，與目的地山腳石庫之間，高低落差達 600 米，團隊於是利用地勢特點，打造長距離下坡發電帶運機，每年可減少 4,685.6 噸 CO₂ 排放；江西亞東同樣採用國產下坡節能發電帶運機，並增設回程皮帶翻面裝置，確保沿線無漏料，每年可減少 658.9 噸



CO₂ 排放。對接礦山與廠區之外，各廠生產的熟料也必須裝運至碼頭，尤其對於江西亞東來說，二廠每年有 270 萬噸的熟料需運送至 3 公里外的一廠碼頭裝船，還有 140 萬噸的原物料需由碼頭輸送至二廠，若是利用車輛裝卸，難免塵土飛揚且耗用油料，團隊特別設計一條新型雙向曲線輸送帶運機，每年可節約 246 萬度電，減少 1,501.2 噸 CO₂ 排放，而且運輸過程完全無揚塵、低噪音，實現清潔生產。

循環利用 化廢為寶

除了開展節能減排措施，亞泥（中國）也嘗試運用各種資源，達成最佳減廢效果。例如，江西亞東及黃岡亞東利用無法作為水泥原料的高鎂灰岩，生產建築骨料，過程中產生的粉料，再用於水泥配料，達到廢石全利用。2021 年江西亞東即利用高鎂灰岩礦，生產建築骨料約

279 萬噸，運用地表土夾石摻配技術綜合利用礦山表土 100 萬噸，並藉由四級沉澱池等循環利用水資源 60 萬噸，摻配及角材利用廢石，占全部利用的 17.88%；黃岡亞東的資源綜合利用也達 2,867,434 噸，其中，高鎂廢石、茅口組廢石、夾層廢石、地表土及裂隙土…等水泥用灰岩資源綜合利用 453,131 噸，角材綜合利用高鎂廢石 1,314,821 噸，摻配及角材利用廢石，占全部利用的 47.73%。

一方面活用廠內的廢料，另方面亞泥（中國）也應用水泥窯高溫、鹼性、大容量等特點，協助地方政府及行業處理固體廢棄物，窯



內的高溫能有效去除有毒物質，避免對環境產生危害。2021 年協助處理造紙業廢棄物、市政污泥、廢污染石灰石粉、鑽井岩屑等產生的固體廢棄物約 7 萬噸，2022 年下半年更擴展至固態、液態、半固態之工業危險廢棄物，未來也將進一步處置重金屬污染土，助力國家綠色發展戰略。



不只是協助處置廢棄物，亞泥（中國）的目標是將可燃廢棄物全部轉換為替代燃料，提升水泥窯煤炭替代率及燃燒效率，真正做到「固廢變黃金」。目前各廠正努力探研水泥窯加料系統與預處置系統，尋求更多元的處理方式，在 2025 年前達到煤炭替代率 10% 的目標。

有鑒於中國大陸地區每年排放約 7,000 萬噸工業廢棄物磷石膏，其中的磷、有機物、酸性物質等，嚴重影響水質，破壞環境。亞泥（中國）乃積極研發磷石膏無害化工藝，並將其充分應用於水泥生產作為緩凝劑，2021 年使用 50.6 萬噸磷石膏，2022 年上半年也已使用 29.2 萬噸磷石膏，降低水泥生產成本的同時，亦協助各地政府去化堆積如山的磷石膏。

綠色認證 品質保證

為了積極建設綠色礦山，亞泥（中國）從礦區環境、資源開發方式、資源綜合利用、節能減排、科技創新與數位化礦山、企業管理與企業形象等六方面著手，依照各礦場特點，編制綠色礦山建設規劃及實施方案，成效卓著，2019～2020 年，江西亞東和黃岡亞東各有 3 座礦場獲選為國家級綠色礦山，2021 年，江西亞東再申報 2 座礦場為省級綠色礦山。

此外，亞泥（中國）所轄預拌混凝土製造廠的產品也深獲肯定，以武漢亞力水泥製品公司為例，90% 以上的產品已獲頒混凝土標號 C20、C25、C30、C35、C40 的綠色建材產品認證。由於政府要求登載於下鄉活動網銷平臺的產品，都必須獲得綠色建材產品認證書，勢將加速此類建材之推廣應用。未來，隨著各階段的碳達峰目標逐漸逼近，繼續追求頂級認證將成為亞泥（中國）維持優勢的重要手段。

一直以來，水泥業是支撐國家經濟的基礎產業，亦是構成現代城市建築的重要黏著劑，隨著人類文明不斷演進、環保風潮興起，各界對於它也有更高的期許。身為行業標竿的亞泥（中國）當然責無旁貸，將通過發展綠色生產，重塑產業與城市的關係，成為推進無廢城市的重要助力。



亞東工業（蘇州）搶攻碳中和商機

編輯室採訪整理

「碳中和」趨勢帶動能源轉型浪潮，也加速汽車產業的進化，電動車可望取代燃油車，成為未來新主流。但是你知道嗎？電動車開發的過程中，需要改變的不只是動力來源，「輪胎」也扮演著關鍵角色。本文將帶您了解，亞東工業（蘇州）如何洞悉需求，創新技術及產品，進軍電動車市場。

攜手品牌 打入電動車供應鏈

PET 不僅是日常生活中常見的材料，經常運用於飲料或零食包裝，在工業上更佔有舉足輕重的地位，特別是 PET 長纖，由於擁有高強度、高丹尼特性，且初始模量高、延伸率及熱收縮率低、耐衝擊性好，廣泛使用於輪胎簾布、車用安全帶、安全氣囊、電纜包線、輸送帶…等。其中，PET 工業絲的尺寸穩定性高、定荷伸長、乾熱收縮率低，不易因高溫而變形、皺縮，製成的簾布相當適合作為輪胎骨架材料。

雖然簾布只有胎重的 10% ~ 15%，卻佔輪胎生產成本 37%，且直接影響輪胎表現，尤其近年全球喊出「淨零排碳」的目標，電動車市場快速崛起，負載了電池重量的電動車，普遍重於燃油車，更需要堅固、輕量且節能的輪胎簾布。

儘管市面上已有部分簾布廠商宣稱可產製相關商品，但皆未能大規模商業化生產。亞

東工業（蘇州）長期作為全球前五大輪胎製造商 --Continental 之胎體簾布供應商，研發實力獲得信任及讚賞。看準電動車市場，雙方歷經數次會議討論，於 2015 年簽署「JDA 合作開發計畫」，其中即包括「開發節能輪胎用簾布」，希望以低丹尼 PET 取代傳統高丹尼 PET，製成具高強度、高模量及低收縮的新款輪胎簾布，其高強度可降低輪胎所需的層數，減少橡膠的使用，達到胎體輕量化的目的；而高模量能提升輪胎的尺寸安定性，減少滾動阻力；至於低的熱收縮性則可使輪胎在長時間高速運轉下，不因胎面高溫變形，除了有節能的功效，也能提高乘車的舒適性、操控性及安全性。

前瞻技術 創造高獲利

一般而言，高模低縮絲經浸膠、熱處理後，其強度和中間伸長、熱收縮性呈正比，但電動車需要的「輕量節能高模低縮絲」卻違反常規物理型態，須在提高強度時，降低中間伸長和熱收縮性。由於相關文獻與參考資料極少，亞東工業（蘇州）在營運長與顧問的經驗指導下，嘗試以自有技術結合研究所的理論，重新調整生產設備與製程，包含：

1. 重新設計酯粒熔融參數：確保聚合物（polymer）的黏度提高時，流動性能不受影響，避免出現黏度不均的問題。
2. 改造紡嘴內部設計：防止高黏度聚合物於內部流動時，出現死角。
3. 噴絲板孔徑和長徑比的試驗：避免聚合物出絲過程因紡絲延伸倍率異常，產生毛絲。
4. 重新設計冷卻系統：透過提高纖維內的順向度和結晶度，使纖維的強度和高熱穩定性符合標準。
5. T / U 生產拉伸過程延伸比和溫度試驗：測試出最佳值，以免因絲束內外層溫度差異過大，拉伸出毛絲。
6. 浸膠熱處理條件和膠液配方：使簾布具備高強度、耐疲勞性能，並擁有良好的高溫黏著性。

經過 14 個月的反覆改良、測試、製胎驗證，團隊最終克服萬難，研發出一款強度、乾熱收縮率和定荷伸長皆達到預期目標的簾布，製成輪胎後，除了可改善滾動阻力，亦具有優異的耐疲勞性及橡膠接著性，不但順利取得客戶 Continental 之認證，於 2020 年開始量產，並獲得各國專利，更重要的是，相關的紡絲及浸膠技術，還能用於開發其他差異化新產品。

如同徐旭東董事長所言，企業必須積極預測市場與產業的變化，及早擬定新的營運模式與商業模式。亞東工業（蘇州）洞察國際趨勢，開發富有獨特性和新穎性之產品，在電動車市場搶下一席之地。未來，隨著電動車銷售數字持續增長，將帶動相關產品獲利提升，開創商機無限。

集團簡訊

掃描 QR Code 看更多集團訊息 →



01 遠東新世紀架構永續循環生活圈

遠東新世紀為全球回收聚酯領先企業，深耕循環經濟多年有成，為廢棄寶特瓶創造新價值。此次歷經一年多的努力，與臺灣統一超商 7-ELEVEN 及統奕包裝於北區獨家推動「循環經濟資源回收機」。由統奕包裝於 7-ELEVEN 門市建置回收機，回收民眾使用過的廢棄寶特瓶，再透過遠東新的獨家技術，分選、清洗、除汙、提黏，抽取成為環保紗，製成環保制服及其他商品（約 14 ~ 15 支寶特瓶可製成一件 7-ELEVEN 門市制服），構築可持續發展的綠色永續生態圈。（遠東新世紀／鄭傑承）

02 遠紡工業（上海）簽訂綠色融資協議

為推進中國碳市場、碳金融交流，促進產業低碳發展，上海環境能源交易所和上海聯合產權交易所 7 月 16 日透過線上線下結合的形式，合辦首屆「2022 中國國際碳交易大會」，並於會中舉行企業與金融機構的雲簽約儀式，遠紡工業（上海）由曾竹賢總經理代表，與興業銀行上海分行簽署綠色融資合作協議，期以綠色金融助力企業發展。（遠紡工業（上海）／余桂英）

03 全臺首家 Bankee 元宇宙旗艦分行開幕

鑒於元宇宙浪潮襲捲全球，遠銀 Bankee 社群銀行重磅推出全臺首家元宇宙分行，其接待大廳能協助客戶了解元宇宙分行的使用方法，無人櫃檯則可承接數位存款帳戶或信用卡等各項業務。此外，分行內亦設置展演廳、品牌室、會議廳及 VIP 專屬休息室，Bankee 會員還能在元宇宙中，建造專屬的特色分行。目前使用及參觀均採邀請制，未來將陸續舉辦線上記者會、迎賓活動、會員共創坊等，推廣數位新體驗。（遠東商銀／朱佳琳）

04 遠傳與元智大學攜手打造 5G 雲端智慧校園

遠傳電信 7 月 18 日攜手元智大學啟動「5G 雲端智慧校園」戰略結盟，雙方將針對「打造微軟國際課程與認證中心」、「5G 智慧校園心生活」、「全雲端校園」、「元宇宙產學合作」四大項目進行深度合作，藉由遠傳的技術力，全面推動元智大學數位升級，打造更節能、安全、舒適的智慧校園。（遠傳電信／林孟璇）



05 亞泥拓綠能版圖 嘉惠電廠助臺灣穩定供電

亞泥近年積極投資天然氣、風電、太陽能等綠能產業，其中位於嘉義縣民雄鄉的嘉惠電力，是臺灣目前最大的民營天然氣發電廠，以低污染、高效率、高品質、高安全性的發電技術，持續為臺灣提供穩定電力。相較於相同裝置容量的燃煤電廠，嘉惠每年減少近200萬噸的碳排放量，此外，廠區更進行11公頃的景觀綠化作業，與生態和平共存。未來，嘉惠將繼續優化製程、降低燃料成本、提高熱效率，為臺灣能源轉型貢獻心力。（亞洲水泥／顏嘉璐）

06 江西亞東水泥創建綠色礦山獲《中國自然資源報》專版刊登

江西亞東水泥自2017年以來，即透過優化開採技術、注重生態環境保育、綜合利用資源、發展智慧礦山和提升企業管理等五大方式，成功打造綠色礦山，並建造生態農業園、四級沉澱池、多功能展廳和參觀平臺等，至今已接待各類參訪100餘次，7月4日更獲自然資源部主辦的《中國自然資源報》專版刊登〈帶活一方經濟、護好一方山水〉一文，介紹江西亞東水泥的綠色作為，大幅提高公司礦山的知名度與社會形象。（江西亞東水泥／曹仁中）

07 南昌市委常委、統戰部部長饒紹清赴南昌亞東水泥視察安全生產工作

南昌市委常委、統戰部部長饒紹清率領青山湖區區委領導及高新園區管委會領導一行二十餘人，於7月21日視察南昌亞東水泥，饒常委兼部長在張瑋庭總經理陪同講解下，參觀礦粉研磨生產線，對於相關安全生產措施表示讚許，同時勉勵大家繼續努力，為經濟發展做出貢獻。（南昌亞東水泥／江保興）



08 亞東科技大學與臺北市開南高級中等學校締結策略聯盟

亞東科大與開南高中7月11日分別由黃茂全校長和胡毓富校長代表，簽訂合作意向書，兩校互贈校旗、紀念品，亞東科大團隊亦在儀式後參訪開南高中校史館、實習工場…等，以了解其場域、師資、設備及教學特色。未來雙方將透過學術交流、觀摩活動及開設銜接課程，培育出更優秀的技職菁英。（亞東科技大學／李玉燕）



09 元智領航全球產業鏈 創設企業專才基地

為打造全球人才基地，元智大學自 111 學年度起，將成立「企業書院」及「國際書院」，前者透過學校與產業界合作，開設課程、實習等方式，強化學生的技術與實務能力，以符合產業發展及青年就業之所需；後者則整合各院英語學士班，另增聘 10 名外籍優秀師資，落實與深化英語專業教學。（元智大學／饒浩文）

公益專區

10 體驗在地建築之美 徐元智先生基金會、遠東百貨合辦「古蹟參訪月」

徐元智先生基金會與遠東百貨邀請大龍峒保安宮、臺北市孔廟與中華民國文化資產維護學會合作舉辦「遠東建築獎 -- 古蹟參訪月」活動，8 場活動近 600 位名額，短短 3 日即報名額滿。首場「歷史建築講堂」與保安宮、孔廟的「導覽走讀」，8 月 6 日於保安宮登場，遠東集團徐旭東董事長與遠東百貨徐雪芳總經理聯袂出席，與民眾共同領略名匠們的心路歷程、見證偉大的古蹟保存案例，感受臺灣傳統建築之美。（徐元智先生基金會／胡湘君）



11 遠東巨城購物中心舉辦臺東農特產展

遠東巨城購物中心 7 月 16 ~ 17 日攜手臺東縣政府及在地特色農會，舉辦「Taitung Organic 臺東我給你嗑」有機農產展，將香甜的鳳梨釋迦、臺東好茶、有機健康米、特有暖身薑黃等，共 30 攤新鮮產品直送新竹，現場不僅有集點滿額贈、有獎徵答、打卡送好禮等優惠，還有有氧運動帶動跳，以及精彩線上料理大賽，讓新竹鄉親享受臺東「很慢」的好滋味。（遠東巨城購物中心／劉欣祐）

12 遠東百貨協助推在地農特產

遠東百貨竹北店 7 月 30 日、31 日攜手新竹縣政府舉辦「北臺良品竹縣 GO 購」，現場匯集 8 個縣市的農會、產銷班等，開設 40 個攤位，展售特色優質產品；新竹大遠百不僅再度與南投縣農業處合作，舉辦「南投物產展」，另攜手新竹知名阿忠冰店、新竹縣尖石鄉公所舉辦「夏日冰品節」，除了販售小農種植的水蜜桃，更發起募資活動，將募集到的 500 顆愛心水蜜桃捐贈予新竹仁愛啟智中心、新竹仁愛兒童之家及新竹家扶中心。（編輯室輯）

13 遠東百貨用心關懷弱勢族群

遠東百貨重視企業社會責任，積極關懷全臺各地弱勢團體。嘉義店於7月25日至31日，與嘉義市環保局合作舉辦「衣起愛相隨」二手衣回收活動，成功募集超過200kg的衣物，全數捐贈予嘉義市脊髓損傷協會；臺南大遠百於8月2日，邀請50名臺南市社會局兒少據點的孩童，參加「金大廚不只是鍋物」開幕儀式，招待孩童們享用午餐；竹北店則由徐雪芳總經理代表捐贈100組好客隨身瓶，請新竹縣社會處轉交偏鄉地區需要的弱勢家庭。新竹大遠百亦與新竹郵局攜手，於7月31日舉辦「郵GO愛老爸 幸福傳遞站」活動，免費提供父親節專屬明信片，讓新竹家扶中心的孩童表達對父親滿滿的愛與祝福。（編輯室輯）



14 遠東SOGO百貨展開綠色行動

全球吹起淨零風潮，身為百貨零售業界模範生的遠東SOGO百貨也積極採取綠色行動，成為亞太地區首家加入全球性永續倡議「EP100」的百貨零售業者，承諾以2018為基準年，於2028年提升能源生產力至50.52%，降低溫室氣體排放量，創造潔淨經濟發展模式。此外，高雄店不僅在樓層改裝上，以流水、雲朵、綠意等不同意象展現豐沛能量，7月16、17日更舉辦「煥新飛舞・植栽市集」，持續推廣「陽光、空氣、水」的轉型理念；中壢店亦於6月28日至7月10日舉辦「仲夏生態探索教室」，透過觀察和學習，傳達生態環境的保育觀念。（編輯室輯）

15 遠東SOGO百貨發揮關懷平臺力

遠東SOGO百貨積極投入各項公益，其中，「SO GOOD 好小孩少年楷模」已連續舉辦十年，本屆以「我的未來」為主題，於7月25日舉辦頒獎典禮，共22位特殊生受獎，並邀請多位歷屆楷模回娘家。另外，鑒於自煮料理已成新常態，遠東SOGO百貨宣布將舉辦第三屆「遠東SOGO防疫餐競賽」，參賽者請於9月12日前完成網路報名程序，獲勝者不但可獲得最高獎金NTD15萬，食譜還有機會變身遠東SOGO百貨人氣餐廳的獨家料理，讓更多人吃到健康與美味。（遠東SOGO百貨／黃安蕙）



好康報報

16 遠銀「Bankee揪團路跑」補助報名費 再加碼做公益

遠東商銀歡慶成立 30 週年，為延續 ESG 永續行動，由 Bankee 社群銀行協助創意實踐家和臺灣路跑協會舉辦「2022 臺北城市創意路跑 TPE RUN」，號召全民 11 月 13 日參與路跑，並自即日起至 9 月 22 日，配合推出「Bankee 揪團路跑」活動，不僅補助每位參賽者 50% 報名費，更提撥 5 ~ 8% 的報名費作為公益基金，款項將捐贈失親兒福利基金會、社會永續發展推廣協會 -- 國手匯，給予失親兒、運動員更多協助，與客戶共創友善的社會。（遠東商銀／朱佳琳）



Bankee
揪團路跑

17 亞東證券推定期存股 抽五星飯店住宿

亞東證券推出「定期定額買台股／ETF」投資服務，共有 50 檔台股及 ETF 供選擇，即日起至 9 月 30 日，凡新增定期定額契約並成功扣款，即可獲贈 Happy Go 200 點。除此之外，不論新、舊戶，只要成功扣款再加碼抽 Happy Go 700 點（限量 300 名），且每次扣款交易達 NTD5,000，可獲得一次抽遠東香格里拉五星級飯店住宿券的機會，扣款次數越多，中獎機率越高，詳細活動內容請洽亞東證券官網。（亞東證券／企劃室）



亞東證券
推定期存股

18 暑假限定 臺南遠東香格里拉飯店醉月樓推「夏日港點季」

即日起至 9 月 16 日，臺南遠東香格里拉飯店「醉月樓」中餐廳推出平日午間「夏日港點季」，三十道經典港式點心可恣意搭配，任選五道 NTD666、七道 NTD888、九道 NTD999，在臺南最高景觀餐廳俯覽城市美景，享受精緻手工點心，機會難得，訂位專線：（06）702-8856。（臺南遠東香格里拉飯店／卜怡筠）



19 臺北遠東香格里拉飯店推中秋食宿雙享

搶攻中秋連假出遊聚餐商機，臺北遠東香格里拉飯店特別推出「中秋饗月」住房專案，每晚只需 NTD5,050 起，包含：豐盛早餐、兩杯無酒精迎賓飲品、連年獲獎的「金沙·奶黃」月餅禮盒。此外，9 月 10 日更將舉辦「中秋池畔烤肉派對」，每位 NTD1,800，可享精選小食、沙拉、湯品、炭烤海陸佳餚、甜點、飲品吧等，訂房請洽：（02）2376-3266；烤肉池畔派對購票請洽：（02）7700-3111。（臺北遠東香格里拉飯店／龍君權）

績優榮譽榜

20 遠東集團摘「2022 亞太永續行動獎」11 座大獎

「2022 亞太永續行動獎」8 月 12 日舉行頒獎典禮，遠東集團永續績效表現傑出，7 家公司摘下 11 座大獎，其中，遠東新世紀以「持續深耕永續金融、建立全球夥伴關係、實現企業核心永續價值」專案獲頒「金獎」，另以「打造疫情下的安心職場」獲選「銅獎」；亞洲水泥也以「水泥船永續全岸電」專案，取得最高榮譽「金獎」；百貨零售部份，遠東百貨以「遠百五代商場數位轉型」



專案榮獲「銀獎」；遠東 SOGO 百貨也以「綠色轉型邁向淨零」和「首創零售淨零聯盟」兩項專案，分別獲得「金獎」、「銀獎」；遠東巨城購物中心則以打造街頭藝術競技交流平臺，獲得「銅獎」殊榮。公益事業部份，元智大學執行的「桃園文化廊道」USR 計畫，促成學生與在地居民的連結，獲頒「金獎」；亞東醫院更因為「高效抗疫傳奇」勇奪「金獎」，並以「智慧健康促進守護社區健康」，以及結合遠東集團推動「愛陪伴 長照微光守護計畫」等兩項專案，獲得兩面「銅獎」。（編輯室輯）

21 遠東集團五家公司獲「亞洲企業社會責任獎」11 項獎座

2022 年「亞洲企業社會責任獎」（AREA）7 月 21 日舉行線上頒獎典禮，遠東集團 5 家公司脫穎而出，遠東新世紀勇奪「循環經濟領導獎」、「人力投資獎」、「企業治理獎」及「企業永續報告獎」，獲獎數名列亞洲第一。亞洲水泥自 2013 年起，每年發行 CSR 企業永續報告書，極具溝通成效，獲得「企業永續報告獎」。零售業方面，遠東百貨以三大永續行動專案獲頒「綠色領導獎」、「健康衛生推廣獎」、「企業永續報告獎」；遠東 SOGO 百貨則以兩項計畫展現打造安心賣場與安全職場的決心，分別獲頒「綠色領導獎」與「人力投資獎」；遠東巨城購物中心長期舉辦「Big City 街藝嘉年華」，拿下「社會公益發展獎」可謂實至名歸。（編輯室輯）

22 遠東 SOGO 百貨創「臺北市勞安獎」十連霸紀錄

遠東 SOGO 百貨連續 10 年獲頒「臺北市勞動安全獎」，蟬連「優良單位」、「大心老闆」及「優良人員」三重肯定，創零售業第一，同時也是此次唯一獲獎的零售業，勞安成績亮眼。（遠東 SOGO 百貨／謝承哲）

23 防疫神隊友 遠東百貨獲臺北市府頒發感謝狀

遠東百貨於疫情期間展開一連串公益應援計劃，積極捐贈口罩、酒精、乾糧等防疫物資，幫助防疫最前線，7月19日於臺北市府舉辦的「加強版防疫專責旅館暨防疫團隊感恩儀式」獲頒感謝狀，由信義 A13 店白偉敏店長代表領獎。（遠東百貨信義 A13 店／謝佳棋）

人事異動

24 遠東新世紀高階主管人事異動

姓名：陳彥丞

原任：化纖總部固聚事業部貿易部酯粒副經理

新任：化纖總部固聚事業部貿易部酯粒權任經理

學歷：日本北海道大學國際廣報媒體觀光學院碩士



姓名：蘇炫旭

原任：化纖總部固聚事業部貿易部材料 - 瓶副經理

新任：化纖總部固聚事業部貿易部材料 - 瓶權任經理

學歷：銘傳大學觀光事業學士

姓名：黃志榮

原任：化纖總部工務部公用處副經理

新任：化纖總部工務部公用處權任經理

學歷：國立成功大學環境工程學士



25 遠揚營造高階主管人事異動

姓名：陳文亮

原任：業務處 協理

新任：業務處 權任副總經理

學歷：文化大學建築系

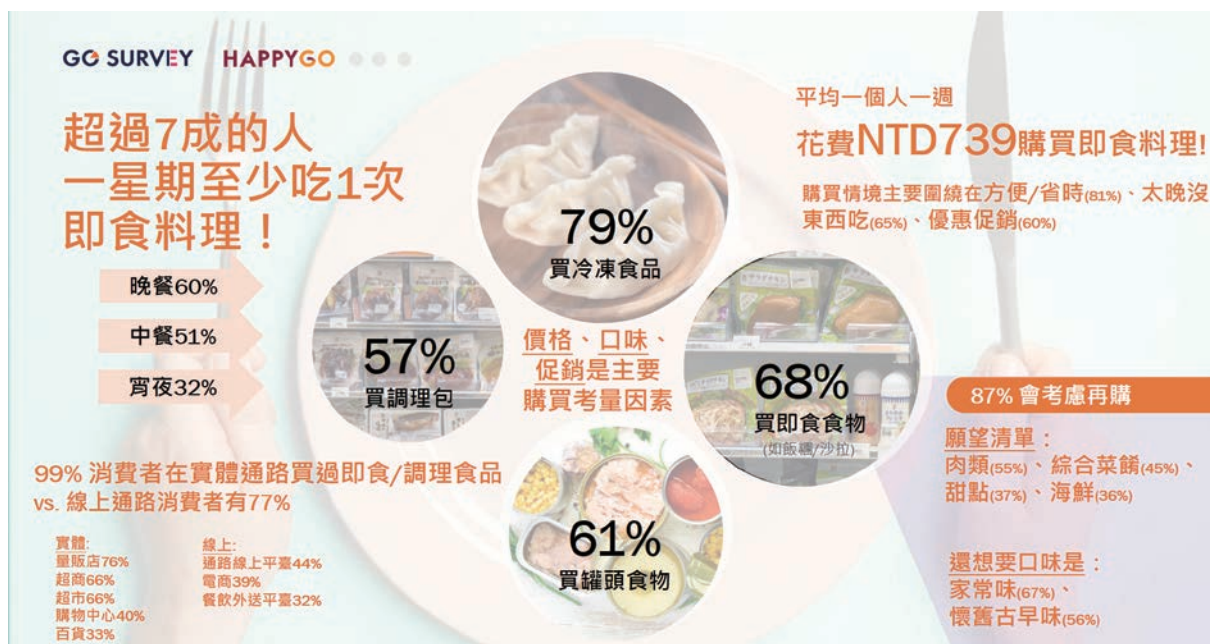


即食料理化繁為「剪」-- 剪刀經濟大解析

GO SURVEY 市場研究顧問

工作生活型態的變化和疫情的影響，重塑了消費者對於「吃」的方式與需求，即時料理成為便利飲食的主要代表。根據經濟部統計，2020年膳食及菜餚（如冷凍水餃等調理食品）產值達NTD304億，創歷年新高，2021年上半年也已突破NTD155億。快速方便又美味的食物，一剪、微波，就能上桌，形成一股不容忽視的消費趨勢。

根 據 GO SURVEY 調查顯示，高達 98% 的民眾曾購買過即時料理，其中以冷凍食品、即食食物、罐頭食品最受歡迎。超過七成的消費者，每星期至少吃 1 次即食料理，而且平均每人每週花費 NTD739。採購通路方面，99% 的民眾曾在量販、超商／超市、購物中心、百貨等實體通路購買即食料理，亦有 77% 民眾會透過線上平臺、電商、餐飲外送平臺等線上通路購買。





至於購買即時料理的情境，主要是因為方便／省時、時間太晚沒東西吃、優惠促銷等。有六成的受訪者選擇以即食料理作為晚餐，其次則是中餐（51%）和宵夜（32%）。選購時，價格、口味、促銷是消費者主要考量因素，近九成消費者願意再回購的商品是：肉類、綜合菜餚、甜點、海鮮；而再購意願高的客群，也希望未來市場上能多一些家常味、懷舊古早味商品可供選擇。以上在在反應出即時料理融入消費者生活的程度。

掌握即時料理客群特徵，廣拓食客

觀察各族群特徵，消費力高的 40 世代對於「各項型態」的即食料理接受度最廣；50 世代／有小孩的族群則是冷凍食品及宅配／外帶年菜的主力客。40、50+ 世代及有小孩的族群，大多在量販店購買，尤其 50+ 世代在量販店、購物中心／百貨、市場、餐廳、品牌店家等實體通路購買的比例明顯高於整體，也顯示其消費管道較多元。

線上消費的部份，40 世代偏好使用社群平臺及電商平臺網購，高於整體 3%；至於 50+ 世代較常用電視購物。此外，優惠促銷、居家工作、時令／節慶等誘因，會吸引 50+ 世代購買，且以早餐及中餐的比例最高。

下單考量點上，50+ 世代不但看重促銷，要求質好價優，亦看重取貨便利性、商品新鮮度、少添加物、值得信賴的品牌／企業，他們對於未來的願望清單品項也最多，偏好綜合菜餚、海鮮類、蔬果類、豆製品；口味上，最期待單純而令人懷念的家常味、古早味；至於海鮮類也吸引近四成的 40 世代及有小孩族群。整體來說，熟齡客群為即時料理多元管道、多元類型的消費主力，未來可以優質商品為主、優惠促銷為輔，帶動消費動能。

另一方面，20、30 世代的年輕人及上班族可謂微波主力客，尤其習慣至超商採購；而在線上消費的部份，他們也較其他族群更常使用餐飲外送平臺（>5% 以上 vs. 整體）。其中，30 世代常因天候不佳、加班而選擇外送平臺，且 30 世代和忙碌上班族在宵夜和晚餐享用的比例較高；20 世代則是在非正規用餐時間（例如：下午茶、宵夜時段）吃即食料理的比例高於其他族群。從下單考量點可見，20 世代更在意商品本身的口味／口感、能否直接微波，以及食物的份量。以未來購買清單來說，20 世代更愛好甜點、飲品；有趣的是，甜點類也較能撫慰 30 世代的心（+3% vs. 整體）。整體看來，20、30 世代未來想要的口味接近，同樣受麻辣味、手工醃製味吸引，不過 30 世代還希望能有藥膳風味的即食料理。購買決策上，20 世代較受 IG 和 YouTube 影響，30 世代則更加青睞 IG 及 FB（>3%+ vs. 整體）。

綜上所述，GO SURVEY 總結以下 3 大「剪刀商機」：

《商機 1》年輕客、上班族為微波食品主力客，超商、外送是主通路，晚餐、宵夜時段是主戰場，可利用社群媒體促動購買意願。

《商機 2》50+ 熟齡世代主攻實體通路，偏好早、中餐時段，要求質好價優，建議以優惠促銷刺激消費。

《商機 3》海鮮類／懷舊古早味即食料理較受熟齡（40 / 50 世代）和有小孩的客群歡迎，建議研發相關品項商品以吸引購買。



* 調查說明：「即食調料調查」為 GO SURVEY 市場研究顧問於 2021 年 12 月 28 日～2022 年 1 月 24 日在 GO SURVEY 平臺進行的網路調查，共計回收 4,784 份樣本，受訪者條件為 18～70 歲的 HAPPY GO 卡友。

酒足飯飽？別忘了給小費

EIE 美語

「聚餐」是朋友間聯繫感情、商務人士洽談生意的重要媒介，但是中西文化大不同，尤其在美國餐廳有獨特的小費禮儀。本期「英文小教室」為您示範如何請服務生結帳？小費怎麼計算？只要牢記以下重點，您一定能得體應對。

Vocabulary (詞彙)

- ① healthy eater – a person who eats nutritious foods (健康飲食者—重視養生、堅持飲食營養的人)
- ② check, please – an informal way to ask for the bill at a restaurant (麻煩結帳—在餐廳結帳時，一種非正式的詢問方式)




Sample Dialogue (情境範例)

- David** : That was a great meal. I didn't know that vegetarian restaurants in the USA are as good as this. (餐點真好吃，我之前不知道美國當地的素食餐廳這麼棒。)
- William** : Many Americans are actually healthy eaters. I think we should pay the bill now, so we won't be late for the movie. (其實許多美國人都很重視養生。我們該結帳了，以免趕不上看電影。)
- David** : Alright. (calls the waiter) Check please! (好的。(呼叫服務生) 麻煩結帳!) (Waiter gives the bill...) (服務生交付帳單...)
- William** : Thank you. Ok, our bill is \$37. (謝謝你。嗯，我們今天消費 USD37。)
- David** : Ok. What is 15% of \$37? (Taps cellphone calculator) Ah. \$5.55. (好的。USD37 的 15% 是多少？(按手機計算機) 喔！是 USD 5.55 的小費。)

William : Let's just leave the waiter \$6 in cash. He was very nice to us and gave us excellent service. (我們留 USD6 的現金給那位服務生吧，他不僅態度好，服務也很周到。)

David : Ok, sure. You know I always need to remind myself to always tip in restaurants. (當然沒問題。你知道嗎？我每次都會提醒自己，在餐廳用餐要給小費。)






Tipping at Restaurants in the USA

At restaurants where you have an assigned waiter, you are expected to tip.

- 15% of the total bill is good enough for regular restaurants.
- 18-25% of the total bill is recommended for luxury or fine-dining restaurants.

Vocabulary/Phrase:

1. healthy eater (n): a person who eats nutritious foods
2. check, please (phrase): an informal way to ask for the bill at a restaurant



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@cie.com.tw)



更多的英文
課程資訊



免費英文
課程體驗

省荷包又愛地球 「綠建築房貸」成趨勢

遠東商銀／李美君

為避免氣候變遷引起的各項災害，綠建築逐漸受到重視，成為人類與環境共生共榮的解方。然而，何謂綠建築？一般人若想購買綠建築，銀行是否提供房貸優惠？

「綠建築」是什麼？

綠建築除了綠化，更包含環保、自然、舒適性等議題。根據「台灣綠建築發展協會」的解釋：綠建築是指「消耗最少地球能源及資源，製造最少廢棄物，具有生態、節能，健康特性與減廢的建築物」，是以健康、舒適為原點，對於居住環境進行全面性、系統性的環保設計，並強調與在地環境共生共榮，符合永續發展的理念。

綠建築九大指標

臺灣的「綠建築標章（EEWH）」共分為九大指標，欲取得「綠建築標章（註1）」或「候選綠建築證書（註2）」，至少須通過4項指標，其中「日常節能」及「水資源」為必要指標。



| 九大指標群 | 指標名稱 | 九大指標評估要項 | 九大指標運用手法舉例 |
|-------|----------------------|-------------------------|---|
| 生態 | 生物多樣性指標 | 生態綠網、小生物棲地、植物多樣化、土壤生態 | 1. 全面採用有機肥料 2. 設置有自然護岸的生態水池 3. 選用原生種植物 4. 採用原生與複層植栽景觀設計 |
| | 綠化量指標 | 綠化量、CO ₂ 固定量 | 1. 採用原生與複層植栽景觀設計 2. 保留原生植栽與老樹 3. 高樓層與屋頂綠化、設置生態草坡 |
| | 基地保水指標 | 保水、儲留滲透、軟性防洪 | 1. 透水性鋪面，如：粉土或砂質土層 2. 空地設計雨水儲集池，淨化後做為噴泉水池，可調節微氣候 3. 設計土壤透水性佳的人工花園 4. 車道、步道、廣場全面透水化設計 |
| 節能 | 日常節能指標（必要） | 外殼、空調、照明節能 | 1. 建築物外殼節能，如：住家採用清玻璃；空調型建築多採 Low-E 玻璃 2. 設置太陽能光電板 3. 屋頂設置隔熱設施，使用反射漆 4. 建築坐南朝北，東西面利用雙層牆阻隔西曬，減少室內空調負擔 5. 空調選用環保冷媒及高效率空調主機 6. 室內採用高明度顏色，以提高照明效果 |
| 減廢 | CO ₂ 減量指標 | 建材 CO ₂ 排放量 | 1. 採用輕量化設計，如：輕隔間系統 2. 使用低耗能可回收再利用建材，如：以再生面磚作為建築表面材 3. 結構體耐震度提高 20 ~ 50% 4. 空調設備管路採明管設計 |
| | 廢棄物減量指標 | 土方平衡、廢棄物減量 | 1. 選用再生建材 2. 執行營建廢棄物總量控管 3. 基地內回填土方並採綠化設計，以達填方平衡 |
| 健康 | 室內環境指標 | 隔音、採光、通風、建材 | 1. 建置高效率照明系統（電力密度（LPD）低於 LEED 標準） 2. 以氣密窗隔絕噪音 3. 室內裝修採用低污染性之天然建材，如：水性環保塗料、天然生態漆 |
| | 水資源指標（必要） | 節水器具、雨水、中水再利用 | 1. 省水設備、省水馬桶、自動化沖洗感知系統等 2. 設置雨水貯集槽 3. 選用原生耐旱之植栽以降低用水量 |
| | 污水垃圾改善指標 | 雨水污水分流、垃圾分類、堆肥 | 1. 設置污水處理設施 2. 設置垃圾集中室、廚餘收集處理區 3. 設置資源垃圾分類回收系統 |

臺灣綠建築分級標章
(依序由合格級至鑽石級)
(資料來源：衛生福利部秘書處)



財團法人台灣建築中心官網資料顯示，自 2000 ～ 2022 年 5 月底，全臺已累計 3,830 件個案取得綠建築標章，其中，一般住宅建築佔 802 件；另有 6,847 件個案取得候選綠建築證書。

綠建築房貸優惠專案

為落實永續經營，打造環保、減碳、綠能、社會責任和公司治理等企業政策，越來越多銀行推出「綠建築房貸」商品（詳下表），主打開辦費扣抵優惠或增加貸款成數，希望促使消費者選購綠建築，放大環保效益。

若您有購屋及貸款需求，不妨先挑選符合綠建築標章之建物，並參考各家銀行不定期推出之優惠專案，不僅能為環境貢獻心力，同時也幫自己節省荷包。

| 銀行別 | 標評 | | | 擔保品類型或客群條件 |
|-----|------|------------------|--|--|
| | 最高成數 | 開辦費 | 其他 | |
| 遠東 | 85% | NTD888 | | 領有「綠建築標章」之建物為擔保品之案件 |
| 渣打 | 85% | 免開辦費 | | 針對「黃金級」、「鑽石級」之綠建築標章案件 |
| 匯豐 | 80% | NTD7,000 ～ 9,000 | ✓額外最高貸款成數 2%（非信貸），購置綠能商品（80%+2%） ✓核撥 NTD1,200 萬（含）以上享卓越理財免帳管費 | 符合臺灣核定「綠建築標章」或「候選綠建築標章」之合法建築物 |
| 第一 | 80% | 最低 NTD1,000 | | 符合臺灣核定「綠建築標章」之合法建築物 |
| 上海 | 80% | NTD9,000 | 貸款成數最高 90%（80%+10% 信貸） | 符合臺灣核定「綠建築標章」、「候選綠建築證書」或「智慧建築標章」之合法建築物 |

（本表僅供參考，詳細房貸資訊請洽各家銀行）

註1：已取得使用執照或既有合法建築物，符合綠建築評估指標標準，可申請「綠建築獎章」。

註2：已取得建造執照且符合綠建築標章但未完工之建築物，可申請「候選綠建築證書」。

最公平的投資方式--競價拍賣

亞東證券／林宜蓁

想購入比市價更便宜的股票，但「公開申購」總是抽不中？沒關係，本期「財經網」為您介紹既不用抽籤又公平的投資方式--競價拍賣，動動手指就能賺價差。

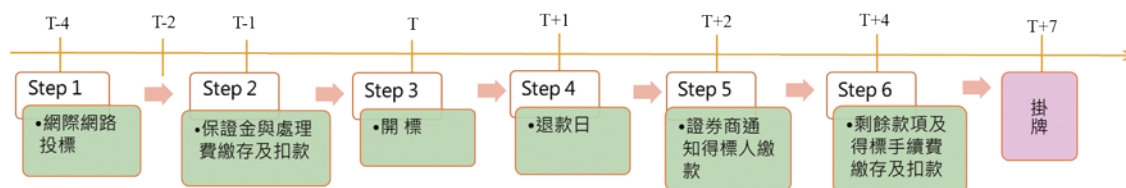
一、緣起

金管會自 2016 年度起，推動承銷競價拍賣（以下簡稱「競拍」）新制，意即初次上市（櫃）之股票承銷案件，除符合特定條件之外，應優先採用更具公平與公開性之競拍方式。2020 年 5 月起，更規定於臺灣發行可轉換公司債時，除發行額度超過 NTD20 億以上，或轉換價格溢價率超過 105% 以上之案件，皆須採競拍方式進行。（競拍流程請參考圖一）

二、競拍特色

- 1、透過網路投標，凡符合投標資格皆可參與。
- 2、從開標、繳款到掛牌交易，只要 7 天。
- 3、一案可多張標單下標，惟每一標單最高投標數量為當次競拍數量之 10%。
- 4、在網路上完成投標程序後，相關處理費及保證金等，將自動從交割銀行扣款，省下臨櫃繳款的時間。
- 5、採用美國標，價高者優先得標；惟投標後，標單不得撤回或更改，若不如期履行繳款義務，投標保證金將由承銷商沒入。
- 6、不合格、未得標標單的投標處理費均不予退回。

圖一、競拍流程



三、參加競拍之資格

證券承銷商受理競拍投標之對象，以下列為限，惟身分具有「發行公司及承銷團內部人、發行公司權益法被投資公司、對發行公司之權益法投資者」等，皆不得參與投標。

- 1、成年之中華民國國民。
- 2、臺灣法人及證券投資信託事業募集之證券投資信託基金。
- 3、依華僑及外國人投資證券管理辦法規定得投資證券之華僑及外國人。
- 4、行政院開發基金、郵政儲金、公務人員退休撫恤基金、勞工退休基金、勞工保險基金。
- 5、其他經政府核准之對象。

四、投資人如何參與

- 1、須持有證券交易帳戶，並開立證券網路交易戶。
- 2、利用證券商簽發之電子憑證，登入證券交易所「承銷有價證券競價拍賣系統」填寫投標單，或至開戶證券商總（分）公司營業處所設置之終端設備下單。
- 3、受理投標期間為 3 個營業日的上午 9 點～下午 2 點。
- 4、投標截止日後次二營業日上午 10 點，由證交所辦理開標。

五、初次上市櫃現金增資與可轉換公司債之競拍概況 vs 大盤走勢

1、初次上市櫃現金增資競拍價格折價率與大盤走勢相關性不高

投資人參與「初次上市櫃現金增資之競價拍賣」（以下簡稱「初次現增競拍」），是希望取得低於興櫃市價之股票，以賺取資本利得，通常競拍折價率（競拍均價／競拍截止日收盤價）與大盤走勢相關性不高，從 2020～2022 年度第 1 季案件可知，折價率區間為 76.51～98.77%，其中，各年度平均折價率分別為 86.76%、88.60% 及 84.61%。因此，投資人願意以何價位參與投標，應取決於標的公司基本面、整體社會經濟氛圍，以及近期初次上市櫃股票之表現。

2、可轉債公司債競拍價格多為溢價

可轉債之理論價格（以下簡稱「理論價」）為「市價 ÷ 轉換價」，若理論價大於票面價格（NTD100），表示該檔可轉債具有轉換價值；反之則無轉換價值。一般來說，競拍均價與理論價之價差多為溢價（> 0），主要係因可轉債具有債券特性，且含有一個轉換權；至於少數案件發生折價（< 0），多為股價在競拍期間大漲，且理論價遠高於票面，投資人

考量發行後無法立即轉換成普通股所致。

六、競拍價格如何填寫

1、初次現增競拍

參與初次現增競拍之投資人，投標前應注意競拍價格加上手續費和處理費等成本後，是否與興櫃市價存在合理折價率，避免在股票掛牌後發生虧損。至於下標時，應較市價折價多少？建議參考近期初次上市櫃股票之折價率，與掛牌後股價走勢，若多數案件競拍投資人多能獲利，且當時資本市場氣氛較為熱絡，下標時可略為積極；反之，則應偏向保守，避免以高價標得股票。

2、可轉債競拍

參與可轉債競拍之投資人，建議以可轉債理論價、發行人信用評等與發行條件，作為投標依據。一般而言，理論價越高、信用評等越佳、發行條件越有利於投資人時，競拍均價越高。惟可轉債到期時，發行人只償還本金與利息，故須考慮競拍價格是否具有轉換價值或機會，以避免虧損。

七、投標相關費用

| 承銷方式 | 得標手續費 | 投標保證金（註1） | 每一標單處理費（註2） |
|--------|----------|-----------|-------------|
| 初次現增競拍 | 5% 以下 | 30 ～ 60% | NTD 500 以下 |
| 可轉債競拍 | 0.5 ～ 1% | 30 ～ 60% | NTD 500 以下 |

八、結論

由於價高者得的特性，競拍可謂資本市場最公平的承銷方式。惟股市瞬息萬變，投資人的交易心態也會轉變，下標前若能參酌近期競拍案件結果，並搭配掛牌後市價表現，應可提高獲利機會。

註1：每一標單投標保證金成數，目前為投標金額之50%。 註2：每一標單投標處理費，目前為NTD400。

開學了！ 如何擺脫「開學症候群」

亞東醫院精神科／林育如醫師

快樂的時光總是過得特別快，眼看暑假即將結束，家中的小寶貝們準備好迎新學期了嗎？本期「保健網」特別邀請精神科醫生傳授5大招，陪伴小朋友告別「開學症候群」。



從假期中輕鬆、沒有壓力的生活，要重新回到規律、節制的作息，考驗著每個孩子與家庭的調適能力。有些孩子開心的迎接上學，有些則可能面臨與家人的分離焦慮、暑假作業未完成、學用品未準備妥當、生理時鐘調不回來、與心愛的電腦遊戲難捨難分、課業沈重、人際關係問題…等壓力，需要父母與老師從旁協助。

認識「開學症候群」

「開學症候群」並不是一個正式的診斷，主要係因為假期結束、學期開始所造成的情緒、行為變化，繼而產生困擾，臨床上比較接近因開學而引發的調適障礙。

◆「開學症候群」有哪些症狀？

★心理症狀：輕則緊張、不安、煩惱學校相關事務；重則恐慌、擔憂，甚至憂鬱。

★行為症狀：輕則逃避學校相關事務、注意力變得短暫、健忘；重則抗拒上學、失眠、食慾下降等，年紀較小的孩子可能變得愛哭、易怒、不想離開大人（分離焦慮）、出現退化行為…等，年紀較大的孩子則可能出現易怒、缺乏耐性、對立行為。

★生理症狀：胸悶、心悸、頭痛、肚子痛、拉肚子、手抖…等。

◆ 哪些人容易有「開學症候群」？

★過往有拒／懼學史。

★個人特質：個性敏感、易擔憂、焦慮緊張、虛無、遇壓力傾向逃避、害怕挑戰…等。

★環境因素：課業壓力、人際關係問題、霸凌問題、在校沒有成就感。

★特定心智診斷：如注意力不足過動症、自閉類群障礙症、焦慮症、憂鬱症、網路遊戲成癮症…等。

一般來說，如果症狀不嚴重，通常在大人溫和堅定的鼓勵，並協助建立生活常軌之下，大多數孩子經過一、兩個星期的調適，便能逐漸步上常軌。倘若孩子持續無法調適，甚至症狀越來越嚴重，出現嚴重的情緒困擾、影響學習、無法規律完成學校時程…等，就需要赴「兒童心智（精神）科」諮詢、評估是否有其他心理疾患或困難，進一步討論治療策略與協助方案。

協助孩子度過開學的混亂期

建議參考以下方式，陪伴孩子紓解開學前期的壓力。

◆ 調整作息

開學前一、兩星期，慢慢幫孩子調回正常的作息。例如，事先與孩子討論，逐漸減少看電視、打電動的時間，並約定就寢、起床時間，確實執行。

◆ 安排收心活動

暑假有規律上安親班的孩子，在生活作息上比較有秩序，需要調整的部分較少；若是暑假完全休息，或是放假之初就拒絕上安親班的孩子，在開學適應上就需要多花些心思。建議安排親子閱讀時間，或是每天花一小時複習上學期的功課，並稍事練習，另外也可以藉由整理書房、清洗書包、制服、鞋子，或是添購文具、學習用品、在日曆畫上學期即將開始的記號…等，讓孩子對新學期有所期待與心理準備。對於上學比較沒有自信與期盼的孩子，則可以安排相熟的同學出遊，藉由同儕的支持，增加上學的動力。

◆ 協助完成暑假作業

雖然現今孩子的暑假作業不多，但作業樣式愈來愈多元，可能需要事先準備，或是由大人幫忙搜尋資料。建議提前兩週檢視進度，若發現孩子無法獨立進行，可共同討論策略與步驟，從旁協助完成作業。

◆ 討論對於開學的擔心與期待

開學前，不妨與孩子討論對於新學期的看法與預期，了解孩子對於學校、學習的擔憂，擬訂解決的方式與執行策略，給予安撫與情緒支持，並評估能否協助解決。

◆ 特殊問題解決與準備

若孩子有特殊的心智狀況，建議回診與醫師討論，並提前和校方、導師溝通，讓老師事先掌握，給予必要的協助。

每個孩子對於開學的調適狀態依個人特質、在校適應能力、人際關係與家庭支持而有不同，但在家長穩定而有策略的支持下，相信能為孩子們建立起充足的安全感，幫助他們順利開學、快樂學習。

勞保年金調升 五大Q&A一次看

遠東新世紀／洪珮珊

為了避免通貨膨脹影響退休勞工的生活品質，勞動部自2022年5月起，配合消費者物價指數成長，調整5個年度的勞保年金給付金額，預計將有49.2萬人受惠。

一、什麼是勞保年金？

「勞保年金」大致可細分為「老年年金」、「失能年金」和「遺屬年金」三種，是勞保被保險人每個月固定可領到的保險給付，不僅活到老領到老，且投保愈久，領得愈多。

不少人誤以為勞保的「老年年金」就是「勞工退休金」，但兩者其實是截然不同的制度，也不會互相影響。「勞工退休金」是依據《勞動基準法》，規定雇主在勞工退休時應給予的保障；「勞保老年年金」則是勞工只要依規定繳交保費，當符合一定條件時，就能申請提領給付，即使無一定雇主或是自營作業的勞工皆能參加。

二、勞保年金給付申請資格

依《勞工保險條例》規定，年滿 60 歲且勞保年資合計滿 15 年的勞工，就能辦理離職退保，申請勞保老年年金，並按月領取，直到身故當月。如果尚未達到勞保老年年金請領年齡，但想提前請領者，每提前 1 年，月領金額會減少 4%，最多可提前 5 年；若已符合請領年齡，卻延後請領者，則每延後 1 年，給付金額將增加 4%，最多可延後 5 年。

三、勞保年金為何調升？

為保障退休勞工的生活品質，勞保年金設有跟隨物價調整的機制，依據《勞工保險條例》，當「消費者物價指數（CPI）累計成長率」（註）達 5% 時，正在領取年金給付者，勞保給付將依照各年度成長率調高。雖然過去也曾因 CPI 累計成長率而調整勞保年金，但今年一口氣調整 5 個年度，創下調整最多年度的紀錄。

四、哪些族群的勞保年金將被調升？

經主計處計算，2009年、2010年、2013年、2014年及2015年等5個年度的CPI累計成長率，分別為6.71%、5.45%、6.71%、5.45%、5.77%，已達法定調整標準（5%），因此自2022年5月起，針對在上述年度開始請領勞保年金給付者，將依「每月領取的金額×該年度之CPI累計成長率」，加發勞保年金額，於次月底前入帳。至於其他年度請領者，由於CPI累計成長率尚未達5%，則不予調整。（圖表一）

五、如何知道勞保年金有無調漲？何時入帳？

雖然勞保局不會以書面通知個別勞工，但符合資格的勞工已於6月29日收到調漲後的勞保年金，為避免民眾混淆，特地分為兩筆金額入帳，一筆為原領退休金金額，存摺摘要顯示原領訊息；另一筆則是本次增加的金額，存摺摘要顯示「物價調整」。自7月開始，兩筆金額將合併顯示。（資料來源：勞動部勞工保險局、經濟日報）

圖表一

（數據來源：勞保局；製表／洪珮珊）

| 勞保年金各請領年度 CPI 累計成長率及調整情形 | | |
|--------------------------|-------------|-------------------|
| 請領年度 | 2021 年累計成長率 | 2022 年達調整標準（> 5%） |
| 2009 | 6.71% | V |
| 2010 | 5.45% | V |
| 2011 | 4.32% | |
| 2012 | 2.29% | |
| 2013 | 6.71% | V |
| 2014 | 5.45% | V |
| 2015 | 5.77% | V |
| 2016 | 4.32% | |
| 2017 | 3.68% | |
| 2018 | 2.29% | |
| 2019 | 1.73% | |
| 2020 | 1.96% | |
| 2021 | 0.00% | |

註：消費者物價指數（CPI）累計成長率計算方式＝（前1年（2021年）累計平均CPI／起算年度累計平均CPI）-1 X 100%（取小數2位，第3位四捨五入）。

開箱百貨新美食

遠東百貨／鄭嘉蕙

近兩年，雖然不少餐飲業者受到疫情影響而退出市場，但仍有業者不僅勇渡疫情風暴，甚至前進百貨展店。本期「美食網」將帶您從遠百全新登場的餐廳中，嗅出餐飲新趨勢。

存活有訣竅

■**兼顧外帶業績旺**：高知名度的餐廳如果能搭配內用和外帶服務，絕對是人氣、業績皆旺的基石。以連續四年榮獲米其林肯定的「了凡油雞・燒臘・飯・麵」餐廳為例，2022年中嶄新進駐板橋大遠百，用餐時間店內滿座不說，傍晚時分，附近居民、上班族採購外帶更是踴躍。

■**吸睛甜品超時髦**：對於嗜甜的螞蟻一族來說，甜品永遠充滿魅力，但若造型太過單一則容易看膩，唯有推陳出新、不斷創造話題，才能在競爭激烈的甜品戰場力搏存活。

■**混血跨界新趨勢**：有別於傳統的展店思維，越來越多餐廳改以跨界菜式聚客。以板橋中山12樓「廚煦」為例，菜色橫跨中、日、韓、泰等異國料理，訴求讓食客儲蓄好食、增強好力。如此「混血」餐飲，也有利於團客結伴同行時，不須分櫃採購。



▲外帶招牌菜色，讓您在家也能享受星級料理／板橋大遠百「了凡油雞」提供

人氣名店

📍「上菜。片皮鴨專賣店」4人片皮鴨套餐



遵循傳統工序，完美演繹片皮鴨的美味，搭配各式川粵菜、港點，給予饕客多元選擇。更棒的是，打破過去桌菜需要人數夠多，才能品嚐功夫料理的思維，「上菜」特別推出四人份套餐，讓小家庭也能開心享用。9月1日～29日，4人片皮鴨歡聚餐優惠價NTD3,180，內用需加收10%服務費，遠東百貨竹北店7樓，(03) 658-7615。



📍「米塔炙燒牛排專門店」牛排

選用 CHOICE 等級的濕式熟成牛肉，以 380 度高溫鑄鐵磁石炙燒，鎖住肉汁的鮮甜。排餐包含 14 款肉品，豬、雞、牛、海鮮一應俱全，還有自助吧無限供應，**集團同仁可享兩人同行內用，贈凱薩燻雞沙拉**，遠東百貨桃園店9樓，(03) 334-9518。

老菜新吃

➡「四川吳抄手」

開業超過 70 年的四川吳抄手，無論是家常的川菜小品、麵食小點，或是辣味珍饈，都深獲老饕喜愛，**集團同仁獨享餐費 95 折優惠（含外帶）**，遠東百貨竹北店 7 樓，（03）550-6248。



➡「木火柴燒牛排餐廳」

9 月上旬開幕的全新概念牛排，主打冷藏熟成牛肉、A5 和牛，並提供龍蝦、鮑魚等活海鮮，搭配侍酒服務。店家更引進德國米其林星級餐廳指定的乾式熟成冰箱，嚴格管控溫度及溼度，加上玫瑰岩鹽磚的風乾過程，創造牛肉軟嫩的口感及濃郁的風味。另選用龍眼木及荔枝木柴燒，使食材充分吸收煙燻香氣，烤製出完美獨特的牛排及活海鮮。臺南大遠百 6 樓，（06）209-8999。

甜品誘人

➡「奶油山丘 Butter Mountain」英倫風奶油毛線球

全臺獨家由專業烘焙廚師量身打造，嚴選用料結合手感工藝，交織出多達 11 種的頂級奶油毛線球。此外，優格塔也是人氣商品，喜歡細緻口感的消費者不要錯過。板橋大遠百 B1 樓，（02）2964-2039。



➡「品好乳酪」乳酪蛋糕

堅持 100% 使用北海道乳酪製作的乳酪蛋糕，口感濃郁純粹，選擇多元，其中「派對組合蛋糕」是將店裡四種最熱銷的口味集結在一起。另外還有 20 幾種口味的泡芙，多層次的內餡，讓您一吃陶醉，**集團同仁獨家享 95 折優惠**，遠東百貨桃園店 B1 樓，0978-098007。

養生圈粉

➡「明森宇治抹茶專賣店」

堅守老店嚴謹的製茶流程和規模，從採收、篩除雜質、蒸、揉、捻、烘、到包裝，皆為最高品質，除了特有的幽微茶韻，店內還提供多款正宗京都宇治抹茶風味餐點，臺中大遠百 11 樓南棟，（04）2254-7705。



➡「竹光杏仁」杏仁純

北埔老街 20 年老店，堅持純手工製作，將杏仁磨成醬，主打無顆粒、無香料，天然、健康、養生，加熱沖泡後即可飲用，新竹大遠百 B1 樓，（03）528-0818。



掃描 QR Code
看更多遠東人
專屬優惠

備註：全文「集團同仁獨家優惠」須出示集團員工識別證，期間自 2022 年 9 月 1 日～9 月 30 日。

百變起酥點心

豫章工商／陳文靜

繼以糯米和吐司製作各式小點後，百變點心系列Part 3將以「冷凍起酥皮」為基礎，示範千層杏仁酥、牛角小麵包…等7種甜、鹹美食。歡迎與家中小朋友合作，發揮巧思，加入喜歡的餡料，完成獨家料理！

起酥，又稱為「千層鬆餅（puff pastry）」，屬於裹油類發酵麵包，一層麵團、一層奶油，經過反覆折疊、延壓，烤焙後會產生很多層次，且成品外層酥脆，內層鬆軟，充滿奶油香氣，是非常受歡迎的食物。值得注意的是，起酥製品熱量較高，建議酌量享用。

千層杏仁酥

材料

冷凍起酥皮 3～4 片、蛋白 1 個、糖粉 50 克、杏仁片或杏仁角適量。

作法

- ① 於蛋白中加入 50 克糖粉，攪拌均勻，做成蛋白糖霜。
- ② 將每一片起酥皮切成 5～6 等份的長條狀，每條寬度約 1.5～2 公分。
- ③ 在起酥皮上均勻塗抹蛋白糖霜，反覆三層後，再鋪上杏仁片或杏仁角。
- ④ 烤箱預熱至上下爐溫各為 200℃，放入杏仁酥，烤 15～18 分鐘，待表面呈金黃色即可。



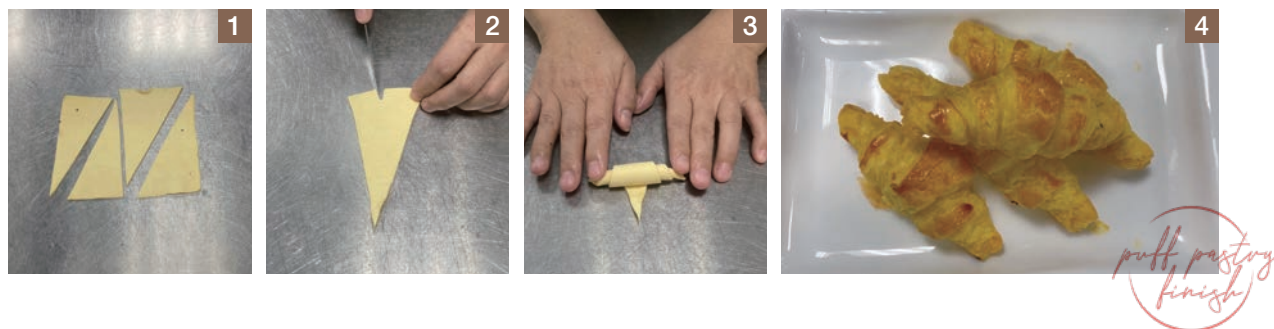
小牛角麵包

材料

冷凍起酥皮 3～4 片、蛋黃 1 個、糖粉 50 克。

作法

- ① 將起酥皮對切成三角形，共 4 等份。
- ② 於三角形的底邊中點切一刀（約 1 公分），將切口拉開，同時雙手由內往外捲，以邊捲邊拉的方式，做出牛角狀，表面再輕抹一層蛋黃，灑些糖粉。
- ③ 烤箱預熱至上火 200℃、下火 180℃，放入牛角起酥，烤 12～15 分鐘，待表面呈金黃色即可。



起酥披薩

材料

冷凍起酥皮 2 片、火腿片 3 片、披薩用乳酪絲適量、德式香腸 1 條、玉米粒 50 克、鳳梨片 1 片、番茄醬適量、義大利香料適量、青豆仁適量。

作法

- ① 火腿切成指甲大小，德式香腸切成薄片，鳳梨片切成 8 等份，備用。
- ② 將起酥皮表面塗蕃茄醬、撒上義大利香料，再依序放入火腿、鳳梨片、玉米粒、青豆仁和德式香腸，最後鋪上披薩用乳酪絲。
- ③ 烤箱預熱至上下爐溫各為 200℃，放入披薩，烤 5～7 分鐘，待表面呈金黃色即可。



心型千層酥

材料

冷凍起酥皮 3 片、蛋黃 1 個、細砂糖粉 50 克。

作法

- ① 在起酥皮上塗一層蛋黃、灑上細砂糖，再鋪上另一片起酥皮，同樣刷蛋黃、灑細砂糖，如此反覆三次，最上層亦須均勻灑上細砂糖。
- ② 將起酥皮切成五等份長條狀，每條寬度約 2 公分。
- ③ 從起酥長條片兩端由外向內摺成彎曲形狀，使其呈現心形。
- ④ 烤箱預熱至上火 200℃、下火 180℃，放入心型酥，烤 12～15 分鐘，待表面呈金黃色。



puff pastry
finish

起酥鹹酥棒

材料

冷凍起酥皮 3 片、全蛋 1 個、鹽 3 克、乾燥巴西利少許、帕瑪森起司粉 50 克、黑胡椒粗粒適量。

作法

- ① 將全蛋打勻備用。
- ② 在起酥皮上塗一層蛋液、灑上鹽、乾燥巴西利、黑胡椒粗粒和帕瑪森起司粉，再鋪上另一片起酥皮，反覆製作出三層。
- ③ 將起酥皮切成五等份長條狀，寬度約 2 公分，每一小條扭轉成麻花狀。
- ④ 烤箱預熱至上火 200℃、下火 180℃，放入鹹酥棒，烤 12～15 分鐘，待表面呈金黃色即可。



puff pastry
finish

海鮮巧達酥皮濃湯

材料

水 250cc、冷凍起酥皮 2 片、火腿片 3 片、白蝦 8 隻、透抽 1 條約 300 克、玉米粒 1 罐、紅蘿蔔半條、洋蔥半顆、肉片 100 克、青豆仁適量、牛奶 150cc、月桂葉 2～3 片、義大利香料適量、鹽一小匙、白胡椒適量、蛋黃 1 個、無鹽奶油 30 克、麵粉 30 克。

作法

- ① 三明治火腿切成指甲大小、肉片切成薄片、洋蔥與紅蘿蔔切丁，再將白蝦去殼、去腸泥後剖半，透抽切成長條狀，備用。
- ② 放少許油，先將蝦殼煎到上色，倒入 250cc 的水和月桂葉，煮出鮮味後，取出蝦殼，剩餘高湯備用。
- ③ 將蝦仁、透抽、紅蘿蔔、肉片先炒到八分熟，備用。
- ④ 奶油置於室溫融化後，陸續加入洋蔥和火腿翻炒，裝盤備用。再於鍋中倒入麵粉，並用木鏟攪拌，讓剩下的奶油和麵粉充分混合成淡金黃色的麵糊。
- ⑤ 將高湯慢慢倒入麵糊中，邊煮邊攪拌，讓麵糊沒有顆粒，再加入炒好的食材及牛奶、1 小匙鹽、白胡椒，煮到濃稠，即可放入青豆仁、玉米粒，最後撒上義大利香料。
- ⑥ 濃湯倒入碗中，蓋上起酥皮，刷上蛋黃，放入烤箱，以 200℃ 烤 7 分鐘即可。



puff pastry finish

注意事項：

- 1、義大利香料成分為奧力岡葉、迷迭香葉、洋香菜、香蒜粉、馬郁蘭葉等，可直接在愛買、city' super 等量販店或超市購買「植物五辛素」。
- 2、使用冷凍起酥皮前，須靜置於室溫約 5～6 分鐘，待其回溫、變軟，否則操作時則容易裂開。不過，軟化後應盡快使用，以免起酥皮完全退冰，不好操控，烤過後的膨脹度和口感也不如預期。
- 3、操作過程中，若起酥皮裂開，可嘗試在破裂處將起酥皮輕輕往中央捏緊。
- 4、包入起酥皮的食材不宜太多，水分也不能過多，否則會影響成品的蓬鬆度和酥脆度。
- 5、塗抹蛋液除了有助於黏合酥皮，也能避免酥皮在烤焙過程中裂開。
- 6、起酥皮料理冷卻後，香味和口感較差，建議盡快食用完畢。此外，冷凍酥皮也不宜反覆解凍，以免影響口感與風味。
- 7、各廠牌的烤箱型式、功率皆不同，烤焙時，請斟酌調整溫度與時間。



掃描 QR Code
閱讀更多食譜

夏日炎炎 熱情不減 -- 記江西亞東第二屆家庭日活動

江西亞東水泥／羅麗芳

盼星星，盼月亮，終於盼來了公司組織的家庭日活動。7月9日，孩子們按捺不住激動和興奮的心情，一早就醒來，迫不及待地要出門。儘管夏日炎炎，酷暑難耐，孩子們依舊熱情不減。

八點十分在廠內福利中心門口集合後，大家乘坐公司車至第一站 -- 礦山多功能展廳。展廳裡，由採掘組主管講解公司文化與礦區復綠的過程，並播放視頻宣傳片和相關建設成果，向大家傳遞「綠水青山就是金山銀山」的生態理念，以加深孩子們對於父母任職公司的認識和瞭解。

隨後一行人步行遊覽五星級的「溫室苗圃」、鳥聲盈耳的「百鳥園」和景色如畫的「海棠園」。走入其中，猶如置身美麗的花園，空氣清新，讓人心曠神怡，流連忘返。接下來到





集果蔬種植、水產養殖及綠化休閒於一體的「綜合性生態農業園」。園內主要分為果園、蔬菜、養殖等三大區，果園區的瓜果飄香，西瓜、甜瓜像一個個孩子，慵懶地躺著，盡情沐浴著陽光；蔬菜區的辣椒青翠欲滴，茄子紫得發亮，韭菜鮮靈靈的，還帶著水珠，放眼遠眺，五顏六色、形態各異，十分悅目；養殖區裡穿梭著鯽魚、草魚、鰱魚等，既可垂釣又能供應公司食堂作為食材。

今天的活動項目 -- 生態園採摘、徒手抓魚賽和自由打水槍遊戲即將在此登場。首先以隨機抽籤的形式分組，15 分鐘為限，進行採摘比賽，並根據收穫重量評定獎項。在裁判一聲令下，緊張又熱烈的比賽開始了，孩子們飛速到達指定區域，尋找目標，熱火朝天地採摘

起來。家長們則守在圍欄外加油助威、指導，場面好不熱鬧！

稍作休息後，緊接著是徒手抓魚活動，根據不同年齡區段分組進行。一到水池，孩子們撒歡似地玩起來，全然不顧衣服、褲子打濕了，歡聲笑語和家長們的喊聲交織在一起，形成奇妙的樂章，迴盪在生態園內。一旁的休息區不僅免費提供水果、點心、爆米花及油炸食品等，讓大家盡情享用，公司還另外發放代金券，方便家屬們至「小賣部」購買美味又解渴的冷飲，只見孩子們吃得津津有味，每個人臉上都洋溢著幸福的笑容。

比賽結束後，由公司領導致辭，並親自頒發獎牌、獎品，每個家庭都可獲得生態園蔬果紀念禮盒一份。

十一點，大家轉移陣地到二樓的臨時餐廳，公司食堂特地為小朋友們準備了炸薯條、香芋卷、香烤大排、可樂雞翅、花甲蒸蛋、番茄燒牛腩、水果…等，營養豐富又可口的親子午餐，孩子們乘興而來，滿載而歸。

此次活動不但讓家屬近距離瞭解亞東文化、生態環境及員工工作環境，孩子們也欣賞了生態園的田園風光、體驗採摘的樂趣，真是難忘又有意義。感謝公司精心安排如此多彩的家庭日活動，作為公司的一員，倍感幸福和自豪！

心聚遠紡 「疫」路同行

遠紡工業（無錫）／袁偉

面對來勢洶洶的疫情，遠紡工業（無錫）公司迅速回應市、區兩級政府的要求，經總經理批准，於7月4日24時按下暫停鍵，正式實施廠區閉環管理，以保障全體員工的安全與企業的正常運轉。

聽聞消息，遠紡工業（無錫）的兄弟姐妹們紛紛收拾好行囊，回歸各自崗位，不畏來勢洶洶的病毒，不懼灼熱的高溫，捨小家、為大家，用平凡的毅力，築起抗疫的銅牆鐵壁。

其中，有耐心細緻的警衛人員，一一為入廠人員檢查雙碼、測量體溫，查驗核酸結果；有專職人員負責點對點接送中高風險地區物流車輛來錫；有穿著全套防護衣的可愛「大白」，為進口貨物入廠消毒、採取樣本，在炎炎烈日進廠的貨櫃進行搬運；有管理員維護核酸檢測隊伍，提醒大家排好隊、保持距離、注意安全；有專職人員在生產、生活區進行環境清消；還有許許多多默默付出的同事們，全天候待命，在各自的崗位上踐行初心，用行動詮釋著責任和擔當，守護著遠紡大家庭的歲月靜好。

感謝每一位遠紡人，每一次響應、每一滴汗水，都是作為遠東人最好的回憶，讓我們肩並肩、心連心，「疫」路同行，爭取戰「疫」早日勝利，相信陰霾終必散，曙光催雲開，加油！



「遠東人開講」：消暑大作戰

編輯室輯

炎炎夏日，您如何打發漫長的燠熱時光？是否也準備了獨特的消暑良方？快來看看各地的遠東人有哪些作戰計劃？

【一】

近年夏天屢創高溫，酷暑難耐。以往大家會去大賣場、百貨公司、咖啡廳等，享受空調帶來的舒適，或是到泳池、海邊游泳降溫。然而，受到疫情影響，許多人只好留在家中，電費也隨之屢創新高。

其實，多吃些天然的清涼食物，例如：西瓜、小黃瓜、冬瓜等葫蘆科蔬菜，能幫助降低體溫；另外，更換節能電風扇，白天時，將出風口朝室外吹，能幫助排熱，晚上則將電風扇朝室內吹，讓室內更加涼爽。還有，裝設遮光隔熱窗簾、種植藤類植物也有助於周邊環境降溫，就算不開冷氣也能透心涼喔！（嘉惠電力／陳姿妉）

【二】

炎熱的夏季，我喜歡到新竹東區的十八尖山健走。它是小百岳健行登山步道，海拔高度只有 130 公尺，全長約 3.7 公里，難度較低，沿途還有林蔭蔽道，最適合和家人同行。

以前健走時，習慣穿著一般棉衣，每次流汗後，衣服黏貼於背上，雖然山林步道很美，身上總覺得難受。後來改穿著全家福公司製作的吸濕排汗圓領 T 恤，採用遠東新世紀 Topcool® 排汗中空纖維，具有輕質、吸熱慢、散熱快之特性，可以快速排出身體的熱氣，讓肌膚保持乾爽。下山離開十八尖山步道時，微風迎面吹來，心情也降溫！（遠東新世紀新埔化纖廠／葉永鍵）

【三】

炎炎夏日，除了盡量避免在烈日下活動，最棒的莫過於來一杯健康冰涼的黑木耳露了。黑木耳有豐富的膳食纖維、多醣體和抗凝血物質，加上熱量低，能幫助維持體態。我的製作

方式如下：取新鮮黑木耳 2～3 朵，洗淨後，使用果汁機或調理機加水打碎，倒入電鍋中，再加半杯清洗過的枸杞、紅棗及適量飲用水，外鍋則加入 3 杯量米杯的水後，按下電源，並在電鍋和鍋蓋之間夾一根筷子留下縫隙，避免烹煮時，黑木耳溢出。電源跳開後半小時，外鍋再加 2 杯量米杯的水，按下電源，待電源跳起，稍微冷卻後，再加入適量的冰糖調味，冷藏於冰箱可保存一周。飲用時，還可加入檸檬汁，以豐富口味。（遠鼎公司／張佳穎）

【四】

炎炎夏日，哪裡最消暑？除了待在空調冷氣房之外，玩水當然是首選，尤其上海奉賢青溪吳之房，是盛夏避暑納涼、親子旅遊的好去處，裡面有兒童喜歡的碰床、滑草、划船、挖沙、碰碰車、過索橋等設施，還可以帶上水槍，在寬廣的草地上嬉戲追逐，任汗水和水槍中的水溼透衣衫。大人們則可以在小亭裡泡一壺茶，看著外面瘋玩的孩子們，也可以悠哉的去河塘釣魚，或是約上三五好友在食堂打牌聊天，各得其所，好不快哉！（上海遠資資訊技術／王曉珏）

【五】

每年夏天，我總會帶著家人南下墾丁吹吹海風，沿途的風景怎麼都看不膩，當然也會順道去滿州鄉逛逛，到佳樂水、情人吊橋走走，這個季節墾丁的風總是十分紓壓，一路向南而行，會有許多特別的體驗。（遠通電收／陳振平）



【六】

每到夏季，我會事先做好防曬工作後，從家裡騎著自行車，前往另一個城鎮的室內泳池。每每頂著太陽，騎近半小時的路程，滿頭大汗的到達目的地後，先用冷水沖洗身體，享受冰涼暢快的感覺，等游完泳後，再次在陽光的照拂下騎回家，便可再沖個涼，順便洗滌因酷夏而煩躁的心靈。

游泳與潛水是我的夏日小確幸，最喜歡在經歷艱辛後，享受甜蜜的果實。人生何嘗不是如此？趁著年輕，吃點苦、累積實力，未來終究會感謝現在的自己。（嘉惠電力／李昀諭）

【七】

炎陽似火的夏日，不少人會選擇游泳消暑，既能達到運動的目的，又不用大汗淋漓。我也迫不及待想跳入水裡享受沁涼，除了游泳，今夏還規劃去潛水，以及近年很流行的SUP（立槳衝浪），感受自己與海水的脈動、欣賞海天一色，啟動挑戰自我的夏日消暑旅程。（遠東新世紀／王玉萱）

【八】

由於全球氣候異常，今年的夏天特別酷熱，為了消暑，我會在下班之後到住家附近的埤塘健走及慢跑，休假日時，則出門走訪桃園及新竹附近的山林，享受森林芬多精和沁涼的溪流。此外，我也經常自製仙草水、麥茶等各式解暑茶飲，以及綠豆湯、紅豆湯等甜品，還有蔬果沙拉、溏心蛋等涼拌食物，將飲食方式改為冷食，讓身心靈都能在炎熱中獲得平衡。（元智大學／呂韋蓓）

【九】

每到夏日，老婆大人都會準備西瓜、香瓜、芒果等當季水果，利用假日和小孩一起製作各式水果冰棒，或是製成水果刨冰，親子合作，其樂融融。另外，我們也會在新北市烏來橋下選擇一個安全的水域，讓小孩清涼一下，結束後再到烏來老街吃吃特色美食，心滿意足的回家。（遠東商銀／王明全）



【十】

今年夏天意外的炎熱，雖然很多人習慣喝冰水解熱，但其實人體內的溫度高達 36°C 以上，若是喝進 4°C 左右的冰水，體內需要多耗能量轉換溫度，也會為身體帶來太大的刺激，因此我的消暑秘訣是喝常溫水，並在室內放置一盆水，將電風扇吹向水盆，可降低室內溫度，再搭配 $26 \sim 28^{\circ}\text{C}$ 的冷氣，效果極佳。（遠百嘉義店／呂家鳳）

有獎徵答

編輯室

看完這一期的月刊，相信大家對於集團的動態與大環境的變化又有了更深一層的了解。咱們「有獎徵答」單元就要考考大家對於月刊內容的記憶力嘍！什麼？你已經忘記答案是什麼了？沒關係，每道題目後面都有小小的提示，聰明的您一定很快就能找到答案！

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

1. 在低碳新時代中，亞泥（中國）採取哪些綠色行動？【封面故事】
 - A. 優化製程
 - B. 嘗試運用各種資源，達成最佳減廢效果
 - C. 編制綠色礦山建設規劃及實施方案
 - D. 以上皆是
2. 關於亞東工業（蘇州）開發的輪胎簾布，下列何者錯誤？【封面故事】
 - A. 具高強度，可減少橡膠的使用，達到胎體輕量化
 - B. 具低的熱收縮性，可確保輪胎在高速運轉下，不因高溫變形
 - C. 雖然已經開發完成，卻未正式量產
 - D. 已取得國際級輪胎製造商之認證
3. 父母可以採取哪些方式，幫助孩子擺脫開學症候群？【保健網】
 - A. 調整作息
 - B. 協助完成暑假作業
 - C. 安排收心活動
 - D. 以上皆是
4. 關於「剪刀商機」的敘述，下列何者錯誤？【經營管理新知】
 - A. 根據統計，40 世代對於「各項型態」的即食料理接受度最廣
 - B. 購買決策上，20 世代較受 IG 和 YouTube 影響，30 世代則更加青睞 IG 及 FB
 - C. 下單考量點上，50+ 世代不看重促銷，僅要求質好
 - D. 海鮮類即食料理較受熟齡（40 / 50 世代）和有小孩的客群歡迎

參加辦法

請剪下 384 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**九月十五日前**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 NTD300 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 385 期有獎徵答

姓名：
單位：
員工編號：
聯絡地址：

答案：1. () 2. ()
 3. () 4. ()

384 期有獎徵答得獎名單揭曉

| 單位 | 姓名 | 單位 | 姓名 | 單位 | 姓名 |
|------|-----|--------|-----|-------|-----|
| 亞東醫院 | 蔡○芳 | 遠東新新埔廠 | 黃○臺 | 亞東證券 | 黃○庭 |
| 遠東商銀 | 朱○綺 | 遠東新觀音廠 | 柯○成 | 富民運輸 | 傅○琪 |
| 亞利通運 | 廖○韻 | 遠東新世紀 | 邱○玲 | 東聯化學 | 陳○勳 |
| 遠通電收 | 黃○薇 | 新竹大遠百 | 饒○惠 | 遠東商銀 | 陳○玲 |
| 遠傳電信 | 陳○偉 | 新竹大遠百 | 陳○鳳 | 板橋大遠百 | 江○玲 |

恭喜上列幸運兒分別得到面額 NTD300 的遠東集團四合一禮券！





遠東巨城購物中心舉辦「Taitung Organic 臺東我給你嗑」有機農產展，羅仕清總經理（右三）、游欣宜營運長（右二）攜手推薦來自臺東的好滋味。



遠傳電信 8 月 9 日於 AWS 合作夥伴高峰會中，獲頒 2022 年度「AWS Industry Solution Partner of the Year (Services)」獎項殊榮，由李鑑政副總經理（右）代表領獎。



遠百嘉義店與嘉義市環保局合作舉辦「衣起愛相隨」二手衣回收活動，成功募集超過 200kg 的衣物，全數捐贈予嘉義市脊髓損傷協會。



新竹大遠百由林家榕副店長（右五）代表，將「甜蜜豐收 集氣送愛」活動募集的 500 顆水蜜桃捐贈予新竹仁愛啟智中心、新竹仁愛兒童之家及新竹家扶中心，傳遞各界愛心。



臺中大遠百號召同仁及民眾，於 7 月 20 日前往龍井區麗水漁港，舉辦「海好有你淨灘行動」，總計清理 3,200 公斤的海廢物。



亞東證券定期定額抽好禮

五星得主就是你



聰明存好股、優惠等你拿

送點數、再抽 五星住宿

客服專線：0800-088-567

109年金管證總字第0038號

 **亞東證券**

