

遠東人

共同開創「誠勤樸慎·創新」的健康人生

徐有庠
題

專業加值 刷新品牌價值

Professional Upskilling
Renew Brand Value



掃描 QR Code
看更多即時訊息
還可下載電子雜誌





↑ 徐旭東董事長（右三）應邀出席元智大學校友餐會，並於會中表揚本屆傑出校友。



↑ 百貨零售企業協會召開第 8 屆第 3 次會員大會，徐雪芳理事長（右）頒獎予 110 年度優良從業人員楷模 -- 遠百桃園吳東穎先生。



↑ 遠傳電信由井琪總經理（左）代表與愛立信簽訂「B5G AI 創新應用與永續網路合作備忘錄」。



↑ 遠傳電信井琪總經理（左二）與微軟亞洲區總裁 Ahmed（右二）共同宣布將深化戰略結盟，深耕數位與淨零雙轉型解決方案，遠東集團徐國安創新長（左一）、台灣微軟卞志祥總經理（右一）亦參與本次會談。



↑ 亞泥（中國）在張振崑執行長（右四）見證下，由江西亞東水泥田隆總經理（左四）與江西亞創再生資源喻琦總經理（右三）代表簽署戰略合作協約，雙方多位主管也共襄盛舉。

專業加值 刷新品牌價值

李佳珍

面對日漸高漲的永續、淨零浪潮，如何透過生產技術、施工工藝、市場服務模式之創新為企業增值，已成為產業的重要課題。尤其越成熟的產業，產品差異度越小，唯有不斷加值，才能持續創造優勢。本期「封面故事」為您介紹遠東集團旗下水泥建材業如何發揮專業價值，譜寫品牌新故事。

企業創新的過程中，專業團隊的研發能量固然不可或缺，智慧科技的引入更將如虎添翼。短短兩個月即吸引超過 1 億人註冊的 AI 聊天機器人「ChatGPT」，無疑是近期最受矚目的焦點。究竟它有何魅力？將為企業營運和工作模式帶來哪些改變？「經營管理新知」專欄中，給您最詳盡的解析。

善用科技的同時，也別忽略了暗藏其中的風險，近年網路釣魚手法層出不窮，遭受駭客騙取個資和金錢的事件時有所聞，「資訊網」專欄特別介紹八種釣魚攻擊模式，幫助大家遠離詐騙威脅！

投稿注意事項：

1. 本刊歡迎投稿，惟投稿人應尊重他人之智慧財產權，勿抄襲或改寫他人著作。如引用他人著作，應註明出處，並請留意著作權法等相關法律之規定，自負文責。
2. 投稿人請註明所屬單位、姓名、聯絡方式，以利寄贈稿酬；如需以筆名刊登，亦請另外註明。稿件若經採用，編輯室保留刪修權，請投稿人自留底稿，恕不退稿。
3. 稿件刊登後，著作財產權即歸發行本刊之遠東新世紀公司所有，且投稿人不得行使著作人格權。非經本刊書面同意，不得自行轉載或投稿。
4. 稿酬計算標準：「遠東人開講」（每月主題徵稿）每則 NTD 500，其餘文字稿臺灣地區每字 NTD 0.5、海外地區每字 NTD 0.8。

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

「遠東人開講」五月話題：我的塑身大計

每逢農曆年後，許多人就開始忙著健身，希望趕在夏天到來之前，讓體態維持在最佳狀態。您是否也正在減脂瘦身的路上？您屬於運動派、醫美派，還是節食派？歡迎來信分享您的作戰計劃，文長 300 字以內，遠東人月刊就會提供您一筆「塑身基金」哦！（截稿日期：4 月 15 日前）



APR 2023
NO. 392

01 EDITOR 編輯手記

專業加值 刷新品牌價值／李佳珍

04 LEADER'S REMARKS 領航者的話

徐旭東董事長於元智大學 34 週年校慶致詞／編輯室採訪整理

06 COVER STORY 封面故事

創新商模 亞東預拌助力海綿城市／編輯室採訪整理

高效環保 亞利預鑄成就完美工藝／編輯室採訪整理

12 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

19 OFFICE TALK 樂活職人

經營管理新知：AI浪潮來襲 新一代智能幫手 ChatGPT 崛起／集團綜效暨零售規劃總部 & ChatGPT

永續專區：歐盟啟動碳邊境調整機制 全球碳稅貿易時代來臨／簡偉華 & 尤淨纓

上班族必修學分：打開話匣子 提升職場力／EIE美語



28 LIFE GUIDE 生活情報

- 財經網** 2023 年股海投資展望／謝依帆 & 林曉函
財經網 疫情解封衝旅遊 聰明刷卡優惠多／林瑩瑩
保健網 溝通三大招 有效提升兒童語言力／林亞嬪
法律網 健檢服務升級 健康與荷包雙重好集／陳思宇
流行網 2023 年春夏 高彩度重回時尚舞臺／鄭嘉蕙
資訊網 分辨釣魚攻擊模式 遠離詐騙威脅／簡筠茹

42 HOT TOPIC 遠東話題

- 「遠東人開講」：我的塑身大計／編輯室輯

44 STORY 心動時刻

- 騎行 來一場與自我的對話／李昀諭
春節旅遊記趣／楊芬妮

48 QUIZ 有獎徵答

- 391 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 王思方 尤淨纓 余欲弟
李佩頻 李美蓮 汪更新 呂學龍
林俊佑 吳信儀 吳佳穎 吳昇鑫
吳梅華 卓采慧 胡興賢 徐雅慧
徐宛韻 梁雅雯 黃 靜 黃莉淇
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 陳虹瑾 陳睿誼 陳相吟
葉金璋 張為竣 張 丹 楊韻琪
曾淑萍 馮輝棋 廖婉甄 蔡敏雄
劉貞佑 簡嘉琪 羅吉廷 油谷初美

發行所

遠東新世紀股份有限公司

通訊處

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

E-mail

magazine@fenc.com

網址

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

電子報網址

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

登記證

局版台誌字第 8320 號

美術設計

Z&C.COM

印刷所

湯承科技印刷（股）公司



遠東人月刊
電子報



遠東人月刊
電子雜誌



遠東人月刊App
(Android)



徐旭東董事長於元智大學34週年校慶致詞

編輯室採訪整理

34歲的生日象徵元智已邁入青壯年，歡慶成長的同時，徐旭東董事長也提醒大家應加速轉型、落實產學合作，為產業和世界培育更優秀的人才。

每次踏入元智校園，都能感受到有別於其他學校的活潑和朝氣，也讓我不禁回憶起當年的創校歷程。

早年臺灣工業剛起步，為培養技術人才，創辦人效法德國技職模式，創設「亞東工專」（現今亞東科技大學），獲得極佳的口碑。其後考量臺灣經濟逐漸轉型，產業亟需高等教育人才，創辦人希望推動亞東升格為大學，惟教育部並不同意，幾經考量，最後決定新辦一所大學。

當時外界都不看好，認為傳統大學已有雄厚根基，新成立的私立大學對於學生、師資的號召力有限，但創辦人仍力排眾議，堅持穩紮穩打的執行建校計劃。出乎眾人意料的是，由於私立學校較公立大學擁有更多彈性，可提供教師們更大的發揮空間，因此在創立初期反而吸引許多知名大學的教授前來任教，為元智奠下成功的基石。

歷經 34 年的耕耘，如今元智在學界已佔有一席之地。雖然近年在少子化的衝擊下，不少學校面臨減招、退場危機，但是創辦人的精神提醒我們，無須顧慮眾聲喧嘩，只要辦學績效優異，自然能戰勝惡劣的環境，正如美國 Stanford University、Princeton University，永遠不缺優秀的學生，希望大家也能以此自勉，齊心合作，努力提升教學與行政管理品質，並發揮國際化的優勢，讓元智躋身世界知名大學之列。

身處瞬息萬變的環境，學校的責任除了傳授知識，更應教導學生正確的思考邏輯、現代化的思維，協助他們在畢業後順利步入社會。因此，無論教授、學生、辦學方向，都必須接軌新時代、掌握新趨勢，了解 Metaverse 等新科技將如何全方位的創造新文化？而在政經情勢詭譎的情況下，我們能否將傲視全球的晶片製造技術根留臺灣？大型跨國企業尚且深受牽動，一般中小企業又該如何自處？此外，氣候變遷推升環保產品需求，其中電動車市場更將迎來爆發性成長，我們是否已經準備好？五、六年之後的世界局勢又將如何演變？

面對新時代的需求與變化，從個人到學校、企業，甚至國家，都不該滿足於現況，應進一步思考，如何加速轉型，在變局中維持優勢。以遠東新世紀為例，目前已是全球第二大環保回收聚酯供應商，不但發展出能抗菌防臭、冬暖夏涼的高科技纖維，去年更發揮強大的研發力，將海洋廢棄物變身為世界盃足球賽場中的環保球衣，展現極佳的彈性和抗爆性，但我們仍積極擬訂新方向與策略，全力開發下一個世代的 new fiber，創造下一道成長曲線。

產業要躍升至下一階段，人才的養成絕對是關鍵，因此元智扮演的角色十分重要，期許各位持續投入熱忱和堅持，發揮私立大學的彈性和優勢，落實產學合作、擴大相互交流，為企業培育下一代人才，幫助臺灣走向更好的未來。



創新商模 亞東預拌助力海綿城市

編輯室採訪整理

「混凝土」可說是生活中看似平凡卻又不可或缺的存在，舉凡道路、房舍、停車場等，隨處可見它樸實的模樣。然而，您知道嗎？不同配比的混凝土，功能性與支撐度也大不相同，甚至還有能透水、吸水、保水的環保品項，本期「封面故事」將翻轉您對「土」的想像！

聚焦保水及透水 為永續找解方

近幾年氣候變遷加劇，強降雨與乾旱輪番登場，也考驗著城市規劃的彈性與韌性。不少人開始思考，能否趁著下雨時吸水、蓄水，待缺水時再釋出以循環利用？「海綿城市」的概念應運而生，「尋找合適的建材」則成為首要之務。

亞東預拌一向致力於推動高品質綠色建材，並展開相關產品的研究和開發。鑑於透水混凝土的外形與海綿十分相似，屬於多孔隙材料，有助於鋪面的保水、滲透和滯留，可因應超豪大雨等級的降雨量，延長洪峰時間，達到防洪效果，且能降低環境溫度，減輕熱島效應，同時藉由海島型氣候的優勢，實現蓄水再利用，符合全球永續倡議指標，日本公園內的步道甚至指定使用透水鋪面，團隊因此將目標鎖定在此項前瞻性產品的開發上。

不過，透水混凝土其實並非全新的產品，早在 90 年代，許多泥作工班即經常於工地現場製作，惟當時師傅們大多缺乏專業訓練，單憑口耳相傳或自身經驗摸索，導致品質不穩定、耽誤施作速度；雖然也有預拌廠曾協助生產，但僅能由營造單位以傾斗車運輸，有時工址現場過於狹窄，傾斗車出入不便，加上產品本身容易受氣候乾燥程度與車桶前後段落差等影響，造成強度與品質不一，市場接受度不佳。

隨著產業不斷演進，透水混凝土逐漸成為全球公認具有減災效益的環保建材，產品的樣態也越來越多元，除了美國混凝土學會（ACI）定義之「無細粒料混凝土」外，亦有業者於混凝土中埋設微形塑料管，作為水通道或透水磚鋪面等用途。由於應用範圍與項目大相逕庭，檢驗規範亦常因案而異，顧客對於產品的使用多有疑慮。

全方位改善 老產品再創新風貌

為了克服產品製程與推廣上的難題，亞東預拌首先從設計面著手。考量以往透水混凝土的生產製程中，使用粗骨材多、漿體量少，裝載於預拌車後，運輸過程中易發生車桶堵塞或結料等狀況，影響產品生產與運輸方面的接單意願。團隊於是重新調整材料配比，引進特殊化學摻劑，改善產品黏滯性問題，並優化產製順序，同時規劃運輸紅利機制，提升預拌車司機載運之意願，打造全臺首家以預拌混凝土車裝載透水混凝土產品之一條龍服務。

此外，過往產品開發大多將混凝土性能視為主要考量，容易忽略施工環節造成的影響，事實上，施工的良窳左右著產品的品質與美觀度。

亞東預拌從各國的施工技術資料中，找尋合適的工法和設備，並與專業工班共同討論，從日本引進透水混凝土專用的輕量型夯實設備，以產業上下游策略聯盟的方式，開發出最適合臺灣現場施作環境的「回字工法」，未來更計劃導入日式「鋪裝機」，全面推動新型透水混凝土的發展。

新型透水混凝土可依不同的需求，調整厚度與強度，適用於人行步道、停車場或消防通道等場所，不但透水率符合美國混凝土學會（ACI）522 規範，而且不會跳粒、出漿、垂流，還可選擇不同粒徑的混凝土作為透水層，或是依據需求





呈現不同的顏色，以增加表層的美觀性和除汙便利性，基層則以粒徑較大的粒料強化承載力，兼具品質、耐久性、美觀性與透水性。

改良品質與施工環節後，建立統一的品質檢驗標準是決定產品能否順利推廣的最後一哩路。亞東預拌研發團隊檢討海內外透水混凝土品質檢驗標準，最終選擇美國混凝土學會（ACI）建議的標準為檢測依據，融合日本標準，強化對產品可施作性的評估。另一方面，亞東預拌亦將相關研究成果整理為論文，發表於台灣混凝土學會出版的專門期刊「混凝土科技」，希望透過第三方學術審查機制，推動建立合理、一致性的國際品質檢驗標準。

除了亞東預拌的倡議，內政部營建署也陸續修正「建築技術規則建築設計施工編」規定，明訂建築基地的保水指標，並於「建築基地保水設計技術規範」增加透水鋪面的相關要求，以利基地保水。明確的法規可望為透水混凝土產品帶來新一波需求與商機。

擴大推廣 翻新城市樣貌

亞東預拌藉由生產技術、施工工藝、市場服務模式之創新，以及導正產業品質標準等作為，成功提升產品的性能與良率，大幅降低運輸成本，贏得顧客對於新型透水混凝土的青睞，並吸引經濟日報於「海綿城市」專刊撰文介紹，成為臺灣推動「海綿城市」之一線品牌。目前產品已陸續應用於台肥南港C2標案、大陸新店央北鑄画案、台北遠東通訊園區TPKE大樓新建工程案、臺灣大學校內腳踏車道整建工程案、迪卡儂停車場更新案…等，近期亦將於臺南市南科F、G區段徵收工程案提供服務，不僅創造令人驚豔的經濟效益，更為環保作出具體貢獻。

下回經過這些建案，不妨停下腳步，好好欣賞色彩繽紛的透水混凝土。你會發現，原來混凝土，一點也不「土」！



高效環保 亞利預鑄成就完美工藝

編輯室採訪整理

最近經過台北遠東通訊園區（Tpark），您一定會發現，園區裡多了一座十分有特色的平面圓型建築物。這是甫於去年6月舉辦上樑典禮的「臺北遠東通訊園區立體停車塔—TPKP」，歷經短短半年已完工，絕佳的效率讓亟需停車位的用路人驚喜不已。施工團隊究竟施展了什麼神奇的魔法？本期「封面故事」帶您一探究竟。

綠色思維 擘劃城市裡的小山

位於新北市的台北遠東通訊園區（Tpark），是結合研發商辦、社區住宅、生態環境的大型開發案，隨著新建案陸續落成啟用，周邊辦公大樓、醫院等區域人員對於停車的需求也越發殷切。然而，如何在這座都市桃花源中，打造出兼具科技發展與生態保育概念的停車場，也成為專案團隊最大的課題。

為了串連鄰近的遠東香榭大道、生態池及生態北公園，提供民眾運動和散步的綠帶，徐旭東董事長與姜樂靜建築師團隊一同構思，決定蓋一座「城市裡的小山」-- 內含地上九層、地下兩層，可容納 858 個汽車位、152 個機車位。

有了明確的藍圖，負責營建管理的遠東建經立即與營造方 -- 遠揚營造、亞利預鑄展開規劃，除了要在堅固安全的圓形混凝土外牆加設花臺，以吊掛垂直綠化的攀藤植物，呈現小山的意象，更重要的是，必須以高效環保的施工方式，實踐對環境友善的承諾。

惟近幾年在原物料飆漲及疫情影響下，營建業早已陷入工、料雙缺的困境，許多工程被迫中斷，甚至連公共工程也屢傳危機，「高效環保」幾乎成為「Mission Impossible」。

專業團隊 展現精準預鑄工法

接獲任務的亞利預鑄首先考量主結構的材料，鑒於一般鋼構（SS）雖然施工期短，但維護不易，必須額外支出防火漆或包樑柱的裝修材等費用，團隊決定在建物主塔選用更具成本優勢的預鑄鋼筋混凝土（RC）結構，可耐震、耐火、耐鏽蝕，加上預鑄混凝土構件由工廠標準化生產，再送至基地組裝，不易受惡劣天候影響，基地內也不再塵土飛揚或是產生額外的廢棄物，可有效減少環境汙染，且混凝土強度與工期均容易控制，品質自然更有保障。至於建物外牆及放置植栽的花臺，由於需要時常澆灌，特別採用混凝土面配合清水模塗料，有助於防汙、防鏽蝕，減少後續營運維護成本，而省去多餘的外牆飾材，除了能降低耗材碳排放，未來若建物需要拆除，素混凝土也容易回收，重新利用於回填或其他環保用途。

主結構材料定案後，停車塔特殊的圓弧外形又是另一項考驗。由於必須製作出扇形的樓地板，對於傳統模板工程而言，將損耗大量材料，連帶拉高成本，加上內懸挑板與中央車道鋼構環梁間的施工空間小，施作不易。團隊幾經討論，設計出高度模組化的 3D 預鑄構件，並應用預鑄懸挑陽台板，省去搭建外牆鷹架，同時首度以自力研發且已通過國家地震工程研究中心驗證的高強度預鑄柱主筋續接器，完成高精度的安裝，另一方面，本案也首次使用亞利預鑄在臺灣及日本取得專利之改良型耐震柱箍筋，將柱箍筋用量以及綁紮後每組箍筋的總厚度最佳化，以解決鋼筋過密，混凝土不易搗實的問題。

厚積薄發 推動產業技術提升

克服重重挑戰後，全臺首座採用全預鑄工法建造的平面正圓立體停車塔終於順利完工，

不僅成功縮短工期、控制成本、提高工程品質、結構安全及施工的安全性，也降低對勞力的依賴，甚至大幅減少工地廢棄物，創造業主、營造／預鑄廠、監造（建築師／結構技師）的三贏。

這項經典建案同時成為亞利預鑄品牌絕佳的行銷利器，團隊趁勢舉辦多場工程觀摩會，分享整潔、安全、快速的預鑄工法，吸引台灣省結構技師公會、國家地震中心、台灣省土木技師公會、臺大土木系…等產、學界前來取經。值得一提的是，本案更榮獲 2022 年臺灣混凝土學會（TCI）「混凝土工程優良獎」建築類優等獎肯定，對於團隊來說，無疑是一大鼓舞！

歷經三十多載的能量蓄積，亞利預鑄已在業界樹立傲人的口碑，未來將持續秉持精益求精的態度，致力實現人造建築與綠色生態的和睦共存。



集團簡訊

掃描 QR Code 看更多集團訊息 →



01 元智大學歡度 34 週年校慶

元智大學 34 週年校慶活動 3 月 4 日盛大舉行，並結合校運會社區藝術節、園遊會、研發成果展等多元活動，同時廣邀高中生到校園參觀，當天更特別舉辦校友聯誼餐會，以凝聚校友及師生向心力。（元智大學／饒浩文）

02 百貨協會召開大會 引領會員新方向

百貨零售企業協會 2 月 8 日假遠東百貨企業總部召開第 8 屆第 3 次會員大會，徐雪芳理事長致詞歡迎新進會員新光三越百貨，會中並表揚 2021 年度優良從業人員，同時針對消費爭議處理、淨零暨節能減碳議題進行專題演講。（遠東百貨／鄭嘉蕙）



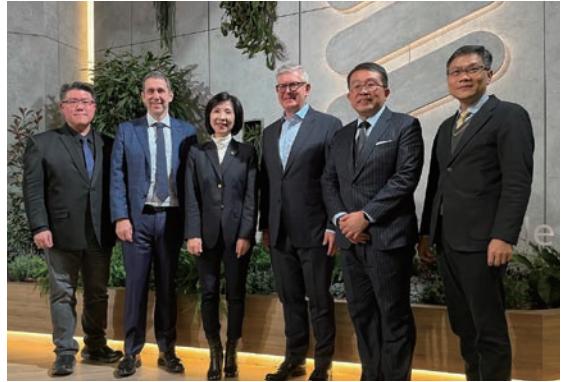
03 遠傳、亞醫串聯資源 遠距診療、在地照護品質全面升級

疫情推進遠距醫療的發展，遠傳 2 月 21 日攜手台灣社區醫院協會、中華民國診所協會全國聯合會，共同簽署合作備忘錄，啟動「5G 遠距診療 2.0」，以完善社區慢性病與長照服務，增進基層醫療便利性。另一方面，亞東醫院 2 月 17 日與仁慈醫院啟動合作儀式，未來除了支援一般外科，也將安排心臟外科、眼科與骨科等三項專科、共計 6 位醫師至友院提供服務，希望整合醫學中心與地區醫療資源，提供在地民眾最優質的醫療照護。（編輯室輯）



04 遠傳積極結盟、參與國際 大展5G實力

遠傳持續深化國際夥伴關係，插旗下一代技術發展。井琪總經理與微軟 Ahmed Mazhari 亞洲區總裁 2 月 9 日宣布深化戰略結盟，雙方將共同深耕數位與淨零雙轉型解決方案，專注推動客戶向雲端轉型、擴大垂直場景應用、推廣用於節能減碳的數位工具…等合作重點。2 月 23 日再攜手國際夥伴愛立信簽訂「Beyond 5G AI 創新應用與永續網路合作備忘錄」，著眼於網路前瞻技術、以 AI 打造智慧節能網路等面向。而隨著 COVID-19 疫情趨緩，公司亦陸續參加海內外商展，「2023 世界行動通訊大會」（Mobile World Congress, MWC）2 月 27 日於西班牙巴塞隆納盛大登場，井琪總經理親率經營團隊出席，並與愛立信合作展出最新 5G 創新應用；3 月 6 日再出席高雄港旅運中心啟用典禮，遠傳以 5G 網路結合科技及雲端技術，與高雄市政府、臺灣港務公司聯手打造智慧旅運服務，協助高雄港躍升科技智慧港。（遠傳電信／林孟璇、文懿婕）



05 遠傳、元智大學搶先機 掌握AI趨勢

AI 來勢洶洶，各界積極搶進。「TIMTOS 2023 年台北國際工具機展」3 月 6 日至 11 日舉行，遠傳展示之「一站式 No-Code AI 平臺」服務，可提供上百件 AI 模組，協助企業快速導入智慧應用，並於 3 月 7 日「未來製造趨勢論壇」分享如何以大數據、AI 促進數位轉型。面對業界需求，元智大學也戮力透過產學合作培育人才，3 月 6 日資訊管理學系與大數據公司簽署合作協議，讓學生運用《KEYPO 大數據關鍵引擎》系統分析社群口碑及輿情，並於課程結束後頒發證書。（編輯室輯）

06 「海洋回收抗爆球衣」再加一 遠東新世紀全新打造義大利國家隊球衣

2022 年遠東新世紀獨家生產卡達世界盃冠軍「阿根廷隊」及其他 8 個國家隊的球衣，獲 FIFA 球評喻為「最美球衣設計」；2023 年進一步贏得義大利足協（FIGC）青睞，宣布所有國家隊的球衣將採用「海洋回收抗爆球衣」，並於 1 月正式推出融合該國文化特色的海洋回收抗爆球衣「The Search--La Ricerca」系列，兼具環保、輕量及抗爆等特點。（遠東新世紀／侯晴瓈）



圖片來源愛迪達官網

07 駐美國台北經濟文化代表處參訪 APG Polytech

駐美國台北經濟文化代表處（TECRO）2月28日在蕭美琴代表率領下，參訪位於西維吉尼亞州的APG Polytech，由王耀新總經理與同仁共同接待，介紹工廠歷史、營運狀況、未來發展，以及在綠能方面的投入。雙方交流融洽，TECRO團隊亦表示將來可提供相關協助。（APG Polytech／曾育鍾）

08 江西亞東水泥與亞創再生資源簽約 合作加工及使用替代燃料

亞泥（中國）為響應國家「30·60雙碳目標」、助力江西省九江與瑞昌創建無廢城市，以及落實集團節碳降耗政策，2月23日在張振崑執行長見證下，由江西亞東水泥田隆總經理與江西亞創再生資源喻琦總經理代表簽署戰略合作協約，雙方多位主管也共襄盛舉。（江西亞東水泥／陳春平）



09 停車費逾期好苦惱 遠通攜手新竹推「路邊停車即查繳」新服務

遠通電收子公司遠創智慧推出之uTagGo App會員數突破260萬大關，為進一步解決車主逾期繳費或遺失單據的困擾，3月1日起，率先於新竹地區提供「路邊停車即查繳」新服務，支援停車後立即繳費功能，未來將拓展至各縣市。（遠通電收／宋宗霖）

公益專區

10 遠東SOGO百貨、高雄大遠百舉辦兒童體驗活動 共度春日好時光

遠東SOGO百貨親切的顧客服務廣受好評，新竹店於日本展期間舉辦「小小顧服活動」，讓孩子們穿上日式浴衣，體驗迎賓、店內指引等顧客應對服務。高雄店則於3月18日至19日舉辦「小老闆市集」，鼓勵孩童透過販售舊物品，學習惜物愛物與有效運用資源的觀念。此外，高雄大遠百歡慶3月5日童軍節，於228連假首日攜手高雄市政府消防局、高雄市童軍會舉辦「2023童軍節限定，小小童軍體驗營」；3月11日另與法國彩妝品牌MAKE UP FOR EVER合作舉辦「小小彩妝師」體驗營，讓小朋友從實作中探索興趣。（編輯室輯）



11 遠東百貨力挺公益 讓愛綿延

遠東百貨用愛擁抱弱勢族群，臺中大遠百 2 月 23 日捐贈文具、繪圖用具等物資予財團法人臺中市私立慈光社會福利慈善事業基金會附設「慈馨少年家園」；3 月 12 日「2023 北海道物產展」開幕日，更致贈愛心物資予伊甸基金會；此外，也攜手罕見疾病基金會中區天籟合唱團舉辦音樂會，並規劃多元的罕見職人攤位。另一方面，桃園遠東百貨 3 月 7 日與頂級泰式料理餐廳「泰泰太夯」舉辦公益開幕活動，不僅捐贈總價值 NTD5 萬的餐券予桃園市政府社會局兒少福利科，也邀請受扶助單位桃恩園的孩子們享用餐點，再贈送環保水壺。在長輩關懷方面，竹北店為低收入戶獨居長者募集電茶壺、星級餐廳年菜套組並贈予新竹縣政府，獲頒感謝狀。（遠東百貨／許雲茜、熊亦晴、李美玲）

12 江西亞東水泥、遠東百貨 植樹護地球

春風催新綠，植樹正當時。江西亞東水泥 3 月 3 日於礦山舉辦「平衡自然生態・亞泥在行動」植樹活動，邀請田隆總經理、姚煜國副總等 80 名同仁共襄盛舉，為 500 餘棵樹苗沃土紮根。無獨有偶，桃園遠東百貨 3 月 7 日與桃園市龜山區兔坑社區發展協會舉辦「浪漫春櫻相聚兔仔坑」植樹活動，由江天佐店長率 20 位同仁與社區志工合力種下 3 棵富士櫻花。（編輯室輯）



13 遠東商銀、臺中大遠百出動超萌汪喵 有玩又有學

有鑑於愈來愈多寵物成為家庭的一員，遠東商銀 3 月 11 日於臺中公園舉辦「2023 遠東樂家+毛孩嘉年華」，分享正確的寵物照護知識，同時邀請台灣導盲犬協會與寵物友善大使林芯儀參與。另一方面，臺中大遠百攜手臺中市政府警察局第六分局、刑事警察大隊，舉辦「狗狗刑警出任務」，模擬警犬緝毒情境並融合反毒宣導，加強民眾守法觀念，狗狗刑警帥氣又可愛的模樣，萌翻現場群眾。（編輯室輯）



14 高雄大遠百、遠東巨城熱血公益 連年舉辦捐血活動

高雄大遠百連續第 5 年與高雄捐血中心合作，於 2 月 14 日西洋情人節舉辦「情人愛捐血」活動，迴響熱烈，並立定 2023 年募集 290 萬 c.c. 热血之目標。同樣長期推廣公益捐血，Big City 遠東巨城購物中心 2 月 25 日攜手國際扶輪社、新竹市樂麗扶輪社等團體舉辦「Big 分享愛」活動，共募集 1,467 袋熱血，再創桃竹苗區單點單日最高紀錄。（編輯室輯）



15 遠東巨城聯手清大、竹女推科普教育 吸引3,000人闖關

「2023 國際女性科學日」科學市集 3 月 5 日於 Big City 遠東巨城購物中心隆重登場，此為清華大學跨領域科學教育中心與 Big City 遠東巨城購物中心第 8 次合作，本次特別攜手新竹女中，響應「211 國際女性與女孩科學日」、「38 國際婦女節」、「314 國際數學日」等紀念日，邀請近 30 個科教單位參與設攤，吸引約 3,000 人動手實作，成為桃竹苗地區規模最大的科學市集。（遠東巨城／葉哲倫）

16 遠東SOGO百貨推動永續綠生活

遠東 SOGO 百貨新竹店致力推動永續生活，打造綠色百貨標準，不但自建太陽能板，近 3 年發電逾 160 萬度、減少 825 噸碳排，相當於 5 座新竹公園吸碳量，志工社同仁更於 2 月 8 日前往慈濟新竹靜思堂環保回收站，協助資源回收，為環保盡心力。（遠東 SOGO 百貨新竹店／賴秀光、吳俐暉）



17 遠百喜迎元宵 愛傳承

新竹大遠百 2 月 9 日攜手財政部北區國稅局新竹分局舉辦「捐發票送兔年提燈」活動，結合猜燈謎與反賄選宣導，吸引逾百位民眾參與；另舉辦「湯圓 DIY 體驗活動」，邀請新竹家扶中心的扶助戶親子們一同歡度佳節。竹北店則連結在地文化特色，與新竹縣新瓦屋花鼓隊合作，參與客家天穿日活動，由竹北太陽寶寶帶隊從客家古厝出發繞行客家圓樓及客家老街，讓顧客一同體驗花鼓踩街藝術表演。（遠東百貨／劉姿頤、李美玲）

18 元智學生偏鄉服務 舉辦iCulMo冬令營

元智大學藝術與設計系主任兼所長林楚卿教授帶領 CKfablab 團隊，參與藝術創作與偏鄉教育的年度性公益計畫，以「想像文化怪獸（Imagine Culture Monster）」為主題，規劃 iCulMo 創意教學活動，並於新北市屈尺國小辦理冬令營，陪伴孩童做出獨一無二的互動設計教學模組。（元智大學／饒浩文）

19 遠傳ESG「箭」及履及 關注偏鄉體育發展

遠傳致力於弭平城鄉發展落差，贊助臺東縣鹿野鄉瑞源國民小學射箭隊比賽弓身、弓臂、專業運動服裝等設備，助力選手們在 2023 年青年盃射箭錦標賽創下佳績。（遠傳電信／鍾宜真）

20 愛護地球 預拌職人成立泥作藝術坊

亞東預拌 2 月 19 日於台灣濕地保護聯盟舉辦的「贊贊市集」活動中，首度設置泥作藝術坊攤位，由同仁化身職人，教導學童與家長利用混凝土剩餘材料，製作成獨一無二的泥作玩偶，體驗水泥材料的可塑性與藝術性，並傳達公司致力推動循環經濟、環境永續與混凝土碳標籤等低碳議題，獲得廣大迴響。（亞東預拌／洪淑華）



績優榮譽榜

21 遠東聯石化(揚州)表現傑出 獲三大殊榮

揚州化學工業園區管委會於 2 月表彰 2022 年度園區內的「環保工作先進單位」，以及「安全生產目標管理優秀單位」，遠東聯石化（揚州）從眾多企業中脫穎而出，同時榮獲「環保工作先進單位」與「安全生產目標管理優秀單位一等獎」雙獎肯定。公司另通過揚州市協調勞動關係三方委員會在「勞動用工」、「勞動安全」、「職業技能培訓」…等多方面審核，榮獲「2022 年揚州市勞動關係和諧企業」肯定。（遠東聯石化（揚州）／汪文菊、張華）



22 四川亞東水泥參與社區全民運動會 彰顯團結力量

四川亞東水泥受邀參與彭州市天彭街道舉辦之「愛成都，迎大運--2023年全民運動會」，榮獲拔河隊第四名、男子單打乒乓球第三名的好成績。新的一年，亞東同仁將繼續發揚體育精神，奮勇前進，爭創輝煌。（四川亞東水泥／游玉婷）

23 江西亞東水泥榮獲瑞昌市「2022年度企業突出貢獻獎」

中國江西省瑞昌市經濟高品質發展暨專案提速見效動員大會 2 月 17 日登場，江西亞東水泥獲市委、市政府頒發 2022 年度工業高品質發展「企業突出貢獻獎」殊榮，二廠張移廣廠長也獲評為「優秀企業家」。（江西亞東水泥／朱瓊）

24 遠東商銀獲最佳金融永續發展策略獎

國際財經專業雜誌《The Asset 財資》2 月 23 日舉行「Sustainable Capital Markets Awards 2022」頒獎典禮，遠東商銀榮獲「最佳金融永續發展策略獎」（Best Issuer for Sustainable Finance），為本屆唯一獲此殊榮的臺灣金融業者。（遠東商銀／朱佳琳）

25 元智大學創新教學與實作 獲教育部、國科會肯定

元智大學資傳系黃絜如老師將使用者經驗融入介面設計課程，榮獲「110 年度教育部教學實踐研究計畫」績優計畫。此外，機械系鐘國濱教授團隊發展先進質子交換膜水電解技術，創新應用於晶圓清潔製程，可望加速半導體製程綠色化，獲國科會科研創業計畫萌芽案。除了教師專業受到肯定，管理學院首度組隊參與教育部青年發展署 Young 飛全球行動計畫，由柳育德老師指導的《食是求適》隊伍，著眼於預防剩食，減少浪費，亦榮獲最佳行動卓越獎。（元智大學／饒浩文）

好康報報

26 臺北遠東香格里拉飯店遠東 Café 自助餐廳推「快樂饗肉節」

臺北遠東香格里拉飯店遠東 Café 端出頂級肉品暢快吃到飽，即日起至 5 月 4 日舉辦「快樂饗肉節」，提供現切爐烤澳洲和牛及伊比利豬、伊比利叉燒松露拉麵…等美饌；將用餐照片上傳至官方粉絲團還有機會抽中「遠東 Café 黑卡」VIP，5 月 10 日至 6 月 9 日可免費享用自助晚餐，價值 NTD51,580。訂位電話：(02) 7711-2080。（臺北遠東香格里拉飯店／魏蘊芳）



27 臺北遠東香格里拉飯店推「餐飲大紅包」 消費滿 NTD6,000 送 NTD6,000

因應政府現金補助政策，臺北遠東香格里拉飯店推出消費滿 NTD6,000 送 NTD6,000 的回饋活動，5 月 1 日至 31 日，民眾入住飯店或於各餐廳消費達 NTD6,000，即可獲得相同金額的「餐飲大紅包」，內含 6 張 NTD1,000 餐飲抵用券，9 月 30 日前至飯店內任一餐廳或酒廊消費，滿 NTD3,000 即可使用一張，不限張數。（臺北遠東香格里拉飯店／龍君權）

AI浪潮來襲 新一代智能幫手 ChatGPT 崛起

集團綜效暨零售規劃總部數位行銷暨公關組 & ChatGPT

AI聊天機器人ChatGPT在全球掀起風潮，短短兩個月即吸引1億人註冊，成為最快擁有上億使用者的應用程式。即使全球年輕人愛不釋手的TikTok，當年也花了九個月才達成此目標。到底ChatGPT是什麼？有何魅力？和我們的工作職涯又有什麼關係？本文以ChatGPT建議之架構，簡要探討其發展與運用。

ChatGPT 是美國一家人工智慧公司 Open AI 開發的「對話式文本生成人工智慧機器人」，其中，GPT 是「Generative Pre-training Transformer」的縮寫，代表它是經過預先訓練的轉換器（Transformer），且具有深度學習能力（Deep Learning），透過海量資料的餵養，能夠上知天文、下知地理，同時也學會自然語言。因此，當人類以聊天的方式提出問題，ChatGPT 可以馬上自然流暢的做答，無論感情困擾、旅遊行程、食譜配方、靈感尋找…等，任何五花八門的問題，它都能一字一字地把答案寫在螢幕上，短期內吸粉無數。

ChatGPT 的學習與訓練

ChatGPT 是通過大量文獻和「自回歸語言模型（Auto-Regressive Language Model）」的技術來進行訓練，可預測下一個詞語的機率，並根據此機率進一步生成一個完整的句子。例如，在學習的過程中，模型看到「你」這個字後，很高機率都是接「好」，因此學會了「你好」是一個詞，而「你好」後，有可能接「嗎」或「棒」。透過這種方式，模型漸漸學習到自然語言的語法結構、詞彙用法，以及語言的上下文關係等知識。

訓練過程中，ChatGPT 吸收了龐大的文獻資料集，例如：維基百科、新聞文章、小說和社交媒體帖子…等，涵蓋了各種主題和文體風格，學習到豐富的語言知識。此外，它還

使用「無監督學習（Unsupervised Learning）」的技術，可自行學習，不需人工標記的訓練數據。

ChatGPT 經過大量預訓練後，AI 訓練師再根據其學習成果的反饋進行微調，幫助模型更加理解應用場景中的語言用法和上下文關係。因此透過「預訓練」和「微調」方式，ChatGPT 成為強大的自然語言處理工具，與市面上的語音助手劃出明顯的分際線。

ChatGPT 的應用範疇

以下僅列出幾項常見的應用領域，未來隨著時間發展，ChatGPT 將具備更大的潛力。

1. 生活助手：現代人習慣上 Google 找資料，未來可能轉為直接詢問 ChatGPT，因為它可自然對話，且會直接給出答案，無須逐一點入連結閱讀。例如，提出「規劃峇里島五天四夜的旅行」之需求，畫面上立即出現條列式的行程建議，若不滿意，還可重新調整。

2. 創作靈感：ChatGPT 可以寫詩、寫詞、生成各式文章，因此不論是藝術創作者或公司的創意人員，都可在創意乾涸時，丟幾句話讓 ChatGPT 紿你靈感。例如，請 ChatGPT 「為新產品命名」，或是「設計響亮的廣告詞」。

3. 翻譯：與 google 翻譯相似，只要將欲翻譯的文章貼上，ChatGPT 立即提供譯文內容，甚至可提出想翻譯的概念，請 ChatGPT 依指定的語言呈現。例如：「使用西班牙文解釋華人新年的由來」，就可得到用西班牙文介紹華人新年由來的文章。

4. 程式撰寫：與翻譯的使用方式相同，提出需求，並指定使用的程式語言，便可自動產生程式碼，ChatGPT 還會解釋為何這樣寫。

5. 文章摘要或生成：工作忙碌又需要吸收大量資訊的現代人，往往沒有足夠的時間看完一篇長文，ChatGPT 可以幫忙摘要內文重點。此外，也可以從無到有生成一篇文章，本

c 請給我10個新防撞手機殼的中文品牌命名

以下是10個新防撞手機殼的中文品牌命名及其命名概念：

1. 銅盾 (Gāng dùn) - 突出產品的堅固性和保護能力，讓手機像被一個銅盾保護一樣安全。
2. 鐵甲 (Tiě jiǎ) - 強調產品的硬度和防撞能力，使手機如同穿上了一件堅固的鐵甲。
3. 超防護 (Chāo fánghù) - 突出產品的防撞保護能力，表達出產品能夠超越一般手機殼的防護效果。
4. 抗摔殼 (Kàng shuāi ké) - 強調產品的抗摔能力，讓手機不再容易被意外摔壞。
5. 安全堡壘 (Ānquán bǎolěi) - 強調產品的安全保護功能，讓手機成為一個安全的堡壘。
6. 鋼鐵保衛者 (Gāngtiě bǎowèi zhě) - 產品名稱中結合了材質和功能，表示手機得到了一個堅固的保衛者。
7. 硬殼護衛 (Yìng ké hùwèi) - 突出產品的硬度和保護能力，讓手機得到一個堅固的護衛。
8. 破織護盾 (Tān xiān hùdùn) - 使用破織維等高強度材料，強調產品的防護能力，表達出手機被保護得像穿上了一個護盾。
9. 坦克殼 (Tǎnkè) - 將產品名稱和坦克這種具有強大保護能力的軍事武器聯想起來，突出產品的堅固性和保護能力。
10. 防摔保護殼 (Fáng shuāi bǎohù ké) - 直接突出產品的防摔和保護功能，讓消費者一目了然。

c 我喜歡「銅鐵保衛者」，可以幫我想一句響亮的廣告詞嗎？

當然可以！以下是幾個銅鐵保衛者的廣告詞句供您參考：

1. 銅鐵保衛者，讓你的手機如虎添翼！
2. 手機防摔急救包，銅鐵保衛者讓你放心遊戲！
3. 銅鐵保衛者，把手機保護到家！
4. 智慧生活，銅鐵保衛者；手機保護，無憂無慮。
5. 銅鐵保衛者，一個殼，保護手機多年！

文即是由 ChatGPT 提供的架構規劃開始撰寫。

6. E-mail 撰寫：網路上流傳著，當使用者發現 ChatGPT 的功能十分強大後，深覺自己將被取代，因此讓它幫忙寫了辭職信。由於 ChatGPT 理解 E-mail 格式，能以理性溝通辭職一事，表達能力甚至比部份人類更強。

Chat GPT 運用於工作之優缺點

1. 優點：

- **節省時間：**過往撰寫程式、文案，都需經過思考和找尋靈感，有時還得喝杯咖啡、抽根菸才能完成。如今彈指之間就能取得程式和文案，人類只需檢查與調整即可，省下大量時間。

- **節省人力：**因其生成的文章自然流暢，可透過對話方式提供客戶服務。另外，過往創意工作者在腦力激盪時，會把小組成員召集到會議室，經過長時間討論才能產生幾個靈感或方向，現在只需一個人加上 ChatGPT，就彷彿擁有一組團隊。

2. 缺點：

- **需要龐大計算資源：**由於 ChatGPT 需要大量計算資源進行訓練，導致模型的訓練和部署成本較高。

- **模型易受偏見影響：**模型的訓練資料由人類所創建，即可能存在偏見和歧視性資訊。
- **表現仍中規中矩：**儘管 ChatGPT 在自然語言生成方面表現不錯，但仍無法理解人類感性的影響力，因此文本多為中等表現，尚無法達到觸動人心的境界。

AI 將取代或是輔佐人類？此類討論在 ChatGPT 問市後越發熱烈。不過，若是工作者能抱持精益求精的心態，透過 AI 省下大量時間後，強化自身價值，應該不會被取代，畢竟 AI 技術真正的強項是協助創意、構思和瑣碎任務，工作產出屬於中等作品，要達到卓越仍有困難；反之，如果只求交差了事，不習慣深度思考，不論是否有 AI，都將面臨被淘汰的命運。

普華永道（PwC）研究報告指出，2030 年全球 GDP 可能因 AI 增加 14%，約 USD15.7 兆，其中，零售、金融服務、健康照護將成為最主要的受惠產業。人工智慧可提高生產力、產品品質及消費金額，隨著科技飛速發展，數位應用日新月異，隨時掌握趨勢，善用科技與人工智慧協同合作，發揮自身核心價值，將是影響未來職場、企業競爭力之關鍵。

歐盟啟動碳邊境調整機制 全球碳稅貿易時代來臨

世界台灣商會聯合總會 ESG Focus 委員會主任委員／簡偉華 & 元智大學／尤淨纓

2023 年 10 月，歐盟將啟動碳邊境調整機制（Carbon Border Adjustment Mechanism, CBAM），旨在應對氣候變遷，避免歐盟企業因為遵守嚴格的碳排放規定而受到不公平的競爭。CBAM 要求進口商購買歐盟發行的碳配額，以抵消產品的碳排放，且進口商必須提交產品碳排放數據，未符合標準者將面臨罰款。此舉可能增加進口產品成本，同時也引領全球碳稅貿易時代的到來，目前英、美、日、韓、臺等，均研擬相應的碳關稅政策，對於國際貿易影響甚鉅。

氣候變化是全球性的問題，需要全球性的解決方案。1992 年簽署的「聯合國氣候變化綱要公約」（United Nations Framework Convention on Climate Change, UNFCCC），目的是號召各國共同應對氣候變化問題，同時允許發達國家和發展中國家在應對氣候變化的責任和具體內容上存在差異。2005 年生效的「京都議定書」（Kyoto Protocol）則進一步採用市場機制，通過市場交易等方式，促進全球溫室氣體排放減量，不僅可以推動技術創新和綠色發展投資，還能鼓勵企業和國家實現長期的永續發展目標。

而排放交易制度（Emissions Trading Scheme, ETS），又稱碳交易制度（Carbon Trading System），是一種通過市場交易「碳排放權」的制度。採用「總量管制與交易」（cap-and-trade）的做法，讓國家或企業在設定的排放總量之下，除了自身推行排放減量計畫或以技術創新降低其碳排放量之外，也可以向市場上購買碳排放權，以抵換其總體的碳排放減量需求。

歐盟自 2005 年成立的 EU ETS，是全球經驗最豐富、規模第二大的碳交易市場（註 1），納入管制的企業須針對其排放購買「碳權憑證」，完成其階段性碳排放減量之要求（註 2）。在設定的排放總量之下，企業可以拿到一定比例的免費配額，減碳有成的企業還可以將多

出的配額賣給減碳績效不足的企業。不過，歐盟的碳價沒有法定價格，全賴以「碳權憑證」的市場供需而定，利用「污染者付費」的做法來激勵企業實施或投資減碳措施。

由於歐盟的嚴格氣候政策、高標碳排減量要求，以及逾 15 年的 EU ETS 推行經驗，歐盟國家的企業及境內製造產品之低碳排已為全球之標竿，若企業將生產外移到規範相對不嚴格的地區，或是自規範較寬鬆的地區進口同類型但成本較低的產品，就會造成「碳洩漏」的風險。為避免企業將高碳排的生產製造從歐盟國家移轉到其他國家，或是自未積極減碳的地區進口替代品，造成其他國家或地區碳排放不減反增，抵銷了歐盟境內減量之努力，反而危及全球 2050 淨零碳排之總體目標，並考量企業因碳排減量措施之推行而面臨不公平的競爭。身為全球氣候行動最積極的龍頭，歐盟對「碳洩漏」最為敏感。

隨著 EU ETS 對納管企業免費配額的逐步退場，推行碳關稅成為預防「碳洩漏」之調整機制，也就是「碳邊境調整機制」，簡稱 CBAM。此概念源自於 2019 年「歐洲綠色法案」（European Green Deal），2021 年 7 月歐盟委員會（European Commission）為達成歐盟之 2030 減碳 55% 目標之「Fit for 55」一攬子計畫中，提出首版的 CBAM 立法草案。

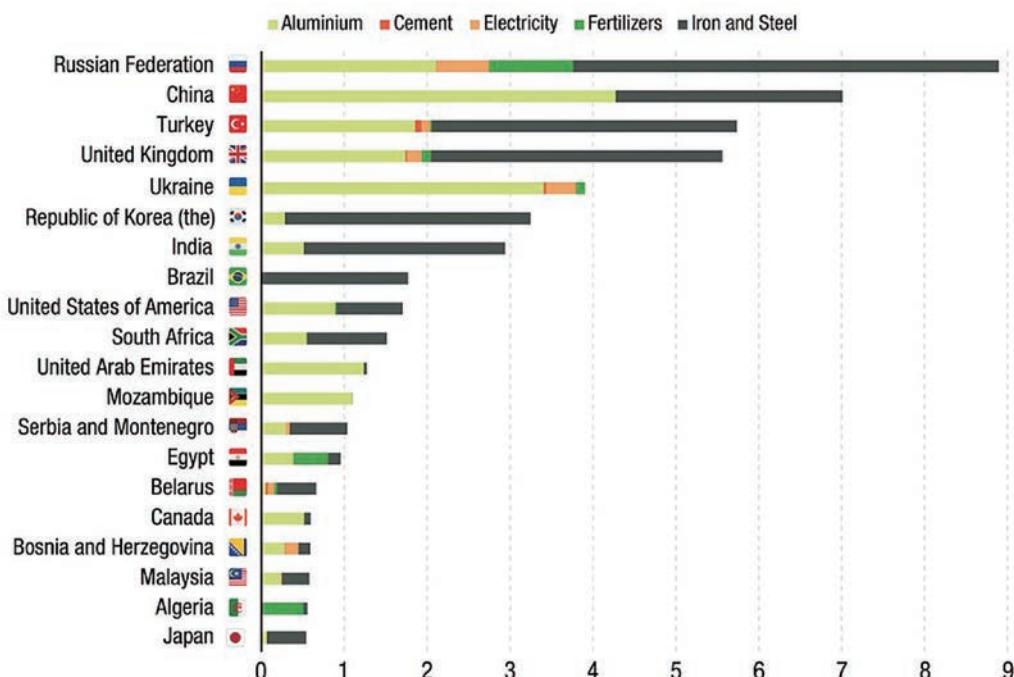
碳邊境調整機制在歐盟的推行，意味著 EU ETS 之外的國家所生產之產品進入歐盟關稅區，如果其產地之碳定價低於 EU ETS 的碳價，就必須購買「CBAM 憑證」（CBAM certificates），以實現碳平價之目的，因此 CBAM 也被稱為「碳關稅」。相較於以前 EU ETS 的免費配額制度，CBAM 利用開徵碳關稅的方式，讓非歐盟企業也承擔同等的減碳成本，以支持歐盟工業的淨零碳目標，除了讓原本減碳不夠積極的企業有更強烈的誘因之外，也能讓歐盟企業不受減碳墊高成本的困擾，同時避免碳排放在全球轉移的現象。

根據 2022 年 12 月歐洲議會之最新協議，CBAM 將針對高碳排密度且面臨最大碳洩漏風險之產業納入管制，初始涵蓋：水泥、鋼鐵、鋁、化肥、電力和氫等產業，以及若干化學前驅物、鋼鐵下游產品（例如螺絲、螺栓等），再逐步擴大到其他產業，並隨 2034 年 EU ETS 免費配額全部取消，全面性啟動 CBAM。CBAM 的豁免國家包括 EU-27 國（註 3），以及加入 EU ETS 或碳市場鏈接之瑞士、冰島、挪威、列支敦士登等共 31 國。

自 2023 年 10 月 1 日起至 2025 年的過渡期間，CBAM 豁免國家以外之納管產業產品進口商必須承擔申報義務，提交一份 CBAM 聲明，說明進口產品之數量、經被認可查證機構獨立查核之產品嵌入總直接排放量及總能源間接排放量，以及在原產國已支付的碳價，過渡期內尚無須繳納費用。截至目前，歐盟尚未就產品嵌入排放量的具體計算方式、具體排放範圍邊界等問題提出詳細規定，有待後續進一步落實實施細則。

但自 2026 年 1 月 1 日起，付費制的 CBAM 將啟動，進口商每年需聲明前一年進口到歐盟的商品數量，以及其嵌入的溫室氣體排放量，並交出相應數量的「CBAM 憑證」，憑證的價格將依照 EU ETS 配額 (EUA) 的每周均價拍賣計算。2022 年 EU ETS 配額 (EUA) 的市場均價為 EUR 85.22 (約 NTD 2,780 / 每噸碳當量)，2023 年 2 月 22 日更突破 EUR 100 (約 NTD 3,260 / 每噸碳當量) 之歷史天價，考量歐盟 2030 減量 55% 力度及 2050 淨零碳，以及 CBAM 的同步實施，市場預估 2025 ~ 2030 年的 EU ETS 配額 (EUA) 的市場均價將在 EUR 100 ~ 210 (約 NTD 2800 ~ 6850 / 每噸碳當量)，相較臺灣目前

圖一：CBAM 初期納管 5 大產業之 2019 年出口歐盟貿易額前 20 國家



(單位: 10 億美元，資料來源: UNCTAD, 2019)

未實施 ETS 或尚未課徵碳稅費，企業之碳排放價格成本為零，假設未來開徵碳費率為 NTD 300 ~ 1500 / 每噸碳當量之區間，2026 年後，出口到歐盟之產品仍須繳納高額碳關稅。

2023 年 10 月 CBAM 初期納管的水泥、鋼鐵、鋁、化肥、電力五大產業，對臺灣來說，並非主要的出口項目，影響不大，但鋼下游之螺帽螺栓等產品，全國工總預估將影響臺灣出口至歐盟相關產品約 NTD 400 億，且因螺絲產業業者多屬中小企業，因應 CBAM 之資源較弱，將對產業造成不小衝擊。

考量歐盟可能在 2023 ~ 2025 年的過渡期間，將 CBAM 範圍擴大至其他具有碳排放風險的產品，並在 2034 年逐步推廣到 EU ETS 覆蓋的全產業，影響臺灣產業之碳排成本。因此，建議企業主採取下列因應措施：

- 1. 盤查企業碳排放及產品碳足跡：**藉由盤查，建立減碳基準年及產品碳排放基線，並建置一個至少與歐盟競爭對手相當的報告能力，評估及確定是否將受到影響。
- 2. 降低碳排放：**企業應該採取措施降低碳排放量及產品碳足跡，如變更設計、提高能源效率、使用再生能源、改變生產過程、循環再利用等。
- 3. 採取應對措施：**可逐步調整市場價格、減少進口量、尋求代替品、供應鏈管理、投資、購買碳減量計畫或碳權…等。
- 4. 參與政策制定：**透過參加公眾諮詢，向政府和立法機構提供反饋和建議，有助於確保政策制定的公正性和透明度，減少 CBAM 對企業的負面影響。

CBAM 標誌著全球碳稅貿易時代的到來，儘管將為企業帶來挑戰，卻也提供了推動創新和促進可持續技術採用的機會。因此，各國和企業應積極採取措施，以適應新時代，加速向低碳和可持續的未來轉型。

備註：

註 1：2022 年中國大陸及歐盟 EU-27 分別控管 40 億噸及 20 億噸 CO₂e，為目前全球兩個最大的碳權市場。

註 2：根據歐盟 2022 年 12 月達成的最新協議，EU ETS 納管企業之免費配額將自 2026 年起逐步削減，至 2034 年全部取消，以 2005 年為基準的碳排放量在 2030 年前減少 62%、2035 年前減量 100%。具體的階段性減量目標分別是：2.5% (2026 年)、5% (2027 年)、10% (2028 年)、22.5% (2029 年)、48.5% (2030 年)、61% (2031 年)、73.5% (2032 年)、86% (2033 年)、100% (2034 年)。

註 3：「EU 27」為歐盟的 27 個成員國。

打開話匣子 提升職場力

EIE 美語

儘管工作再忙碌，也別忘了和同事保持友好互動，除了可以分享工作中的甘苦，有時還會有意想不到的收穫呢！本期「英文小教室」為您示範Small Talk的小技巧，讓您侃侃而談，不再成為辦公室的「句點王」。

Vocabulary (詞彙)

- ① busy as a bee (很忙碌，如蜜蜂一樣忙得不可開交)
- ② innovative (創新的)
- ③ creative (有創造力的)
- ④ think outside the box (跳脫傳統思維框架)
- ⑤ put (something) into practice (實行)
- ⑥ get (something) off the ground (使某事…開始)
- ⑦ keep (someone) in the loop (讓某人得到相關資訊)

Sample Dialogue (情境範例)

Mark : It's been a while since the last time we spoke. How have you been? (一陣子沒見了，都好嗎？)

Sandra : Great, thanks! I'm working on the product launch. Busy as a bee, but I can't wait for the press conference next month. How about you, Mark? (很好，謝謝。我正在規劃推出新產品，忙得不可開交，但我已經等不及下個月的產品發布說明會了。馬克，你呢？)

Mark : Our team is developing eco-friendly products. Every meeting has been very innovative and creative. The whole team is thinking outside the box. (我們團隊正在開發環保產品，每一場會議都非常具有創新性和創造力，整個

團隊都在跳脫傳統思維框架。)

Sandra : Sounds very interesting! Is the game plan ready? (聽起來很有趣！企劃方案制定了嗎？)

Mark : We already have an idea about how to sell the product, but we have not put it into practice yet. We need to do more research before we can get our project off the ground. (我們已經有了銷售產品的點子，但尚未實行。在計畫開始前，我們還需要做更多研究。)

Sandra : Keep me in the loop. (有新資訊要跟我說喔。)

Mark : Absolutely! It's time for lunch. Would you like to grab a quick bite? (那當然！午餐時間到了，要一起用餐嗎？)

Sandra : I have a conference to catch in an hour. How about next week? (我一小時後有個會議，下週好嗎？)

Mark : Sure! (好啊！)

ENGLISH IDIOM

GET (something) OFF THE GROUND

Meaning :

to get something started

Examples :

- We need to do more research before we can get our project off the ground.
- I believe the campaign has an adequate budget to get off the ground.

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)



EIE 線上英語
課程報名

2023年股海投資展望

亞東投顧／謝依帆 & 林曉函

2022年全球歷經股債齊跌，整體經濟在氣候變遷、疫情、歐洲能源危機、通膨、俄烏衝突等情勢影響下持續震盪。邁入2023年，全球景氣會復甦或衰退？臺灣經濟發展又將何去何從？本期「財經網」與您分享市場觀察。

2022年的股海可謂驚濤駭浪，年初臺股加權指數甫創歷史新高，10月份卻出現近20年以來最大累積跌點，修正幅度高達32.17%，股市哀鴻遍野，多數投資人都難以倖免。

2023年股市是否出現新低，端視經濟走勢而定。隨著疫情逐漸流感化、通膨與升息可望見頂，加上中國大陸經濟有望復甦，以及美國就業強勁，市場開始期待美國經濟軟著陸，下半年股市打底向上，行情越來越強。

聯準會升息接近尾聲？

美國聯準會（Fed）2月份召開會議後，主席鮑爾（Jerome Powell）表示，現在宣告戰勝通膨言之過早，並重申將持續升息，在通膨下降至2%以前，將維持高利率。換言之，下半年是否降息的關鍵仍在經濟數據表現，若通膨下滑速度快、薪資與就業成長放緩，則降息仍是聯準會的選項之一。以目前狀況來看，未來要重演一次升息兩碼的機率大幅下降，資金緊縮的壓力也逐漸趨緩，對市場而言，估值的調整可望告一段落，重新聚焦基本面。

全球經濟將軟著陸？

國際貨幣基金組織（IMF）在近期的報告中，上調了今年的經濟成長預測，主因包括：

GDP (IMF)	美國	中國大陸	歐元區	日本	全球
2022F	2	3	3.5	1.6	3.4
2023F	1 \rightarrow 1.4 \uparrow	4.4 \rightarrow 5.2 \uparrow	0.5 \rightarrow 0.7 \uparrow	1.6 \rightarrow 1.8 \uparrow	2.7 \rightarrow 2.9 \uparrow
2024F	1	4.5	1.6	1.3	3.1

美國經濟比預期堅韌、中國大陸取消管制後需求復甦，以及歐洲雖受到能源成本影響仍有望維持成長，這是自 2022 年初以來首度上修，顯示實體經濟未必如市場想像悲觀。在全球四大經濟體表現都優於預期的情況下，景氣或許有機會在下半年迎來復甦。

從景氣燈號找相對低點

景氣燈號是國發會針對貨幣總計數 M1B、股價指數、工業生產指數、非農業部門就業人數、海關出口值、機械及電機設備進口值、製造業銷售量指數、批發零售及餐飲業營業額、製造業營業氣候測驗點等 9 項指標綜合評分，以判斷每個月景氣狀況的總指標。

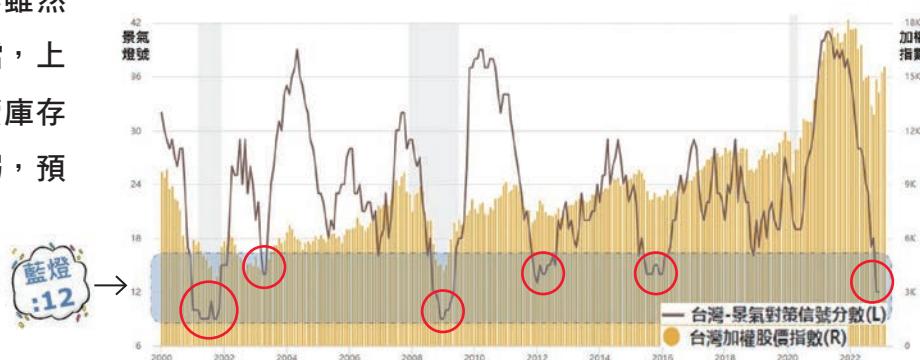
紅燈 38 分～45 分	景氣熱絡
黃紅燈 32 分～37 分	注意轉向
綠燈 23 分～31 分	景氣穩定
黃藍燈 17 分～22 分	注意轉向
藍燈 9 分～16 分	景氣低迷

通常景氣燈號與加權指數呈正相關，當景氣上揚、基本面持續向上，股市往往也欣欣向榮。雖然目前已經連續兩個月出現藍燈，但其實自 2000 年以來，景氣共 6 次連續亮出藍燈，當時股市不是下跌就是在低檔震盪，但若拉長時間來看，藍燈往往是波段的轉折點，也是長期投資的買點。

觀察過往臺灣景氣亮藍燈的期間，少則 3 個月內即迅速轉綠，有時則需超過 10 個月才能恢復穩定，平均大約維持 9 個月。因此，短期內臺灣景氣仍處於逆風，須待全球景氣反轉向上，才有機會走出谷底。

守株待兔、伺機而動

臺灣經濟最大的隱憂在於出口，2022 年聯準會採激進式升息，累計升息 17 碼的效應正在發酵，如今通膨雖然下滑，但仍處於高檔，上半年消費性電子持續庫存調整，景氣依舊偏弱，預期全球股市亦處於震盪整理，下半年才有機會撥雲見日，漸入佳境。



資料來源：財經 M 平方

疫情解封衝旅遊 聰明刷卡優惠多

遠東商銀／林瑩瑩

隨著各國邊境陸續解封，出國旅遊、血拚已成為民眾歡度連假的首選。然而，受到原油價格上漲、通膨、航空業防疫成本增加等因素影響，現階段的機票價格與團費普遍高於疫情前的行情。本期「財經網」教您如何善用信用卡刷卡回饋，享有高CP值的旅程！

一、旅行社分期滿額享優惠

雖然現階段的旅遊成本較高，尤其日本團平均價格較疫情前貴上 2 ~ 3 成，但只要選對信用卡，於指定旅行社消費，不論刷機票、套裝行程、票券或訂房，分期滿額都可享優惠。

以遠銀「遠東樂家⁺卡」為例，今年 4 ~ 6 月與雄獅、可樂、易遊網、東南…等旅行社合作，推出累積分期滿額最高 2% 刷卡金回饋；消費者刷滿 NTD2 萬，還可兌換「遠傳電信原號海外上網（折抵額度 NTD850）」或「遠遊卡購卡序號（折抵額度 NTD850）」，從此自在打卡，不用擔心荷包大失血！

二、善用訂房平臺找優惠

規劃旅遊住宿時，建議先衡量自身的需求，例如：鄰近地鐵車站、飯店設施多、房型舒適、供早餐…等，再運用訂房比價網站，找出符合條件且性價比高的標的。

臺灣常見的訂房網包括：Agoda、Hotels.com、Expedia、Booking.com 與 Asia Yo 等五大平臺，都可提供刷卡支付，有些訂房網更與銀行信用卡合作，祭出專屬優惠與回饋，訂房前先檢視信用卡優惠活動，有機會省下不少旅費。例如：遠銀卡友於 Booking.com 遠銀專屬網站訂房，享稅前房價最高 10% 刷卡金回饋，無需登錄且回饋無上限！使用「遠東樂家⁺卡」並選用外幣刷卡結帳，還可享滿額最高 5.5% 刷卡金回饋，扣除國外交易手續費，刷卡金回饋高達 14% ！

三、機場周邊免費停優惠

機場交通往返是出國旅遊必須考量的問題，以桃園國際機場為例，小型車的單日停車

費最高上限 NTD490，累計一周花費至少 NTD3,000，若能妥善運用信用卡的免費停車權益，即可節省不少開支。雖然大多數信用卡都與機場外圍的停車場合作，但免費停車優惠不只限制卡別，更設有消費門檻。例如，有些銀行必須機票全額或團費刷無限卡／世界卡，方能享桃園國際機場及高雄國際機場外圍停車場 30 天免費停車；其它卡別則限制使用停車優惠的當月及前 2 個月內，刷機票全額、80% 團費或新增簽帳達 NTD20,000，才能享有機場免費停車的服務，建議先致電詢問客服人員，釐清使用限制。

四、旅遊購物刷對卡最優惠

暑假是出國的旺季，旅遊時若不想帶太多現鈔或旅行支票，刷卡是最方便、安全又快速的方式，建議攜帶 2～3 張信用卡交替使用，吃飯、買紀念品等小額消費可用現金支付，飯店住宿、交通與娛樂票券、購物血拚等大筆花費則使用信用卡付款，不僅可降低現金失竊的風險，還可能意外獲得銀行回饋。舉例來說，民眾最愛到日本旅遊，在當地的電器與藥妝綜合商場購物，若使用遠銀「C'est Moi 旅遊悠遊 JCB 信用卡」，刷卡滿額可享 10% 刷卡金回饋，再加上銀行回饋的海外消費 1.5%，總計最高回饋 11.5%。

尚未辦理此卡的朋友也無須擔心，鎖定日韓地區限定加碼的信用卡，並善用商家的優惠券，也可享有高額回饋！比如在日本的綜合商場刷「遠東樂家⁺卡」，海外消費滿額回饋 5.5%，加上商家提供免稅 10% 及 7% 折扣 Coupon 券，22.5% 回饋就能輕鬆入袋。另外，由於在國外刷信用卡通常需支付 1.5% 手續費，建議挑選刷卡金回饋 1.5% 以上的信用卡，以補貼該筆支出；付款幣別則建議選擇當地貨幣，避免因額外手續費及匯差而支出更多費用。

開心規劃觀光行程之餘，也別忘了旅遊保險。只要使用信用卡支付 80% 以上的旅行社團費，或是全額機票費用，卡友、卡友之配偶與父母，以及受其扶養且未滿 25 足歲之未婚子女，皆可享「公共運輸旅行平安險保障」，惟保險額度隨信用卡的卡別而異，高端頂級卡最高可享 NTD5,000 萬旅平險；白金卡／御璽卡／晶緻卡可享 NTD2,000 萬；基本的普卡也有 NTD750 萬保障，同時享有旅遊不便險的保障，若遇班機延誤、行李延誤／遺失、劫機等狀況，都可獲得一定額度的理賠。若希望旅遊保障更完整，也可自費選購「海外全旅程旅平險」，涵蓋範圍更廣。

旅行能放鬆身心、豐富閱歷，不過出門前務必做好規劃，選擇有刷卡金回饋或海外消費加碼活動的信用卡，一方面享受延後付款、購物保障，以及避免現金遺失，另方面也省下匯差折損與手續費。祝福大家都能成為聰明的神刷手！

溝通三大招 有效提升兒童語言力

亞東醫院兒童發展中心／林亞嬪語言治療師

許多父母都很關心小孩的身心發展狀況，其中，語言遲緩是學前幼兒常見的問題之一。本期「保健網」帶您了解兒童的語言發展進程，以及如何透過練習，提升孩子的溝通能力。



亞東醫院兒童發展中心
林亞嬪語言治療師

寶寶從出生便開始發展語言溝通技能，最初是藉由發聲器官發出不同的聲音，六個月大時，開始萌發字詞理解力，約一歲左右進入「單詞期」，能說出第一個有意義的詞彙，通常是「爸爸」或「媽媽」，總是讓家長又驚又喜。

隨著孩子的理解及表達詞彙持續進步，逐漸能明白一些簡單的指令。一歲半的詞彙量通常超過 50 個，還可結合兩個詞彙說出「媽媽抱抱」、「爸爸拿」等短語；之後邁入「詞彙爆炸期」，不但詞彙量快速增加，也會出現許多語句，到三歲更能說出複雜語句，且喜歡問問題，成為小小溝通者。四、五歲的孩童說話已非常清晰，構音的錯誤很少，還能用複雜長句描述事情，輕鬆地與人交談。

語言發展看似理所當然，其實相當複雜，需要具備許多條件，包括：健康的生理機制（身體構造、感官功能、腦部功能等）、認知處理能力、情緒能力，以及適切的語言刺激環境。常見的語言遲緩成因包括：智能不足、聽力損傷、腦性麻痺、腦創傷、自閉症、注意力缺陷過動症、情緒障礙等；此外，虐待與忽視也是阻礙發展的因素。除了上述因生理或感官障礙造成的語言遲緩之外，也有許多幼兒僅有語言遲緩，而未有其他問題，其原因不明。

當孩子的語言發展沒有跟上同齡該有的程度時，家長不免擔憂。建議先帶小孩至醫院，由醫師及語言治療師進行評估、找出原因，並共同討論治療目標與策略。在語言療育的過程中，除了看診，更重要的是，家長必須將治療師教導的內容及溝通促進技巧融入日常生活情境，勤加練習，才能使孩子的語言能力更加精熟，並運用在真實環境中。

家庭參與及居家練習是促進語言發展的關鍵因素，以下提供三大招式，讓您與孩子的溝通更輕鬆。

第一招：開啟互動

語言溝通的基礎是互動，過程中必須是愉快且享受的。即使是成人也不喜歡在充滿壓力的情境下與人溝通，對孩子來說亦是如此。那麼，如何與孩子互動呢？

1. 利用「觀察」、「等待」、「聆聽」的資訊做為跳板

- 「觀察」：觀察孩子的興趣、玩法、他想告訴您什麼？他正在注意什麼？
- 「等待」：讓孩子有時間處理聽到的訊息、有機會主動溝通，而非僅是被動回應。
- 「聆聽」：仔細聆聽孩子的溝通內容，並給予適切的回應。當您聆聽時，孩子會感受到自己的訊息對您來說很重要、您很感興趣，進而建立溝通的自信心。

2. 模仿孩子，並「解讀」孩子

開啟與孩子互動溝通，最簡單的方式是「模仿」。模仿孩子的聲音、詞彙、動作及表情，吸引他們的注意力，甚至讓孩子感到自己有主導權，主動做出不同的動作來帶領我們。當孩子開始參與互動，便可以換我們教導孩子如何模仿大人，透過模仿來學習動作、玩法，以及語言溝通。

步驟	例子
① 觀察、等待、聆聽	孩子喜歡搖晃沙鈴
② 跟孩子做一樣的動作	您拿另一個沙鈴加入遊戲，並模仿搖晃沙鈴
③ 解讀，用簡潔的話語解讀孩子行為	在搖晃的過程中，家長說出「搖搖搖」

第二招：客製化的語言階梯

調整自己的說話方式，建構適當高度的語言階梯，讓孩子能跟著向上攀升。

1. 調整原則：盡量簡化語言，減少話量（勿喋喋不休）、緩慢而清楚地講，並善用各種視覺提示，例如：動作、手勢、表情、圖片、實際物品等，協



助孩子理解您說的話。

2. 加一點難度：觀察孩子想要表達的內容後，說出再難一點的詞句作為回應。

當孩子指著泡泡水，說……	您可以說……
做吹氣的動作	「吹」
「吹」	「吹泡泡」
「吹泡泡」	「媽媽吹泡泡」
「媽媽吹泡泡」	「媽媽吹好大泡泡」

3. 聽到正確的語音：孩子剛開始學習說話時，若發音錯誤，家長可重述正確的發聲。例如孩子指著球說「一ㄡˊ」，父母應回應「球」，接著再展開互動。無須告訴孩子說錯或追問如何說才對，學習正確發音需要一段時間，重要的是讓幼童有成功發聲的經驗，並受到鼓勵。

4. 製造溝通機會：開啟互動後，製造一個機會讓孩子主動表達，再根據孩子傳達的內容「加一點難度」，最後持續互動。以下提供幾個小技巧：

- ① 看得到，卻摸／拿不到：**將孩子想玩的玩具放置在看得到卻拿不到的地方，或將他想吃的餅乾放在不易開啟的透明罐裡，等待孩子主動要求協助。
- ② 勿一次滿足需求：**每次僅少量給予孩子喜愛的食物或玩具，例如一小塊餅乾、一點牛奶，或一片拼圖，等待其主動要求更多。
- ③ 暫停一下：**暫停孩子喜歡的活動或音樂，例如當他們玩搔癢或吹泡泡遊戲正開心時，暫停並看著他，等孩子要求繼續遊戲。
- ④ 假裝自己「壞掉」：**例如故意假裝自己耳朵「壞掉」，沒聽見門鈴響，等待孩子提醒。
- ⑤ 做一些不符常理的事：**例如假裝把鞋子穿到手上，等待孩子糾正。
- ⑥ 少給必要的東西：**例如給孩子印章，卻沒附上印泥；或是點心時間給杯子，卻沒提供牛奶，等待他們提出要求。

第三招：充足的練習機會

日常生活中，每天都有許多互動的機會，包括：穿衣服、騎腳踏車、去公園玩、一起上超市買菜等，都是學習語言的良機。多創造練習的時機，讓孩子精熟並使用學到的語言，必能有效提升他們的溝通能力。

健檢服務升級 健康與荷包雙重好集

遠東新世紀／陳思宇

近三年疫情反覆，許多人不敢出門運動，更遑論出入醫療院所；如今防疫措施逐漸鬆綁，臺北市政府也特別為市民規劃健康篩檢活動，並搭配「健檢好集-台北通健康集點活動」，鼓勵民眾迎向健康新生活！

根據衛生福利部最新統計資料，2021 年臺北市十大死因中，慢性疾病即囊括 8 項，依死亡率排序分別為：惡性腫瘤、心臟疾病、腦血管疾病、糖尿病、慢性下呼吸道疾病、高血壓性疾病、腎炎／腎病症候群及腎病變、血管性及未明示之失智症等。預防之道，除了規律運動、均衡飲食，更應配合定期健康檢查。惟疫情嚴重期間，不少民眾憂心出門染疫，以致未能即時就醫，造成病情惡化。隨著疫情管制漸漸放寬，社區健檢活動也逐步開展，2022 年臺北市癌症篩檢與成人健檢較 2021 年提升約 5.6 萬人次，但相較疫情前（2019 年），仍減少近 9 萬人次。

為鼓勵民眾恢復定期健檢的習慣，臺北市政府衛生局今年擴大舉辦 131 場免費整合性健康篩檢（2022 年為 59 場）；除了增加場次，也升級服務項目，提供 4 項癌症篩檢（子宮頸癌、乳癌、大腸癌、口腔癌）、成人健檢及 B、C 肝炎篩檢，同時新增公費肺癌篩檢（LDCT）轉介與線上預約服務。不僅如此，民眾完成健檢後還可參加「健檢好集 - 台北通健康集點活動」，兌換悠遊卡加值金，總點值高達 NTD400 萬，呼籲大家一起做健檢，遠離慢性病與癌症威脅。



『整合性預防保健服務』服務項目一覽表

篩檢項目		篩檢對象
成人健康檢查	身體基礎檢查 生化檢查 尿液檢查 B、C型肝炎篩檢	<ul style="list-style-type: none"> 40～64 歲民眾，每 3 年 1 次成人健康檢查 65 歲以民眾，每年 1 次成人健康檢查 45～79 歲民眾，終身可接受 1 次 B 型肝炎表面抗原及 C 型肝炎抗體檢查
子宮頸癌	子宮頸抹片檢查	<ul style="list-style-type: none"> 30 歲以上婦女，每年 1 次（建議每 3 年至少 1 次）
口腔癌	口腔黏膜檢查	<ul style="list-style-type: none"> 18～29 歲嚼（戒）檳榔之原住民，每 2 年 1 次 30 歲以上吸菸或嚼（戒）檳榔之民眾，每 2 年 1 次
乳癌	乳房 X 光攝影（或預約）檢查	<ul style="list-style-type: none"> 40～44 歲二等親屬內（祖母、外婆、母親、女兒、姊妹）曾罹患乳癌之民眾，每 2 年 1 次 45～69 歲之婦女，每 2 年 1 次
大腸癌	糞便潛血檢查	<ul style="list-style-type: none"> 50～74 歲之民眾，每 2 年 1 次
肺癌	低劑量電腦斷層檢查	<ul style="list-style-type: none"> 具肺癌家族史：50～74 歲男性或 45～74 歲女性，且其父母、子女或兄弟姊妹曾診斷為肺癌之民眾，每 2 年 1 次 具重度吸菸史：50～74 歲吸菸史達 30 包 - 年以上（註），有意願戒菸或戒菸 15 年內之重度吸菸者，每 2 年 1 次

(註)：「重度吸菸史」定義為「每日吸菸包數 × 總吸菸年數 ≥ 30 」，例如：每日吸菸 1 包，總吸菸年數 30 年者，即為 30 包 - 年 (1×30)；若每日吸菸 1.5 包，則吸菸達 20 年即符合資格 (1.5×20)。

※ 注意事項：

- 成人預防保健服務需空腹(8小時)。
- 欲做子宮頸抹片檢查者，請穿著裙裝以方便檢查，懷孕或生理期請勿接受檢查。
- 肺部 LDCT 低劑量電腦斷層檢查，因場地限制，僅部分場次提供預約及轉介服務。
- 篩檢資格以現場健保卡過卡確認為準。



整合健檢線上預約五步好 easy !

STEP 1：進入「臺北市整合性篩檢活動預約表單」

STEP 2：填寫身分證號字號、手機

STEP 3：選擇參加月份（開放 60 天內場次預約）

STEP 4：選擇場次及醫院

STEP 5：提交後完成預約

完成線上預約報名後，衛生局會直接將預約資訊提供予健康服務中心（衛生所）及合作醫療院所，民眾只要攜帶健保卡至現場，即可接受篩檢服務，便利又省時！若有預約或篩檢問題，可逕洽臺北市十二區健康服務中心。

「台北通健康篩檢集點」讓你健康好集了！

為強化臺北市民自我健康管理及健康識能，臺北市政府衛生局自 2023 年 1 月 1 日起，辦理兌換悠遊卡加值金活動，符合健檢資格者，每完成一項檢查，即可集點兌換 NTD100 悠遊卡加值金；歡迎市民一起預約整合性篩檢活動，讓健康與荷包雙重好集。相關活動資訊請洽詢臺北市民當家熱線 1999 轉分機 1845。

☞ 集點活動時間

自 2023 年 1 月 1 日起至 9 月 30 日止（癌症篩檢及成人健檢暨肝炎檢查集點時間至 6 月 30 日）。

☞ 點數兌換時間

以衛生局公告日起（預計 2023 年 5 月份起）至 10 月 31 日止，逾期不得兌換。（資料來源：臺北市政府衛生局）



臺北市整合性篩檢活動預約表單



台北通健康服務集點活動

臺北市十二區健康服務中心聯絡電話一覽表

健康服務中心	電話	健康服務中心	電話
松山區	(02) 2767-1757	萬華區	(02) 2303-3092
信義區	(02) 2723-4598	文山區	(02) 2234-3501
大安區	(02) 2733-5831	南港區	(02) 2782-5220
中山區	(02) 2501-4616	內湖區	(02) 2791-1162
中正區	(02) 2321-5158	士林區	(02) 2881-3039
大同區	(02) 2585-3227	北投區	(02) 2826-1026

2023年春夏 高彩度重回時尚舞臺

遠東百貨／鄭嘉蕙

2023年首季登場的金球獎頒獎典禮，除了是奧斯卡獎的前哨戰，影視名流們在紅毯上的穿搭更是年度時尚的指標，從瑪格羅比（Margot Elise Robbie）一身嫩粉、安雅泰勒喬伊（Anya Josephine Marie Taylor-Joy）全身亮黃，到珍娜奧特嘉（Jenna Marie Ortega）渾身藕粉…在在都讓人驚嘆：高彩度色票時尚回來了！

今 年時尚圈燒起色票式穿搭，紅色、豔黃、粉紅色、藕色…等，都是眾人矚目的焦點，柔和又繽紛，明亮卻不刺眼。

提到「色票時尚」，最具代表性的無疑是甫於 2022 年 9 月過世的英國女王伊莉莎白二世。儀態優雅的她，每每出現在世人面前，從帽飾、套裝到鞋包，都是運用同色系色票穿搭出高雅的獨特氣質，成為時尚色票控追求的典範，甚至吸引世界色彩指標 PANTONE 以其為範本推出色票卡！

2023 年春夏，如何穿搭才能展現女王風範？流行新色怎麼搭配而不顯突兀？請掌握以下三大重點 --

- 簡單乾淨**：單純的舒適粉、雅致黃或天空藍，都能營造乾淨的氛圍，白色則是所有色彩的公約數，穿梭在粉、黃、紅當中，低調不搶戲。

- 遠離配件**：「色票時尚」講究和諧，建議遠離華麗的項鍊、墜飾，換上髮飾、耳環或帽子，讓身上的色調與視覺效果越單純越好，引導焦點回到服飾才是王道。

- 撞色收斂**：在「和諧同色系」的大原則下，可用撞色來表現設計風格，但顏色選項仍以白色為主，運用幾何切割色塊呈現撞色效果，同色系即便撞色仍須保有清爽的視覺感受。

現在就循著全臺遠東百貨的新品推薦，走進高彩度的色票時尚中。利用衣櫥裡的單品搭配新品，秀出最 in 的春夏新風景。



▲運動風也要掌握「色票時尚」，白、粉色搭配明亮簡潔／高雄大遠百 FILA 提供

美得很純粹



◎ WHITEROCK 色票套裝

WISDOM Pigment Dyed 使用特殊紗線，營造出類麂皮的樣貌，高溫固色後，則呈現色落的刷舊質感。Jacket 寬鬆舒適的休閒版型建議售價 NTD7,980、Pants 寬管褲型建議售價 NTD5,680。遠百信義 A13 六樓，(02) 2511-0321。



◎ 陳探月荷葉交錯洋裝

採用日本有機 50 支棉布為素材，親膚透氣；設計上以簡潔線條帶點俏皮的荷葉，可休閒自在也能端莊優雅。建議售價 NTD10,980、遠東人獨家優惠價 NTD9,380。臺中大遠百 4 樓，(04) 2254-8929。



◎ iROO 寧靜藍拉鍊設計短洋裝

寧靜的藍色帶給人們信賴及安心的感覺，不但襯托膚色，更顯優雅氣質。建議售價 NTD2,280。遠百寶慶 3 樓，(02) 2389-8451。

◎ 蔡佳瑾鵝黃色收腰俏麗洋裝

除了飄逸的下襬，腰部更特別點綴蝴蝶結鑽飾，凸顯活潑俏麗感。建議售價 NTD9,680、遠東人獨家優惠價 NTD3,680。臺南大遠百 3 樓，(06) 209-5792。

畫龍點睛的獨白

◎ La Féta 百褶裙洋裝

高彩度的亮麗黃搭配百褶元素，微鎖的袖口顯瘦又時尚，全身僅以白色的腰帶裝飾，高調中不失典雅。建議售價 NTD18,800、遠東人獨家優惠價 NTD16,880。遠百桃園 2 樓，(03) 347-8780、臺中大遠百 4 樓，(04) 2255-2556。



◎ 張養真飄逸修腰繡花洋裝

穿上最受歡迎的粉色，內層襯以白色裡布，不僅材質舒適，亦增添幾分飄逸，側邊的收腰設計更顯腰線。遠百嘉義 2 樓，(05) 284-1858。



運動玩色票

◎ Puma Power Cat 套裝

經典運動套裝灑上紫羅蘭奶芋色，吸睛度破表，純白色塊拼接更暗藏巧思，看似不規則的色塊靈感取自 PUMA 跳豹 Logo 的腰際輪廓。連帽 T 恤加長褲套裝建議售價 NTD4,060、遠東人獨家優惠價 NTD3,654。新竹大遠百 8 樓，070-1016-0764。



◎ FILA 舞臨盛會系列

經典印花運動套裝盡顯千禧年時髦，女童針織外套建議售價 NTD2,980、女童針織短褲建議售價 NTD1,680、兒童滿版長袖上衣建議售價 NTD1,980 ~ 2,280。臺南大遠百 5 樓，(06) 275-6620、高雄大遠百 7 樓，(07) 262-1186，遠百竹北 3 樓童裝，(03) 659-1038。

備註：「優惠價」需出示集團員工識別證，期限自即日起至 2023 年 4 月 30 日。

掃瞄 QR Code 看更多遠東人專屬優惠



分辨釣魚攻擊模式 遠離詐騙威脅

遠東新世紀／簡筠茹

網路釣魚手法層出不窮，繼上一期分享BEC郵件防護詐騙後，本文將進一步介紹八種釣魚攻擊模式，帶您了解駭客如何利用人性的弱點騙取金錢、竊取個資與主機控制權；文末特別提供Google製作的釣魚郵件小遊戲，讓大家經由演練，更加知己知彼、百戰不殆。

駭客的詐騙手法，大抵不脫離用電子郵件附件挾帶惡意軟體或檔案、內文埋入釣魚連結，或是以文字騙取收件者的信任，誘導對方回信等方式，以下介紹常見的八種釣魚攻擊模式 --

1. 電子郵件釣魚：駭客通常使用相似的網域名稱，寄發令收件者難辨真偽的電子郵件，一旦點擊連結或下載附件，隱藏其中的惡意程式即自動下載至電腦，並發動攻擊；或是引導用戶連結至虛假網站，輸入帳號密碼、信用卡等資料，屬於所有釣魚攻擊模式中，最常見的一種，依照詐騙目標不同，還可細分為鎖定特定對象的「魚叉式釣魚攻擊」，以及鎖定高階主管的「捕鯨攻擊」。

2. 複製型釣魚：駭客會密切監視受害者的收件匣，並利用最新收到的電子郵件進行複製。複製後的部分內文保持不變，再將惡意程式碼偽裝成附件，或是提供假網站的連結，讓收件者因為熟悉的電子郵件帳號而失去戒心，毫不猶豫地下載附件和付款。



3. 社交媒體釣魚：駭客仿造 Instagram、LinkedIn、Facebook、Twitter 等官方社交媒體平臺，製作出虛假的登入頁面，雖然使用者登入後，大多會跳轉至真正的社交媒體平臺以進行認證，但在登入假平臺的過程中，個資早已被盜取。



4. 簡訊釣魚：係以手機簡訊為平臺的釣魚攻擊手法，透過文字簡訊，騙取個人資料、引導用戶點選簡訊中的連結，或是撥打駭客提供的客服電話，簡訊內容還會結合最新的時事，使目標對象更容易上鉤，例如：假冒政府的紓困金領取方案連結、假冒證券商的飄股領取群組，都是近年十分猖獗的詐騙手法。

5. 語音釣魚：駭客會佯裝成他人，撥打電話給目標對象，甚至使用「改號詐欺」（Caller ID Spoofing）的方式，更改或操縱來電號碼顯示，使人們誤以為對方是合法的窗口。

6. 搜尋引擎釣魚：駭客故意在搜尋引擎中，推高仿冒網站的排序，由於網域名稱多半與官方網站相似，加上低價商品作為誘餌，用戶很容易掉入陷阱，進而消費。

7. 網址嫁接釣魚：駭客駭入用戶電腦上的網域名稱系統（DNS）快取，引導用戶到仿冒的網站以盜取個資，由於電腦作業系統遭到入侵竄改，即使用戶在瀏覽器上輸入正確的網址，畫面仍然會被引導到釣魚網站，使用者很難察覺。

8. USB 隨身碟釣魚：駭客先將 USB 遺落在某處，並貼上「機密資料」的標籤，引導拾獲者插入電腦。USB 一旦插入，暗藏其中的惡意程式會自動安裝到電腦上，準備發動攻擊。

雖然網路釣魚攻擊手法不斷推陳出新，但只要隨時提高警覺，不衝動點選任何連結及下載未知檔案、不隨意提供個人資料及財務資訊、對於網域及網名多加留意，且關注新的網路釣魚技術，即能在各種網路詐騙中明哲保身。



「遠東人開講」：我的塑身大計

編輯室輯

隨著天氣漸漸回暖，許多人也開始忙著塑身，希望甩去冬天囤積的脂肪。您是否也正在減脂瘦身的路上？快來看看海內外的遠東人有哪些作戰計劃？

【一】

眼看冬天即將過去，我的體重卻居高不下，只能趁著春天，努力實施瘦身計畫。身為客服人員，工作時間不固定，另需兼顧家庭，因此我的計畫是節食、運動、塑身。

首先是飲食忌口，從甜食飲料開始，漸進式的戒醣，再慢慢減少澱粉攝取，盡量少油、少鹽、少油炸，結合滾筒運動、TABATA 間歇訓練，加速新陳代謝，並配合瑜珈拉伸，進行體態調整，希望趕在夏天來臨之前，重新找回原來的線條。（遠通電收／王欣怡）

【二】

每逢過年，不僅是天增歲月「人增壽」，同時也「增重」。想要保持體態，我的計畫是「管住嘴，邁開腿」。

由於跳繩屬於有氧運動，能訓練心肺功能，且根據媒體報導，跳繩 5 分鐘，相當於慢跑半小時，只要姿勢正確，對膝蓋的傷害只有跑步的七分之一。因此下班後，我會在運動公園走上 3～5 圈作為熱身，再跳繩約 5～10 分鐘，有時狀態良好，甚至能跳 15～20 分鐘，長此以往，希望讓運動健身慢慢融入日常生活。（遠東新世紀新埔化纖廠／葉永鍵）

【三】

維持體態的最佳方法，建議從飲食、運動、心態三個面向著手。在飲食方面，每天攝取的熱量可以超過自己的基礎代謝一點點，不過盡量選擇原型食物，少吃加工食品；運動方面，減脂初期以有氧運動為主，無氧運動為輔，維持每星期至少運動三天，三個月後，再以無氧運動為主，有氧運動為輔，盡量增肌減脂。而在心態方面，保持愉悅的心情是很重要的，才能由內而外，讓身心達到更好的狀態。（東聯化學／林秀慈）

【四】

我的工作需要久坐辦公室，自從去年六月底在健檢報告中看到幾項紅色數據後，就開始執行運動與節食並行的策略。在運動方面，上班日每日步行至少一萬步（通常在三餐飯後原地踏步或至戶外健走），休假日則選擇戶外爬山，或到住家附近的公園慢跑、快步健走，每次維持在二萬步以上，並穿戴運動手錶，量測運動數據，藉此掌握身體狀況。

至於節食方面，除了均衡飲食，也減少一半以上的澱粉及水果攝取量，長期下來，自然能達到減脂瘦身的效果。如果您也是久坐一族，不妨試試這個不花錢的瘦身方式吧！（元智大學／呂韋舊）

【五】

我是透過素食、健走、爬樓梯、太極拳，達到健身減重的效果。首先，選擇均衡營養的素食，以清蒸水煮料理，讓飲食清淡少調味，例如養生餛飩水餃、四季藥膳燉湯…等，都十分美味可口。其次，利用休假到見晴懷古、野馬瞰山…等步道健走，不僅運動塑身，還能呼吸山林芬多精，聆聽鳥獸蟲鳴和溪水潺潺，享受雲霧繚繞。此外，上班期間，我也會盡量以爬樓梯取代乘電梯，藉機消耗熱量，訓練肌肉，還可環保省電。閒暇之餘亦可鍛鍊太極拳，減輕壓力焦慮，調節呼吸心率，強化核心肌群。您不妨也試試看！（亞東醫院／丁曼如）

【六】

「塑身」是為了讓自己變得更健康、更自信、更有活力，很多運動都能達成塑身目標，例如跑步、游泳、瑜珈、重訓等，重點是找到適合自己的運動方式，才能夠樂在其中。

我選擇跑步，短期目標是每周跑步3次，每次至少1小時，配合控制熱量攝取；長期目標是與朋友相約參加路跑、馬拉松，共同完成健身挑戰。雖然過程中難免會有體重停滯的時期，但只要有秉持耐心和決心，加上志同道合的好友互相鼓勵支持，就能持續跑下去。（亞東證券／張宸維）

【七】

農曆年初三過後，跑道上總會有我的身影，雖然一開始我也懶惰、怕累，但我強迫自己踏出舒適圈，慢慢習慣、努力堅持，讓跑步漸漸成為休閒娛樂的一部份，再搭配少量、少油的飲食，看著自己越來越好的體態，就是我堅持下去的動力！（遠東新世紀／龔芸瑩）

騎行 來一場與自我的對話

嘉惠電力／李昀諭

你有多久不曾放慢腳步，好好休憩？小時候認真讀書是為了考取好學校、進入好大學，出社會後能找份好工作，未來才能豐衣足食。然而，即使步入社會，繁忙的生活並未停歇，還是得設立新的目標，努力往上爬。於是，每個人、每一天都像被一雙無形的手推動著，不斷向前奔跑…

「**行**色匆匆」幾乎成為現代人的標配，已經記不清有多久不曾沈澱心情，與自己來一場深層的對話。於是，某個星期天，我決定騎上愛車，重新調整自己的步伐。

每個人都有屬於自己的紓壓方式，或許到大魯閣盡情揮棒，或許與三五好友到 KTV 大聲歡唱，但是對我來說，「騎車」就是最好的選擇。因為每當騎到一個鄉鎮或城市，面對熟悉或不熟悉的街道，都充滿未知與驚喜。如果導航讓我走熟悉的道路，我便細細品味以前未曾留意的風景；若是導航讓我騎不熟悉且崎嶇的山路，那我便小心且勇敢的踏上旅途，期待目的地能有更美的景色。

人生在世，又何嘗不是經常面對選擇？選擇熟悉且平坦的路線，的確能比較穩妥的到達目的，但我們能否從一成不變的過程中，得到創新的啟示？而選擇艱難崎嶇道路的同時，我們又能否順利通過挑戰，為自己添上一筆榮耀的紀錄？

此次騎行的目的訂在南投「車埕」，一早八點，我與友人一起踏上這趟尋找自我的旅途。從寬敞筆直的臺三山線開始，一路經過大林、梅山、斗六，都是我熟悉的路程，無需導航，我自在享受著騎乘的樂趣；進入林內、竹山、水里、集集，以及車埕之後，是我不熟悉的路段，雖有導航，我們還是小心翼翼，深怕不小心撞上路上三寶或是超速違規。

我一邊騎車，一邊看風景，一邊思考著人生。想著最近工作上的專案能否如期完成？想



著長官交代的任務能否繳交出色的成績？想著爺爺奶奶年紀漸長，身體每況愈下，也許該抽空回老家陪陪他們？想著要 做好事情，必須先調適好自己的身心狀況，才能如期完成繁忙的工作，並在下班後有多餘的精力處理更多想做的事務…

這趟旅程雖然來回近 150 多公里，卻十分值得。我們順道拜訪了連興宮的媽祖、紫南宮的土地公，參觀了車埕的林班道，嚐到了二坪枝仔冰，以及水里的董家肉圓，除了享受美景美食帶來的新體驗，騎乘過程中重新整理思緒，更是我的一大收穫，許多煩憂彷彿都迎刃而解了。你是否也感到又忙又累？騎上愛車，試著與自己對話吧！

春節旅遊記趣

遠東商銀／楊芬妮

今年春節有多達十天的假期，自然得好好安排，才不會辜負人事行政局的美意。全家決定走訪南部幾個縣市，來一場深度旅遊。

大年初三，我們啟程前往位於嘉義的「檜意森活村」。這是一座森林文創園區，散發著濃濃的日式風情，俗稱「臺版小京都」。其實臺灣保留很多日式建築，之前曾經參觀過北投文物館、雲林雲中街、淡水一滴水紀念館等地，但「檜意森活村」的幅員遼闊，佔地 3.4 公頃，保留了 28 棟日式房舍，販售各式伴手禮及小吃，是目前逛過最齊全、最多商家的日式文創園區。由於從北部出發一路塞車，抵達時已近晚餐時分，而村裡只販售小吃，正打算轉往文化路夜市覓食，誤打誤撞看到停車場旁的「廢溫室」餐館，裡面有炸物、義大利麵、丂飯等各式餐點，內部還有白色旋轉樓梯、綠意盎然的陽臺、造型燈座…等別出心裁的裝潢，難怪成為 IG 拍照打卡熱點。

再往南走，「國聖港燈塔」是到臺南七股必訪的景點，1957 年興建，歷史悠久，塔身黑白相間，為一座方錐形的鋼製鏤空燈塔。堤防上有一座紅色的「臺灣極西點」藝術造型，走進造景中，「國聖港燈塔」也能一同入鏡，堪稱最佳拍照點。

「七股潟湖」遊湖、烤蚵是這次最滿意的行程。初四當天人山人海，我們購買了「龍亨觀光遊船」的套裝行程，票價 250 元，包含：遊湖、生態導覽及烤蚵吃到飽，也順道解決了停車位的問題，堪稱物超所值。身著鯨魚裝的蔡老闆風趣幽默，還傳授了很多海鮮的知識，例如：如何辨別本土蟹和外來蟹？牡蠣是野生或養殖？如何辨別我們挑選的活蝦跟煮熟的蝦是不是同一批？學習到不少新知。沿途可見自北到南過冬的鷺鷥海鳥，成群棲息在木樁上。老闆也帶我們到網仔寮汕碼頭，介紹島上的蟹形裝置藝術，以及海茄苳、木麻黃等海邊常見植物，並特別提醒，遇上漲潮時，千萬不能正面或背面對海浪，選擇側身迎浪才能自保。

另一個值得一提的是屏東「墾丁悠活渡假村」的夜探梅花鹿活動。這是渡假村和阿信巧克力農場合作的方案，一入園，映入眼簾的是電影「少年 PI 的奇幻漂流」中的道具船。據說李安導演當年拍片時，就是住在墾丁悠活渡假村，事後為了感謝飯店的服務及協助，特別將船贈予悠活渡假村，放在巧克力農場內。船邊還有老虎的雕像，重現電影中的情節。沿途導覽人員鉅細靡遺的介紹，

原來園區除了種植果樹、茶樹等，也飼養了 29 隻梅花鹿，通常牠們會群聚，但當天卻看到一隻落單的母鹿，據說是因為被排擠了。之後又陸續看到鹿王，還有其他母鹿帶著小鹿。據說鹿生性膽小，卻愛欺負弱小，因此導覽人員特別交代要留意身旁的孩童，避免被欺負。園區內另一個亮點是滿天的星星，讓人忍不住拿起手機狂拍。

初六來到高雄的「淨園農場」，號稱「臺版小泰國」，「夜泰美泰式料理」餐廳的椰林大道、用餐的發呆亭，都讓人聯想到南洋風，而園區內的天鵝湖、情人橋、山水造景庭園，又讓它擁有「高雄後花園」的美譽。農場裡的水池中，養了兩隻超大的河馬 -- 美美和豆豆，我們入場時，牠們正露臉跟大家打招呼。橋的另一邊還有綠頭鴨和黑白天鵝、錦鯉等，讓遊客享受餵食的樂趣。小朋友可以持門票免費搭乘一次小火車，小小孩通常在長頸鹿溜滑梯、沙坑、兒童遊戲區等設施中玩得不亦樂乎，年輕人則偏好在可愛動物區餵食水豚君、山羊、梅花鹿、草泥馬，其它可供欣賞的小動物還有紅鶴、藍金剛鸚鵡、狐獴、環尾狐猴、象龜…等。這家農場的另一個賣點是可以看到小港機場的飛機起飛，我們 11 點左右就在星光空港餐廳等候及用餐，果然清楚看到 7、8 架飛機起降，真是值回票價。

初七返家途中，順道走了一趟雲林的「雅聞峇里海岸觀光工廠」和最近剛開放參觀的「寧濟御庭山水文化園區」。後者除了供奉白玉觀音和白玉媽祖外，還有財神殿、寧濟王、四海龍王、月老等，也有老子騎牛、金雞報喜的金水池、青玉古戰船、如意橋等造景。過年嘛！總是不免俗的要多多參拜，祈求兔年風調雨順、闔家平安、財源廣進。



淨園農場

有獎徵答

編輯室

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

本期題目

1. 亞東預拌開發的新型透水混凝土有何特色？【封面故事】
 - A. 可吸水、保水，因應超大豪雨降雨量
 - B. 能降低環境溫度，減輕熱島效應
 - C. 可依據需求，呈現不同顏色，增加美觀性
 - D. 以上皆是
2. 位於台北遠東通訊園區（Tpark）的平面正圓立體停車塔，其建築成就不包括下列何者？【封面故事】
 - A. 以全預鑄工法建造，創全臺之首
 - B. 工期延長、勞力增加
 - C. 首次使用亞利預鑄取得專利之改良型耐震柱箍筋
 - D. 榮獲 2022 年臺灣混凝土學會 (TCI) 嘉獎肯定
3. 駭客提高仿冒網站在搜尋引擎的排序，並利用低價商品誘騙用戶點擊連結，稱為什麼釣魚？【資訊網】
 - A. 搜尋引擎釣魚
 - B. 社交媒體釣魚
 - C. 電子郵件釣魚
 - D. 簡訊釣魚
4. 下列何種做法可以有效提升兒童語言力？【保健網】
 - A. 嘗試開啟愉快的互動
 - B. 建構適當高度的語言階梯，讓孩子一步步向上攀升
 - C. 盡量創造練習的時機
 - D. 以上皆是

參加辦法

請於 4 月 15 日前掃瞄右方 QR Code，登入會員資料後，填寫答案。只要答案正確即可參加抽獎，本期獎品為面額 NTD300 之遠東集團四合一禮券（25 份）。編輯室將於次月月刊公佈得獎名單。



391 期有獎徵答得獎名單揭曉

單位	姓名	單位	姓名	單位	姓名	單位	姓名	單位	姓名
遠傳電信	李○宜	裕民航運	陳○泰	遠東新世紀	周○宏	遠東百貨	宋○靜	亞泥花蓮廠	徐○晉
遠傳電信	黃○傑	鼎鼎企管	廖○瑄	遠東新世紀	杜○瑋	亞東科大	曾○怡	亞泥（中國）	鄭○佑
遠傳電信	劉○妤	亞東證券	洪○婷	遠東新世紀	陳○文	亞東石化	邱○一	SOGO 新竹店	吳○振
南華水泥	郭○富	豫章工商	謝○蕙	亞泥花蓮廠	謝○珮	亞東石化	官○大	遠東新內壢廠	李○震
元智大學	吳○璿	亞東綠材	黃○德	遠東SOGO	張○玲	新竹大遠百	田○涵	新竹大遠百	鄧○云

恭喜上列幸運兒分別得到面額 NTD300 的遠東集團四合一禮券！



↑ Big City 遠東巨城購物中心與清華大學、新竹女中攜手舉辦「2023 國際女性科學日」，邀請近 30 個科教單位參與設攤，成為桃竹苗地區規模最大的科學市集。



↑ 元智大學資訊管理學系與大數據公司簽署「社群數據多元應用之初探研究」產學合作協議，雙方將共同促進大數據產業發展。



↑ 四川亞東水泥受邀參與「愛成都，迎大運 -- 2023 年全民運動會」，榮獲拔河隊第四名、男子單打乒乓球第三名的好成績。



↑ 桃園遠東百貨與桃園市龜山區兔坑社區發展協會聯手舉辦「浪漫春櫻相聚兔仔坑」植樹活動，遠百同仁與社區志工合力種下 3 棵富士櫻花。



↑ 臺中大遠百捐贈文具、繪圖用品等物資予臺中市私立慈光社會福利慈善事業基金會附設「慈馨少年家園」，用愛擁抱家創兒。