第1報報
第一銀行 First Bank
發刊單位：行政管理中心

No: 266
發刊日期：2018.04.20

INDEX

「特別報導」第一銀行董事長拜會紐約金融監理機關視察多倫多分行
「特別報導」第一銀行董事長拜會加州金融主管機關及富國銀行
「特別報導」第一銀行等 4 家統籌主辦燁輝企業人民幣 5.625 億聯貸
「特別報導」第一金控舉辦台東公益路跑 發票送愛好禮大放送
「特別報導」第一銀行力挺中小企業 榮獲金管會 5 項大獎肯定
「特別報導」第一銀行文教基金會舉辦理財健康講座 開創樂活人生
「特別報導」第一銀行第 85 場藝術展覽~蔡雪貞《經典之作巡迴展》
「特別報導」第一銀行樹林及十全分行在地關懷志工活動
「特別報導」「第一好新鮮」大灣及灣內分行綠色志工~採菜助小農
「信用卡」星璨卡限定 滿額最高回饋 13%
「信用卡」悠遊聯名卡 自動加值享 5%回饋
「信用卡」綠活卡搭國光 刷卡享 10%回饋
「信用卡」刷一銀卡~萬元禮券等你拿
「生活大小事」小小黑芝麻 保健力量大
「好康宅急便」香蕉奶茶潤腸助排便
「元氣小棧」日常節能減碳小撇步

焦·點·新·聞

特別報導

第一銀行董事長拜會紐約金融監理機關視察多倫多分行~展現對美加市場高度重視

第一銀行董瑞斌董事長於 3 月親率相關單位主管拜會紐約金融監理機構，針對美國近年極為重視的網路資訊安全、打擊資恐、洗錢防制、Fintech 未來發展前景、當地金融法令遵循及海外監理與檢查等議題深入討論，並就台美金融情勢交換意見，雙方互動良好，氣氛融洽，展現第一銀行對法令遵循之確切落實及對美國分、子行營運監理之重視。

此次董瑞斌董事長也前往多倫多分行展開業務視察行程，並邀請駐多倫多台北經濟文化辦事處徐詠梅處長及 H&W 集團、大山行、Wen Ho 等分行重要台商客戶餐敘，凝聚客戶對本行向心力，並親訪 H&W 集團王興富董事長，協助分行爭取聯貸主辦商機。

第一銀行董瑞斌董事長(左二)、李嘉祥副總經理(右一)、紐約分行王振華經理(左一)拜會趙錫成博士(右二)，針對未來業務合作進行交流。

第一銀行董瑞斌董事長(前中)、李嘉祥副總經理(前右一)及多倫多分行許世彬經理 (前左一)暨分行同仁合影留念。

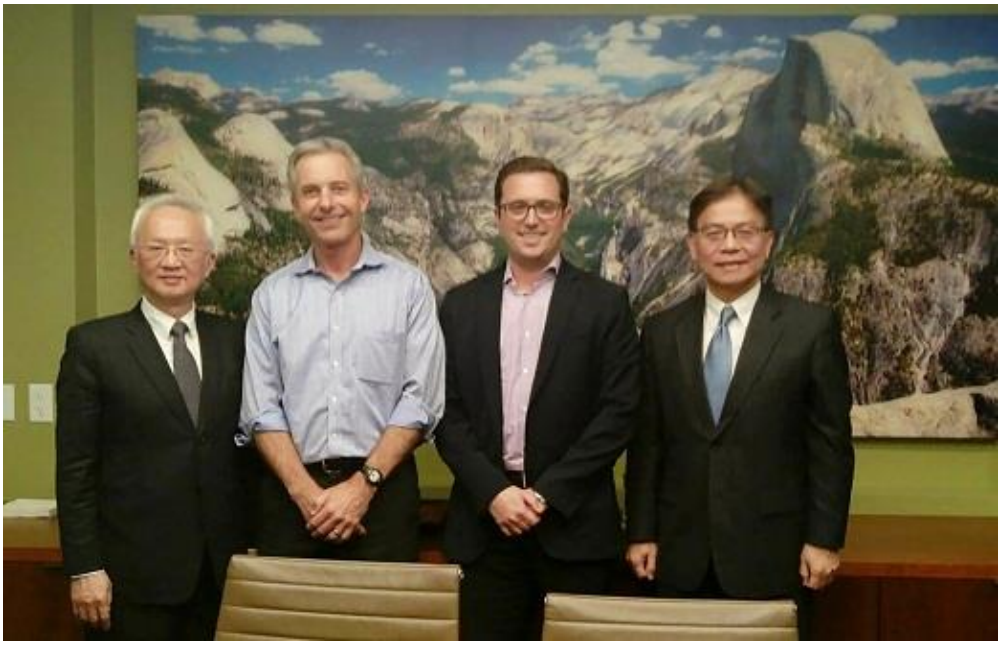
特別報導

第一銀行董事長拜會加州金融主管機關與富國銀行交流綠色金融發展經驗

第一銀行董瑞斌董事長日前親率相關單位主管拜訪美國加州金融局(CADBO)，針對未來歐陸與美國市場新據點拓展規劃、離岸風電等再生能源融資等議題交換意見，並強調堅實的風險控管與資產品質為穩健業務成長之基礎，主管機關對其經營理念深表認同肯定，並期許第一銀行在新據點與新業務發展能取得豐碩成果。

此行除拜訪主管機關與西岸重要客戶外，董瑞斌董事長也順道率領相關單位主管於 4 月 5 日赴舊金山拜會富國銀行(Wells Fargo)總部綠色金融業務開發團隊，此次拜會，富國銀行介紹美國再生能源市場發展近況，並分享其透過項目投資與專案融資等多元化管道推動綠色金融之相關經驗，期能創造雙方未來的合作契機，為台灣綠色金融發展盡一份心力。

第一銀行董瑞斌董事長(右二)拜會美國加州金融局 Regional Deputy Commissioner John T. Ross(中)與李嘉祥副總經理(左二)、洛杉磯分行朱元淦經理(左一)和美國子行朱明津總經理(右一)一同合影留念。



第一銀行董瑞斌董事長(左)、李嘉祥副總經理(右)與富國銀行綠色金融業務開發團隊深入交流。

特別報導

第一銀行等 4 家銀行共同統籌主辦燁輝企業 3 年期人民幣 5.625 億聯貸案

第一銀行、法國巴黎銀行、恆生銀行及臺灣銀行聯手統籌主辦義聯集團旗下燁輝企業(2023)轉投資公司燁輝(中國)科技材料有限公司 3 年期人民幣 5.625 億元聯貸案，4 月 12 日在中國上海簽約，燁輝(中國)吳林茂董事長、第一銀行鄭美玲總經理及法國巴黎銀行大中華區企業銀行部麥啟光總經理(Mr. Lawrence Mak)共同換約。

第一銀行鄭美玲總經理(左)、燁輝中國吳林茂董事長(中)、法國巴黎銀行大中華區企業銀行部麥啟光總經理(右)完成換約。

燁輝企業聯貸案圓滿達陣，銀行團成員合影紀念。

特別報導

第一金控舉辦台東公益路跑~發票送愛好禮大放送

廣受跑友們好評的「財政部 107 年統一發票盃路跑活動」又來嘍！本活動至今已正式邁入第九年，今年首場 4 月 22 日於臺東森林公園開跑，由財政部及第一金控共同主辦，南區國稅局及第一金人壽承辦，結合臺東縣政府、第一銀行、第一金證券及第一金投信共同協辦，邀請大家一起用跑步來參與公益，用雙腳感受台東之美。

南區國稅局表示，參加民眾完跑後除可憑號碼布換取完跑證明書與贈品，並可參加摸彩，有機會獲得電動腳踏車、平板電腦等獎品，此外，現場並提供手機條碼申辦服務，民眾只要以行動支付 10 元即可換購價值 100 元商品，並有樹苗免費大放送，另設 20 餘組宣導攤位，歡迎民眾多多攜帶 107 年 3-4 月發票或事先以「雲端發票體驗寶(https://e-inv.ntbsa.gov.tw/)」至現場參加活動，不僅可捐發票兌換精美宣導品，也可發揮愛心，幫助更多需要幫助的人。

第一金控林謙浩總經理(右 2)、南區國稅局盧貞秀局長(中)、臺東縣政府陳明仁秘書長(左 2)、臺東縣稅務局李素琴局長(左 1)及代言人賴曉春(右 1)共同邀請大家來參加 4/22 臺東路跑活動。

特別報導

第一銀行力挺中小企業 榮獲金管會 5 項大獎肯定

第一銀行對於中小企業融資與輔導向來不遺餘力，也積極落實普惠金融，提高金融服務的可及性及便利性，本次在 12 家本國銀行激烈競爭中脫穎而出，榮獲金管會頒發「辦理中小企業放款優等銀行」、「參與系統、整廠及工程產業輸出聯貸平台績優銀行」、「辦理新創重點產業放款甲等銀行」、「電子商務產業融資特別獎」及「走入校園與社區金融知識宣導活動熱心參與獎」等五項大獎肯定，而一銀在中小企業放款貢獻度及成長度方面持續表現優異，而市占率連續 8 年位居全體銀行第一名，並連續 5 年獲得績優銀行，讓一銀居於金融業中小企業放款的龍頭地位。

第一銀行力挺中小企業，江賢馨副總經理(中)率領高階主管領取金管會頒發的 5 項大獎。

特別報導

第一銀行文教基金會舉辦理財健康講座　開創樂活人生

第一銀行文教基金會長期關注社會公益，於 4 月 13 日舉辦「樂活人生 健康自脊來」理財健康講座，今年首次將健康講座結合理財主題，邀請脊椎保健達人鄭雲龍老師、第一金投顧陳奕光董事長，與同仁及客戶分享身體保健之道、投資理財訣竅，深入淺出、輕鬆幽默的演講，希望大家「身體健康、財富也健康」，盡早開始規劃資產配置、關心身心健康，打造豐富精采的人生。

(左圖)施瑪莉副總經理歡迎大家參加健康講座，並感謝客戶們長久以來對一銀的支持，希望大家在工作之餘，也要多關心照顧自己的身體，擁有幸福健康的人生。

(左圖)第一金投顧陳奕光董事長分享第二季投資展望，讓四百多位聽眾收穫滿滿。
(右圖)脊椎保健達人鄭雲龍老師以豐富的肢體語言與民眾互動及分享保健訣竅。

鄭雲龍老師深入淺出的介紹與專業的提醒，贏得集團長官一致好評。

特別報導

第一銀行第 85 場藝術展覽~蔡雪貞《經典之作巡迴展》

蔡雪貞教授出生於台南，自幼師從日籍母親學畫，稍長旅居東京，中年客居紐西蘭、遍遊歐美諸國，吸收東西方繪畫精髓，再融入她獨特的秉賦和技法，畫風清麗奇秀，曾獲選世界華人百名畫家，擔任世界藝術家聯合總會副會長及臺南市鳳凰書畫學會理事長，個人畫展遍及國內及東京、長野、首爾、雪梨、奧克蘭、香港、米蘭、巴黎等國，蔡雪貞教授不改其藝術家的純真本色、飄逸自在，不斷創新，國內外獲獎肯定不計其數，其畫作也頗受詩人余光中教授及畫壇同道等的推崇。

第一銀行文教基金會鄭美玲副董事長(左二)、第一金控林謙浩總經理(右二)、抽象畫大師詹阿水老師(左一)、林財源校長(左四)、前經濟部黃營杉部長(右四)、台企銀黃博怡董事長(右三)及台灣金聯鄭明華董事長(右一)聆聽蔡雪貞教授(左三)導覽作品。

蔡雪貞教授以輕鬆幽默的方式分享作品主題構想與創作理念，像是上了一堂豐富的藝文課。

蔡雪貞教授獨創的「蔡氏潑墨」大法，將潑墨技法用在油畫的創作上，風格獨具，她也把西畫的色彩、光影及色調注入國畫，使畫面清新亮麗、映象鮮活。蔡雪貞老師認為，若藝術的生命源自於人類的生活，那麼畫作便是來自生活的深層與靈感的揮灑，將筆觸融於自然之間，超凡脫俗即可攀登繪畫的最高境界。

暫且歇息

仙子奔月

林間春色

翱　　遊

特別報導

「第一銀行 在地關懷」樹林及十全分行志工活動~溫暖送愛

三月時分，第一銀行志工夥伴們持續以「第一銀行 在地關懷」活動將愛心散播社會角落，本月前往「大安森林公園」及「財團法人高雄市私立慈德育幼院」，參與中華民國自閉症總會舉辦之「星星相惜讓愛走動」宣導園遊會，及陪伴弱勢兒童一起玩團康活動、大阪燒 DIY 等，讓一銀愛心成功延續，也讓社會充滿善與愛的循環。

樹林分行「在地關懷」~前往「大安森林公園」

在馮振勝經理的帶領下，第一銀行樹林分行前往「大安森林公園」，參與中華民國自閉症總會舉辦之「星星相惜 讓愛走動」宣導園遊會，該會協助自閉症者經由醫療、教育、復健、職訓、就業、安養等相關權益及福利，本次志工活動捐贈 400 個環保購物袋贈與現場參與之自閉症家庭，並由志工協助活動進行，除關懷自閉症患者外，亦傳遞正向支持能量，營造友善的社會接納環境。

十全分行「在地關懷」~前往「財團法人高雄市私立慈德育幼院」

林金徵經理帶領分行同仁、眷屬及志工們來到「財團法人高雄市私立慈德育幼院」，該院提供失依兒童及少年家庭照護環境，安置院生共 37 人，經費多仰賴一般大眾小額捐款，本次志工活動捐贈 3 台電腦，協助院生持續學習正向發展，並協助院內清潔及陪伴弱勢兒童一起玩團康活動、大阪燒 DIY 等，讓院生感受到一銀志工滿滿的愛與關懷。

特別報導

「第一好新鮮」大灣及灣內分行綠色志工~快樂採菜助小農

本行持續推動「第一好新鮮-綠色志工」活動，希望充分與在地環境結合，讓同仁們於辛勤工作之餘也能與家人一同走向綠色大地，認識有機環境、協助小農，更結合弱勢關懷，讓志工陪伴弱勢孩童一起協助有機小農整地、採收、包裝及環保有機 DIY 等，藉由參與耕作等善待大地的活動，盼能讓孩子們從小扎根，進而愛護大自然。

大灣分行「第一好新鮮」~前往「台南巨農有機農場」

趙福添經理帶領分行同仁、眷屬及志工們熱情一同參與台南巨農有機農場志工活動，農場主人為大家介紹有機環境及食品安全，志工們在農場彎腰除草、拔菜及整理包裝，從實地農作中體驗小農種菜之辛勞，讓小小志工從小扎根愛地球。

灣內分行「第一好新鮮」~前往「高雄橋頭安心家有機教育農園」

陳景霖經理帶領分行同仁、眷屬及志工們來到高雄橋頭安心家有機教育農園，小農高大哥為大家介紹有機環境及有機作物之生長方式，熱情的志工們在田裡彎腰除草、拔菜，並現場體驗削甘蔗榨甘蔗汁，讓大朋友小朋友們都有個充實愉快的週末。

個人金融

星璨卡限定 滿額最高回饋 13%

活動期間：2018.1.1~2018.12.31

★活動期間星璨卡卡友於 ibon 售票系統網站與生活市集系列網站，單月累計消費滿 777 元（含）以上，送 100 元刷卡金（正附卡合併計算，每月限量各 200 名，需分開登錄）。

★2018 年生活市集、好吃市集、3C 市集好康再加碼：刷星璨卡單筆消費達 NT$520(含)以上，結帳輸入「優惠碼」，立即折抵 NT$120。

二月優惠碼「467892fcb02」

三月優惠碼「467892fcb03」
以此類推...

活動詳情:
https://www.firstbank.com.tw/card/chn/content/tw/activityArea/activityArea_20171213_6381.html

悠遊聯名卡 自動加值享 5%現金回饋！

活動期間：2018.4.1~2018.6.30
★活動期間當月持悠遊聯名卡新增一般消費滿 5,000 元(含)以上，並完成登錄者，當月悠遊聯名卡之自動加值金額享 5%現金回饋(每月限登錄 4,000 名，歸戶名下所有悠遊聯名卡正附卡合併計算，每月每戶現金回饋上限 100 元)。
★本活動不含綠活卡、長庚紀念醫院悠遊認同卡、臺科大悠遊認同卡、綠加利悠遊聯名卡、悠遊 Debit 卡。

活動詳情：
https://card.firstbank.com.tw/card/chn/content/tw/activityArea/activityArea_20171207_8921.html

綠活卡搭國光刷卡享 10%回饋！

活動期間：2018.1.1~2018.6.30
★凡「第一銀行綠活卡（悠遊/一卡通票證）」持卡人，於活動期間至全台各地國光客運刷卡消費，每月享 10%回饋。（需登錄，登錄代號：#344）
★正附卡合併計算，每戶每月帳單回饋上限 100 元，當月消費以第一銀行入帳日為準。
★適用卡別：第一銀行綠活卡（悠遊?/?一卡通票證）持卡人
活動詳情:
https://card.firstbank.com.tw/card/chn/content/tw/activityArea/activityArea_20171226_4267.html

萬元禮券等你拿 再享小 7 商品自由選

活動期間：2018.1.1~2018.6.30

★萬元禮券等你拿：活動期間符合以下任一條件，登錄後即有 1 次抽獎機會，於次月底由系統抽出 3 名獲得『新光三越百貨禮券 10,000 元』乙份，活動期間共計抽出 18 名。

◎每月刷卡歸戶累計一般消費滿萬元

◎有分期交易者(排除分期卡、綠活卡自動分期)

◎新申辦電子帳單且寄送成功者。

★7-ELEVEN 商品自由選：活動期間單月累積(每月 1 日~30/31 日)滿交易金額 6,888 元(含)以上，登錄後可獲得「7-ELEVEN 商品 59 元抵用券」1 份，滿 13,776 元可獲得 2 份，以此類推，交易筆數正/附卡合併計算，活動期間每戶限回饋 5 份「7-ELEVEN 商品 59 元抵用券」。

★適用卡別：信用卡持卡人（不適用公司卡、Visa 金融卡、悠遊 Debit 卡）

活動詳情:

https://www.firstbank.com.tw/card/chn/content/tw/activityArea/activityArea_20160115_6478.html

生活大小事

小小黑芝麻，保健力量大！4 個飲食秘訣要記牢

小小個頭，保健力量大！在潔白的米飯上撒上幾顆黑芝麻，不僅可以增加視覺變化，讓米飯看起來更好吃，黑芝麻至少還擁有 5 大珍貴的營養素，能夠提高抗氧化力、保護心血管、補鈣和抗老，是守護健康的好幫手。然而，營養師也提醒，吃黑芝麻是有秘訣的，4 個撇步一定記得喔！

芝麻，學名「Sesamum indicum」，又名胡麻、脂麻，為胡麻科胡麻屬植物，中醫認為其味甘、性平、無毒，具有補益精血、潤燥滑腸之效。而芝麻依顏色有黑、白之分，《本草綱目》中描述，胡麻取油以白者為勝，服食以黑者為食，由此可見吃黑芝麻養生的便利性，更勝白芝麻一籌。

而從現代營養學的角度分析，黑芝麻也是營養好處多多。彰化基督教醫院營養師陳昭蓉表示，黑芝麻富含抗氧化成分，根據食品藥物管理署「台灣食品成分資料庫 2016 N5 版」，每 100 公克黑芝麻平均含有維生素 E 約 2.42mg、鐵 10.3mg、鋅 5.4mg、芝麻素 0.5g，可以減少自由基對於細胞的傷害。另外，每 100 公克黑芝麻中含有鈣 1479mg，也是補鈣、預防骨鬆的絕佳飲食選項之一。

【黑芝麻 5 珍寶】

1. 維生素 E：

是脂溶性抗氧化維生素，可防止細胞膜上的脂肪被氧化，保護細胞免受自由基傷害，並抑制血液中的低密度膽固醇被氧化附著於血管壁，造成血管阻塞。

2. 鐵質：

能輔助抗氧化酵素分解、消除新陳代謝產生的過氧化物質...more...

好康宅急便 Premium

減期便祕，肥胖跟著來？香蕉奶茶潤腸助排便

長期有便祕的人，小心累積在體內無法排出，會招致肥胖。中醫師指出，雖然便祕與胖瘦無直接關係，但是減重門診發現，約有 8 成的肥胖族，都有便祕困擾，其中又以女性居多。建議除生活飲食改變外，利用藥膳茶飲調理體質，也是不錯選擇。

中華民國中醫師公會全聯會理事長陳旺全指出，便祕是許多人的夢魘，若輕忽不改善，長期下來宿便累積在體內無法排出，將影響健康且又容易發胖，並讓體內毒素堆積導致腸道老化。建議平日可多吃黑木耳、香蕉及山藥，幫助排便。

潤腸助排便　3 大食材不可少

1. 香蕉／安神經助排便

有些人對便祕感到焦慮，反而更容易大不出來，建議可吃香蕉，不只含水溶性膳食纖維，還有鉀、鎂礦物質，有助穩定神經，放鬆心情，也有助排便。建議 1 天吃 1 根，在餐前吃，或加豆漿打成果汁在早上時飲用。

2. 黑木耳／膳食纖維高

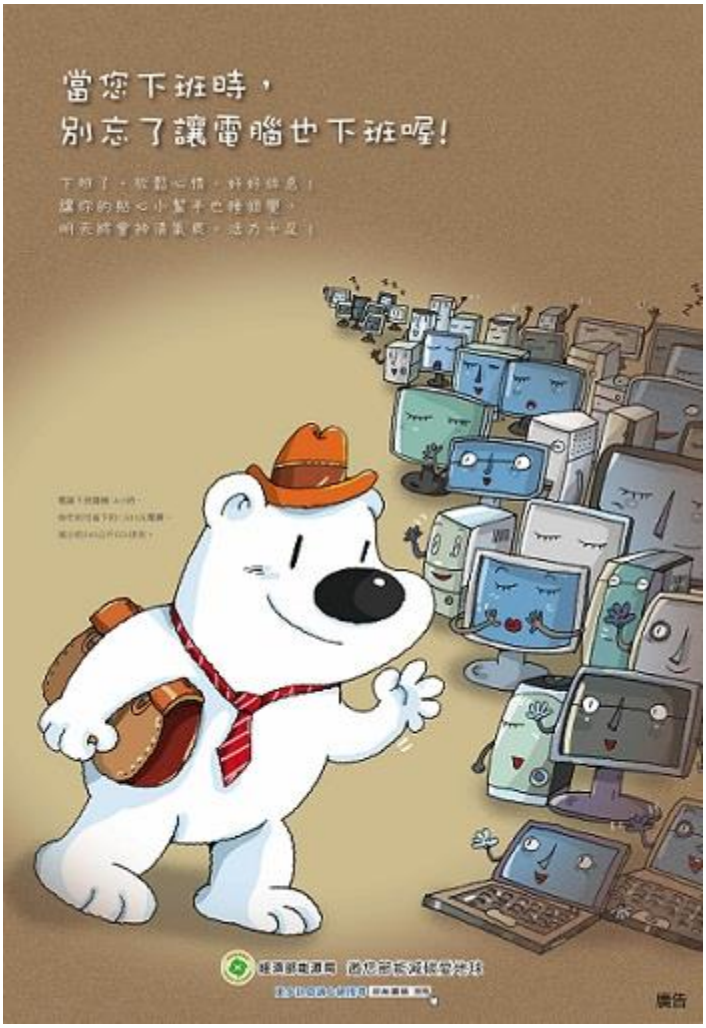
想助排便，補充纖維素是首要目標，乾的黑木耳膳食纖維含量高，每 100 公克有 6.5 公克膳食纖維，黑木耳富含水溶性纖維素，能穩定血糖，幫助腸道好菌生長，促進腸胃蠕動，建議每天食用 3 片手掌大小的黑木耳。

3. 地瓜／促進腸道消化

地瓜屬性平和，任何體質都能食用，只要不吃過量就沒關係。同時地瓜富含膳食纖維能夠活化腸胃，根莖類特有的不溶性膳食纖維含量高，能幫助排出多餘的中性脂肪，通腸潤便助瘦身，對於改善腸道環境十分有幫助...more...

資料來源：
華人健康網
https://health.businessweekly.com.tw/AArticle.aspx?id=ARTL000111485

資料來源：
華人健康網
https://health.businessweekly.com.tw/AArticle.aspx?id=ARTL000112193

元・氣・小・棧

日常節能減碳小撇步!