

INDEX

No: 274

發刊日期：2018.09.25

「特別報導」 「愛 FUN 第一 綠生活」嘉年華~大安森林公園盛大登場
「特別報導」 第一銀行扮月老~「手創幸福、愛戀 ING」聯誼活動
「特別報導」 第一銀行打造「零碳綠屋頂」榮獲臺北市田園達人獎
「特別報導」 第一銀行榮獲「2017 年德意志銀行匯款作業品質優良獎」
「特別報導」 第一銀行第 90 場藝術展覽~許竹「藝勁樸實」創作展
「特別報導」 第一銀行東門及林園分行愛心志工~關懷送愛
「特別報導」 北二區區域中心與總務處綠色志工~採菜助小農

「信用卡」 7 筆仟元~小七百元自由選
「信用卡」 天天讚助金~超市量販滿額送百元
「信用卡」 一銀卡繳學雜費~享 3 期 0 利率
「信用卡」 星璨卡限定~滿額最高回饋 13%
「生活大小事」 吃堅果可以防癌?!真的嗎?
「好康宅急便」 蕃茄養生一級棒!
「元氣小棧」 日常節能減碳小撇步

焦·點·新·聞

特別報導

「愛 Fun 第一 綠生活」嘉年華 Plus 版登場 09/15 大安森林公園盛大登場

第一銀行文教基金會多年來持續提倡環保永續精神，積極推廣全民實踐「環保綠生活」，「愛 Fun 第一綠生活」嘉年華串連公益與環保，廣受大批粉絲好評，儼然成為國內綠生活推廣的萬人指標性活動。邁入第 3 個年頭的「愛 Fun 第一綠生活」嘉年華，9 月 15 日移師至擁有「城市之肺」美名的大安森林公園舉行！活動安排 6 組重量級卡司獻唱，也邀請知名 COSER 展現創意現場走秀，還有再生 DIY 及環保闖關禮等好康，豐富有趣的周邊活動吸引上萬民眾共襄盛舉，一起度過充實的周末午後時光。



董瑞斌董事長裝扮成帥氣的星際大戰黑武士，為嘉年華活動點燃高潮，並與創意 COSER 一同合影。

第3屆 Plus 加強版的嘉年華活動特別規劃八大特色亮點活動，有特色生活風格的「彩色幸福隧道」、「Green Box 貨櫃市集」及「Green Life 草地音樂會」，可以讓您盡情發揮趣味創意的「再生 DIY」、「一銀創意 COSER 競賽」與「塗鴉裝置藝術」，還有結合科技互動與金融知識教學的「數位金融體驗」及「環保趣味闖關」等，利用生活、社群與科技等三大面向，將綠生活觀念巧妙融入生活。



數位金融體驗



環保趣味闖關



再生 DIY 實作



塗鴉裝置藝術

今年首度舉辦的「一銀創意 COSER 競賽」也吸引許多民眾發揮創意，結合動漫、環保等元素設計獨一無二的 COSER 造型，現場也邀請多組高人氣知名 COSER 擔任評審進行評比及一同與參賽者走秀，展現年輕人創意自我。



「Green Life 草地音樂會」由林靖嵐舞蹈團與能量天使等公益團體為活動揭開序幕，並請到第一銀行行員歌唱比賽冠軍「一銀之星」來為大家獻唱，接著是 6 組超人氣歌手—金曲獎最佳樂團「麋先生」、創作新星「吳汶芳」、新生代人氣女聲「Kimberley 陳芳語」、鐵肺女王「李佳薇」、靈魂歌姬「家家」與金曲天王「韋禮安」等重量級卡司輪番登場，還有 KKBOX 未來風雲之星登臺演出。



打動人心的能量天使



未來風雲之星 曾亦超



一銀之星 陳柏霖



一銀之星 李俊緯



金曲樂團 麋先生



創作新星 吳汶芳



人氣女聲 陳芳語



能量歌姬 李佳薇



靈魂歌姬 家家



金曲天王 韋禮安



最後更邀請到了臺北市人氣吉祥物「熊讚」出席，與「一銀寶寶」同臺尬舞並進行環保知識王問答，可愛有趣的模樣逗翻眾人。



當天雖然受山竹颱風外圍環流的影響，一陣陣風雨，但仍澆不息民眾的熱情。

幸福企業第一銀行扮月老 「手創幸福、愛戀 ING」聯誼反應熱烈

第一銀行積極打造幸福企業，今年擴大舉辦的跨業「手創幸福、愛戀 ING」聯誼活動，第 3 梯次於 9 月 15 日選在新竹「心鮮森林園區」舉行，第一銀行董瑞斌董事長及鄭美玲總經理特別於行前為單身同仁獻上祝福，並加碼宣布與第一銀行同仁配對成功者，不但可領取 2 萬元祝賀紅包，第一對配對成功新人還加碼享有免費國外蜜月旅遊行程。



第一銀行打造環保「零碳綠屋頂」 榮獲臺北市田園達人獎殊榮



周朝崇副總經理(右)從臺北市長柯文哲(左)手中接下田園達人獎牌。

第一銀行積極推動環境永續，在萬華分行頂樓設置太陽能發電暨雨水回收生態水培系統「零碳綠屋頂」，從臺北市府 107 年田園城市成果競賽中脫穎而出，於 9 月 1 日獲頒「田園達人 (企業組)獎」，也是此次 5 家獲獎企業中唯一一家金融業，代表第一銀行善盡企業社會責任備受肯定，致力於打造低碳永續家園。



第一銀行「零碳綠屋頂」榮獲臺北市田園達人獎殊榮，周朝崇副總經理(左一)率領專業團隊合影留念。

特別報導

第一銀行榮獲「2017 年度德意志銀行匯款作業品質優良獎」

第一銀行榮獲「2017 年度德意志銀行匯款作業品質優良獎」(Deutsche Bank 2017 USD/EUR Operational Excellence Award)，該獎項係德意志銀行依匯款直通率衡量其金融同業客戶辦理國際匯款業務之作業品質，評價出表現優良之金融機構。第一銀行已連續多年獲此殊榮，顯示本行不僅在國際匯款速度及準確率上提供客戶優良體驗，更意味著外匯營運品質及管理深受往來合作之國際金融同業的肯定及讚譽。





(上圖) 外匯營運處蔡處長(左三)代表本行接受德意志銀行董事林貞沂(左二)及金融機構資金管理部副總經理鄭秀燕(左一)頒獎。

(左圖) 本行獲頒之「2017 年度德意志銀行匯款作業品質優良獎」，表彰本行國際匯款之專業服務能力與優良品質。

特別報導

第一銀行深耕本土藝術 第 90 場藝術展覽~許竹《藝勁樸實》創作展



許竹老師曾榮獲慈濟全國寫生社會組特優獎、南瀛美展油畫入選、新北市油畫寫生入選及臺中港文創百號入選等，歷經 30 年努力不懈，始終堅持創新精神，經過不斷研究漸進，從寫生到造境，從色彩演變、傳統到創新，不落俗套、不墮凡格，由新人到名家，為臺灣藝術爭氣，期盼能創造震撼人心的新風格，每次的展出，需要的是強大的心力和體力，因為滿腔熱情才能如此堅持，本著「學不厭、教不倦」的精神，教學相長，奉獻社會。

(左圖)鄭美玲總經理(右)與許竹老師(左)一同合影，支持本土藝術。



邀請許竹老師於第一藝術空間展出並導覽作品，與貴賓分享作品主題構想與創作的內心世界。

每當看見大自然美麗景緻，許竹老師心中總是感動莫名，隨時提筆作畫，當完成一幅創作時，猶如感受到一個可愛子女的誕生，內心的喜悅非筆墨所能形容。藝術心靈的誕生，總在人生忘我的瞬間，即為美學上所謂的靜照，靜照的起點在於空諸一切、心無罣礙，是一種與事物暫時絕緣，臻至忘心出塵之禪境，禪本無言，如流水自在，落葉無心，通達自安，靜默中顯見空靈。第一銀行文教基金會邀請各界蒞觀賞，感受許竹老師筆下的創作。



大地秋色



黃金海岸



楓林道



瑪陵坑古橋

特別報導

「第一銀行 在地關懷」東門及林園分行志工活動~關懷送愛

九月時分，第一銀行志工夥伴以「在地關懷 中秋送愛」活動將愛心散播社會角落，本月前往「世光教養院」及「高雄市金潭國小」，陪伴弱勢孩童及關懷偏鄉孩童，另安排中秋手繪柚子 DIY 及艾草蚊香 DIY 活動，讓孩子們感受到滿滿的溫暖，也讓社會充滿善與愛的循環。

東門分行~前往「世光教養院」

在張新仲經理的帶領下，熱情的愛心志工夥伴來到「世光教養院」，該院照護多位中風失智等身障朋友，收入來源僅靠一般小額捐款，並無企業長期贊助，院內經常使用之食物調理絞碎機有多台故障不敷使用，本次志工活動捐贈國際牌食物調理機 3 台，並安排志工陪伴弱勢朋友進行中秋手繪柚子 DIY 及體能復健操，溫馨關懷弱勢，營造友善的社會環境。



林園分行~前往「高雄市金潭國小」

在賴月蘭經理的帶領下，熱情的愛心志工夥伴來到「高雄市金潭國小」，金潭國小棒球隊自 1997 年成立至今，憑著對棒球的執著，還有當地社區和眾人的協助，奪得多次比賽的冠亞軍，目前共有 31 位球員，其中有 16 名原住民學生，且弱勢球員比例高達 58%，本次志工服務捐贈角鋼置物架 10 座，並安排志工與學員製作艾草蚊香 DIY，溫馨送愛協助學生一圓棒球夢。



「第一好新鮮」北二區區域中心與總務處綠色志工~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。

北二區域中心與總務處「第一好新鮮」~前往「林口哇遊季有機農場」

甘美珠資深協理、方正文副處長帶領熱情志工們及攜手基督教台灣信義會－三峽復興堂愛心課輔班的弱勢孩童一同來到林口哇遊季有機農場，小農為大家介紹有機環境及有機作物之生長方式，大小志工們在農場彎腰拔菜、除草、學習包裝，並請王御庭老師教大家認識有機香草及帶用香草提鍊精油製作，讓大朋友小朋友們都有個充實愉快的週末。



7 筆仟元 7-ELEVEN 佰元自由選(需登錄)



活動期間：2018.8.1~2018.12.31

★活動期間單筆交易金額 1,000 元(含)以上，累積滿 7 筆可獲「7-ELEVEN 商品 100 元抵用券」1 份，交易筆數正/附卡合併計算，活動期間每戶限回饋 5 份。

註：本活動回饋排除『一銀卡油禮』與『天天讚助金』活動特店交易。

★活動詳情：

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

天天讚助金_超市/量販刷卡滿額最高送百元(需登錄)



活動期間：2018.9.1~2018.10.31

★活動期間內，使用第一銀行信用卡(不含公司卡)，於家樂福、大潤發、台糖量販、大買家、愛買、頂好、楓康、棉花田、聖德科斯、有機緣地及安永鮮物，單筆滿 888 元送刷卡金 50 元;單筆滿 1,500 元送刷卡金 100 元 (需登錄)。每戶每日最高回饋 100 元，活動期間回饋上限刷卡金 300 元，限量登錄 10,000 名。

★活動詳情：

https://card.firstbank.com.tw/card/chn/content/tw/activityArea/activityArea_20170828_1903.html

一銀卡繳學雜費免手續費 登錄享 3 期 0 利率



活動期間：即日起~2018.12.31

★於活動期間內，使用第一銀行信用卡，於第 e 學雜費入口網、我的 e 政府繳學費平台、i 繳費平台、台灣銀行學雜入口網刷卡繳學雜費，可享免手續費及 3 期 0 利率，另有 6 期及 12 期優惠利率任您選。

★活動詳情：

https://www.firstbank.com.tw/card/chn/content/tw/activityArea/activityArea_20141231_9551.html

星璨卡限定 滿額最高回饋 13%(需登錄)



活動期間：即日起~2018.12.31

★活動期間星璨卡卡友於街口支付、Curves 可爾姿女性運動中心、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。

09 月優惠碼「467892fcb09」

10 月優惠碼「467892fcb10」

以此類推...

★活動詳情：

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

生·活·大·小·事

為什麼吃堅果可以防癌？ 6 大關鍵成分解密！

今天吃堅果了嗎？堅果在近年被視為「超級食物」，營養價值豐富，其中特別受人關注的便是預防癌症的效果，不少醫學論文皆有證明。然而，堅果的防癌力究竟來自何處呢？營養師解密 6 大關鍵成分！

堅果在植物學的定義上，是指由堅硬的果皮和種子組成的果實，包括：花生、杏仁、開心果、腰果、胡桃、松子、夏威夷豆、葵花子以及核桃等都屬之。堅果中富含許多對人體健康有益的成分，有助於抗發炎、抗氧化，且能預防心血管疾病，降低心臟病風險。

此外，近年來許多研究文獻更指出，適量攝取堅果類能減少癌症發生率，若已罹患癌症的人也能減少癌症的死亡率。癌症是威脅現代人生命的頭號殺手，而小小一顆堅果，究竟有什麼能力可以幫助對抗癌症呢...[more...](#)

資料來源：

華人健康網

<https://health.businessweekly.com.tw/AArticle.aspx?id=ARTL000119996>

好·康·宅·急·便 Premium

甩掉肥肚、護心都靠它！ 蕃茄富含茄紅素養生一級棒

在各式各樣的甩掉肥肚的口袋食譜裡面，經常見到蕃茄入列，因為蕃茄不僅營養豐富，其無糖分低熱量低特性，非常適合當作輔助減重食材。不過您知道嗎？蕃茄的好處多多，除了想保持身材的愛美女性適合吃，壓力大的上班族、心血管疾病患者以及想要遠離癌症的人，都可以常吃蕃茄幫健康加分喔！

要遠離疾病，除了生活作息規律，並且注重飲食和運動，蕃茄中含有大量的茄紅素，更是幫助維持健康的尖兵。茄紅素是一種植化素，是天然的強力抗氧化劑，它能調整體質，還能修補受損細胞，避免癌症找上門。近年來也有實驗發現，針對女性乳癌、男性攝護腺癌也有防範好處...[more...](#)

資料來源：

華人健康網

<https://health.businessweekly.com.tw/AArticle.aspx?id=ARTL000120450>

元·氣·小·棧

日常節能減碳小撇步!



以上內容由資訊行政管理中心編輯，若您對本報有任何建議或發表文章，
請mail至i99051@firstbank.com.tw或請撥電話：(02) 23461116 姜先生。

DESIGNED BY TEAM MEMBERS OF FIRST BANK IT CENTRAL INTRANET.

