

No: 296

發刊日期：2020.1.31

INDEX

- 「特別報導」第一銀行全臺 14 家分行名師揮毫贈春聯
- 「特別報導」信保基金與第一、富邦、台新等五行庫 開通送保即時通
- 「特別報導」中國科大委託一銀辦理教職員退休撫卹儲金管理
- 「特別報導」第一藝術空間邀您欣賞「珍藏」林宗賢創作展
- 「特別報導」第一銀行捐贈年菜食物包 助弱勢家庭過好年
- 「特別報導」第一銀行「愛心無礙」北一區區域中心及大安分行活動
- 「特別報導」「第一好新鮮」大同及鹽埕分行綠色志工活動
- 「信用卡」新戶好禮任您選 網路辦卡加碼送
- 「信用卡」量販超市滿額回饋刷卡金
- 「信用卡」家電滿額回饋活動(需登錄)
- 「信用卡」申請電子帳單送刷卡金 50 元
- 「生活大小事」脫口罩比戴好口罩更重要！
- 「好康宅急便」全身痠痛，小心身體發炎！
- 「元氣小棧」日常節能減碳小撇步

焦·點·新·聞

特別報導

金鼠好運賀新年 第一銀行全臺 14 家分行名師揮毫贈春聯

農曆新年到，為了讓民眾除舊佈新迎新年，第一銀行文教基金會於 1 月 20 日至 1 月 22 日舉辦「金鼠好運賀新年揮毫贈春聯」，由於活動連續多年廣受好評，今年特別增加 5 場，邀請 15 位書畫名家於全臺 14 家分行現場揮毫，贈送春聯給前來索取的民眾，並限量贈送金山財神廟加持過的「錢鼠藏富」發財錢母，歡喜迎鼠年！



第一銀行文教基金會舉辦「金鼠好運賀新年 揮毫贈春聯」，第一銀行廖燦昌董事長(中)、鄭美玲總經理(左二)、施瑪莉副總經理(右一)、蔡淑慧副總經理(左一)及書畫名家鄭紅雪老師(右二)進行開筆。

活動第一天，由第一銀行廖燦昌董事長、鄭美玲總經理、施瑪莉副總經理、蔡淑慧副總經理與書畫名家鄭紅雪老師一同進行開筆，寫下「金鼠迎第一」字句，祝福大家在金鼠年事事都第一。廖燦昌董事長表示，每年春節前夕的揮毫活動都大排長龍，獲得熱烈迴響，為了感謝廣大民眾與客戶的支持，今年特別擴大舉辦，在大稻埕分行、南京東路分行、松江分行、宜蘭分行及屏東分行各增加 1 場，希望與全臺客戶及民眾一起過好年。



營業部-鄭紅雪 老師



營業部-龔朝陽 老師



營業部-楊淑婉 老師



松江分行-鄭紅雪 老師



中山分行-張壹然 老師



中山分行-郭香玲 老師



大稻埕分行-楊淑婉 老師



南京東路分行-羅順隆 老師



台南分行-翁資雄 老師



高雄分行-林哲彰 老師



新竹分行-許建中 老師



花蓮分行-蔡政達 老師



宜蘭分行-游美蘭 老師



(上圖)台中分行-謝重信 老師



(下圖)屏東分行-黃進益 老師

特別報導

信保基金與第一、富邦、台新等五行庫 開通送保即時通

經濟部旗下財團法人中小企業信用保證基金 1 月 7 日宣布，即日起與第一銀行、合作金庫、台北富邦、台灣中小企業銀行及台新等 5 行庫，開通「送保即時通」，後續尚有 9 家銀行將開通該服務，可有效縮短企業申請信用保證時間。



信保基金與 5 家銀行合作「送保即時通」（由左至右為台企銀代理總經理張志堅、合庫銀總經理陳世卿、一銀董事長廖燦昌、信保董事長李耀魁、中小企業處處長何晉滄、信保總經理洪素珍、台新銀總經理尚瑞強、富邦銀總經理程耀輝）。



第一銀行廖燦昌董事長(右三)與法金業務處團隊合影。

特別報導

中國科大教職員退休撫卹儲金管理 委託一銀辦理有效提升運用效率



中國科技大學為有效提升該校教職員工退撫儲金之運用效率，中國科技大學上官永欽董事長與本行鄭美玲總經理特於 1 月 8 日在中國科技大學 108 學年度第 1 學期全校教職員共識營中，共同簽訂「績優教職員工退休撫卹儲金信託契約」，未來本行將提供中國科技大學退撫儲金管理等全方位之各項服務。

(左圖)中國科大上官永欽董事長(左)與第一銀行鄭美玲總經理(右)簽約後合影。

特別報導

第一藝術空間邀您欣賞「珍藏」林宗賢創作展

林宗賢老師是一位創意豐沛的藝術家，從平面到立體，透露出他對創作的熱忱，近年來，將創作重心投注於傳統題材的再創新，以新的藝術形式和語言，創作出更貼近當代人思想的作品，象徵富貴的牡丹花、有著金玉滿堂寓意的金魚和代表福氣的蝴蝶，都是其創作的主要元素，他將這些傳統繪畫題材，創作出視覺新穎的作品，充份展現了藝術家的幽默感。



第一銀行文教基金會展出「珍藏」創作展，第一銀行文教基金會鄭美玲副董事長(左)與展出藝術家林宗賢老師(右)合影。



林宗賢老師於第一藝術空間展出繪畫及彩瓷作品，與貴賓分享作品主題構想與創作的內心世界。

林宗賢老師除了平面繪畫作品之外，同時也跨足彩瓷創作，作品雖是以傳統的高溫釉下彩技法表現，卻能在傳統框架中綻放新的創意，造型優雅的青花瓷也是他個人作品中的另一個亮點，利用傳統青花釉料在胚土上做出潑墨山水的背景，再依藝術家的想像添加主題，在自然、奔放中蘊含著細膩的巧思，完全擺脫青花瓷是有著繁複紋飾的工藝品形象，令人驚艷。第一銀行文教基金會誠摯邀請大家蒞臨，除了欣賞傳統文化之美外，更能深刻感受到藝術家透過作品所傳達對人間的盈盈笑意與滿滿愛戀。



前貴後攔

馬上富貴



追尋



蜜糖四開

特別報導

「跨越 120・愛 FUN 第一過好年」 第一銀行捐贈年菜食物包 助弱勢家庭過好年



第一銀行贊助安得烈食物銀行膳糧食物包採購，蔡淑慧副總經理(左)與安得烈慈善協會羅紹和執行長(右)共同合影。

農曆新年將至，第一銀行為了體現攜手關懷弱勢團體之用心及實踐綠生活之精神，除持續透過「安得烈慈善協會-集食行善」計畫辦理「跨越 120·愛 FUN 第一過好年」活動，以實際行動採購膳糧食物提供給全台弱勢家庭外，同時在去年「第一銀行 120 週年員工運動大會暨愛心園遊會」攤位商品收入提撥 10% 捐贈公益團體部分，特別額外再加碼總共捐贈 120 萬元，響應「愛家倍食物銀行-暖心年菜讓愛分享」專案，並動員了全台各區域志工人員，一同將年菜食物包送至全國各地區 19 家弱勢團體及 410 個家庭，希望透過擴大捐贈受益人數，有效傳遞愛的正能量至社會各個需要關懷的角落。



第一銀行捐贈年菜食物包給予弱勢家庭，由第一銀行志工協助食物分類整理與裝箱並協助分送。

特別報導

第一銀行「愛心無礙」北一區區域中心及大安分行志工~關懷送愛

第一銀行志工夥伴以「愛心無礙-寒冬送暖」為主軸，將愛心散播社會角落，前往「臻佶祥社會服務協會-南機場樂活園地」、「台北市通化里里民活動中心」，共同關懷獨居老人及中低收入戶弱勢居民，實現在地關懷，成就每份感動之企業精神。

北一區區域中心~前往「臻佶祥社會服務協會-南機場樂活園地」

在蔡淑慧副總經理的帶領下，熱情的志工前往「臻佶祥社會服務協會-南機場樂活園地」，該協會每天為弱勢家庭及獨居長者送供餐，照顧全里 70 位獨居老人及 300 戶中低收入戶日常所需，因為照護的人數眾多，靠里長向各界募集生活物資及食物，以支應龐大的餐食需求。本次志工活動捐贈愛心年菜給予獨居長者及中低收入戶弱勢居民，並邀請書法老師親臨現場陪同獨居長者們彩繪燈籠、寫春聯贈送長者迎新年及製作愛心發糕 DIY，更深入的就近照顧關懷，讓更多在地弱勢居民也能感受到過年的歡樂與社會給予的關懷及溫暖。





大安分行~前往「台北市通化里里民活動中心」

在陳化明經理的帶領下，大安分行志工服務隊前往台北市通化里里民活動中心，該里雖於台北信義區，仍有多位低收入、獨居老人等弱勢族群，因長期失親無依、無固定收入來源，加上年事已高，導致生活支出仰賴微薄老人年金及善心捐助。故本次志工活動捐贈羊毛被組給獨居長者，並安排健康操帶動唱及團康活動，讓弱勢長者感受到過年的歡樂與社會給予的關懷及溫暖。





特別報導

「愛心無礙 第一好新鮮」大同及鹽埕分行綠色志工~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。

大同分行~前往「林口哇遊季有機農場」

李美華經理帶領熱情志工們來到林口哇遊季有機農場，小農陳大哥為大家介紹有機環境及食品安全知識宣導，大小志工們在農場彎腰拔菜、包裝及餵雞，並帶大家實際體驗有機防蚊膏 DIY，中午一同享用有機餐食，讓大朋友小朋友們都有個充實愉快的週末。



鹽埕分行~前往「高雄安心家有機教育農園」

葉美利經理帶領熱情志工們來到高雄安心家有機教育農園，小農高大哥為大家介紹中崎地區泥火山土壤形成的有機環境，及有機作物之生長方式，大小志工們在農場彎腰拔菜、餵雞，並帶大家進行團康活動及發糕DIY，中午一同享用有機餐食，盼能讓孩子們從小扎根，進而愛護大自然。



個人金融

新戶好禮任您選 網路辦卡加碼送



★活動期間：2020.1.1～2020.6.30

★活動對象：指定信用卡：鈦金商旅卡、御璽商旅卡、白金商旅卡、一卡通聯名卡、星璨卡、宜蘭認同卡、綠活卡、icash 聯名卡、悠遊聯名卡、菁英御璽卡、媚儷鈦金卡之正卡新戶。

★活動內容：新戶網路申辦指定卡別，並於核卡後 30 天內正附卡合併累計一般消費達 2 筆，且每筆金額滿新臺幣 999 元（含）以上，並完成「新戶首刷好禮任您選」首刷禮品項登錄，即可享加碼 200 元刷卡金回饋。

★活動詳情：

https://card.firstbank.com.tw/card/chn/content/tw/activityArea/activityArea_20191127_2890.html

【量販超市滿額回饋刷卡金】天天最高贈 100 元



★活動期間：2020.1.4~2020.2.29

★活動對象：第一銀行卡友（包含 visa 金融卡及悠遊 debit 卡，不適用公司卡）。

★活動內容：活動期間於家樂福、大潤發、大買家、頂好、楓康、棉花田、聖德科斯、有機緣地、安永鮮物、正直村、喜互惠、健康食彩單筆滿 888 元贈 50 元刷卡金；滿 1,500 元贈 100 元刷卡金。(需登錄)。

★活動詳情：

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

家電滿額回饋活動_最高回饋刷卡金 1,588 元(需登錄)



★活動期間：2020.1.1~2020.3.31

★活動內容：活動期間內，使用第一銀行信用卡(不含公司卡)，於燦坤、大同 3c、台灣樂金單筆滿 2 萬元送刷卡金 288 元；單筆分期滿 5 萬元送刷卡金 888 元；單筆分期滿 8 萬元送刷卡金 1,588 元（需登錄）。活動期間最高回饋 1,588 元，活動期間回饋上限刷卡金 300 元。

★活動詳情：

https://card.firstbank.com.tw/card/chn/content/tw/activityArea/activityArea_20191225_6080.html

申請電子帳單送刷卡金 50 元



★活動期間：2020.1.1~2020.6.30

★活動對象：全卡友、Visa 金融卡、悠遊 Debit 卡友(不含 iLEO 信用卡、公司卡及綠活卡)。

★活動內容：活動期間內新申請電子帳單且完成活動登錄，於申請當期起，連續兩期帳單各刷一筆不限金額消費即送刷卡金 50 元！(若無新增消費或取消電子帳單申請，將失去回饋資格)。

★活動詳情：

https://card.firstbank.com.tw/card/chn/content/tw/activityArea/activityArea_20141219_8398.html



「脫口罩」比戴好口罩更重要！

加護醫學部主治醫師提醒：3 大 NG 脫口罩行為

大家都在談如何戴口罩，其實「脫口罩」也很重要！（「脫口罩」，不是一個台語笑話，我是認真的～）

有人很認真的戴好口罩，然後，就把它脫下放在桌上！

有人脫下把它摺好放在包包裡，準備明天再用！

有人脫下隨手揉一揉，丟到垃圾桶！

你知道，如果不知道如何「脫口罩」、如何「丟棄口罩」，口罩不只是戴了，還可能很危險嗎？

你想想看，如果口罩真的發揮作用，幫你擋下了「有病毒的口沫」，你怎麼處理它呢？你如果在脫口罩的當下，去摸到了這個「口沫」，然後用手去拿食物、挖鼻孔、揉眼睛，那麼，這個病毒就有機會入侵你的身體了！

戴著口罩，也不要摸口罩的表面之後，再去觸摸口鼻、揉眼睛、或是身體的其他部位！

在感染區工作的醫療人員，用畢的口罩，都會丟棄在加蓋的「感染性廢棄物」垃圾桶。

注意在脫下的時候，儘量不要接觸到口罩的表面，拿著口罩的耳掛(或橡皮筋)去丟，丟完就要「馬上洗手」！

若是一般民眾到醫院去探視有潛在呼吸道傳染病的病人，也應該要比照理，建議醫院可以在門口提供加蓋的「感染性廢棄物」垃圾桶。（註：請揮公德心，勿將一般垃圾丟入此桶！）[...more...](#)

經常全身痠痛，其實是身體慢性發炎！

找不出原因的腰痠背痛

有時候是不是總會覺得腰痠背痛或身體哪裡不對勁，卻又找不到原因？其實，有很大一部分是和身體慢性發炎有關係。

急性發炎的表現方式會比較直接，通常你可以直接透過紅腫熱痛的現象，觀察到身體哪裡發炎、不舒服了。但慢性發炎更像是悶燒鍋原理，在身體這個爐子裡默默地持續悶燒，直到一個階段後才會出現比較明顯的不適感。

可是，現代人往往不願意為了小病小痛而花時間請假上醫院，所以，當身體發出原因不明的疼痛警訊時，都會習慣先隨手購買止痛藥來「處理」這樣的身體發炎現象。一開始也許會因為藥效而將不適感壓下去，你不再感到疼痛，誤以為痊癒了，漸漸地，很多人就很容易開始依賴這些止痛藥來抑制不適感。然而，你並未察覺到自己的身體原來還是處於發炎狀態，疾病依然在你的體內持續累積。久而久之，這樣不斷反覆發作的慢性疾病，就會變成病患口中習慣成自然的「老毛病」。[...more...](#)

資料來源：

良醫健康網

<https://health.businessweekly.com.tw/AArticle.aspx?id=ARTL000108618>

資料來源：

良醫健康網

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.

