



No: 299

發刊日期：2020.5.8

## INDEX

「特別報導」第一銀行主辦瀚宇博德 新臺幣 50 億元聯貸案簽約  
「特別報導」第一銀行紓困申貸平台上線 協助企業過「疫」關  
「特別報導」第一銀行擴大網路紓困平台 小規模營業人也可申貸  
「特別報導」勞工紓困貸款 一銀官網線上申請最快 3 天內核貸

「信用卡」初夏迎接好氣色 順時養生刷一銀  
「信用卡」第一好時光 異國美食  
「信用卡」富邦人壽網路投保 回饋刷卡金  
「信用卡」一銀信用卡繳稅好優惠  
「生活大小事」氣炸鍋竟是「減醃」好幫手！  
「好康宅急便」動起來！4 招消滅大腿肥肉  
「元氣小棧」日常節能減碳小撇步

焦·點·新·聞

特別報導



### 第一銀行主辦瀚宇博德 新臺幣 50 億元聯貸案完成簽約

國內上市公司瀚宇博德股份有限公司(以下簡稱瀚宇博德)於 4 月 30 日下午與第一銀行等 10 家金融機構完成 5 年期新臺幣 50 億元聯貸案簽約。

該聯貸案係由第一銀行統籌主辦，遠東銀行、玉山銀行及台新銀行共同主辦，另有土地銀行、臺灣銀行、兆豐銀行、凱基銀行、上海銀行及台中銀行參貸，認參總金額達新臺幣 77.5 億元，超額認購 55%，參貸情形踴躍，顯示銀行團對瀚宇博德的未來發展深具信心，以及對公司經營團隊的認同與肯定。



瀚宇博德聯貸案主辦分行為新店分行，完成簽約後陳迪菊經理(中)與分行法金團隊合影留念。

特別報導



## 第一銀行紓困申貸平台上線 協助企業過「疫」關

為提供企業線上快速提出紓困貸款申請，第一銀行率先推出「中小企業防疫紓困貸款平台」，企業戶於線上輸入聯繫資料和紓困需求後即完成申請，第一銀行將「從簡、從優、從速」處理，應用數位科技提升受理與審核效率來協助企業度過疫關。



為提供企業線上快速提出紓困貸款申請，第一銀行率先推出「中小企業防疫紓困貸款平台」。

## 第一銀行擴大網路紓困平台 小規模營業人也可申貸

為照顧受新冠肺炎衝擊營運的小規模營業人，第一銀行自即日起配合政府低利簡易紓困方案，並擴大紓困受理對象，小規模營業人可透過第一銀行網路「防疫紓困貸款平台」或逕洽營業單位通過簡易評分後完成紓困貸款申請，第一銀行將配合以「最速件」處理，於取得申貸文件並完成開戶後，原則上 3 天內即可核貸。



為照顧受新冠肺炎衝擊營運的小規模營業人，第一銀行擴大紓困受理對象。

## 勞工紓困貸款 一銀官網線上申請最快 3 天內核貸

為照顧受新冠肺炎衝擊影響的勞工朋友，第一銀行 4 月 30 日起開辦「勞工紓困貸款」，每人最高申貸新臺幣十萬元，貸款期間最長 3 年，利率 1.845%(中華郵政二年定期儲蓄存款利率加 1%計算)，並由勞動部補貼第 1 年利息；凡本國籍勞工年滿二十歲，受新冠肺炎影響且未有票信拒絕往來、債務逾期或遭強制停卡等情形，可洽第一銀行臨櫃或官網「防疫紓困貸款平台」辦理申請。



第一銀行官網「防疫紓困貸款平台」提供操作簡便的快速申請服務。

**【美妝藥局最高 7.6%回饋】初夏迎接好氣色 順時養生刷一銀**



★活動期間：2020.5.1～2020.6.30

★活動對象：第一銀行全卡友（不含公司卡）

★活動內容：

(1)於「屈臣氏、康是美」單筆刷卡滿 888 元贈 50 元刷卡金(限量 5,000 戶，需登錄)，刷星璨卡/iLEO 信用卡消費獨享 2%現金回饋 (每期帳單回饋上限 500 元)，合計最高 7.6%回饋！

(2)於「大樹連鎖藥局、杏一藥局、丁丁連鎖藥妝、維康藥局、啄木鳥藥局、佑全保健藥妝、躍獅連鎖藥局、健康人生藥局」單筆刷卡滿 1,888 元贈 100 元刷卡金(限量 2,000 戶，需登錄)。

★活動詳情：

[https://card.firstbank.com.tw/card/chn/content/tw/activityArea/activityArea\\_20200428\\_3250.html](https://card.firstbank.com.tw/card/chn/content/tw/activityArea/activityArea_20200428_3250.html)

**第一好時光 異國美食**



★活動期間：2020.1.1～2020.6.30

★活動對象：第一銀行全卡友（包含 VISA 金融卡及悠遊 Debit 卡、公司卡）

★活動內容：

(1)單筆 1200 元現折 200 元：一風堂拉麵、銅盤韓式烤肉、野人 Shabu(限花蓮店)。

(2)單筆 1500 元現折 200 元：涓豆腐、沐越越式料理、WOO Taiwan 泰式料理。

★活動詳情：

[https://card.firstbank.com.tw/card/chn/content/tw/activityArea/activityArea\\_20191209\\_1136.html](https://card.firstbank.com.tw/card/chn/content/tw/activityArea/activityArea_20191209_1136.html)



## 富邦人壽網路投保 最高回饋 1,500 元刷卡金

富邦人壽網路投保 刷一銀卡享回饋

年金險最多 **3.5%** 回饋 保障型商品最多 **13%** 回饋



★活動期間：2020.3.17~2020.6.30

★活動對象：第一銀行全卡友（包含 VISA 金融卡及悠遊 Debit 卡、不含公司卡）

★活動內容：

(1)定期壽險：單筆滿 3,000 元，贈 300 元刷卡金。

(2)年金險：累積滿 60,000 元，贈 1,500 元刷卡金。

(3)旅平險/傷害險：單筆滿 800 元，贈 100 元刷卡金。

★活動詳情：

[http://www.firstcard.com.tw/newentry/EDM/200312\\_fubon/edm.html](http://www.firstcard.com.tw/newentry/EDM/200312_fubon/edm.html)

## 一銀信用卡繳稅好優惠 台灣 Pay 加碼多重送



★活動期間：2020.4.1~2020.7.2 (繳納期間依稅務機關公告為準)

★活動對象：第一銀行信用卡持卡人(不含公司卡、Visa 金融卡、悠遊 debit 卡)

★活動內容：

活動期間以一銀卡繳納牌照稅/房屋稅/綜所稅一次繳清免手續費，登錄即享 3、6 期分期 0 利率，以台灣 Pay 掃碼繳納再享刷卡金、抽汽車等優惠！

★活動詳情：

[https://card.firstbank.com.tw/card/chn/content/tw/activityArea/activityArea\\_20200331\\_7685.html](https://card.firstbank.com.tw/card/chn/content/tw/activityArea/activityArea_20200331_7685.html)

## 氣炸鍋竟是「減醣飲食」好幫手！ 營養師告訴你：4 秘訣增肌減脂

### 掌握 4 秘訣，減醣時什麼都能吃

很多人在減醣時對澱粉、水果類食物避之唯恐不及，甚至拒絕食用，其實只要掌握 4 個秘訣，減醣時沒有任何食物是不能吃的！

### 不用「挑三揀四」的飲食法

減醣飲食最棒的地方，就是任何食物都可以吃，不用「挑三揀四」。

一般的均衡飲食是講求任何食物都要攝取到，營養才會均衡。而近幾年很受歡迎的生酮飲食，是攝取高油脂、適量蛋白質、不碰澱粉類，來達到快速燃燒脂肪的目的。減醣飲食則是在這兩者之間取得平衡，好處是能攝取到多元食物，還能夠享有生酮飲食的燃脂優點。

減醣飲食雖好，但碳水化合物的攝取量必須控制在 60~100g 內，在這個前提下，提供幾個關鍵的飲食小技巧，讓你減重時也能開心吃！ [...more...](#)

資料來源：

良醫健康網

<https://health.businessweekly.com.tw/AArticle.aspx?id=ARTL003002035>

## 動起來！4 招消滅大腿肥肉

防疫期間，許多人待在家中的時間增加，活動量減少，不只會讓抵抗力下降，長期更會造成慢性疾病，宅在家別發懶，簡單的居家運動，一定要學，有氧老師 Polo 教大家如何消滅女孩們最在乎的「大腿肉」，以下四動作每天做，甩掉內側肥肉不是問題，快學起來讓你的大腿不卡襠，建立漂亮結實線條！

### 側臥拍腿

1. 首先側臥在瑜伽墊上，靠近地面的手、以小手臂撐地，手肘在肩膀正下方，注意不要把全身重量放在手上，下腿朝身體斜對角往前伸，上腿屈膝在下腿後方。

2. 吸氣預備，上手往上伸直，吐氣時，上手往下拍，下腿往手靠近，當手拍到腳掌側面，吸氣回到預備位置，重複動作，一邊一組 6~8 下，可做 4~6 組。

Tip：隨時保持挺胸、肩膀往後收，不駝背。 [...more...](#)

資料來源：

良醫健康網

<https://health.businessweekly.com.tw/AArticle.aspx?id=ARTL010029111>

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](mailto:i99051@firstbank.com.tw)或請撥電話：(02) 23461116 姜先生。

DESIGNED BY TEAM MEMBERS OF FIRST BANK IT CENTRAL INTRANET.

