



INDEX

●●● 焦點新聞

- 「特別報導」力挺公辦都更 第一銀行統籌主辦國城建設174.9億元聯貸
- 「特別報導」一銀宜蘭分行首創古蹟結合幾米裝置藝術 打造觀光新亮點
- 「特別報導」第一銀行勇奪11座國家品牌玉山獎 2項摘下全國首獎最高殊榮
- 「特別報導」第一金融集團綠光傳愛 助18所學校汰換近7000套LED燈具
- 「特別報導」贏得消費者肯定 第一銀行榮獲本國銀行客戶推薦獎
- 「特別報導」響應世界動物日 第一銀行「裸買愛動物」打造無塑生活
- 「特別報導」落實數位普惠金融 第一銀行獲數位金融獎雙獎殊榮
- 「特別報導」第一銀行落實社會公益 舉辦「愛心無礙」關懷志工活動
- 「特別報導」第一銀行志工前往有機農場 舉辦「第一好新鮮」農場志工活動

●●● 個人金融

- 信用卡-消費分期輕鬆刷
- 信用卡-FUN鬆趣旅遊 最高享回饋8,500元
- 信用卡-日韓美加海外實體店家消費享最高3%現金回饋無上限
- 信用卡-百貨公司購物最高享3.5%回饋

●●● 生活大小事

- 保鮮盒洗對了嗎
- 降膽固醇不是只有燕麥

●●● 元氣小棧

- 日常節能減碳小撇步



一銀陪你聊新事

ESG Podcast永續話題頻道

S3EP10 | 到花蓮看「來」！海洋綠洲計畫守護鯨豚生態 ft. 黑潮海洋文教基金會執行長 林東良

新鮮事、新奇事、新故事《一銀陪你聊“新”事》，每年四月到十月，都是臺灣最適合賞鯨的季節，不管是在宜花東，都可以報名參加出海賞鯨豚的行程。但在旅遊觀光與親近海洋生物的同時，我們也該維護牠們生活的環境，讓美麗的鯨豚能持續健康平安的生存。同時在「第一會客室」單元，為大家詳盡介紹第一銀行有趣又實用的「數位金融服務」，以及可愛的小粉獅又會送大家哪些好康？



力挺公辦都更 第一銀行統籌主辦國城建設174.9億元聯貸



第一銀行擔任統籌主辦暨管理銀行，與合作金庫銀行及土地銀行共同統籌主辦國城建設新臺幣174.9億元聯貸案，於10月8日完成簽約，該聯貸案主要支應臺南市政府於9月核定之「臺南市東區平實段2、3、5、6地號等4筆土地都市更新事業計畫及權利變換計畫案」所需資金，由國城建設擔任本都更案之實施者，基地位於臺南市東區文教區，面積約8683坪，將興建12棟大樓住宅，其中一棟回饋予臺南市政府作為公宅，並將申請銀級綠建築標章，以提昇國有地的經濟效益與都市更新價值，加速達成土地資產活化與都市環境更新等目的，為大眾創造宜居、舒適、便利之生活空間。

近年台積電等科技巨擘看好南部發展，促南臺灣產業加速起飛，帶動當地整體建設及成長；而國城建設深耕南部地區40餘年，近年更大舉投入公辦都更案，從高雄市首例公辦都更案「鳳山都更好」、中彰雲嘉投首例公辦都更案「嘉義都更好」，到高雄最大規模的公辦都更案「特貿三5G-AIoT創新園區」、「高捷聯開案」，均可見國城建設的投入；本次臺南平實都更案位於核心地段，與未來都市發展息息相關，國城建設將與臺南市政府攜手打造優質社區，共同促進當地成長與進步。



第一銀行統籌主辦國城建設174.9億元聯貸，由合作金庫銀行林衍茂董事長（左1）、國城建設蔡麗環董事長（左2）、第一銀行邱月琴董事長（中）、國城建設洪平森總裁（右2）及土地銀行何英明董事長（右1）代表簽約。

一銀宜蘭分行首創古蹟結合幾米裝置藝術 打造觀光新亮點



第一銀行攜手幾米團隊推出主題裝置藝術《忘記親一下·時空旅行》，隨著宜蘭分行古蹟建築修復，人氣主題裝置藝術也於分行戶外療癒登場，邀請民眾以多元視角欣賞跨時代公共藝術之美，打造在地觀光新亮點。

在地經營超過一世紀的宜蘭分行，在古蹟修復後帶著過往記憶美麗重生，透過與幾米繪本《忘記親一下》的療癒裝置藝術合作，展現百年分行嶄新形象，幾米的裝置藝術也是首次與銀行古蹟建築共同呈現，採復古元素及色彩與環境場域融合，打造融入第一銀行企業標誌的街道休憩座椅，創造出突破框架的公共藝術作品。



第一銀行勇奪11座國家品牌玉山獎

「多元社群平台」及「智慧地圖平台」摘下全國首獎最高殊榮

第一銀行長期深耕ESG（環境、社會、公司治理）及數位金融創新，積極打造幸福企業，秉持「就在你左右」品牌精神，推動永續發展，卓越經營績效奪下「第21屆國家品牌玉山獎」9項大獎，其中，「多元社群平台」及「智慧地圖平台」更摘下全國首獎最高殊榮，合計11大獎座，再創數位金融里程碑，10月22日由第一銀行蔡淑慧副總經理代表受獎。

除了第一銀行展現優異成績，第一金控旗下證券、投信、人壽等子公司同步獲得「傑出企業類」、「傑出企業領導人」、「最佳人氣品牌類」及2項「最佳產品類」等5大殊榮，今年第一金融集團合計摘下16項獎座，不論在數位發展、員工照護、體育推手、品牌建立、企業績效及領導人表現上，皆獲得國家級肯定，為具前瞻性和競爭力的優質標竿企業。



第一銀行勇奪11座國家品牌玉山獎，第一銀行蔡淑慧副總經理（第二排右2）與團隊成員合影。

本次第一銀行獲得6項「最佳人氣品牌類」和3項「最佳產品類」獎座，包括ESG Podcast《一銀陪你聊「新」事》、《就在你左右》品牌形象廣告、友善家庭、體育先行者、第一金融智慧地圖平台、企業金流自動化平台、數位平台NPS導入專案、iLEO數位銀行、多元社群平台等。

特別報導

第一金融集團綠光傳愛 助18所學校汰換近7000套LED燈具



第一金控身為永續金融先行者聯盟成員，長期深耕ESG（環境、社會、公司治理），為積極實踐環境永續政策，攜手子公司及第一銀行文教基金會辦理「綠光傳愛」永續計畫，今年協助全臺18所資源缺乏學校安裝近7000套LED燈具，以打造優質的教育學習環境、提升學生學習效能，預估每年減少約342公噸碳排放量（CO₂e），減少約276萬元電費支出，有效降低燈具耗能達到節能減碳效益。

近年全球氣候變遷造成極端氣候日益嚴峻，為響應國家2050淨零排放目標，第一金控除自身採行低碳營運，持續提供創新綠色金融商品及服務，引導並支持客戶低碳永續轉型，此外，自2017年即啟動「綠光傳愛」永續計畫，迄今已協助7家社福機構、82所偏鄉學校安裝節能LED燈具近2.5萬套，愛心足跡遍及全臺，今年更來到國境之南的恆春，協助屏東縣恆春鎮2所中小學更換LED燈具；預估89家受惠單位年節省逾223萬度高電，減少約892萬元電費支出，減碳量約1140公噸CO₂e。



第一金融集團「綠光傳愛」永續計畫今年協助全臺18所資源缺乏學校安裝近7000套LED燈具。

贏得消費者肯定 第一銀行榮獲本國銀行客戶推薦獎



第一銀行秉持誠信經營之企業核心文化，積極實踐公平待客原則，同時憑藉數位領航，優化客戶體驗的創新服務，備受各界肯定，在2024財訊金融獎中由消費者自主投票評選，榮獲「本國銀行客戶推薦獎-優質獎」，為本次得獎名單中唯一獲獎之公股銀行，10月18日舉辦頒獎典禮，由第一銀行蔡淑慧副總經理代表受獎。

長期深耕數位金融服務的第一銀行，自2019年開辦iLEO數位帳戶，由消費者角度出發，打造數位專屬行動銀行，陸續推出金融界首創的「滑滑轉帳」、「小粉獅實驗室」與「金山財神」等創意功能，並打造主題對話式的「百元奇基」，提供小額投資新選擇，截至上半年用戶數累積近176萬戶，持續保持公股銀行第一的數位金融龍頭地位；同時，為吸引年輕族群，社群媒體搭配IP角色「小粉獅」，創造與消費者的多元互動，4大社群媒體粉絲數皆為公股行庫第一名，Facebook及Instagram更為金融業之冠。



第一銀行榮獲財訊金融獎「本國銀行客戶推薦獎-優質獎」，由台灣經濟研究院吳中書董事長（左）頒獎，第一銀行蔡淑慧副總經理（右）代表受獎。

響應世界動物日 第一銀行「裸買愛動物」打造無塑生活



第一銀行發揮永續金融與生物多樣性影響力，持續透過環境永續議合行動，展現對國際與本土瀕危物種保育、減塑議題及環境教育重視的決心，10月4日「世界動物日」攜手臺北市立動物園與台塑便利家環保科技，選定第一銀行總行大樓共同推出「裸買愛動物」無塑販賣機活動，鼓勵員工自備容器購買，落實「保育瀕危動物」與「無塑生活」。

第一銀行聯合台塑便利家環保科技具體回應《全球塑膠公約》的環境污染挑戰與生物生存危機，自今年4月22日世界地球日設置「無塑販賣機」，以自備容器減塑的方式，自助購買環境友善的裸裝洗衣精、洗碗精，從源頭減量做起，5個月內已減少約1700個1公升塑膠容器浪費，培養員工由內而外的減塑行動力。



第一銀行與臺北市立動物園合作，發起「瀕危動物故事館」保育教育展示計畫，第一銀行總務處吳淑貞處長（左3）代表出席展覽開幕活動。

落實數位普惠金融 第一銀行獲數位金融獎雙獎殊榮



第一銀行致力推動公平待客原則、金融友善服務及防堵金融詐騙，不僅連續三年獲金管會公平待客評核前25%績優肯定，並於首次參加《工商時報》數位金融獎-「數位公平待客獎」及「數位普惠獎」甄選，雙雙榮獲「優質獎」殊榮，充分彰顯長期戮力縮短民眾使用數位科技之落差與營造金融友善環境之成果，頒獎典禮於10月29日舉行，由第一銀行蔡淑慧副總經理代表受獎。

為加強對弱勢族群權益保護，第一銀行董事會與高階管理人員甚表重視而於各種會議場合給予具體建議與督導，以作為優化相關軟硬體設備、友善環境及服務流程等措施之調整參考，另除於臨櫃交易以系統化方式執行關懷提問，以及網路銀行轉帳交易建置相關強化管控制外，亦依不同族群客戶需求，提供暖心金融商品與服務，打造友善多元族群的無障礙環境，並熱心教導客戶如何使用數位工具，以加速滿足其享受各種金融服務之需求。



第一銀行獲數位金融獎-「數位公平待客獎」及「數位普惠獎」雙獎殊榮，由第一銀行蔡淑慧副總經理（右）代表受獎。

特別報導

第一銀行落實社會公益 舉辦「愛心無礙」關懷志工活動



第一銀行志工夥伴持續以「在地關懷-愛心無礙」活動將愛心散播社會角落，為關懷社會公益，松山分行及內科園區分行同仁志工夥伴分別前往「台北市康復之友協會」及「財團法人忠義社會福利事業基金會」，捐贈所需之物資、設備等，以實際行動發揮企業影響力，讓他們感到多一份幸福與關懷，展現本行在地關懷的精神。



特別報導

第一銀行志工前往有機農場 舉辦「第一好新鮮」農場志工活動



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，藉由參與耕作等善待大地的活動，進而愛護大自然。



雙和分行及赤崁分行熱情志工們分別前往林口綠萌

子有機農場、台南巨農有機農場，小農們為大家詳細介紹有機環境及有機作物生長方式，大小志工們在農場彎腰拔菜種菜、有機蔬菜包裝、手作DIY等農耕體驗，讓志工們從實地農作中學習感恩惜福的心，也讓孩子們從小扎根，進而愛護大自然。



個人金融 Finance

消費分期輕鬆刷



★活動期間：即日起~2024/12/31

★活動內容：單筆交易滿3,000元（含）以上，在帳單日期（結帳日）前3天（遇例假日請提前辦理），來電或線上即可申請。

★活動詳情：

<https://card.firstbank.com.tw/sites/card/1565690686127>

FUN鬆趣旅遊 最高享回饋8,500元



★活動期間：2024/7/1~2024/12/31

★活動內容：活動期間至優選通路消費後按月登錄，滿額贈、加碼贈各門檻擇優回饋一次，每戶每月最高回饋8,500元。

★活動詳情：

https://card.firstbank.com.tw/sites/card/zh_TW/1565700567524

日韓美加海外實體店家消費享最高3%現金回饋無上限



★活動期間：2024/7/1~2024/12/31

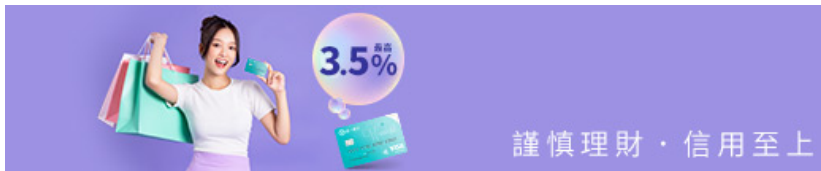
★活動內容：活動期間使用一卡通聯名卡同時設定電子帳單及本行帳戶自動扣繳卡費，於日本、韓國、美國及加拿大之海外實體店家消費(限當地幣別)，享最高3%現金回饋(含原權益1%)，回饋無上限。

★活動詳情：

https://card.firstbank.com.tw/sites/card/zh_TW/1565698547009

百貨公司購物最高享3.5%回饋





★活動期間：2024/7/1~2024/12/31

★活動內容：活動期間持星璨卡於全台百貨公司購物單筆刷卡滿1,000元(含)以上，登錄活動最高享3.5%現金回饋(含原卡片權益0.5%)。加碼3%刷卡金，每戶每期帳單回饋上限300元，活動登錄名額限量2萬名。

★活動詳情：

https://card.firstbank.com.tw/sites/card/zh_TW/1565702887875

生活大小事 Daily Life

保鮮盒洗對了嗎？ 妳一定要知道，防細菌滋生必知清潔3要點



保鮮盒的清潔與一般碗盤、精緻瓷器清潔方式相同，只要使用一般洗碗精及尼龍纖維材質的清潔用品，先將清潔劑塗抹在清潔用品上，再清潔髒汙的保鮮盒，最後用清水沖洗乾淨，以直立方式晾乾，以免水滴殘留盒中。

保鮮盒的清潔訣竅

另外，盒蓋清潔也很重要，目前大部分廠商的盒蓋膠條是屬於分離式的，所以很容易讓食物湯汁滲入膠條縫隙，如果沒清洗乾淨，必會讓盒蓋邊緣發霉。因此注意清洗時，盒蓋膠條也需取出清洗乾淨，吊掛風乾後再放回盒蓋裡。

STEP1：

先用牙籤將保鮮盒蓋的膠條挑出。

STEP2：

用搓揉方式加上清潔劑清潔膠條。

STEP3：

用免洗筷加棉布清潔保鮮盒蓋的溝槽。

...

[More..](#)

資料來源:華人健康網

<https://www.top1health.com/article/94954>

降膽固醇不是只有燕麥！ 必吃4種降膽固醇食物，促進心血管健康



提到降膽固醇的食物，馬上令人想起的絕對就是燕麥！其實會這麼想也不是沒道理，除了因為廣告效果很好，讓民眾有「燕麥=降膽固醇」這種根深蒂固的觀念，再加上燕麥本身的確是降膽固醇的聖品，所以廣受許多人的喜愛。但是，除了燕麥，就真的沒有其他食物可取代了嗎？

高血膽固醇是心血管疾病的頭號警訊

若血膽固醇過高，容易堆積在血管壁內層，引起慢性發炎並形成斑塊，使血管管徑變小、甚至阻塞，導致動脈粥狀硬化、高血壓、心肌梗塞、中風等問題。一般建議健康成人需控制血液總膽固醇低於200mg/dL、壞的膽固醇 (LDL-c) 小於100mg/dL、而好的膽固醇 (HDL-c) 數值則不能低於40mg/dL，以預防心血管疾病的發生。

其實人體中膽固醇含量只有1/3來自飲食，2/3由人體自行合成。正常情況下，飲食膽固醇對血清膽固醇的影響並不大，需要靠長期的飲食調整，才能有較顯著的降血脂效果。以下就來介紹除了燕麥以外，也具有降膽固醇功效的好食物：

降膽固醇的4種食物

1.黃豆

英國飲食協會 (British Dietetic Association) 指出，每日攝取15g~25g的黃豆及其製品，有助於降低高達10%壞的膽固醇 (LDL)。黃豆只含有少量的飽和脂肪酸，反而富含具有降低膽固醇功效的不飽和脂肪酸、膳食纖維、卵磷脂、大豆異黃酮等營養素，能保護心血管並預防疾病發生。建議可選擇黃豆及其製品來替代高脂肪的紅肉或全脂奶類作為蛋白質食物來源，如：豆漿、豆腐、豆干、豆花。

2.蘋果

...

[More..](#)

資料來源:華人健康網

<https://www.top1health.com/Article/320/95113>

元氣小棧 Issue

日常節能減碳小撇步!



RUSH HOUR

每到夏天熱門門市高峰, 海平面也會繼續上升, 但, 如果台灣每位冷氣房調高一度, 第一度夏天就可以減少消耗千萬公升二氧化碳排放量, 省下一度, 也就省電, 省了一度, 也就省電, 總算得救! 一個標示, 使用高能效冷氣, 全國不調溫。

尖峰時刻 ● 聰明用電



 第一銀行 就在你左右

公關室 出刊