



第一銀行 就在你左右
First Bank Always with you

第一報

INDEX

●● 焦點新聞

- 「特別報導」第一銀行年終逾8個月創新高 視訊摸彩員工嗨翻
- 「特別報導」第一銀行全臺10家分行名師揮毫春聯限量送
- 「特別報導」第一銀行攜手臺灣銀行統籌主辦友達光電400億元聯貸
- 「特別報導」第一銀行攜手特力集團 推ESG永續供應鏈金融合作
- 「特別報導」第一銀行攜手群聯電子開辦員工持股信託 打造幸福企業
- 「特別報導」第一圓夢舞台重返臺大醫院 邀生命鬥士自信演出鼓勵病友
- 「特別報導」第一銀行2023年阻詐逾2億元 前進校園響應全民防詐
- 「特別報導」揪甘心！第一銀行攜手安得烈響應年菜食物箱募集
- 「特別報導」第一銀行「第一好新鮮」農場志工活動~大里分行
- 「特別報導」第一銀行「愛心無礙」關懷志工活動-圓山分行

●● 個人金融

- 信用卡-一卡通聯名卡 日韓海外實體消費享3%現金回饋
- 信用卡-iLEO信用卡綁定行動支付最高享10%回饋
- 信用卡-單筆滿3,000元 消費分期輕鬆刷
- 信用卡-FUN鬆趣旅遊 最高享回饋8,500元！

●● 生活大小事

敏感性牙齒吃甜食就疼痛 必知4大原因！

梨狀肌發炎害屁股痠痛、腳麻！

●● 元氣小棧

日常節能減碳小撇步



EP14 | 跋山涉水，只為了守護偏鄉的健康 ft. 門諾醫院 鄭穆良醫師、連竟堯主任

本集邀請門諾醫院肝病防治中心鄭穆良醫師和發展部連竟堯主任，述說門諾在七十多年前全臺灣第一輛醫療車的故事，並藉由節目提醒大家肝病防治的重要性，以及門諾醫院在升級醫療資源上所持續的努力。本次在「第一會客室」單元中，分享行員在第一線日常服務中，如何落實金融友善，不僅為身障朋友帶來便利的服務，也讓外國朋友感受到滿滿人情味，提供講台語、外語嘛A通的雙語服務。



🔍 焦點新聞 NEWS

特別報導

第一銀行年終逾8個月創新高 視訊摸彩員工嗨翻



積極實踐成為幸福企業典範的第一銀行，繼去年底上調今（2024）年員工整體加薪幅度最高可超過8%，再宣布今年發放的年終獎金（總獎酬月數）將逾8個月，創下歷史新高，在農曆年前帶來「龍年大發」的好消息，邱月琴董事長也期許同仁再創佳績，在各項表現更上層樓。

邱月琴董事長和李嘉祥總經理更於「新春辭歲視訊摸彩」活動現場大方加碼獎勵紅包，讓全行超過8100名同仁嗨翻。本次第一銀行員工摸彩活動有現金88888至1688元金額不等超過1000個以上紅包獎項，最大獎現金88888元由資訊處廖姓行員抽中，當下讓她直呼太幸運了！且為慶祝第一銀行邁向125周年，就算沒有抽到獎，每位同仁也都能收到新年祝福紅包125元，為金龍年帶來好彩頭。



第一銀行舉辦「新春辭歲視訊摸彩」，邱月琴董事長（左）和李嘉祥總經理（右）抽出多位幸運得主。

特別報導

第一銀行全臺10家分行名師揮毫春聯限量送



農曆新年到，為了讓民眾除舊布新迎新年，第一銀行文教基金會於2月6日至2月7日舉辦「祥龍獻瑞迎新春 揮毫贈春聯」，邀請12位書畫名家於全臺10家分行現場揮毫，贈送春聯給前來洽辦事務的民眾，喜迎金龍年！

活動首日，由邱月琴董事長、陳芬蘭總經理、李嘉祥總經理、蔡淑慧副總經理與書畫名家鄭紅雪老師一同進行開筆儀式，寫下「錢龍耀第一」字句，祝福大家在金龍年事事都第一、好運「龍」總來。



第一銀行文教基金會舉辦「祥龍獻瑞迎新春 揮毫贈春聯」活動，由邱月琴董事長（中）、第一金控陳芬蘭總經理（左一）、第一銀行李嘉祥總經理（左二）、蔡淑慧副總經理（右一）與書畫名家鄭紅雪老師（右二）一同進行開筆儀式。

特別報導

第一銀行攜手臺灣銀行 統籌主辦友達光電400億元聯貸



第一銀行及臺灣銀行統籌主辦友達光電5年期新臺幣400億元聯貸案，於1月31日舉辦簽約儀式，該聯貸案由第一銀行攜手臺灣銀行統籌主辦及擔任管理銀行，並獲得18家金融機構支持，承諾金額達780億元，超額認貸達到260%，最終以400億元結案，且在金融同業踴躍參與下，僅2個月即圓滿募集完成，充分顯示對該公司經營及未來發展表示認同與深具信心。



第一銀行及臺灣銀行統籌主辦友達光電400億元聯貸案，由第一銀行邱月琴董事長（前排中）、施志調副總經理（前排左三）率領同仁與友達光電彭双浪董事長（前排右四）合影。

特別報導

第一銀行攜手特力集團 推ESG永續供應鏈金融合作



第一銀行長期深耕ESG（環境、社會、公司治理），為響應2050淨零排放，與國內大型貿易零售商特力集團攜手合作，提供「e起動起來ESG永續供應鏈金融合作」，共同推動特力集團供應鏈廠商低碳轉型，以具體行動發揮金融影響力，攜手企業邁向永續生態圈，落實「攜手躍進，永續創新」的經營策略。



第一銀行攜手特力集團推動「e起動起來ESG永續供應鏈金融合作」，由邱月琴董事長（左）與特力集團何湯雄總裁（右）代表簽約。

特別報導

第一銀行攜手群聯電子開辦員工持股信託 打造幸福企業



NAND控制晶片及NAND儲存解決方案領導廠商群聯電子為提昇員工福利，協助同仁長期儲蓄、累積財富，並透過獎酬多元化留住優秀人才，提高員工向心力，於1月15日與第一銀行共同簽署員工持股信託契約，依據員工每月提存之自提金，公司相對提撥獎勵金，透過信託機制鼓勵員工以購買公司股票的方式儲蓄，激勵同仁與公司共創良好績效。



第一銀行與群聯電子共同簽署員工持股信託契約，由邱月琴董事長（左五）、甘美珠副總經理（左六）與群聯電子潘健成執行長（左四）率團隊同仁合影。

特別報導

第一圓夢舞台重返臺大醫院 邀生命鬥士自信演出鼓勵病友



第一銀行及第一銀行文教基金會積極投入社會公益，再次攜手臺大醫院舉辦「點亮人生第一圓夢舞台」音樂會，讓生命鬥士藉由演出展現自信。今年首場音樂會2月1日於臺大醫院東址大廳熱鬧登場，邀請伊甸基金會的湛藍樂團、輪椅舞團、半音舞集及喜恩合唱團帶來木箱鼓及歌舞表演，以溫暖演出感動人心。第一銀行總經理暨文教基金會李嘉祥副董事長也特別到場給予表演者支持與鼓勵，並在現場分送「小粉獅富貴米」，讓病友及家屬們提前感受農曆新年喜氣。



第一銀行文教基金會攜手臺大醫院舉辦「第一圓夢舞台」音樂會，第一銀行李嘉祥總經理（中）、勞動部許傳盛政務次長（右二）、第一銀行文教基金會詹阿水董事（右一）、第一銀行蔡淑慧副總經理（左一）、臺大醫院王亭貴副院長（左二）給予表演者支持與鼓勵。

特別報導

第一銀行2023年阻詐逾2億元 前進校園響應全民防詐



2023年第一銀行落實臨櫃關懷成功攔阻詐騙案件共計356件，金額超過新臺幣2億元，較2022年成長逾6成；在2024年首週，即由第一銀行法令遵循長、副總經理簡志光親自率隊，前往國立台北商業大學企管系舉辦「2024年反金融詐騙校園宣導說明會」反詐宣導活動，加強同學反詐知能，拒絕高獲利投資陷阱與求職詐騙、避免財產損失，響應全民防詐。



第一銀行法令遵循長、簡志光副總經理（前排左二）前往國立台北商業大學企管系舉辦「2024年反金融詐騙校園宣導說明會」反詐宣導活動，與企管系黃瑞傑教授（前排左一）及同學合影。

特別報導

揪甘心！第一銀行攜手安得烈響應年菜食物箱募集



第一銀行《一銀陪你聊「新」事》ESG Podcast節目，在全新第三季首集邀請出身自脆弱家庭的安得烈慈善協會執行長羅紹和，分享如何將童年受幫助的恩惠轉化為行善動力，並號召民眾透過「年菜食物箱募集活動」，讓更多兒少及長者免受飢餓之苦。

除此之外，本季首度新增「第一會客室」單元，本集邀請第一銀行華山分行資深副理林許貝，分享在第一線防止詐騙的精采故事，並呼籲民眾三不原則「不接觸、不回覆、不匯款」，提高警覺避免落入詐騙集團的圈套。



特別報導

第一銀行「第一好新鮮」農場志工活動 ~大里分行



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。

大里分行~前往「東勢小瓢蟲有機農場」

蔡佳蓉經理帶領熱情志工們來到東勢小瓢蟲有機農場，小農巫大哥為大家介紹有機環境、有機農法、有機作物之生長方式，大小志工們在農場彎腰拔菜，體驗農地實作、介紹有機標章，以及育苗與有機蔬菜包裝體驗，讓志工們從實地農作體驗中學習感恩惜福的心



特別報導

第一銀行「愛心無礙」關懷志工活動 ~圓山分行



第一銀行志工夥伴持續以「在地關懷-愛心無礙」志工活動將愛與關懷散播社會角落，以實際行動發揮企業影響力讓社會更美好。

圓山分行~前往「新北市愛幸福庇護工場」

在劉康慈經理的帶領下，圓山分行志工服務隊前往「新北市愛幸福庇護工場」舉辦志工活動。機構聘有25名多重障礙者，在就服員的協助下，透過職務再設計，學習製作手工

皂·惟募資不易·需社會各界給予協助·故
本次志工活動捐贈庇護員工所需手套、圍
裙、工作帽等物資·以實現本行在地關懷之
精神·帶給弱勢滿滿的愛與溫暖。



💰 個人金融 Finance

一卡通聯名卡 日韓海外實體消費享3%現金回饋



★活動期間：2024.1.1~2024.6.30

★活動內容：活動期間以一卡通聯名卡於日本及韓國海外實體消費，享加碼2%現金回饋，加計原權益1%，合計為3%現金回饋，回饋無上限。

★活動詳情：

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

iLEO信用卡綁定行動支付最高享10%回饋



★活動期間：2024.1.1~2024.6.30

★活動內容：活動期間持iLEO信用卡且綁定指定行動支付最高享10%回饋

★活動詳情：

<https://webar.firstbank.com.tw/c000000671/>

單筆滿3,000元 消費分期輕鬆刷





★活動期間：2024.1.1~2024.6.30

★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/card/mk/EDM/231023_installment/edm.html

FUN鬆趣旅遊 最高享回饋8,500元！



★活動期間：2024.1.1~2024.6.30

★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3,500元。

★活動詳情：

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

生活大小事 Daily Life

敏感性牙齒吃甜食就疼痛，必知4大原因！ 醫師教5要訣，有效改善牙齒疼痛



敏感性牙齒是由於牙本質暴露所造成，而牙本質是位於琺瑯質下面的一層結構。敏感性牙齒主要症狀是當牙齒受到刺激，例如只要冷熱食物(如吃冰、吃甜食或喝咖啡)、吸到空氣等，就會感到牙齒有刺激感或疼痛感。如果有敏感性牙齒該怎麼辦？敏感性牙齒該如何治療？以及如何改善牙齒敏感？以下由蔡雅藍牙醫師為大家解答。

當牙齒暴露於某些刺激物(如熱或冷的溫度、甜或酸的食物或壓力)，會產生不適或疼痛，就稱為敏感性牙齒。這是由於牙本質小管暴露造成的，因牙本質中有成千上萬條通往牙髓神經的牙本質小管。

牙釉質又稱琺瑯質，位於牙本質的外側，用來保護並緩衝來自外界的刺激，包括冷與熱的溫差、酸甜苦辣的味覺，以及咀嚼的觸覺等。

敏感性牙齒的原因

敏感性牙齒是由於牙本質暴露造成的，牙本質是琺瑯質下面的一層，其中包含神經末梢。以下4大常見原因可能會造成牙本質暴露，引發敏感性牙齒，不可不慎！

1. 錯誤刷牙

同過硬的刷毛以及錯誤的刷牙方法，會加速牙釉質的損耗。在挑選牙刷時，建議選擇刷頭比較小的，因為小刷頭能夠深入後方的牙齒；而刷毛則要選擇軟硬適中的，軟刷不乾淨，太硬容易傷害牙齒及牙齦。

2. 高糖飲食

與蛀牙原因相同，細菌滋生所產生的代謝物(酸)是牙釉質的大敵；偏酸的食物飲料滯留在口腔中，等同是牙菌斑的溫床，相較於原型食物更能在短時間內加速牙釉質的破壞。

3. 牙齒磨耗

成人的牙齒皆有正常磨耗，不過若加上夜間磨牙或日間緊咬，或是咀嚼冰塊、甘蔗甚至檳榔、原子筆、吸管等硬物的飲食習慣，會比健康飲食習慣的人更早發生咬合面過度磨耗。睡覺磨牙

4. 牙齦萎縮

牙根沒有牙釉質保護，所以健康飽滿的牙齦會覆蓋住一些牙冠，來保護牙釉質與牙本質的交接處。當發生牙齦萎縮，缺乏牙釉質保護的交接處甚至牙根便暴露在外，是最常見的敏感性牙齒成因。

敏感性牙齒的症狀

1.對酸性食物或飲料敏感...

[More..](#)

資料來源:華人健康網

<https://www.top1health.com/Article/237/93310>

梨狀肌發炎害屁股痠痛、腳麻！ 醫師教分辨梨狀肌症候群、坐骨神經痛



上班族長時間坐在電腦前工作，偏偏喜歡翹腳，小心長期下來屁股痠痛，甚至有腳麻的感覺，小心梨狀肌發炎引起梨狀肌症候群。很多人會出現類似的症狀，卻誤以為是椎間盤突出所造成的坐骨神經痛。陽明交大附醫神經外科主治醫師謝炳賢表示，雖然兩者發生的部位及症狀很類似，不過，其實很多時候也可能是因為梨狀肌腫脹發炎，同時伴隨緊繃時，而產生麻木疼痛的感覺。

什麼是梨狀肌症候群？

梨狀肌是在臀部深層臀大肌下方的三角狀肌肉，左右各一塊，主要幫助髖關節做出外轉動作，並協助穩定骨盆。當梨狀肌因為重複動作或壓迫(如久坐久站、翹腳、運動傷害等)，導致發炎腫脹或緊繃時，壓迫到下方通過的坐骨神經，而出現類似的屁股痛、腳麻等症狀。

梨狀肌症候群有哪些症狀？

梨狀肌症候群最主要的症狀是在臀部深處會有明顯痛點，在變化姿勢時會特別疼痛，且症狀大多會出現在單側。而疼痛感也有可能從臀部延伸至腳底，嚴重時會影響走路，出現跛行無力的狀況。

梨狀肌症候群和椎間盤突出有什麼差異？

椎間盤突出所造成的坐骨神經痛，常常會和梨狀肌症候群搞混。兩者主要的差異在於：椎間盤突出為椎間盤的髓核擠出，而壓迫脊椎神經根；而梨狀肌症候群則是肌肉發炎腫脹的壓迫神經，一般不會出現腰痛的症狀。...

[More..](#)

資料來源:華人健康網

<https://www.top1health.com/article/93309>

元氣小棧 Issue

日常節能減碳小撇步!



環境復育 友愛大地



推動環境教育，善予永續經營

環境教育，植樹造林，共創綠意大地

環保小常識：
地球上每多一棵樹，一年可吸附2公斤
二氧化碳，若全台灣每人種一棵樹，
一年可吸附2.7億公斤二氧化碳。

在地關懷 成就每份感動

