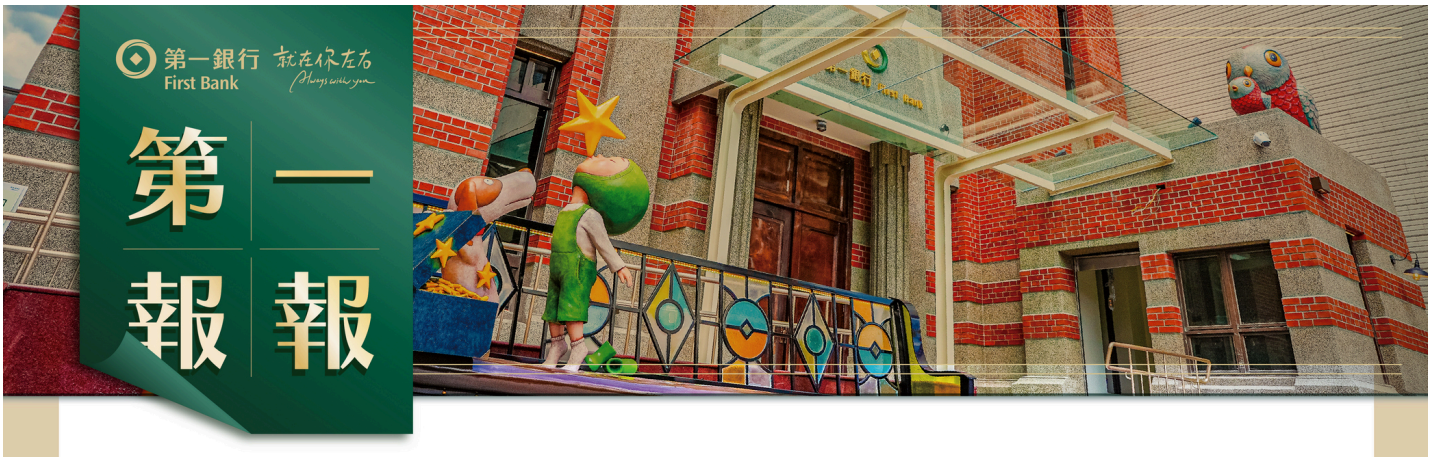


INDEX

NO. 370
發刊日
2025/10/30

焦點新聞

「特別報導」一銀文教基金會交響音樂會 林俊逸、黃妃唱響臺中國家歌劇院
「特別報導」第一銀行攜手臺灣高等檢察署簽署「可疑交易分析機制專案合作意向書」　打造防詐金融防護網
「特別報導」第一銀行重陽敬老 席開百桌邀退休人員同樂
「特別報導」第一金融集團勇奪15座國家品牌玉山獎「iLEO數位銀行」摘下全國首獎最高殊榮
「特別報導」積極推廣防詐與理財知識 第一銀行連兩年榮獲「金融教育貢獻獎」
「特別報導」支持員工運動、積極栽培國手 第一銀行三度獲頒「運動企業認證」
「特別報導」第一銀行實踐金融平權 連4年獲公平待客評比前25%殊榮
「特別報導」落實普惠金融 第一銀行勇奪數位公平待客獎「金質獎」殊榮
「特別報導」ESG先行者　第一金融集團綠光傳愛協助更換LED燈具逾百家
「特別報導」共築全齡幸福職場　第一銀行榮獲「114年臺北市中高齡者暨高齡者友善企業認證」
「特別報導」年增逾兩百名「第一寶寶」 第一金控連三年獲「健康勞動力永續領航企業」
「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-一銀卡油禮
信用卡-瘋旅遊 最高享回饋8,500元！
信用卡-icash聯名卡統一超商門市10%OPENPOINT
信用卡-精選通路最高3.5%刷卡金回饋

生活大小事

骨鬆不再是老年病，7高危險群當心！骨密度如何檢查？醫揭最準確方法：5分鐘就知結果
從104公斤瘦到53公斤...42歲個管師分享：藥物和保健品不是仙丹，減重成功靠的是...

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

S4EP10｜藝術不只是心靈的養分，也能成為助人的甘泉 ft. 油畫藝術家 林秀霞

新鮮事、新奇事、新故事《一銀陪你聊“新”事》，本集邀請跨足廣播、生技和藝術的林秀霞老師，她四度獲金鐘獎、轉戰生技，近年潛心油畫創作，三年內即辦個展並將所得捐作公益，展現她勇於轉換跑道、以藝術回饋社會的堅定信念。今年，在第一銀行「第一藝術空間」舉辦《浮生藝憶—流光異彩》個展，開創線上與實體同步策展。「第一會客室」由第一銀行公關室同仁介紹第一銀行文教基金會如何支持本土藝術，並回顧「第一藝術空間」策展過程的難忘片段；以及針對弱勢學童和特殊專才的資助計劃，講述培育帕運桌球銀牌得主陳柏諺奮鬥成長的感人故事。





焦點新聞 NEWs

特別報導

一銀文教基金會交響音樂會 林俊逸、黃妃唱響臺中國家歌劇院

第一銀行文教基金會長期深耕本土音樂與藝術文化，舉辦大型交響音樂會備受各界肯定，今年壓軸場「璀璨時光 金曲饗宴」音樂會10月8日於臺中國家歌劇院登場，除了邀請第一金融集團貴賓客戶參與，也將音樂會結合社會公益，邀請「伊甸基金會」的朋友共襄盛舉，透過音樂傳遞正向力量。

本次音樂會由享譽國際的「長榮交響樂團」開場，陸續演奏《西城故事》、《泰伊思冥想曲》及《悲慘世界》等經典曲目，接著由「Wassafoli & Friends」非洲鼓樂團，帶來《Bonse Aba》、《Fore》及《傳統非洲鼓舞組曲》等作品，展現原始節奏與文化底蘊的完美融合；另外，邀請實力派歌手林俊逸及黃妃重磅登場，陸續帶來《傳奇》、《女人花》、《新18姑娘》及《誰人甲我比》等多首著名歌曲，讓現場聽眾聽得如癡如醉，堅強的演唱實力贏得全場熱烈掌聲。



第一銀行文教基金會舉辦「璀璨時光 金曲饗宴」臺中場音樂會，董事長邀請貴賓及公益團體共襄盛舉。

特別報導

第一銀行攜手臺灣高等檢察署簽署「可疑交易分析機制專案合作意向書」 打造防詐金融防護網

第一銀行為打擊詐騙，10月27日與臺灣高等檢察署正式簽署「可疑交易分析機制專案合作意向書」（MOU），由董事長與高檢署張斗輝檢察長代表簽署，並邀請法務部長鄭銘謙及金管會副局長王允中親臨見證，象徵金融與司法力量全面整合，精準辨識潛在不法帳戶，從源頭防堵詐騙金流，並強化洗錢防制與金融犯罪偵防效能。



第一銀行與臺灣高等檢察署簽署「可疑交易分析機制專案合作意向書」，法務部鄭銘

謙部長（中）、臺灣高等檢察署張斗輝檢察長（左）及董事長（右）共同出席簽署儀式。

特別報導

第一銀行重陽敬老 席開百桌邀退休人員同樂

隨著重陽節將至，今年第一銀行退休人員聯誼餐會10月27日在全臺北、中、南三區同時舉辦，氣氛熱鬧非凡。本次聯誼餐會邀請歷屆董事長、總經理及退休前輩齊聚一堂、共襄盛舉，餐會在長官熱情號召、退休人員協會大力鼓吹及同仁多方協助下報名踴躍，三區聯合席開百桌，參加人數超過1000人。

今年聯誼餐會由董事長率領第一銀行經營團隊高歌「世界第一等」為餐會盛大開場，同時特別邀請公益團體朱萬花女士進行歌唱表演，對於年滿90歲以上之退休前輩，現場再加碼發給敬老紅包，祝福前輩們健康長壽。



第一銀行舉辦「退休人員聯誼餐會」，董事長（中）頒發敬老紅包予年滿90歲以上的退休前輩。

特別報導

第一金融集團勇奪15座國家品牌玉山獎「iLEO數位銀行」摘下全國首獎最高殊榮

第22屆國家品牌玉山獎於10月21日舉行頒獎典禮，第一金融集團展現卓越成果，在企業績效、領導人、產品創新、人才培訓及品牌建立等面向，皆獲得國家級肯定，銀行、證券、人壽等子公司共拿下「傑出企業類」2項、「傑出企業領導人」1項、「最佳產品類」6項及「最佳人氣品牌類」5項大獎；其中，「iLEO數位銀行」更榮獲全國首獎最高殊榮，合計勇奪15項大獎，締造連續4年榮獲國家級肯定的佳績。

近年來，第一銀行營運穩健，獲利屢創新高，不僅積極整合海內外據點、強化跨國金融服務，更深耕ESG（環境、社會、公司治理），朝區域型銀行邁進，對企業及社會皆有卓著貢獻，榮獲「傑出企業獎」。



第一金融集團勇奪國家品牌玉山獎15項大獎，由蕭美琴副總統（左）頒獎，總經理（右）代表受獎。

特別報導

積極推廣防詐與理財知識 第一銀行連兩年榮獲「金融教育貢獻獎」

第一銀行以實際行動展現對金融教育的重視與承諾，今年再度榮獲金融監督管理委員會頒發「金融教育貢獻獎–最佳投入獎」殊榮，提升全民金融素養與防詐意識的卓越成效備受肯定，10月29日由蔡淑慧副總經理代表受獎。

第一銀行深刻體認「金融教育」是建立全民理財觀念與認識金融服務的基礎，除提升個人金融素養與理財能力外，更能強化防詐意識、減少財務損失，隨著科技發展與詐騙手法層出不窮，第一銀行積極投入金融教育推廣，與業界及教育機構攜手合作，協助民眾建立正確理財態度。



第一銀行連兩年榮獲金管會頒發「金融教育貢獻獎」，由金管會彭金隆主委（右）頒獎，蔡淑慧副總經理（左）代表受獎。

特別報導

支持員工運動、積極栽培國手 第一銀行三度獲頒「運動企業認證」

第一銀行秉持「在地經營 在地關懷」理念，積極推動運動風氣、培養優秀體壇好手，於10月27日再度榮獲教育部體育署頒發「運動企業認證」，自2019年起已連續3度蟬聯殊榮，以實際行動展現支持體育發展的決心與努力。

第一銀行長期深耕並支持臺灣體育運動發展，今年更投入預算總額超過2000萬元為基層體育扎根，贊助運動項目包含桌球、舉重、角力及柔道等四項，並支持全臺17所基層學校，透過體育人才經費贊助、延聘國手級教練指導等方式，鼓勵選手發揮潛能。



第一銀行長期推展運動風氣，蔡淑慧副總經理（右）代表接受總統府何志偉副秘書長（左）頒發「運動企業認證」。

特別報導

第一銀行實踐金融平權 連4年獲公平待客評比前25%殊榮

第一銀行秉持「顧客至上，服務第一」的經營理念，以公平待客為企業核心文化，今年第四度榮獲金管會評比為前25%名單之殊榮，彰顯保障消費者權益、強化金融服務品質與致力於ESG（環境、社會、公司治理）發展的卓越表現。

第一銀行董事會與高階管理人員高度重視公平待客原則之實踐，除導入ISO 10002客訴品質管理系統，落實客訴陳報機制外，更親赴客服中心與客戶直接互動，傾聽客戶需求，領導員工實踐公平待客精神。



第一銀行透過講座宣導防詐技巧與金融知識，王振華副總經理（左3）代表出席。

特別報導

落實普惠金融 第一銀行勇奪數位公平待客獎「金質獎」殊榮

第一銀行秉持誠信經營之企業核心文化，推展公平待客原則，不僅連續四年獲金管會公平待客評核前25%績優肯定，更再度榮獲《工商時報》數位金融獎 -「數位公平待客獎」，今年更勇奪「金質獎」殊榮，顯見第一銀行長期深耕公平待客、消費者權益保護及積極弭平數位落差的卓越成果。

為加強對弱勢族群權益保護，第一銀行積極推動各項無障礙行動方案，除於官網、智能客服及主要電子銀行服務等取得網站無障礙AA等級標章外，並積極與身心障礙權益團體交流，將相關建議納入優化措施，如即時手語視訊翻譯、優化ATM 機台介面設計等，以「數位平權」為核心，依不同族群客戶需求，打造溫暖專業的金融服務



第一銀行勇奪數位公平待客獎「金質獎」殊榮，由金管會銀行局童政彰局長（左）頒獎，王振華副總經理（右）代表受獎。

特別報導

ESG先行者　第一金融集團綠光傳愛協助更換LED燈具逾百家

長期深耕ESG（環境、社會、公司治理）的第一金控，積極落實環境永續政策，自2017年起啟動「綠光傳愛」永續計畫，迄今已協助7家社福機構、97所偏鄉學校安裝節能LED燈具逾3萬套，愛心足跡遍及全臺；估計104家受惠單位年減少逾282萬度用電，節省約1128萬元電費支出，減碳量約1433公噸碳排放量（CO2e），相當於近4座大安森林公園年吸碳量。

今年第一金控攜手子公司及第一銀行文教基金會，協助全臺15所資源缺乏學校安裝逾6000套LED燈具，打造優質的教育環境、

提升學生學習效能，估計每年減少約293公噸CO2e，節省約237萬元電費支出，有效降低燈具耗能達到節能減碳效益。



第一金融集團「綠光傳愛」永續計畫今年協助全臺15所學校安裝逾6000套LED燈具。

特別報導

共築全齡幸福職場　第一銀行榮獲「114年臺北市中高齡者暨高齡者友善企業認證」

第一銀行秉持ESG（環境、社會、公司治理）理念，推動永續發展並積極打造全齡友善職場，營造多元包容的工作環境，成果獲得高度肯定，榮獲臺北市政府「114年臺北市中高齡者暨高齡者友善企業認證」，充分展現第一銀行對員工福祉及優質職場文化的高度重視與承諾。

在全球人口老化與金融產業數位轉型的趨勢下，第一銀行45歲以上的中高齡員工約占4成，為打造友善職場環境，除積極推動世代共融，支持不同年齡層員工的專業發展與價值貢獻外，也舉辦多元健康促進活動、設立綜合運動中心、辦理定期健康檢查及推動各項文康活動，鼓勵員工培養興趣維持身心健康。



第一銀行榮獲「114年臺北市中高齡者暨高齡者友善企業認證」，由臺北市政府李泰興秘書長（左）頒獎，人力資源處李建興處長（右）代表受獎。

特別報導

年增逾兩百名「第一寶寶」 第一金控連三年獲「健康勞動力永續領航企業」

第一金控視員工為最大資產，也是企業永續發展的關鍵力量，重視DEI(多元、公平、共融)及ESG（環境、社會、公司治理）的價值與實踐，除為首家導入「ISO 45001職業安全衛生管理系統」驗證之公股金融機構外，更積極推動友善婚育，透過生育補助、孕期交通津貼、「人工好孕假」等措施，近三年每年催生逾200名新生兒，連續三年榮獲勞動部職業安全署「健康勞動力永續領航企業」肯定。

秉持「厚植誠信治理，邁向永續未來」之經營理念，第一金控將ESG內化於企業文化，透過「企業文化」、「組織結構」、「薪資待遇」、「教育訓練」、「家庭平衡」、「孕育措施」及「職場安全」等七大面向，全面落實多元、公平、共融，並以知識力、



健康力、永續力、幸福力等四箭齊發，推動性別友善的工作制度與職場環境。

第一金控連續三年榮獲勞動部職業安全署「健康勞動力永續領航企業」肯定，由勞動部職業安全署李文進副署長（左）頒獎，第一金控行政管理處王水蓮處長（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，斗六分行、汐科分行分別舉辦雲林縣小天使發展協會及新北市汐止區全人社區關懷發展協會物資捐贈活動，以實際行動發揮企業影響力，落實「就在你左右」之經營理念，善盡企業社會責任。



▲斗六分行



▲斗六分行



▲汐科分行



▲汐科分行

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

第一銀行持續推動「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。雙園分行、北台中分行熱情志工們分別前往綠萌子、小瓢蟲有機農場，小農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、手作DIY體驗等，讓志工們從實地農作中學習感恩惜福的心。



▲雙園分行



▲雙園分行



▲北台中分行



▲北台中分行

個人金融 Finance

一銀信用卡加油禮



★活動期間：2025/8/1~2025/12/31
★活動內容：活動期間持本行實體信用卡(不含公司卡)於中油直營站單筆消費滿800元，消費後登錄享5%刷卡金回饋。每月限量1,000名，每戶每月回饋上限100元。
★活動詳情：https://ccard.firstbank.com.tw/mk/EDM/250630_gas/edm.html

瘋旅遊 最高享回饋8,500元！



★活動期間：2025/7/1~2025/12/31
★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://ccard.firstbank.com.tw/mk/EDM/250619_travel/edm.html

icash聯名卡統一超商門市10% OPENPOINT



★活動期間：2025.7.1~2025.12.31
★活動內容：以icash Pay綁定icash聯名卡，於7-ELEVEN實體門市支付單筆滿150元(含)以上，加贈10% OPENPOINT (每icash Pay帳戶每月回饋上限100點)。
★活動詳情：https://card.firstbank.com.tw/sites/card/zh_TW/1565705469150

精選通路最高3.5%刷卡金回饋



★活動期間：2025/7/1-2025/12/31
★活動內容：活動期間持星璨卡於精選通路(全台百貨公司購物或海外實體店家消費)刷卡，一般消費單筆滿1,000元(含)以上，登錄活動最高享3.5%刷卡金回饋(含原卡片權益0.5%)。加碼3%，每戶每月回饋上限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/1565705354452

生活大小事 Daily Life

骨鬆不再是老年病，7高危險群當心！骨密度如何檢查？醫揭最準確方法：5分鐘就知結果

骨質疏鬆其實是一種骨質逐漸流失、骨頭變得空洞脆弱的慢性病，影響的不只是老人家，現代許多年輕人因為久坐、少運動、缺乏曬太陽，也逐漸成為高風險族群。此外，台灣骨質疏鬆症人口眾多，除了高血壓、高血脂、高血糖外，應更加重視一低（低骨質密度）。

骨質疏鬆會怎樣？骨折、失能都可能發生

童綜合醫院骨質疏鬆中心主任梁哲翰醫師說，骨質疏鬆的關鍵問題在於骨質密度下降，使骨頭內部結構變得鬆散，容易斷裂。許多人以為骨鬆只是「變老」的自然現象，但實際上，骨鬆導致的骨折可造成長期臥床、失能甚至死亡。

根據臨床資料，髖部骨折的患者在骨折後一年內死亡率高達20%到24%，嚴重程度不亞於乳癌。骨折不僅帶來疼痛，也可能需要手術與復健，對病人與家屬都是沈重的負擔。因此需要及早預防、及早發現、及早治療。

骨質疏鬆三大警訊：駝背、變矮、下背痛

骨質疏鬆症初期症狀不明顯，但身體會發出一些警訊。梁醫師提醒，如果出現以下三種情況，就應提高警覺、及早檢查：

駝背：脊椎因骨質流失出現壓迫性骨折。
變矮：身高比年輕時矮超過4公分。
下背痛：沒有明確原因卻長期痠痛，可能與脊椎骨鬆有關。

簡單自我檢測方式是：背靠牆站立時，如果頭部距離牆壁超過3公分，可能已出現骨質流失現象。

誰容易得到骨質疏鬆？7大高風險族群要注意

梁哲翰醫師指出，以下族群罹患骨質疏鬆的機率明顯較高：

- 長期抽菸、飲酒過量者
- 鈣質攝取不足
- 不愛曬太陽、維生素D缺乏者
- 提早停經的女性
- 長期臥床或缺乏運動者
- 曾發生骨折者
- 肌肉量不足的長者

More....

資料來源：良醫健康網
https://health.businessweekly.com.tw/article/ARTL003017325

從104公斤瘦到53公斤...42歲個管師分享：藥物和保健品不是仙丹，減重成功靠的是...

「苦盡，甘自來；春暖，花會開。」衛福部彰化醫院個管師吳雅婷，用韓劇「苦盡柑來遇見你」的台詞來形容她現在的心境。42歲的她歷經400多個日子，靠著嚴謹飲食調控及增加身體活動量，成功甩重51公斤，從體重上百公斤、BMI高達38.3 的「肯德基爺爺」，瘦成BMI 19.5 的「粉紅頑皮豹」，用毅力寫下身體年齡回春42歲的奇蹟。

從104公斤瘦到53公斤，身體年齡回春42歲

她去年6月時104公斤，現在53公斤，BMI從38.3變19.5，體脂率從42.7變15.3，腰圍從95公分減到62公分，身體年齡從69歲回到27歲，內臟脂肪從22下降到1，帶來外貌及身形的蛻變，就連鄰居也懷疑「是不是阿母還有另一個女兒沒介紹過？」

吳雅婷笑著說，她從5XL的褲子一路縮到S，能穿進uniqlo的S碼褲子，連自己都超感動，以前她根本不逛uniqlo的，因為根本穿不進去，想買也沒辦法，只能路過。

20歲就開始減重，兩度失敗只因這原因

其實，這不是吳雅婷第一次減重。她表示，20歲時，她靠著諾美婷瘦了35公斤，30歲時，又靠著雞尾酒藥物療法瘦了30公斤，但是，皆因為沒有落實飲食行為的內化，後來還是復胖。

她指出，去年她轉換單位到第一線，需要面對民眾，要她嘴上講著預防保健、癌症防治篩檢，自己卻那麼「大隻」，會感到嘴軟，講不下去，因為很多癌症、疾病都與肥胖習習相關，另一方面，隨著年紀增長，肥胖對於各器官及關節的負擔，以及對生理期及荷爾蒙的影響是真實存在的，讓她下定決心，踏上第三次的減重之旅。
More....

資料來源：華人健康網
https://health.businessweekly.com.tw/article/ARTL003017189

元氣小棧 Isssue

日常節能減碳小撇步!



第一銀行 就在你左右
公關室 出刊