Responsibility · Intelligence · Confidence · Health

RICH達人

2020.01 No.**150**



五量迎春年年



永達保經Line@ 各項活動訊息



達人月刊電子書 登錄閱讀



四大優勢
長年期保單 移轉人生風險
組織發展 翻轉人生收入倍增
培訓平台優勢 以成功複製成功
西進求賢 跨足兩岸發展

永續經營自己的保險事業 成為保險企業家 只要在永達 成功皆可能!



封面裡 2020 增員廣告 Coming soon

- 06 永達長官暨業務主管齊拜年
- 12 二〇二〇保險這樣買 「鼠」不完的幸福保障
- 18 黃銀治 「好險」存出優質退休生活
- 27 永達保經文鵬處 榮獲二○一九 台灣最佳財務策劃師團體組優良獎
- 永達西進求賢 **52**

封底裡 永達 1 月活動行事曆

封底 精彩可期的生涯規劃

永達第8年發起「紅包愛」公益活動 03 幸福紅包助弱勢兒少傳愛過好年

- 21 呂哲維 白詡園丁 用心培育餐飲人才
- 30 人牛哲學
- 「大手牽小手。愛關懷」系列活動一探訪景美醫院附設 護理之家、高雄和興護理之家 、新佳源護理之家
- 2020 新春特輯 34
- 永達保經攜手陳亞蘭歌仔戲 41 戲臺辦桌結合藝文與公益
- 42 休閒便利貼
- 49 大手牽小手第一季排程

健

24 黃常樹 深耕社區衛教 注重幼兒口腔保健

- 28 廢除格子籠飼養 還給雞群友善環境(上)
- 44 養牛又瘦身的漢方食養
- 50 健康快遞



益

茒

08 財經&牛活補給站

10 投保華南產險醫責險 降低醫病緊張關係 創造雙贏



RICH達人

2020年01月號 第150期



發 行 人:吳文永

編輯顧問:黃素英/林明堂/葉明達

李麗英/羅大海/洪秀珍

李世傑/韓孫珍華

總 經 理:陳慶鴻 副總編輯:賴依萱

編:羅怡如

文字編輯:洪詩茵

美術設計:何佳華、余秀萍、陳淑真

行政專員:陳建宏

發 行 所:永達保險經紀人股份有限公司

址: 台北市中山區中山北路2段79號5樓

雷 話:02-2521-2019 傳 真: 02-2521-4047

址:www.everprobks.com.tw

RICH達人永達客戶專屬

若您不希望收到E-mail或 是E-mail有變更及對於我。 們的內容有任何建議, 請以0800-518-088或下 列方式通知我們。



◆電話:02-2521-2019#302 陳先生

◆傳真:02-2521-4047

◆信箱:admin@mail.everprobks.com.tw

版權所有: 本刊圖文未經本公司同意 不得轉載

封面人物:吳文永、陳慶鴻 封面攝影:何佳華

保險這 「亂」不完 的幸福保障

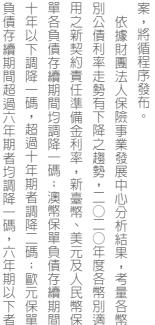
特 輯 企 劃

P12



Editor's Note

維持不變。





業務之經營



專欄推介北、

南區

-法老

提供讀





王群元 業務協理



李靜芳 業務籌備協理



趙悅孜 業務儲備處經理

二〇年所有幣別 保單責任準備金利率都低 於三%,堪稱是台灣壽險 史上最低責準利率,對保 戶的影響是保費將變貴 責準利率降低,民眾規劃 保單更應著重保障 退休類型等商品)保單如何買, 透過 王群元 趙悅孜規劃建議,為 您架構風險防護罩。





日圓滿成功金額達到128萬元 永達紅包愛記者會在吳文永董事長及8位愛心大使的推廣之下 (數字1上方左起)董事長夫人、吳文永董事長、陳慶鴻總經理 、汪用和執行長(站者右1)

球 就 離開家 11/ 七歲的恩恩 照顧 下跟爸爸 他 父親沒有穩定 從 , 11 母親在生下 恩思就 下被踢 像個足 作 他 過好年

紅包

首賣日圓滿成功

金額達

萬元

,

幫助孩子們安穩

在

寒冷的歲末

,

集幸福

曆春節即將 多數民衆最 來臨 期

紅包 待莫過 受過 許多弱勢家庭 節欣喜 過年是 於領到年終 然而台灣仍 無法感 對 他們 天 有

餐溫飽 車站舉辦 注在兒少關懷 的 過生活是 水達社會福利基金會已連續八 於十 紅包愛」 孩子是否能平安長大 《永達紅包愛》 月十日 載 公益活動 ,媒合六家弱勢機 總擔憂能否三 今年專 公益記 假台北 圧

> 人吃 爺爺

飽都很

木

難

,

更別說有多

餘 家

奶 **奶擺**

攤賣香腸支持

0

家中花費也

(能靠

的錢 等其他開支…… 讓恩恩去買校服 或上 輔

在機構保母的細 小星星是在三十 症狀 慢慢長大 個月的小星星來到希恩 在滿天星星的夜晚 陪伴 因父母皆吸毒 希望 ,手腳抖 他 未 來 前 IL 動 应 唐 有個 昭 時早 經 顧 很 出生時 幸 難 產的 之家 餵 生 歲 福 有戒 削 奶 皐 個 孩 滿





▲南佳幼兒園可愛的院生帶來精彩的開場表演 後,吳董事長、陳總經理發給每位孩子代表 後,吳董事長、陳總經理發給每位孩子代表 平安吉祥、萬事如意、喜氣洋洋的紅包。

還有許多和恩恩及小星星相







▲來自台東喀瑪國際慈善協會的個案大雄(左起),在陳奎 ▲第一階段參與認講紅包袋的現場貴賓與愛心大使及個案合影。 儒及陳宇璿的鼓勵之下,現場完成「飛毛腿一閃電特快 組」趣味競賽的挑戰。

 $\overline{\circ}$ 溪運 A 身 今年永達特別邀 壇之光: 風格主: 陳奎儒 維 競速溜冰國手陳映竹 -項全能 中 永達紅包愛」 標 持 馬拉松追夢女俠陳宇璿 空手道小 ; 泳將王星 偶 以及第五十 人獎李霈瑜 像廖 請 愛心 清 勇往東奧 威 新文姿 廉 大使 应 旅 台灣跨 美職 擔 田徑選 屆 通 金鐘 任 云 棒 進 11/ 的

給弱勢 金會 協會 金會、忠義社會福利事 大財」 要民間機構安排照護或協助 巾私立希恩之家 第八年 [境等問題 市 **六家兒少** 的民衆在鼠年 的 私立 紅包愛」 孩子, 台灣怡心寶貝社群協 每袋愛心價 張秀菊: 也將這 構 機構 特別由往年的 遺落在社 活 的幸福紅包袋 才有機會平安長大 樣的善 社會 動 義賣 都 台灣喀瑪國際慈善 包 福 能 0 業基金 所 11 會的 利 : 0 現代婦 鼠 慈善 得將全數 與 六款 元 解決生 能 來 角落 增加至 今年 事 會 量 寶 傳 希望 業 高 女 活

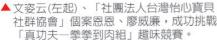


▲王星皓(左起)、在「台中市私立張秀菊基金會」 長大的小久、陳映竹,成功的完成「肌耐力-核心棒棒組」趣味競賽的挑戰。



▲第二階段參與認講紅包袋的現場貴賓與愛心大使及個案合影。







▲第三階段參與認講紅包袋的現場貴賓與愛心大使及個案合影。

文永表示 水達保經暨

:

紅

包在國

心

中

表

活力與

熱情

適逢農曆

年即將

到

耤

由

此

灾

的

宣

導與

我們

包袋的背面

敘

社

福 懷 廣

機構

的 款

,

讓

您們身

邊

的 述

親

友 個

,

甚至更多民

透

過紅包袋傳遞愛與

關 推

0

每

衆認 暖 而 他 們的 美好 灣 善 大 款 料 弱勢族群投入更多 識 為 , 發揮 雙手 的 弱 木 境 時 美麗 勢機 的 的 最 0 永達深! 大效益 淬煉 困境 花朵 構 絶 進 生命 永達也 非 信 而 弱 永恆 譲社會持 成 注與 才能 對 為支持陪伴 將持 弱勢孩子 綻放出 有時反 關 續

紅包袋上 的紅包袋 放棄、 境 , 意志堅定 1 |繪製 有翻 勇往 愛心 專屬 轉 的 直 機會 大使以 有信 前 晑 的 案 11/1 精 , 神 自 成 為獨 鼓 在體 定能 勵 弱 勢 壇 無

在愛心大使及民衆善

支持

年已募集

七

萬 11/

元

善

款

,

幫 過

一個弱勢社福

機構

度

永達:

社福

基金會

董 過

事 難

長 關



▲ 王維中(左起)、李霈瑜一起為「財團法人高 雄市私立希恩之家」的個案小星星,圓滿完 成「超神進一絶對命中組」趣味競賽。



▲第四階段參與認講紅包袋的現場貴賓與愛心大使合影。





法



補給站

熱門發燒理財、生活等相關議題 ,都將在 ·呈現。 整理/公關部 財經新聞

將儘速並竭誠為納稅者提供適切服務 頭申請納保官協助,申請案件受理後 室,納稅者如有稅務協助需求,可以書面或口 屬分局、稽徵所皆設置有納保官及納保協 服務精神,為納稅者權利把關。目前該局及所 議之溝通協調申請為大宗,未來亦將持續秉持 助納稅者處理不少稅務問題,其中又以稅捐爭 該局說明,自納保法上路以來,納保官已協 ,納保官 商

即調閱相關卷證瞭解案情 話向納保官申請協助 未准予認定有所質疑 核定通知書有關列舉扣除醫藥及生育費用部分 該局舉例說明,李君對於其個人綜合所得稅 。納保官受理申請後 ,依該局網站所載聯絡電 並與李君聯繫約定

納保官持續為納稅者權利把關 納保案件成長 一倍

面談時間

!,惟李君表示其工作地點較遠且近期身體不適

申請納保官協助之意識及信賴正逐步提升 辦結案件之滿意度高達九九・五六%,納稅者 法施行第一年五十六件,案件量成長近一倍 保護案件已達一〇七件,相較納稅者權利保護 該局二〇一九年截至十月底受理之納稅者權利 權益侵害之申訴陳情及行政救濟之諮詢協助 者正當權益 權利保護官 一十八日施行以來,各地區國稅局設置納稅者 (以下簡稱納保法) 財政部臺北國稅局表示,納稅者權利保護 ,主要提供稅捐爭議之溝通協調 (以下簡稱納保官) 自二〇一七年十二月 是為維護納稅

> 相關法規及函釋、申辦資訊等,可洽詢該局網站 稅者適時的協助,進一步保障納稅者權利並讓納稅者有感 法令依據及行政法院之判決等資料,李君表示理解 法在兩地間往返奔波,納保官特別到李君就近之稽徵所納保 共同營造優質賦稅環境。有關納保官設置情形及聯絡方式 申請協助,納保官將持續秉持納稅者權利保護精神, 決稅捐爭議之效能,多元傾聽民意,主動並適時輔導納稅者 保官服務給予非常滿意的高度評價 協商室進行面談 該局進一步表示,為保護納稅者權益,強化納保官協助 ,面談過程詳盡說明原核定情形並提供相關 (https:// 提供納 對於納

符合條件之遺產稅案件 可就近至任一國稅局臨櫃申報

www.ntbt.gov.tw)/首頁/熱門專區/納稅者權利保護專區

請善加利用

分局、稽徵所、 繼承人可不受戶籍所在地限制,就近至全國任一國稅局所屬 提升為民服務品質 |○|九年十二月||日起,符合作業要點規定之遺產稅案件 財政部於日前發布「遺產稅跨局臨櫃申辦作業要點」 服務處 辦理遺產稅申報並取得證明書 ,

報符合條件之財產種類及扣除額 辦理贈與稅申報並取得證明書。 合一定條件者,可不受戶籍所在地限制 遺產稅跨局臨櫃申辦措施,自二○一九年十二月一日起, 財政部說明,自二〇一九年五月一日起,民衆贈與財產符 ,且遺產總額新臺幣(下同 為簡政便民 就近至任一 ,該部 **海經續推** 國稅局

, 無



「收件、核定及發證」整合性服務。衆可跨局臨櫃辦理申報,收件國稅局提供總額 (汽、機車除外) 之遺產稅案件,民二五〇〇萬元以下,並未列報不計入遺產

包括配偶、直系血親卑親屬及父母扣除額 上市 存款 額之個別投資面額不超過五〇〇萬元 括被繼承人死亡時所遺不動產 機)車及死亡前二年內贈與之財產 財政部進一步指出,符合跨局申報之條 (櫃) 就應申報遺產之財產種類而言 上市 且非興櫃股票及有限 (櫃)及興櫃之有價證券 公司 現 金 汽 未 身 就 資 包

及便民效益。

 財政部進一步說明,民衆依上述作業要點規定申報遺產稅,

 財政部進一步說明,民衆依上述作業要點規定申報遺產稅,

受罰。

○○司。

○司。

再移轉時享減徵四〇%土地增值稅重劃土地贈與配偶申請不課徵土地增值稅%

用減徵四○%土地增值稅的優惠。者,以後由受贈配偶將重劃土地再移轉予第三人時,仍有適重劃後,先贈與配偶,亦已於贈與時申請不課徵土地增值稅漲價總數額,再依查定土地增值稅額減徵四○%,若土地經於重劃完成後第一次移轉時,可先扣除重劃費用後計算土地台中市政府地方稅務局表示,所有權人持有重劃之土地,

心

障礙扣除額

、農地農用扣除額

、未償債務扣除額

應納未

納稅捐扣除額

公共設施保留地扣除額及喪葬費

有權 時,其土地漲價總數額亦可扣除原配偶之重劃費用 不課徵方式, 再依查定稅額減徵四〇%。因此土地所有權人先以夫妻贈 以供地方稅稽徵機關將重劃費用自土地漲價總數額中扣 享有重劃後第一次移轉減徵四○%土地增値稅之優惠 稅務局進一 人在土地增值稅申報時 將重劃後土地移轉予配偶後, 步說明,土地經重劃完成後第一 應主動提出重劃 再移轉予第三人 次移轉時 費用證明書 且同 除 題 所

次移轉時,務必要提供重劃費用證明書,以免喪失權益。♥該局提醒民衆,如持有重劃後之土地,於重劃完成後第一

É 倫

又/華南產險 丁豫聖

沒有年輕的醫師挹注的人力荒 內科、外科、婦產科、兒科及急診科 最佳寫照。 療「五大皆空」 似乎是台灣近年來醫療窘境的 「五大皆空」其實指的是 ! 這 個名詞

Ш 不可預料的疾病 間乃至生產過程, 避免有突發狀況,然而孕婦在懷孕期 產科醫師在這期間內必須「on-call」 產至生產平均須耗時達十七小時 為接生所面臨種種的不確定性,從待 產科的人力缺口最為嚴重,主要是因 導致醫學院畢業生望之卻步,尤以婦 給付低、手術風險高、醫療糾紛多 症 過去這五大科別因為工時長、健保 肩難產等 亦有各種可預料 再再都使醫師的工 例如羊水栓塞、敗

> 作情緒不佳,甚至擔心產生醫療疏失 而有孕婦或其家屬求償的龐大壓力

可能, 生醫師的人力荒 開業診治一 不願接生,縱使選擇了婦產科 科人力雖不致於嚴重缺乏,但醫師 發狀況的最佳寫照 斷進步,這類風險也只有微幅降低的 塊板」,這是生產過程須面臨種種突 瞭解到這樣的困境,越來越多醫師 古諺有云「生過麻油香,生不過四 更遑論完全避冤。現今的婦 般婦科或產檢 ,即使醫療技術不 ,造成了接 卻只 產

避醫

婦產科只產檢不接生

據過去新聞報導指出,過去高雄市

岡 Ш 8 曾

有



此後再也不願意執業接生,導致當時 時成為兇手,該名醫師所執業之診所 原本是專職 診所抗議, 發動兩輛遊覽車及二十輛小轎車 過程中因肝壞死而不幸去世,結果家 只剩下國軍岡山醫院願意接生 動近百位員警,「 屬索賠五百萬元不成後,竟然大動作 由於人數衆多,警方還出 「救人」的醫師 封路」 維持秩序 卻在此 到

師其實是高風險職 家屬告上法院 產科醫生,後來也陸續被患者或患者 無獨有偶,國軍岡山醫院的兩位婦 , 種 理 現 象 都 顯 示 了 業 在細心問診

律諮詢服務 醫療糾紛發生的當下 從轉嫁法律求償風險著手,甚至是 願執行高風險手術或治療方式 醫療的現象擴散 對這樣龐大的壓 的風險或高額求償的可能 賣力接生的當下 要趨緩如此緊張的醫病關係 ,醫師才有紓解壓力的出 力 讓 背後隱藏的是 ,可能導致防禦性 越 給予必要的 來越多 醫師在面 醫 被告 业 師 須

辯

助

透過投保醫師業務責任保險無疑

醫療機構綜合責任保險 醫師業務責任保險 保障內容:醫療過失責任 醫療機構綜合責任保險 保障內容:醫療過失責任+公共意外責任 商品特色 ●醫療責任保險金 法律顧問服務 醫療糾紛咨詢

調解與協 事告訴時 家屬向醫師提出求償甚至提出刑 雙方達 派員與醫師瞭解案件經過,在孕婦 華南產險接獲醫師通報出險後 積極協助雙方取 成和解 商 華南理賠專員皆全程參 並委任律師 得共 識 協助 最 相 關 終 , R 17 與

保障保戶 權益 致獲得好評

華南產險深耕五十餘年,始終以滿

足保戶需求為經營宗旨

, 權

益更是華

南產險奉行的圭臬

,對於保障保

最全面的理賠服務

;

在投

是最佳選擇

好險有好險

診治時 產生嚴 感染的 痛及泌| 險的 診 物過多等 日後狀況 給藥項目 於引產後因敗血症死亡 感染投藥 ; 惟該 嬰兒胎 婦 一名投保華南 治 家 重 發 產 仍未 療 道 現 科 醫 $\overline{\Phi}$ 腹 , 病 死腹中 最 師 痛 藥 卻 感染等 有 . 醫 症 後導致 仍 改 物 未 迫 師 未對 大 頻 包含 善 切 產物醫 尿 在 而 孕 , 病 流 巡 巡 ·替 孕 嚴 同 婦婦 再 症 產 婦 重 次 分 時 在 孕 尿 尿 , 求 泚 也 感 道 也 數 道 其 腹 婦

足

可轉嫁因醫療過失導致的賠償責

南產險提供的醫責險保障

相

當

充

對於因

而衍生的刑

民事訴

訟

無論是和解甚至是進入

候 時

華南產險未曾離開過

不再徬徨無措

當您最 面

需要

的

建議以及協助

譲醫

師

對醫

療糾

紛 的 保醫責險當 供最專業、

便委任律師擔任

的法律顧

問

以便即時給予最關

鍵 醫

法庭訴訟程序 用也有補償

總是能夠看到我們

如

的使命 保險的溫度 升醫責險的投保率 何維護醫師的 獲得廣大醫師 調解醫療糾紛不同於一 但華 正因如此 南產險更在意的是如 推薦 權益與名譽, 華南產險醫 讓更多醫 占有率始終領先 般保險 更是我們 師 責險 何提 感

伴您左右 醫直守護 醫路陪同 南產險

二〇二〇保險這樣買

「鼠」不完

的幸福保障





二〇二〇年度人身保險業各幣 別新契約責任準備金利率

為確保我國壽險業者穩健經營,並 使新契約之準備金負債能適時反映市 場利率,金管會研議完成二〇二〇年 度壽險業新臺幣、美元、澳幣、歐元 及人民幣等幣別新契約責任準備金適 用之利率調整案,將循程序發布。

依據財團法人保險事業發展中心分析結果,考量各幣別公債利率走勢有下降之趨勢,二〇二〇年度各幣別適用之新契約責任準備金利率,新臺幣、美元及人民幣保單各負債存續期間均調降一碼:澳幣保單負債存續期間十年以下調降一碼,超過十年期者調降二碼:歐元保單負債存續期間超過六年期者均調降一碼,六年期以下者維持不變。

金管會提醒壽險業者,應確實衡 酌外在市場利率選擇合適之資產予以 配置,並確實執行資產負債管理,多 銷售保障型保險商品提高國人保險保 障,穩健公司各項業務之經營。 二〇二〇年所有幣別保單責任準備金利率都低於三%, 堪稱是台灣壽險史上最低責準利率,對保戶的影響是保 費將變貴。責準利率降低,民眾規劃保單更應著重保障、 醫療、退休類型等商品。二〇二〇保單如何買,透過保 險達人王群元、李靜芳、趙悦孜規劃建議,為您架構風 險防護罩。

人平

均持有保單三・三張

為

高

但覺得獲得保障比

僅

法和行為

。根據調查報告指出

企劃、執行/羅怡如 攝影/何佳華

灣人喜愛購買儲蓄險有關

低於亞洲平均,主要是與

其次是「身故」及「罹患重疾」,都最希望對抗的風險是「住院治療」:保意願高,尤其是對醫療相關保險,調查結果發現,台灣受訪者表示投

球二六個國家,共二萬六〇〇〇多人查報告」,委託國際市調公司針對全 一九全球保障型保險受訪者調 國巴黎 人壽 日前 發布「二〇

中擷取台灣受訪者對於保障型保險

進行全球受訪者行為研究調查

11/

擔憂

,

擔心因

且因疾病及意外造成還款困難

創業及買車而借款的比率非常

高房

調查也指出

台灣人願意為買

的高達八五%

,擔心因「章

「意外死亡

無法還款

險),能幫忙轉移還款風險的卻只有「信用保障保險」(主要為房貸壽本、韓國及全球平均,但台灣人認為而無法還款的也達八一%,皆高於日

購買 院醫療險」及「意外險」。 也高於亞洲國家平均 願意透過購買保險 高於亞洲 「重大疾病 平均値 /癌症保 0 來防 , 時 且會優先考慮 範 , 險 風險的比 台灣受訪 ` 者

是

%

0

未來最

想買的新型態

商品

則

「長期照護保險」

二〇二〇年保單如

何買

9. 從調

查

報

也非 確定 告中不難發現,台灣人對於健康意識 養老規劃 增 , 常重 性 但對健保未來提供的保障仍有不 尤其在 , 視 因此對於健康保險需求與日 長照風險也不能輕忽 i重大疾· 迎接高齡化社會 病 ` 醫療及癌症 , 退

群元的二〇二〇保險規劃

障的根基做好,包括意外險、醫療險、在風險管理上,正確做法應先把保



王群元 Profile

現任:永達保經業務協理

保險年資:21年

得獎紀錄:3 屆美國 MDRT 百萬圓桌會員 CMF 中國之星主管組銀星獎 IDA 國際華人龍獎主管組銀龍獎 主管組銅龍獎、個人組銅龍獎

專業技法

「一人帶一員,共創好家園。」迎接二〇二〇年,王群元希望能夠吸引更多保險界的高手,一同努力打拼,成為保險企業家。另外,他也希望單位內MDRT的占比為三比一,創造事業價值。他認為,永達保經完整的制度吸引許多優秀人才加入,以獎勵取代規範,加上利益共享、世襲制度等利多加持,不僅創造多位MDRT,加上西進有成,也成為吸引人才的利器。

隨著保險市場成熟化及漸成必需品後,通路的轉變將更多元化,王群元深信保險經紀人絕對是趨勢。藉由永達專業平台,優秀業務夥伴分享銷售秘訣,以及財經專業與保險新知等,同時透過各項獎勵制度,他致力建構大團隊,提高業務代表的定著率。堅持一線服務的王群元,也會與夥伴分享經驗,要讓客戶滿意一定有「同理心」,會站在「專業到位」的立場及角度處處為對方著想,並想盡辦法解決客戶的難題,更重要的是售後服務也要盡善盡美。

實支實付等, 或長年生病臥床、活的太長來考量 民衆規劃保單 劃保單,王群元業務協理認為 規劃、失能險等, 得 活得太短、收入中斷、殘廢失能 像金字塔般穩固。至於如 1// , 不妨從人生的四 因應高齡風 才能將保險理 險 的 大風 佪 財 退 規 般 建 休

、早逝風險:子女太小責任未了

應一併考量共同生活的家人,尤其對家庭架構風險防護罩,個人保障外,到。負擔家庭生計者一定要為自己及人生無常,風險可能會比明天先報

有奉養長輩、扶養子女者更有其必要

性開支會受影響:

生活費、居住費

租或房貸)

、孝養費、教育費

,不僅

因為

旦意外發生,至少有四項常態

變得相當重要。一

般多採取

雙

劃適合的

壽險保障與保

人的十倍

0 第

個

+

是 指年 繳 個 來規

是指保額

應該為家庭

年

收

在年收入的十分之一內

重病風險:

臥床開銷大收入中

若是因為生病,包括排不到健保病房

健保提供的只是最基本的保障,

但

要性

來看

應該先從最無法承

擔

的 的

風 重

估

殘會造

成

永久喪失工

病風 承擔 轉嫁

險 的

還 風險

來的

嚴 而

重 重

若以買保險

子女學業前程被迫中斷,保險規 家人日子過不下去,甚至會流離失所

畫就



Profile

現任:永達保經業務籌備協理

從會計師到保險財務規劃,「專業、認真、正 直」就是李靜芳讓客戶安心的重要印象。擁有三百 多個家庭客戶、大約千餘位客戶,李靜芳的行銷心 法是歸零與創新,同時與時俱進,隨時提出符合客 戶利益的行動方針,找出客戶需求,提供精準到位 的服務。不只給客戶想要的,甚至做到連客戶都沒 想到的超越服務,讓他們貼心感動。

個人行銷出色的李靜芳,相當認同MDRT這 個品牌,她始終認定保險事業是為客戶做最有意 義的事, 想方設法地為客戶解決問題, 除贏得客 戶支持滿意,更將MDRT 終身會員列為必定達成 的目標。而她個人也對MDRT 做了新的詮釋, 妣 為,「MDRT= Many People Do Right Thing!」除了期許自己繼續協助客戶做好人身風 險規劃、退休規劃及財富傳承,不間斷地守護客戶 的財務安全,未來,她將持續培育高素質行銷團 隊,打造全方位服務網絡,創造更大價值。

療險 延長 議 可先以定期醫療險附約來補足醫 保政策逐年改變,在預算有限的階段 就 體 (的缺 五 會 需 整保障的 藥 加入終身醫療的保 一增加已吃緊的 要照護 療缺口外 歲後保障額 除填補定期醫 投保終身醫療時 如 果沒有商業保險 , 但隨著收 的 額度。在平均 看護費用或是癌症 度 自動 還 ³經濟負 ī 以保障 療險 入增 障 提 , 保障 建議 壽 , 擔 高的 加 :高齡 11/ 這此 命 時 終身醫 適 ф 隨 可 不 療風 斷 度 止 地 地

分的

風險

也可透過保險

8 這

年的開

銷

高達六〇

萬

0

保險

最 建議

重要

的

是

,

要轉

嫁 商

無法

一殘風險

甚至會比

臥

用

, 病

或

意外發生當

下所

需

的 護 元

醫 費用

療

費

且若以每月五萬元的照

得選擇雙人病房的自費差額 ; 虚 弱 病

能

醫療之需求

重殘風險: 失能長照家人負擔

根 , 據統計 所衍生的 疾 照顧費用, 病或意外導致殘廢 其實遠高 於

負家庭責任 能力與生活自理能力 因此失能險也是投保清單中必 大 為需要被長期 , 不僅無法 備的 照 海扛 顧 險

四、老年風險 : 活得太久錢花光了

退休金 機制 壽風險 以免繳保費續享保障 無法繳交保費 若發生因疾病 所購買 透過增 休太早,以及花得太快。想要對 風險就是活得太老, 創新報告〉 Economic Research, NBER) ○○六年八月針對老化提出的 研 次給付,再額外提供一筆生活費 可 的保單還可以 額終身壽險可強迫儲 , 是 究 藉此 商業保險就是不錯的 以 長壽 中簡明扼要地定義: 確保在儲備退休金 、意外致失去工作能力 達到保全資產的目 (National Bureau of 失能險附加雙豁冤可 風 險 ? 加 但儲蓄太少 豁冤的保費貼 上附加 美 國 蓄 國 考慮 期 雙豁死 (金融 長壽 在 提 抗 家 的 退 襏

最

需及早準備

李靜芳的二〇二 ○保險規

逐

高 者平均持有保單三· 國巴黎保險調查發現 但覺得 「獲得保障」 三張 卻低於亞 台灣受訪 為全球

人只能限買三張實支實付保單,

最想要再買醫療相關保險 平均。台灣受訪者最擔心發生慢性

輕時趕快買 療險」 生病的比率比年輕時來的高 年老時生病的風險 她會以 的功能及意義,特別是人的保險方面 務籌備協理會先從風險管理談到保險 為客戶進行保單規劃時 「安心傘」 醫 療險 否則老年時 然就是傘 來說明。 就要先準備 亩 會買不到 , 李靜: 必須趁年 尤其老年 , 要降低 芳業

物費、 保單 支付制度 手術費的 支實付」醫療險便成為重要選項之一。 險的效益上, 六成以上,其次才是 「 金管會從去年十一月八日起規定每 漸 費」,使得主要理賠定額病房費和 大的開銷 根據健保署統計,台灣民衆住院時 許多微 $\overline{\mathsf{L}}$ 加 材料費在內, 降 , 上目前健保採用 「終身醫療險」 未來病患的住院天數都會 再加上手術科技的日 為 創手術都要價不菲 遠遠不及實支實付醫 「住院雜費」 共佔整體支出 病房費」和 , DRGS 在承擔風 包括 新月 療 的 蜒

> 理賠 例逐 建議 之內 會更完整 病房 望補足醫療保障缺口 溯及既往 院日額」二者兼具的商品 漸增加 ,可挑選提供「實支實付」 每次住院、每次手術的 也可另外選擇有把「門診手術」 實支實付理賠金 , 對於尚未投保醫療險或希 但因近年來門診手術的 ,民衆會擔心不住院就]的民衆 額必須在每日 ,保障 限額 或 李 靜 範 芘 住 童 芳





被 風

流龍大

醫 生

用 效

拖

險

發

有

降 生

細節不同,特性可互補, 納入保障範圍的商品。如果預算許可 有重大支出時額度不足 可有效彌補虧損,再來每張保單條款 付保單,除因難免遇到不理賠的項目 規畫雙實支實付或買二張以上實支實 還有就是怕

間也愈長,提早規劃重大傷病險來分 化社會面對疾病及老化風險的威脅時 領有重大傷病卡,李靜芳表示,高齡 過九十四萬件,全國健保納保 三九萬人,平均每二五人就有一人 九年八月重大傷病有效領證 根據衛福部健保署統計, 尤其身為家庭經濟支柱或家 截至二 數超 人數

> 單規定之「失能給付標準」, 取相對應等級的一次性給付失能保險 險也是必備的,只要被保險人符合保 個月還可定期領取一筆失能生活扶助 金,若被保險人為一至六級失能 即可領 , 每

外 的

失能

現金價値、受益人是否要調整 視既有的保障是否有需要調整之處 保障是否足夠等,如果覺得保障額度 視項目,包括主附約有效期限 適時調整保單狀態 可以透過保單檢視 同階段,如:置產、退休等,藉以檢 安心傘的傘柄則為壽險,依照人生不 ,有幾項是重點檢 依據當下的狀況 、保險 保單

> 額(視保單條款為主) 不足,則可以使用原保單增加保險金 藉以提高保障 或是再增

應

預

先

一大傷

病 投 病

 \oplus

者

有重大疾

趙悦孜的二〇二〇保險規劃

, 重

才不致

美貿易戰局勢緊張、香港動盪等等因 以後才退休,比前一年調查結果的 調查」,調查指出,有近半數四 擇晚一點退休 素,都將影響退休金的存備,只好選 濟變化有關 分點。台灣人晚退休的原因大致與經 三一·一%,足足多了一五·七個百 八%受訪者計畫,要工作到六十 英國保誠人壽日前公布 包括金融市場波動 | 「退休! ф 歲

平均所得五萬元、平均餘命八○歲、 需要加上環境改造與輔具等等花費 每月固定消耗品與醫療照護費用, 提到,若以十二年的照顧時程估算 國內外旅遊及萬一失智需長期照顧等 必須準備七百萬元,這還不包含醫療、 所得替代七成估算,六十歲退休至少 約需要花費一千四百萬元。另外 支出。永達保經業務儲備處經理趙悅 而退休要準備多少退休金呢?若以 《別讓記憶說再見》 書中

面對林林總總的險種 那 種保險

先解決失能發生時驟增的龐大支出

合理的! 也提醒 保險 稅款的 早進行資產規劃 規劃 買保障型商 約多屬長期契約 刀及需求 , 進 [] 及早開始 再以增額終身壽險進行退休理 値得 來源 能 保障需求分析上 步表 儲 , 備退 預留稅源」 當 8 , 提的是 才能 預算有限 示 持之以恆三大原則 確保 休 , , , 保險規 規劃 做 應依個: 達 ,除了退休規劃 到 為 風險保障沒有 傳 時 要堅守 未來繳交各式 劃 透過保險 富 由於壽 , 宜 的 應 0 專 趙 優 經 建 悅 先 濟 險 17 即 財 購 能 敄 在

成子 精神壓力也 及醫療費用 萬四千元 長輩送到新店療養院 其照顧失智者的時間達 萬。曾經有一位家有失能長輩的客戶 生的長照費用, 規畫之外,失能險是必備 是 險 女的 個人會事先為了自己未來可 定要買的 0 失能 負 , 還 擔 險 極大。 的 的 ? , 不包括營養品 確是筆不 特地存 大 此 客戶不願 趙 次性 為 自 己 悅 , 每 八年, 教表示 月費用為 給 的 /]\)規劃 意未來 的開 付 金 日用 後來將 大 , 能 3 為 銷 退 8 沒 休

> 的判斷 也不必

標準跟失能等級

有關 豁死」

,

也可

再

加

上

豁

発保

險

附

約

讓保

單

組

成

雙豁死」

保障

旦意外發生符

應挑

選具

(有豁免機制

,

當被

她

建

議

,

民衆挑

選

失能險 的保單

商

時

險人不幸失能後

後面

未繳完的

費 保

激了,

這

就

0

豁 保 許多商

還附有每月扶助

金

,在失能

後按月給予當做生活開銷和照護費



趙悅孜 Profile

「每天歸零,讓自己不斷學習,累積越多的強 大,就會有越多的選擇權,唯有努力強大,才能創 造人生的自由與安全。」雖然進入保險業的資歷不 趙悅孜總是自我要求,她不僅上財經課程吸取 理財資訊及專業,更訓練自己成為財經主持人、財 經講師,日積月累的成果,不只為了客戶也為了自 己。她更經營臉書,除了分享生活點滴,更傳遞保 險相關訊息,例如保險權益的提醒、新的保險政策 隨時提醒客戶朋友,保險保障的重要。

從事保險業五年來,趙悅孜感謝每位給她機會服 務的朋友、客戶、家人,讓她學習成長,成為更強 大的人,保護更多客戶的人生風險與資產。她有一 項獨特的服務心法,每年一定會送給客戶桌曆,她 會將客戶及家人的生日、保費繳交時間,以貼紙 標註。一位企業主夫人對她說,每年生日時,先生 總會送她禮物、帶她吃大餐,了解之後發現,全是 因為她的那份桌曆,很感謝她這樣的貼心之舉 年,當客戶追著她要桌曆,或是看見客戶愛用這個 她的禮物,就是她最開心的事。

能提供更周全的

保障

並補足保

障

豁免保費條件,不只保費不用

繳

還

缺

家管 店務 理財 一手抓

文/洪詩茵 攝影 /何佳 華 部分圖片提供/黃銀治、郭雅雯



累積資產的首選工具

,也讓她早早實

險的投資工具,保險頓時成為她儲蓄 錢及理財的重要,又不敢涉獵過於冒

現財富自由的夢想

著南部·

人穩健保守天性的她,

深知存

的

战人,

還有她靈活的理財手腕

0 有

黃銀治理財偏好穩健的定存與儲蓄險

|落於台北市大安區四維路上 的

靠著這一間小小的店面攢下家庭生活 頭,其創辦人之一的黃銀治小姐, 口味帶來北部,經營已有三十二個年 、子女的教育金,甚至架構好自己 赤崁樓排骨店,將少見的南台灣 就

的退休黃金屋,

倚仗的不單單是店內

家學淵源 饕客最愛家常味

管理, 場事宜,一主內一主外, 贏得諸多饕客的忠心支持 崁樓排骨店如今的好生意與好口碑 諸多事宜,精準掌控食材採買與 協助先生成功開店圓夢,管理好廚房 家學淵源下,本身即擁有一手好廚藝 黃銀治出身台南府城「黃家蝦捲」 讓先生得以放心處理店鋪的外 攜手打下赤 介倉儲

道始終如一,許多創店時期的老顧客 赤崁樓排骨店營運三十二年來 好味

> 飯、 生米血糕、蒜泥白肉 雞腿飯 等平民美味,平實又實在的味道 色小菜,以及滷肉飯、 當類菜單包括梅林排骨飯 三十二年來堅持不變心。店內販 饕客稱為舌尖上的享受 蝦仁羹麵 老鍋焢肉 菜飯 飯、 、蘿蔔排骨湯、 , 亦提供酸菜大腸 鮮味旗魚飯 米粉炒 五味花枝等特 台南蝦 貢丸湯 、擔仔 香酥 () 售便 捲 花

堅持保險規劃 存出大未來

她提到 常深刻 益人是大女兒,因為大女兒的朋友在 治存到人生第一桶金,當時遠東銀行 劃保險 定存利率高達九・ 赤崁樓排骨店營運十個年頭 。一九九 為三個小孩做儲蓄險規 第 九年・ 張保單是人情保 七%,讓她印象非 黃銀治開始規 劃 黃 受

張 保

年

期

儲 劃 滿

蓄

. 險

金

再規

五 期 滿

期 待 期

後

善

用 蓄 保

五張

險 單

算 險

自己可負

擔

黃

銀 的 計

問她

如

何

黄銀治與先生及三位孫子的合照。

萬元 十二萬元、第三張每年可領約二、二 張每年可領七萬元、 這三張保單目前都已繳費期滿,第 持一下做保險業務的鄰居; 單也是人情保,受益人是小女兒,支 做保險業務,幫忙捧捧場; 是公公幫小兒子做的儲蓄險規劃 第二張每年可領 第三張保 第二張保

善用儲蓄險儲備資產,自己發明出 且資產增值的效益之後 套保險理財的方法 一就有二,藉由保險達到強迫儲 她提到 ,黃銀治開始 她會

> 保留一 筆定存作為緊急備用金 治 保 的 新 會先計算手上 指 費支出? 到第三年 資 的 **H** 金是否足 單之前 在規

的

費

張慢慢堆疊出未來無虞的現金流 就這樣利用保單存保單,黃銀治 精準掌控手中的現金流。這十幾年來 張

意外來襲 驚覺保障重要性

致癱瘓了一年時間,住院半個月、在 是二〇〇五年,又因為意外跌倒 移交給先生與兒子:十四 無法舉重物 單手舉大鍋, 一十五年前 導致末梢神經炎 開始將較需耗力的工作 ,黃銀治因為掌廚常需 年前 左手 也就

> 規劃 醫療風險保障, 讓黃銀治倏然驚覺, 家休養近一年,龐大的醫藥費支出 務協助完善自己的醫療與意外風險保 九年前 竟然完全忽略了自己的意外與 黃銀治特地請保險業 於是在康復之後 做了那麼多保險 ,

次規劃

五張

六

年

儲

쪴

年期及保障額度 她又已高齡六十歲以上,考量到 及長照風險做出 劃多偏重儲蓄,未曾針對自己的 這幾年,在永達業務副理郭雅雯的分 黃銀治發覺自己過去的理財規 穩健的風險規劃 , 黃銀治去年針 對 繳 退 休 而



黃銀治暢談規劃保險的多年心得。

讓她的退休規劃更趨穩健完善 休需求規劃了兩張十年期的增額終身 ,並於今年加碼一張長照保單

擔憂子女未來 傳承「保」安心

現金 的目 保障小女兒未來生活 年期的增額終身壽險 可部分解約提領部分 滿期後隨時間持續增 使用, 的 需要的時候隨時 ,又具備滿期 既可達到

夫婦兩人決定將這筆錢留給小女兒 的先生今年多了一筆二百萬的資產 依靠,由於早前的妥善規劃,

黃銀治

生格外擔憂小女兒,擔心她未來沒有 蓄險與醫療險的規劃,但黃銀治與先 主義。

即便三位子女都已有壽險

唯從事傳播業的小女兒卻是抱定單身 目前大女兒及小兒子都已結婚生子

黃銀治育有二個女兒、一個兒子







每年黃銀治生日,郭雅雯都會約她一同出遊慶生,圖 為兩人參加永達健走活動合影。

錢留給小女兒。

女兒最堅實的退休後盾,

也讓他們夫

增值的優勢,放愈久領愈多,

成為小

婦得以安心並放心。

在郭雅雯的建議下,夫婦兩人商議過



黃銀治善用保險規劃,打造穩健現金流。

20 RICH 達人 2020 JAN

般大衆對多 呂哲維老師 當廚師之莘莘學子的明燈 分享自己 培養學生對料理的熱情 大學食品科技系專)數廚 路走來的故 帶領學生參加廚藝比 師 的刻版印 事 立志 技助 成 象 理教授 破除 為 有志 透過 因

僅

四

卻 獲

無

的

ф

科 技

理

成

他

坦

,

走

上

飲之路

不

為興

趣

也非家庭餐旅背景使然

師

呂哲維的廚師之路是預料之外的

、宴會膳食

秤仔車 當時的省立淡水商工 開月薪更高的吊車 在跟車當父親助手 但從沒抱持太大期待。 又不喜歡念書 呂哲維授課專長為中餐製備與實習、餐飲創意 國 國 丙 ф 第 時 (吊卡車俗 期 田於當時是以分數撕榜 間有餐飲管理科的 我的 雖 稱 然還是去考高中 成 沒想到意外考上 並且計畫未來要 績 0 當時淡水商 , 那時父親 M 於中段 我本來已 學校 在 方

蔬果切雕。 愈得 又認 飲 就這樣走上廚師路 因為對其他兩科完全無感 餐飲科及園藝科可以選擇 金牛座熱愛美食的天性 科 R ,輪到我時只剩控制 的 哲維的餐飲之路 為餐飲比較大衆化 趣 學科成績 他 笑 \equiv 仍 就 舊 愈 讀

與美學、創意廚藝製作、宴會管理

走

段截然不 實作成績卻 廚務分工 店及台北淡水渡船頭嘉賓海鮮 呂哲維考取丙級 持 他 校園學習的 極 風 細 的 始終名列前茅 念 I , 頭 作 證照就 個蘿 經 班 他說 驗 上 的 業 讓 ф 0 畢 個 他 圓 段 大飯 業 萌 班 後 生 廳 大 飯 想 店 重 但 Mλ



呂哲維人生中最重要的獎項 - - 2002 年馬來西亞「第四 屆中國烹飪世界大賽」個人冷菜拼盤類組 - 特級金牌獎、 團體金牌。

2020 JAN RICH 達人



我的丙級證照反而成為他人說嘴 師習慣藏技 要掌廚得慢慢熬資歷 看不到自己的未來。_ ,而學校所教與實務又有差距 加上當時就連大廚 , 而且舊時的 的 都 沒 廚

熊熊學習欲望爆發 現創造自己獨特價值的重 翻 地 在 ,鮮餐廳的工作經驗,讓呂哲: 天的 旁雕刻 時候 的蔬 位冷盤な 果切 這位冷盤 0 師傅 在極端羨慕之下 , の雕技能 我都是趁空班時 每當全· 要性 師 博因 總能 為 維 静 擁 房 發

> 不肯讓 反而讓我學到更多。 參考,就是在這樣艱困的學習環境下 的便宜底片相 為了偷學,還特地買了一台自動閃光 願意讓我旁觀 偷 我旁觀,後來慢慢熟悉了 最初因為不熟 機 學習。我記得那時候 偷 偷拍攝 , 師傅雕刻時 作品 家

習性與 靠著抽 猶疑 龍刺鳳 .我並不想讓自己變成這樣 抽 海鮮餐廳的工作經驗也 表徵 當時 菸 ; 菸 然而 吃 吃檳榔與師傅培養感情 廚師形象多為大肚 檳榔 我發現其他學徒都 呂哲維並沒有這些 打麻 將 譲 身上 頓時 腩 他 11/1 是 邋 ф

牌

最

生再度進修的念頭。」



參賽得獎作品 - 咖哩雙色雞捲附乾燥蔬果

附紅藜飯佐雙醬。

研發食材雕刻刀,贏得 2012 全國餐廚具 IDEA 創意設 計競賽第 -名,並申請專利。

謨教授的舉薦下

伍

後

,

在

陳

呂哲維走上 能 路 兼 後 擔任嘉義縣 招生業務 商 他又開 於教師 餐 飲 教師 科 始 也 , 教 四 萬

轉向教育之路

大廚 選為參加 藝榜首考上高雄餐旅大學。 熱菜四大參賽項目中負責「冷菜拚盤 的選手之一,於果雕 就讀期間 後總成績更讓 經驗培養的刀工, 靠著睡在圖書館的堅持力 因為另三位夥伴表現同樣優異 取得比 優秀表現不輸其他參賽的各國 第四屆中國烹飪世界大賽. 呂哲維有幸被陳嘉謨教 金牌更優的 專 隊贏得金牌榮耀 呂哲維以中 拼盤、 「特金」 在高 , 以 及 點心

參加 此後 藝賽 絶佳成績 事 國 呂哲維陸 內外各級 亦皆取 續 廚

RICH 達人 2020 JAN

位來學習第二專長的中臺科技大學教 擔任專技助理教授 邀於稻江科技暨管理學院餐旅管理系 學院碩士班 考未來, 失業勞工蔬果雕刻課程 經歷過「家徒四壁」境況的呂哲維 開啟了他到中臺科大任教的路 考上 推動學生追求卓越 南台科技大學商管 同時在機緣巧合下, , 後又在工 ,期間認識 會 兼任 專 受 業



,與學生感情好 呂哲維老師無私傳授廚藝

大成立 自己 有機會參與 喜歡借鏡自身經驗教育學生, 能在餐飲界掙得一 「廚藝社團」 (廚藝賽事

席之地

有感於 全因

子的老師」

期許成為

用 !

句話讓學生記住

得獎時不要過於得意; 得失心太重 響本身味覺 有抽菸習慣的學生戒除菸癮 維比喻自己就像個 當中不乏他人眼中的混混學生, 四十名選手都是接受呂哲維的指導 目前中臺科大四個年級 比賽時認真展現自己 會叮嚀學生對比賽不要 園し 會告訴學生 ,約有三、 避免影 會規 呂 勸 哲



呂哲維獲頒救國團「青年獎章」,與當時的總統馬英 九合影留念。



讓學生藉由比賽練技能

經濟能力者,他都願意給予指導協助

只要有心且有

於是在中臺科

呂哲維每年出版廚藝書籍,無私分 享廚藝之餘,更作為教學工具。

對 將學生栽培成理想中的模樣 人要有禮貌 讓周邊親友對他們刮目 ,多多與 人為善, , 讓他 希

呂哲維從不把教育當工作,而是當 生就會是什麼模樣, 份志業。 因為相信因果報應 技職教育 重視身教言教的 ,老師教的是什麼 任重 擔心誤人子弟 而 道 他深刻體 遠 , 他 學 相 們 成

基隆經典牙醫診所 化身社區好朋友

又/洪詩茵 攝影/何佳華 部分圖片提



黃醫師熱心社區衛教與公益

從不言累。

3 D 式植牙、TCI 掃描設備 療注入新氣象 齒雕 醫診所 落於基隆市忠二 做到電腦精準繪圖 微創植牙、3D 無痛舒眠牙醫治療等服 為基隆地區的牙醫治 引進電腦斷層及口內 路上的 電腦導引 經典 , 提供 牙

務

診所黃常樹醫師更是位熱心口

腔

就讀台北醫學大學, 相關口腔預防保健事宜, 隆衛生局服務,協助推動社區篩檢等 黃常樹醫師本身為嘉義縣人, 因為替代役於基 就此在基 大學

落地紮根,繼續提供基隆鄉親服務

紮根基隆 致力口腔衛教

健工程,多年來始終不曾懈怠

衛教與公益的

熱血

醫

師 ,

深耕社區

饋在地,熱衷於社區及幼兒□

]腔保

供口 應基隆市衛生局之邀主講口腔保健 舉辦基隆市潔牙觀摩活動等等, 舉辦校護& 子口腔研習、國小入校臼齒窩溝封填 教學校看診、社區潔牙衛教、 座 教與相關公益活動,幼兒園塗氟 工作之餘, 更擔任成功國小 腔衛教服務 幼兒園教師口腔研習、 黃醫師熱心推動口 , 於中午時間每次對 校牙醫 無償提 學校親 時常 腔衛 講 特



診所引進全新設備,提供更專業服務。

知幼兒口 潔牙衛教 全校學生皆已接受衛教指導 十二位同學 腔衛教的重要性 , 如此每天輪替教學 (每個年級取二位) , 黄醫 , 大 為深 進行 師 直 到

引進舒眠療法 解決牙科恐懼

孩願 後小

意張嘴

有時牙醫師會提出

舉例

來說,今天只潔牙與檢查

,對於說出口的承諾務必遵守

孩終於妥協

此外,

為了誘導

不願張 有 知 讓 就妥協 此 慣的養成與父母的態度密切相關 ΕŊ **斥或淡然處之,** 人們對看牙的態度 象。 直待在診所,從早上耗到下午 小孩 位母親帶小孩來看牙, 面 腔衛生習慣必須從小養成, 黃醫師 對小孩父母必須學會堅持 孩來看牙的父母, 養成吵 不僅提高看牙的困難度 母親告訴小 指出 鬧 多數起因於小時候的 就 , 可以不看牙 幼兒口 不論是恐懼 孩]腔衛生 孩 /]\ 不看牙就 孩吵 尤其 的 [小] , , 喜

也 鬧 有

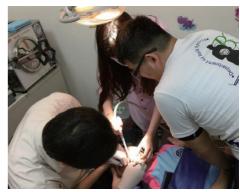
認

曾

鬧



黃醫師擔任成功國小校牙醫,進行潔牙衛教



的排斥

為乳齒

不重要

,

反

正

會長出恆齒

這 功

乳牙有其

黃醫師更強調

有些

三父母

以冤造成

小孩未來

對

黃醫師於基隆特殊教育學校看診。

能性 是大錯特錯 認 大之後就 會造成 題 會

太早

缺牙

,

其

他

往缺牙的地方靠

如 牙

無痛舒眠牙醫治療」 六年前 「牙科恐懼 , 基 隆經典牙醫推出 的人士, 主要就是針對 讓其在淺眠

看牙。

就做根管治

療

極可能造成未來畏懼

太深

, 同

樣要做根管治

療

小年紀

尤其

若乳齒

蛀牙

未

來長牙的

諸多



體貼有牙科恐懼患者,診所引進 TCI 無痛舒眠 牙醫治療。

動作 輕度 安全與舒眠治療品質 進行身體評 從牙醫師的! 時 的狀態下完成治 成牙科手術 師 人士實為一大福音 0 這類治療術前會由 亦 ·中度 $\frac{1}{0}$ 會 完成後五分鐘內就 隨 估 指 時 (意識 過程中 監 眠牙醫治· 示做張口或吞嚥口 治療過 療 看 在 ·患者甚至能 側 鎮 而 程中 對於畏懼 麻 靜 療 不會延 湾舒服: 確 醉 的 專科 狀態下 保 麻 誤治 患 醉 患者在 者 專科 醫 夠 地 水 的 師 甦

正確潔牙 牙線不可少

毛太硬 流血 是因為牙齒清潔不到位 牙周病或某些疾病因素之外, 物殘渣還會孳生大量細 有牙菌斑殘留 為可能原因 許多患者都有刷牙時牙齦流 的原因 造成牙齦流血 刷牙方式錯誤 雖然很多 ,黃醫師叮 ,更甚者 的原因很多 , 但絕 嚀 牙縫若有 導致牙齒 壓 造成牙 力過 大多數 牙刷 大皆 除 的 刷 問

接處 刷毛朝下, 貝氏刷牙法 大多數人都知道正 上排牙齒刷毛朝上 呈四十五度角 刷 毛對準牙齒與牙齦 確刷牙 水平 方式 排牙 來 交

2019 年基隆市國小幼兒園暨特教生潔牙觀摩 活動

銀髮族□腔保健講習

夠達到徹底清潔的仍 具只是輔助,真正能 沖牙器等,但這些下 多元,還有牙間刷

基隆經典牙醫的

是牙線,

只要是來到

後刷內側面 牙齒, 震動約十至十五次, 刷完外側面 再刷咬合面 每次刷兩、二 最 顆

清潔。 幫患者塗抹牙菌斑顯影 牙齒刮刷 面 的水平面 先天條件限制 國人大多習慣使用牙線棒,但牙線棒 即可,最重要在於牙線的搭配使 保牙齒外側 到每次只刷兩 用手及慣用姿勢與習慣 但黃醫師表示,每個人有自己的慣 牙線能夠隨著手的姿勢彎曲 目前許多牙醫診所洗牙, 才能夠做到牙齦溝凸面的 卻無法清接到牙齦溝的凸 內側、咬合面皆有刷 、三顆牙,只要能夠確 只能協助清潔到牙縫 劑 很難確實做 的 都會 在於 闸 貼 住 到

> 他說 者, 發炎的情形發生。 診所洗一次牙,就可以盡量避免牙齦 慢地練習到能夠使用牙線清潔牙縫 即便患者不習慣 黃醫師都會建議患者使用牙線 學習速度緩慢沒關係 ,也要求他們 , 半 年 到 慢

間, 牙線進行徹底清潔 其是晚上的潔牙更是重要,最好搭配 至少確實做好早、晚兩次的潔牙,尤 嚀,雖說飯後刷牙最好,若無法做 至於每天刷牙的次數,黃醫師也 **唾液分泌變少,** , 最是容易滋生細 因為夜晚睡覺期

洗牙,常保牙康健! 每天早晚刷,牙線不可少, 半年 菌

了解患者平日潔牙不確實的部位

患

黃常樹醫師 5 profile

經歷: 服務項目: 基隆市衛生局醫療替代役 基隆市牙醫師公會理事 北醫牙醫學系校友總會理 北醫牙醫學系校友會基隆分會會長 基隆市牙醫師公會特殊照護組主委 基隆市牙醫師公會□衛組副主委

「○ 舒眠牙醫治療 人工植牙/ 齒雕全瓷冠/全瓷貼片) 微量無痛修磨牙橋 / 傳統植牙 /智齒手術/ P.R.F 技術 日植牙

日刷牙是否確實

雖然牙齒清潔工具

者亦可向診所詢問購

,藉此了解自己平

優良獎

並與得獎人員蘇裕

財務策劃

台灣最佳

最

第

屆

畫師協會理事長許振明博士 (中) 頒發獎座 (左三) 務區經理 (右三) 、陳寶鈐(右二) 、劉宛庭 、 洪啟順 (左二) 業務主任及加油團成員合影

聯盟團 劉宛庭等四 品 |經理及洪啟 九台灣最佳財務策劃 隊 得 位 到評 業務 順 ` 審 主 陳 任 哲 的 所 尉 青 組 成 師 睞 陳 寶鈴 的 專 體 榮 軍 獲 師

第五屆 會議中 司獎項 師 達保經文 台北國際 獎典禮於 融之星 十二月六 下午假 選拔暨 辨 娟 豐 處 業 $\widehat{\oplus}$ ` , 永 頒 張 蘇 公 余 1[] 是合法且可執行的 該

經軍 獎主 由平 劃 成 與會佳賓可以更進 位以及得獎公司播 組獎項前為每 員 承襲去年作法 ·時晨 同時也介紹永達保經主推長年 師 0 互 獲得 相 聯 會 盟 支 |本国 專 援 財 隊 合作 經講座 , ,主辦單 『優良獎』 除在影片中傳 放影音檔 位得獎者 無 步的認識今年 間 獲得的專 完 位 成 的永達 在 介 案 紹 得獎單 頒 業及 遞 例 發 , 期 保 規 藉 讓

表示, 多方面考量是否合乎情理 要以客戶 主辦單位更強調: 商業模式 要考量到兩岸三地的法規、 婚姻在不同的 安排與配置]標以及家族財富傳承 新議題 , 主辦單位台灣註冊 企業面 轉型還 今年的財務策劃個案涵蓋全球 ,的需求與利 , 風俗民情 該 臨 如中美貿易戰對企業的 是遷廠另行投資 如何規劃? 佈 稅制與法令前提下 局 , 新 個好的規劃不僅 、在地文化等等 益為出發 木 財 務策 境 涵 案主的財 , 最 稅法以 一番了 對於事 劃 ? 重 金流 師 , 葽 還要 兩 協 反 的 會 師

繳費與 神, 續回 退休保險市場為行銷發展主軸 善盡企業社會責任 饋社會, 協 助客戶進行資 發揮保險 愛與 產 規 關 劃 懷 更持 的 鎖 定

的服務 常特殊 優惠 如今年的中美貿易衝突以及資 都非常貼近實務 **專體組** 豐業務區 於獲得二〇一九台灣最佳財務策 才能完整, 全,都需要保險菁英為客戶量身打造 的專業與服務給客戶,就是財務 而自己 加此活 的使命 業的 , 知道客戶要甚麼 他也表示, 等 理 的 優良獎 等, (規劃者) 又可以提供甚麼 行業 財規劃 |經理表示, 動 就是優秀的財務策 。負責此次參 只要用心提供專業 他 藉 , , 也預告明年仍 從財富 團隊成 每年選拔活動 進而協助客戶 , 且融 ,財務目標是甚 多選 保險業是 **受員除感** 入最 的 規劃到資 賽統籌的 劃師 題 新 要 控管 金 的 開 議 持 熱誠 案 心之 產 個 策 題 劃 蘇 0 非 裕

文/羅怡如 攝影 何佳華

2020 JAN RICH 達人

險

這也是自我提升專業的好方法。



事件層出 台灣人愛吃蛋 示 窮 台灣 根據統計 動 3物社會研究會倡導非籠飼養觀念, 台灣每人每年吃 掉三百多顆 但您知道 呼籲大家從己身做起, 雞蛋的品質也 整理 台灣動物社會研究會 有差異嗎? 重視飼養 公關 部 動物的友善環境 圖片 近 年 來雞 資料

羽翼 走踏到 化、免疫系統及骨骼等疾病問題用藥 更遑論格子籠蛋雞易發生的呼 料中添加各種預防性抗生素成為常態 健康的母雞生病造成經濟損失 使牠們互相 母雞吃喝 A 4 0 地面上 為避冤活得十分痛苦 紙張大小的窄小「 ~ 四隻產蛋母雞 拉撒都在籠內 成 踩踏, 飼 更無法 多數 雞 張開翅 的 格子籠」 窄小 輩子關 方 輩子不 式 空間 吸 身 膀 , 在 梳 是 1[] 裡 在 將

> 還會以 養環 然會發生 境 ф 禁食」 0 且 造 成 手段逼 雞 產蛋率 蛋 的 迫母雞. 藥 物 降 殘 加 留 業者 速 就 业

代謝以繼續產蛋

如

此

殘

意食安問題

產系 表示 不健 物社會研究會副執行 如何避死 虐母雞的生產方式 統 康 : 源 食品安全與品 不 頭 | 藥殘蛋 管 可 理 能減 不 少 , 母雞身 質 長陳 ? 角 能 需 台 藥 靠 灣 從 玉 , 敏 動 1 末 生 要

子籠飼 紐西蘭 等國政府部門及全球各地知名 蛋雞後, 內農民以 盟自 的 美國 掀起全球各地 「格子籠」 雞蛋革命」 加拿 年 方式 起 廢 巴 西 除 飼 止 洲 境

成雞

隻嚴

重

的 因 此

32

問

題

以

芬普 境造 蝨

為

當 蝨

惡劣的

飼 施

養環

尼農藥」

或其他藥物於母雞身上或飼

可以 就是

「洗砂浴」

以自行清潔羽

的

格子籠」

飼養方式剝奪了母

前爆發的

「芬普尼毒蛋」

事件

歐

端檢驗

定採購政策以逐步廢除 飲 及通 路 集 專 也 都 始 17 法 或

台灣在政府、 學界、



傳統開放式的格子籠是將 2~4 隻產蛋母雞 一輩子關在約莫 A4 紙張大小的 窄小籠子裡互相踩踏,吃喝拉撒睡都在籠子裡,導致母雞身心極度不健康 因此在飼料中添加各種預防性抗生素成為常態,以及格子籠蛋雞易發生的 呼吸、消化、免疫系統及骨骼等疾病問題用藥,都與近年來不斷爆出的毒 蛋風波脫不了關係!

產業與

來源

蛋

食

安

消費者辨識

餇

以

方

陳玉敏表示

不

論

從

生產系統定義與指南」 型以善待母雞的方式飼養蛋雞 四年一月農委會公布了「雞蛋 ,明確規範 友善 放

織的努力下,已經有越來越多農民轉

(環境創造多贏 響應新時代 「食物民主」 她進一

(food

動

、環境品質或產業永續的角度 步呼籲消費 物

康風險 只有善待農場動物,才能讓人、

蛋雞生產系統與動物福利條件一覽表

統定義與指南

應

於蛋

全衛生管理法

已規定符合「雞

友善生產系

上 標

示生產

放

牧

17 統

餇

等生產

系

,

未

標示

律為格子

台灣動物社會研究會製表 2018年10月

施與管

理

產系統

的

三種「友善生

牧」、「平飼」、 豐富化籠飼」

要 本

項 設

0

此

外

前

食品

安

台灣動物社會研究會製表 2018				
動物福利條件 生產系統	基本原則	豐富化設施	行為表現機會	照片
有機 (organic)	雞可在室內、戶外 自由活動 (倒料需有機)	室內含含: 有食養 有足樓 等 有 至 有 至 程 整 料 戶 之 蔽 数 之 之 。 之 。 之 。 之 。 之 。 。 之 。 之 。 之 。 之	可無果 可可為處 之 可 可 的 是 食 、 一 可 見 食 、 一 、 一 の り 一 の り 、 一 の り 、 の り り 、 り り り り り り り り り り り り り	
放牧 (Free Range)	雞可在室內、戶外 自由活動	室內舍舍: 有充足樓架, 在 養 有 有 有 有 的 空 間 : 避 蔽 、 沙 之 。 之 。 之 。 之 。 之 。 之 。 沙 。 之 。 之 。 之	可築集 可外為處棲息 可見食、室動 戶外自由行動	
室內平 何 (Barn, Aviary)	雞只能在室內 活動 完全密閉溫控或 自然採光通風禽 舍	室內禽舍: 有充足棲架、產 蛋箱、墊料	可築巢 可沙高處 樓息 抓內自由行動	
豐富化籠倒 (Enriched Cage)	和格子籠一樣為 籠養。只是籠子面 積略 大於 格 40 公 分,雞隻可站立的 地面多數為鐵絲 材質	籠內有橫桿(樓高層 可供抓堤。 有一小以布 在 起的小產蛋區。	無巢箱,僅有產 蛋區。 無法為高處棲息 無法沙 無法沙自由探索 無法自由行動	
格子籠 (Battery Cage)	傳統鐵絲籠、蛋白 窄小鄉接展現自 完 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一	無棲架 無產蛋區(箱) 無墊料 無抓扒區	無法祭巣 無法沙浴 無法高處棲息 無墊料 無法探索、抓扒 無法自由行動	

ethics) 的理念,以消費力量改變生產 democracy) 與「食物倫理」(food

與供銷體系,維護自己與擊親的未來。

人生哲學

整理/公關部

輛出租車外出旅遊,有一位先生搭乘一

相當舒適。 先生衣裝整潔,車內的 來客上車後,發現司機

他要不要聽音樂或收音機?這問車內溫度是否適宜?又問車子啟動後,司機熱心的

位司機告訴他可以自行選擇喜歡的音樂頻道,乘客選擇了

塞車,我們走高速公路好嗎?乘客表示同意。客說:前面路段可能會塞車,這個時候高速公路反而不會想喝熱咖啡,保溫瓶裡也有。又過一會兒,司機先生對乘想喝熱咖啡,保溫瓶裡也有。又過一會兒,司機先生對乘紅綠燈前停了下來,回過頭來告訴乘客,車上有報紙和雜爵士音樂,浪漫的爵士風不禁讓人為之放鬆。司機在一個

作辛苦、人生沒有意義,有一次,在廣播裡聽到一段話 從那一刻開始,我創造了一種新的生活方式,我把車子整 你相信什麼,就會得到什麼,如果你覺得日子不順心 先生回答:「從我覺醒的那一 不禁問司機先生:你什麼時候開始這種服務方式的?司機 以我相信, 幸運的一 麼所有發生的事都會讓你感到倒霉,相反,你覺得今天是 從上車到此刻,這位常搭出租車的乘客就充滿驚奇 天, 人要快樂 那麼每次遇到的人,都可能是你的貴人 ,就要停止抱怨,要讓自己改變 刻開始,從前我經常抱怨工 , 他 , 那 所

理乾淨,下定決心善待每一位乘客。_

創造了更好的收入,而且更從工作中得到了自尊。 乘客總是會事先預訂好他的車,他的改變,不只是務。」這位司機的生意沒有受到經濟不景氣的影響,門,並遞上名片並說:「希望下次有機會再為您服門的地到了,司機下了車,繞到後面幫乘客開車目的地到了,司機下了車,

必須具備贏家的思考態度或行為規範。改變自己,一份耕耘一份收穫,如果你希望擁有成就,就改變自己,一份耕耘一份收穫,如果你希望擁有成就,就以數元。 一、每個人都想過更好的生活,但卻沒想過

這種為他人著想的改變,就是道德的力量。表面。另外一種力量來自道德,是推己及人的情懷和覺醒,一一、改變的力量可能來自權威,然而這種方式只能改變

也將隨之改變。 修正。當自己的善言善行慢慢變成良好的習慣,人的機運的步調,它可以是一個當下念頭的轉換,或是一個行為的也可以在覺醒後力圖振作,它不一定是推翻過去所有生活上、抱怨只會讓事情更混沌,你可以選擇早晚抱怨別人,

人。有勇氣又明智的人,而幸運總是降臨在那些能堅持到底的契機,知道自己要改善的地方,並且致力去完成它,才是四、一個好的故事可以純欣賞,也可以成為改變自己的

開始的! 4 思維和習慣要改變?立即行動,所有的改變都是從這一刻思維和習慣要改變?立即行動,所有的改變都是從這一刻現在,可以反省一下自己,為了得到更好的生活,那些

歸

▼ 大夥提前共度感恩節分享喜悦。



疊杯 探訪 分享溫 機構長 過 與 11/1 感 此 起 恩 次 與

距

化解 從遊

陌 戲 協

牛

感

;

輩 長

一拉

與

11

,

臉上

展露

的笑容與

成

就 完成 輩 將

婆

芯

陪伴與

助

長

起

受到 來合 澎湖 句 也 的 活 灣》 助 歌 志 中 志 中 完成 的 , 得相 快 在陪伴的過 活 所 位爺 樂與 爺 有 動 永達志 畫 爺 爺 點 開 能 的 1 願 歌 11/1 量 員 程 滿 Ι 感 都 外 相

,

在

來到景美醫 節 前 附 備 協 ,

經理

與志工們

增加 憶力 力和 專注

部肌耐

以及平

0



▲呂美穎業務籌備處經理(中)帶領永達志 工陪伴長輩,擔任爺爺奶奶半日家人

心得分享

中

約

呂美穎 業務籌備處經理

恩

的 溫 前

這是我第一次參加大手牽小手活動,

看到長輩很像見到自己家人一樣,也深深感受「愛要及時、活在當 下。」任何時候,把想講的話講出來、把未完成的事完成,不要讓 遺憾發生,活在當下、愛要及時表現,更要趁年輕的時候把自己的 人生規劃好。



▲開場「疊杯子」遊戲讓志工與長輩迅 速破冰,並訓練長輩手眼協調能力。

林英美 業務區經理 今天陪伴的長輩一開始臉上沒有表情,我不斷跟他互動、逗他開心,長輩才漸漸放 鬆,還一直詢問我偶像司馬玉嬌來了嗎?志工服務不能有挫折感,真心誠意付出,對方一定感受的到,像我 今天就充滿成就感與收穫滿滿,我們能做的雖然有限,但能盡一己之力是很棒的事,希望以後也能常常參與 志工服務。

陳莉華 業務專員 今天探訪活動分外有感,因為我的媽媽上個月往生,我幫媽媽準備的養護機構只住了 四天,來不及住。短短半天的陪伴,我將長輩當作是我媽媽一般,陪她們聊天、說笑話、簡單按摩等等,內 心充滿了與媽媽相處的回憶,很感動。希望將對媽媽的愛,分享給其他需要被關心的長輩。

九年

月

天

高 歲

雄 末

和

興護理之 傑團



▲李世傑業務副總(坐者右三)、陸大同業務籌備協理(坐者左三)帶領南區永達志工們與資 深藝人們一起帶給長輩歡樂與笑容。

化

解了初見面

害

羞

感 主

更

佈

滿笑容

0

大

為

志

的

動 臉

由李世 理 丘 力榮業務處經 總 陸大 同業務

備

處 蓮

經理

及永

英

志

們

位

,

為

滿

滿

永達保經世

業 務 理 聆 處 瑄 邸 業 經 務

業

志工想到照顧他長 大的奶奶,像陪伴 家人一樣緊握著奶 奶的手。

溫 陪伴長輩 暖 獻 忑 (跟著節奏手 , 祝 場 開 111/ 福 現場 用 龃 入 Fi Ш 足蹈 姑

心

輩

出 ▶永達志工群帶來《內山姑 娘要出嫁》,開場炒熱氣 氛歡聲雷動。

心得分享

志 1 手 積

非常

感

志

感受到

奶 讓 的

物送

給身旁的

永達

志工

搶答

,

甚至

爇 活 刀

情

地 中 奶

要

將 直

到

極

鼓

勵

動

主

動

高

齡

九

歲

奶 的

在志

忑

大 歲

這場

陪伴充

滿

宱

更帶

沂

百

0

1/ 神 動

時

忙

於

作

的

元

氣及

完全看

出

奶 奶

李世傑 業務副總 保險本身就是提供幸福與預防風險的行業,陪伴就是希望帶給長者幸福感。今天陪伴的是 -位九十四歲的奶奶,一開始臉上不太有笑容,互動後,奶奶心情較放鬆,跟奶奶擊掌、拍手,她很有元氣地 回應我,甚至要將她得到的禮物送我,讓我帶回家跟家人分享,真的很感動。也感謝各位永達家人的參與,有 付出會有收穫。在永達我驕傲;永達人我感動!出錢出力、親力親為、把愛傳出去。「大手牽小手」公益志工 關懷活動陪伴養護中心長輩們,看表演也表演。希望大家今天收穫滿滿。謝謝公司讓我們可以出錢還能出力, 有服務社會的機會。

幾

位

長輩

娘

要

陸大同 業務籌備協理 保險是公益事業,自助也助人,我們要發揮保險的大愛精神,多關懷身邊親人、投 入公益活動,就像今天的探訪一樣,透過活動感受到做公益的付出跟樂趣,讓人生更快樂。透過今天的活動, 我告訴我自己也鼓勵永達家人,不管多忙都要抽出時間陪伴爸媽,因為人生歲月很匆促,多享受與珍惜和爸媽 相處的福分。

蕭玉婷 業務副理 參與今天的探訪,看著資深藝人的演出,回想他們年輕時的輝煌,經過歲月洗禮,也經 歷生病或挫折,因為勇敢面對人生困境,走出人生另一條路。在陪伴長輩的過程中,我發現我們還可以做得更 多,跟他們聊聊天,聽聽他們對生命的想法,或請教他們年輕時的專長,透過相處能帶給長輩更多的快樂與滿 足,我們內心也能獲得更多收穫。



三)業務籌備處經理帶領永達志工與長輩 ▲ 項若薇(二排右二)與梁婉菁(二排右 歡慶耶誕節。

成任務後相互 成疊杯子任務

感受彼此 分享喜悦與成就 與長輩 搭著夥 在 動感的歌曲 長輩年輕時的 樂 伴 Ġ 的 傳 的

道耶 透的溫 定要更好更加 氣氛 肩 , 誕快樂 中 永達志工巧思 暖與 韋 畫 練著 祝 句 新年 油 福 0 志 活

雙手、 舞開 永達 探訪活 志工 場 身體的海 透過歌 動 以 擺 龃

前夕,

永達 備 處

項

月十三日聖誕節與

元旦

與肢 接著進行 也拉近彼此 體 葎 動 紓 解身

輩分享喜悦提前

度過溫馨的耶

來到新佳源護理之家

經理帶領 保經梁婉菁

永達志 頣

▲志工陪伴長輩完成「疊杯子」任 ,內心都充滿成就感與喜悦。

注力

志工

助 0

長輩 永達

起完

,

進手部肌 力與手眼協

耐

力和 調 杯訓

i 練 長 輩 遊戲

們的腦 透過

▲志工陪奶奶聊天,逗她開心笑。

心得分享

李辰竑 業務副理 來過機構才知道養護機構的型態 與居住長輩的生活是什麼樣子!其實人都會老,老了有 沒有伴?到機構看到長輩,想到以後年老的生活,到時 誰照顧我們?我們都想陪伴家裡的長輩,但礙於工作, 無法時刻隨側在旁照料他們。我覺得既感慨、又感傷, 但也感到幸福,幸福的是我們還有體力與時間能參與志 工活動,帶給長輩溫暖。

偶像

林

沖

上台



夥伴的肩, 永達志工巧思設計搭著

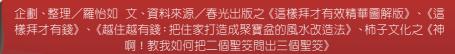
劉美麗 業務襄理 我們參加過很多次探訪活動,對參與演出的藝人們很熟悉,藝人很有愛心持續付出, 我們有感受到這股熱情,也願意跟進陪伴長輩。在漸漸年長之後,想到自己有一天也會面臨養護生活,就會 更希望在自己還能身體力行的時候,多參加志工行列,給予長輩陪伴扶持的力量。

謝翠華 客戶 今天的探訪活動讓我想到「小老人陪伴老老人」。藝人們用長輩熟悉的歌曲,讓他們回憶 起年輕時最幸福快樂的時候,我陪伴在長輩身旁也會問問爺爺:「爺爺,還記得這首歌嗎?」藝人與長輩是 同一輩的,希望能喚起長輩年輕的回憶,希望這些歌曲,可以讓長輩覺得有尊嚴、生活又多了一些希望。

新春時

本刊特別製作應景的年節專題 ,包括如何拜拜的步驟 的好風水、擲筊與解筊,透過專家解說 提供讀者參考。

鼠報年來福滿門,2020年,「鼠」不盡的收獲!





拜拜篇》

這樣拜才轉運

求好運 最該先拜的是祖先

,最可能伸出援手的還是自己的父母長 祖先與子孫是血緣至親,一個人若時運不

先若知必會運用各種力量幫助子孫尋找有 利的機會。

何時辦

即可。一年只有在五節:過年、清明、端午、中元、重陽時 過年、清明、端午、中元、重陽等五節日 ★家中設有祖先牌位的話,每天供上鮮果、早晚各上一炷香

才供拜牲禮。 準備物品

雞則需要頭尾俱全) · 豬肉、魚肉、雞肉(豬肉可以用五花肉一塊,魚和

2 · 大銀、小銀、巾衣、銀元寶、壽生蓮花、往生蓮花 庫銀、病符錢。

★是否一定要準備三牲並沒有硬性規定。若家中長輩

貫供拜水果或素食,那麼遵循長輩習慣即可。

▼庫銀就是庫錢。

紅筆寫:陽世子孫〇 **★在庫銀箱子上,用黑筆寫:○家祖先領收:用** 〇 送

祭祖重點

·依循長輩習慣、或是靈骨塔的流程指示



或是靈骨塔的流程指示即可。但無論在何處,祭拜時依循長輩習慣、祖先安居於靈骨塔。各地習俗不同,有些家族有祠堂、有共有墓地、或是

2 · 恭敬稟報近況和困難

3 · 拜祖先是求好運、找貴人、求出成績差等,然後再請祖先幫忙想辦法。利、想創業但沒資金、子女叛逆讀書奉稟目前所發生的事。例如工作不順只能見五次,必須把握時機,恭敬地只能見五次,必須把握時機,恭敬地

虚空中幫你尋找機會和貴人。的紙錢,轉為「公關運轉」資金,在你的請求,就會將平常你燒化給他們當你的意念發射出去後,祖先收到

路的必要步驟

款所在。 極的幫你找出路,這就是敬拜祖先祕德財,祂們接獲你的求援後,也會積孫:如果祖德稍弱,祖先無法驅動功將祖德轉化為陽世所需的錢財幫助子將祖德轉化為陽世所需的錢財幫助子

找自己的引導神指引方向

找到自己的引導師尊,締結深厚緣分,引導神,就是今生運勢的守護神。

進財庫、開財庫的步驟。後亦可請求引導神為你進行補財庫、你一把,或賜予鹹魚翻身的機會。日人生之路有師尊引導,低潮時有神拉

去哪找

這尊神明的廟宇擲筊請示即可。切?既然心有所感,直接前往有供奉一尊神?或是對哪一尊神特別感到親靜心想想,腦中首先浮現的是哪

找香火鼎盛的大廟。★最重要的是,尋找引導神時,最好很多神尊之後,才找到自己的引導神。急,許多人都是問過很多間廟、或是★一時找不到自己的引導神也不需心

準備物品

- ·花一對、燭一對、五種水果一份
- 2 · 廟方紙錢三份。
- 3 . 功德單一張(功德金隨意)

尋找引導神步驟

關聖帝君為例

- · 獻花、獻果、放好金紙、點香。

2.按照一般拜拜順序敬拜即可。

- 廟中衆神→插香。 朝外拜天公→入廟拜主神→逐一拜
- 子〇〇〇,民國〇〇年農曆〇〇月奉香拜請〇〇〇神尊在上,弟神明稟告:

今以十二炷香上○○○□□ 吉 時

神,請連賜弟子三聖筊。是弟子本命靈源引導為弟子的引導神,若

第一次接引導神的儀式。 4、笑筊或蓋筊:代表你的引導神是其他廟宇的神尊。 引導神是其他廟宇的神尊。 引導神是其他廟宇的神尊。 小人表你的引導神!是不够的神明。 一个表際的,可以表際的

接引導神步驟

2 . 入廟奉拜你的引導神。以的藍天奉請神佛蒞臨:1 . 再點三十六炷香,先朝廟外

要香拜請○○宮(廟) 關 聖帝君在上,孩兒○○○ 民國○○年○○月○○ 民國○○年○○月○○ 民國○○年○○月○○ 民國○○年○○月○○ 民國○○年○○月○○ 民國○○年○○月○○ 民國○○日 三 時 出 生, 現 居 以三十六炷天香

生答謝聖恩。孩兒〇〇〇叩上。 尊之名行功造德,復古收圓、濟世利 扶持、小人遠離,行有餘力必當以師 宅平安、事業順利、財源廣進、貴人 未來在師尊帶領之下,讓孩兒能夠家 開恩赦罪,懇請賜予孩兒重新之機 在此祈求聖尊本於仁德聖懷,為豥兒 知、今世不知、肉體不知所犯諸錯誤, 弟子今生的本命靈源,弟子過去世不

入體內,感受這道白氣周流全身 的眉心透出一道白氣,自你的眉心穿 ★至少需跪二十分鐘,越久越好。 ★跪的時候全心放鬆,觀想引導神像

示對引導神的感謝和尊敬 4.二十分鐘後,三跪九叩,誠心表

5 · 逐 最後都要三跪九叩以示感謝 ★請求神明做主為你辦理任何事宜 再向廟裡衆神稟報此事以示

尊重。

6 . 大功告成 離廟,等待第二次、第三次接駕 燒化。再向引導神及衆神答謝後即可 ,將紙錢和功德單 起

★接引引導神,必須連續做三次,每

次相隔一周以上,一年內必須全部做 就可增加彼此的感應能力。 完,此後經常性地不定期前往參拜

只要按一般的拜拜習俗前往參拜即 的四品禮物,第四次以後就不需要 ★每一次要接引導神都必須準備同業

覺得最近運氣差該怎麼拜

不順、運氣差時,可請求神尊為你補 充正面能量。 運勢總有高低起伏,覺得最近卡卡、

3.插香。接著跪於神尊之前約二十

哪裡辦

補運。 奉拜斗姥星君的廟宇,請求斗姥為你

給主神。 求敬拜時,別忘了也要準備三份廟金 ★斗姥星君多為配祀神,因此前往請

累積正面能量,就算有難也可出現貴 求斗姥星君庇佑,可保持運勢穩定 ★其實拜拜跟儲蓄一樣,定時前往請 **八扶持、得到靈感智慧順利解決。**

準備物品

廿日是好日,但以早上時間最佳

何時辦

花一對、紅燭一 對、五種水果一

份

2 廟方紙錢

3 ·補運錢

得寫上:姓名、出生年 ★補運錢上一定要記

★只要寫在最上面一 張就 月日、地址、手印。

可以了 ★手印一樣是蓋男左女右的大

拇指

補運步驟

2.將廟金放在主神供桌上。

3 將補運錢放在斗姥星君供桌

5 4 點香 上。

意 朝外拜天公,說明今天來

衆神一一稟告來意 6.入廟拜主神、再與廟中

7.插香。

8.跪在斗姥面前

說:斗姥星君在上

第子〇〇民國〇〇

〇〇日吉時生, 曆 感謝斗姥為你補運



聖筊:圓滿,不需增加。

夠。」 門問「請明確指示夠或不

10.確認數量之後,別忘了三跪九增加直問到聖筊為止。 蓋筊:「再增加補運錢可否?」一直

化寶。 11.休息十分鐘,再擲筊請示能否

12 . 大功告成,感謝斗姥庇佑

, 向

★若是今天無法補上金紙數量,可請廟中衆神鞠躬後打道回府。

買齊比較好。 ★除非實在困難,不然都已經運勢不示斗姥可否下次補上。

萬事皆能順心如意。★別小看補運效果,只要運勢平順,

功德迴向結善果

向給你 我們是不是也該做一 將這功勞祝福某一個你想祝福的人。 想如何回饋,致使大家誤以為只要求 站在知恩圖報的立場,身為受惠者的 同樣地,也可以運用在對神明祈求財 說你做了某件事所產生的功勞, 的,「迴向」一詞來自佛家,意思是 就必能得。其實,這觀念是有點矛盾 無一德以報天。」大家都在求卻從不 向給賜福給我們的神明?這是為人應 富機運的行為上,神明將祂的功德迴 有句話說:「天生萬物以養人,人 , 化為可供你運用的人間資財 些事,將功德迴 你願

> 苦。 大能問心無愧的接受施 動才會使得陰陽 動才會使得陰陽 動才會使得陰陽 動才會的禮

1 . 祈求的動機要單純善良,不全看個人如何設定,有些人建設經費,或是身體力行以勞役報答神恩,這都是行功造德的方報答神恩,這都是行功造德的方報。當一個人因窮而產生無力感,或上蒼賜予良機時,在整個祈求的過程中,它必須包含幾個步驟,方會真正達到有求必應的目的:

3 · 要發願迴向,陰陽和不動手。

是出自貪念妄想

諧,利己利人。

來。 聞聲救苦,應聲而 步驟,諸天神佛莫不

擲筊篇》 聖熒允熒解熒 行事 順 順 利

輯推論及整合能力,驗證了只要問對 要悟得神明旨意是有方法的,問神達 性、哲理、 方向、方法,得到神明應許並不困難 人王崇禮老師透過系統性的思考、邏 問事是 人文和感性的宗教行為 門科學、 藝 術 亦 融 合理

擲筊問事 邏輯推論法

邏輯推論法門是由「三筊定

的角色。 提高問事精準度方面扮演著非常重 所組成, 換句話說,三筊定律在 葽

話說 部都會透過三筊定律反映出來。 舉一反三,因為神明想要說的話, 要懂,一定要學,更要能融會貫通 精準無誤,三筊定律非常重要,一 決定性的關鍵就在這裡了。 是問事的必經過程。想讓擲筊的結果 三筊定律就是擲筊、想筊、解筊 ,問事問出來的答案準不準 換句 全 定



擲筊的重點就是

(1) 筊要拿正確

(3)定要連續擲到三個聖筊 (2) 筊的時候一定不能讓筊撞到東西

來的答案還要客觀 筊才算數,而這會比用 了算,一 可不可以、能不能,都不是問事者說 為什麼呢?因為不管對不對、是不是 式,問出來的答案是百分之百的神意 擲筊就是我們一 一種最沒有人為因素介入的問神方 定要經過神明連續賜三個聖 般說的 「人口」講出 「博杯」,

然跳動 掉。 定要把會影響準確度的因素排除 擲筊,是讓一對竹筊在大自然中自 所以, 在擲筊的過程當中

竹筊在大自然中「不受影響」 準確度。因此 腳等等,而這些都會影響擲筊結果的 撞到桌腳、撞到跪墊、撞到當事人的 小,就容易導致竹筊在跳動的過程中 定要把這些干擾因素都排除掉 舉例來說:擲筊的場地如果比較窄 ,我們在擲筊問事 的跳動 時 譲

想筊有二個重要竅門:

神明的問題 竅門一〉 正式擲筊前 ,先想好要問

你在跪下去正式開始擲筊之前

如如

可

這

前準備功課不

空白 果心 多久腦袋就會一片 的問題方向, 先準備好要問 你擲筊擲 中沒有 沒

的同時 稟報完事情的主 著神明在查案件 題之後,最好趁 麼問下去。 所以,在點香跟神明 幾個等 ,而不知道該怎 ,先思考並 下要

筊問 徒想 怎麼 問事問得準,事 神,也要人」 來,以冤臨場想得不 好好思考,並且筆記下 好在到廟裡問事前就先 題與方向 事,最 自己擲 問 般 的 問 「也要

一片空白。 樣才不會讓自己問沒多久腦袋就開始

的聖筊數」推論神意解門二〉從觀察「擲筊跳動所顯現

簡單來說——

(1) 蓋筊:不是答案。

(2)一個聖筊:不是答案。

才能得出最後答案。足才讓神明無法給你三個聖筊,這樣思考你問的問題還有哪些條件因素不點,再努力將問題敘述得更完整,並到二個聖筊:已經問到八十%的重

(4)三個聖筊:正解。

解筊有二層意思:

現的二個聖筊」所代表的意義解問一〉依循所問的問題,解釋「出

訴我們什麼事。個狀況下出現的二個聖筊是神明在告位」出現兩個聖筊,要如何解釋在那位」出現兩個聖筊,要如何解釋在那別代表什麼意義,例如問「問買房方里筊,要如何去「解釋」在那樣的情聖

二個聖筊,並且教導大家去思考神明為什麼神明不直接給三個聖筊而只給這個竅門的重點,就是在教大家

去,才能得出三個筊。排除問題、如何修改問題,繼續問下一一抽絲剝繭、如何測試問題、如何是在暗示些什麼,以及運用邏輯推論

檢視、偵錯或解釋三個聖筊的意義一一家門二〉擲出三個聖筊後,進一步

以及這三個聖筊背後的意義。個聖筊合不合理、有沒有合乎邏輯,擲出三個聖筊之後,還要思考這三

疑。

目,在不同的時間、不同的地點、給量化研究,同樣一份問卷、同樣的題類後,還要再想一想這三個聖筊有沒經教過我:「弟子,當你擲到三個聖要提醒你,先別高興得太早,神明曾要提醒你,先別高興得太早,神明曾一般人都以為,擲到三個聖筊就一般人都以為,擲到三個聖筊就

過 做出 的 不同施測 理 正 定 案自然不 象做問卷 相同 研究 確 來的 如果你 例 不 如 對

高,也比較不會被人質結果的準確率就會很麽,你得到的研究麽,你得到的研究例的研究的母體與樣



風 水篇》 把家變成聚寶盆

這就是「天心位」 分最主要的來源。同樣地, ·臟,而此處也是房屋最關鍵的位置 7人體 ,也是 來說 11) 個人生存、提供養 臟無疑是人體 房屋也有 最

代演進 稍作改良,才能迎合時代的需要 給毀了, 把屋頂敲 頂上敲一 簡單的事,只要在適當的時間 候的人都住平房,所以換天心位是很 面的補強也是非常具有效力的 財和事業上的幫助 促使屋宅運轉新機。不過因 換天心」主要的功能, 個洞, 所以,引天心的方式也必 現代人大多住在大樓中 個洞 就可以把天光引進宅 無異是想把別人家 ,但是對於其他方 在屋 為時 須 想

很 的 多 市 高 現

麼

麼樣的房子必須改換天

是 /<u>[]</u> ?

屋

渦

種

住戶可能覺得很奇怪,老爸爸老媽 那就是這房子的心臟老了,該重新 就是無法接續良緣?答案其實很簡單 長輩美好的憧憬住進來的 完全不是那麼 到兒子或孫子手上時,卻每況愈 高升老媽人比花嬌,為什麼房子一 住在這裡的時候家宅榮昌,老爸連年 甚至還有四、五十年的 顆「天心」了。 一回事了?明明是抱 ,住在其中的 ,但為什麼

路有時鑿河, 東、三十年河西」 都不在變化 不要以為世間所有的事都是 住個幾年就力不從心了,仔細究其原 此住進來的時候感覺還事事順心 後還有三年就該交接到下一元運, 剛好介於交運期。例如房子建造好之 ,常常是天心位出了狀況 另外一種情形就是房子在起造時 天候有時陰有時晴,地域有時開 點都不假 人間萬事萬物無時無刻 所以才說: 風水輪流轉這 「三十年河 》。 因此 成不變 但

代表天心位的心臟大約可以用二十年 心臟老化後必須汰舊換新,以去除老 可以煥然 化的氣、接取新的氣,使房子的氣場 天心位」就像一個人的心臟 這就是所謂的

以

亞蘭 歌 戲臺辦

月三十日 末年終是團圓惜福的季節 臺北市歌仔戲推 ; +

社會 戲文化努力的陳亞蘭理事 活動 辦桌圍爐 廣協會與台北市文化基金會第1 劇 門紅樓舉辦 0 連續二年支持響應臺北市 永達保險經紀人感恩惜福回 邀請長者參加傳統 , 同時欣賞長期 九戲臺辦 長所編排 為臺灣歌仔 熱鬧的戲台 一年於 歌仔 桌 韻 的

結合藝 辦的戲 氣息 台辦桌 有過節 文與公 活動 戲 益 協

的文化活動

護專車捐贈計劃

,

預計捐贈六十四台

市

政府

推動多元

的

角

陪伴長輩

,

並於去年發起八年長期

昭

動

,

由永達志工前往養護中

11

或

機

耕關懷長者,

每年超過三十場探訪活

隨著台灣邁入高齡化

,永達保經

深

快樂又 溫

會學 推廣 邀請 聚的 是節 長輩 的辦桌活動

方式 的 求 次公益活動 歌仔戲的演出技藝, 追殺萬古流芳》 員設計打造的節慶戲碼 舞臺 此次歌仔戲演出的內容為新生代演 同時給予新生代歌仔戲 , 希望給予長輩力量與 , 讓最親民的歌仔戲藝術與 除了看見社福 , 譲長輩 透過有趣互 《黑家店 的回憶融 分盼望 演 專 體 員 發光 的 動 0 辨 此 的

, 很

> 菜金傷透腦筋 社福單位到了歲末總為籌措年 慶文化裡最 餐。 年中最豐盛的 陳亞 , 專員 蘭歌仔戲舉辦 期待與家 [飯是許多 餐 人團 , 力

中的歌仔戲 姊妹會經濟弱勢的長輩們 政慧慈善基金會、 日間照顧中心 會服務協會、 一二〇人以上, 社團法人臺北市臻佶祥社 , 臺北市中正老人服務暨 成 席開二十二桌 ` 就 讓長者觀賞人生記憶 南港老人服務中心 新光醫院乳癌病友 場身心靈都滿足 人數多達

臺北市歌仔戲推廣協 會陳亞蘭理事長(右) 持公益辦桌活動 謝永達連續二年支

桌文化結合濃厚的傳承意味 ▲此次戲碼《黑家店2:追殺萬古流芳》讓

長輩的回憶融入歌仔戲的演出技藝

的行列 展笑容 文化的 照服務 長照專 懷 色 ,希望喚起企業與民衆對長者的 , 以及支持臺灣 傳承 0 車 , 1/ 此次永達扮演抛磚引玉 , 協助 期望更多人加入關懷長 讓喜愛歌仔戲的 縣

本土歌仔戲

長

輩 辨

再 桌

永達保經陳慶鴻總經理(後排右二)與 亞蘭及其歌仔戲團員一起為長輩上菜

旅遊•美食•活動

提供最貼近您需求的休閒生活資訊 整理

(市情)集制制

時間 : 國立中正紀念堂一、三展廳 北市中正區中山南路二二 號 一月十七日至四月五日 (台灣台

|坦卡門||法老王的黃金寶藏特展

神秘法老王登台「炫富

霍華德·卡特於埃及帝王谷發現,從墓室中運出了多 年的圖坦卡門,其陵墓在一九二二年被英國考古學家 即將在國立中正紀念堂重現寶藏之美!沉睡三三〇〇 達五干多件的陪葬品,每一件陪葬品都含有深厚意 ,為讓圖坦卡門來世能夠活得幸福快樂 史上神秘傳說最多的法老王—圖坦卡門,今年一 月

由於第一

批進入古墓中

的

部

圖坦卡門 FB 門神秘的永生傳說 各種石 品之細緻手工外,更將還 賞埃及文化部認證古埃及工 五百餘件 金寶藏特展」 此次「圖坦卡門—法老王的 王的詛咒」 埃及的傳統 坦卡門在帝王谷中的陵墓場景 的 分考古學家陸續離世 色彩 , 同探索神秘法老王及古 一動體驗,帶大家穿越時 也讓全球 , 文化 除了可以近距離 更是讓其蒙上 展出 解 更加 藝術品 密圖 著 「法老 高達 神 迷 蓺 當

時間 : : 即日起至三月十九日 華山 1914 文創園區西一 巾中正區八德路一段一號 <u>`</u> 館館 (台 北

真!超擬真機械恐龍宛若置身白堊紀 最多!十七隻恐龍全身骨骼化石一次曝光; 史上最大!十二隻超大型恐龍首次來台展出 史上 ; 史上

龍, 生到滅絕的祕密 的各種原因,讓大家看展之餘還能認識各種恐龍從誕 恐龍研究的最前線資訊, 恐龍從誕生到滅絕期間,充滿謎團的多樣性與生態 龍全身骨骼、化石標本與復原模型等 恐龍研究機關「福井縣立恐龍博物館」 此外,此展覽更根據最新研究所復原的震撼機械恐 「二〇一九超・大恐龍展」展出世界上 並透過各時期 、各地區具有代表性的恐龍來介紹 探查出構成「恐龍大繁榮」 藉此 珍藏的衆多恐 藪 完整呈現 數 的

地點:台中市和平區 時間:即日起至二月二十九日 歡迎登山愛好者造訪台中 一一九谷關七雄登山 趣 挑戰

頒完登證明 **元登谷關三雄** 因應台灣近年山岳旅遊風氣日盛, 「谷關七雄登山趣—山岳旅遊來台中」 即可獲得精美紀念品 台中市政 ,完登七 活動 雄更另 府特舉 只要

尾山 登三雄及七雄兩組類別 谷關七雄登 白毛山 凡於活動期間內攀登至少三座谷關七雄 Ш 仙山 趣 山岳旅遊來台中」 唐麻丹山 谷關七雄分別為東卯 波津加山 活動 及屋 ĺЦ 分為完 在 馬

帶你探訪史上最真超大恐龍 一 九超 ・ 大恐龍展



關活動詳情可 到九小時不等,民衆需衡量自身體能 8 確認後 龍崎光節— 高木椿前拍攝合照 八三五 谷關七雄攀登難易不一,攀登各山岳來回時間從三小 二 份 龍崎 : 空山」 ,完登七雄者另頒制霸勳章及完登證明,數量有限 ,即可兌換谷關七雄紀念胸章 台南市龍崎區虎形山公園 即日起至一月 位於台南北邊 空山祭 治 : 裡的那些精彩 (需顯示日期) 和平區登山推廣小組〇四 - | 三七二-,擁有崎嶇不平的泥岩地貌 ,並下載表格經合作店家 · (七款 (台南市 切勿過於勉強 套) 龍崎 及精美禮 是山

的行政區。近年來龍崎區成立了市集、 人稀的陌生鄕野,近年人口老化外移,為台南市: 活動 短城鄉差距 館等藝文建設,台南市政府希望藉由藝術 ,引入外來觀光 人潮, 貓咪階梯 振興地方並 人口數最 竹炭故. 小

地方, 際級的地質學環境 過後讓 許會覺得是來到一 地製作的小燈籠探索龍崎 地竹織工藝, 藉由空山祭讓更多人了解龍崎, 有不同的觸動 乍看下的 · 但藝 人覺得非常 |祈展覽及在地豐富生態 「空山」,在打開 希望吸引民衆在夜晚拿著在 。空山祭結合藝術創造及在 個空空 、對抗垃圾掩埋場的 滿 主辦單位 無人煙的 院配官後 開始· 包括其國 大家或 會在 神祕

> 見龍崎的美 事、完整保留的竹林與生態,以及在地的竹藝, ,這也是 「龍崎光節」 誕生的緣由

一九高雄國際貨櫃藝術節

南島 : 貨櫃移動的力量

相 時

時間 :高雄市立美術館園區 即日起至二月九日 路八十號) (高雄市鼓山

區美術

館

主題, 餘年來耕耘有成的「南島當代藝術」能量,以 |林原野與都市叢林對話與思辨的空間 高雄國際貨櫃藝術雙年展邁入第十屆,特別串聯高美館 在這個與貨櫃關係密切的港都文化板塊中,架構 「陷阱」 作為

區

崎

及不同族群相互尊重的生命價值觀 作的關係來存活,藉此訴說南島民族與自然共生的智慧 身拉回到一個生存最原始的需求和覓食狀態,在貨幣時代以 位國外藝術家,以 的台灣原住民各族群藝術家,以及紐西蘭與新喀里多尼亞兩 、在那個以物易物的年代,人們是運用怎麼樣的競爭或合 這次貨櫃藝術節邀請的南島民族藝術家, 「陷阱/TRAP」為主題與發想,將人本 包括多位代表性

跨領域的多元性對話。美術館也藉此充分扮演國際藝術平 結合設計 而在關注世界性議題的同時,更運用開創式的藝術手法 時尚、 視覺與科技等媒材與手法 ,開展跨族群



高雄國際貨櫃藝術節

美化 銷,希望大家一 的藝術生態,更進行了 的角色,除了活化多元 術結合的魅力! 美館感受貨櫃與南島 與深層的都市 起來高 R

整理/羅怡如 圖片、資料來源/《漢方日常食養享瘦提案》/日日幸福 能讓身材變窈窕、體重減輕,體力也變好、身體更健康。 吃是人生最快樂的事,藥膳達人唐怡婷透過日式漢方藥膳 DIY,靈活搭配不同食材

若要餐餐動手做飯,其實不是 上 班 族 而 習慣外食生 活 質

愈健康 為例 己體質 最簡單的料理食譜開始,挑選適合自 件容易的事 選擇三餐所吃的 的 魚 ,藥膳達人唐怡婷以自身 肉 海鮮或蔬菜, 食材內容 愈吃 從

因為外食、環境及壓力, 現代人難

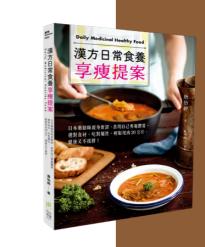


日式藥膳料理保健又滋養身體

蝦等) 衡狀態 緑豆等) 物 擾的陽性體質 如西瓜、 ; 反 之, , 有助於改善身體的陰陽平 番茄 有高血 會建議多食用陰性食 壓 蘿 蔔 盜汗等困 苦瓜

的 強調陰陽五行、季節與身體五臟六腑 關係 漢方醫學重視 因此在藥膳的食材選擇上 身體整體的平

要性, 理。 妥善運用各種食材來改善體 怡婷指出 體質的 做適合自己的日式漢方藥膳料理 **免出現肥胖** 藥膳料理會著重在陰陽調和 蔥、 依循體質 唐怡婷以 有低血壓或畏冷等症狀的陰 人,最好食用陽性食物 大蒜 ,藥膳料理是指配合體質 高血 「 漢 方」 韭菜、 調配對的食物 壓 概念來分析 雞 糖尿病等文明 肉、 質 羊 的 的 如 動 肉 0 性 唐 料 重



的藥膳 酸味做料 春天對應的五味是酸味 也特別著重當季食材的使用, 當季節從冬天進入春天時 故可以使用當季食材並融入些許 就烹煮出具有養肝 五臟則為肝 舉 效果 因為 例 來

說

小撇步 食物 卻 食譜 虚 生飽足感 得小小的,雖然沒有大口吃肉的滿足 讓烹煮的食物變得好吸收, 唐怡婷針對常見的氣虛 津液不足等體質 她也提供烹煮日 她發現日本人喜歡把肉類切 也不會不知不覺吃進太多 ,提供漢方料 式漢 (方藥膳: 氣滯 容易產 的 m

環

時

溫

温潤身體

是冬季必吃

可以促進體

內之氣循

環

改善消:

8

疫力的

效能

加

入馬

鈴

薯及些許

黑胡

推薦理由 的馬鈴薯

牛肉具有活血

補

氣

提升

體

冤

補氣的牛肉搭配強化體

內

腑

可提高免疫力、延緩老化

肉燉馬鈴

氣血循環 衆及白米,不僅補足元氣 補脾強腎的山藥,搭配補中益氣的紅 還能改善

推薦理由

充分吸 疲勞無力感 需元 主食中 狀的女性 失眠 元 氣 , 收, -的白米 改善氣」 搭配 推薦給同 山藥泥有補足腎精: 大秦滋 成粥品 虚導 僅 時 能 致 更能讓 養血 的 有氣虛與 夠 補足 食欲 液 營 養被 的 虚 緩 寒 所

症 也適合男性

材料:牛肉塊(牛腱或牛腩)100g、馬鈴薯1個(約 100g)、橄欖油 1 小匙、水適量、昆布 1 片(2g) 調味料:味醂 1/2 大匙、米酒 1/2 大匙、鹽 1 小匙、黑 胡椒適量

做法:

- 1. 馬鈴薯洗淨削皮,用滾動方式切成滾刀狀的小塊 備用。
- 2. 倒入橄欖油至鍋中,用小火燒熱鍋後,放入牛肉 塊輕輕拌炒,炒至微微變色後再加入做法1的馬 鈴薯塊繼續翻炒。
- 3. 將水倒入鍋中並淹蓋所有食材, 續加入昆布(先 用廚房紙巾擦拭表面灰塵)、味醂、米酒以及鹽 調味。
- 4. 取一湯勺,將做法3 待水滾時浮出表面的浮沫(湯 渣) 撈除。
- 5. 直至做法 4 之浮沫皆清除, 待馬鈴薯變軟加入黑 胡椒提味,入味時即可盛盤:最後可依個人喜好 加入黑胡椒再次調味。



材料: 山藥 60g、青蔥 10g、紅棗 4 顆 (15g) 、白米 1/2 米杯、小米 2 大匙、水 750cc

調味料:鹽適量

做法:

- 1. 山藥清洗後,清洗山藥用廚房紙巾拭乾,削除外皮, 磨成泥狀備用。
- 2. 青蔥去頭尾洗淨瀝乾,切成細碎備用。
- 3. 紅棗快速清洗後,用廚房紙巾拭乾,去籽切圓片備 用。
- 4. 輕輕淘洗白米、小米1~3次,直至水變成清澈狀 後瀝乾。
- 5. 取一內鍋加入洗淨白米、小米、紅棗圓片倒入水, 放入電鍋,外鍋加1米杯水,待電鍋跳起後,續燜 10 分鐘。
- 6. 將做法 1 的山藥泥倒入鍋內,再加入鹽調味後,撒 上青蔥細碎即可享用。

酒鮮蝦炒菇

淨化血液促進身體循 道健 康料理,女性可

味 以多食用, 養顏美容又美

推薦理 氣力的效果,適合因 鮮蝦和菇蕈都具

有提

為

滯而 λŊ 容易疲倦無力 種食材皆同 時 有增 者 食

進代謝的效用 即使在減肥中也可 以

果凍,清爽又健康 日木耳佐莓果果凍 冰冰涼涼的香甜白木

推薦理由

白木耳果凍可以

改善因為氣滯

(提升肺 以及 味 他

材料: 乾白木耳 6g、洋菜粉 2g、水 400cc、冷凍蔓 越莓適量、薄荷葉2片

調味料:蜂蜜 60g、白砂糖適量

生之皮膚乾燥、便利生之皮膚乾燥、便利

維

蕾同時獲得大滿足

Ċ

的水果

,

譲視覺

做法:

- 1. 乾白木耳放入冷開水(份量外)中,泡發後擰乾切 小塊。
- 2. 將做法 1 的白木耳塊和水放入電鍋,外鍋加入 1 米 杯水(份量外)蒸煮。
- 3. 將蒸好的白木耳(連水)、洋菜粉、蜂蜜、白砂糖 一同倒入小鍋中,以中火加熱拌勻,待其沸騰後關 火。
- 4. 取湯杯先加入些白木耳(還要留一些,不要全部放 入),在其還留有些微熱時注入透明碗中使其定型 成果凍狀。
- 5. 將剩餘的白木耳與蔓越莓、薄荷葉放在果凍上做為 裝飾即可。

材料:白蝦 10隻(約 120g)、大蒜 2 瓣、紅辣椒 20g、鴻禧菇 1/2 包(約 100g)、金針菇 1/2 包(約 100g)、洋蔥 1/4 個(約 50g)、黃 色甜椒 1/4 個、橄欖油 1 大匙

調味料:白葡萄酒 25cc、鹽 1/2 小匙、白醋 1 小匙、 黑胡椒少許

做法:

- 1. 將白蝦仔細洗淨瀝乾,剪蝦頭、鬚、剝掉蝦殼,用 牙籤將蝦仁的腸泥挑出備用。
- 2. 大蒜剝除外皮切碎;辣椒洗淨去頭除去籽切碎;鴻 禧菇、金針菇剪掉蕈根,快速沖洗切約4公分長 段撕開備用。
- 3. 將洋蔥剝除外皮,洗淨對切再對切,切成5公分長 條狀:黃甜椒洗淨切開、去籽,斜切成4公分長條 狀備用。
- 4. 取一平底鍋倒入橄欖油、以小火熱鍋,爆香蒜頭 碎、紅辣椒碎至香氣出來後,加入鴻禧菇、金針菇、 洋蔥條,轉中火拌炒至出水,放入做法 1 的蝦仁繼 續翻炒,待蝦仁變色再倒入白葡萄酒煮到酒精揮
- 5. 最後放入黃甜椒條快速拌炒,加鹽、白醋、黑胡椒 調味後即可。

補氣的效果。

梨,藥食兩宜

更加倍。這道湯品也有滋養皮膚 百合根具有滋陰安神的 、水梨清爽的甜味 潤肺 作用 效

白合根梨湯 清心安神的百合、生津潤肺的水



材料: 水梨 1 個、紅棗 2 顆、枸杞適量、百合根 1/2 個、 洋菇 4 個(80g)、水 500cc

調味料:鹽 1/2 小匙

做法:

- 1. 水梨洗淨擦乾削皮、切塊去芯,用食物調理機打成 泥狀:紅棗、枸杞快速漂洗,用廚房紙巾拭乾備用。
- 2. 百合根洗淨瀝乾(或用廚房紙巾拭乾),用手掰成 一瓣一瓣;洋菇逐一用濕布或廚房紙巾沾水,輕拭 上面泥土後十字切成4塊備用。
- 3. 取一鍋將水(份量外)煮滾,放入百合根及洋菇汆 燙 2 分鐘, 撈起瀝乾水分。
- 4. 另取一湯鍋倒入水、做法 1 的梨子泥、紅棗,蓋上 鍋蓋,以中火煮沸騰後,加入做法3的百合根、洋 菇再次煮滾。
- 5. 續加入枸杞煮 30 秒鐘、關火,最後依個人□味加 入鹽調味即可。

不需要太多油煙就可以完成 蔔是補血 以蔬菜為主的 的 最佳蔬: 小菜做法 菜 加 /]\ 胡



材料:透抽2隻(約200g)、小黃瓜3條、胡蘿蔔 40g

調味料:鹽2小匙、白砂糖2大匙

黃瓜便成

道涼爽的補血料理

檸檬橄欖油醋:雞蛋1個、橄欖油6大匙、檸檬1個 (洗淨擦乾切開擠汁)、二砂糖5大匙

做法:

- 1. 先將透抽摘除頭部、內臟、軟骨、墨囊、龍珠, 洗淨、去除身上的薄膜:將檸檬橄欖油醋所有材 料放入調理碗,充分拌匀備用。
- 2. 取一鍋將水(份量外)煮滾,放入做法 1 的透抽汆 燙 2 分鐘, 撈起放冰水中冰鎮 30 秒鐘, 瀝乾水分 備用。
- 3. 小黃瓜洗淨、胡蘿蔔洗淨削皮切成細絲,加鹽去 菁約 20 分鐘,讓小黃瓜和胡蘿蔔絲軟化。
- 4. 將做法3的水擠乾,加入白砂糖均匀混合,再將 出水的汁倒掉。
- 5. 取做法 1 的透抽,將做法 4 均匀塞入肚中並塞緊, 再切片、擺盤,最後淋上自製檸檬橄欖油醋即可。

位按摩, 塑的效果,有效改善氣 腫,以及幫助體內燃燒代謝 在體內的功能 有促進新陳代謝、消解便秘 皮膚表面中存在著許多穴位 便可以輕 ,只要活用以下幾個 Ш 和 水堆 消除· 線 積 雕 水

成為人人稱羨的易 鬆擁有苗條身材

施院 上院 一般 下院 水分 交門 一般

瘦體質 腹部加強脂肪代謝和消化

住脈

中脘□>強化腸胃蠕動

動並促進腸胃機能恢復正常 助於調整自律神經機能、 即位於胃袋正中間處。按摩此 脘」代表人的胃袋,而中脘穴位 幫助

任脈 氣海□▽補氣理氣

之處。 不適 流動 位係為東洋醫學中 |於肚臍下方約兩隻指頭處 提高脂 按摩此處可以調整人體內氣之 肪燃燒效果 氣 所大量! 改善腹部 0 此 産集

腹 住脈 石門□〉健脾益腎

制食欲 環 處可以促進骨盤周圍部分的 調整腸胃機能 |於肚臍下方三隻指頭處 改善水腫 0 按摩 Ш 亦 能 液 此 控 循

任脈 關元□〉增加蠕動, 提升代謝

腳

腎經 然谷穴二>入腎機能代謝

部周圍的贅肉 整腸作用, 是體內之氣匯集之處。按摩此處具有 又被稱為丹田或是下丹田 位於肚臍下方約四隻手指 有效幫助減掉腰圍以及腹 的 處 弱 也 元

腿部加強循環和代謝

胃經 足三里①



體內 謝、 腸胃機能以及氣血循環,提升消化代 下方四個指頭處。 消解便秘, 並避冤老廢物質堆積 按摩此處可以促進

燥濕, 脾經 三陰交八 利

之上方四隻指頭處 陰交位於腳踝最高 健脾,補腎 是指 處

her spa

芳療師

日本國際藥膳師證照 國際 IFA 芳療證照



點 腳部三個經絡 。按壓此處可以健脾補腎 也有助於提升瘦身效果。 牌牌 腎、 肝 溫潤足 的交會

樹人醫護管理專科學校 兼任講師

恬藥膳廚房 料理設計

ner spa yakuzen kitchen

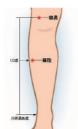
和

和

胃經 豐隆

去油膩

豐隆穴位 (下部) 於膝 與腳



及淋巴循環、消解腳部水腫症狀 踝正中間處。 |水分排出、促進下半身的 按摩此 處可以促進 m 液以 內

變成易瘦體質

骨部分) 要穴位 位於內腳踝前下方的突起處 ,是強健腎臟的 0 有效改善足部 角狀

狀, 輕鬆變成易瘦體質。 並提高體內代 2謝率



虚

學歷 : 教育部大專院校合格講師證書 國立臺北護理 中華民國美容乙級證照 健康

動

保

健





世界很大。大到我們一輩子走不完世界很小。小到用愛就能將彼此串起來

「大手牽小手・愛關懷」活動 永達志工召募中

陪伴老人、小孩、身心障礙者 永達邀請您加入公益志工的行列 讓愛與關懷的觸角延伸到社會上各個角落

2020年1-3月探訪行程

探訪對象為長輩,以陪伴、聊天、傾聽為主,幫助長輩身體運動(拍手或按摩)及有獎徵答遊戲互動。

日期	地區	人數	探訪時間&單位
01月07日(二)	台北市 士林區	10	【14:30-16:00】頤園護理之家(台北市士林區重慶北路4段138號)
01月15日(三)	新北市 板橋區	20	【14:30-16:00】松和護理之家(新北市板橋區大觀路三段236號7樓)
02月06日(四)	桃園市 桃園區	20	【14:30-16:00】旭登護理之家(桃園市桃園區樹仁三街601號)
02月14日(五)	新北市 板橋區	10	【14:30-16:00】迦順老人長期照顧中心(新北市板橋區館前西路6號8樓)
03月11日(三)	新北市 新莊區	20	【14:00-15:30】新莊頭前公共托老中心(新北市新莊區長青街30號3樓)
03月13日(五)	高雄市 前鎭區	30	【14:30-16:00】耀群老人長期照護中心(高雄市前鎭區瑞北路241號)
03月27日(五)	新北市 中和區	10	【14:30-16:00】怡安老人長期照顧中心(新北市中和區中正路770號5樓)

[※]探訪行程採每季公告。

[※]志工報名截止日為每場次活動前7天,報名表傳真至(02)2521-4047或e-mail至allison@everprobks.com葉小姐收, 務必來電確認(02)2521-2019#629。





[※]欲報名者,可至永達官方網站:http://www.everprobks.com.tw/ 或 永達社福基金會網站:http://www.everpro.org.tw/ 「大手牽小手・愛關懷」活動網頁,自行下載『大手牽小手。愛關懷』活動志工報名表填寫。

您補對鈣了

整理/公關部 資料來源/食品藥 物管理署「藥物食品 安全週報」

彙整多元化各式用藥

院了, 預防骨折。 年紀的好友, 摔倒撞傷骨盆 了。」退休的王太太 居受傷的消息 女性約有三〇%有骨質 聽說隔壁的花媽媽骨折住 根據統計 Ū 要適時補充鈣質 ,想到去年 ,特地提醒 跌 倒 骨 一聽到鄰 ,停經後 盆 也因 就 上了

眼花撩亂 但市 售鈣片的品牌 到底該如何選擇呢 配方多到令

磷酸鈣 等等, 率 檸檬酸 為化 食藥署說明 也是選擇鈣片的重 合物 而不同組 + 胺基 鈣 П , 酸 檸檬酸鈣 如碳酸+ 鈣通常會和鹽類組合 合的純鈣含量和 + 鈣 П 鈣 胺基酸螯合 , 磷 П 碳 酸 酸鈣 + 吸收 鈣 鈣 П

偏低, 吸收率低, 便 31 碳 類也會造成 5起腹脹 舉例而 檬 秘 酸鈣經胃酸作用 酸鈣 許多食品及藥品也容易影響鈣 但吸收率卻非常高 而 會增加令 而 碳 人體 功 酸鹽沉 胺基酸螯合鈣的含鈣率 碳酸鈣的含鈣量高 能不佳的 食物中鋁的吸 不同的副作 **测物**, 會產生二氧化 病 0 不同 崩 進而引起 収 , 攝 的 0 如 取 旧

> 的吸收 胃藥會影響鈣質 式,才能達到最 師 需 討 求 若有補充鈣質 論需求及服 建議仔細 例如 的 部分 用方 有 跟

有助留住鈣質喔!

要的。(本文引用自食品藥物 藥 物食品安全週報」 才能支撐骨頭 重]曬與運 要營養素 可鞏固骨頭 而蛋白質則可 維生素 動 第七三 這此 \square , , 才是 因 ` 鎂 讓 幫

生素 理署 最 均衡飲食及適度的日 是預防骨質流失的 肌 及鉀減少鈣質流失, 助鈣吸收、維生素 K 有助於留住鈣質 重 幫助鈣 吸收 肉更強健 鞏固骨頭 &鉀 減少鈣質流失 他維生素及礦物質 的吸收效果 如 : 除了補鈣

,攝取

其

紫外線能治療皮

則不建議使用

紫外線 注意事 療皮膚 然陽光中 台灣地處亞熱帶區 曬傷 燈 相 關 在臨床醫療上 的紫外線 疾病 但紫外線 能併發 0 食 , 症 藥署特地 也廣泛應用於治 可能會讓皮膚曬 光照充足 的應用 以及使用 彙 秦出 使 ,

黑

相關禁忌症

穿透能-合適的紫外線波長與療程 紫外線分別有不同 於不可見光 自體免疫的 敏感的 醫生討論 食藥署建議 療與免疫系統異常相關的皮膚疾 長介於三二〇~四〇〇 nm) 床治療上多以有紫外線 床 如: 治 四 nm) 為光源的紫外線燈 В 紫外線是 療上也有不同 乾癬、白斑、異位性皮膚炎) (UVB; 波長介於二八〇~三 疾 Ŏ 力及能量強 病 nm之間 紅斑性狼 依據不同的病 ,民衆在治療前須與主治 (如白化 種無形的電磁輻 其波長介於 的 度等特 的生物學作 症 大 應 A (UVA;波 不 用 紫質 徵情況選擇 皮膚癌病 性 如患有光 ,用於治]波段 或紫外 目前 射 故 用 , \oplus 病 臨 的

引用自食品藥物管理署 副 及時告知主治 的光毒性反應 作 要注意的是, 間 可能會產生曬 用 隔 的 如 時 果出現以 醫 間等治療參 師 以及紫外線斑疹 用紫外燈 傷、 調整治療時 Ĺ 劑 症 藥物食 治 量過多產生 數 狀 療 時 皮 本文 的 病等 膚 , 劑



全週報」第七三九期

有

:

氣喘

(或稱哮喘)

藥物治療謹慎用 孩童咳不停

吸入異物所造成

一定要就醫

敏性鼻炎,少見的如:

正常的生理防禦機 合醫院和平婦幼 但若小朋友咳 品君藥師 也增加了, 近 ,就要趕快就醫了。 來天氣 咳嗽 而 提 臺北 漸 醒 就診 涼 嗽 咳 的 超過 院 市 嗽 制 孩 8 17 因 λŊ 是 陳 聯 童 感

急性咳嗽

症狀會在五到七天內消退 二至三天達到高峰,十至十四天內逐 大多數普通感冒 但也有些學者認為以二週為限,因為 醫學會定義,不超過四週為急性咳嗽 , 是 一 在嬰幼兒中, 般十四 ,而年齡較大的兒童和青少年]歲以下孩童,美國 種輕微且會慢慢康 (病毒性上呼吸道感 感冒症狀通常 復的 胸腔科 在第 疾

兒 ,童持續乾咳或慢性咳嗽常見的

非藥物治療: 緩解短期症狀

◎補充溫熱飲品

溫水或雞湯可舒緩不適,若已超過 白開水) 下幼兒不能食用蜂蜜,也不要喝太多 水中喝下,緩解夜間咳 ,可將二·五至五毫升的蜂蜜泡溫 孩童咳嗽導致喉嚨紅腫疼痛時 嗽。(一歲以 , 喝

◎□含止咳喉片

物風險的孩童 僅能使用在六歲以上、不會有吞入異 不含藥物的止咳喉片(或稱喉糖)

◎蒸氣治療

物 議用自行加熱的蒸氣, 蒸汽機的濕潤空氣可鬆散鼻腔分泌 配合化痰藥物效果更佳,但不建 以冤呼吸道

藥物治療 劑量因人而異

建 . 議六歲以下的嬰幼兒 若幼兒因咳嗽或感冒需使用藥物 ,家長應避免

若咳嗽超過二至三 胃食道逆流或 、鼻竇炎或過 藥師 亦需 改善,仍應就醫治療 確的使用劑量,如果使用後症狀沒 自行給予使用非處方藥物 謹慎使用 ,以選擇合適之藥品,並瞭解正 應就醫治療;六至十二歲兒童 ,建議可詢問社區藥局 (OTC 藥

用 兒科安全性較不足夠,若沒有醫師 極罕見,但可能會造成嗜睡和頭 的止咳藥水,因為右美沙芬雖副 含有右美沙芬(Dextromethorphan) 不要自行給三歲以下嬰幼兒服 作用 指

【可待因(codeine)止咳藥水】

用 物食品安全週報」第七三八期 止 針對未滿十二歲兒童,常添加在成 用上須謹慎。 稱食藥署)也在二〇一七年八月公告 衛生福利部食品藥物管理署 (以下 鎮靜、呼吸抑制的副作用,在兒科 常添加在成人止咳藥水,但有嗜睡 (FDA) 曾多次發布相關藥物警訊 咳藥水, 可待因是有效的止痛 本文引用自食品藥物管理署 非處方藥則是完全不能使 美國 食品藥物管理 、止咳成分 蛇 簡 使

1:58

別人做不到 永建做到了

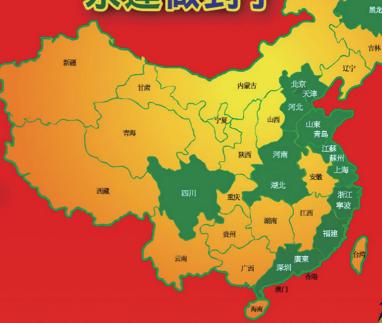
美國MDRT協會公布

2019年MDRT人數

永達保經207人(排名第70名)

永达理保经783人(排名第17名)

永達保經達成終身會員65人



已設立

- ◎北京總公司
- ◎ 北京分公司
 - ◆天壇A、B營業部
 - ◆望京A、B營業部
 - ◆東城營業部
 - ◆西城營業部
- ❷ 天津分公司
 - 天津營業部
- 山東分公司
 - ◆ 濟南 A 營業部
- ❷ 青島分公司
 - ◆青島營業部
- ◎ 河南分公司 ◆鄭州營業部
- ◎ 江蘇分公司
- ◆南京A、B、C營業部
 - ◆常州營業部
 - 南京新街口營業部
 - ◆無錫營業部

永達理保險經紀公司

- ◎ 蘇州分公司 蘇州營業部
 - 昆山營業部
- 昆山前進中路營業部
- 湖東營業部
- ❷ 上海分公司
 - ◆虹□A、B營業部
 - ◆靜安A、B、C營業部
 - ◆徐匯營業部
- ◎ 浙江分公司
 - ◆杭州A、B、C營業部
 - ◆ 紹興營業部
 - 蕭山營業部
 - ◆溫州營業部
- ❷ 寧波分公司 ◆寧波A、B營業部
- ◎ 四川分公司
 - 成都營業部

- ◎ 湖北分公司 ◆武漢營業部
- ◎ 福建分公司
- ◎廣東分公司
 - ◆廣東A、B營業部
 - ◆天河A、B營業部
 - 佛山營業部
- ◆東莞A、B營業部
- 深圳分公司
 - ◆福田營業部
- ◆南山A、B營業部
- ◎ 黑龍江分公司
- ◎ 河北分公司

年內設立

- 山東煙台營業部
- © 山東濟南B營業部
- 上海浦東營業部
- © 四川成都B營業部
- ◎廣東C營業部

RICH達人

2020 / JAN **①** 行事曆

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			01 元旦	02 十二月初八 宜: 訂盟、納采、出火 、振卸、納畜		04 十二月初十 北區 《財經講座》林灘瑄10:00-12:00 《彩色人生理財講座》伍安晟10:00-12:00 《多巴胺理財煉全術》邱雅倫10:00-12:00 中區 《全球即時刊經講座》邱皇銘、林佩瑜 10:00-11:45 《全球即時理財講座》高榮志、高騰倚 10:00-11:45 南區 《財經趨勢講座》邱呈安、陳淑芳 10:00-12:00
05 +二月十一	06 小寒	1 十二月十三 北區 《大手奉小手志工探訪》 暗園護理之家 14:30-16:00 中區 《多朵多姿的人生 - 從 DISC談増員》 14:00-16:00陳惠文	08 十二月十四		10 十二月十六	11 十二月十七 北區 《財經議座》李信年10:00-12:00 《打造完美三富人生》黃榮如10:00-12:00 中區《全球即時排經講座》廖漢忠、陳建文 10:00-11:45 《全球即時理財講座》楊淑梅、秋惠如 10:00-11:45
宜:祭祀、開光、齋醮、 伐木、起基	宜:開市、納財、納畜、 栽種、牧養	宜:沐浴、解除、理髮 、掃舍宇	宜:祭祀、補捉	宜:開光、出火、安門 、祭祀、拆卸	宜:畜稠、謝土、成除服 、立碑	宜: 祭祀、會友
12 十二月十八	13 十二月十九	14 十二月二十	15 十二月廿一 北區 《大手奉小手志工探訪》 松和護理之家 14:30-16:00	16 十二月廿二	17 十二月廿三	18 十二月廿四 北區 《財經講座》劉凱妍、趙锐孜10:00-12:00 《翻轉、生新思維》楊碧符10:00-12:00 中區 《全球即時排經講座》肅采玲、劉玉娟 10:00-11:45 《全球即時理財講座》楊麗蓉、李身慧 10:00-11:45 南區 《財經趨勢講座》陸大同、張盛君 10:00-12:00
宜:安香、安門、出火、 拆卸、掛匾	宜:訂盟、納采、嫁娶 、交易、納財	宜:祭祀	宜:祭祀	宜:沐浴、理髮、成除服 、安葬	宜:祭祀、破屋、壞垣	宜:祭祀、出火、會友、掛匾、納畜
19 十二月廿五	20 大寒	21 +二月U七	22 十二月廿八	23 十二月廿九	24 除夕	25 春節
宜:成除服、立碑、安葬	宜:祭祀、成除服	宜:開光、塑繪、畜稠	宜:祭祀、掛匾、裁衣、 合帳、拆卸	宜:祭祀、解除	宜:沐浴、拆卸、掃舍宇 、成除服	宜:祭祀、安葬
26 一月初二	27 一月初三	28 一月初四	29 —月初五	30 一月初六	31 一月初七	
宜:祭祀	宜:納采、會友、安香、修造、動土	宜:訂盟、納采、嫁娶 、會友、出行	宜:解除、破屋、壞垣	宜:開光、塑繪、立碑 、成除服	宜:成除服、安葬、立碑	

理財講座正確資訊請以各區服務中心為準, 講座內容請洽您的保單服務人員;本行事曆 │ 活動洽詢 >> 中區服務中心: (04) 2319-2988 僅提供資訊,購票仍須與主辦單位洽詢。

北區服務中心: (02) 8596-1678

南區服務中心: (07) 970-0320





北區服務中心: 0800-518-088 中區服務中心: 0800-777-618 南區服務中心: 0800-500-688