

Responsibility · Intelligence · Confidence · Health

RICH 達人

2023.10
No. 193

賀 永達保經榮獲 第10屆臺灣保險卓越獎雙銀榮耀

銀髮族財務教戰 打造穩定現金流

吸引力國際 原廠正品 平行輸入
黃明傳 專注需求 全力滿足消費者

承遠環衛 環境即刻救緩

楊壹荏 立志成為首位病媒防治經紀人



永達保經Line@
各項活動訊息



達人月刊電子書
登錄閱讀

恭賀永達保險經紀人榮獲

2023第25屆 保險信望愛獎



【公司類】輔助人組
最佳社會責任獎
最佳保險專業獎



【公司類】壽險組
最佳通訊處獎
文仁處
石文仁業務籌備副總



【公司類】壽險組
最佳通訊處獎
北二-3 淑惠體系
程淑惠業務副總



特輯企劃

P11 銀髮族財務教戰 打造穩定現金流

全台人口加速老化，銀髮世代即將來臨！年輕人越來越少、老年人越來越多，面對越來越高的扶老比，政府的退休金又岌岌可危，面對退休這個議題，銀髮族該如何理財？保險專家詹紫仙、林英美分享，現金為王，打造穩定的現金流，才能在年華逐漸老去之時，不用為退休生活擔憂。



詹紫仙 業務儲備協理



林英美 業務首席經理

財 富學苑

封面裡 永達保經榮獲第 25 屆保險信望愛三大獎

06 永達保經榮獲第十屆臺灣保險卓越獎
『公益關懷卓越獎』暨『人才培訓卓越獎』雙銀雙贏

11 銀髮族財務教戰 打造穩定現金流

20 誠信負責的保證 客戶權益為導向

24 精耕持續服務 實踐以客為尊企業承諾

38 西進求賢

封底裡 永達 10 月活動行事曆

生 活學苑

10 車輛慢看停 行人安全行

16 2023 第六屆「永達齊步走 公益嘉年華」
互動表演 美食攤車 機票大獎 11/25 一起嗨健走

21 吸引力國際 黃明傳 專注需求 全力滿足消費者

25 承遠環衛 楊壹珪 立志成為首位病媒防治經紀人

28 2023「花甲少年去七淘」
永達陪伴老寶貝重返 18 歲 暢遊義大樂園

30 新北市永達盃身心障礙運動嘉年華
今年把 AR 激流泛舟搬到板樹體育館

封底 2023「永達齊步走 公益嘉年華」

健 康學苑

32 照顧如長泳 互助游更遠
長照平安五守則 提供家庭照顧者照顧救生圈

33 簡單瑜珈四式 調節肩頸 舒解壓力好好眠

36 健康快遞

權 益學院

03 保險解舊買新 適合我嗎

08 財經生活補給站



Editor Note

編輯手記

重陽敬老 活力健康 幸福大樂退

依據國家發展委員會推估，台灣將在 2025 年邁入超高齡社會，老年人口占總人口比率將持續提高，預估於 2039 年突破 30%，銀髮世代的來臨已是必然發生的未來。銀髮族不僅要面對收入下滑、長壽及通貨膨脹的風險，更可能因為對放大退休資金的迫切，不小心陷入投資陷阱。

尊老、敬老的重陽節即將到來，我們都知道，老後最怕無錢可用、無財可理，或者是窮得只剩一間房，面對可預期的老後金流挑戰，民衆究竟該如何備戰，才能在鬢髮逐漸斑白之際，不用擔心自己的退休生活。邀請保險專家現身教戰，在《銀髮族財務教戰 打造穩定現金流》專題，透過財務配置，為所有準退休或已退休的長者們，量身進行退休規劃，打造源源不絕的退休金流。

總是這不要、那不好、很多的不可以，固執己見的老人家，執拗執著的點、莫名其妙的堅持特別多。僵化性思維套路展現在物質身體上，容易呈現出筋骨僵硬、從頭到腳多點痠痛的特性，不僅伸展幅度不如小兒，很多動作也都已經做不到位。出現類似狀況請別

擔心，思維能夠轉化，同樣身體柔軟度也可透過訓練恢復彈性。現代預防醫學專家洛桑加參醫師在《簡單瑜珈四式 調節肩頸 舒解壓力好好眠》，透過一套四式藏傳瑜珈，舒緩調節顧好長壽筋，適合各種年齡層，早晚皆宜，簡單到不行，站著坐著練都行。

關心長者的就醫權益，健保署林淑華組長特別呼籲，從職場退休後務必記得辦妥健保銜接加保手續。民衆可以利用健保署健保快易通 APP 內的「健保櫃檯」，點選「投保紀錄查詢」查看自己的加保資料；具補助資格者亦可點選「個人減免補助資料查詢」查看各級單位或縣市政府之補助情形。

由保發中心主辦，素有保險業界國家級榮譽之稱的「第十屆臺灣保險卓越獎」，永達保經在嚴格評選下勇奪『公益關懷卓越獎』、『人才培訓卓越獎』雙銀質獎的肯定，今年再度摘下公益關懷卓越獎銀質獎，對於永達長期關心且落實弱勢關懷政策，貼近當今社會脈動，善盡企業社會責任給予高度肯定；而首度參報人才培訓卓越獎即榮獲銀質獎肯定，更是對永達「共好、共享」平台的高度肯定。✪

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

總編輯／陳慶鴻

副總編輯／李忠約

主編／羅怡如

文字編輯／洪詩茵

美術設計／余秀萍、陳淑真、何佳華

行政專員／陳建宏

發行所／

永達保險經紀人股份有限公司

地址／台北市中山北路一段 79 號 5 樓

電話／02-2521-2019

網址／www.everprobks.com

版權所有／

本刊圖文未經本公司同意不得轉載

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



保險解舊買新 適合我嗎

資料來源 / 財團法人金融消費評議中心

申請人怎麼說…

老吳在 2021 年 8、9 月間向 A 保險公司投保外幣變額年金保險，但是業務員在招攬的時候並沒有詳細解釋手續費跟解約的費用，針對風險的問題避重就輕，也沒有詳細說明虧損可能會危及到本金。同時業務員一直強調可以長久領取配息，可是老吳已經 80 歲了，依據臺灣的平均餘命，能夠領多久呢？此外，老吳患有重聽、主要溝通語言為台語，但是業務員在整個銷售過程中幾乎都是用國語來說明，簽署文件時也是由業務員引導，錄音過程也是照稿念而已，根本無法保障權益。而且人生每個階段的資產配置本來就會不太一樣，老吳已經高齡 80 歲了，怎麼能因為以前規劃過投資型保險，就認定現在也可以再次接受投資型商品的風險？況且，原有

舊的投資型保險還沒有到期、也沒有虧損，業務員為什麼會建議解約再次配置？因此老吳請求取消投保該保單，要求 A 保險公司返還本金 40 萬美元。

保險公司怎麼說…

老吳在 2021 年 9 月 7 日投保該保單，相關的要保文件都是由老吳親自簽署，而且該保單的重要事項告知書記載了相關風險，也明確告知保單帳戶價值可能因為費用及投資績效變動造成損失、不保證將來收益、非保本等商品資訊，並且由老吳勾選「本人已充分了解本商品並願意承擔投資風險」，同時也在風險適性問卷親自寫下「我了解並接受本商品無保本且具投資風險」等文字，保戶投保確認書也載明「您是否已充分了解…本商品為投資型保險與銀行存款不同，本公司不保證非保單

條款約定之收益，投資損益需由您自行承擔，且收益分配或撥回資產亦無保證，且可能來自本金」，老吳對於此一問項也勾選了「是」。另外在投保前，A 保險公司曾經對老吳進行電訪確認其知悉保單解約的權利義務，並沒有不當勸誘解約，投保後也再次電訪確認老吳知悉且了解必須自行承擔該保單的投資風險。由於該保單已經合法成立生效，雙方間的權利義務就應該依照保單條款的約定辦理，老吳要求返還總繳保費並無理由。

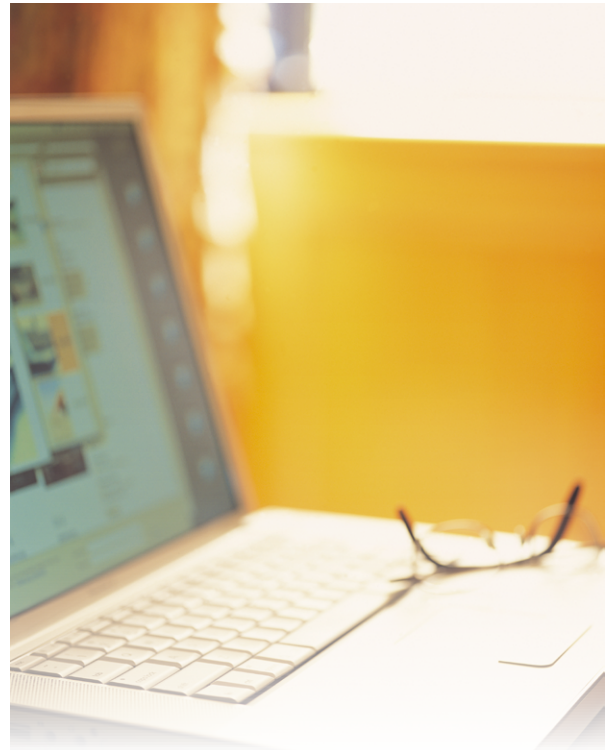
評議委員會怎麼說…

老吳原本舊保單的年金給付開始日是約定被保險人保險年齡達 80 歲，但是老吳在即將達到保險年齡 80 歲前辦理解約，再投保該保單，而年金給付開始日更約定為被保險人保險年齡達 95 歲，實在難以認為符合老吳的需求，也無法認為 A 保險公司已經善盡善良管理人的注意義務。

判斷理由說給您聽…

一、保險契約是否合法有效成立，是以契約雙方當事人對於應該繳納多少保險費、保險公司應該負擔怎樣的理賠責任等必要之點，達成意思表示一致。經查老吳並不否認該保單的要保書是自己親簽，而且要保書上載有外幣變額年金保險、躉繳保險費 40 萬美元等文字，可認定老吳跟 A 保險公司對於該保單的保險費、承保範圍及投資標的等必要之點的意思表示已經相互合致，老吳又沒有在 10 天內行使契約撤銷權，因此該保單已經有效成立。

二、審酌一般常情、社會通念及契約自由原則，如果不同意文件上所記載的內容，當然不會在相關文件上簽名同意，反之，如果已經在文件上簽名，在沒有無效或



得撤銷的情況下，就應該依法負擔相關文義責任。依據該保單重要事項告知書、保戶投保確認書及特別提醒事項等要保文件上的記載，已經詳實載明商品條件、承保內容、費用、風險、解約限制等相關內容，而且老吳也分別在這些文件的相應欄位中簽名；另依照電訪錄音及譯文內容，A 保險公司曾經反覆向老吳確認投保意願、投保內容、無不當招攬情況及告知解約相關權益等事項，老吳也都做了同意、肯定的答覆，足以認定老吳確實有投保該保單的意思，而且對於該保單的相關內容、費用、風險及權益等應該有相當程度的了解，經其確認後簽名同意。查老吳尚未對於該保單辦理解約或贖回，也就是說，老吳現在仍然享有該保單的保障及收益配息，所繳交的保險費是 A 保險公司承保風險的對價及投入投資標的，因此老吳主張取消投保該保單、要求 A 保

險公司返還所繳保費，是沒有依據的。

三、另對於老吳主張 A 保險公司不當招攬，建議老吳解約舊保單、投保新保單的部分，經查老吳在 2015 年 1 月間，就曾經向 A 保險公司投保外幣變額年金保險（舊保單），之後在 2021 年 8 月 31 日辦理解約，2021 年 9 月 3 日領取舊保單解約金後，在 2021 年 9 月 7 日又向 A 保險公司投保該保單（新保單），總繳保費 40 萬美元。老吳解約舊保單及投保新保單的時間密接，而且在 2021 年 9 月 7 日也就是投保年齡 79 歲時，又向 A 保險公司投保相同性質的保單，業務員是否有不當勸誘老吳解約舊保單、購買新保單的情事？非無疑問。而該保單是投資型保險商品，設有各式費用、損失風險、獲益條件、計算方式等，有其特性與相當的複雜性，一般民衆對於此類保險商品的理解多半仰賴、信任業務員的解說以及金融業者對於消費者的了解，因此金融業者應該確保該商品或服務對於消費者的適合度，也就是應該有合理基礎相信該交易適合消費者，包括考量銷售對象的年齡、知識、經驗、財產狀況、風險承受能力等，並據此評估適當性，以減少此類金融商品消費糾紛的發生。然而，本案中老吳原本舊保單的年金給付開始日是約定被保險人保險年齡達 80 歲，但是老吳在即將達到保險年齡 80 歲前辦理解約，再投保該保單（已經 79 歲高齡、躉繳保費 40 萬美元），而年金給付開始日更約定為被保險人保險年齡達 95 歲，經審酌本案相關卷證資料，實在難以認為符合老吳的需求，也無法認為 A 保險公司已經善盡善良管理人的注意義務。因此，基於保護金融消費者，以增進消費者對於市場的信心並促進金融市場健全發展的立場，依據金融消費者保護法第 20 條第 1 項揭示的公平合理原則及個案具體情狀，A 保險公司應該適當補償老吳新臺幣〇元。



參考法令

- 一、金融消費者保護法第 7 條第 1 項：「金融服務業與金融消費者訂立提供金融商品或服務之契約，應本公平合理、平等互惠及誠信原則。」
- 二、金融消費者保護法第 7 條第 3 項前段：「金融服務業提供金融商品或服務，應盡善良管理人之注意義務；…。」
- 三、金融消費者保護法第 9 條第 1 項：「金融服務業與金融消費者訂立提供金融商品或服務之契約前，應充分瞭解金融消費者之相關資料，以確保該商品或服務對金融消費者之適合度。」
- 四、金融消費者保護法第 10 條第 1 項：「金融服務業與金融消費者訂立提供金融商品或服務之契約前，應向金融消費者充分說明該金融商品、服務及契約之重要內容，並充分揭露其風險。」
- 五、金融消費者保護法第 20 條第 1 項：「爭議處理機構受理申請評議後，應斟酌事件之事實證據，依公平合理原則，超然獨立進行評議。」

永達保經榮獲第十屆臺灣保險卓越獎 『公益關懷卓越獎』暨『人才培訓卓越獎』 雙銀雙贏肯定

整理／公關部 攝影／何佳華



永達保經榮獲『公益關懷卓越獎』、『人才培訓卓越獎』雙銀肯定，由李忠鈞副總（左）、李嘉梵副總（右）代表受贈。

由保發中心主辦，素有保險業界國家級榮譽之稱的「第十屆臺灣保險卓越獎」於今年（2023）8月30日假福華國際文教會館舉辦頒獎典禮，計有44家保險業者、148件作品參加角逐，永達保經在嚴格評選下勇奪『公益關懷卓越獎』、『人才培訓卓越獎』雙銀質獎的肯定，為保險輔助人組矚目焦點。

永達保經連續6次獲得公益關懷卓越獎，今年再度摘下公益關懷卓越獎銀質獎，對於永達保經長期關心且落實弱勢關懷政策，貼近當今社會脈動，善盡企業社會責任給予高度肯定；舉凡「疫齊向前」永達保經提供資源予保戶、業務代表、醫護人員、弱勢長者等，協助擁有對抗疫情的能力；完成復康巴士10年百輛捐贈計畫後，響應中央長照2.0計

畫，啟動 8 年 64 輛長照專車捐贈計畫，至今已完成 5 年 40 輛捐贈，疫情期間成為偏鄉長者不可或缺的送餐、就醫等關懷工具；為喚起社會各界持續關注長照議題，舉辦北中南三地公益健走活動，鼓勵民眾走出戶外，養成良好運動習慣，報名費全數捐贈做為長照專車購置經費。透過全面公益關懷整合規劃，無論是兒少關懷的紅包愛義賣、贊助輪椅網球系列活動等，鼓勵受助者能從受助、自助、到助人，建構希望與善的循環。

永達保經首度參報人才培訓卓越獎即榮獲銀質獎肯定，「共好、共享」是永達保經優良的傳承文化，以平台制取代師徒制，藉由 MDRT 導師無私分享成功經驗，善用取得「保險經紀業務整合管理系統」新型專利的報表管理系統，每日／周／月會議分享輔以 2161、2143 成功密碼，以及每年兩次的策畫會報追蹤檢視及修訂目標，透過平台制的功能完成各項指標，達成以平台培訓人才、以人才服務平台的培訓精神，推動兩岸人才培育計畫（西進求賢），提供業務代表再創高峰的第二舞台。ESG 為本屆新增評分重點，永達保經以綠色行動服務，打造 ePower 系統，提供業務即時資訊、接續服務問卷 E 化、推動 E-learning 線上學習平台、達人電子月刊等，攜手保戶落實環境永續。

永達保經以完善的教育訓練、自建創業平台配合「保險經紀業務整合管理系統」，協助業務代表提升競爭力，深耕台灣，放眼國際，落實 MDRT 全人關懷的理念。✪



2023 第十屆臺灣保險卓越獎『公益關懷卓越獎』由金管會主委黃天牧頒獎、李忠約副總代表領獎。



2023 第十屆臺灣保險卓越獎『人才培訓卓越獎』由行政院消保處鍾瑞蘭處長頒獎、李嘉梵副總代表領獎。



永達保經榮獲 2023 第十屆臺灣保險卓越獎雙銀獎肯定，行政同仁到頒獎典禮現場一同加油慶賀。

財經生活補給站

熱門發燒理財、生活等相關議題，都將在財經新聞一一呈現。
整理/公關部 資料來源/中央健康保險署、財政部

退休記得加健保 長者就醫沒煩惱



蘇先生（化名）退休後和太太經常外出旅遊，日前收到中央健康保險署寄發的未在保通知單，才發現自己和太太退休後沒有加入健保，蘇先生以為夫妻沒有工作會自動轉入無職業第六類的地區人口，於是便趕緊至當地公所辦理自己及太太的加保手續；經承辦人員確認資料後，發現蘇先生和太太有二名在其他縣市工作的子女，應以眷屬身分依附子女加保，於是請蘇先生與其中一名子女聯絡，由該子女目前的投保單位協助辦理加保手續。

健保署高屏業務組林淑華組長表示，若民衆退休時有配偶或成年之直系血親卑親屬（子女或孫子女）為被保險人，就應以眷屬身分依：1. 配偶或一親等直系血親（子女）、2. 二親等直系血親（孫子女）、3. 三親等以上直系血親（曾孫子女）之順序，擇一人依附加保，並洽依附家人目前加保的投保單位協助辦理加保手續及扣收保險費。另外，退休民衆如無婚姻關係、配偶雙方皆退休且無直系血親卑親屬可依附或有法定難以隨同被保險人加保之特殊情形者，則應以第六類被保險人身分至戶籍地公所辦理加保手續。

健保署提醒民衆，衛生福利部及各縣市政府針對符合一定條件之保險對象有補助健保費，具補助資格的民衆，仍需先辦妥加保手續，相關單位才能進行補助。

健保署林淑華組長呼籲，為了保障民衆的就醫權益，從職場退休後請務必記得辦妥健保銜接加保手續。另民衆可以利用健保署健保快易通 APP 內的「健保櫃檯」，點選「投保紀錄查詢」查看自己的加保資料；具補助資格者亦可點選「個人減免補助資料查詢」查看各級單位或縣市政府之補助情形。

民衆若對健保如何加保有疑問，請至健保署全球資訊網查閱投保與異動相關規定，亦可以加入健保署粉絲團、LINE 好友，利用智能客服查詢，或電洽健保諮詢服務專線 0800-030-598（手機改撥 02-4128-678）。

變更保單要保人 應依法申報及繳納贈與稅



財政部台北國稅局表示，理財商品推陳出新，保險更是相當熱門的投資選擇，依保險法規定，人壽、年金保險契約之保險利益為要保人所有。惟若保單變更要保

人，相當於移轉該保單的保險利益，涉及贈與行為，應依遺產及贈與稅法規定申報繳納贈與稅。

該局指出，依保險法第 14 條規定，要保人對於財產上之現有利益，或因財產上之現有利益而生之期待利益，有保險利益；另依遺產及贈與稅法第 4 條第 2 項規定，所稱贈與，指財產所有人以自己之財產無償給予他人，經他人允受而生效力之行為。常見父母以自己為要保人並繳納保險費，於子女成年後，透過變更要保人的方式，將保單轉移予子女，此時簽訂變更保險契約日即為贈與行為成立日，應以簽約日該保單之價值準備金作為贈與金額，依限申報贈與稅。

該局舉例說明，甲君於 2011 年間投保年金保險，並以甲君本人為要保人，其子為被保險人，後甲君於 2021 年將保單之要保人變更為其子乙君，惟未申報贈與稅。經該局查獲按變更日保單價值核認贈與金額約 4,000,000 元，因超過當年度贈與稅免稅額，除補徵甲君贈與稅額約 18 萬元外，並依相關規定裁處罰鍰。

該局呼籲，保險契約中途變更要保人，原要保人（即贈與人）未依規定申報繳納贈與稅者，如於未經檢舉、未經稅捐稽徵機關或財政部指定之調查人員進行調查前，向所在地國稅局分局、稽徵所、服務處申請自動補報並補繳所漏稅款者，依稅捐稽徵法第 48 條之 1 規定，得加計利息免予處罰。倘有任何疑問，可撥打國稅局免費服務電話 0800-000-321，將有專人提供諮詢服務。

被繼承人死亡前 2 年內贈與須併入遺產總額課稅

財政部高雄國稅局表示，被繼承人死亡前 2 年內贈與配偶、直系血親卑親屬、父母、兄弟姊妹、祖父母及各該親屬配偶之財產，不論贈與時是否免納贈與稅，贈與



之財產均應併入遺產總額課徵遺產稅。

該局進一步說明，雖然贈與配偶財產不計入贈與總額課稅，贈與配偶以外之他人財產未超過當年度免稅額新臺幣（下同）244 萬元（2009 年 1 月 23 日至 2021 年度為 220 萬元），亦免徵贈與稅，但依遺產及贈與稅法第 15 條規定，被繼承人「死亡前 2 年內」贈與配偶、民法第 1138 條及第 1140 條所規定之各順序繼承人（如：子女、孫子女、父母、兄弟姊妹、祖父母時）及其配偶之財產，於被繼承人死亡時，視為被繼承人之遺產，應併入遺產總額課稅。

該局舉例說明，甲君於 2023 年 7 月間死亡，其 2022 年間贈與現金各 200 萬元予配偶乙君與母親丙君，依前揭遺產及贈與稅法第 15 條規定，甲君贈與配偶及母親合計 400 萬元均須併入遺產總額課徵遺產稅。該局提醒，民衆申報遺產稅時，若被繼承人死亡前 2 年內對配偶或民法第 1138 條規定之直系血親卑親屬、父母、兄弟姊妹、祖父母及各該親屬之配偶，有贈與財產情事，不論是否課徵贈與稅，均應併入被繼承人遺產總額申報課稅。民衆若有疑義，請撥打免費服務電話 0800-000-321 洽詢，或至該局網站 (<https://www.ntbk.gov.tw>) 利用國稅智慧客服「國稅小幫手」線上查詢。📞

車輛慢看停

行人安全行

行經路口
停讓行人

無號誌路口
遵守停讓

至路口中心點
再轉彎
避免死角





銀髮族財務教戰 打造穩定現金流

全台人口加速老化，銀髮世代即將來臨！年輕人越來越少、老年人越來越多，面對越來越高的扶老比，政府的退休年金又岌岌可危，針對退休這個議題，銀髮族該如何理財？保險專家詹紫仙、林英美分享，現金為王，打造穩定的現金流，才能在年華逐漸老去之時，不用為退休生活擔憂。 企劃、執行／洪詩茵 攝影／余秀萍

依據國家發展委員會推估，台灣將在 2025 年邁入超高齡社會（註：國際上將 65 歲以上人口占總人口比率達到 7%、14% 及 20%，分別稱為高齡化社會、高齡社會及超高齡社會），老年人口占總人口比率將持續提高，預估於 2039 年突破 30%，銀髮世代的來臨已是必然發生的未來。銀髮族不僅要面對收入下滑、長壽及通貨膨脹的風險，更可能因為對放大退休資金的迫切，不小心陷入投資陷阱。

根據警政署統計資料顯示，2023 年 1～5 月各年齡別之詐欺被害人，未滿 18 歲以「假網路拍賣（購物）」最多，18-39 歲各年齡層以「解除分期付款詐欺（ATM）」最多，而 40 歲以上的各年齡層則以「投資詐欺」最多，試想，若在屆退或已退

的年歲遭遇詐騙，勢必讓老後生活陷入拮据。

民衆退休金主要來源有個人儲蓄理財、社會保險（政府退休年金）、職業年金（企業退休金），雖然多數理財專家大多建議退休生活至少要儲備八位數的存款，但也有愈多愈多聲音呼籲創造「退休金流」的重要性，對於廣大銀髮族，無法預測的老後歲月，正彰顯穩定退休金流的重要性。

尊老、敬老的重陽節即將到來，我們都知道，老後最怕無錢可用、無財可理，或者是窮得只剩一間房，面對可預期的老後金流挑戰，民衆究竟該如何備戰，才能在髮鬢逐漸斑白之際，不用擔心自己的退休生活。邀請保險專家現身教戰，透過財務配置，為所有準退休或已退休的長者們，量身進行退休規劃，打造源源不絕的退休金流。

詹紫仙 Profile

現任 |

永達保險經紀人業務儲備協理

保險年資 |

6 年

得獎紀錄 |

4 屆美國 MDRT 百萬圓桌會員

CMF 中國之星個人組銀星獎

IDA 國際華人龍獎個人組銅龍獎

座右銘 |

莫忘初衷

盡人事聽天命



詹紫仙 · 銀髮族理財 效率現金為王

根據內政部 2022 年簡易生命表，國人平均壽命為 79.84 歲，其中男性 76.63 歲、女性 83.28 歲；與聯合國公布 2020 年全球平均壽命比較，我國男、女性平均壽命分別高於全球平均水準 6.7 歲及 8.6 歲。另外，依據人口統計資料顯示，台灣 65 歲以上老人患有輕微認知障礙 18.01%，失智症 7.64%；也就是說 65 歲以上的老人約每 13 人即有 1 位失智者；失能人口高達 85.5 萬，2025 年更將突破百萬。

很多銀髮族總以為退休時間還早、不急，其實對銀髮族而言，退休往往都悄悄的到來！永達保險經紀人業務儲備協理詹紫仙表示，有些銀髮族覺得自己有股票與基金的月配息，或者以為退休後沒有太多花費，再不然就是覺得還有孩子奉養，所以不用太過擔憂。然而，投資有風險，意外與疾病會侵蝕退休金，子女也不一定有能力照顧父母。所以銀髮族一定要關注老、殘、窮這三大風險：

「老」：確保有足夠的錢花用。

「殘」：確認已備好一筆安養及醫療費用。

「窮」：注意辛苦打拼一輩子的資產，不會被親朋好友借走、搶走或是被詐騙集團拐走。

退休生活涵蓋的面向非常廣泛，包括以下四個方向：

一、醫療保險與長照基金：了解自身現有的醫療

保障，規劃適當的保險補足缺口。

二、生活品質與居住環境：確保未來的居住方式、社交活動、娛樂及文化參與符合退休生活的需求。

三、財務規劃與退休金：合計國民年金、勞保退休金、個人儲蓄和投資，計算出自己所需的退休金額及缺口，與專業顧問討論適合的規劃方式，打造持續且穩定的現金流計劃，確保有足夠的財務支援來應對退休生活的需求。

四、法律事務與遺產規劃：考慮未來與資產分配相關的法律問題，包括遺囑、贈與、信託及保險等相關事務，確保未來個人資產和財務事務都有適當的安排，能夠依照個人心願順利進行。



保險經營心法

在保險業賺到第一個百萬年收的永達保經詹紫仙，曾在知名跨國企業麥當勞服務近20年，學習到許多服務與管理技巧，結婚生子之後，除了希望能有多一點時間陪伴孩子長大，也想要多陪伴年邁的母親。因緣際會，與現在的推介人彭文平協理談到生涯發展，想改變生活的企圖心及陪伴家人的願望讓她決心放手一搏。

進入保險業，收入階梯式成長，詹紫仙感謝前東家紮實的基本功訓練，更感謝永達平台的資源與支援，建立她在退休規劃、稅務管理、資產保全、財富傳承這四大專業領域的個人價值，件均保費比過去提升10倍以上。定位不同，地位和未來就不同！為了提供客戶更專業的服務，詹紫仙不斷地進修和衝刺，得到許多國際獎項，也考取特許財務規劃師的國際證照FChFP。

她也相信，經營保險事業沒有什麼訣竅，先跟客戶交朋友，將心比心，一切以利他為出發點，先了解客戶的需求之後再提出解決方案，自然就會成為客戶心目中的最佳顧問。

其中，在醫療保障與生活品質的規劃上，銀髮族大都已有妥善的配置與安排，但在退休與傳承的規劃面，卻是有極高比例的銀髮族沒有做任何安排與規劃，這也是台灣當前銀髮族的最大危機。

人不一定生病、不一定早走、不一定意外，但一定會變老！隨著醫療技術提升，國人的平均餘命逐漸增加，如何在退休後有穩定的現金流是非常重要的。透過良好的規劃，找到對的工具，創造如同公務人員一般的退休金流，才能讓銀髮族的退休生活得到保障。

她進一步提醒，有人認為每個月收房租也是不錯選擇，但當房東有管理、維護等經營成本，銀髮族不一定有精力打理這些事務，而且依據內政部統計，截至2019年底，全台未繼承不動產的面積相當於4.7棟101大樓，足見房產的靈活度有限，還會產生許多稅務與人的問題。許多高資產族群習慣運用增額終身壽險進行退休規劃，不僅具備時間與複利的增值優勢，可擁有穩定的現金流，更能依據自身需求靈活運用資金，讓下一代有機會領的更久，也能再搭配信託、遺囑、意定監護等，這樣更能確保銀髮族在退休階段及傳承階段，都能獲得滿意和穩定的生活。

有一位65歲的女性客戶曾經分享，因為她的父

親生前沒有完善的繼承分配與計劃，導致原本感情良好的兄弟姐妹們現在形同陌路，也因此多繳了許多稅金。這位客戶謹記這段經驗，在諮詢時提出了她的擔憂與心願，詹紫仙分享：「這位阿姨非常喜歡投資，還曾經因為投資導致資產虧損數百萬，在我的分析與建議下，同意先把一半的資金部位，慢慢移轉到增額終身壽險的規劃，陸續規劃三份保單，透過保單關係人的配置，同時做到保險保障、稅務管理及傳承規劃，每年有穩定的現金流可以彈性運用，作為退休安養之用。」

詹紫仙感謝這位客戶的信任與交付，沒想到客戶也感謝她的專業協助，總是與身邊親友分享，她是他們家族的貴人，讓她更加相信自己的價值，也希望未來能夠幫助更多的家庭，給予客戶最超前最完善的三富人生。

何謂「意定監護」

2019年開始施行的新監護制度，允許成年人在心智健全時，透過委任契約預先選任一位或多位監護人，於日後自己因失能、失智而受監護宣告時，可以避免無法對監護人的人選表達意願，由意定監護人依約定管理安排財產及自身照顧。

林英美 Profile

現任 |

永達保險經紀人業務首席經理

保險年資 |

9 年

得獎紀錄 |

3 屆美國 MDRT 百萬圓桌會員

CMF 中國之星個人組銀星獎

IDA 國際華人龍獎個人組銅龍獎

座右銘 |

助人為樂 利人利己

以人為本 以終為始



林英美 · 銀髮族理財 打造穩定金流

人可以不婚、不生，但是無法不老、不病！

許多銀髮族存了一筆錢就以為能夠高枕無憂；又或者認為可以依靠勞保老年年金及勞工退休金；甚至覺得再不濟也還有子女可以倚靠！永達保經業務首席經理林英美擔憂表示：「這樣的思維非常危險，醫療發達，人類的平均壽命不斷延長，尤其台灣的平均壽命又高於全球，過程中如果生病了，醫療費用與照顧費用又會侵蝕我們的退休金，曾有報導指出，在我們人生最後期間，大概會有八年的時間會需要別人的照顧，這筆費用常常會侵蝕我們準備好的退休金，原本以為夠用的退休金，可能就不夠用了！」

另外，投資市場的風險更是銀髮族不得不謹慎面對的議題！股市投資的獲利並無法保證，有可能漲、也有可能跌，如果虧損在退休後才發生，影響更大，因為，退休老本要再賺回來是不容易的。

老本、老屋、老伴、老友、老身，哪一個是退休後一定要有的？許多銀髮族可能會認為，每一樣都很重要啊！林英美請銀髮族仔細思考，其實上述每一樣都離不開「錢」，也就是「老本」才是根本！怎麼說呢？有些長者雖然名下有房，卻連維持基本

生活的費用都拿不出來，最後可能連老屋都留不住；人際交往需要錢；而想要擁有強健的「老身」，除了平時的運動保養之外，購買健康食品或者醫療用藥也都需要錢……，人老了之後，沒有「錢」真的會萬萬不能！

銀髮族理財，一定要兼顧「安全穩健、保值增值、創造源源不絕的現金流」這三大原則！林英美提醒，銀髮族在理財上要面對收入下滑甚至是收入中斷、以及長壽與通膨的幾大考驗，換言之，銀髮族的理財首重安全性、增值性與持續性，所以，「創造源源不斷的現金流」是銀髮族理財最重要的原則。投資是高獲利、高風險的行為；而理財是低獲利、零風險的規劃，銀髮族必須領悟的是，退休不能失敗、不能冒險、也不能重來，正確的理財才能確保晚年生活不憂、不愁。



保險經營心法

55 歲勇敢轉業的永達保險經紀人林英美，過去自己開公司賣釣魚線，由於產品市占率高達 7 成，收入其實還不差，但考量到這行業需要全台跑業務，還要進口、分裝、加工，未來年齡漸長，體力上可能無法負荷，在鄒美玲協理的引領下，想去歐洲旅遊的夢想，以及未來的生涯規劃，讓她做出非常冒險的決定，轉換跑道進入永達。

投入保險業至今已經 9 年的她，非常用心服務客戶，立志要為客戶做好風險管理與退休規劃。她非常感謝主管的帶領，更透露自己早前即非常認同殘扶險的規劃，因此退休規劃的理念一點就通，不僅自己的退休規劃在永達陸續到位，更熱心與身邊親朋好友分享，希望大家都能在退休尚屬「不急但很重要」的年輕時期就能做好規劃，不要像她一樣，在退休變成「很急又很重要」的時候才開始規劃。她也期許身邊親友能夠「人人懂保險，人人有保險；都能富足退休、富裕一生、富貴傳承！成為世代贏家！」

銀髮族理財三大原則

項目	說明
安全 穩健	避免詐騙、投資、子孫不爭氣等風險。
保值 增值	戰勝通貨膨脹的風險，避免退休金縮水。
源源 不絕	創造持續不間斷的現金流，以因應長壽、疾病等帶來的收入中斷、長期照護、醫療費用等風險。

對於退休規劃，林英美建議，應該先考慮以下幾個問題：「想擁有什麼樣的退休生活？預計在哪裡落腳？一個月需要花多少錢？需要花多久時間？」再來決定你應該要準備多少錢；當定下一個退休金儲備總量的目標之後，下一個步驟就要開始思考：「要用什麼工具準備？花多久的時間來準備？以及何時開始準備？」

增額終身壽險除了保險保障外，尚額外具備安全穩健與時間複利優勢，能夠藉由契約機制達到定期定額儲備的強迫儲蓄目的，繳費期滿更能依據自身需求靈活運用資金，透過適當的精算規劃，更能創

造源源不絕的退休金流，是執行退休規劃的最佳工具。她進一步提醒，儲備退休金，越早啟動越輕鬆，時間複利的增值效益會越加明顯，所以當邁入五十歲的階段，退休準備更是迫在眉睫，同時，最好能夠意定一個信任的監護人，才能在自己需要幫助的時候，有信任的人協助監督，持續照顧自己到走的那一天。

林英美以自身的退休規劃為例，她坦言，55 歲以前的自己很會賺錢、很不會存錢，40 多歲的她還曾經投入股票市場，毫無意外成為被收割的韭菜，於是決定不再碰股票。55 歲之後，意識到退休對她而言，已經是很急很重要的事，才下定決心陸續規劃了 10 年期、20 年期及 12 年期的增額終身壽險，加上年輕時曾經規劃年繳 6 萬、20 年期的保單，以總量 2000 萬為退休儲備目標，預計退休後每年可以有 50 萬元的靈活現金流，本金 2000 萬元還能繼續複利增值。至今單身的她，更與信任的親戚子女約定，由其擔任自己的意定監護人，最後花剩用剩的錢留給她，以確保未來需要幫助的時候，得以安穩無憂。

永達以退休規劃為市場定位，她說：「確保客戶退休不憂、養老不愁，是我們最開心的事！」🔥

2023 年第六屆「永達齊步走 公益嘉年華」

互動表演 美食攤車 機票大獎

11/25 一起嗨健走



已連續舉辦五年的「永達齊步走 公益嘉年華」健走活動，2023 第六屆將於 11 月 25 日週六上午，於新北大都會公園、台中東海大學及高雄澄清湖風景區，北中南三地同步起走，活動報名費也將持續挹注長照專車捐贈計畫，貫徹活動舉辦初始的理念，促進全民健康意識的同時，更納入公益關懷，全面支持政府的長期照顧計畫。

今年健走活動除了同樣邀請體育名人參與之外，更創新推出魔術秀、泡泡秀等精采的互動表演，嘉年華攤位更集合多家特色美食攤車及特色市集，要給大家不同以往的感受與體驗。此外，理解大家疫情之後迫切想出國的心情，今年更準備兩組機票大獎等大家來抽，絕對要讓大家有吃、有喝、有玩、有嗨！

體育名人加持 推廣全民愛運動

今年「永達齊步走 公益嘉年華」的主持人，由永達健走活動的老搭檔徐展元體育主播，再次擔任台北場的主持人；台中場的主持人則是由體育台主播張立群擔任，擁有豐富賽事主持經驗的他，要給台中朋友一場最熱血的健走體驗；至於高雄場則是邀請甜美的劉貝兒負責，主持過許多婚禮活動的貝兒將為高雄朋友帶來一場最幸福的健走活動。

為帶動全民愛運動的精神，讓男女老幼都愛上健走這項老少咸宜的運動，永達今年更特別邀請 PLG 籃球員擔任健走的領走大使，希望藉由知名籃球員的推廣，讓更多民衆認可健走，並且養成健走的習慣。

同時，今年更於活動現場推出「樂齡體能王」活動，分別為高爾夫、棒球與籃球三項運動，不分年齡，只要有報名健走活動者皆可參加，期望透過遊戲式的體驗方式，讓大家認識運動的樂趣，進而愛上運動。

三項球類體驗方式如下：

<p>高爾夫</p>  <p>2次推桿機會，成功將球打進洞即可過關。</p>	<p>籃球</p>  <p>每人60秒機會，超過45分即可過關。</p>	<p>棒球</p>  <p>每人10球機會，將9片九宮格打倒即可過關。</p>
---	--	---



互動表演 大小朋友一起嗨

值得一提的是，為了增加活動現場的趣味性，今年除了仍舊邀請樂團現場演唱帶動氣氛之外，更首度推出各式趣味互動「秀」。台北場有「小丑氣球」及「魔術秀」的表演，由打扮五彩鮮豔的小丑帶來精彩的表演，更於現場製作各式可愛的藝術氣球，再加上魔術師帶來的奇幻魔術秀，絕對讓大小朋友看得目瞪口呆、玩得心花怒放；台中場與高雄場則是推出最受小朋友喜愛的「泡泡秀」，看著泡泡大師玩轉出各式各樣的大小泡泡，在陽光下五彩繽紛的泡泡，絕對收穫小朋友的無數尖叫聲與歡笑聲。



台北場-魔術秀



台中場-泡泡秀



高雄場-泡泡秀



多元攤位 呷奇巧攬顧健康

體貼所有公益健走的參加者，今年永達準備了多元化的攤位犒賞大家，除了有各色美食攤位與特色市集，更特別邀請美食餐車助陣，端出各色奇巧的美食冰飲，串燒、烤雞、沙威瑪、貝果、鬆餅、甘草芭樂、鮮果昔、雞蛋冰…等美食，絕對滿足所有參加者的味蕾。

除了美食之外，貫徹健走活動的精神，更特別推出

「靈性整復推拿」的攤位，讓參加者在完走後可以推拿放鬆一下；另外更設有「簡易健檢」的攤位，可以做血壓、視力的檢測，以及基礎體適能的測試，讓參加者透過攤位活動做基本的自我檢測。多元化的攤位規劃，既要滿足味蕾，更要兼顧健康訴求。



美味餐車搶先報

台北場

月見山沙威瑪

雞鴨轆轤
雙北烤雞專車

瑪莉歐甘草芭樂



雙予冰品（原峽客冰品）



挑嘴貓美食餐車-串燒



台中場

神偷奶爸
炸物專賣店參食SUN FOOD
廣福餐車-貝果/朝食

繽紛樂-糖水/甜不辣



高雄場



活動紀念帽

報名禮超豐盛 機票大獎等你拿

健走活動邁入第六年，永達用心準備豐盛的參加禮、完走禮，感謝所有參加者的支持，只要報名參加活動，就能獲得活動紀念 T-Shirt、完走禮兌換手環及活動限定帽，完成健走後憑完走禮兌換手環還能領取豐盛的完走禮，包括：活動紀念運動毛巾、帆布袋、電子完走證明、摸彩券、攤位抵用券 200 元，報名禮價值遠遠超過報名費用，非常超值！

今年也準備非常豐盛的摸彩禮要送給所有參加者，頭獎是星予航空「台北－東京雙人來回機票」1組、「台北－大阪雙人來回機票」1組；本次活動更針對愛心加碼捐款的參加者，準備加碼小額捐款獎項「4K 液晶電視機」，蠢蠢欲動了嗎？11月25號，機票與液晶電視等大獎就等著大家來抽喔！Let's Walk！🍀



活動紀念 T-Shirt



活動紀念帆布袋



活動紀念運動毛巾

(活動參加禮、完走禮以實物為準)



誠信負責的保證
客戶權益為導向

業界首創——保證書

保證書之內容為客戶經永達業務代表，基於要保人與被保險人之利益，向保險公司洽訂人身保險契約之保單，於投保時對要保書上應告知事項發生，無保險契約明載之不理賠情事，經本公司協助處理理賠服務，因保險公司未依契約盡理賠義務而與之涉訟時，律師選聘及相關費用（包括裁判費、律師酬金、執行規費等）均由本公司負責。

適用範圍：人身保險，依保險法規定包含人壽保險、健康保險、傷害保險、及年金保險



吸引力國際 原廠正品 平行輸入 黃明傳 專注需求 全力滿足消費者

文／洪詩茵 攝影／余秀萍 部分圖片／擷取自「吸引力 - 生活好物」LINE 官方帳號

成立近 30 年時間的吸引力國際有限公司，從 1 人到如今擁有 70 名員工，從國內貿易到國際貿易，從單純的採購業務到提供客製化 OEM、ODM 代工生產服務，從汽機車用品、油品到生活用品的批發業務……，雖然業務範圍越來越多樣化，創辦人黃明傳執行長始終堅守「需求」導向，供應國內業者與一般消費者更多元、更優質、更實惠的產品選擇。疫情期間，別人是要



吸引力國際創辦人黃明傳執行長。

勒緊褲腰帶撐下去，在生活用品的帶動下，吸引力的業績卻是爆炸性成長，他是白手起家的最佳見證，也是怏怏吃三碗公的企業典範。

掌握商機 勇敢翻轉人生

出生礦工家庭的黃明傳，家中有九個兄弟姐妹，他排行第七，國中畢業就在汽機車材料行當學徒，學習汽機車零件、油品相關的專業知能，因為當兵曾短暫離開該家汽機車材料行，退伍之後，在老闆賞識下，雖然回到原汽機車材料行上班，但他對未來卻有了不一樣的期許，期望從事更有發展前景的工作，於是轉而投入業務領域，這個轉換奠定了未來吸引力國際的發展基礎。

黃明傳在前公司服務 15 年時間，與上游廠商建立了非常深厚的情誼，還未自行開業的時期，就曾經跟上游廠商帶貨出去銷售，當時的老闆也睜一隻眼、閉一隻眼，隨他發展，結婚生子之後，經濟壓力越來越大，自己開業的念頭油然而生，那時的他大概才 31、32 歲，「當時前公司的員工已經越來越少，加上前老闆的兒女都在國外，早就有了退休的念頭，於是在我提出辭職之

後，老闆很乾脆地決定結束營業，甚至大方借我創業資金。」這就是吸引力的起點。

對「商機」的敏銳度是企業壯大的根本，那個年代，汽機車用品、油品的資訊不是非常普及，黃明傳在國內貿易商的建議下，開始與國外廠商接觸，他表示：「吸引力在成立 4、5 年後，開始觸及國外產品，正式進入國際採購貿易的領域。」

除此之外，「高壓線」的改良開發，更為吸引力奠定了壯大的基礎，黃明傳驕傲表示：「換了我們家的高壓線，汽車不僅更好開、更省油，我們也藉這個機會開拓了東南亞的外銷市場。」

成立 29 年來，吸引力在台灣各地已經累積 6,000 家以上的客戶（含汽車材料、汽車百貨及大賣場、潤



黃執行長暢談創業的故事。

滑油經銷商、汽車保修廠、自排變速箱專業廠、機車行、五金通路、工廠等），近年更加上網路電商以及家庭用品的通路，黃明傳指出：「從事這個產業要有市場敏銳度，我們從需求端切入，平行輸入各國知名品牌的產品，進一步建立信任關係之後，也有益未來品牌代理的洽談。」目前吸引力國際代理的品牌包括「AVIA、WOLVER、VOLTRONIC、MILRES OILS、YACCO、YUKO 油酷、SPORTLINE 司博耐、APP」等機油（潤滑油品）品牌，以及「PLATINUM 液態鑽石隱形保護膜」汽車護理品牌。

全新市場 跨域投入生活用品

六、七年前，吸引力國際從汽機車零件、油品跨域切入生活用品的國際採購貿易，實為企業危機與轉機的最佳展現，黃明傳坦言：「過去，吸引力的業績有七成來自機油，電動車的崛起，對吸引力來說無異於一個『危機』，因為未來機油的市場需求勢必縮減。就在意識到危機的時候，因緣際會，離職的員工回來洽談歐洲生活用品的採購合作，當時好市多販售的寶滢洗衣精迅速竄紅，市場需求非常大，這位員工希望從國外採購寶滢洗衣精回台販售，但他手上沒有資金，所以就來找我談合作，當時的想法很單純，就想

著試試看也沒有損失，於是進口了一貨櫃的洗衣精，沒想到一下子就賣光光，這次的合作讓我們看見生活用品的龐大商機，於是決定投入這塊領域，也為企業開闢另一個全新的市場。」

從吸引力投入家庭生活用品至今，業績迅速成長，目前生活用品的業績表現已與汽車用品、油品的業績持平，進口的國家更擴及歐洲、日本、韓國、美國等等，多達 600 ~ 700 樣品項，大多是非常知名的品牌，更有國內尚未引進的熱銷代購品牌，黃明傳笑著表示：「我們的優勢在於品牌多、商品多，是各家購物網站、部落客、直播主、代購團背後的最強支援，我們也提供生活用品禮盒的採購服務，客戶只要給出禮盒的預算，我們就能夠在預算範圍內，為客戶搭配最經濟實惠又有面子的生活用品禮盒。」

吸引力國際從一家小小的汽機車材料行，發展到今日規模，業務項目包括全球採購貿易、經銷批發服務，以及品牌代工生產，兼營客製化 OEM、ODM 之代工生產服務。除了持續專注在汽機車油品、用品的進出口之外，現更擴展至尋找全球各地的優質生活商品，包括居家清潔、個人清潔與各式生活用品等，主要服務各批發通路、汽機車保修廠、百貨賣場、購物網站等，提供國內業者與一般消費者更多元、更優質的產品選擇，豐富多樣化的品牌與產品選項，奠定了吸引力的競爭優勢。



吸引力設置極大的倉儲空間，可以大批量進口原廠正品，以量制價，提供消費者最經濟實惠的選擇。



吸引力提供客製化服務，可為客戶依照預算量身訂做生活用品禮盒。

需求取勝 開發更多新選擇

黃明傳說不出一嘴頭頭是道的生意經，問他如何選物、判斷市場需求？更不藏私地分享，第一，廠商提出需求；第二，觀察網站熱銷商品；第三，國外廠商自行推薦，其對市場的敏銳度與精準的直覺，在他口中都化為簡單的「需求」二字。而關於企業運作的員工管理，他更有一套無為而治的老子哲學，謙稱自己最弱的就是「管理」，只要員工將該做的事情做好，他其實不太會去管什麼，還常以自身經歷鼓勵員工自行創業，目前已有 5、6 位員工外出創業，而吸引力的龐大貨源就是這些員工背後最強力的支援。

問及對吸引力的規劃與願景？1955 年出生的黃明傳，常笑稱自己是永遠的 55 歲，「疫情這幾年，日常生活用品的業績每年都在成長，未來除了更專注經營這方面的業務，同時也會開始切入食品的領域，因為國外物價飆漲，加上熱銷商品缺貨，今年日常生活用品的業績成長一定會趨緩，我們也會藉機再尋找更多新的商品與品牌，提供消費者更多選擇。」

早有退休計畫的黃明傳，面對二代接班的議題，坦言還在觀察中，但這是使命必達的任務，從拼命三郎到學習放下，他說：「人生短短幾十年，我想做一些讓自己快樂的事情。」

The screenshot shows the DYNAMO website interface. At the top, there's a navigation bar with categories like '精選品牌', '個人護理', '居家生活', '美容保養', '健康食品', '全球商品', and '精選洋行'. Below this is a large promotional banner for the 'LINE官方帳號推廣優惠活動' (LINE Official Account Promotion Activity), featuring a QR code and a '推薦好友加入 共享分潤獎勵' (Recommend friends to join, share profit rewards) button. A '點擊活動詳情' (Click for activity details) button is also present. Below the banner, there's a '原廠正品 正貨聲明' (Original factory goods, genuine goods statement) section with an image of a warehouse. A prominent offer reads '全館滿\$799宅配/超取 免運' (Full store \$799 home delivery/supermarket pickup free shipping). The main content area is divided into '嚴選品牌' (Selected Brands) and '熱銷商品' (Hot Selling Products). The '嚴選品牌' section lists various brands: dm, sebamed, Royal Selam, Persil, PENATEN, P&G, alkmene, GREEN PHARMACY, dalan, and BRITA. The '熱銷商品' section displays five product cards with images, names, prices, and '立即採購' (Buy Now) buttons. Below this is the '新品上市' (New Arrivals) section, also with five product cards. At the bottom, there are three columns of product listings under the headings '家庭清潔系列' (Home Cleaning Series), '個人護理系列' (Personal Care Series), and '換洗/母嬰系列' (Washing/Infant Care Series).

除了批發業務，吸引力也成立「吸引力 - 生活好物」LINE 官方帳號，提供生活用品的零售服務。



精耕接續服務 實踐以客為尊企業承諾

建立接續服務機制 透過售後服務需求表問卷 確保永達保戶的權益

永達保經重視保戶權益，藉由售後服務需求表問卷與完善接續分派機制，確保每一張保單都有人服務，提供強大的內外勤支援，依據客戶所在地，分派績優業務代表提供接續服務拜訪，並經由線上填寫售後服務需求表問卷，確認接續服務人員，提供客戶後續的保單服務，客戶完全不用擔心保單權益會因業務代表異動而受影響。

永達保險經紀人股份有限公司
EVERPRO INSURANCE BROKERS CO., LTD.
104 台北市中山區中山北路二段79號5樓
電話：(02)2521-2019 傳真：(02)2521-4047

承諾

還記得我們當初的約定嗎？
一張保單一世情緣

為了確保履行對您的承諾，
永達請業務人員每年必須至少拜訪您一次，
落實保戶服務的心意，您收到了嗎？
當您透過永達保經投保時，永達給您的
「當家唯一且首創」**理賠訴訟保證書**
「寧可百年無用，不可一日不備！」
您收到了嗎？

單上的「住址及聯絡方式」必須
才能收到保險公司的各項權益

您希望您的保單服務人員多久為您提供服務？

以現有保單分攤繳10年期來累積您的退休金、保障

以現有保單分____年期來累積您的退休金、保障

運用保單來安排退休規劃，您希望

您現有的保單退休、保障規劃與您退休

開始執行「[]」售後服務需求表問卷

保險退休規畫要量身訂做，客戶服務更需要量身訂做
感謝您撥冗填寫這份問卷
您的謹慎，將會是我們提供更切合您需要的服務之最佳憑藉

取消

服務專線：0800-518-088
服務專線：0800-777-618

承遠環衛有限公司 環境即刻救緩 楊壹荏 立志成為首位病媒防治經紀人

文、攝影／洪詩茵 部分圖片／承遠環衛提供

挾著五年以上的病媒防治專業，網羅各種場域的實務經驗，楊壹荏打破業界經營模式，以病媒防治經紀人的概念，成立承遠環衛有限公司，提供免費的案場評估，為客戶量身媒合最頂尖的團隊，專業解決社區、廠房、大樓、飯店、餐廳、住家等各種領域的病蟲害問題，並且延伸至後續的病媒蚊蟲防治的相關建議與保固服務，期許為每位客戶的場域提供最貼近需求的服務，致力打造無蟲無菌的安心環境。

職涯摸索期 累積創業養分

楊壹荏學生時期念著是電子材料相關專業，畢業後為了家計，選擇擔任志願役，當了快5年的軍人，從士兵一路晉升，以中士的身分退伍。由於對本科專業不感興趣，楊壹荏一直在思考個人的職涯規劃，退伍之後，他到媽媽客戶的公司幫忙，這位客戶從事塑膠回收產業，透過側面了解，他發現這產業的利潤非常可觀，於是決定待下來學習相關專業與技術，經過一年多時間的了解，他發現這產業的專業需要時間累積，他必須要學會判斷所有塑膠的成分，這至少需要10年時間，而且還要準備非常大的廠房，前期需要投入的資金成本非常龐大，不符合他生涯規劃的時間成本，評估過後，毅然決定轉換跑道。

楊壹荏的父親與母親都是保險業務員，離開塑膠回收產業之後，他選擇到母親的身邊學習保險，他開玩笑說：「我去當母親的司機！」其實，楊壹



承遠環衛創辦人楊壹荏希望成為病媒防治經紀人，成為最佳服務橋梁。

荏原本對保險是排斥的，但父親在他當兵的時候中風，躺著的十多年時間，醫療與照護費用全都靠保險，前前後後大約領了1千多萬的醫療理賠，這段經歷改變他對保險的看法，所以在自己對未來職涯方向還未定調的時候，他選擇到母親身邊學習，是陪伴、也是給自己一個試煉，在保險經紀人公司服務這段時間，他從主管身上學到溝通與表達的技巧，也理解了保險經紀人的真正精神，所有經驗的累積都是未來一躍而起的養分。

認真學習 累積各場域防治經驗

保險經紀人的工作經驗，賦予楊壹荏非常敏銳的市場觀察力，他開始思考，什麼工作能夠長長久久？什麼工作不會成為夕陽產業？在瀏覽各式各樣徵才資訊之際，病媒防治公司的徵才訊息就這樣抓住他的視線，「當時的我想著，蟑螂、老鼠、蚊蟲等病蟲應該是永遠不會滅絕的害蟲吧！加上我也不怕老鼠、蟑螂之類的病蟲，不如試試看，就當多學習一門專業技能！」

在各種因素及市場需求的考量下，楊壹荏最後選擇到台灣本土公司「康庭環衛」服務，當時康庭的業務以政府標案及各類大樓為主，台北車站是他作業的第一個環境，「那時候，康庭的作業屬於徒法煉鋼的模式，我們進行噴藥作業是用手壓瓶，晚上八點到台北車站，作業到凌晨四、五點，兩週執行一次。那時候雖然很辛苦，但是這樣徒法煉鋼的模式卻也讓我學到許多作業上的訣竅與細節。」

後期，因為台北房租實在太高，基於經濟上的考量，加上香港史偉莎集團台中分公司正好有現場作



楊壹荏細數職涯轉折，認真堅定的學習與創業信念堪為表率。

業人員的職缺，讓他決定回到故鄉台中，史偉莎環衛的業務範圍主要是飯店、餐廳之類的場域，而且都是使用電動噴藥設備，在史偉莎3年時間，他學習到許多餐廳與飯店等場域的作業訣竅，最後因為不耐考核制度問題，他選擇了離開，也是因為這個決定，讓他有機會到美商藝康集團服務，接觸到味丹、泰山等食品大廠的作業環境。從康庭、史偉莎、到藝康，楊壹荏累積了所有類型病媒防治場域的作業經驗，這讓一直有著創業思維的他，意識到時機成熟了。

用心服務 贏得口碑信任

成立環衛公司需要有專業證書，還要取得環衛字號，在史偉莎服務的時候，楊壹荏就已考取【病媒防治業專業技術人員】合格證書，他從保險經紀人的概念獲得啟發，希望自己能夠成為一個優秀的病媒防治經紀人，以他在病媒防治領域的專業與人脈，達到「同業合作、異業結合」的共好優勢，幫助客戶媒合最佳的病媒防治服務團隊。



【病媒防治業專業技術人員】合格證書。



承遠環衛服務證明。

他進一步說明：「每家公司、每位作業人員都有其擅長的領域，有的擅長除蟑、有的對付白蟻特別有一套，至於我，則是對老鼠的習性非常了解，總能找出牠們的藏身處，我特別喜歡和老鼠鬥智。」


楊壹荏提及過去的服務經驗，他曾為新光三越專櫃進行除鼠的服務，當時該專櫃總是會有老鼠出沒，前面已經請二、三波作業人員做過勘查及除鼠作業，卻始終無法根除鼠害，「我到專櫃之後，根據老鼠的習性仔細觀察，最後發現冰箱後面有一個洞，於是將冰箱移開，把洞擋起來，直接杜絕鼠害的源頭，專櫃工作人員對我的作業非常佩服，直對我說：『大哥，我從來沒看過像你這麼細心檢查的人！』。」

挾著曾經服務於三家環衛公司的優勢，承遠環衛除了病媒防治服務之外，也能擔任專案仲介的角色，更能做到資源的整合，提供客戶最符合需求的服務。楊壹荏解釋：「我對環衛公司及相關作業人員的專長非常了解，有些客戶常常不知道要怎麼和大公司洽談，或者是根本不知道自己找哪一家廠商比較好，由我作為居中運作的角色，能夠依照客戶的需求，集合出最適合的病媒防治團隊，成為客戶端與環衛公司之間最好的溝通橋樑。」


承遠環衛成立於今年（2023年）3月，楊壹荏看好病媒防治產業的前景，病媒防治就是防止和控制，這是源源不絕的市場，蟑螂至今仍然無法滅絕，加上部落客爆料的事件頻傳，餐廳的環境衛生未來一定會更加受到重視，不論是商家或大樓，只要有進進出出，就會夾帶病媒，一定要定期控制與保持，所以病媒防治的市場不會飽和，也讓他更堅定走這條路。期許以服務贏得信任與口碑，搭配良好的售後服務，以及合理的報價，成為客戶最佳的病媒防治經紀人。👍

承遠環衛有限公司 CHEN YUAN PEST CONTROL., LTD.


專業除蟲 病媒蚊防治




跳蚤




蟑螂、螞蟧




白蟻




蛾蚋



蚊蟲、蒼蠅、果蠅、小黑蚊




鼠害



服務流程

- 1 現場勘查** 施作人員現場勘查，該區域有無蟲(鼠)害侵擾路徑及孳生源，其提供防治方案。
- 2 施作說明** 至現場後，針對防治方案與客戶溝通，讓客戶清楚明白此次的施作內容及後續應注意哪些事宜。
- 3 服務報價** 依實際勘查所制定之方案提供相應之報價單資料。
- 4 防治流程** 依由防治師依制定之方案執行防治作業。
- 5 防治建議** 經施作完成後，將提供客戶書面施作計劃書，且匯報此次施作內容及建議事項，即完成本次病媒防治工作。



楊壹荏 Eason

0911005688

@338pzlyt

統編89284466 環藥病媒字第19-292號

y19900214@gmail.com

台中市北屯區大連路二段215-6號

承遠環衛服務流程。

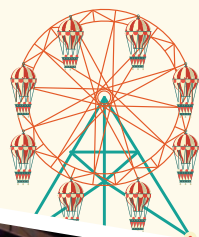


病媒防治現場作業過程。



▲ 2023 永達「花甲少年去七淘」南區場於9月9日在義大遊樂園舉行，(第二排左5)永達李忠約副總以及(第二排左4)吳柏瑋總經理特助與志工們以及長輩們合影。

2023「花甲少年去七淘」 永達陪伴老寶貝重返18歲 暢遊義大樂園



▲ 細心的志工為長輩解開健走杖的繫繩。



▲ 熱情的志工和長輩一起體驗樂園設施，長輩們重返年輕記憶。



▲ 永達志工陪伴弘道長輩體驗適合親子同樂的天神試煉戰。

由永達社會福利基金會主辦、高雄義大樂園協辦、永達保險經紀人贊助「花甲少年去七淘」長者出遊活動，於9月9日舉辦南區場次，帶弱勢長輩出遊，邀請高雄地區弘道老人福利基金會服務的弱勢長者，透過樂園活動讓許久沒出門七淘的長者與永達志工一起來義大樂園重返18歲

的年輕時光。

多數弱勢長輩，長期因為身體因素或家庭關係無人陪伴，鮮少有外出的機會，進而不愛與外界接觸，身心健康相對造成影響。為鼓勵弱勢長輩走出戶外，永達社會福利基金會於2023年舉辦了兩場的「花甲少年去七淘」活動，9月



9日活動來到了高雄義大樂園，由永達志工陪伴長輩一同到樂園七淘。活動安排專業講師與永達志工陪伴進行的健走杖體驗課程、義大皇家劇院觀賞表演、規劃適合長輩們的遊園攻略和豐盛佳餚及趣味互動……等，在午後休憩時刻長輩們與志工閒話家常，讓長輩感受到陪伴和被關懷的溫暖，更留下開心歡喜的記憶。

今年 80 歲的黃阿嬤是弘道社區據點長輩，近年因照顧 85 歲的先生鮮少出門。黃阿嬤說，上次到遊樂園已是 30 多年前的事，這次在永達志工協助下，特別帶著先生一起到義大遊樂世界，原本有點擔心遊樂設施太刺激，沒想到樂園裡也有皇家劇院的精采大秀可看，還體驗了天神試煉戰等許多新穎設施，留下許多美好回憶。

邁入高齡社會的台灣，長者日常各項需求相對急遽上升，健康時預防老化和生病後的照護資源一樣重要。永達長期關注長者，本次結合弘道老人福利基金會、多扶無障礙生活與交通發展協會以及義大遊樂世界，從交通接送、活動規劃、遊玩安全性、都經過精心討論安排，更因永達的拋磚引玉，義大加碼捐出當月愛心發票予弘道老人福利基金會。



▲午餐後趣味問答，由李忠約副總（右一）及吳柏璿特助（左三）致贈長輩小禮物。



▲義大樂園皇家劇院演員演出後，來到台前與志工及長輩們一起合影。



▲感謝充滿熱情、溫暖的永達南區愛心志工們，陪伴老寶貝們一天。

永達保經李忠約副總表示：今年永達首次舉辦長者出遊活動，北、南二場，共計 80 位弱勢長輩、82 位永達志工參與。希望藉此出遊活動鼓勵長輩趁著身體健康時，在志工陪伴下走出家門，快樂出遊留下美好的回憶，在長輩們心中注入一股暖流。❤️



新北市永達盃身心障礙運動嘉年華

今年把 AR 激流泛舟搬到板樹體育館



▲永達捐贈二部移位機。(左起)由永達保經李忠約副總、中華身障運動推廣協會黃慶鑽副理事長、台北市體育處林卉卉 代理副處長合影。

由新北市政府體育處主辦，一年一度「新北市永達盃身心障礙運動嘉年華」，訂於 8/19(六) 在新北市樹林共融體育園區舉行，現場有 800 多位身心障礙者及銀髮族參加，除了獲得教育部體育署的大力支持之外，也獲得「永達保險經紀人股份有限公司」的經費贊助以及由公司同仁集資捐贈移位機二部，移位機將協助重度障礙者由輪椅移位使用手搖車、獨木舟等運動設備。

今年「新北市永達盃身心障礙運動嘉年華」，除了依例設置了羽球、飛盤、地板滾球、地板冰

壺、輪椅擊劍、身障壘球、射箭等體驗區供體驗闖關之外，今年特別運用科技創新，首度將「AR 實境獨木舟」及「AR 實境手搖自行車」搬進板樹體育館，讓身心障礙者及銀髮族即使在室內也能划獨木舟享受急流泛舟的樂趣，還有騎手搖車上公路颯風的快感；未來更將結合園區手搖車推動室內環島騎程，讓更多障礙者體驗騎車環島的樂趣。

主辦單位表示，樹林體育園區是新北市首座無障礙共融體育園區，園區內建置了近 15 項適合



▲ AR 獨木舟實境體驗由永達保經李忠鈞副
總裁 (圖左) 和亞帕運輪椅網球代表隊唐兆
漢 (圖右) 選手進行實戰操作。



▲ AR 手搖車實境體驗由林卉卉代理副處長 (圖左) 和亞帕運輪椅網球代表隊呂
嘉儀選手 (圖右) 進行實戰操作。

身心障礙者及銀髮族使用的運動設施，包括手搖車、地板冰壺、地板滾球、輪椅桌球、輪椅網球、輪椅籃球、輪椅羽球、輪椅擊劍、身障瑜珈、輪椅槌球、輪椅法式滾球、輪椅漆彈、輪椅攀岩、輪椅太鼓等十數種適合銀髮族及身障者從事的運動項目；透過園區內越堤自行車道連結大漢溪河岸，手搖自行車可以暢行八方，擴大障礙者的休閒運動空間；自去年 (2022) 起更積極連結外部的冰宮及水上活動基地，發展全國唯一的輪椅冰石壺運動及獨木舟、立槳活動，讓所有人都可共享運動健康的精采生活。

主辦單位特別感謝「永達保險經紀人股份有限公司」自樹林共融體育園區設立來，即陸續捐贈復康巴士、手搖車、電動輪椅、腦麻跑步車、獨木舟、移位機、健身器材等，讓園區的運動設備更加多元豐富，造福身心障礙者。

已連續七年舉辦「永達盃共融運動會」，舉行各種競技運動，適合銀髮族及身障者從事的運動項目，藉由運動會的舉辦，落實運動平權，讓所有人都可共享運動健康的精采生活。永達保經陳慶鴻總經理表示：「身障朋友可以搭乘永達捐贈的復康巴士，來到讓人安心的輪椅夢公園，利用無障礙設備，進行各項多元運動提升免疫力和增強體能，同時達到復健療效。今年加入最新的 AR 科技，讓身障朋友在園區內，就能彷彿置身於秀姑巒溪泛舟滑水，未來將會加入更多的新元素讓大家期待，我們希望能吸引更多身障朋友和銀髮族加入健康運動行列。」

照顧如長泳 互助游更遠

長照平安五守則 提供家庭照顧者 照顧救生圈

整理／公關部 資料來源／衛生福利部長期照顧司



長期照顧就像一段長泳，每位泳者都希望可以盡自己所能平安完成泳途，但除了保存體力及找到省力的方式外，有時必須找到能一起努力互相加油打氣的神隊友，這段泳途才會讓人充滿希望，不會因為偶來的一陣孤獨而感到惆悵。

為鼓勵家庭照顧者找出自己的神隊友，衛生福利部委託中華民國家庭照顧者關懷總會舉辦「長照平安五守則 - 照顧如長泳、互助游更遠」記者會，提出「長照平安五守則」，鼓勵家庭照顧者能自我覺察、勇於求助，除了善用政府資源安排照顧替手外，也要多走出來轉換空間、轉換心情，練習做好交接計畫，找回喜好與自己的人生。

衛生福利部長期照顧司祝健芳司長同時呼籲親友鄰里能共同關懷身邊的家庭照顧者，主動成為他們的神隊友，一起為彼此加油打氣，鼓勵他們運用1966長照資源成為聰明照顧者，讓照顧者可以感受到周邊關懷善意。

長照平安五守則 不可不知

照顧已成為家庭照顧者之日常，由於失能、失智或身心障礙家人需要照顧的情況不一、每個家庭的照顧能力各異，如何在生活中找出幫助神隊友共同組隊，衛生福利部提供5招小技巧，希望家庭照顧者們常常回顧：

1. 備好「照顧救生圈」 找神隊友幫忙

家庭照顧者有照顧上的疑問或是不知如何尋找資源，只要一通電話，撥打「1966長照專線」神隊友立即出動！

2. 找到照顧替手

鼓勵家庭妥善運用政府長照資源，同時推動家庭內照顧溝通與協議，找到照顧替手，做好照顧安排與時間管理，成為聰明照顧者。

3. 有人聽你訴苦

專為家庭照顧者設置的「家庭照顧者關懷專線0800-507272」（台語：有您真好真好），提供線上會談服務與協助，聆聽您照顧上的大小事。

4. 每天至少 15 分鐘留給自己 做喜歡的事

每天留給自己15分鐘的時間與空間，不論是運動、聆聽音樂、冥想、書寫、散步等，傾聽自己的聲音，找回簡單的平靜與快樂。

5. 訂定安心交接計畫

家庭照顧者總是擔心被照顧者沒人照顧，鼓勵善用政府資源安排替手，練習做好照顧交接計畫、學習放手，找回自己的人生。

衛生福利部近年來積極布建長照資源，長照服務包含「照顧及專業服務」、「居家無障礙環境與輔具」、「交接接送」、「喘息服務」等四大項服務外，亦有全日住宿機構之服務，對於有長期照顧服務需求的民眾，只要撥打「1966長照專線」，一通電話服務到家，照專、A個管可協助家庭照顧者運用長照資源進行适合自己家庭的照顧計畫；另全國亦設置121處家庭照顧者支持服務據點，提供照顧者個案服務、照顧技巧指導、個別心理輔導及諮商服務、長照知識或照顧相關訓練課程、情緒支持等支持性服務，相關服務資訊可上1966衛福部長照專區網站查詢。✎

簡單瑜珈四式 調節肩頸 舒解壓力好好眠

整理／洪詩茵 資料來源／時報出版《不生病的藏傳煉心術：護你身心均安的內在醫學》

你是否想過，身心靈這三者是如何互相影響的？許多固執己見的老人家，僵化性思維套路展現在物質身體上，呈現出筋骨僵硬、從頭到腳多點痠痛的特性。煉心是否只能坐在一旁沉思，或者有其他方法可以幫助我們開啟自我覺察，去除障礙，並促進生命能量的流動呢？

千年以來，從印度流傳到西藏的瑜伽，一直是修行者修煉身心靈的重要工具。現代預防醫學專家洛桑加參醫師在他的新作《不生病的藏傳煉心術：護你身心均安的內在醫學》中，講述了如何透過瑜伽的動作來修煉心靈。邀請大家一起來，透過四式簡單的瑜伽動作，練習放鬆肌肉、調節神經、改善睡眠，從根本上解決病症，重獲身心靈的平衡。

做個有彈性的人 身心靈更有活力

很有趣的一個現象不知你是否曾注意到？小朋友在思考上往往比大人還要來得有彈性，有很多天馬行空的創意，限制性思維非常少。孩子們各個身段柔軟，肌筋膜具有良好的延展性。更稚嫩的嬰兒，他們甚至隨意彎個腰，都能吃到自己的腳腳。一方面也是因為腳短啦，但相較於其他年齡層，小娃娃的柔軟度確實是最好的！



知名身心靈預防醫學專家，洛桑加參醫師。

老人的固執轉化為
身體練習

硬中找軟舒展重生

固執老人剛好又是另一個極端，這不要、那不好、很多的不可以，總是固執己見的老人家，執拗執著的點、莫名其妙的堅持特別多。

僵化性思維套路展現在

物質身體上，呈現出筋骨僵硬、從頭到腳多點痠痛的特性，不僅伸展幅度不如小兒，很多動作也都已經做不到位。出現類似狀況請別擔心，思維能夠轉化，同樣身體柔軟度也可透過訓練恢復彈性。精妙的人體，有許多調節法能令自己維持健康、感覺舒服，並且預防疾病。最棒的是，不用靠別人，自己就能辦到。

從根本解決問題就靠瑜伽與姿勢調整

以頭痛為例，吃止痛藥只是暫時阻斷痛感，並沒有真正「醫好頭」。假使頭痛起因於壓力沉重導致的肩頸僵硬，或由姿勢不良、睡眠不足所造成，那你跟著我來練習放鬆肌肉、調節神經的瑜伽動作，就是從根本上去解決病症。減少使用藥物，實質獲得促進循環的好處。改善駝背除了讓外觀更好看，就連關節都順便保養到了，一起來練練看。

四式瑜伽拯救肩頸 壓力小 視力棒 任你站坐隨意練

一套四式，舒緩調節顧好長壽筋！我們練習「鬆頸壓風池」、「交掌順頸項」、「環頸側回望」、「握拳旋肩胛」四式。透過這套動作來改善肩頸痠痛，以及因肌肉僵硬造成的頭痛，並且調節你的睡眠，

順帶收到優化視力的好處。這套藏傳瑜伽適合各種程度與各個年齡層，早晚皆宜，站著坐著練都行。簡單到不行，舒緩和調節的效果又很棒，步驟分述如下：

第一式、鬆頸壓風池

步驟一：縮下顎、下巴內收。



步驟二：雙掌張開包覆頭部，大拇指放在風池穴位置，由下而上按壓。

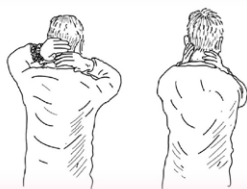


第二式、交掌順頸項

步驟一：雙掌交叉，左掌覆蓋右側頸，右掌覆蓋左側頸。



步驟二：往兩側向外舒展。



第三式、環頸側回望

步驟一：右手掌覆左側頸，低頭縮下巴，視線看向右下方。



步驟二：由右下往左上、左後方回頭望，同時間右手掌順勢下拉。胸椎腰椎不動，只轉動頸椎部分。



步驟三：左手掌覆右側頸，低頭縮下巴，視線看向左下方。



步驟四：由左下往右上、右後方回頭望，左手掌順勢下拉。一樣胸椎腰椎不動，只轉頸椎。



第四式、握拳旋肩胛

步驟一：雙手握拳，呈L型兩臂相對。



步驟二：以肩關節為轉動點，舉臂由前往後、往外、往下旋轉，畫成一個圓。



步驟三：擴胸夾背拉伸，肩胛內收。



藏傳瑜伽改善睡眠 拉伸 放鬆 入夢 三步驟

依個人體能與時間，上述四式分別做七次或二十一次。現代人普遍存在睡眠問題，睡不著、睡不深、睡了又醒醒了又難再入眠……。造成的原因很多，所幸，也有很多非藥物的方法可以逐步改善。像是這套藏傳瑜伽，就有這樣的好處。當然，如果你已經很會拉伸、放鬆超厲害，很有

自己的一套並且晚上都睡得十分香甜，請繼續練你很會的那些。只要能提升身體柔韌性、靈活性和力量，且讓自己感覺舒服的，那都是好方法。各種方法，都能輪流練習。若有不解處，請上網搜尋「長壽筋保健」、「洛桑健身房」，觀看示範影片。🔥

Profile 《不生病的藏傳煉心術：護你身心均安的內在醫學》

健康是人類最自然的存在狀態，「生老病死」是人生四苦，許多人誤以為這四個狀態會照時間順序來，其實按時間循環，可以只有「生老死」三樣，「病」不一定要發生。

一顆懂得放鬆、柔軟又溫暖的心，是可以當成藥的！當煉心成為你的日常之後，健康是基本、淨化是過程、快樂是順便、豐足是理所當然，你將體驗到「心想事成」不光只是成語，而是一個鐵打的事實。

作者：洛桑加參

現任身心靈預防醫學醫師兼作家、Dr. Lobsang 預防醫學集團創辦人。

來自雲南香格里拉藏區，是個西藏人，曾出家兩年，自幼即對藏醫藥學特別感興趣。十三歲離開青山環抱的家鄉到外地求學，先後曾至印度聖若洛梅娜大學（St. Philomena College）攻讀物理系，後來以交換學生的身分，前往文藝復興時期創建的德國佛萊堡大學（University of Freiburg）進修，學的也是物理。

2000年因緣際會來到臺灣，實現兒時從醫夢，考上國防醫學院醫學系，在學習各種西方醫學知識的同時，也繼續研究東方的藏醫藥學與中醫養生概念。

獨創「ACT自體生長因子療法」，精擅免疫細胞療法、幹細胞療法、血液淨化、退化性關節炎防治，以及慢性病、癌症與睡眠調理。著有《不生病的藏傳養生術》、《靜心·淨心》、《簡單豐足》、《快樂醫學》均由時報出版，其餘作品散見各大媒體。



健康快遞

彙整多元化各式用藥、保健資訊，保障讀者健康權益。

整理／公關部 資料來源／食品藥物管理署「藥物食品安全週報」

吃藥時間有關係 藥師教您正確服用中、西藥

面對藥品，您是否曾對服用時間感到困惑？為了幫助民衆建立正確的服藥時間觀，食品藥物管理署（下稱食藥署）請到臺北市立聯合醫院林森中醫昆明院區的吳柏翰藥師來為民衆加以說明。吳柏翰藥師指出，不只是西藥，中藥的服藥時間也有許多注意事項，民衆可從飯前服藥、飯後服藥與飯中服藥三個時間點加以了解：

一、飯後服藥

飯後是指吃飯後 1 小時內要吃藥。因為有些藥品吃完後會有腸胃相關副作用，若在飯後服用可減少副作用發生，例如：非類固醇消炎止痛藥（NSAIDs）。另外，維生素、鐵質補給也應在飯後服用，可達到更好的吸收效果。中藥類藥品如屬祛風濕、清熱解毒類藥品，建議在飯後服用，降低腸胃道的刺激，若是治療胸膈以上部位（如：心、肺）的中藥方藥，在飯後服用可增加藥效。

二、飯前服藥

飯前是指吃飯前 30 分鐘至 1 小時或飯後 2 小時以上。有些藥品容易被食物影響吸收，所以需飯前吃，如：甲狀腺素藥品（levothyrox -ine）。有些藥品需空腹吃，與藥效發揮時間有關，如：血糖藥在飯前吃以降低餐後血糖。中藥補氣、補益藥，驅蟲劑，建議在飯前吃以增加藥效發揮及吸收。

三、飯中服藥

有些藥品隨餐服用可增加效果（在吃完藥後立刻吃飯或是吃第一口飯之後吃藥），如部分血糖藥（Alpha-glucosidase inhibitors）。另外也有部分藥品和食物併服時吸收效果更好，例如，部分抗肝

炎藥品（Tenofovir alafenamide）。中藥有些方劑與食材一起烹煮食用，更加相輔相成，可促進藥效抵達作用部位，如四神湯（山藥、芡實、茯苓、蓮子等）。

食藥署提醒，了解不同時間的服藥原理，可幫助民衆建立良好的服藥觀念，更可在服用後提高藥效，幫助您儘早恢復健康。（本文引用自食品藥物管理署「藥物食品安全週報」第 919 期）

忘記吃藥怎麼辦 掌握「吃藥週期的一半」原則

您是否曾經因為忘記吃藥，造成心裡上的擔憂？同時產生過多的剩餘藥品呢？其實，只要把握一些原則，就能養成正確的用藥習慣。

忘記吃藥 別因擔心而吃下更多藥

吳柏翰藥師說明，有些民衆忘記吃藥，等想到時一緊張，立刻補服，結果可能在一小段時間內吃下兩倍劑量！

吳藥師提醒，忘記吃藥時，可先以「吃藥週期的一半」為基準，計算自己需不需要補服？例如：一個藥品必須在早、中、晚服藥，如果每餐之間間隔 6 小時，那吃藥週期的一半就是 3 小時。

假如早餐後忘了吃藥，在吃藥週期的一半 3 小時以內都還能補吃；超過 3 小時才想起的話，就省略早上那次，中午時按當次劑量服用即可。少數藥品補服時需調整劑量，領藥時務必和藥師諮詢清楚。

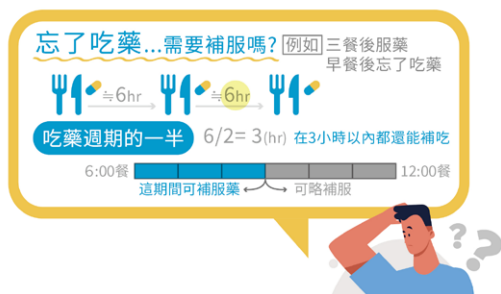
謹慎保存藥品與處理廢棄藥品

藥品的最佳保存法，一般是放在避免太陽直射且避濕的乾燥櫃中，存放溫度以 25°C 以下為佳，可避免藥品變質。但有些藥品要放入冰箱冷藏，例如：

部分眼藥水、糖尿病用藥胰島素等，故拿到藥品時，可先檢視藥袋上之資訊，或可諮詢藥師藥品儲存上是否有特別限制。藥品若有剩餘、變質、過期，要丟棄檢收，可以怎麼做呢？吳藥師指出，一般藥丸、錠劑可裝在夾鏈袋丟棄；藥水、藥膏則是先將藥水倒入、藥膏擠入夾鏈袋，接著在夾鏈袋內放入咖啡渣或是衛生紙，將液體吸收避免溢出，密封好後再丟到一般垃圾桶。剩餘的藥罐、藥袋，則依材質種類回收。

值得注意的是，抗腫瘤藥品、抗生素、管制藥品、荷爾蒙製劑等危害生態環境藥品及「使用過的廢棄針具、針頭」（應以硬罐子裝罐），請拿到藥局或醫院由其協助回收與處理，避免危害生態環境。

食藥署也提醒，用藥時請依照藥袋上的指示服藥、保存及廢棄處理，如有問題可向藥師諮詢確認，共同為自身用藥與環境安全把關。（本文引用自食品藥物管理署「藥物食品安全週報」第 919 期）



藥品不過敏 三大法則記起來

藥品過敏，是服用藥品後可能發生的身體變化，像是皮膚產生過敏反應，或是明顯疲倦、噁心，甚至發生心悸、呼吸困難等狀況。為了讓民眾了解藥品過敏，以及保障民眾用藥安全，就讓食藥署教您發生藥品過敏時應注意事項，倘有相關症狀，也可立即處置，以妥善保護自己。

服藥後觀察 有無出現疹、破、痛、紅、腫、燒症狀

一般來說，如果用藥後出現「疹、破、痛、紅、腫、燒」等六大過敏症狀，都可能是藥品過敏反應。

例如：身體出現像搔癢或水泡、口腔或黏膜潰瘍、喉嚨痛、眼睛紅腫、灼熱、嘴唇腫、發燒等症狀。

食藥署提醒，因藥品種類或免疫反應機轉不同，部分過敏反應會在 24 小時內發生，但也有部分過敏反應可能延遲至兩、三個月才出現。若服用的藥品為初次使用，或曾造成不適，都需特別注意。倘服用藥品後，突發現呼吸困難、胸悶胸痛等症狀，應儘快回診，以避免嚴重不良反應，並於就醫時告知醫療人員用藥史。此外，出現不明原因的明顯疲倦、噁心、黃疸、茶色尿等症狀，皆可能是嚴重不良反應的前兆，民眾若有上述症狀，應特別注意。

一旦出現嚴重不良反應的前兆時，民眾可遵循下列三大原則進行處理：

一、儘速回診或就醫：

任何人都可能發生藥品過敏，因此用藥期間應多注意身體狀況，一旦出現前述六大過敏症狀，請儘速攜帶正在服用的藥袋，或用藥紀錄單回診就醫，切勿擅自換藥，以免讓過敏反應加劇。

二、註記過敏藥品：

為避免忘記或無法清楚表達對何種藥品過敏，民眾可將過敏藥品藥名寫在「過敏紀錄卡」，同時也可以請醫師直接將個人用藥過敏史註記在健保卡內，或是上傳登載在「健保醫療資訊雲端查詢系統」中的「過敏藥」欄位上，未來即可藉由健保卡直接查詢相關過敏史，確保個人用藥安全。

三、主動告知：

有用藥過敏史的民眾，無論是就醫或自行至藥局購買藥品時，應主動告知，或提供「過敏紀錄卡」，方便提供醫療人員做參考，以免誤用過敏藥品。食藥署提醒民眾，若有藥品過敏史，即使不確定藥品名稱也應主動告知醫療人員。對藥品有任何問題，可至鄰近藥局諮詢，以保障自身用藥安全，防範不良反應再次發生。（本文引用自食品藥物管理署「藥物食品安全週報」第 917 期）



永達西進求賢

別人做不到
永達做到了

2023年美國MDRT協會公布

MDRT人數

永達保經257人 (全球排名第70名、

台灣排名第4名、保經排名第1名)

永達理保經1,018人 (全球排名第20名)

永達保經達成終身會員97人



永達理保險經紀公司

已設立

- 北京總公司
- 北京分公司
 - 天壇營業部
 - 望京A、B營業部
 - 東城營業部
 - 鼎鈞營業部
 - 海淀營業部
- 天津分公司
 - 天津營業部
- 山東分公司
 - 濟南營業部
- 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
 - 南京營業部
 - 南京河西營業部
 - 丹陽營業部
 - 常州營業部
 - 南京新街口營業部
 - 無錫營業部
 - 揚州營業部
- 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
- 上海分公司
 - 虹口A、B、C營業部
 - 靜安營業部
 - 徐匯營業部

- 浙江分公司
 - 杭州營業部
 - 紹興營業部
 - 拱墅營業部
 - 溫州營業部
- 寧波分公司
 - 寧波營業部
- 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
 - 福州營業部
- 廣東分公司
 - 廣東營業部
 - 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
 - 前海營業部
 - 高新園營業部
- 黑龍江分公司
 - 哈爾濱營業部
- 河北分公司
 - 石家莊營業部

一年內設立

上海浦東營業部

SUN

MON

TUE

WED

THU

FRI

SAT

01 八月十七 宜：祭祀、開光、出火拆卸	02 八月十八 宜：開市、立券、交易納財、栽種	03 八月十九 宜：祭祀	04 八月廿 宜：祭祀、成除服	05 八月廿一 南區 《資產傳承與保單規劃》初泓陞 14:00-16:10 宜：沐浴、納畜、牧養安葬	06 八月廿二 宜：祭祀、沐浴掃舍宇	07 八月廿三 北區 《財經講座》鄭中樑10:00-12:00 《打造完美三富人生》黃榮如10:00-12:00 中區 《全球即時財經》劉秋英、陳翠芳 10:00-11:45 宜：祭祀、出行、解除、掃舍宇
08 寒露 宜：沐浴、掃舍宇	09 八月廿五 宜：開光、沐浴成除服	10 國慶日 宜：祭祀	11 八月廿七 宜：入殮、安葬成除服	12 八月廿八 南區 《股權轉移迷思與盤算》誠邦企管-李傑克14:00-17:30 宜：嫁娶、祭祀、祈福出行、入宅	13 八月廿九 中區 《大手牽小手工志探訪》台中大里青松護理之家14:30-16:00 宜：祭祀、解除、沐浴	14 八月三十 北區 《財經講座》胡興平10:00-12:00 《意定監護&安養信託》何昇軒、王執定10:00-12:00 《VIP財富管理講座》呂翊榮13:30-16:00 中區 《全球即時財經》邱彥齊、許雅惠 10:00-11:45 南區 《財經講座》陳冠元、張惠喬10:00-12:00 宜：安床、會友
15 九月初一 宜：嫁娶、訂盟、納采移徙、入宅	16 九月初二 宜：祭祀、成除服	17 九月初三 宜：祭祀、祈福、求嗣開市、出行	18 九月初四 中區 《開啟財富人生-體與規劃》王雪珍 10:00-11:45 宜：理髮、補垣、畜欄掃舍宇	19 九月初五 宜：納財、祭祀、會友出行、移徙	20 九月初六 北區 《大手牽小手工志探訪》家安老人長期照顧中心 14:30-16:00 宜：祭祀、祈福、出行移徙、求嗣	21 九月初七 北區 《財經講座》邵志明10:00-12:00 《彩色人生理財講座》伍安晟10:00-12:00 中區 《全球即時財經》吳曉萍、陳建文 10:00-11:45 宜：沐浴、入殮
22 九月初八 宜：宜事不取	23 重陽節 宜：入殮、成除服	24 霜降 宜：祭祀、成除服	25 九月十一 北區 《大手牽小手工志探訪》文山養護中心 14:30-16:00 宜：祭祀、解除、破屋壞垣	26 九月十二 宜：嫁娶、納財	27 九月十三 宜：嫁娶、開市、出行移徙、入宅	28 九月十四 北區 《財經講座》李信年10:00-12:00 《守富傳富系列講座》黃群恩10:00-12:00 《超人氣高教授讀書會》高志斌 14:00-16:00 中區 《全球即時財經》吳瑞珍、林佩瑜 10:00-11:45 南區 《理財講座》陳靜美10:00-12:00 宜：祭祀
29 九月十五 宜：祭祀、祈福、開市求嗣、入宅	30 九月十六 宜：祭祀、補垣掃舍宇	31 九月十七 宜：祭祀、祈福、出行移徙、入宅				

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；本行事曆僅提供資訊，購票仍須與主辦單位洽詢。

活動洽詢

北區服務中心 (02) 8596-1678 中區服務中心 (04) 2319-2988 南區服務中心 (07) 970-0320

台北 台中 高雄

2023

LET'S WALK

永達齊步走

公益嘉年華



11/25 (六) 07:00~11:00

各區健走長度5公里

樂齡體能王

活動現場設置高爾夫、籃球、棒球三項運動體驗供參加者體驗。



高爾夫推桿



三分球達人



棒球九宮格

互動表演



樂手表演



泡泡秀



魔術表演

各區表演項目以現場安排為準。

多元攤位

美食、特色市集、身體檢測、放鬆按摩、特色餐車……等。



活動地點

台北場

新北大都會公園

台中場

東海大學

高雄場

澄清湖風景區