Responsibility · Intelligence · Confidence · Health

RICH達人

2023.11
No.194

保險 公益 人生 擘劃行善版圖

非常有趣學院 網紅養成班
零門檻學習平台 自媒體經營 SO EAZY

台大頑皮動物醫院 聽見動物的聲音
王譽學 堅持基本功 獸醫界的傳教士

永達保經Line@
各項活動訊息

達人月刊電子書
登錄閱讀

永達保險經紀人

組織發展最佳平台

核心優勢

- ✔ 講師全是MDRT
- ✔ 銷售成功密碼2161
- ✔ 行銷&組織並行
- ✔ 增員成功密碼2143
- ✔ 輔導成功系統
- ✔ 獨創大數據分析
  （「保險經紀業務 整合管理系統」新型專利）

組織持續向上走

▶ 承攬收入無上限、報酬獎勵PLUS送

- 自招件報酬：服務報酬、續年度服務報酬、續年度特別報酬、年度績效報酬、達成報酬
- 組織報酬：推介報酬、輔導報酬
- 籌備處級業務代表報酬：展業報酬
- 處級業務代表報酬：處達成報酬、處超額報酬、處年度績效報酬、處推介報酬、處輔導報酬、處特別輔導報酬、處年度超額獎勵、展業報酬、展業績效達成報酬、13個月繼續率獎金、25個月繼續率獎金

業務經理、業務高級經理、業務資深經理、業務首席經理共7項收入

業務籌備協理共8項收入

業務協理、業務副總、業務執行副總、業務首席副總、業務總經理共19項收入

＊處級業務代表報酬依組織層級遞增

▶ 晉級獎金全拿走

服務一陣子 永達養你兩輩子

只要符合下列條件可申請「屆齡免評估」：
登錄於本公司持續滿15年以上或持續滿10年且年滿60歲以上，且承攬契約屬有效者。

RICH 達人
2023年11月號
第194期

全本文章 讀給你聽

CONTENTS

特輯企劃

P11 保險 公益 人生 擘劃行善版圖

保險業因為密切接觸人群的特性，使業務員更容易近身觀察到社會角落需要幫助的弱勢。保險界不少優秀的業務人員長期重視公益服務，實踐善心從自己開始做起，結合衆人的愛，化為一股堅實的助人力量，這一回一起來看看保險達人鄒美玲、莊聆瑄的公益之路。

鄒美玲 業務協理

莊聆瑄 業務協理

財 富學苑

封面裡 最佳組織發展平台
03 週週舉辦財經講座 深耕專業價值
10 永達保經榮獲臺灣保險卓越獎 4 項大獎肯定
11 保險 公益 人生 擘劃行善版圖 影
21 非常有趣學院 網紅養成班
零門檻學習平台 自媒體經營 SO EAZY
封底裡 永達 11 月活動行事曆

生 活學苑

08 專車駛愛暢通行 健康樂活伴銀齡 影
永達長照專車捐贈持續第六年
16 2023 第六屆「永達齊步走 公益嘉年華」
11/25 嘉年華盛會 打造五感超嗨體驗
20 永續長照 專車送達
24 永達保經呵護弱勢 微型保單溫暖百姓心
28 永達盃輪網盛典 國際高手齊聚在高雄
30 「大手牽小手。愛關懷」探訪崇祐護理之家、保康長照中心、衡安護理之家、台中青松護理之家
34 環保新訊報你知
40 蔬食常備菜 DIY 輕盈健康料理提案

健 康學苑

25 台大頑皮動物醫院 聽見動物的聲音
王譽學 堅持基本功 獸醫界的傳教士
36 「定期篩檢、及時鏡檢」兩步驟揪出潛「腸」危機
38 健康快遞

權 益學院

04 金融服務業的適合度評估義務及說明義務
06 財經生活補給站

CONTENTS

Editor Note
編輯手記

新獨居時代 一個人也要好好的

11 月 11 日光棍節即將到來，根據行政院性別統計資料庫顯示，2022 年單獨生活戶已來到 3,221,546 人，占家庭總戶數的 3 成以上，等於每三戶家庭中就有一戶是一人獨居，而且隨著老年化、少子化的現象，未來單獨一人生活的情況將會越趨普遍。

依據內政部的定義，「單獨生活戶」代表單獨居住一處所而獨立生活者，這些單獨生活戶的風險是可預見的，當風險來臨時，他們將面臨無人照顧陪伴的困境，例如：發生疾病或意外時無人照顧，又或者是年老失能之後無人聞問，單獨生活戶必須備妥足夠的資金因應未來可能的風險，而保險就是守護他們未來的最佳工具。永達保經提醒，沒有人可以預料未來，每一個人都可能陷入單獨生活的情況，建議趁年輕備妥必備的意外、醫療、重大傷病等風險保障，並且陸續跟進補足長期照護及增額終身壽險，才能確保不致落入貧病無依的獨老困境。

而在備妥風險保障之前，因應一個人的生活，單獨生活戶更要關注自身的健康問題。因應現代人的精緻飲食，本期特別規劃「『定期篩檢、及時鏡檢』兩步驟揪出潛『腸』危機」專題，呼籲民眾定期進行大腸癌篩檢，早期發現早期治療，把握治療黃金期；更推廣有益健康、也呼應生態議題的 Vegan 飲食，精選日本蔬食料理專家－庄司泉新書《蔬食常備菜，日日豐盛 Vegan 餐桌》中的四道食譜，在「蔬食常備菜 DIY 輕盈健康料理提案」中，教導大家善用「蔬食常備菜」，就能輕鬆變化出多樣化的蔬食料理，既能兼顧健康又能維持好體態。

金管會近來頻頻示警，呼籲消費者勿購買未經主管機關核准之境外保險商品，由於簽發境外保險商品之公司是未經金管會許可設立得於我國境內經營保險業務之外國保險公司，其發行之保險商品亦未經審查通過，如購買此類境外保單，可能會產生下列風險：1. 未受我國保險法保障；2. 遇有保險爭議，可能產生無法申訴及無法理賠；3. 保單契約不易理解；4. 無法享有我國稅法優惠。金管會提醒民眾切勿輕信透過資產管理或財務顧問公司以社群媒體、電子郵件等方式，推介招攬之境外保險商品，以維護自身權益及保障財產安全。

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／台北市中山北路二段 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

EVERPRO 永達保險經紀人

週週舉辦「財經講座」

深耕專業價值

每週六精實分享　二十多年來堅持不輟

＊最新的宏觀經濟走勢
＊全方位解析市場動態
＊新聞時事、政策解析、退休規劃、財富傳承
＊財務稅法分析

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

2023年8月版

金融服務業的適合度評估義務及說明義務

整理／公關部 資料來源／財團法人金融消費評議中心

申請人怎麼說…

老楊在 2016 年 12 月間，以自己為要保人及被保險人向 A 保險公司投保〇〇〇美元終身壽險。老楊主張，A 保險公司業務員甲沒有銷售外幣保單商品的資格，也沒有登錄外幣業務員，卻非法招攬外幣保單商品，而且沒有向老楊說明商品內容、對於影響權益的事項作不實說明，也沒有把老楊無收入來源的情況告知 A 保險公司。業務員甲以高利息、免課稅等詐欺手段欺騙老楊，使老楊信以為真而投保，甲沒有外幣證照依法不可以進行招攬，屬於詐欺行為，A 保險公司必須負連帶責任，該保單應為無效，因此請求 A 保險公司返還保費計美金 185,513 元。

保險公司怎麼說…

保險法第 44 條第 1 項規定：「保險契約，由保險人於同意要保人聲請後簽訂。」本件保險是由老楊向 A 保險公司要約投保，經 A 保險公司同意承保，不論是否有掛名招攬的情事，都不影響保險契約的效力，老楊請求返還總繳保費顯然沒有理由。此外，老楊指陳業務員甲以高利息、節稅等招攬該保單，可是甲否認有此情形，而老楊也沒有提出相關證明，因此 A 保險公司無法處理。

評議委員會怎麼說…

一、本件是由業務員甲進行說明，而甲在訪談表中承認欠缺外幣證照，從而甲是否能對於該保單作詳實的說

明，是有疑義的。

二、該保單的保費與老楊的年收入顯不相當，從而 A 保險公司在招攬時是否有確實踐行適合度調查程序，也是有疑問的。

判斷理由說給您聽…

一、經查，老楊並不爭執該保單要保文件上的簽名是自己親簽的，而內容已經對於保險費、承保範圍等必要之點有所約定，老楊也沒有在撤銷權行使期間內撤銷該保單。既然老楊有投保的意思，A 保險公司也承諾承保，那麼該保險契約就已經有效成立，老楊請求 A 保險公司返還保費，並沒有理由。

二、依據民法第 92 條第 1 項規定，因被詐欺或被脅迫而作成意思表示者，表意人得撤銷其意思表示。老楊雖然主張業務員甲用高利息、免課稅等詐欺手段欺騙老楊投保，並提出存摺影本、取款憑條及匯款申請書等資料；可是現有證據只能證明該保單的保費來源是從老楊的帳戶匯出，無法證明業務員甲有什麼詐欺的行為使老楊陷於錯誤而交付財產。因此，老楊主張因為被詐欺而投保要撤銷保單，並沒有理由。

三、綜合本件卷證資料來看，該保單的要保書、保險單簽收回條等相關文件都經過老楊簽名，且記載老楊投保的險種、保單條款等，足以認為老楊有向 A 保險公司要保的意思。然而，依據 A 保險公司提出的訪談表，可知本件是由業務員甲進行說明，而甲在訪談表中承認欠缺外幣證照，從而甲是否能對於該保單作詳實的說明，是有疑義的，因此很難認定業務員甲在招攬時有對該保單的內容詳實說明。然而，老楊支出保險費的同時也相應獲得該保單的保障，而且老楊也沒有終止該保單，很難認為老楊有什麼樣的損害，因此並不符合損害賠償的要件。

四、依據金融消費者保護法的相關規定，A 保險公司在招攬時，應該充分說明該保單的重要內容，並瞭解金融消費者的相關資料，以確保該商品或服務對於金融消費者的適合度。經查，本件「業務員招攬報告書暨生調表」的內容記載「…被保險人個人收入約 100 萬，個人資產約 300 萬，家庭年收入合計約 100 萬，家庭總資產約 5,000 萬。…」然而，該保單每期保費為美金 51,089 元，從而老楊每年年繳保費總額顯然已經大於其個人年收入，而且該保單繳費年期為 6 年，並不是一次性繳交的保險商品，老楊在繳交首期保費後是否能夠陸續繳交續期保費，是有疑義的。又由前述可知，該保單的保費與老楊的年收入顯不相當，從而 A 保險公司在招攬時是否有確實踐行適合度調查程序，也是有疑問的。

五、綜上所述，就現有資料，無法認為 A 保險公司在老楊投保前已經依照金融消費者保護法第 7 條第 3 項、第 9 條及第 10 條等規定盡到其善良管理人的注意義務、確保該保單對於老楊的適合度，以及向老楊充分說明該保單的重要內容。然而，老楊在投保該保單之前，本來就應該先充分瞭解保險商品的內容，如果業務員招攬的保險契約不符合自身需求或經濟情況，自然可以選擇拒絕投保，因此老楊對於該保單的締結也有可究責之處。從而，經衡酌本案情節，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，認定 A 保險公司應該補償老楊〇元為適當。

參考法令

一、金融消費者保護法第 7 條第 3 項：「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；…。」

二、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。」

三、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。」

財經生活補給站

整理／公關部 資料來源／金融監督管理委員會、財政部國稅局、勞動部勞工保險局

熱門發燒理財、生活等相關議題，都將在財經新聞一一呈現。

金管會示警四大風險 呼籲消費者勿購買未經主管機關核准之境外保險商品

金融監督管理委員會（下稱金管會）提醒民眾切勿輕信透過資產管理或財務顧問公司以社群媒體、電子郵件等方式，推介招攬未經主管機關核准之境外保險商品，以維護自身權益及保障財產安全。

金管會表示，由於簽發境外保險商品之公司係未經金管會許可設立得於我國境內經營保險業務之外國保險公司，其發行之保險商品（即俗稱地下保單）亦未經審查通過，消費者如購買此類之境外保單，可能會產生下列風險：

一、未受我國保險法保障之風險：因簽發境外保單之公司設立於國外，其不受我國保險法所規範，亦不在我國保險安定基金保障範圍，消費者須自行承擔風險。

二、遇有保險爭議，可能產生無法申訴及無法理賠之風險：由於簽發境外保單之保險公司在我國未設立據點，遇有保險爭議或理賠申請，投保人需自行接洽國外簽發境外保單之公司辦理，其可能發生無法獲得妥善之爭議處理或理賠之風險。

三、保單契約不易理解之風險：境外保單多以英文書寫，消費者不易理解保單之相關權利及義務，即使附有中文譯本，亦可能因契約內容認知差異，衍生爭議。

四、無法享有我國稅法優惠：由於境外保單不為我國法律所承認，因此所支付的保險費，無法做為所得稅之列舉扣除額，而境外保單之死亡保險金即使已指定受益人，也不適用保險法有關死亡給付不得作為被保險人遺產之規定。

另為維護保險市場秩序及保障消費者權益，依保險法第 167 條之 1 規定，為非保險法之保險業或外國保險業代理、經紀或招攬保險業務者，處 3 年以下有期徒刑，得併科新台幣 3 百萬元以上 2 千萬元以下罰金。金管會呼籲大眾切勿以身試法。同時，消費者若有發現招攬境外保單之具體事證，可檢證向司法單位告發或向金管會檢舉。

欠稅不繳 當心保單被強制執行

財政部北區國稅局表示，最高法院民事大法庭於 2022 年 12 月 9 日作出 2019 年度台抗大字第 897 號

裁定，認為保單價值準備金及解約金為要保人對於保險人確定享有的財產上請求權，不具一身專屬性，得為強制執行的標的，欠稅人不能再藉由購買保單規避稅捐義務。

該局舉例說明，轄內 A 君出售土地獲得巨額價款，陸續贈與其家人，因未依限申報贈與稅，經該局核定補徵贈與稅及裁處罰鍰，A 君不服提起行政救濟，行政訴訟程序終結確定後尚有應納稅款及罰鍰，A 君收到繳款書未依限繳納稅款，經該局移送強制執行，A 君名下財產全部執行完畢後仍有欠繳稅款。嗣該局查獲 A 君以自己為要保人及被保險人投保巨額保險，且以躉繳方式繳納保費並指定法定繼承人為受益人，將其現金轉換成保單形式，保險解約金價值 4 千 6 百餘萬元，即通報行政執行分署強制執行，但保險公司收到執行命令後聲明異議，該局為積極徵起欠稅，以保險公司為被告提起民事訴訟，訴請收取保險解約金，經訟多年，嗣最高法院民事大法庭作成統一見解，認為保單價值準備金及解約金，得為強制執行的標的，該局乃成功徵起欠稅 4 千 6 百餘萬元。

該局呼籲納稅義務人收到繳款書應儘速繳納，切勿心存僥倖，以躉繳保險費方式購買保單規避稅捐義務，行政執行分署在符合比例原則下，得以執行命令通知保險公司終止保險契約，並以保單價值準備金及解約金抵償欠稅，納稅義務人除須負擔加徵之滯納金及滯納利息，並造成保單解約損失，得不償失。如有任何疑義，請撥打免費服務電話 0800-000321 洽詢，將有專人提供服務。

國民年金上路將屆滿 15 年 領取勞保 國保雙年金 讓老年生活更有保障

國民年金保險（下稱國保）2008 年 10 月 1 日開辦，將於今（2023）年 10 月 1 日屆滿 15 年，15 年來國保

提供被保險人生育、老年、重度以上身心障礙、身故及其遺屬基本經濟生活保障。

國保的納保對象為年滿 25 歲、未滿 65 歲，在國內設有戶籍，未領取勞保老年給付、公教保養老給付或軍保退伍給付（下稱相關社會保險老年給付）的國民，在未參加勞保、農保、公教保、軍保期間，均應參加國保。又國民年金法第 7 條第 3 款有規定，在國保施行 15 年內，如領取相關社會保險老年給付之年資合計未達 15 年或一次領取其他社會保險老年給付總額合計未達新台幣 50 萬元者，如符合前述其他納保條件，仍可參加國保。

隨著國保實施將屆滿 15 年，國民年金法第 7 條第 3 款規定亦將退場。也就是在今（2023）年 10 月 1 日（含）以後領取相關社會保險老年給付者，即不能（再）參加國保。曾參加國保所累計之國保年資，於領取國保老年年金給付時，應按 B 式發給（月投保金額 × 國保年資 ×1.3%）。

另同時具有勞保及國保年資的民眾，因國民年金法及勞工保險條例訂有年資併計的規定，故勞保年資未滿 15 年者，可於年滿 65 歲時，併計國保有效年資後滿 15 年，即可同時領取國保及勞保老年年金給付，不僅抗通膨且活到老領到老，使老年生活享有國保及勞保的雙重保障。

專車駛愛暢通行 健康樂活伴銀齡
永達長照專車 捐贈持續第六年

▲永達保經暨基金會吳文永董事長（左 6）、衛福部長照司祝健芳司長（右 6）、永達保經陳慶鴻總經理（左 5）、永達社福基金會汪用和執行長（右 5），與 2023 永達長照專車受贈縣市政府長官合影留念。

2023 永達保經長照專車捐贈記者會，於 10 月 4 日假圓山花博入口廣場舉行，捐贈計畫八年 64 輛，自 2018 年啟動至今已邁入第六年，完成捐贈 48 輛，藉由持續的捐贈，希望喚起社會各界對長照議題的關注。衛生福利部長照司祝健芳司長、受贈縣市政府及機構代表長官：臺北市康禾社區長照機構、新北市立仁愛之家、桃園市楊梅富岡社區長照機構、新竹縣信馨社區長照機構、臺中市長幼關懷協會、高雄市政府社會局、屏東縣原住民瑪恰屋照顧服務勞動合作社、宜蘭縣礁溪鄉衛生所等，皆到場共同見證捐贈儀式，藉由長照專車接送，讓長輩獲得適切照護，參與社區關懷活動，找回樂活精彩人生。

鑒於台灣人口急速老化，長期照護需求人口數與日遞增，依據內政部最新統計，已邁入高齡社會的台灣，去年有四縣市進入超高齡社會，其中排名第二的台北市為六都最高齡。國發會預估台灣將在 2025 年進入超高齡社會，屆時每 5 人就有 1 人是 65 歲以上長者。伴隨而來的老人照護問題，對於青壯族群來說負擔越來越重，甚至會影響全家人的生活作息。以全台統計來看，長照需求服務涵蓋率尚不到七成，為了讓更多長輩可以使用照護服務，提升外出意願，參與社區課程、日間托老等，讓照護者獲得喘息，長照專車扮演著重要角色。

88 歲的阿寶阿嬤，煮東西常忘記關火，好幾次差點釀成火災，女兒獲知能將媽媽送到有專車接送的日照中心，總算是鬆了一口氣，可安心工作。阿寶阿嬤原本脾氣不太好，透過日照中心的多元課程

◀實現夢想永不嫌晚，台北仁濟院的長輩們帶來烏克麗麗開場表演。

◀永達第 6 年捐贈 8 輛長照專車，捐贈總數量達 48 輛。

◀2023「永續長照 專車送達」捐贈記者會與會貴賓合影。

互動，與大家相處越來越融洽，甚至把長照中心當作自己的娘家，每天開心搭車至中心上課。

高齡 98 歲的阿芳阿公，目前跟 70 歲的兒子同住，阿公身體硬朗，輕度失智症讓他定向感稍差些，常在長照中心吃完飯刷牙後，會站在原地恍惚，需要照服員提醒才想起要做什麼。剛進中心時，阿公不太說話，也記不住照服員的名字，現在阿公會主動打招呼，也能記得照服員的名字，明顯感受到阿公的笑容逐漸變多，藉由交通車接送至中心減輕家裡許多負擔。

永達保經吳文永董事長表示：「台灣高齡化為不可逆趨勢，加上國人平均壽命不斷延長，亞健康餘命時間也跟著增加，長照需求益發迫切，在完成十年百輛復康巴士捐贈後，永達再啟動八年長照專車捐贈計畫，協助縣市政府擴大長照服務網絡，支持長者在地終老。長照專車捐贈計畫能持續辦理要感謝全體永達人捐出每月所得 1%，並結合永達健走活動北、中、南三區所有參與者的報名費，作為長照專車購置經費。長照專車如同一座移動橋樑，將長照服務據點與需求者適切串連，提供安全便捷的交通工具，提升長者外出意願，參與共餐活動、社區課程、日間托老等多元化活動，增加長者社交互動頻率，達到延緩老化、失能失智的風險，藉由交朋友、學習、挑戰嘗試新事物，找到樂活精彩人生。」

永達保險經紀人
EVERPRO

臺灣保險卓越獎

4 榮獲國家級 項大獎肯定

公益關懷卓越獎(連續6屆)

人才培訓卓越獎

資訊應用卓越獎

保戶服務專案企劃卓越獎

公關部2023.09製

保險 公益 人生 擘劃行善版圖

保險業因為密切接觸人群的特性，使業務員更容易近身觀察到社會角落需要幫助的弱勢。保險界不少優秀的業務人員長期重視公益服務，實踐善心從自己開始做起，結合眾人的愛，化為一股堅實的助人力量，這一回一起來看看保險達人鄒美玲、莊聆瑄的公益之路。 企劃、執行／羅怡如　攝影／余秀萍

保險的本質在於集結眾人力量，將原有的風險轉移給保險公司承擔，也因為有了保險，民眾知道風險來臨時將獲得經濟上損失的補償，進而獲得心靈上的安定。基於愛與承諾的價值，保險業重視企業社會公益的履行與落實，追求績效成長之餘，也能用心體現回饋社會的企業責任，盡己之力扶助弱勢，偕同業務人員攜手共創一個充滿關懷、愛與寬容、溫馨祥和、富而好禮的社會。

深耕台灣 22 年來，永達保經深信德行善舉是唯一不敗的投資，始終秉持企業大愛號召行善，就像鄒美玲及莊聆瑄兩位業務主管追隨企業一同發掘社會上需要幫助的角落給予協助，為弱勢族群點燃生命的燭光。永達保經董事長吳文永表示，謝謝永達這群既優秀又很有愛的保險企業家們以及全體同仁每月提撥 1% 所得，持續不間斷的支持基金會與公司的公益活動，有大家的力挺才能堅定走在公益的道路上前行，讓更多弱勢朋友接受關懷，共同實踐善的希望工程。

擁有「助
鄒美玲以

「參與公益活動，可以到保險業務工作，投入供弱勢族群基本保障，深層意義存在。」

秉持對客戶、對夥伴有益的事為依歸，永達保經鄒美玲業務協理，落實公益關懷及企業社會責任的實踐，以實際行動關懷弱勢朋友，將愛和關懷傳遞給更多需要幫助的人。

早在進入保險業之前，鄒美玲就與公益結下不解之緣。20 年前，孩子參加打擊樂團的才藝課，因緣際會接觸了芥菜種會愛心育幼院，知道他們需要經費修繕房舍，當時就想可以做些甚麼？於是，鄒美玲集結參與才藝課程的孩子們，在大安森林公園舉辦了一場公益演奏會，結果募得 100 萬經費。當時不只對這樣的結果感到開心，更重要的是帶著孩子們一起做公益，從付出中獲得幸福。鄒美玲表示，小時候家裡是開百貨店，有一回下著大雨，一名阿兵哥在店門口徘徊猶豫要不要買傘？看出了他的躊躇，父親心疼阿兵哥的薪俸不高，於是拿了一把傘給他，雖只是一個小小行動，但父親透過身教告訴她珍惜自己擁有的部分，做一位給予的人。

因為相信保險能夠幫助客戶，鄒美玲選擇了保險工作，更因為重視對客戶的承諾，在伴隨多數客戶都完成醫療等保障規劃後，卻在退休規劃上止步，因此轉戰可以提供客戶多家保險商品選擇的保經業，照顧到客戶除了保障之外的退休規劃，以專業服務客戶，也找到了終身職志。她認為，從愛出發的保險工作是其他工作無法取代的，尤其這工作具備幫助人的獨特性，是讓她可以 30 年來都保有熱情投入的原因，同時也督促自己每年持續從事公益活動，發揮更大的價值。

工作上鄒美玲不僅要求自我達標，更以培育更多保險菁英成為保險企業家為目標；此外，每年歲末生日之際，她也以公益當成生日禮，實踐對弱勢族群關懷，出錢之餘，對於各項社福活動的參與，更是年年不間斷地持續關懷，包括舉辦愛與祝福生日派對，捐助善款；陪伴失親兒，圓滿弱勢兒童出遊願望；到安養中心探訪長者，當他們的一日家人等。

人」意義存在的價值 公益兼顧社會關懷

體會到人生無常以及保險支持的重要性，同時也意識社會關懷從事公益活動，就像贊助微型保險保費，提降低社會成本，其實有著責任、關懷、如何愛人等的

鄒美玲 業務協理

近年來，她更擴大關懷族群，捐贈手搖飛輪，讓身障朋友和銀髮族能透過該設備訓練手部肌耐力和加強心肺功能；捐贈專為腦性痲痺兒童設計的三輪跑步車，提供多重障礙、小腦萎縮等弱勢兒童都可以使用，實現他們用雙腳賽跑、散步的夢想。更捐助微型保險經費，為南區的弱勢身障朋友提供每人 30 萬之基本保障，發揮保險價值。

從事「愛與希望」保險志業，鄒美玲感恩生命中一路相扶的好人、貴人，及工作上熱情又貼心的夥伴，透過個人拋磚引玉的作用，她呼籲更多夥伴一起做愛心。透過身體力行，她帶著夥伴將公益與業務活動結合走入人群，傾聽到許多長輩、孩童的生活點滴故事，團隊夥伴們常常很有感觸及感動，她將能夠為別人服務的那種快樂，感染了周圍的人，也因這份愛的力量，讓彼此的生活變得更豐富圓滿。

她表示，從事公益活動，其實都是跟隨公司的腳步，提供弱勢族群基本保障，降低社會成本，成為弱勢族群的堅實後盾。公益這條路，她不會止步，一旦開始做就不會停，絕對要持續發光發熱，形成善循環擴大效益。她更期待透過她的「愛」散播，互相成就、互相美好，發揮自身價值影響更多人投入公益接棒傳愛，發揮一己之力、貢獻社會，不只退休不憂、養老不愁，更希望擁有真善美的良善社會。

一份與社莊聆瑄譜

「保險業的精神就是愛與方關係中，彼此照顧互相遞，展現出為別人服務的有意義。」

甚麼樣的事情，能讓永達保經業務協理莊聆瑄長達 30 年的時間沉浸期間，甚至樂此不疲？答案就是「公益」，即使在近三年受到疫情影響，導致個人收入縮減，她不但沒有減少，反而較往年挹注更多善款，自己確診請領的理賠保險金，也全數捐出，她認為，公益行善一旦開啟，就不應止息。

原本出生於經濟環境不錯的家庭，後因為家道中落，使得莊聆瑄學校畢業後就急著工作，為了改善家計，她選擇保險產業，也因此接觸佛教團體，開啟了她的公益篇章。初期收入不高的階段，因為承諾每月捐款給慈善基金會 200 元，即使在口袋只剩 300 元的時候，仍然堅持掏出 200 元，持續不間斷。旁人看在眼裡甚至告訴她，自己都過不下去還想著助人。她卻笑笑說：「既然許下承諾就要做到，不然會有虧欠感。況且身上沒錢的時候，多 200 或者少 200，真的也沒有多少差別！」

隨著收入的增加，她也跟著加碼，起初每個月捐 1、2 萬元，後來她堅持每月捐出至少收入 1 至 2 成的善款，當收入增加時，還會提高捐款額度，對公益的堅持與日俱增。

因為自身的經歷，莊聆瑄對於孩童的教育非常重視，特別是對於弱勢孩童，她總是想著「如果這些孩子有人栽培…」他們的未來就會有希望，也因此，每當看到陷入困境的孩子，她總感覺無比心痛及疼惜，她語重心長地表示：「小孩子無法選擇父母，如果因此而誤入歧途，未來也會成為社會的負擔。」正因為這樣的起心動念，她更是多年來持續贊助國小、國中弱勢孩童學費。在 921 大地震後，因緣際會認養了埔里的失親兒，從 10 個小孩開始，當小孩學成獨立之後，再持續遞補認養新的小孩，更與家扶中心配合認養小孩，啟動長達 20 多年的認養行動。

莊聆瑄最開心的事，莫過於逢年過節，收到認養的孩子們寫給她的卡片，每當看到孩子們的祝福，

會連結的心意 寫愛的公益篇章

關懷，始終以這樣的理念作公益活動，在你我他的三幫忙，強調人飢己飢的精神。做公益就是一份愛的傳那種快樂，正因這份愛的力量，讓彼此的生活變得更

莊聆瑄 業務協理

她就覺得自己的付出「值得了！」她說：「這麼多的孩子，我其實也記不住，但孩子卻都記得我，甚至回饋未來也要像我一樣行善，幫助其他需要幫助的孩子，這就是善的循環。」職涯的過程中，難免遇上低潮期，這些孩子的卡片、信件，就成為支持她持續打拼的動力。

保險業的精神就是愛與關懷，如同保險的起源其實是互助會的形式，以大家的力量集中起來幫助有急難或弱勢的人。行善這條路一路走來，除了自己做的歡喜，她也慶幸自己身處一個有愛的企業，跟著領導人助人，形成一個善的循環。她也期許：「未來，善用公司平台，邁向組織發展，培養更多頻率相近的夥伴，一起打拼保險事業，也投身公益，希望感染周圍的人，因這份愛的力量，讓彼此的生活變得更有意義。」

保險路有多遠、她的公益路就有多長，積極挹注社會善款的捐助，投入對弱勢族群關懷的實踐，出錢之餘，對於各項社福活動的參與，更是年年不間斷地持續關懷，包括陪伴失親兒，圓滿弱勢兒童出遊願望；到安養中心探訪長者，當他們的一日家人等。她更身體力行，帶著女兒投身公益活動。一路走來，莊聆瑄感恩地分享，很幸運地在保險路上如魚得水，人生能得到這麼多的福報，未來秉持「老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼」的人本精神，在行善的公益道路上堅定前行。

2023 年第六屆「永達齊步走 公益嘉年華」

11/25 嘉年華盛會 打造五感超嗨體驗

第六屆「永達齊步走 公益嘉年華」健走活動將於 11 月 25 日上午 7:00 三地同步啟動，近五千名參加者齊聚新北大都會公園、台中東海大學及高雄澄清湖風景區，為公益而走、為健康而走！

台灣人口快速老化，長期照顧需求與日俱增，如何維持長者的生活品質與尊嚴，成為當今台灣社會最重要的議題，其中相當重要的一環，在於透過課程與活動的參與降低長者退化的速度。長期關注長照議題的永達保經，看見隨之衍生的交通問題，於 2018 年啟動長照專車捐贈計畫，並藉由「永達齊步走 公益嘉年華」健走活動的舉辦，宣揚政府長期照顧計畫的理念，以及長照專車需求的迫切性，並將活動報名費全數捐贈永達社福基金會，作為長照專車的購置經費。希望透過活動的舉辦，促使民眾關心長照議題，進而願意為台灣的長照環境多盡一份心。

健走活動邁入第六年，今年為了帶給參加者驚喜，除了邀請球員及啦啦隊擔任健走的領走大使，舉辦「樂齡體能王」活動，還加入多元化的元素，不僅結合駐唱歌手、街頭藝人、魔術秀、泡泡秀、小丑氣球等的精彩表演及互動秀，更邀請特色市集、特色餐車、公益攤位入駐，手做小物、異國美食、台

灣小吃、甜蜜小點、沁涼冰品、解渴飲品…應有盡有，從視覺、聽覺、味覺、嗅覺與觸覺上全面滿足參加者，期望帶給今年的參加者不同於往年的五感新體驗。

至於所有參加者最關心的摸彩環節，仍是好戲連連，永達保戶現金獎、完走摸彩獎、小額捐款獎接二連三，萬元現金、機票大獎、4K 液晶電視、按摩椅、三星粉餅機等超值好禮通通有，且讓我們期待這場由體育主播徐展元、張立群及活動主持黃優衣主持的北中南公益嘉年華盛會。

球星加持 街頭秀助陣 超嗨的

重視所有健走參加者的身體狀況，活動當天，主辦單位永達保經，貼心安排專業運動教練，帶領所有參加者一起做暖身操，為接下來的健走行程拉筋、熱身，讓身體做好準備；更邀請球員及啦啦隊擔任健走的領走大使，給參加者近距離接觸籃球明星的機會，一開始就要讓大家 High 起來！

有別往年，今年活動現場加入許多互動元素，除了以精彩的「小丑氣球」、「魔術秀」、「泡泡秀」增加臨場的互動趣味，更搭配街頭藝人、駐唱歌手的表演，靜態的、動態的、刺激的、趣味的…，讓活動現場更多樣化、具備可看性。

北區邀請新生代街頭鼓手「紫毛」演出，常在各大商圈、市集演奏的他，一手出神入化的鼓技，精彩的爵士鼓演奏，帶來絕對震撼聽覺的鼓樂饗宴；中區請來三立超級紅人榜衛冕 5 關的選手「咖哩 - 張芷穎」，來自嘉義的她，既是婚禮歌手、駐唱歌手，也擅長婚宴主持，擁有一把渾厚的嗓音及特色的高音與轉音，肯定能帶給台中一場最熱烈的演出；南區則有擅長自彈自唱的駐唱歌手小安壓場，常在各大餐廳、市集駐唱的他，憑著一把吉他及略帶沙啞的渾厚嗓音，在澄清湖畔帶來一場最紓壓的表演。

北區 街頭鼓手 紫毛

中區 駐唱歌手 咖哩-張芷穎

南區 駐唱歌手 小安

補給站 PLUS 特色攤位 超滿足

為讓所有參加者以滿滿的活力完成健走，今年補給站同樣提供飲用水、運動飲料，並準備豐富的水果、餅乾、點心等等，為大家補足體力。回到活動現場，更有豐富的嘉年華攤位滿足大家的口腹之慾，囊括各式各樣的美食、點心，還有清涼的飲品及冰品，北區 43 個攤位、中區 21 攤、南區 21 攤，這些攤商對於參與永達公益嘉年華活動，為現場參加者供應美食又能兼顧公益，都覺

得非常有意義，更承諾準備最美味的食物犒賞大家。

嘉年華攤位一覽表

北區攤位表

類別	攤位名稱	販售內容
特色市集	道揚素食	麵線羹、滷味、粉干、素烤鴨、青草茶、黑麥汁
	菓研茶舖	手搖飲料
	小頭目的店	原住民手工美食，阿拜、麻糬、飲料特調
	萌萌噠養生輕鬆點	養生零食、椪糖等
	元氣小站	酸梅、枇杷膏軟糖、小西點
	焙老梯	法式點心、飲料、咖啡
	傣族姑娘	拉茶、緬甸小點心（娘惹糕、蛋糕）
	三峽金牛角	金牛角麵包+飲品+水果
	呷涼ㄟ	飲品、冰品、水果
	育成社會福利基金會	天然餅乾、果乾、穀粉
	布果蛋糕坊	蜂蜜蛋糕、小西點
	桃香花米酥	糙米花生酥、白米腰果酥
	喜歡茶/牧場土雞蛋	日月潭紅茶、土雞蛋
	龍鳳堂餅舖	蛋黃酥、沙琪瑪、蛋捲、台北縣餅
	寅食3a.m.	水果（蘋果、香蕉、泰國椰子）
	巧遇農情	台灣巧克力、可可粉、100%巧克力
	寶珠美食	滷味、蘿蔔糕、芋頭糕
	歐郎兄弟非洲美食	甘比亞炒飯、花生醬咖哩、洛神花茶
	甜蜜蜜 X 飛魚卵香腸	飛魚卵香腸、蛋糕、蜂蜜水
	台南七股碗粿	碗粿
	藏仁 日式沖繩飯糰	日式沖繩飯糰、滷味
	方記爆漿餡餅	餡餅
	熊好呷油飯	油飯、飲料、滷味
	排灣媳婦三寶媽創意包子	創意包子
	狗掌燒雞蛋糕	雞蛋糕
	琴姐四川私廚料理	四川美食料理
	古早味鳳梨冰	鳳梨冰
	mele su melo	甜點
	純天然果乾水	天然果乾水
	赤能適石墨烯能量環	石墨烯能量環、能量貼片
	及成質樸工坊	手工皂、手作飾品、療癒植栽
	愛爾康氣壓循環健康機	愛爾康氣壓循環健康機（免費體驗、付費體驗）
	Michelle香香商品	天然香皂肥皂、毛巾襪子、面膜
	楊屋手作工坊	捏麵人公仔、造型氣球
	MACA MACA	日式髮飾髮帶
	LISA的水耕花園	水耕植物
	月波裁製所	布製袋物(零錢包、皮夾、水杯袋、購物袋)
	惑星	串珠手作
特色餐車	月見山沙威瑪	沙威瑪
	雞噹轆轆-雙北烤雞專車	烤雞
	瑪莉歐的甘草芭樂車	甘草芭樂、水果切盤
	雙予冰品（原峽客冰品）	古早味綿綿冰、厚片、香腸
	挑嘴貓美食餐車	串燒

備註：攤位以現場為主

中區攤位表

類別	攤位名稱	販售內容
特色市集	浪流連台客棒	牛奶棒、古早味仙草蜜
	老虎遇到豬	虎咬豬、小籠包
	米香職人・阿瑋米香	米香、紅茶冰
	head-made 小雞咕咕	馬林糖、飲品
	滷小小滷味攤	豆干、米血、玉米、雞腳
	來就賀	肉粽、冷飲
	初遇	司康、檸檬蛋糕
	一頭牛日式燒肉	冷泡茶、一頭牛凱薩沙拉、銀耳紅棗露
	茗田好薇	日月潭紅茶、台灣咖啡
	珍煮丹台中中工店	飲品、厚片
	無限素素食超商	素食炸物、水果醋飲、運動飲料
	大腸包小腸蓋好吃	古早味小吃
	大蛋食雞	雞蛋、雞蛋糕(捲)、蛋周邊商品
	強哥香腸	香腸、蜜汁烤肉
	益興風味美食	甜甜圈、雞腿串、冰淇淋
	青花魚	三明治、鹹派
	上好按摩	按摩
	養肉趣	多肉
特色餐車	神偷奶爸炸物專賣店	炸物
	參食SUN FOOD廣福餐車	貝果、朝食
	繽紛樂	糖水、甜不辣

備註：攤位以現場為主

南區攤位表

類別	攤位名稱	販售內容
特色市集	堅果先生	堅果、布丁、鮮奶茶
	永達-賽乎台南美食	肉粽、甜餅、堅果
	元氣補水站	冷泡茶、水果飲
	黑糖珍珠奶茶	黑糖珍珠奶茶
	饌格格	格格好油飯、客家好麻吉、格格冷泡茶、桂花酸梅湯
	水深咖啡Dow Café	麵包輕食、咖啡飲品
	72熟成長崎蛋糕	蛋糕、飲料、甜點
	蔬食天地	麵線糊、素燥飯、關東煮、檸檬系列飲品
	Yami her 呷	茶葉蛋、豆干、飲品
	素素好友	涼麵、酸梅湯
	古早味水果&時尚飲品	水果、飲品
	鯛魚燒	鯛魚燒
	青木瓜絲	青木瓜絲
	永達-朕曜喝黑糖珍珠奶	黑糖珍珠鮮奶、仙草、椰奶
	RUOCA洛咖啡	咖啡豆、濾掛式咖啡、手沖特調、甜點
	羅媽媽養生炭燒烏梅汁	烏梅汁、小蕃茄、甘草芭樂
	膳品排骨肉條	熟食、排骨、肉條
	楊媽媽手工拼布包	手工拼布包
特色餐車	呀乎呀鬆餅	鬆餅
	小時候 雞蛋冰&煎鳥蛋	雞蛋冰、煎鳥蛋
	趙家臭豆腐麵線羹	臭豆腐、麵線羹

備註：攤位以現場為主

活 動 流 程	
時間	活動內容
07:00-07:30	參加者集合
07:30-07:40	主持人開場 / 長官致詞
07:40-07:50	暖身大會操
07:50-07:55	北中南三地連線
07:55-08:00	大合照
08:00	北、中、南現場LIVE連線 / 同步起走
08:00-09:30	健走活動時間
09:30-10:30	完走禮兌換、摸彩活動、舞台表演、周邊攤位活動
10:30-10:35	捐贈儀式
10:35-11:00	三地連線抽獎

現金、機票、按摩椅通通有 超爽的

今年抽獎活動同樣讓人期待，為了感謝保戶對健走活動的支持，永達保經這次仍設立「永達保戶特別獎」，包括現金 15,000 元及 10,000 元，永達保戶真的超級幸福。

此外，當天的摸彩重頭戲，更是大家的關注焦點，今年永達不負衆望，準備了超越往年、總價值近百萬的精采好禮要送給所有參加者，除了頭獎：星宇航空「台北－東京雙人來回機票」1 組、「台北－大阪雙人來回機票」1 組之外，其他獎品也非常精采，包括：TAKASHIMA 高島愛舒服小沙發、TAKASHIMA 高島 iTap 眼の按摩器、dyson 戴森 HD08 Supersonic 吹風機 + HS07 直捲髮造型器、SAMGUNG Galaxy Z Flip5 折疊手機、SAMSUNG Galaxy Buds2 Pro R510 藍牙耳機、switch 主機 +Sport 運動遊戲片、GARMIN 本我系列 GPS 智慧腕錶、GARMIN GPS 智慧心率跑錶、TOFFY Classic 無煙電燒烤盤、TOFFY Drip Coffee Maker 咖啡機…等（品項以現場為主），感謝本次活動的贊助商：全球人壽、元大人壽、友邦人壽、中國人壽、保誠人壽、富邦產物、新光產物、國泰產物、健身工廠及明台產物，破百樣摸彩好禮就等大家來拿！

第五屆「永達齊步走 公益嘉年華」
活動即時訊息請上
#Love永達保險經紀人
fb官方粉絲團

提醒所有參加者，當天完成健走領取完走禮之後，記得填妥摸彩券投入摸彩箱，才能參加抽獎！

摸彩禮

（獎品以實物為主）

小額捐款超有禮

為獎勵加碼小額捐款的參加者，凡加碼捐款500元，即可獲得「小額捐款」摸彩券1張及100元攤位抵用卷，摸彩獎項為「4K液晶電視機」！

（獎品以實物為主）

活動當天重要提醒

1. **記得帶『完走禮兌換手環』**
   完成健走，即可持完走禮兌換手環至完走禮兌換區領取完走禮，完走禮領取至活動當天中午10:00為止，活動結束後恕不補發。

2. **穿著活動T恤、帽子，自備水壺、水杯**
   為響應環保愛地球，請參加者自備水壺或水杯，並穿著活動T恤，補給站提供補水服務及點心、水果。
3. **記得準備身分證影本**
   中獎憑身分證及存根聯，活動當天，記得攜帶身分證明影本，方便領取抽獎獎品喔！

永達保險經紀人 EVERPRO

永續長照 專車送達

八年捐贈計畫

永達願成為縣市政府推動長照服務最有力的後盾

繼完成百輛復康巴士捐贈，2018年啟動長照專車捐贈
提高長輩外出意願，延緩老化、降低失能失智風險
減輕家庭照護負擔

2018

專案啟動

2023

累計捐贈48輛車
購置經費超過5,170萬元
服務累計超過8萬人次

2025

完成8年
捐贈64輛
總購置經費超過6,800萬元

感謝所有永達公益健走參與者，因為有您，讓長者幸福終老

公關部2023.10製

非常有趣學院的創始夥伴，攜手建立共好的自媒體學習平台。

非常有趣學院集合優秀師資，期許突破場域限制，讓學習無遠弗屆。

非常有趣學院 網紅養成班
零門檻學習平台 自媒體經營 SO EAZY

文、攝影／洪詩茵　部分圖片／非常有趣學院

自媒體當道！部落客、直播主等網紅的影響力越來越大，也讓許多經營自媒體的相關課程如雨後春筍，許多有意於創建自媒體的年輕人，尚未成為網紅就先交了一大筆學費。

從油品批發起家的整樹貨運創辦人陳依伶小姐，體會過從零開始的辛苦，歷經過退無可退的處境，心疼這些年輕人的難處，分享自身當年創業心境之外，更與好友許旭昇先生一同出資，建立一個分享對接的管道「非常有趣學院」，媒合自媒體的師資與學生，讓有意創建自媒體的年輕人們，走得不那麼坎坷，降低供需之間的距離，回歸自媒體的趣味性，讓學習變得「非常有趣」，也讓成功不再那麼遙不可及。

創業要有「我一定要」的決心

沒有無緣無故的成功，陳依伶本身是屏東人，結婚之後，就在夫家的油行工作，主要做的是機械設備所需的潤滑油買賣，當時，隨著許多傳統產業外移大陸，潤滑油需求量降低，原本她的公公是希望結束油行營業，改為經營便利商店，但她心有不甘，加上從雜誌上得知油品買賣開放的資訊，這讓一直有轉型想法的她意識到機會來了，毅然申請油品批發業務。從潤滑油到大眾化的石油，等於從零開始，過程中遭遇許多法條的阻礙，不僅要查詢許多資料，常要南北往返，跑經濟部能源局，加上剛開始起步，沒有量就沒有價，為了成功，她全台灣跑透透，統合所有油行進行策略聯盟，以穩定的量談價格，就這樣慢慢站穩腳步，最後甚至自己成立

有感於經營自媒體的辛苦，陳依伶希望助年輕人一臂之力。

加油站，走向一條龍的營運模式。

陳依伶坦言，當初公公曾對她說：「比你聰明、能幹的人都不敢去做這件事，為什麼妳會覺得妳可以！？」當時她對公公說：「為了生存，為了養家活口，這已經不是可以不可以，而是我不能輸、我一定要做到！會不會成功要做了才知道，這已經不是我考慮的問題了！」這樣退無可退、一往無前的決心及瘋狂，正是創業必備的基本心態，也是陳依伶想分享給現在年輕人最珍貴的傳承。

媒合供需資源 建立共好平台

體會過創業艱辛，有感企業經營背後的社會責任，因緣際會下，認識了一群熱衷於自媒體的年輕人，以及從事多媒體教學的老師，加上有感於現在許多企業主都需要有一位「小編」，協助社群媒體的經營，一種以「分享共好」為念的創業模式油然而生。

非常有趣學院的創始師資－小世老師，擁有 15 年科技公司總監的資歷，是台中科大、亞洲大學、建國科大、中興大學的多媒體講師，也是怪獸老爸的品牌創辦人，從事多媒體教學多年的他，有感於許多學生的專長得不到發揮的舞台，受限於經濟壓力，放棄自媒體的夢想，又看到許多企業主對於多媒體社群經營人才的需求，供需媒合的想法油然而生。

他說：「創建自媒體、當一個稱職的小編，不需要花費大把的金錢砸在多媒體的教學課程上，只要擁有基礎的圖片、影片編修及剪輯技能就可以做到。而這方面的技能教學，許多學生都能做到，我們提供一個平台，引導並培育這些學生成為師資，讓有意學習自媒體的人，能夠以超值的價格學習到基礎技能，再視個人需求與喜好決定深入鑽研的方向。一方面，讓這些學生有了穩定的收入來源，支持他們創建自媒體的夢想，也讓想學習自媒體相關技能的人，不用在學習初期就空了荷包！」

學習護照 讓自媒體學習零門檻

非常有趣的經營模式，比較像是一個平台，只要通過師資考核，準備 5 台 iPad，不論在哪裡，都可以開課教學。為了達到最佳的教學效果，主要採 10 至 20 人的小班制教學模式，也提供個人一對一、多人團班開課的需求，上課的場域可以是定點、也可以是移動教室。課程的收費方式，是以點數為計算基礎，1 點代表 1 個小時，學員透過「學習護照」購買學習點數，每本學習護照有 50 點、收費 7000 元，若一次購買 3 本學習護照，每本學習護照的價格更可壓低至 5000 元，等於每小時收費 100 元，對於有意學習自媒體的人而言，真的是一大福音，不用在初期就砸下動輒數萬元以上的學習費用。

非常有趣學院學習護照。

目前非常有趣推出的自媒體課程大致分為三大方向，詳列如下：

類型	課程名稱	課程內容
影音	給這個世界的聲音	素材剪片
	自己的紀錄片	如何用相機記錄自己，自己就是品牌
	開箱你的寶貝	業配影片製作技巧
	拍出好畫面	光影構圖與攝影眼
	兩秒鐘一個梗的短影片	如何想梗
電繪	自己照片自己修	修圖神技
	我是插畫家	在照片上塗鴉
	不露臉當網紅	用 IP 角色幫你經營頻道
	漂浮合成照	合成影片與 AI 應用
	海報名片自己來	設計排版讓構圖更多變化
社群	別人如何做	熱門社群平台知識大補丸與剪映創作腳本
	品牌的定位	透過 ChatGPT 規劃自己的人設與故事
	網站分析、SEO 與關鍵字	分析關鍵字每月流量以及 SEO 難度判斷與關鍵字建議
	去做！馬上做！流量變現！	直播帶貨、關鍵字記憶法與直播介面與互動設計
	在幫助別人中成就自己	多帳號管理與虛擬網紅

合夥人概念 實現回饋社會願景

非常有趣網羅的師資都是各領域的佼佼者，有的擅長圖片編修、有的熱衷影片剪輯、有的擅長動畫繪製、有的專精於角色刻畫……，師資所在地區各有不同，每位老師可以依據個人品牌特色設計專屬的學習護照，課程內容除了基礎項目之外，進階版的課程項目依照每位老師的專長及學員的需求進行規劃，學員在奠定基礎之後，可以依照個人喜好與需求決定深入學習的方向，以客製化模式滿足所有學員的需求。

非常有趣的創始總部位於於高雄市鳥松區澄清湖畔，座落在夢裡棧餐廳旁，這裡有提供 10 人與 40 人的教室，也有 iPad 平板、MacBook 筆電等設備租借的服務。總部之外，目前非常有趣已延伸 4 個據點，包括：台南北門水晶教室、彰化米倉百寶村、雲林歷史建築三合院、台中光言影音工作室，未來計畫在全台開設 26 間教室，讓學員在偏鄉、在山上、在海邊、在草地上都能學習設計、剪輯、電繪與音樂創作等多媒體相關技能，一本護照暢遊全台。

小世老師分享，這樣的運作模式，有點類似「合夥人」的概念，每一個老師都是他們的合夥人，未來學員學有所成也可以進階成為老師，成為下一個「合夥人」，讓這些未來的網紅有經濟來源支持他們持續創作，也讓多媒體相關課程不再那麼高不可攀，以共好的運作模式實現兩位創辦人回饋社會的理念。

非常有趣學院 師資

【小世老師】

科技公司總監
文化部圓夢計畫得主
經濟部 4C 動畫劇本金獎
大學多媒體講師
線上教學 / Yotta 平台百萬營收
出版 / 博碩＋碁峰教學書
品牌創辦人 / 怪獸老爸

【鱷魚老師】

怪獸文創特約漫畫家
赫綵電腦數位畫室講師
科學文化工作室繪師
地球上的外太空 - 蟻客世界繪師
甲尚 CTA5 動畫軟體發表會邀請講師
中興大學逐格動畫課協同講師

短影片時代卻不會做影片、不想露臉又想做網紅、想做張海報都要拜託別人、想建立頻道讓知識變現……，**歡迎加入非常有趣學院～**

LINE

永達保經呵護弱勢 微型保單溫暖百姓心

▲ 新竹縣縣長楊文科（圖左）頒贈感謝狀，由永達保經陳慶鴻總經理（圖右）代表受贈。

▲ 新竹縣府人員及永達保經出席長官合影。

微小的舉動，能在關鍵時刻，為無數家庭帶來無比的溫暖和安心。2023 年繼續贊助新竹縣以及台中市政府辦理微型保險專案，受惠對象為低收入家庭 15-75 歲民眾，台中市大里區 2,666 人，以及新竹縣 2,472 人，贊助投保人數合計共 4,483 人，投保保險經費近 82 萬元。

連續第 4 年，新竹縣微型保險的保險對象為年滿 15 足歲至 75 歲止之列冊低收入戶，累計已有 9,956 人受益，幫助更多經濟弱勢的家庭在無需負擔保費的前提下，假使不幸遭逢意外事故，也能獲得意外死亡及失能的微型保險給付。台中市為 15 歲到 75 歲設籍台中市的低收入戶投保微型保險，當遭逢意外事件導致失能或不幸身故，可獲最高 30 萬元的保險理賠，降低家庭因遭受意外事故造成的經濟衝擊，受益人數多達 3 萬 759 人。

永達保險經紀人公司總經理兼永達社會福利基金會董事陳慶鴻表示，在商業的背後，是我們對社會責任的承擔，透過捐贈微型保單，希望給予經濟弱勢家庭更多的保障，讓他們感受到關懷與支持。

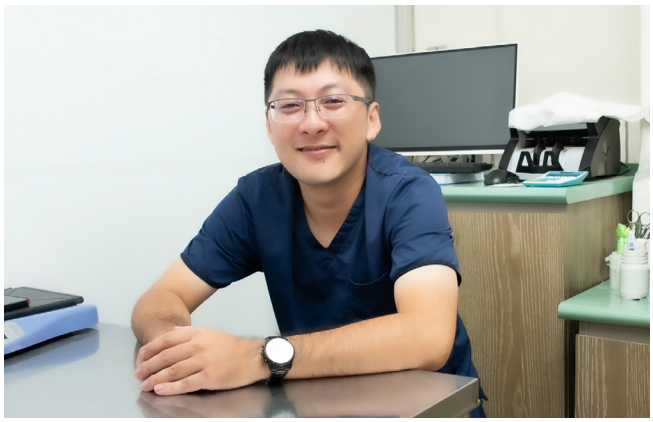
弱勢民眾生活不易，縣市政府主動為弱勢民眾投保微型保險，保障他們不致因意外發生死亡或失能等事故，讓家庭或個人陷入困境。新竹縣政府、台中市政府攜手永達保經以實際行動，成為了經濟弱勢家庭的守護天使，用保險的力量，守護每一份溫馨和希望。永達社會福利基金會熱心捐助「微型保險」保費，這份關愛的微型保單，正在默默地綻放著溫暖的光芒，引領著更多人走向希望的明天，透過政府企業及民間慈善單位三方共同合作，協助建立更健全的社會安全機制。

台大頑皮動物醫院 聽見動物的聲音

王譽學 堅持基本功 獸醫界的傳教士

文／洪詩茵　攝影／余秀萍　部分圖片／台大頑皮動物醫院臉書專頁

懷抱滿腔改變三重動物醫療現況的夢想，毅然落地三重開業的台大頑皮動物醫院王譽學院長，將學長姊「三重不利動物醫院發展」的經驗談轉化為在地革新的動力，推廣動物醫療第一線的檢測服務，提高疾病的檢出率，促進精準化治療，更在動物醫療預約制掛帥的主流市場中，看見背後隱藏的風險，堅持走不一樣的路，維持現場掛號制，期許在畜主最徬徨無助的時候，成為他們背後最強力的後盾。


台大頑皮動物醫院王譽學院長。

落實檢測 建立醫療信任度

早期三重地區的動物醫療，在學長姊的眼中，是沒有發展前景的地區，居住在三重地區長達 30 年以上的王院長坦言，當時三重地區的動物醫療普遍停留在經驗看診給藥，較少做檢測的動作，其中最大的原因在於檢測都是「自費」，即便引進先進的檢測儀器，費用也上不去，醫師需要花許多時間與畜主溝通，如果有大病，畜主仍舊習慣到台北進行檢查與治療。王院長投入臨床治療 8 年時間，就決定回到三重開業，「不甘心」是他勇敢踏出第一步的起心動念。

動物與人的醫療，最大的不同在於，動物不會自己說出哪裡不舒服，需要靠畜主與醫生的觀察與判斷，但觀察與判斷都存在誤差的可能性，唯有透過實際檢測才能真正覺察動物身上的疾病。

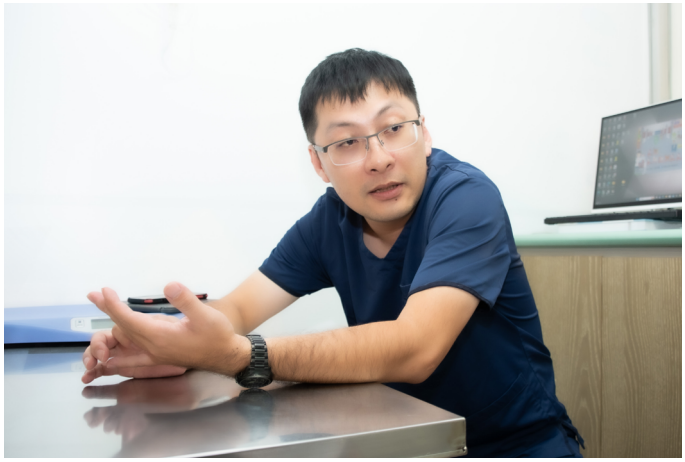
為了改變三重地區的動物醫療生態，把必要的醫療帶回三重，王院長決定讓檢測成為動物醫療的第一線，既然畜主普遍卻步於「費用」，那他就降低檢測費用，將費用拉低二至三成，試行之後，發現畜主自費檢測的意願提高了，進一步提高疾病的檢出率與正確率，拉高了治癒率，也提升了醫療的信任度。

精準化健檢 提早揪出疾病

早期貓狗的平均壽命大多是 12 歲左右，近幾年，因應動物醫療技術的進步，貓狗的平均壽命大約拉高到 16 歲左右，這也導致貓狗老年病的日漸普及，貓狗的老年病包括：糖尿病、腫瘤、甲狀腺亢進、口腔問題等等，與人類的疾病大致相似，這些疾病早期無法篩檢，現在透過儀器都可以檢測出來，然而，畜主很難透過日常觀察發現上述老年病的徵兆，因此王院長建議，寵物也要定期做健康檢查，甚至更加迫切，因為牠們不會說話，更需要藉由儀器幫牠們說話，「一般而言，貓狗的健康檢查，7 歲以前，建議一年半檢查一次；7 歲至 12 歲，每年定期檢查；12 歲以上，則建議拉高檢查頻率，每半年定期檢查。」目前，許多動物醫院都有推出健檢

套餐，台大頑皮動物醫院的健康檢查比較偏向客製化的方案，會依據每隻寵物的年齡、特性、身體情況等規劃專屬的檢查項目，藉由精準化的健檢計畫提高疾病的檢出率。透過定期健康檢查，落實動物醫療的早期發現、早期治療。

創業之初，王院長一個人身兼數職，既要掛號、看診，還要檢測、開刀，處理院內所有大小雜事，慶幸的是，精準治療的理念獲得在地畜主的認可，他感恩表示：「很感謝在我能力不足的階段願意相信我、給我機會的畜主，所以在醫院漸漸站穩腳步之後，我也願意投入更多，引進更精準、先進的檢測儀器，並且在收費上持續回饋在地鄰里。」目前台大頑皮動物醫院的檢測儀器，包括血檢機、X 光洗片系統、行動超音波…等等，幾乎同步台北大型動物醫院的儀器設備，即便檢測耗材費用動輒破百萬，王院長仍舊堅持檢測在第一線醫療的重要性，運用檢測儀器為每隻動物發聲。


王院長暢談個人醫療理念。

看見問題 堅持現場掛號看診

隨著動物醫療朝專科預約制發展，王院長深知這是動物醫療發展的必然趨勢，卻也看見背後的隱憂。他表示，早期要開立一家動物醫院，至少需要累積 5 至 8 年的臨床治療經驗，擁有全方位的專業經驗，才能獨當一面。朝向專科發展之後，新進專科獸醫師雖然專精於所屬專科，卻缺少全面性的臨床經驗堆疊，導致其家醫科專業偏弱的可能性，然而，家醫科的初步診療與判斷，可以避免畜主輾轉各專科之間。因此，王院長非常重視家醫科專業的養成，台大頑皮動物醫院的醫師皆需經過 3 至 4 年家醫科專業的培養，才能開始發展專科與次專科，他會依據每位醫師的特性及醫師本身的想法，給予專科發展的建議，並且提供進修的教育費用補助，足見其對醫師基礎功底與專科發展的重視。

現場掛號看診也是王院長醫療理念的延續，預約制的趨勢，王院長認為有利有弊，他表示：「預約制雖然有利於提早準備，但有時候畜主講的和我們實際診斷的狀況可能會有不同，當發生這種情況，所有準備必須重新來過，勢必造成後續預約排程的延遲；再者，如果寵物狀況突然惡化，預約制也無法應付臨時性的緊急需求。」這些年，王院長一直與大環境拔河，就是因為看見動物就醫模式單一化背後的問題，希望能在動物醫療上略盡自己的棉薄之力。

台大頑皮動物醫院座落在三重區溪尾街上。

台大頑皮動物醫院重視檢測，引進最先進的儀器設備。

重視教育 動物醫療的傳教士

王院長進一步表示，獸醫科學生畢業後，投入臨床治療的比例，一年大約只有 3 成，主要在於獸醫師必須要能忍受髒臭的工作環境及疲累的工作狀態，還要能夠承受畜主的情緒壓力，心理素質不強的人，很容易陣亡，而且發展前景也不樂觀。有感於此，王院長一直致力改變動物醫療的環境、與現況，選擇在三重開業，也是為了成為一個表率，藉由改變三重地區的看診環境與習性，改變學弟妹的想法，讓更多人才願意投入動物的臨床治療。

台大頑皮動物醫院成立至今已有 6 年半時間，從初期的一人獨撐大局，到現在網羅另外三位醫師加入看診陣容，王院長本身專長在骨科、外科與內科，李禹澤醫師擅長傳染病與一般內科，成存菡醫師擅長一般內科、一般外科，蔡佳倫醫師擅長針灸、中獸醫，四人各有專長。熱衷培養白紙的王院長，非常喜歡看新進醫師從「不會→會→進化」的過程，所以他從不吝於補助醫師進修的費用，甚至對於醫師進修後在設備採購上的需求，也持樂觀態度，盡量予以滿足。

早在創業之初，王院長就立下 10 年建立動物醫院健全醫療環境的願景，目前正積極培育能延續他醫療理念的接班人，而他自己則計畫退居二線專注於「技術教育」，深耕基本功的教育工程。他舉例表示，過去，他花了 10 天學會寵物醫療最基本的絕育手術，後來 3 年期間幫 300 隻貓進行絕育手術，才真正能夠應對絕育手術過程中的各種臨床問題，「會做很容易，但做到完美很難！」

就像一個動物醫療的傳教士，王院長希望能夠導正觀念，回歸基礎醫學的重要性，他曾看過一位優秀的專科獸醫師，卻連基本的傷口判讀都有問題，這是非常可怕的問題，就像人的醫療，也是所有科別都 RUN 過，知道每個科別的特性，才進階發展專科，動物醫療也該一樣！他說：「很少有人能在一開始就知道適合自己的發展方向，透過大方向的基礎學習，了解每個科別的屬性，有助於決定未來專科發展的方向，也提高獸醫師長久發展的意願，這對醫師與畜主而言是雙贏！」

永達盃輪網盛典
國際高手齊聚在高雄

▲輪椅網球 / 羽球好手與所有貴賓大合影畫下完滿句點。

▲永達保經李世傑業務執行副總致詞。

永達保經連續 7 年冠名贊助「2023 第 7 屆永達盃高雄國際輪椅網球公開賽暨輪椅羽球團體錦標賽」，於 9 月 21 日至 24 日在高雄市橋頭區輪椅夢公園竹林網球場及高雄市苓雅運動中心羽球場熱烈開打。

在 COVID-19 的疫情緩和之下，今年吸引近 7 國 50 位好手報名參賽，其中日本選手共 11 名為最多。2023 永達盃高雄國際輪椅網球公開賽 9/24 最終日，鈴木康平（日）奪下男單 Main 組冠軍，船水梓緒里（日）收下女單 Main 組冠軍，鈴木康平（日）／任胡垣（韓）獲得男雙 Main 組冠軍，高室冴綺（日）／Sakhorn Khanthasit（泰）拿下女雙 Main 組冠軍，諸石光照（日）／川野將太（日）奪得雙打 QUAD 組冠軍，幾乎每個組別都有日本選手身影，堪稱是本屆永達盃高雄國際輪椅網球公開賽最大贏家。台灣輪網好手王偉軒男子公開組二級單打、上官

▲永達保經李世傑業務執行副總（左起）頒發男子公開組單打，第二名（韓國）任胡桓、第一名（日本）鈴木康平，與蔡玫靜業務籌備協理合影。

▲中華民國身心障礙者休閒運動推廣協會林永華理事長（左）頒發感謝狀，由李世傑執行副總代領。

▲ Sakhorn Khanthasit ／ 高室冴綺獲得女雙冠軍。

▲ 2023 年永達盃輪椅羽球團體錦標賽在高雄市苓雅運動中心熱鬧進行。

百瑞男子 B 組單打、上官百瑞 / 吳宗明男子 B 組雙打，皆拿下冠軍為國爭光。

今年首度移師至高雄市苓雅運動中心舉辦永達盃輪椅羽球賽事，共吸引台灣近 40 名男女好手報名參加。高雄市苓雅運動中心於 2022 年啟用無障礙體適能教室，提供身障朋友多元課程及專業指導，相信在無障礙友善設施完備之下，更能讓選手們發揮自己的實力，獲得佳績。

運動不僅可以讓身障弱勢族群增加體力與活力、提升身體功能與復健，更可藉此突破障礙建立自信心，找到興趣和目標並建立良好的運動習慣，促進人際關係，追求精采的人生。永達保經陳慶鴻總經理表示：永達保經一向重視身心健康發展，尤其對於弱勢族群的贊助更是不遺餘力，就像我們已經連續 19 年贊助輪網協會舉辦的賽事活動，包括永達盃輪椅網球公開賽、新北市身心障礙運動嘉年華、夢想盃輪椅壘球錦標賽等，透過運動賽事，鼓勵身障朋友勇敢走出來，讓許多身障朋友體驗運動的美好，建立良好運動習慣保持身體健康，藉由舉辦國際賽事，促進台灣身障運動和世界的交流。

「大手牽小手·愛關懷」系列活動
崇祐護理之家

高雄市崇祐護理之家針對慢性病需要照顧的病人，提供人性化、個別性、高品質的照護。文山體系的 34 位永達保經志工於 9 月 20 日來到崇祐護理之家，將關懷的溫暖傳遞給需要陪伴的長輩們，讓愛在社會的角落流轉。活動一開始，永達志工們與台灣優質生命協會志工一同陪伴長輩做伸展操，隨著年齡增長，肌肉量也會逐漸減少，藉著暖身將肌肉伸展開來，再由藝鴿、王瞳秝、陳慧娥、曾治豪等藝人帶來長輩熟悉動感又有活力的青春之歌，整個人通體順暢。活動尾聲還有有獎問答，永達志工陪伴長輩們踴躍搶答，一起度過愉快的午后時光。

▲ 藝人、志工與機構長者合影。

心得分享

賴惠文 業務協理

今天來參與活動特別有感觸，夫婿 5 年前中風，出院後住在養護中心半年多，這半年是很辛苦的，可以體會到長輩們坐輪椅是很不方便的。很開心有能力陪伴長輩，感覺到他們很開心，對我們而言，是短短的一個下午，但對長輩來說，是很漫長的。在此呼籲大家把自己的健康照顧好，沒有健康的身體一切都是空談。

曾明松 業務代表

這次是我第一次來到這種類的機構，行善這條路是可以長長久久的，我們要先把自己照顧好，才有能力去照顧其他人。本欲渡衆生，反被衆生渡，我們行善幫助其他人時，其實那些人也在幫助你，是他們讓你的心更柔軟更沈澱。很高興有這麼多理念相同的夥伴一起來做好事，捐出所得的 1% 當善款，讓我們在永達一起發光發熱。

陳淑華 業務代表

我好幸福，已經 75 歲，還可以服務跟我差不多年紀的長輩，感到非常的開心。因為我每天跟一群活潑可愛的夥伴們在一起，大家都是正能量的樂觀進取，我們要把身體照顧好，繼續一起行善助人。

▲文山體系志工合影。

▲ 志工與長輩一起暖身。

「大手牽小手。愛關懷」系列活動
保康長照中心

永達「大手牽小手。愛關懷」系列活動，9 月 22 日來到嘉義保康長照中心，由陳雅貴業務協理帶領嘉義職場愛心滿滿的志工們，陪伴長期住在機構的長輩們，他們大多是行動不便，有些是包尿布或植物人，在房間盯著牆壁度過一整天是他們的日常。有志工們的陪伴，午後時光特別愉快，活動一開始，志工們一同和長輩做伸展操，促進長輩的血液循環；主持人余政鴻幽默的笑話讓在場每位志工和長輩都笑的合不攏嘴，石中玉、施心慧、文香、林沖等藝人帶來長輩們朗朗上口的經典歌曲，讓長輩們開心的打拍子跟著哼唱。活動尾聲還有有獎問答，永達志工牽著長輩們的手一起搶答，長輩們臉上的笑容滿滿。

▲永達志工與藝人們合影。

▲永達志工努力幫長輩搶答。

▲志工協助長輩搶答，與藝人合影。

心得分享

陳雅貴　業務協理

今天的機構很不一樣，是有家屬可以陪伴著長者，過程中，看到兒子緊緊牽著父親的手、也有看到老公陪老婆。有一天我們都會老，老時需要的是陪伴，不是所有人都是這麼幸運有家人可以陪伴，對長輩來說，我們今日下午的陪伴，是一個在記憶裡有意義且開心的回憶，而不是一整天就這樣跟著時間流走。

方洋清　業務協理

今天服務的老伯伯跟自己的父親很像，音樂一響起，老伯伯就會手舞足蹈，記憶中，在我小時候父親也很喜歡打音拍子聽歌，很開心今天有幫他搶答得到小禮物，也有合影。來這邊體驗生命的過程，對長輩來說，是個陪伴服務，對我們而言卻是得到的更多感動和體驗，謝謝公司這麼用心的安排。

曾柏璋　業務經理

很喜歡永達保經愛行善的初衷，這也是我會加入永達的主要考量之一，今天來機構，把這裡的長輩當自己的長輩在照顧，這種行善付出的感覺真的很棒！

「大手牽小手・愛關懷」系列活動

探訪衡安護理之家

▲張文瀚業務籌備副總（第二排左 4）、呂美穎業務籌備協理（第一排右 3）、方玉華業務籌備協理（第一排右 5）及永達志工們，在中秋前夕陪伴衡安護理之家的長輩們。

▲張文瀚業務籌備副總與身旁的長輩相處融洽。

▲永達志工幫助長輩贏得獎品，長輩笑得非常開心。

中秋前夕 9 月 27 日，永達保經張文瀚業務籌備副總，偕同呂美穎、方玉華業務籌備協理等 11 位永達志工，來到三峽的衡安護理之家，陪伴長輩唱歌、跳舞、聊天、有獎徵答，讓長輩提前體會到中秋團圓的溫馨氣氛。

活動當天，主持人唐玲一曲《等一下呢》揭開序幕，也帶動長輩的情緒，緊接著藍如潔、司馬玉嬌、李炳輝、憶如、林沖等資深藝人接二連三登場。一位失明長者，聽到李炳輝的歌聲就哭了，在優質生命協會秘書長紀寶如的引導下完成與李炳輝牽手的願望；而高齡 89 歲的林沖更被爆料，近期才接睫毛，他笑著鼓勵長者：「年齡不是問題，想做什麼就去做！」

本身是三峽在地人的張文瀚業務籌備副總，非常開心能陪長輩一起提前過中秋，看到資深藝人與秘書長的付出更是感動，直說「我們的付出只有一點點」，更承諾下次要帶綠竹筍給長輩們品嘗，滿滿溫情展現他的觸動與真心。

心得分享

呂美穎 業務籌備協理

謝謝寶如姊！因為她一直將熱情帶給大家，才能始終亮麗如昔！今天坐在旁邊的阿姨就像我媽媽一樣，能在中秋前夕與長輩同樂，真的非常有意義，趁著現在還年輕、有能力，希望能夠幫助更多人！

方玉華 業務籌備協理

我在這領域的服務已經快 30 年，最近送走了好幾個長輩，很難受！今天真的很感動！捐錢是一回事，身體力行又是一回事，我參加的每一場活動，都有看到寶如姊的付出，這個社會真的很需要有愛，需要付出與執行！

姜鳳珍 業務儲備協理

這陣子送走了好幾個長輩，所以來到這裡感觸特別深，跟他們在一起真的很快樂，就像回到以前照顧父母親的時候！未來如果還有探訪活動，我一定會參加！

吳金秀 業務儲備協理

我參加探訪活動很多次了，今天的長輩都很健康，和他們在一起很開心！就像寶如姊說的：「想過什麼樣的日子，自己決定！」今天看到以前還很瀟灑的林沖大哥，身體狀況比幾年前差，更體悟要把握當下！

「大手牽小手。愛關懷」系列活動

台中青松護理之家探訪之旅

雙十連假後的周末前夕 10 月 13 日，台中大里青松護理之家洋溢著音樂聲與歡笑聲，雖然長輩們坐著輪椅，無法跟著音樂節奏擺動，在身穿紫色背心的永達保經志工們又唱又跳的帶領下，逗著老長輩們開懷大笑。

這次的探訪在護理之家規劃下，以類音樂會的形式，讓長輩能跟家人一起同樂，活動場地在戶外，伴隨徐徐的微風及暖陽，在主持人黑面妙語如珠的開場下揭開序幕，隨即將小禮物洗髮精致贈給最需要的長輩（頭髮最多，綁著兩個包包頭的阿嬤），引起現場哄堂大笑。

當天永達最佳志工舞群使出渾身解數，隨著林沖、妞妞、石中玉及舞蹈擔當的舞棍阿伯勁歌熱舞，全場掌聲及安可聲不斷。已參加多次探訪的陳嘉玫業務協理感性的說，每次跟隨公司參與公益活動，都覺得永達人真的好棒，全心投入每一場活動。當我們有能力時，就來幫長輩服務，以後有機會讓別人來服務我們，老有所依是一件很棒的事情，希望每個人在退休生活都是快樂。

▲陳嘉玫業務協理（第一排左 3）、張文菁業務儲備協理（第一排左 7）、藝人及永達志工們，陪伴青松護理之家的長輩們渡過歡樂的一天。

▲永達志工陪伴長輩贏得獎品，笑得非常開心。

▲永達志工使出渾身解數全程伴舞。

心得分享

廖漢忠 業務資深經理

來擔任志工，我們就要放開身段全心投入，讓大家玩一起，像今天從頭跳到尾整天伴舞，讓老人家看了開心，我們賺到運動還可以減肥，真的是太值得了。

陳依莛 業務資深經理

第一次來陪伴阿公阿嬤，發現長輩很樂天又很有活力，跟想像中不一樣，甚至還有百歲的長輩，藉由陪伴，看著他們笑容滿面，無形中也被感染那份正向快樂的氛圍。

溫媛鈴 業務資深經理

平常我都是躲在後面，剛剛活動結束時，去抱抱長輩鼓勵他們，他們也都主動伸出雙手，內心覺得很溫暖感動。

朱翠華 業務高級經理

當看到這些老人家，也會想想自己的未來，自己未來也有可能需要別人的照顧，在努力工作之餘，希望每年都可以跟隨著公司持續參與這樣的活動。

李承珉 業務高級經理

第一次來參加探訪，也讓我想到已過世的曾祖父，感覺到長輩很可愛，很活潑，希望他們可以健健康康的長命百歲。

環保系列

環保訊息報您知

整理／公關部　資料來源／行政院環境保護署回收基管會

網購消費認標誌 包裝減量做伙來

環保署於日前發布「網購包裝減量指引 2.0」正式啟動，並公布取得「網購包裝減量標誌」業者共計 22 家，鼓勵消費者網購時可挑選網購包裝減量標誌的平台消費，一同做環保、愛地球；同時，舉辦「網購包裝減量論壇」，邀請專家學者及業者分享國際作法及包裝減量措施的交流，希望透過經驗分享，持續擴大減量效益。

自2019年起，環保署推動「網購包裝減量指引」，輔導業者加入「網購包裝減量聯盟」，許多知名大型網購業者紛紛投入響應，其中網購減量聯盟的出貨量約占全國 B2C 網購出貨量近 6 成。而為促使持續推動，環保署公告「網際網路購物包裝限制使用對象及實施方式」，於 7 月正式實施後會同地方環保局啟動抽查，確認業者的作業標準流程、輔導建立自主管理作法。本次優先抽查大型網購業者出貨包裝中心，商品多為美粧與生活用品、書籍與影音出版、電子通訊器材、保健品等類別，結果全數合格。

環保署指出，今年再推「網購包裝減量指引2.0」，目前取得網購減量標誌業者，包括台糖易購網、遠傳 FriDay 購物、蝦皮 24h 購物中心、直接跟農夫買、Yahoo 奇摩購物中心、iREAD 灰熊愛讀書、鮮乳坊、生活市集、QUEEN SHOP、淨毒五郎、曼黛瑪璉、PChome24h 購物、神腦生活、momo 購物網、艾多美、東森購物、旭果、衣芙、台塑購物網、UNIQLO、IKEA、博客來等（按申請順序排列）共 22 家業者，並提出自願配合更高標準包裝減量措施。

其他亦有業者啟動全倉跨庫併箱出貨方式，減少出貨件數，且有更多業者思考產品以原箱寄出之可行性、調整更適運送包裝或將循環箱（袋）加入出貨選擇等，更樂見大型平台透過供應鏈協作，以大帶小輔導供應商推動綠色包裝，達到減省運費、人力及包裝材料將包裝循環再使用，減少環境的負擔。

環保署表示，預計至 2026 年可減少包材重量達到 9 萬公噸，並減少 28 萬公噸二氧化碳當量，到 2030 年，將達到下降近 50% 的包材重量目標。感謝業者對於環保永續的支持，也樂見企業一起為環境努力，環保的政策推動非一朝一夕，是點點滴滴累積的成果，透過舉辦「網購包裝減量論壇」，邀請專家學者分享國際包裝減量案例及作法，並請國內先驅業者分享推動包裝減量之措施及經驗，並透過茶敘交流，促使上、中、下游業者合作連結，共同攜手讓更多未參與網購包裝減量之業者能夠借鏡效仿，持續擴大網購包裝減量影響效應，一起為環境盡一份心力。

飲料杯減量起步走 自備 循環 不用塑

一次用飲料杯長期為淨灘常見廢棄物，為推動源頭減量，減少對環境造

成之影響，環保署訂定「一次用飲料杯限制使用對象及實施方式」，並於 2022 年 7 月 1 日正式實施。管制方向共三大重點，包含自備飲料杯享 5 元優惠、循環杯免費借用服務及授權地方政府提報飲料店不得提供塑膠一次用飲料杯實施日期。

自政策推動 1 年以來，消費者飲料杯自備率，由過去 6% 提升達 16%，成長 2.6 倍，達成政策引導習慣改變目的，同時環保署也加強針對管制對象稽查自備優惠執行情形，2022 年 7 月至 2023 年 6 月，共稽查計 2 萬 8,083 家業者，27 家不符合標示規定或未提供自備優惠而受罰，實施情形大致良好。

依據公告規定，提供循環杯服務現有 15 個連鎖便利商店及連鎖速食店，統計至 2023 年 1 月至 6 月，實際提供服務門市共計 1,326 家，加計非管制業者星巴克全數門市主動導入循環杯服務計算，合計約有 1,844 家門市提供，經初步統計半年共借出循環杯計 10 萬 3,343 杯。為加強消費者使用循環杯信心與提升循環杯自主衛生安全管理，環保署更設立「外借杯良好服務標誌」，透過清洗流程揭露，定期檢驗，使消費者放心借用循環杯。目前有統一超商、摩斯漢堡、麥當勞、肯德基、星巴克、台灣中油及全家便利商店等 7 家取得前述標誌。環保署同時也將定期針對業者所提供的循環杯持續進行抽樣檢測管理，以確保衛生品質均維持在優良水準。

另，為鼓勵循環杯借用服務提供業者加強推廣，並提高借用數量，環保署於 2023 年 5 月 3 日訂定「循環杯借用服務業者營運補助要點」，除個人借用外，並鼓勵推廣機關及團體辦理會議、訓練、活動進行大量借用，依業者推動循環杯借用數給予補助。後續亦將結合直轄市環保局推廣大型運動賽事活動全面使用循環杯，吸引未曾使用循環杯之族群進行體驗，以擴大使用對象。

環保署表示，對於民眾較非以計畫性攜帶飲料杯消費的連鎖速食業別，為達成一次用飲料杯減量，已請業者推動內用逐步不使用一次用飲料杯，目前已有業者自發性推廣「內用杯」服務，超前目前法規要求。現有麥當勞、肯德基、摩斯漢堡、21 世紀風味館及星巴克於部分門市有提供「內用杯」服務。

有關飲料店不得提供塑膠一次用飲料杯政策，全國 22 縣市均已規劃，其中 17 個直轄市、縣（市）已提報本署實施日期，計有 16 個縣市公告發布，台北市、新北市、高雄市及桃園市於現階段已經正式上路。預計每年可減少約 7 億 6,700 萬個塑膠一次用飲料杯。

環保署再次呼籲，消費者在購買茶飲或咖啡時，能自備環保杯或借用循環杯，除減少廢棄物產生量及實踐淨零綠色生活外，還可享受一定的折扣，真是一舉數得。

「定期篩檢、及時鏡檢」兩步驟揪出潛「腸」危機 早期大腸癌 5 年存活率達 9 成以上

整理／公關部　資料來源／衛生福利部

根據國民健康署 2020 年癌症登記最新資料，大腸癌發生人數為 1 萬 6,829 人，發生年齡中位數為 67 歲，較 108 年 66 歲晚 1 歲，而男性大腸癌的發生率比女性高出 1.5 倍。另根據癌症篩檢資料庫資料顯示，2023 年截至 8 月 30 日大腸癌篩檢人數為 103.9 萬人，高於 2022 年同期 87.2 萬人；其中，2023 年男性篩檢人數 42.4 萬人，女性 61.5 萬人，女性篩檢人數較男性多。

依癌症登記資料統計，發生大腸癌者有近 9 成（88%）為 50 歲以上的族群，且發生率隨年齡增加而升高，為降低大腸癌的發生率及死亡率，國民健康署提供年滿 50 歲至未滿 75 歲之民眾，補助每 2 年 1 次定量免疫法糞便潛血檢查。國民健康署吳昭軍署長呼籲，為了揪出潛「腸」危機，請民眾積極執行兩步驟：1. 定期篩檢、2. 及時鏡檢；第一步驟要定期接受癌症篩檢做糞便潛血檢查，第二步驟當糞便潛血檢查結果呈現異常時，要儘速接受大腸鏡檢查，以早期發現早期治療，把握治療黃金期。另也特別提醒男性民眾，努力工作打拼之餘，也請注意身體健康，定期進行大腸癌篩檢。

定期糞便潛血檢查 在家即可輕鬆採檢

科學實證研究顯示，定期接受篩檢，可減少 29% 晚期大腸癌發生率，及有效降低 35%大腸癌死亡率。大腸癌早期並未有明顯症狀，糞便潛血檢查目的就是為了在尚未出現臨床病兆前，找出可能之腸道病變或罹患大腸癌之徵候，以及早發現及早治療，降低潛「腸」危機。民眾可利用全民健保行動快易通 APP 查詢，確認是否符合篩檢資格（首頁 >

貼心提醒），亦可了解近 3 次檢查情形（首頁 > 檢驗檢查結果 > 癌症篩檢結果 > 大腸癌篩檢）；另可透過全國癌症篩檢活動暨醫療院所資訊查詢網站查詢住家附近的癌症篩檢活動或醫療院所資訊，就近至鄰近醫療院所領取採便管，以採便棒刮取糞便並儘速送回醫療院所，糞便潛血檢查沒有侵入性，檢查前不必限制飲食，在家就可輕鬆定期篩檢。

糞便潛血檢查結果異常 應儘速做大腸鏡檢查

我國實證資料顯示，糞便潛血檢查結果為陽性者，若超過 6 個月不做大腸鏡檢查，罹癌風險會增加 30%；而超過 1 年以上才做大腸鏡檢查，罹患晚期大腸癌的風險則增加 2.8 倍。然而篩檢結果為陽性的民眾也請勿驚慌，根據資料顯示，早期大腸癌診療的存活率高，5 年存活率達 9 成以上，但第 4 期大腸癌 5 年存活率則不到 2 成，所以早期發現、早期治療，以避免進展成晚期大腸癌，提高存活率。國民健康署提醒，篩檢結果異常時，請儘速至醫療院所安排大腸鏡檢查，如檢查發現息肉，可同時進行切除，就可以儘早阻斷癌前病變的發展，避免惡化為大腸癌。

良好的飲食及運動習慣 降低罹患大腸癌的風險

大腸癌的風險因子包含肥胖、缺乏運動、抽菸以及大腸直腸癌家族史等。國際癌症研究總署指出，每天攝取超過 50 克的加工肉品或 100 克的紅肉（豬肉、羊肉、牛肉），會增加 17% 罹患大腸癌的風險；美國國家癌症研究所指出，在高溫下燒烤的肉片或產生的肉汁，滴到火裡產生火焰及煙霧時，會形成致癌物質 — 多環芳烴（Polycyclic aromatic hydrocarbons，PAHs），隨之附著於食物的表面；另世界衛生組織指出，21% ～ 25% 的大腸癌可歸因於身體活動不足。國民健康署呼籲民眾應建立良好飲食及運動習慣，以降低罹患大腸癌的風險。

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」

風一吹就痛 快來認識「痛風」是什麼

隨著飲食文化趨於多元，許多代謝性疾病也層出不窮！像是有「皇帝病」之稱的痛風，也變得更為普遍。究竟甚麼是「痛風」呢？

食藥署指出，痛風（GOUT）是一種體內普林（purine）代謝異常的疾病，導致尿酸濃度升高。當體內產生太多的尿酸，或是身體不能有效將尿酸排出體外時，多餘的尿酸就會結晶沉積在關節（俗稱痛風石），造成急性發炎反應，導致病患劇烈疼痛或行走不易。

造成痛風的主因 尿酸生成過多或代謝減少

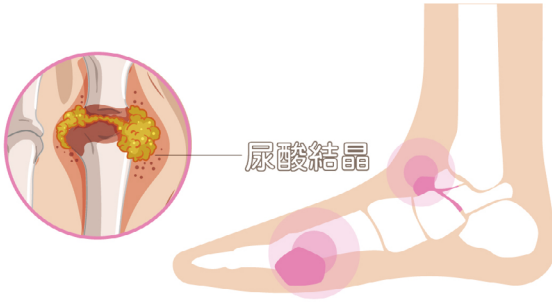
1. 尿酸生成過多：包括過量攝取普林、腫瘤溶解症候群（白血病或惡性淋巴瘤）、溶血性貧血以及化療的併發症等。
2. 尿酸代謝減少：例如先天尿酸代謝機能異常、慢性腎臟炎、糖尿病酮酸中毒及酒精中毒等。

預防痛風 從飲食做起

人體約有 20% 的普林是由飲食獲得，高普林食物容易導致體內尿酸濃度上升造成尿酸結晶，因此，「控制普林攝取」對於曾有痛風發作的患者而言尤其重要：

1. **控制肉類攝取**：少吃紅肉（牛、羊、豬肉），可以用魚肉、豆類、蛋、乳製品來取代，吃火鍋時儘量不要喝湯底。
2. **降低高普林食物攝取**：如甲殼類海鮮（蚌蛤、蛤蜊、干貝、蝦、蟹）、菇類（香菇、草菇、洋菇）、豆類（黃豆、黃豆芽）、酵母粉、小魚乾。
3. **降低酒精攝取**：部分酒類本身就含有很高濃度的普林，如紹興酒和啤酒。且酒精會影響尿酸代謝，酒精濃度愈高，對腎臟健康影響也愈大，故平時不常喝酒的人若短時間攝取大量酒精，也可能誘發急性痛風發作。
4. **降低脂肪攝取**：攝取過多脂肪會抑制尿酸代謝，增加痛風發作的風險。動物性脂肪（尤其是肥肉）和油炸類食物要降低攝取。
5. **每日充足飲水**：每日飲水量務必維持在 2000C.C. 以上，幫助身體排泄尿酸，同時預防腎結石。

食藥署提醒，想要遠離痛風，充足的睡眠、良好的飲食習慣、適當的運動、維持標準體重，都是讓您維持健康的不二法門。（本文引用自食品藥物管理署「藥物食品安全週報」第 933 期）



痛風了 是不是一定要吃藥

「醫生，我有痛風，是不是該吃藥？」別急，食藥署先帶您了解三種常見的痛風類型及如何治療與預防：

1. **無症狀高尿酸血症**：當血液中驗出尿酸過高，但是沒有明顯症狀時，通常不需用藥治療，但須找到發生的原因，並予以控制。一般來說，空腹血中尿酸濃度的正常值為男性 3.0 至 7.0mg/dL，女性 2.5 至 6.5 mg/dL。
2. **急性痛風**：治療方式以用藥為主，常用藥品包括

秋水仙素、類固醇或非類固醇消炎止痛藥等。這些藥品的效果快速，通常在服藥後症狀會立即緩解。

3. **慢性痛風**：除了按時服用抑制尿酸合成劑（如 Allopurinol 及 Febuxostat）、增加尿酸排除劑（如 Benzbromarone、Sulfinpyrazone 及 Probenecid）、尿酸分解劑（如 Pegloticase）等方法外，也可從飲食方面著手，避開高普林食物，多吃蔬菜水果以鹼化體質，少吃甜食或炸物，每日足量的飲水，對於慢性痛風的預防都有幫助。

食藥署提醒，痛風病人應遵照醫師醫囑服用藥品，並定期監測血中尿酸濃度。別忘了，對抗痛風有賴於飲食、運動和藥品三者配合，平日也應養成良好的生活習慣、規律作息，替自己的健康做把關。（本文引用自食品藥物管理署「藥物食品安全週報」第 933 期）

認識退化性關節炎 玻尿酸關節腔注射劑介紹

台灣已正式進入高齡社會，隨著老年人口比例的增加，老年慢性病照護的議題更值得大家關注。退化性關節炎是常見的老年退化疾病，國內膝關節退化盛行率約 15%，七十歲以上的老人大多數都有退化性關節炎的症狀。疾病成因主要為關節軟骨過度使用，滑液分泌異常，導致關節活動受到影響，產生疼痛、腫脹、發熱等症狀，嚴重的更會造成骨刺、關節變形並影響活動力。

退化性關節炎症狀較輕者，可服藥治療並搭配復健來改善。如果無法有效減緩疼痛時，可考慮使用玻尿酸來補充關節腔內的潤滑液，以減輕膝蓋疼痛感。玻尿酸又稱為透明質酸，具有高度黏彈、保水性，是關節腔潤滑液主要成分之一，可提供關節潤滑、減緩磨損情形。

早期玻尿酸來源多為動物組織萃取，近年來可由細菌醱酵純化技術進行大量生產。當醫師建議使用玻尿酸關節腔注射劑治療退化性關節炎時，應請教醫師使用的注射劑是否為動物來源，若對動物成分過敏者應避免使用動物組織萃取的玻尿酸，並了解產品的禁忌症、注意事項及相關不良反應。關節腔注射劑產品種類多，各有其不同的優缺點及適用性，治療過程請遵循醫師的指示及建議，相關疑問請向醫師提出請教。

玻尿酸關節腔注射液為醫療器材，上市前須申請查驗登記取得許可證，民眾可至食藥署網站之許可證資料庫查詢（http://www.fda.gov.tw> 醫療器材 > 資訊查詢 > 醫療器材許可證資料庫）。如有發現不良品或使用時 / 後發生不良反應，請至藥物食品化粧品上市後品質管理系統（http://qms.fda.gov.tw；藥物不良反應通報專線 02-2396-0100）通報。（本文引用自食品藥物管理署「藥物食品安全週報」第 934 期）

蔬食常備菜 DIY 輕盈健康料理提案

整理／洪詩茵　圖文摘自／境好出版《蔬食常備菜，日日豐盛 Vegan 餐桌》

Vegan 也可以很輕鬆、很享受、很滿足！

在動物保護、生態議題、健康管理等議題的影響下，越來越多人選擇 Vegan 飲食，為了維持好體態與健康，同時兼顧生態保育，許多好萊塢與日韓明星也都在執行 Vegan 飲食。Vegan 飲食除了不吃肉類、魚類，也會完全避開蛋、乳製品，以及蜂蜜、燕窩等動物性食品。少了一些食物的選擇，該怎麼吃得滿足，又不會缺乏蛋白質攝取？日本蔬食料理專家－庄司泉，憑藉多年蔬食料理經驗，推出新書《蔬食常備菜，日日豐盛 Vegan 餐桌》，幫助大家輕鬆實踐 Vegan 生活。

沒時間下廚、廚藝不佳、蔬食料理變化少、擔心蛋白質攝取不足…，想要開始全植飲食，卻覺得困難重重，庄司泉在書中分享，少了肉蛋，可以利用豆腐、豆皮等補充蛋白質，同時善用「蔬食常備菜」，切一切、拌一拌、煮一煮，再搭配調味料、高湯等等，就能輕鬆變化出多樣化的蔬食料理，一次做好足夠的分量，再放入冰箱冷藏、冷凍，餓了馬上就能開動！

以下分享四道「蔬食常備菜」食譜，給大家健康輕盈的飲食提案，不妨來個「一日蔬食菜單」，讓自己的身體休息一下。

Profile

《蔬食常備菜，日日豐盛 Vegan 餐桌》

Vegan 也可以很輕鬆、很享受、很滿足！滿足所有蔬食新手、蔬食愛好者的「蔬食常備菜」，無肉蛋奶，118 道吃飽飽、身體卻輕盈無比的料理提案。

作者：

庄司泉 Izumi Shouji

蔬食料理專家。2007 年成立專門介紹 100%植物性蔬食料理的部落格，而該系列書籍作品累積銷售突破 21 萬冊。為了幫助大家保存和任意運用配菜，她提出了就算忙碌，也能大量攝取蔬菜的食譜書《やさいの常備菜》（世界文化社）也累積了眾多支持，成為長期暢銷作品。《蔬食常備菜，日日豐盛 Vegan 餐桌》是常備菜系列的第 4 集。其主持的「庄司いずみ蔬食．烹飪．工作室（http://shoji-izumi.tokyo/）」從家庭中烹飪的蔬食料理開始，到專業的蔬食菜餚等，展開廣泛的教學課程。

部落格：vege dining 蔬食餐點（ameblo.jp/izumimirun）

橄欖油涼拌花椰菜

淋上橄欖油，拌好就上菜。製作常備菜的訣竅是先汆燙一下。

冷藏保存 5 天

冷凍保存 3 週內

【材料（容易製作的分量）】

花椰菜　1 株（250g）

橄欖油　1/2 大匙

【準備】

● 將花椰菜分成小朵。

【作法】

1. 取一鍋水煮滾，將花椰菜放進鍋裡煮 1 分鐘，以濾網撈起後瀝乾。
2. 將 1 放入調理碗，倒進橄欖油拌勻。

★這樣料理也好吃

加些醬油，拌入黑芝麻或白芝麻。或是稍微炒過後煮湯也很美味。

綠花椰菜

蓮藕丸子佐奶油洋蔥醬

使用蓮藕和洋蔥製作成具蓬軟口感的 Vegan 植物丸子料理。是非常適合平日晚餐與帶便當的美味常備菜。

冷藏保存 5 天

冷凍保存 3 週內

【材料（4 人份）】

蓮藕　2 節（300g）

洋蔥　1/2 小顆（90g）

片栗粉　2 小匙～

※ 依蓮藕水分調整。

炸油　適量

A 番茄醬　4 1/2 大匙

市售奶油洋蔥醬　4 1/2 大匙

醬油　1 小匙多一點

油　適量

【準備】

● 蓮藕磨成泥。

● 洋蔥切碎。

【作法】

1. 在平底鍋倒入少許油加熱，放入洋蔥快速拌炒。
2. 將 1 和蓮藕移入調理碗，加入片栗粉拌勻，再捏成 16 等分的小丸子。
3. 炸油加熱至 180 度，放入 2，過程中不時以鍋鏟翻動，炸至焦脆後撈起瀝乾。
4. 把 A 加入調理碗混合，再加入 3 均勻沾附醬汁。

★奶油洋蔥抹醬

一種將洋蔥慢炒至金黃色的市售佐料，有些市售品名稱是「炒洋蔥糊」。當然也可以自家製作，只要耐心炒至上色就 OK ！

紅洋蔥芹菜南蠻漬沙拉

替代肉的油豆腐吸飽了美味的南蠻醬汁，充分入味後就是一道開胃可口的和風沙拉。

冷藏保存 5 天

【材料（4 人份）】

油豆腐　1 大塊（240g）
紅洋蔥　1 大顆（240g）
芹菜　2 小根（160g）
炸油　適量
A 紅辣椒切成小圈　3 根量
料理酒、味醂、醬油、醋　各 3 大匙

【準備】

- 油豆腐氽燙去除油脂，切成適合入口的大小。
- 紅洋蔥切成薄片後泡水，瀝乾後盛盤備用。
- 芹菜切絲。

【作法】

1. 在平底鍋倒入炸油加熱至 170 度，將油豆腐稍微油炸後起鍋瀝油。
2. 將 1 和紅洋蔥放入調理碗，拌入芹菜絲。
3. 在另一個小鍋裡放入 A 煮滾，然後澆淋在 2 上充分混合入味。

紅洋蔥

芹菜

洋蔥高蛋白燕麥能量棒

攜帶方便的純素解饞零嘴，也是運動健身時不可少的快速補給。

冷藏保存 5 天

常溫保存 3 天

※ 加入乾燥劑保存

【材料（7 ～ 8 根分量）】

洋蔥　1/4 顆（50g）
鹽　1/4 小匙
油　適量
A 燕麥片（即食燕麥）　30g
黃豆粉　2 大匙
低筋麵粉　2 大匙
豆乳（無調味）　2 大匙
杏仁（無鹽）　5g
腰果（無鹽）　5g

【準備】

- 洋蔥切碎。
- 杏仁、腰果依個人喜好切碎。
- 烤箱預熱至 180 度。

【作法】

1. 在平底鍋倒油加熱，放入洋蔥快速炒一炒後灑少許鹽巴調味。
2. 將 1 和 A 放進調理碗，以橡膠刮刀充分攪拌均勻。
3. 將麵糊放在烘焙紙上，以**擀**麵棍**擀**成 1.5 cm 厚的長方形，然後切成 2×7 cm 大小均勻的圓棒狀。在烤盤底部鋪上烘焙紙，放入 180 度的烤箱裡烘烤 20 分鐘。

11 月 NOV 行事曆

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			01 九月十八 南區 《資產傳承與保單規劃》初泓陞 14:00~16:10 宜：祭祀、開光、出行拆卸	02 九月十九 南區 《大手牽小手志工探訪》高雄市私立佳醫綜合長照機構 14:00~16:30 宜：沐浴、理髮成除服	03 九月廿十 宜：祭祀	04 九月廿一 北區 《財經講座》蘇玟諭10:00~12:00 中區 《全球即時財經》廖漢忠、陳曉虹10:00~11:45 宜：成除服
05 九月廿二 宜：祭祀、祈福、嫁娶納畜、開光	06 九月廿三 宜：祭祀、沐浴、破屋壞垣	07 九月廿四 宜：祭祀、安床	08 立冬 宜：祭祀、祈福、訂盟納采、塑繪	09 九月廿六 宜：開市、立券、交易納財、會友	10 九月廿七 宜：沐浴、掃舍宇	11 九月廿八 北區 《財經講座》劉凱妍10:00~12:00 《宏觀經濟實時財經》林顯祥10:00~12:00 中區 《全球即時財經》楊麗蓉、陳翠芳10:00~11:45 南區 《財經講座》黃令鈞、王賀軍10:00~12:00 宜：祭祀、開光、齋醮、成除服
12 九月廿九 宜：祭祀、齋醮、入殮成除服	13 十月初一 宜：祭祀、沐浴、出行	14 十月初二 宜：移徙、入宅、拆卸理髮、破土	15 十月初三 宜：祭祀	16 十月初四 宜：開市、立券、交易納財、出行	17 十月初五 宜：祭祀、祈福、開光求嗣、立碑	18 十月初六 北區 《財經講座》楊馨慧、吳佳孺 10:00~12:00 《百歲人生全攻略》林惠萍10:00~12:00 中區 《全球即時財經》高榮志、劉秋英10:00~11:45 南區 《財富新顯學之贏家策略講座》李苑禎10:00~12:00 宜：拆卸、解除、安葬、納畜
19 十月初七 宜：破屋、壞垣	20 十月初八 宜：祭祀、開光、出火掛匾、拆卸	21 十月初九 南區 《跨文化和時空背景下的觀念解讀與反思》高志斌 14:00~16:00 宜：祭祀、祈福、會友開光、納畜	22 小雪 宜：祭祀、沐浴成除服	23 十月十一 南區 《傳承有方法 財富永流傳》信實稅務 黃芳 14:00~16:00 宜：開光、出行、動土解除	24 十月十二 宜：祭祀、入殮成除服	25 十月十三 北區、中區、南區 《2023永達齊步走 公益嘉年華》新北大都會公園、台中東海大學、高雄澄清湖風景區07:00~11:00 宜：祭祀、沐浴
26 十月十四 宜：祭祀、出火、拆卸成除服	27 十月十五 宜：會友、安門	28 十月十六 宜：開市、立券、交易嫁娶、入宅、開光	29 十月十七 宜：開市、立券、交易嫁娶、入宅	30 十月十八 宜：祭祀、理髮		

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

健走領走大使

北區-新北國王

林力仁 Amber 廷廷

中區-福爾摩沙夢想家

虔虔 怡珊 芊芊

南區-高雄鋼鐵人

施晉堯 Maggie Dora

連線大獎

星宇航空

大阪&東京

來回雙人機票

抽獎好禮

SAMSUNG Galaxy Z Flip5 6.7吋折疊手機

SAMSUNG Galaxy Buds2 Pro R510藍牙耳機

GARMIN 本我系列

TOFFY Drip Coffee Maker咖啡機

Switch主機+Sport運動遊戲片

TAKASHIMA 高島 愛舒服小沙發-享睡版

圖片僅供參考，以活動現場公告為主

活動當天重要提醒

1. 記得帶「完走禮兌換手環」

完成健走，即可持完走兌換手環至完走禮兌換區領取完走禮，完走禮領取至活動當天中午10：00為止，活動結束後恕不補發。

2. 穿著活動T恤、帽子，自備水壺水杯

為響應環保愛地球，請參加者自備水壺或水杯，並穿著活動T恤，補給站提供補水服務及點心、水果。

3. 記得準備身分證

中獎憑身分證及存根聯領獎，活動當天，請記得攜帶身分證，方便領取抽獎獎品喔！

小額捐款超有禮

為獎勵加碼小額捐款的參加者，凡加碼捐款500元，即可獲得100元攤位抵用券並參加抽獎，摸彩獎項為「SAMSUNG三星65型4K QLED液晶電視」

完走好禮

摸彩券&攤位抵用券200元

運動毛巾

帆布袋

第六屆「永達齊步走 公益嘉年華」

活動即時訊息請上「Love永達保險經紀人」FB官方粉絲團

主辦單位 永達保險經紀人 EVERPRO

受贈單位 永達財團法人社會福利基金會

贊助單位 全球人壽 元大人壽 中國人壽 富邦產險 友邦人壽 保誠人壽 新光產險 健身工廠 FITNESS FACTORY