

Responsibility · Intelligence · Confidence · Health

RICH 達人

2014.06

No.87



財經論壇

人民幣保單 成新寵

成功達陣

陳威琳 傳遞真感情心價值

經營管理

陳育玄 堅持走出企業康莊大道

簡榮坤 差異化贏得市場認同

樹嫻蓉 跨界藝術饗宴

朱進郎 黃麗絹 打造花蓮光復綠寶石

高嘉澤 先了解需求再追求治療

特別報導

永達保證書

保戶理賠訴訟多一層安心保障

陳亞蘭

使命感將每件事做到最好

服務不漏網

◆◆◆永達保經 關心您的權益！◆◆◆

親愛的 貴賓

個人資料保護法上路，為確保您可繼續享有永達保戶權益，請填妥並簽署以下「蒐集特定目的外利用個人資料同意書」，讓永達保經可繼續為您提供最貼心周到的服務！

蒐集特定目的外利用個人資料同意書

經永達保險經紀人股份有限公司（下稱永達公司）依個人資料保護法第八條告知相關事項，立同意書人（即本人）已清楚瞭解永達公司蒐集、處理及利用本人之個人資料之特定目的（保險經紀業務）。永達公司並告知，將蒐集本人個人資料，用於推介商品及提供永達公司刊物、訊息、舉辦活動等行銷、客戶管理與服務之其他特定目的，本人亦清楚明瞭，本人 同意 / 不同意。永達公司於上述其它特定目的範圍內使用本人之個人資料（若不同意，將無法獲得永達公司推介商品及提供刊物、公司活動及訊息等相關服務）。

立同意書人： _____
身分證字號： _____
法定代理人： _____

簽署日期：中 華 民 國 _____ 年 _____ 月 _____ 日

本公司使用欄

業務代表 簽名	永達受理章	指印編號
---------	-------	------

版次 04 (103.04.28)



永達保險經紀人公司
已於2014年2月正式取得
27001：2005資訊安全國際
認證，保戶所提供之個人資
料，將受到嚴密的保護，
足以安心托付。

保戶權益Q&A

Q、如果同意書簽署不同意，仍舊可以收到永達公司刊物嗎？

A、根據個資法規定，如果保戶同意書簽署不同意，永達保經將無法寄送公司刊物給保戶。

Q、永達經常舉辦各種理財講座、電影&演唱會賞析及公益活動等，這些活動訊息屬於保戶服務，就算簽署不同意，永達仍舊會提供相關活動訊息給保戶？

A、若同意書簽署不同意，永達保經將無法主動提供任何上述相關活動訊息給保戶。

Q、同意書簽署同意之後，我就不能要求永達停止利用或刪除我的個人資料了？

A、保戶如果對個人資料之利用有疑慮，即便同意書簽署同意，仍可隨時要求停止利用或刪除個人資料。

Q、同意書簽署同意之後，我可以要求只要獲得理財講座等活動訊息，但不要收到永達公司刊物？

A、同意書簽署同意之後，即表示同意獲得永達保經推介商品及提供刊物、公司活動及訊息等相關服務，無法作選擇性接受。但事後若您不希望收到達人月刊，仍可透過達人月刊提供之聯絡方式通知我們。



P.16

人民幣保單成新寵



邵守郁 業務處經理



陳宗玉 業務區經理



施忠賢 業務區經理

特輯企劃 財經論壇

長期趨勢來看，美元、人民幣稱得上是全球強勢貨幣之一。再從資產配置的角度來看，多元貨幣可以達到「幣別分散」的效果。本期邀請邵守郁業務處經理、陳宗玉、施忠賢業務區經理解析正夯的人民幣商機。

RICH Wealth

財富管理學苑

- 03 善盡企業責任 落實精緻服務
- 04 陳威琳 傳遞真感情心價值
- 08 永達保證書
保戶理賠訴訟多一層安心保障
- 10 財經 & 生活補給站



RICH Life

身心管理學苑

- 12 陳亞蘭 使命感將每件事做到最好
- 24 陳育玄 堅持走出企業康莊大道
- 26 簡榮坤 差異化贏得市場認同
- 28 樹嫻蓉 跨界藝術饗宴
- 30 朱進郎 黃麗絹 打造花蓮光復綠寶石－欣綠農園
- 32 高嘉澤 先了解需求再追求治療
- 36 保經同業齊心作公益 永達熱情相挺送愛心



RICH Health

健康管理學苑

- 38 長照患者安全照護 123
- 44 劉克襄 暑假親子旅遊漫談
- 48 書訊 & 85 期贈書得獎名單



RICH Love

人生管理學苑

- 06 2014 愛傳承關懷演唱會～
高雄場母親節前夕獻唱
台中 & 桃園場預告
- 15 永達志工招募
- 34 「大手牽小手。愛關懷」活動
永達志工探訪仁濟安老所



WORLD



P.24



P.26



P.28



P.30



P.32

Editor's Note



編輯手記

重視客戶權益 將服務做到最好

全球經濟不振，在美國許多失業年輕人搬回父母家，是眾所周知的趨勢；然而，

原本應為退休做準備的五十五歲以上中年人，失業後謀職無著，而被迫帶著尚未成年的子女，搬回老家與父母同住「屋簷下的「三代同堂」情況，也以更高的比率增加中。據洛杉磯加州大學健康政策研究中心與社區經濟發展透視中心指出，至二〇一二年為止的前七年內，加州五十至六十七歲民眾搬回父母家者激增六七·六%，人數約十九萬四千人。

受到全球經濟不穩定，個人迫於家庭財務壓力，退休金制度造成政府財政隱憂，以及人類平均壽命延長等影響，壯年族失業及不論私人企業或公家機關僱用員工的延後退休討論，確實已形成另

一股國際化的議題。但不論如何，呼籲讀者，退休生活規劃應該未雨綢繆，愈早規劃愈好。

永達保經一向秉持「誠信負責、穩健經營、關懷服務、利益共享」的理念，將客戶的每一筆錢當作自己的錢在維護，不讓客戶的資產有所損傷。為了確保保戶的權益，永達保經提供理賠訴訟「保證書」，若保戶因理賠糾紛與保險公司展開訴訟程序，永達將支付律師費，協助客戶爭取權益。

被喻為「最懂得在台灣旅行」的劉克襄，可說是親子旅遊的最佳代言人，不僅時常帶著全家人到戶外旅遊踏青，更曾推出親子旅遊書籍。對他來說，親子旅遊就該選擇一個定點，旅居一段時間，才能真正熟悉當地，並增加親子間互動。

RICH 達人

2014年6月號 第87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

總經理：陳慶鴻

總編輯：謝梅君

副總編輯：賴依萱

主編：羅怡如

文字編輯：洪詩茵

美術設計：楊樹山、余秀萍

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：台北市中山區中山北路2段79號5樓

電話：02-2521-2019

傳真：02-2521-4047

網址：www.everprobks.com.tw

印刷：龍祥印刷股份有限公司

中華郵政台北雜字第1185號執照

登記為雜誌交寄



本雜誌採用環保大豆油墨印刷

RICH 達人 永達客戶專屬

若您不希望收到本刊物或是地址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 # 303 余小姐

◆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 / 陳亞蘭 封面攝影 / 楊樹山

善盡企業責任 落實精緻服務

為展現用心及專業，永達保經在資安方面已建構完善的管理制度，全面保障客戶個人資料之安全。並要求業務代表以售後服務需求表，檢核服務過程及維護保戶權益。

文／羅怡如 攝影／楊樹山



永達保經總經理陳慶鴻

不斷的服務權益

因為不同的人生階段，保戶對家庭責任都有不同考量重點，陳慶鴻建議，應該定期審視保險保障是否符合每一階段的需求，再依據未來想達成的目標，尋求業務代表的協助，進行理財調整規劃。

他進一步指出，為落實深耕服務，公司規範業務代表每年需定期為保戶進行保單健檢的服務，針對已成交的保單做售後服務權益檢視與確認，檢視所涵蓋的保障項目，是否能滿足家庭各方面的保障需求。

台灣保險市場趨近成熟，要在成熟市場贏得客戶信賴，除了專業強、態度好外，真誠的服務顯得更重要。永達保經總經理陳慶鴻表示，永達保經一向重視客戶服務，管理者透過系統了解業務代表服務客戶的狀況，再經過系統的歸納與分析，有效輔導如何做好時間管理及服務，以厚實業務代表的價值與客戶應有的權益。

此外，永達保經重視服務品質，制訂離職業務代表接續服務系統，避免形成孤兒保單與疏於服務的弊病，特別要求接續同仁，必須親訪客戶，並完成售後服務需求表的填寫，確認業務代表落實服務。

打造不凡人生價值

為了做好顧客服務及鞏固保戶權益，永達在資安方面已建構管理制度，並於今年二月正式通過 ISO 27001:2005 驗證，做到保障客戶個人資料之安全性。此外，在售後服務上，永達向來落實保單權益電話確認作業，檢核銷售服務過程的適當性及維護保戶權益。

陳慶鴻表示，永達業務代表秉持愛與關懷的初衷，將每位保戶都當成初次接觸的客戶，展現高度的熱誠，以提高服務績效並創造更大的服務價值。永達業務團隊善於分析、規劃，主攻退休理財保險市場，透過分析各家保險公司的保單，替保戶找出最優化的投保方式，進而累積退休財富，扛起為客戶打造富足未來、營造不凡人生的重責大任。



凝聚團隊勝出力

陳威琳 傳遞真感情心價值

有自信的女人，不單只有外表的魅力，還應具備競爭力及財務實力。陳威琳業務協理抱持與人分享的態度，將保險的好讓客戶知道，更將大家庭的概念帶入她的組織，成就更多人圓夢。文／羅怡如 攝影／楊樹山



發展組織是願景

談起進入保險業的經過，高職畢業後，陳威琳即走入家庭，當

了十多年的家庭主婦，因為沒工作、沒收入，在結束婚姻後，更要獨自撫養兩個小孩，扛著負擔家計的壓力，毫無專長的她，積極想要在極短時間內賺錢還債。

在當時的環境中有兩個事業是較有可能解決她的困境並且快速致富——直銷與保險。當她分別針對兩個產業深入瞭解後，最後決定選擇「保險」

這個可以解決財務上的問題又能幫助別人的事業。

進入保險業後，毫無人脈的她，用最原始的擺櫃、問卷及陌 CAL 等行銷方式，一步一腳印努力地經營。雖然辛苦，卻在不斷被拒絕中學會行銷和溝通的技巧，成為日後事業發展上最有力的工

具，她用次數累積銷售技術、用件數累積業績，讓她在當時獲得全國第三名的榮耀。

雖然成績相當亮眼，但始終離她心中的高峰有段距離，個人行銷的佳績終究只是個人，如果可以用個人經驗培育出更多的成功夥伴，建立全面的保險服務網絡，用團體組織的力量絕對會勝過個人單打獨鬥。在從前同事的引介下，她接觸永達，不僅非常認同為客戶資產保全及退休規劃的重要性，優良的平台複製成功的模式，讓她看到一個機會和願景，一星期後她就放棄在原單位亮眼的成果，毅然決然地投入保險經紀人這個可以有更大事業發展空間的環境。

心態造就成功

不論個人行銷、發展組織，陳威琳因為有當初陌 CAL 所培養出來的豐富經

人的過程中，每個人都可能有二、三段不同的面貌，為了新生活，重新投入學習迎接挑戰，也獲得自我成長及滿足。十五年前，因為家庭因素，讓陳威琳業務協理的人生轉向，她從內心強烈渴望找到一個能快速解決經濟壓力與達到自己夢想的工作，「選擇保險」這樣的關鍵轉變，讓她除了家庭主婦身分之外，又多了許多的可能性。

選擇鑽石事業

關於業務行銷及事業經營，

對；增員狀態不如預期，只是還沒遇到對的人以及個人成功魅力還不夠，唯有累積經驗厚植實力，方向對了就堅持朝目標前進，執著不放棄是必要的成功關鍵。



驗，讓她在進入永達後迅速達到自己的目標。短短一年半時間就晉升業務處經理，一年半後更晉升業務協理的位置。

行銷過程難免遇上瓶頸，個性樂觀的陳威琳卻從不以為意。她認為，行銷未成功，只是努力不夠、方法不

她指出：「都是努力賣商品，賣一籃橘子跟賣一顆璀璨的鑽石，這兩者間我選擇了鑽石，這是在永達常聽到的一句話——努力加能力不如環境加機會，我自認我很努力、能力也不差、我欠缺的就是一個成功的機會和可以發揮的環境。這就是我選擇『永達』這顆鑽石的理由和原因。」

出色的業務代表要懂得充實自我，喜好求知求學的陳威琳說：「我每年會撥出一定預算充實自己，對新知的渴求彷彿是海綿碰到水一般，隨時學習、隨時吸收。例如透過心靈潛能課程學習人際關係，想要發展組織就可上一些經營管理的課程。另外，像高志斌教授的演講也讓我透過古人的智慧，洞察出事情的真理，看清事情的原貌，培養觀察分析的能力。」

理念與成就成對等

「英雄淡出、團隊勝出」是陳威琳帶領團隊的理念，她以「大家庭」的觀念來凝聚同仁的向心力，因為是家人所以能彼此包容；因為是家人所以互相協助；因為是家人所以能主動付出、打氣打拚。她認為，找出每個人的優點，讓對的人放在對的位置，讓團隊的功能和效益發揮到一加一大於二的成果。每一次月會後，她都會帶著團隊成員聚餐，品美食，也會設定學習主題、討論市場策略，全面提升凝聚力、戰鬥力。

對於未來，陳威琳協理抱著隨時歸零的心態，除了台灣，更看好大中華區保險市場，積極參與各種社團拓展生活圈，為西進做好準備，計劃為團隊大家庭開闢更大的市場，協助更多的體系家人圓出更遠大的夢想。



陳威琳 Profile

- ◆ 現任：永達保經業務協理
永來投資股份有限公司董事
- ◆ 保險資歷：15年
- ◆ 得獎經歷：
FChFP 財務策劃師
AIA 英國協會會員
中國保險精英圓桌大會銀星主管會員
2002、2003、2004、2005、2007年
蟬聯5屆美國MDRT百萬圓桌會員。
2002-2013年共蟬聯12屆IDA國際龍獎
主管組金龍獎、銀龍獎、銅龍獎。
2003、2004、2005年個人組與主管組
繼續率100%。
2003年第13個月處經理組繼續率100%
全省第一名。
- ◆ 參與社團：
臺灣中小企業同心會
臺灣中小企業圓融會 財務長
健康財富管理協會 理事
臺灣財富管理協會 理事
東珈國際貿易公司 財務顧問
永和豆漿700家連鎖 財務顧問
- ◆ 座右銘：
不是你能不能，而是你要不要；只要你要，你就一定能。

▼一代影后馮寶寶。

▼向娃(圖左)、劉福助(圖中)、郭子乾(圖右)台上妙語珠。



2014 愛傳承關懷演唱會 高雄場母親節前夕獻唱

由永達社會福利基金會、台灣優質生命協會等共同主辦的「愛傳承公益關懷演唱會」全台傳唱已邁入第六年，永達保險經紀人不僅贊助活動經費，永達人更持續擔任活動志工，落實為弱勢服務的行動力。2014年「愛傳承公益關懷演唱會」繼高雄場後，接著於台北、桃園、台中、台南地區演出，共計五場次，期望透過活動喚起社會大眾對弱勢團體的重視及關心。

「愛傳承公益關懷演唱會」首場在五月十日於高雄市小港社教館開唱，邀請當地「安安家園」、「自閉症協會」、「仁愛之家」、「老人公寓」、「心路基金會」、「崗山仔中區老人活動中心」的長者及身心障礙朋友共二百多位，專車接送禮遇至活動現場。其中「心路基金會」第一次參與活動，多達六十五位身心障礙的朋友來到現場，雖然部份的重度心智障礙朋友，可能不清楚舞台上在演什麼，但他們會隨著音樂手舞足蹈，台下大笑時也會跟著開心拍手，對於弱勢朋友來說，這是讓他們每年都期待的演唱會。

高雄演唱會主協辦單位之貴賓上台致謝。



演唱會開場表演也邀請自閉症協會「知星打擊樂團」演出，團員們認真而精采的旋律，獲得全場熱烈掌聲。高雄市長吳宏謀、副市長與社會局長張乃千局長也蒞臨現場，陪同上千民眾一起欣賞充滿愛與關懷的音樂饗宴。

演唱會由巴戈、王思佳、向娃、余天、李明依、林松義、凌峰、郭子乾、陳美鳳、馮寶寶、劉畊宏、劉福助、澎澎等藝人共襄盛舉，第一次參與演出的藝人馮寶寶一身華麗妝扮，宛如當年轟動全台的楊貴妃再現，驚豔全場；郭子乾模仿豬哥亮與余天，以脫口秀逗弄全場笑聲不斷。台灣優質生

命協會資深志工林松義盡管年事已高，身體微恙，在協會秘書長紀寶如帶領下，呼籲民眾踴躍參與志工行列，並用自身經歷鼓勵現場的弱勢朋友！



▲永達高雄同仁共50多名，擔任活動志工。

桃園場次預告

活動日期

2014年6月21日(六)

活動時間

下午二點半至四點半

公益演出藝人(依筆劃序)

大根、方炯鑌、巴戈
向娃、李翊君、宋逸民
林沖、林松義、凌峰
唐從聖、陳美鳳、陳維齡
黃豪平、張立東、檢場
劉福助

活動地點

桃園展演中心展演廳

桃園縣桃園市中正路1188號

台中場次預告

活動日期

2014年6月7日(六)

活動時間

下午二點半至四點半

公益演出藝人(依筆劃序)

小亮哥、大根、方芳
巴戈、向娃、李炳輝
林松義、林俊逸、郭子乾
凌峰、陳美鳳、陳凱倫
張立東、澎澎、黃豪平
劉福助、熊海靈、謝博安

活動地點

臺中市屯區藝文中心演藝廳

臺中市太平區大興路201號

始終站在客戶這一邊

永達保證書 保戶理賠訴訟多一層安心保障

關於壽險理賠糾紛，一旦協調不成只能走向訴訟一途。為了確保保戶的權益，永達保險經紀人公司提供理賠訴訟「保證書」，承諾萬一保戶因理賠糾紛必需與保險公司走訴訟途徑，永達將負擔律師費（不含違反據實告知義務或保險契約除外責任之爭執），協助客戶爭取權益。文／羅恰如 攝影／楊樹山



為感謝永達提供「理賠訴訟保證書」為保戶伸張權益，保戶丁義堂（中）、丁裕峻（右三）父子頒發感謝匾額給永達保經，由吳文永董事長（左三）受領。並與魏滿妹業務協理（左二）、元家雄業務專案協理（左一）、張文瀚業務處經理（右一）及林紹琳業務區經理（右二）合影。

理

賠訴訟「保證書」是永達協助保戶爭取保險契約權益的服務。日前發生一起保戶丁義堂與保險公司有

理賠糾紛的案例，透過永達提供理賠訴訟「保證書」之承諾，獲得協助找律師、出律師費等，進而爭取該有的權益。對於永達提供的這項服務，丁義堂、丁裕峻父子由衷感激，並於五月十五日在永達承德大樓 B2 會議室頒發感謝匾額給永達保經，由吳文永董事長受領。

伸張保戶權利

二〇〇九年，一場意外，讓丁義堂夫人發生嚴重車禍，昏迷指數三，幾乎癱瘓，經過搶救之後，仍未有起色，已屬全殘狀態。事故



前，她已投保無上限終身醫療保單，此張保單亦含豁免保費的項目，為讓太太獲得良好治療，丁先生備齊相關文件向保險公司提出理賠及豁免保費的申請，保戶自此免繳未到期保費也獲得理賠申請。

這條治療的路相當漫長，為了讓太太好些好起來，丁先生只要聽人介紹哪個醫生有名、哪項治療有助於病患，他一定帶太太前往診治，跑遍各大醫院，搭配高壓氧、針灸等中西醫並用治療方式，就是希望能讓太太趕快清醒，甚至能好起來。因為獲得保險理賠讓治療得

以持續，太太的狀況也有些起色。由於持續復建治療能刺激神經，他便自費請台籍看護每天協助太太做復健。每月看護費用高達六萬元，連岳母都跟他說：「就找外籍看護就好了，為什麼要花那麼多錢！」但他卻認為，即使太太不能言語，但台籍看護每天陪她做復建時可以對她說說話，讓她覺得較安心。夫妻之情，讓人為之動容。

但在二〇一二年，保險公司卻以過了黃金恢復期、保戶的治療為非必要性為由拒絕後續的理賠，幾經溝通都無效。「保險的目的不就是為了獲得保障，購買理賠無上限醫療險就是希望可以充分



發揮保障功能，減輕病患的經濟負擔。保險公司以非必要性治療為由，實在讓人不能接受，我相信任憑是誰，都希望生病的家人獲得完整良善的治療。「身為小孩的丁裕峻如是說。丁義堂、丁裕峻父子當時覺得很沮喪，甚至對商業保險感到失望。當他們對服務的業務代表林紹琳業務區經理反映時，林經理提醒他們，永達理賠訴訟「保證書」就是萬一發生保單理賠糾紛，公司可以協助處理，若因此與保險公司涉訟時，還可以為保戶選聘律師，甚至出律師費，伸張保戶權利。

丁義堂表示，真的很感謝永達這項為保戶伸張權益的服務，家庭發生意外讓家人身心俱疲，法律知識有限的他們，要和保險公司打官司真的很頭疼。透過理賠訴訟「保證書」承諾，永達提供協助與保險公司溝通，之後進入金評會協商，一直到後來進入法院



訴訟，永達以專業服務的精神協助爭取保戶應有的權利，這樣有力的後盾讓他們相當安心，也對商業保險恢復信心。

安心服務的價值

面對保險公司專業的理賠團隊，保戶通常處於弱勢，一旦理賠權益被侵蝕也不知如何是好。特別是要和保險公司打官司，保戶更因沒有法律專長而不知所措。永達保經重視關懷服務，保戶購買保單後，除透過業務代表說明及電訪雙管齊下，讓保戶對投保內容更瞭解，同時附上理賠訴訟「保證書」，以維護保戶應有的權益並提升滿意度。

吳文永董事長表示，只要保戶簽約後，就附上理賠訴訟「保證書」，對保戶來說，又多了一層保障。除了理賠訴訟「保證書」外，也提供律師法律諮詢服務，保戶與保險公司間有任何法律問題，都可以向律師提出諮詢尋求專業解答。

補給站

財經 & 生活



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

落實風險管理機制 保障保戶權益

為持續提升我國保險業風險管理能力，金融監督管理委員會（下稱金管會）自二〇〇九年以來，已陸續推動建立「保險業風險管理實務守則」，以及將守則內「應」執行事項納入「保險業內部控制及稽核制度實施辦法」等措施，最近並進一步於二〇一四年三月二十七日發布保險業風控長資格條件相關規範，要求所有保險公司應於二〇一五年全面符合規定。

金管會表示，本次風控長資格條件及職責之規範，已參酌國際保險監理官協會之企業風險管理指導文件（IAIS ERM Guidance Paper）所定比例性原則等規定，明定保險業得考量其自身業務之風險性質、規模及複雜程度，指定風控長一人，並經董事會通過任免，未指定風控長之公司，則應由風險管理委員會負責綜理公司整體的風險管理。另考量風險管理工作具備高度專業，明定風控長應有相關學經歷背景（如需實際從事金融保險業之財務、投資、精算或風險管理等工作十年以上之管理經驗，或通過國內外風險管理學術機構或團體所舉辦之風險管理人員考試及格取得證明文件，並具三年以上金融保險業之風險管理經驗等）；再者，風控長應具備獨立性，不應同時兼任業務面、財務面和其他具有創造收益能力單位之職務，並綜理公司整體風險。

金管會期藉由風控長職能之明確化，強化保險公司風險管理機制，達到健全公司經營及保障保戶權益等

目標，並呼籲保險公司高層應重視風險管理之工作，積極培養風險管理人才，以形塑公司風險管理文化。

網路賣家營利所得 課徵綜合所得稅

以營利為目的之網路賣家，如果每個月的銷售額未達營業稅起徵點（銷售貨物者八萬元，銷售勞務者四萬元），得暫時免向國稅局辦理營業登記；如果當月份銷售額超過營業稅起徵點，網路賣家就應檢附國民身分證及印章，自行選擇向戶籍所在地或居所所在地的國稅局所屬分局、稽徵所辦理營業登記。舉例，黃先生自二〇一三年八月開始在網路上銷售女裝，每月銷售額約三萬元，黃先生暫時可以免辦營業登記，免課徵營業稅。

南區國稅局說明，黃先生每月銷售額雖未達營業稅起徵點，仍應就經營網路交易的營利所得併計個人年度綜合所得總額，辦理所得稅結算申報。黃先生的營利所得計算方式如下：每月30,000元×5個月×該業別當年度營所稅結算申報擴大書審純益率6%=9,000元。

申辦手機條碼 索取電子發票

財政部為推動電子發票，鼓勵企業、組織或團體共同響應節能減碳之社會責任，推動企業團體所屬員工「集體申辦手機條碼方式」，讓忙碌上班族輕鬆加入愛地球行列。

國稅局說明，利用手機條碼索取電子發票可減少紙張浪費，並且不須花時間一張一張對發票，電子發票雲將自動對獎，透過電子郵件主動發送中獎訊息。另如設定自動匯款，即可享有中獎獎金自動匯入指定金融帳戶之服務。集體申辦手機條碼步驟簡易，企業、組織或團體如欲申辦，可至電子發票整合服務平台網站 (<http://www.einvoice.nat.gov.tw/>) 下載該網站提供之 Excel 格式，填妥申請人之手機號碼與電子郵件信箱清單，加密並燒錄成光碟，以正式公文函送財政部財政資訊中心（地址：台北市忠孝東路四段五、四七號）提出申請，該中心受理申請後，將由電子發票整合服務平台直接發送驗證碼簡訊與手機條碼 PDF 檔予申請人，並回文通知申請單位，其相關詳細資訊請至該網站查詢。

💰 脈搏亂跳也可能會失智

二〇一四年《美國醫學會期刊》研究發現，初次診斷心房顫動，一年內罹患失智症的風險為二·七%，五年內即躍升為十·五%，也就是每十名

心房顫動者，就有一人罹患失智症。

心房顫動為什麼會增加失智風險？雙和醫院神經科主治醫師陳龍表示，脈搏亂跳、心房顫動容易產生血栓，當血栓跑到腦部或血管時，就會造成心肌梗塞、中風，進而增加罹患失智症的機率。失智症主要分為退化性，如阿茲罕默症，以及血管性二類，罹病人數比例各半。陳龍指出，阿茲罕默症屬於腦部退化疾病，好發年齡通常為六十歲，八十歲以上罹病的機率更高；而血管性則沒有年齡限制，只要頭部曾經發生外傷，或有中風，甚至心房顫動，罹患失智症的風險比正常人高。

「量血壓可預防失智症！」陳龍建議民眾，天天量測血壓，每次測量二至三遍，當發現兩次收縮壓相差二〇以上，舒張壓經常超過九十，應至醫院進一步進行心電圖檢查，確認是否有心房顫動。

💰 體脂率是減重關鍵

什麼才是理想的體脂率？根據中華民國肥胖研究學會公布的理想體脂

率，三十歲以下女性的理想體脂率是十七%至二十四%；三十歲以上女性則是二十%至二十七%。偏偏根據衛福部調查，有四成的成年女性（二十至三十九歲），看起來不胖，但皮下脂肪卻過多。

根據調查，體脂肪過高（男性體脂率大於二十五%，女性體脂率大於三十%）罹患「老化疾病」為一般人的一至五倍，這一些疾病包括：痛風、糖尿病、高血壓、心臟病等。因此，控制體脂率才是健康減重的關鍵！減重時將重點放在體脂率的控制，外型身材才會看起來健康緊實。



什麼是體脂率

體脂率指的是身體中脂肪的比率，體脂率高就代表著肌肉跟水分的比率不足。減重首先要減的就是體脂肪，在門診中更有超過 8 成的患者先前使用錯誤的減肥方式，靠著節食而不運動的人，減去較少的脂肪，卻減掉相對較多的身體水分或肌肉，造成高復胖的機率。

傳統中找新意

陳亞蘭 使命感將每件事做到最好

陳亞蘭的表演細胞，不只發揮在歌仔戲，國台語連續劇、唱片、主持，甚至電影都可以看到她精湛的表演才華。
文／羅怡如 攝影／楊樹山 部分圖片提供／陳亞蘭



不論是歌仔戲偶像劇《天龍傳奇》

中的楚雲天或龍霸天、歌仔戲《孫臏下山》的反派龐涓、《萬秀豬王》的主持人或是《娛樂鬥陣行》的主播工作，舞台上的陳亞蘭，鑽入角色的靈魂裡，總是贏得滿堂采。

小生初登場

出身歌仔戲劇團世家的陳亞蘭，母親吳水月是知名的歌仔戲演員，專演關公，藝名「關公月」；陳亞蘭師承歌仔

戲國寶演員楊麗花，師徒合作電視、舞台歌仔戲，自一九八五年至二〇〇三年演出超過三十部。二〇一二年底以歌仔戲「薛丁山樊梨花」攻上小巨蛋，這也讓陳亞蘭對歌仔戲傳承與創新更有使命感。

陳亞蘭出生於澎湖，十歲時定居台南。為了討生活，就跟著戲班在台灣與澎湖間來來去去。小小年紀的她對於歌仔戲並無興趣，學校畢業後，陳亞蘭原想從事美容工作，但那時沒讓她有機會

從事美容工作。在一次偶然的機會中，戲班的歌仔戲小生鬧起情緒不願上台表演，這下子可讓身為團主的陳亞蘭爸爸急得像熱鍋上的螞蟻。陳亞蘭的一句：「讓我上吧！」解決父親的危機。初登場的她，處女作贏得掌聲。或許是身子裡流著歌仔戲的血液，儘管不喜歡，但在耳濡目染之下，或多或少還是學了戲，再加上不服輸的個性，她成為台南歌仔戲團中竄起的一顆新星。

成楊麗花愛徒

談到陳亞蘭，大概都會想起栽培她的恩人——楊麗花，她是楊麗花全力栽培的愛徒，楊麗花對她的愛護少人能及。不過，陳亞蘭的第一齣電視歌仔戲，不是在楊麗花歌仔戲團，而是明華園。當年明華園看中這顆閃耀的新星，邀請她參與中視明華園歌仔戲《父子情深》的演



出，這是陳亞蘭的電視處女作，也讓她與楊麗花結緣。

當時，

楊麗花偶然在中視播出的歌仔戲裡，發現演皇帝的這名年輕女子扮相不錯，託人打聽

來歷，得知她是一個南部班主——憲兵陳的女兒，立刻委請過去曾合作過的人員幫忙聯繫。

回憶起與楊麗花見面的那段往事，陳亞蘭笑著說：「我們到了阿姨天母的家，她還在拍《韓信》外景沒回來。過了一會兒，就聽到車子開進院子的聲音，她戴著鴨舌帽、穿著紅色外套從一部漂亮的紅色跑車的駕駛座出來，完全大明星的架勢。後來聽到她跟我爸

爸說，她想栽培我，要我加入她的歌仔戲團。當她知道我在台北沒有地方住，就讓我住她家。當時，我什麼都不懂，也不知道該害怕，就這樣留了下來。」楊麗花那時很喜歡亞蘭德倫的電影，所以就將她取藝名為「亞蘭」，就此展開二十餘年的師徒情誼。

首位取得大陸主持證照的藝人

不只發揮在歌仔戲，陳亞蘭的表演細胞，也在國台語連續劇、唱片、主持、甚至電影流露。在歌仔戲沒開拍的日子裡，她依然在演藝圈綻放光彩。多年前，陳亞蘭到廈門衛視發展，成為第一位長期簽約大陸媒體的台灣藝人，把過去演歌仔戲的語言優勢充分發揮，成為對岸第一個用閩南語播報的娛樂新聞主播。儘管她是台灣到大陸的主持人中第一個拿到證照的，也受到廈門人對她的熱情支持，成為最受歡迎的主播。但她總是謙虛地表示，因為「別人沒有去」，所以她才能有今天的成就。在廈門主持節目，陳亞蘭發現觀眾對俗諺反應熱烈，甚至要求每一集都要講，讓她開始回憶從小家人都會講的俗諺俚語，這也興起她想要出書的念頭。

出書寫人生

在戲班長大的陳亞蘭，從小聽到很多俗諺俚語，有些雖然粗俗露骨，但她卻認為內容「揶揄人有力道，酸人也很有趣，講好聽話時更有韻腳節奏，很多俗諺有其道理。」她說：「這些俗諺俚語是台灣文化的一部分，反映常民百姓的生活，在這個很多年輕人連台語都講不好的時代，更讓我想留住。」

就因為這樣的想法，她出書了！《人生親像大舞台：陳亞蘭講俗語，人情世事看乎透》寫她自己的生命故事，每個篇章都以一段歌仔戲戲文開場，並夾帶著閩南語俗諺俚語。這本書整整寫了七年，她以鉛筆手寫，出版社曾建議以口述方式、找寫手代筆，陳亞蘭嘗試後發現未盡人意，她覺得「自己的東西要自己寫才有感情，口述給別人聽會『漏勾』，而且比起打字，拿著筆手寫的靈敏較好。」父親的「寶銀社少女歌劇團」與「藝月園歌劇團」都是她書寫的題材，描寫兒時成長的環境，透過學戲過程呈現台灣歌仔戲從內台、外台到電視歌仔戲的演變，及和楊麗花的合作故事。除了讓人認識歌仔戲的演出，也呈現「人生如戲、戲如人生」，讀來特別有味。

顛覆傳統吸引年輕族群

二〇一三年陳亞蘭自製自演歌仔戲「天龍傳奇」，成為歌仔戲睽違十年重返電視的重要推手。之後她自創劇團，網羅各大歌仔戲團菁英台柱，大膽起用新生代偶像演出，為台灣歌仔戲注入新創意，更積極提升質感，讓歌仔戲吸引更多不同年齡族群。今年她與聯合報系共同合作，推出全新舞台歌仔戲「牛郎織女」。為力挺陳亞蘭，師父楊麗花親身擔任總導演、藝術總監。自從確定公演後，兩人天天



給 RICH 達人讀者：

「只能羨慕，不能嫉妒。」這是恩師楊麗花給我的話，也是我常記至今的座右銘。面對他人成就高於自己，應該保持學習向上的態度；而不是比較心理，才能保有正向積極的上進心喔！

討論超過十二小時，只為把戲做到最好，讓劇迷有全新體驗。

面對歌仔戲的文化傳承，陳亞蘭認為，歌仔戲從野台戲轉變成進軍城市舞台、電視螢光幕，一路進化代表著藝術內涵的提升。她常欣賞國外如「太陽劇團」優

秀表演，觸發她對於傳統歌仔戲的創新改變，希望有機會與動畫接軌、提升歌仔戲文化質感，藉以扭轉歌仔戲僅限於年長觀眾的制式想法，做出符合現代的創作劇碼。

問起她歌仔戲「牛郎織女」如何創新？她略微思忖後表示，就來場「溫柔革命」！先以觀眾熟悉的故事誘發興趣，再以陌生的橋段增添驚喜，保有歌仔戲傳統發揚的忠孝節義，搭配著詼諧逗趣劇情，在傳統中找尋新意。陳亞蘭將扭轉牛郎、織女深情角色性格，打造一齣輕鬆浪漫喜劇，呈現新時代版本。演出計劃結合3D動畫，讓各個角色活靈活現，貼近年輕族群。

陳亞蘭對推動台灣歌仔戲文化有使命感，她認為這不單是文化工作者的責任，更需要政府及熱愛歌仔戲族群共同來保留及傳承。面臨時代考驗，不應只是迎合、取悅觀眾，劇團的成立是一種宣示，希望讓歌仔戲更貼近人群，更是觀者的精神食糧，可以得到慰藉。就如《愛恨無雙》中有段歌詞這麼寫，「一切在不言中，有緣天涯再相逢。」世間難解的習題都可在歌仔戲中一一呈現，獲得解答。

陳亞蘭 Profile

澎湖出生。台灣歌仔戲演員、主持人、歌手、連續劇主角等多棲明星。為台灣國寶級知名歌仔戲藝人楊麗花的得意門生，多以反串歌仔戲小生為主，扮相俊俏，丰采迷人。2005年至2010年於中國大陸廈門海峽衛視主持《娛樂鬥陣行》。

歌仔戲代表作有《韓信》、《薛剛》、《孫臏下山》、《乞丐與千金》、《紅塵奇異》、《神機妙算劉伯溫》、《薛丁山與樊梨花》、《雙槍陸文龍》、《丹心救主》等數十部，對傳統文化歌仔戲與台語文化的傳承致力不輟；更於2012年首度擔任製作人，籌拍電視歌仔戲《天龍傳奇》。該劇不僅榮獲文化部以第一名補助，更是暨2003年楊麗花歌仔戲《君臣情深》以來整整十年，台灣電視再次播映歌仔戲。「牛郎織女」歌仔戲舞台公演於於2014年7月31日至8月3日在台北國父紀念館演出4場。

入圍和獲獎：

1994年：《無情人有情天》專輯入圍第六屆金曲獎最佳新人獎
1997年：亞洲傑出藝人獎
2001年：入圍第三十六屆金鐘獎單元劇最佳女主角獎
2003年：《君臣情深》獲金鐘獎傳統戲劇獎
2005年：「感動廈門大獎」



人生有永達·萬事都騰達

「大手牽小手·愛關懷」活動 永達志工招募中

從2008年起永達每年投注公益費用高達4000萬元
從一開始僅有2、300位永達志工參與
至今動輒6、700位永達業代、保戶與社會大眾共同投入
善的力量需要大家持續護持

即日起
永達正式邀請您加入公益志工行列
讓我們身體力行 為弱勢朋友做點事

相關活動內容，可參考：
永達官方網站：<http://www.everprobks.com.tw/>
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

或洽詢永達社福基金會：02-25212019#622、#623、#627



陪伴失親兒擔任失親兒一日爸媽



協助身障朋友聆聽音樂饗宴



陪伴長者暢遊佛陀紀念館



人民幣保單成新寵

人民幣熱潮來了！主管機關日前開放人民幣傳統型保單問世，從資產配置的角度來看，不論是美元或人民幣，都可以達到「幣別分散」的效果。本期邀請邵守郁業務處經理、陳宗玉、施忠賢業務區經理解析正夯的人民幣商機。

企劃執行／羅怡如 攝影／楊樹山

人民幣保單成新寵

您

存人民幣了嗎？根據渣打銀行在二〇一二年十月底完成、針對三十~六十歲台灣人所做的調查發現，近七成民眾有兌換人民幣的經驗，主要目的是旅遊或商務需求。今年三月中旬，由國泰金控發布的調查來看，目前只有約二〇%的民眾配置人民幣存款，其中多數配置比率在五%以內。但被問及未來一年的加碼程度時，有四二·四%受訪者會增加人民幣存款，願意配置人民幣五%以下者有二一·四%，願意配置五至一〇%者有二·六%，如果這個調查實現，預估未來一年人民幣存款有機會比現在增加一倍。

兩岸往來頻繁，加上大陸躍居全球第二大經濟體系，人民幣也成為台灣民眾看好的投資貨幣，主要原因是人民幣的年存利率二%到三%，比起台幣一初頭的利率來的高，投資報酬率可觀。

根據央行統計，三月外匯指定銀行QFC人民幣存款餘額為二一一·八·六四億，加計國際金融業務分行QIBF部分，總計銀行的人民幣存款餘額繼續擴增至二六八三·九二億元，比二月底增加二二二·四一億，續創新高，增幅八·六%。但時至現今，該不該再

進入市場？陳宗玉業務區經理表示，近期人民幣匯率貶值，部分原因是中國政府壓抑人民幣走勢，希望藉機逼出投機炒作的熱錢，不希望這類熱錢持續湧入，並為人民幣國際化鋪路，改變單邊升值的預期，而順勢引導人民幣匯率走貶。此外，大部分的民眾還是抱持中長期看好的想法，覺得人民幣升值趨勢不會改變。當然，選購時還是應該思考總體經濟發展趨勢。

去年二月六日主管機關開放境內、外結構型商品可連結對岸利率、匯率等指標，正式開放人民幣保單銷售，今年壽險公司再次出擊，推出人民幣傳統型保單。關於人民幣保單，除了匯率和利率因素外，大眾真正看重的其實是資產配置。施忠賢業務區經理指出，除了原有的美元、澳幣等外幣存款，又增加人民幣的選項，特別是人民幣傳統型保單的選擇。大眾選擇人民幣保單前，一定要同時考慮利差、匯差，以及買賣價差。不同於美元、歐元、日圓、澳幣等國際貨幣，人民幣仍是管制貨幣，不論是利率還是匯率，都明顯受政策影響，所以民眾選擇前要審慎評估，除了匯率、利率風險，政治風險也要仔細考慮。

對於兩岸業務往來互動頻繁者、子女在大陸求學或時常到大陸旅遊者，邵守郁業務處經理建議「逢低加碼」。他表示，不少人買進貨幣時，常是漲勢越強，進場意願越高；一旦長期上升的貨幣突然回跌時就不願進場，即使長期仍看好升值，依然止步。其實，遇到這樣的狀況時，不妨先檢視整體經濟環境，觀察投資方向是否有改變，如果對整體環境或者基本面有疑慮，當然應該調整配置，否則就是逢低買進的好時機。





施忠賢 Profile

保險年資：21 年
 得獎記錄：
 2008、2010 ~ 2013 年
 5 屆美國 MDRT 百萬圓桌會員
 2008、2010 ~ 2013 年
 國際龍獎 IDA 業務員組銅龍獎



陳宗玉 Profile

保險年資：10 年
 得獎紀錄：
 2006 ~ 2007、2009 ~ 2010、
 2012 ~ 2013 年
 6 屆美國 MDRT 百萬圓桌會員
 2006 ~ 2007、2009 ~ 2010、
 2012 ~ 2013 年
 國際龍獎 IDA 業務員組銅龍獎



邵守郁 Profile

保險年資：11 年
 得獎記錄：
 2005 ~ 2008、2010 ~ 2011
 6 屆美國 MDRT 百萬圓桌會員
 2005 ~ 2008、2010 ~ 2011 年
 國際龍獎 IDA 業務員組銅龍獎
 2006、2008、2011、2013、
 2014 年國際龍獎 IDA 主管組銅龍獎
 2010 下暨 2011 上半年 25 個月繼
 續率業務處經理組第 2 名

大陸於二〇〇五年啟動匯率改革之後，在彭博追蹤的二十四個新興市場貨幣中，僅人民幣對美元升值。根據彭博 (Bloomberg) 針對各外資機構對人民幣匯率所作調查，市場仍看好今年人民幣升值預期。

發現中國政府長期目標，就是希望人民幣可以從結算貨幣發展成投資貨幣，進而成為國際間的儲備貨幣。在需求增加且市場更開放的情況下，人民幣仍是長期看升。近期人民幣走弱，就是政策的影響，但因中國政府仍力推將人民幣當作全球儲備貨幣，此外還有多項條件支撐人民幣走勢，包括今年 GDP 成長仍可達七・四％以上、政策改革健全市場結構、放寬銀行對公司款，以及開放市場對人民幣匯率影響，仍看好人民幣長線升值預期。

Q 目前美國已拉開寬鬆政策 (QE) 退場的序幕，但中國仍具有相對較高利率的優勢，有利於持續吸引資金進入人民幣市場。從國際金融市場來看，人民幣走勢為何？

A 邵守郁業務處經理 (以下簡稱邵)：長時間觀察中國市場，

人民幣保單成新寵

幣兌美元呈現小幅升值，預估今年底人民幣兌美元將升值來到五·九八：一，顯示普遍來說市場仍看好人民幣未來表現。

陳宗玉業務區經理（以下簡稱陳）：

美國自二〇一四年一月起 O E 逐步退場，從而改變了全球資金流動的趨勢。資金回流美國，之前受益最深的新興市場面臨熱錢撤出而形成的資產泡沫危機中，其整體經濟成長將可能面臨放緩。而中國的經濟政策不再只是定調自身為世界的經濟引擎，更多的是在調整其國內的經濟結構，也就是啟動經濟改革新政，促進人民幣國際化的同時，也致力於提升內需市場。由於中國政府的總負債低於 GDP 的六〇%，除了貨幣政策，也讓財政擴張政策留下很大的揮灑空間。而且，中國十三億人口產生的內需消費動能造就夠大的經濟規模，就可讓經濟健康成長。

作為世界第二大經濟體，中國希望開放人民幣自由化：包括資本帳開放、推動離岸人民幣業務與人民幣自由兌換，以拓展其金融影響力及在境外擁有一定的流動量，進而躍升為國際主要貨幣。

然而，一個貨幣在國際化的過程中，不會只有單向往升值移動。中國人民銀行在此波 O E 退場而引發新興市場國家貨幣貶值的過程中，有意順勢擴大人民幣貶值，讓人民幣呈現雙向波動，除打擊短期套利的熱錢，更遏阻非正規跨境資本湧入，而影響金融市場的正規發展。

陳宗玉的保險 Note

從事保險工作前，我是證券公司的營業員，當時一心只想「賺錢」，卻沒有「存錢」的觀念，所以財富僅是黑板上的數字。進入保險業，我個人獲益良多，感受「守富」的重要，並且身體力行購買增額終身壽險，為自己準備未來的終身俸，只要透過保單進行良好配置，就能富裕一生。由於兩岸通商頻繁，再加上中國大陸推動人民幣國際化等因素，我會購買人民幣傳統型保單，謹慎規劃做好資產配置。



美國及國際貨幣組織 (IMF) 都表示，人民幣匯率仍被低估，而且在人民幣業務與人民幣國際化後，資本帳的開放及本身的經濟實力，人民幣中長期仍是升值的格局。從已知經驗中，在邁入已開發國家的過程中，利率會逐步走低，而利率代表的是貨幣的價格，鎖住利率等於保有資產的價值。

施忠賢業務區經理（以下簡稱施）：

從全球經濟趨勢看來，二〇一四年將逐步走強，先進經濟體及開發中國家的經濟逐漸走出谷底。人民幣國際化是中國朝「成為經濟主導地位」的目標下必然的路線。從中期而言，自由化會讓人民幣匯率發生波動，也就是人民幣浮動區間變大。就長期來看，人民幣有紮實基本面支撐，包括中國經常帳順差，外匯存底及人民儲蓄率都高，因此長期走升機率仍高。

近期人民幣匯率疲弱的走勢是中國人民銀行的干預所致，目的除了開放人民幣的波動區間外，更可達到刺激出口、抑制熱錢、打擊投機成果。人民幣國際化趨勢不變，不可否認，人民幣已經是國際第七大使用貨幣，愈來愈多人使

用人民幣，反而是提供中長期進場人民幣資產的時機。

Q 目前多家保險公司都推出人民幣保單，包括傳統型保單及變額壽險、變額萬能壽險及變額年金等投資型保單，其特性為何？人民幣保單又有什麼吸引人的地方？

A 邵：購買人民幣保單，大多是看好未來人民幣的升值潛力。除了人民幣保單較高的預定利率外，看準人民幣市場持續升值，也是人民幣保單被看好的原因之一。但要注意的是，人民幣保單的保險費及保險給付金額皆以人民幣計價收付，保險費交付是由要保人以外匯存款、結購外幣或外幣現鈔，存入或匯入金融機構的外匯存款帳戶，保險給付等相關款項也是以人民幣存入或匯入受益人的外匯存款戶，若需轉換成台幣時可能產生匯率風險，建議消費者投保時仍應以壽險保障及長期規劃為主要考量。

陳：關於人民幣的相關金融工具中，有別於投資型保單（包括變額萬能壽



邵守郁的保險 Note

從科技產業轉入保險業後，我就開始為自己及家人規劃保險，透過穩健、安全的增額終身壽險保險保障及資產規劃，為未來架起防護傘。近來往返兩岸的機會增加，也看好人民幣的發展，已考慮購買人民幣保單，並規劃為孩子準教育基金，以備未來子女若到中國求學時使用。

至於選擇標的還是會以增額終身壽險人民幣保單為主，在複利滾存之下才有一定的收益。

險、變額壽險、變額年金等）的不確定性，傳統型人民幣保單可以讓資產在保證及確定的機制中，往財富倍增的方向邁進。在全球化浪潮中，富者愈富、貧者愈貧。或許未必有機會或立基點，做境外實體投資，但可以運用金融商品，

協助自己做全球布局；至少將資產配置在全球兩大經濟體——美國及中國，可以強化收益並分散風險。因此運用人民幣傳統保單除了有鎖利的機制，同時享有人民幣升值的相乘效果來達成富裕一生、富足退休、富貴傳承的三富人生。

施：由於人民幣保單預定利率大約落在二・五%，加上人民幣長期匯率看升，使得人民幣保單成為新型熱門商品。與一般保單相同，人民幣保單分為傳統型、變額萬能型，傳統型的特色為利率固定、平準費率、可搭配其他附險及保障固定，適合中長期退休規劃；而變額萬能型利率依市場變動，保費逐年增加，可任意調整保額，適合年輕族群。由於每張保單的特色、保障及給付方式都不盡相同，消費者應先釐清購買目的，再做選擇。

別忽略手續費



民眾購買人民幣投資型保單時，除了匯兌風險，也要計算一下其他的手續費，包括解約費用、行政管理費、申購／贖回管理費、轉換費用等，可別讓手續費耗掉投資收益。

人民幣保單成新寵

Q 在台灣可以買大陸銷售的保單嗎？

A 施：目前台灣保險公司開賣的人民幣傳統保單都是經過金管

會核准，對民眾而言，保險費可以作為綜合所得稅列舉扣除額之一，除了全民健保費沒有金額限制、可全數列舉扣除外，其餘人身保險、勞保、國保、軍公教保險等保費，總計最高可列舉二、四萬元扣除額。因為台灣並未開放大陸當地保單在台銷售，如購買就如同境外保單一般，未來若是遇上保險理賠的事項，一來無法受到國內法律的保障，消費者必須自行負擔風險，另外也無法作為合法的節稅扣抵。

Q 哪些人適合購買人民幣保單？該如何選購人民幣保單？

A 邵：往來兩岸的台商或其家屬，都適合選購人民幣保單。

因為台商幹部的部分薪資多以人民幣支付，選購人民幣保單做理財規劃可將人民幣資產累積在台灣，兼具投資理財與



施忠賢的保險 Note

想贏得客戶的信賴，應該建立與客戶相同的語言，培養背景雷同的理財經驗，與客戶一起成長。民國八十年代就開始買保單，主要利用儲蓄型保單的確定金額來規避未來風險。

我的投資態度屬於保守型，以穩健的商品為主。投身保險界後，開始購買增額終身壽險，為退休生活做準備。我也為小孩購買保單作為教育基金，陸續到期也都派上用場。我的客戶都會拿我的保單做參考，再和我討論該如何規劃。

其實，客戶希望的就是透過完整的保險規劃，給家人充足的保障，讓愛得以透過保險傳承。

退休規劃的特色，是相當不錯的工具。當然，有意在中國置產、未來計劃送小孩到中國念書或退休旅遊的族群，也適

合購買人民幣保單，不論支付保費及領取滿期金，較不需擔心匯兌風險。

陳：以外幣配置分散資產風險者，也可以選擇人民幣保單作為工具，讓理財組合更多元。購買人民幣保單應考慮匯差轉換、手續費成本及利率等，若是中途退保，還得面臨解約金低於已繳保費的損失。當然，若以預定利率再加上匯率升值幅度來看，人民幣保單仍具有相當大的魅力。

省錢小撇步



手邊有閒錢時可善用一些銀行推出的優惠方案，在人民幣匯率走貶時，先利用外幣帳戶累積一定金額的人民幣存款，屆時可以用來支付保費，降低支出成本。





2006~2013年度 國泰港龍航空香港線團體銷售業績**第一名**

2012~2013澳門水舞間夢想合作夥伴

2013/14港旅局頒發香港會議及獎勵旅遊挑戰賽 全台灣**冠軍**

2013澳旅局頒發台灣市場推廣拍暗叫絕 **成效卓越獎**

2012港旅局頒發香港會議暨獎勵旅遊 全台灣總人數競賽**第一名**

2013澳門銀河渡假城 **優秀夥伴獎+優秀表現獎**

情定港澳 雙城遨遊



澳門文華東方酒店

原創品味 名流匯聚

世界第一品牌

四天 **18999** 起

包含內容

1. 香港澳門早去晚回機票一張。
2. 住宿香港皇悅集團酒店+澳門文華東方酒店 四天三夜 (三人一室)。
3. 投保個人旅遊意外責任險200萬、醫療險20萬, 特別費用險、額外費用險、海外緊急救難。

超值加贈 **18** 大好禮

1. 香港機場專車接機送到酒店。
2. 香港住宿酒店每日早餐。
3. 獨家升等享用皇悅酒店行政樓層專屬VIP ROOM內美食酒吧及會議廳設施。
4. 浪漫加分每房加贈紅酒一瓶。
5. 澳門碼頭專車接送至住宿酒店。
6. 澳門威尼斯人度假村美食廣場套餐一份。
7. 澳門文華東方下午茶 (價值港幣440元, 二人一套)。
8. 葡萄酒博物館, 品嚐醉人美酒國際美釀。
9. 大賽車博物館, 近距離接近真正的一級方程式賽車。
10. 專人帶領遊覽美高梅酒店「奇幻光影之旅」、澳門傳奇世界文化遺產巡禮—議事亭前地廣場、仁慈堂大樓、板樟堂前地、聖母玫瑰堂、大三巴。

11. 澳門銀河渡假城逍遙甜點下午茶一客 (享富貴糖皇-陳皮紅豆沙或芝麻綠茶凍, 手工工夫茶-桂花釀茶或翠玉綠茶)。
12. 瑪嘉烈/安德魯蛋塔下午茶餐一份。
13. 澳門義順餐廳品嚐澳門風味美食燉奶一份。
14. 澳門出名特色小吃恆友魚蛋一份。
15. 銀河渡假城美食廣場風味餐一份。
16. 每房贈送銀河渡假城娛樂場消費券澳幣200元 (限台灣護照滿21歲)。
17. 咀香園餅家小禮物一份及9折購物優惠。
18. 每房贈送「澳門旅遊指南」手冊一份+澳門旅遊地圖及吃喝玩樂優惠券一份。送完為止

《贈送之內容, 為本公司套裝行程, 貴賓可選擇不參加, 但放棄其一, 視同全部放棄, 不可退費》

※吉帝旅遊保有修改商品之權利, 售價請以吉帝旅遊網站為準。

Ggogo 吉帝旅遊

www.Ggogo.com

就是要寵壞您~這顆挑剔的心!

TEL:02-77431919

日本自由行

古都福岡自由行六天

含稅 **12500**起

時尚東京自由行五天

含稅 **13999**起

發現大阪自由行六天

含稅 **14999**起

和風京都自由行六天

含稅 **16999**起

浪漫名古屋屋自由行五天

含稅 **16999**起

※吉帝旅遊保有修改商品之權利，售價請以吉帝旅遊網站為準。



高雄商務會議中心

Kaohsiung Business Convention Center



超越五星級的服務品質與學習空間 讓不同的學習方式達到 最佳成果！讓各類的知識交流達到 最高境界！
我們並可提供各式不同的上課與社交環境 並歡迎各級教育機構、公司行號來電洽詢

高雄商務會議中心 www.KBCC.com.tw 電話：(07) 3340131 傳真：(07) 3340077 高雄市前鎮區中山二路5號

Ggogo 吉帝旅遊

www.Ggogo.com

就是要寵壞您~這顆挑剔的心!

TEL:02-77431919

累積實力 大放光彩

陳育玄 永不放棄 堅持走出企業康莊大道

「堅持」、「負責」、「態度」、「分享」，艾迪克科技總裁陳育玄的創業之路是一點一滴累積的成果，也讓人看到台灣企業家「永不放棄」的企業精神。

文、攝影／洪詩茵



求學經驗培養「負責」精神

陳育玄的老家在高雄左營，他不諱言，小時候他甚為依賴，剛開始是跟在媽媽屁股後面跑，當鄰居哥哥上幼稚園大班，原該上小班的他，也堅持跟著鄰居哥哥上大班，鄰居哥哥上小學，又追著去上小學，剛開始兩週，媽媽每天都在教室外面陪伴，直到老師勸退。

從小學、國中到高中時期，陳育玄形容，那時的自己就是迷迷糊糊地過著日子，對未來沒有太多想法，但至少有好那個時候的本分——念書，這就是一種負責任的行為。大學時期，考上東海的他，因為高中時期念書太過疲累，原是抱著隨便念念的心態，直到同宿的學長點醒了他，學業成績會影響未來工作，他才用功念書，最後以該學系第一名畢業，印證了「只要肯做，絕對做得

不躁進 累積創業實力

退伍之後，陳育玄在工研院工作，當時的主管詢問他要做產品或配方，因為清楚知道自己要的是什麼，陳育玄不假思索地選擇可以與人接觸的「產品」。他更透露，當時同期進工研院服務的人，多數都比他早離職，只有他仍堅持在原來崗位服務，因此累積了深厚的專業實力。

在工研院服務五年之後，陳育玄已屆三十歲，當時的他剛剛結婚，也開始思考未來，「我擔心再繼續待下去，我就變公務員了！」在友人與他洽談合資的契機下，陳育玄毅然離開工研院，雖因觀念不合，最後合資破局，但這點小挫折反而成為他事業的轉捩點，他開始主動尋找機會，一家家拜訪五年來認識的廠商，更於一九九六年五月正式尋到伯樂，進入他人生的第二家公司服務。

四

十歲創業的艾迪克科技總裁暨創辦人陳育玄先生，挾著深厚的專

業、人脈及管理長才，成為自行車架供應商中的佼佼者。面對如此成就，陳育玄不曾自傲，反而希望分享自己從求學到創業的過程，作為有志創業者的參考，也讓自己的小孩看看父親的人生足跡。

在這家公司他一做九年，甚至被提升到副總的位置，九年來讓公司營業額成長數十倍，成績讓人驚豔。但公司成長之後，家族企業的弊病也開始一一浮現，「當我發現這家公司要的不是我的投資，而只想綁住我的時候，我就知道自己應該離開了！」

陳育玄決定創業的契機非常單純，他說：「當老闆不是我的既定計劃，卻是水到渠成的過程。當你在一家公司做到副總這職位都無法解決的問題，再到別家公司也一樣，我不想再花九年學教訓，那時我就覺得自己只有創業這條路了！而且，當我離職之後，竟然有十多家廠商來電希望投資我，離開反而讓我看見自己的價值。」

二〇〇四年，他正式創業。

永不放棄的經營哲學

創業不是一條平坦大道，陳育玄第一年就栽了跟斗，被倒了一千多萬，他提出辭職以示負責的態度，但當時的投資者卻只是給他一句話「不要多想，趕快做就對了！」投資者的信任與全力支持，讓陳育玄深深感念，也體認到人脈的重要性，很快就達到損益兩平，回報

伯樂的慧眼賞識。

「永不放棄！」陳育玄強調這是企業經營的精神，而這樣的精神來自父親的啟發。陳育玄的父親在六十歲高齡創業，經營廢棄家電回收工廠，在家人一片反對的聲浪下，父親獨排眾議地堅持去做，過程中工廠還曾經發生火災，投資瞬間毀之一旦，父親當時甚至動過輕生念頭，但他最後還是走過來了，事業經營得有聲有色。父親對事業的執著與堅持對陳育玄影響很大，也讓他一路「堅持」地走下去。

發揮一加一大於二的團隊力

經營企業多年，陳育玄悟出一套「分享」的經營哲學，他透露，一家公司要成功，一定要發揮團隊的力量，一加一的力量永遠大於二。他深知，想留住員工的心就必須釋出利多，針對台灣表現優良的主管，他開放他們以九年前的股價購買公司股票，讓主管參與公司投資，藉此留住好員工；至於中國大陸的主管，因為工廠本身就有原物料的需求，陳育玄開放大陸主管自行投資開廠，公司再向他們購買原物料，為員工創造財源，既收一條龍經營模式之妙，

又可提高向心力。

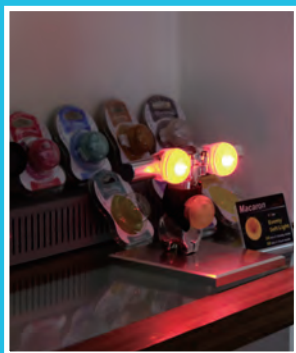
從二〇〇四年創業至今，陳育玄從未停下前進的腳步，以碳纖維在自行車架供應方面站穩腳步之後，現在的他正積極開發碳纖維產品的新品項。今年就曾親訪美國公司拜訪廠商，透過了解產品，尋找與碳纖維結合的可能性。他，正在為企業的另一條路而努力，腳步不曾稍停，只因「永不放棄」！



邑昇實業 創新突破技術

簡榮坤 差異化贏得市場認同

從傳統印刷電路板多元設計起家，跨足光電產業，專業生產各式LED燈具，並成功開發「鋁基板側光式光源」專利技術，為LED背光源應用帶來革命性的轉變。對董事長簡榮坤來說，邑昇實業不只追求突破創新，「品質第一、服務至上、誠懇親切、創新求變」的經營理念絕不改變。 文／羅怡如 攝影／楊樹山



中小企業的實力果然不容小覷。

營運二十年興櫃掛牌

成立至今已二十年的邑昇實業，無

論在PCB設計製造或LED照明之設計與製造領域都展現佳績。回想起這段創業歷程，董事長簡榮坤表示，原本在台中從事工程業，結婚後到台北打拼進入PCB行業，因緣際會離職後和原先的主管一起創業，於一九九四年三月在新莊設立邑昇實業。雖然也曾面臨資金的問題，幸好有驚無險，之後因業務量擴大，在一九九八年四月於樹林備內街自購土地廠房。二〇〇一年市場景氣不佳，再加上大量訂單外移，為了延伸生產工廠及配合客戶之需求以利做長期的配合，於大陸設

立全製程印刷電路板廠服務客戶。因應業務量的增加及擴大生產線，於龜山工業區購買廠房，在二〇〇八年搬到龜山廠現址。

歷經二十年在PCB業界的長期發展，從早期的電腦周邊所使用的雙面板產品，一直發展至今以汽車板、工業電腦板、背光模組板以及專門運用到特殊散熱的鋁基板等，「創新」是邑昇實業的策略，產品以自我風格和市場做區隔，包括鋁基板（MCPCB）及「導光管」照明都是創新成果。

創新思維開發新產品

邑昇在二〇〇六年投入LED研發，目前無論在PCB設計製造或LED照明之設計與製造營運都呈現佳績，為



博

鰲亞洲論壇於三月底公布「亞洲上市企業競爭力二〇一四年度報告（註）」，在亞洲上市企業綜合競爭力的前三百名，台灣有九家企業入榜，其中邑昇實業排名七十三，超越台積電、廣達電腦等大廠，台灣

註：亞洲上市企業競爭力二〇一四年度報告，根據基礎能力、發展能力、盈利能力和抗風險能力對亞洲一萬三千七百八十家上市企業進行綜合競爭力比較。





使公司茁壯永續發展，該公司擬定股票掛牌上市的計劃，二〇一三年八月三十日已獲准與櫃掛牌朝既定目標前進。

目前邑昇推出的「D」護眼燈具打出自有品牌 DOSH，並以外銷為主，獨特設計將「D」燈泡設於兩端，再藉由反光條而不需濾光片直接讓光源循彎曲式導光管側投發光，目前應用面除桌上型檯燈、腳踏車車燈外，亦可應用於嚴禁火花或限制紫外線產生的特殊場合，未來計劃將延伸至醫療領域。對於展示間內的燈管、檯燈，甚至已被知名大廠運用使用的腳踏車前後燈，他如數家珍般介紹說明。他說：「以護眼「D」檯燈來說，突破二次光源設計應用於附屬照明及創意模組，因採 DC 直流電驅動，具有電力消耗低、光線不閃爍、無電磁波、燈管不會爆裂等特點，已獲專家驗證是眩光最低且光源最穩定，對眼睛傷害最低的科技產品。」

心靈文化凝聚向心力

事業經營出色的簡榮坤也是第

三十六屆創業楷模得主，據聞該公司課長級以上的幹部流動率為零，問起他的管理哲學？他表示，對於基層員工要求是不要出錯，建立良好的流程及品管就不易出錯，工作自然快樂；對主管則要求「先做最壞的打算」，先思考最糟狀況加以防範。此外，塑造大家庭的觀念，公司採取師徒制，每一位新進員工進入公司後主管都會指派一位師傅，不只傳授專業技能，也要看顧同仁的身心狀況，讓他們儘快融入企業大家庭。

一走進邑昇大門就會看到右側供奉土地公，只要簡董事長一進工廠他就燒香祈福，這也帶動部分員工上班前，也會在土地公前合掌祝禱，祈求土地公護佑在這土地上工作的人平安順利。邑昇實業有個頗特殊的企業文化——進香，每年都會安排同仁到屏東車城土地公廟——福安宮進香，也會到花蓮勝安宮參拜，透過這樣的心靈文化之旅，凝結向心力。

關懷弱勢 善盡職責

「人脈就是金脈」對企業經營有莫

大的助益，人際關係極佳的簡榮坤認為，經營人脈要主動付出、不惜成本，更重要的是不求回報，發自內心、毫無目的地做服務，真心交朋友。他也將服務的精神延伸到企業從事公益活動，之前辦慈善園遊會、關懷創世基金會弱勢團體等，前一陣子他們在企業家庭日為角板山雲雲國小的校舍安裝「D」燈具，並辦了歐式自助餐會，邀請師生與他們同歡，不僅協助學校的照明，透過活動也讓孩子們有了更深刻的感受。

對於未來，簡榮坤表示，產品繼續朝向多元化經營，並邁向國際化發展，成立海外分公司直接結合當地市場運作，擬定策略找出突破性的創新商品。未來也考慮併購產品力佳但不善經營的公司，豐富企業的產品線。對於社會公益，也將善盡企業責任編列較多的預算，從社區服務的概念出發，結合自家產品，提供更有效的關懷。此外，對於有心創業者，他也願意提供一己之力分享經驗，協助他們在創業過程中少走冤枉路，火力全開衝鋒達陣。

奢華古典盡在蕾蒂

樹珮蓉 跨界珠寶藝術饗宴

成立於一九九八年的蕾蒂時尚珠寶，秉持著多元化設計的理念，貼近市場需求，引導珠寶收藏家及愛好者，在喜愛擁有珠寶之餘，使其具有傳世的價值。除了珠寶，在這裡也能見識嶺南畫派歐豪年大師的字畫作品。

文／羅怡怡 攝影／楊樹山



作的襯映下，更顯風雅。

原來，充滿人文氣質的樹珮蓉是歐豪年大師的學生。她表示，與珠寶相同，字畫也頗受女性消費者的喜愛，不只突顯品味，更可作為傳家寶。歐豪年老師的創作兼具日本及西方的美學，豐富水墨藝術的表現力，作品廣受世界各地博物館收藏，包括大英博物館、巴黎塞凡夫斯基博物館、美國聖地牙哥美術館及北京中國美術館等，是當代極具代表性的國畫大師之一。

飾品融入生活

店內的珠寶飾品設計，來自於樹珮蓉及設計師的創作。她表示，寶石好比豪宅，一定得透過設計才能彰顯其附加價值。店內推出一系列多樣款式的珠寶產品，包括鑽石、翡翠、珍珠及珊瑚等，

本從事休閒產業的蕾蒂珠寶集團董事長樹珮蓉一頭栽入珠寶世界，一開始以批發、電視購物為主，看好台灣珠寶的消費實力，於二〇一〇年成立門市，並將進

軍以年輕世代為主的網路世界。

蕾蒂珠寶的裝潢設計猶如藝廊一般，店內有一個二七〇度玻璃展示櫃，服務人員可以清楚地介紹櫥窗商品，消費者有興趣的款式亦可直接取出佩戴欣賞，

透過近距離的解說，提供貼心滿意的服務。除了璀璨的珠寶，店內也掛著嶺南畫派歐豪年大師的字畫作品，珠寶在畫

珠寶的美，除了呈現寶石的色彩及光澤，也能修飾女性的頸部、臉部線條，巧妙的搭配，更能襯托女性嫵媚的特質。

珠寶字畫傳家寶

因為對珠寶的喜愛，原





符合國際時下珠寶流行的

設計趨勢，除了主要的婦

女消費族群，流行的款式

也吸引年輕的上班女性族

群於上班佩帶，落實珠寶

飾品生活化。基於精益求精，

樹嫻蓉不斷自我精進，

不僅到南京大學進修，也

陸續參加珠寶設計比賽，

透過交流提升個人能力。

深具美感的樹嫻蓉認為，

珠寶飾品具有畫龍點睛的

作用，舉例來說，俐落套

裝會讓你顯得專業卻流露

幹練，若搭配一副耳環，

可以緩和過於強悍的視覺，

展現優雅。而高級珠寶與

禮服的搭配，鑽石珠寶的

燦耀光芒，能與服裝相輝

映將人襯托地更高雅。她

建議，就如購買保單一般，

針對不同階段做不同珠寶

採購規劃。從年輕養成購

買珠寶的習慣，逐件添購，

兼具實戴、保值及傳世的

功用，累積下來就是一筆

不小的財富。

四招辨真偽

閃耀著璀璨光芒的珠寶，總有讓人抗拒不了的魅力。關於辨別真鑽的方法，樹嫻蓉提出以下方式：

1. 透視測試法：將鑽石面朝下放在

寫了黑色字體的書或報紙上，嘗試可否

透過鑽石看到字。透過一顆切磨比例

良好的鑽石絕對不能清楚看到底下的黑

色字體，這是因為鑽石的折射率很高的

緣故。但是如遇到折射率也很高的模仿

品，例如摩星鑽（Mossane），這個

方法就無法分辨了。

2. 外觀的判別：鑽石的美主要來自

它對光所產生的特殊效果，這種光的效

應就是我們稱的亮光、火光和閃光。亮

光和寶石的折射率有關，鑽石、蘇聯鑽

和瑞士鑽的折射率都相當，所以亮光也

差不多，美國鑽和水晶折射率較小，所

以亮光較差。火光，又稱彩虹光，也就

是光學上所稱的色散，鑽石和蘇聯鑽的

色散相當，美國鑽較差。

3. 放大鏡觀察特徵：由於鑽石硬度

極高，在切磨後刻面極為光滑，而且刻

面與刻面相接的稜線非常銳利。一般模

仿品硬度較低，稜線較圓鈍，甚至會有許多碰傷缺口。

4. 螢光燈：在螢光燈長波照射下，

「蘇聯鑽」呈橘黃色反應，鑽石的反應

則不一，或藍或黃綠，甚至沒有反應。

對於整批的鑽石，可以用螢光燈照射看

看，若混有「蘇聯鑽」，可迅速分辨出

來，但此方式並不是一〇〇%準確。

看好網路市場

看好大陸自由行的族群增加，樹嫻蓉

表示，她的大陸友人來台旅遊時，都會

透過網路查詢包車、旅館資訊，並依美

食部落客介紹按圖索驥，出門前早已將

來台所有行程打理完成。這正好給她靈

感，她將蕾蒂官網與大陸知名的入口網

站連結，透過能見度提升打開知名度，

並印製蕾蒂珠寶台灣自由個人遊專用

手冊，結合優惠券，讓蕾蒂成為陸客來

台的指定購物門市。

另外，看好年輕世代逐漸成長的消費

力，她也強化珠寶設計的獨特性及年輕

化，並將成立網路購物中心，結合商品

資訊、珠寶知識及穿搭建議，讓年輕人

可以輕鬆購買喜愛的珠寶，成就珠寶生

活化的美麗境界。

社區再造 追求共好 朱進郎 黃麗絹

打造花蓮光復綠寶石——欣綠農園

欣綠農園在朱進郎與黃麗絹夫婦的攜手打造下，早成旅人造訪花蓮縣光復鄉必訪的風味餐廳，不僅在地野菜風味一絕，溼地景觀更是令人嚮往！ 文、攝影／洪詩茵



座

落於馬太鞍溼地中的欣綠農園，坐擁清澈翠綠的溼地景致及四通

八達的木棧道，在餐廳後方徐徐流淌的清徹小溪，有駐足溪水邊的紅冠水雞及低空飛掠而過的白色鳥兒，不時可聽見蟲鳴鳥叫。在帶著植物香味的清新空氣中，品嚐欣綠一道道「只此一家別無

分號」的在地風味菜餚，人生極致享受不過如此。

這樣一座世外桃源，誰能想像它的前身不過是一處提供釣魚人方便的小廚房，在釣客肚子餓時，煮一碗方便麵供他們享用，為他們烤上幾尾現釣的魚兒嚐鮮。但在回鄉創業的朱進郎與黃麗絹夫婦的努力下，當初的小廚房搖身一變成為如今遊客必訪的在地風味餐廳。

貴人相助 水到渠成

從決定回花蓮創業的那一刻，朱進郎從未想過放棄，他以開朗而中氣十足的言談細數創業經歷，開過庭園茶藝館、不₂<、民宿，也做過醫療器材業務員、代課老師，更曾種過國蘭，期間妻子黃麗絹無怨無悔的協助，是他堅持走下去的強力後盾。對朱進郎來說，「每次經歷都是一個學習的機會，從做中學是最快的成長方式。」



欣綠農園的前身小餐廳，原是由朱進郎的媽媽經營。有一天，一個旅行社領隊來他們家附近捉野生鱉，到他們餐廳吃烤魚，就和朱進郎提了一句：「你們可以做團餐，我帶客人來！」夫婦倆覺得可行，就答應了！黃麗絹表示：「還記得第一次做團餐，才一桌，就讓我們準備了一整個早上。我先生對植物非常有天分，最初都是先生負責買菜，他喜歡找一些在地特殊野菜，並且和賣菜的原住民媽媽聊天，也因此開發了許多野菜吃法。」

借力使力 相輔相成

剛開始做團餐，欣綠都是接零散單，主要是靠那位領隊帶客，但漸漸做出名聲後，連計程車司機也會帶客人來用餐。欣綠的菜色多樣而獨特，每一道菜色都有著在地人文風景，更因此發展出「說菜」的特色。朱進郎表示：「東西



是人變出來的，雖然我沒有學過做菜，但是我敢嘗試，不會刻意去迎合每個人，而是以食材為主隨性搭配烹飪料理，反而做出特色。至於『說菜』，其實是因為很多野菜客人連聽都沒聽過，『說菜』可以讓客人吃得安心，也較願意嘗試。」

於此同時，朱進郎並進修組織栽培課程，隨後在大全社區發展協會撰寫社區改造企劃案，希望將餐廳與在地生態文化結合，也因此讓他有機會與農會接觸，進而得到補助金整頓馬太鞍溼地的環境，並成為農會舉辦活動的場地，雙方借力使力、相輔相成。而朱進郎也因成功將馬太鞍溼地轉型成休閒農業，而於二〇〇三年獲頒最佳神農獎。

放大格局 共好成長

懷著「共好」的服務心，朱進郎成為客人與馬太鞍溼地生態導覽員的中介窗口，更透過「說菜」延伸擴散效益，為農民種的菜免費打廣告。「樁樁、一件件，對朱進郎來說，「一個人再能幹也有限度，這些作為只是借力使力的過程，我提供這些方便給別人，無形中也是在幫自己的忙，藉此放大農園的格局。」

辛苦打拼至今日，一直帶頭衝在前面，難免成為針對的目標，也曾失望、沮喪，但太太一句「做你想做的，不要在乎別人的想法！」讓朱進郎慢慢學習放下，並放慢自己的腳步，退到第二線擔任輔佐他人的角色，他說：「人不能永遠處於高峰，我決定休息一段時間，儲備繼續前進的能量。」



豆腐乳 (丈母娘、手路菜)



全家福



烤山豬肉+菇蔴



滷豬腳



香水金針 (五月限定)



海菠菜 (冬季限定)



炭烤吳郭魚



紫米飯



青木瓜雞湯

在地風味菜

欣綠農園的食材全為在地食材，不論是豬肉、雞肉或野菜，野菜依季節推出，七、八月的野菜有奇異菜、黃花美人、紅梗空心菜、麵包果、木鼈子等。烤魚為招牌，吳郭魚買回來後會先放在山泉水中養一個月，不刮鱗覆上粗鹽現烤，入口不帶土味，散發自然鮮甜。

齒顎矯正 欲速則不達

高嘉澤 先了解需求、再追求治療

齒顎矯正蓬勃發展，然而多數人對齒顎矯正仍舊存有許多疑問與誤解，中山醫學大學口腔醫學院高嘉澤院長挾著近半甲子的齒顎矯正專業，從根源告訴大家正確的齒顎矯正觀念，並傳授挑選齒顎矯正醫師的基本原則。

文、攝影／洪詩茵

的對象多是小孩、有錢人或國外回來的人，直到經濟成長，一般大眾的觀念改變，齒顎矯正才慢慢蓬勃成長。

而高嘉澤院長早在齒顎矯正專科尚未盛行之前，就選擇這門專科作為未來職志。他笑言，沒有什麼獨到的市場眼光，當初單純是因為看中這門學科與一般傳統牙醫不同，兼顧患者身心兩方面的需求，透過治療不僅可讓患者咬合正常，更可改善容貌外觀，不只治療患者的身體，更有助心理的療癒。

矯正時機因人而異

高嘉澤指出，所謂齒顎矯正，主要包含兩個部分：一、牙齒排列不整，影響發音、咬合及呼吸等功能，藉由牙齒矯正改善；二、先天顎骨有問題，導致有唇斗等影響外觀或咬合等情況，藉由外科整形手術矯正。

坊間關於進

行齒顎矯正的

正確時機說法頗

多，造成患者疑慮，究

竟齒顎矯正在什麼年齡進行最為適宜？高嘉澤特別釐清，齒顎矯正沒有所謂幾歲進行才是最佳時機，孩童時期有適合小孩的矯正方式，成年時期也有適合成年人的方式，矯正的最佳時機應是因人而異，必須透過專科醫師依照診斷結果加以評估，才能做出判斷。

一般來說，齒顎矯正在牙齒或是骨骼發育完全之後再進行比較好，而牙齒發育完全大約是在十七、八歲左右，因為這時期骨頭發育已完全，才能避免長大後重覆治療的情況。但若孩童時期就發現小孩有口腔問題，難道要置之不理，等到小孩長大後再說嗎？高嘉澤特別解釋，孩童時期的矯正基本上都是一口腔



顎矯正發展至今已逾百年，然相關學科在台灣卻一直未獲重視，

直到二十年前才開始蓬勃發展。中山醫學大學口腔醫學院高嘉澤院長從事齒顎矯正已近三十年，可說是台灣齒顎矯正專科的元老之一。他表示，齒顎矯正在台灣起步甚晚，主要是因為經濟因素，在生活溫飽都有問題的年代，齒顎矯正



習慣」的糾正，舉凡吐舌頭、吸手指、咬鉛筆、咬棉被或口呼吸等不良習慣，都可能造成牙齒排列或顎骨發育不正常。因此，當家長發現小孩有不正常的口腔習慣，最好立即帶小孩就醫，透過配戴矯正裝置改善小孩的口腔習慣，以免齒顎異常的狀況日益嚴重。

治療時間沒有折扣

齒顎矯正最常見的治療裝置為固定式矯正器與活動式矯正器。固定式矯正器又可分為唇側矯正器及舌側矯正器，唇側矯正器清楚可見，舌側矯正器則較不明顯；至於現在較新式的隱形矯正器則屬於活動式矯正器的一種，類似維持器，雖然隱形矯正器至今已發展到第五代，但就功能來說，還是固定式矯正器的效果比較好。

但不論是固定式矯正器或活動式矯正器，治療時間都需要兩年左右。至於一般患者常有的疑問：「矯正完後究竟要不要配戴維持器？需配戴多久？」高嘉澤強調，這個問題臨床研究也沒有得出結論，有些人治療結束後，不戴維持器也不會恢復原樣，但有些人不戴維持器牙齒位置就會跑掉，還是建議患者務必

配戴。至於配戴時間，「一般來說，治療時間多久維持器就戴多久，這是基本原則。如果不想一整天都戴著維持器，至少晚上睡覺的時候一定要配戴，以免治療效果毀之一旦，又要延長治療時間，既費時又費錢。」

優先挑選專科認證醫師

齒顎矯正屬於自費治療，有專門的齒顎矯正診所，部分牙醫診所也有附設齒顎矯正治療，患者究竟該如何挑選？高嘉澤提醒，就像之前提到的，齒顎矯正需要一定的治療時間，坊間有些診所標榜快速矯正，只需要一年的時間，殊不知齒顎矯正「快、慢」並不是重點，速度太快甚至可能造成牙根受損，品質才是最該關注的重點。

此外，如何選擇合適的矯正醫師？高嘉澤建議，可以考慮通過衛福部專科醫師認證的牙醫師為挑選參考前提，至少在治療品質上比較沒有疑慮。他更進一步提醒，不要輕易聽信網路上的言論，每位患者的狀況與需求不同，一定要清楚表達自己的需求，多問多看多聽，再做決定，如此才能擁有最適合自己的矯正治療。



高嘉澤 Profile

現任

- 中山醫學大學 口腔醫學院 院長
- 中山醫學大學牙醫系暨研究所、口腔科學研究所 部定教授
- 中山醫學大學附設醫院 齒顎矯正科 主任
- 衛福部齒顎矯正專科醫師、專科指導醫師

經歷

- 中山醫學大學 口腔醫學研究所 教授兼所長
- 中山醫學大學 口腔生物暨材料科學研究所 教授兼所長
- 中山醫學大學 牙醫學系、碩士班、博士班 教授兼所長
- 第十屆 中華民國齒顎矯正學會 理事長
- 中華牙醫學會理事、常務理事
- 衛福部 第一屆齒顎矯正專科醫師甄審委員會 主任委員
- 考選部 牙醫師考試典試委員
- 教育部 大學評鑑委員
- 美國齒顎矯正學會國際會員 (AAO)
- 世界矯正學會會員 (WFO)

♥由永達業務代表及客戶熱情參與志工。



手。愛關懷」活動，關懷對象將遍佈安養機構、失親機人志工的表演，將愛與關懷傳遞給弱勢朋友。

懷
台上藝人勁歌熱舞 台下樂開懷
探訪當天在台灣優質生命協會秘書長紀寶如帶領藝人志工：林松義、林沖、黑面、向娃、舞棍阿伯



♥志工攙扶長者們入席。

2014永達志工年 攜手愛到頂
永達持續關懷，2014永達志
工年正式啟動，誓願號召更多的業
務代表與民眾一同加入，建立企業
公民社會責任新典範。繼「愛傳承
關懷演唱會」後，永達再次與台灣
優質生命協會攜手舉辦「大手牽小

永達志工首發團 探訪淡水「
仁濟安老所」
四月二十六日，永達志工來到
「仁濟安老所」銀髮安養機構，包
含永達三十五位志工與協會十五位
志工，陪伴四十位長者。這群沒有
經驗的永達志工，難以掩飾心中的
興奮與緊張，小心翼翼的攙扶著長
輩們，以貼心的問候與親切的笑容
，化解了陌生的距離感。



♥與長者們貼心的談天與按摩。

「大手牽小手。愛關懷動」活動 永達志工探訪仁濟安老所

♥ 藝人向娃(圖右)到台下和爺爺奶奶握手問候。



♥ 藝人林沖(圖中)帶來成名曲「鑽石」。



陪伴之中獲得溫暖

：等，用經典老歌、逗趣對話，喚起長輩們曾經擁有的美好回憶。

簡單的陪伴和聊天，對一般人

是再平常不過的事，安養所的爺爺奶奶們，卻鮮少有說話的對象。永達的業務代表在工作忙碌之餘，甚至帶著家人和客

戶共同來參與探訪活動，志工們對長輩噓寒問暖、幫長輩爭取搶答禮，曲終人散之際，長輩們詢問志工何時會再來，讓志工們不忍鼻酸，更加心疼這些老人家。

活動結束後，志工們分享彼此的心情，永達元家雄業務專案協理表示：雖只有短短的相處時間，卻感受到老人們的喜悅和快樂。張琳嫻業務區經理與客戶也分享：活動中，讓她們感受到人性中有更寬廣和溫暖的一面，並在長輩身上看見他們的樂觀，反而讓她們獲得更多能量。帶著高齡八十四歲的父母和女兒一起擔任志工的劉晉好，覺得能陪伴長輩們談天說地，讓這個假日更有意義。遠從桃園來的劉惠文

與女兒提到，看似悶悶不樂的奶奶，一見到女兒竟開心的笑了，原來長輩們看到小朋友比看到大人志工還開心。

對所有的志工來說，探訪初體驗的經驗獲得了滿心溫暖與感動，期盼有更多的永達人與客戶一同參加「大手牽小手。愛關懷動」活動。❀



♥ 感謝當天所以志工朋友們，永達邀請您和我們一起「愛到頂」。

保經同業齊心作公益 永達熱情相挺送愛心

「好險有你愛相挺 你我一起心飛揚」公益園遊會上，保險經紀人同業愛心大團結，不分彼此，為支持照顧弱勢族群全力以赴。
文／公關部 攝影／楊樹山

由 中華民國保險經紀人商業同業公會、中華民國保險

代理人商業同業公會、中華保險與理財規劃人員協會共同主辦的「好險有你愛相挺 你我一起心飛揚」公益園遊會，五月十七

日在台北市花博公園爭艷館舉辦。中華民國保險經紀人商業同業公會理事長李傳皓表示，

很感謝所有保險同業共襄盛舉，保險本是社會福利制度的一環，藉著今天的活動，希望未來能不斷落實保險業的社會責任。

副總統蒞臨現場支持

此次愛心園遊會跨越各大保險經紀人公司擅長的界線與藩籬，同心為社會公益而努力，此舉象徵著愛心跨界、不分彼此。副總統吳敦義及保險局局長曾玉瓊特別蒞臨現場，肯定活動善行。副總統吳敦義表示：「『保險』是穩定國家社會的重要產業，今天保險經紀人、保險代理人等同業，不僅以行動串連支持公益，在會場設立七十多個攤位，義賣金額高達三百萬元，捐贈給忠義



保險局局長曾玉瓊小姐（中）見證主辦單位捐贈發票給弱勢基金會。

社會福利事業基金會、中華民國唐氏症基金會與天使心家族社會福利基金會，顯見保險從業人員對社會公益不遺餘力。」
本次活動內容訂名為「大手小手同「S」樂」，內容包括美食小吃、地方名產、二手物品及親子同樂遊戲等，吃喝玩樂樣樣有。現場同時舉辦「發票捐贈獻愛心」，



副總統吳敦義先生（左四）見證主辦單位捐贈三百萬元予弱勢基金會。



永達保經陳慶鴻總經理（前排左五）蒞臨活動現場為工作人員打氣。



永達保經吳文永董事長（右三）現場捐贈發票支持活動。

將放在孩子親製的相框，讓他記住自己參與過這樣有意義的活動，未來只要有能力也要和吳董事長一樣幫助別人。」

為衝高義賣金額，永達保經所有工作人員都卯足全力吆喝，只見攤位上絡繹不絕的人潮，讓工作人員忙得不亦樂乎，彰顯永達熱心公益的企業精神。

廣邀大眾捐贈三月至五月有效發票，為公益共盡一分心力。

永達全力投入號召愛心

一向致力於關懷弱勢的永達保經，亦參與公益認攤及捐贈善款，由魏滿妹、韓孫珍華、陳威琳三位業務協理及林惠萍業務處經理設置四個愛心攤位，分別銷售永和豆漿及水煎包、可麗餅、脆皮雞蛋糕及免費相框製作等，四個攤位的工作人員分別穿著紅、黃、紫、白的服裝，充分展現永達人熱情、正向、以客為尊、真誠的態度。永達董事長吳文永、總經理陳慶鴻也到場為工作人員打氣，捐贈票做愛心及購買義賣商品，為活動盡一分心力。一對帶著小男孩的父母與吳董事長合影後說：「合照



韓孫珍華業務資深協理此次廣邀客戶參加園遊會，她說：「看到業務夥伴及客戶有錢出錢有力出力，在園遊會上玩得開心、吃得盡興，讓人非常感動。他們以實際行動關懷扶助全省身心障礙及社會弱勢團體，讓他們迎向陽光、快樂生活。」她負責的攤位是脆皮雞蛋糕，稱得上是現場人氣美食，攤位前總見排隊人潮。



魏滿妹業務協理負責的攤位是可麗餅最受期待，鐵盤上一張張可麗餅皮製作時香氣四溢，當充滿餡料的可麗餅拿在手上時，即使花了時間排隊都值得。她表示，保險經紀人不只是謹慎維護客戶的財產，對於參與社會公益更是不遺餘力，參與公益活動是企業的社會責任，值得推廣。



林惠萍業務處經理負責的攤位是免費製作相框，這項創意頗獲好評，不少民眾帶著小朋友捐發票，著手製作獨一無二的相框。現場並張貼介紹公司特色的海報，讓民眾對永達保經有進一步的認識。除此之外，她也與美兆健檢合作，提醒大家保健的重要，並推出優惠專案，讓民眾投身公益，也關心自己的健康。林惠萍認為，回饋社會的工作，許多企業平常都在執行，但這次集結大家的力量讓效果加乘，更讓參與民眾留下深刻印象，突顯保險互助的精神。



不停地盛裝水煎包及豆漿補貨的陳威琳業務協理，從一開始策劃園遊會販售內容就相當興奮，她指出，永達一向提供客戶最優質的產品，此次園遊會也不惜成本推出香濃道地的永和豆漿及水煎包，就是希望每位客戶參與公益活動，能吃得開心盡興。保險事業就是一份愛的事業，而做公益則是成就愛的希望。永和豆漿果然有魅力，只見民眾一箱箱購買，也有人吃著水煎包搭配豆漿，好吃到直點頭。



長照患者安全照護 123

專訪：中華安全行動照護協會祕書長張瀨仁



所謂安全照護，需要從態度、溝通、環境、輔具、安全性等諸多面向來達成，還須兼顧長照患者與照顧者的需求，才能真真正正做到安全照護。 文／洪詩茵 攝影／楊樹山 部分資料來源／台灣長期照護專業協會、中華民國家庭照顧者關懷總會、中華民國老人福利推動聯盟

台灣即將邁入老年化社會，不只老年人口比例增加，失智症患者人數也愈來愈多，患者從發病

到死亡一般耗時約八到十年，顯見長期照護的需求日益迫切。然而，基於國情及傳統觀念，台灣長照患者的照護工作多是落到家人身上，甚至由某位家人一肩擔下，這其中著實隱藏諸多危機，照顧者的專業知識、照護環境的安全性、照顧者的心理調適等等，皆是長照患者與照顧者的安全隱憂。

長期照護的專業性不容忽視，照顧者對長照患者的「態度與溝通」、照護「環境與輔具」的修繕應用、照顧者的健康狀態等等，都可能影響照護工作的品質。長期照護是一場長時間的抗戰，良好的照護品質對長照患者及照顧者來說有益無害，如果照顧者能理解長期照護的技巧與重點，不僅有助改善長照患者的失能狀況，也可降低其照顧的壓力，進一步提升生活品質。

居家照護須知

◆ 態度與溝通

一般照顧者最容易忽略的照護重點就是「態度與溝通」這兩大面向，總以為只要照顧好長照患者的食衣住行及安全問題即可，然而良好的互動是照護品質的根本。中華安全行動照護協會祕書長張瀨仁表示，照顧者欲與長照患者建立良好的互動模式，就必須建立正確的對應態度與溝通原則。



一、態度：同理心＋耐心

面對長照患者，照顧者必須調整其應對態度，對他們要有同理心，不能將長照患者當成正常人來看，要知道被照顧者的心理壓力不比照顧者少，那種無能為力的挫敗感會讓他們混身長滿尖刺，照顧者必須要以「耐心」對待他們。

張靜仁進一步提醒，一般最常見的錯

誤認知就是「把老人家當小孩來照顧。」她強調，老人與小孩的基本背景並不相同，小孩是張白紙，對大人的教導自然照單全收，但老人家畢竟有其社會歷練，如果將老人家當成小孩對待，有損其自尊心，若是失智症患者，更可能造成其症狀惡化。

二、溝通：語言＋肢體＋環境

長照患者身體不好，脾氣自然也不好，尤其失智症患者更是對自己缺乏信心。因此，與他們溝通必須善用肢體語言與周邊環境、道具。長照患者容易沒有安全感，對話過程中，如果能夠不時握握他們的手或者是碰觸他們，可以帶

給他們安全感。另外，面對反應較為遲鈍或者健忘的老人家，要招呼他們去洗澡時，可以手持浴巾，讓他們透過聽覺與視覺更清楚知道接下來要做什麼；面對一問再問的問題，建議將問題寫下來給對方看，透過視覺加強印象，千萬不能不耐煩地回答「我上次不是說過」了！」

除此之外，與失智症患者對談時，記得一次只能說一個重點，不只要放慢說話的速度，咬字更要清晰可辨，確定對方聽得清清楚楚。尤其切記以「引導」取代「問題」，張靜仁舉例說明：「問題會造成失智症患者的緊張與恐慌，千萬不要考他們，同樣的問候語有不同的表現方式，以『阿姨，我是○○○。』取代『阿姨，你記得我是誰嗎？』會好得多！」

◆環境與輔具

時常聽聞許多居家照護案例，因為居家生活環境的安全性不足，導致滑倒、磕碰等意外事故，對長照家庭造成更沉重的負擔。其實不論是居家環境的修繕或是輔具的運用，皆是為了提供長照患者與照顧者更為安全的居家照護環境，

大環境靠修繕，小環境靠輔具。各縣市政府長期照護管理中心即提供「居家無障礙設施設備改善及輔助器具改善」服務，由專業治療師前往案家，提供居家環境評估與輔導專業諮詢服務，增進環境安全。而環境與輔具的修繕與選購原則大致如下：

一、居家環境修繕

居家照護環境的修繕主要考慮的重點有二：一為行動進出；二為安全性。張靜仁指出，針對行動不便的長照患者，例如需要藉輪椅進出的患者或者是行動不便的老人家等，最常見的居家環境問題大多是門寬與門檻，多數老舊公寓不僅沒有電梯，導致輪椅上下樓的不便，且門寬通常不容輪椅通過，高高的門檻也造成進出障礙，建議以通用設計的原則進行居家環境的檢視與修繕，門寬大

何謂通用設計？

通用設計的英文為 Universal Design，意指所有設計應將不同使用者的需求考慮在內，如高齡者、兒童或是身心障礙者等，不只是考慮正常使用者的需求而已，所有產品與環境的設計皆能讓所有人使用。



▲開門式浴缸／方便行動不便者可自行移位洗澡。



▲洗頭洗澡椅／可當便器、洗澡椅，椅背又可放下方便洗頭，多功能的浴廁用椅。



▲移位滑板／患者躺在板上，透過滾動的原理，輕鬆移位。



▲移轉位滑墊／滑墊上的諸多把手都是配合搬運移位過程而設計，方便照顧者施力。



▲移位腰帶／綁在被照顧者身上，前後左右側把手方便照顧者施力搬運，扣在輪椅上又可當成安全帶。



▲懸吊式移位機／只要將墊子塞到被照顧者身下，吊掛在移位機上就可以完全不支力地輕鬆搬運。



▲翻身帶／讓照顧者為患者翻身拍背時，無需一直用手抱著患者，避免肌肉長時間用力。



▲洗澡椅／把手可掀起、椅面可旋轉，降低照顧者為患者洗澡的難度。

於八十公分、以坡度取代門檻等等；若以安全為考量的話，則應在家中容易跌倒的地方安裝扶手，並在浴室加裝防滑設備等等。

二、常見輔具介紹

所謂輔具是「輔助性科技器具」(assistive technology devices)的簡稱，包括任何一個項目、設備或產品系統，只要能夠增加、維持或改進長照患者個人能力，並減輕照顧者身體上的負擔，就算是輔具。近年來國內輔具的使用愈來愈普及，藉由輔具的使用，不僅可以減輕照顧者的負擔，更可讓長照患者自行達成某項活動，對其自信心之建立亦頗有幫助。張瀨仁則指出，透過輔具的使用將可同時兼顧長照患者與照顧者的安全，常見的日常照護輔具共可分為七大類：

1. 行動輔具：協助長照患者可自行完成某項活動的輔助器具。
2. 移位輔具：舉凡臥床時翻身、躺到坐、坐到站、從一地到另外一地等動作，透過移位輔具不僅可減輕照顧者負擔，也避免照顧者直接碰觸長照患者身體，降低受傷機率。
3. 擺位輔具：依據患者特殊擺位需求，令其可維持最正確的姿勢。
4. 減壓輔具：例如氣墊座、氣墊床等，可減輕長時間重壓的壓力，預防壓瘡（褥瘡）等長時間坐臥之傷害。
5. 如廁沐浴輔具：如廁及沐浴是最容易發生意外傷害的活動，運用輔具將可大幅降低意外發生比率，也讓照

顧者更能得心應手。

6·安全照護輔具：預防照護過程中可能發生的傷害，確保雙方安全。

7·復健健康輔具：幫助長照患者進行復健，提升其生活自理能力。

三、輔具選購

輔具種類繁多，且每位使用者的需求、使用狀況、居住環境皆不盡相同，



選購及應用輔具時應事先進行諮詢，經過評估後再進行購買，以免購買到不適合的輔具，甚至使用後產生二度傷害。有些比較簡單或普遍的輔具，在醫療器材行，甚至一般賣場即可買到。但若未確定購買的輔具是否適合，張滯仁建議，各縣市政府皆設有輔具服務單位，可請輔具評估人員協助進行評估，並告知購買品項，也可詢問評估人員輔具購買的政府補助事宜，盡量降低照護成

本。除了政府單位之外，近來民間亦成立不少「輔具中心」，中華安全行動照護協會即屬於民間成立的單位，以安全行動照護輔具為主，設有情境式輔具展覽區，一個人也開放導覽。

關於輔具購買，因為聽過、看過許多案例，張滯仁特別提醒：「使用的人與購買的人畢竟不同，建議選購時應該請使用的人到現場試用，包括照顧者與長照患者，確定使用狀況順利，再行購買。有些長照患者個性執拗，不容易接受家人建議，帶他們到現場直接試用，透過專業人員的解說介紹，比較容易說服他們接受。免得買了，長照患者又不肯使用，反而白白浪費了！」

◆重視照顧者安全

身心問題壓垮照顧者

長相恬靜、待人和善的小英，擔任學校職員，原本有滿意的生活，並計劃和男友步入禮堂，但母親突然重病需長期臥床，三個哥哥將照顧母親的重擔推給她，小英辭去工作，和男友分手，回家全心照顧母親。多年來，因為長期幫母親翻身，小英肩膀及背部拉傷、酸痛不

居家喘息服務

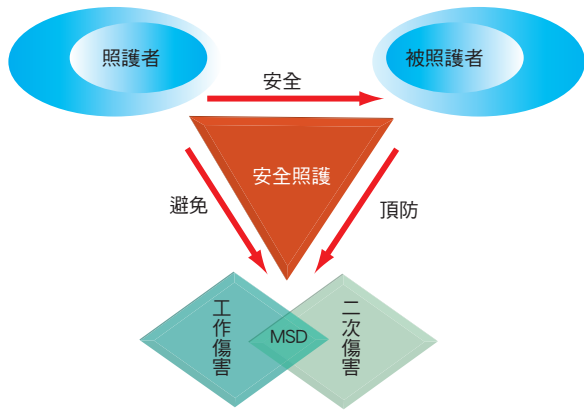
依據家庭照顧者需要，由受有訓練之照顧服務員到家協助家庭照顧者照顧失能者。

服務對象：主要照顧者或被照顧者，設籍該縣市並實際居住者；由家人連續照顧 1 個月以上者。

補助標準：輕度及中度失能者每年最高補助 14 天；重度失能者每年最高補助 21 天。補助受照顧者每日照服費新台幣 1,000 元，可配合使用機構及居家喘息服務。依家庭經濟狀況提供不同補助標準，低收入戶由政府全額補助；中低收入戶由政府補助 90%，自付 10%；一般戶由政府補助 70%，自付 30%。

申請方式：以電話或親自至各縣市長期照顧管理中心提出申請。

應備文件：申請書、身分及戶籍證明文件、低收入戶或中低收入證明（一般戶者免附）、其他相關文件。



斷，但卻沒有休息的時間，只能靠哥哥們拿回家的錢維生，哥哥們又常對她照顧母親的方式指手畫腳。年紀漸長，小英心中惶恐，對未來感到茫然害怕，她害怕自己就快要得憂鬱症了！

上述案例點出家庭照顧者最常見的大問題：一、壓力大，長時間未獲得足夠的喘息與支持，心理健康狀況每下愈況；二、搬運患者的姿勢不良或是照顧技巧不足導致身體受傷。最後演變成身心兩方面的煎熬。

善用輔具及社會資源

根據統計，有八成以上的家庭照顧者，曾經因為照護工作而受傷。張瀞仁語重心長地呼籲，照顧者與被照顧者的安全同等重要，照顧者一定要珍惜自己，因為長期照護工作不是一天兩天的事情，一定要做好長期抗戰的心理準備，如果照顧者因為照護工作受傷而無法繼續照顧長照患者，一定會造成更沉重的經濟負擔，也因此，照顧者的健康至關重要。

張瀞仁進一步說明，照顧者最常發生的傷害為下背部痠痛、肩頸痠痛、手腕疼痛等，而這些症狀多是因為重複性的姿勢不良、負載過重等照護行為造成的肌肉骨骼傷害，只要善用輔具，就能夠避免上述傷害；至於照顧者的心理壓力問題，則建議可以善用國家與社會資源，不要受制於傳統觀念，害怕背上不孝罪名，而不敢尋求外援，多多利用政府提供的喘息服務，積壓已久的情緒一旦爆發，傷害力反而更大。

如何挑選照護機構

◆ 了解各機構屬性

對於坊間各種安養照護機構，你究竟

長期照護相關展覽 & 課程

◆ 台灣國際銀髮族暨健康照護產業展

時間：2014年6/19 ~ 6/22
地點：台北世貿中心展覽一館
需知：不需報名

◆ 安全行動照護國際研討會

時間：2014年6/7下午1:30 ~ 5:30 (1:00入場)
地點：實踐大學圖資大樓 (N棟) B2 國際會議廳 (台北市中山區大直街70號，近捷運大直站)
需知：安全照護、打造多贏局面，邀請來自丹麥的國際安全照護顧問 Allan Vinther，進行安全照護與動力輔具應用專題演講。需提前報名。



了解多少？如果家中有長照患者，家中又沒有人可以負擔照護責任，你知道要如何挑選合適的安養照護機構嗎？目前國內的安養照護機構主要可以分為安養機構、養護機構、護理之家、長期照護機構，其收住對象的標準如下表所示。

◆實地考察最安心

除了依據各養護中心的收住對象判斷合適的養護機構，選定合適的類別之後，接下來就是判斷究竟要挑選那一家機構了。張瀨仁指出，挑選安養機構可從以下幾點進行判斷：

1. 至各縣市政府社會局尋找養護機構的評鑑結果，社會局會將所有細項的評鑑結果一一詳列。
2. 親自到現場去觀摩，而且不能只去一次，至少要去兩次以上，其中一次最好是出其不意造訪，如此才能看到機構平常的服務情況。
3. 相信自己的直覺，設身處地去想自己會不會想要住在這裡。除了看氣氛、環境、活動課表及服務人員的態度之外，最重要的是觀察被照顧者的表情，這點絕對是最重要的判斷依據。

類別	屬性	服務對象
安養機構	老人福利機構	日常生活能力尚可的老人家。
養護機構	老人福利機構	生活自理不便，需要他人協助照料並提供簡單護理服務者，但以無需醫護技術服務者的老人家為主。不過現在有些養護機構的老人家插有鼻胃管或尿管。
長期照護機構	老人福利機構	收住的對象與護理之家相似，同樣全天 24 小時提供照顧服務，但機構之負責人不一定是護理人員。必須向所在地之社會局申請。
護理之家	護理機構	日常生活上需要他人協助，或者是插有管路（尿管、氣切管、胃管）的人。機構負責人是護理人員，全天 24 小時皆有護理人員照顧，但必須向所在地的衛生局提出申請。

4. 觀察照護人員與被照顧者的比例，並且詢問專業護理師與照護服務人員各有多少，機構有沒有請營養師等等。

◆長期照護要保險

不論是居家照護或者是機構照護，一個家庭如果有一位長照患者，送到機構每月支出至少三萬以上，就算請外勞居家照顧，每個月基本支出也要二萬二千左右，這些都還未將耗材、藥品、輔具等支出計算在內，龐大的長照費用讓保險市場衍生出類長期照護險。對於商業型類長期照護險的必要性，張瀨仁建議大家要以積極的態度去面對，一個家庭如果有一位長照患者，拖垮的會是整個家庭，但如果有事先做好長期照護保險的規劃，至少有備無患，也能讓長照患者擁有比較好的照護品質。





- ◆ 招牌裝扮：排汗透氣衣褲、登山鞋、背包。
- ◆ 最愛關注：自然生態、鄉鎮風物、常人之生活風景。
- ◆ 行跡動態：埋首案頭寫作繪圖，或漫遊山野行走人間。
- ◆ 香港經驗：曾駐訪香港浸會大學、香港城市大學、嶺南大學，旅居期間在香港各地行山觀察，帶領學生認識家園土地。
- ◆ 近作鴻爪：《11元的鐵道旅行》、《十五顆小行星》、《男人的菜市場》、《裡台灣》、《四分之三的香港：行山·穿村·遇見風水林》。



▲ 最懂得在台灣旅行」的劉克襄，以同樣走踏台灣的真心，試著在文學和登山記行中，揉合遊記的況味，在香港行山，提出「穿村美學，里山風水林」的理念與新視角，深入旅遊指南甚少提及的香港郊野，寫給不知香港有郊野的人。

劉克襄 暑假親子旅遊漫談

時間、定點、空間 創造親子深入交流的契機

被喻為「最懂得在台灣旅行」的劉克襄，可說是親子旅遊的最佳代言人，不僅時常帶著全家人到戶外旅遊踏青，更曾推出親子旅遊書籍。對他來說，親子旅遊就該選擇一個定點，旅居一段時間，才能真正熟悉當地，並增加親子間互動。

採訪／洪詩茵 攝影／楊樹山



有人說，他是作家；有人說，他是詩人；有人說，他是鳥人；有人說，他是自然觀察員；有人說，他是台灣旅遊達人；現在，更有人說，他是生活觀察家。這個他，就是劉克襄，一九五七年出生於台中縣烏日鄉，以二十一歲之資，推出個人第一本創作詩集《河下

流》，之後就開始他的筆耕生涯。年輕時的劉克襄，喜歡以自然生態書文，從鳥類、昆蟲到文史地理，皆囊括筆下，而「觀察」即是他的靈感來源，詩文、小說、散文、繪本都是他的書寫型式；年紀漸長，因為熱愛大自然、表情登山，喜歡以兩隻腳踩踏出一個地方的特色文化，劉克襄的「觀察」行腳遍及全台，而他的書寫也從自然寫作，擴及古道探索、蔬果紀實、鐵道風情、小鎮之美、人文歷史，近幾年甚至融入生活見聞，抒發著他對周遭人事物的獨特見解。

透過旅遊傳承生活價值

二〇〇九年，劉克襄以一本《十一元的鐵道旅行》，從小眾作家躍升為暢銷作家，這是人文的一種回歸，也是文學與旅行的另種連結，以「慢遊」的形式蘊釀成形。近幾年間，「慢遊」幾乎已成為旅遊市場的主流，而喜歡慢慢地走走邊「觀察」的劉克襄，就在這股風潮中成為「慢遊」的代表人物，成為眾多熱愛旅遊人士的嚮往指標。

從前，在家中小孩尚年幼時，推崇自然教育的劉克襄，總是喜歡帶著兩個小

孩子到戶外接近大自然，帶著他們探訪台灣的農村、小鎮、老街，坐火車旅行、賞鳥等等，他說：「我希望能讓孩子們了解自然生態的價值，將自己喜歡的東西帶到小孩子的生活當中，這是一種生活信仰與價值的傳承。」旅行途中，他總會要求兩個小孩帶上畫具，隨時隨地找機會佇足、觀察、描繪，帶他們領略以繪畫書寫旅遊記憶的樂趣。



劉克襄帶兩個小孩爬大霸尖山之紀念合影。

遠離人潮 親子交流更密切

二〇〇〇年，劉克襄曾推出《綠色童年——親子戶外旅行》一書，整理他多年來帶領小孩進行戶外旅行的經驗，書中不僅道出他對自然的態度，更帶人看到他領著孩子感受自然的方法與心情。還記得……劉克襄眼中盛滿回憶地說道：

「我記得十多年前，曾經一大早帶著全家人到大溪老街，大概八點左右吧！我讓他們拿出畫冊來畫老街，當時大溪老街還沒什麼人潮，還沒那麼觀光世俗化。當時這樣的行為不奇怪，但同樣的行為如果放到現在，在滿是人潮的大溪老街坐下來畫畫，人家卻會覺得你很造作。」

劉克襄帶些感嘆地敘述，現在當紅的一些內灣、大溪等小鎮老街，當年都有著他們全家的旅行足跡，還記得帶著兩個小孩造訪內灣小鎮，已經是十六、七年前的事情了，那時的內灣小鎮就只有一、兩家餐廳，但現在卻已有十多家餐廳進駐。以前他們最愛造訪的那些小鎮老街，現在常常都是處於客滿狀態，十幾年的光景，他們看到的是一個小鎮的演變。

親子旅遊的重點是親子之間的互動，在旅行的過程中更深刻的了解、認識彼

此。劉克襄坦白點出：「小鎮觀光化也突顯出一個很矛盾的問題，不可諱言，在過去，小鎮或許是最適合親子同遊的選擇，但如今我們所熟知的那些小鎮，早已失去當初靜謐悠哉的色彩，充斥著滿滿的人潮。不是說這樣的演變不好，也不是說父母不能帶小孩子去一些熱鬧的景點參觀，只是若以促進親子關係為前提，我還是比較建議父母帶小孩去一些現在還沒有很多人潮的地方，這樣親子之間的關係一定會更不一樣。」

親山靠海擇偏 慢慢玩

暑假即將到來，迎接長長的假期，父母究竟應該帶小孩子到哪裡旅遊，創造回憶？劉克襄建議：「現在我們所認識的一些小鎮老街，暑假到了很多都會客滿，所以我是鼓勵大家，並不是說一定要去找一些新景點，而是不妨去找一些安全的森林小徑或者是有趣的民宿，定點旅行，來一場小小的旅居，也就是三天兩夜、四天三夜這樣的形式，停留時間至少兩天以上，這樣才能跟當地培養出一種熟悉的關係，也才能真正看到些什麼。」

配合暑假，劉克襄進一步推薦大家，

可以選擇一些靠海邊或森林的民宿，可能那家民宿有自己的農場，也可能那家民宿旁邊有一條森林小徑，讓人可以從容地漫步與觀察；有些民宿甚至會推出一些富有地方色彩的精采餐食，或安排達人帶路玩的活動，例如「薰衣草森林」



劉克襄造訪嘉義土溝村。

就是不錯選擇。而台十一線（花蓮—知本）、台二十一線（埔里—水里）沿線也有許多很精采的民宿，可以住在那邊，再到處走走看看。

如果仍舊希望來一場小鎮巡遊，劉克襄建議，可以選擇一些社區再造做得比較好的小農村，因為小農村比較沒有那麼觀光化，例如：結合農村特色，有藝術造景的「嘉義土溝村」；也可選擇一

志工旅遊更添教育意義

除此之外，劉克襄也提出一些比較獨特的親子旅遊方案供參考，比較調皮好動的小孩，可以帶著他參加一些生態組織舉辦的活動，或是溯溪、攀岩等探險活動，但這類型的活動非常熱門，通常必須提前規劃；還有另一種志工型態的旅遊活動，每年七、八月有一種水梯田

「遠離人群才能看到自己跟孩子的關係。」劉克襄如是說。

錯的選擇，但記得不要選平溪、十分、菁桐這些熱門站點下車，可以挑嶺腳、望古、三貂嶺這些較為冷門的小站下車，



劉克襄在新竹尖石司馬庫斯。

些山區部落，例如：有提供生態導覽的新竹尖石鄉泰雅部落「司馬庫斯」；又或者搭支線火車去玩，也是非常適合夏天的親子旅遊方案，平溪線就是

的耕育計劃，主要目的在恢復台灣溼地生態，例如：八煙、貢寮、港口部落都有推出水梯田復育計劃，帶著小孩子去插秧、耕種、參與部落活動，實為更有意義的旅遊方式，建議可長期關注這方面的資訊，儘量多找多看，一般在農委會就可以獲得這方面的資訊。

劉克襄補充說道：「至於像我一樣喜歡爬山的父母，現在剛好是夏天，也非常適合爬山，雪山和玉山都是不錯的選擇，如果全家的體力狀況適合，倒是可以選擇帶小孩子去爬山。如果不會爬山，古道健行也是很不錯的選擇。」

炎炎的夏日、長長的暑假，來不及安排出國旅遊的父母，不妨就近安排國內親子旅遊，依據劉克襄的推薦與建議，帶小孩到戶外走走看看，也藉機增進親子之間的互動與了解。



劉克襄年輕時登玉山照片。

劉克襄暑期親子生態旅遊推薦

● 福山森林植物園

地理位置：宜蘭縣員山鄉

位於台北、宜蘭交界處，海拔四百到一千二百公尺，林內保有台灣地區典型的天然闊葉樹林，動植物種類豐富，目前園區蒐集栽種之植物共有六十六科、四四一種，共三千二百餘株。為維護園區生態，每日的參觀人數是有管制的，因此入園區參觀需事先申請。園區內的設施包括自導式步道、指示牌、木橋、涼亭、林間教室、坐椅等，路面多鋪碎石，方便參觀步行。

● 茂林國家森林

地理位置：屏東縣三地門

茂林國家森林境內有阿里山山脈與玉山山脈，地形東高西低，荖濃溪、濁水溪、隘寮溪三大溪流其間，境內瀑布、縱谷、曲流等自然景觀廣布，更有全世界少見的環流丘地形景觀，尤其瀑布及斷崖景觀更是令人驚豔，瀑布多達二十一處，氣勢奔騰、懸垂如絲的瀑布皆有，風情各異。遊覽其間，眼目所及盡是層層疊疊的秀麗山林，日升日落，綺麗景觀各異。

● 大雪山國家森林遊樂區

地理位置：台中市和平區

大雪山國家森林遊樂區海拔二千公尺以上，座落於雪山山脈西南向主稜的後段，海拔高度由最高的小雪山走向西南的鞍馬山、船型山及稍來山延伸至的稍來溪深谷。早期為台灣中部地區重要的林場，因此林相豐富，紅檜、扁柏、鐵杉等原始林密布，暖、溫、寒三種森林帶，各有獨特的生態林相，林內雲霧變幻似仙境，天池、雪山神木、啞口觀景台都是必訪景點。

【書訊】

整理／羅怡如 書籍資料提供／商周出版、台視文化、時報出版、皇冠文化、柿子文化



《放膽一搏：100堂撼動世界的領導課》／強納生·基福特

本書囊括二百年來全球影響力最鉅的一百位企業領導人，精要剖析其領袖特質、創新思維與經營謀略，以及如何率領旗下事業，從不見經傳、逆轉危機、領先群雄，直到改變世界！卓越領導人曾經踏過的足跡，包括創業之初的瓶頸、走馬上任的混沌、營運虧損的難題，都是無分古今、不論地域都會碰到的管理挑戰；了解他們的宏觀視野、創新思維、大刀闊斧的變革歷程，將是現今獲得職涯成就前的必修課！



《錯誤的保健反而不長壽》／高須克彌

本書顛覆過往被傳頌的健康理論法，以新的理論觀點告訴你，什麼才是真正能夠健康長壽的生活法則。當日本正流行所謂的一日一食，日本話題醫師高須克彌卻以同樣身為醫師的角度，拍胸脯表示，「一日一餐是錯誤健康法。他認為，所謂「醫食同源」，醫療的根源在於飲食。想著著飢餓得到年輕與長壽，無疑是天方夜譚。而他更以自己做見證，「年輕與長壽的祕訣，就在於吃美味的食物，過快樂的生活。請看看我的改變。」



《還想吃》／王瑞瑤

本書集結餐廳、美食、大廚採訪全紀錄，筆鋒銳利、直白地告訴讀者「好吃的道理」，如同做新聞報導，追出真相、不欺騙、不失真！全台灣最語不驚人死不休的資深美食記者王瑞瑤，告訴你「不要懂吃、會吃，更要專業、愛吃！重要的是「吃美食長知識」，聽老師傳說故事、也聽食物的故事」。從名人到平民，從媽媽的味道至米其林大廚的好味道；上百個精采美食鏡頭以及美食餐廳完全指引！畢竟，真正的美食，要回歸到「人」本身！



《打造有錢腦》／午堂登紀

作者是日本知名的投資理財專家和經營顧問，所以有機會接觸各行各業高收入的成功人士。他發現這些「有錢人」跟普通人最大的不同之處，就在於他們腦袋裡的「常識」。在這個即使努力踏實工作，也未必能夠獲得加薪的時代，本書透過「因常識受限而只能年賺三十萬」的普通人，與「能突破框架而年賺一千萬」的有錢人的比較，告訴我們什麼樣的思考習慣和行動模式才能引領我們邁向成功！一輩子勤奮不懈，卻只有微薄的收入，如果你不甘於這樣的人生，現在就請立刻打開這本書！

85 期贈書得獎名單：台北市／余○怡、台中市／鄭○雲

RICH 達人月刊為回饋讀者長期支持，特別準備兩本柿子文化《扭轉疾病的新4大好食物》及《難怪會生病》要送給您！填妥下列資料，在六月三十日前傳真至 (02)2521-4047，就有機會獲得。(請務必確實填寫下列資料，以便利抽獎作業)

我同意 RICH 達人月刊為贈書抽獎，使用下列資料！

姓名：_____ 生日：_____ 年 _____ 月 _____ 日

地址： _____

電話：_____ E-mail：_____

(贈書抽獎結束後，個人資料將進行銷毀，不另做它用，以保障個人權益。)



SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
01 五月初四 宜：祭祀、開光、謝土、立碑、起基	02 端午節 宜：嫁娶、祭祀、出行、移徙	03 五月初六 宜：祭祀、解除、會友、裁衣	04 五月初七 宜：祭祀、沐浴、祈福、修造、動土	05 五月初八 宜：祭祀、求嗣、認養	06 芒種 宜：出行、開市、開光、入宅、移徙	07 五月初十 北區《財經講座》元家雄 10:00-12:00 《理財講座》韓孫珍華 10:00-12:00 《財經講座》王文進 10:00-12:00 《理財講座》李國豪 10:00-12:00 《理財講座》謝宏茂 10:00-12:00 中區《主題財經講座》林桂興 10:00-11:45 《「愛·傳承」關懷演唱會》 台中區區藝文活動中心 14:30-16:30 南區《產業趨勢財經講座》蒲祚生 10:00-12:00 宜：祭祀、沐浴、理髮、掃舍宇
08 五月十一 宜：嫁娶、納采、訂盟、立券、交易	09 五月十二 宜：祭祀、沐浴、開光、出火、拆卸	10 五月十三 宜：破屋、壞垣	11 五月十四 宜：祭祀、開廟	12 五月十五 宜：開市、立券、交易、納財、破土	13 五月十六 宜：祭祀	14 五月十七 北區《從價市看房市講座》陳有天 10:00-12:00 《財經講座》王群元 10:00-12:00 《理財講座》白淑儀 10:00-12:00 《財經講座》陳月碧 10:00-12:00 《理財講座》陳有賓 10:00-12:00 《財經講座》劉玉芬 10:10-11:40 《名人講座》高志斌 14:00-16:00 桃園《財經講座》王星惠 10:00-12:00 南區《產業趨勢財經講座》李嘉倍 10:00-12:00 宜：祭祀、祈福、解除
15 五月十八 宜：安門、栽種、起基	16 五月十九 宜：祭祀	17 五月二十 宜：立券、交易、納財、出行、會友	18 五月廿一 北區《與成功有約講座》 韓孫珍華、黃建華 14:00-16:00 中區《永達致富列車創業說明會》 林桂興 14:00-16:00	19 五月廿二 宜：祭祀、沐浴、掃舍宇	20 五月廿三 中區《財富人生講座》 李麗英 14:00-16:00	21 夏至 北區《資產保全講座》林文鵬 10:00-12:00 《財經講座》尚穎 10:00-12:00 《理財講座》林美雲 10:00-12:00 《財經講座》王文進 10:00-12:00 《信託講座》李國豪 10:00-12:00 《社會保險權益與商機講座》簡玉梅 10:00-12:00 《財經講座》宋木海 10:10-11:40 桃園《理財講座》徐富全 10:00-12:00 中區《即時財經講座》謝祥民 10:00-11:45 心靈成長列車：友你真好系列講座 《一的力量-You are the power》 沈芯菱 14:00-16:30 南區《保戶回饋講座-有夢解夢·人生似夢-你的內在 世界》高志斌 10:00-12:00 宜：祭祀、沐浴
22 五月廿五 宜：破屋、壞垣	23 五月廿六 宜：祭祀、齋醮、塑繪、開光、開廟	24 五月廿七 宜：開市、立券、交易、掛匾、訂盟	25 五月廿八 中區《有效開發客戶開券行銷》蔡名蔚 14:00-16:00 南區《金融理財講座-保障家庭現金流量收入》 李世傑 19:00-21:00	26 五月廿九 宜：納采、訂盟、祈福、出行、出火	27 六月初一 宜：合帳、納財、安門、裁衣、拆卸	28 六月初二 北區《醫生講座》呂英立 10:00-12:00 《財經講座》張文瀚 10:00-12:00 《理財講座》韓孫珍華 10:00-12:00 《財經講座》王文進 10:00-12:00 《保險公司安全性講座》李新星 10:00-12:00 桃園《財經講座》李嘉倍 10:00-12:00 中區《即時財經講座》余松坤 10:00-11:45 南區《關注全球經濟發展趨勢》謝甲輝 10:00-12:00 宜：諸事不宜
29 六月初三 宜：嫁娶、納采、訂盟、祭祀、祈福	30 六月初四 宜：祭祀、祈福、開市、出火、謝土					

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

人生有永達·萬事都騰達

精彩可期的生涯規劃

享受退休生活

從永達服務

規劃開始！

