



第 2015-10 期

避免錯誤的核心習慣

本期目錄

👑【職場管理】

避免錯誤的核心習慣.....2

👑【資訊新知】

網站全面施行 HTTPS 時代來臨.....13

👑【個人理財】

理財最容易犯的 15 大錯誤.....25

👑【廚房料理】

文旦柚子雞湯.....29

👑【分享園地】

熱心的尷尬.....32

👑【義聯講堂】

輕鬆學美語.....33



避免錯誤的核心習慣

行政部

「習慣對我們生活有絕大的影響，因為它是一貫的。在不知不覺中，經年累月影響著我們的品德，暴露出我們的本性，左右著我們的成敗。」—美國管理學大師史蒂芬·柯維（Stephen Covey）

一、莫讓習慣成為最壞的主人

習慣，在不知不覺間主導我們的行為。當我們對某一個行為、某一項工作或某一種社會情境習以為常時，通常慣性行為會配合當時情境自然演出，很少會引起我們太多的思考或情緒上的反應。然而，透過每一次的重複演練，習慣更加深藏在每一個刺激與反應相對應的情境之中。2006 年美國杜克大學的一份研究報告指出：人們每天的活動超過 40% 以上是由習慣形成，而非來自於經過思考後的決定。專書明確的告知我們：習慣的出現正是為了避免決策疲勞。

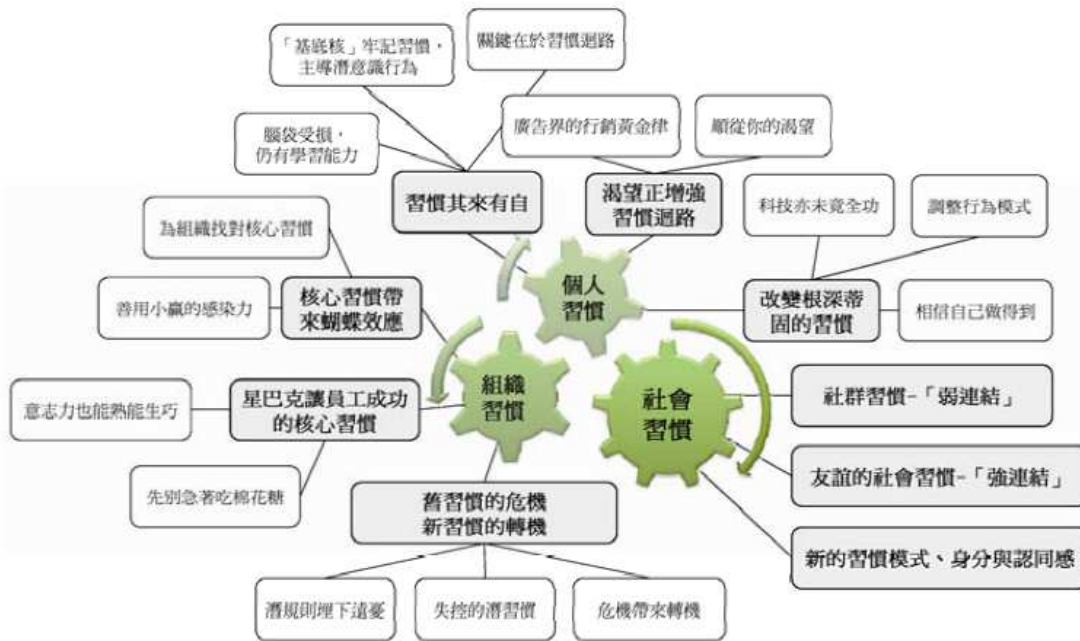
習慣（habit）在心理學中的定義，是指：稍加思考或完全不加思考而規律性反覆出現的行為，並且是得自後天而非先天的。近年因科學研究的進展，習慣（habit）一詞已有不同定義，國內習慣心理研究學者—柯永河教授，在 1994 年定義習慣（habit）一詞為：「任何心理現象，只要具有『刺激』、『反應』及『兩者間穩定的關係』，即可稱之為習慣。」。

或許是因為習慣總是躲在思考的背後，默默的影響行為，在許多人的印象中，習慣的重要性似乎遠不如思考，因為「它」只處理日常例行的事務。自美國前總統老布希從 1991 年起提出「腦科學」後，全世界投入腦科學的研究，對於心物的結合有新發現，我們對於腦和行為的關係有了越來越多的了解。許多心理學家及學術、研究機構投入大量人力、心力研究習慣的形成、發展與影響，逐漸深入探討習慣在各領域中

《為什麼我們這樣生活，那樣工作？》一書的作者查爾斯·杜希格（Charles



Duhigg) 綜合心理學、神經學以及社會學知識，探討「習慣迴路」如何影響個人、組織或社會等 3 種主體。



二、「習慣迴路」如何影響個人、組織或社會

1. 個人習慣

(1) 個人習慣的運作模式

1990 年代初期，麻省理工學院研究人員發現基底核 (basal ganglia) 受傷的動物，能力會突然出現問題，例如學不來如何走出迷宮，或是記不住打開食物容器的方法，因此開啟了對基底核神經組織的研究。在「老鼠走迷宮」的實驗裡，一開始老鼠在迷宮裡左彎右拐、橫衝直撞看似是不經思考的動作，實際上腦部尤其是基底核非常活躍，遊走迷宮的老鼠，其實腦部不斷在處理和分析資訊，重複跑了幾天後，老鼠越來越熟悉習慣路徑穿梭速度也隨之加快，每隻老鼠腦部心智活動越趨下降，連腦部管理記憶區域都停擺，短短一週，迷宮的路徑已全然內化，無須動腦思考。透過觀察老鼠的慣性行為模式，整個過程可以視為提示、慣性行為、獎酬所構成的三段式習慣迴路，隨時間而越來越自動，提示和獎酬讓你持續保持強烈期待和慾望，習慣因此形成。

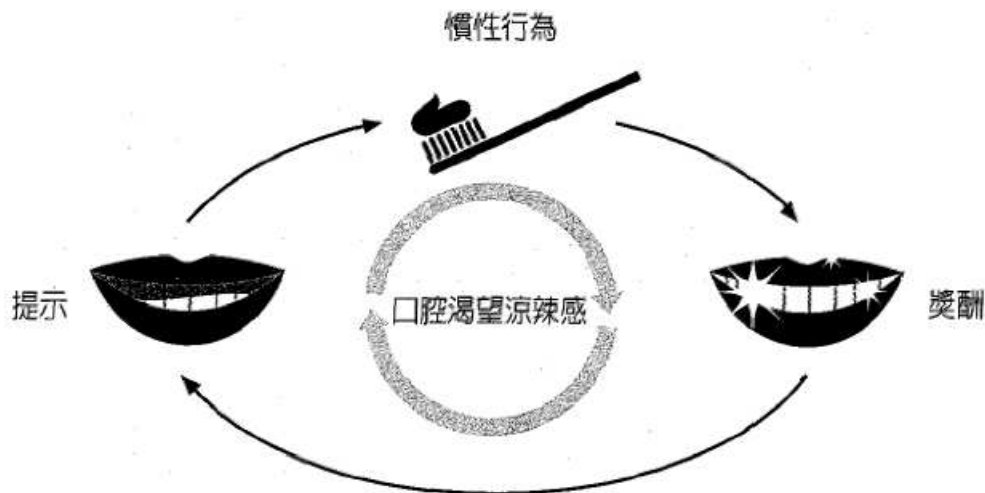
前揭迷宮老鼠尋找巧克力的慣性行為，其實是在腦部構成了三段式迴



路：首先，「提示」（進入迷宮的喀擦聲）就像開關，告訴老鼠的腦部此時進入自動化模式，再來是「慣性行為」（老鼠快速穿梭）。最後，「獎酬」（巧克力）讓腦了解，這套迴路值得記憶，未來遇到相同提示又出現時，可以在最短時間反應，也就是所謂的「習慣成自然」。

廣告界鬼才霍普金斯在美國國民口腔問題嚴重，國人鮮少有刷牙習慣的時代背景下，成功地使逾半數美國人養成了刷牙習慣，「白速得牙膏」業績 30 年來長紅不墜。究竟霍普金斯做了什麼？

「白速得牙膏」廣告出奇制勝處，在於把牙齒上的黏斑作為提示，廣告請觀眾用舌頭舔一遍牙齒，基本上大家都會照做並且感覺黏斑的確存在。廣告掌握的提示訊號簡單易懂，所以消費者一經廣告提點，便自然而然地依樣畫葫蘆。廣告不斷暗示著，只要用白速得牙膏刷牙（行為），就能擁有傾倒眾人的笑容（獎酬），而消費者每天期待刷牙後的清新感與笑容魅力，這種渴望的感覺即是推動新習慣的動力，讓產品在短時間內就爆紅，讓原本僅有 7% 美國人願意購買牙膏刷牙，短短 10 年間數據飆升到 65%。




劍橋大學神經科學家沃夫藍·舒茲（Wolfram Schultz）進行猴腦研究，當名叫朱利歐（Julio）猴子看到螢幕上出現彩色圖形時就必須碰一下拉桿，此時就會有 1 滴黑莓汁從管子滴下來流進牠嘴裡，再重複了數十次後，紀錄牠的神經反應，發現到朱利歐每次得到獎酬時，腦部活動會變得非常活躍，出現「我得到獎酬」的反應，根據神經學理論，朱利歐的行為已化為一種習慣，當行為越來越熟練後，大腦便開始轉為期待喝到黑莓汁。



「習慣的力量到底有多大？」，從上述實驗觀察，習慣會啟動神經的渴望反應，如果能讓提示和獎酬產生聯想，大腦就會潛意識的形成渴望，讓習慣迴路轉個不停，如同《為什麼我們這樣生活，那樣工作？》一書的作者查爾斯·杜希格（Charles Duhigg）不斷強調的「渴望驅動習慣」，只有提示和獎酬還不足以讓新習慣持之以恆，必須讓大腦對獎酬有所期待，如渴望腦內啡分泌或建立成就感，才能驅使我們每天自動繫上鞋帶出門慢跑，因此提示序號必須能誘發我們對獎酬的渴望。最終，新習慣就是這樣養成：結合提示、慣性行為和獎酬，然後創造出渴望，打開習慣迴路的開關。

(2) 建立新習慣的方法：培養全新慣性行為的基礎與核心

建立步驟	以慢跑為例
<p data-bbox="284 1099 679 1151">找出簡單醒目的提示訊號</p> <p data-bbox="472 1182 536 1249">↓</p> <p data-bbox="336 1263 627 1314">清楚界定獎酬內容</p> <p data-bbox="472 1352 536 1420">↓</p> <p data-bbox="301 1431 662 1482">習慣迴路的動力：渴望</p>	 <p data-bbox="740 1451 1305 1547">PS：「渴望」是建立全新的習慣最重要的因素</p>

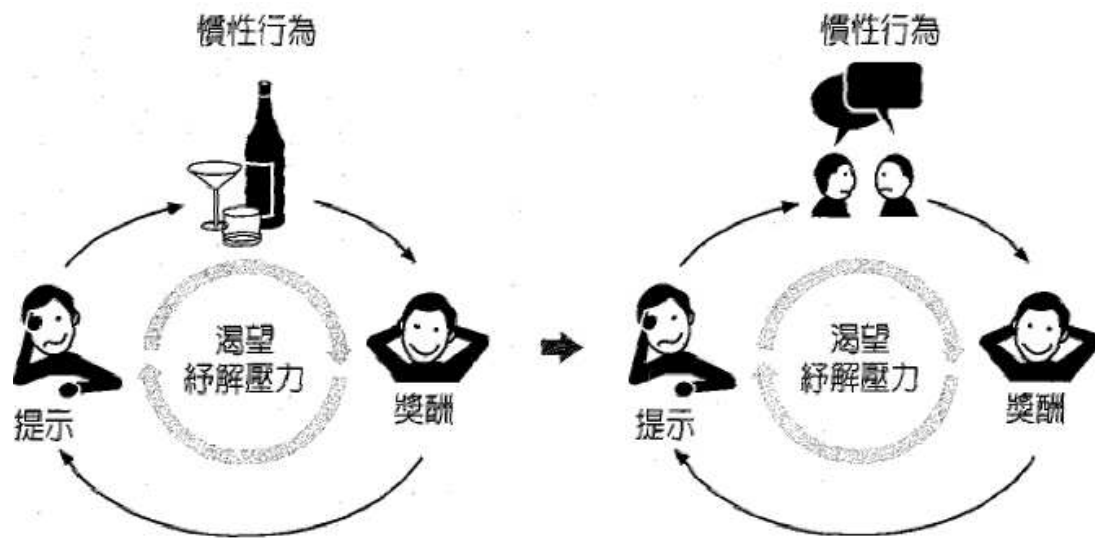
(3) 改變習慣的黃金律—提示與獎酬維持不變，但加入新的慣性行為

《為什麼我們這樣生活，那樣工作？》一書的作者查爾斯·杜希格（Charles Duhigg）在書中提到：「要改掉舊習慣，必須讓提示與獎酬維持原狀，改變舊的慣性行為成為新的慣性行為。」



「戒酒無名會」是全球規模最大的習慣改造組織，每年約 210 萬名酒癮患者向戒酒無名會求助，總計約 1,000 萬人戒酒成功。該會成功之處，在於專注在調整行為模式。「戒酒無名會」為了讓酒癮患者得到類似在酒吧得到的獎酬（有人陪伴聊天），定時辦理聚會並指派一位「輔導員」扮演酒保的社交角色，協助酒癮患者排憂解勞，來調整酒癮患者總是邀約酒友到酒吧，而演變為酗酒的行為模式，如下圖所示。

但社會上仍有許多戒酒者故態復萌的案例，該怎麼解釋？查爾斯·杜希格（Charles Duhigg）在書中提到：，若要戒除再犯率高的習慣，關鍵在於「相信與否」。因為人一旦學會相信一件事，這個修為與習慣會擴及到人生其他面向，不輕言放棄。易言之，調整過的習慣迴路能否永久定型，取決於「信任」。



2. 成功組織的習慣

(1) 核心習慣帶來蝴蝶效應

注重營收的美國鋁業公司（以下簡稱美鋁）執行長保羅·歐尼爾（Paul O'Neil）在新上任後第一件事就是提出一套以習慣迴路為架構的「零工傷計畫」，首先，只要有員工受傷（提示），所屬單位的總經理必須在 24 小時內向歐尼爾報告並提出計畫，保證不會再發生員工受傷的遺憾，確實落實此制度的人則可獲得升遷（獎勵），在歐尼爾帶領下美鋁成為全球數一數二安全的公司，股利大漲營收更創下新高。查爾斯·杜希格（Charles Duhigg）在書中指

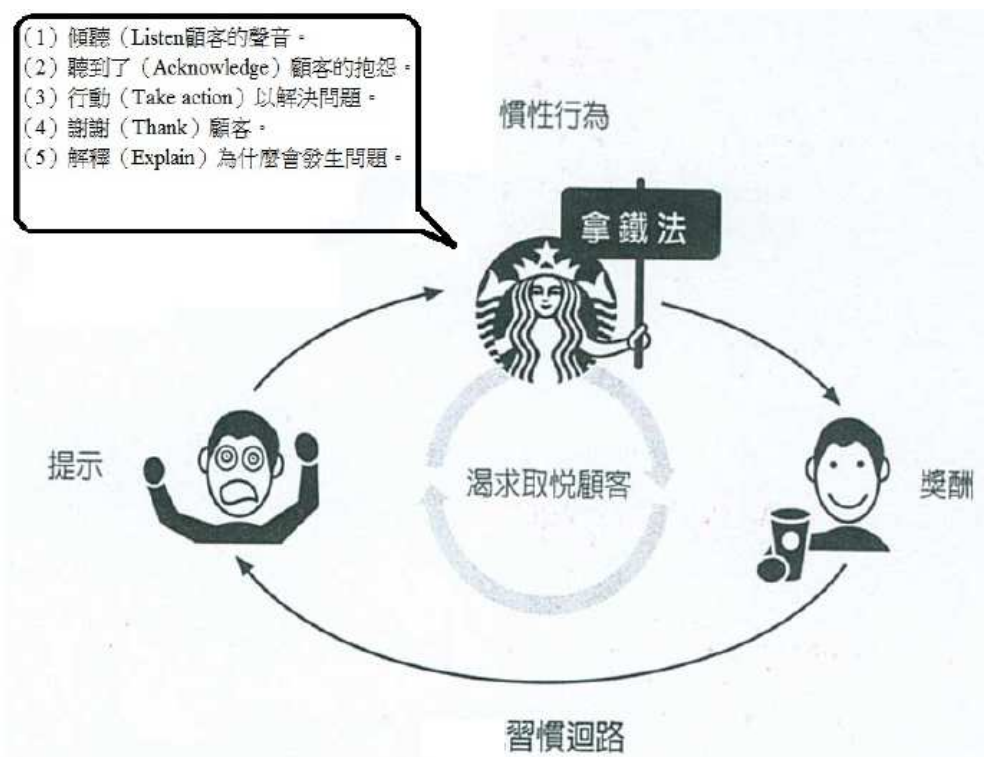


出歐尼爾掌握的秘訣就是致力於改掉某個習慣，讓改變產生的漣漪效應擴及整個公司，換言之，找出核心習慣並致力改變它，核心習慣係指少數幾個攸關成敗的習慣，只要去改變，就能興起一連串效應。

接著，由於要成功做到零工傷，各部門必須重新建構一套溝通系統，讓基層員工的意見可在最短時間向高層通報，因此每個部門每個細節都開始產生了驚人的質變，建立了全新的企業習慣並帶來了「蝴蝶效應」，因此查爾斯·杜希格（Charles Duhigg）強調培養核心習慣，可以帶動廣泛的改變，例如規律運動對健康、飲食、人際關係、個人財務所帶來一連串的正向效應。

(2) 星巴克成功的核心習慣：讓員工擁有高 EQ

星巴克教導員工在面對顧客批評、不耐煩或破口大罵等突發狀況與壓力時，運用學習而來的「意志力習慣」，迅速處理客訴。員工在訓練手冊裡寫下計畫，預先準備克服壓力與被顧客挑起的情緒，不斷練習直到不用思考就能控制情緒，並能對客人做出友善的回應。意志力就是這樣變成習慣：事先選擇並練習某個特定行為，當壓力來臨時，大腦就能立刻反應，進行那套練習多時的慣性行為。



(3) 舊習慣的危機，是新習慣的轉機

羅德島醫院的護士與醫師之間，處於敵對的關係。然而護士們深知自己處於工作地位的弱勢，對於醫生不符規定的行為，噤聲遵照辦理，並發展出一套「潛習慣」，例如：花更多時間重複確認常出錯的醫生開的處方，然後悄悄輸入正確劑量。

羅德島醫院的「別質疑醫生」潛習慣引爆時，肇致了可怕的代價：開錯刀。急診室送進了一位 86 歲硬腦膜下血腫的病患，但沒有寫明血腫位置。護士因為不敢提醒醫生，噤聲省略最後一道確認程序。縫回開錯邊的頭骨導致手術花了近 2 倍時間，病患於 2 週後死亡。無獨有偶，後續 2 年內，羅德島醫院又發生了多起醫療疏失，陸續被罰款，面臨營運危機。

排山倒海的批評聲浪，終於促使羅德島醫院產生危機感，重新檢討手術預防措施與醫療流程。醫院的領導者看準這是組織動盪不安、舊習慣弱化的時機，大力推動革新政策。2009 年全面實施新的安全程序之後，醫院再也不曾發生手術開錯的錯誤，還贏得重症護理最高榮譽「明燈獎」。

3. 社會習慣

《為什麼我們這樣生活，那樣工作？》一書的作者查爾斯·杜希格 (Charles Duhigg) 在書中以「社會習慣」的觀點來詮釋美國阿拉巴馬州的蒙哥馬利的黑人民權運動與全美最大教會的建立過程。社會運動的出現，肇因於社會習慣以及親近友人間的「強連結」，社會運動會擴大，則仰賴「弱連結」將社群運動與鄰居和親族綁在一起。

社會運動的開頭是友誼習慣，又演變成社群習慣，藉由新習慣支撐社群習慣，改變了每位參與者的自我認知。最後查爾斯·杜希格 (Charles Duhigg) 以嶄新的觀點深入探討社會習慣建立的內在驅動力與習慣如何讓罪犯游走於法律邊緣，習慣與自行選擇的自發行爲是否存在著道德問題？出自於習慣所犯下的罪行能否成為脫罪的理由？



《為什麼我們這樣生活，那樣工作？》一書引述 2 個案例，一位名叫巴克曼的家庭主婦不斷進入賭場最終賭掉了繼承的遺產，另外，湯瑪斯因為夜驚而殺了自己的太太，他們同樣宣稱它們的行為是出於習慣，而且是因為習慣而自然發生，然而他們卻得到不同的法律審判，巴克曼受賭場控告民事賠償；湯瑪斯犯了殺人罪然而卻被無罪釋放。

	賭博欠債案	夢遊殺人案
案件簡述	巴克曼藉由賭博的行為渴求麻木的感覺。賭場誘惑難以抗拒，經由獎勵刺激，落入惡性循環。	在夢遊的狀態下，負責監管行為的部分在沉睡，無法做決定。湯瑪斯因此誤殺妻子。
相似處	1. 遵循一個習慣。 2. 為自己的行為感到心力交瘁。 3. 研究部位相同（對於病理性賭博及夢遊習慣者的研究，研究部位同樣為腦部基底核與腦幹）。	
律師主張	巴克曼不是基於選擇而賭博，而是出於習慣，即時的神經差異影響非理性賭博者處理資訊的方式，因此無須為賭債負責。	湯瑪斯是在睡眠中，無意識的情形下遵照習慣反應而犯罪，因此無法控制行為，所以不需為殺人行為負責。
法院判決	1. 有罪。 2. 理由：巴克曼有責任改變接觸賭博行為時已意識到的習慣。	1. 無罪。 2. 理由：湯瑪斯並不知道，夢遊中存在著驅使殺人的模式。
道德選擇	多數人認為病理性賭博行為可透過學習與治療改善，所以必須為行為負責。	多數人同意有些先天習慣因為過於強大，難以醫療行為防治，因此湯瑪斯不需要為殺妻負責。

查爾斯·杜希格（Charles Duhigg）認為一旦你知道一個習慣存在，你就有責任改變他，一但你了解到習慣可以改變，你就有重新塑造習慣的自由和義務。每個習慣都是可塑的，只要你知道方法後就可以選擇自己的習慣，掌握習慣的力量，並且開始努力。

三、結語



習慣不只左右我們的生活，更影響一個組織或公司的發展，或許多數人會認為一家公司的存亡是依靠策略性決策，但組織的習慣才是真正攸關組織存亡的關鍵。例如咖啡連鎖店星巴克設計了一套拿鐵法（LATTE）指導員工面對不理性客人時如何應對，讓處理的流程形成慣性行為；美國廉價航空龍頭—西南航空（Southwest Airlines），鼓勵員工主動解決客戶問題並充分授權員工直接作決定，員工們得以「充分運用個人特色與天賦以創意方式對待客戶」，例如空服員在飛機上帶領乘客一起唱歌或進行小遊戲，帶給旅客一趟充滿歡樂的飛行時光，更形成每個月公開表揚與介紹優秀的員工的慣例。上述都是值得學習的「好習慣」，因此，組織習慣若能妥善建立，就能如同組織DNA一樣傳達給每位成員。

古希臘哲學家亞理斯多德說：「品質即是一種習慣」，為提升組織運作的品質，大多有制定業務標準作業流程（SOP）做為員工承辦業務遵循的規範流程，也為組織奠定習慣。然而在組織建立了常規和習慣，我們更應該小心組織慣性所帶來的危機—「組織惰性」，例如僵化的流程所帶來的繁複手續抑或是遷就習慣而便宜行事造成客戶權益的損害，因此預防組織惰性的最好方法即是定期以創新思維去檢視每個習慣環節，如果我們僅按舊有模式解決問題勢必只能獲致習慣的結果，因此我們應該另闢蹊徑，以創新的氣魄與膽略，加上開闊的態度與思維，使組織不斷的進步創新。

新的一年開始，設定新年新目標成為許多人的習慣，可能是減肥、跑 5 場馬拉松比賽或是早睡早起當個晨型人等，但往往持續幾個月就後繼無力或遭遇阻礙而放棄，查爾斯·杜希格（Charles Duhigg）於其官方網站特別以神經學原理為架構，提出深具操作性的「建立習慣三大步驟流程圖」供讀者作為實踐的指南，因此，達成新年新目標將不再遙不可及。



😊 習慣改造指南	1	找出慣性行為	➡	慣性行為即是最想要改變的行為
	2	做實驗 找出獎勵	➡	找出並正確判斷渴求的獎勵
	3	篩選提示	➡	列出有可能產生關聯的幾個提示，並排除部相關的資訊。 例如：時間、地點、情緒狀態、其他人、緊接在前的行為。
	4	訂定計畫	➡	重新設定提示，選擇獎勵渴求行為，持續注意行為的進行方式直到大腦在不加思索的情況下，自動進行新的習慣。

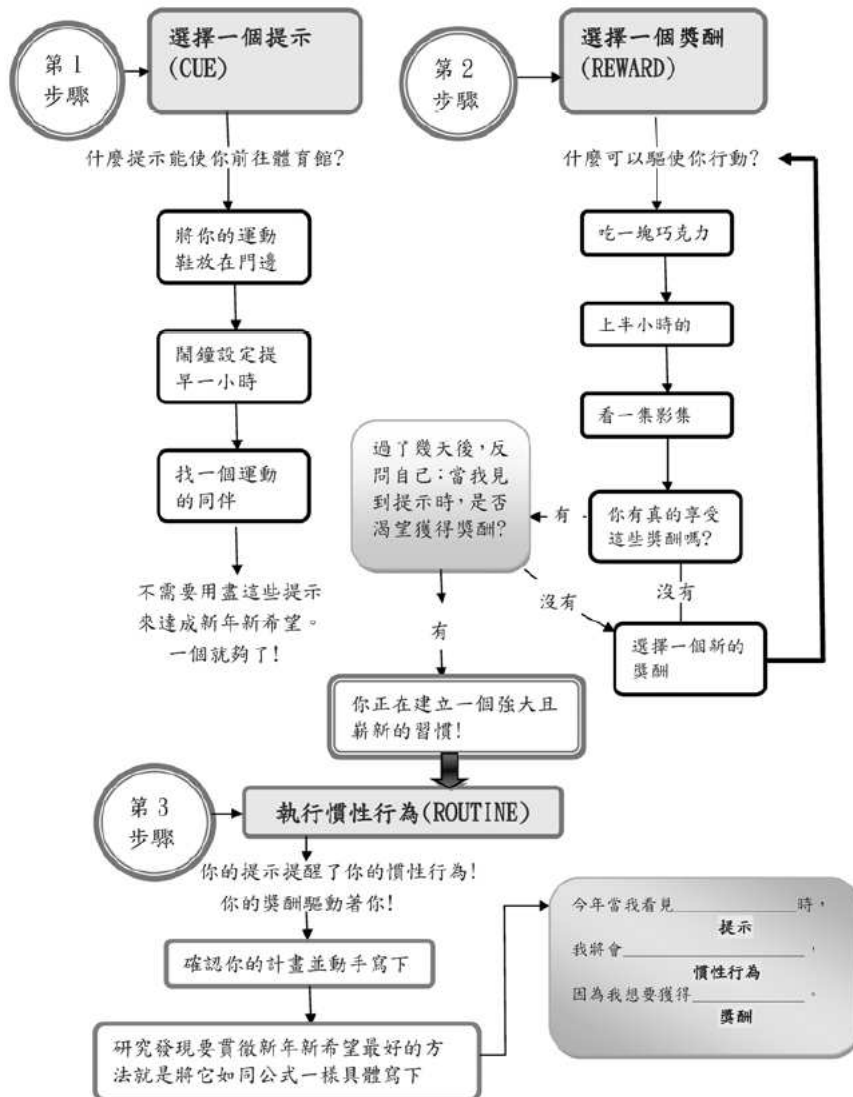


圖 建立習慣 3 大步驟流程圖



資料來源：

1. 陳怡祁，聰明思考，避免錯誤的核心習慣——《為什麼我們這樣生活，那樣工作？》
閱讀心得
2. 陳佩綸，知所先後，則近道矣——《為什麼我們這樣生活，那樣工作？》讀後感
3. 蔡宜珊，我們是魚，而習慣就是水——《為什麼我們這樣生活，那樣工作？》讀後感



網站全面施行 HTTPS 時代來臨

資訊發展規劃部

網頁應用全面主宰我們的工作和生活，許多人打開電腦之後的第一個反射動作，就是開啟瀏覽器，即使是行動應用大行當道的此刻，一般使用者所仰賴的上網裝置，已經大幅轉移到智慧型手機和平板電腦時，執行各種 App 的比例已經不亞於瀏覽器（甚至高出），但實際上這些 App 的執行，所用的應用層通訊協定，最常見的仍是跟網頁瀏覽相關的 HTTP 和 HTTPS。

Http 跟 Https 的差異

HTTPS 以保密為目標研發，簡單講是 HTTP 的安全版。其安全基礎是 SSL 協議，因此加密的詳細內容請看 SSL。全稱 Hypertext Transfer Protocol over Secure Socket Layer。

它是一個 URI scheme，句法類同 http:體系。它使用了 HTTP，但 HTTPS 存在不同於 HTTP 的默認埠及一個加密／身份驗證層（在 HTTP 與 TCP 之間）。這個協議的最初研發由網景公司進行，提供了身份驗證與加密通訊方法，現在它被廣泛用於網際網路上安全敏感的通訊，例如交易支付方面。

和 HTTP 相比，最大的差異就是 HTTP 所有的東西都是直接透過明碼傳輸，如果被竊聽封包的話，可以輕易取得資料。而 HTTPS 有經過加密，因此即使被竊聽封包，也滿難取得封包內的資料。

使用 Https 的重要性

對於一般上網的使用者來說，全面以 HTTPS 存取網站，理論上是比較安全，因為，HTTPS 其實就是額外搭配安全加密技術的 HTTP 連線，可保護網站與用戶端之間的資料傳輸內容，防止它們遭到有心人士的側錄、攔截或竄改。



以往 HTTPS 較常應用在跟金錢有關的線上交易、申請帳號、登入特定應用系統的場合，因為使用者這時會輸入帳號、密碼，以及信用卡卡號、身分證字號、地址等種種與個人身分密切相關的重要資訊，若傳輸資料的過程沒有經過加密保護，等於毫無隱蔽地暴露在網際網路上。

任何人只要能擷取到未加密的相關網路流量，就有可能取得上述資料，進而冒用這些使用者的身分，造成信用卡盜刷、應用系統遭非法濫用。若是被竊取、冒用的身分是系統管理者的帳號、密碼，甚至有可能發生外人占領網站主機的狀況。也因此，當網站系統驗證使用者身分時，經常會要求與用戶端之間連線是透過 HTTPS 協定來傳輸，以確保安全，在這之後、之外的連線又恢復為 HTTP 協定。

這樣的作法已經行之有年了，也不得不然。因為就運作方式而言，網站與用戶端之間的連線，若每一次都要採取 HTTPS 加密方式進行，將對網站端造成額外的負擔，而且，若所承載的用戶端連線數量到達一定規模，勢必大幅衝擊網站伺服器的效能，站方可能需因此被迫增設更多臺伺服器、甚至需搭配 L4 網路交換器或伺服器負載平衡設備，來分散連線負擔，所以，許多網站只在關鍵處，啟用 HTTPS 加密連線機制，其他網頁應用的連線過程則不加密。

甚至，有很多網站完全不提供 HTTPS 的存取方式，因為，站方自認所提供的服務不牽涉到金錢交易，只是呈現內容，所以即使本身設有會員系統、會驗證使用者身分機制，站方也不打算啟動連線加密機制，以節省伺服器資源。

既然如此，Google、Facebook、Twitter、Yahoo 等知名網路公司現在為何要在旗下所有網站，全面施行 HTTPS 加密呢？難道他們是伺服器資源過剩，或錢多到沒地方花，所以故意沒事找事做嗎？而這些至今仍維持既有 HTTP 連線方式的網站，純粹是因為沒錢、沒資源或太少人用，所以才不動如山嗎？

全程使用 HTTPS 加密連線的好處

網站與用戶端之間的連線，若能全程使用 HTTPS 來傳輸，對於個人資料



是比較有保障的。

對於 HTTPS 的特性，A10 Networks 台灣區技術總監陳志緯歸納出下列三點：

資料隱密性：HTTPS 是在端點對端點之間，建立連線通道，資料在傳輸過程中，都是經過加密處理。

建立 HTTPS 連線過程，這包含兩部分：初始化期間，是採用非對稱式的金鑰來交換，後續傳輸資料時，則是用對稱式金鑰。其中，比較耗用系統運算資源的部分是指初始化，目前業界普遍都已陸續採用 2048 位元長度的 RSA 數位憑證；而資料傳輸過程中，是用 256 位元的加密連線保護機制。

資料完整性：當 SSL 進行對稱式加解密時，會用到雜湊演算法 (Hashing) 機制，來保證中間傳輸的資料未遭竄改

資料的真實性：這跟數位憑證有關，像是位於網際網路上的許多大型網站，所用的數位憑證都是經過簽署的，所以我們才能放心連到這個網站上，瀏覽器也不會跳出警示，因為本身就有根信任數位憑證的機制。

為何要做全站連線加密，Lucent Sky 技術長劉寯也持類似看法。當所有資料的傳輸過程期間，都一定會被加密，對於需要執行加解密的部分，開發人員就不需要去個別認定、特別處理，因為 SSL/TLS 已經在傳輸的層級就加密了，因此在當中，不論你傳遞了哪些東西，至少都是經過加密的，因此你在這樣的網站所瀏覽的項目，所輸入的電話、地址等個人資訊，都較不容易被截取。

除了基於上述理由，現在網站若要全程使用 HTTPS，還有一些外在助因。

劉寯說，Google 最近一次改版，改變了 Page Ranking 的演算法，有 HTTPS 的網站排名會比較高，在這樣的利基之下，不論你所經營、管理的是動態或靜態網站，他仍建議實施 HTTPS。

為了鼓勵更多網站從 HTTP 切換到 HTTPS，未來他們將會加重這個因素的權重，讓使用者上網過程更為安全。

網站使用 HTTPS 還有另一個利基點，HTTPS 可搭配 Google 主導的新一



代網頁傳輸協定 SPDY 來使用，何浩祥說，這能讓網頁瀏覽更快速。根據 Chromium Projects 的資料來看，頁面載入速度可提升 39% 到 55%（如果是在 HTTP 協定之上使用 SPDY，可提升 27% 到 60%）。

使用 HTTPS 加密連線的代價

為了因應網站全面實施 HTTPS 的趨勢，陳志緯認為，還需要注意下列兩件事：

安全性：如果企業內部的使用者存取網際網路的連線全程加密，而且原本的資安解決方案，例如員工上網管理、防毒牆、IPS 和防毒軟體，又無法支援這樣的加密流量檢測機制，就會出現既有網路安全防護設備失效、IT 管理者束手無策的狀況，因為無法徹底掌握使用者連網動向。

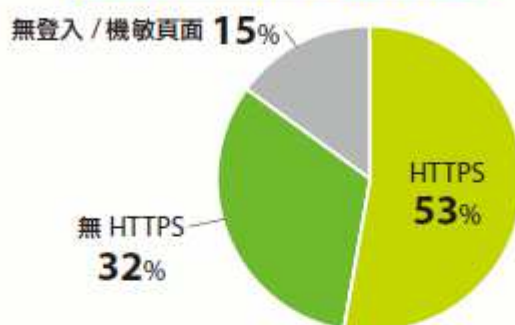
成本：企業如要克服上述困境，有幾種方法，像是將原有的資安方案汰換，改用已內建 SSL 加解密處理能力的新型網路、端點安全產品，或添購具備 SSL 加解密處理能力的應用程式派送控制器（ADC）/ 伺服器負載平衡設備（SLB），由它們來執行相關加密連線流量的處理，而原本的資安設備可保留，透過正向代理的架構與 ADC/SLB 相互搭配。

然而，不論怎麼選，升級或新購，你可能都必須付出一筆可觀的費用，因為這些產品的價格並不親民，對中大型企業而言，比較有機會負擔得起。



2014年臺灣100大網站使用HTTPS 加密連線的比例仍偏低

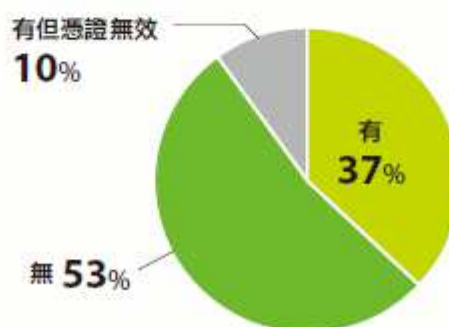
登入/機敏頁面使用HTTPS



資料來源：Lucent Sky · 網站名單參考 Alexa · 2014年 12月

iThome

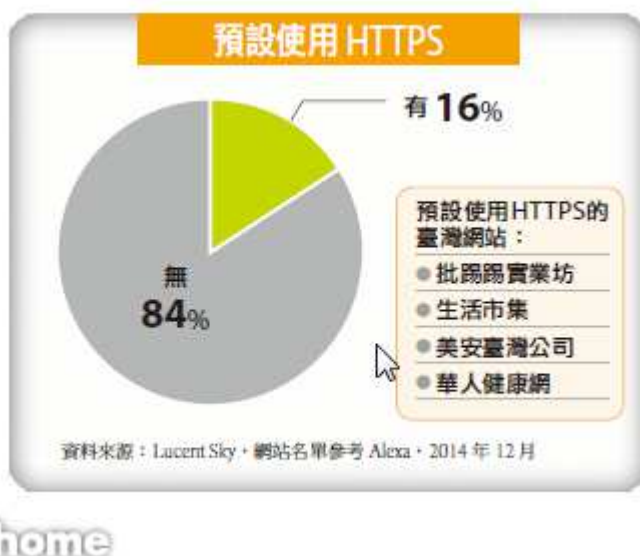
其他內容使用 HTTPS



資料來源：Lucent Sky · 網站名單參考 Alexa · 2014年 12月

iThome





企業資安與網路管控方案如何因應

關於企業網路環境裡所傳輸的 SSL/TLS 加密流量到底有多高？（TLS，亦即 Transport Layer Security，是 SSL 的後繼者）

Gartner 認為以 Web 流量而言，SSL/TLS 的比例平均是 15% 到 25%，差不多也是 2013 年 12 月這段時間，專門評鑑企業資安產品的 NSS Labs 也提出看法，就整體網路流量來看，他們估計 SSL/TLS 占企業對外網路流量的比例，已經達到 25% 到 35%。對企業而言，這樣規模的網路流量，其實已經不能再繼續忽視了。

雖然透過這樣的加密連線，可以確保機密性與訊息完整性，協助使用者驗證應用程式身分合法性，也讓應用程式端得以透過驗證用戶端的憑證，進而確認使用者身分，防止遭到網路釣魚詐騙、被竊聽側錄，因此成為保護使用者與資料的基本作法；但是，相對地，加密連線也讓企業暴露在風險，因為透過這把雙面刃，有心人士也能將他們的針對系統與應用程式漏洞發動的各種攻擊行為，隱藏其中。

而且，一旦既有的資安設備，例如網路防火牆、網路入侵防禦系統、員工上網控管系統，無法及時解開 SSL/TLS 加密連線的流量，並加以檢查，就有可能讓惡意攻擊伺機滲透到企業內部，或者在管理者渾然不覺的狀態下，公司所擁有的敏感資料被祕密傳送到外面去。



當然，這樣的威脅形式並不是最近才產生，業界原本就有一些針對網頁安全防護控管的解決方案，可對應到相關的控管。例如員工上網行為控管（Employee Internet Management，EIM）、網頁內容安全閘道（Secure Web Gateway，SWG），整合多種網路與安全防護功能的 UTM、次世代防火牆（Next Generation Firewall），這些產品當中，有些已經直接具備檢測 SSL 流量的能力。

除此之外，若不想透過本身內建 SSL 流量解析與處理能力的資安設備來防護，也可搭配從伺服器負載平衡發展而成的應用程式派送控制器（Application Delivery Controller，ADC），因為這些設備內建 SSL 卸載（SSL Offloading）可加速相關流量處理，然後再透過正向代理（Forward Proxy）的作法，將解密後的流量交給資安設備，然後將檢測完的流量傳到另一臺 ADC 設備加密，接著再繼續傳至用戶端或網站伺服器端。

至於與 SSL 流量防護相關的外商產品，則可分為幾種類型：

網頁內容安全閘道

這類型閘道系統，在更早之前，所涵蓋的網路通訊協定不限於 HTTP 與 HTTPS 網頁應用，還包括電子郵件相關 POP3、SMTP、IMAPS，以及檔案傳輸協定 FTP，稱之為網際網路安全閘道（Secure Internet Gateway，SIG）。不過，演變至今，由於所有應用的存取幾乎全都匯聚到 Web 平臺，所以後來 SWG 反而一支獨秀。

被歸類在 SWG 方案的廠牌與產品相當多，像是 Websense Web Security Gateway、Blue Coat ProxySG、趨勢 InterScan Web Security、McAfee Web Gateway、Sophos Web Appliance、Symantec Web Gateway、Cisco Web Security Appliance。

關於這類型方案，目前市面上甚至還有 SaaS 雲端服務的選擇，例如：Blue Coat Web Security Service、趨勢 InterScan Web Security as a Service、McAfee SaaS Web Protection、Symantec Web Security.cloud、Cisco Cloud Web Security，幾乎所有廠商都可同時提供專屬軟硬體方案和雲端服務，唯一主打雲端服務的廠商有 Zscaler，旗下產品服務跟 SSL 流量管控有關，主要是 Web Security 和 SSL Inspection。



次世代防火牆

想在網路出入的閘道端，設法管控 SSL/TLS 流量與傳輸的內容，透過防火牆來處理，可能也是很多人會想到的方案，而目前能夠偵測、解析 SSL 加密連線流量的這類型多功能資安產品，主要是能完全透視與控管應用層網路安全的次世代防火牆。

市面上具有相關功能的次世代防火牆產品，有 Cisco SourceFire、Palo Alto 的 PA 系列、Sophos UTM、Dell SonicWALL、Fortinet Fortigate、McAfee Next Generation Firewall (Stonesoft)、Check Point 的 Threat Prevention Software Blades、Juniper 的 SRX 系列，一面倒地，幾乎全都是外商的天下。

不過，今年我們也驚喜地發現，居然有臺灣廠商能夠突破多年來的應用格局，開始推出具有 SSL 流量檢測的次世代防火牆，挑戰國際級資安設備——這家廠商是以網路設備聞名的合勤科技，他們新推出的 USG110/210/310/1100/1900，當面臨到 SSL 加密連線的流量時，可應用入侵偵測防禦、閘道防毒、內容過濾與應用程式頻寬控管等功能。

應用程式派送控制器

對於 SSL 加密流量的處理，除了透過上述這些內建相關功能、可直接處理的內容或網路安全設備，還可搭配內建 SSL 流量卸載功能的應用程式控制器。

如此一來，既有的網路安全設備，就算本身沒有 SSL 流量的處理能力，只要支援正向代理的設定方式，同樣可以在這樣架構的包圍下，去存取、偵測、過濾被 ADC 解密後的流量，之後，這些流量會再由 ADC 加密，恢復成 SSL 流量，繼續傳送到用戶端或應用伺服器端。

目前市面上，幾乎所有的 ADC 產品都支援 SSL 流量卸載，例如 F5、Citrix、A10、Radware、Riverbed、Barracuda、Kemp 等廠牌的硬體設備當中，部分機型已經內建了可加速 SSL 加解密運算的處理器，就能針對這樣的需求。而且，這些 ADC 硬體設備也可以搭配其他網路安全設備，代為執行 SSL 流量的解密與重新加密。

以 A10 為例，他們特別闢出了一個名為 SSL Insight 的方案，當中以



Thunder 1030S/3030S/4430S/5430S/6430S 系列的 ADC 設備為主軸，可用來搭配各種資安設備，例如 FireEye 的 NX 系列網路防護設備、Palo Alto 的 PA 系列次世代防火牆，也可以用來協助資安鑑識系統 IBM QRadar Incident Forensics，以及安全事件管理系統 RSA Security Analytics。

SSL 加密流量管理/檢測專用設備

不讓上述各種方案專美於前，有些廠商甚至推出專屬設備，來管理與檢測 SSL 加密流量。例如：SourceFire 在還沒被 Cisco 併購之前，就於 2010 年推出了 SSL Appliance，目的就是為了輔助 Sourcefire IPS 設備，使其具有掌握與檢測 SSL 加密流量的能力，至今已經推出了 1500、2000 和 8200 等三款機型，解開 SSL 加密連線的總吞吐量。

除此之外，Blue Coat 在 2013 年中買下了 Netronome 公司的 SSL Inspector 設備，今年 4 月底則正式推出了 SSL Visibility Appliance，大談管理加密網路流量（Encryption Traffic Management）的概念。

整體而言，為了強化網站與使用者連線過程的機密性，許多網站都陸續採取 SSL/TLS 加密連線方式來傳輸，然而，這也大大增加了企業掌控使用者上網行為與安全管控要求的難度，不過，現行的資安與網路管理產品也看到這樣的應用趨勢，紛紛在既有系統下增設支援，發展出對應的處理架構，甚至推出專屬應用方案。

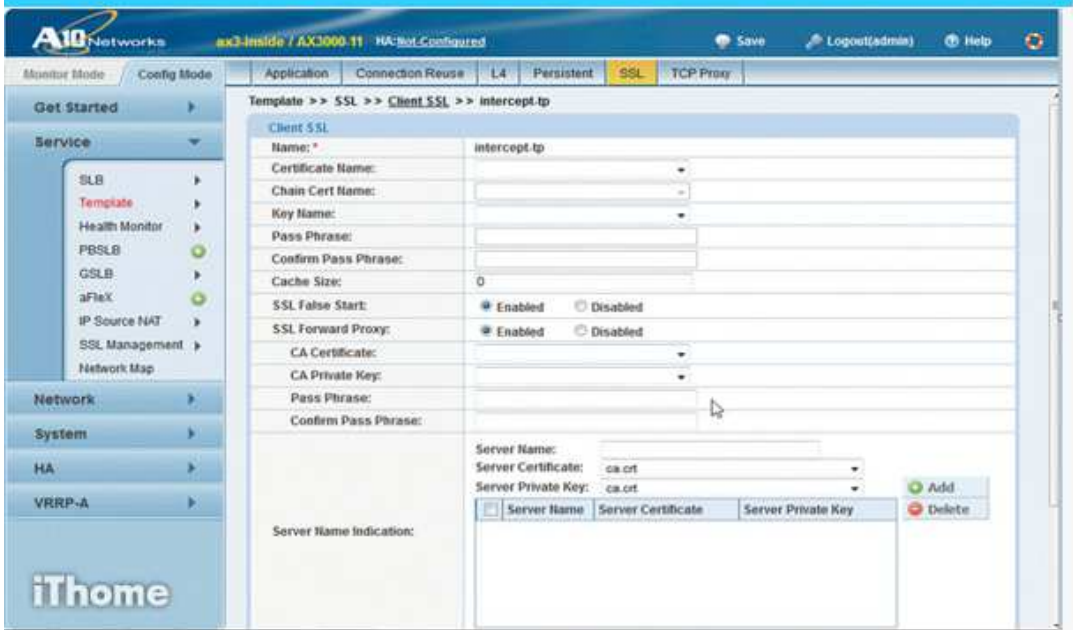


SSL/TLS是雙面刃，提供保護，也隱蔽惡行



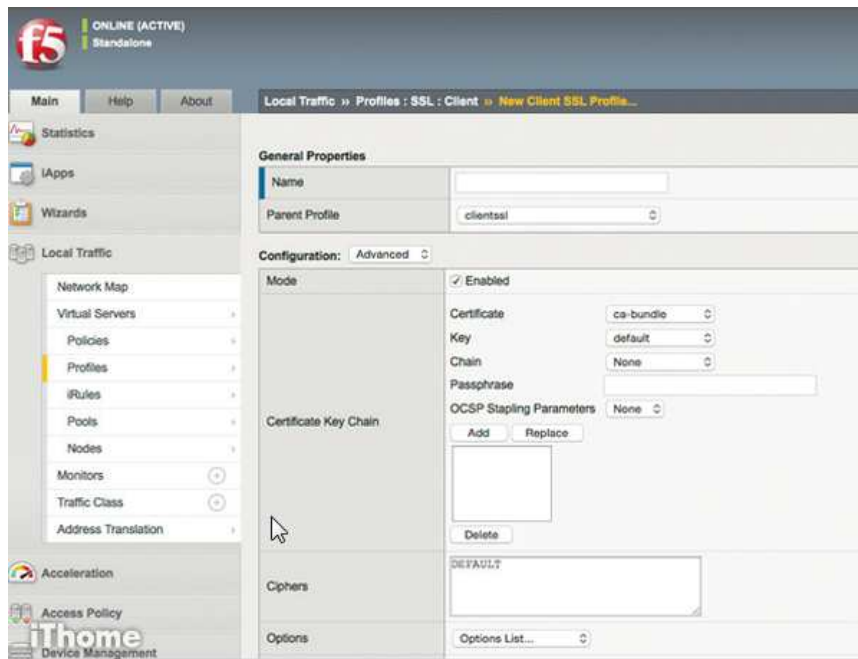
iThome

透過ADC設備輔助，提升SSL流量檢測力



若要啟用A10的SSL流量檢測輔助架構SSL Insight，需搭配兩臺Thunder ADC，分別處理對內（用戶端）與對外（外部網站伺服器）的流量，圖中的設定是屬於後者的組態操作，當管理者要建立伺服器端的SSL範本時，需啟用SSL正向代理。圖片提供 / A10 Networks





在F5 Big-IP平臺，管理者可透過設定Profile來管理特定類型的應用程式網路，若要管理SSL流量，需設定SSL Profile，它的基本功能就是卸載憑證查驗與檢核的工作，也就是加解密的工作。圖片提供 / F5 Networks

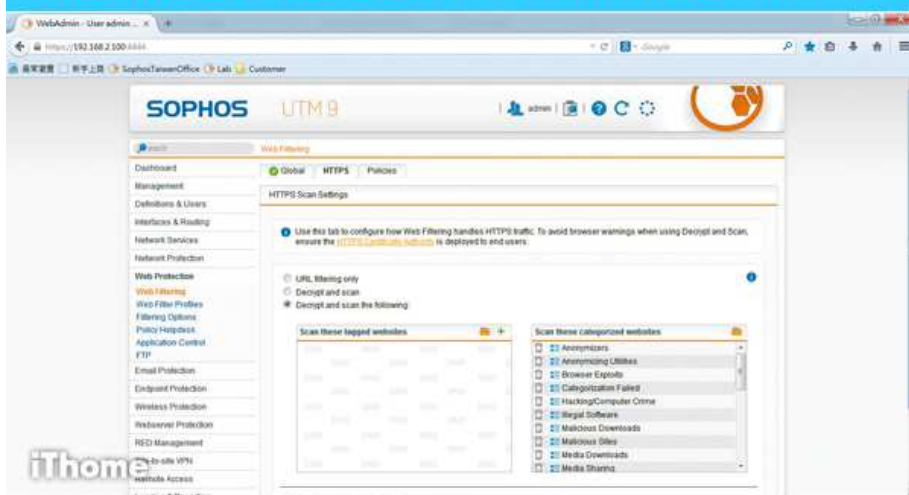
上網控管設備可記錄HTTPS連線行為



若要監控使用者透過HTTPS加密連線連到的網站網址，例如Facebook或Google，在中華數位Content SQR系統下，透過閘道端與用戶端代理程式的相互搭配，管理者可從網頁管理介面，持續稽核與追蹤這樣的上網行為。圖片提供 / 中華數位



次世代防火牆可檢測SSL流量中的惡意程式及不當網址



在新一代的網路防火牆系統中，已經開始將掃描HTTPS (SSL) 流量的功能納入，以Sophos UTM為例，在他們今年7月推出的UTM作業系統9.2版當中，強化了HTTPS掃描的功能，不只是掃描SSL流量中是否包含病毒、惡意程式或檔案，還可以更清楚地掌握使用者所開啟的URL網址，並加以過濾。

資料來源：iThome



理財最容易犯的 15 大錯誤

黃維德編譯 / 天下雜誌



算算看你一年賺多少錢？每年年底結算，存下了多少錢？

理財顧問 Simple Dollar 的 Trent Hamm 整理出他檢討自己的理財，犯下的 15 大財務錯誤，每一項看起來都像在說我們自己。「真要說我從中學到了什麼事情，那就是每天都是新的一天，今天，你可以改掉壞習慣、改正過去的錯誤。」他說。

1. 我從來不知道錢花到哪裡去

我準備了一本筆記本，只要花錢就記錄，也保留每一張收據；每隔幾天，我就會將紀錄輸入記帳軟體。長期下來，我發現自己在不必要的



小東西上浪費了很多錢。

2. 我沒有為退休準備足夠的存款

我確實有存錢，但也後悔之前存得不夠多。事實是，如果你多存一點錢到退休金計畫，你減少的支出，其實都是原本不必要的開銷。

3. 我和妻子兩個人每月的食物開銷接近 1,000 美元

1,000 美元不是小數目，我們開始減少外食次數，煮飯時也減少很多不必要的昂貴食材，少喝酒和汽水。現在，我們一家五口的食物支出只有當時的一半。

4. 第一個小孩出生時，我們沒有做好財務上的準備

我們知道小孩會增加許多開銷，卻沒有及早改變花費習慣。我們應該在發現懷孕之時，開始每週至少多存 100 美元。

5. 買書習慣不佳

我喜歡讀書，每週會讀完一、兩本書，卻會買回五、六本書，這其實是種浪費。於是，我減少逛書店的次數，開始上圖書館。

6. 沒有急用資金

開始工作後數年，我的帳戶裡根本沒有存款，碰上急用之時常常難以應付。解決方法其實很簡單，也就是設定自動定時轉帳，每週固定存款。

7. 沒有設定預算

開始記帳一、兩個月之後，我將所有支出分類、計算平均，以此設定預算並鼓勵自己更節省一些。這不但讓我知道自己如何花錢，也讓我如何改善花錢的習慣。

8. 沒有將眼光放遠

只看這個月還剩多少錢來決定花費，卻不去想一年後會出現的開銷，讓我碰上好幾次難關。後來，我終於決定將眼光放遠，不把未來的問



題留給未來的自己，而是現在就開始處理。

9. 沒有和妻子討論我們的目標

我們不談未來的重要目標，所以也沒有真的付諸行動。討論共同目標一開始相當不容易，但會愈來愈簡單；那不但促使我們努力朝目標前進，還讓我們成為對方的啦啦隊。

10. 和朋友合租房子，契約上卻沒有我的名字

這讓我不敢和其他室友意見不和，也讓我好一段時間一直擔心自己會被趕出去。此後，我絕對不讓這種事再次發生。

11. 我相信花錢買奢侈品，會提升他人對我的觀感

我花錢買好錶、好車、好衣服，只因為我以為那會讓別人認為我是成功人士。但在絕大大多數時刻，真正重要的其實是我的工作表現。

12. 用信用卡買昂貴的東西，而且沒有任何存款

支出超過收入，讓我的信用卡債不斷增加，而且我沒有辦法還這些債務。解決方法就是停止亂花錢、控制支出，不帶信用卡出門一段時間。

13. 我和高消費者玩在一起

和他們玩在一起非常昂貴，最終，我發現自己不必買這些東西來「融入」他們，更發現我和他們其實沒有什麼共同之處。

14. 我覺得節儉很「無趣」，而且是貧窮的象徵

支出大於收入有其後果，想花錢就花錢這樣的想法根本不合理。我試了一些節儉策略，例如改用省電燈泡、把剩菜變成隔天的午餐等。這些方法幫我省了很多錢，而且不會讓我覺得生活變難過。

15. 沒有為足以改變人生的緊急事件訂定計畫

當我真的意識到，突然失業、患重病這些事真的有可能發生在自己和家人身上，我才開始預做計畫，好減緩它們的衝擊。世上沒有完美的計畫，但有總比沒有好。我犯了很多錯，至今仍舊如此。差別在於，



我現在知道自己會犯錯，也知道自己可以變得更好。改善生活的真正關鍵，就是克服自己的錯誤，並隨時注意自己做事的方式；不要害怕質疑自己，也不要害怕改變。

資料來源：天下雜誌



文旦柚子雞湯

jj5 色廚



食材 (4 人份):

大雞腿 1 隻

文旦柚子 1 個

薑 1 片

鹽 適量

一個當季文旦，一隻雞腿，一片薑就 ok！很清香的雞湯，還有理氣化痰、潤



肺清腸、健脾開胃之效，秋補之選！

JJ5 色廚講求從食物的色彩達到營養均衡。



1

準備材料，雞腿請肉販剁塊。



2

文旦取出果肉，白色的粗筋要撕掉。一定要選用甜度高的文旦，湯才會清甜。



3

雞肉熱水川燙去血水後，與柚子及薑片同放進已注水的湯鍋內，燒開後撈起雜質，蓋上鍋蓋，用小火煲兩小時。



4

兩小時後，湯已煲成金黃色，打開鍋蓋，盡是文旦清新的香氣。加點鹽巴調味就 ok 了！





5

雞肉一咬就爛，不用沾醬料也很有味道。



6

屬於秋天的湯。

資料來源：<http://jj5colorkitchen.pixnet.net/blog>



熱心的尷尬

網路笑話

小王看到新來的漂亮小姐滿臉疑惑地站在碎紙機前，於是熱心地上前問到是否需要幫忙。

小姐道：「啊，是的，這個東西如何用呢？」

小王從小姐手中拿過紙來，放入碎紙機中，開始示範如何操作，但小姐仍然是滿臉疑惑。

於是小王又問：「有什麼不懂嗎？」

「小姐道：「是啊，到底複印件從哪兒出來呢？」



輕鬆學美語

(2015-09-01) calling all

calling all 字面意義是「召喚所有的……」，其實就相當於中文的「敬告各位」。其後先接所要敬告者的身份，然後再將要告知的事項說出。

Calling all pizza lovers! Ricardo's pizza is having a lunch special.

敬告各位愛吃披薩的人！Ricardo 披薩現在有午間特餐囉。

(2015-09-02) capitalize on

capital 有「資本」的意思，而 capitalize 則是「使資本化」。因此 capitalize on sth. 即為「將……轉化為資本」，可引申為「利用某事物；從某事物中獲利」。

Many companies are **capitalizing on** 9/11 and selling patriotic merchandise.

許多公司都藉著九一一事件販售愛國商品而獲利。

(2015-09-03) catch sb. off guard

off guard 是「沒有防備」的意思，其反義詞是 on guard 或 on one's guard 「有所準備、防備」。catch sb. off guard 則是指當事情發生時，某人完全沒有防備因而被「嚇了一大跳」、「很驚訝」或「感到困惑」，常以被動形式 be caught off guard 出現。

The news of Enron's bankruptcy **caught** Wall Street **off guard**.

華爾街因為安隆破產的消息而大受震撼。

(2015-09-04) come forward

come forward 意思是「站出來；自告奮勇；主動爭取」去做某事，有三種常見用法：一、come forward to do sth.（自告奮勇做某事；主動爭取去做）；二、come forward as + 身份、職業等（以某種身份、職業站出來……）；三、come forward with sth.（自告奮勇做某事；主動提供）。

I asked if anyone wanted to volunteer, but no one **came forward**.

我問是否有人自願，但沒有人願意自告奮勇。

(2015-09-07) come to a halt

halt 是「停止；中止」，這個片語也就是 come to a stop 的意思，表示某事物「停止運作」，而且通常是暫時的。

The factory's productivity **came to a halt** when orders stopped coming in.

該工廠接不到訂單，生產便陷入了停頓。



(2015-09-08) credit with

credit 可當動詞，在這裡表示「認為某人或事物有成就、優點」，with 後面加上名詞，表示某人或事物具有的功績。

Jackie Kennedy is **credited with** popularizing large sunglasses.

Jackie Kennedy 是促使大太陽眼鏡流行的人。

(2015-09-09) drum up

drum up 指「(擊鼓)召集」的意思，可引伸指激發(熱情、勇氣等)，例如 drum up support (爭取支持)；drum up business (拉抬生意)；drum up contributions (爭取捐款)。

The U.S. president went to congress to **drum up** support for the troop surge.

美國總統到參議會大力爭取支持增兵。

(2015-09-10) follow in one's footsteps

字面上的意思是「跟隨某人的腳步」，比喻與前人達到相同的成就、從事相同的行業等，尤指家族成員，類似中文說的「繼承某人的衣鉢」。

Shelly **followed in her mother's footsteps** by becoming a lawyer.

Shelly 繼承母親的衣鉢，成為一名律師。

(2015-09-11) get/be in over one's head

字面意思是「超過某人的頭」，表示某情況或事物「超出某人能力範圍或負荷」。

Beth **got in over her head** by agreeing to plan her sister's wedding.

Beth 沒有能力處理卻答應要籌劃妹妹的婚禮。

(2015-09-14) get a slice of

slice 當動詞是「切；割」的意思。當名詞時一般是指將麵包、肉類等切成薄薄的「一片」，如 a slice of bread，也常用來指所分配、分攤到的「一份」(a share of something)，而 get a slice of sth. 則與中文的「分一杯羹」相當，亦可說成 get a piece / slice of the action / pie。

Many companies are trying to **get a slice of** China's consumer market.

許多公司都想搶佔中國的消費市場。

(2015-09-15) get one's hands on

從字面「把手放在……上面」，便可理解其意思為「獲得；得到」；另外，也可用來指「抓住；逮到」犯罪行為或罪犯。類似用語有：put one's hands on、lay hands on 等。



If I could only **get my hands on** a good teacher, my Chinese would improve.
如果我能找到一位好老師，我的中文就會進步。

(2015-09-16) get the axe

axe 原本是「斧頭」（英式英語寫成 ax），引申為「砍削；刪減」等的意思，例如經費被刪等。另外可表示「解雇；退學」，或計畫被「撤銷」。

Several popular programs **got the axe**.

幾個受歡迎的節目被撤銷了。

(2015-09-17) give the edge (over)

edge 在這裡是指「優勢」，即 advantage 的意思，後面用介系詞 over 加上贏過的對象。動詞若改成 have 則表示「擁有贏過他人的優勢」，而 lose one's edge 則是指「某人失去優勢」。

Training at high elevations **gave the athlete the edge over** his rivals.

在高海拔處訓練給了那位運動員贏過對手的優勢。

(2015-09-18) have a nose for

have a nose for 這個片語是表示「對……具有敏銳的嗅覺；對……特別敏感或具有鑑別能力」，類似的說法應用於聽覺、視覺時，則可分別以 have an ear for、have an eye for 來表達。此外，have a taste for 則表示「喜好或偏愛……」。

Betty **has a nose for** French cheese.

Betty 對於鑑別法國乳酪的好壞很在行。

(2015-09-21) have a record on / of

record 當名詞有「紀錄」的意思，也可指「經歷；曾做過的事」，have a record 表示「有某些為人所知的事蹟、功過」，後面介系詞可用 on 或 of。

The broker **has a record of** making money for his clients.

那個證券商有為他的客戶賺錢的紀錄。

(2015-09-22) have a say

say 這個字除了「說」之外，也可以當名詞使用，此時表示「發言權」或「參與決定權」，更白話點，就是「輪到你說話」。

Kevin insisted that he would **have a say** in the contract negotiations.

Kevin 堅持他在合約談判時應有發表意見的機會。

(2015-09-23) head off sth.

head 當動詞有「把頭切下」的意思，head off 原本指「將……的頭砍下」，比喻「阻止某事發生」。



The company **headed off** bankruptcy by securing additional capital.
那家公司獲得額外的資金而免於破產。

(2015-09-24) in full bloom

in full bloom 是「花朵盛開」之意，可以引伸指事物「達到巔峰；發展至成熟階段」。

Some politicians hope one day to see democracy **in full bloom** in the Middle East.

某些政治人物希望中東的民主終有一日能開花結果。

(2015-09-25) in line with

in line 本身有「成一條線」的意思，說彼此的意見成一條線，就是意見一致的意思。

The stock's performance was **in line with** expectations.

股市的表現和預期的一樣。

(2015-09-29) in one's blood

blood 是「血；血液；血脈」，in one's blood 按照字面來看是「在某人血液之中」的意思，引伸為「某人與生俱來的能力」或是「某人家傳而來的」。

Sports are **in Jenny's blood**.

運動是 Jenny 與生俱來的天份。

(2015-09-30) in place

in place 「在位置上」可指「在正確位置；留在原地」，或是進一步指某物「在運作狀態；準備就緒」。而 in place 也可表示「取代」，用法為 A in place of B 「以 A 取代 B」。

The new office policies were **in place** when the staff returned from their holiday.

新措施在員工放假回來後就開始實施。



總部

集團簽約優惠廠商名錄

	公司名稱	住址	優惠折扣
食 外 部	肯麥冰品館	台中市南屯區南二段 252 號	冰飲九折
	千葉火鍋	全省各分店	付現九折
	舞舞舞壽喜燒專門店 (高雄巨蛋、夢時代門市)	高雄市左營區大中二路 777 號 1 樓	現場九折優惠，來電預約 85 折
	銀湯匙泰式主題餐廳	高雄店 高雄市新興區五福二路 262 號 3F 台中店 台中市東區復興路四段 186 號 11F 新竹店 新竹市中央路 229 號 7F(巨城購物中心)	詳見合約
	燒肉屋	明誠店 高雄市鼓山區銘成三路 433 號(高等法院斜對面) 澄清店 高雄市三民區文龍路 82 號(澄清路家樂福對面)	四人以上同行享九折優待(不含小孩)
	永麒月子餐	高雄市左營區博愛二路 204 號 1F	詳見合約
	十八醬麻辣燙	高雄市三民區褒揚東街 170 號 高雄市岡山鎮中山北路 81 號(麥當勞旁) 高雄市鼓山區明誠三路 479 號 仁武區仁雄路 95 號	九折(酒水除外)、消費打卡免費兌換麻辣豆腐或鴨血一份
	達美樂	路竹、岡山、建楠、右昌、仁武、鳳仁、澄清、瑞隆、小港、林園門市	詳見合約
	伊莎貝爾	嘉南高屏區門市訂貨,全省伊莎貝爾、皇樓直營門市提貨	詳見合約
	翹船長	屏東縣東港鎮新生一路 53 號	東港物產九折
	天鼎海陸百匯自助餐廳	臺北市忠誠路 2 段 162 號 高雄市明誠一路 528 號	九折
	Amo 阿默蛋糕	新北市土城區忠承路 101 號 4 樓	各項產品可享有 9 折優惠【荷



		蘭貴族手工蛋糕與咖啡廳套餐除外】，但仍須遵循運費折扣標準
金色三麥	高雄市大樹區學城路一段 12 號 A 區五樓(義大世界)	享啤酒買一送一或店內不定期優惠
紅豆食府大立店	高雄市五福三路 57 號 9 樓(大立精品館)	九折
鯊魚咬吐司	高雄市鼓山區裕誠路 1950 號	現金九五折或限定餐點買一送一
大八餐飲集團	高雄市左營區裕誠路 486 號	日本料理四維店九折(另需加收原價一成服務費)，其他詳見合約
石頭日式燒肉餐廳	高雄市楠梓區德賢路 481 號	刷卡九五折，現金九折
聚鍋(高雄夢時代、五福、裕誠門市)	高雄市中華五路 789 號 7 樓 高雄市五福三路 52 號 2 樓(大立伊勢丹百貨對面) 高雄市左營區裕誠路 427 號 1、2F	招待季節創意單品一份
串之坊(日式料理)	高雄市苓雅區四維 2 路 118-1 號	現金九折
皇老爺台灣溫體牛涮涮鍋專賣店	高雄市楠梓區興楠路 68 號	九折
嘉義食品(呷七碗滿月油飯)	高雄市前金區中正四路 83-3 號(高雄分公司)	詳見合約
晟力企業(橄欖油)	新北市板橋區館前東路 116 號 6 樓之 7	九折
集團	義大皇冠假日飯店(星亞自助餐、皇樓、義大利餐廳、The Cut、柳町)	九折(另需加收原價一成服務費)
	義大天悅飯店(義大百匯餐廳、天悅咖啡廳)	九折(另需加收原價一成服務費)



	義大飲食股份有限公司 (義大咖啡烘焙坊)	總公司：高雄市大樹區學城路 1 段 61 號 2 樓 TEL: 07-6567858 南屏店：高雄市鼓山區南屏路 541 號 TEL: 07-2620007 文山店：高雄市鳳山區青年路 2 段 317-2 號 TEL: 07-2621662 醫一店：義大醫院 B1F TEL: 07-2620001 學一店：高雄市大樹區學城路 1 段 2 號 TEL: 07-2620017 自由店：高雄市三民區自由一路 105 號 TEL: 07-2621668	麵包，點心，飲料，伴手禮，元氣早午餐，員工購物享 9 折優惠
--	-------------------------	---	--------------------------------

住 外 部	兄弟大飯店	台北市南京東路 3 段 255 號	詳見合約
	明琴清境山莊	南投縣仁愛鄉大同村榮光巷 43 號	詳見合約
	台中金典酒店	台中市健行路 1049 號	詳見合約
	麗翔酒店(宜蘭/礁溪)	宜蘭縣礁溪鄉礁溪路 6 段 6 號	詳見合約
	高雄華圓飯店	高雄市前金區六合二路 279 號	詳見合約
	人道國際酒店	高雄市三民區九如一路 426 號	詳見合約
	默砌旅店	台中市西屯區漢翔北街 51 號	典藏客房 NT1600 默砌客房 NT1800 詳情詳附件
	高雄圓山大飯店	高雄市鳥松區圓山路 2 號	詳見合約
	高雄國賓大飯店	高雄市前金區民生二路 202 號	詳見合約
	蓮潭國際會館	高雄市左營區崇德路 801 號	詳見合約
	夏都沙灘酒店	屏東縣恆春鎮墾丁路 451 號	詳見合約
	高雄商旅	高雄市新興區民族二路 33 號	詳見合約
	寒軒國際大飯店	高雄市苓雅區四維三路 33 號	詳見合約
	杉林溪森林生態度假園區	南投縣竹山鎮大鞍里溪山路 6 號	詳見合約
晶璽商旅@世貿館	臺北市信義區信義路四段 468 號 3F	詳見合約	



	文華會館	台中市西屯區文華路 138 巷 31 號	詳見合約
	星享道酒店	台中市西屯區文華路 138 巷 31 號	詳見合約
	旗津道酒店	高雄市旗津區旗津三路 1050 號 3F	詳見合約
	漢來大飯店	高雄市前金區成功一路 266 號	詳見合約
	娜路彎大酒店	娜路彎大酒店:台東市連航路 66 號	詳見合約
	漢來大飯店	高雄市前金區成功一路 266 號	詳見合約
	劍湖山王子大飯店	雲林縣古坑鄉永光村大湖口 67 之 8 號	詳見合約
	福容大飯店(北、中、南)	高雄分公司:高雄市鹽埕區五福四路 45 號	詳見合約
	福華大飯店	高雄市七賢一路 311 號	詳見合約
	悠活麗緻渡假村	屏東縣恆春鎮萬里路 27 之 8 號	詳見合約
	雲品國際酒店	南投縣魚池鄉日月潭中正路 23 號	詳見合約
	昇恆昌金湖大飯店	金門縣金湖鎮太湖路 2 段 218 號	詳見合約
	富王大飯店	台中市西屯區文心路二段 636 號	詳見合約
台糖長榮酒店(台南)	台南市東區中華東路三段 336 巷 1 號	詳見合約	

外部	Hertz 赫茲國際租車公司	在您出發以前請透過您的旅行社或 HERTZ 租車在台灣總代理訂車	詳見合約
	飛揚旅行社	高雄市林森一路 189 號 7 樓	詳見合約
	凱尼斯旅行社	新北市三重區力行路一段 189 號 7 樓	詳見合約
	Nissan 汽車(汐止營業所)	新北市汐止區大同路一段 199 號	詳見合約
	國泰航空	台北、台中、高雄之國際機場	詳見合約



	路馳揚汽車養護	全省門市	詳見合約
	統一精工	旗楠站:高雄市燕巢區鳳雄里鳳東路 86 號(其餘門市詳附件)	詳見合約
	喜鴻假期	http://www.besttour.com.tw 線上報名	詳見合約
	祥旺事業有限公司	高雄市橋頭區鐵到北路 38-8 號	詳見合約
	上選旅行社	台北市松山區復興北路 309 號 9 樓	團體行程優惠 \$NT3000 元/每人
	鈺昆汽車全方位服務廠	高雄市燕巢區安招路 242 號	詳見合約
	愛之旅旅行社	澎湖縣馬公市民福路 2 號 1 樓	詳見合約

育 外 部	迪斯耐幼稚園	高雄市梓官區民權街 115 號	詳見合約
	寰宇外語	高雄寰宇:高雄市建國三路 6 號 7 樓 (火車站旁, 高捷 R11 站) 台南寰宇:台南市民族路二段 153 號 6 樓 (威秀影城旁)	詳見合約
	空中美語家昌分校(馬克文理補習班)	高雄市楠梓區智群路 89 號	詳見合約
	岡山迪士尼堡幼兒園	高雄市岡山區阿公店路 2 段 50 號	詳見合約
	國立科學工藝博物館	高雄市三民區九如一路 720 號	詳見合約
	鼎佳幼兒園	高雄市三民區鼎力路 33 號	享每學期學\$1000 元整優惠

樂 集 團	外部 好樂迪	岡山店、楠梓店、中華店、三多店、屏新店、建工店	詳見合約
	義大高爾夫練習場	高雄市大樹區學城路一段 7 號	九折

其 他	協飛企業(生活用品團購)	高雄市鳥松區水管路 576 號	不定期優惠, 詳見合約
	台灣大寬頻-鳳信有線	杜佩樺小姐	詳見合約



電視		
歐印興業(超輕量行李箱)	台中市北屯區敦化路 380 號	詳見合約
威剛科技	新北市中和區連城路 258 號 2 樓	詳見合約
左腳右腳經典泡腳會館	中正峇里島館:高雄市苓雅區中正二路 105 號 自由庭園休閒館:高雄市左營區自由二路 67 號 新田店:高雄市新興區新田路 145 號	原價九五折
致富文化	台中市大雅區神林南路 641 巷 1 號 8 樓之 4	詳見合約
璞琳夢鑽石(I-Primo 婚戒)	臺北市大安區忠孝東路四段 285 號 6 樓之 3	1. 結婚對戒貨訂婚鑽戒之裸鑽九折優惠 2. 成交贈品一份
鴻翔國際電通	新北市新店區民權路 95 號 6 樓	詳見合約
永豐餘企業(民生用品)	經官方連結消費	詳見合約
隆海國際(生活用品)	新北市永和區保生路 2 號 13 樓 1B	詳見合約
Relax 舒壓館	高雄市大樹區三和村學城路一段 12 號 1 樓(義大世界 123 購物廣場太陽舞台正對面)	詳見合約
大億生醫	台南市中西區民生路二段 307 號 23 樓之 1	詳見合約
金六福(家居用品)	http://www.sunshining.com.tw/ 線上購買	詳見合約
樺誼昌企業(緊急照明燈具)	台南市仁德區太子里長興一街 110 巷 100 號	九折
家皓生技(生技保養品團購)	台南市新營區復興路 301 號 9F-5	八五折 詳情詳附件
世霖國際(特色團購)	臺北市中正區羅斯福路 2 段 126 號 2 樓之 1	詳見合約
台愛(生活用品)	台北市涼州街 32 號 4 樓	詳見合約
文雄眼鏡館	文雄眼鏡高雄所屬門市	詳見合約



施舒雅美容世界	新光三越台南西門店 台南市西門路一段 658 號 B1(A 區) 太平洋 SOGO 百貨高雄店 高雄市三多三路 217 號 15 樓 太平洋百貨屏東店 屏東市中正路 72 號 2 樓	詳見合約
威寶電信	高雄市前鎮區中山二路 260 號 19F 之 1	詳見合約
得利國際	高雄市鳳山區成德街 47 號	詳見合約
優品通路	桃園縣楊梅市楊新路四段二巷一弄 20 號	詳見合約
長榮樂 e 購	https://mall.evaair.com/homedelivery/home.aspx#	登入網站後享有 9 折優惠
集雅社(3C)	高雄市苓雅區中正一路 263 號 8F	詳見合約
邵新企業(行李箱)	新北市中和區圓通路 71 號 6 樓	詳見合約
賈斯特淨水器	高雄市楠梓區右昌街 416 號	詳見合約

義大醫院

- ⊕ 10/1 10:00-11:00 [門診衛教] 巴金森氏症之日常照護/老人營養
地點：神經內科門診候診區
- ⊕ 10/8 10:00-11:00 [門診衛教] 更年期照護須知 /人類乳突病毒及新柏氏簡介/整合照護門診簡介
地點：婦產科門診候診區
- ⊕ 10/12 14:00-14:30 [門診衛教] 糖尿病腎病飲食
地點：腎臟科門診候診區
- ⊕ 10/15 10:00-11:00 [門診衛教] 戒菸好處/吸入型藥物衛教
地點：呼吸胸腔科門診候診區
- ⊕ 10/22 10:00-11:00 [門診衛教] 導管認識之照護



義大遊樂世界

<p>活動名稱：【現場活動】慶雙十 活動時間：2015/10/9~2015/10/11 活動內容：不限票種，當日現場票亭購票，即享 2 人同遊 1,010 元</p>
<p>活動名稱：【現場活動】憑義大犀牛球票 享 85 折 活動時間：即日起~2015/11/30 活動內容：憑義大犀牛隊主場球賽任一票種門票(包含熱身賽、例行賽、明星賽、冠軍賽)至義大遊樂世界購買全票、學生票享 85 折優惠。</p>
<p>活動名稱：【現場活動】義遊卡，門票加價購，只要 150 元 活動時間：即日起實施 活動內容：憑樂園門票+手章，即可以 150 元加價購買「義遊卡」。持義遊卡於一年有效期限內購票，可享第一次 7 折、第二次 5 折、第三次 3 折、第四次以上免費優惠。</p>
<p>活動名稱：【官網】雙人套票 1,560 元 活動時間：2015/9/1~2015/11/15 止 使用日期：2015/9/26~2015/11/15 止 活動內容：內含義大遊樂世界門票 2 張、束口袋 2 個。</p>
<p>活動名稱：【官網】尖叫 YA!總會 活動門票 活動時間：2015/9/21~2015/10/9 \$350/人 使用日期：2015/10/10(六) 18:30-22:00 活動內容： 1. 夜間遊具開放 18:30-21:50 2. 舞台活動 19:00-21:30</p>
<p>活動名稱：【現場活動】園內消費滿 200 元贈吉祥物遮陽帽 活動時間：2015/8/8 起至送完為止 活動內容：活動期間內於樂園內單筆消費滿 200 元贈送吉祥物遮陽帽乙頂(滿 400 贈兩頂，以此類推)，並可於園區內指定地點 DIY 製作。</p>
<p>活動名稱：【現場活動】樂園內商品、餐飲消費發票滿 500 元可累積 E 卡點數 活動時間：2015/8/8 起 活動內容：2015/8/8 起，於樂園內商店、餐飲消費發票滿 500 元(不含門票消費)，可累積 E 卡點數 1 點，累積方式同義大世界購物廣場。</p>



活動名稱：【網路活動】天秤天蠍 天天 699 元
 活動時間：2015/9/26-11/15 起
 活動內容：星座為天秤或天蠍座，加入義大遊樂世界 FB 粉絲團、LINE 好友獲得電子優惠憑證，於現場票亭購票時出示，並提供有照身份證件證明星座，即可享 699 元優惠購票。
 購票當日申辦義遊卡，再加贈園區餐點或商品乙份(以現場提供為主)

義大世界購物廣場

義大的秋日野餐約會(2015/9/11~2015/11/22)

新辦 E 卡好禮

活動時間：2015/9/11(五)~2015/11/22(日)
 兌換地點：A 區 4F 及 C 區 2F 卡務/贈品中心
 活動內容：憑當日全館消費累計滿 1,000 元發票新申辦 E 卡，可獲得 E 卡點數 15 點。(本發票不可參加其他行銷活動)

E 卡點數 2 倍狂飆

活動時間：2015/10/8(四)~2015/10/11(日)
 兌換地點：A 區 4F 及 C 區 2F 卡務/贈品中心
 兌換方法：憑當日單筆消費滿 3,000 元發票，可獲得 E 卡點數 2 倍狂飆。(本發票可參加其他行銷活動)
 註：當日單筆消費滿 3,000 元之倍數(如：6,000、9,000、12,000...等)，即可參加點數 2 倍狂飆活動，餘額僅能參加原集點活動，恕不列入倍增點數範圍。(如：單筆消費 4,570 元，3,000 元原點數可集 6 點，2 倍狂飆後之點數為 12 點，餘額 1,570 元可集 3 點，共計 15 點)

全館滿額禮

活動時間：2015/9/11(五)~2015/11/22(日)
 兌換地點：A 區 4F 及 C 區 2F 卡務/贈品中心
 兌換方法：憑 E 卡及全館當日累計消費達下列指定金額，即可兌換滿額禮乙份。(每卡每日限兌換乙份，獎項以現場實際公告為主，本發票不可與其他行銷活動合併使用。)
 1. 滿 20,000 元送尖叫 YA!總會門票 2 張/組或 E 卡點數 50 點 (二擇一)
 2. 滿 60,000 元送尖叫 YA!總會門票 4 張/組或 E 卡點數 150 點 (二擇一)
 註：萬聖夜總會門票僅兌換至 10/10(六)18:00 止

E 卡禮賓活動

活動名稱：平日享免費停車
 活動日期：2015/9/11(五)~2015/11/22(日)
 活動內容：週一至週四，館內營業時間，持當日購物廣場不限金額發票 + E 卡可享免費停車乙次。



注意事項：週五、例假日(六、日)及國定假日除外。

活動名稱：生日免費玩樂園

活動日期：2015/9/11(五)~2015/11/22(日)

活動內容：義大遊樂世界遊客服務中心出示 E 卡及身份證，認證為當日壽星即可獲得免費入園券乙張，並再加贈樂園買一送一券乙張。不得於其他優惠併用。

活動名稱：平日享指定優惠

活動日期：2015/9/11(五)~2015/11/22(日)

活動內容：週一至週四指定獨享優惠，凡持 E 卡至下列各餐廳用餐、商店購物即可享有 E 卡獨家折扣

1. C 區 4F 義大美食街: 指定店家獨享優惠
2. 義大犀牛主題商店: 享 9 折
3. Go Kart 賽車場享 230 元
4. 樂園所有商店、皇家酒店紀念品商店，只有出示 E 卡，即可享有 9 折優惠註：優惠商品及食品恕不折扣、不與其他優惠券併用，詳細優惠方案依現場櫃位為主

全館特別活動

活動名稱：萬聖鬼來店

活動時間：2015/10/24(六)、2015/10/31(六) 15:00~17:00

活動地點：A 區 LB 至 C 區 B1

活動內容：可愛的萬聖鬼怪們突襲義大世界 Outlet Mall 啦!!! 想一同感受群魔亂舞的魔力嗎?!快到義大世界 Outlet Mall 跟著遊行隊伍打造鬼怪妝扮,一起喊”Trick or Treat”, 一同瘋萬聖!

活動名稱：萬聖店櫃布置

活動時間：2015/10/1(四)~2015/10/31(六)

活動地點：MALL 各店櫃

活動內容：義大世界 Outlet Mall 各店櫃將發揮創意進行萬聖節氛圍布置，10/16-10/31 我們將精心挑選出 10 家，於義大世界 Outlet Mall 粉絲專頁由您按讚票選出最具創意及風格的店鋪! 參與票選的粉絲們還有機會獲得精美禮物喔!



燁輝

◎2015.09.10 常熟市工商聯領導 徐 儉 副會長 一行貴賓來訪燁輝。



◎2015.09.17 中鋼公司 T25 以及 T27 貴賓為本公司員工進行「中鋼鋼品生產流程介紹」課程介紹。



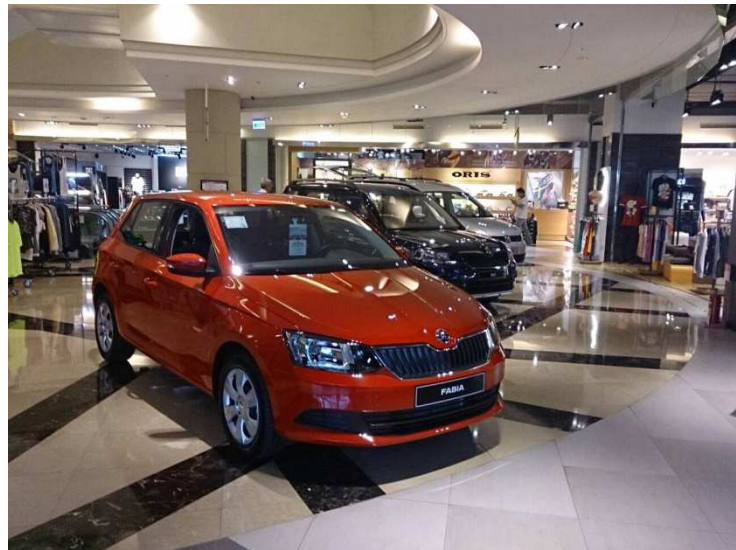
◎高雄國際建材大展 2015.9.18-21 在「高雄展覽館」展出，共有 350 家廠商、800 多個攤位參展，此次「特殊金屬建材專區」展現鋼鐵高值化成果，由本公司和中鋼、盛餘等上市公司，以及大博鋼鐵、盛興鋼品、德商毅結特等相關廠商，展出鈦板、鈦鋅板、印刷烤漆鋼板，更推出「建築醫美」概念應用。



123 露天市集

活動內容	照片
<p>104/09/05-06 VOLVO 汽車車展</p>	

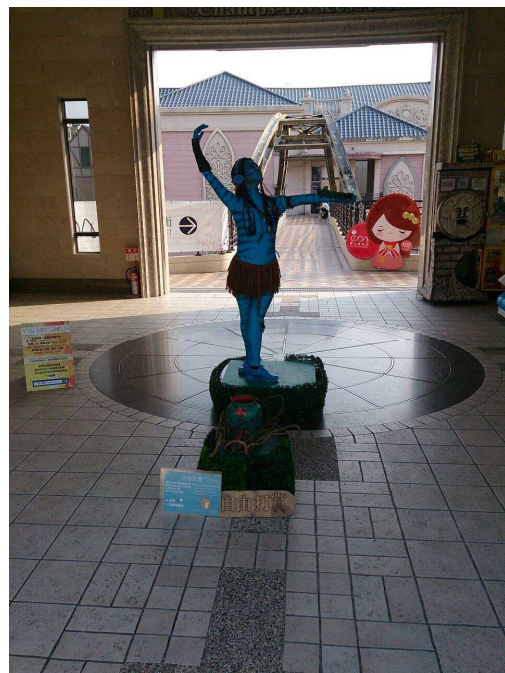




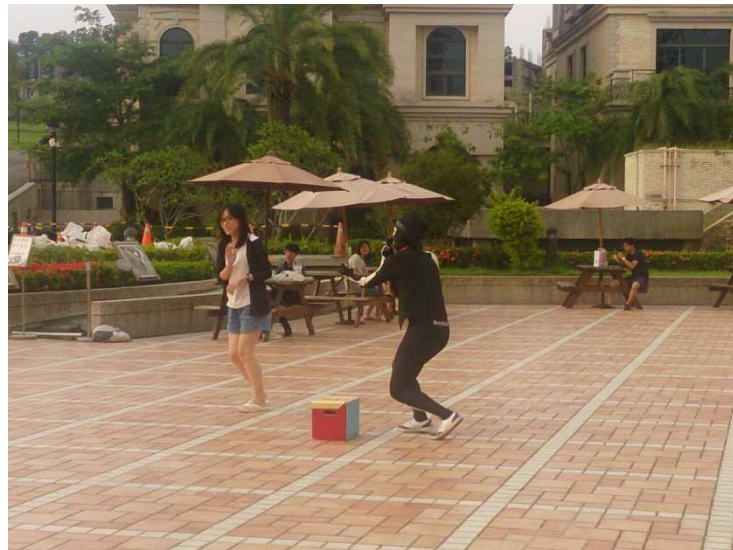
104/09/12-20
SKODA 汽車車展



104/09/12-13
行動雕像-阿凡達



104/09/12-13
行動雕像-一元藝
術團隊



104/09/12
求婚活動







104/09/20
行動雕像-汪馬克





104/09/19
杰克糖果演唱



104/09/26
行动雕像-巧克力人



104/09/27
行動雕像-狐妖





義聯集團

E UNITED GROUP

- 【發行及召集單位】 經營管理委員會
【編輯企劃】 經營管理委員會、
資訊發展規劃部
【美術設計】 資訊發展規劃部、
義大世界資訊部

