

SHUTTLE VOICE

2025 冬季號

啟用

桃園新基地

航城車場整合物流新紀元

特別企劃 SPECIAL REPORT

五崧捷運站上
「100MVP經理人」舞台

特別企劃 SPECIAL REPORT

五崧×配客嘉永續供應鏈新模式

五崧後舞台 OFF STAGE

蔡志忠的影像人生



當環境改變 如何不成為時代的眼淚？

2025年即將走入尾聲。今年我們有點厲害，不但連續11個月寫下單月歷史新高，在組織、制度、薪酬福利、流程優化、智能化等各方面我們也繳出不錯的成績單。

面對全球產業變動，我們正站在一個充滿挑戰、也蘊含機會的重要時刻。今年推動的「2026卓越創新實戰營」，是一次全面性的文化更新與策略思維升級，希望大家能以更高的視野、更深的自我反思，共同勾勒五崧捷運未來5年的樣貌。

一直以來，五崧的文化DNA是支撐公司成長的核心力量。但只有在環境劇烈變化之際，文化才真正顯現其價值。我們要誠實面對一個關鍵問題：如果不改變，是否會成為時代的眼淚？

如同相機底片、收費站與導航設備，都曾是時代寵兒，卻在科技演進下被取代。物流產業也同樣如此，5年後的競爭樣貌不會與今日相同。我們是否已具備足夠危機意識？我們是否已準備好重新定義自己？

在競爭全面加劇的市場環境，只有被需求、能創造價值的服務，才能生存。我鼓勵大家進行深度反思：

1. 以終為始。我希望變得多強？我的努力是否能為公司創造明天的成就？若我是老闆，會願意給現在的自己更多機會嗎？哪些事如果現在不做，5年後一定會後悔？這些問題不只是哲學，而是行動的起點。當我們思考「我們是誰、要往哪裡去」時，不是回答今天的狀態，而是對準未來5年的目標。

2. 強化護城河。即便世界巨大變化，我們仍要確保公司能活得很好，這需要策略洞察，也需要技術與模式創新。

3. 持續問自己：客戶真正需要的是什麼？我們是否只達到「滿意」，該如何做才能讓客戶有「WOW」的體驗？

「淡季的低谷才見真本事」。市場順風時誰都能前進，而真正能決定未來競爭力的，是低潮期是否仍保持節奏、持續創造價值。

我們需要更積極主動的追求卓越，高品質不是被要求，而是本能的不允許自己產出低品質的成果。五崧將持續深化物流核心業務，並透過科技賦能打造全新的物流價值鏈生態圈。

五崧捷運的未來，將由你我共同定義，與大家共勉之。

五崧捷運股份有限公司 總經理

邱承偉





總經理的話 EDITORIAL

01 —— 當環境改變，如何不成為時代的眼淚？

封面故事 COVER STORY

04 —— 桃園新基地啟用
航城車場整合物流新紀元

特別企劃 SPECIAL REPORT

10 —— 五崧捷運站上「100MVP 經理人」舞台
14 —— 五崧×配客嘉永續供應鏈新模式

五崧後舞台 OFF STAGE

16 —— 蔡志忠的影像人生

五崧書房 BOOK LOUNGE

20 —— 從自己做起，我就是力量

報馬仔 EXCHANGE

22 —— 新竹夜裡的溫柔火侯
喚味私烤

幸福車廂 NEWS

24 —— 走進綠意，也走進人心

© 版權所有，未經本公司書面同意，請勿轉載



發行所 | 五崧捷運股份有限公司
地址 | 新竹縣寶山鄉園區二路 420 號
電話 | (03) 5637899
統一編號 | 47308640
網址 | <https://www.shuttle.com.tw/>

發行人 | 邱承緯
總編輯 | 黃怡蓓
編輯群 | 曾建富、郭怡玲、邱晨揚、
張淑滿、趙鈺昕
攝影 | 游家桓、林穎成
設計 | 何靜宜
企劃編輯製作 | 一心一藝有限公司
出版日期 | 2025 年 12 月





01 根基累積篇

桃園新基地啟用 航城車場整合物流新紀元

航空城徵收，讓五崧捷運在桃園深耕近 30 年的營運據點，迎來重新出發的時刻。從沙崙到蘆竹，不只是地點的轉換，而是營運根基的盤整。找地、變更、自建，層層推進的背後，正是新基地誕生的起點。

對五崧而言，桃園並非「新市場」，而是一條逐步累積而成的營運路徑。早年因應機場貨運需求，公司租下位於沙崙的土地，逐漸建立起北區運輸體系。那段草創時期，能在資源有限的情況下穩定運作，來自地主陳秋霖一家長年的

支持與信任，也成為五崧在桃園落腳的重要基礎。

從租用到自建的轉折

隨著航空城計畫啟動，原有基地即將面臨徵收，新的空間選擇不再只

是尋找替代地點，而是必須重新思考未來 10 年以上的運作條件。回想當時的判斷關鍵，總經理邱承緯指出：「基地位置與條件，會影響一家公司未來很長一段時間的營運效率，不是 1、2 年的問題。」

因此，在找地初期，團隊即明確設定原則，包括距離機場 5 公里內、場區空間至少 2 千坪、臨 12 米道路，以及交通動線須具備良好連結性。這些條件看似務實，卻直接回應運輸調度、設備配置與日常作業的實際需求。

隨著營運規模與財務結構逐漸成熟，公司也開始評估更長期、可承接未來發展的空間形式。邱承緯表示，這是一個隨著企業體質改變而逐步浮現的選擇，而非倉促決定。

為營運預留未來的空間

然而，找地過程並不順利。前後評估的標的超過 10 筆，有的幾乎完成議價，卻因地目使用限制而無法完全發揮效益；有的僅能承租，與長期發展方向不符。每一次評估與放棄，都是在短期便利與長期承擔之間做出的取捨。

最終選定的蘆竹基地，距離機場、交通銜接與管理效率之間取得絕佳平衡。邱承緯形容：「這塊基地或許不是最完美，但在整體條件上，最能符合五崧現階段的實際需要。」場區面積雖有限，卻具備整合運輸、工務與倉儲的潛力，也為北區營運預留關鍵發展空間。



五崧董事長邱文賢（左一）與副董事長鄭彩華（右一）向前房東陳秋霖夫婦致謝，感念他們一路相挺，陪伴基地成形。



02 決策成型篇

成型前的關鍵決策

走向下一階段的必要選擇

選擇自建基地，不是單一部門的工程題，而是牽動公司未來 10 年以上營運結構的關鍵決策。對總經理邱承緯而言，桃園新基地的意義，不僅在建築本身，更在於能否承接五崧即將展開的下一階段發展。

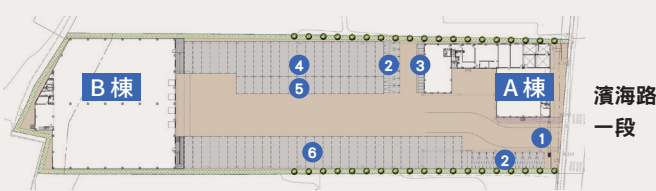
在選地與評估階段，邱承緯最早確立的原則之一，是基地是否具備明確的戰略位置。「交通便利、距離機場夠近，這不是加分條件，而是基本門檻，」他指出。對高度仰賴時效的物流產業而言，距離即是效率。

位置，決定了營運半徑

最終選定蘆竹，關鍵仍回到實際距離與交通條件。過往沙崙車場距離機場約 6 公里，實際行程約 15 分鐘；新基地距離機場不到 4 公里，時間明顯縮短，且同時鄰近高速公路與快速道路。「這樣的地理條

全區平面配置圖

- 1: 停等空間
- 2: 汽車停車位
- 3: 機車停車位
- 4: 半拖車停車區
- 5: 曳引車停車區
- 6: 貨車停車區



專案時間軸



件，在北區物流配置上有實質優勢，」邱承緯說。

除了交通條件，基地是否能在不中斷既有營運的情況下逐步整合，也是決策時的重要考量。

依法合規，是最花時間的工程

真正拉長評估時間的，並非設計本身，而是土地相關法規與行政程序。邱承緯坦言，在地目變更、使用規範與行政流程上，團隊投入了比預期更多的溝通與學習成本。

選擇基地過程中，為了要完全依法合規，受到種種限制。經過實地勘查與評估研究，最終選定現址時，

場區面積雖略有不足，卻在合規、交通與實用性之間取得平衡。

讓空間回應企業的下一步

談到希望員工在新基地感受到什麼，邱承緯將話題拉回公司正處的轉型階段。他認為，隨著營運模式與組織型態的改變，工作空間勢必要反映新的標準。

「從建物設計、色調、裝潢到空間功能與舒適性，都應該帶出不同於傳統貨運公司的樣貌。」他也指出，基地設有 4 間宿舍，提供各區司機夜宿休憩，降低空回車程與非必要排碳，有助於提升營運效率，並回應公司減碳方向。

“基地的成形，關鍵在於前期的每個判斷。方向對了，後面的努力才有意義。”

——邱承緯



03 空間實踐篇

當構想落實為空間 設計、施工與使用端的實戰協作

從購地與設計定案開始，真正的挑戰才揭開序幕。桃園新基地同時容納管理、車場、保修與倉儲4大機能，必須全天候穩定運作。這不僅是建築設計的命題，更是一場設計、施工與使用端密切協作的實戰過程。

“好的基地，不只看硬體，而在於每項配置是否真正改善了人與工作的關係。”

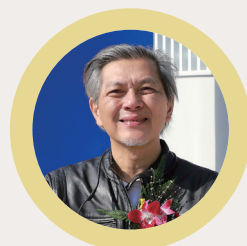
基地規劃初期，建築師蘇丞斌首先回應的是基地條件本身。他指出：「這塊基地最大的潛力，在於交通便利、基地狹長，反而利於管理；但挑戰也很明顯，面寬較小、東北季風強，動線配置必須最先整合。」

因此在第一版草圖階段，他最先處理便是機能整合。保修、管理、停車與倉儲4大區塊，需在同一基地中各自運作而不互相干擾。最終形成3區配置：入口區整合保修與管理部門，中段作為車場調度空間，

基地後側設置倉儲機能；建築量體採口字型，不僅回應動線需求，也有助於抵禦季風。

施工階段，場區地勢前高後低、最大落差近6公尺，考驗建築與營建團隊的協作。蘇丞斌提到，大面積回填與基礎結構強化，必須在前期充分溝通，才能降低後續沉陷風險。

從營建角度來看，這是一處不容妥協的基地。營昌營造總經理賴修正指出，基地縱深長達190公尺，加上海岸氣候，使排水與施工安全成為首要課題。



建築師 蘇丞斌



營昌營造總經理 賴修正



微自然室內設計師 徐以倫

為長期運作打好基礎

施工期間，風雨與鹽害對工期與材料都是考驗。賴修正指出，從擋土牆、鋼構工程，到建材選用與表面處理，都必須在設計效果與耐久性之間取得平衡。

「有些項目雖不在承包範圍，但若未先調整，將來可能容易損壞，我們會直接與業主討論最適合的作法，必要時補上工務端的專業建議。」

當基地骨架完成，室內設計工作開始回應「人怎麼在空間中工作」。微自然室內設計師徐以倫將「光」設為核心概念，希望在高度機能性的物流基地中，引入更符合使用者感受的空間尺度。

讓工作回到人的感受

透過天窗、立面開口與光線導引，自然光成為空間節奏的一部分。材質與色彩上，她刻意降低存在感，以米白、灰階與原木色作為背景，讓光線成為視覺主角。調整最多次的，是門廳品牌呈現方式，「在有限尺度中，要同時表現速度、力量與企業精神，其實並不容易，」她說，前後推敲近10個版本才定案。

在她眼中，最貼近初衷的空間，結合光、棧板、綠植與鑽泥板等元素，讓永續理念與企業文化自然融入日常工作之中。對五崧而言，是一個能長時間運作、被使用、被認同的營運場域。S



五崧捷運站上 「100MVP 經理人」舞台

這個故事，從你開始

站上頒獎舞台的那一刻，聚光燈照亮雖是經理人，但真正被映照的，是一整個團隊長年累積的選擇與行動。第18屆100MVP經理人獎，不只是個人榮耀的象徵，更是一道讓企業回望來時路、對外說明自身價值的光。五崧捷運，正是在這道光中，被清楚看見。

頒獎典禮當天，舞台燈光亮起的那一刻，屬於個人的榮耀被放大，但五崧捷運總經理邱承緯心裡清楚，那不是他個人的高光時刻。

「從2024年開始，我給自己一個目標：每一年，我們都要努力去獲得一個能被外界看見、被專業審視的

獎項。」邱承緯這樣形容這次入選《經理人月刊》100MVP經理人的起點。對他而言，獎項用來為五崧捷運設定一項「對外驗證」，而不是擺上櫥窗。

過去，五崧捷運在高科技物流圈內是穩定、可靠的存在，但對更廣泛的產業與社會大眾而言，卻仍屬於



站上2025 100MVP經理人舞台，見證五崧捷運的突破與前行。

低調、甚至陌生的名字。「外界不了解我們，那我們是不是該做些什麼，去建立五崧的形象與知名度？」這個提問，成了他推動參與獎項評選的內在動機。

申請100MVP經理人的過程，本身就是一次深度盤點。團隊必須回頭檢視過去幾年做過哪些決策、經歷過哪些洗禮與改變、交出過什麼樣的成績單。

「在整理資料的過程中，我們才發現，原來這幾年真的做了好多事。」邱承緯說。這不是自我感動，而是一種重新確認方向的過程：哪些路走對了？哪些策略值得延續？哪些還需要修正？

榮耀不是終點， 而是一面回望與前行的鏡子

因此，得獎本身，更像是一面鏡子：一端映照過去，一端指向未來。

這份肯定，並不只屬於經理人本人。邱承緯再度強調，這個獎項的意義，在於讓整個團隊「被看見、被肯定」。

「對同仁來說，會很清楚知道，原來我們每天在現場的努力，是有價值

的，也值得自豪。」榮耀感的擴散，轉化為更深一層對公司的認同感。成了「以身為五崧一分子為榮」的自我定位，而不是口號。

對外部夥伴而言，這個獎項同樣釋出清楚訊號。邱承緯形容，那是一種從「nobody變成somebody」的過程，這份價值，來自專業領域第三方的肯定。

當合作對象開始認為「和五崧合作是一種榮耀」，那代表被看見的不僅是規模或業績，而是專業與治理能力所累積的信任。這份信任，會在接下來的合作與競爭中，持續發酵。

在成長高點， 為下一條曲線預做準備

「在上二代打下的基礎上，去創造新

在高點時布局，把根基站穩，才能迎接下一段更長遠的成長。

——邱承緯

的價值，是我現在最重要的工作。」是邱承緯對自己角色的定位。

他以英國管理大師查爾斯·韓第 (Charles Handy) 所提的企業成長第二曲線理論說明。許多企業倒下，往往是在第一條成長曲線仍亮眼時，沒有提早準備第二條，而非基礎不好。「順境時的準備，決定了逆境時能不能站得住。」因此，再好的數字，都不該成為停下來理由。

五崧選擇在尚未衰退之前，先展開轉型布局。強調的是疊加，而非推翻，在深耕物流本業的同時，持續發展創造性需求，產生新的價值。數位轉型，正是這條新曲線的核心。

「沒有數據，就不能分析；不能分析，就不能做決策；沒有決策，就不可能有好成績。」邱承緯將這套

邏輯視為五崧治理的底層語言。從「運輸精靈」開啟數位化第一步，企業逐步從個人經驗，走向團隊方法論，再走向系統化、智慧化的決策。

剛開始沒有經驗、沒有敏感度，唯一能做的，就是不斷透過數據回頭梳理問題的脈絡。從統計分析到 PDCA (Plan-Do-Check-Act) 循環，五崧逐漸轉型為能整合資訊、提供精準服務的物流整合者。

從文化共識， 走向真正的組織變革

與此同時，文化展現在一次次被實踐的選擇裡。邱承緯舉出超級數字力MJ老師所分享的企業文化DNA概念：開創式實驗精神、勇於承擔大責任、願意快速的行動、有目標

性的執行、能夠傾聽與協作、堅持作正直的事、正面積極多想二步、提供客戶創造 WOW 體驗，以及真誠讚美與自我反省。

今年 100MVP 獎項主題是「唯變不變」，他觀察到，真正的變革力，在於組織是否願意相信方向，比工具有多新更重要。「當同仁願意相信，我帶領的路是對的，這個組織才真的準備好改變。」

在整合北中南營運處後，最明顯的轉變，是資訊透明、交流加速，以及跨區主管有共同目標一起努力。反應變快了，問題浮現得更早，治理才能真正發揮效果。

而在所有數位工具之中，最關鍵的是「數位化」本身，讓治理回到聚焦價值的本質。當 2025 年連續多月創下單月新高、毛利成長，邱承緯並不把績效歸因於單一系統，而是回到「聚焦真正認同五崧價值的客戶」的核心。

這一次站上 100MVP 經理人舞台，不只是屬於經理人的里程碑，更是五崧向內凝聚、向外發聲的關鍵時刻。這個故事，起點不在舞台上，而在每一位選擇相信、參與、持續前行的五崧人身上。S



站在第一線的經理們， 如何形容五崧



突破框架、開創未來
北區報關業務部經理 何雅惠

始終如一，
給客戶創造超越期待的
WOW 價值感受

中區報關部經理 余俊杰

反應超快，
永遠給客戶最安心
北區運輸業務部經理 謝成英

我們接的不只是貨物，
是客戶交付的信任與商譽
中區運輸部經理 劉文豐

從傳統到數位化，
持續學習是五崧的DNA
北區運輸部經理 葉恭成

遠視野、新境界，
共同創造五崧新世界
南區業務部經理 王偉丞

在乎員工成長，
也在乎客戶承諾
勞工安全衛生部經理 王昱仁

以傳承與創新，
持續強化競爭優勢
工務部經理 徐唯哲

五崧是個值得信賴
的老朋友

桃園報關部經理 尤義杰

數位化驅動全鏈路，
定義智慧物流新未來

資訊部經理 吳裕斌

五崧×配客嘉 永續供應鏈新模式 從一次性到循環

在全球環境要求日益提升之際，五崧思考物流如何創造可衡量的永續效益。配客嘉以循環包裝回收系統回應一次性包材問題，平均可減少50.6%碳排放，從源頭減廢減碳，讓包裝由耗材轉為可管理的資產。對五崧而言，在固定成本下提升營收、降低環境負擔，正是新的競爭力。



配客嘉循環包裝應用於高科技物流，適應大宗貨物與高規運輸需求。

配客嘉一般民生物流用循環包裝，兼顧回收效率與使用彈性。



配客嘉執行長葉德偉的創業起點，來自他過去經營3C電商時對包材使用的注意。他發現多數包裝雖為保護商品而生，卻往往只使用一次便被丟棄，浪費在整體供應鏈中屢見不鮮。也因此，他重新思考包裝的角色：它不必是一次性的，而可以成為可重複使用、能被管理的資產。

然而，循環包裝真正的挑戰不在技術，而在使用習慣。即使目前全台已有超過4,700個歸還點，整體歸還率仍落於7至8成，團隊表示仍有持續進步的空間，並確信唯有以成熟的商業模式結合社會價值，循環經濟才能真正落地。

循環系統讓包裝重新上路

葉德偉在政大國貿所修習過社企相關課程，因此在創立配客嘉之初，就確立循環包裝必須兼具效率與可擴張性。配客嘉的運作流程分成兩類：B2B模式由大廠以租賃方式使用包裝，出貨後由車隊定期回收，流程穩定、節點固定，回收率接近百分之百；B2C模式則仰賴消費者至便利商店等歸還點交回，因此回收率會因使用習慣而有差異。

目前合作產業橫跨半導體、醫療、電商業者與外送服務，其中科技大廠占比高達7成。配客嘉每年已替產業省下超過80萬件一次性包材，而在全台一年約20億件包裝的市場規模下，只要循環使用能再向前一步，減碳潛力將十分可觀。

逆物流中的永續新價值

在循環包裝的運作中，五崧扮演的是讓系統更完整的關鍵角色。五崧擁有長期服務科技大廠的路線與逆物流能力，能在貨件送達後，直接就地回收循環包材，讓一趟車同時承擔配送與回收任務，提升車趟效益並減少碳排。

雙方合作也開啟新的數據整合場



配客嘉執行長葉德偉示範循環包裝設備，強調以系統化回收與多次使用提升永續效益。

景：循環包裝上的RFID可與五崧寄件單資料串接，讓包裝、產品與物流三方資訊同步更新，不僅讓減碳數據更精準，也讓庫存與供應鏈管理更有效率。對五崧而言，永續是在既有成本架構下創造新價值的途徑。而這項合作，正是以物流專業支持循環經濟的最佳示範。S



蔡志忠的影像人生

行駛之間，鏡頭留下日常

他是一名專運化學品的司機，凌晨4點出車、在南科卸貨、排隊搶回程。別人看見的是穩穩開車的背影，他卻默默在鏡頭裡，記錄下車場裡的光線、引擎聲的節奏，還有每一段奔馳中的靜默。開車，是他的職業；拍影像，是他為自己留下的證明。

「城市還在沉睡，我已經啟動車燈，穿越黑夜……」〈公路上的詩人〉這首歌響起時，剛好搭上北區運輸部司機蔡志忠的畫面：凌晨5點，他開著堆高機上貨，車燈劃破靜默的車場。這首歌，也成了他的短影音配樂。

蔡志忠不是專業影像創作者。起初只是喜歡車，在休息站看到帥氣的改裝車便拍照留念，3、4年前開始在YouTube上學剪輯、套音樂。他說，某天聽到這首歌，發現和素材節奏意外吻合，剪完傳給同事，很快就在司機群之間流傳開來。

也因為這支影片，大家才看見制服之下的他，其實一直都繞著車子轉。

加入五崧之前，他曾開過大客車，載過貨、也載過人。年輕時還經營

過洗車場，愛車到一種程度，連家中4台車都由他親自洗，專業手法、絕不馬虎。

他說，洗車對他來說不是例行公事，而是一種儀式感。「看到水痕不見、烤漆變亮，那個瞬間很療癒。」



1. 蔡志忠親自洗車，對他而言不只是清潔，更是安定心緒的儀式。
2. 專職化學品運送，從裝卸到行車流程皆高度規範，是蔡志忠日常工作的專業現場。



下班後，他開著車帶著太太和愛犬，在山林之間，把速度放慢，也把自己交給自然。

洗車時，專注在水流滑過鈹金的聲音，彷彿所有複雜的心思都被一併沖走。也因為這份細膩，他的車始終保持亮潔，甚至常被朋友誤認是新車。

疫情期間，露營廂型車一車難求的狀況下，他卻碰上了現貨，毫不猶

豫當場牽回家。從此展開一段露營生活，他和太太、還有那隻乖巧的棕色臘腸狗，開著車鑽進山林，把貨運生涯以外的時光，填滿陽光與泥土的自然氣息。

車成了避風港，也讓原本忙碌的生活，多了一點喘息與儀式感。



單位：
北區運輸部
服務年資：約 8 年
興趣：
攝影、露營



在嚴謹工序中保持安靜與專注，他用影像整理心緒，也為日常留下一個緩慢的出口。

化學品專責司機： 穩穩開、處變不驚

在五崧工作8年，他擁有「道路危險物品運送人員訓練證明書」與「堆高機操作證照」，負責的不是一般貨品，而是具高度風險的化學品。他是公司近200位司機中，專門運送化學品的少數人之一。這類貨物須等送貨當下才能裝載，客戶通常要求早上8點進廠，他得清晨4、5點就從新竹出發，先至南崁裝貨，接著再送往竹科、中科、南科。

跑得快就能接上回程貨，行程如果被延誤，就少賺一趟。「排班不能慢，一慢，回程貨就沒得接。」為了不錯過排班，他經常壓縮吃飯、上廁所的時間，動作俐落，不浪費1分鐘。

他個頭不高，卻能操控將近18公尺的拖車。車上配有即時監控、環保局GPS車機，時速限制85公里，不能超車，一路只能穩穩開、精準送到了南科，下貨後要立刻報班，才能排上回程。



而拍影片，對他來說，就像是一種調劑。在高壓時程下奔波，剪片、配樂，反而讓他找到喘息的方式，也讓重複的日常，多了一點變化與節奏感。他說：「加了音樂後，畫面會自己說話。」工作是向前的路徑，影像則像一種倒帶，讓他慢下來，看見自己走過什麼。

採訪當天的傍晚，更讓人看見這件事是怎麼融入他生活。5點訪問結

束，7點半，手機突然跳出一支寶山總公司的空拍影片，是他拍的。天空已轉成深藍，他熟練操控無人機繞著廠區飛行，把貨車動線、光影落點、停車區排列都拍得分明又漂亮。

「我是公路上的詩人，用輪胎寫下生活的韻律。」蔡志忠沒有強調自己多特別，但他確實用另一種方式，為自己的日常留下了光與影。S



鏡頭對準同業的改裝卡車，蔡志忠記錄的不只線條與比例，也包括色彩配置與內行人的審美眼光。

蔡志忠影音創作
#拖車人生



書摘
精選

從自己做起，我就是力量

善用「當責」新態度，重新定義你的生活態度

《從自己做起，我就是力量》揭示的，是五崧文化DNA的核心——當責。當我們不被外在條件定義，而選擇主動面對、跨步向前，力量就會在每個人身上累積，並匯聚成讓公司前行的推力。這本書，用最直接的方式提醒我們：力量已在我們之中，只差一個開始行動的決定。

本書不僅探討個人當責的力量，也探討讓你得以無事不成的根本之道。簡單來說，只要你釋放個人當責的力量，同時也能獲得改變一生的力量。我們講的不是電影裡超級英雄所擁有的那種超現實力量，而是一種真實、具體的力量。它能提升你的思考力，壯大你忍受逆境、增生信心的能力，強化你與生俱來的情感、精神和智識優勢，以助你完成非做不可的事情。我們深知這種力量斐然可觀，因為我們曾在自己的人生，也在世上無

數人士的身上，見證它的成效。

這個強而有力的當責哲學，最早是於我們的著作《當責，從停止抱怨開始》(The Oz Principle)中出現。自此之後，數百萬讀者開始稱呼我們「奧茲大師」。多年下來，我們已協助世界各地的領導者將這些你們即將學到的法則傳授給合作夥伴知道，同時並實際運用於他們身上。除了創造出數百億美元的財富，還造就了林林總總更為重要的成果——獲致的成果不但更好……甚至遠勝於以往。而憑藉著這些進展，他們得以戲劇性的提升達成使命的能力，例如將救命藥物引進市場、打造更優質的社區大學教育、籌募慈善基金的成果大幅超出預期、改善戰地醫院的醫療實務工作等。

你也許並不期待在人生做出什麼偉大的變革，但應該會想完成一些大

事一起碼是你自己覺得重大的事。若是如此，釋放個人當責的力量可說是你的最佳策略。我們所提出的當責哲學，宗旨即是協助你完成你想做或非做不可的事。《從自己做起，我就是力量》將讓你看看別人是怎麼做到，以及你自己也可以怎麼做到。

上述訊息的核心傳達了一個簡單的事實：你不能讓所處的環境來定義「你是誰」，以及「你做的事情」。那樣的思維只會帶來受害者心態，癱瘓你清楚、迅速及創意思考的能力。相反地，你必須擔起責任來主動型塑你的環境。只要做到這點，好的事情、正面的事情、扭轉局勢的事情就會接踵而至。

說起來容易，做起來可能比較難。

那麼，我們為什麼要用《綠野仙蹤》的故事來傳達這個訊息呢？因為這部故事探討的就是這種源自承擔個人責任、主動解決困境的力量。桃樂絲、錫樵夫、稻草人和膽小獅最後全都領悟一個重要的事實：沒有任何魔法可以替他們變出自己想要的東西；他們終究得親自去做。我們非常喜愛這個故事，甚至懷疑作者李曼·法蘭克·鮑姆(L. Frank Baum)在一開始撰寫《綠野仙蹤》之際，也經歷過當責的心路歷程。

《從自己做起，我就是力量》展現了

清楚的途徑，你將會知道如何透過為你自己的人生承擔更多責任，來釋放源源不絕的力量。最後，你會覺得自己更有能耐、更有動力、更為強大。儘管人一生中不會獲得多少保證，但你在這裡能確實得到一個：實踐本書所提示的個人當責，將賦予你力量，達成你最渴望達成的目標。S

● 同場加映 推薦書單

自我
成長

《隱性潛能》
• 作者／亞當·格蘭特
• 出版社／平安文化

自我
成長

《閱讀·複利》
• 作者／尼克·哈奇森
• 出版社／商周出版

商業
理財

《納瓦爾寶典：從白手起家到財務自由，矽谷傳奇創投家的投資哲學與人生智慧》
• 作者／艾瑞克·喬根森
• 出版社／天下遠見

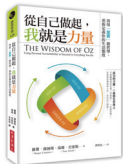
行銷
業務

《成為企劃人》
• 作者／李惠貞
• 出版社／木馬文化

● 新書資訊

《從自己做起》

• 作者／羅傑·康納斯、湯姆·史密斯
• 出版社／經濟新潮社



喚味私烤
地址：新竹市北區鐵道路二段252號
營業時間：17:30 - 02:00
電話：0970-803-088



新竹夜裡的溫柔火候 喚味私烤

夜色落在街角亮起一盞溫暖的霓虹燈，串起酒杯與炭火的符號。「喚味私烤」把日式燒烤的細膩與台式的自在融合成一種下班後輕鬆小酌的聚會氛圍。

推開喚味私烤的隱藏門，像是把城市的喧囂留在門縫之外。玄關腳下，是4大片義大利進口、以12星座石板組成的灰色地面；往裡走，木質紋理與暖色燈光向內收攏，營造出一種「心情自動

慢下來」的氣氛。

主理人陳聿凡說：「我希望客人走進來時，就先把白天的煩惱放掉，好好吃一餐飯。」「喚味」原本是西式餐廳「米樂」，疫情期間他在新宿與原宿的居酒屋，看著客人自在聊天、職人反覆調整火候，那份氣味、速度與情緒，讓他決定把店轉



為日式居酒屋型態。他想喚起的「味」，是人與人一起小酌的記憶。

從酒單開始的「私烤哲學」

陳聿凡說，「炭烤最難的是火候。」他邊說邊比畫手勢，「有些炭看起來紅，熱度卻不夠；備長炭溫度高、木炭香氣強，兩種要搭配。」開店前，他和團隊整整練了4、5個月，只為掌握油脂爆開、皮脆不焦、肉汁剛好收住的那一刻。

但喚味最特別的地方，是從客人的酒單開始烤。「我們會看他今天喝

啤酒、調酒，還是厚酒，然後去調整調味與火候。第二次來，我就會記得他偏好什麼味道。」同一份食材，根據客人喜好變成不同的味道，展現「私烤」精神。

像是招牌的捲類，清甜的蔬菜與薄豬肉先當「前區」料理，替胃口打底；酒意漸開之後，店家會端上味道更立體的蔥鹽類；最後收在以低溫慢烤的羊排，外酥內嫩、香料奔放，像是一頓晚餐的尾韻。

這樣的節奏安排，來自陳聿凡早年從事西餐的訓練，也讓喚味的串燒多了一種「層次」的體貼。

讓人想多坐一會兒的地方

喚味私烤的美好，不只在於炭火與食材，而是那份讓人想把步調慢下來的氛圍。

舉杯時的笑聲、串燒冒出的油亮、調酒的光，都構成屬於夜裡的小片段。味道在這裡不是複雜堆疊，而是恰好、適量、舒服。

一頓被好好準備的晚餐，不用華麗，但要讓人覺得「值得」。這是喚味留給新竹夜色的記憶。S



主廚推薦出餐順序：捲類、蔬菜類、羊排，節奏層層遞進。

走進綠意，也走進人心

今年，我們一起走過風景，也走進人心。員旅的笑聲在山林與田野間綻開；媽祖遶境的步伐則帶著信念與祝福前行。不同的旅程，同樣凝聚了彼此的情感，無論是在路上、在人群中。

風景之間 旅程的笑聲

今年的員工旅遊，我們一起走進綠意與田野的風景，把一路的笑聲留在照片裡。員旅不只是出門走走，更是讓彼此重新看見同事的另一面。這些真實的瞬間，成為今年最珍貴的風景，也讓同仁們的連結，在旅途中變得更深。

南投



宜蘭 1



宜蘭 2



宜蘭 3



媽祖遶境 信仰的足跡

在熱鬧的鑼鼓與人潮中，10月11日五崧以行動支持大甲媽祖遶境桃園，拖車緩緩推進隊伍，成為信仰巡行中的一道獨特風景。在五崧任職25年的司機劉奕成主動報名開車，他說，這是第一次開拖車參與廟會，「很累，但很值得。」



彩蛋
抵家啦！



五施捷運股份有限公司

