

與台北 101 一同登上高峰



台北 101 國際登高賽已於五月的第一天隆重登場！自 2005 年開始舉辦的登高賽，一直是國際重要的賽事。台北 101 董事長周德宇，也完成了第二次登上 91 樓的挑戰，以 27 分鐘的成績為人生創下了新的里程碑。緊接著，台北 101 大樓事業處馬上投入籌劃六月的「愛市集」愛心義賣活動，以及七月的美國綠建築 LEED 白金級認證和「智慧城市，智慧建築」論壇。除了再次榮獲 2016 年度的台灣綠建築鑽石級標章以外，我們的目標持續鎖定在國際公認最高等級的綠建築 LEED 認證。本次我們將呈現台北 101 首屈一指的智慧科技面新突破，真正落實建築耗能監測，為「非核家園」盡己力。如同所有的登高參賽者，台北 101 不斷地從各層面突破自我，從世界最高大樓，一直到世界最高公益平台、全球超高綠建築新典範，讓 Beyond Excellence 不單單是一個口號，而是 101 作為世界地標真正的價值所在。

台北 101 大樓事業處總經理 蔡清徽 Freda

如何準備登高賽：賽前賽後準備攻略



台北 101 國際登高賽已落幕，作為世界上難度最高之國際登高賽事之一，相信您會把握每年參賽的機會，創造你一輩子難忘的回憶。許多人或許會認為，爬樓梯是件再簡單不過的事，但要挑戰台北 101 這樣的超高大樓，就最好學習一些技巧與竅門。

登高裝備：穿著合適的服裝參賽，確認鞋子、運動短襪穿起來舒適合腳，絕對避免穿新品參賽。確認鞋底的抓地力良好，以免比賽進行時滑倒。可在適當地方塗抹凡士林，避免磨擦受傷。

比賽當日：在規定時間內到場完成報到手續，並開始進行熱身準備。比賽前須保持體內水分充足，開賽前則潤潤口即可。早餐可選擇易消化或機能性之能量補充食物。並攜帶香蕉或專業的脫水食物，若有需要可在賽前補充。至少花十分鐘的時間賽前熱身，拉筋作伸展操；掌握自己的呼吸節奏，依照自己的狀況，適時調整要一次兩階或者是一階，盡量維持均速往上，不要忽快忽慢。

比賽時，請勿碰撞腳上的冠軍晶片，以免晶片受損而無法正常感應讀取。假如你覺得很累或身體不舒服，試著深呼吸，並放鬆上半身肌肉；穩定地控制身體，擺動雙手，讓雙腳帶動整個人向上。登高過程中千萬別逞強，若真的體力不支，告知工作人員放棄比賽，避免造成永久之傷害。

比賽後：成功完成挑戰後，先給自己一個鼓勵。但別忘了還是要伸展身體，讓身體慢慢冷下來。可於 91F 稍做休息後，請依導引動線，轉搭電梯至 1F 大廳，領取完跑證書。適當地飲用碳水化合物和運動飲料，補充激烈運動後流失之水分與養份。確實做好伸展操，可讓你在比賽隔天仍可輕鬆地走路。

活動焦點

Beyond Excellence

「Fintech 專利前瞻趨勢與挑戰」研討會



台北 101 與經濟部智慧財產局合辦「Fintech 專利前瞻趨勢與挑戰」研討會，與會者不僅針對國內外 Fintech 專利取得之現狀與趨勢廣泛討論，經濟部智慧財產局局長王美花也鼓勵金融相關業者，不僅要認識 Fintech 專利，面對金融產業快速變化，更要強化 Fintech 的內容與服務，為產業創造利基。台北 101 董事長周德宇則分享台北 101 購物中心在 Fintech

上的努力與成果，足證 Fintech 發展已擴展到軟體業以外的商業模式。

台北 101 台灣綠建築鑽石級標章簡介

內政部建築研究所為鼓勵省能源、省資源、低污染之綠建築建立舒適、健康、環保之居住環境，綠建築標章之核給須進行綠建築七大指標評估系統之評估，包括綠化量指標、基地保水指標、水資源指標、日常節能指標、二氧化碳減量指標、廢棄物減量指標、污水垃圾改善指標；經綠建築標章審查委員會審查通過後可發給標章，評定為綠建築。

台北101從2007年起展開一連串節能改造計畫，並於2013年申請舊建築改善類綠建築標章，採用「減碳效益評估法」申請評定，以「空調技術」、「照明技術」2項改善進行評估，改善前後減碳效益達百分比40.05%，榮獲綠建築最高等級鑽石級標章；並於2016年申請再認證，經評定通過維持綠建築鑽石級標章，有效期限至2021年。



用電即時報

2016年3月大樓租戶
平均用電量 237.76 度，
較去年同期減少 23.08 度



若有用電相關疑問，歡迎向大樓服務中心詢問

服務中心專線：8101-8888

LEED 白金級再認證 需要您的一齊努力

環保專區

Beyond Excellence

台北 101 大樓垃圾投遞系統大解密

台北 101 大樓宛如一座垂直城市，每日上萬人進出的租戶與訪客產生的垃圾相對其他建築物是高出非常多，若沒有妥善的清潔維護管理勢必會造成骯髒凌亂的環境。但是單靠人力清運全棟大樓龐大的垃圾量將會花費極多人力與空間，如何用安全、衛生、省時、省力的方式來妥善處理這些廢棄物呢？其最大關鍵就是分佈於大樓各樓層的垃圾投遞處理系統。

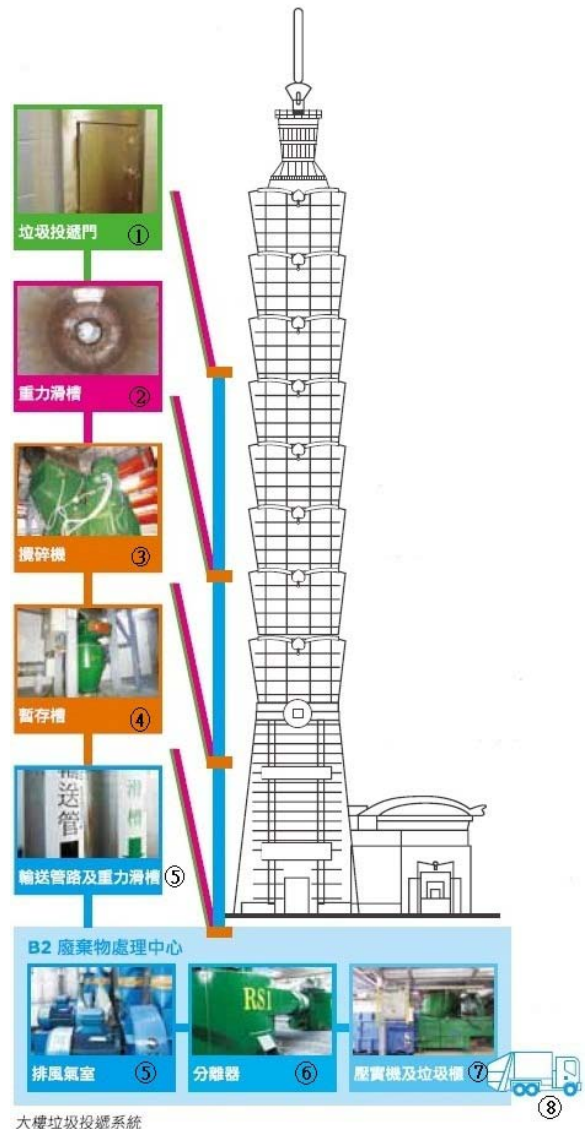
垃圾投遞系統

台北 101 的垃圾投遞處理系統在大樓建置時期即已設置完成，清潔員會先將各樓層收集好的廢棄物分為資源回收物及一般垃圾，然後再從一般垃圾中挑出可投遞垃圾及無法投遞之垃圾後再進行垃圾投遞作業行程：

1. 將可投遞垃圾從各樓層的垃圾投遞門投入。
 2. 經由不銹鋼重力滑槽送至攪碎機中
 3. 扇形鋤刀對垃圾進行攪碎作業。
 4. 攪碎垃圾經由真空管道貯存於暫存槽內。
 5. 利用負壓技術產生真空牽引，將暫存槽內的垃圾吸入輸送管送到 B2 的廢棄物處理中心。
 6. 經分離器把垃圾從輸送氣流之中分離出來。
 7. 最後經壓實機將垃圾壓入垃圾貯存櫃內。
 8. 貯存櫃滿載後由清運廠商運送至垃圾焚化廠。
- 資源回收物及無法投遞之垃圾由清潔人員收集後，搭乘貨梯載運至的廢棄物處理中心再做細部分類處置。

垃圾投遞系統平均每月所處理的量就高達 18.6 噸，不但減少人工使用電梯載運方式，整個過程經由此套設備處理無人工接觸方式，不僅不會造成人員的影響，也排除垃圾收運過程中對環境造成的異味和污染，杜絕了垃圾存放帶來的害蟲滋擾，大大降低疾病傳播的風險，造就安全舒適衛生的辦公環境；另外藉由此系統的壓實與抽排氣功能更可以減少 25~40% 的垃圾體積空間及垃圾含水重量，減少垃圾車將垃圾載運到焚化爐的次數與過程中所耗費的能源，降低 CO2 的排放。

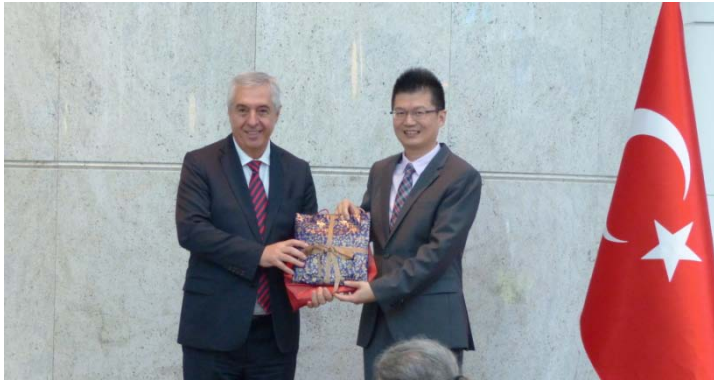
台北 101 在廢棄物管理上一直不遺餘力。不光只是將每日產出一般垃圾做好衛生貯放與清潔，更在資源回收管理上下了許多工夫，大樓的資源回收分類依材料性質與類型細分成 25 類，藉此降低資源回收商的作業成本，提高回收意願，但是這些仍是不夠的，要真正落實環境保護須仰賴所有租戶夥伴的幫忙，在生活中若能養成做好資源回收分類及垃圾減量等小動作，將對地球環境的永續發展大大地加分。





大樓訊息 *Beyond Excellence*

「未標註的日期」畫展開幕記者會回顧



35F 全新餐廳 Moon Garden
五月將正式開幕 歡迎租戶蒞臨用餐!

M
moon garden

Homemade, Naturally and Delicious

GRAND OPEN ON MAY
@TAIPEI 101 35F

from the KITCHEN of MOON GARDEN

Handmade by Moon Garden

Moon Garden's COLD PRESSED JUICE 100% Natural

Animal Farm
Gallery 101
Ching-hui Chou
Solo Exhibition

人的莊園
Gallery 101
周慶輝 個展
2016.05.03 - 06.03

Opening 2016.05.10 14:00-15:00
「人的莊園」 藝展紀實放映暨藝術家分享會
第一場 2016.05.10 15:00-17:00
第二場 2016.05.25 19:00-21:00

TAIPEI IOI x 采尼藝術
GALLERY 101 (位於大樓101樓 - 悅悅廳101)

正式開幕 歡迎參觀
電話: 02-2779-8888 www.chinghuiart.com

大樓捐血活動

辦公大樓將於 5/27 舉行捐血活動
歡迎各位租戶踴躍參與



508 愛在最高點 5/1~5/31
Mother's Day in May
凡家人陪同媽媽登高望遠·媽媽免購票上樓

5/7 & 5/8 購票加送
隨身鏡壹個

數量有限·送完為止