

目錄

董事長的話

國泰永續影響力故事

關於國泰金控

永續評比與獎項肯定

01 永續策略與治理

02 氣候

03 健康

04 培力

05 永續金融

06 永續治理

07 附錄

3.1.1 拓展健康生活圈

|| 科技助力健康管理

• FitBack 健康吧

為助力保戶更健康，國泰人壽發展「FitBack 健康吧」健康促進平台，運用數據、數位、科技守護用戶健康，不僅透過健康任務獲得外溢保單的保費折減，亦可獲得異業夥伴（如：統一超商、工研院、大樹藥局等）等優惠，截至 2024 年底，會員數累計約 125 萬人。為提升保戶的健康品質，FitBack 健康吧推出「六好」健康服務，更貼近用戶健康促進與預防照護的需求。關於歷年 FitBack 健康吧成果請見附錄表 22。

註：六好健康服務為好好吃、好好動、好好睡、好心情、好檢測、好照顧。



截至 2024 年底 FitBack 健康吧成果

- 會員數累計數約 **125** 萬人
- 總累積步數達 **1.71** 兆步

六好健康服務—好檢測與好心情

好檢測—認知功能檢測

為協助用戶掌握大腦健康、預防失智，2023 年與工研院合作推出「認知功能檢測」服務，參與「練練腦」^(註)、「測測腦年齡」^(註)與「大腦健康操」等遊戲，亦可獲得小數點回饋。

註：練練腦為針對 FitBack 健康吧會員提供每週 2 分鐘互動式遊戲訓練；測測腦年齡為提供國泰人壽外溢保戶每月 15 分鐘檢測服務。

 2024 年「認知功能檢測」服務超過 100 萬人次使用



與工研院合作推出認知檢測互動服務

好心情—心理冥想任務

為提供保戶多元服務並倡議心理健康，國泰人壽與「沙發心理 couchspace」合作推出正念冥想課程，內容包含五大主題^(註)，幫助保戶找到內在平靜。

註：五大主題為正念呼吸、信念重塑、情緒覺察、肌肉放鬆、睡眠放鬆。



FitBack 健康吧心理正念健康任務

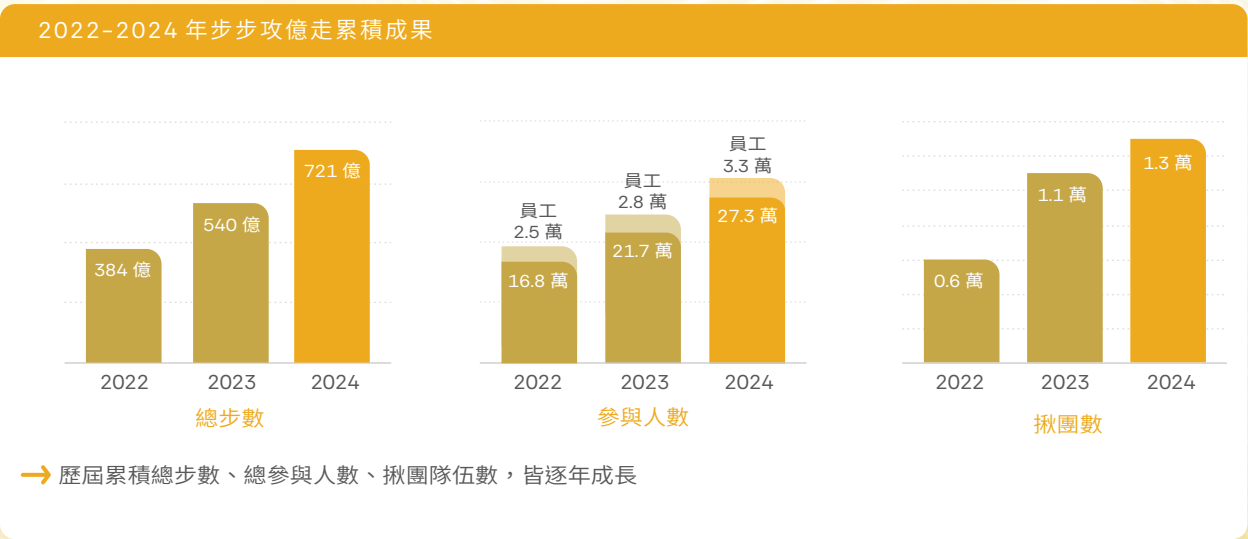
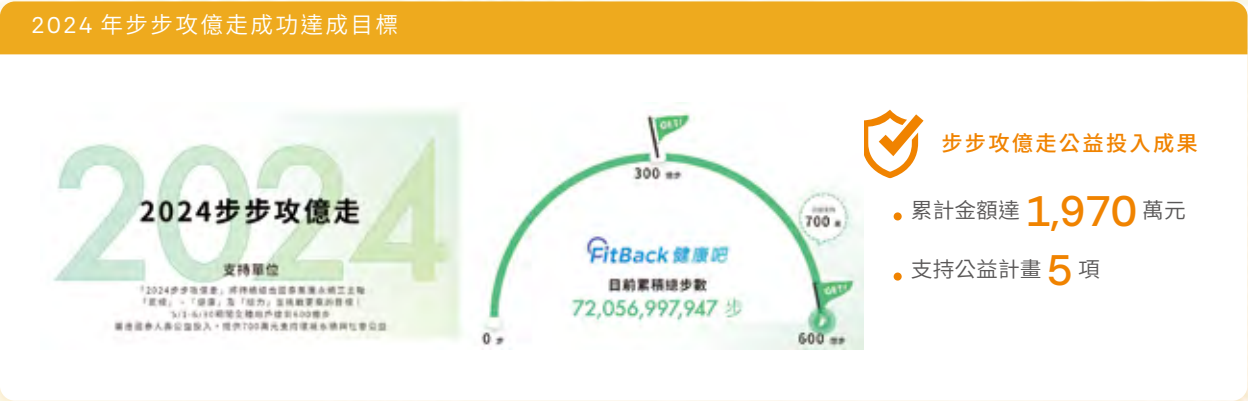
目錄

- 董事長的話
- 國泰永續影響力故事
- 關於國泰金控
- 永續評比與獎項肯定
- 01 永續策略與治理
- 02 氣候
- 03 健康
- 04 培力
- 05 永續金融
- 06 永續治理
- 07 附錄

• 步步攻億走

為了讓用戶走的每一步轉化對永續的支持，國泰人壽自 2022 年起舉辦「步步攻億走」健走活動，當 FitBack 健康吧用戶達成步數目標，國泰人壽將捐贈經費，支持偏鄉教育、環境保育、綠色能源發展等領域，幫助用戶轉化健走成果為實際公益行動。2024 年超過 27.3 萬人參與、步數達 720 億步，累積 3 年步數達 1,645 億步。支持「綠色能源」及「偏鄉發展」等五項公益計劃，累積金額達 1,970 萬。

註：步步攻億走公益計劃投入成果請參考永續影響力故事四。



• FitBack 健康吧企業版

國泰人壽延伸健康生活理念至企業職場，於 2023 年推出「FitBack 健康吧企業版」，提供企業員工健康促進解決方案，成為推動職場健康的最佳夥伴。

註：企業間數以統編數計算。



• 多元外溢保單

陪伴保戶朝向健康生活邁進，一直是國泰人壽所重視的目標，故持續開發多元外溢保單，涵蓋重大傷病、住院醫療、癌症、長照、失智、壽險等，並結合 FitBack 健康吧任務融入保戶的生活圈，2024 年發表全新健康主張「讓健康有力於你」，國泰人壽未來所有健康險都將嵌入外溢機制，打造全外溢的健康險陣容。

