

# 綠主張

2015

D e c

147 期

用生命感動生命

教育委員會

自覺的合作社精神

營運委員會

夢想的在地生活圈

編輯委員會

地方報的草根聲浪

生活材委員會

自主開發的消費力



## 每一個醒來的早晨

我失去的羊群  
在別人的土地上吃草  
我失去的土地  
在別人的雨水下  
築起一條條陌生的街道  
我失去的雨水有我熟悉的濕度  
正滋潤著別人的幸福  
和痛苦

(人生而不自由不平等  
是無可辯解的定律)

我失去的兒子  
在別人的鐵窗裡  
我失去的親人  
在別人的市場賣著薄荷茶和塑膠玩具  
我失去的真主  
在別人的神殿裡為人洗腳拖地

我失去的邊界  
在我不斷遷徙的歲月裡逐漸模糊  
我失去的歲月  
在別人的地圖、電視、談判桌上、煙灰缸裡  
逐漸變得透明，虛無

慢著  
為什麼要不斷談論  
那些已經失去的事物  
彷彿它們還可能重新獲得  
應該回頭看看  
我們有的是什麼

……我們有的  
只是一個夢  
在你的耳朵傾聽時  
夢便逐字醒來，並且消失  
這不是每個人無比熟悉的感覺嗎——  
失去，無可挽回。  
或許，在每一個醒來的早晨  
你便會記起我們  
這些失去了一切的人

—鴻鴻，《土製炸彈》，  
黑眼睛文化出版





文 | 黃淑德 攝影 | 主婦聯盟合作社提供

共同購買運動早期充滿摸索與實驗性，其中推廣有機稻田最為挑戰的是雜草與稻苗的生長競爭，在林碧霞博士的引介下，2000年開始在臺東關山電光村羅仁志農友的田區試驗防草紙蓆，為抑制雜草以省工。綠主張共同購買中心職員與班長的春節旅遊結合產地拜訪及生態旅遊前往拜訪，了解有機稻田的困難。

## 綠主張 2015年12月 / 147期

本刊物使用再生紙、黃豆油墨印刷  
中華郵政台北誌字第246號執照登記為雜誌交寄

**發行單位** 有限責任台灣主婦聯盟生活消費合作社  
**發行人** 許秀嬌  
**總編輯** 許秀嬌  
**編輯委員** 吳梅相、黃淑德、林享玉、柳家瑞、許秀嬌、詹武龍、蔡青瑄、劉玲琳、謝文綺  
(依姓氏筆劃排列)  
**主編** 康淑媛  
**採訪編輯** 王慧思、李婉婷  
**文字校對** 邱忻正、柳家瑞  
**電話** (02)2999-6122  
**傳真** (02)2995-6500  
**網址** www.hucc-coop.tw  
**電子信箱** gncoop@hucc-coop.tw  
**臉書** www.facebook.com/hucccoop  
**美術設計** 達非設計企劃工作室  
**製版印刷** 沈氏藝術印刷股份有限公司

## 通訊處

台灣主婦聯盟生活消費合作社北北、北南分社  
**地址** 241 新北市三重區重新路五段408巷18號  
**電話** (02)2999-6122

台灣主婦聯盟生活消費合作社新竹分社  
**地址** 300 新竹市東區南大路175號  
**電話** (03)562-6500

台灣主婦聯盟生活消費合作社台中分社  
**地址** 414 台中市烏日區溪南路二段68巷58號  
**電話** (04)2335-3772

台灣主婦聯盟生活消費合作社台南分社  
**地址** 701 台南市東門路三段179巷107號  
**電話** (06)335-5665

主婦聯盟合作社有六個委員會，除了本期介紹的四個之外，還有中長期計畫委員會、國際交流委員會。合作社有兩大重要的參與方式，即經濟參與、經營參與；委員會屬於後者—這裡是實踐社員主權，是除了透過民主選舉成為社員代表外，介於理事會與行政團隊之間，是兩者對話的橋梁之一。如何創造社員參與的舞臺，是個既可輕盈展開、也具深遠視野的課題，可讓社員步步自覺地參與，穩穩扎下利用型社員成為理念型社員的起步點。

比起一般身分社員，職員身分社員的工作目標在於搭建橋梁，讓更多社員、潛在社員共同參與。其中，職員的協調性重於創造性，如何將這協調性裡的專業決促成共識決，是極為重要的一種創造性，也唯有共同成長，才能將更多心力投注於創造力上。在參與裡必須看見引導，共同學習中看見進步，參與的持續性才能開始抽芽。逐步讓參與更為專注、專業，是具有專業的職員及社員可以共同為這舞臺量身打造—正式來說是發想中長期計畫，簡單來說是共學計畫，這份計畫直接面對的是參與度的考驗，除了自己，如何找到並吸引社員伙伴？陳岫之這句話說得正好：用生命感動生命。

## 目錄

### 來自現場／

- 4 教育委員會 | 自覺的合作社精神 文 | 歐陽惠如  
7 營運委員會 | 夢想的在地生活圈 文 | 張怡潔  
10 編輯委員會 | 地方報的草根聲浪 文 | 康淑媛  
13 生活材委員會 | 自主開發的消費力 文 | 陳怡樺

### 生命的沃土／

- 16 臺灣廚餘回收政策的推手 文 | 陳曼麗

### 產品平台／

- 18 善糧黃金雞：提升非基改飼料比例 文 | 郭亭君  
20 米漢堡與仕安米的社間合作 文 | 朱安琪

### 合作二三事／

- 22 聽見新經濟的聲音：2015 社會企業世界論壇的啟發 文 | 洪翠苹  
24 想像 2020：協力照顧行動方案 文 | 王琪君

### 永續經濟專欄／

- 26 共享經濟：逐漸交會的平行線（下） 文 | 李宜真

### 基金會專欄／

- 28 綠色生活的韌性 文 | 賴曉芬、沈寶莉

### 圖說八道／

- 30 中藥材管控流程 圖 | 張智淵

### 主婦食堂／

- 31 體貼長者的暖心菜單 食譜設計 | 黃淑惠 文 | 卓冠齊

## 《綠主張》月刊長期徵稿

歡迎分享你的生活實踐，投稿信箱：  
webb@hucc-coop.tw，信件主旨請註明：《綠主張》月刊投稿。文長以1500字以內為宜，請附相關圖片原始電子檔3張以上並附圖說。來稿若經採用，本刊因編輯需要，保有文字刪修權；請勿一稿多投。

## 加入合作社

有意願入社者，請先參與各站所舉辦之「入社說明會」，各站所與本社網站提供入社說明會場次查詢，可選擇方便的時間、站所參與，敬請預約報名。  
<http://www.hucc-coop.tw/join-us>



## 月刊與網站閱讀意見調查

<http://www.hucc-coop.tw/15744>



菜籃子革命、他還年輕、小農復耕等好書抽獎





來自現

教育委員會

## 自覺的合作社精神

文·攝影

歐陽惠如

新竹分社編輯委員會委員

二〇一五年合作找幸福臺東場中，共同思考部落希望發展什麼？想要如何發展？當天有多個小組討論：幸福媽媽工作坊的營運、部落陶珠工藝的發展、部落共識的凝聚等等。照片人物蘇雅婷為「台東廢核、反核廢聯盟」前祕書長，為凝聚臺東反核力量的推手，喚起臺東人對核廢議題的重視。（攝影：張瓊文）

二〇一五年十月十五日，總社教育委員會在臺北社企流舉辦共識營，五大分社教育委員會委員及負責協助社務推動的地區營運專員齊聚一堂，交流今年推動的教育活動——推廣合作社共同購買精神、非基改、硝酸鹽、食品添加物、解說員培訓等議題，分享體驗式的海洋生態旅遊、參訪自然農場、親子夯桌遊，彷彿經歷一場迷你的合作社教育博覽會。年年舉辦的共識營，目的為凝聚各分社教育委員會的工作目標與方向，研議共同關注的教育議題，期望各分社能走在同一條道路上，減少想法與執行上的落差。

看似琳瑯滿目的活動背後，有著重要的意義與目的。二〇一四年接任總社教育委員會主委的邱彥玲說明，合作社最大的資產就是社員，有優秀的社員，才能有優質的合作社。「合作人的倫理價值需要被重視，誠實、公開、社會責任、關懷他人，不

應該是口號，應該落實在每個社員的身上，才能彰顯我們不以營利為目的的理念。」要成就偉大的理想，合作社的價值須透過教育活動的設計來傳遞。

有感於許多社員入社後尚未真正了解合作社，教育委員會開設「給社員的基礎課程」，包含產品、環保及合作教育三大系列，這些平實的課程編排能讓社員深入淺出地了解合作社，進而透過認同而願意積極參與合作社。

邱彥玲強調，這三大教育缺一不可，合作社是「以綠色消費實施共同購買」：支持綠色消費是觀念，共同購買是方法。如何堅持綠色消費？利用環保教育改變我們的消費觀念。如何共同購買？產品教育的認知補足我們對生活材料的了解。合作社是怎樣的組織？組成的社員要有怎樣的態度？合作教育將民主自治等觀念深入社員的意識中，樂於以合作人居。

## 組織強壯 來自深化教育

亞歷山大·賴羅博士在《公元兩千年的合作社》提到，「許多合作社教育都是虎頭蛇尾，皆始於頻繁的活動和高度的熱忱，而終於興致之萎縮。」用這段話反思我們的合作社，二〇〇一年綠主張公司有四千名會員，由一千七百九十九名社員發起組成合作社，希望要「一起久久」；時至今日已有六萬多人加入，社務與業務快速成長，教育活動蓬勃，但如何深化社員對合作社認同？邱彥玲認為，必須由聘任人員、選任人員及解說員的認同開始，唯有這群人放下我執，願意改變、學習、思考，方能吸引更多有理想的社員投入。

二〇一五年教育委員會三大工作目標之一「解說員培訓」，邱彥玲強調，「當一位解說員能夠認清解說的重要性，將合作理

念內化到用言語感動準社員入社，才可以降低只求利用產品而入社的社員比例，而不參與、不投入的社員也會變得比較少。」因此解說員培訓、評核、回訓、入社說明，如何不流於形式，不只是求有還要求好，不只为解決層出不窮的問題，才能不耗盡團隊的精神與力氣。

這份憂心促使教育委員會研議，要求解說員參與二十四小時的培訓課程，同步參與地區營運委員會會議，實際瞭解站所、社務的運作，豐富解說內容，却被認為約束、不自由。邱彥玲釐清，解說員須不斷精進，建立嚴謹確實且精彩生動的入社解說。這一年多來，入社說明的制度與流程已慢慢步入軌道，這些都是「堅持」而逐步改善的。

### 社員推動自我教育

二〇〇一年綠主張公司

轉型成台灣主婦聯盟生活消費合作社，長期以來總社教育委員會始終未能發揮。二〇一二年，現任第十四屆監事、曾任第三屆理事主席的陳岫之接任教育委員會主委，開始將教育委員會組織化，她認知到推動教育活動是社員的事，透過社員承辦教育活動才能有更多人認識合作社，據此各分社開始組織解說員成立分社教育委員會；後續還與內政部合辦「合作找幸福」專案計畫，策辦研習課程推廣合作社組織。此後，社員成為合作教育的主要推動者，教育活動的主導權交付社員手中，做中想、做中學，從中體察合作社的核心價值，展開主辦者的自我學習之旅，這是一個重要的分水嶺。

當年灑下的種子逐漸在分社教育委員會發芽。以台南分社為例，二〇一五年接任台南分社教育委員會的主委陳怡樺、副主委呂梅菁，有著七年級生的新穎思維，加上地區營運



2015年視界影展高雄場，台南分社社員代表、也是拍攝農地紀錄片《黑》的影像工作者謝冠妃正在分享拍攝過程。她提到，這部片的拍攝時間很長，最後選擇以「農民」的角度出發，讓觀眾了解一旦水源受到污染，受害的永遠是農民，由於法規不健全及灌排未分離，排放污水的工廠卻有很多方式規避責任。（攝影 | 陳郁玲）



2015年6月6日至7日，龍潭區地區營運委員會以勞務分工方式，由社員自發性承辦合作找幸福專案，社員主動參與社務，透過分工學習合作。詹琪芬分享團體動力課程中請學員畫下20年後的夢想生活藍圖，有人希望自己蓋房子、留下老家三合院推動客家茶文化及茶產業、共煮共餐、開著行動車到處與人交流。

專員黃淑禎的輔助，激盪出不同視野的火花。不同以往用讀書會凝聚共識，而選擇凸顯社會真實面貌的影像紀錄片與社員交流。十月「視界影展」從屏東起跑，之後巡迴高雄、嘉義、臺南到臺東，共播出七部紀錄片。陳怡樺說，台南分社社員臥虎藏龍，謝冠妃、黃淑梅、賀照緹都是影像工作者，長期用鏡頭關注環境議題及社會弱勢族群，希望藉由紀錄片影展擴大社員視野，讓社員看見世界的其他面貌。

由於影像的可親近性，也能接觸到關心議題的非社員，陳怡樺說，「儘管每場參加人數都不算多，但若只參加人數來評斷影展的效益就太殘酷了。我們看到的是社員從中得到的收穫，對他們產生的影響。」呂梅菁分享嘉義場的三位老阿嬤看完《我愛高跟鞋》後，震懾於人類為穿鞋舒適而屠牛取皮的畫面，決心以後不穿皮鞋。

## 社間的合作教育

參訪臺灣各類型合作社開啟了合作教育的另一種視野。二〇

一二年起，台南分社教育委會連續四年由社員勞務承攬合作找幸福專案，活動結束後社員每每表達對臺灣合作社組織的認識感到匱乏，對於如何展開後續行動有著困惑。有社員提出反思，「我們了解臺灣其他類型的合作社嗎？」因此，二〇一四年起陸續參訪台南市新樓儲蓄互助社、臺南高商員生消費合作社、台南市第一漁權會漁業生產合作社，二〇一五年續訪仕安社區合作社、高雄市育成照顧服務勞動合作社及嘉南羊乳運銷合作社。

每場參訪前搭配課程講座，多場下來，逐漸累積一群對合作運動關注的社員，勤奮學習合作社知能，也促發了籌組合作社的愿望，有人想組成設備公用合作社，有人體認到教育合作社的需求，都是對合作運動的廣泛延伸。

學習不外乎就是不停歇的思索，加上持續的行動力，雖然成員們是由不同世代聚集而成，台南分社教育委員會共同思考並努力的方向是：「身邊有許多有理念的年輕人在尋找生活與謀生的平衡，我們希望在教育委員會裡帶入這些議題討論、思考合作，」並希望「合作社應該要走出去，看看別人怎麼合作。」



2015年5月16日由新營站承辦的仕安社區合作社參訪活動，超高齡化的農業社區，年輕人外流，仕安合作社嘗試發展自有的經濟體來支撐社區福利，關切共老和孩童的教育問題，是主婦聯盟合作社長期關注也努力學習之處。（攝影 | 周軒睿）



2015合作找幸福龍潭場團體動力課程中，共老小組討論「一路樂活合作社」方案，希望推動互助支持系統、訓練照顧人員、老人日間照顧、加入合作農場等。



營運委員會

## 夢想的在地生活圈



早上十點鐘不到，主婦聯盟合作社桃園站的教室坐滿了來自新竹分社各站、班的地區營運委員，正準備進行一整天的「新竹分社營運委員會會議」，共同檢視確認未來各地的活動。談起地區營運，主委蘇惠君直言許多社員認為主婦聯盟合作社只是一個提供安全食材的地方，「一開始，我其實和大多數社員一樣。擔任十幾年的解說員後，我深刻地體會到，主婦聯盟能讓社員創造自己想要的的生活，而不是被動依賴企業或政府。」而地區營運就是這樣的平臺，社員能民主參與合作社運作，透過合作社給予資源和時間，具體實現所愛或對社區的信念。

二〇一四年，成立三年不到的新竹分社，秉持「做中學、學中做」運行地區營運。為了讓各地找到自己真正的需求，一開始並未設定共同的方向，而是讓社員充分自由發揮，做自己想做的事，觀察會激起怎麼樣的火花。二〇一五年各地地區營運悄然浮現在地特色，例如：新竹站凝聚一群對食育有想法的年輕媽媽，去年培育五至六位綠繪本講師，前進校園，讓孩子從小開始認識食物和環境；也舉辦多場講座，連結新竹居民共同關心，向政府推動校園午餐的改革訴求。

梁玲峯家中小小的客廳，擠滿了對龍潭有美好願景、願意共同合作的十多位社員。龍潭區地區營運委員會的運作，包含縱向的民主「協議」，以新竹分社營運委員會為最高決策單位；橫向的「協力」，連結各行動、委員會資源，開展行動。

文・攝影  
張 怡 潔  
新竹分社社員

各地摸索出了需求，卻無法避免造成資源稀釋與意見分歧。各地很快面臨到每位參與的社員對目標的想像不盡相同，造成執行上的困難。「合作社不是要讓一個人踏十步，而是十個人同時踏出一步。但要如何踏出這相同的一步？」地區營運專員賴佳伶解釋目

前的課題。因此二〇一五年新竹分社地區營運導入專案管理等課程，培力社員使目標更明確。

此外，社員來來去去，總是少數幾位投入地區營運，並身兼數職。如何號召更多社員並深化參與，是接下來的關鍵。二〇一六年將串聯各地活動、各委員會的資源與人力，落實活動並擴大影響力。例如：新竹站綠繪本團隊協力對食育有興趣的桃園社員，進行講師培訓；新竹分社編輯委員透過社群媒體宣傳活動。目標更聚焦、活動辦得更好，吸引更多社員投入。

參與度高、能力強是目前參加新竹分社營運委員會的社員最珍貴的特質。「可以看到我們在座的每個人，這麼熱情，利用工作和家庭時間外的時間，為了在地生活的美好想像而努力著，這是我感動的地方。」環顧著開會一整天的地區營運委員們，蘇惠君珍惜地說，「我會想著我們要多開幾道門，讓更多社員進來，讓社員知道我們的生活，自己可以選擇！一天累積一點，慢慢地鋪設道路上的磚頭，磚頭夠多時，就可以建構出我們要去的路。」

## 中壢站地區營運委員會 便當合作社的夢想實驗



二〇一五年年初，中壢站地區營運委員會悄然成立了「主婦好棧供餐計畫」，利用合作社食材做便當供應社員。發起人詹琪芬很喜歡做安心餐點分享给大家，由於關注站所的盛產蔬菜耗損問題，因此想在站所供餐，減少浪費。詹琪芬召集另外三位同樣熱愛料理的社員，一位廚師搭配一位助手的方式，每週二供餐。主婦好棧也是她的夢想實驗計畫，



新竹分社營運委員會會議中，詹琪芬、朱麗容正在一旁料理著少油、少鹽的家常料理。

「地區營運讓我真實了解合作運動，它是玩真的，讓我感覺到一種圓滿。」不只如此，「過去我犧牲很多家庭時間去玩我要做的事情，如果當時能用合作社的型態，我想可以有更多的時間陪伴家人。」

受限於廚房設備及訂餐人數，消化不了大量的盛產蔬菜，身兼新竹分社生活材委員會主委的詹琪芬決定將困境化為機會——解決耗損的定位，轉變為提供社員產品教育、環保教育和合作教育的場域，並以此為凝聚中壢社員的立基點。來吃飯的社員，認識如何利用合作社食材；自帶餐具等要求，推廣環保教育；與廚師互動，甚至自己當廚師，學習合作理念。

詹琪芬計畫年底辦說明會，讓社員了解供餐流程和成本，討論合理定價。「我最終想要玩出一個便當合作社。想吃的人出資，社員才可以訂便當。這差別在於工作人員是有尊嚴的，共同決定合理的薪資，互相尊重，而不是用消費者的心態在看待。」未來若能集結一群固定參與的社員，還計畫舉辦節氣食堂、產地之旅，也許發展成綠主張生活館，一起

討論對中壢地區的美好想像，並付諸行動。

龍潭區地區營運委員會

## 民主合作的基石



「合作是一條漫長的路，無法速成，在對的架構下，每個人都能發揮所長，有真正的合作內涵，才能長久。」龍潭區地區營運委員會深刻地實踐了這句話。二〇一四年，初任龍潭地區社員代表的梁玲崙，積極經營社員聯誼，漸漸匯聚一群對龍潭有希望的社員。九月舉辦為期八週的《我是生活者》讀書會，邀請合作社前輩帶領，開啟社員對合作社的許多想像，催生了以「一班」為單位的龍潭區地區營運委員會，為民主合作打下關鍵的基礎。

龍潭社員強烈的自發性與企圖心，使成立不久的地區營運委員會很快地推動許多活動，例如：綠繪本師資培訓、三和里桐花季活動擺攤等。組織初期曾產生對權責和決議的認同差異，但社員對合作社民主議程的了解與尊重，無私的溝通，反而讓危機變

成轉機，讓龍潭社員彼此更加信任，孕育出難得的強大向心力。社員並不急著進行自己的想法，反而願意投入長時間的討論與對話，建立完整的地區營運架構，先討論出營運願景和使命，讓每個人的大方向一致。

站在了解組織資源和決策共識的穩固基石，每個團隊才能開展自己想做的事業。二〇一六年將以「綠繪本推廣」、「在地小農培力」、「社員關懷」、「共好生態村」四項行動，開創龍潭美好家園。由每個小組輪流報告計畫，藉由民主投票程序，共同評估個別行動與願景的呼應，以決定預算分配。會議過程中，不斷確認共識與了解，雖然耗時耗力，卻真切體現「十個人走共同的一步」的合作精神。梁玲崙回頭看這一年龍潭地區營運委員會的初生與成長：「參與地區營運後，在不同層面的學習，從肯定自我的價值到看重別人的價值，也更深深地看到合作社的價值與使命。」



竹北站地區營運委員會

### 在地食物圈



定期的午餐聚會讓竹北站凝聚一群對在地事務特別關心的社員，時常舉辦周邊農場小旅行，或共同購買支持鄰近生產者的友善產品。慢慢地，大家意識到原來新竹有這麼多友善小農，幾乎可建立起一個里程最短的在地食物圈，恰巧應對合作社的夏天缺菜期。

社員開始討論在地友善耕種的農作物，有沒有可能供應竹北社員。這個想法，在竹北站於二〇一四年搬遷時，因站前的小廣場，有了實現的可能。透過社員、站務的連結及持續拜訪農場，竹北站集結一群鄰近的友善生產者來廣場擺攤，從一、兩攤到五、六攤，漸漸有了市集的樣貌，最後發展成定期的「三一八市集」。當初單純創造在地食物圈的想法，執行下來卻有許多困難。例如：小農沒時間擺攤或量太少、社員將合作社的規範套用在小農身上等等。太多的細節和規劃須釐清，因此趁著合作社進入了供菜充足的冬季，三一八市集在

十一月後暫停舉辦，重新思考方向。

「其實我們不是要市集做得很大，而是能提供社員學習、在地資源、鄰坊可以交流的場域，未來我們可能轉變成小孩市集、小小站務或二手市集等方向。」竹北站地區營運委員會主委葉雪霞認為地區營運沒有一定的目標，就是要邊走邊看，邊做邊學。「就像是我不是為了當媽媽，才來做媽媽的。」總是要先試過幾次後，再停下來思考，希望以最不耗心力、人力的方式，調整再出發。



小孩市集、小小站務讓孩子學習與社員互動，甚至幫助其他小朋友，許多社員也分享著：「第一次知道原來我的小孩會……。」（攝影 | 葉雪霞）

HERE!

## 中社社員嘉年華 四方牧場熱情相見

12/19 (六) 10:00-15:00  
四方牧場大草坪

文 | 張惠嬪 | 台中分社編輯委員會委員

還記得，那一年在台中公園，拔河比賽是哪隊抱走了大獎嗎？還記得，那一年在中興大學小禮堂，合唱比賽的美聲天團是哪一隊嗎？不知道你會不會懷念那時，為了啦啦隊比賽，大家一起絞盡腦汁製作服裝道具的天馬行空？不知道你會不會懷念那時，為了上臺演出人生的第一場戲，大家互相打氣集氣的緊張興奮？很不簡單的一個合作社，有很不簡單的你和我。來吧！讓我們再一起來好好的玩一場，給彼此打打氣加油吧！

據說，有，真相大揭祕之社務報告  
據說，有，讓我們抱在一起的趣味大競賽  
據說，有，藍天白雲市場之各式攤位



- 貼心的你一定不會忘了要自備購物袋及餐具哦！
- 貼心的我們在竹南火車站備有接駁車哦！



編輯委員會

## 地方報的草根聲浪

文·攝影

康 椒 媛

二〇一三年三月開始，主婦聯盟合作社總社編輯委員會至各分社召開會議，南門站、三民站、三葉站、浦城街社區空間、奇岩站、東門站、桃園站、新竹站、豐原站、總社，一路直到二〇一四年三月相聚彰化溪州，就在吳晟老師的書屋裡完成新舊委員交接。一年內，台南分社、台中分社於二〇一三年四月分別成立編輯委員小組，編輯委員會籌備小組，二〇一四年一月台中分社、新竹分社、六月北區編輯委員會正式成立。

早在二〇一三年三至四月間，當時編輯委員陳來紅提出「編輯委員會中期計畫的規劃目標」，二〇一四至二〇一六年三年為期，以「分社分立·分區自治」為目標，「以社員為主體」的參與式規劃，共同討論月刊、網站、分區週報的開創性內容，並發掘育成在地社員記者，以永續編輯委員會會務。背後的目標是「創造替代性的社會」，陳來紅拋出引子與編輯委員共同思考：「要替代怎樣的社會？即以資本為主，以人為工具，以營利為目的。」

那麼要營造怎樣的替代性社

二〇一四年三月，總社編輯委員會會議結束後，吳晟老師帶著大家走訪水田溼地生態復育計畫，緊鄰著自家的原生種樹林「純園」，希望保留一塊完整的生態復育基地。由右而左為吳晟、許秀嬌、陳敏香、林育慈、詹武龍、蔡青瑄、陳來紅、李修璋、吳梅相、康椒媛。（攝影—潘嘉慧）

會？陳來紅提出康德所言：「人即是目的。」對應於編輯委員會，即是透過分社分立，分區自治的協議與協力，進行組織內造；實質工作包含人力資源、社員需求等等盤點計畫，從參與中共同研議、共同決策、共同承擔，及至各分社提出中期計畫的共識，即是一種以人為目的的合作模式，創造平權的公民社會。在這個背景下，各分社興起草根的聲音，從自主教育開始，舉辦編輯採訪營，因著開發並吸引社員記者參與的必須，逐步搭建起地區營運的另一座舞臺。

## 草生的力量

翻閱著各分社編輯委員會的報：北區編輯委員會《北區好生活》、新竹分社編輯委員會《上雜誌》、台中編輯委員會《就是愛綠動》、台南分社編輯委員會參與的《台南分社活動週報》，其中最先發展中長期計畫的台中分社編輯委員會，第一次會議就設立了四年工作目標——第一年重心放在人才培力、供稿《生活者週報》、台中分社活動專刊》（二〇一三年九月起改名

《就是愛綠動》），第二年推動一站一編輯委員、《就是愛綠動》擴編，第三年主導企劃編輯《就是愛綠動》，第四年出版專書或影像紀錄。

二〇一五年十一月二日總社編輯委員會會議之後，隔天來到成立不久的麻園頭站，出席台中分社編輯委員會，緊隨著總社的行程，將訊息脈動更為貼近地區。蓬勃的地區營運，來自一小群人的意願，通常是跟隨著單薄卻堅定的個人而任事，這一群人的駐足及往前踏步，來自社員李修璋、謝文綺、林育慈及台中分社組織課專員劉玫君四人團隊的籌備，她們的毅力讓新任編輯委員有可傳

承的養分。怎麼定義蓬勃？從感受共事開始。東海站編輯委員林蟾卿感覺如此：「家庭主婦很多都是停滯的，加入編輯委員會後，很多以前沒上過的課，把能力往上提升後，一路就是不停地繼續做。」在編輯委員前輩的陪伴中，台中分社編輯委員的學習與成長幾乎並進，一堂課結束接著就是上陣。

在總社編輯委員會提出分社編輯委員會的想法之前，李修璋已想過分社要有自己的刊物。回想籌備初期，她談及大部分社員較感興趣的是生活材委員會，編輯委員會找不到社員參加，因此多是挖掘像林蟾卿這樣願意共學的

「新人」。二〇〇九至二〇一一年，李修璋擔任東海站地區營運委員會主委期間，曾經每週間五天整天安排自己待在站所裡「找人」，與到站利用的社員攀談，尋找更多潛在的理念型社員，這份無給職的使命，源自於相信合作社是實驗生活的好工具，李修璋用著「沒有設計」的主婦語言，也像個跑步教練專注不懈地協助合作人的接棒，讓地區的樣貌慢慢長出來，自然而然。

在地人做在地的事情，是李修璋立根於台中分社的情懷。從東海站地區營運委員會、台中分社編輯委員會，直到目前正在籌備的草生儲蓄互助社，她對於地區的



李修璋細細保存所有台中分社編輯委員會的會議資料，發展脈絡經她手一翻，明白展現。提及目前負責的台中分社專書，以人為軸，寫下參與主婦聯盟合作社台中分會至主聯盟合作台中分社這一段完整的生命故事。



李修璋向各站編輯委員說明開辦採營的想法：「上課就是釣魚。」或許自己不用那麼感興趣，但一起投入，我們就是有用的人才。彰化站編輯委員呂佳玲（中）隨即開心地呼應自己是魚餌用的蚯蚓，打趣地說：「蚯蚓會有飼料嗎？」大家笑成一團，地區營運專員陳曼淇則努力地將大家帶回提案討論中，這樣的交流裡有著一種溫度，有秋天的溫和、冬天的暖和。左為林蟾卿，右為豐原站編輯委員張惠嬪。



台中分社每站都有編輯委員，目前共十二位，輪流到各站開會。謝文綺分享：「輪流很好，可以認識不同的站長與站務。」此圖所在為東海站，採訪李修璋前，站務張蕙珠（左）的熱心招呼形成東海站的印象，她主動與社員聊天，我們也隨著容易聊上幾句。

視野形成源源不絕的行動方案，她堅定地說：「一棵草很柔弱，一片草是野火燒不盡。」草生栽培法，草與菜共生，草是有用的。有些人被認為是草、有些人被認為是菜，弱勢者就像草，也有生存的權利，也應該被尊重，每個生命都有各自的尊嚴。」世界的運作，少了草根本不行，這是她賦予草生儲蓄互助社的精神，目前將近八十位社員，也大多是靠著李修璋一個人去說服，直到收到入社志願書。

在此，應該會疑問這個跨步有什麼意涵？李修璋所想的是，集結臺中、彰化市民，將錢留在當地，在地利用，在地流通。「生活主要在消費，消費的工具是錢，若生活必需品和錢，都有合作社來服務，不受資本主義的掌控，自由選擇使用錢的方向。社員間可以透過合作社的平臺，發揮長才，也許沒有一般工作的薪資水平，但足夠穩定，也能擁有更好的生活品質。」開自己的銀行，協助社員資金融通，更能透過不定期的共同購買，成為主婦聯盟合作社的左右手，共同購買支持小農、格外品、在地友善組織，就像是「樓上和樓下的關係，兩個相近的社團可以共同建構一個生活會館。」由此延伸，甚至可以由社員自主勞務承攬在地出版。

## 合作的語彙

台中分社編輯委員會的另一個特色是分工紮實，主委、副主任、總編輯、四版主編、美術主編、四版美術主編，並分為企畫營運組、文宣出版組、檔案管理組、行政庶務組四組。李修璋目前擔任台中分社專書計畫統籌及檔案管理組組長，《就是愛綠動》已由下一棒學習自我要求，「即使不夠紮實，自己會成長，自己去思考才會有意義。進步的幅度也許不如我想要的專業，這就是我們的現況，不是向外去做比較，是跟自己要求。」自覺進步，是她們持續精進的動力之一；先做得足夠扎實，是她們穩穩前進的依循之一。

不同於總社編輯委員會《綠主張》月刊的機關報定位，地方報的小品文特色，關注在地新聞，多見生活韻味，談及合作社理念，也別有靈巧。台中分社編輯委員會主委謝文綺補充：「完全由社員自發討論想做的題目或報導的重點，也是志願參與，所以難要求準時截稿，文章水準也難齊——但我認為這就是特色。」地方報更自由地聚焦於分社社員關心的重點，也增加參與的觸發點：「因為並非須專業投

入，鼓勵了社員願意撥空試試，一方面參與培訓課程深入了解編輯的工作樣貌，一方面有園地發表磨練。同時不同站所的夥伴可以藉由每月一次的刊物聯繫交流，發展更多除了購買綠色生活所需以外的想像，如儲互社、共育、共老等等。」

內化却有道特別的門檻：合作社的語彙。李修璋認為語彙建立於合作教育，也是社群歸屬感的表徵。「編輯委員會是透過實踐，透過採訪，內化程度超過一般委員，不了解根本沒辦法寫作。」不過也急不得，委員會是一個參與的平臺，如何互動得如台中分社編輯委員會般的伙伴情感，除了一年兩場編輯採訪營外，二〇一五年開辦了「實習採訪」，實習採訪的目的也就是為了促進大家的聯誼，合作的默契也比較好。

編輯委員租了巴士採訪高雄市杉林大愛縫紉生產合作社、瑪諾蘭迦，搭火車到桃園大溪拜訪陳來紅聽聞台中分社歷史，在這養成之中李修璋幽默一笑：「上完課就叫她們編輯，基本上進入軌道，就沒辦法下來了。」參照外部經驗，再從內部思考，才是核心。委員會並非只是專業參與，更基本的是願意參與，給彼此一個合作的機會。<sup>12</sup>



一籃菜最初的試驗農地位於臺北三芝。鄭正勇、林碧霞夫婦經常至此指導農友如何施用堆肥，讓土壤有更好的品質。常常是在農友家的稻埕或田邊，討論有機蔬菜的種植問題，正所謂的「田邊教室」，也是生活材誕生的搖籃。（攝影 | 主婦聯盟合作社提供）

生活材委員會

## 自主開發的消費力

文

陳怡樺

台南分社社員

攝影

台南分社生活材委員會提供

在共同購買的路上，主婦聯盟合作社從二〇〇一年走來至今，常態供應的產品超過七百多項，「生活消費」關乎的「生活材」是怎麼定義的呢？社員們可能聽過「生活材委員會」，生活材委員會的基本任務可歸納為：「反應與審查本社對生活材開發與供應之提案，回應社員對產品知的需求與疑問。」但應如何執行呢？在《產品開發準則》中明列：社員參與是一個重要的環節。

### 消費者的聲音

先請第五屆理事，也是二〇一五年總社生活材委員會主委姜淑禮為社員解答一些基本問題。誰參加生活材委員會呢？姜淑禮說，「參加生活材委員會的社員，大多對產品感興趣，可能對現有產品的狀況不是很滿意，想來表達意見，或想更認識合作社的產品。」如何參加生活材委員會？「由各站地區營運委員會推派至分社參加。」層層落實民主參與的合作社運作精神。

生活材委員會在哪裡？目前從北到南五個分社，各有自己的生

活材委員會，而總社生活材委員會的成員正是來自各分社生活材委員會的主委、副主委，姜淑禮說明，「生活材委員會和其他委員會不同的是，每次會議都由主委、副主委共同出席，由於委員會的主委、副主委每年改選一次，為了讓委員會能有良好的傳承及任務交接，安排每次會議主委、副主委同時出席，以利未來的交接。」也因生活材委員會討論內容繁雜，成員的穩定對於會議的討論非常重要，更有助於分層的傳達。

到分社和總社參加生活材委員會的委員又有什麼任務呢？姜淑禮說，總社生活材委員的重要責任是協助產品開發部清楚傳達各



2015年11月苓雅站社員參訪屏東伯大尼之家，院生教導社員使用特製的鋼管，便可完整分離帶刺的洛神花果實萼片與種子。



第一次參加生產者之旅的苓雅站站務賴鵲竹，開心地舉起自己採摘的甜玉米。

項決策及決議至各分社，而分社生活材委員則是接棒將訊息完整傳達至各站地區營運委員會。每當在總社生活材委員會會議中，委員們提出的問題，也是讓產品開發部有補充、延伸說明的機會，也讓產品專員知道：「原來這是社員不懂或很在意的地方。」

生活材委員會討論些什麼呢？生活材委員會討論的議題龐雜，舉凡站上所有產品都在會議討論之列，其中「產品異常反應」和「新品需求」是最常遇到的提案，儘管合作社已設有反應單的機制，但社員若未能從回覆中獲得滿意的答案時，仍有部分社員會循著生活材委員會的管道提案。

## 需求的共識決

講到「新品需求」，姜淑禮提及過去的提案過程較為鬆散，不須得到其他站所的附議，便可直接提到生活材委員會會議中討論，也造成每月各分社的新品提案多達三、五件，相當驚人。而今，新品需求提案已有一套流程，「比如某站的社員提出了新品需求後，須先在該站地區營運委員會形成提案，再由該站委員提至分社生活材委員會討論，若得到附議，再讓各站生活材委員帶回各自站所說明，並於下月的會議中回覆，若獲得多數站所贊同，形成分社共識，再提至總社生活材委員會，並由分社生活材主委代為說明，由總社生活材委員們進行討論。」

這套流程的建立不得不提到台南分社生活材委員會，此模式是在台南分社慢慢形成後，其他分社起而效仿，如此過程看似繁複冗長，但每個步驟都可確認是否為「集體共識」，而非個人意見或需求，這也是溝通過程中最珍貴之處。對此，姜淑禮也談到，社員參與的過程是由基層往核心發展，各類委員會得以穩定，十

分仰賴各站地區營運委員會的成熟運作。

其實，總社生活材委員會的討論並不是一開始就如此順暢有條理，會議中有個穩定卻默默陪伴著大家的身影，林碧霞博士。姜淑禮回憶道，只要時間允許，林碧霞博士一定會出席總社生活材委員會，幾乎從不缺席，直到二〇一五年年中，林碧霞博士的身體狀況不好才缺席。林碧霞博士的陪伴，是總社生活材委員會很重要的力量，每每在她的諄諄提醒下，討論才終於聚焦於產品品質、新品開發或淘汰不適合產品。

## 生活材共學會

主婦聯盟合作社的部分產品價位比一般通路高，但原因是什麼？合作社的香腸和一般通路的香腸，有什麼不一樣？合作社的貢丸和一般通路的貢丸，有什麼不一樣？關鍵在於「添加物」。二〇一五年，台南分社生活材委員會首度嘗試「食品添加物共學」，主委吳銀條說明：「由各站自發自組讀書會研究，每個站所認領不同的產品，慢慢地大家

了解合作社的產品與一般通路的產品有哪些不同之後，下一步就是認識添加物的功能，一步一步建立自己的添加物資料庫。」

九月，總社生活材委員會例行月會決議，建議各分社生活材委員會深耕在地生產者，產地見學的範圍以各分社幅員內生產者為主，目的在於與在地生產者深入互動，藉此機會認識該產業現狀、面對的困境及產銷狀況等。

與農友的互動方式，除了現有的產地見學外，吳銀條分享二〇一六年的新計畫，台南分社將推動「農友陪伴制度」及「共耕」兩個小嘗試。農友陪伴制度先從招募有意願參與的農友、社員開始，農忙時社員協助農務，比如番茄產季，在農友的指導下協助修側枝、側芽等入門工作。共耕其實是產品教育的延伸，吳銀條將邀請台南分社的社員一起加入共耕的行列，預計從最容易入手的農作物洛神花開始，洛神花是一種粗放式作物，平均每月看顧、下田整理一次即可，種植時間從四月清明節到十月底。期待如此與農友近距離接觸的過程，更了解農友的生活狀況；透過親身接觸土地，感受食物的珍貴。



各分社、社員會自主舉辦生產者之旅，2014年3月總社企畫部舉辦「宜蘭三星插秧—來去看我們的田」，社員親子來到宜蘭三星拜訪農友陳文連、陳晉恭父子，雙腳踏進深泥，彎腰插秧，孩子累了就在一旁乾淨的水渠中洗洗手腳，看小鴨子如何在田裡工作。（攝影 | 主婦聯盟合作社提供）



## 開發食的創意

回顧二〇一五年總社生活材委員會的工作內容，姜淑禮說：「增加適合小家庭社員、年輕社員或單身社員的產品是首要任務。」這是從總社的職員看到現在年輕社員的飲食需求而得到的開發靈感，比如最近上架的茄汁辣拌醬，是希望減少煮食的複雜度，提高年輕社員在家自煮的意願。「合

作社的水餃永遠供不應求，新上架的水餃將添加二十五%本土小麥，待冬季蔬菜盛產期一到，新品水餃將馬上加入即食產品的行列。」還有新上架不久的三角薯餅，因製作馬鈴薯大豐收，而立即啟動新品開發機制，一來解決盛產的問題，二來增加即食品的選項，也意外地獲得年輕社員的喜愛。

此外，二〇一五年總社生活材委員會針對動物福利蛋（放牧蛋）進行全面了解後，有了一項新計畫，姜淑禮說明目前合作社的蛋品以不籠飼為主，為了更符合動物福利，十二月起將供應動物福利蛋品，也因為此類蛋品產量不大、生產成本也偏高，首度嘗試由不同的生產者個別於北中南分社分區供應，此舉可增加在地利用並減少運輸成本。

主婦聯盟合作社從消費者自覺開始，參與合作社運作的過程中，認識產品也是一個入門合作社理念的管道，自主認識、自主開發的社員力量，蘊含著生命的故事、環境的關懷、合作社的原則，歡迎到距離家最近的站所參加地區營運委員會，細細了解合作社產品及產品開發的點點滴滴。



因應重大食安議題，合作社會舉辦內部的生活材共學講座，例如：2013年舉辦油品講座，也針對進口油品管控不易的問題，其中調合油部分更換本土生產油品調製，新配方以葵花油為基礎油，添加低溫壓榨的苦茶油、胡麻油及冷壓花生油調製而成。（攝影 | 主婦聯盟合作社提供）

## 臺灣廚餘回收政策的推手

文

陳 曼 麗

主婦聯盟環境保護基金會常務監事

攝影

主婦聯盟合作社提供

臺灣廚餘回收政策，如果沒有主婦聯盟環境保護基金會，就不可能有此成就！如果沒有林碧霞博士，主婦聯盟基金會就不能推動這個政策！

### 資源回收到廚餘回收

一九八七年開始，主婦聯盟基金會以推動生活環保、垃圾分類、資源回收、垃圾減量系列政策起家。臺灣垃圾成分中，約有百分之四十是可以回收的資源，三十五%是廚餘，剩下二十五%才是一般垃圾。一九九五年，主婦聯盟基金會進行「家庭廚餘堆肥化之研究」，當時主要研究者林碧霞博士帶領我們進行操作研究，與先生鄭正勇教授是我們一切知識的來源。一九九六年，資源回收成為全國政策後，主婦聯盟基金會適時開始推動廚餘回收政策，也因為有林碧霞博士參與。

### 臺北市全面實施廚餘回收

一九九八年六月，主婦聯盟基

金會提出「推廣家戶廚餘和校園、公園落葉堆肥化處理之研究計畫」，計畫主持人即是林碧霞博士。主要的計畫場域在臺北市，透過臺北市環保局向環保署提出申請，同時向臺北市政府教育局商借臺北市立兒童育樂中心一小塊空地，做為堆肥的執行場地。

我們的廚餘從哪裡來呢？住在臺北市的主婦聯盟志工們開始在自己或好朋友的社區展開遊說，邀請社區加入計畫。第一年從十三個社區二百九十三戶家庭開始，第二年擴充到三十三個社區六百四十戶家庭，分佈在臺北市十二個行政區。

當時林碧霞博士堅持分佈在十二個行政區，她說：「這樣可以讓每個行政區都有種子社區，如要進行政策推動的時候，大家就有經驗，可以成為很好的在地示範社區。」她實在是高瞻遠矚，佈局臺北市要如何推行廚餘回收政策。

計畫期間，林碧霞博士不斷培育志工講師，成為她的分身，到各社區宣講廚餘做堆肥。志工們認真參與實習，從不懂到

懂，透過實際操作經驗，到社區和學校推廣時更有說服力。我們從她身上，看到實踐的力量。

一九九九年，主婦聯盟基金會舉辦「廚餘做堆肥觀摩會」，邀請中央及地方政府官員、社區居民實地觀摩，並贈送一包廚餘堆肥成品。當時，汐止鎮公所立即在鎮內規劃執行，臺北市政府也宣布開始推動。

二〇〇〇年六月五日，臺北市政府選了兩個里示範進行《臺北市家庭廚餘堆肥化推廣計畫——內湖區西湖里、西安里廚餘回收製作堆肥推廣計畫》，由主婦聯盟基金會負責執行，林碧霞博士還是計畫主持人。計畫非常成功，臺北市開始實施「垃圾費隨袋徵收政策」，而廚餘可以直接倒入廚餘回收桶。很多里長積極要求加入廚餘回收的試辦里，因此隨即擴及五十一個里。

二〇〇二年，馬英九市長競選連任時，將廚餘回收列入環保政見，於是二〇〇三年十二月二十六日臺北市全面實施廚餘回收政策。當時台塑企業承



一九九三年九月二十一日，主婦聯盟基金會消品會成員們學習以肥土菌混合菜渣果皮，嘗試做廚餘堆肥。

諾設立廚餘堆肥場，處理臺北市的回收廚餘。此前廚餘堆肥場暫設「山豬窟」，也外送其他農業地區協助，為了減輕運輸重量，先在臺北市進行廚餘脫水。臺北市的廚餘非常「營養豐富」，七成賣給養豬協會，另外三成用做堆肥，所以臺北市民必須將廚餘分為養豬廚餘用的「紅桶」，後續以高溫消毒；堆肥用的「藍桶」，成品則回歸大地滋養土壤。

### 強制全國廚餘回收政策

二〇〇〇年象神颱風來襲，基隆河沿岸淹大水，摧毀了設在河畔的臺北市立兒童育樂中心的堆肥場。當時環保署署長郝龍斌知道後，致電主婦聯盟基金會，詢問應如何協助重建？經過主婦聯盟基金會董事會討論後，認為臺北市政府既已開始進行廚餘回收政策，就讓這堆肥場功成身退。

其後環保署逐年編列預算，二〇〇二年編列三億元，二〇〇三年編列一億元，二〇〇四年編列二．五億元，補助各縣市政府

（包括離島）設立廚餘堆肥場。二〇〇六年四月一日，環保署長張國龍任內實施全國垃圾強制分為三類：資源回收類、廚餘回收類、一般垃圾類。至此，廚餘回收成為從中央到地方的廢棄物處理政策。

### 以身作則的教導

一九九六年，我從美國回到主婦聯盟基金會擔任祕書長，後又擔任董事長，與林碧霞博士一起執行過「廚餘回收做堆肥計畫」、「硝酸鹽減量計畫」。她不厭其煩教導我們這群志工媽媽：「萬物歸田，廚餘在農業社會不是垃圾，本來就會拿來餵養動物和製作堆肥。由於都市化，導致都市廚餘無法家家戶戶個別處理，必須由政府規劃回收，統一處理。」當我們到社區學校宣導，碰到學員詢問而不知如何回答時，回到基金會，她協助我們弄懂，讓我們帶著自信繼續推廣。

早期做廚餘堆肥時，林碧霞博士常說：「廚餘來自菜葉果皮，本來就會爛，尤其大白菜含水

分高達九成，爛得更快，很適合作堆肥。」為了讓廚餘更快腐熟，她請參加的六百四十家戶，把廚餘切小塊。她在家時，一樣把西瓜皮或柳丁皮用刀或手弄小塊，如此以身作則教導我們。

有段時間，她去主婦聯盟合作社幫忙，時間掐得很緊。主婦聯盟基金會常在早上八點開會，就是利用她出門工作前的時段，以配合她的行程。有時候，鄭正勇教授也會一起來，我們常說，主婦聯盟基金會賺到了，買一送一！所以，我們與鄭正勇教授也非常熟悉，他是看著這群媽媽如何蛻變的指導者和旁觀者。尤其當要推動政策，與官員和學者辯論時，常常向他們討救兵，提供子彈，上場打仗！

林碧霞博士，與兩個主婦聯盟——基金會和合作社，緣份很深！大部分是她諄諄教導而不居功，她曾擔任主婦聯盟基金會的副董事長，卻推辭擔任董事長。她與我們相處毫無架子，大家都很喜欢她，我們會一直思念她誠懇又親切的話語，以及感謝她對臺灣的貢獻！

# 善糧黃金雞： 提升非基改飼料比例



文·攝影

郭 亭 君

企畫部企編專員

〈期待台灣第一條非基改飼料生產線〉一文「報導二〇一四年主婦聯盟合作社「家禽飼料配方使用國產品計畫」成果，協調十甲農場蔡一宏、江森貿易江振德及嘉吉飼料廠，將國產硬質玉米取代十%的進口基改玉米，製成三十噸黃金雞飼料，為首次跨足不同產業，共同為實現非基改飼料目標而努力。

一條完全非基改飼料的獨立生產線，對高度自動化的飼料廠而言，將投入更多人力及時間成本，因此當年只有初步試行階段。「要做非基改飼料，不如直接做百分之百的非基改飼料。」從試行開始，這理念已深植江振德心中，經過約半年四處探詢各飼料廠的意願，成功說服臺灣第四大的國興畜產公司合作，於二〇一五年十月完成首批非基改飼料，「善糧黃金雞」從六週齡後便餵食非基改飼料，十二月開始供應。

## 非基改原料儲備的挑戰

黃金雞飼料主要成分為玉米及黃豆，正是基改作物之大宗，改用非基改原料，直接面臨成本提

高的挑戰。進口基改玉米一公斤約為七元，進口基改黃豆一公斤約十四元，價格皆為非基改原料的一半。一間飼料廠的年產量達數十萬甚至上百萬噸，在年營業額達數十億的情況下，原物料價格一波動就有幾百萬的價差。

再談單次進口量，包裝非基改食品級黃豆一貨櫃約四十公噸，散裝非基改玉米為一百公噸。為保持原料新鮮須在三個月內用完，製成飼料後效期三週。以六週齡至成雞的黃金雞來說，每隻平均需六公斤飼料；一批六千隻來算，也只能吃掉三十六公噸。這樣的需水量對小型飼料廠是很大的挑戰，對於大型飼料廠卻是非常少的量。為避免交叉污染，特別獨立固定的倉儲空間，以國興畜產為例，最小的筒倉為三百公噸，目前只儲備一百公噸的玉米，其餘三分之二就成了隱形成本。

加上非基改飼料的獨立生產線每批最低製作量為三公噸，國興畜產員林廠只需十五至二十分鐘內即可完成，但為避免交叉污染，須將整條產線停下，待這批完成後才能繼續製作其他。其前置清管作業、黃豆拆包的人力，是飼料廠須額外付出的成本。

### 飼料製作流程

#### 1. 全脂豆粉：

一般飼料使用榨黃豆油後的豆粕，非基改飼料以完整黃豆透過熟化壓碎製成全脂豆粉使用。



#### 2. 進料倉儲：

非基改玉米放進七層樓高的筒倉儲存，進倉後三個月內使用完畢。



#### 3. 物料破碎：

將玉米粉碎，使原料較容易混合。

品名	規格	價格
善糧黃金雞腿(母)	630公克	480元
善糧黃金雞腿剝塊(公)	770公克	530元
善糧黃金雞胸(公)	270公克	160元
善糧黃金雞胸(母)	200公克	155元
善糧黃金雞翅(不分公母)	6支	175元
善糧黃金雞腳(不分公母)	8支	110元

### Q：為何白肉雞、蛋雞不試行非基改飼料？

A：經過成本試算後，白肉雞、蛋雞改用非基改飼料，價格會提高許多，因此2015年首批試行階段先以黃金雞為主。

### Q：為何六週齡後的黃金雞才開始吃非基改飼料？

A：目前六週齡後吃的粒料為3公厘，但小雞吃的粒料更小，須使用另一條產線。目前江振德仍在與飼料廠共同研擬解決對策，期望未來能全程餵養非基改飼料。

## 合作力延續 非基改飼料產線

很幸運的，在江振德的努力下，協調國興畜產共同克服前述困難，得來非常不易。由江振德從美國進口四十二公噸非基改食品級黃豆及一百公噸非基改玉米，國興畜產提供倉儲空間及生產，預計製成一百八十二公噸非基改飼料。本次生產共有兩個廠區配合：由於熟化過程氣味較濃，選在國興畜產彰化廠空白線<sup>2</sup>製作全脂豆粉；飼料製作則在員林廠<sup>3</sup>。

一般飼料製程中，會加入樹薯或肉骨粉等原料。這次非基改飼料特別調整配方，二十五%非基改食品級黃豆、約五十%非基改玉米，其餘二十五%為成長所需的維生素、礦物質及胺基酸。國興畜產員林廠的工作人員說明：「使用非基改原料製作的飼料，原料新鮮，雜質較少，也比較漂亮。」這些調整更穩定了飼料品質及肉品風味。

過去，臺灣的非基改飼料多是自家牧場自行混料製作，此次合作為首次大型飼料廠投入非基改飼料生產，期望能讓更多養雞業

者容易取得非基改飼料。「飼料使用了那麼久，還真的沒有詳細看過原料。如果我知道飼料是長這樣，我也不願意拿來給我的雞吃。」江振德比對飼料級、食品級黃豆的差異後，有感而發。這一年來，他經常到各站所分享，常有社員提出對基改飼料的疑慮，也是支持他持續做下去的動力之一。主婦聯盟合作社的社員發揮的堅實後盾，共同讓非基改飼料生產線年年運作下去，提升臺灣使用非基改飼料的比例。<sup>3</sup>

## 備註

- 1 莊恒昌。2014。〈期待台灣第一條非基改飼料生產線〉。《綠主張》月刊 132：20-21。
- 2 一般飼料廠內區分加藥線及空白線，後者是指製程中不得添加抗生素等藥物的產線。
- 3 國興畜產於2014年向泰山企業承租員林廠，打造全廠空白線，任何原料都須提出COA（Certificate of Analysis），或出具切結書確保原料安全；更能避免非基改飼料製程中受藥物污染的風險。

4. **副料桶：**  
將全脂豆粉、維生素、礦物質及胺基酸放入副料桶中。

5. **過磅秤：**  
依配方單比例將原料秤重。

6. **混合：**  
由中控室控制，將原料依比例混合均勻，製作營養均衡的飼料。

7. **壓粒：**  
飼料製成粒狀，因雞週齡不同而有不同大小。



8. **冷卻：**  
製成飼料時約八十℃，須待完全冷卻後再包裝，避免發霉。

9. **噴油：**  
一般飼料使用的豆粕油脂成分少，會再噴上一層油脂。非基改飼料使用的全脂豆粉則沒有這道程序。

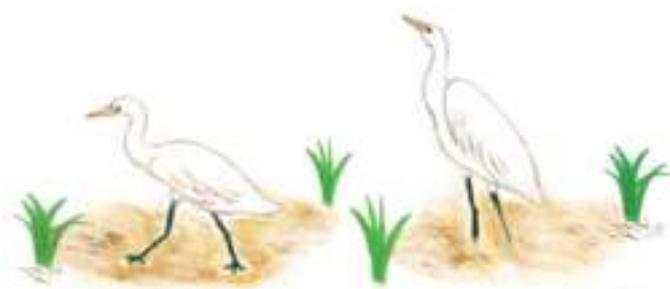
## 米漢堡與仕安米的 社間合作



林獻朝的太太協助補種秧苗，傳統農村中務農為主的家庭，勞力活多由家庭成員分攤，如今鄰居間的交工、結伴已不復存在。對於仕安合作社而言，或許透過這塊社區公田能有機會步步將結伴的感覺找回來。



合作農友林獻朝於收割前兩週，自主採樣稻米，並送至虎尾科技大學進行 316 項的農藥殘留檢驗。



文

朱安棋

企畫部行銷專員

攝影圖文

周軒睿

由生產者喜生食品製作的米漢堡一直以來深受社員喜愛，自從二〇一三年爆出糧商混米事件後，主婦聯盟合作社決定從源頭把關，指定米漢堡專用的米。二〇一五年十月，以仕安社區合作社台梗九號米製成的米漢堡開始於站所供應，也促進了社間合作的支持力量。

仕安合作社以合作社型式推動社區福利，從老人開始，如今擴及小孩。現任財務長黃進順談到仕安合作社是如何發想的，他是社區巡守隊成員，巡守完後隊員們聚著聊天，當時有人提議社區來種無毒米，家裡務農的黃進順，老家在嘉義六腳，小時候最深刻的記憶是父親常在噴藥時中毒，國中時就立志不當農夫，現在經營電子零件工廠，一聽到種無毒米的提議時，心想若能成真，不僅可以讓家人朋友吃得安心，也能避免農藥中毒事件。

### 年輕的合作力

仕安合作社目前有五十六位社員，大多自認只有單純的資金參與而已。仕安合作社會舉辦一

些公益性活動，像是二〇一五年中秋節時就辦了一場社區寫生活動，有將近二十位社區課後輔導班的小朋友參與，讓社員理解合作社經營社區的理念，先從促進社員共同參與活動開始，進而參與合作社的決策，凝聚社員共識。同時，與外部團體比如主婦聯盟合作社的交流，也會讓幹部們深入思考以合作社推動社區福利的初衷與差異。

仕安合作社的主要推動者除了里長廖育諒、合作社幹部外，還有臺南藝術大學建築藝術研究所駐村的學生周軒睿、夏宏欣，默默不懈地推動合作社理念，周軒睿不諱言他們在討論仕安合作社的走向時，常常出現拉扯，「我們的角色就是必須這麼理想，因為我們知道，你們會把我們拉回來，如果我知道我們討論的結果是會折衷的話，我們一開始就會踩得更遠，讓你回來時比較趨近於理想。」這樣的情況如同協助南非歷經轉型正義的前大法官奧比·薩克思在《溫柔的復仇》中所說：「有一天我們也要以這種方法重建南非，不必擊垮國家的任何一個文化，應該讓它們融合在一起，把它們視為同一棵樹的許多根，可能有一些比其他更根

深蒂固，但還是大家一起鞏固了這棵樹的力量，和突顯出它的美麗。」

仕安里約有六百位居民，真正居住在當地的僅三到四百位，其中以老年人居多。慢慢地，一些在地年輕人有了新的機會留下來，黃雅聖與伍俊達就是社區中少有的年輕人，也實際參與社區的運作。七十七年次的黃雅聖是黃進順的兒子，仕安社區發展協會中最年輕的幹部，大學時為了體驗不同的生活，選擇就讀淡江大學，如今他是社區課後輔導班的老師之一，媽媽負責仕安米出貨、客服事宜，他們家也總是開會的場地，周軒睿笑說：「他們一家人都為仕安合作社服務。」

六十九年次的伍俊達是仕安合作社理事，承接父親的金紙事業，也是仕安合作社最年輕的幹部、社區課後輔導班主要的推動者。社區課後輔導班從二〇一四年十月開始，每週二、五晚上在社區活動中心上課，對象從國小、國中到高中都有，先由社區的大學生解決高中生的問題，再由高中生協助國中、國小生的問題，彼此互動，也希望可以藉此持續與社區連結，建立更多關於社區的

回憶。

此外，社區活動中心二樓可以打桌球、玩桌遊，未來還有機會與臺南市後壁區圖書館合作，為社區孩子設立一座閱覽室。其實伍俊達是有能力讓孩子去補習的，但他回想自己的求學經歷，國小時都是班上最後一名，剛升上國中時，心想換個環境可以從頭來過，在課堂上認真聽講，沒想到成績仍是慘不忍睹，原來是搞錯邏輯但卻苦於無人請教，希望透過社區共學的健全，讓孩子有更充足的資源，也感受學習的樂趣。

### 共同參與社區經濟

仕安合作社目前與農友合作約四公頃土地，這是塊隔離完整的基地，第一期種稻米，第二期種黑豆，二〇一五年由於杜鵑颱風搗亂，過於豐沛的雨水讓土壤太黏，翻土機無法運作，遲至九月底才播種黑豆。回想二〇一三年第二期稻作開始與農友合作，由於第一次經驗不足又碰上颱風，原本一分地可以收成一千四百斤，最後只有四百斤。

對於小型生產者而言，無論是生產、碾製、銷售，每道都是關卡。目前耕作上最大的困難是除草，無法用機器代勞，加上勞動人口老化，其中三位農友平均年齡七十歲以上，另外兩位四十歲以上，反應農村缺工現況<sup>1</sup>，主婦聯盟合作社產品開發部專員何有倫建議：「號召仕安合作社社員除草，如果做起來的話會變成你們另一個特色。」藉著換工的形式擴大共同參與的理念。

仕安合作社沒有自己的碾米廠，交由鄰近的芳榮米廠碾製，但附近農村稻作收割的時間都差不多，長期來看實在是不易配合，為了解決這個問題，正請農糧署協助尋找烘乾業者。未來仕安合作社也會有自己的冷藏設備，目前是租用一個冷藏貨櫃放在黃進順的家門口。

過去主婦聯盟合作社的農友白坤山就因為沒有設備而無法規格化產出，何有倫說明，設備是小型生產者容易遇到的困境之一，購置設備需要一定的資金，像是收割機要二百萬、小型碾米機要一百萬，還需要廠房放置，而透過消費力的集結，是讓這些小型生產者得以持續的實質力量。<sup>1</sup>



2015年5月30日仕安合作社召開社員大會，旨在討論合作社的結餘應如何有效分配，以及2014年第一期的稻米販售經營成果及細項。

### 備註



1 何嘉浩。2014。〈未來20年內，只剩1萬多農民顧2300萬人民的肚子〉。http://www.newsmarket.com.tw/blog/57161/（瀏覽日期：2015.10.21）。

## 聽見新經濟的聲音： 2015 社會企業世界論壇的啟發



貧困紅綠燈讓各家戶的生活現況分佈視覺化，藉此促使擁有不同能力和需求的家戶有機會幫助彼此。資料來源：<https://www.youtube.com/watch?v=PQjpnLAUVg>（瀏覽日期：2015.1.13）。

對主婦聯盟合作社來說，不以營利為目的、透過集體力量去創造一個自立自主的生活方式是長期努力經營的方向。不同於

具有合作社傳統的歐洲，合作社的概念與運作在臺灣社會並不普及，甚至是陌生的，因此合作社運動的推動相對不容易。

文  
洪 翠 苹

總經理室企畫研究專員

主婦聯盟合作社在關注臺灣合作社發展脈絡的同時，也持續理解各種理念型組織的發展，例如：社會企業期望以商業模式將利潤轉作非營利用途，支持社會發展或解決社會問題，不過在此趨勢中其定義、自我檢視的方法等部分仍未明確。主婦聯盟合作社希望透過活動的參與多了解不同國家及組織的經營策略，期能藉由他人的經驗，作為未來推廣合作社的參考。因此理事會通過由理事主席和二位職員參加今年在義大利舉辦的社會企業世界論壇（Social Enterprise World Forum, SEWF）。

SEWF 是一項討論社會企業的政策與實踐、建立學習網絡的國際活動。其主要角色是以行動和倡

### 共同推進社會的力量

議去增加社會運動，讓部門或私部門與致力社會公益的專家合作，在公平原則下，從不同層面、不同社會結構中，鼓勵並支持各種形式的就業、促使社會包容力的發展等等。此論壇的主要目標有二：

- 一、藉由社會企業實踐者與資助方的交流增加彼此的知能、提升對社會企業潛力的覺察力。
- 二、支持在都市與鄉村的社會改變。
- 三、直接影響在世界各地的社會企業發展，並以影響力去檢視策略、系統與模型的可移轉性。

二〇〇八年，第一屆

SEWF 於英國愛丁堡舉行，這一年的主題為推廣社會企業讓更多人認識，並將社會企業作為社會改變的全球性機制。爾後，SEWF 的足跡遍佈五大洲，論壇的主題圍繞著創造穩定就業機會、強化企業在社會中的改變角色，以及強化社會包容的重要性等等。二〇一五年七月一日至三日則在義大利米蘭舉行 SEWF，由義大利致力於以創新、可持續方式消除貧窮的非政府組織 ACRAI-CCS 基金會主辦，並將論壇主題定為「扶植新經濟」，從六個面向探討，分別為：影響力投資、社企育成、對抗貧窮、食農創新、溝通媒體、青年青年社企家。

今年 SEWF 多位發表者論及該國社會企業的發展程度遠不及合作社，言下之意認為政府應投注更多心力在推動社會企業（而非合作社）。這樣的論點對近幾年透過「合作找幸福」專案，積極推廣合作事業發展的主婦聯盟合作社來說，無異是個刺激，讓我們去思考——他們希望政府在推動社會企業的力道更甚合作社的脈絡

為何？我們怎麼去理解自己 and 社會企業的關係？隨著經濟部推動的社會企業行動方案與接下來可能的各種規定，怎樣的運作型態更有助於達成我們的社會使命？前述這些問題的答案雖不會馬上出現，卻可能在往後的社內討論中出現或發酵。

雖然SEWF有其特定的主題和任務要進行，主辦單位仍趁機帶與會者認識義大利，例如：論壇開始前至斯卡拉大劇院看《奧賽羅》排演，並將第一天的會議地點設置於米蘭世界博覽會的義大利展館附近，鼓勵與會者到場觀摩。

論壇第一天主要邀請義大利和各國官方代表分享該國的社會企業發展；第二天從前述六面向以「平行工作坊」進行相關議題的探討，形式包括演講、以辯論促進討論深度；第三天下午的兩場演講則以「辯論投資人是否應從社會企業中獲利」、「尤努

斯與年輕社會企業家的對話」作結。

在主婦聯盟合作社成員參與的幾場論壇裡，有幾個訊息得到多數發表人的關注：

## 一、讓社會企業成為推動社會進步的一股力量

若要問如何評估社會影響力？或許要先問：「我們想要一個怎樣的社會？」「我們認為怎樣的社會算是進步的？」第一天開場由「社會進步促進」組織 (Social Progress Imperative) 的執行董事麥可·格林 (Michael Green) 分享社會進步的再型構：社會進步指數 (Reframing Progress: Social Progress Imperative, SPI) 裡，認為應包含基本需求、基本福利、機會這幾項指標，揭示未來在評估一個國家的發展不應只有GDP，更應納入SPI的考量。接下來，幾位官方代表討論到經濟成長與社會

正義是否有可能找到平衡點，雖然當場並未給予直接回應，卻也在發表的內容中看到各國對社會企業解決各種社會問題寄予厚望。

### 第二天「影響力評估

——資料收集的必要性」演講裡，幾位講者紛紛舉出不同指標，為GDP的評估指標提供另一種社會進步的想像與驅動力，這些指標除了用來規範、驅動百大企業邁向一個可持續發展的全球永續性報告指標 (GRI)，也有從社會基本需求與個人發展機會是否平均而加以評估的SPI，還有用圖像化的方式使家戶得以自我檢視各方面的貧困與被剝奪指數，聚焦於家戶的能力與需求，促進家戶改變動機的貧困紅綠燈 (Poverty Stoplight) 度量法，此由巴拉圭基金會創辦人馬汀·伯特 (Martin Burt) 提出，令在場許多人感到驚豔，這一套由下而上的設計，使貧困家庭將改變從被動化為主動、

從客體變為主體，貧困不再由他者定義，而是由自己重新定義。

## 二、善用科技／現代技術，讓夢想乘著光速前進

義大利Cariplo慈善基金會總裁朱塞佩·古薩蒂 (Giuseppe Guzzetti) 在開場裡勉勵青年們應有效掌握現代技術，點出我們的社會應讓青年有更多可發揮、創造的空間。例如：貧困紅綠燈度量法，幫助貧困線以下的人們改善現況，協助人們理解那些造成貧困的限制。「巴拉圭貧困紅綠燈試點計畫」在科技輔助下，促進發貧困線下的人們改變生活的動機，再視其評估後的需求，給予相對應的行動計畫，讓具有改變生活動機的人們有更多取得微型貸款與客戶端網絡的機會，並支持人們發展微型事業。

新加坡沈瑞華 (Jack Sin) 分享的案例裡，貧

窮線下的人們透過科技直接面對市場，減少中間剝削，改善生活現況；尤努斯與青年的對話裡，亦指出科技是這世代青年不同於其他世代青年的關鍵，科技促成這時代的青年社會大躍進，勉勵青年應好好應用這改變世界、讓世界更美好的機會！

## 三、社會企業主要目的之一為創造就業機會

第一天幾場演講皆論及各國官方對社會企業創造就業機會的期待。迦納的貿易與工業部部長埃庫武·斯皮奧—加布拉 (Ekow Spio-Garbrah) 提及，社會企業應與現行教育有更好的結合，使學生對母國有更深刻的認識，找到解決問題根源的機會；臺灣的行政院政務委員馮燕則提到目前仍缺乏可以解決各族群（青少年、老年、婦女、弱勢族群等等）就業問題的社會企業；義大利的幾個案例分享也提到解決不同族群的就業問題。

# 想像 2020： 協力照顧行動方案

文  
王 琪 君

總經理室企書秘書專員



因應臺灣高齡社會到來，主婦聯盟合作社在二〇一三年確認了照顧部分的第二次中期計畫重點方針：期許在二〇一六年完成社區照顧服務模式的研議。為了拓展合作社未來可能從事的照顧服務與相關新事業，從二〇一四年起由理事會與行政團隊組成「互助福祉事業研議小組」，展開系列學習與研議工作。

由於臺灣在二〇二五年將進入超高齡社會（六十五歲以上人口達二十%），互助福祉小組以「想像二〇二〇」為主題劃出一條時間軸，希望在那之前社員們能提早具體想像在地共老模式。二〇一五年六月，邀請日本生活俱樂部生協來臺，分享日本早在一九七三年邁入高齡化社會，如何透過生活協同組合（即生活消費合作社）這樣的合作經濟體推動高齡福祉事業。

為此，十一月十九日於臺北天下一家社教服務中

心舉辦的「合作來照顧，迎接高齡未來」論壇，邀請彭婉如文教基金會分享長期耕耘「社區照顧服務互助系統」的經驗；各分社報告現階段對於照顧議題的研議進度、困境與展望；最後進行分組討論，透過合作人的視野想像老年生活的需求，凝聚合作社未來可實踐的照顧服務模式，將「共同購買」朝向「共同照顧」、「互助共老」的理想邁進。

## 社區整合式照顧服務

「照顧能否是一個好工作？」婉如基金會研究發展部林綠紅主任表示，基金會旨在提供〇至九十九歲皆可受用、平價優質的公共托育及長照服務，如此方能同時創造合理工作條件的就業機會，並服務有照顧需求的人口。目前婉如基金會與民間專家學者一起研議推動的長照服務方案為「社區大家庭的整體照顧」，以「國中學

區」為範圍設置社區整合式服務，因地制宜、透過調查在地居民的需求或其他民主審議機制，設計出符合地區需求的長照服務，並招攬、訓練社區人力投入服務，支持社區就業機會。

社區整合式長照服務，強調漸進發展的服務模式，包括到府支持服務（陪診、家事支持）、社區老人廚房（送餐、共餐）、日間托老（共餐、促進生活自理）、居家長照式服務（身體照顧）、日間照顧及短期住宿（文康、共餐、復健、淋浴、短宿）、微型日照（十人以內）；若有全天候照顧需求的重度對象，可設置失智症團體家屋、失能老人社區照護之家。

如果這套由簡到繁的服務模式，對應的是人類老化程度及付出成本多寡，服務重點應是「健康促進老化，減少重症臥床的時間」。可以透過初級社區關懷模式以志工體系主動

關懷老人，吸引老人步出自宅到服務據點與他人互動以延緩老化，進而才是選擇提供中、高門檻且索價較高的專職服務人員，服務對象可能是重度失能、失智的老人。

## 盤點在地照顧資源

各分社藉由盤點，呈現照顧模式現況與資源差異。綜觀各分社舉辦的活動以中高齡社員需求為主，如旅遊、樂齡健身運動、參訪照顧機構組織、讀書會、講座等等。特別的是北北分社大直站的共食活動，聘用專職廚師，明訂共食規則，由社員負責共購合作社籃菜、會計、配菜、打菜等工作，供餐給有需求的社員。社員王慧文表示，透過共食服務共同關心社員的健康外，也希望進而招攬社員參與地區營運。而各分社在推動照顧議題上都遇到類似困難，譬如社員對議題無感、缺少人力、沒有

適當的營運空間、活動的公共性與定位仍不明確等等。

未來如何開展並凝聚行動方案，由開拓文教基金會蔡淑芳執行長帶領進行開放空間討論，以下為社員們發起的討論：

- 對共老的夢想。
- 居家無障礙空間。
- 對關懷據點的討論。
- 建立長住式有機生態養生村。
- 期待合作社開發適合銀髮族的产品。
- (十二)互助照顧。
- 合作社可以提供的輕服務。
- 成立共同廚房餐廳。
- 除了來合作社買菜外，建構來合作社健康促進的運動。
- 合作社的社區托老站所營運已相當成熟，並且能公開營運SOP，幫助婦女成立市民事業。
- 善終——共老的終極目標：有能力坦然面對死亡、告別式（節能減碳）。

- Mapping 銀髮友善空間（餐廳、書店等等）。
- 如何結合社區資源開展互助照顧。

經過兩輪討論，最後分組時段由各分社就自身現況，思索來年或三年中期計畫：

- 北北分社：示範共老據點。
- 北南分社：盤點社區資源（人才、硬體）。
- 新竹分社：社員自主平臺，照顧議題的輕服務——交通（接送、跑腿、送貨）、活動、共食、旅行。
- 台中分社：改善臺中市的銀髮友善社交空間，鼓勵更多銀髮族的社會參與，世代互助。
- 台南分社：成立示範關懷據點。

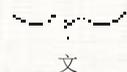
即使討論時間短促，但可看出各分社希望展開的工作目標有所呼應：選定一個場址（如站所）開始示範營運，並意識到必須先盤點在地照顧資源，

以強化合作社與外部的連結，創造更多友善中高齡人口的生活空間，促成人与人之間、跨世代的互助。為了共同面對即將到來的超高齡社會，期許論

壇的討論能量回到各分社持續醞釀、發酵並化成實踐行動，進而喚醒更多人的關注、形成集體共識與決策方向，改善整體合作社社員的未來生活。◎



## 共享經濟：逐漸交會的平行線（下）



文  
李宜真

北南分社社員

攝影

王慧思

共享經濟的商業模式，初期在高度資本化的國家似乎比較能夠推展；或許是因為所謂較低度資本化（低國民所得）的國家都還保持著傳統交易經濟的某些樣貌。「臺灣人習慣免費或低價，對服務有價或收費觀念相對較歐美薄弱」<sup>1</sup>，所以不適合從事媒體定義的共享經濟模式。不過倒也未必，媒體沒有看見的是那些街坊鄰居常送到家裡來的一把青菜，或是不時載上一程的順風車。

### 重尋共享價值

二〇一一年，查爾斯·愛因斯坦（Charles Eisenstein）在著作《神聖經濟》（Sacred Economics）中提到，經濟之所以「神聖」，是因為我們知曉用來創造經濟價值的原料，如陽光、空氣、水、礦物，都不是我們能夠「賺」來的。這些資源是來自無私的給予，因此我們自然懷抱著感激回報的心領受。

觀看現有的貨幣制度，所

印出的每一塊錢都必須以債務方式歸還更多（政府借錢給銀行收取利息，銀行借錢給企業收取利息），因此錢永遠不夠，錢也只會借給能產生「價值」的企業，但誰是那些能產生價值的企業？是那些用地球珍貴資源創造出更多商品（錢）的企業，還是用錢來使地球環境更好的組織？企業陷落在金錢的帷幕裡，非但無法感激大自然的無私給予，只是捲入無止盡的債務循環與成長的追

求中。

如果共享經濟仍運作在以金錢為基底的貨幣與金融體制中，那麼永續經濟體的真正精神就還未能被實現。人們追求金錢，是因為金錢乃唯一衡量商品與勞務價值的計價單位、交易媒介，也是唯一能夠長時間儲藏價值的「東西」。共享經濟雖然活化閒置資產，但資產是以金錢購置，服務也是以金錢為交易單位，人們還是在資本制度中的社會謀生，人對人的技能交易、對老人與小孩的居家照顧、大自然給我們的清新空氣仍不具金錢價

值，自然就失去他們的珍貴性。

要讓貨幣中所涵蓋讓人類競爭戰鬥的本質，開始出現被無私的分享與交換取代的趨勢，一個全新的貨幣制度是永續經濟中最須改革的關鍵。貨幣本身不具備任何對錯，現今使用金錢導致社會階級化的主因，在於這是唯一換取資源的可能。能夠控制金錢的人擁有更大的影響力，且好處只流向擁有購買力的人，因此企業與個人不斷追求利潤極大化，以得到更多金錢。

### 地方貨幣自主

新經濟基金會關注貨幣制度二十年，與撰寫《貨幣的未來：從金融危機到公共資源》（*The Future of Money: From Financial Crisis to Public Resource*）一書的作者瑪莉·梅勒（Mary Mellor）共同提及我們所需要的新貨幣制度將具備以下特點：



2010年緬甸北方小城臘戍，來自城外的農民，在清晨將自家種植加工的農產品拿到城裡的集市上販賣，農民彼此透過取得的貨幣交易生活所需，呈現了消費的生活本質。



2010年緬甸撣邦茵萊湖附近的小鎮上，集市不僅是交易生活所需的場所，也提供各地居民聚會休閒的機會，人們在此分享農作所得和生活經驗。

- 一、貨幣不再以債務方式發行。須以實質必要的生產活動及民主程序，優先順序發行貨幣，因此貨幣的增加不再導致債務增加。
- 二、持有大量貨幣的人或企業必須付出幣值降低的代價，持有越多貨幣代表耗費地球資源（污染成本必須內化入貨幣價值中）或投機取得的傾向越高，而且若擁有時間越長代表新貨幣必須不斷發行以達到新生產活動的需要。
- 三、人類共同擁有的資源，如森林、土地、濕地、文化遺產等，將產生社會紅利，沒有個人或團體可以宣稱他們對這些共有資源具有購買與擁有權。
- 四、將貨幣回歸地方／社區。貨幣發行權將回到地方政府，每個地方政府將依照地方的需求，發行所需要的地方貨幣。
- 五、人對人直接的交易行為，例如：以服務換取貨品，將取代以金錢為唯一媒介的交易可能。

貨幣制度的翻轉，地方財務與貨幣自主是重要的第一步。地方政府目前被連鎖企業與註冊在外地的公司賺走在地民眾所付出的金錢，只有很少的比例留在地方，最主要的原因在於貨幣是全國皆可流通的唯一財富交換形式。例如：在一個桶子裡注入地方經濟的觀光收入、中央福利支出、商業投資與輸出外地的物品所得到的金錢，卻從桶子側邊的孔洞流出——被外地的照顧機構、提供能源的外地企業、連鎖餐飲、外包商等拿走了。

如同連鎖便利商店在臺灣各鄉鎮大舉展店，註冊在臺北總公司的連鎖便利商店把所有在地方賺取的金錢匯回總部，地方只得到門市人員的勞動薪酬（有時連門市人員也可能是外地來的），而傳統在地的雜貨店因為連鎖便利商店的採購優勢，在商品價格與種類上完全無法與之競爭而倒閉。但試想雜貨店所創造出的在地經濟是否大於連鎖便利商店？還有那些無法衡量的社會價值（雜貨店做為守望相助的據點、

鄰居往來交流的關懷點）也消失了。

共享經濟開啟了永續經濟體制的開始，永續與經濟這兩條平行線開始交會，是值得歡喜的事情。人類文明的發展、互聯網時代的來臨，連結了物品與人類活動的諸多可能；在此同時，我們懷抱著對大自然的珍惜與尊重，對所有生命平等以對的態度，理解我們真正的需要而不是慾望，深切改革決定生活面相的關鍵制度，如貨幣、能源、賦稅，那麼，永續經濟將不再只是一個因應危機的必要轉變，而是一個覺醒地球的自然演化，到時我們將在那裡相見。

並且微笑著。

#### 備註

1 吳中傑。2015。〈當萬物皆可租借廁所也能變生意〉。《商業周刊》1455：102-104。



主婦聯盟基金會台北總會辦公室的陽臺上，有一些蔬食盆栽，裡面種植著珠蔥、九層塔、薄荷，最外邊第一盆裡紅白色的是辣椒。這些盆栽從 2015 年 10 月 18 開始種植，約三週可採收。

## 綠色生活的韌性

文

賴曉芬、沈寶莉

主婦聯盟環境保護基金會秘書長、秘書

攝影

沈寶莉

粒空污指標數值，感受彼此呼吸時的窘迫感，也關心其他地區的親友可否安好。但諷刺的是，看著空污圖，因為同樣受害，大家才更容易與這個區域的人有命運共同體的感受，與此地的空氣與環境相依相存，休戚與共。因為就算足不出戶，我們躺著也會一起中了工廠或電廠廢氣的槍。

同樣是受害，食安呢？便利時代的選擇實在太多了，就算驚悚連連的食安危機亂竄，不吃 A 品牌，還有 B、C、D 品牌可以選。不到這間店買，其他方便的通路還等著賺呢！至於食物來自哪裡？遠不遠？運送過程中是不是耗費能源？生產時與哪些人、哪些事有關聯？來自四面八方的最終產品，就算有標示資訊，往往也沒了故事。於是，黑心食品雖讓人氣憤，滿懷被欺騙的情緒，但也不會因此讓人們感受到匱乏與生存的威脅。

月的哀號，著實提醒人們：極端氣候下，所居住的城市與自己，面對災變的韌性究竟在哪裡？食物運輸系統一旦脆弱中斷，供應不足，這個塞滿水泥商辦大樓與無數車道的都會空間，哪裡還有閒置空間可以暫時提供種植，補給眾多人口基本的新鮮糧食？如果手邊就有簡易工具與空地，家家戶戶可不可以擁有餵養自己的一點基本能力？

於是，既是防災的自我培力，也是社區的食農教育，主婦聯盟基金會的「綠色飲食生活圈小組」推動了很多城市田園食農課程。除講授食安與綠色飲食的概念外，也從「一盆栽，一座食物小森林」開始慢慢學習，再帶領民眾以飲食理解各自的社區生活圈，慢慢拉大看到城市裡的綠市集、社區菜園、食育基地等等。

### 食安災民 摸索自己的綠食圈

另一個綠食圈的社區學習，則來自於主婦聯盟基金會的秘書沈寶莉。做為真正的食安受害者，我們常戲稱她是人體檢驗機，食

### 危機的意義

這個月的臉書，每天都收到佈滿紫色與橘色點點的臺灣地圖。咦？臺中沙鹿與南投埔里又紫爆了？早上細懸浮微粒 (PM<sub>2.5</sub>) 指數來到危險警戒，臺中西屯地區的校園裡，開始升起空品旗警示……這是因為臺中、高雄主婦聯盟環境保護基金會的姊妹們，各個都投入空污議題，也分別成立「爭好氣聯盟」與「高雄好空氣自救會」，隨時將最新訊息貼在各自的臉書粉絲頁上。

透過繽紛色塊、色圈，不同城市的人們，解讀臭氧、細懸浮微

### 一盆栽實驗食物森林

前幾次大風災，尤其是蘇迪勒颱風，烏來地區山崩路斷與滔滔泥水的慘況，還有主婦缺菜兩個

物不乾淨，過敏立即上身。

### 「綠食圈是什麼？」

她說：「以前我和先生住在臺北通化夜市附近，那裡外食選擇非常多、價廉物美。但我對很多食物都會過敏且濕疹頻頻發作，於是開始思考改變自己的飲食來調養身體。幾年下來，慢慢改買友善耕種或飼養的食材，自己多下廚。但有時下班太趕或朋友聚會，也開始尋找安心外食的餐廳。」

老實說，生活在城市，每天除了上班和下班，其實沒什麼時間、力氣和心思去認識自己生活的地方。以前，我曾經為自己的「十分鐘生活圈」感到無比自豪。那時候，我在意的是便利性、速度和價錢。

對於自己能被七家便利商店、兩家超市、三間藥妝店和幾十攤小吃店、小餐館包圍著，感到「理所當然」。而且，一個小小夜市竟然有五家炸雞排店！真的是夫復何求啊！可是，後來濕疹問題逼使我重新思考自己的生活模式、飲食習慣，讓我走出自己的十分鐘生活圈。

剛開始時，我覺得自己只是一個消費者，買了東西、付了錢，提著貨物便離開，繼續悶著頭過自己的生活。自己和其他人，始終都是陌生人。但後來參與二四八農學市集的產地之旅，與店員討論一些綠色產品的理念後，我對生活的想像和態度也發生了微妙的改變。而這座我賴以為生的水泥城市，彷彿出現了別的颜色和世界。

例如，有一回我打電話到二四八農學市集訂購年貨，市集服務員說這產品直接問農友會比較清楚。於是我戰戰兢兢、生平第一次打電話詢問養魚業者。本來只是想訂一些魚貨，結果對方熱情地跟我講了二十分鐘，分享他們如何養這些魚蝦、產品出貨為何要那麼久、怎樣烹調他們的魚比較好等等。

在這場打電話的「練習」中，我深深感動著。因為我們之間不再只有消費者和生產者的關係，因著互動而產生的信任基礎，改變了我們的關係。打造「綠食圈」行動，不只讓我走出自己的舒適圈，更讓我體會到，其實「我們」是生活在一起且彼此需要，而不是你賣我買。

面對氣候變遷、環境惡化、食安危機，此刻全世界都以「韌性城市」的概念，共商預防、減少與調適災變的各種可行性。主婦聯盟基金會的媽媽們雖然站在議

### 綠食育是什麼？

綠色飲食教育，包含環境生態、農業生產、在地風土物產及文化、飲食倫理以及營養安全五個面向；我們將之帶入生活，從日常的家庭、社區、學校做起，關心飲食教育、食物安全與自煮能力，期待共同打造屬於我們的綠色飲食生活圈。

### 我們做了什麼？

- 兒童及親子飲食教育
- 推動社區型綠色飲食生活實踐，並培養自主能力
- 推動友善環境的校園午餐
- 倡導減少食物浪費
- 監督政府制定嚴謹的食安規範
- 推動食農教育立法

### 你們可以做什麼？

我們做得到，你們也可以！  
從我們自己做起，小小生活實踐者  
加入行動，成為綠食育行動夥伴  
支持我們，捐款專戶：

台灣銀行 (004) 公館分行  
帳號 034001120366



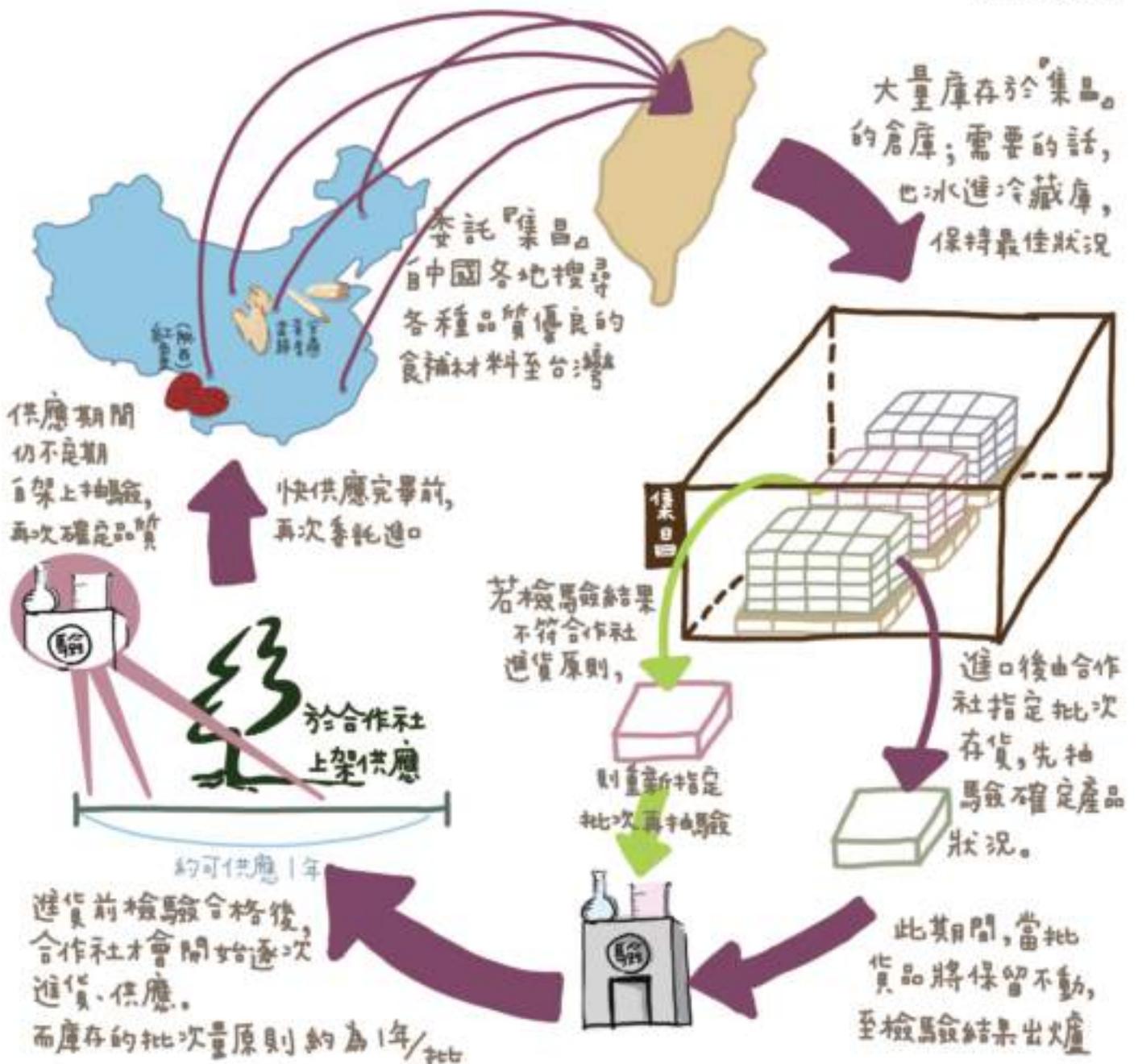
題前哨，但至今仍以在地的行動為基礎，誠懇懇地運用社區婦女智慧，動手創新各種生活「韌性」。我們的嘗試、實驗與故事，希望持續與大家共勉共享！



# 中藥材管控流程

合作社的中藥材來自中國各地，管控大不易；多虧了「集昌」鼎力相助，配合每季複雜的進貨程序，才得以更進一步降低風險

圖/文 張智淵



## 體貼長者的暖心菜單



食譜設計 | 黃琚惠 文 | 卓冠齊 攝影 | 劉忠

人到中老年，早已遍嚐百般滋味，不需大魚大肉滿足口腹之慾；早已歷經風霜雪雨，不須過於在意體表美醜。飲食的重點，則在於攝取合理的營養並保有健康，以面對身體機能逐步減弱，進而出現疾病頻發的階段。

社員黃琚惠曾在生機飲食公司服務，累積豐富的食譜企劃經驗，也進修過營養學課程。上有高堂，公婆健在，照顧長輩多年，黃琚惠自有一套對老年飲食的觀察。「他們多少保有個人的偏好與口味，對飲食原則也有既定的想法。」與其要長者捨棄習慣吃法，不如從常吃的食材動手腳，黃琚惠認為改變烹調方式，或從調味料著手，都是每戶人家可以簡單做到的。就像此次示範的「咖哩花菜」，這道是她兒時的家常菜，回憶那時母親只用咖哩粉調味、調色，也吃進了抗氧化、抑制不正常細胞生長的薑黄素。

一談到健康，兩代之間也常為鹹甜比重爭執不下，晚輩往往站在「我是為你好」的角度在意三高問題，但也有長輩覺得能吃就是福，無肉不歡，黃琚惠則建議投其所好。「如果什麼都不能吃，他會覺得生活很乏味。但要把握三原則，少油、少鹹、少甜，我覺得這三樣很重要。」黃琚惠早已習慣用好油、好鹽、好糖做菜，講究質好量少，也正好符合老人家的飲食原則。「大芥地瓜湯」正是利用地瓜的甘甜、蛤蜊的鹹鮮，中和芥菜的苦味，口味清淡者，或可省略調味。

時值冬令，十字花科蔬果盛產，一般習慣大火快炒的鑊氣，黃琚惠則設計無油料理「味噌高麗」，留下蒸煮過的高麗菜湯佐拌味噌保存食材精華，搭配麻油焗薑絲，讓年長者有滋補養生的想像，非常適合寒冬時品嚐。子女不在身邊或是白天獨自在家開伙的時刻，備妥三道冷熱皆可食的菜餚，一盅熱湯，一碗米飯或麵線，誰說我們不能優雅地過著老年？



(攝影 | 王慧思)

### 咖哩花菜

- 材 料** 白花椰菜 1 顆 (600 公克)、冷水適量。
- 調味料** 咖哩粉 1 小匙、調合油 (或橄欖油) 1 小匙、鹽少許。
- 作 法**
1. 鍋內倒入冷水，白花椰菜切小朵，放入滾水中煮軟。
  2. 加入所有調味料拌勻即可。





## 海味燴菇

**材 料** 金針菇 100 公克、黑美人菇 150 公克、柳松菇 150 公克、杏香菇 100 公克、薑少許、海帶芽少許。

**調味料** 調合油少許、鹽適量。

**作 法**

1. 金針菇切小段，其他菇類切條狀，薑切絲備用。
2. 油入鍋，加入薑絲爆香。
3. 加入黑美人菇、柳松菇、杏香菇燴炒。
4. 依個人口味加鹽調味，續入金針菇。
5. 最後加入海帶芽，翻炒一下即可熄火。



## 味噌高麗菜

**材 料** 高麗菜 1 顆（600 公克）、老薑 20 公克、冷水 150 毫升。

**調味料** 麻油 1 大匙、味噌 1 大匙。

**作 法**

1. 高麗菜挖去蒂頭，劃兩刀十字到底，老薑切絲備用。
2. 鍋內倒入冷水，水滾後放入整顆高麗菜，燴煮至軟熟。
3. 另起一炒鍋，鍋燒熱後加入麻油、薑絲拌炒，直到麻油、薑絲香味釋出。
4. 將作法 2 高麗菜湯倒些許至碗中，拌入味噌，攪拌至味噌融化。
5. 高麗菜盛盤，淋上味噌、麻油薑即可。

**小叮嚀**

1. 高麗菜可燴煮軟爛一點，方便老人家咀嚼，也更為香甜。
2. 建議使用陶鍋燴煮，保溫效果佳、食材快熟又省能，味道更為細緻。煮好可直接端上桌，不必另外盛盤。



## 大芥地瓜湯

**材 料** 大芥菜 600 公克、地瓜 300 公克、薑適量、冷水 600 毫升、蛤蜊 300 公克。

**調味料** 鹽少許。

**作 法**

1. 大芥菜切小段，地瓜切塊，薑切片備用。
2. 冷水煮開，加入地瓜、薑片，續煮五分鐘。
3. 續入大芥菜煮熟。
4. 放入蛤蜊，待蛤蜊殼開，加鹽調味即可。

