

目錄

 社內公告.....	2
 【農友介紹】江文平.....	3
 【農友介紹】沈世偉.....	3
 【農友介紹】陳世勳與曹素珍.....	4
 產品說明&季節性預防提醒.....	5
 產品資訊.....	6
 人資招募.....	13

 社內公告

【高山烏龍春茶自主管理檢驗異常說明】

親愛的社員您好：

本社近期於例行性架上抽驗中，發現生產者洪啟瑞供應之「高山烏龍春茶（效期批次：2027/06/08）」檢出微量農藥殘留 - 加保利 0.21ppm (<2.0ppm)、第滅寧 0.08ppm (<5.0ppm)、待克利 0.13ppm (<5.0ppm)。數值雖符合國家標準，但未達本社規範之「環保級」標準 (不得檢出)，本社得知結果後已採取以下行動：

1. **預防性下架**：效期批次 2027/06/08 春茶已全數下架停止供應。
2. **風險控管**：基於同一生產體系之風險評估，也同步預防性下架「高山烏龍冬茶」。
3. **複驗確認**：冬茶經送驗，結果為「未檢出」，符合本社環保級規範，現已恢復正常供應。

【異常原因與後續改善】

經本社實地查核並與生產者釐清，研判主因為茶園鄰田種植慣型生薑，春茶採收期 (4~5 月) 正值生薑病蟲害好發期，導致農藥隨風飄散污染。

生產者洪啟瑞對此深感抱歉，表示因疏忽田區周遭之防護管控，導致社員利用到未符規範之產品，除表達願意承擔相關責任外，目前已積極與鄰田溝通，改善鄰田用藥飄散風險。

本社將持續追蹤生產者的改善情況，並加強產品管理，以確保產品品質。感謝您的理解與支持。

◎退費說明：

退費品項：高山烏龍春茶 (效期批次：2027/06/08)

退費期間：3/2 (一) 至 3/21 (六)

退費方式：

【站所利用】若以信用卡付費，請攜帶原交易信用卡至原利用站所辦理退費。

【班配訂購】將於 3 月份貨款扣除。

【線上訂購 (個配、當日配)】退款金額將轉至當月買菜金帳戶中。

台灣主婦聯盟生活消費合作社

📣【農友介紹】江文平

回到原鄉深耕土地的高山農友—江文平

回到原鄉，是一種召喚

在新竹尖石鄉玉峰村石磊部落海拔約 1200 公尺的高山上，泰雅族農友江文平與家人共同經營「多加有機農場」。年少時因部落交通不便，文平國中便離家到山下借住求學，之後長年在外打零工，過著漂泊生活。直到在族人好友羅彌迦的引導下進入有機農場實習多年，文平逐漸找到與土地相處的方式，也重新思考自己的人生方向，最終回到家鄉與父母兄弟並肩耕作。對文平而言這不只是回家，而是一種生命的召喚——在原鄉生根，在土地上安身。



多加農場：從信仰出發的耕作

江家早年種植香菇、水蜜桃與慣行蔬菜，父親江秋冬原本擔心轉作有機會影響產量與收入，但看見族人因長期接觸農藥影響健康，加上羅彌迦一家投入有機後生活改善，家人逐漸改變想法，十多年前正式轉型為有機農業，至今已累積近二十年的耕作經驗。農場名稱「多加」取自聖經，象徵善與愛帶來的復興與豐盛，因有機不單是市場選擇，而是一種對家人健康、對土地修復、對信仰的回應。因長期與羅彌迦共耕，文平也認同主婦聯盟合作社推動低硝酸鹽栽培的理念，除了友善環境外也進一步兼顧蔬菜品質與社員健康的重要。後續在羅大哥的推薦下，文平開始了與主婦聯盟合作社合作，成為穩定供應高山蔬菜的重要農友之一。

把祝福種進每一顆蔬菜水果裡

多加農場的栽種面積約三公頃，由江家的父母與三位兄弟分工經營，父母主要照顧水蜜桃與甜桃，文平與大哥和弟弟則專注於蔬菜生產，夏季以各式葉菜類與甘藍為主，冬季以萵苣類、包心白、包心芥為主力，以及青蔥、青蒜等品項。高山雲霧與日夜溫差造就蔬菜清甜爽脆的風味，產量旺季時文平一週需開車兩三趟往返合作社，單趟約兩個半小時，只為讓社員餐桌上有一把清甜與安心的蔬菜。在這片山林間，文平不只是種菜，而是讓四季輪替成為承諾，把安心與信任一年年種下去。

📣【農友介紹】沈世偉

從士官長到山林農夫—沈世偉的路特農場轉身之路

從軍旅歸鄉，走進石磊山林

在雲霧環繞的新竹尖石鄉山區，沈世偉經營的「路特農場」，是一片由世偉與家人共同耕耘的土地。出身南投原住民家庭的世偉，曾在軍中擔任士官長，退伍後原本父親希望他回家幫忙，但因世偉不認同農藥與化學資材的使用，後來選擇來到尖石石磊部落，投入岳父羅慶郎的農場體系，不單成為自然農

法的學習者，也成為羅家的女婿。

沈世偉與羅慶郎夫婦

放下身段，在失敗中學會順應土地

剛接觸自然農法時，世偉曾想用自己的方式種植，然而在屢屢失敗後，自己才真正體會山區天候與土地條件的嚴苛挑戰，於是放下身段，重新向岳父學習順應土地節奏的耕作方式。世偉栽種作物堅持不使用農藥與化學資材，並運用黃柏、紅豆杉製成的漢方酵素資材，每週噴灑二至三次，對介殼蟲與蚜蟲具有抑制效果，同時維持土壤與生態平衡，讓蔬菜在自然循環中穩定生長。



與合作社同行，把山上的安心送進餐桌

自 2022 年起世偉正式與主婦聯盟合作，也成為社內蔬菜的重要供應農友之一，目前主要供應葉菜類、包心菜類、瓜果類，以及青蔥、青蒜等作物。清晨山景與充沛的陽光，是路特農場最真實的樣貌；對世偉而言，路特農場不只是生產場域，更是家庭與文化延續的所在，在雲霧之間，世偉選擇以謙卑與學習扎根土地，把責任、傳承與安心，一起種進每一畦菜園裡。

📢【農友介紹】陳世勳與曹素珍

從兩隻手到一隻手——珍珍有機農場的三十年同行路

共同起點：理念相遇，走向穩定

位於彰化溪湖的珍珍有機農場成立於 1996 年，由農友陳世勳與曹素珍夫妻共同創立。陳大哥早年在台工作，直到 34 歲返鄉種植哈密瓜，因長期施藥擔憂健康而決定轉作有機，學習不使用農藥與化肥的栽培方式。轉型初期面臨家人不諒解、技術未成熟導致虧損四百多萬元，以及沒有穩定通路的困境，夫妻倆常常滿車蔬菜載出又原封不動載回。直到 2000 年，與主婦聯盟生活消費合作社的理念相近而開始合作後，農場才逐漸穩定下來。對農友而言，主婦聯盟不單是銷售通路的建立，更是理念上的支持與肯定，讓原本孤單摸索的有機路開始有了同行的夥伴。

圖左至右為陳翰霖、陳世勳、曹素珍、么女陳翌萱



轉折與承擔：在陪伴中繼續前行

在走過最艱困的歲月後，夫妻倆將目標轉為為下一代鋪路，希望孩子能在既有基礎上接班，不必再重走虧損與摸索的老路。在陳大哥因病離世後，珍珍姐仍選擇繼續從事有機耕作，因為種菜是她喜歡的

事，農場經營的各個環節她都曾參與過，因此願意繼續用友善的方式守著這片土地。面對缺工、氣候異常與市場波動，雖也曾動念想放棄，但因主婦聯盟穩定的合作關係與社員的支持，成為她繼續走下去的重要力量，在困難時刻仍有依靠。

在變動中共同調整：讓農場走得更長久

目前農場面積約三甲地，採分區輪作，生產各式瓜果類、地瓜葉、韭菜花與玉女小番茄等。相較於陳大哥早年勇於嘗試新品項，珍珍姐更重視穩定經營與長期規劃，除了依據社員需求，也與專員建議調整種植方向。珍珍姐坦言現今最大的挑戰，除了天氣變遷外，更是消費型態的改變，也因為與主婦聯盟之間持續的對話與信任，在變動中一起調整步伐，農場能夠持續至今。珍珍有機農場經營的三十年，不單是陳大哥與珍珍姐的努力付出，也是與主婦聯盟彼此扶持、共同成長的歷程。

📢 產品說明&季節性預防提醒

➤ 「輕透抗汗物理防曬乳」瓶器調整說明

- 2026年母親節預購品項「輕透抗汗物理防曬乳」，原瓶身使用新塑料製造，將改為添加30%回收PE材質塑料製造，瓶器批次製造顏色有些微落差，其不影響內容物品質穩定性，請社員持續共同支持友善環境產品，愛美也能愛地球。

➤ 【每週一菜】會自己出精華的菇——金滑菇的鮮甜秘密



認識金滑菇	最具代表性的特色	營養與研究觀察	保存方式
<p>金針菇 (Flammulina velutipes) 的黃色品系</p> <ul style="list-style-type: none"> 外型細長、菇帽小巧 溫潤的金黃色或咖啡金色 萬生农技農場選育培養 台灣闊葉林菌種基礎 	<p>自然分泌多醣體</p> <p>→ 多醣保濕精華的自然現象(正常)</p> <ul style="list-style-type: none"> 多醣體含量較高 膳食纖維含量較高 甜度更明顯 菇味更濃郁 <p>脆嫩滑順，鮮甜回甘</p>	<p>營養與研究觀察</p> <ul style="list-style-type: none"> 膳食纖維 (腸道蠕動，飽足感) 多醣體/β-葡聚醣 (免疫調節相關) 抗氧化植化素 (生理機能平衡) 鉀&葉酸 (電解質，紅血球) <p>* 研究觀察：多醣體與細胞保護、抗氧化、心血管相關 (實驗階段，均衡飲食為主)</p>	<p>保存方式</p> <ul style="list-style-type: none"> 冷藏密封 (7-10天) 冷凍保存 (鮮味更釋放) <p>食用提醒</p> <ul style="list-style-type: none"> 長輩幼兒切短煮熟 容易脹氣者酌量 限鉀者諮詢 <p>料理建議</p> <ul style="list-style-type: none"> 涼拌 (焯燙40-60秒) 蒜香快炒 (大火1-2分) 湯品火鍋 (3-5分) 蛋料理/肉捲
<p>料理核心原則：</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ 不需重鹹重油 ✓ 不需長時間烹煮 ✓ 善用蒜蔥胡椒提香 ✓ 讓自然甜味成為主角 		<p>給社員的一句話：在均衡飲食中加入金滑菇，讓天然鮮甜與營養成為日常餐桌的一部分。</p>	

📢 產品資訊

◆ 新品上市：

品名	規格	生產者	價格	上架時間	說明
澎湖野生肉魚	185g/ 2尾	陳瓊珠	200	3/9	近海捕撈的純正澎湖野生肉魚，富含豐富蛋白質及 DHA，皮薄肉多刺少，肉質細緻，簡單料理即能品嚐鮮甜原味。
有機蕎麥細麵	280g/包	樂弟	139		生產者樂弟，原料單純使用高達 80%蕎麥與米製作，無麩質、無添加物，生產者既是原料米供應來源也是米麵製造者(註 1)。細麵烹煮只需 4-5 分鐘，可加入您喜愛拌醬或高湯。細麵烹煮小撇步「燙好後過冷開水可避免沾黏、口感更 Q」，非常適合夏季製作涼麵，推薦給還在精算澱粉值的您~ 註 1：銀川米麵加工由自家工廠樂弟食品有限公司生產製作。
奶香鮭魚炊飯	250g	御鑫	150	3/16	奶香鮭魚炊飯是一道融合日式炊飯與西式奶油風味，選用秋鮭製作的料理。

◆ 水果供應/預定:

品名	合作農友	產地	自主管理等級	單果規格	包裝規格	供應狀況
巨峰葡萄	賴順清	彰化大村	安全級	-	-	上架供應
蜜棗	陳明輝	高雄阿蓮		-	1斤/盒	
	朱明發	高雄田寮		環保級	-	-
蓮霧	鄭欽永	屏東春日	安全級	約 125g/顆	1.5kg/盒	上架供應
				-	-	
草莓	鍾文標	苗栗獅潭	環保級	-	300/盒、 350g/盒	
	謝秋芸	桃園新屋		-	-	
	陳櫻櫻	苗栗銅鑼		-	-	

品名	合作農友	產地	自主管理等級	單果規格	包裝規格	供應狀況
草莓	吳保諒	苗栗卓蘭	農好級	-	300/盒、350g/盒	上架供應
	范桂達	苗栗銅鑼	環保級	-	-	
	劉子瑄	嘉義鹿草	友善級	-	300/盒、350g/盒	
長實金柑	林庭財	宜蘭礁溪		-	1斤/盒	
桶柑	魏裕宸	桃園復興	安全級	-	-	預定中
	謝家興	台中摩天嶺		21A	10斤/箱	
				23A		
	茂谷柑	詹錦章		苗栗卓蘭	25A 以上/顆	5斤/盒
藍莓	楊士藝	南投八卦山	環保級	-	125g/盒	

*詳情請至各站所洽詢與訂購。

*級別(依實際檢驗為主)、價格、供應量，本社保有最終異動權。

◆ 恢復供應：

品名	規格	生產者	價格	上架時間	說明
青江菜豬肉水餃	50粒/包	沛騰	270	3/9	合作社的手工水餃，指定原料製作，且使用當季蔬菜手工包製，豬肉安全可口且蔬菜鮮脆，再加上生產者自製的水餃皮，全程手工包製，口感特別好。(限量)
金目鱸魚切塊	300g	張博仁	185		全程純海水飼養，肉質紮實Q彈！採多物種混養，打造完整生態鏈，低密度養殖、全場全程皆無用藥。(限量)

◆ 產品優惠：(全社皆有供應)

品名	規格	生產者	原價	優惠價	優惠期間	優惠原因	9折身分是否再享優惠
沐浴精	2L	瑪諾蘭迦	1030	927	2024年6/1起	待原料及架上庫存用罄即停止供應。	否
善糧滴雞精(常溫)	60ml 買10送2	龍彧	1860	1550	2025年9/15至利用完為止	優惠價格推廣，回饋社員。(限量)	否
野生午仔魚	400g	湧升	380	285	1/19至利用完為止	生產者提供新品上架優惠，鼓勵社員利用。	否
苗栗銅鑼黃金菊	70g/盒	韓順雄	290	232	2/2至利用完為止	優惠價格推廣，鼓勵社員利用。(限量)	否
黃梅吸凍	220g*12杯	豐喜	384	375	長期優惠	回饋大量利用社員，箱購優惠。	否
紫蘇梅果凍	130g*12杯		240	230			
金針菇	200g*2包	隆谷	54/2包	29/2包	3/2-8/31	優惠價格推廣，鼓勵社員利用。	否
比亞外柑橘花圈圈	176g/ 22g*8入/ 盒*2	台灣原味	480	240	3/2至利用完為止	優惠價格推廣，回饋社員。(限量)	否

◆ 暫停供應：

品名	規格	生產者	暫停供應原因	暫停供應時間
回家李果乾	120g	上下游	上季採收原料用罄	架上庫存利用完即暫停供應
無糖愛文芒果乾	200g	鈺豐		
海水白蝦(雲林)	300g (13-18尾)	美信	季節性產品	三倉和架上庫存利用完即暫停供應
	300g (9-12尾)			
喜願蕎麥拉麵	252g/包	喜願行	開發端與生產者討論產品調整與製程中	

◆ 供應狀況：

品名	規格	生產者	停止供應原因	預計恢復供應時間
原味蛋捲	6包/540g	福義軒	年後產線排程滿線	3/30

馬到迎新春~福到幸福來

福到吉祥~年後開運優惠

推廣時間：2/20(五)~利用完為止

序	品名	規格	原價	推廣價
1	天霸王鮮甜白蝦(李富正)	300g	350	315
2	草蝦(黃芬香)	300g	398	358
3	澎湖黃金鯧(陳瓊珠)	550g	388	349
4	抱卵母香魚	600g	420	378
5	藍瓜石斑(黃芬香)	500g	680	612
6	冬季鍋物-石狩味噌魚鍋底(漢典)	1200g	375	338
7	冬季鍋物-胡椒豬肚雞湯鍋底(漢典)	1200g	360	324

※優惠品項與優惠身分系統將擇優折扣。

※產品數量，依各站所現場數量為主，利用完為止。

馬到迎新春~福到幸福來

甜甜蜜蜜~零食任選三件 8 折

推廣時間：即日起~利用完為止

序	品名	規格	原價	推廣價
1	原味花生牛軋糖	250g	135	108
2	棗泥核桃軟糖	250g	235	188
3	花生酥心糖	250g	135	108
4	原味寸棗-(亞世家)	150g	57	46

5	黑芝麻寸棗-(亞世家)	150g	57	46
6	手工雙色生仁糖	200g	160	128
7	小紅豆甘納豆	200g	99	79
8	甘納豆	200g	99	79

※因系統限制，線上下單(EC)和當日配僅同品項三件 8 折、站所現場利用可任選三件 8 折，優惠表格顯示單包優惠價，三包優惠價格請以系統顯示為主。

※具優惠身分社員不再九折，數量有限，站所依現場數量為主，利用完為止。



推廣活動：【感恩媽咪·溫馨獻禮！2026 母親節預購中】

愛，是最純粹的選擇～

純淨保養 X 烘焙點心 X 調養飲品

預購時間：3/2(一)~3/21(六)

取貨時間：4/27(一)~5/9(六)

※母親節：5/10(日)

我們相信，

真正的愛不需要過度包裝，

是來自誠實、信任與永續的選擇。

謝謝每一位母親，用日常的溫柔與純粹，守護家庭與生活。

這份溫柔，我們已實踐了四分之一世紀，

25 年來，主婦聯盟合作社與生產者、社員攜手同行，

步履不停，共同勾勒純淨美好的生活輪廓。



春遊小農市集

走進臺灣後花園，品嚐東部純淨原味

推廣時間：2/20(五)-3/14(六)

主題	序	品名	規格	原價	推廣價
東部小農市集 _宜蘭	1	香魚(松樹門)	600g/3~6 條	250	240
	2	薄鹽鯖魚片	250g/2 片	85	80
	3	段木香菇(大)何仁興(限量)	100g	480	480
	4	段木香菇(中)何仁興(限量)	100g	450	450
	5	段木香菇(小)何仁興(限量)	100g	405	405
	6	鹹酥鍋粿	200g	85	82
東部小農市集 _花蓮	7	小排丁(花肉社)	500g	310	295
	8	黑胡椒鹹豬肉	300g	225	214
	9	紅麴醃豬排	300g	195	185
	10	帶皮吳郭魚片(2 件優惠)	200g*2	230	210
	11	炭焙金針	80g	195	195
	12	白米(銀川)	2kg	260	234
	13	胚芽米	2kg	260	234
	14	有機純米麵條	280g	99	92
	15	有機純米麵條-糙米	280g	99	92

	16	有機純細米粉	200g/盒	95	88
	17	有機純糙米細米粉	200g/盒	95	88
	18	有機味噌	500g	145	140
	19	在地米辣椒醬(民生)	300ml/瓶	360	335
	20	在地米醬油膏(民生)	300ml/瓶	360	335
東部小農市集 _台東	21	紅烏龍茶(無糖)	490ml	35	31
	22	紅藜(台灣味)	200g/包	230	230

※優惠品項與優惠身分系統將擇優折扣。

※產品數量，依各站所現場數量為主，利用完為止。

推廣時間：2/20(五)-4/11(六)

站長推薦好物				
序	品名	規格	原價	推廣價
1	蜂王乳膠囊	60 粒/瓶	770	693
2	金盞花萃取 葉黃素膠囊	60 粒/瓶	750	730
3	鱸魚燕麥粥	230g/包	95	85
4	阿拉斯加鮭魚鬆(味一)	150g	250	240
5	日本生干貝-4S(元家)	1000g	2,200	2,100
6	冷凍白蝦	300g	240	210
7	野生秋鮭輪切(元家)	600g	350	320
8	黃梅軟糖(6 件優惠)	30g/包*6	150	128
9	歐特有機十穀麥片	500g/包	160	144
10	鮮乳坊 100%生乳保久乳(24 件優惠) (推廣時間 2/20-3/14)	200ml/罐*24	912	796

※優惠品項與優惠身分系統將擇優折扣。

※產品數量，依各站所現場數量為主，利用完為止。

人資招募

歡迎認同合作社的你/妳加入我們的行列！

招募職缺：

- 農產開發專員、採購專員、品保專員、社務專員 (工作地點：總社-三重區)
- 北倉蔬果組組員、物流司機、短期蔬果組組員(工作地點：北倉-新北市土城區)
- 中倉蔬果組組員、物流司機、短期蔬果組組員(工作地點：中倉-台中市烏日區)
- 南倉短期蔬果組組員(工作地點：南倉-台南市歸仁區)
- 儲備站長(工作地點：石牌站、大直站、碧湖站、信義站、淡水站、林口站、三鶯站)
- 月薪站務(工作地點：石牌站、信義站、大直站、碧湖站、新莊站、三鶯站、東門站、新店站、景美站、木柵站、竹北站、台南站)
- 時薪站務(工作地點：石牌站、大直站、東門站、斗六站)
- 定期月薪站務(工作地點：嘉義站)



合作社徵才網址