

## 目錄

 社內公告.....	2
 【農友介紹】陳國鐘.....	3
 產品說明&季節性預防提醒.....	3
 產品資訊.....	4
 人資招募.....	12

## 社內公告

### 【2026 母親節預購~寵愛自己、感恩媽咪】

一起大聲說出愛~獲好禮

邀請你有愛 ( 愛用、愛吃 ) 就說出來~ 一起支持生產者和產品部辛勤開發的產品！

**活動時間：即日起~ 3/21(六) 23:59**

**活動方式：**

- (1)按讚追蹤合作社官方臉書粉絲頁。
- (2)活動期間於個人臉書發布分享文，分享你的產品使用或試用心得 ( 僅限本次母親節預購品項，包含但不限於新品 )，說明你最推薦的是哪一項？為什麼？ ( 最少 50 字 )，並於貼文中標註 @主婦聯盟生活消費合作社 ( 文字呈藍色才是有確實標註到喔！ )。
- (3)將個人分享貼文截圖，並張貼於活動貼文下方留言處。

**活動獎品：**

- (1)符合資格之前 100 名留言分享者，可獲「法藍茵水光逆齡精華試用品」一份 ( 1ml 裝，市價 99 元 )，同帳號重複留言不計入。
- (2)活動截止前，於留言處分享之截圖按讚數最高之前 20 名，可另獲 茶油皂一個 ( 市價 250 元 )。歡迎拉親朋好友一起來給讚 ！（是留言的按讚數~不是個人貼文的按讚數喔！）

**注意事項：**

- (1)凡參與本活動之社員，即視同承認及接受本活動注意事項及相關規定，合作社保有活動調整、變更、解釋、暫停與終止產品兌換券贈送辦法及兌換方式的權利，如有變動依合作社官網 <https://www.hucc-coop.tw/> 公告為主。
- (2)如有任何活動相關疑問，歡迎私訊小編洽詢。



圖片來源：Freepik

[快來留言領試用品](#)



## 📢【農友介紹】陳國鐘

### 從城市到田間——北漂返鄉的有機農友陳國鐘

#### 從台北打拚到回鄉種田的人生轉彎

陳國鐘大哥成長於宜蘭三星鄉行健村，出身三代務農家庭的他，從小就在田間幫忙，對農事並不陌生。國鐘年輕時曾離家到台北工作，也曾在停車場上班打拚，但心中始終掛念著故鄉的土地。33歲那年，他毅然決定回到家鄉務農，重新走向與土地相伴的生活。從起初的稻米與三星蔥，後續也嘗試其他不同作物的栽培，後來受到行健村前村長張美推廣有機理念的影響，國鐘開始轉作有機栽種，走上一條對土地更友善的耕作道路。

陳國鐘與太太蕭淑嫻



#### 與合作社相遇，開啟更多的可能

陳國鐘與太太蕭淑嫻共同經營的「行健有機農場」已逐步發展出多元作物的經營模式，也與改良場及農政單位配合有機栽種試驗，嘗試魚茭共生、魚芋共生等生態耕作方式，也在耕作後用雞除蟲、用番鴨清除福壽螺等，讓動物也成為有機耕作的重要幫手。國鐘與主婦聯盟合作的契機緣於資深農友陳晉恭大哥的介紹，因理念相近自2000年開始合作，從最初的三星蔥，陸續增加芋頭、紫芋地瓜、赤殼茭白筍、葉菜類、冬瓜等品項，去年也首次供應小西瓜，為社員夏季餐桌增添清爽滋味。透過社員的利用與支持，國鐘得以安心投入有機耕作，也讓宜蘭三星的土地持續為社員提供友善環境、安心栽種的農產品。

## 📢 產品說明&季節性預防提醒

### ➤ 古早味手作芋粿巧變更包裝設計貼及廠址

- 因應「古早味米製品」(如草仔粿、紅龜粿)的視覺設計一致性，以及生產者擴建新廠遷址，故作變更，產品品質無虞。

➤ 【每週一菜】中華隊贏韓國，高麗菜五折加菜！

## 中華隊贏韓國，高麗菜五折加菜！



活動期間：2026/3/9~3/31

甘藍盛產，農友回饋社員



當季甘藍，清甜脆嫩又百搭



為什麼來合作社買甘藍？



支持友善耕作小農 推動低硝酸鹽栽培 產品專員實地走訪產地 不定期抽驗品質把關

社員利用的不只是一顆菜，也是支持一套更安心的生產與消費方式。

簡單料理就很好吃

大火快炒、燉煮、炊煮，香氣十足、清爽多汁。



蒜炒甘藍



甘藍煮湯



高麗菜飯



包水餃、高麗菜煎餅

50% OFF

把握產季優惠，一起為中華隊加油

中華隊好球 高麗菜一起加菜 2026/3/9~3/31

邀請大家把握這波產季優惠，用一顆清甜脆嫩的甘藍，為家人的餐桌多添一道健康又美味的料理。

## 產品資訊

### ◆ 新品上市：

品名	規格	生產者	價格	上架時間	說明
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。 採用合作社指定本土的藍莓製作，並將牛奶搭配使用克非爾優格菌製作出酸甜適中不膩口且嚐得到整體香氣的絕佳口感。(限量)
本土藍莓優格冰淇淋	100g	玉米三巷	95		
糖醋魚片	120g	鮮湧	140	3/23	好好食冷凍家常菜指定主食材原料(御正與立川)，從源頭把關品質；經典人氣風味，酸甜鹹香層次豐富、開胃下飯。保留食材原始風味，吃得更清爽無負擔；並透過急速冷凍技術鎖住新鮮與營養，延長保存期限。只需簡單復熱即可快速上桌，讓忙碌日常也能鬆享用美味餐。
左宗棠雞			110		

## ◆ 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	-	2斤/盒
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		-	-	
	吳保諒	苗栗卓蘭	農好級	-	300/盒、 350g/盒	
	范桂達	苗栗銅鑼	環保級	-	-	
長實金柑	林庭財	宜蘭礁溪	友善級	-	300/盒、 350g/盒	
				-	1斤/盒	
桶柑	魏裕宸	桃園復興	安全級	-	-	
	謝家興	台中摩天嶺		-	-	
				21A	10斤/箱	預定中
23A						
茂谷柑	詹錦章	苗栗卓蘭		25A 以上/顆	5斤/盒	上架供應

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
枇杷	莊俊彥	台中新社	農好級	-	-	上架供應
	徐俊明		環保級	-	-	
	吳金洛	台東卑南		-	-	

\*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。

◆ 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
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
甘藍/原鄉甘藍	不定重	所有蔬菜農友	46/斤	23/斤	即日起至3/31	近期甘藍盛產，農友提供5折優惠，回饋社員利用。	是

◆ 暫停供應：

品名	規格	生產者	暫停供應原因	暫停供應時間
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	
茄汁虱目魚	230g/罐	鰻鄉		

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。



擁抱春日，親近大地

感受土壤的溫度

推廣時間：3/16(一)-4/11(六)

主題	序	品名	規格	原價	推廣價
浪漫之旅·自備餐 食健康又好吃	1	台灣善糧黃金土雞去骨雞腿(柏香)(NEW)	280g/包	270	270
	2	台灣善糧黃金土雞去骨腿肉丁(柏香) (NEW)	300g/包	280	280
	3	台灣善糧黃金土雞去皮雞胸(柏香)(NEW)	280g/包	199	199
	4	台灣善糧黃金土雞二節翅(柏香)(NEW)	200g/包	99	99
	5	台灣善糧黃金土雞翅小腿(柏香)(NEW)	300g/包	99	99
	6	經典原味醃漬雞腿排(御正)	200g/包	128	115
	7	泰式香茅醃漬雞腿排(御正)	200g/包	128	115
	8	白肉雞去骨雞腿切塊(御正)	350g/包	240	228
	9	白肉雞雞柳條(御正)	280g/包	115	109
	10	馬舌鰈(扁鱈)-有肚洞	660g	445	430
	11	海水金目鱸涮片	150g	155	145
	12	刻花魷魚切片(御鑫水產)	200g	120	110
	13	花枝丸	300g	235	225
	14	秋刀魚(2件優惠)	320g/4尾*2	260	245
	15	鮭魚西京漬(御鑫水產)(NEW)	320g	270	270

	16	活力 B 群蔬果粉包	30 包/盒	350	335
	17	四方鮮乳莫札瑞拉起司(條)	100g/條	130	125
	18	本土發酵奶油(無鹽)(NEW)	90g/盒	145	140
	19	壽司豆皮	240g (四角 x12 片)	110	105
	20	鮮奶饅頭(四方)	585g/9 入	150	145
	21	金桔番茄沙拉醬	250g	82	80
	22	原味沙拉醬	300g	70	65
	23	鳳梨蜜梅醬(元榆)	200g	59	59
	24	壽司用紫菜	55g/20 枚/包	160	155
	25	青花芽(環保級)永豐	100g/盒	97	87
	26	紫高芽(環保級)永豐	100g/盒	97	87
	27	四合一芽苗(環保級)永豐	120g/盒	95	85
	28	三日苗(環保優)綠藤	50g/盒	98	92
	29	紫高麗苗(環保優)綠藤(一寸鮮)(NEW)	50g/盒	88	82
春季限定梅好時光	30	紫蘇梅	700g	265	260
	31	果釀梅醋	500ml	285	260
	32	國產精釀梅子酢	360ml	150	145
	33	紫蘇梅醬	600ml	225	220
	34	龍眼花蜂蜜	3kg	1,470	1,397
	35	龍眼花蜂蜜	500g	350	333
	36	紅冰糖	500g	125	120
	37	糯米酢	600ml	55	52
	38	有機玄米酢	600ml	250	230
	39	綠主張 38 度米酒	600ml	220	220
	40	本格梅酒	600ml	385	360

祭祖及兒童節必備	41	麥香餅皮	600g/10 片	125	125
	42	原味豆干	450g/4 塊	55	53
	43	黑芝麻粉	100g	70	65
	44	花生粉(3/23 上架)(NEW)	300g	140	140
	45	菜脯米草仔粿(米棋)	300g/3 入	135	128
	46	好事成雙紅龜粿-紅豆/花生(米棋)	480g/6 入	270	257
	47	古早味手作芋粿巧(米棋)	450g/6 入	195	185
	48	原味洋芋捲片(6 件優惠)	50g/包*6	168	160
	49	動物造型餅乾(海鹽)(6 件優惠)	100g/包*6	210	205
	50	黃梅吸凍(12 件優惠)	220g/杯*12	384	360
	51	紫蘇梅果凍(12 件優惠)	130g/杯*12	240	225
	52	本土藍莓優格冰淇淋(NEW)(限量)	100g/杯	95	95

※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
---	----------	--------	-----	-----

※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)
- 社務專員 (工作地點：桃園、新竹區)
- 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、木柵站)
- 月薪站務(工作地點：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：信義站、大直站、東門站、斗六站)



合作社徵才網址