

no.68

2022 .Feb.

里仁為美

誠信·互助·感恩

封面故事

守護氣候變遷下的餐桌

旬味旬食

起重業董事長成就黑米夢

好物首推

品味風土 食農好滋味

CONTENTS

No.68 2022.02



- 3 **里仁為美** 從一顆慈悲的心出發
- 4 **封面故事**
守護氣候變遷下的餐桌
- 6 從產地到餐桌 氣候掀起的糧食危機
- 8 旱澇與蟲害夾攻 蔬菜產地的氣候課題
- 10 連續豪大雨 瓜果泡水難收成
- 12 氣候來亂 讓食品加工原料取得不易
- 14 乾旱、高溫的氣候下 米還好嗎？
- 15 氣候變遷下的五大餐桌思維

-
- 16 **旬味旬食** 起重業董事長成就黑米夢
 - 18 **里家故事** 當氣候變遷成常態
里仁依然力挺本土農產原物料
 - 20 **好物首推** 品味風土 食農好滋味
 - 22 **里仁新訊** 里仁以循環經濟 再創永續新價值
 - 23 **嚴選用心** 里仁商品規範／上架流程／誠信分級
-



發行所 里仁事業股份有限公司
發行人 李妙玲
電話 02-2545-6535
地址 台北市南京東路四段 75 號 6 樓
網址 www.leezen.com.tw

企畫編輯製作 台灣赫斯特媒體股份有限公司
資深主編 許騰文
資深美術編輯 洪思齊
電話 02-7747-1688#611

Printed in Taiwan
版權所有，歡迎轉載完整文章，
敬請聯絡取得書面同意。



里仁

從一顆慈悲的心出發

20多年前，有機農耕在台灣曾經只是勉強的想像，沒有人看得到路。因為想讓土地恢復元氣，能夠世代永續，1998年里仁開張，決心要做「該做但還沒有人做的事」。

里仁相信最真實的好處來自互利而非自利，最長遠的合作是彼此感恩互助而不是競爭逐利。因為了解農友轉作有機的艱辛，里仁以契約種植來保障農友的收入，更熱情接納轉型期的蔬果，號召志同道合的消費者以實質購買，陪伴農友度過掙扎糊口的轉作歲月。

為了珍惜每一棵未施農藥化肥的盛產蔬果，並帶動更多人投入友善大地的實踐，里仁與廠商攜手突破技術瓶頸，開發出各種自然平實的食品、生活用品及有機棉品。鼓勵食品廠商優先採用本土有機或天然食材，盡可能地「不添加」並減少加工層次，完全拒絕人工香料、化學色素、合成防腐劑，呈現食物天然真實的安心本味。同時也邀請用品廠商選用易分解、少危害的友善成分，盡量降低便利消費對大地形成的衝擊。

里仁以串聯上下游的通路角色，持續在農友、廠商和消費者間分享溝通，促成相倚互信的夥伴關係。因為認同這樣的共存共榮理念，「誠信」便成為彼此長期支持下最自然的期待：農友像是疼惜子女般呵護樹草蟲鳥生態、廠商以家人自用的心情來產製每

一項商品、消費者也珍惜栽種人及製作者費盡心力才產出的安心好物。這一路雖然挫折與困難不斷，但是因為相信感恩相挺比指責更有力量，因而點亮了一個群策群力、真心互助的良善循環。

在里仁，最能鼓舞士氣的數字是支持有機耕作的參與人數與受惠保育物種。這樣的事業只有同好、沒有競爭，每多一個人參與，理想就更趨近實現。因此里仁將盈餘回饋到「慈心有機農業發展基金會」與「福智文教基金會」進行有機農耕、種樹減碳、生態保育、生命教育等的推廣，讓每一份投入都在利他的循環裡生生不息。

里仁一路摸索至今，「光復大地 淨化人心」的這個願望逐漸實現，成為受到各界鼓勵的社會企業。但守護土地與自然的使命沒有終點，你我每一分善意良心的投入都將成就共同的歡喜美好。



守護氣候變

氣候變遷再也不是一個遙遠的詞彙，而是我們正在面臨的生活。

漫長的夏季高溫，颱風不來、降雨有限，就算躲在冷氣房裡，也逃避不了限水的處境；遇到突發性的連續暴雨，即便未被大水圍困，也會被隨之而來的高昂菜價、物價給逼瘦了荷包。

極端氣候不僅影響我們的生活，也在產地掀起風起雲湧的變化，威脅著我們的糧

遷下的餐桌



食安全，使農友和產銷供應鏈面臨前所未有的挑戰，也漸漸讓大眾感受到氣候變遷正悄悄改變我們的餐桌。

當極端氣候漸成常態，個人可以做些什麼來減緩氣候變遷？就從每日的餐桌開始吧！用吃，來支持本土有機食材；用環保意識，落實永續生活。

雖然，一個人的力量也許微小；相信，一群人的力量就能翻轉世界、扭轉未來。

從產地到餐桌 氣候掀起的糧食危機

2021年堪稱是近年來台灣人對於氣候變遷議題最有感的一年，先是經歷大旱與暴雨，繼而生活中萬物價格飆漲。氣候過於極端導致農作物生產受阻，已不是短期現象，而是長期趨勢。對此，政府與產銷體系積極找解方，而消費者也需正視氣候對糧食的影響。

文／賴韋廷 · 圖片提供／shutterstock、freepik

北極熊覓食困難、加州森林大火、歐洲熱浪襲擊等等，氣候變遷的現象不僅影響生態，也嚴重影響人們的生活，造成人員或財務損失的相關新聞頻繁地出現於媒體，讓大眾真實感受到地球氣候改變了。

在台灣，西部地區去年初發生56年來最嚴重的乾旱，各地經歷不同程度的減壓供水、限水，連日月潭的水位指標「九蛙疊像」也全部自潭底露出，引發民眾議論。8月初則由盧碧颱風引發的西南氣流帶來致災性豪雨，使南部地區暴雨成河。

氣候真的變了： 年平均氣溫升高、夏長、冬短

其實，人們在生活中已經隱隱約約感受到「天氣跟以前不一樣」，好像夏天變長，冬天變短；雨不下則已，一下就是暴雨等等。去年8月，台灣氣候變遷科學團隊發布「IPCC氣候變遷第六次評估報告之科學重點摘錄與台灣氣候變遷評析更新報告」，人們這些感受可以在這裡得到證實。

例如氣溫，台灣年平均氣溫在過去110年內（1911～2020年）上升約1.6°C，且有加速趨

氣候變遷造成的長期乾旱或瞬間豪大雨，讓農作物生產充滿變數及挑戰。





地球暖化導致冰山溶解、海平面上升，讓北極熊覓食困難、面臨滅絕危機。

勢；氣溫也影響季節分布，21世紀初夏季天數增加到120至150天，冬季已縮短到約70天，近來，冬季更縮減到20～40天。又如降雨，少雨年的發生次數明顯增加；而在1990至2015年間，年最大一日暴雨強度也明顯增加。

咖啡、巧克力會逐漸減產而消失嗎？

除了數據之外，民眾對氣候變遷更切身的感受來自飆漲的物價。由於大旱與豪雨重創中南部蔬果產地，讓蔬菜及木瓜與芭樂等尋常水果，到貨量銳減，推升零售價，讓消費者買不下手。

而都會族群的生活必需品咖啡，亦是漲聲連連。但值得關注的是，這並不只是短期現象，據非營利組織世界咖啡研究(World Coffee Research)的報告指出，預計在2050年後，全球近五成種植咖啡樹的土地，將在氣候變遷影響下，變得太熱、太乾，不再適合種植咖啡。

氣候變遷使農作物生產受阻，日漸量少價昂的趨勢，也發生在老少咸宜的零食巧克力上。可可豆是巧克力的主原料，可可樹只能種植在約攝氏20度的潮濕環境，據美國國家海洋暨大氣總署(NOAA)的資料顯示，如果地球暖化持續加劇，到了2050年，可可樹種植地區就必須遷移至更高海拔的地區，但是這些地區目前卻多為野生動植物保護區，讓生產國家陷入選擇生態或經濟生計的難題。

糧食危機衝擊產銷消

氣候變遷讓農業生產、通路銷售及消費，產

生連鎖效應，各方想盡辦法因應，全方位尋找對策，降低對經濟民生的影響，包括選育品種、轉種耐旱作物。

「對農業的衝擊，最明顯的現象就是產銷失衡。」農業評論專家焦鈞表示，為使物價維持在尚稱平衡的程度，政府端出因應之道，例如釋出庫存冷藏蔬菜。但當物價波動太劇烈，平衡點也將越來越難掌握。此外，蔬果品種的汰選，也是必然趨勢，農委會近年積極選育更能抗逆境的農作物品種，例如耐旱水稻「台農81號」，就是希冀新品種在多變的氣候威脅下，有更高存活率。

研發新品種，意味著既有品種的生存面臨威脅，在必須順應天時栽種的有機蔬果上，這樣的威脅尤為迫切。「花蓮西寶台地附近的農場，有機高麗菜幾乎沒法種了。」負責供應里仁農產品的有機物流業者福業國際總經理李逢祺透露。近年乾旱期太長，當地高麗菜不僅產量減少，且葉片邊緣焦黃，內裡菜葉乾燥的情形越來越常見。為了幫助當地農友，福業已積極輔導轉種其他較耐旱的作物。

氣候不僅讓我們的糧食變貴，也讓餐桌食材多樣性岌岌可危。生產端一旦受阻，通路端就得面臨沒貨可賣的窘境，有些蔬果也可能再也買不到。當地球越來越熱，各種天災造成糧食損失下，人人都可能是「氣候難民」。為此，農民、政府、供應鏈及通路，甚至消費者都該積極投入緩解氣候變遷的行動，做氣候的義工，不做極端氣候下的飢民。

都會族群喜愛的咖啡飲品，受氣候變遷影響，預計在2050年後，近五成咖啡產地將不再適合種植咖啡。





旱澇與蟲害夾攻 蔬菜產地的氣候課題

台灣一年四季都有高麗菜，口感清脆甘甜，堪稱國民蔬菜，但近年卻多次貴到讓主婦買不下手；而地瓜因為易栽培，曾經多到淹腳目，如今卻時有時無。究竟產地發生了什麼狀況？讓這些蔬菜難以現身餐桌呢？

文／賴韋廷·圖片提供／蘇怡安、陳慶堂

四季有時，相應的氣候條件滋養土地與作物，讓人得以品嚐鮮美的時令蔬果。近年氣候變遷，打亂季節更迭，溫度、降雨逐漸亂了套。氣候忽冷忽熱，讓作物難以結果；該下雨的時候不下雨，或長期不降雨造成乾旱，引發病蟲害；不該下雨的時候，卻無預警地降下瞬間豪大雨，讓作物泡水、根系腐爛；這些狀況，都讓農民無所適從。

時常採買蔬菜的你，還記得去年8月的高麗菜零售價一顆曾一度突破200元嗎？由於大雨侵襲，造成全台菜價連續7個交易日上漲。而高麗菜到貨量銳減，不只是源於8月上旬的連續豪雨，其實，上半年的乾旱期就已種下遠因。

再看看台灣的小吃烤地瓜。因種植期逢大雨，地瓜減產，就在市場供應量青黃不接時，

零售價翻倍漲，近年就曾讓超商的烤地瓜也暫時停售。小葉菜如青江菜等，生長期短，短暫休養生息即可恢復供應。但高麗菜、地瓜等生長期超過3個月以上的蔬菜，需克服的狀況可能就沒有那麼容易了。

田地乾旱 讓地下蟲難以防治

位於南投縣仁愛鄉的協同紅香生態農場，多年來為里仁提供品質優良的夏季有機高麗菜，負責人蘇新章、蘇怡安父女，在2020年冬季曾仔細整理集水管線，確保水源無虞，因此在2021年的大旱中，不至於沒水用。然而，乾旱對環境帶來全方位的影響，依舊導致作物生長受阻。

談起氣候變遷對有機耕作的影響，蘇怡安很

有感覺。「在同樣的田區，使用同樣的整地方式，2021年的損失就是比2020年多。」由於採用有機耕作，為求品質與產量，蘇家重視從選苗到收成的各個環節。往年，父女倆透過縝密的整地與浸苗處理，就能強化土壤與植株根系的健康，足以杜絕許多蟲害。但是早期太長導致土壤成分改變，讓地下蟲變得猖獗。此外，樹林裡的漿果也因乾旱減少，沒飯吃的猴子使出沒田區，搶食農作物。

而繼乾旱而來的8月豪雨，由於農場地勢高，大雨不至於使高麗菜田淹水，但採收前夕遭逢連續大雨，使高麗菜瞬間吸飽水，從而裂開。裂開的高麗菜賣相不佳，也無法進入市場，損失慘重。在雨害、蟲害與猴害的影響下，2021年協同紅香生態農場的高麗菜年產量少了三分之一。

田區營造生物多樣性 仍難敵大環境變異

除了高麗菜，深受國人喜愛的根莖類蔬菜也受極端氣候影響，雲林縣土庫鎮的資深農民陳

連續豪大雨讓協同紅香生態農場種植的高麗菜瞬間吸飽水，層層包覆的葉片難以承受壓力，呈現爆裂狀態。



雨量的失常影響土壤酸鹼性，使得地瓜容易感染真菌及病害，難以健康成長。

慶堂對此深有體會。為了創造好口感，他栽種的台農57號有機地瓜，都選擇於每年秋分節氣之後才種下；亦在田區四周種植灌木植物春不老，便於鳥類與昆蟲棲息繁衍。只是，即便他懂得擇時而種，也創造了具備生物多樣性的田區，依舊難敵大環境變異。

陳慶堂觀察，1980年起，春雨與梅雨開始失常，影響了土地的酸鹼性。「原本在常態雨水沖刷下，土庫這邊的田地會是弱酸性，但近年乾旱太久，都變成鹼性了。」他指出，地瓜雖然生命力強韌，但種在鹼性土壤裡，特別容易感染真菌，罹患軟腐病或黑斑病。

為改良土壤酸鹼性，陳慶堂使用過硫磺粉，但坦言「沒辦法立竿見影」，更棘手的是，地瓜的主要害蟲甘藷蟻象通常在入冬後，隨著溫度降低而減少，如今卻因連年暖冬而繁衍不絕。2020年的冬天就因為甘藷蟻象的肆虐與降雨，導致他損失了近6成的地瓜收成。

氣候變遷對農友生計造成極大的威脅，也影響著餐桌的多樣性。對於不使用藥物控管土地與作物的有機農友來說，在極端氣候的衝擊下，如何對抗病蟲害以及因應氣候的耕種計畫與管理，將是未來努力的方向。

連續豪大雨 瓜果泡水難收成

台灣是水果王國，從平地到高山，各種溫熱帶水果隨時序產出，是餐桌的最佳配角。然而，近年來，極端氣候型態輪番上陣無法捉摸，導致全台從北到南的水果逐漸減產。一年一收的水果，一次天災就全軍覆沒，讓許多果農成了名符其實的「氣候難民」。

文／賴韋廷·圖片提供／許玉鈴、呂旭振

你可還記得，2021年夏季的連續豪雨，讓人們的生活不便，也重創中南部瓜果產地，影響所及使得全台從夏季到秋季的水果到貨量銳減一半。根據農委會近十年統計的水果產量變化，可以發現水果減產的趨勢，而暖冬、寒流、乾旱、雨期長等「極端天氣型態」正是主因。專家指出，極端氣候如果發生在果樹成長的關鍵期，如抽芽、開花、結果等階段，就會大大影響產量。

連續豪大雨 主力瓜果到貨量稀少

回顧2021年10月中旬，「一顆木瓜賣200元」

的消費新聞引人注目。走進傳統市場，發現木瓜不僅很難買到，就算買得到，價格也貴得令人咋舌。木瓜價高，原因在於到貨量稀少，禍首就是2021年8月集中於苗栗以南地區，將近兩週的豪大雨。

「2021年的水果到貨量實在太差了，無論是有機市場或一般批發市場，和往年同期相比，大約少了一半。」有機物流業者福業國際總經理李逢祺透露。木瓜、芭樂與香蕉向來是市場上接受度最高的3種主力水果，其中一項若產量不足，物流業者就會增加其他兩項的供應量，使通路不虞匱乏。

木瓜是國人喜愛的水果之一，可以食用鮮果或打成木瓜牛奶，營養價值高。





(左) 受去年上半年的乾旱及8月連續豪大雨影響，中南部的木瓜產地損失慘重。

(右) 在連續降雨攪局下，讓網紋洋香瓜難以在開花期授粉及吸收陽光，影響收成。



然而，2021年上半年，中南部地區先是經歷乾旱，至少兩個月沒下一滴雨，接著夏季卻遭逢連續大雨。好不容易在乾旱中存活的瓜果，正進入成熟結果的關鍵時期，大水一淹，幾乎全軍覆沒。

因此，從夏季到秋季，各類水果產量都銳減，物流業者經常無法如期交貨給通路商，即使勉強交貨，數量也很少。根據農委會發布的「2021年8月上旬西南氣流豪雨農業災情報告」，這一波災情中，前5大受損農作物之首就是木瓜，損失金額逾億元。

半年沒收入 一甲地的木瓜樹幾乎全死光

零售價格、災損金額都高如天價，令人難以想像，但是產地農戶們的處境又是如此真實。「連續下一星期的雨，木瓜的根就會受不了，更何況連續下雨兩週。我們的木瓜，幾乎都死光了。」位於台南市玉井區的農裕有機農場，以有機木瓜為主力作物。由於農場主人黃淑月、許玉鈴母女精於田間管理，除了碰上短暫雨季時稍有停頓，其餘時期每個月都能向里仁供貨1,200至1,300公斤的木瓜。但是去年在8月之後就交不出貨，長達半年沒有收入。

往年夏季的颱風也是木瓜樹的天敵，卻極少造成如此大規模的損害。黃淑月分析，強風固然會將樹吹斷，但颱風2、3天內就離去，樹的根部也還健在，大約3～4個月後就能重新結

出果實；而連續的大雨卻對木瓜樹傷害很深，一來日照不足，會使樹體衰弱；二來土壤一直處在高含水量的狀態，木瓜的根系因此受損腐爛或感染病害，最終導致植株死去。

如此一來，農戶必須從頭開始種起，就算不計整地時間，也至少要花大約11個月，木瓜樹才能重新結果。

溫網室洋香瓜 也受不了連日的大雨

場景往北移，嘉義縣太保市盛產俗稱網瓜的網紋洋香瓜，呂旭振是此地唯一的有機瓜農。他栽種的本土品種台南13號，果肉呈黃綠色，口感細緻清爽，甜度高，吃進嘴裡還能聞到果香。呂旭振的網瓜原本每年都能收穫6千顆，去年卻在開花期遭逢連續兩週的陰雨天，最終僅收成了大約2千顆。

「夏天遇颱風，下大雨很正常，但沒有像這樣連續下兩個禮拜。」呂旭振表示，連續降雨導致空氣中濕度太高，網瓜在開花期難以成功授粉，並且吸收不到足夠的陽光，因此生長緩慢，影響了後續網紋裂紋的成形與果實甜度。在連續降雨攪局下，即便他天天巡視溫室，親自以手工授粉，但網瓜仍是「不甜，紋路又稀疏」。

當極端氣候成為常態，有機水果的種植勢必更難。面對氣候變遷造成的鉅額損失，農民並不氣餒，改栽新品種、調節耕種的季節、請通路通融到貨量，都是目前仍在嘗試的因應方法。

氣候來亂 讓食品加工原料取得不易

加拿大森林大火、秋行軍蟲肆虐，看似只是氣候的議題，卻和我們吃的食物有關。溫室效應帶來暖化與極端氣候，不分國界影響農作物的生產，也直接衝擊到農產加工食品。氣候擾亂了食品供應鏈的供需，當然也影響了你我的生活。

文／曾怡陵· 圖片提供／看天田· 攝影／張季禹



極端氣候型態如乾旱、強降雨等影響玉米生長，再加上蟲害的肆虐，讓玉米面臨全軍覆沒的危機。

喜歡吃果乾的你，應該有發覺里仁架上的芭樂乾或芒果乾已缺貨多時，而冰箱裡冷凍有機玉米粒也消失了蹤影。身居都市，即使感受不到氣候的強烈變化，卻對喜愛的食品買不到或吃不著很有感覺吧！

全球暖化現象此起彼伏，高溫、熱浪正悄悄影響著農作物的生產，連帶影響食品加工鏈。消費者對食品的「完美」要求，將考驗著廠商。為此，採購優質的原料、維持供需平衡將是食品加工廠商挑戰氣候的當前課題。

就氣候議題，一探食品加工的難度，且走訪

「看天田」農場，了解本土有機玉米遇到的挑戰；透過「豆之家」食品廠商，知曉國內外原料及加工端所面臨的考驗。

乾旱時蟲害好發 強降雨讓玉米零收成

一向提供里仁有機玉米粒的「看天田」農場主人郭明賢說，近幾年乾旱後緊接強降雨等極端氣候型態，讓病蟲害管理相對困難。強降雨雖能減少害蟲數量，但往往導致作物浸水，收成一夕泡湯。而乾旱導致秋行軍蟲大量繁殖，幼蟲躲在玉米心葉處啃食，造成玉米植株無法

繼續生長，損失慘重。

受秋行軍蟲肆虐影響，郭明賢從2019年9月後重種玉米十幾次，都全軍覆沒。為了恢復供貨而默默努力的他，透過飼養秋行軍幼蟲，觀察其習性找出防治方式；又將畦弄濕、施用苦楝粕等方式營造秋行軍蟲不喜歡的環境，希望降低蟲害的機率。郭明賢歷經多次失敗卻仍不氣餒，2021年12月終於迎來2年來的首批玉米收成，雖然產量只有預期的1/3，卻是好不容易趕上了在年節前供貨，讓消費者買到睽違已久的有機玉米粒。

優質的原物料取得困難

而里仁的果乾廠商「豆之家」面臨的氣候變遷挑戰則來自國內和海外。在本土水果原料上，「我們一年採購1000噸本土愛文芒果，2021年卻只有收購375噸。」總經理洪熒曜說，強降雨發生在芒果開花期，影響結果率。此外，高溫更導致蟲害，令可加工的果肉變少。過去，100公斤的鮮果可做出14公斤的果乾，現在卻只能產出10公斤。

豆之家自加拿大採購的蔓越莓和野生藍莓，也因為持續高溫造成森林大火，致使鐵路遭燒

果乾是老少咸宜的零食，但近年來因氣候變遷，影響土芒果和芭樂收成，貨架上可見缺貨標示。



毀無法運輸原料；而乾旱、霜害，更導致產量降低且價格飆漲。「有錢也買不到好東西。能買到的，都是拜託來的。」豆之家業務協理洪慧珊說。

瑕疵率提高 加工成本增加

在產地，農友想盡辦法克服氣候變遷，期望能維持產量，但難以避免的是氣候亂了作物的生長期，外觀和品質受到影響，瑕疵率大增，讓後續加工的時間和費用隨之增加。

去年，豆之家在美國的合作農戶擴增11%的杏仁種植面積，但收成沒有隨之增加，受氣候變遷影響，堅果顆粒反而變小，瑕疵比例也增加。為了顧全出貨品質，豆之家雇用人工挑除未成熟及瑕疵部分，再將這些淘汰品磨成粉賤價賣給養豬業者當飼料，光是人工費用就比前一年多了上千萬元。

氣候變遷下 沒有人能置身事外

「會發生氣候變遷，我們每個人都有責任，既然遇到了就去順應。」郭明賢把玉米蟲害問題視為成長的契機。他說里仁對於廠商很支持，無法供貨不僅沒有責難或罰則，還不時給予關懷，並關心作物生長的狀況。也因為有里仁的陪伴，他才能耐心處理秋行軍蟲帶來的損害，不至於斷了後路。

近年來，本土水果收成不穩，豆之家被迫停止供應愛文芒果條、土芒果青鮮果乾等品項，也承受處理堅果損耗帶來的成本壓力。洪慧珊說，還好有里仁15年來的相挺，才能度過一波波難關。

氣候變遷導致原物料短缺，消費者有買不到的遺憾；而農作物外觀、品質與產量都受到影響時，廠商不得不將部分成本反應在售價上。氣候變遷下，無人能置身事外。只有持續支持友善土地的農友、廠商，才能一點一滴減緩氣候變遷的腳步。

乾旱、高溫的氣候下 米還好嗎？

比爾蓋茲認為到本世紀中葉，氣候變遷的致命程度可能等同新冠病毒。氣候變遷在農田攻城掠地，攻擊的力道愈趨猛烈，我們最重要的主食——米，自然受到影響。因為久旱缺水，台灣西部米休耕，東部米也傳出調漲風聲。以往隨節氣而作的米糧，在氣候變遷下正面臨什麼衝擊？

文／曾怡陵 · 圖片提供／太保市農會

里仁貨架上的各式包裝米，似乎讓消費者感受不到糧食短缺的危機。然而近幾年少了颱風帶來的豐沛降雨，加上農業用水調度優先供應工業廠商使用的政策，使得西部稻田陷入缺水危機。嘉義太保的有機米專區也受到衝擊，曾經長達半年無米可收。來自嘉南平原的有機包裝米，因而在里仁缺貨一陣子。

降雨少、高溫 增加耕作難度

2021年太保地區的第一期稻作停灌，水稻幾乎全面停止耕作。雖然第二期得以正常灌溉，但第一期休耕已導致全年度一半的有機米產量損失。太保市農會推廣股技術指導員劉文吉說：「以前每5年會休耕一次，預估未來每3年就會休耕一次。」而休耕不但影響農民生計與耕種的意願，也讓稻米的供應趨向不穩定。

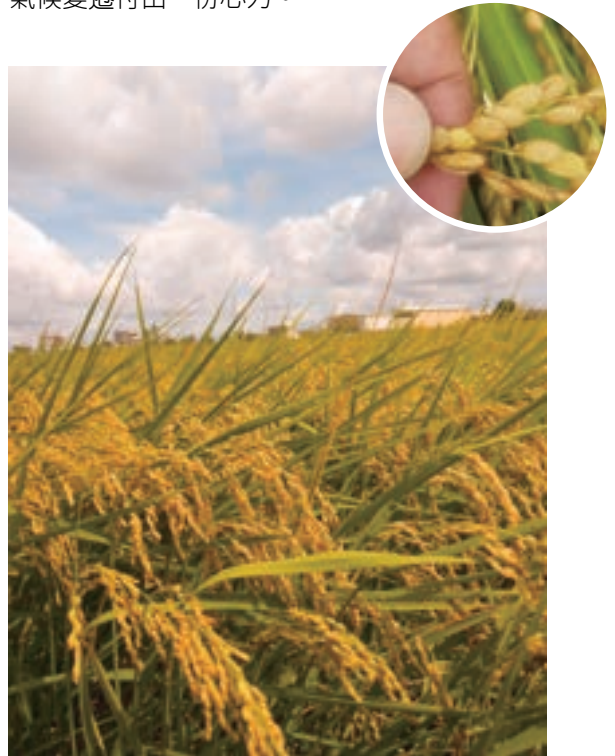
「從2015年左右開始，氣候變化讓農民很有感，降雨減少，氣溫也變高了。」劉文吉表示，高溫、水分不足，會造成稻米結實飽滿的比例低、米粒重量減少等問題。但若高溫又遭逢強降雨，高溫多濕的環境也會引發稻熱病等病蟲害，嚴重時稻米植株會死亡。

影響賣相及品質 推升生產成本

「大自然無法預測，農友為了因應氣候的變化，會愈來愈辛苦。」太保市農會供銷部主任楊佩儒說，極端氣候讓農民措手不及，稻米的品質和產量也受到影響。近幾年氣候因素導致

米粒的白垩質增加，去除掉易碎的「白肚」米後，能包裝的米數量減少，並產生許多耗損的成本。

氣候變遷不可逆，當稻作休耕成為常態、稻米產量愈來愈不穩定的趨勢下，台灣糧食自給率的提升不應只是政策或口號，更是全民的重責大任。消費者多吃米食，支持台灣有機米糧，就能撐起農友照顧土地永續的用心，也為減緩氣候變遷付出一份心力。



稻米垂穗是豐收的象徵。收成前如遇連續下雨一周以上，就有機會發生穗上發芽的狀況，影響稻米品質與產量。(右上小圖)

氣候變遷下的五大餐桌思維

專家早已指出，過多的溫室氣體排放，是造成全球暖化，帶來極端氣候的主因。未來極端氣候的發生率將越來越頻繁，對農業造成衝擊外，也影響著我們賴以生存的食物。守護未來餐桌，消費者可以如何因應，以緩解氣候變遷？

文／賴韋廷·圖片提供／Shutterstock

思維 1

支持有機或友善耕作的農產品

有機或友善農業重視生態環境，不使用農藥、化肥，能夠減少溫室氣體排放。而農友們透過輪作、增加有機質改良土壤及耕犁等自然農法，讓土壤健康的同時，也將更多的碳儲存在土壤裡，增加土壤碳匯。消費者多支持有機或友善耕作的蔬果，就能從生活中減緩氣候變遷。

思維 2

挺台灣本土糧食 日日食當令、吃在地

內行的饕客都知道，吃當令的食物最鮮美。而選擇在地食物，除了品嚐身土不二的風味外，還有捍衛台灣糧食自給率的深層意義。食物的採買，優先選擇在地農產品，支持本土農作物生產，不僅提高糧食自給率，也能減少食物里程，有利於減緩暖化。

思維 3

珍惜醜蔬果或格外品 重新認識食物的價值

極端氣候下，醜蔬果或格外品常因賣相不佳或規格不合乎市場標準，在進入零售通路前就被丟棄了。惜食，在氣候變遷引發糧食短缺的今日，顯得格外重要。

像知名作家番紅花就是以行動支持醜蔬果的消費者之一。她透過自身食農經驗，了解每個果實天生就長得不一樣。因此，在採買時並不會避開醜蔬果，因為那也是農友辛苦的成果，值得珍惜。

思維 4

養成少肉多蔬食的習慣

食物的生產過程中，在種植或牧養、運輸、製造、加工、販售、使用及廢棄階段，都會直接或間接消耗能源及排放二氧化碳。其中，生產植物性食物所產生的二氧化碳，比動物性食物低10倍至50倍。養成少肉多蔬的飲食習慣，不僅有益健康，亦可有效減緩地球暖化。

思維 5

以消費支持信賴的好廠商與好通路

氣候變遷增加了農作物減產及瑕疵比例，也提升農產加工食品的產製難度。這些增加的成本，可能由農友、廠商或通路端吸收。即使久久一次的調整售價反應成本，也難以彌補長期的虧損。

消費者多了解前端生產背後的艱辛，體諒廠商不得不調整價格的難處。支持長期以友善環境的方式提供安心食品的好廠商與通路，消費大眾才能持續有好食物可以享用。



起重業董事長成就黑米夢

位於苗栗南庄的「題陞自然農場」，三面環山，氣候宜人。暖和冬陽下，張鈺和走入田間，順手剝開穀粒，露出裡面濕潤待成熟的米漿，想著再過一段時日，當黑米垂穗，就可以收割了。

文／曾怡陵·攝影／黃基峰

題陞自然農場



2005年成立，在新竹寶山和苗栗南庄都有田地，作物包含稻米、葉菜、水果和茶葉。有機稻米種植於苗栗南庄，面積約6甲。

題陞自然農場主人張鈺和原是農家子弟，到都市打拚多年，在金融風暴期間，返回老家南庄種起水稻和黑米。黑米長達120天以上的生長期間，他每日穿梭田區、細心地照顧，讓黑米吸飽大自然的養分，他也從農事獲得充沛的能量。

挑戰「不可能」 從起重業投入有機農業

張鈺和投入農務前，為科技業提供精密儀器的搬運及起重服務，在業界享有盛名。十多年前，長年茹素的他身上出現紅疹，推測是慣行蔬菜中的重金屬誘發中毒，讓他開始萌生自己種有機菜的念頭。

為獲得自然農法的知識，他特別拜訪新北市淡水區的「幸福農莊」。當日午餐時，他疑惑為什麼餐盤裡出現菜園沒有的地瓜，才知道誤將紅蘿蔔錯認為地瓜。「紅蘿蔔竟比地瓜還甜！」驚艷之餘，有生意頭腦的他問農莊主人能不能將這樣美味的食材商業化。

他得到「不可能」的答案：因為不施農藥、肥料，食材天生天養，很難規格化賣到市場，更別談以此賺取豐厚利潤。在商場經營多年的他，有著生意人的傲骨，聽到「不可能」這句話反而激起他的鬥志，埋下成立有機農場的種子。



2008年金融海嘯來襲，工廠200名員工人力閒置，視員工為親友的他，不忍裁員來度過難關。張鈺和逆勢而行，決定成立無薪假農場（後改名題陞自然農場）。他帶著員工們下田種菜、種稻，這樣做不僅激勵員工以「要怎麼收穫，先怎麼栽」突破困境，也讓員工種出興趣，竟種出一條充滿生機的有機之路。

除了生產蔬菜、稻米，不斷尋求突破創新的他，偶然在雜誌上看到彰化原生種黑米的介紹，知道黑米原為清朝時的貢米，是極為珍貴的品種。再者，多數黑米屬糯米，而此原生種黑米是不具糯性的粳米，利於血糖控制，還含有豐富的花青素，對現代人是很好的健康食材。他看到這種黑米既有文化上的特殊性，又具有健康價值，便挪出部分面積來種植黑米。

不斷試驗 找出最合適的種植方式

苗栗南庄的氣候不如南部高溫潮濕，沒有水稻常見的稻熱病，也少有其他病蟲害。遇春夏時節，雨水會將山上的腐殖質帶往田裡，富含石灰質的水源也提供豐富鈣質，有利稻米生長。

原生種黑米野性強，適應力好，但種植過程並非一帆風順。過去張鈺和將有機顆粒肥施灑於土壤表面，肥分不是揮發就是被雨水沖走。若為了補足肥分而提高用量，會不敷成本。他調整作法，趁整地灌水時施肥，讓肥料沉入飽含水分的土壤中，植物根部就能吸收養分。

害蟲福壽螺則用苦茶粕防治，或在整地排水後將牠們從田間水窪撈除。此外，為了增加土壤有機物質含量，他每種稻3年就會輪作一年的蔬菜。近一年受全台缺水影響，他第一次看到田地龜裂，擔憂米粒結不起來會變成空包彈，還挖了一口井來因應。



氣候變遷使得黑米結穗不如以往飽滿，若剝開稻殼查看，會發現空包彈的比例較以往高。

過去，處理精密設備的搬運可以靠模擬演練，將錯誤可能性降至零，從農後則要面臨許多無法控制的變因。張鈺和笑著說自己撞牆撞多了，當初為了挑戰「不可能」的傲氣也被磨平，他學會唯有放下執念，觀察並順應自然，才能種出健康的作物。

「一直以來，農場都很難獲利，但有些事情不能只看數字。就像孝敬父母是天經地義的事，對土地友善的綠色產業也是。」張鈺和感性地說。「這裡四周環山，我覺得稻子很快樂。」走在田埂上，他遙望遠山，暖風徐徐吹撫黑米田，色澤暗沉的稻浪隨之舞動。農場員工餐廳傳來濃郁的黑米香，而田區的黑米即將飽滿低垂，等待收割，期待里仁的消費者都能品嚐黑米的美味。

黑米小知識

保存方式：未開封或真空狀態置於常溫環境，開封後冷藏可延長賞味期。

建議烹煮方式：洗米時淘洗一次即可，以免花青素流失。煮前浸泡1小時，或浸泡於熱開水直接煮，米水比例為1：1.2。



當氣候變遷成常態 里仁依然力挺本土農產原物料

這兩年氣候變遷的腳步加劇，讓農作物的生產面臨嚴峻挑戰，無法預期的產量、品質與產期，連帶地影響農產加工。里仁傾注心思陪伴理念相近的農友及廠商，一同面對原物料短缺及不可逆的氣候成本，持續為支持有機農業而努力。

文／曾怡陵·圖片提供／里仁、豆之家、員林食品

里仁珍惜有機農友的付出與成果，長期支持本土有機農作物，爆量盛產時協助去化，或針對樣貌不佳的格外品，開發各項加工食品，當農友最堅實的後盾。然而，隨著極端氣候成為常態，推升有機耕作的難度。農作物的產量及品質的減損，除了農友承受壓力，連帶地也讓後端加工廠商面臨始料未及的挑戰。

即使缺貨也要挺本土、撐有機

近兩年，眼尖的消費者也許發現架上的生鮮玉米變少了，甚至連本土的有機玉米罐頭

也缺貨，你知道為什麼嗎？原來和氣候的變遷有關。2019年6月，秋行軍蟲開始橫掃、重創全台玉米田，持續的暖化更助長蟲害擴散，「看天田」和「福業」契作的玉米田不是沒有收成，就是品質不良。當秋行軍蟲鋪天蓋地而來，為了讓農友的生計不至於斷炊，里仁與「看天田」討論出以馬鈴薯取代玉米，讓有機冷凍三色丁能持續供貨。至於外觀不佳但品質無虞的玉米則加工變身為玉米醬，不僅能補貼農友的損失，也是極端氣候下減少農損，以加工支持有機的惜食解方。



里仁商品開發經理
周瑜瑛



氣候異常讓農產品的採收期和產量難以預測，可能造成缺料或品質不良，增加後端加工廠商的製程難度。

因為消費者對玉米的需求量高，缺貨太久，怕斷了消費者想支持有機的心，里仁在2021年進口一批有機玉米粒罐頭應急。「我們想支持本土的有機作物，如果過度依賴進口，擔心會排擠到之後農友種出的玉米。」里仁開發經理周瑜瑛說。

供貨難掌控？產銷消三端的互助與互挺

氣候的變化也影響年菜的開發及製程。高麗菜、大白菜等時令蔬菜是年菜的必備原料，但近幾年採收時間卻難以掌握。由於春節年菜預購和年貨上架時程無法變更，一旦原料供應上有了差池，只能壓縮廠商的開發和生產時程。周瑜瑛說：「以高麗菜為例，往年多在11月底能收成，但因為暖化，近年常拖到12月初才產出。為了支持本土，我們盡量不用進口原料，否則用進口原料會很省事，10月就可以生產年菜了。」

此外，因原物料收成時程未明而導致的出貨延遲，里仁對於廠商沒有任何的責備或罰則，而是與廠商站在一起解決問題。周瑜瑛表示，一般通路對於廠商延遲交期的處理，都是罰款

或終結合作關係，但里仁同理廠商的困境，會協助與門市溝通、說明延緩供貨的原因，透過門市人員、刊物或網站、App各種管道進行說明，讓消費者明白氣候變遷對於農作物供應的影響，進而理解、支持農友。

感謝消費者支持 共同守護環境

「消費者會來里仁消費就是帶著善意，里仁這20年來與消費者持續進行良性溝通與互動，所以他們很清楚只要是農產品加工，就會有不可控的狀況，對於缺貨、品質的狀況不太會抱怨。」周瑜瑛補充，就算消費者可以體諒，通路仍需負起品質把關的責任，該做好的品管必須確實做好。

里仁用心護持本土有機農產品，全力支援以有機守護土地的農友和廠商，讓守護的力量綿延不絕。周瑜瑛表示，氣候變遷會持續衝擊農作物，希望消費者能夠理解並支持在地有機農產品，一起減緩氣候變遷的腳步。說到里仁守護環境的使命，她溫柔而堅定：「我們的願不是在業績或市占率上成為最大的贏家，但我們可以成為對環境有影響力的重要存在。」

品味風土 食農好滋味

有機友善的作物得來不易，珍惜農友的用心及天物之澤，
封存天然真實的風土之味，與你共享在地食農好滋味！

文／編輯部・視覺設計／洪思齊・攝影／張季禹・圖片提供／里仁



品純粹

1. 里仁有機黑豆茶包

使用本土有機黑豆，透過低溫焙炒，保留花青素及營養成分。可每日飲用的養生茶飲，以熱水沖泡，茶湯呈淡紫色，口感淡淡豆香回甘。

專利的濾泡袋，即使久泡，仍能保持茶湯清澈。

2. 里仁金桔鮮果乾

選自宜蘭礁溪栽種的黃澄金桔鮮果，使用日本珍貴的漬物技術，保留鮮果滋味並延長風味。

吃得到金桔桔皮鮮香、微辣桔油風味，咀嚼後回甘生津，散發清香氣味。



里仁胡蘿蔔綜合果汁

採用本土契作友善栽種胡蘿蔔，在胡蘿蔔最飽滿、鮮甜的熟成時刻進行採收。搶在12小時內完成採收及加工，保留豐富的天然養分、膳食纖維以及鮮甜口感。搭配蘋果汁，能完美展現蔬果自然風味。

品在地

虎尾鎮農會香酥花生

特選雲林在地落花生，去殼後以精鹽焙炒，帶出花生原始的鮮甜滋味。果仁粒粒碩大飽滿，酥脆口感，讓人一口接一口。通過黃麴毒素檢測，食用好安心。

桃源自然農場龍眼肉

通過綠色保育標章認證的桃源自然農場，以純淨天然的環境守護動植物。

龍眼採收自老欖的龍眼樹，以傳統土窯烘焙約3～4天，再以人工剝肉而成。濕潤柔嫩的肉質，甜度自然，適合煮茶或料理。



題陞有機黑糙米

穀種為台灣彰化原生種。有機黑糙米從種植到採收時間130～150天，吸足陽光土壤精華，使稻穗飽滿。經一次脫殼後的有機黑糙米，富含花青素、膳食纖維，營養豐富。



品友善



里仁有機梅精

採擷南投信義鄉老梅園五到六分熟的有機青梅，全果打碎榨汁，傾注時間與心力熬煮而成。

40公斤的有機青梅只能提煉出1公斤的有機梅精，不含人工添加物，也不加糖調味，只為保留梅精最完整的風味。



誠鋪冰糖檸檬

選用本土無農藥栽種檸檬與冰糖熬製而成，成分單純，口感濃稠風味佳。

珍惜友善食材，檸檬皮、肉、籽「全果」製作，除了保留營養之外，還吃得到檸檬本身的酸、甜，以及回甘的鮮味。

從可堆肥生質袋到生質花盆 里仁以循環經濟 再創永續新價值

文／編輯部 · 攝影／張季禹

「永續」可以是一包有機蔬果，也可以是一盆友善環境的小植栽！里仁公司致力於減塑，2016年起逐步於門市採用「可堆肥生質袋」包裹易失水的有機蔬果，並自主回收生質袋，經堆肥處理成為培養土回歸大地。2021年12月里仁與福業、愛循環共同推出「可堆肥生質花盆」，將可堆肥生質袋循環再利用，展現循環經濟新風貌。

里仁多年來以守護生態環境的心願，為了創造生生不息零廢棄循環經濟效益，持續在包裝減塑上努力，希望發揮通路的影響力，串聯合



作廠商、消費者及同業夥伴，呼應聯合國永續發展目標，創造循環再利用的永續新價值。

UUPON《台灣永續美妝保養品消費調查》 里仁獲MIT永續保養品牌第一名！



在2021年10月「UUPON會員平台」的《台灣永續美妝保養品消費調查》，結果顯示「里仁」在台灣永續美妝保養品的品牌知名度與認

同度名列第一，而在產品「成分選擇」、「成分有機」等五大永續特性上的總體評價也超越其他品牌。

里仁公司總經理李妙玲說：「里仁嚴謹的食品上架規範，深受眾多消費者信賴。許多顧客也希望里仁可以針對天天使用的清潔及保養彩妝品，推出能安心使用的產品。」里仁保養美妝品除了在成分上採取高標準，對於保養品的包材瓶器也選擇低汙染、具環保的材質，希望給消費者安心肌膚保養的同時，也盡量減少地球負擔。

李總經理表示，很高興這次透過《台灣永續美妝保養品消費調查》，看到消費者支持里仁在保養美妝品多年來所投入的永續努力。

里仁與你一起 找回天然真實的 共同心願

開發理念



調節有機、友善
耕作的產銷狀況



照顧弱勢族群



支持生態保育



減少環境衝擊



符合消費者健康需求

加工食品規範

食材符合永續理念

- 優先選用本土有機與友善耕作食材
- 不使用肉、蛋、海鮮
- 不含人工反式脂肪酸、基改原料*

*少部分高層次加工，不含轉殖基因片段除外，如沙拉油

添加物比政府更嚴格

- 衛福部合法添加物約800項
里仁僅允用約10%
- 禁用8大添加物

✗ 防腐劑 ✗ 人工香料 ✗ 人工色素 ✗ 人工甜味劑
✗ 漂白劑 ✗ 保色劑 ✗ 結著劑 ✗ 含鉛膨鬆劑

里仁加工食品、用品的審定流程

通過層層檢查，才符合里仁標準！

1 初步評估

- 優先採用本土、有機、友善耕作農產品
- 成分、配方有利於友善大地、生態保育
- 認同慈心與誠信的理念
- 符合國家相關安全法規

2 配方確認

- 少或無添加物
- 友善環境原則
- 測試食品口味
- 測試用品功效



3 書面審查

- 原料的安全證明
農藥殘留、重金屬、微生物、毒物、二氧化硫等檢測
- 原料來源、原料等級
- 配方、製程
- 生產環境

6 商品上架

- 每年執行至少一次年度現場查驗
- 每年計畫性進行架上成品抽驗
- 生鮮即食品增加不定期查驗及微生物檢驗

確實的後續
評鑑追蹤！

5 商品審定會議

- 討論生產現場的評鑑結果



4 生產現場全程查驗

- 原料與配方
- 生產製作流程
- 工廠環境衛生
- 人員作業衛生
- 倉儲、文件紀錄



每一天，更安心的選擇！

天天里仁網站 www.leezen.com.tw

網站訂單與出貨服務：(02)2713-2829

產品諮詢客服：0800-300-011 或 (02)8712-8236



北部地區				
台北市	松山區	台北旗艦店	02-8770-7288	
		里仁服飾	02-2545-1068	
		里仁書軒	02-8712-8491	
		民生圓環店	02-2761-2779	
	中正區	武昌博愛店	02-2383-2765	
		南昌南門店	02-2322-2175	
	中山區	大直北安店	02-2532-1767	
		南京伊通店	02-2517-6307	
		龍江榮星店	02-2509-5978	
	大同區	雙連捷運店	02-2550-7291	
	大安區	大安通化店	02-2701-0869	
		忠孝復興店	02-2711-9239	
		金華金山店	02-2321-1787	
		公館台大大店	02-2364-5581	
	信義區	莊敬北醫店	02-7739-7748	
	士林區	天母中山店	02-2832-6648	
		士林文林店	02-2881-6629	
	北投區	關渡喬大大店	02-2858-2626	
內湖區	內湖捷運店	02-8792-0527		
	東湖市場店	02-2631-1492		
文山區	萬芳興隆店	02-2932-9036		
基隆市	中正區	基隆信二店	02-2426-0292	
		基隆新豐店	02-7746-7273	
新北市	安樂區	基隆安樂店	02-2432-9023	
	板橋區	板橋中正店	02-2271-0699	
		板橋江子翠	02-7746-2355	
		板橋四路店	02-7730-2306	
	中和區	板橋漢民店	02-2221-2397	
		中和興南店	02-7729-5788	
	永和區	永和永貞店	02-2929-3769	
	新店區	新店大坪林	02-7746-2665	
		新店中華店	02-2910-9665	
	樹林區	三峽學成店	02-2680-3938	
	三重區	三重正義店	02-2982-7388	
	新莊區	新莊新泰店	02-8993-2434	
	淡水區	淡水老街店	02-2623-0042	
	汐止區	汐止站前店	02-2691-7569	
		汐止中興店	02-7746-7269	
	桃園市	龜山區	林口復北店	03-275-5489
		桃園區	桃園大興店	03-302-8469
			桃園和平店	03-339-4304
桃園大業店			03-325-8290	
蘆竹區		南坎中山店	03-212-0569	
		南坎忠孝店	03-271-2278	
中壢區		中壢中美店	03-426-5950	
		中壢慈惠店	03-280-6399	
八德區		八德東勇店	03-271-3728	
龍潭區		龍潭華南店	03-275-3367	
楊梅區	楊梅新農店	03-275-3329		
宜蘭縣	宜蘭市	宜蘭中山店	03-933-4268	

北部地區			
宜蘭縣	羅東鎮	羅東站前店	03-954-4461
新竹市	東區	新竹清大店	03-571-2268
		竹科關新店	03-578-5263
北區	新竹林森店	03-522-5850	
		新竹經國店	03-533-9151
		新竹縣	竹北市
		竹北道禾店	03-621-3918
	湖口鄉	湖口民族店	03-590-6798

中部地區				
苗栗縣	苗栗市	苗栗北安店	037-371-616	
		苑裡鎮	苑裡信義店	037-855-456
		竹南鎮	竹南光復店	037-775-266
台中市	西屯區	台中旗艦店	04-2329-8900	
		西屯中店	04-2462-9986	
		西屯逢甲店	04-3707-4958	
大雅區	大雅民生店	04-3707-3533		
		南區	台中忠明店	04-2265-5681
		台中學府店	04-2223-1522	
北屯區	北屯昌平店	04-2422-4923		
		北屯崇德店	04-3501-8799	
北區	台中學士店	04-2208-7848		
		中清太原店	04-3701-3028	
南屯區	南屯公益店	04-2258-1675		
		南屯東興店	04-2475-5684	
太平區	太平宜昌店	04-2278-5875		
大里區	大里成功店	04-2491-1338		
		大里益民店	04-2487-5655	
豐原區	豐原廟東店	04-2513-0555		
東勢區	台中東勢店	04-2587-7395		
清水區	清水星海店	04-2622-9175		
大甲區	大甲鎮瀾店	04-2687-2666		
潭子區	台中潭子店	04-3704-6820		
南投縣	南投市	南投彰南店	049-224-4163	
		埔里鎮	埔里中正店	049-298-3556
		草屯鎮	草屯碧山店	049-236-2898
彰化縣	彰化市	彰化民族店	04-722-1747	
		彰化曉陽店	04-706-0300	
		彰化三民店	04-729-0399	
		員林鎮	員林育英店	04-831-4745
		和美鎮	彰化和美店	04-706-2968
鹿港鎮	彰化鹿港店	04-778-9225		
雲林縣	斗六市	斗六後驛店	05-534-8708	
		斗六中山店	05-536-2135	
		虎尾鎮	虎尾公安店	05-636-3938

南部地區			
嘉義市	東區	嘉義民族店	05-277-8899
		西區	嘉義金山店
		嘉義中山店	05-223-0108

南部地區				
嘉義縣	朴子市	太保縣府店	05-362-7371	
		麻豆區	麻豆中正店	06-571-9444
台南市	佳里區	佳里文化店	06-723-8279	
		新營區	新營中山店	06-635-6935
東區	台南林森店	06-275-1993		
		台南裕農店	06-331-8559	
		台南崇明店	06-289-8959	
		南區	台南文南店	06-265-0682
		安南區	台南安中店	06-247-8998
		永康區	永康南工店	06-303-8898
歸仁區	台南歸仁店	06-703-0181		
高雄市	三民區	高雄旗艦店	07-384-0701	
		三民河堤店	07-345-9965	
		自由高醫店	07-322-1419	
新興區	中正美麗店	07-281-8599		
		新興中正店	07-222-7976	
苓雅區	苓雅英明店	07-716-8889		
		苓雅文化店	07-976-8665	
鼓山區	鼓山華榮店	07-586-9898		
		高美術館店	07-555-4458	
楠梓區	後昌莒光店	07-362-5789		
小港區	小港漢民店	07-806-7769		
左營區	左營華夏店	07-346-0188		
		左營至聖店	07-558-8959	
岡山區	高雄岡山店	07-622-2266		
前鎮區	前鎮沱江店	07-976-9919		
鳳山區	鳳山曹公店	07-745-0989		
		鳳山五甲店	07-811-8599	
	文山青年店	07-767-8959		
林園區	林園忠義店	07-976-5416		
旗山區	高雄旗山店	07-661-8319		
美濃區	美濃成功店	07-972-1561		
屏東縣	屏東市	屏東建豐店	08-738-0106	
		屏東復興店	08-753-8726	
		屏東廣東店	08-732-3682	
澎湖縣	馬公市	澎湖馬公店	06-926-6997	

東部地區			
花蓮縣	花蓮市	花蓮中華店	03-831-5295
台東縣	台東市	台東更生店	089-348-980

里仁好聚點

週一～週六 | 10:00~21:30 週日 | 10:00~18:00

各店營業時間略有不同，請致電各門市詢問或上官網查詢。

◆符號為加盟店 ▲符號為遷移後新址

★符號為新開幕之分店

宅配服務 | 於門市單筆消費(生鮮、冷凍、冷藏除外)滿三千元免運費(限配送一處一件)，請洽門市。