

里仁為美

誠信·互助·感恩

我的保養做對了嗎？
健康膚質 從正確保養開始！

秋高氣爽正好食

和你面對面 分享里仁好產品



CONTENTS

NO.55 2019.9



- 3 **里仁為美** 從一顆慈悲的心出發
- 4 **封面故事**
健康膚質 從正確保養開始！
- 6 我的保養做對了嗎？
- 8 讓保養回歸自然 給肌膚最純淨的呵護
- 14 化工出身 卻堅持天然へ尚好！

-
- 16 **小農菜籃** 秋高氣爽正好食
 - 18 **好物首推** 初秋大地的純淨選擇
 - 20 **里家故事** 和你面對面 分享里仁好產品
 - 22 **里仁新訊** 財政部 2019 年度標竿企業參訪到里仁
 - 23 **嚴選用心** 里仁開發理念／加工食品規範／上架流程
-



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
美術編輯 洪思齊
封面攝影 石吉弘
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。



從一顆慈悲的心出發

約莫20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。



健康膚質 從正確保養開始！

潔淨無瑕的面容，散發光采好氣色，是肌膚健康的最佳寫照。面對日益嚴重的環境汙染，紫外線逐年強烈，肌膚日漸老化等因素，使皮膚與生俱來的防禦力面臨挑戰。此外，化妝保養產品多數含有酒精、香料、防腐劑等化學成分，長期使用也會對肌膚造成影響。

擁有好膚質，其實並不難！什麼情況下你需要保養？正確的保養該怎麼做？又該如何從琳琅滿目的產品中，挑選出適合自己的保養品？

文／陳秀麗·攝影／石吉弘
諮詢專家／皮膚科醫師陳眉穎

回歸保養基本面 基礎保養應該這樣做

我的肌膚健康嗎？何時應該開始保養呢？讓專業皮膚科醫師告訴你。

Q1.健康的肌膚應該是什麼狀態？

A：健康的肌膚，應該是從裡層到表層透出來的樣子，要具有以下幾個樣貌：

1. 平滑、有光澤及亮度
2. 保水度夠，呈現保濕狀態
3. 有彈性
4. 膚色均勻，沒有斑點或暗沉現象
5. 對外界環境有一定的耐受性，不該有敏感、泛紅、搔癢等情況。

Q2. 肌膚在什麼情況下需要保養？

A：嬰兒和孩童的肌膚是最健康的狀態，原則上符合上述狀況，但肌膚功能會隨著年齡的增長、飲食及睡眠與外在環境等因素而下降，膚況也會隨之改變。

青春期的肌膚因皮脂腺分泌旺盛，保養應該首重清潔；成人在25歲之後，肌膚功能會逐步下降、老化速度變快，必須以外來的保養方式補充肌膚流失的物質，保濕功夫不能省；皮膚對紫外線無法抵抗，必須藉由外力的防護阻隔，防曬更不能少。保養，其實是每天必須要做的事。

Q3.我每天有好好洗臉，這樣足夠嗎？哪些基礎保養程序是必須的？

A：洗臉只能去除皮膚表面的髒汙、老廢角質等，肌膚的表面有一層皮脂膜，是汗水、油脂及角質所形成的天然保護膜，隨著年齡的增長，皮脂膜分泌油脂的功能會逐漸下降，需加強保濕，達到油水平衡。

所以只洗臉是不夠的，**每天的基礎保養包括3步驟：清潔、保濕、防曬！**年輕肌膚由於油脂分泌旺盛，保濕或許還不太需要，但防曬則每個人都必須。

Q4.我該怎麼選擇對肌膚負擔最小的保養產品？

A：產品中添加防腐劑、香精、色素、皂鹼、乳化劑、矽靈、酒精等，確實較常引起肌膚敏感不適，如果利用植物萃取物做為天然防腐劑，而產品也有通過肌膚評估測試，就會比使用化工成分來得好。

購買時，選擇具公信力的品牌、有認證標章把關的產品。

我的保養做對了嗎？

想擁有健康膚質，保養工程要事半功倍，必須先了解自己的肌膚需求。透過以下的自評表，能幫助你更認識自己的膚質與膚況，輕鬆找出解決對策。

文／陳秀麗·諮詢專家／皮膚科醫師陳眉穎·插圖／gettyimages·圖片提供／shutterstock

你了解自己的膚質嗎？

睡前，先來做個簡單的肌膚小測試。

Step 1



洗完臉後，用毛巾輕拍臉上多餘的水分。

Step 2



之後不使用任何保養品。

Step 3



觀察30分鐘後的肌膚變化。

測試結果及肌膚保養建議

膚質	膚況	保養建議
乾性肌膚	兩頰較為緊繃且有脫屑狀況，摸起來的觸感是粗糙、不太平滑的。	以保濕型保養品，補充水分不足。
油性肌膚	鼻頭及額頭T字部位明顯泛油光，毛孔也較為粗大。	多半為年輕肌膚，以清潔為重點。
混合性肌膚	T字部位出油，但兩頰乾燥緊繃。	分區保養，T字部位易出油可避開，於兩頰乾燥處補充油水。
中性肌膚	不油不乾，膚觸較為滑嫩，顯示油脂分泌正常。	保養以簡單為主，並因應環境氣候做調整，冬天補油、夏天補水。
敏感性肌膚	肌膚薄透、有明顯血絲感，臉頰泛紅緊繃，伴隨乾癢感。	對環境的耐受力差，產品成分宜單純、不具刺激性。

你的肌膚為什麼出狀況？



你有以下哪幾項狀況？

- 經常睡眠不足
- 精神壓力大
- 有抽菸習慣
- 飲食不規律
- 經常覺得疲倦
- 肌膚常出油卻只用清水洗臉
- 只用清潔品洗臉、不擦其他保濕產品
- 平時沒有保養的習慣
- 外出不擦防曬品

自我評估結果

以上各項生活習慣，都是導致肌膚暗沉、乾燥，產生斑點、細紋，甚至造成敏感等狀況的殺手，勾選的項目愈多，表示你的膚況可能愈糟糕。除了要積極改善生活習慣外，保養觀念也要正確才行！

保養建議

- **暗沉、斑點**：使用含有抗氧化、維他命C的明亮成分，提升肌膚更新功能。
- **乾燥、細紋**：視肌膚乾燥情況，使用保水度高或富含油脂成分的保濕產品。
- **敏感**：只需要最簡單的基本保養即可，目的在提升肌膚的健康度，視膚況使用功能性產品，減少肌膚受到過多刺激。

保養Tips：

1. 如果肌膚沒有敏感現象，就可針對肌膚問題，使用產品中具功能性成分的保養品讓它變得更好，像是美白、抗皺等。
2. 絕大部分肌膚出問題，都是使用太多標榜功能性的化工成分產品所致！功能性化工成分愈多的產品，成分愈複雜，敏感肌尤其要避免。

讓保養回歸自然 給肌膚最純淨的呵護

了解自我膚質，對保養有了進一步認識後，選用植物成分、無添加的保養品，讓肌膚有著舒服的感受，呈現健康光采的膚況，應該是保養的終極目標。

文／陳秀麗·專業諮詢／永佳環球有限公司負責人孔皓瑩、十五點五研發總監陳飛延·圖片提供／shutterstock

經常到里仁門市採購的人，想必認同里仁食品與用品的「少或無添加」理念。數年前，里仁在投入肌膚保養品的開發時，也採取同樣嚴格標準。植物成分來源的「少或無添加」保養品，強調溫和、不追求速效，透過時間讓肌膚慢慢恢復健康。

用食品的標準來開發保養品

里仁產品開發專員周瑜瑛表示，里仁以開發食品的高標準來開發保養品，評鑑機制除了考慮到人體健康，讓肌膚的負擔降至最低外，也在乎人與環境的和諧共生、大地永續。

為了消費者肌膚健康，避免化學成分的潛在傷害，里仁的保養品上架規範，堅持從源頭的原料成分進行把關，掌握三大原則：①優先選擇有機成分、②堅持成分非石化來源、③使用植物來源的抑菌/保存成分。除此之外，也不使用人工香料/色素，或業界認為具有爭議或疑慮的成分。

除了做到源頭把關外，還嚴格檢視製造過程，並進行產品的後續追蹤。此外，包材瓶器的選用必須是低汙染，給消費者安心的肌膚保障的同時，也盡量減少地球的負擔。





原則1：優先選擇有機成分

保養品原料為什麼需要「有機」？

近年來，愈來愈多人捨棄原本慣用的保養品，改用「有機保養品」。保養品採用有機成分，有什麼好處呢？

選用有機成分的好處

皮膚是人體最大的器官，透過皮膚吸收的化學物質，可能引發「經皮毒」危害身體健康。凡抹過必留下「作用」的保養品，塗抹前，要確保成分對人體是無害的。有機成分可以滿足消費者的安心需求，所以越來越多人開始關注並使用有機保養品。

有機等級的保養品原料在取得和來源都必須是純淨天然的，且需出具證明文件。甚至追本溯源，源頭的原料必須是沒有重金屬、殺蟲劑、戴奧辛、基因改造和硝酸鹽污染的，同時禁止使用合成染劑、合成香料、合成抗氧化劑及增塑劑等對人體有害的物質。

國際級有機認證把關

由於台灣尚未建立有機化粧品規範，可以透過國際級有機認證標章來做為有機成分的分辨參考。目前歐盟最大的有機保養品認證規範「COSMOS」，結合了英國、德國、義大利、法國等有機認證機構，要求商品皆須以環境永續為出發點，並嚴格審查原料來源、配方比例、生產過程、產品可追溯性、產品包裝、工廠環境、節能減碳等。

經過國際有機認證的商品，在包裝上有明確的標章可辨識，在產品背面說明上，也標示天然來源及有機成分的比例，讓消費者一目了然。

里仁鼓勵合作廠商優先使用有機成分，並致力取得國際有機認證。里仁架上「La Vie Naturelle」系列通過歐盟COSMOS有機保養品的認證，是全台灣第一家通過驗證的保養品品牌。



COSMOS
ORGANIC

COSMOS有機標章



原則2：堅持成分非石化來源

如果有更好的選擇，你還會用石化保養品嗎？

石化成分是保養清潔品常見的成分，如礦物油、起泡劑等。洗完後沖到下水道，會形成環境賀爾蒙，影響水質與生態，除了對環境不友善，也可能經由食物鏈循環回到人體。

1. 非石化來源成分 從何而來

非石油化學衍生的成分，主要有三個來源：① **礦物來源**，如二氧化鈦是從礦物提煉而成。② **植物來源**，如茶樹精油是由茶樹萃取而來。③ **菌種來源**，如有助於肌膚保濕的玻尿酸是透過菌種發酵培養而成。

2. 石化來源成分 對人體的潛在危害

坊間保養品中常見的石化來源成分有起泡劑、乳化劑、介面活性劑、防腐劑、合成香精及色素等，除了容易引發過敏外，其中的化學成分，透過皮膚吸收，容易產生經皮毒、也可能有致癌的風險，長期以來，一直是威脅人體健康的潛在危險因子。

3. 石化來源成分 易造成環境汙染

里仁保養品上架規範之所以要排除石化來源最主要理由，是因為石化是高耗能、高汙染、物質的分解性差，容易造成空氣、水、土壤等汙染的不環保產業。

若能選擇非石化來源製造，對環境的衝擊減少一分，地球就能維持多一分的健康。



4. 乳化劑、介面活性劑也能從植物萃取提煉

保養產品中大多是水和油的組合，但水和油不相容，所以要用乳化劑、介面活性劑來擔任融合的介質。市面上的乳化劑雖然常見石化來源，但其實也有從植物中萃取的乳化劑，像是橄欖油，常用於乳霜、乳液等有機保養品。常做為清潔產品發泡用的介面活性劑，同樣能從植物中提煉如椰子油。

由於成本低廉，取得容易，石化來源成分介面活性劑、乳化劑被大量使用。長期下來，這些石化成分會累積人體內，造成傷害。流入海洋河川後，無法透過自然界的微生物分解，成為傷害水中生物的兇手。

里仁為了消費者健康及永續環境的考量，堅持不使用石化來源成分。

產品標示上的「化學式」未必是石化來源成分

翻開產品背後的成分說明，常常是一長串艱深難懂、看似化學成分的名詞。很多人因此被嚇到，誤以為這就是石化成分來源。其實那只是每一種物質的化學式，即使植物來源成分也會有這樣的化學式。



由於成本低廉，石化來源成分介面活性劑、乳化劑，在清潔及保養用品被大量使用。長期下來，這些石化成分不但會累積人體內，影響健康，流入海洋或河川後，傷害水中生物。





原則3：使用植物來源的抑菌／保存成分

不用化學防腐劑，辦得到嗎？

使用防腐劑，目的在於抑制產品中細菌、微生物的繁殖生長。保養品和食品一樣，都需要防腐劑做為抑菌及延長保存期效，避免產品變質。如果不使用常見的合成化學物質防腐劑，其實植物來源的抑菌成分也辦得到。

植物本身即有抑菌效果

食物的保存自古以來即有妙方，如鹽漬、糖漬、甚至泡菜製作方式，這是植物抑菌常見的例子。植物抑菌效果佳的成分如茶樹精油，或是一般人不會想到的葡萄柚外皮、綠茶、紅檜等，也都可以提煉抑菌保存成分。此外，由植物發酵出的戊二醇，除了能讓肌膚保濕，同時也具有抑菌效果。

植物抑菌成分 選擇日漸豐富

數年前，植物防腐劑在原料取得上相對困難，因為當時植物防腐原料種類非常少、投入研發的廠商也不多。近年來因有機意識的抬頭，全球對植物原料的研發日漸成熟，原料取得已經相對豐富且容易，可用的原料也增加很多。

如今，植物性防腐劑已經可以取代石化來源。專家認為要達到同樣的抑菌防腐效果，植物成分的比例必須提高，因此產品成本相對就高出好幾倍。

里仁架上的保養品，堅持植物來源成分，即使是防腐劑也不妥協。認同里仁理念的夥伴廠商，雖然必須付出較高的成本，也願意投入，因為能減少化學防腐劑引發的肌膚過敏問題，也減輕對環境的汙染。

這些植物具有抑菌、保存效果



綠茶



黑醋栗



柑橘類外皮





在乎人與環境的和諧共生，也關心使用者從內而外的健康，里仁的保養品上架規範，除了對成分有非常嚴格的要求，也因為愛護動物，不使用動物來源的成分，不進行動物測試。

里仁並委託慈悅公司根據里仁商品上架規範，進行獨立的評鑑，從源頭、製程、生產環境等進行層層把關，就是希望給消費者安心的使用體驗，以及純淨天然的保養感受。

使用植物抑菌成分保存Tips：

很多使用在產品中的植物抑菌成分本身就是保濕劑，使用時等於多了一層保養。但因為植物來源成分，就要特別妥善保存，並注意使用時的衛生。

放置空間避免高溫溼熱、不通風。開瓶使用後，瓶口要關緊、避免保養品殘留在瓶口，導致可能的汙染變質或發霉。

化工出身 卻堅持天然「尚好」！

儘管很多專家認為保養品中的化學成分有益保存及彰顯效果，但十五點五相信，性質溫和的植物成分不講求速效，也不影響環境生態，正是健康肌膚所需要的。

文／陳秀麗 · 圖片提供／十五點五、shutterstock



學 化工的人，幾乎都認同化學成分安全可靠，添加在保養品中也行之有年。保養品廠商「十五點五」研發總監陳飛延，擁有化工專業背景，一開始投入產品研發時，使用含有化學成分的原料，還不計成本採購高價原料。產品問世後，他很有信心地讓家人試用，但使用一陣子後卻發現肌膚出現過敏現象。

在驚訝之餘，陳飛延決心找出問題點，經過研究與測試後，他發現某些添加成分是致敏原因。「防腐劑會造成皮膚過敏，石化來源合成成分，香料、香精也是刺激的來源。」於是他興起做「無添加」產品的念頭，第一步就從不添加防腐劑開始！這次的產品，家人使用一段時間後，沒發生過敏狀況，讓他

體認到並非原料高不高級的問題，而是添加物讓皮膚出狀況。

無添加的產品推廣不易

信心大增之後，陳飛延以為可以順利把商品推廣出去，造福更多肌膚有狀況的人，然而結果卻不如預期！「多數消費者並不在乎這樣的堅持，認為用在外表上的東西所受的傷害，遠不及吃進身體裡的。」就在他失望沮喪之時，一位里仁的鐵粉朋友推薦他與里仁接觸。

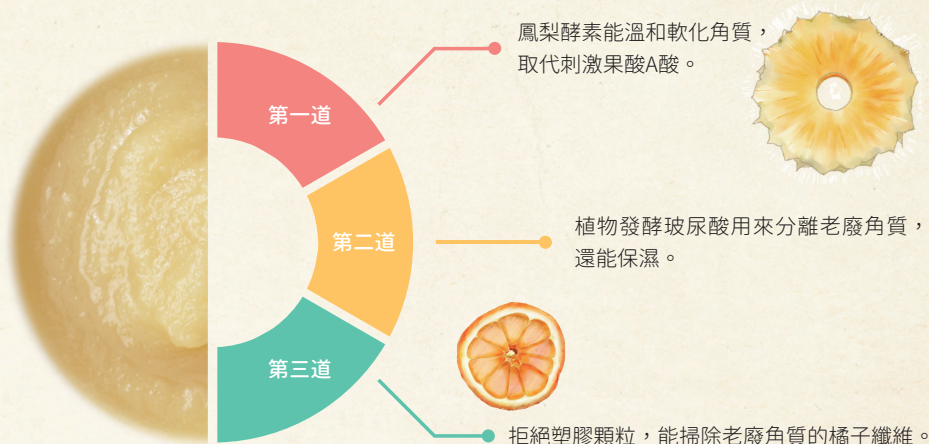
在與里仁接洽的過程中，陳飛延才知道原來里仁要做的保養品除了不傷害肌膚，還要顧慮到環境問題，例如不能使用排放到海洋會造成危害的塑膠微粒。環保一向是里仁的堅持，雙方理念一致，開啟了合作，後續研發的品牌「華顏新肌」在里仁上架。

遍尋全球植物原料

十五點五訴求「產品無添加」，但里仁堅持環境永續的標準更高。以「玻尿酸酵素去角質果泥」為例，里仁禁止產品使用壓克力膠或塑膠摩擦顆粒，卻又必須有摩擦去角質的功能，這會讓陳飛延陷入了難題！

在找原料的過程中他試了無數種原料，都無法符合這些條件，最後才在水果中找到了「橘子纖維」和「鳳梨酵素」。利用纖維的吸水吸油特性，及橘子纖維的摩擦力來掃除肌膚老廢角質，沖入水中很快就能分解，也不傷害環境。

植萃成分軟化角質，還你光滑膚質 「玻尿酸酵素去角質果泥」的作用



加上鳳梨酵素微量酵素輔助，肌膚薄透的人或孕婦使用也不怕影響健康。

以全植物成分為目標

再來是乳化劑的問題，十五點五早期使用在產品中的乳化成分，採用蛋黃分離出來的卵磷脂，但里仁要求全素成分。為了尋找符合規格的乳化成分，陳飛延特地從美國找到一種大豆萃取分解處理的卵磷脂，不僅符合規格、乳化能力更好。

為了追求更安全的選項，特別將植物性的微米柑橘纖維，研發改質應用做為乳液中的乳化劑之用，但第二年供應商卻倒了！斷貨期間他不輕言放棄，終於在德國找到專做植物纖維的供應商，重新研發微米柑橘纖維在乳化領域的應用。

在植物來源的堅持下，連卸妝油的乳化劑都排除市場主流使用的石化聚乙二醇型(PEG型)乳化劑，改以甘油與植物油聚合體取代，成功達成原料必須是植物來源的目標。

在陳飛延的努力之下，產品一步步走向全植物配方，並全程參與工廠製程，就是要做出令人放心的產品。

關於十五點五

產品特色：

植物萃取，無防腐劑、無酒精、無香精、無石化來源成分、拒動物來源、不含礦物油、不含人工色素、無孕婦禁忌成分。



華顏新肌乾乾淨淨卸妝油

非石化來源的乳化劑，是利用甘油與植物油聚合而成，取代一般保養品中的石化聚乙二醇。草本植物成分，輕鬆卸除彩妝、眼唇妝、睫毛膏，深層潔淨不油膩。



華顏新肌玻尿酸酵素去角質果泥

溫和植物成分，以鳳梨酵素取代較刺激的A酸，搭配植物發酵玻尿酸分離老廢角質並保濕，再用柑橘纖維取代塑膠微粒來掃除廢棄角質，讓肌膚更加保濕白皙光滑。

秋高氣爽正好食

溽暑即將離去，食慾之秋悄悄上場。秋色橙橙，初秋的菜園生意盎然，嚴選7款時令蔬果，讓秋天的餐桌變得繽紛鬧色。

文／編輯部 · 視覺設計／洪思齊 · 攝影／石吉弘



芋頭：

芋科植物的球狀地下莖，沒有傲人的外表，果肉雪白透著紫色斑紋。論口感，以秋天的芋頭，最為綿密鬆軟。熟透的芋頭，淡淡的紫色魔力，大人小孩都很喜愛。

如何挑選：芋頭外觀飽滿最好，其次觀察芋頭切面，雪白果肉為佳。



黑葉白菜：

小白菜品種之一。營養成分含蛋白質、維生素及鉀、鈣、鐵等礦物質。料理簡單，切段後加入薑絲快炒，就很好吃，口感鮮甜爽脆。

如何挑選：葉片及莖硬挺，充滿活力即可。



茄子：

一年四季都有生產，但是夏秋季節的茄子最好吃。含豐富維生素，是抗氧化的養生蔬菜之一。煎、煮、炒、炸都美味，茄肉口感鬆軟，鮮甜多汁，是家庭料理常用食材。

如何挑選：蒂頭新鮮，飽滿有彈性為佳。

牛番茄：

牛番茄的產季可以從夏天採收到11月。外皮紅通通，富含番茄紅素，具抗氧化效果，有益健康。經加溫後，酸味釋放，更能釋出茄紅素。比一般番茄的果肉膠質多，不易變形、流汁，耐儲存。

如何挑選：果實飽滿鮮紅，蒂頭翠綠最新鮮。

**蓮藕：**

秋天是蓮藕成熟的季節。有機蓮藕種植和採收不易，吃起來微甜且脆，涼拌、燉湯、清炒，都能嘗到不同的風味。自古即是清熱解暑的食補妙方。秋天食用，可以撫慰溽暑不佳的腸胃喔！

如何處理：先將藕節切除，再用刀背輕刮外皮，即可料理。

**皇宮菜：**

吃起來滑嫩順口的皇宮菜，多醣體、鈣、鐵及維他命C的含量多，營養又養生。料理方式簡單，摘取鮮嫩的尖芽和肥厚的葉片，加上薑絲清炒，就是一道可口佳餚。如果不喜歡土味及黏稠口感，可以在料理前先汆燙。

如何挑選：選擇莖短，葉片飽滿。新鮮的莖，水分多。

**青椒：**

外型呈現漂亮的綠色，表皮光滑有光澤，果肉厚而脆嫩的青椒，維生素C含量豐富，是家常菜餚常見的配角。氣味獨特，適合搭配其他食材，增添風味與顏色。

如何挑選：翠綠蒂頭是青椒新鮮的象徵。



初秋大地的 純淨選擇

天然的純淨選擇是善待自己，也愛護地球。開始微涼的季節，用在地好物，調養身心，儲備滿滿正能量。

文／編輯部・視覺設計／洪思齊・攝影／石吉弘



1. 柔潤護髮精華

髮質毛躁乾澀、髮尾分岔需要柔順的呵護。里仁柔潤護髮精華，免沖洗是一大特點。成分萃取自植物，具滋潤修護效果，賦予秀髮活力。乾髮或濕髮皆可使用。

2. 寬光譜輕透防曬乳

獲歐盟COSMOS有機認證的物理性防曬乳。能高效防護，阻隔UVA/UVB。含植萃舒緩保濕精華，能保濕滋潤肌膚，是愛護環境的你炎夏防曬的新選擇。

3. 夜逸寧酪蛋白胜肽膠囊

幫助入睡的夜逸寧，含有來自天然牛奶中能幫助入睡的酪蛋白胜肽，再加入舒緩壓力的香蜂草、洋甘菊萃取等植物精華及協助放鬆的GABA，讓您一夜舒眠，擁有一整天的好活力。



4. 順髮 / 控油蓬鬆 / 健髮洗髮精

擁有健康頭髮，要先照顧好頭皮。成分溫和的植物洗髮精，萃取植物精華。每一次清潔頭髮，都能溫柔呵護頭皮，不用擔心過度的刺激和殘留，讓頭皮回歸最自然的狀態，擁有健康髮絲。

5. 義式手工冰淇淋 (咖啡)

由糕菲庇護工場慢飛天使們所製作的義式手工冰淇淋，無添加人工乳化劑、香精、色素。入口即化的綿密細緻口感，散發著義大利國寶illy咖啡豆的芬芳，低脂、低熱量，清爽美味！

6. 有機桑椹諾麗果醱酵原液 (有糖)

使用台灣有機桑椹、諾麗果，採全果發酵，形成天然且完整營養的醱酵原液。富含花青素的桑椹和抗氧化的諾麗果醱酵原液，以黃金比例調配出最佳口感，幫助維持消化道機能、調整體質。

7. 黃金地瓜薯條

來自雲林友善耕作的台農57號地瓜，無經裹粉，不須解凍，直接料理，或炸或烤皆宜。沾梅粉或蕃茄醬更加可口，是全家人的健康點心。

8. 黑胡椒毛豆莢

嚴選來自黃金廊道及麻園農場友善耕種的毛豆，趁鮮採收殺菁，保留毛豆的鮮甜。兼顧健康與口味，降低鹹度，卻不失風味。黑胡椒香氣與毛豆的鮮脆，讓人一口接一口，越吃越涮嘴。



文／陳秀麗·圖片提供／里仁、湯雅嵐、魏秋梅、江翠薰

和你面對面 分享里仁好產品

里仁從消費者的需求出發，舉辦一系列保養講座，邀請消費者參加，希望藉由面對面互動，讓大家擁有保養肌膚的正確觀念。

每當走入里仁門市，消費者慣常走向生鮮蔬果及食品區，可能很多人不知道，里仁也有保養品。里仁在數年前投入保養品的開發，推出少或無添加、含植萃成分的安心保養品。

為了讓消費者擁有肌膚保養的正確觀念，里仁先培訓門市人員，認識自家的好產品後，再規畫講座課程。藉由講座，與消費者面對面互動，介紹產品開發的理念與廠商製程的用心，並透過實際體驗，從肌膚清潔到保養等程序，讓消費者自我檢視，重新學習正確的保養觀念與用法。



里仁北區門市管理專員 湯雅嵐
原來里仁產品這麼好！

當里仁開發出好產品後，門市人員的責任就是推廣產品。一開始大家對產品的知識還不夠，於是邀請外部專業保養品講師幫大家上課。

外部講師專心研究並試用後，對里仁產品成分組成及功能，十分驚豔！經過講師的說明與示範，同仁們才知道原來里仁產品這麼好，並萌發熱忱向消費者推薦。

以前我的皮膚很乾燥且會長痘痘，用了市售保養品後常感覺刺痛，索性就不保養。自從認識里仁產品後，我照著講師說的方式逐步使用，因為是天然植物來源，成效雖然不是立即可見，但我耐心地用了一段時間後，肌膚像被喚醒一般，自我療癒的能力提升了，不長痘、也不再乾巴巴。



消費者踴躍參加保養品講座，了解什麼是健康肌膚。



林口復北店店長 魏秋梅

親身感受好處，我要把好產品推廣出去！

原本我是不用保養彩妝品的人，但上過保養品講座後、認識到廠商對產品的堅持後，就非常想要好好了解這些產品並推廣出去。

有位常到我們店裡的年輕女性，參加講座時很認真在做筆記，對內容十分有感，成為產品愛用者。曾經在某次保養品檔期化妝水買了30瓶！原來，她每週用化妝水敷臉，還介紹姊姊一起用，幾個月後她的膚況改善很多，對產品有信心後就固定購買。



消費者 江翠薰

認同理念並了解產品，用起來好安心！

大約兩三年前，我參加了保養品講座，里仁人員從卸妝、清潔到保養程序，做了清楚說明，且讓我們實際依序操作，過程中並提到產品的製作過程、原料成分來源、堅持友善環境等理念，很多產品還是通過歐盟有機認證的。

我知道保養品不能求速效，用過一段時間後發現產品真的很好，肌膚是舒服健康的狀態。慢慢地，汰換掉慣用的品牌產品，現在梳妝台上放的都是里仁的保養品了！



里仁針對不同肌膚需求，推出含植萃成分、少或無添加的保養品。



講師詳細解說肌膚的保養程序，讓消費者掌握保養原則。

以健康、友善大地為出發點的里仁保養品，邀請您前來門市親身體驗，了解什麼是健康肌膚，及如何選擇適合自己的保養品、正確使用。

財政部2019年度標竿企業參訪到里仁

文／編輯部 · 圖片提供／里仁



財政部每年舉辦標竿企業的參訪活動，里仁公司被選為2019年標竿企業參訪對象。約450位財政部同仁分批參訪里仁，自7月5日起分四梯次陸續參訪關渡里仁喬大店。

財政部政務次長莊翠雲特別感謝里仁陪伴本土的有機農友，以契作支持生態保育，並肯定里仁堅持利他的企業理念。財政部特別致贈水晶獎座，里仁總經理李妙玲也回贈守護坪林翡翠水庫生態的慈心淨源茶有機茶禮盒。

財政部同仁們透過里仁精心準備的體驗活動，享用蔬食風味餐，對有機農業的生態價值更有感受。

多元產地活動

邀請消費者走進稻田、茶園和農場

為了推廣友善農業，里仁今年規劃了許多產地活動，邀請大家親自來認識生態與親近大自然。

「有機毛豆節」開放雲林麻園農場有機毛豆採摘與現場試吃、「一日農夫」活動邀請消費者到稻田和茶園巡禮並體驗碾米及泡茶。「夏日消暑」提供採菇體驗、芽菜DIY等多樣農場行程。還有海岸種樹、減塑淨灘、健康飲食、營養講座等等活動，引導消費者透由產地與餐桌的連結體驗，支持在地農業。



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

原料規範

優先使用

本土有機原料

必須符合

無農殘、非基改、植物性原料、不含反式脂肪酸、
無防腐劑與人工調味劑的純釀醬油

添加物規範

比政府更嚴格！

衛福部公告合法的添加物：809項

里仁規範可使用的添加物：82項

禁用8大添加物！

人工香料、人工色素、人工甜味劑、
防腐劑、漂白劑、保色劑、結著劑、含鋁膨脹劑

*2018 4月修訂

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

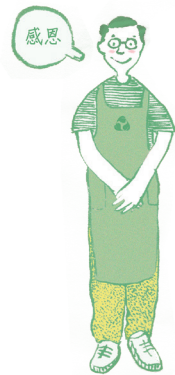


每一天，更安心的選擇！

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
		伊通公園店	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	大安安和店	02-2701-0869	
	忠孝復興店	02-2711-9239	
	金華金山店	02-2321-1787	
	公館台大店	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	
	士林中正店	02-2881-6629	
北投區	關渡喬大店	02-2858-2626	
內湖區	內湖捷連店	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
	安樂區	基隆安樂店	02-2432-9023
新北市	板橋區	板橋中正店	02-2271-0699
		板橋江子翠	02-7746-2355
	中和區	板橋漢民店	02-2221-2397
		中和興南店	02-7729-5788
	新店區	新店大坪林	02-7746-2665
		新店中華店	02-2910-9665
	永和區	永和永貞店	02-2929-3769
	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
	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
	羅東鎮	羅東站前店	03-954-4461

北部地區			
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	竹北縣府店	03-558-8695
	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
		西屯中科店	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	台中北平店	04-2295-5877
		台中學士店	04-2208-7848
	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	05-283-3924
		嘉義中山店	05-223-0108
嘉義縣	朴子市	太保縣府店	05-362-7371

南部地區				
台南市	麻豆區	麻豆中正店	06-571-9444	
		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	後昌昌光店	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	
鳳山區	鳳西捷連店	07-742-0678		
		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。