

里仁為美

誠信 · 互助 · 感恩

減塑微革命
我們一定要做的事

豐饒之秋 新鮮上菜

生鮮減塑的幕後英雄

CONTENTS

NO.56 2019.11



- 3 **里仁為美** 從一顆慈悲的心出發
- 4 **封面故事**
減塑微革命 我們一定要做的事
- 6 蔬果想減塑 保鮮最重要
- 8 減塑不能減掉食品安全
- 10 沒了塑膠袋 織品如何保持潔淨？
- 12 用品使用塑料最多 想減塑難上加難
- 14 拿掉塑膠 產品質感反而翻升！

-
- 16 **小農菜籃** 豐饒之秋 新鮮上菜
 - 18 **好物首推** 秋日美好生活提案
 - 20 **里家故事** 生鮮減塑的幕後英雄
 - 22 **里仁新訊** 品嘗加拿大野生藍莓的幸福滋味
 - 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。



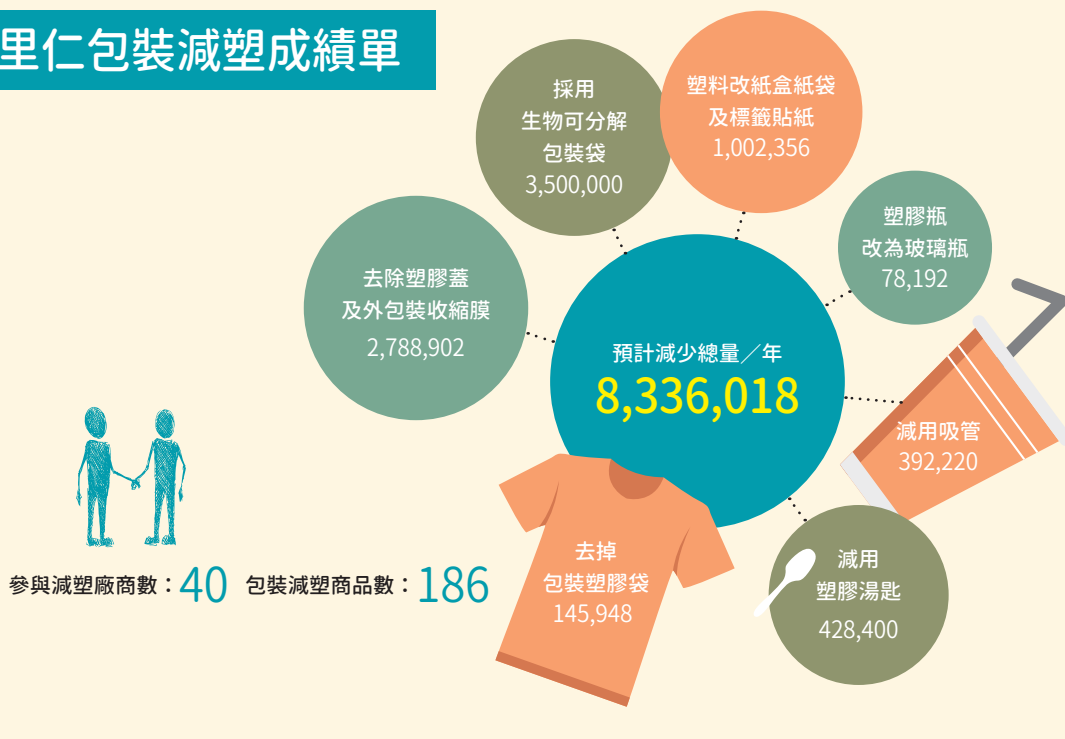
減塑微革命 我們一定要做的事

2016年，里仁門市悄悄發動了一場無聲的「減塑」革命。架上商品全面檢討，逐步進行包材減塑、鼓勵消費者自備購物袋，是第一個帶動合作廠商一起淨塑的通路。為什麼里仁要帶動淨塑，過程又有多大的挑戰呢？

文／錢麗安·攝影／石吉弘



里仁包裝減塑成績單



根據統計，全球每年有800萬公噸、面積相當於82個台灣大小的塑膠垃圾流入海洋，這些無法分解的垃圾間接成為生物的殺手，隨著海龜與信天翁受塑膠垃圾傷害的生態影片流傳，讓人驚覺塑膠垃圾危害的嚴重性。

「任誰看到這樣的訊息與影片都會不忍。」里仁李妙玲總經理語重心長地表示。雖然里仁持續鼓勵消費者自備環保袋、在企業內部推行淨塑行動，除此之外，里仁還可以怎麼做？2016年，在察覺海洋垃圾造成的危害越來越嚴重後，內部隨即召開會議，就現有產品商討減塑的可能性。

「面對突如其來的減塑政策，很多開發夥伴第一直覺就是不太可能。」品保副課長邱瑞琴說，去除塑膠包裝不如想像中容易，因為攸關產品的「安全」與「保存期限」。如何克服這兩大基本條件，就成了減塑政策的最大挑戰。

減塑非口號 難如冰山一角

減塑，第一關就是廠商。根基於食品安全考量及產品品質，每家廠商都有既定的生產規劃。若要變更生產線製程，但不到經濟規模的產量時，就會增加人力成本。其次是，如果得引進新包裝機器或改以人工處理，都會導致成本暴增。這些成本誰來吸收？廠商或通路？每個環節都得重新討論、考量。

但不管怎麼改變，邱瑞琴強調，都必須兼顧消費者的習慣與需求、廠商的生計及里仁的理念。減塑，不在於難不難，在於該不該，這是勢在必行的一條長遠之路。邱瑞琴說，里仁做的「不僅是要減塑，而是要在安全的條件下，逐漸減掉塑膠包裝。」在此準則下，一步步替代塑膠包材。微小而美好的減塑用心，累積近四年來的減塑經驗，不僅成果斐然，也開啟了里仁在替代材質的專業研究。



蔬果想減塑 保鮮最重要

你是否會疑惑，為什麼傳統市場裡的蔬果多是裸賣，但在超市裡的蔬果卻是套著塑膠包裝，整齊地放在架上？還嬌貴地吹著冷氣。這些蔬果如果拿掉塑膠袋，會面臨什麼挑戰？

文／錢麗安·攝影／張季禹

走進傳統市場買菜，一堆一堆的當令蔬菜一字排開，五顏六色美麗又壯觀，除了方便主婦盡情採買，更是品味風土最好的教室。但這些生鮮蔬果進入超市通路後，全都套上一層塑膠袋，住進冷藏櫃中。同樣是蔬果，為何有這麼大的差別？

「這跟客群與周轉率有關。」福業公司企畫專員周意鈞解釋，台灣多數傳統市場屬於早市，營業時間短，蔬果往往幾個小時就銷售一空，而且多數攤商會適度地噴水加濕，保持蔬果的

最佳狀態。但賣場蔬果的採買時段多集中在中午或晚上，客群主要是上班族，蔬果從產地到消費者手上的時間就會拉得很長。包裝就是為了防止蔬果水分的散失，加上環境溫度控制，確保消費者買到的蔬果能維持在新鮮狀態。

有機得來不易 惜食首重保鮮

因此，2016年底里仁全面啟動減塑計畫時，生鮮部門面臨的最大挑戰就是，如何在拿掉包裝袋的狀態下，還能維持蔬果的新鮮度，兼顧



裸賣蔬果以含水量較低的根莖類,及有外皮包覆的瓜果類為主。

友善環境。「包裝的方式可以改變，但農產品的品質不可以受影響。」周意鈞強調。

「我們朝兩個方向進行：裸賣，或將傳統塑膠袋換成生物可分解袋。」周意鈞說裸賣聽來無非就是回復古早的販售方式。福業首先由含水量較低的根莖類，及有外皮包覆的瓜果類來著手。短期測試蔬果裸賣之後，發現小黃瓜這樣表皮細嫩的瓜果，放久了還是有失水狀況，表皮會變皺、脆度也會大減，便決定細嫩瓜果和最容易失水的葉菜，還是需要進行包裝。

吸收生物可分解袋成本

在測試裸賣的同時，福業也默默進行替代包材的更換研究計畫。歷經近半年的研究比較後，先從最常用的十餘種包材規格中，挑選使用量最大的3個規格來替換。「因為包材訂單要下一定的量，我們的規模還沒那麼大，而且成本全由福業吸收，沒有增加農友的負擔。」周意鈞說。

起初福業採用的是高透明度的「純PLA生物可分解袋」，但隨即發現PLA袋因為材質過脆，而且缺乏韌度，裝袋時不僅容易破損，袋身也常因運送碰撞而充滿裂痕，導致賣相不佳。因此，改用選擇經過混料生產、較不透明但具有

一定韌度，且通過國際分解認證的一款100%可分解的「生物可分解袋」。

帶頭建立回收流程

周意鈞說，福業的包材替換計畫，不僅在於去除塑膠包材，更希望可以傳遞、帶動友善環境的整體理念。因此在規劃之初，連後端的自主回收體系也一併考量。目前全台一百餘家里仁門市都設置了生物可分解袋回收點，讓消費者可將使用後的生物可分解袋去除標籤後，交由門市回收，集中進行推肥處理。

「我們希望能起一個帶頭作用，逐步達到無塑。目標很長遠，最關鍵的是消費者的支持。」周意鈞說，目前的生物可分解袋採用混料成分，透明度不如傳統塑膠袋，有些消費者反應不便於判別蔬果的新鮮度「這是目前包材的限制，我們會持續研究改進。但蔬果減塑主要考量還是要保鮮。」唯有消費者支持，無塑之路才能持續邁進。



減塑不能減掉食品安全

加工食品長期藉由塑膠包材來確保食品安全及保存期限，在沒有找到更適合的包裝材料之前，現階段要減塑，難如登天。里仁食品開發團隊堅持做對的事，即使是微小的改變，也要勇往直前。

文／錢麗安·攝影／張季禹



2016年，里仁首次召集開發團隊討論包裝減塑，反彈最大的就是食品開發成員。「里仁架上的食品不使用防腐劑，我們非常倚賴塑膠包材的密閉性，來確保食品的衛生無虞及符合消費者需求的保存期限。要換掉塑膠包材，真是難如登天。」食品開發專員連于瑱表示。

依照食品安全衛生管理法規，食品的包裝必須確保有效期內的食品安全性。更動食品的包材，要能不影響食品安全與保存期限，又要廠商及包裝設備能夠配合，食品包材減塑的挑戰應該是最大的。但里仁副總經理韓敬白說：「不要覺得不可能，就不去做。我們要做該做的

事！」於是整個食品開發團隊開始為「減塑」腦力激盪。

減塑比開發新產品還累

「最重要的原則就是不能影響食品安全，確保消費者買到、吃到的都是安全的。」經過多次討論，決議先從外包裝逐項改起，於是收縮封膜、塑膠封膜改為貼紙封口；塑膠外包裝袋改成紙袋或紙盒；塑膠瓶改為玻璃瓶，連即食罐頭上的塑膠蓋與湯匙也拿掉了。

「減塑是一門功課，實際執行時才發現有些細節的連動影響超乎想像。由於之前沒人這麼

做過，所以我們完全是邊做邊學。」連于瑱笑說從製造、運送、陳列到消費者溝通，每個環節都不可輕忽，難度不下於開發新產品。

因減塑增加的成本 誰該買單？

光是實踐「把外包裝塑膠袋改為紙材」，困難重重。初期將桃酥的外包裝改為紙盒後，桃酥在運送過程中粉碎了大半，超過五成無法銷售。軟糖塑袋改成紙袋後，到了門市拆箱上架時，發現外袋折痕累累，以致紙袋上的封口貼無法密合。受損的包材影響了消費者選購時的觀感，產品耗損也造成廠商額外的成本負擔。

問題發生了，就要跟廠商討論減塑計畫的改善方案。是否要改用磅數高的紙材，或加強運送時的保護措施？但改用新包材的額外成本、改採人工包裝的時間成本、減塑過程中的產品耗損，該由誰吸收？「有些廠商想為環保盡一分心力，願意全數吸收。有時候成本超過廠商的負荷，里仁也會共同分攤。「我們不會讓廠商做虧本生意，但也要消費者能接受，包裝減塑才會產生長久的效益，所以每個環節都要顧慮到。」

減掉塑膠 意外發現人的心風景

減去茶葉罐的收縮膜，想來簡單，但拿掉收縮膜後，運送時金屬罐互相碰撞摩擦，印刷圖案容易磨損，影響商品外觀。後來，廠商在金屬罐外套上可重複使用的緩衝材。門市人員將商品陳列上架後，再收集緩衝材送回給廠商。

即食罐頭的塑膠蓋上有一個凹槽設計，方便罐頭堆疊。沒有了塑膠蓋後，罐頭只能單排平放，以致門市人員必須不斷補貨，工作量大增。

燕麥奶的塑膠蓋減省後，考量保存的密封效果，廠商將拉環式鋁箔膜，改回古早的密封鋁



食品包裝減塑，原來這麼難！

箔封膜與金屬蓋。不料消費者反應，希望能回復以前有塑膠蓋的便利。「減塑的理想和消費者的使用便利，有時候是互相衝突的。大部分消費者是否願意為了減塑，回到不那麼便利的狀況？目前我們仍在觀察評估，也透過門市人員持續和消費者溝通。」

每一項產品的包裝減塑過程，都是這樣持續測試與改善，經過數個月甚至一、二年的突破，才能上架。現在，有些廠商甚至在規劃新產品時，也主動以「減塑、少包裝」為目標，除了採用非塑膠外包裝，也貼心地在紙箱裡加紙板防震，做好運送的配套措施。更有少數做出心得與成就感的廠商，積極地和其他通路與客戶溝通，共同改採減塑包裝，實在令人非常感動。



沒了塑膠袋 織品如何保持潔淨？

2016年，里仁啟動減塑行動，召開第一次產品減塑會議，首先舉手響應的就是織品類。但這個看似減塑最容易的商品類別，推動減塑的過程其實沒那麼容易！

文／錢麗安·攝影／石吉弘

為自己或家人挑選新衣，或採購毛巾襪子等織品時，你最看重哪一點？除了款式造型、色彩質感，還是乾淨度？你知道市售織品從製作、運送到消費者手上，其實隱藏著不少一次性的塑膠包材嗎？

減塑 從一次袋開始

「主要是塑膠袋。」織品類開發專員陳思妤說，織品在製作完成後，經過整理、熨燙、折疊的工序，就會逐件裝入透明塑膠袋中，裝箱交由物流送到門市，再由門市人員拆掉塑膠袋，將衣物整理上架，被拆下的塑膠袋就此結

束短暫的一生。

「這個塑膠袋的使用是必要的嗎？」陳思妤回想起2016年初，里仁召開減塑會議，就四大類商品逐一討論、評估減塑的可能性時，織品類沒有生鮮與食品類商品在法規與食用安全的考量，便率先響應。首要任務，就是去掉這個生命期超短暫、無法二次使用的塑膠袋。

解決織品減塑難點：汗漬或勾紗

「拿掉塑膠袋」乍聽之下一點兒也不難，但實際執行起來才知其中學問大，從工廠端到物流、門市到消費者的觀感與接受度，不僅環環

相扣且暗藏細節。陳思妤笑說當初沒經驗，想得很簡單，直接請工廠將製作整燙折疊好的衣服裝箱。卻沒想到少了塑膠袋的包覆，衣服變得很容易散開。而且以前單件包裝，點收方便又有效率，去掉包裝後，要怎麼點收？萬一遇上大雨，造成衣服的汗漬或勾紗怎麼處理？責任歸屬如何判定等，這都是始料未及的。物流也是一大問題，以往產品整箱送到物流廠，依據各銷售門市所需數量以人工撿貨，合併其他類商品一起送達。但少了塑膠袋，如何保持織品的潔淨度？

「一個塑膠袋多便宜啊，一件衣服的單價卻是數百元甚至上千元。沒有塑膠袋包裝，會產生多少耗損，誰也沒把握。」陳思妤說，產品開發夥伴逐一拜訪廠商，傳遞理念。在運送上，也在物流中心同仁協助下，重複使用回收塑膠袋來包裝，或以小型紙箱、整理箱方式加以區隔，成功克服運送過程可能產生的汗損風險。

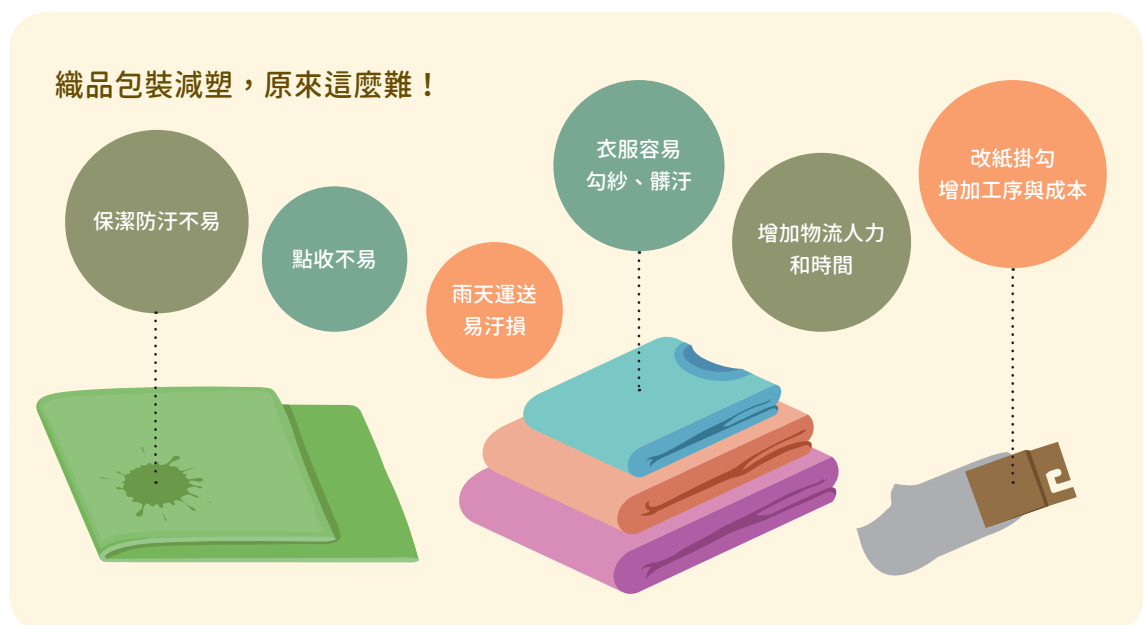
發現非塑包裝的可能性

除了衣物減用塑膠袋，也同步思索還有哪些

替代性材質可取代其他織品的塑膠包材。以襪子為例，早年是以前以塑膠吊勾搭配塑膠線固定，門市人員在結帳時回收塑膠吊勾再利用。後來重新設計一體成型的紙襪卡，並將原本固定的塑膠線改為棉線；貼身衣物改以環保紙來包裝，連一度被認為不可能的任務「容易勾紗的毛巾類」，也順利地改以紙環來保護。接下來，開發團隊要挑戰以棉線取代價格標線，讓織品類的商品包裝達到全數淨塑的目標。

「在整個推動過程中，最要感謝的是廠商，他們知道當里仁在推動某個政策時，背後一定有原因，所以都會先支持，再從過程中慢慢解決問題。」最讓她感動的是，廠商們還主動和其他的通路溝通，建議也拿掉衣服外包裝的塑膠袋，「這表示廠商不是被動地『配合』我們，而是他們真心認同這樣的理念，讓我覺得推動起來格外驕傲與有成就感。」

「有時候我們會把事情想得很難，覺得怎麼可能？但真的實際做，一步步解決，才發現原來也沒有那麼難。」陳思妤說。



用品使用塑料最多 想減塑難上加難

塑膠有多方便，就意味著減塑挑戰有多大。從日常清潔到身體保養品，帶來便利的同時也產生了汙染。但減塑不是單一的「捨棄」塑膠，有時換個形式，同樣能達到減塑的目的。

文／錢麗安·攝影／張季禹、石吉弘



「用品類很難減塑。」里仁產品開發專員周瑜瑛開口便說，這從生活中的衣物清潔劑、洗碗精，清潔身體的洗潤髮精、沐浴乳，到各式各樣保養品的盛裝容器都是塑膠，就可看出。因為塑膠包裝能隔絕外界空氣，穩定內容物的品質。「我們想過很多替代方案，像是國外已經開始推動的『裸賣』，讓消費者自備容器來店裡購買洗衣粉、洗碗精等。」

但裸賣牽涉到容器的清潔度，加上台灣天候潮濕，不如歐美地區乾燥，若保存不當反而容

易產生汙染或質變。加上廠商的配送問題，每批用品的效期管理，及消費者購物習慣需改變等考量，因此清潔劑裸賣還停留在評估階段。

減塑不減「包裝」功能

固體的肥皂就沒有這層考量。周瑜瑛說，里仁的皂分為「熱製皂」如柚子皂、素皂，與「冷製皂」如手工皂。熱製皂用含有PE膜層的紙盒包裝，避免甘油滲透。手工皂則需以保鮮膜密封，阻隔空氣，避免生成水氣與天然油脂。

「評估後決定先拿掉皂品的塑料，熱製皂紙盒內的PE膜及手工皂的保鮮膜。」說來容易，但替代的紙張必須要透氣性高，能夠吸濕、排濕。幾經尋找後，終於鎖定一款進口且成本昂貴的紙材來印製紙盒。不料，改用的新紙盒只適合熱製皂，手工皂則還要再想辦法解決與空氣接觸後，容易產生的水氣和滲透的植物油脂。

「最後不得已，只好改用棉紙套。」周瑜瑛無奈地表示，目前市售的棉紙套因為密封的技術問題，還是會有一層PE膜。在考慮商品的保存及給消費者的觀感，沒有更好的解決方式之前，現階段只能挑選PE膜使用比例最低的棉紙套。

香品減塑也是一大挑戰。里仁的臥香及盤香，純粹是香木粉加上楠木粉來黏合成形，極為脆弱易斷。原本的紙盒外有收縮膜來密封防潮，盒內也有一層海棉襯來緩衝避震。包裝減塑的同時要保有防潮避震效果，開發人員與廠商經過多次測試，減去了臥香紙盒外的收縮膜，還以立體的紙襯取代海棉襯。而為了保護最容易碰斷的盤香，更量身打造專屬的內包裝紙卡，以卡榫工藝原理穩穩卡住盤香，並讓內紙卡與紙盒的轉角處吻合，發揮緩衝防震的功能。

轉彎思考 尋找另類減塑路

「用品的減塑比較貼近生活上使用便利的改善，而非前端的製程。」周瑜瑛笑說當現有產品無法完全減塑時，那就轉個彎，透過新的生活提案來達成減塑的目的。

里仁架上的草本洗髮精系列，原本有1000ml與300ml兩種規格。里仁和廠商永佳商議後，整合為單一規格500ml，以減少整體塑膠瓶罐的使用量。受消費者喜愛的「活力淨」洗衣精補充包，透過包裝上新增的旋口蓋，讓消費者可以直接倒出使用，能降低瓶裝的塑膠量。此外，

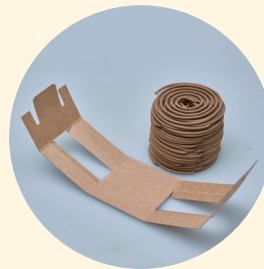
每日使用的洗髮精和沐浴乳，如果改成「皂」的形式，就可以減省更多的塑膠瓶罐。去年推出後大受歡迎的洗髮皂與沐浴皂，就是在這樣的概念下誕生的。

「對現代人來說，塑膠是必要之惡，但我們至少可以做到減少塑膠瓶罐。」但周瑜瑛也表示，不管是包裝減塑或提出新的替代方案，關鍵就是友善消費者的使用行為，「要翻轉世界也要一步步來，順著消費者的使用行為來走才能久遠。」

恭敬禮佛的盤香 智慧發想的卡紙



香品減塑重點：
防潮防震。



盤香專屬一體成
型內包裝紙卡。



內包裝紙卡的卡
榫穩穩卡住盤香，
內紙卡與紙盒的
轉角處吻合，即
可緩衝防震。

拿掉塑膠 產品質感反而翻升！

減塑這件事，光只有里仁想做，可辦不到！
必須廠商協力，才有成功的可能。廠商如何看待「減塑」？
製造端如何尋找替代包材？過程中又有哪些挑戰？

文／錢麗安·圖片提供／里仁



德康



Before

不只減塑，更要開發新包材！



After

重視養生的你，有沒有發現里仁架上的「綜合蔬果萃取B群」變重了？原來是塑膠瓶改成玻璃瓶。「塑膠瓶太好用了，重量輕、單價低，使用上又方便。」德康生技總經理李國龍說，但塑膠瓶無法分解，因此在接收到里仁減塑的需求後，便積極尋找替代的玻璃罐。

「玻璃瓶下單製作的數量，是從百萬支起跳，否則連開模的成本都不夠。」市場上現成的茶色玻璃瓶多半不符規格需求，但保健食品的產量有限，無法自行吸收單獨開模生產玻璃瓶的成本。李總經理不斷跟上游的玻璃廠溝通，終於說服對方接小量訂單。改用玻璃瓶後，包裝外盒也得重新製作。新紙盒不僅要新增具有避震效果的內襯，紙盒的承重係數及紙質都得仔細計算，並經過兩公尺高的實摔測試，確認經過物流全程運送都不會摔破，才算大功告成。

「我們也說服其他廠商，一起改用玻璃瓶，並且持續尋找新型包材，朝向降低塑料數量或比例來努力。」李總經理開心地說，因為認同淨塑的理念，德康主動委請合作廠商研發「紙鋁箔」，藉以減少鋁箔的用量。「一旦研發測試成熟，就會用來作為與里仁合作的豆漿產品包裝。對環境好的事情，只要有人帶頭推動，大家一定都會響應。困難一定有，但終究可以被克服。」李總經理樂觀地表示。



文青感紙袋，環保又有質感！



經理著手改善，首先透過實際操作，測試篩選出合適的紙袋磅數、紙質；再調整製造工序，將全自動包裝改為半自動人工包裝，避免在裝袋過程中產生折痕。

「雖然工序變麻煩了，但很值得。」江總經理笑說，其他通路來開會時，看到新的包裝袋都好奇探問，主動提議跟進改包裝。「因為現在很多通路訴求原物料無添加，如果外袋改為紙袋，更符合訴求，很好說故事，還能提升價值感。」到目前為止，單就餅乾外袋已減用30噸以上的塑膠包材。

咪咪樂總經理江俊賢回憶最初聽到里仁「淨塑」理念的反應，「當下覺得不可能啊，因為我們從事的是食品製造，首要考量就是食品的安全與保存。但既然是好的政策，我哪有不支持的道理。」因此，他從不影響食品安全與保存的環節著手。

以夾心酥為例，紙袋的密封效果不如塑膠袋好。若拿掉塑膠外袋，就必須加強內包裝袋的密封度。電鍍鋁箔的內包裝袋改為純鋁箔，「兩者單價差不多，但保存度更好。」如此一來，外袋就可改用紙袋。2016年6月推動至今，單就腰果與巧克力夾心酥兩款食品就減掉超過13噸的塑膠包材。

由於紙容易產生折痕，改用紙袋的初期並不順利。加上運送過程難以避免的碰撞，到了門市，紙包裝經常傷痕累累。因此，江總

「成本當然會因此而增加，但價值超乎想像。」江總經理說，改包材的動作不僅有益環保，還能提升產品質感，創造出的價值遠大於成本，這是環境、廠商、通路、消費者的全贏。





高麗菜

秋天盛產的平地高麗菜，口感甜脆，是餐桌常備蔬食。富含維他命及纖維質，切絲生食、清炒、煮燉滷、醃漬或曬乾，都能呈現鮮甜好滋味。

挑選指南：葉片完整、硬挺。



白蘿蔔

冬吃蘿蔔賽人蔘，冬天的蘿蔔，含豐富的水分，熱量低，有豐富的膳食纖維、維生素C及鉀等營養素，是冬季燉湯的最佳食材。燉軟的蘿蔔，口感鮮甜多汁。新鮮蘿蔔可磨成泥，作為醬料的基底，當沾醬使用。

挑選指南：蘿蔔重量沉甸、緊實，外型筆直、表面無裂痕。

豐饒之秋
新鮮上菜

青花菜

每年11月初到隔年3月才吃得到的本土青花菜，營養價值比進口的高。深綠色的青花菜，維生素C、β胡蘿蔔素含量多，還有豐富的膳食纖維。料理方式簡單，稍微汆燙即可食用，也可蒸食或燉炒，口感鮮嫩。

挑選指南：花蕾緊密、顏色鮮綠，芯的切面偏圓型或濕潤。



老薑

薑是老的辣，老薑栽種達10個月，吸滿土地能量，外皮成土灰色，纖維較老，但薑辣素含量高，辣度勝過嫩薑，冬天燉補或一碗薑湯，既能暖身又能暖心。

挑選指南：大片且莖粗狀而飽滿，摸起來硬實，是新鮮的表徵，香氣及辛辣度足。





包心白菜

外型呈現圓球狀，於每年10月中旬到隔年3月生產。熱量低，纖維含量高。葉梗口感脆、葉片纖維細，適合清炒或製作白菜滷。料理後的口感軟嫩，是適合小孩、老人的家常菜。

挑選指南：球體緊密不鬆散，葉莖白而挺，葉面完整無腐爛。



芥藍菜

又稱格藍菜，含豐富的維生素A、C、鈣、蛋白質、脂肪和植物醣類，屬於高鈣蔬菜，當令食用，能預防秋燥。口感爽脆清嫩，花、莖、葉各有不同風味，汆燙後再炒，更鮮嫩可口。

挑選指南：選擇花苞未開，莖皮薄的較鮮嫩。

春種秋收，大地孕育出的時令蔬果，吸滿土地能量。吃在地、食當令，是養生的最佳方式。

文／編輯部
視覺設計／洪思齊·攝影／石吉弘

菠菜

四季都產，秋冬的菠菜，吸滿土地能量，根莖葉生長飽滿，滋味更為豐富。肉質根紅色，味甜可食，建議全株食用，被視為補血的含鐵蔬菜。

料理方式：清炒或快速汆燙後涼拌，烹煮時會釋放營養素及水分，不用另加水料理。



珍珠芭樂

果實呈卵圓形或接近梨形，果肉白色至黃色，秋冬果肉較厚實且肉質細緻，為目前芭樂品種中最甜的，具有特殊的香氣，爽脆可口。

挑選指南：果皮呈淡綠色至黃綠色，表示成熟度適中。



秋日美好生活提案

秋風吹起，宜人的氣候正適合外出踏青。
帶上減塑餐具、純素好食及植萃好物，享受秋日的閒適氛圍！

文／編輯部 · 視覺設計／洪思齊 · 攝影／石吉弘



1

附彈繩扣，適合各種碗盤鍋具，直接包覆食物或食材，抽繩固定更完美！

2

能摺好攜帶，透明管身，卡垢無處躲，可高溫消毒。

1

罩式設計，秒蓋保鮮。掛耳設計，方便清洗後風乾。

3

延展性優，輕輕一拉，完美包覆容器，保鮮使用更環保。

淨 塑 好 幫 手 ●

1. 仁舟蜂蠟保鮮布系列、2. 矽吸管、3. 可重覆使用矽膠保鮮膜

取代保鮮膜、塑膠吸管、塑膠袋的減塑好幫手。

使用天然蜂蠟和有機棉作為食材包裝和保鮮的蜂蠟保鮮布，以及使用食品級矽膠材質的吸管和保鮮膜，重複使用，安心與食材的每一次接觸，減塑就從生活做起。

綠食新主張



BEYOND BURGER 未來漢堡排

從人類的健康與環境保護為開發起點，歷經7年研發出的100%純素、全植物製作的漢堡排。

使用非基因改造的大豆、豌豆等食材，保有肉質口感外，每份能吃進約20g的植物蛋白質。



OMNIPORK 新豬肉

根據東方人口味和飲食文化所開發出的新豬肉，獨有的純素蛋白質配方，主要來自豌豆、非基改大豆和米。解凍後使用，多元運用在絞肉或肉丸等料理上，素食廚藝即刻升級。



麻油香菇沙茶醬(即將上市)

炒菜或火鍋沾醬的好幫手。特別添加釀造黑豆醬汁、麻油、薑及香菇的素食沙茶醬，完整融合麻油的香、薑的辛及香菇的鮮。

豐富且有層次的口感，當沾醬或料理食材，讓味道輕鬆升級，呈現自然的甘鮮口感。

保養綠能量



1. 舒肌活力按摩霜

100% 植物配方按摩霜，含獨家配方：一條根、雷公根萃取及舒緩鎮靜的精油如佛手柑、尤加利等，能快速舒緩肌肉關節不適，及鎮靜肌膚。

2. Lāfes 潤彩護唇膏(潤紅/漾粉)

使用有機植物滋潤成分：椰子油，摩洛哥堅果油，蘆薈及蜂蠟，能長效滋潤雙唇，滑順好塗抹。含礦物粉彩，散發自然的色澤，擁有裸妝好氣色。

3. 永佳咖啡因養髮調理液

全成分配方通過COSMOS有機驗證。以柳蘭精華及蘆薈萃取舒緩調節頭皮肌膚，咖啡因強健毛囊，滋養髮根，預防斷裂掉髮。



生鮮減塑的幕後英雄

台灣一年用掉180億個塑膠袋，平均每人每年使用782個。為了減少用量，福業從2016年底尋找替代包材，經實際測試，隔年為蔬果換上生物可分解袋，並建立回收、堆肥示範系統，期望為友善大地盡心力。

文／錢麗安·攝影／石吉弘、張季禹·圖片提供／里仁、shutterstock

自2017年8月，里仁門市的蔬果區起了小小的變化，原本包裝蔬果的透明塑膠袋，部分被霧面蔬果袋取代。結帳時門市人員還會鼓勵消費者，將袋子上的標籤去除後可拿回門市回收。



負責公司的流程規劃、風險管控、矯正措施管理等。

尋找對地球更友善的包材

「如果目前的生活還是避免不了塑膠包裝，那就來研究看看能不能找到有同樣功能、對地球更友善的包材。」里仁蔬果供應商，同時負責推動100%生物可分解袋的福業公司企劃專員周意鈞說，因為包裝影響了生鮮蔬果的保存期限與外觀，因此光找合適的材質就花了近半年的時間。

所謂的生物可分解袋，是指在特定環境下，透過掩埋或堆肥方式能分解，達到永續循環。周意鈞說，為了落實循環再利用，也希望帶起示範作用，因此在尋找生物可分解袋時，不僅要求國際認證，福業也透過實際掩埋測試，經過3個月的觀察記錄，確認可以100%分解後才更換包裝。

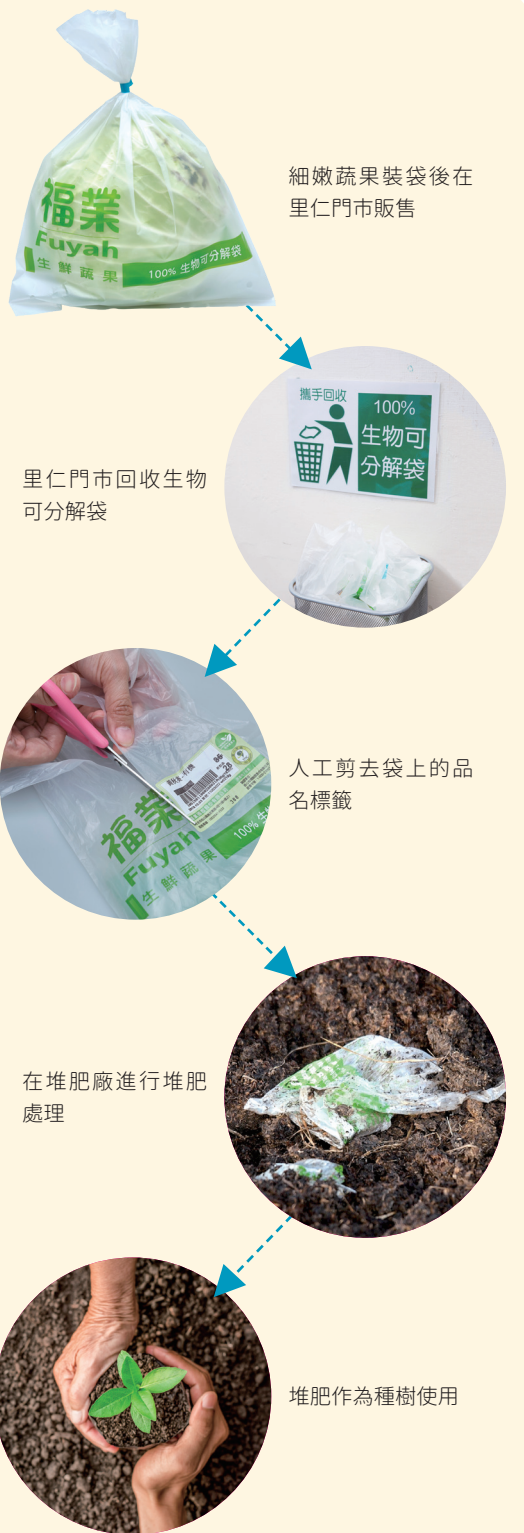
無懼成本增加 成就無塑環境

使用後的生物可分解袋可與一般垃圾焚燒，並不會產生有害物質。若採取回收，則需與一般塑膠分開處理，否則會影響回收塑膠再製的品質。由於台灣尚無可分解包材的回收處理機制，因此里仁在全國門市設立回收點，將回收的生物可分解袋送至位於雲林的慈心有機農場農業推廣中心，加上葉菜梗、雜草及禽畜糞便等進行堆肥。堆肥處理3個月後，生物可分解袋就完全分解為二氧化碳和水。

「我們是理念先行，希望可以起示範作用，但最終仍需要政府推動，才可能真正長遠且廣泛落實，達到永續地球的目標。」周意鈞表示，以民間通路的力量來推動，所需投入的人力與成本非常可觀。從一般塑膠袋改為100%生物可分解袋，包材成本就將近增加一倍，而在自主回收的各個環節更需要加派人力處理，如門市回收、篩選整理、租借堆肥場、堆肥作業及資材等，每年增加近百萬的成本。

「但很值得！」周意鈞笑說，生物可分解袋的回收率從不到1%後來慢慢增加到12%，顯示消費者對永續環境理念的認同。更開心的是，有越來越多的國內外政府或民間機構前來參訪、取經，作為施行的參考。

生物可分解袋回收堆肥流程，我們這樣做！



品嘗加拿大野生藍莓的幸福滋味

文／編輯部 · 圖片提供／里仁



北美藍寶石的幸福饗宴



由加拿大駐台北貿易辦事處（CTOT）贊助，里仁及La Moment美學餐廳共同舉辦的「北美藍寶石的幸福饗宴」，9月20日於La Moment餐廳優雅登場。加拿大駐臺代表芮喬丹Jordan Reeves親臨分享加國野生藍莓獨特生長環境與珍貴營養價值，而里仁公司副總經理韓敬白也分享如何透過引進加國特色農產如純淨野生藍

莓，促進臺加有機產業合作，友善利他。

這是一場以加拿大野生藍莓為主題的食藝饗宴，在主廚的巧思下，從藍莓油醋沙拉、起司燉飯到莓果特調咖啡，帶出味蕾的新體驗，與會嘉賓對於加拿大野生藍莓能變化出如此美饌，皆給予讚歎與肯定。

里仁關懷敬老 捐贈健康安心食

里仁秉持社會關懷理念，於9月份發起「重陽敬老一起捐物送愛心」活動，超過2,600位消費者響應，捐出8,417件愛心物資。

對於同樣關懷偏鄉的台北醫學大學楓杏醫療服務隊，連續9年到澎湖義診的活動，里仁也以行動支持，贊助超過千份食品，希望離島居民除了在獲得服務隊醫療關懷的同時，也能享用到健康安心的食物。

里仁贊助桑椹果醬、巧克力醬、可可脆片、喜願蕎麥拉麵、五木烏龍麵及五木銀絲麵，協助北醫楓杏醫療服務隊將充足的醫療資源及健康的里仁食品帶給偏鄉的獨居老人。



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

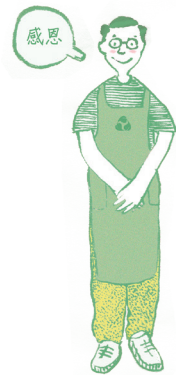


每一天，更安心的選擇！

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。