

目錄

 社內公告.....	2
 當季蔬果.....	3
 產品資訊.....	17
 人資招募.....	26

社內公告

【山茶花可頌組產品狀況說明】

因山茶花可頌組保存期限較短(21 天)，第一週取貨的社員，取貨時保存期限至 5/13(二)，請社員於母親節前趁鮮食用，造成社員困擾深感抱歉。

【綠藤母親節加碼抽-得獎名單】

綠藤母親節加碼抽-得獎名單已於官網公告，請社員自行前往查閱，感謝社員踴躍參與，請得獎社員收到簡訊再至站所領取。

<https://www.hucc-coop.tw/lists/announcement/443>



【2025 端午節預購案】

- 為服務社員端午預購時間延長一週，預購時間自即日起至 4/26(六)止。
- 專刊勘誤：
 1. 鳳梨蜜梅雞成分更正：水、黑羽土雞*、鳳梨豆醬(鳳梨、豆麩、鹽、糖、甘草)、雞高湯(水、黑羽土雞架)、醬油、紫蘇梅醬 *(青梅、黃梅、特砂、紫蘇葉、鹽)、冰糖、紫蘇梅肉*(青梅、特砂、二砂、紫蘇葉、鹽)、糯米醋、麥芽糖(小麥、樹薯澱粉、水)、地瓜粉(樹薯粉)、甘草。
 2. 鱸魚好蝦水餃專刊、預購單皆誤植規格 400g(20 粒)，正確規格為 440g(20 粒)。
 3. 鹼粽、紅豆鹼粽：產品成分葡萄籽油誤植為橄欖油。

以上修正，造成社員不便敬請見諒。



當季蔬果



產地速報

雖然這個春天水果稀缺，但長年陪伴部落的合作夥伴台灣原味傳來好消息，今年馬里光部落的五月桃預計 5 月初開始供應，並加開少量 6 入盒裝大果供預訂；此外，環境天然獨立的比亞外部落，也有環保級老品種五月桃，即將於五月底下山來，歡迎把握機會預訂！

◆守住棲地的安心甜美——台灣原味馬里光部落老品種五月桃開始預訂

嘗過了早生紅鈴與紅玉甜桃的繽紛甜美，在初夏時節，我們迎來了皮薄甜脆的五月桃產季！五月桃，其實就是五月產出的水蜜桃，雖然品種繁多，香氣略有差異，但特色就是那介於溶質與半溶質之間，帶點 Q 彈甚至爽脆、綿密多汁的甜美口感，在七月高山水蜜桃季到來之前，搶先暖場，擄獲眾多水蜜桃愛好者的心。



然而五月已近梅雨季，天氣漸漸溼熱，東方果實蠅與諸多病蟲害蠢蠢欲發，在極端氣候下，要完全不使用農藥化肥而種出足量且高品質的五月桃，簡直天方夜譚，要能符合合作社嚴格的自主管理允收標準，更是少之又少。這也是往年市面上五月桃一片熱騰之際，合作社架上卻鮮少見到五月桃蹤影的原因。



所幸就在長年致力輔導原住民部落轉型友善耕作的台灣原味夥伴捎來好消息：原味的合作的新竹尖石馬里光 (Mrqwang) 部落與桃園復興比亞外部落的五月桃，可望穩定供應合作社！

Mrqwang 部落位於新竹尖石的淺山，部落媽媽們接

受友善耕作輔導多年，完全不使用農藥，而是使用微生物菌液肥，運用液肥發酵產生的微生物代謝物，祛除土壤中的病菌，在灌肥時同時產生抗菌抗病的效果；並且善用各種天然資材與忌避植物，種植桉樹、尤加利或檸檬香茅等，利用精油與純露的氣味，抗菌驅蟲。



雖然部落媽媽們笑鬧戲稱自己是「差不多婦女」，但對於指導員所說各種友善耕作栽培管理方法，其實牢記在心。經年累月下來，病害減少了，草相豐美了，就連令人頭疼的介殼蟲危害，

也大幅降低。產量、品質日益提升，環境生態並未因此犧牲，反倒更加豐富，果園與山林融為一體，宛如森林秘境，因而取得了「陸域棲地」綠保標章。他們堅持無藥無化肥友善耕作，不但守住了石門水庫上游集水區的水源純淨，桃子的風味也更好了！

部落媽媽們種植的五月桃品種，除了帶有甜美蜜香的「春蜜」，還有「老品種五月桃」——這是數十年前農試所帶回台灣選育的品種，果形微尖，與一般水蜜桃的渾圓略有差別，果香濃郁，甚至帶點細膩梔子花香！相較於多數桃樹到了一定的樹齡就會產量下滑，老品種五月桃的樹勢不易衰弱，加上微生物菌養了好土，更提升了桃子的甜美口感，產地實測，完熟五月桃甜度已經來到 12 度以上，甚至可達 13.8 度 Brix，而且有別於市售使用增甜劑的桃子，老品種五月桃不會退甜！



20 年來，台灣原味懷抱著推廣友善農作、使大地恢復生機

的信念，深入原鄉蹲點，致力輔導原住民部落轉型友善、有機耕作，是與合作社理念契合的社企夥伴。老品種五月桃的甜美，正是這一路堅持下來的甜美回饋。五月桃產期不長，只到五月下旬，敬請把握時機多多品嚐！

貼心小提醒

五月桃的賞味方式，大致就跟水蜜桃一樣——越

軟熟，甜度越高。收到桃子時，可先於常溫通風處保存 2~3 天，待桃

子香味變濃、輕按果肉微軟即可享用。軟化的水蜜桃可放入冷藏保存，建議一周內食用完畢。

【五月桃供應小檔案】



合作農友	產地	產期	級別	供應規格
台灣原味/Mrqwang 部落 (現正預訂中)	新竹尖石	5月初	友善級	6顆/盒 (每盒 2-2.5斤)
				8顆/盒 (每盒 2-2.5斤)

				10 顆/盒 (每盒 2-2.5 斤)
				混果不分級 (每盒 2 斤以上)
台灣原味/比亞外部落	桃園復興	5 月底	環保級	8 顆/盒 (每盒 2-2.5 斤)
				10 顆/盒 (每盒 2-2.5 斤)
				12 顆/盒 (每盒 2-2.5 斤)



◆軟嫩香甜，復刻記憶中的傳統好滋味——高雄大社白肉土芭樂開始供應

土芭樂是早年台灣稀鬆平常的不起眼水果，其香氣濃郁、果肉軟嫩，吃起來甜中帶微酸，也是流水席或餐廳常飲用芭樂汁的原料。然而，當 1990 年珍珠芭樂問世後，這個早期的品種逐漸被市場所遺忘，現在反而越來越難尋得。

為合作社供應土芭樂的盧定楠，是國內少數以土芭樂

為主要作物的農友，盧大哥於

2016 年回鄉接手父親管理逾四十

年

的土芭樂園，其實他原本也想轉作珍珠芭樂或玉荷包等當地主流作物，但剛好遇上知名餐廳欲開發芭樂生乳捲，主廚在遍尋全台後才找到盧大哥的土芭樂，這次因緣際會的配合，讓他重新思考這個傳統作物的市場獨特性，最後改變心意將其保留下來，我們才有機會再次一嘗這記憶中的傳統好滋味。

因芭樂果樹有陸續開花特性，果園裡同時會結有好幾批果實，小果套袋可能會和採收期重疊，若是以慣行農法操作，容易有農藥殘留的狀況，這也是盧大哥從農第三年就改為有機耕作的主要原



因，而土芭樂果實較為軟嫩，管理上又比珍珠芭樂更為費工，也考驗著農友的技術和管理方式。盧大哥種植的土芭樂為白肉品種，風味特色與宜蘭紅肉土芭樂有所差異，雖然同樣具有濃厚香氣，但較為淡雅清新，而且果籽小顆，更適合牙口不便的群族食用，因目前產量不多，採限量方式供應，如果大家有機會在站所看到它的身影，不妨把握機會利用喔！

貼心小提醒

- 1.土芭樂因具後熟特性，成熟時容易產生褐色的熟斑，此為正常現象。
- 2.土芭樂**吃軟不吃硬**，採收後需要全程冷藏保存，建議購入後以紙袋或塑膠袋包覆放置冰箱保存，並於一週內趁新鮮盡快食用完畢。

【白肉土芭樂供應小檔案】

合作農友：盧定楠
品種：白拔大蒂土芭樂
產地：高雄大社
自主管理等級：友善級



◆甜嫩多汁的粉紅佳人——紅鈴甜桃全員到齊供應中

相信嗎？春天竟然也有水蜜桃產出，而且，好吃指數直逼高山水蜜桃！

紅鈴甜桃（台農7號）是農試所歷經多年研發所育出的**熱帶水蜜桃**新品種。相較於溫帶水蜜桃需冷性較高，得種植在冷涼高山，產期也較晚；紅鈴甜桃冬季休眠所需低溫時數少，可種植在低海拔300至500公尺的區域，採收期也提早至4月上旬，避開了梅雨季與果實蠅為害的高峰期，可說是**北半球最早的水蜜桃**。



紅鈴甜桃的果形飽滿渾圓，色澤粉紅，外觀十分討喜；果香撲鼻；不像其他五月桃走脆口路線，反倒接近高山水蜜桃的軟嫩口感。完熟時甜度超過 12 度 Brix。甜嫩多汁風味與高山水蜜桃相當，而且還更耐儲運。因此成為夏季甜桃市場上的耀眼新星。

為合作社供應紅鈴甜桃的農友是羅吉森大哥與青農吳保諒。而今終於盼到了紅鈴甜桃的採收的且品質風味俱優。還請把握機會多多品嚐，共同購買支持下，合作社農友辛勤耕耘所得的美好果實！。



■吳保諒——精緻專業管理、在橫紅採收的甜脆豐美

去年首度為合作社供應甜桃的青農吳保諒，從小就以農業為志向。園藝系畢業後，保諒返鄉種植藍莓，也協助父親管理果園。保諒家的果園位於苗栗卓蘭的丘陵台地，日夜溫差大、地下水源純淨，富含微量元素，相當適合果樹生長。優越的地理環境，讓保諒家的水果不僅甜度高，而且質地紮實，口感就是不一樣。

儘管

先天條件優越，面對極端氣候，即使是海拔較高的大坪頂，

也難免遭受酷熱衝擊，高溫逆境若未盡速改善，植株開花、轉色、發育不良，果實品質勢必受影響。學以致用的保諒，引進自動化栽培管理、智慧農業因應——架設溫控系統，一旦果園溫溼度達到警戒點，手機會響起警報，即可遠端遙控噴水、噴霧設施，進行降溫。此外，保諒的甜桃採網室種植，以減少蟲害，降低用藥機會；果園不用除草劑，而是以除草機除草，讓草相維持 3、4 公分的高度，可以減少陽光蒸發水分，保溫又保濕；並且致力於開發培育更多樣的甜桃品種，提升種

植韌性。精緻專業的管理，讓保諒屢獲優良農場評鑑大獎。歷經多年努力，保諒今年終於有機會供應高品質甜桃給合作社，歡迎多多支持品嚐，二代青農用心栽培的甜美！



貼心小提醒

1. 為求安全管理，農友力行減藥，難免有時還是會受果實蠅叮咬。此狀況無法在理貨時從外觀判斷發現，還請社員理解後再行利用！
2. 紅鈴甜桃的可食用範圍較廣，6-7 分熟時口感較脆，甜度清爽；8 分熟以上較軟嫩，甜度也較高。可輕捏果實軟硬程度來判斷熟度，並依個人喜好選擇品嚐時機。如想吃較熟軟者，可稍微放置室溫後熟，如已達所需熟度，趕緊放進冰箱冷藏。但還是避免放至全熟發酵以免影響風味！

【紅玉/紅鈴甜桃供應小檔案】（僅列出已開始接受預訂之農友）

合作農友	產地	級別	供應品項
羅吉淼	台中東勢	安全級	紅鈴甜桃/紅玉甜桃
吳保諒	苗栗卓蘭	安全級	紅鈴甜桃/紅玉甜桃



產地速報

因氣候影響，今年市面罕見國產藍莓。但合作社藍莓農友楊士藝傳來好消息，不但可率先供應，而且量足質優，除了單盒供應，還提供限量 100 箱 (12 盒入) 早鳥 95 折預訂優惠 (即日起至 4/21 止)，讓喜愛藍莓的社員吃個過癮！後續另外兩位小農藍莓農友也將陸續跟上供應。合作社架上供應的國產藍莓，品質與種類堪稱國內最豐！歡迎社員把握產期多多品嘗，拓展藍莓的味蕾版圖！

◆完熟鮮採，清新甜美的春之饗宴——國產小農藍莓率先供應

近兩年來，國產藍莓在台灣春夏水果版圖上，掀起一陣狂瀾，吸引了眾人的目光與競逐！藍莓含有極豐富的花青素、維生素、礦物質與膳食纖維，抗氧化力強，營養價值非常高，因此又有「森林裡的藍寶石」之稱。也因此早在數十年前便有人引進台灣試圖種植，但因當時引進台灣種植的北高叢藍莓屬溫帶品種，需冷性高，難以適應台灣本地氣候，因此幾乎可說是全軍覆沒。所幸台灣農藝圈並未因此放棄，反而有更多小農，甚至企業資源紛紛投入研究。經過幾十年品種更替，選對品系並配合適合栽培方式，藍莓這個早年被認為是舶來品的「洋玩意兒」，在企業與小農的共同努力下，漸漸落地生根。國產藍莓的春天，正式揭開序幕！



相較於進口藍莓，國產藍莓從產地到餐桌的距離極短，可於 8-9 分熟採收，甜度提升，實測甚至可達 14-18 度 Brix，且因並未退酸，甜酸比佳，香氣清新迷人，口感風味完勝進口藍莓，

非常適合鮮食。 時序入夏，且讓國產藍莓的清新香氣，成為您最美好的味覺記憶！。

■楊士藝——帶藝投入，種出國產藍莓的繽紛味

走進青農楊士藝的藍莓園，彷彿進入藍莓的大觀園！這裡除了有4、50種藍莓品種，就連園中的雜草或各種防治蟲鳥的設施，也是琳瑯滿目，處處可見到士藝運用所學的專業巧思。士藝畢業於台大園藝系研究所，自小對園藝生態充滿熱情的他，不甘於所學只留在求學場域，更渴望所學專業，能在生產實務上開花結果。因此他在家鄉的南投八卦山一帶覓地，完成了碩士論文後，義無反顧投身藍莓產業。



在台灣種藍莓，不是不可能，但也不是那麼容易。「種對品種」以及「改良土壤」，是台灣藍莓落地生根的兩大技術關鍵。士藝的田區位於南投八卦山一帶，土壤偏酸，正是藍莓喜愛的環境，但還需要調整土壤通透性與保濕性；藍莓根系細弱，也格外需要保護，因此士藝使用粗糠、花生殼覆蓋，一來可以改善土壤的通透性，也可以保溫、抑草。此外，士藝自己育苗，園裡總共種植了近五十種藍莓品種，除了可以藉此選育最適品種外，也可將整體藍莓產期延長至七八月；混合品種出貨，讓士藝的藍莓口感風味更加繽紛。

為了落實有機或友善無農藥的栽種，士藝善用了各種天敵防治，例如種植馬利筋吸引黃色蚜蟲，此種蚜蟲不會危害藍莓植株，又可吸引更多瓢蟲進駐，此外也有觀察到螳螂等其他生物在園內出沒，生態豐富。從滴灌設備、品種選育、整枝養土、去留雜草……士藝的十八般武藝，為的，正是國產藍莓的那一縷細緻的甜酸與鮮甜花草香，以及人們安心享用時的滿足笑容。而今士藝的藍莓已經開始供應，期待已久的朋友們，千萬不要錯過！



貼心小提醒

1. 農友採有機種植，不使用農藥，藍莓表皮難免偶有薊馬爬過，留下叮咬印記。外觀不盡完美，風味卻是絲毫不受影響。還請理解後再利用。
2. 藍莓表皮的白色粉狀物質是天然保護蠟，不需要特別洗掉。過度清洗藍莓沒有必要而且會降低藍莓

的營養價值，合作社的藍莓均為無農藥檢出 (ND)，清洗時只需可用流動的水洗去表面灰塵即可，避免過度清洗降低藍莓的風味。

3. 藍莓的賞味期約 5 天，如未立即食用完畢，請放入冰箱冷藏。



藍莓表皮的刀痕狀疤痕，是薊馬爬過的痕跡，完全不影響風味！→

【藍莓供應小檔案】

合作農友	產地	級別	供應規格
楊士藝	南投福山	友善級	125g/盒(已開始供應)
吳保諒	苗栗卓蘭	環保級	125g/盒
鍾文標	苗栗獅潭	環保級	125g/盒



產地速報

枇杷厚工，願意投入種植的農友日漸減少，目前台灣僅餘不到 1000 公頃的種植面積，也因此架上越來越難見到枇杷蹤影。所幸覓得新生代青農劉盈榛願意投入有機種植，並且供應給合作社。盈榛的枇杷風味迷人，還請把握機會品嚐利用。

◆甜美滑嫩的厚工水果頭——友善級枇杷農友來報到

■劉盈榛——傳承有機護生態、安心帶皮吃的枇杷



今年新加入供應枇杷的青農劉盈榛本是美容彩妝師，家族發展有機種植甚早。因父母年邁及母親患有患帕金森氏症，便與先生陳宥騰、表弟郭豐溢返鄉照顧雙親，承接父母有機耕作的志業。

又因新社一帶務農人力老化，眼見老農無暇照顧管理，盈榛不忍故鄉田園荒蕪，更希望拓展友善護生態的理念，因此只要能力許可，便盡力承接。

盈榛的枇杷園本為親戚所有，後因親戚年長行動不便，無暇照顧又不捨荒廢，便委託盈榛管理。盈榛以蚯蚓糞製作、含多種益菌的液肥，搭配 EM 菌、矽藻土等防治資材，讓樹體強健、有免疫力，地面更種植忌避植物。如此悉心呵護的枇杷，清甜帶細膩微酸，而且可以安心帶皮吃。是許多人心目中的古早風味，雖然產量不多，難得供應，歡迎把握機會多多品嚐。

■徐俊明——絕境重生的新社古早味枇杷



台中新社的徐俊明大哥種植的枇杷，除了整枝、疏果、採收、提早套袋等基本動作外，**完全不用農藥、除草劑，甚至連有機許可的防治資材與肥料也不使用**。只用這對露天栽植枇杷來說，要有收成簡直是不可能的任務！忍受著鄰居的嘲笑，以及沒有收成的經濟壓力，徐大哥咬牙堅持，整枝、疏果、覆蓋堆肥，讓自然界的循環回歸土壤。直到第八年才開始看得到收成。走進徐大哥的枇杷果園，每棵樹的樹頭幾乎都看得到熬過病害、抽芽重新生長的樹洞或分杈。60多年的老欖，枝條表皮卻是光亮飽滿，養護了十幾年的土壤，造就了徐大哥枇杷的好滋味——**今年實測甜度平均至少 12 度，最高竟可達到 17 度！而且不只甜美，還帶著微酸與枇杷特有的微微奶香，是不可錯過的味蕾體驗！**敬請把握機會，品嚐這滋味豐富的枇杷古早味！

■台灣原味/比亞外部落——保育藍腹鷓的原鄉枇杷



每年春天，從台灣原味夥伴手中接過來的比亞外部落枇杷，是許多人盼著等著的珍品，只是產量十分有限，能吃得真的得看緣分。之所以盼著，倒不是因為它的外觀有多亮眼，而是**這樸實外表下所蘊藏的濃郁枇杷味，以及每一盒枇杷為部落帶來的生機。**

20 年前台灣原味開始輔導友善耕作時，許多比亞外部落族人還抱持著觀望的態度，只有兩戶參與，20 年後，整個部落陸續投入了有機耕作，生活改善，年輕人也回流了。部落的泰雅族人依循傳統，順應自然交替種植多樣果樹，就地取材管理果園，環境天然且安全，成為藍腹鷓的重要保育棲地；也因此獲選發展經濟部綠能部落。

今年，終於有機會引薦台灣原味 / 比亞外部落的超級限量枇杷給社員品嚐，數量極其有限，歡迎把握機會多多利用！

貼心小提醒

1. 因為從部落將枇杷運送下山的路程遠，為了延長新鮮度，台灣原味/比亞外部落的枇杷採整串出貨，還請理解後再購買。
2. 枇杷保存於常溫陰涼通風處即可，如需冷藏，可將外盒包覆紙袋後再放進冰箱，避免果實因低溫導致褐變和脫水。合作社供應的枇杷為完熟採收，請盡快食用完畢。
3. 枇杷表皮薄而嬌嫩，農友裝盒時雖已小心包裝，但外觀仍難免偶有些許痕跡，其不影響食用，請理解後再行購買。

【枇杷供應小檔案】

合作農友	產地	級別	供應規格
劉盈榛	台中新社	友善級	450g/盒
台灣原味/比亞外部落	桃園復興	環保級	帶枝盒裝出貨，1斤/盒
吳金洺	台東卑南	環保級	500g/盒
徐俊明	台中新社	環保級	375g/盒；混果 430g/盒
莊俊彥	台中新社	農好級	360g/盒



手採梅，安心釀

國產青梅季開始啦!!

主婦聯盟合作社
Taiwan Women's United Consumers Co-op

產地速報

今年年初，生產者傳來照片，怒放的梅花彷彿要滿出螢幕，彷彿聞得到滿園撲鼻甜香。這盛開的梅花，正是社員們共同購買支持友善生態、護育山林的成果，也預告了這一季鮮果青梅的精采可期。為了讓更多社員體驗到手作青梅的趣味與美好，**今年甲仙地區農會特別提供早鳥預訂優惠**，**搭配合作社糖、酒、蜂蜜等相關手作材料優惠**，讓大家都輕鬆釀作春天最美好的滋味。

◆手採梅，安心釀——國產青梅季開始啦！

一顆酸澀的梅子果實，如何經過時間浸潤，轉化成為口齒間酸溜又甜蜜的記憶？還記得開啟梅釀漬物時，四溢的濃郁梅香勾起的嘴角愉悅笑意嗎？



每年清明節後，正是台灣梅子的產季，南投、高雄甲仙，甚或花東的中低海拔山林，梅香濃濃，梅子陸續採收運送下山，收成的喜悅，在忙碌的梅農嘴角漾成笑紋，為初春新綠的山林憑添熱鬧氣息。



梅樹是深根型果樹，不只有助於水土保持，也可提供蜜源或棲地，是守護山林共存的綠色經濟作物！只是青梅的採收耗時費力，梅農在陡斜的坡地或以手採、或以竹竿敲打梅枝，讓青梅自然落地，再以人工搬運這一袋袋重達 60 公斤的青梅下山；一年一收的梅子，採收期短，離開梅樹 3 天內就要立即處理，以防果實腐爛。從產地到消費者手中，耗費人力甚鉅，這在缺工的部落與山區，都是艱難挑戰，近年來不少農友灰心放棄，刨除梅樹改種檳榔。

所幸，終究有農友不肯放棄，為合作社供應青梅的**甲仙農會、南投的王貴香大姊、曲冰部落的楊春發大哥**，都在守護山林的最前線努力，**環保級的安心高標準**，只為了讓入口的梅香**安心健康**。而今又到了梅子飄香的季節，悉心手作、靜待時間熟成醞釀後，品嚐著各種梅漬芳香撲鼻的酸甜 Q 脆，或是啜飲濃醇梅釀，彷彿也嘗到了漫漫歲月中，農友們守著梅樹護著山林故土的深情厚意，餘韻綿長。

貼心提醒

1. 合作社所供應的梅子均為無農藥檢出。因沒有用藥防治，雖農友已盡力選果，部分果實仍難免有些微黑星病或蟲害痕跡，完全不影響手作風味，浸漬後痕跡亦不復見。還請理解再利用。
2. 胭脂梅外觀嫣紅討喜，但纖維較細，較不適合做脆梅，挑選手作品項時還請留意。

【青梅供應小檔案】

合作農友	產地	級別	供應品項
甲仙農會	高雄甲仙	環保級	青梅
楊春發	南投仁愛	環保級	青梅、胭脂梅混果
王貴香	南投信義	友善級	胭脂梅 (均為無農藥無化肥栽種，但因鄰田隔離帶不符合合作社規範，故列友善級)



小巧Q甜，吮指回味

台南山上玫瑰蕉甜美供應中

產地速報

好消息，去年甫上架就深受社員好評的玫瑰蕉開始供應啦！2024 年底接連而來的颱風，摧折了香蕉樹，重創香蕉產業。索性吳東杰大哥的果園地理位置相對避風，終得有產出供應。還請把握機會利用，這看似平凡，卻得來不易的果實。

◆小巧 Q 甜，吮指回味——台南山上玫瑰蕉甜美供應中

初次看到玫瑰蕉，往往會被它小巧可愛的模樣吸引了目光。玫瑰蕉被歸類為芭蕉，(cultive rose) 是源自於印尼的地方品種，1995 年由香蕉研究所自比利時國際香蕉種原中心引進台灣。玫瑰蕉比一般香蕉來得嬌小，外型細長而尖，長度約 10 來公分，大約與一根手指相當。因為外觀彷彿皇后的手指般纖細優雅，又有「皇后蕉」的美稱。





玫瑰蕉完熟後呈鮮黃色，果肉 Q 彈綿密，甜而不膩，也像芭蕉一樣透著細緻的微酸，而且果香濃郁，風味十分討喜。小小一根，完全沒有剝開後吃不完的問題，食用方便無負擔，非常符合現代小家庭的利用規模。是零食也是水果，也像香蕉一樣，富含營養與膳食纖維，可作為運動後或肚子餓時的能量補給品。

今年首度為合作社供應玫瑰蕉的吳東杰大哥年輕時曾於廣告公司任職，2003 年回鄉繼承農地，從此開始務農。由於女兒怡柔愛吃香蕉和鳳梨，吳大哥便決定以這兩種水果為主要種植作物。也正是基於這種「為家人而種」的心情，要讓家人吃得安心，也讓消費者像家人一樣吃得安心，吳大哥努力朝向減藥、甚至不用農藥的方向前進。

一開始，吳大哥種植的是粉蕉、呂宋蕉和南華蕉等常見品種，但因植株常受黃葉病侵襲，便改向蕉研所購入玫瑰蕉嘗試種植，發現這品種意外地能抗黃葉病。只是植株細小易受吹折，產量也相對少，許多農友覺得種植效益不高，不願種植。也因此使得玫瑰蕉成為市面少見的果品。為了改善產量低的缺點，吳大哥採取一叢留 4-5 根蕉苗，輪替採收的管理策略，如有蕉苗折損，便再補充新苗。雖然這樣的方法會增加 4-5 倍的工作量，卻也維持了玫瑰蕉的生產韌性。也因此，吳大哥的蕉園迄今已 18 年沒有翻耕。目前大哥專責農場事務，女兒則協助銷售事宜，全家同心協力，雖然辛苦但也甘之如飴。今年大哥的玫瑰蕉經檢驗已達到無農藥檢出，開始供應合作社。歡迎把握機會，品嚐玫瑰蕉的特有風味！

貼心小提醒

玫瑰蕉採收後已經後熟。購買後可先由輕捏微軟有彈性，或是微微出現黑點、散發濃郁香氣的果實先吃起。其餘未完熟者請置於通風處，不要與蘋果放在一起，避免玫瑰蕉熟成速度過快。如一時無法吃完，可將熟成的玫瑰蕉剝皮後放入保鮮盒，再放進冰箱冷藏，可多保存幾日。。

【玫瑰蕉供應小檔案】

合作農友：吳東杰（吳怡柔）

品種：玫瑰蕉

產地：台南山上

自主管理等級：農好級



蔬果品質說明

◆藍莓表皮的霧狀白色粉狀物是什麼？可以吃嗎？該怎麼清洗？

買回藍莓後，常會發現藍莓表面有一層霧狀白粉，有人會懷疑這是施藥痕跡或是人工打蠟，因此總是想盡辦法要洗淨。但其實，藍莓表面的白粉是一種天然的植物蠟，主要成分是一些三萜類(如熊果酸)或二酮及酯類，還有一些長鏈脂肪酸。它可形成一種保護層，防護外來細菌、黴菌或是昆蟲對藍莓的傷害，也可以減緩藍莓內部水分透過表皮的蒸散。所以蠟質可以作為觀察藍莓新鮮度的指標——越新鮮的藍莓表皮蠟質越多，顏色也越淺。隨著藍莓採收下來的時間越久，蠟質會減少，因此看起來的顏色會變深。

清洗藍莓時，無需使用小蘇打、醋或清潔劑，用流動的水清洗，或稍作浸泡後，洗去雜質、灰塵，即可食用。已經受損的藍莓較易受到細菌、黴菌感染，應該整顆丟棄。清洗藍莓沒必要使用小蘇打、醋、或清潔劑，用水最好。



▲藍莓表皮的白色粉狀物是天然蠟質，也是觀察果實新鮮度的指標。

◆【只要五步驟，梅子輕鬆釀-1】梅子味噌

梅子味噌是百搭醬料的基底，拌菜、拌沙拉、醃魚肉、烤雞腿都很適合，可使肉質軟嫩，肉質清爽；即使是單純做沾醬，用蔬果棒沾著一口接一口吃，酸甜鹹香，也非常適合作為夏季開胃菜。**製作梅子味噌以纖維較細的胭脂梅或是較熟的黃梅較適合**。做法非常簡單，一層梅子一層味噌一層冰糖（或砂糖）填入罐中，靜置一個月就完成了！

【梅子味噌】

材料



乾淨乾燥的玻璃罐、合作社有機味噌、原色冰糖、完熟黃梅
(可將青梅置於室溫放至黃熟) 或胭脂梅

做法

1. 將完熟梅子去蒂頭、洗淨、晾乾。
2. 取乾淨乾燥玻璃罐，依序放入處理後的梅子、味噌以及糖。
。如喜歡鹹香口味，則可減少糖量或者不放糖亦可。
3. 裝罐置入冰箱冷藏，靜置 1 個月後取出，因梅子會出水，如有水分分離情形，則可搖晃瓶身將之搖勻後置入冰箱冷藏。
4. 待梅子與味噌融合後，即可取出使用。
5. 烹調應用方式：將梅子味噌塗抹於雞腿排或魚肉，置入烤箱烤熟即可 (溫度約 150 度，切忌過度高溫以免烤焦)。



※※推薦利用產品：合作社當季新鮮青梅 (或胭脂梅)、主婦聯盟合作社有機味噌-500g、主婦聯盟合作社原色冰糖、紅冰糖

產品資訊

◆ 新品上市：

品名	規格	生產者	價格	上架時間	說明
鱸魚高湯	500g	貢生	120	4/21	使用目的-海水金目鱸魚全海水養殖較為鮮甜 此為冷凍品，拆封後需加熱，亦可隔水加熱後食用。可添加食品一起烹煮或加入海鮮，口味更鮮美。可用於火鍋當湯底、煮湯、粥料理可添加風味。
生醃里肌嫩肉條	200g/包	花肉社	138	4/21	使用花肉社大里肌肉製作，肉嫩香甜，肉汁飽滿； 搭配特製醃料與裹粉，醃漬入味、外皮酥脆。拆袋即煮，油煎、氣炸、油炸皆美味!
花生可可貝果	360g/3入	中子	190	4/21	(1)選用百年老店-東和的無添加顆粒花生醬，確保每一口都是純淨而濃郁的享受，也添加了好丘自製巧克力甘納許增添風味，貝果口感是剛剛好的Q彈，易於咀嚼。 (2)延續合作社指定使用無添加之高筋麵粉與虎尾糖廠的二砂糖，專屬主婦聯盟，讓您食得更安心。(因生產庫存量不足，北倉預計 4/21 供應，中、南倉預計 4/23 供應)
桂花紫薯貝果	360g/3入	中子	175	4/21	(1)採用輪耕友善種植、不使用農藥又富含營養的台灣紫薯(日本品種-薩模紫薯)做成的內餡，帶著高雅的桂花蜂蜜清香，花香與紫薯獨特香氣交融，讓人愛不釋口。 (2)延續合作社指定使用無添加之高筋麵粉與虎尾糖廠的二砂糖，專屬主婦聯盟，讓您食得更安心。(因生產庫存量不足，北倉預計 4/21 供應，中、南倉預計 4/23 供應)
黑糙米花生米	200g/包	福瑄	130	4/28	採用合作社指定用米膨發後與花生製作，吃的到

品名	規格	生產者	價格	上架時間	說明
香					豐富的花生顆粒與米香，小塊狀米香可一口吃，越咬越香。無油製作、全素、保留原始原料風味。(限量)
蝦米	150g	昌泰	165	5/5	蝦子紅黃色略呈透明，稍有光澤 選用野生海蝦製成、無染色、不添加防腐劑、採熱風乾燥製成。

◆ 恢復供應：

品名	規格	生產者	價格	上架時間	說明
冬瓜糖磚	4入/310g	達益	105	4/21	生產者達益，以純冬瓜榨汁，以特砂熬煮結晶，不添加防腐劑、香料，可煮冬瓜茶使用。(季節性限量供應)
冬瓜茶凍磚	4入/310g	達益	120	4/21	生產者達益，以純冬瓜榨汁，以特砂及珊瑚草粉熬煮結晶，不添加防腐劑、香料。(季節性限量供應)
抹茶紅豆條糕	250g/條	手天品	210	5/8	此為週預定產品，與芝麻條糕做季節性替換供應，預計由5/8供應至10/31。(季節性供應)

◆ 價格異動：

品名	規格	生產者	舊價格	新價格	異動時間	異動原因	供應區域
洋蔥燉牛肉	200公克	漢典	155	160	5/1	生產者表示原料(牛肉)調漲，因此價格調整。	全社
京醬燒肉	180公克		155	160			
台灣牛-牛腩	500公克	鉅景	420	450	5/5	因飼料與人工成本上漲，生產者調整價格。	
台灣牛-牛腱	500公克		420	450			
台灣牛-肉絲	200公克		175	190			
台灣牛-絞肉	200公克		175	190			
台灣牛-半筋半肉火鍋肉片	200公克		180	195			

◆ 規格異動：

品名	舊規格	新規格	生產者	上架時間	異動原因	供應區域
劍蝦仁	200g	150g	湧升	4/28	因加工費、包材及運費成本上升，同步調整公克數；季節性供應。	全社

◆ 包材異動：

品名	舊規格	新規格	生產者	上架時間	異動原因	供應區域
鮮乳坊豐樂鮮乳	946ml	946ml	慕渴 (鮮乳坊)	4/30起	因應鮮乳坊十周年，調整品牌外包裝設計。	全社

◆ 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
草莓雪酪	250g/杯*2	舞茶	350	175	1/6起	雪酪系列回饋新優惠價，買一送一更加實惠，歡迎多加利用。	否
芒果美莓雪酪	100g/杯*2		170	85			
善糧黃金土雞腿剝塊	800g	江森	580	495	2/10起 至利用完為止	優惠價格推廣，回饋社員。	否
善糧黃金土雞去骨雞腿	350g		460	390			
善糧黃金土雞胸	200g*2包		400	340			
愛玉子(石棹)	80g*2包	智立	390	195	2/24-5/6	利用趨緩，以買一送一優惠價格推廣，歡迎社員多加利用。	否
愛玉子(達邦)							
心態減碳牙刷(黑)	1入/盒	伍駒	329	263	3/3起	利用趨緩，故提供優惠價回饋社員，歡迎社員多加利用。	否
心態減碳牙刷(金)	1入/盒		329	263			
心態減碳牙刷(銀)	1入/盒		329	263			
心態減碳牙刷 替換刷頭組	6入/盒		270	216			
台灣茶葉綠菓-烏龍茶籽油	300ml	金椿	1,320	1,100	3/17起	優惠價格推廣，回饋社員。	否
鹽麩鮭魚下巴	300g	御鑫	250	212	3/24起 至利用完為止	利用趨緩，以85折優惠價格推廣。	否
吳郭魚	500g	立川	165	140	3/24 ~5/6	利用趨緩，以85折優惠價格推廣。	否
台茶8號紅茶 (無糖)	490CC	台灣香 日月潭 紅茶廠	29	25	3/24起 至利用完為止	優惠價格推廣，回饋社員。 (限量)	否
台茶18號紅玉紅茶 (有糖)							
台茶18號紅玉紅茶 (無糖)							

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
善糧土雞滴雞精 (常溫)	50ml *10入	龍彧	1680	1680	4/28起至 利用完為止 :買一組送1 包(共11包)	剩餘原料生產出清·買一組送一包·歡迎社員多加利用。	否
好愛胡桃綜合堅果 組	24g/15入/ 組	豆之家	420	399	4/28~5/10	母親節預購取貨期間·限量優惠推廣·利用完畢為止。	否

◆ 暫停供應：

品名	規格	生產者	暫停供應原因	暫停供應時間
五小福貝果	250g/5入	喜願行	重點員工因傷·身體一直未養好·人力不足無法生產該品項。	因生產者人力不足·造成生產困難· 即日起暫停供應 。
金目鱸魚切塊	300g	張博仁	因氣候因素·海水養殖無法達到規格·暫時停止供應。	北倉貨量出完為止
虱目魚肚	250g/2片	邱經堯	產季已結束·今年產季6月開始才有貨。	三倉貨量出完為止
蒲燒虱目魚肚	150g		產季已結束·今年產季6月開始才有貨。	三倉貨量出完為止
花旗參調理包組	36公克/3入/ 盒	集昌	季節品項·利用完為止	5/1~10/31
燒酒雞(蝦)燉料	100g/包			
八珍燉料	130g/包			
加味十全大補燉料	90g/包			
芝麻條糕	240g/條	手天品	週預定季節性供應品項	

◆ 停止供應：

品名	規格	生產者	停止供應原因	停止供應時間
劍蝦仁	200g	湧升	更改產品規格·由200g改為150g。	即日起
桔仔餅	300g	達益	因生產者退休·無法繼續製作此項產品。	利用完畢為止
原色冰糖	500g			

品名	規格	生產者	停止供應原因	停止供應時間
胡蘿蔔綜合蔬果汁	195cc	久津	生產者不再榨汁生產。	利用完畢為止

✓食在地 ✓減添加 ✓少負擔

合作 端午飄香粽

傳承記憶中的米食節味

2025端午預購開跑

3/31(一) ~ 4/26(六)

取貨時間 5/19(一) ~ 5/30(五)

為服務社員，端午預購延至4/26(六)

預購時間 03/31(一)~04/26(六) / 取貨時間 05/19(一)~05/30(五) / 端午節 05/31(六)

※因部分預購產品需事先安排及製作時間產能有限，將採限量供應。

※詳細介紹及產品相關資訊請看合作社官網及專刊。

類型	生產者	品項	規格	預購價
經典肉粽	漢典	南部粽 NEW	160g*4 入	419 元
		北部粽 NEW	160g*4 入	419 元
		酒香桂圓紫米粽 NEW	150g*4 入	340 元
	米棋	經典客家版粽	100g*6 入	390 元
	親憶	黑豬干貝海陸粽 NEW	180g*4 入	480 元
美味甜素粽	漢典	杏菇板栗素粽(全素)	160g*4 入	315 元
	親憶	花生菜粽-附花生粉(全素)NEW	120g*2 入(花生粉 20g/包)	160 元
	阿南達	芋泥紫米粽(全素)	120g*2 入	130 元
	祥太	鹼粽(全素)	90g*6 入	240 元
		紅豆鹼粽(全素)	90g*6 入	280 元
飲品點心	舞茶	本土焦糖海鹽爆米花組	100g*2 包/組	150 元
		柴焙桂圓黑米冰淇淋	100g*4 杯/組	248 元
	豐喜	蜂蜜香檬果凍組	130g *12 杯/箱	330 元
	梅博館	Q 梅蜜棗乾	320g/包(5-8 顆)	190 元
	陳稼莊	有機果汁蒟蒻-綜合口味 NEW	720g(36 入)/包-草莓、桑椹、百香果	345 元
	華興	六龜野蜜茶禮盒	75g*2 盒	1,050 元
	茶中文化	兒茶素綠茶	6g*30 入	399 元

	力象	美國櫻桃紅蒙特羅西酸櫻桃汁 NEW	946ml	400 元
	續豆	天堂莊園咖啡_掛耳包 NEW	12g*10 入	490 元
		天堂莊園咖啡_咖啡豆 NEW	225g	490 元
		天堂莊園咖啡外盒	可裝咖啡豆或掛耳包 2 包	22 元
	大力蔘	有機牛蒡根燉耳(添加糖) NEW	195ml*6 入	440 元
		有機牛蒡根燉耳(無糖) NEW	195ml*6 入	440 元
		有機牛蒡煎茶 NEW	2.5g*12 入	350 元
麥時尚	100%苦蕎麥茶 NEW	6g*15 入	290 元	
精選好物	台中大安肉品市場	筍乾無骨滷豬腳 NEW	600g/包	368 元
		滷紅燒肉 NEW	550g	399 元
	鴨迷	家傳香滷鴨翅	320g/份(6 支)	169 元
		蜜燻鴨肉絲 NEW	100g*2/份	268 元
	元榆	鳳梨蜜梅雞 NEW	1,550g/包	699 元
	御正	日式鹽麴醃漬雞腿排 NEW	220g/包 · 2 包/袋	228 元
		川味椒麻醃漬雞腿排 NEW	220g/包 · 2 包/組	228 元
	邱經堯	鱸魚好蝦水餃	440g(20 粒裝)	335 元
	智立	日本乾干貝	150g/份	799 元
	陳瓊珠	澎湖小卷乾	100g/包	350 元
	品川	酥脆花枝排 NEW	240g/包(60g/片*4)	220 元
	樸實	九層塔堅果油醬 NEW	220g	310 元
		五椒堅果油醬 NEW	220g	310 元
	細粒籽	100%純芝麻油 NEW	250ml	420 元
惠生研	優暢寶消化酵素益生菌 NEW	2g*30/盒 ; 2 盒入/組	980 元	
防曬舒爽	法藍茵	PMD 有機驗證防蚊噴霧	60ml/瓶	520 元
		礦采物理防曬乳	30ml/瓶	648 元
		檸檬草體香凝露	35ml/瓶	385 元
		甜橙清新潔面慕絲	180ml/瓶	595 元
		甜橙清新潔面慕絲-補充瓶	180ml/瓶	590 元
		頭皮髮絲養護菁華油-洗髮前	50ml/隻	960 元
		佛手柑·迷迭香柔順洗髮精	350ml/瓶	585 元

推廣時間 即日起 ▶ 5.3 六

珍藏回憶 品味人生

傳遞心的溫度

念念不忘的媽媽味

梅子的好味道只有春天最知道
台灣生產，無農藥、無化肥，去油解膩好開胃



推廣活動：【傳遞心的溫度 念念不忘的媽媽味】

推廣時間：即日起 ~ 5/3(六)

主題	序	品名	規格	原價	推廣價
期間限定 珍藏專區	1.	龍眼花蜂蜜(推廣期間 3/16-5/3)	500g	350	333
	2.	龍眼花蜂蜜(推廣期間 3/16-5/3)	3kg	1470	1397
	3.	花生粉(推廣期間 3/24-4/26)	100g	75	75
	4.	絞肉(信功)(推廣期間 3/30-5/3)	300g	118	112
	5.	白肉雞雞柳條(御正) (推廣期間 3/30-5/3)	280g	115	109
	6.	白肉雞去骨雞腿(御正) (推廣期間 3/30-5/3)	380g	255	242
	7.	紅麴醃豬排(推廣期間 3/30-5/3)	300g	175	166
	8.	黑胡椒醃豬排(推廣期間 3/30-5/3)	300g	175	166
	9.	米洛波塔莫斯特級初榨橄欖油 (2 件優惠) (推廣期間 3/30-5/3)	500ml*2	840	750
	10.	紫蘇梅(推廣期間 3/30-5/3)	700g/瓶	265	260
	11.	本土花生脆粒豆漿冰淇淋 (2 件優惠)(新品) (推廣期間 3/31-5/3)	100g/杯*2	170	150
春季手作的 梅好滋味	12.	紅玉茶梅	520g/罐 (固形物 280g)	205	205
	13.	手工脆梅	520g/罐 (固形物 280g)	165	165

	14.	黃梅吸凍(豐喜)(12 件優惠)	220g * 12 杯/箱	336	320
	15.	紫蘇梅果凍(豐喜)(12 件優惠)	130g * 12 杯/箱	216	200
	16.	黃梅軟糖(全素)(6 件優惠)	30g/包*6	150	130
	17.	國產精釀梅子酢	360ml	150	140
	18.	紫蘇梅醬	600ml	225	220
	19.	本格梅酒	600ml	385	360
	20.	果釀梅醋	500ml	285	260
	21.	糯米酢	600ml	55	52
	22.	綠主張 38 度米酒(2 件優惠)	600ml*2	440	431
23.	台灣二砂糖	1kg	50	50	
新品推廣	24.	古早味香菇肉羹(新品)	300g	150	150
春遊手作 野餐料理	25.	日本生干貝-3S(組合優惠)	1000g	1,549	1,351
		煙燻野生鮭魚片(組合優惠)	140g		
	26.	野生秋鮭輪切(元家)	600g	320	289
	27.	蒲燒虱目魚肚	150g	200	179
	28.	茄汁虱目魚(2 件優惠)	230g*2	130	115
	29.	益全香米(宜蘭)	2kg	295	266
	30.	益全胚芽米(宜蘭)	2kg	280	252
	31.	壽司豆皮	240g (四角 x12 片)	110	100
	32.	冷凍烤地瓜	600g	110	99
	33.	原味沙拉醬(限量)	300g	70	62
	34.	金桔番茄沙拉醬	250g	82	82
	35.	焙煎胡麻脆綠鮮	220ml	87	82
	36.	芥子脆綠鮮沙拉醬	300ml	87	82
	37.	四方鮮乳莫札瑞拉起司(條) (2 件優惠)	100g/條*2	260	240

	38.	四方鮮乳高達起司	200g	250	240
	39.	桑椹原汁(無加糖)	600ml	400	360
	40.	桑椹果粒醬	300g	225	203
	41.	桑椹醋(加糖)-即飲式	300ml	55	50
	42.	小熱狗	300g	120	114
	43.	優質牛腱肉	1kg	890	755
	44.	小披薩-蔬食杏鮑菇 (站所限定·任選2件85折)	435g/3入	360	306
	45.	小披薩-瑪格麗特 (站所限定·任選2件85折)	405g/3入	360	306
	46.	小披薩-夏威夷 (站所限定·任選2件85折)	300g/2入	360	306
	47.	阿薩姆茶葉蛋	6粒/包	125	125
	48.	澎湖白秋蝦仁(湧升)	200g	235	235
	49.	台灣黑豬漢堡排(柏香)	240g	180	180
	50.	薄肉片(信功)	300g	140	140
		51.	白肉雞雞胸切丁(御正)	280g	115
52.		白肉雞雞胸絞肉	280g	115	115
追思敬祖 好食 & 兒童減添加 點心	53.	雪蓮子麵筋(青葉)(3件優惠)	160g*3	87	78
	54.	滷雪蓮子(青葉)(3件優惠)	170g*3	84	76
	55.	海水午仔魚	500g	360	360
	56.	黑胡椒鹹豬肉	300g	195	185
	57.	帶皮五花肉條(中央畜牧場)	600g/包	330	313
	58.	一口金烏魚子(邱經堯) (限量·利用完為止)	100g/ 約10~15片	800	800
	59.	白芝麻粒(熟)	200g/包	85	85
	60.	麥香餅皮	600g/10片	125	125
	61.	三日苗(環保優)綠藤	50g/盒	98	89
	62.	新鮮香菇(環保級)就是鮮菇	200g/包	90	81

63.	原味豆干	450g/4 塊	55	55
64.	黑糖沙琪瑪	6 入/包	45	45
65.	動物造型餅乾(海鹽)	100g/包	35	35
66.	海苔煎餅	150g/包*	55	55
67.	煎餅	150g/包	55	55
68.	薄鹽海苔	6 入/包	180	180
69.	亞美尼亞水蜜桃蘋果汁	250ml	90	59
70.	亞美尼亞杏桃蘋果汁	250ml	90	59
71.	亞美尼亞沙棘水蜜桃蘋果汁	250ml	90	59
72.	100%胡蘿蔔綜合蔬果汁(3 件優惠)	195ml*3	150	105

禁止酒駕  酒後不開車 安全有保障

※站所限定小披薩系列，任選 2 件 85 折。因系統限制，線上下單 EC 及班配小披薩系列，同品項 2 件優惠。

※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：

- 北倉物流司機、蔬果組組員、蔬果組約聘組員、集貨組組員(工作地點：北倉-新北市土城區)
- 中倉物流司機、冷凍組員、蔬果組組員 (工作地點：中倉-台中市烏日區)
- 儲備站長(工作地點：北投站、惠來站)
- 月薪站務(工作地點：北投站、石牌站、信義站、天母站、大直站、碧湖站、東區站、東門站、雙和站、新店站、木柵站、新竹站、關新站、竹北站、三葉站、斗六站)
- 時薪站務(工作地點：三鶯、竹北站、員林站)
- 短期時薪站務(工作地點：東海站)



合作社徵才網址