

| | | | |
|-------|------|---|------|
| 火曜コース | 提出日 | ⇒ | 配送日 |
| | 1/17 | | 1/24 |

| | | | |
|-------|------|---|------|
| 金曜コース | 提出日 | ⇒ | 配送日 |
| | 1/20 | | 1/27 |

※ご注文の締切りは、★火曜コース⇒木曜日のAM10時まで ★金曜コース⇒月曜日のAM10時まで
 ※土曜日と日曜日は休業日となります。

2023年もよろしくお願ひ致します

謹んで新春のお慶びを申し上げます。旧年中はひとかたならぬご愛顧を賜り、心からお礼申し上げます。

さて、私たちの愛する「生活協同組合 熊本いのちと土を考える会」は、本年の8月をもって40周年を迎えます。巷には「会社の寿命30年説」なるものがあり、一般的な「企業のライフサイクルは30年程度である」と言われているのに、です。素人が、気の遠くなるような議論を重ねながら経営しているこんな小さな生協組合がなぜ、と問いたくなります。

この答えは、今問うた問いの中にこそある気がします。

まず、素人であること。世には専門家と呼ばれる人がたくさんおり、難解な専門用語を駆使して、素人を遠ざけてしまいます。しかし、生活においても、経営においても、誰かに判断を委ねることはとても危険です。自分自身や家族や仲間を大切にできる判断を自分たちで行えること、それこそが大事なのです。分からないから任せるのではなく、分かるまで考えることが大事であって、専門家と呼ばれる人たちには判断材料をもらったり、説明してもらっただけで十分なのです。

次に、気の遠くなるような議論を重ねながら経営していること。人によって問題の捉え方や解決の仕方は様々です。しかも、私たちは経営の素人であるがゆえに、議論が素朴な疑問から出発しがちです。ですから、議論にはとてつもない時間が費やされます。しかし、そこでは自分とは違う視点や考え方への出会い、難問を一緒に解決していく喜びなど、なにものにも代えがたい経験をたくさん得ることができます。そうした経験の蓄積が、あらゆる問題に対する「考える会らしい答え」へと導いてくれているのでしょう。

そして、小さい生協組合であること。生協では、属している者に一切の差別はありません。能力や購買力、出資金の多寡などによる差別はなく、皆が平等に対等に扱われます。このことは、今日、私たちが生きている資本主義社会において奇跡のような事実です。しかも、小さいがゆえにその気になれば仲間である組合員の顔や名前を覚えることは可能です。もっと言えば、その人の家族の顔や名前だって、です。平等であること、そして、顔や名前がわかる間柄であること、それは配慮する力を引き出します。考える会は、お互いを思いやる配慮の力に満ちた組織なのです。

どうでしょうか。「プロではない素人が」「気の遠くなるような議論を重ねながら経営している」「小さい生協組合」であるということ、その要素一つ一つが「いのちと土を考える会」の魅力であり、強さなのです。この魅力、もっともっとみんなに参加してもらって、実感して欲しいです。それでは、本年もどうぞよろしくお願ひいたします。

理事長・高山健也

「あったか麺特集」5~15円引き

会オリジナルの麺類



★地粉を使っているのを見た目はちょっと黒いけど、美味しい！と人気のうどんとそうめんです。

3390 ★そうめん

200g 291円(税込) 5円引

3391 ★うどん

200g 291円(税込) 5円引

3392 ★お徳用そうめん

200g×5 1426円(税込) 15円引

3393 ★お徳用うどん

200g×5 1426円(税込) 15円引

ゆうきスターの「米麺」

3396 ★白米麺

100g 324円(税込) 5円引

3397 ★焙煎玄米麺(太麺)

100g 324円(税込) 5円引

創健社らーめん5種 と 皿うどん



3370 醤油らーめん

3食 567円(税込) 10円引

3373 博多風らーめん

3食 599円(税込) 10円引

3371 塩らーめん

3食 567円(税込) 10円引

3374 四川風らーめん

3食 648円(税込) 10円引

3372 味噌らーめん

3食 567円(税込) 10円引

3368 長崎皿うどん

2食 356円(税込) 5円引

金子製麺の生麺



金子製麺は特別注文書(A4)で
 ご注文ください(1/31 2/3配送)

麺製品 全品5円引き

うどん そば ラーメン
 中華麺 ちゃんぽん
 焼きそば などなど

あけましておめでとうございます！ 2023年 生産者メッセージ

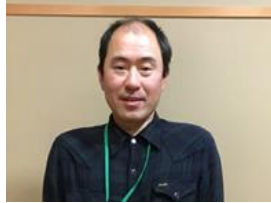
- 今年は生産者の皆さんに質問させていただきました！
- ①主な生産物とおすすめの調理法を教えてください。
 - ②お休みの日の過ごし方(趣味)を教えてください。
 - ③健康の為にしている事があれば教えてください。
 - ④2022年印象に残った出来事は？
 - ⑤組合員の皆様へのメッセージ

顔の見える関係を大切に、
支え合っていきましょう。
今年もどうぞよろしくお願いいたします。



御船 石脇 祐介 生産物:野菜

- ①今の時期は人参、大根、ネギ
(大根おろしが少し辛みがありますがいいですね
ネギは白ネギ(一本ネギ)を作っているので丸焼きが好きです)
- ②敷地内の手入れ(草、木、竹等)、野球、海外ドラマ鑑賞
- ③早寝早起き
- ④会の行事、イベントに参加した事
- ⑤いろいろな会の活動や皆様との関わりから
刺激、活力をいただいています。
自分も頑張らねばと思います！
今年もどうぞよろしくお願いいたします！



山都町 佐藤 昭人 生産物:米・野菜

- ①ごぼう(ごぼうと牛肉炒め)、
人参(煮しめ、炒め物、おでん他)、
しいたけ(バター焼き、佃煮、酢味噌)
- ②散歩、ドライブ
- ③良く寝る事
- ④いつもになく紅葉がきれいだった！孫の成長！
- ⑤いつもお世話になっております。今後共安全安心な農産物
を届けたいと思っております。本年もよろしくお願いいたします。
皆様もお体を大切にしてください。



阿蘇 下田 房雄 生産物:米

- ①米を生産しています。冬は野菜が多く鍋の季節ですね。
我が家では週2回は鍋します。そしてシメは残りつゆにご飯
を入れてオジヤです。野菜、肉のエキスも残すことなくいた
だきます。
- ②たまにツーリング、ときどき妻のショッピングの運転手
- ③家庭菜園を充実させて野菜を多く食べています。
- ④ロシアのウクライナ侵攻。世の中が急にキナ臭くなり世界中
が影響を受けていますね！
7/16 コロナ陽性でした！
- ⑤今年も米、野菜、畜産物の生産者
を暖かく応援してください。
私達も頑張ります。



山都町 佐藤 真実 生産物:米

- ①米(とにかく炊きたて！)
- ②バスケット
- ③スポーツ
- ④ウチの猫がようやく膝の上で寝た
- ⑤去年は近年の中では割とお天気に恵まれた年だった様に思
います。また、今年も良い年でおいしいお米がたくさんでき
ます様に！今年もよろしくお願いいたします！



阿蘇 島川 和也

生産物:米・黒米・豚肉

- ①豚肉、米、黒米
- ②定休日はないが、あいた時間を利用して庭木、花、野菜等を楽しんでいます。
- ②養豚場や田んぼで動き回っている事が健康(体力)の維持に
つながっていると思います。
- ④ウクライナ問題、孫の就職
- ⑤明けましておめでとうございます。今年も健康に気を付けて、
農畜産物の産出に頑張りたいと思います。



旭志 新川 幸弘 生産物:野菜

- ①今年は色々畑以外の事に忙しく出荷できていませんが、素
材が良いので特に調理にこだわりなく塩と味噌、醤油、料理
酒位で適当に煮たり炒めたりするだけです。
- ②自分がその時に楽しいと思える事を大事にしています。
最近は野草や心理学を学んでいる時間が多いです。
- ③やりたいことをやる、自分の心と体の声に正直に向き合う事。
- ④自分でも思いがけずにセラピストの講
座を受けて新しい世界観や関係が開
けたこと。
- ⑤なかなか生産物が出ない生産者です
が2023年もよろしくお願いいたします！



御船 高丸 和彦

生産物:野菜・米・卵・鶏肉

- ①鶏卵、野菜、米
- ②アウトドア(魚釣り、山菜取り)、DIY、食品加工
- ③嫌いであった納豆を1日1食食べている
- ④ロシアのウクライナ侵攻
- ⑤Grow your own food



あなた自身の食べ物を育てよう。人間の肉体は食べ物で出来ている。世界のどこかで戦争が起きるとその影響はエネルギーの問題だけではなく食糧の問題にまで及んでくるのがよくわかりました。食糧も人間にとっては最も大事な無くてはならないエネルギー減だと思えます。農業を大事にしたいです。



大津 古庄 廣美

生産物:野菜・米・雑穀

- ①自給自足を基本としていますので、年間通して、この地で栽培できる米、野菜、雑穀を作っています。毎食利用出来るように準備してくれているアマランサス、ゴマ、ハブ茶と季節に出来る野菜を使ったサラダです。妻に感謝です。
- ②ほぼ毎日圃場に行き、作物を観察していますので、作物の様子を見るのも趣味になっているのかも、また山林のヒノキ、スギ林を見回るのも空気がとてもおいしいです。集落の仲間と温泉に行ったり、観光地や先進農家に行ったりもしています。
- ③朝起きて自己流の柔軟体操とラジオ体操です。
- ④ふれあい畑で収穫祭が出来た事です。貸農園の消費者の皆さんや手入れをしてくれた生産者のおかげで綺麗な圃場になりました。
- ⑤生産者、消費者の会員の拡大を進めて、健康な食べ物を食べて、コロナや戦争が一日も早く終息するようにしたいです。



山都町 吉田康成

生産物:卵

- ①卵
- ②1日完全に休みはありませんが、たまに遠出をします
- ③4つ足はあまり食べない
- ④猪には犬が効果ありで今の所鶏舎への接近なし
- ⑤元気にお過ごしください



合志 高山 健也・陽子

生産物:野菜



- ①野菜いろいろ+雑穀(今の季節は鍋ですネ。ケースがあつという間になくなります。)
- ②読書かDVD鑑賞か子どもとおやつ(ごはん)づくり(基本インドア(いつもアウトドアだから…))
- ③不調を感じたらとにかく寝る(病院には行ってません)
- ④コロナ禍前の様な考える会らしい収穫祭ができたこと。楽しかった!
- ⑤社会もそうですが、自然環境もめまぐるしく変わり、不安ばかりがふくらんでいく日々です。そんな中、希望を少しでも会を通して感じてもらえたら嬉しいです。今年もよろしくお祈りします

網田 本田 泰晴・貴恵

生産物:柑橘類・野菜



- ①れんこん、ブロッコリー、はれひめオレンジ、ちょこっとハーブ(調理法はおいしい油と塩です!!炒めるという事です)
- ②土日休みなどの無い農業ですが、夏の数日天草への魚釣りが楽しみです。
- ③とにかくおもしろい事を考えて笑う事、楽しむ事です!
- ④1年があつという間だった事。毎日充実しています。
- ⑤今年組合が40周年を迎える年です。昔は会社だったこの会が消費者と生産者でつくる協同組合を選択して40年。世代が変わっても組合を選ぶ意志は変わらないように、組合員のひとりとして意味合いを理解し活動していきたいと思えます。

網田 本田 一幸

生産物:柑橘類・野菜



明けましておめでとうございます。旧年中は本当にお世話になりました。今年はずいでお話したとおり蓮根栽培についての除草と同じ一寸したこつがあるのです。そのこつと同じくみかん栽培、野菜栽培に活かしていこうと思います。豊作に向かってフルスピードで頑張っていくので、その度の買い支えをよろしく御願い致します。そしてご家族の皆様のお多幸を祈念致します。

大津 山本 瑞樹・友希

生産物:野菜

- ①色々な野菜!白菜の塩もみボール一杯食べれます。
- ②子ども達と過ごす事
- ③農作業して野菜をもりもり食べる事
- ④イノシシにからいもを一晩で全滅させられた事。
- ⑤農業を始めて今年で10年目になります。まだまだ失敗も多いですが、皆さんに美味しい野菜を沢山届けられるように頑張っていこうと思います。今年も一年よろしくお祈りします。





あったか～麺特集！

- 3397 ★焙煎玄米麺(太麺) 100g 324円 → 5円引
- 3396 ★白米麺 100g 324円 → 5円引
- 3391 ★乾うどん 200g 291円 → 5円引
- 3393 ★徳用乾うどん 200g×5 1426円 → 15円引
- 3390 ★そうめん 200g 291円 → 5円引
- 3392 ★徳用そうめん 200g×5 1426円 → 15円引
- 3370 醤油らーめん 3食 567円 → 10円引
- 3371 塩らーめん 3食 567円 → 10円引
- 3372 味噌らーめん 3食 567円 → 10円引
- 3373 博多風らーめん 3食 599円 → 10円引
- 3374 四川風らーめん 3食 648円 → 10円引
- 3368 長崎皿うどん 2食入り 356円 → 5円引
- 3384 さくらの焼きそば 4食 734円 → 10円引

◆特注品「かねこ製麺」より
麺製品 5円引き！



恵方巻きセール！

2月3日(金)節分です。今年の恵方は「南南東のやや南」

- 1420 板納豆 海想う 80g 296円 → 5円引
- 1421 パック納豆 海想う 40g×2 296円 → 5円引
- 1422 中粒納豆 山笑う 40g×2 314円 → 5円引
- 3255 富士すし酢 360ml 636円 → 10円引
- 3287 生おろしわさびチューブ 40g 411円 → 5円引
- 3277 有精卵マヨネーズ 300g 551円 → 10円引
- 3306 本干したくあん 200g 583円 → 10円引
- 3326 ベニ花オイルのツナ缶 90g 464円 → 5円引

◆特注品「成清海苔店」より

- 5831 焼のり 全型20枚 800円 → 10円引
- 5832 皿垣漁協産焼のり 全型10枚 753円 → 10円引
- 5833 おにぎり用焼のり 2つ切り 749円 → 10円引

◆特注品「パプアニューギニア海産」より



全商品 10円引き！

今週の特注品

..1/31..2/3届け..

☆ライブコットン生活雑貨・ねんど化粧品 2ヶ月に1回
天然素材の小物などオススメ商品を紹介してあります。
ねんどの吸着力が肌をしっとり包み込むねんど化粧品のご案内。

☆クックたかくらの冷凍お惣菜 月1回
国内産の有機無農薬野菜を中心に、調味料も極力国産で安全なものにこだわった手作りの冷凍お惣菜。お弁当に便利！

☆成清海苔店 月1回
成清海苔店は「秋芽一番摘み」だけを使用した海苔で、創業以来「無添加」「無着色」「化学調味料不使用」のこだわりのお店です。

☆パプアニューギニア海産「船凍天然エビ」 月1回
天然でしかも薬品を使っていない、パプアニューギニア産のエビです。
漁獲してすぐに船の上で急速凍結する為、食感や風味が格別です。
10円引きセールでお届けします。

☆かねこ製麺「餃子の皮・生麺」 月1回
一切の添加物を使用せず、穀物の持つ素材の味を引き出す多加水熱製法により導き出された風味・コクのある「昔ながらの味わいを守る本格麺をお試しください。5円引きセール！

☆竹嶋さんのりんご箱入り企画 隔週
りんごの箱入り企画です。りんごの季節は隔週での企画を予定しています。お世話になった方への贈り物にもご利用ください。

☆バナナ予約
有機JAS認定を取得してあるオーガニックバナナです。
1ヶ月単位での予約注文となりますので、ご注意ください。

☆たまご予約
会の卵は飼育環境や飼料を大切に、ご家族が安心して食べられる卵を届けています。予約注文よろしくお願ひします。

余った麺が美味しいおやつに！

「うどんかりんとう」



中途半端にうどんが余った時のお助けレシピです。
適当な大きさに切ったゆでうどんに小麦粉をまぶし、低温でじっくりと揚げます。
表面がカリカリするまで揚げて、熱いうちに砂糖や黒糖をたっぷりまぶせばできあがり。

「そば煎餅」

そばがきとは、そば粉をこねて作る団子のこと。
おつまみのイメージがありますが、実は甘味とも好相性です。そばがきも素材はそばと一緒に、という発想で作った甘味がこちら。作り方はゆでそばをビニール袋に入れて上からこねて丸めるだけ。ゆでずにそのままぜんざいに入れていただきます。



かねこ製麺カレンダーより

商品についてのお知らせ

◆次週(5号)より値上げ

- 3222 純黒糖粉 250g 517円 → 572円
- 3117 ★昭人さんの干し椎茸 70g 662円 → 764円
- 3118 ★昭人さんの干し椎茸(スライス) 70g 593円 → 636円
- 3119 ★昭人さんの干し椎茸(小葉) 50g 432円 → 497円
- 3712 ★昭人さんのごぼう茶 50g 576円 → 662円

No.4 特別注文書-B

| | | | |
|-------|-------|------|-----|
| グループ名 | 組合員番号 | 組合員名 | 注文数 |
|-------|-------|------|-----|

| | | | | |
|-----|-----------|----------|-----|------------------------|
| 配送日 | 火コース 1/31 | 金コース 2/3 | 提出日 | 火コース 1/17 金コース 1/20 |
|-----|-----------|----------|-----|------------------------|

かねこ製麺 生麺、餃子の皮他 (月1回)

もともとは明治10年から続く水車製粉の製粉所で、今は製粉から製麺まで一貫して製造されている神奈川県「かねこ製麺」。国産小麦粉を中心に一切の添加物を使用せず、穀物が持つ素材の味を引き出す製法により導きだされた風味・コクのある「昔ながらの味わい」を守る本格麺です。職人氣質から生まれるこだわりの製品を、是非ご賞味ください。

スープ付き中華麺新登場！(国産小麦粉と蒙古王かんすいでコシとなめらかさを感じる中華麺)



2214 日本の中華麺 醤油
麺120g×2・スープ47g×2
437円

老舗の丸大豆醤油を使ったおいしいスープが麺にびったり。

2215 日本の中華麺 味噌
麺120g×2・スープ47g×2
437円

豚肉と玉葱の旨みが凝縮されたごま味噌スープが旨さの決め手。

2216 日本の中華麺 しお
麺120g×2・スープ47g×2
437円

沖縄の天然塩が、まるやかな味わいを引き出す。



2201 もちぷり餃子の皮
10cm径20枚 240円

国産強力粉で作った、もちもちぷりぷりの厚めの皮。破れにくく包みやすいので、お子様も楽しくお手伝いができます。水餃子や蒸し餃子も楽しめます。

2203 地粉餃子の皮
10cm径20枚 218円

国産小麦粉・農林61号(岐阜、三重他)に北海道産強力粉をブレンドして作ってあります。食感よくおススメです。

2205 地粉春巻き皮
18cm角10枚 307円

国産小麦粉・農林61号(岐阜、三重他)に北海道産強力粉をブレンドして作ってあります。

2202 全粒粉餃子の皮
10cm径20枚 251円

国産小麦粉・農林61号(岐阜、三重他)まるごと挽いた全粒粉の皮。風味と食感が別格です。

2204地粉しゅうまいの皮
6.5cm角30枚 177円

国産小麦粉・農林61号(岐阜、三重他)に北海道産強力粉をブレンドして作ってあります。

2206 地粉ワンタンの皮
8cm角20枚 218円

国産小麦粉・農林61号(岐阜、三重他)に北海道産強力粉をブレンドし、天然かんすいを使用して作ってあります。もちもちの食感がとても美味いのです。

2207 足柄古式生そば
130g×2 333円

北海道産契約栽培そば粉と国産小麦粉・農林61号(岐阜、三重他)使用の昔ながらのコクのあるそば

2208 生うどん(太麺)
130g×2 239円

2209 生うどん(細麺)
130g×2 239円

国産小麦粉・農林61号(岐阜、三重他)使用の昔ながらのコクのあるうどん

2210モンゴルかんすいラーメン
120g×2 239円

国産小麦粉100%、天然モンゴルかんすい使用のラーメン。硬めに茹でて冷水にさらし焼きそば麺としても大変美味しいです。

2211せいろ麺(蒸し中華麺)
150g×2 254円

国産小麦粉と天然モンゴルかんすい使用。昔ながらのセイロで蒸す、コシのある無添加蒸し焼きそばです。



2212せいろ蒸し焼きそば(スープ付)
150g×2 464円

北海道産小麦粉を中心に、独自の製法で作った麺をせいろで蒸しあげること、小麦の風味を残したまま弾力あるもちもち感を引き出しました。黒こしょうがきいたスパイシーな



2213 ちゃんぽん麺(スープ付)
120g×2 464円

国産小麦粉と天然モンゴルかんすいを使用した、豊かな風味と歯触りのよいコシ、なめらかな舌触りがうれしい中太丸麺です。豚肉と鶏肉のエキスをベースに、魚介の旨みを加えたクリーミーでコクのあるオリジナルの無添加スープ付

| No. | 商品名 | 数 | 量目 | 価格(税込) |
|------|-------------------------|---|-----------|--------|
| 2201 | もちぷり餃子の皮 人気NO.1 | | 10cm径20枚 | 250 |
| 2202 | 全粒粉餃子の皮 | | 10cm径20枚 | 267 |
| 2203 | 地粉餃子の皮 | | 10cm径20枚 | 232 |
| 2204 | 地粉しゅうまいの皮 | | 6.5cm角30枚 | 191 |
| 2205 | 地粉春巻き皮 | | 18cm角10枚 | 322 |
| 2206 | 地粉ワンタンの皮 | | 8cm角20枚 | 232 |
| 2207 | 足柄古式生そば | | 130g×2 | 349 |
| 2208 | 生うどん(太麺) | | 130g×2 | 266 |
| 2209 | 生うどん(細麺) | | 130g×2 | 266 |
| 2210 | モンゴルかんすいラーメン | | 120g×2 | 266 |
| 2211 | せいろ麺(蒸し中華麺) 人気商品 | | 150g×2 | 277 |
| 2212 | せいろ蒸し焼きそば(スープ付) | | 150g×2 | 486 |
| 2213 | ちゃんぽん麺(スープ付) | | 120g×2 | 492 |
| 2214 | 日本の中華麺 醤油 | | 120g×2 | 458 |
| 2215 | 日本の中華麺 味噌 | | 120g×2 | 458 |
| 2216 | 日本の中華麺 しお | | 120g×2 | 458 |

5
円
引
き

No.4 特別注文書-B

グループ名 組合員番号 組合員名 注文数

配送

火コース 1/31

金コース 2/3

提出日

火コース 1/17
金コース 1/20

パプアニューギニア海産(大阪府) 「船凍 天然エビ」

天然でしかも薬品を使っていない、パプアニューギニア産のエビです。パプアニューギニアの大海原で生き抜いた、たくましい天然えび。漁獲してすぐに船の上で急速凍結。だから食感や風味が別格です。えびは鮮度が悪くなると殻が黒くなります。そのため天然ですら黒変防止剤などの薬を使うようですが、PNGでは鮮度重視で作業を行い、殻が黒くなる前に急速凍結しますので薬品等は一切使用しません。



1781 PNG天然えび(殻付)
200g 840円
殻付きの天然エビが200g(約10~15尾)入っています。サイズとエビの種類はミックスです。
エビの種類
(バナナ、タイガー、エンデバー)



1782 PNG天然むきえび
120g 698円
殻をむいた天然エビが120g(約10~15尾)入っています。サイズとエビの種類はミックスです。
エビの種類
(バナナ、タイガー、エンデバー)



1783 PNG天然えびあらずり
120g 654円
天然エビ100%のあらめのすり身お鍋や海老かつがおおすすめ。エビの種類
(バナナ、タイガー、エンデバー)



1784 PNG天然えびフライ
120g(Lサイズ*約6尾) 758円
冷凍のまま加熱した油で揚げてください(原材料)・天然エビ・小麦粉(石川、岩手/金沢大地)・パン粉(岩手県産小麦/桜井食品)・水(徳島県)

1786 PNG天然えびコロフライ
100g 785円
3Lサイズ以上の大きなサイズをぶつ切りにして、パン粉をつけました。太い部分を贅沢に使ってあります。

| | 商 品 名 | 規格 | 注文数 | 価格(税込) |
|------|-------------------------|------|--------------|--------|
| 1781 | PNG 天然えび(殻付き) | 200g | | 840 |
| 1782 | PNG 天然むきえび 一番人気! | 120g | 10円引き | 698 |
| 1783 | PNG 天然えびあらずり | 120g | | 654 |
| 1784 | PNG 天然えびフライ(Lサイズ) | 120g | | 758 |
| 1786 | PNG 天然えびコロフライ | 100g | | 785 |



焼のり全型20枚
秋芽一番摘みの海苔の中でお徳用としての焼のりです。色、艶は他の製品に比べ劣りますが、味は一番摘みならではの旨みがあります



血垣漁協産焼のり全型10枚
格付等級検査に実際に食味をする「味検査」を導入した血垣漁協産の「秋芽一番摘み」の海苔に限定。見た目より味を重視した生産を行う血垣漁協の自信作!シャキシャキとしていて口に含むとやわらかい。味は漁協のお墨付き!



おにぎり用焼のり2つ切り10枚×3袋
秋芽一番摘みの海苔を、用途に合わせて2つ切りにした焼のり。保存や持ち運びに便利なチャック付小袋。おにぎりをお召し上がり直前に巻いてお使いください。



焼きざみ海苔20g
秋芽一番摘みの海苔をきざみ、様々な料理の薬味、お供に最適です。一番摘み特優の香りと口どけ、そして旨み特徴です。



味付おかず海苔8つ切り20枚×6袋
海苔の味を引き出す味付けを重視し、国産の原材料を元に素材の味を大事にしました。海苔はもちろん秋芽一番摘みです。



カット焼海苔青のり混り8つ切り80枚
一番摘みの海苔特有の甘み旨みに加え、青のりの香りが口の中に広がります。希少価値のある海苔です。

| | 商 品 名 | 規格 | 注文数 | 税込価格 |
|------|--------------------------|------------|------------|------|
| 5831 | 焼のり 一番人気! | 全型20枚 | 10円 | 800 |
| 5832 | 血垣漁協産焼のり 成清さん一押し! | 全型10枚 | | 753 |
| 5833 | おにぎり用焼のり | 2つ切り10枚×3袋 | | 749 |
| 5834 | 焼きざみ海苔 | 20g入り | | 410 |
| 5835 | 味付おかず海苔 | 8ツ切り20枚×6袋 | | 752 |
| 5836 | カット焼海苔青のり混り | 8ツ切り80枚 | | 725 |
| 5837 | 味のりふりかけ | 50g | | 391 |
| 5838 | 梅かつおふりかけ | 50g | | 465 |
| 5839 | 鮭ふりかけ | 40g | | 615 |
| 5849 | えびふりかけ | 50g | | 391 |

No.4 特別注文書-B

| | | | |
|-------|------|-----|-----|
| グループ名 | 組員番号 | 組員名 | 注文数 |
|-------|------|-----|-----|

| | | | | |
|-----|-----------|----------|-----|---------------------|
| 配送日 | 火コース 1/31 | 金コース 2/3 | 提出日 | 火コース 1/17 金コース 1/20 |
|-----|-----------|----------|-----|---------------------|

東京都・クックたかから冷凍総菜（月1回）



創業以来総てオーガニックの原材料にこだわり、無添加はもとより有機栽培無農薬の農作物、畜産物の素材で作った惣菜を四十年近く宅配業者に卸してきました、機械を一切使わずに包丁一本全て手作業にこだわって作っています。その延長線上で皆様に喜んで戴けるように確かでも何処よりも美味しい日本一のベジタリアン惣菜（植物たんぱく加工食品）作りにも取り組んでいます。

| No. | 商品名 | | 注文数 | 規格 | 価格 |
|------|--------------------------|--|-----|-----------|-----|
| 1802 | 中華丼の素 | 具沢山の中華丼の素。とろっとした汁に美味しさが凝縮されています。 | | 230 g | 574 |
| 1805 | れんこんバーグ | レンコンをたっぷり使った鶏肉入りのハンバーグ。とってもヘルシーです。 | | 40 g × 4個 | 614 |
| 1813 | ヘルシーナゲット | 人参、玉ねぎをみじん切りにして加えてあります、お子様にも是非どうぞ！ | | 150 g | 513 |
| 1816 | からあげ | 自然解凍して温めるだけで、サクッと美味しいからあげが楽しめます。 | | 130 g | 570 |
| 1832 | ササミのチーズフライ | チーズの美味しさとシソの香りがササミとよくあいます。 | | 170 g | 599 |
| 1837 | ちっちゃな豆腐ハンバーグ | | | 6個 | 521 |
| 1843 | ちらし寿司の素 | 酢、ご飯そしてちらし寿司の素を混ぜ込むだけで簡単に美味しいちらし寿司ができます。 | | 150 g | 686 |
| 1845 | おはぎ | ついてやわらかくしたもち米を程よい甘さのアンでくみました。 | | 3個 | 475 |
| 1898 | 体に優しい豚のメンチカツ 人気商品 | 豚肉のメンチカツです。キャベツが入りヘルシーに召し上がれます。 | | 150 g | 448 |
| 1899 | すきやき風コロッケ | 牛挽肉をじっくり煮込んでじゃが芋に練り込んであります。1ランク上の味 | | 150g | 457 |
| 1932 | 鶏肉の甘酢ごま煮 人気商品 | 鶏の胸肉をふんわり揚げて、甘酢とごまで煮込みました | | 150 g | 445 |
| 1939 | パクパク餃子 | 様々な用途に使える一口サイズの餃子です。ちょっと多めの30個入り。 | | 30個 | 948 |
| 1945 | 鶏肉のカレー風味焼き | カレーの風味はあまり強くしていませんので、さっぱりとお召し上がりいただけます | | 150 g | 507 |
| 1981 | 大豆入りひじき煮 | 昔ながらの純和風の優しい美味しさをお楽しみください | | 80 g | 432 |

大好評！ 植物蛋白を使ったお惣菜

| | | | | | |
|------|--------------------|--|--|-------|-----|
| 1957 | グッドミーのちっちゃなベジハンバーグ | | | 6個 | 476 |
| 1958 | グッドミーを使った春巻き | | | 3本 | 502 |
| 1959 | 有機豆乳使用のクリームコロッケ | | | 4個 | 568 |
| 1960 | 有機豆乳使用のマカロニグラタン | | | 180 g | 541 |
| 1961 | 有機豆乳使用のカレーピラフドリア | | | 180 g | 484 |

No.4 特別注文書-B

グループ名 組合員番号 組合員名 注文数

配送日

火コース 1/31

金コース 2/3

提出日

火コース 1/17
金コース 1/20

竹嶋さんのりんご箱入り企画



イメージ写真

通常、りんごはご注文をいただいてから翌週にお届けをしておりましたが、翌週お届けする為には佐川急便（青森から早く着く）で送ってもらう為に、送料が高くなってしまっていました。それを翌々週お届けにする事で、福山通運（送料が比較的安い）で送ってもらう事で、わずかではありますが価格を抑えてお届けする事ができます。

上記の理由から、今月からは、10kg、5kgの箱入りは翌々週お届けのサイクルに変更させて注文を受け付けさせていただきます。（隔週での企画を予定しています）

| コード | 商 品 名 | 注文数 | 価格（税込） |
|-----|-------------|-----|--------|
| 916 | 王林 5kg前後 | | 4,587 |
| 917 | 王林 10kg前後 | | 8,582 |
| 920 | サンふじ 5kg前後 | | 4,860 |
| 921 | サンふじ 10kg前後 | | 9,162 |
| 901 | 紅玉 9kg前後 | | 9,075 |
| 902 | 紅玉 4.5kg前後 | | 4,834 |

※ 王林・・・黄緑色の肌に斑点。果肉はきめ細かく、果汁が多くて甘みが強い。

※ サンふじ・・・「ふじ」を袋かけしないで育てたもの。果汁が多く甘みが強い。

※ 紅玉・・・果肉がち密で酸味が強く、料理用に最適。

No.4

| | | | |
|-------|-------|------|-----|
| グループ名 | 組合員番号 | 組合員名 | 注文数 |
|-------|-------|------|-----|

提出日 火コース 1/17 金コース 1/20

オーガニックバナナ 1ヶ月単位の予約注文



有機JAS認証を取得してあるオーガニックバナナです。
産地はエクアドル産です。

仕入発注の関係で1ヶ月単位での予約注文というかたちになります、毎週のご注文の受け付けはありませんのでご注意ください。

エクアドル産 スイートバレー



程よい酸味とさわやかな甘みがあり、もっちりした食感が特徴のバナナです。

バナナの熟度が進むと酸味はコクに変わり、コクのある美味しいバナナとなります。

バナナの輸入時に植物検疫で病害虫が見つかった場合は、燻蒸処理が行われますが、燻蒸の有無は表示義務がないので見た目では判断ができません。有機栽培したバナナでも燻蒸処理をされると有機バナナとしては流通ができなくなります。有機JASマークがついた有機バナナは燻蒸処理もされていない証です。

| 商品No | 商品名 | 火曜コースの方 | | 金曜コースの方 | |
|------|----------------------------|---------|-----|---------|-----|
| | | 配送日 | 注文数 | 配送日 | 注文数 |
| 976 | 有機バナナ 500g(3~4本)474円(込) | 2/7(火) | | 2/3(金) | |
| | | 2/14(火) | | 2/10(金) | |
| | | 2/21(火) | | 2/17(金) | |
| | | 2/28(火) | | 2/24(金) | |
| | | | | | |

※入荷状況によっては予定していた産地のバナナがお届けできない事も予想されます。
その時はもう一つの産地のバナナをお届けさせていただきますので、ご承知おきください。

No.4

| | | | |
|-------|-------|------|-----|
| グループ名 | 組合員番号 | 組合員名 | 注文数 |
|-------|-------|------|-----|

卵1月予約注文書

提出日

火コース 1/17

| 配送日 | 商品No. | 商品名 | 価格 | 予約数 |
|-----|-------|-----------|-------|-----|
| 7日 | 21 | 普通卵 5 k g | 3,247 | |
| | 22 | 普通卵 3 k g | 1,948 | |
| | 23 | 有精卵 3 k g | 3,247 | |
| | 24 | 卵 10個パック | 445 | |
| | 26 | 有精卵 6個パック | 445 | |
| 14日 | 21 | 普通卵 5 k g | 3,247 | |
| | 22 | 普通卵 3 k g | 1,948 | |
| | 23 | 有精卵 3 k g | 3,247 | |
| | 24 | 卵 10個パック | 445 | |
| | 26 | 有精卵 6個パック | 445 | |
| 21日 | 21 | 普通卵 5 k g | 3,247 | |
| | 22 | 普通卵 3 k g | 1,948 | |
| | 23 | 有精卵 3 k g | 3,247 | |
| | 24 | 卵 10個パック | 445 | |
| | 26 | 有精卵 6個パック | 445 | |
| 28日 | 21 | 普通卵 5 k g | 3,247 | |
| | 22 | 普通卵 3 k g | 1,948 | |
| | 23 | 有精卵 3 k g | 3,247 | |
| | 24 | 卵 10個パック | 445 | |
| | 26 | 有精卵 6個パック | 445 | |
| | 21 | 普通卵 5 k g | 3,247 | |
| | 22 | 普通卵 3 k g | 1,948 | |
| | 23 | 有精卵 3 k g | 3,247 | |
| | 24 | 卵 10個パック | 445 | |
| | 26 | 有精卵 6個パック | 445 | |

有精卵 3 k g は数が足りないときは普通卵3 k g をお届けすることがあります。ご了承下さい。

No.4

| | | | |
|-------|-------|------|-----|
| グループ名 | 組合員番号 | 組合員名 | 注文数 |
|-------|-------|------|-----|

卵1月予約注文書

提出日

金コース 1/20

| 配送日 | 商品No. | 商品名 | 価格 | 予約数 |
|-----|-------|-----------|-------|-----|
| 3日 | 21 | 普通卵 5 k g | 3,247 | |
| | 22 | 普通卵 3 k g | 1,948 | |
| | 23 | 有精卵 3 k g | 3,247 | |
| | 24 | 卵 10個パック | 445 | |
| | 26 | 有精卵 6個パック | 445 | |
| 10日 | 21 | 普通卵 5 k g | 3,247 | |
| | 22 | 普通卵 3 k g | 1,948 | |
| | 23 | 有精卵 3 k g | 3,247 | |
| | 24 | 卵 10個パック | 445 | |
| | 26 | 有精卵 6個パック | 445 | |
| 17日 | 21 | 普通卵 5 k g | 3,247 | |
| | 22 | 普通卵 3 k g | 1,948 | |
| | 23 | 有精卵 3 k g | 3,247 | |
| | 24 | 卵 10個パック | 445 | |
| | 26 | 有精卵 6個パック | 445 | |
| 24日 | 21 | 普通卵 5 k g | 3,247 | |
| | 22 | 普通卵 3 k g | 1,948 | |
| | 23 | 有精卵 3 k g | 3,247 | |
| | 24 | 卵 10個パック | 445 | |
| | 26 | 有精卵 6個パック | 445 | |
| | 21 | 普通卵 5 k g | 3,247 | |
| | 22 | 普通卵 3 k g | 1,948 | |
| | 23 | 有精卵 3 k g | 3,247 | |
| | 24 | 卵 10個パック | 445 | |
| | 26 | 有精卵 6個パック | 445 | |

有精卵 3 k g は数が足りないときは普通卵3 k g をお届けすることがあります。ご了承下さい。

注文記入表・ハート送り便

◇この注文記入表は毎週の注文にお使いいただけます。

◇その他、この注文用紙を使って、家族・友人などへ会の商品を直接発送することもできます(ハート送り便)。荷造りは事務所でを行いますのでとても便利です！！

◇提出〆切 ☆火コースは木曜日のAM10時まで ☆金コースは月曜日のAM10時まで

TEL 096-286-0460

FAX 096-286-0464

月 日 配送分 (提出日)

| コース | グループ名 | 組合員番号 | 組合員名 | 注文数 | |
|-------|--------------|-------|-------|-----|---|
| 商品コード | 商品名 | 数 | 商品コード | 商品名 | 数 |
| 11 | 農産物ケース 普通 | | | | |
| 12 | 農産物ケース 小 | | | | |
| 25 | 卵パック 10個・追加分 | | | | |
| 27 | 有精卵パック6個・追加分 | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

●お届け先●

〒

◎住所

◎TEL

◎名前

※送料は下記を参照ください。ただし、クール料金は別途料金がかかります。

※冷凍品の注文を頂いた場合、別箱になり、2ヶ口の取り扱いとなります。

※リサイクル箱で梱包します。新しい箱を希望される場合は別途100円必要です。

120サイズまでの送料(税込金額) ※140サイズは+220円(沖縄を除く)

| | | | |
|----------|-------|---------|-------|
| 九州(県内含む) | 935円 | 北陸地方 | 1430円 |
| 四国地方 | 1210円 | 関東・信越地方 | 1540円 |
| 中国地方 | 1100円 | 東北地方 | 1760円 |
| 關西地方 | 1210円 | 北海道 | 2640円 |
| 中部地方 | 1430円 | 沖縄 | 2860円 |

| クール料金(15kgまで) | |
|---------------|-------|
| 80サイズまで | +231円 |
| 100サイズまで | +341円 |
| 120サイズまで | +671円 |

♥台所からのメッセージ♥



同じ仲間である組合員（生産者・消費者）へ
『私の声』届けてみましょう！！

イベントの感想や日頃の思いなど

☆組合員名（ ）

* 『いのちと土』への掲載時の紹介について、以下よりお選びください。

実名 イニシャル 台所ネーム（ ）

Large rounded rectangular area with a dotted border containing seven horizontal lines for writing.

オススメの商品や料理方法など

商品などについての疑問など



野菜が傷んで
いたなど

野菜の名前（ ） 配送日（ ）

傷みの状況（ ）

傷みの範囲（ 全部 1/2 1/3 1/4 その他 ）

◎野菜が傷んでいたらご連絡ください。

◎傷んでいた場合のメッセージは、次の配送日（一週間後）までに必ず
ご連絡ください。代引き処理をし、翌週の明細書に記載させていただきます。
（電話・FAXも一週間以内の連絡をお願いします。）

受付日 月 日

担当（ ）