

火曜コース	提出日	⇒	配送日
	6/27		7/4

金曜コース	提出日	⇒	配送日
	6/30		7/7

※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。

今年も始まります! 「決算セ〜ル」 7/4~7/28配送まで

7月は考える会の決算月です。毎年恒例の「決算セール」が今週から始まります。考える会のこだわり商品たちを、週替わりでセール価格で紹介していきます。日頃買った事がない商品の購入や、いつも買っている商品のまとめ買いをするチャンスです。また、決算月ですので会の安定経営の為に、いつもより一品多くの協力購入へ皆様のご協力をよろしくお願い致します。

安心・安全・美味しさを追求「松合食品」「木次乳業の乳製品」全品特価!



松合食品
全品特価!



松合食品では自然と健康、安全な九州の契約農家が有機無農薬農法で栽培した、大豆、麦、米を使用して、製法にもこだわり無添加で、味噌、醤油、酢を作ってくれています。考える会のお付き合いも長く、とても信頼のできる地元のメーカーさんです。応援してください。

松合食品さん全商品が特価(10~20円引き)でのお届けとなります
 松合食品さんの商品は定例注文書(A3)でご注文ください



島根県にある木次乳業は、木次町一帯が「有機農業の郷」と言われており、有機農業を中心に地域をあげて食の自給に取り組み、質の高い安全でおいしい乳製品を製造しています。

定例注文書(A3表面)でご注文ください

1455 プレーンヨーグルト
400ml 332円(税込) 5円引



人気No1
「プレーンヨーグルト」

本場ヨーロッパの味をそのままの正統派ヨーグルト

食べて納得! 「神山鶏」



神山鶏
全品5円引

「神山鶏」の住まいは人里よりもはるか上。澄んだ風が吹き、豊かな水が湧き、時には雲海を見おろす鶏舎で、純真無垢に育ちました。

定例注文書(A3表面)でご注文ください

「ムソー冷凍DEグルメ」



ムソー冷凍DEグルメ
全品10円引

毎月1回の大人気企画「ムソー冷凍DEグルメ」決算セールに合わせて全品10円引きでのお届けです!

よくできます 1767 日本のやさしいアジフライ
人気No1 50g×4 780円(税込) 10円引
特別注文書(A4)でご注文ください 0

「光食品の有機レトルト品」



光食品の有機レトルトシリーズを特価でお届けします。原材料はほぼ全てが有機食材というこだわりシリーズです。忙しい時の助っ人として役立ちますね!

光食品有機レトルト4品・5円引き

特別注文書(A4)「ムソー、桜井、光食品のオススメ」でご注文ください 0



緊急! 元気豚在庫調整セール!

考える会自慢の豚肉「島川さんの元気豚」
一頭買いシステムへご協力お願いします



今週は「ミックススライス」と「ももしゃぶ」!

1001 元気豚ミックススライス 250g×2 1241円(税込) 50円引
1018 元気豚ミックススライス徳用 250g×4 2411円(税込) 100円引
1005 元気豚ももしゃぶ用 250g 667円(税込) 30円引

詳しくは特別注文書(A4)をご覧ください。定例注文書(A3)でもご注文いただけます

モミガラを敷き詰めた発酵豚舎。広いスペースで元気に走り回り、健康で大きく成長していきます。



今年早い梅雨入りで、早くも雨にたたられながら少しずつカモ入れの準備をしています。アイガモのヒナも順調に育っており、10日のアイガモ放鳥に向けてデビューを待っている処です。
 今年は育苗ハウスがありませんので、ニワトリ小屋で育雛中。ややせまい小屋なので早く広い田んぼにだしてやりたいと思います。
 ・・6/9 阿蘇市・島川和也・・

夏野菜の果菜類の苗がハウスの中で元気に育っていますが、まだ畑に定植できていないものがあるので、早く定植をしていきたいと思います
 ・・6/13 御船町・石脇祐介・・



1ヶ月ぶりの配送です。みなさまお久しぶりです。この1ヶ月色々あって配送を休んでおりましたが、ようやく元に戻ってまいりました。先月、奥さんが急に破水してしまい、予定日より1ヶ月以上も早く市民病院に入院。1週間後の(5/29)に無事に生まれました〜！！しかし、1ヶ月以上も早く産まれたため、赤ちゃんはNICUの別室に入院。出産に立ち会う事も、産まれてからも家族が発熱や胃腸炎、インフルエンザ等、たて続けにかかってしまい、なかなか会うこともできずに・・・。
 先日、ようやく我が家に赤ちゃんが帰ってきました〜♡これからが大変ですが、家族6人楽しんでいこうと思います。
 名前は風に実ると書いて風実(ふみ)ちゃんです。
 ・・6/13 大津町・山本瑞樹・・

生産者だより(6/9 ラインメッセージより)

こんにちは。高山農園です。今年は梅雨入りが早かったですね。梅雨入り直前、リトルファーマーズ、我が家とも麦刈りができてよかったです。ふれあい畑では、子どもたちも一緒にやりました。草の背も高く、麦を選り分けながら刈り取る作業は気温が高かったのもあって、きつかったようです。長男が帰りの車中で、「何これ！全然草ないやん!!」とよその畑を見て、思わず漏らしてました。行き道にも麦畑はあったのですが、体験をしたことで、彼の目に映る景色が変わったのだなあと感じました😊
 考える会は生協であり、農協理解にも力を入れています。今月は生産地を訪れ、体験できる合鴨放鳥と田植えのイベントが予定されています。ぜひ大人も子どもも参加して、世界の見え方が変わるかもしれない!?体験を♥
 リトルファーマーズでは先週、菜種の刈り取りと藍の植え付けを行いました。油どうやって絞る? 藍染め、藍のお茶 ♡楽しみ〜など、私たちが初めての体験いっぱいです ♪ サークルにもウェルカムですよ〜

注: 我が子たちはいつも積極的に作業の手伝いをしてくれるわけではありません。
 この日も(頑張ったらアイス🍦買ってくれる?)の交渉から始まりました😊



配送者だより



◇ こんにちは。配送担当の村上です。本格的に梅雨となり、雨が続いております。くわえて気温の高い日が続いており、熱中症の心配が高まっております。皆様お気をつけて過ごされて下さい。
 私事ではありますが、先日よりかねてからの予定にもありました農業研修をスタートさせて頂きました。
 まだまだ最初の一步ではありますが、ゆくゆくは農業を本業とし、組合員の皆様にお届けできるような作物を作れたらと考えております。
 ・・6/9 A1・B1コース 村上 卓・・

紅茶の煮梅

合鴨放鳥で女性陣に好評だった茶梅のレシピです。レシピを教えてほしいとのことだったので紹介します。高丸さんの梅と第三世界ショップのアールグレイで作りました。茶葉3グラムと書いてありますが、もうちよい増やしてもいいかもしれません。1番早く食べれる梅レシピかと思います。

- <材料> つくりやすい分量
- ・完熟梅・・・200g(洗ってヘタをとり、水気をふき取る)
 - ・ダーズリンまたはアールグレイのティーバッグ・・・2〜3個(茶葉3gでもよいが、その場合お茶パックに入れる)
 - ・砂糖・・・130g
 - ・水・・・200 ml

* 梅酒や梅シロップを漬けたあとの梅でもよい。青梅でもつくれるが、酸味が少なくやわらかい完熟梅を使うと煮る時間が短く済む。

<作り方>

1. 厚手の鍋に梅、砂糖、水を入れ、弱めの中火にかける。ときどき鍋を回し、梅を転がしながら8分煮る。アクはすくう。
 2. ティーバッグを入れ、2分煮出す。
 3. 保存容器にティーバッグごと移し、粗熱がとれたら冷蔵庫に入れる。翌日から食べられる。日がたつと味がなじむ。
- ◎アイスクリームに添えたり、ワインに入れてつぶしながら食べたりしてもおいしい。シロップも水や炭酸水で割って飲める。
 ◎冷蔵で半年保存できる。カビを防ぐため、キッチンペーパーをかぶせて梅が液から出ないようにする。

野菜・果物だより

冷蔵庫で余っている野菜を何でもいっぱい使って作る 「野菜たっぷりカレー」

「材料」 豚ミンチか鶏ミンチ 野菜いろいろ 生姜 カレールウ 油 ガラムマサラ

- ① 野菜はすべてみじん切りにする。生姜もみじん切りにする。ズッキーニやナスなど煮崩れするものは多少大きくてもよい。
 - ② ふたがぴっちり閉まるフライパンか鍋に油を入れ、みじん切りの生姜とミンチを炒める。
 - ③ ミンチを鍋の端に寄せ、人参など火の通りにくい野菜を入れる。
 - ④ 野菜に少し塩をふり、その上にミンチをかぶせてぴっちりふたを閉めてごく弱火で蒸し焼きにする。焦げないように注意する。
 - ⑤ 少し火を通してから、他の野菜を④の上にかぶせて同様に蒸し焼きにする。
 - ⑥ すべての野菜に火が通りきったとなったらフレーク状のカレールウを混ぜ、ガラムマサラなどで味を調える。
- ★野菜は、大根、ズッキーニ、ナス、トマト、青菜などだいたい何でもOK。
★焦げるようなら水を足してもよいが、水なしのほうがすべて野菜の水分なので美味しい。
★ふたのぴっちり閉まる鍋を使うのがポイント。

京都使い捨て時代を考える会/安全農産供給センター「新版 野菜はともだち」より

御領ブロックAさんに教えていただきました

「生姜粉末の作り方」



- ① 土をきれいに落とす(皮はそのまま)生姜を繊維に沿って薄くスライスする。
 - ② カラカラになるまでざるに干す
 - ③ すり鉢で粉末にする。
- ※ 今の時期の生姜が一番キメ細かな粉になるそうです。
一年間保存して夏場などの生姜の無い時期に使うそうです。お試しください。

「生姜ご飯」

「材料」 お米・3合 生姜・50gくらい 人参・30g
春夏秋冬だしの素・大さじ3 塩・少々

- ① 生姜は千切り、人参はみじん切りにする。
- ② お米に春夏秋冬だしの素(大3)+水を入れて、塩少々を加え、生姜、人参を入れて炊く。

「辛煮生姜」

「材料」 生姜・50g 醤油・大さじ2と1/2 酒・大さじ2と1/2

生姜はきたないところだけ皮をむき、マッチの軸より細い程度の千切りにする。それを鍋に入れ、醤油、酒を入れて弱火にかけ、時々混ぜながら煮汁がすっかりなくなるまで煮つめて皿にとりさます。
※酒の肴、お茶漬け、お弁当のおかず、焼き魚のあしらい などによい。



連載 27

おいしい



管理栄養士 野口節子



ズッキーニ 低カロリー、低脂質 くせがなく、どんな料理にも

夏が旬。形がキュウリに似ているペポカボチャの一種です。成熟果は1mlにもなります。食用にするのは長径3~5cm、長さ20cmくらいの未熟果で、緑色と黄色の品種があります。くせがなく淡泊な味わいで、どんな料理にも活用できます。

煮込んでカレーやスープに、炒めもの、天ぷらやフライなどの揚げものにも。みそ汁の具にもおすすめです。薄切りにすれば生でも食べられます。ズッキーニ1本当たり、小さじ1の塩でもみ込むと、水分とともに苦味などの雑味も抜けて、浅漬けやピクルスに利用できます。

●ズッキーニの栄養素を上手にとる方法

ズッキーニは低カロリー、低糖質です。またカリウムやβ-カロテン、ビタミンK、ビタミンCな

どの栄養素が比較的多く含まれています。

①油炒めなどで吸収率アップ

β-カロテンやビタミンKなどを効率よく吸収するには、油炒めやフライ、天ぷらなど、油と一緒にとるのがおすすめです。

②栄養素を逃さないスープ・汁物

ビタミンCやカリウムは水溶性で、長く水に浸けたり、ゆでると栄養素が流出します。栄養素を逃さずにとるには、スープや汁物などがいいでしょう。

●保存方法——乾燥に注意

水分が抜けると味が落ちるので、乾燥は大敵です。キッチンペーパーに包んでからポリ袋に入れ、冷蔵庫の野菜室へ。7~10日もちます。

丸ごとぴったりラップに包んでから、冷凍用保存袋に入れ、冷凍庫で保存すると約3週間、切って冷凍すれば約2週間、日持ちします。

決算セール



皆様の協力購入よろしくお願ひ致します！

元気豚在庫調整セール！！

- 1001 ★元気豚ミックススライス 250g×2 1241円 → 50円引
- 1018 ★元気豚ミックススライス徳用 250g×4 2411円 → 100円引
- 1005 ★元気豚モモしゃぶ用 250g 667円 → 30円引

◆**神山鶏** 全商品 5円引き！

◆**木次乳業** 全商品 5～20円引き！

◆**特注品「ムソーDE冷凍グルメ」**
全商品 10円引き！

◆**特注品「ムソー・桜井・光食品のおすすめ商品」**より

レトルト調味料 5円引き！

◆松合食品！

- 2044 阿波屋だし 8g×30 1944円 → 20円引
- 3205 無農薬麦みそ 2kg 1581円 → 15円引
- 3204 玄米合わせみそ 750g 1008円 → 10円引
- 3235 九州丸大豆醤油(大) 1.8ℓ 1687円 → 20円引
- 3236 九州丸大豆醤油(小) 0.9ℓ 1051円 → 10円引
- 3237 九州丸大豆醤油(淡口) 0.9ℓ 1051円 → 10円引
- 3259 たまこココー 150ml 314円 → 5円引
- 3264 「くろ」つゆ濃縮だし 150ml 619円 → 10円引
- 3289 まろやか旨酢タレ 400ml 589円 → 10円引
- 3251 玄米酢(小) 900ml 1574円 → 15円引
- 3348 フリーズドライ味噌汁 5食 661円 → 10円引
- 3349 フリーズドライ味噌汁(ほうれん草とキャベツ) 5食 661円 → 10円引

新商品お試しセール！！

エチゴビールより 有機栽培プレミアムビール(瓶)

有機栽培の麦芽とホップのみで仕込みました。
すっきりとした喉越しと、少し強めの苦味が特徴。

ALC.5%

内容量: 330ml



3835 有機栽培プレミアムビール 330ml×12 4092円 → 40円引

商品についてのお知らせ

◆ウィンナー・ハム一時休止のお知らせ

今まで製造を委託しておりました共同ミート様が、今年の7月をもって加工肉部門を廃止される事となりウィンナー・ハムの製造が出来なくなりました。(※考える会分は6月納品分をもって終了しました)
その為、現在取扱商品検討委員会に新たな委託先を探して頂いている状況です。新たな委託先が見つかるまでは製造が出来ない為、ウィンナー・ハムの欠品が予測されます。
大変ご迷惑をおかけ致しますが、ご理解の程よろしくお願ひ致します。

◆元気豚ローススライス新登場！

ロース生姜焼き用より少し薄いスライスのロース肉。

ロースは脂身とお肉のバランスが良く、キメが細かいおいしい部分です。

1026 ★元気豚ローススライス 250g 826円

今週の特注品

..7/11..14届け..

☆山織「リネンのびのびガーゼケット」

中生地にストレッチ性のある生地を使用し、緩やかな伸縮性を生み出しています。麻ならではの吸湿性、速乾性で、湿気が気になる梅雨から汗ばむ真夏、秋口まで、長く快適に使えます。

☆ムソー「冷凍DEグルメ」

月1回

農薬や化学肥料に頼らず、雄大な大地で育てられた無着色たらこ、ペーパーはたて、シーフードミックス等の冷凍品をお届けします。全商品セール！

☆ムソー・桜井・光食品のおすすめ商品

月1回

従来の干葉産直サービスの缶詰、光食品等をまとめました。
塩麴、辣油、ハーブソルト等人気商品の取り扱いです。
レトルト調味料セールお届けします！

☆太陽油脂「パックスカタログ商品」

月1回

使用後の分解が早く環境にやさしい石けんをベースに、粉石けんや液体石けん、シャンプーやハミガキなど、毎日の暮らしに安心して使える商品が揃っています。

☆7月ミニケース予約

ミニケースは少人数家族向けで、品数7～8品、価格1550円前後になっています。予約注文で1ヶ月毎週利用が基本です。小ケース・普通ケースへの変更もできます。

フリーズドライでつくるみそドリア(1人前)



フリーズドライみそ汁を使ったアレンジレシピ。

牛乳やベーコンと一緒にご飯を煮込み、チーズを乗せて焼くだけで、ホワイトソース要らずの簡単ドリアが出来上がります！

<材料> フリーズドライみそ汁1袋 ごはん1杯分 牛乳200cc
ハーフベーコン2枚 ピザ用チーズ30g

<作り方>

- ①フリーズドライみそ汁を、袋のまま細かく砕く。ベーコンは1cm幅に切る。
- ②小ぶりの鍋に、牛乳を温め、フリーズドライを入れて溶かす。
- ③ベーコンとごはんを加え、煮立たせ、少しとろみが付いたら火からおろす。
- ④グラタン皿に③をうつし、ピザ用チーズを振りかけ、トースターで焼く。
- ⑤焼き目が付いたら完成です。

※牛乳は豆乳やアーモンドミルク、オーツミルク等で代用可能です。

考える会 掲示板

☆組合員名 (倉田和子)

最近注文をじっくり読む時間ができ、早速、ゆうまろ米ができてお米を
読みました。カラー版もあってとてもわかりやすく理解もすすみます。
特に一杯のごはんからの画、一杯のごはんが3株、茶碗飯一杯が3000~
4000粒の命なのでね。田んぼや米をみる目が変わりつつあると思います。
全ての自然環境を守るために素晴らしい取り組みです。折にふれ
少くとも情報発信して下さいと、助かります。
遠くに嫁いだ娘、2人に、身体にいいものは、勿論ですが素晴らしい
生産者の応援もあって送り続けて28年になります。生産者や組合の
皆様には、いつもありがとうございます。感謝申し上げます。

☆組合員名 (吉元 稔)

いつも安心、安全の食材を提供頂き、生産者の方々には
感謝しております。ありがとうございます。そして、運営されている
方、配送して下さる方、おバの方々に感謝の気持ちで

いっぱいです。家族の健康を支える台所が、安心・安全な

食材と愛情であふれているので、Happyな毎日を過ごせそれが

できます。趣味のお菓子づくりも会の粉を7から、2倍も

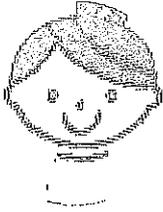
3倍もおいしくなっていると思っております。これからも、よろしくお願ひし

ます。いつもいつも、本当にありがとうございます。♡♡♡

考える会 掲示板

- 先日届いた大量のニンニクは  ^{2袋で} 30個以上
- あつたので、一度に食べるのは難しいからはい
- ニンニク（しょうゆ）とニンニク（バター）に長期間楽しめる
- ように加工してみました。子どもとそのお友達に
- 皮むきを手伝ってもらいました。皮の弱い子は、
- ニンニクの成分で「ヒソヒソやけど」のようになるので
- 注意を!! (N.K)

♥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 ）

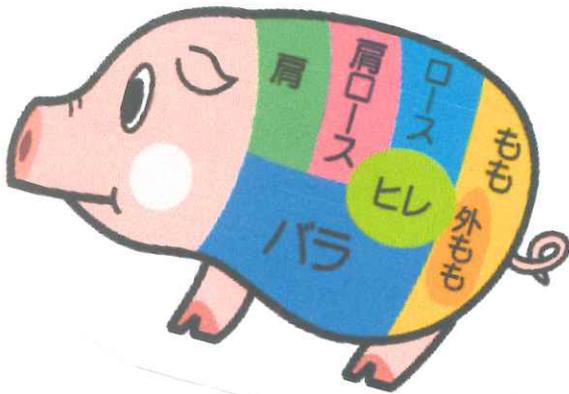
◎野菜が傷んでいたらご連絡ください。

◎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（ ）

こんにちは! 6/14(水)の
運営委員会またぶチームでは、
豚の在庫の報告から、豚について
話し合いました! ハム・ソーセージの
業者が止めるタイミングでもあるとの
ことで、イタリアのように家庭でソーセージ
を作るようにする講習会や企画
はどうか? という意見も出ました。
皆さんのアイデア、ご意見もお寄せ
ください!!



いのち
とを考へる
会
一
日
一
学
No.2

運営委員会
またぶチーム
飛行
不定期マガジン

① 豚肉メニューの紹介
レシキ

一頭買いの説明

部位説明 → メニュー
料理レシキ

・ 300gにミニで使用と200g
おいしいです。

・ 加工品と比べほしい。

やはり脂の部分ばかり落として
使っています。 割合的にも
10% 脂肪を下げると、焼くようにして
リコリス地3:1にして、牛肉より使い
勝手がいいので、嬉しい

今日も話があつた頃に
島川さんの豚肉事情が
良く分かった。

私は毎週のように
ロース、モモ肉を貝巻入
して、それが普通だと
思っていたけれど、あんな美味
たとは思っていません。
知らせる事の大事さを感じた。
調理法とかを学べたら、
購入にもつなげたいと思う

島川さんの豚肉について

- ① 消費に協力
子供家族に伝え、毎月7%オフ
している。
- ・ 野菜炒め(お肉の活用)
- ・ しょう油をトンカツ風に(チーズは使わず)
- ・ お好み焼き

島川さんの豚肉はとってもおいしいです。
会に出荷するのための配合飼料を育て
られているそうです。しかし、一頭買いのシステム
のために、余っている部位があると、次の豚の
入荷が滞りそうだと、折はまりがよくなる
いるから、たぶん皆さんに買ってもらうため
に、価格を見直すのかもしれないと思
います。

精肉担当の立ッ職員に

素朴なギモンに
答えてもらいました!

モリモリ
食べましょう♡

○豚のあぶらの栄養は?
トカツ用はなぜ高い?
○ぶたの出荷の適齢期で遅いほど
可成りいいと
どうなるの?

○豚のあぶらの栄養素?

豚の油にはビタミンB群が多く含まれ、特にビタミンB1は全食材の中で
トップクラスです。ビタミンB1は糖質を燃やしエネルギーに変えてくれる為、
大変必要な栄養素です。

また、ビタミンB群は疲労回復のビタミンと呼ばれており、筋肉に乳酸が溜まるのを
防いでくれます。

○トンカツ用はなぜ高いのか?

とんかつ・しょうが焼き用が高い理由として

とんかつなどに使用しているロース肉は、

肉と脂のバランスが良く、味も良いという意味で、高級部位とされており、
考える会でも値段が高くなります。

その反対に、バラ肉などは脂分が多いため、価格は比較的安く
設定されています。

しかし、今後は需要と供給のバランスなどを考え、トンカツ肉などのロース肉の
値下げも検討しております。

○ぶたの出荷の適齢期をすぎるとどうなるか?

豚の出荷適齢期を過ぎると、体重が増え、肉が脂肪へと変わり

脂身が多い豚肉になってしまいます。

考える会では月に1回の出荷しかない為、毎回丁度の適齢期での出荷が
難しく、豚の個体差がどうしても発生してしまいます。

2023年 27-①

配送日

火コース 7/4

金コース 7/7

注文書回収

火コース 6/27
金コース 6/30

グループ名 組合員番号 組合員名 注文数合計

記入は赤など目立つ色でお願いします

★印は考える会生産者の農産物や、それを原料に作られたオリジナル商品です

考える会生産者の農業不使用野菜！
★農産物ケース
目指せ週間300ケース！

2022年産★ゆうきスター米

91	★玄米(2022年産) 30kg 17112円
92	★玄米(2022年産) 10kg 6016円
93	★玄米(2022年産) 5kg 3065円
94	★玄米(2022年産) 1kg 629円
95	★白米(2022年産) 10kg 6962円
96	★白米(2022年産) 5kg 3692円
97	★白米(2022年産) 1kg 755円
3092	★ゆうきスターの米ぬか 500g 162円

★ゆうきスターの米類(高丸さん・高山さん)

3168	★ゆうきスター米の米類(冷凍) 200g 359円
3165	★ゆうきスター米の米類(冷凍) 500g 814円

松下かまぼこ(天草)の練り製品

1431	ちくわ 50g×3 370円
1432	ヤサイチギリ天 150g 370円
1433	地魚(ジャコ)丸天50g×3 375円
1434	ごぼう丸天 50g×3 375円
1435	野菜丸天 50g×3 375円
1436	イカ下足丸天 50g×3 375円
1437	たこ丸天 50g×3 375円

森ノリノ(菊池)の農園納豆

1420	板納豆 海想う 80g 301円
1421	パック納豆 海想う40g×2 301円
1422	中粒納豆 山笑う 40g×2 320円

●神山鶏 冷凍 全品5円引き

1715	神山鶏 もも 270g 669円
1716	神山鶏 むね 210g 391円
1717	神山鶏 ささみ 250g 550円
1718	神山鶏 平肝(レバー) 250g 456円
1719	神山鶏 砂肝 250g 456円
1720	神山鶏 手羽先 250g 505円
1721	神山鶏 手羽元 300g 477円
1722	神山鶏 手羽中 250g 515円
1723	神山鶏 ミンチ 200g 524円
1724	神山鶏からあげセット(モ、ム) 300g 698円
1725	神山鶏 骨付きモ 2本(600g) 1234円
1727	神山鶏 骨付きももぶつ切り 300g 711円

組合員さんが国産小麦で作ってます 麦の穂のパン

1510	食パン 1斤 513円
1511	ロールパン 6個 513円
1549	バターパフ 3個 416円
1518	あんパン 2個 448円
1526	シナモンチョコ 1個 278円
1540	塩バターロール 3個 351円
1521	バジルパン 1個 298円

NonGMO飼料を与えています 木次乳業(島根)の乳製品

1451	パスチャライズ牛乳 1L 402円 5円引
1452	フランスイス牛乳 500ml 245円 5円引
1453	ミルクコーヒー 1L 315円 5円引
1454	ミルクコーヒー 500ml 178円 5円引
1455	プレーンヨーグルト400ml 332円 5円引
1456	奥出雲ヨーグルト90g×2 271円 5円引
1459	美楽ヨーグルト 90g 146円 5円引
1465	赤玉チーズ 180g 1091円 15円引
1466	カマンベールチーズ120g 1037円 10円引
1467	プロボローネチーズ380g 2052円 20円引
1468	プロボローネピッコロ100g 583円 10円引
1469	モツァレラチーズ100g 518円 5円引
1471	ナチュラルスナッカー70g 508円 5円引
1476	牧場のカスタードプリン100ml×2 454円 5円引
1474	ミルクのプリン 80g×2 271円 5円引
3195	ホエイあまざけ 230g 594円 10円引

とろてん 初夏のおすすめ商品

2033	お徳用とろてん 500g 418円
2034	とろてん 150g 224円

バター、マーガリン

2001	北海道バター(加塩)150g 402円
2004	北海道バター(無塩)150g 431円 限定
2002	紅花ハイプラスマーガリン180g 346円
3333	よつ葉のスキムミルク150g 311円

海産品 冷凍

2101	開きアジ 2枚 450円 丸正水産
2102	塩サバ 2~3枚 540円 丸正水産
2103	丸干し 350g前後 499円 丸正水産
2105	ちりめんじゃこ100g 747円 丸正水産
2106	いりこ 150g 540円 丸正水産

海産物

2044	阿波屋だし 8g×30 1944円 松合食品 20円引
2018	おだし用かつお節粉末100g 532円
2019	おだし用混合節粉末100g 488円
2007	塩ワカメ 500g 274円 冷蔵 天草本川海産
2045	天然利尻こんぶ 40g 605円
2046	早煮こんぶ 27g 302円
2022	花かつお削り 100g 442円 山川産
2023	かつおパック(3g×4)×2 391円 枕崎産
2024	とろろ昆布 40g 278円 北海道産
2025	かんてん雪糖(フレック7g) 199円
2027	干しサクラエビ 5g 562円 創健社
2028	乾燥めかぶ 110g 453円 天草本川海産
2029	あおさ 25g 462円 天草本川海産
2031	天草芽ひじき27g 238円 天草本川海産
2047	乾燥わかめ 天然伊勢志摩産 8g 410円

原料にこだわった 味噌

3205	無農薬麦みそ2kg 1581円 15円引
3204	無農薬玄米合わせみそ750g 1008円 10円引
3201	麦みそ(久保さんの無農薬裸麦)750g 796円
3203	ハト麦みそ 650g 930円 内田物産 九州
3202	★米みそ(島川さんの無農薬米)750g 796円

マルシマ 野菜鍋の素

3610	旨辛 野菜鍋の素 40g×2 248円
------	---------------------

お酢 他

3251	玄米酢(小)0.9L 1574円 松合食品 15円引
3252	富士酢(大)1.8L 2160円 飯尾醸造
3253	富士酢(小)0.9L 1296円 飯尾醸造
3255	富士すし酢 360ml 756円 無農薬原料
3256	りんご酢 600ml 648円 日食
3258	ゆずポン酢 300ml 473円 丸島醤油
3297	カンタン八芳酢 360ml 508円
3298	お徳用カンタン八芳酢900ml 972円

塩・砂糖

3213	はやさき水にがり 300cc 900円
3218	小さな海・天日塩 中粒240g 508円
3219	小さな海・釜炊き塩 小粒240g 508円
3214	豊穡塩500g 184円 オーストラリア天日塩
3215	豊穡塩5kg 1188円オーストラリア天日塩
3210	はやさき天日塩 大粒500g 900円
3212	はやさき天日塩 小粒250g 850円
3216	詰替用・粗挽き塩胡椒150g 586円
3222	純黒糖粉(喜界島産) 250g 572円
3223	てんさい糖(北海道産) 650g 509円
3226	きび粗糖 500g 322円(種子島産)
3217	氷砂糖 1kg 650円 (北海道産てんさい糖使用)

黒ごしょう 第三世界ショップ

3227	黒胡椒(粒)カレーの壺 ^ペ ッパ ^ー -20g 389円
3228	黒胡椒(粗挽き)カレーの壺 ^ペ ッパ ^ー -20g 389円

松合食品のしょうゆ 他

3235	九州丸大豆醤油(大)1.8L 1687円 松合 20円引
3236	九州丸大豆醤油(小)0.9L 1051円 松合 10円引
3237	九州丸大豆醤油・淡口(小)0.9L 1051円 10円引
3259	たまごッコー 150ml 314円 松合 5円引
3264	「くろ」つゆ 濃縮だし400ml 619円 松合 10円引
3289	まるやか旨酢タレ400ml 589円 10円引

油(圧搾一番搾り)

3240	なたね油(大)1650g 2052円 坂本製油
3241	なたね油(小)825g 1188円 坂本製油
3242	なたねしらしめ油(大)1650g 2052円
3243	なたねしらしめ油(小)825g 1188円
3244	胡麻油(大)1650g 3996円 坂本製油
3245	胡麻油(中)660g 1944円 坂本製油
3246	胡麻油(小)273g 972円 坂本製油
3247	紅花油 660g 1620円 坂本製油
3249	山江村産えごま油 105g 2376円 堀内製油
3278	有機EX-Vオリーブオイル250ml 1458円

○みんなで生産者の生産活動を支援しよう！

11	農産物ケース 普通
12	農産物ケース 小

NonGMO飼料を与えています
★高丸さん、吉田さんの卵
※ご協力お願い致します

25	★卵パック 10個 445円
27	★有精卵 6個 445円

★特注野菜

※B品が不足した時はA品をお届けします

※▲の野菜は欠品の可能性があります

103	★うずまきピーツ 300g 444円
108	★紫じゃが芋 500g 264円
109	★赤じゃが芋(ドラゴンレッド)1kg 341円
111	★じゃが芋 1kg 341円
113	★じゃが芋 B品 2kg 341円
121	★玉ねぎ 1kg 264円
123	★玉ねぎB品 2kg 264円
125	★赤玉ねぎ 500g 150円
130	★人参 400g 203円
134	★人参B品 800g 203円
151	★からいも 1kg 407円
152	★からいもB品 2kg 407円
170	★にんにく 100g 171円
180	★生姜 150g 235円
181	★お徳用生姜 500g 761円
235	★深ネギ 200g 201円
250	★パセリ 30g 226円
252	★スイートバジル 30g 226円
262	★ピワの生葉 10枚 207円

★ゆうきスターの米類

3397	★焙煎玄米(太麺)100g 324円
3396	★白米 100g 324円

考える会オリジナル もち米、雑穀

3052	★もち米(白米)1kg 792円
3053	★もち米(玄米)1kg 720円
3012	★押し麦 500g 539円 福岡・久保さん
3062	★島川さんの黒米 150g 339円

★ニンニクの芽ペースト(いなかもん倶楽部)

3167	★ニンニクの芽ペースト(小) 90g 517円
3166	★ニンニクの芽ペースト(大) 180g 842円

★島川さんの元気豚 冷凍

1001	★元気豚ミックススライス250g×2 1241円 50円引
1018	★元気豚ミックススライス徳用250g×4 2411円 100円引
1002	★元気豚バラスライス250g×2 1131円 限定
1005	★元気豚モモししゃぶ用250g 667円 30円引
1006	★元気豚肩ロースししゃぶ用250g 707円
1014	★元気豚ミンチ 200g 435円
1015	★元気豚ミンチセット200g×2 850円
1007	★元気豚モモブロック500g 1178円
1008	★元気豚バラブロック500g 1130円
1009	★元気豚肩ロースブロック500g 1350円 限定
1013	★元気豚とんかつ用300g 3枚 994円
1010	★元気豚ロース生姜焼き用300g 994円
1012	★元気豚ヒレ 300g 1266円
1019	★骨付きバラ肉(カット)500g 911円 おススメ
1021	★元気豚小間切れ 200g 442円 超希少
1011	★元気豚軟骨 300g 355円 数量限定
1017	★元気豚バラ焼き肉用 250g 603円 数量限定
1025	★元気豚バラ切り落とし 200g 435円
1026	★元気豚ローススライス 250g 826円

★高山さんのオリジナル加工品

3172	★simpleコチュジャン120g 517円 冷蔵
------	---------------------------

★下田さんのオリジナル加工品

3162	★高菜ラー油 130g 740円 冷凍
------	---------------------

★本田泰晴さんのオリジナル商品

3180	★ファームデュカ 30g 740円 限定
3181	★ネーブルソルト 30g 740円 限定
4105	★本田さんの発酵肥料10kg 1572円
4108	★本田さんの発酵肥料5kg 944円

北村きのご園(鳥取)

3190	エリンギ 100g 135円
3191	えのき 100g 113円

豆腐・あげ類(内田安喜商店)

1414	ひのくに地豆腐 木綿140g×2 168円
1415	ひのくに地豆腐 絹 140g×2 168円
1418	木綿豆腐 400g 180円
1419	絹豆腐 350g 180円
1410	豆乳 500ml 1 335円
1411	寿しアゲ 20g×5枚 216円
1412	生アゲ 50g×1枚 118円
1413	きぬ厚アゲ 220g 168円
1417	手にぎりがんも 1枚 148円

★元気豚の加工品 冷凍

1305	★粗挽ウインナー110g(5本)503円
1304	★粗挽ウインナーセット 110g×2 984円
1306	★粗挽フランクフルト180g(3本入)814円 限定
1307	★ちっちゃなウインナー 200g 902円 限定
1301	★ロースハムスライス100g 527円
1308	★ロースハムスライスセット100g×2 1009円
1303	★ショルダーベーコンスライス100g 490円 限定
1302	★バラベーコンスライス100g 490円 限定
1309	★バラベーコンブロック200g 959円 限定
1311	★元気豚しゅーまい30g×6 691円
1313	★元気豚肉まん 75g×2 427円
1314	★元気豚ハンバーグ120g×2 718円

那珂川キッチン

1501	台湾カステラプレミアム(冷凍)220g 926円
------	--------------------------

うなぎ(静岡県産)

2121	うなぎ蒲焼カット(静岡県) 80g 2549円
2120	うなぎ蒲焼長焼き(静岡県) 110g 2981円

縦合計 ()

カレー、シチュー		梅肉エキス、ハチミツ、ジャム		お茶、紅茶、コーヒーなど		会オリジナルお菓子（大人気!!）		洗濯、台所用、食器洗い、掃除用洗剤		日用雑貨	
3341	アショカのカレー粉 100g 535円	3318	梅エキス・粒 90g 4104円	3711	★久保さんの麦茶500g551円	3503	★高丸さんの玄米ぼんせんべい8枚342円	4001	ハブの香り液体石けん800ml 1022円	4059	トレットパパー 太穴芯無6ロール 556円
3344	中辛植物素材のカレー粉135g 486円	3317	梅肉エキス(小) 90g 4395円 梅丹本舗	3712	★昭人さんのごぼう茶50g 662円	お菓子		4002	詰替・ハブの香り液体石けん2kg2043円	4061	無漂白コーヒーフィルター2~4人用100枚 611円
3345	辛口植物素材のカレー粉135g 486円	3224	県産ハチミツ(大)1kg 4372円	3710	★古庄さんのハブ茶(生)500g720円	3541	きなこねじり菓子 8本 (190g)389円	4003	ハブの香り粉石けん1.8kg 1225円	4073	ホジエン ダストパック4枚 1210円
3343	甘口植物素材のカレー粉135g 486円	3225	県産ハチミツ(小)600g 2957円	3715	ハト麦茶 400g 550円 かぬま	3544	黒こしょうおかき 70g 400円	4006	クリーン食器洗い乾燥機専用洗浄剤500g 550円	4069	天然蚊取り線香「mone」10巻 462円
3342	ハヤシルー115g×2 509円 日食	3320	マーマレード 200g 497円	3716	玄米物語(黒炒り玄米コヒ)5g×20 810円 終了	サンコーのお菓子		4007	アルカリウオッシュ500g398円地の塩	4070	菊花せんこう(6時間用)30巻1137円
3347	コーンシチューフレーク180g508円	3321	ピーナッツクリーム150g 464円 創健社	3721	下田さんの釜炒り茶90g540円	3540	有機栽培コーヒーゼリー 110g 292円	4013	アルカリウオッシュL(香料入)600g583円	4071	くすの木しょうのう10g×8包 1727円 限定 休
3346	植物素材のデミグラスソース135g486円	3279	メープルシロップ 250ml 1490円	3728	下田さんの釜炒り茶ティーパック2g×15 648円	3510	クリームソフトクッキー マーブル風味 95g 389円	4008	クエン酸 300g 495円 地の塩	4072	くすの木せんこう14cm×230前後1034円
3350	植物素材のホワイトソース風ルー110g 476円	農産加工品		3722	下田さんの釜炒り粉末茶50g540円	3511	ひじきスティック 110g 324円	4011	くまモンのお掃除重層 600g 330円	4062	ムッキーちゃん 1個 488円
調味料(ソース、ドレッシング等)		3117	★昭人さんの干し椎茸70g 764円	3725	下田さんの冷茶 7g×15 540円	3511	ひじきスティック 110g 324円	4010	ウオッシュ・ウオッシュ液体石けん(無香料)2L 1650円	4057	オーガニック化粧用コットン8×10g 48枚 493円
3285	ゆずごしょう 40g 309円	3118	★昭人さんの干し椎茸(スライス)70g636円 限定	3701	紅茶(藤本製茶)3g×10 540円	3542	野菜スティック 110g 324円	4029	ミセル固形石けん5個 537円 白井油脂	酒類 20歳未満の飲酒は法律で禁止されています	
3286	練りからしチューブ49g 389円	3119	★昭人さんの干し椎茸(小葉)50g497円限定 休	3702	紅茶7-ルグレイ(藤本製茶)3g×10 702円	3548	ミレービスケット 165g 346円			料理酒	
3287	生おろしわさびチューブ40g443円	3124	胡参竹水煮たけのこ120g 363円	3703	岳間茶/蒸し茶(藤本製茶)200g1080円	3529	サンコーのど飴 14粒 151円			3810	特選・料理用自然酒1800ml 3005円
3271	焼き肉のたれ 350g 617円 ヒカリ	3193	(板)有機生いもこんにやく 250g248円	3704	岳間茶得用き茶(藤本製茶)300g756円	3520	小倉ようかん 58g 162円	手洗い、浴用、洗顔、シャンプー		3811	特選・料理用自然酒720ml 1460円
3265	ウスターソース360ml 421円ヒカリ	3127	有機生いも糸こんにやく 250g268円	3737	しょうが湯 20g×5 268円 マルシマ	3552	アーモンドキャラメル 165g 378円	4021	泡ハンドソープ 300ml 1022円		
3275	中濃ソース 300ml 497円 創健社	3194	有機生芋しらたき200g238円 休	3738	花梨はちみつしょうが湯12g×5 380円	3535	ポテトチップス(しお味) 58g216円	4022	詰替・泡ハンドソープ 250ml 664円	オリジナル焼酎「いのちの雫」 ゆうきスター米使用(佐藤真実さん)	
3276	濃口ソース 300ml 497円 創健社	3134	きくらげ(熊本産) 20g 500円	3739	たんぼぼコーヒー150g1481円 杉食	3557	ミルクスティック 100g 324円	4023	無添加石けん 135g 316円 白井油脂		
3280	オイスターソース 140g 427円	3301	にがり凍み豆腐(国産有機丸大豆)48g 391円	3730	ブレンドコーヒー200g972円 第3世界	3514	のりり揚げ餅 40g 238円	4024	よもぎ石けん100g×4 1047円 地の塩		
3266	トマトケチャップ(大)チューブ 500g562円	3302	もち麩 25g 292円 田辺麩店	3732	有機インスタントコーヒー(瓶入)100g 1474円	3515	みたらし餅 たれ付き 餅8個 たれ20g 346円 ※お餅は温めるのがポイントです!	4025	フラワーガーデンC 85g×3 660円 地の塩 新規格	3803	★いのちの雫 原酒43度720ml 2750円
3267	トマトケチャップ(小)瓶400g463円	3303	車麩 大6枚 298円 マルヨネ	3733	有機インスタントコーヒー(詰替)80g 1230円	3517	スイートポリコーン 85g 216円	4026	炭石けん 100g 823円 地の塩	3805	★1箱いのちの雫原酒43度×12本 32156円
3269	トマトピューレ320g 356円			3735	こんぶ茶 80g 697円 健康フーズ	3518	牛乳かりんとう 100g 270円	4030	ちのしおペーパー泡の全身ソープ330ml 913円 限定	3804	★いのちの雫 25度 720ml 1558円
3277	有精卵マヨネーズ/チューブ300g616円	★考える会オリジナル乾麺		光食品のジュース類		3518	牛乳かりんとう 100g 270円	4031	詰替・ちのしおペーパー泡の全身ソープ280ml 495円	3806	★1箱いのちの雫 25度×12本 18130円
3272	胡麻ドレッシング390ml 932円	3391	★乾うどん200g291円 久保さんの小麦粉			3525	小粒水ようかん 16g×12 300円	4020	デンシーハミガキ 80g 506円 ムソー	ワイン、自然酒	
・小麦粉・雑穀・豆		3393	★徳用乾うどん200g×5袋 1426円	3745	人参ジュース160g×3缶514円 ひかり無農薬原料			4035	炭シャンプー 390ml 918円 地の塩		
3047	★ゆうきスター米粉(白米) 300g 416円	3390	★そうめん200g291円 久保さんの小麦粉	3746	1箱人参ジュース160g×30缶4989円 無農薬原料			4036	詰替・炭シャンプー 350ml 572円 地の塩	3813	自然酒純米吟醸(小)720ml 1806円
3048	★ゆうきスター米粉(玄米) 300g 326円	3392	★徳用乾そうめん200g×5袋 1426円	3762	有機野菜飲むならこれ190g×3缶528円			4037	炭リンス 390ml 935円 地の塩	3815	自然酒純米原酒(小)720ml 1587円
3009	★小麦粉500g345円 福岡県・久保さん(無農薬)	麺類		3763	1箱有機野菜飲むならこれ 30缶 5141円			4038	詰替・炭リンス 350ml 572円 地の塩	3823	井筒ワイン 赤甘口720ml 1539円
3011	★強力粉500g345円 福岡県・久保さん(無農薬)			3766	オーガニックジンジャーエール250g×3缶 431円			4034	ナチュラル石けんはみがきジェル 80g 495円	3824	井筒ワイン 白辛口720ml 1539円
3282	北海道産有機小豆・ムソー 200g 799円	3362	くず切り 100g 421円	3767	1箱オーガニックジンジャーエール30缶 4180円	浅漬けの素 漬物		バックス(太陽油脂)商品		3825	井筒ワイン ロゼ720ml 1686円 今期終了 休
3294	国内産有機大豆 200g 454円 再開	3365	国産はるさめ 100g292円 金正食品	3768	オーガニックぶどうサイダー250g×3缶 431円	3257	富士ビクル酢 360ml 633円 飯尾醸造	4041	バックス石けんハミガキ120g 462円	3826	井筒ワイン メルロー辛口720ml 1939円
3296	国産有機黒豆(北海道)200g 675円	3366	ロングパスタ(スパゲッティ)300g 416円	3769	1箱オーガニックぶどうサイダー 30缶 4180円	3281	7日浅漬けの素(ぬか漬け風味)500ml 497円	4042	バックス抗菌ハンドクリーム70g 935円	3835	NEW 有機栽培プレミアムビール(瓶) 330ml×12本 4092円 40円引
3311	パン粉 国産小麦粉100%使用 150g211円	3367	ショートパスタ(マカロニ)300g 416円	3772	オーガニックぶどうジュース160g3缶 497円	3306	本干したくあん 200g 583円 ムソー	4043	バックス抗菌リップクリーム3.5g 715円	9972	手土産ワイン用紙袋 ・1本用 84円
3307	純白玉粉 150g 295円 秋田白玉	3370	醤油らーめん3食 567円 創健社	3773	オーガニックぶどうジュース160g30缶4838円	3288	補充用麴屋基平熟成ぬか(乾燥)400g400円	4044	UV(日焼け止め)クリーム45g 1430円	9973	手土産ワイン用紙袋 ・2本用 157円
3309	片栗粉 200g 231円 桜井	3371	塩らーめん3食 567円 創健社	3764	国産有機トマトジュース(無塩)160g3缶 497円	3290	軸付タカノ爪 5g 324円	4045	バックス酸素系漂白剤ボトル430g 605円		
3310	よしの本葛 55g 633円 富士食品	3372	味噌らーめん3食 567円 創健社	3765	1箱国産有機トマトジュース(無塩)160g30缶4838円	3291	粉からし 20g 270円	4046	バックス酸素系漂白剤詰替用500g 605円		
3096	★地大豆きなこ(みさお大豆)100g313円限定	3373	博多風らーめん3食 599円 創健社	3780	オーガニックりんごジュース190g3缶 454円	ふりかけ・缶詰		化粧品		注文随時受付中商品 1週間～2週間納品に時間を頂きます。	
3314	有機いりごま・白80g(エジプト産)248円	3374	新)四川風らーめん3食 648円 創健社	3781	1箱オーガニックりんごジュース190g30缶4439円	3325	のり佃煮(瓶)95g 400円 創健社	4050	つばき油 92g 1650円 坂本製油		
3315	有機いりごま・黒80g(ポリビア産)248円 終了予定 終了	3368	長崎皿うどん 2食入り 356円創健社			3304	しそワカメふりかけ(昆布入り)35g371円	4051	スキンケアイソニックオイル30ml 1225円	◇マル球産業株式会社	
		3384	4食入さくらの焼きそば114g×4 734円	ジュース、飲み物		3305	えびいりこふりかけ 40g 421円	4064	馬油(液状)55ml 1906円 ソンバーク	4086	お茶のカ(ティーポットセット) 通常価格25300円 特別価格19800円
・宮崎県産 国産ごま(無農薬)				3751	りんごジュース(瓶)1L 977円(竹嶋りんご)	3326	ベニ花オイルのツナ缶 90g 486円	4053	★へちま水(原液)300ml 838円	4085	スープのカDX 標準価格46200円 期間限定価格 41800円
3335	煎り黒ごま(宮崎)30g 459円			3752	手土産りんごジュース(瓶)1L×2本 1919円	3327	さば味付け缶 190g 454円 創健社			4096	スーパーカッター力くん 標準価格36300円 期間限定価格31900
3336	煎り金ごま(宮崎)30g 459円			3753	箱入りりんごジュースびん入り 1L×6 5684円	3328	いわし味付け缶 100g 368円 創健社	◇オーサワジャパン 1週間～2週間納品に時間を頂きます。			
3337	すり黒ごま(宮崎)30g 467円			3754	丹沢サイダー250ml×3缶 389円	3348	フルーツドライ味噌汁5食661円 10円引	5098	CUCK00 玄米発芽炊飯器6合炊き 65780円		
3338	すり金ごま(宮崎)30g 467円			3755	1箱丹沢サイダー250ml×30缶 3780円	3349	フルーツドライ味噌汁(ほうれん草キャベツ)5食661円				

縦合計 ()

グループ名	組合員番号	組合員名
-------	-------	------

提出日	火コース 6/27 金コース 6/30
-----	------------------------

7月 野菜ミニケース予約注文書

すでにミニケースを登録されている方は、提出する必要はありません

No		注文数
13	野菜ミニケース (7月のみ予約)	

No		注文数
13	野菜ミニケース (7月以降も継続予約登録)	

月の途中で、野菜が足りないと思われた方は、小・普通ケースへの変更できます。定例注文書で希望のケースを選び、"ミニケースより変更"と必ず明記してください。その週のみの変更になります

火曜配送日	金曜配送日
4日	7日
11日	14日
18日	21日
25日	28日

継続予約登録は、配送停止の連絡がない限り、自動的に毎週ミニケースが配送されます。

7月のケースに入る野菜(予定)
 ・玉ねぎ ・人参 ・じゃが芋 ・からいも ・生姜 ・レタス類
 ・キャベツ ・小松菜 ・深ネギ ・ニラ ・インゲン豆 ・胡瓜
 ・南瓜 ・茄子 ・ピーマン ・ししとう ・ミニトマト ・トマト
 ・モロヘイヤ ・空芯菜 ・水前寺菜 ・青じそ 等々

生産者の野菜が定期的により多く出荷でき消費者も小家族でも、毎週無理をせず新鮮な野菜を取ることが出来るようにと、できたミニケースです。各家庭にあった、野菜ケースの継続的な利用をよろしく願います。

ミニケースの約束事 (2019.4月より一部変更)

- ・一ヶ月単位の予約制で、毎週お届けとなります。
 - ・原則として、この1ヶ月間はキャンセルできません。
- ※もしキャンセルされる場合は200円のキャンセル料をいただきます。
- ※70歳以上又は1人所帯の方は毎週でなくても御利用いただけます。
- ・野菜メニューの中から約7~8種類、1350円前後をお届けする予定です。
 - ・野菜の量目は普通ケースや小ケースと同じ量目で品数が少なくなります。
- 内容は葉物2~3束まで 根菜は同じものは1週おきが基本。
- (2週続くこともあります)

緊急！元気豚在庫調整セール！

注文書No.25～No.30にかけて「元気豚」の在庫が多い部位を、週替わりで大変お買い得な価格でご提供致します。

考える会は生産者の島川さんから豚を丸ごと一頭ずつ仕入れる一頭買いをしています。今回のセールは、一頭買いの性質上、どうしても需要と供給のバランスが取れず、在庫が増えてしまう部位があり、それに対する**緊急対策**となります。この機会に、考える会自慢の美味しい「元気豚」を食べて、一緒に生産者を応援しましょう！

考える会自慢の豚肉「島川さんの元気豚」ご協力お願いいたします。



■もみがら発酵豚舎でのびのび元気に走り回っています

もみがらを敷き詰めた広いスペースの豚舎で、のびのびと元気に走りまわっている島川さんの元気豚たち。ストレスを感じさせずに育てる事で健康に育ち、しっかりと運動ができることで良質の豚肉になります。

■島川さんが考えたオリジナル飼料を食べて健康に

生後約60日からの飼料には、非遺伝子組み換えとうもろこしなど、島川さんオリジナルの自家配合飼料を食べて健康に育ちます。抗生物質や成長促進のホルモン剤等は与えていません。

■脂肪もうまい

生後200日前後の長期飼育をし、出荷前の仕上げの飼料に大麦の割合を多くする事で、良質な脂肪になります。元気豚の美味しさの秘密のひとつですね。

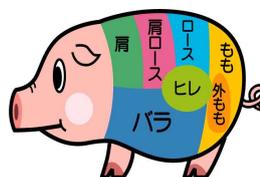
※一頭買いシステムについて

一頭買いシステムとは、豚肉を部位毎に購入するのではなく、豚一頭を部位関係無く、全て買い取るシステムです。

一頭買いを行う理由として、生産者の負担を軽減し、継続的に安定した生産の補助が出来る為、考える会では生産者を支えると言う意味で、一頭買いシステムを導入しております。

その為、部位毎に需要の差が出ると、どうしても多い・少ないと言った問題が発生してしまいます。

一頭(約82kg)から取れる部位の目安



- 肩・もも・外もも・・・約40.8kg ミックススライス・ももしゃぶ用・ももブロックに使用しています。(一番多)
- ロース・・・約13.4kg トンカツ・生姜焼き用に使用しています。(余り気味でミックスに混ぜる事も)
- 肩ロース・・・約6kg 肩ロースしゃぶ用・肩ロースブロックに使用しています。
- バラ・・・約20.2kg バラスライス・バラブロック・バラ焼肉用に使用しています。(人気部位)
- ヒレ・・・約1.6kg ヒレ肉に使用しています。(希少部位)

※これらの各部位の一部がミンチ・こま切れ・切り落とし等に使用されています。

上記の様な取れ高の為、量の多いもも系の肉(ミックススライス等)とロース肉(トンカツ・生姜焼き用)のお肉が常に在庫過剰となっており、逆にバラ(バラスライス等)が在庫不足の状態です。

グループ名

組員番号

組員名

注文数

配送日

火コース

7/4

金コース

7/7

提出日

火コース 6/27

金コース 6/30

今週のセール品

注文数

1001	元気豚ミックススライス 250g × 2	1241円	50円引	
1018	元気豚ミックススライス徳用 250g × 4	2411円	100円引	
1005	元気豚ももしゃぶ用 250g	667円	30円引	

No27 特別注文書

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

ムソー冷凍DEグルメ

配送日 火・7/11 金・7/14

回収日 火・6/27
金・6/30



一番人気！



1767 日本のやさしいアジフライ
(50g×4) **780円**
お刺身級の鮮度のよいアジを使用したアジフライ。国産小麦のパン粉を使用、食品添加物は一切不使用です。

1760 開きホッケー夜干し
(1枚)北海道産 **779円**
稚内前浜産の新鮮なホッケを、塩のみで天日乾燥した無添加の干し物です。

1765 まぐろつみれ
(200g・10個) **501円**
刺身用(台湾)のメバチマグロに山芋を加えた、ヘルシーで柔らかいつみれです。お鍋やスープなどに良く合います。

1766 まぐろ肉団子黒酢あん
(160g・団子6個) **421円**
まぐろを使った団子に、まろやかな酸味が特徴の黒酢ソースを絡めました。野菜を追加するだけでボリュームのある中華の1品となります。



1751 OGミックスベリー
(200g入) **658円**
原産地・トルコ、カナダ、セルビア色鮮やかで風味豊かな3種類のベリー(ストロベリー、ブルーベリー、ラズベリー)をミックスしました。

1754 OGブルーベリー
(150g入)カナダ産 **550円**
カナダの大自然の中で有機栽培された、甘酸っぱく、甘みが凝縮された小粒タイプのブルーベリーです

1755 無着色たらこ
(70g)北海道近海産 **780円**
新鮮なスケソウダラの卵を生のまま平釜造りのシママースのみで漬け込みました。焼きタラコや、ほぐしてパスタに。

1756 ベビーほたて
(200g)北海道噴火湾産 **852円**
小ぶりサイズの帆立をボイルして加熱用に処理しました。酸化防止剤不使用。製造過程で次亜塩素酸Na(漂白、殺菌)は使用していません。



1757 シーフードミックス4種
(200g)北海道近海 **1308円**
4種の魚介類(甘エビ、スルメイカ、水タコ、帆立)は全て北海道産です。4種・各50gをミックスしています。様々なお料理にご使用ください。

1761 冷凍さめきうどん
(200g×3)香川県産小麦 **396円**
うどん向けに開発された小麦(無農薬ではない)を使用して、つるりとした喉ごし、もちもちとした歯ごたえと強いコシが特徴です。

1763 ピザ・北海道マルゲリータ
(約18cm) **1011円**
北海道産小麦粉のピザ生地、チーズ、トマトを利用した素材の旨みを生かしたクリスピータイプのマルゲリータです

★決算セール 全品10円引き！★

コード	商品名	規格	注文数	価格(税込)
1767	日本のやさしいアジフライ	50g×4		780
1760	開きホッケー夜干し	1枚		779
1765	まぐろつみれ	200g(10個)		501
1766	まぐろ肉団子黒酢あん	160g(6個)		421
1751	オーガニックミックスベリー	200g		756
1754	オーガニックブルーベリー	150g		684
1755	無着色たらこ	70g		780
1756	ベビーほたて	200g		852
1757	シーフードミックス4種	200g		1308
1761	冷凍さめきうどん	200g×3		396
1763	ピザ・北海道マルゲリータ	約18cm		1011

No.27 特別注文書-B

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

ムソー・桜井・光食品のおすすめ商品

配送日 **火コース 7/11** **金コース 7/14**

提出日
火コース 6/27
金コース 6/30

商品名	注文数	税込価格	商品名	注文数	税込価格
千葉産直			5610 グルテンバーガー (缶) 180g		443
5680 (千葉産直) ミニとろイワシ味付け缶 100g		356	5611 グルテンミート (缶) 170g		567
5681 (千葉産直) とろイワシ水煮缶 150g		497	5612 リンケッツ (缶) 160g		657
5682 (千葉産直) とろさば・みそ煮缶 180g	休止	486	5615 かんぴょう ムソー 40g		594
5683 (千葉産直) とろさば・水煮缶 180g	休止	486	5616 有機・玄米クリーム コジマ 200g		248
5686 (千葉産直) 焼き塩さば缶 100g	休止	400	5617 有機・玄米粥 コジマ 200g		194
5687 (千葉産直) いわしの白焼き風缶 100g	休止	400	5618 自然薯入鉄火みそ (袋) 無双本舗75g		745
5688 (千葉産直) オイスターオリーブオイル漬け缶100g		837	5621 汐吹昆布 ムソー 35g		410
5689 (千葉産直) オイルサーディン缶 100g	休止	443	5626 重曹 桜井 300g		389
光食品			5450 塩麴 170g		648
5902 有機ミートソース 140g	5 円 31	313	5451 辣油 45g		648
5903 有機麻婆の素 100g		270	5453 有機ハーブソルト 55g		518
5904 有機青椒肉絲の素 100g		270	5454 詰替用・有機ハーブソルト 55g		346
5905 有機回鍋肉の素 100g		270	5458 有機切干大根 50g		324
5906 有機ピザソース 225g		475	5459 有機大豆煮豆 145g		454
5907 有機トマトソース [カーリック&ハーブ風味] 225g		400	5460 有機金時煮豆 125g		454
5909 関西風お好みソース 300g		367	5461 有機黒煮豆 125g		454
5910 やきそばソース 290g		454	5467 有機こんにやく粉使用とろさしみこんにやく 100g		205
5911 有機ぼん酢しょうゆ 250ml		443	5485 有機小麦粉使用・からあげ		302
5901 チキンコンソメ 10g×8		540			
5913 有機胡麻ドレッシング 225g		497	5619 ホットケ-キックス・砂糖入り 桜井 400g		443
5914 有機青じそドレッシング 200ml		518	5620 ホットケ-キックス (無糖) 桜井 400g		443
5915 有機うめしょう油ノンオイルドレッシング 200ml		410	5468 オーガニックボールクッキー ココア 7個		388
5918 オーガニックレモン果汁 180ml		518	5469 オーガニックボールクッキー 無双番茶 7個	終了	388
5606 サンコー 赤ちゃんせんべい 14枚		313	5470 オーガニックボールクッキー 黒胡麻 7個		388
5624 マルサン 豆漿 (ドウジャン) 200ml×24		2,722	5471 オーガニックボールクッキー ココナッツ 7個		388
5625 マルサン 麦芽コーヒー 200ml×24		2,722	5472 オーガニックボールクッキー きな粉 7個		388
			5486 ひねくれきなこ 96g(12本) 人気商品!!		313
高野山ごま豆腐			5487 米粉せんべい 生姜 63g		410
5675 高野山ごまとうふ・白 120g		162	5488 米粉せんべい きな粉 63g		410
5676 高野山ごまとうふ・黒 120g		162	5489 ごほうびかりんとう しょうゆ 45g		378
5677 高野山金ごまとうふ 100g		162	5490 ごほうびかりんとう 生姜 45g		378
5678 高野山ゴマとうふ 140g		270	5491 ごほうびかりんとう きな粉 45g		378
			5474 オーガニックアイスティー 1000ml		421
尾道ラーメンシリーズ			5476 オーガニックアイスコーヒー 微糖 1000ml		508
5492 尾道いりこラーメン115g (麺90g)2個セット		475	5475 オーガニックアイスコーヒー 無糖 1000ml		508
5493 尾道ラーメン115g (麺90g)2個セット 一番人気!		428			
5494 尾道まぜ麺 130g (麺90g)2個セット		475	5496 山口特産 有機寒漬 100g		540
5495 尾道和山椒まぜ麺 130g (麺90g)2個セット		508	5497 有機たかな漬 180g		356

<リネン> リネンのびのびガーゼケット

これはただの麻じゃない。やさしく伸びて体にフィットする、ムレ知らずのリネンガーゼケット。

中生地にストレッチ性のある生地を使用し、緩やかな伸縮性を生み出しています。麻ならではの吸湿力、速乾性で、湿気が気になる梅雨から汗ばむ真夏、秋口まで、長く快適に使えます。

- 洗濯機OK
- オールシーズン使える3層構造
- 日本製



リネンのびのびガーゼケット

商品番号 **NTW001** シングル
13,800円(税込)15,180円(税込)

●約幅140×長さ150cm ●重さ約1.1kg ●標準材料(化学染料使用)リネン100%、裏地:綿100%、中生地:ポリエステル95%、ポリウレタン4% ●洗濯:洗濯機可(タンブラー乾燥不可) ●日本製 ※裏地の性質上、洗濯する際は裏返しを推奨します。裏で法でシワを伸ばし、形を整えて干してください。

Point
麻のちからで、蒸し暑い日本の夏でもぐっすりさらさらと優しい、さざ波のようなひだが出るリネンのガーゼケットです。肌との接触面が少ないので、体にまとわりにくく、サラッと快適です。リネンは、吸湿性・発汗性に優れ、かいた汗を気持ちよく吸って放出します。ひんやりしたシャリ感も麻ならではの気持ちよさです。
風通しもよく、伸び縮みする麻混ガーゼ。
特徴は、ひだが伸び縮みすること。内側にストレッチ生地を挟み込むことで、ケット自体に緩やかな伸縮性が生まれ、体に優しく寄り添います。薄返りもしやすく、薄冷えの心配もありません。表生地のリネンも裏生地の綿もガーゼなので、通気性が高く、さわやかな使用感です。

天然素材リネンの特徴



亜麻の茎の繊維であるリネンは柔らかく、通気性・吸湿性に優れ、肌触りのよいことから、高級な衣類などに使われています。洗うほどに柔らかなシワができて、肌に優しくなじみます。使い込んでいくと風合いが変化していくのも楽しみのひとつ。

<リネン> ガーゼボックスシーツ

夏こそリネンでぐっすり快眠。

リネンは、使えば使うほど柔らかく、光沢感が増して美しくなります。麻特有のシャリ感が気持ちいい。上質リネン100%のボックスシーツです。

- オールシーズン使える3層構造
- 日本製
- 洗濯機OK

- 特価**
- リネンガーゼボックスシーツ (亜麻色) 各1枚
商品番号 **NTW002** シングル
12,800円(税込)14,080円(税込)
10,800円(税込)11,880円(税込)
 - 商品番号 **NTW003** セミダブル
13,800円(税込)15,180円(税込)
11,800円(税込)12,980円(税込)
 - 商品番号 **NTW004** ダブル
14,800円(税込)16,280円(税込)
12,800円(税込)14,080円(税込)

●サイズ(シングル)約100×200×28cm セミダブル約120×200×30cm ダブル約140×200×30cm ●干きハンガー約70g セミダブル約50g ダブル約60g ●裏地:綿100% ●洗濯:洗濯機可(タンブラー乾燥不可) ●日本製 ●裏地の性質上、洗濯する際は裏返しを推奨します。裏で法でシワを伸ばし、形を整えて干してください。

お客様の声
ボックスシーツはズレたり外れたりしないので便利ですね。ゴワゴワしない気持ちいい寝心地で気に入っています。



麻の使い心地 ※のびのびガーゼケットとシーツの生地を比較しました。

<耐久性試験> 洗濯してみました <吸水性試験> 水滴を落としてみました

このケットの表生地を1回洗濯した後の生地写真です。

お客様の声
少し伸び縮みするところがいいですね。冷房をつけて寝るので、程よい厚みがあってちょうどいいです。薄汗をかいてもサラッとしています。



染料も植物由来。ポタニカルダイの美しい色合い。

ポタニカルダイは、植物の花、葉、樹皮、果皮などから作った染料で色をつける手法。化学染料に比べたくさんの色素が入っているため、複雑で奥行きのある、鮮やかな色が魅力。

<ポタニカルダイ> オーガニックコットン靴下



ポタニカルダイオーガニックコットン靴下 婦人用

- 商品番号 **NTW005** アールグレイ
- 商品番号 **NTW006** さくら
- 商品番号 **NTW007** ブルーベリー
- 商品番号 **NTW008** すずらん

特価 **1,100円(税込)1,210円(税込)**

●サイズ(22~24cm) ●素材(綿80%オーガニックコットンナイロン6%ポリエステル3%ポリウレタン1%) ●重さ(約30g) ●洗濯:洗濯機可

<ポタニカルダイ> オーガニックコットン5本指靴下



ポタニカルダイオーガニックコットン5本指靴下 婦人用

- 商品番号 **NTW009** アールグレイ
- 商品番号 **NTW010** さくら
- 商品番号 **NTW011** ブルーベリー
- 商品番号 **NTW012** すずらん

特価 **1,100円(税込)1,210円(税込)**

●サイズ(22~24cm) ●素材(綿75%オーガニックコットンナイロン15%ポリエステル5%ポリウレタン2%) ●重さ(約40g) ●洗濯:洗濯機可(タンブラー乾燥不可) ●日本製



No.27 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 7/11

金コース 7/14

提出日

火コース 6/27
金コース 6/30

山織

コード	品名	サイズ・色	注文数	価格(税込)
7776	NTW001 【直送】リネンのびのびガーゼケット シングル	シングル		15,180
7705	NTW002 リネンガーゼボックスシーツ(亜麻色)シングル	シングル		11,880
7721	NTW003 リネンガーゼボックスシーツ(亜麻色) セミダブル	セミダブル		12,980
7696	NTW004 リネンガーゼボックスシーツ(亜麻色) ダブル	ダブル		14,080
7708	NTW005 NTW006 NTW007 NTW008	ポタニカルダイオーガニックコットン靴下 婦人用	アールグレイ	1,210
7709		さくら		
7743		ブルーベリー		
7710		すずらん		
7708	NTW009 NTW010 NTW011 NTW012	ポタニカルダイオーガニックコットン5本指靴下 婦人用	アールグレイ	1,210
7709		さくら		
7743		ブルーベリー		
7710		すずらん		
7778	NTW013 ワッフル敷きパッド シングル	シングル		4,950
7777	NTW014 クールピロークロス			4,180
7670	NTW015 NTW016	リネンガーゼソフトスリッパ	M	4,180
7779		L	4,180	
7680	NTW017 NTW018 NTW019 NTW020	和紙5本指靴下 婦人用 23~25cm	ピンク	1,650
7681		グレー		
7682		グリーン		
7683		黒		
7684	NTW021 NTW022 NTW023 NTW024	和紙5本指靴下 紳士用 25~27cm	黒	1,650
7685		アッシュ		
7686		ブルー		
7687		グリーン		
7673	NTW025	2WAYリネン&コットンフェイスタオル		1,320
7374	NTW026	2WAYリネン&コットンバスタオル		3,850

※商品のサイズ交換等をご希望の場合はメーカーとの往復の送料が発生致しますのでご注意ください。

No.27 特別注文書-B

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

太陽油脂（パックス）カタログ商品

配送

火コース 7/11

金コース 7/14

提出日

火コース 6/27 金コース 6/30

		組合No.	パックスNo.	商 品 名	数	規格	組合員価格
スキンケア	パックスナチュロン	6001	40221	クリームソープ（無香料）		100 g	198
	パックス	6004	40112	化粧石けんE		95 g × 3	462
フェイスフォーム	パックスオリー	6005	70025	フェイスフォーム		150ml	968
		6006	70027	フェイスフォーム 詰替用		140ml	726
ハンドソープ	パックスナチュロン	6008	30863	ハンドソープ 泡ボトル		260ml	572
		6009	30865	ハンドソープ 詰替用		450ml	748
ヘアケア	パックスオリー	6010	30869	ヘアソープ(シャンプー) ボトル		450ml	1,815
		6011	30870	ヘアソープ 詰替用		400ml	1,376
		6012	30871	ヘアコンディショナー ボトル		550ml	1,815
		6013	30872	ヘアコンディショナー 詰替用		500ml	1,376
	パックスナチュロン	6015	30851	シャンプー 泡ボトル		500ml	1,320
		6016	30852	シャンプー 詰替用		500ml	858
		6018	30856	リンス ポンプ式ボトル		500ml	1,320
		6019	30857	リンス 詰替用		500ml	858
	パックスナチュロン	6024	70307	トリートメント		180 g	1,430
		6025	30220	オイル		60ml	1,210
ボディソープ	パックスオリー	6026	30867	ボディーソープ ボトル		550ml	1,540
		6027	30868	ボディーソープ 詰替用		400ml	1,100
	パックスナチュロン	6029	30859	ボディーソープ 泡ボトル		500ml	1,320
		6030	30861	ボディーソープ 詰替用		500ml	858
デンタルケア	パックス	6031	20155	ソルティースけんはみがき		120 g	506
		6032	20156	緑茶石けんはみがき		120 g	946
	パックス	6033	20157	ジェルはみがき		90 g	704
		6034	20136	こどもジェルはみがき		50 g	374
	パックスナチュロン	6035	20124	お口すっきりハーブ		50ml	1,078
スキンケア	パックスナチュロン	6036	70001	フェイスクリアソープ		95 g	1,100
		6037	70002	フェイシャルローション ボトル		100ml	1,760
		6038	70070	フェイシャルローション 詰替		100ml	1,375
		6039	70003	エモリエントクリーム		35 g	1,760
	パックスオリー	6040	70005	ボディクリーム		110 g	1,518

No.27 特別注文書-B

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

太陽油脂（パックス）のお商品

配送	火コース 7/11	金コース 7/14	提出日	火コース 6/27 金コース 6/30
----	-----------	-----------	-----	---------------------

		組合No.	パックスNo.	商 品 名	数	規格	組合員価格
ベビーシリーズ	パックスベビー	6041	30800	全身シャンプー		300ml	1,100
		6042	30801	全身シャンプー 詰替用		300ml	748
		6043	30802	ハンドソープ		80ml	605
		6044	30803	ハンドソープ 詰替用		300ml	605
		6045	40240	ベビーソープ（枠練り）		100g	748
		6046	70337	うるおいUVクリーム		40g	935
		6047	70100	ボディークリーム		50g	726
		6048	70102	オイル		40ml	1,650
ランドリー用	パックスナチュロン	6053	30938	洗濯用石けん ソフト		1200ml	1,210
		6054	30940	洗濯用石けん ソフト大容量		4000ml	3,245
		6055	30939	洗濯用石けんソフト 詰替用		1000ml	825
		6056	30941	洗濯用石けんWパワー		1200ml	1,210
		6057	30942	洗濯用石けんWパワー詰替用		1000ml	825
		6058	30943	洗濯用石けんドラム		1200ml	1,210
		6059	30944	洗濯用石けんドラム詰替用		1000ml	825
		6060	30946	衣類のリンス		600ml	935
衣類のリンス		6061	30947	衣類のリンス 詰替用		550ml	550
ハウスキューピング	パックスナチュロン	6062	30290	お風呂洗いせっけん ボトル		500ml	748
		6063	30291	お風呂洗いせっけん 詰替用		450ml	495
		6064	30350	トイレ洗い石けん ボトル		400ml	638
		6065	30351	トイレ洗い石けん 詰替用		350ml	385
		6066	50150	洗濯槽&排水パイプクリーナー		300g×3	1,100
		キッチン用品	パックスナチュロン	6068	30107	400番 ボトル	
6069	30110			400番 詰替用		900ml	858
パックス	6070		30101	200番 ボトル		800ml	550
パックスナチュロン	6073		50203	キッチンスポンジ		1個	220