

火曜コース	提出日	⇒	配送日
	9/26		10/3

金曜コース	提出日	⇒	配送日
	9/29		10/6

※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。



LINE 考える会

各生産地から秋の根菜類が出始めました! 「煮物特集」



秋の根菜類(里芋やレンコン)が少しずつ始まりましたね。もうすぐ牛蒡や地物の人参も始まる予定です。ケースの内容も少しずつ秋らしくなっていくのに合わせて、今週は煮物特集です。天然素材の調味料や、こんにゃく、アゲ、などなど特価でお届けします。

141 ★ 里 芋	165 ★ レンコン
1kg 430円(税込)	400g 341円(税込)
137 人参(北海道)	151 ★ からいも
400g 252円(税込)	1kg 407円(税込)



鹿児島産の「こさんたけのこ」を水煮にしてあります。無添加、無漂白で安心のおいしい筍です。

3124 胡参竹水煮たけのこ
120g 363円(税込) 5円引

松合食品「天然醸造丸大豆醤油」



- 九州産無農薬栽培の丸大豆、小麦を使用
- 熟成に1~1.5年かけた本醸造醤油
- 添加物などは使っていません

3235 丸大豆醤油	3236 丸大豆醤油
1.8ℓ 1687円(税込) 20円引	0.9ℓ 1051円(税込) 10円引
3237 丸大豆醤油・淡口	
0.9ℓ 1051円(税込) 10円引	

味の醸造「味の母」人気商品!



1本で二役! (みりと料理酒)の効果
 米・米麴を原料としてもろみを醸造し、塩を加えて熟成させた発酵調味料。みりんの旨みとお酒の風味を合わせ持っています。

○人気商品です! 是非おためしください

3260 味の母(大)	3261 味の母(小)
1.8ℓ 2160円(税込) 25円引	720ℓ 999円(税込) 10円引

松下かまぼこ店の「練り製品」



無リンのすり身と天草の新鮮な魚、天然素材の調味料を用いて、心を込めて手作りの練り製品を作っています。すり身だけでなく、坂本製油のしらしめ油、味の母、小さな海(塩)など、こだわりの原料を使用して、無添加の練り製品を考える会に毎週届けてくださっています。皆さん応援してくださいね。

丸天で 1437 たこ丸天	丸天で 1433 ジャコ丸天
人気No1 50g×3 375円(税込) 5円引	人気No2 50g×3 375円(税込) 5円引

イシイフーズの「神山鶏」



遺伝子組換飼料・抗生物質不使用
 「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

大人気の神山鶏! おすすめです!

1715 神山鶏 モモ	1721 神山鶏 手羽元
270g 701円(税込) 10円引	300g 511円(税込) 10円引

野菜ケースを購入して生産者の生産活動を支えよう!



目指せ300ケース(1週間)	
2023.8月の野菜ケース利用状況/週平均	
()は昨年8月の数です	
普通ケース	32ケース(33)
小ケース	115ケース(114)
ミニケース	99ケース(103)
合計	246ケース(249)

考える会の柱とも言える「野菜ケース」。野菜ケースには、組合員生産者が農薬等は一切使用せずに、露地栽培した旬の野菜たちが入っています。組合員の皆さんからの安定した野菜ケースの利用があることで、生産者が安心して野菜の生産ができることに繋がっています。皆さん、無理のない範囲で野菜ケースの継続してのご利用をよろしくお祈いします。

今週は10月ミニケース予約注文書を配布しています、生産地とのお付き合い、ミニケースからはじめてみませんか?



残暑厳しいですが、うちあたりでも、ようやく朝晩は涼しくなってきました。よかったです。野菜ケースに目を向けますとレンコン、栗、里芋など季節の移り変わりを感じます。しかしまだ自分の畑ではピーマン、ナスなど元気なので夏野菜引き延ばし作戦で頑張っていきたいと思います。よろしくお祈りします。

..9/8 御船町・石脇祐介..

ようやく気が付けば朝晩は涼しさが出てきました。良かったです。これから秋の種まきやその準備をしていきたいと思っています。あと人参の草取りなどもしていきたいです。

..9/12 御船町・石脇祐介..

生産者だより(9/15 ラインメッセージより)

9月中旬になり収穫まで1週間になりました。

写真は、色づいた稲と数年前に植えた彼岸花です。

なかなか増えません。もう一枚は真菰です。

こちら、真菰竹ができません。気長に待ちます。

島川農園

れんこんが始まりました！今年のれんこんは植え付け時から種れんこんをトラクターですきこんでしまうというハブニングから、7月から水不足で機械で水を入れながらの栽培でしたので、収穫を迎えられてとても嬉しいです。毎日シャキシャキあてこので食べております。今年も掘ってみた感じでは豊作ですので、皆さんたくさん食べて下さい！！

..9/8 網田町・本田泰晴..



配送者だより



◇ みなさんこんにちは！

昨日、今期の新米の最初の米検査をしました。阿蘇の下田さんの新米、コシヒカリです。雨が多かった時期や暑かった時期もありましたが、今年は割と天候にめぐまれたそうで、いいお米が穫れました！全部一等米でした！良かったです。10月の予約米を楽しみにお待ちください！

予約米の注文を追加でとりたいと思います。9月中に出して頂ければ、10月の予約米配送に間に合うようにしますので、予約米のご注文、よろしくお祈りします！

今日も元気に「正直野菜」をお持ちします！

..9/12 A3・A4・B2 福岡恵士..

◇ こんにちは。配送担当の村上です。

まだまだ日中の残暑は厳しいものがありますが、朝夕の気温はだいぶ下がり、夜などはずいぶん過ごしやすくなりました。最近外で作業をしても、セミよりもコオロギなどの鳴き声のほうが、よく聞こえてくるような気がしております。

今週は待望の栗がケースに入ります。秋の味覚の代表のような感じがしますので、是非御賞味下さい。

9/12 A1コース 村上 卓..



連載 30

おいしい



管理栄養士 野口節子

ナスは紫色の皮に注目 皮ごと丸ごと使いましょう

旬は8～9月。一般に流通している中長ナスのほか、丸ナス、小丸ナス、水ナス、米ナスなど形やサイズ、色も異なるナスが約300品種あります。

●皮の紫色に抗酸化作用

ミネラルやビタミンは少なめですが、注目したいのは紫色の皮です。紫色はアントシアニン色素「ナスニン」によるもので、抗酸化作用があり、生活習慣病やがん・老化予防に効果が期待されています。最近では眼精疲労の軽減効果も注目されています。ナスの皮はむかない調理をお勧めします。

また「コリン」という機能性成分が含まれ、血圧やコレステロールを下げる働きがあります。

東洋医学ではナスは体を冷やす食材で、暑い季節の食欲不振解消にピッタリです。

●丸ごと調理でうまみアップ

サッと水につけてアク抜きし、水分を取ってから使いましょう。油で料理すると色も味もよくなり、アクも気になりません。煮物、炒め物、カレーなどにするとよいでしょう。ほかに焼きナス、田楽、みそ汁、漬物、天ぷらなどさまざま料理に広く利用できます。丸ごと焼いたり揚げたりすると、うまみ成分のグアニル酸が増えます。

ぬか漬けにするときは、鉄クギや鉄玉子（ぬか漬け用鉄製品）を入れると、紫の色が鮮やかになり、歯ざわりも良くなります。

●冷蔵せずに常温保存で

高温を好む野菜なので、常温で保存し、2～3日で使い切りましょう。冷蔵庫に入れると日持ちしますが、皮も果肉も硬くなり、風味も落ちます。

薄く切って天日でカラカラに干すと、長く保存でき、うま味もアップします。

野菜・果物だより

佐藤昭人さん(山都町)より「栗」が始まりました

山都町・佐藤昭人さんから「栗」の収穫が始まりました。
早生種から始まり晩生種まで、約一ヵ月間の季節限定です。
栗はイノシシ被害が発生しやすく、これからどうなるか気になる
ところですが、旬の味をお楽しみください。



栗の保存方法

- ①栗は洗いボールに塩と水を入れて7～8時間つける。
- ②ザルにあげて濡れているものは拭き、表面が乾いたらビニール袋に入れて冷蔵庫で保存。
※水に長くつけすぎないように注意してください。1か月くらいは保存できると思います。栗の中の虫が死んで、すぐに調理するより甘くて美味しい。ゆでる時に塩はいりません。

栗には「クリシギゾウムシ」という虫の卵が産みつけられていることがあり、そのまま栗の中で卵が孵化し幼虫が栗を食べあさることになりますので、一般的には栗を収穫してから、薬剤を含んだ蒸気を浸透させ栗の中にいる虫や卵を殺してしまう薫蒸処理をされる所もあるそうです。
考える会の栗には、収穫前の農薬散布はもちろん、収穫後の薫蒸処理も行っておりません。お手元に届いた栗は冷蔵庫で保管して、なるべくお早めにお召し上がりください。

ピーマンがまだまだ元気に実をつけています 「ピーマンとおかかの甘辛煮」

「材料2人分」 ピーマン・約5個 醤油・大さじ1強 みりん・大さじ1 酒・大さじ1 かつお削り・3g

- ① ピーマンは縦2つに割り、1cm程度に切る。
- ② 油でピーマンを炒め、油が全体に回ったら、醤油、みりん、酒を入れる。
- ③ 最後にかつお削りを入れ、汁気がなくなりピーマンが軟らかくなるまで炒め煮する。



第39期 第10回 運営委員会だより

2023年8月23(水)9:30～12:00 熊本県総合福祉センター 3階第4会議室

1、プレ座談会報告(しらせるチーム)

- ・当日、皆さんにご協力して頂きありがとうございました。特に試食に関しては協力がないと出来ませんでした。考える会の歴史を振り返る事が出来て、もっと色んな人に集まって欲しかった。来年期に情報誌も出来たら、もっとたくさんの人に知ってもらえると思いました。当初はプロジェクターを使ったりと色々考えていたが、準備不足で出来なくなり反省。生産者と消費者が繋がっていると感じれ、会にとって明るい未来が見えた。小さい生協でしか出来ない事だと思った。
- ・花園ブロックから
プレ座談会をブロック会にしたので、参加者が1番多かった。皆さん、の感想としては、よかったとの声が多かった。ベテランの方も新しい方も考えがしっかりとされていて、いいプレ座談会になったと思います。名札にブロック名と名前が書いてあり、初めての方でも名札を見て知り合いになって良かった。試食もとてもよかった。

2、ブロック会報告

- ・清水ブロック
7/19 ウェルパルにて、3年ぶりのブロック会 5名参加

3、ケース洗いについて 8/26(土) 事務所9:00集合

- ・参加申し込み人数 大人45人 子ども30人位
保険加入のため、100円のみ全員徴収
肉…豚肉、牛肉 15キロ(他、アナグマ、鹿肉の提供あり)
流しそうめん…30袋 竹の準備(高山) ニラ焼きそば
・今回初めての試みで、運営委員会が「ケース洗い」の呼びかけ、食事の前準備を行う。

7、農業支援基金(鳥獣対策費について)

- ・鳥獣害対策費用に関しては、公的な補助金制度も利用してもらい、公的支援金を差し引いた実費の1/2とし上限額を5万円とする。
- ・農業支援基金の規約に鳥獣被害対策補助金を利用することを追加する必要がある。
- ・農業支援基金なので運営委員会で決め理事会に報告する。
- ・鹿対策は柵を高くしないといけないので、別の補助を考えておかないと被害に遭い作物が取れなくなる可能性もある。生産者で話し合ってもらおう。



今週のスポット品

税抜き金額より値引きします

秋の根菜が始まります 煮物を作ろう！

1411	寿しアゲ	20g×5	216円	→ 5円引	3235	九州丸大豆醤油(大)	1.8ℓ	1687円	→ 20円引
1412	生アゲ	50g×1	118円	→ 5円引	3236	九州丸大豆醤油(小)	0.9ℓ	1051円	→ 10円引
1413	きぬ厚アゲ	220g	168円	→ 5円引	3237	九州丸大豆醤油・淡口(小)	0.9ℓ	1051円	→ 10円引
1417	手にぎりがんも	1枚	148円	→ 5円引	3289	まるやか旨酢タレ	400ml	589円	→ 10円引
1715	神山鶏 もも	270g	701円	→ 10円引	3260	味の母(大)	1.8ℓ	2160円	→ 25円引
1721	神山鶏 手羽元	300g	511円	→ 5円引	3261	味の母(小)	720ml	999円	→ 10円引
1722	神山鶏 手羽中	250g	552円	→ 10円引	3262	春夏秋冬うすいろだしの素	1ℓ	1253円	→ 15円引
2048	(いりこ)いわし煮干し	150g	572円	→ 10円引	3263	春夏秋冬だしの素	1ℓ	1253円	→ 15円引
2044	阿波屋だし	8g×30	1944円	→ 20円引	3124	胡参竹水煮たけのこ	120g	363円	→ 5円引
2045	天然利尻こんぶ	40g	605円	→ 10円引	3193	(板)有機生いもこんにやく	250g	248円	→ 5円引
2031	天草芽ひじき	27g	238円	→ 5円引	3127	有機生いも糸こんにやく	250g	268円	→ 5円引
2046	早煮こんぶ (在庫処分セール)	27g	319円	→ 30円引	3194	有機生芋しらたき	200g	238円	→ 5円引
					3301	にがり凍み豆腐	48g	391円	→ 5円引
					3303	車麩	大6枚	298円	→ 5円引

◆松下かまぼこ店 全商品 5円引き！

今週のスポット品

新商品お試しセール！

天然エビのサクサクひとくちエビフライ 100g
凍った状態のまま袋から取り出し、電子レンジ(500w)で約2分30秒温めてください。
または、凍った状態のまま袋から取り出し、アルミホイルを敷いたオーブントースター(1000w/200℃)で約7分間加熱してください。

1775 天然エビのサクサクひとくちエビフライ 100g 826円 → 10円引

今週の特注品

..10/10..13届け..

☆山のハム工房「ゴーバル」

ゴーバルの製品は化学調味料、保存料、発色剤などは一切使用せず、時間をかけてじっくり熟成させて自然の旨みを引き出します。

☆ムソー「冷凍DEグルメ」

月1回

農業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、ベビーほたて、シーフードミックス等の冷凍品をお届けします。大好評秋川牧園の冷凍食品！お試しください。

☆ムソー・桜井・光食品のおすすめ商品

月1回

従来の千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。

☆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。

☆10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。

笛木醤油 金笛 春夏秋冬のだしの素



○丸大豆、小麦、天日塩のみを原料とした本醸造の「金笛しょうゆ」をベースとして、かつお節、昆布、しいたけのだしをいかしたつゆです。

○本醸造しょうゆとだしの醸し出す、豊かな香りとコクは、めん類ばかりでなく種々の料理の味をいっそう引き立てます。○水にもこだわりました。浄水装置を通した安全な水を使用しております。

原材料：しょうゆ(小麦・大豆を含む、国内製造)、砂糖、食塩、かつおぶし、酵母エキス、昆布、しいたけ/アルコール

笛木醤油 金笛 春夏秋冬うすいろのだしの素

○ひやむぎ、そうめん、うどんなどの麺類のつゆとしてはもちろん、本品を希釈することで、茶碗蒸しや鍋物、だし巻き卵の味付けとして使用できます。

○約10倍のお湯でうすめてネギや溶き卵を加えて美味しいお吸い物になります。

原材料：しょうゆ(小麦・大豆を含む、国内製造)、みりん、砂糖、食塩、魚介エキス(かつおぶし、煮ぼし)、昆布エキス、酵母エキス/酒精



ふ.里芋.切干大根の煮物

材 料			
車ふ	2枚	出し汁	2カップ
里芋	200g	醤油	大さじ2
切干大根	40g	揚げ油	適宜

作り方

- ① 車ふは4つに切り、低めの温度の油でゆっくり揚げる。
- ② 里芋は一口大に切る。切干大根は水で洗い、長ければ、5cm位に切っておく。
- ③ 鍋の底に切干大根を入れ、その上に里芋、ふを入れて、出し汁としょう油大さじ1を加えおとし蓋をして煮る。
- ④ 少し煮て残りの醤油を加え更に煮る。

考える会 掲示板

実名 イニシャル 台所ネーム (N)

いつも美味しいお野菜ありがとうございます。

今年は大好きなトマトを沢山いただけて幸せな夏でした。

先日NHKの「？」(番組名は見ませんでした)で化学肥料の

値上がりして農家が大幅な赤字となり農業をやめてしま

っているという放送が流れていました。それを救うのは

有機農業で若者の就業率が上がっているという内容

でした。いつもいただいているばかりで何か「してやったり」という気が

しました。皆さんは最先端を走っていらしゃるんだと

改めて感動しました。

他の欄で
よく
見てるので
違ってた
おかし

☆組合員名 (奥山 葉保子)

トースト洗い おつかい様でした！ みんなで洗いと

楽しいのでね。子どもたちも楽しかったり

一緒に洗ったりと楽しく参加してました。

トーストを洗ったあとの お楽しめは、格別です。

生産者さんたちとつながり機会をありがとうございます

ございました。企画準備、大変お世話になり

ありがとうございます。消費者の皆様さんとも

お話しできてうれしかったです。会の強みも

おいしいパンが作れるよう、がんばろうと目標もできました。

考える会 掲示板

実名 イニシャル 台所ネーム (K)

暑い夏に無農薬の貴重な葡萄、とても

美味しかったです。ありがとうございました。

又保さんのそうめん。味があつてとても美味しかったです。

実名 イニシャル 台所ネーム (TN)

♡ころさん♡?メッセージありがとうございました。

布にくるんで入浴剤と油ものの食器洗は私では

出来そうぶ。ぬか溜げはあきらめです。

こめぬかカイロは(玄米+ぬか+塩袋)に入れるだけですか?

米ぬかクッキーとハンバーグにはちよとガバリたります。

掲示板に TNさん?と書いてあった

のでとてもうれしかったです。

実名 イニシャル 台所ネーム (T)

発酵トマト 興味があります

? 1 材料を混ぜて常温に3日肉
おくらでしおわ。

? 2 味は如何なるものですか?

酸っぱいとか?

冷たくして食べますか?

2023年 40-①

配送日

火コース 10/3

金コース 10/6

注文書回収

火コース 9/26
金コース 9/29

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薬不使用野菜！		2022年産★ゆうきスター米		★ゆうきスターの米類		●神山鶏 冷凍		松下かまぼこ(天草)の練り製品		塩・砂糖	
★農産物ケース		91	★玄米(2022年産) 30kg 17112円	3397	★焙煎玄米類(太麺)100g 324円	1715	神山鶏 もも 270g 701円 10円引	1431	ちくわ 50g×3 370円 5円引	3213	はやさき水にがり 300cc 900円
目指せ週間300ケース!		92	★玄米(2022年産) 10kg 6016円	3396	★白米類 100g 324円	1716	神山鶏 むね 210g 415円	1432	ヤサイチギリ天 150g 370円 5円引	3218	小さな海・天日塩 中粒240g 508円
○みんなで生産者の生産活動を支えよう!		93	★玄米(2022年産) 5kg 3065円	森ノリノ(菊池)の農園納豆		1717	神山鶏 ささみ 578円	1433	地魚(ジャコ)丸天50g×3 375円 5円引	3219	小さな海・釜炊き塩 小粒240g 508円
11	農産物ケース 普通	94	★玄米(2022年産) 1kg 629円	1420	板納豆 海想う 80g 301円	1718	神山鶏 平肝(レバー)250g 489円	1434	ごぼう丸天 50g×3 375円 5円引	3214	豊稔塩500g 184円 オーストラリア天日塩
12	農産物ケース 小	95	★白米(2022年産) 10kg 6962円	1421	パック納豆 海想う40g×2 301円	1719	神山鶏 砂肝 250g 489円	1435	野菜丸天 50g×3 375円 5円引	3215	豊稔塩5kg 1188円オーストラリア天日塩
NonGMO飼料を与えています		96	★白米(2022年産) 5kg 3692円	1422	中粒納豆 山笑う 40g×2 320円	1720	神山鶏 手羽先 250g 537円	1436	イカ下足丸天 50g×3 375円 5円引	3210	はやさき天日塩 大粒500g 900円
★高丸さん、吉田さんの卵		97	★白米(2022年産) 1kg 755円	豆腐・あげ類(内田安喜商店)		1721	神山鶏 手羽元 300g 511円 5円引	1437	たこ丸天 50g×3 375円 5円引	3212	はやさき天日塩 小粒250g 850円
25	★卵パック 10個 445円	3092	★ゆうきスターの米ぬか 500g 162円	1414	ひのくに地豆腐 木綿140g×2 168円	1722	神山鶏 手羽中 250g 552円 10円引	バター、マーガリン		3216	詰替用・粗挽き塩胡椒150g 586円
27	★有精卵 6個 445円	★ゆうきスターの米類(高丸さん・高山さん)		1415	ひのくに地豆腐 絹 140g×2 168円	1723	神山鶏 ミンチ 200g 547円	2001	北海道バター(加塩)150g 402円	3222	純黒糖粉(喜界島産) 250g 572円
★特注野菜		3168	★ゆうきスター米の米類(冷凍)200g 359円	1418	木綿豆腐 400g 180円	1724	神山鶏からあげセット(モ、ム)300g 731円	2004	北海道バター(無塩)150g 431円	3223	てんさい糖(北海道産) 650g 509円
※B品が不足した時はA品をお届けします		3165	★ゆうきスター米の米類(冷凍)500g 814円	1419	絹豆腐 350g 180円	1725	神山鶏 骨付きモ 2本(600g) 1294円	2002	紅花ハイプラスマーガリン180g 346円	3226	きび粗糖 500g 322円(種子島産)
※▲の野菜は欠品の可能性があります		考える会オリジナル もち米、雑穀		1410	豆乳 500ml 335円	1727	神山鶏 骨付きももぶつ切り 300g 743円	3333	よつ葉のスキムミルク150g 334円	3217	氷砂糖 1kg 650円
116	じゃが芋(北海道) 800g 351円	3012	★押し麦 500g 539円 福岡・久保さん	1408	大揚 1枚 158円	1728	神山鶏 ガラ(1羽) 248円	海産品 冷凍		黒こしょう 第三世界ショップ	
127	玉ねぎ(北海道) 800g 351円	3062	★島川さんの黒米 150g 339円	1409	きざみ揚げ 1袋 129円	組合員さんが国産小麦で作ってます 麦の穂のパン		2101	開きアジ 2枚 450円 丸正水産	3227	黒胡椒(粒)カレーの壺ペパ-20g 389円
137	人参(北海道) 400g 252円	★高山さんのオリジナル加工品		1411	寿シアゲ 20g×5枚 216円 5円引			2102	塩サバ 2~3枚 540円 丸正水産	3228	黒胡椒(粗挽き)カレーの壺ペパ-20g 389円
141	★里いも 1kg 430円	3173 ※濃厚タイプ! ★麴だけでつくった甘酒300g 592円 冷蔵 限定		1412	生アゲ 50g×1枚 118円 5円引	1510	食パン 1斤 513円	2103	丸干し 350g前後 499円 丸正水産	松合食品のしょうゆ 他	
151	★からいも 1kg 407円			1413	きぬ厚アゲ 220g 168円 5円引	1511	ロールパン 6個 513円	海産物		3235	九州丸大豆醤油(大)1.8L 1687円 松合 20円引
163	★ごぼう 200g 171円	休		1417	手にぎりがんも 1枚 148円 5円引	1549	バターパフ 3個 416円	2048	(いりこ)いわし煮干 国産 150g 572円 10円引	3236	九州丸大豆醤油(小)0.9L 1051円 松合 10円引
165	★レンコン 400g 341円	3174	★塩麴 230g 592円 冷蔵	北村きのご園(鳥取)		1531	レーズンパン 2個 298円	2044	阿波屋だし 8g×30 1944円 松合食品 20円引	3237	九州丸大豆醤油・淡口(小)0.9L 1051円 10円引
170	★にんにく 100g 171円	3175	★玉ねぎ塩麴 230g 621円 冷蔵	3190	エリンギ 100g 135円	1539	クルミレーズンパン 1個 586円	2018	おだし用かつお節粉末100g 598円	3259	たまごッコー 150ml 314円 松合
262	★ピワの生葉 10枚 207円	3176	★ズッキーニチョコケーキ 200g 740円 冷蔵	3191	えのき 100g 113円	1514	ミルクサンド 2個 298円	2019	おだし用混合節粉末100g 549円	3264	「くろ」つゆ 濃縮だし400ml 619円 松合
496	★ハラペーニョ 200g 518円	3171	★高山さんの トマトの水煮 900ml 1480円	★ニンニクの芽ペースト(いなかもん倶楽部)		1515	オニオンマヨネーズ 2個 298円	2007	塩ワカメ500g 309円 冷蔵 天草本川海産	3289	まるやか旨酢タレ400ml 589円 10円引
526	★栗 500g 430円	3102	★鷹の爪(高山) 10g 311円	3167	★ニンニクの芽ペースト(小) 90g 517円	NonGMO飼料を与えています 木次乳業(鳥根)の乳製品		2045	天然利尻こんぶ 40g 605円 10円引	3260	味の母(大)1.8L 2160円 味の醸造 25円引
602	★極早生みかん 1kg 420円 限定	★島川さんの元気豚 冷凍		3166	★ニンニクの芽ペースト(大) 180g 842円	1451	バスチャライズ牛乳 1L 459円	2046	早煮こんぶ 27g 319円 30円引 在庫処分	3261	味の母(小) 720ml 999円 味の醸造 10円引
		1001	★元気豚ミックスライス250g×2 1241円	★下田さんのオリジナル加工品		1452	ブランスイス牛乳 500ml 254円	2022	花かつお削り 100g 442円 山川産	3262	春夏秋冬うすいろだしの素1L 1253円 15円引
		1018	★元気豚ミックスライス徳用250g×4 2411円	3162	★高菜ラー油 130g 740円 冷蔵	1453	ミルクコーヒー 1L 340円	2023	かつおパック(3g×4)×2 391円 枕崎産	3263	春夏秋冬だしの素 1L 1253円 15円引
★本田泰晴さんのオリジナル商品		1002	★元気豚バラライス250g×2 1131円	ブラウンスイス牛肉		1454	ミルクコーヒー 500ml 194円	2024	とろろ昆布 40g 278円 北海道産	原料にこだわった 味噌	
3717	★ハーブティー花茶 12g 1480円 限定	1005	★元気豚モモしゃぶ用250g 667円	1294	(BS)牛赤身スライス 200g 767円	1455	ブレーンヨーグルト400ml 345円	2025	かんてん雪椿(フレーク7g) 199円	3205	無農薬麦みそ2kg 1581円
3718	★イティルワケ ドライミックス 1g 740円 限定	1006	★元気豚肩ロースしゃぶ用250g 707円	1288	(BS)牛ミンチ 200g 707円	1456	奥出雲ヨーグルト90g×2 281円	2027	干しサクラエビ 5g 562円 創健社	3204	無農薬玄米合わせみそ750g 1008円
3180	★ファームデュカ 30g 740円 限定	1014	★元気豚ミンチ 200g 435円	1289	(BS)牛ミンチセット 200g×2 1394円	1459	美楽ヨーグルト 90g 151円	2028	乾燥めかぶ 110g 453円 天草本川海産	3201	麦みそ(久保さんの無農薬裸麦)750g 796円
3182	★ハラペーニョチリソルト 30g 813円	1015	★元気豚ミンチセット200g×2 850円	1299	(BS)合挽きミンチ 200g 558円	1465	赤玉チーズ 180g 1091円	2029	あおさ 25g 462円 天草本川海産	3203	ハト麦みそ 650g 930円 内田物産 九州
3183	★花ソルト 24g 813円	1007	★元気豚モモブロック500g 1178円	1298	(BS)合挽きミンチセット 200g×2 1099円	1466	カマンベールチーズ120g 1037円	2031	天草芽ひじき27g 238円 天草本川海産 5円引	3202	★米みそ(島川さんの無農薬米)750g 796円
3184	★一味とうがらし グリーン 15g 740円	1008	★元気豚バラブロック500g 1130円	★元気豚の加工品 冷凍		1467	プロボローネチーズ380g 2052円	2047	乾燥わかめ 天然伊勢志摩産 8g 410円	油(庄津一番搾り)	
3185	★一味とうがらし 紅 15g 740円	1009	★元気豚肩ロースブロック500g 1350円限定	1311	★元気豚しゅまい30g×6 691円	1468	プロボローネピッコロ100g 583円	お酢 他		3240	なたね油(大)1650g 2052円 坂本製油
		1013	★元気豚とんかつ用300g 3枚 910円	1313	★元気豚肉まん 75g×2 427円	1469	モッツアレラチーズ100g 518円	3251	玄米酢(小)0.9L 1574円 松合食品	3241	なたね油(小)825g 1188円 坂本製油
		1010	★元気豚ロース生姜焼き用300g 910円	1314	★元気豚ハンバーグ120g×2 718円	1471	ナチュラルスナッカー70g 508円	3252	富士酢(大)1.8L 2160円 飯尾醸造	3242	なたねしらしめ油(大)1650g 2052円
		1026	★元気豚ロースライス 250g 748円			1476	牧場のカスタードプリン100ml×2 475円	3253	富士酢(小)0.9L 1296円 飯尾醸造	3243	なたねしらしめ油(小)825g 1188円
		1012	★元気豚ヒレ 300g 1266円	★那珂川キッチン		1474	ミルクのプリン 80g×2 281円	3255	富士すし酢 360ml 756円 無農薬原料	3244	胡麻油(大)1650g 3996円 坂本製油
		1019	★骨付きバラ肉(カット)500g 911円 おススメ!	1501	台湾カステラプレミアム(冷凍)220g 926円	3195	ホエイあまざけ 230g 594円 在庫限り	3256	りんご酢 600ml 648円 日食	3245	胡麻油(中)660g 1944円 坂本製油
935	サンつがる 3玉 810円 ▲	1021	★元気豚小間切れ 200g 442円 超希少 休	うなぎ(静岡県産) 限定		ところてん そろそろ終了		3258	ゆずボン酢 300ml 653円 丸島醤油	3246	胡麻油(小)273g 972円 坂本製油
951	黄王(青系) 3玉 810円 ▲	1011	★元気豚軟骨 300g 355円 数量限定	2121	うなぎ蒲焼カット(静岡県) 80g 2549円	2033	お徳用ところてん 500g 418円 限定	3297	カンタン八芳酢 360ml 508円	3247	紅花油 660g 1620円 坂本製油
		1017	★元気豚バラ焼き肉用 250g 603円 限定	2120	うなぎ蒲焼長焼き(静岡県) 110g 2981円			3298	お徳用カンタン八芳酢900ml 972円	3249	山江村産えごま油 105g 2376円 堀内製油
		1025	★元気豚バラ切り落とし 200g 435円 限定 休							3278	有機EX-Vオリーブオイル250ml 1458円

総合計 ()

記入は赤など目立つ色をお願いします

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 お茶		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 2931円	3711	★久保さんの麦茶500g551円	3503	★丸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	トレットバハ 太六芯無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 限定	創健社のお菓子		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	3544	黒こしょうおかき 70g 400円	4003	ハブの香り粉石けん1.8kg 1225円	4073	オキシジェン ダストバック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 かめま	マルシマのお菓子		4006	クリーン食器洗い乾燥機専用洗剤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	3721	下田さんの釜炒り茶90g540円	3558	ひねくれきなこ 96g 313円	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	ピーナツクリーン150g 464円 創健社	3728	下田さんの釜炒り茶ティーパック2g×15 648円			4013	アルカリウオッシュL(香料入)600g583円	4071	くすの木しようのう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	3722	下田さんの釜炒り粉末茶50g540円	サンコーのお菓子		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ウ110g 476円	農産加工品		3725	下田さんの冷茶 7g×15 540円	3540	有機栽培コーヒーゼリー 110g 292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	3701	紅茶(藤本製茶)3g×10 540円	3510	クリームサンドクッキー マーブル風味 95g 389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 休	3702	紅茶アールグレイ(藤本製茶)3g×10 702円	3511	ひじきスティック 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	3703	岳間茶/蒸し茶(藤本製茶)200g1080円	3542	野菜スティック 110g 324円	手洗い、浴用、洗顔、シャンプー		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 5円引	3704	岳間茶得用くき茶(藤本製茶)300g756円	3548	ミレービスケット 165g 346円	4021	泡ハンドソープ 300ml 1022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 5円引	3737	しょうが湯 20g×5 268円 マルシマ	3529	サンコーのど飴 14粒 151円	4022	詰替・泡ハンドソープ 250ml 664円	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 5円引	3738	花梨はちみつしょうが湯12g×5 380円	3520	小倉ようかん 58g 173円	4023	無添加石けん 135g 316円 白井油脂	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)	
3275	中濃ソース 300ml 497円 創健社	3194	有機生芋しらたき200g238円 休	3739	たんぼぼコーヒー150g1481円 杉食	3552	アーモンドキャラメル 165g 378円	4024	よもぎ石けん100g×4 1047円 地の塩	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	3729	パロ・ブランココアコーヒー粉 200g 972円	3535	ポテトチップス(しお味) 58g216円	4025	フラワーガーデンC 85g×3 660円 地の塩 新規格		
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 5円引	3732	有機インスタントコーヒー(瓶入)100g 1474円	3557	ミルクスティック 100g 324円	4026	炭石けん 100g 823円 地の塩	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)	
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	3733	有機インスタントコーヒー(詰替)80g 1230円	3514	のりのに揚げ餅 40g 238円	4030	ちのしおべびー泡の全身ソープ 330ml 913円 限定		
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 5円引	3735	こんぶ茶 80g 697円 健康フーズ	3517	スイートポリコーン 85g 216円	4031	詰替・ちのしおべびー泡の全身ソープ 280ml 495円	3803	★いのちの雫 原酒43度720ml 2750円
3269	トマトピューレ320g 356円	協力生産者 西山さんの菊芋使用 食べ過ぎ注意				3518	牛乳かりんとう 100g 270円	4020	デンシーハミガキ 80g 506円 ムソー	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	3101	焙煎 菊芋チップクラッシュ(西山さん) 80g 845円 限定	光食品のジュース類		3507	うずまきバウムクーヘン69.5g 216円	4035	炭シャンプー 390ml 918円 地の塩	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			3745	人参ジュース160g×3缶599円 ひかり無農薬原料	限定!! 内野家uchipac 日本のお惣菜		4036	詰替・炭シャンプー 350ml 572円 地の塩	ワイン、自然酒	
小麦粉・雑穀・豆		★考える会オリジナル乾麺		3746	1箱人参ジュース160g×30缶5814円 無農薬原料	3401	国産竹の子と昆布の炊き合わせ 120g 432円	4037	炭リンス 390ml 935円 地の塩	3813	自然酒純米吟醸(小)720ml 1806円
3047	★ゆうきスター米粉(白米) 300g 482円	3391	★乾うどん200g291円 久保さんの小麦粉	3762	有機野菜飲むならこれ190g×3缶583円	3402	国産ひじきと大豆の炊き合わせ 135g 432円	4038	詰替・炭リンス 350ml 572円 地の塩	3815	自然酒純米原酒(小)720ml 1587円
3048	★ゆうきスター米粉(玄米) 300g 482円	3393	★徳用乾うどん200g×5袋 1426円	3763	1箱有機野菜飲むならこれ 30缶 5657円	3403	国産さばの煮つけ 1切れ 486円	4034	ナチュラル石けんはみがきジェル 80g 495円	3823	井筒ワイン 赤甘口720ml 1539円
3009	★小麦粉500g345円 福岡県・久保さん(無農薬)	3390	★そうめん200g291円 久保さんの小麦粉	3766	オーガニックジンジャーエール250g×3缶 431円	3404	国産ぶりの塩焼き 1切れ 486円	ボックス(太陽油脂)商品		3824	井筒ワイン 白辛口720ml 1539円
3011	★強力粉500g345円 福岡県・久保さん(無農薬)	3392	★徳用乾そうめん200g×5袋 1426円	3767	1箱オーガニックジンジャーエール30缶 4180円	3405	国産千切り大根の含め煮 120g 432円	4041	ボックス石けんハミガキ120g 462円	3825	井筒ワイン ロゼ720ml 1686円 今期終了 休
3282	北海道産有機小豆・ムソー 200g799円	3394	★乾そば 200g 540円 限定 リトルファーマーズ	3768	オーガニックぶどうサイダー250g×3缶 431円			4042	ボックスナチュロン ハンドクリーム470g 935円	3826	井筒ワイン メルロー辛口720ml 1939円
3294	国内産有機大豆 200g 454円 再開			3769	1箱オーガニックぶどうサイダー 30缶 4180円	浅漬けの素 漬物		4043	ボックスナチュロン リップクリーム3.5g 715円	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。	
3296	国産有機黒豆(北海道)200g 675円	麺類		3772	オーガニックぶどうジュース160g3缶 551円	3257	富士ピクル酢 360ml 633円 飯尾醸造	4044	UV(日焼け止め)クリーム45g 1430円		
3311	パン粉 国産小麦粉100%使用 150g211円	3362	くず切り 100g 421円	3773	オーガニックぶどうジュース160g30缶5343円	3281	アワ浅漬けの素(ぬか漬け風味)500ml 497円	4045	ボックス酸素系漂白剤ボトル430g 605円	3835	有機栽培プレミアムビール(瓶) 330ml×12本 4092円
3307	純白玉粉 150g 295円 秋田白玉	3365	国産はるさめ 100g292円 金正食品	3764	国産有機トマトジュース(無塩)160g3缶 551円 休	3306	本干したくあん 200g 583円 ムソー	4046	ボックス酸素系漂白剤詰替用500g 605円	3836	有機栽培プレミアムビール(瓶) 1本 352円
3309	片栗粉 200g 231円 桜井	3366	ロングバスタ(スパゲティ)300g 416円	3765	1箱国産有機トマトジュース(無塩)160g30缶5343円 休	3288	補充用麴屋甚平熟成ぬか(乾燥)400g400円	化粧品		9972	手土産ワイン用紙袋 ・1本用 84円
3310	よしの本葛 55g 633円 富士食品	3367	ショートパスタ(マカロニ)300g 416円	3780	オーガニックりんごジュース190g3缶 518円	ふりかけ・缶詰		4050	つばき油 92g 1650円 坂本製油	9973	手土産ワイン用紙袋 ・2本用 157円
3096	★地大豆きなこ(みさお大豆)100g313円限定	3370	醤油らーめん3食 599円 創健社	3781	1箱オーガニックりんごジュース190g30缶5028円	3325	のり佃煮(瓶)95g 400円 創健社	4051	スキンコンディショニングオイル30ml 1225円	注文明時受付中商品 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)302円	3371	塩らーめん3食 599円 創健社			3304	しそワカメふりかけ(昆布入り)35g371円	4053	★へちま水(原液)300ml 838円	◇マル球産業株式会社	
3315	有機いりごま・黒80g(ボリビア産)248円 終了予定 終了	3372	味噌らーめん3食 599円 創健社	ジュース、飲み物 セール		3305	えびいりこふりかけ 40g 421円	本田さんの肥料		4086	お茶の力(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)		3373	博多風らーめん3食 664円 創健社	3751	りんごジュース(瓶)1L 977円(竹嶋りんご)	3326	ペニ花オイルのツナ缶 90g 486円	4105	★本田さんの発酵肥料10kg 1572円	4085	スープの力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	3374	新)四川風らーめん3食 713円 創健社	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	4108	★本田さんの発酵肥料5kg 944円	◇オーサワジャパン 1週間~2週間納品に時間を頂きます。	
3336	煎り金ごま(宮崎)30g 459円	3368	長崎皿うどん 2食入り 356円創健社	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	5098	CUCK00 玄米発芽炊飯器6合炊き 65780円		
3337	すり黒ごま(宮崎)30g 467円	3384	4食入さくらの焼そば114g×4 799円	3754	丹沢サイダー250ml×3缶 389円	3348	フリスドライ味噌汁5食661円	◇オーサワジャパン 1週間~2週間納品に時間を頂きます。		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円
3338	すり金ごま(宮崎)30g 467円			3755	1箱丹沢サイダー250ml×3缶 3780円	3349	フリスドライ味噌汁(ほうれん草キャベツ)5食661円				

縦合計 ()

グループ名

組員番号

組員名

提出日

火コース 9/26

金コース 9/29

10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 (10月のみ予約)	

No		注文数
13	野菜ミニケース (10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
3日	6日
10日	13日
17日	20日
24日	27日
31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。

10月のケースに入る野菜(予定)

・蓮根 ・人参 ・じゃが芋(北海道) ・玉ねぎ(北海道) ・牛蒡
 ・里芋 ・からいも ・生姜 ・南瓜 ・茄子 ・ミニ冬瓜 ・栗
 ・ピーマン ・ししとう ・モロヘイヤ ・空芯菜 ・水前寺菜 他

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お願ひします。

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、1回につき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)

2023年産米（追加・新規）予約注文書 （10月末まで受け付けますが、 収量が不足する場合は途中で終了します）

※どちらかに○を付けてください

米委員会の2回目の予約米の注文になります。ぜひこの機会にご検討ください。よろしくおしいし方がす。

◎お米代の自動引落しは、考える会のゆうちょ口座のみに変更となりました。ゆうちょ口座以外の方は郵便振替払込票か現金でのお支払いとなります。

◎支払方法に印を付けてください。支払は12/15の一括支払いのみとなります。

- 考える会のゆうちょ口座引落
- 現金(事務所へ持参)
- 上記以外(郵便振替払込票)

2023.8.1(月)	2023.12.15(木)
円	円

コース (A1~BZ)	ブロック	組合員番号		名前		受付日
		TEL		グループ名 キャロット名		
住所	〒					

※価格は予約特典価格になっています。

				2023年			2024年										
種類		8%税込価格 (税抜価格)		10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月 備蓄米	5月	6月	7月	8月	9月	合計数	価格計
玄米	81	30kg	17,012 (15,752)														
	82	10kg	5,986 (5,543)														
	83	5kg	3,050 (2,824)														
白米	85	10kg	6,932 (6,419)														
	86	5kg	3,677 (3,405)														
備考																合計	

No.40 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 10/10**

金コース 10/13

提出日
火コース 9/26
金コース 9/29

山のハム工房ゴーバル

ゴーバルのこと `Living is sharing` ゴーバルが始まったのは1980年。アジアの草の根の人々と共に学び集う場所を作りたいと、石原と榎本と仲間数人で岐阜の山間に入り「アジア生活農場ゴーバル」という名前でスタートしました。”Living is sharing”(生きることは分かち合うこと)という理念のもと、牛や羊を飼いまわり体験をしたり、子ども達を集めて林間学校をしたりしていました。そんな中、生活の柱となるようにと食肉加工をはじめ、少しずつ形をかえながら「山のハム工房ゴーバル」という従業員30人ほどのハム工房へと変化して来ました。形は変わっても、創業当時の”Living is sharing”という理念はそのままだに、田舎に暮らしながらハム作りを通して「分かち合い、共に生きるためのもの作り」を模索し続けています。

ゴーバルの大切にしていること

- ・作り方
ゴーバルの製品は化学調味料、保存料、発色剤などは一切使用せず、時間をかけてじっくり熟成させて自然の旨みを引き出します。
- ・原料
原料には、非遺伝子組換飼料(Non GMO)で育てた豚、鶏を使用しています。肥育期の豚には抗生物質を使用していません
- ・スモーク
ゴーバルでは昔ながらのだるまストーブで乾燥、加熱、燻煙を行います。燻煙には桜の生木を使っています。薪割りも大切な仕事の一つです。
- ・農作物
ソーセージに入る トマトは地元の農家さんからでる規格外のものを使っています。



冷蔵・冷凍				
No.	商 品 名		注文数	価格(税込)
1387	焼き豚	320g前後		1,998
1385	ロングソフトサラミ	120g前後		815
1376	カントリーチョップ(冷凍)	200g	休止	691
1377	味噌漬豚ロース肉(冷凍)	120g		486
1378	プルコギ(冷凍)	220g		691
1379	豚生姜焼き用味付肉(冷凍)	200g		778
1380	ポークハンバーグ	115g		367
1368	ボンレスハムスライス	80g		626
1369	あっさり料理用ベーコン	230g		1,134
1370	骨付きハム	1本		1,512
1371	ヒレスモーク	190g		1,490
1362	ウィンナーソーセージ	110g		583
1372	バジルソーセージ	182g		810
1373	アップルマスタード(ビン入り)	100g		514
1374	アップルマスタード(袋入り)	100g		324
1399	金時生姜シロップ(大)	200ml		1,598
1398	金時生姜シロップ(小)	100ml		850

No.40 特別注文書-B

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 **火コース 10/10** **金コース 10/13**

提出日 **火コース 9/26**
金コース 9/29



おすすめの冷凍食品



天然エビのサクサクひとくちエビフライ 100g
凍った状態のまま袋から取り出し、電子レンジ(500w)で約2分30秒温めてください。
または、凍った状態のまま袋から取り出し、アルミホイルを敷いたオーブントースター(1000w/200℃)で約7分間加熱してください。



甘めのタレでお子様にもおすすめ
やきとりセット180g
温めるだけで旨みたっぷりのやきとりの出来上がり。夕飯の一品や晩酌のお供としてどうぞ。
原材料／つくね串(鶏肉(国産))、パン粉、玉ねぎ、鶏卵、醤油、砂糖、発酵調味料、食塩、揚げ油(なたね油)、もも串(鶏肉(国産))、醤油、発酵調味料、砂糖)、タレ(砂糖、醤油、発酵調味料、ばれいしよでん粉、清酒、生姜、にんにくペースト)



冷凍食品の中で不動の人気No.1
チキンナゲット200g
秋川牧園こだわりの鶏肉のうまみをギュッと閉じ込めました。味付けは最低限なので、鶏のおいしさがよくわかります。
原材料／鶏肉(国産)、小麦粉、鶏卵、砂糖、食塩、ばれいしよでん粉、ホワイトペッパー、ガーリックパウダー、衣(パン粉、小麦粉、鶏卵、ばれいしよでん粉、砂糖、食塩、ブラックペッパー)、揚げ油(なたね



冷めてもふんわり柔らかい ミートボール100g
柔らかい食感のミートボールに、やさしい甘さのタレを絡めました。お子様にも食べやすい大きさと、冷めてもふんわり柔らかく、てりやき風味の甘辛タレがお弁当にぴったりです。
原材料／鶏肉(国産)、玉ねぎ(国産)、つなぎ(パン粉、鶏卵、ばれいしよでん粉、山芋パウダー)、生姜ペースト、砂糖、発酵調味料、食塩、ソース(醤油、砂糖、発酵調味料、ばれいしよでん粉、清酒、りんご酢)、揚げ油(なたね油)

商品番号	商品名	容量	注文数	価格(税込)
1775	天然エビのサクサクひとくちエビフライ 10円引き	100 g		826
1788	チキンナゲット(秋川牧園)	200 g		551
1789	やきとりセット(秋川牧園) 6本	180 g		907
1790	チキンソースカツ(秋川牧園)	150 g		594
1791	スパイシーささみカツ(秋川牧園)	160 g		551
1792	ピリ辛チキンバー(秋川牧園)	150 g		540
1793	鶏メンチカツ(秋川牧園)	150 g		497
1794	ふんわり卵の親子丼の具(秋川牧園)	180 g		540
1795	とりがらスープ(秋川牧園)	50g×5		529
1796	サラダチキン(むね肉プレーン)(秋川牧園)	100 g		594
1797	ミートボール 2個セット (秋川牧園)	100 g×2		518
1798	とり餃子(秋川牧園)	195 g		486
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	200 g (10個)		501
1766	まぐろ肉団子黒酢あん	160 g (6個)		454
1751	オーガニック ミックスベリー	200 g		756
1754	オーガニック ブルーベリー	150 g		684
1755	無着色たらこ	70 g		780
1756	ベビーほたて	200 g		852
1757	シーフードミックス 4種	200 g		1,308
1761	冷凍 さぬきうどん	200 g×3		396
1763	ピザ・北海道マルゲリータ	約18cm		1,011

No.40 特別注文書-B

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

ムソー・桜井・光食品のおすすめ商品

火コース 9/26
金コース 9/29

配送日 **火コース 10/10** **金コース 10/13**

提出日

	商品名	注文数	税込価格
	千葉産直		
5680	(千葉産直)ミニとろイワシ味付け缶 100g		356
5681	(千葉産直)とろイワシ水煮缶 150g		497
5682	(千葉産直)とろさば・みそ煮缶 180g	休止	486
5683	(千葉産直)とろさば・水煮缶 180g	休止	486
5686	(千葉産直)焼き塩さば缶 100g	休止	400
5687	(千葉産直)いわしの白焼き風缶 100g	休止	400
5688	(千葉産直)オイスターオリーブオイル漬け缶100g		837
5689	(千葉産直)オイルサーディン缶 100g	休止	443
	光食品		
5902	有機ミートソース 140g		335
5903	有機麻婆の素 100g		281
5904	有機青椒肉絲の素 100g		281
5905	有機回鍋肉の素 100g		281
5906	有機ピザソース 225g		475
5907	有機トマトソース[カーリック&ハズル風味]225g		400
5909	関西風お好みソース 300g		367
5910	やきそばソース 290g		454
5911	有機ぼん酢しょうゆ 250ml		443
5901	チキンコンソメ 10g×8		540
5913	有機胡麻ドレッシング 225g		497
5914	有機青じそドレッシング 200ml		518
5915	有機うめしょう油ノンオイルドレッシング 200ml		410
5918	オーガニックレモン果汁 180ml		518
5606	サンコー 赤ちゃんせんべい 14枚		313
5624	マルサン 豆漿(ドウジャン) 200ml×24		2,929
5625	マルサン 麦芽コーヒー 200ml×24		2,929
	高野山ごま豆腐		
5675	高野山ごまとうふ・白 120g		162
5676	高野山ごまとうふ・黒 120g		162
5677	高野山金ごまとうふ 100g		162
5678	高野山ゴまとうふ 140g		270
	尾道ラーメンシリーズ		
5492	尾道いりこラーメン115g(麺90g)2個セット		518
5493	尾道ラーメン115g(麺90g)2個セット 一番人気!		475
5494	尾道まぜ麺 130g(麺90g)2個セット		518
5495	尾道和山椒まぜ麺 130g(麺90g)2個セット		562
5496	山口特産 有機寒漬 100g		540
5497	有機たかな漬 180g		356
5619	ホットケ-キックス・砂糖入り 桜井 400g		443
5620	ホットケ-キックス(無糖) 桜井 400g		443

	商品名	注文数	税込価格
5610	グルテンバーガー(缶)180g		443
5611	グルテンミート(缶)170g		567
5612	リンケッツ(缶)160g		657
5615	かんぴょう ムソー 40g		594
5616	有機・玄米クリーム コジマ 200g		248
5617	有機・玄米粥 コジマ 200g		194
5618	自然薯入鉄火みそ(袋)無双本舗75g		745
5621	汐吹昆布 ムソー 35g		410
5626	重曹 桜井 300g		389
5450	塩麴 170g		648
5451	辣油 45g		648
5453	有機ハーブソルト 55g		518
5454	詰替用・有機ハーブソルト 55g		346
5458	有機切干大根 50g		324
5459	有機大豆煮豆 145g		454
5460	有機金時煮豆 125g		454
5461	有機黒煮豆 125g		454
5498	オーガニックエキストラバージンオリーブオイル 180g		907
5499	オーガニックエキストラバージンオリーブオイル 460g		1,998
5486	ひねくれきなこ 96g(12本) <small>定例注文書でご注文ください</small>		313
5487	米粉せんべい 生姜 63g		410
5488	米粉せんべい きな粉 63g		410
5489	ごほうびかりんとう しょうゆ 45g		378
5490	ごほうびかりんとう 生姜 45g		378
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		432
5476	オーガニックアイスコーヒー 微糖 1000ml		583
5475	オーガニックアイスコーヒー 無糖 1000ml		583
5466	(白)有機梅酢 200ml		432
5477	(赤)有機梅酢 200ml		454

そろそろ新生姜始まります!

5477 (赤)有機梅酢で紅生姜

- ①新生姜を薄切りにする。
食べやすいように千切りにしておくとそのままつけられます。
- ②水分が出ないように、切った新生姜を半日くらい天日干しする。
- ③清潔な保存容器に移し、有機梅酢を浸るくらい入れて、色がついたなら出来上がり。(冷蔵庫保存)

No.40 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 10/10	金コース 10/13	提出日	火コース 9/26	金コース
----	------------	------------	-----	-----------	------

		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
	パックスナチュロン	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.40 特別注文書-B

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

太陽油脂 (パックス) からの商品

配送	火コース 10/10	金コース 10/13	提出日	火コース 9/26 金コース 9/29
----	------------	------------	-----	---------------------

		組合No.	パックスNo.	商 品 名	数	規格	組員価格
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)		100 g	748
		6046	70337	うるおいUVクリーム		40 g	935
		6047	70100	ボディークリーム		50 g	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		300 g × 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