

火曜コース	提出日	⇒	配送日
	10/29		11/5

金曜コース	提出日	⇒	配送日
	11/1		11/8



いのちと土を考える会 LINE

※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。

## 「今週はシチュー特集」

少しずつ気温も下がってきましたね。里芋やレンコンなどの秋の根菜類の収穫も始まりましたので、今週はシチュー特集を企画しました。この機会にぜひご利用ください。詳しくは裏表紙に紹介しています。



### 「コーンシチューフ레이크」

国内産小麦粉に非遺伝組み換えコーン、有機ベニバナ油を使用しています。北海道産牛乳から作ったミルクパウダーをブレンドして仕上げたコクと甘味の優しい味わいです。

3347 コーンシチューフ레이크  
180g 529円(税込) 5円引



### 「デミグラス風ソース」

動物性原料を一切使用せず、植物性素材のみで仕上げました。シチュー、ハヤシライス、煮込みハンバーグなど幅広くお使いいただけます。

3346 デミグラス風ソース  
180g 508円(税込) 5円引



### 「木次乳業の乳製品」

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。

1451 パスチャライズ牛乳  
1l 459円(税込) 5円引  
1452 ブラウンスイス牛乳  
500ml 254円(税込) 5円引

1467 プロホローネチーズ  
380g 2052円(税込) 20円引  
1468 プロホローネビッコロ  
100g 583円(税込) 10円引



### 「阿蘇元気豚ウインナー」

1087 ★粗挽ウインナー  
110g(5本) 634円(税込) 10円引  
1088 ★粗挽ウインナーセット  
110g(5本)×2 1241円(税込) 15円引



### シーフードミックス ムソー冷凍DEグルメ(月1)より

1757 シーフードミックス  
200g 1567円(税込) 15円引  
1755 ベビーほたて  
200g 1117円(税込) 15円引  
1週遅れて  
配送です

### 遺伝子組換飼料・抗生物質不使用 「神山鶏」



「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。

1715 神山鶏 モモ 270g 701円(税込) 10円引  
1716 神山鶏 ムネ 210g 415円(税込) 5円引  
1723 神山鶏 ミンチ 200g 547円(税込) 5円引



### 北村きのご園(鳥取)

培地には約2年堆積し不純物を取り除いた国産杉のおが屑と、ふすま、米糠だけを使用しています。農薬なども使用せず、とても希少価値のある方法で生産されています

3190 エリンギ 100g 135円(税込) 5円引  
3191 えのき 100g 113円(税込) 5円引



### 「竹嶋さんのジョナゴールド、紅玉」

袋掛けをせずに太陽の光をいっぱいにあびて育った、安全でとっても美味しい竹嶋さんのりんご。詳しくは特別注文書(A4)をご覧ください。

914 ジョナゴールド 3玉 862円(税込)  
903 紅玉 3玉 800円(税込)

有機認証で認められている有機農業を使用されていますので、完全な無農薬栽培ではありません。ご承知の上ご注文ください



今年のは夏は異常に暑かったですね。家庭用の菜園ですが、あの暑さにもめげずナス、ピーマン、ゴーヤ、里芋、からいも、ニラ、全部豊作です。特にナス、ピーマン、ゴーヤはまだ元気でたくさん実をつけています。ちまたではカメムシが大発生とか、うちの畑では少なかったのですが、なぜでしょうかね？

里芋の豊作は減反田の水分が多いところに植えたのが良かったみたいです。

..10/15 阿蘇市・下田房雄..

ようやく秋らしい気候になってきましたね。この秋は失敗だらけで白菜、キャベツの苗は全滅、じゃがいもは種からくさっていき芽が出ない・・・、小松菜や大根も・・・暑さの影響か自分の力不足か。そんな中、里芋は今まで一番良いくらいできていて、生姜もきれいに育っています。

新しく蒔いた種も芽が出てきてくれて、心折られかけていたけど救われますね。少しでも皆さんにお届けできるようにやっといこうと思います。

..10/15 大津町・山本瑞樹..

朝晩はめっきり涼しくなり過ごしやすくなりましたね、田んぼでは稲刈りの時期を迎えました。これから晴れの日が続くように願う者です。今後の野菜出荷は、深ネギ、人参、ごぼう、生シイタケ、里芋他、遅くなりますが葉物野菜です。今後ともよろしく願います。

..10/15 山都町・佐藤昭人..



## 生産者だより(10/11 ラインメッセージより)

こんにちは、大津のKIKI MARKET GARDEN山本です 🧑🧑

ようやく涼しくなり秋晴れですね 🌟 畑も気持ちの良い季節になりました 🌟

夏の暑さが長かったりでか、昨年まではうまくいっていた白菜、スティックセニョール、キャベツの苗はほぼ全部虫さまの栄養源になってしまい、にんじんや大根の芽もどこいった？な野菜もあり、へこんだ気持ちにもなりますが切り替えながら一歩一歩やっています 🌱

うちからは今里芋を出荷しています。今年の里芋、夏の太陽のエネルギーたっぷりにつくらまるまるよくできています 🍷

まだ青々とした葉も残っていて、足元は露草がびっしり生えていますが、真夏の雨が降らない期間にはこの露草のおかげで土もしっとり潤わせてくれました 🌱

今日は朝からレタスの苗を畑におろしてきました 🌱 ネギは定植後の草管理で、今ここまで大きくなっています。インゲン豆も花が咲き出し、収穫までもう少しです 🌱 生姜も今年初めてこんなにほこってて嬉しいです 🌟

じゃがいもは植え付けの後暑い日が続いていたせいか、芽出しが遅かったり芽が出る前に種芋が腐ってしまったところも多々あり、今後の課題になりそうです。

## 配送者だより



◇ こんにちは配送担当の村上です。ようやく秋らしい天気となってまいりました。日中の暑さは少し残っておりますが、それも湿度が下がりましたので、随分と過ごしやすくなりました。これからの秋の本番をゆっくりと楽しみましょう。

今月のお届け分より、2024年度分のお米となります。

出来も上々とのことです。ゆっくりと新米をご堪能下さい。

..10/11 A1・B3・B4コース 村上 卓..

◇ 周りの草は一斉に穂を出し始め、この一週間位で一気に気温が下がった感じがします。朝晩は半袖では寒い位で毛布も引っ張り出してきて、扇風機は全く使わなくなりました。周りの風景の雰囲気でも何となく季節の移り変わりが読み取れます。植物は種を付け始めて、暑い時は全く蚊がいなかったのに少し気温が下がったと思ったら、一斉に増えてきました。最近忙しい事も色々ありますが、環境のせいか、年齢のせいかわかりませんが、そういう所を味わえるゆとりが出てきて感慨深いです。

..10/11 B2コース 新川幸宏..

## 野菜・果物だより

夏の高温などの影響により、収穫できる野菜がとて少なくなっています。

### 「レンコンの美味しさを活かす洗い方」

レンコンの美味しさを活かすには、切る前によく洗い、切つてからは洗わないようにします。  
また、節に栄養がいっぱいあるので、節(薄く切つてキンピラや煮物にも無駄なく使い切りましょう。



さっぱりしていて冷めても美味しい

### 「ひじきレンコン」

「材料3~4人分」 ヒジキ・50g レンコン・150g  
合わせ油(なたね7:ごま油3)・大さじ1  
水・1カップ 醤油・大さじ4

- ① ヒジキをボウルに入れて水でほぐしながらさつと洗ったら、手ですくって別のボウルに移す。
  - ② ①のヒジキをザルにあげる。水分を切り長いものはハサミで切っておく。
  - ③ レンコンは薄いイチヨウ切りにする。
  - ④ 鍋に油を熱して、レンコン、ヒジキの順に入れて炒める。
  - ⑤ ④の鍋に分量の水を入れ、煮立ったらふたをして中火で5分煮る。
  - ⑥ ⑤に醤油を加え、さわらずにそのまま煮汁がなくなるまで煮込み、最後に混ぜながら煮汁をからませる。
- 醤油は多めの分量になっています。あっさり味にする場合は、醤油大さじ3でOKです。

### ジャーマンレンコンお酢入り

「材料」 蓮根、じゃが芋、玉ねぎ、ベーコン、  
塩、コショウ、酢

- ① 蓮根、じゃが芋は5mmくらいの薄切り、ベーコンは細切り、玉ねぎは薄切りにする。
- ② 鍋にお湯を沸かし、じゃが芋と蓮根を茹でる。
- ③ フライパンでベーコンを炒め、火が通ったら玉ねぎを入れしっかり炒める。
- ④ 茹であがった蓮根とじゃが芋の湯を切り、③のフライパンに入れ、塩、コショウをして炒める。
- ⑤ 仕上げに酢をまわしかける(酢の量はお好みで。沢山入れた方がおいしい)

## 創健社 植物素材のデミグラス風ソース 120g



- ラードや牛脂、動物性のブイヨン、エキスなど動物性原料を一切使用せずに、植物性素材のみで作りました。
- おいしさにこだわりながら脂質を35%カット(当社ハヤシライスルウと比べて)。
- 8種類の野菜(トマト、玉ねぎ、にんじん、にんにく、セロリ、長ねぎ、マッシュルーム、椎茸)の旨みと香り高いスパイスを使い、こだわりの国内産赤ワインで仕上げた深いコクと豊かな風味が特長です。
- ハヤシライス、シチュー、煮込み料理、ハンバーグソース、パスタソースなど幅広くお使いいただけます。
- 野菜のみの具材でお楽しみいただくのはもちろん、お肉や魚介を使うと素材の味が引き立ち風味が一層豊かになります。
- 6皿分。
- べに花油は有機べに花油を使用しています。
- 赤ワインは酸化防止剤(亜硫酸塩等)を使用していません。
- 酸味料、乳化剤は使用していません。

### 原材料(原産地記載)

小麦粉(小麦(北海道))、植物油脂(有機べに花油(アメリカ)、パーム油(マレーシア))、粉末野菜(トマトパウダー(スイス)、オニオンパウダー(アメリカ)、ガーリックパウダー(中国)、セロリパウダー(インド))、砂糖(北海道)、食塩(メキシコ)、酵母エキス(国産他海外)、りんご果汁(国産)、粉末醤油(アメリカ他海外)、赤ワイン(長野)、野菜ペースト(北海道、長野、九州他海外)、麦芽エキス(イギリス)、ブラックペッパー(マレーシア他海外)、ココアパウダー(産地:ドミニカ、加工地:オランダ)、(一部に小麦・大豆・りんごを含む)

### 召し上がり方・使い方

#### <ハヤシライスルウ(6皿分)/材料>

本品1袋:120g、肉(薄切り):200g、玉ねぎ中1個:200g、マッシュルーム:適量、植物油:大さじ2、水:750ml

[作り方]1、鍋に植物油を熱し、具材をよく炒めます。2、水を加え約10分間中火で煮込みます。3、いったん火を止めて本品を入れ、よく溶かし込んで下さい。4、再度とろ火で煮込んで出来上がりです。

#### <ハンバーグソース(ハンバーグ2個分)/材料>

本品:15g(大さじ山盛1程度)、お湯:100ml

1、小鍋にお湯100mlを入れ本品15gを溶かします。2、弱火でよく溶かしてとろみがついたら出来上がりです。

※仕上げにトマトケチャップを適量加えると、一層おいしくお召し上がりいただけます。



## シチュー・グラタン特集！

<b>3190</b>	エリンギ	100g	135円	→ 5円引
<b>3191</b>	えのき	100g	113円	→ 5円引
<b>1087</b>	★粗挽ウインナー	110g	634円	→ 10円引
<b>1088</b>	★粗挽ウインナーセット	110g×2	1241円	→ 15円引
<b>1715</b>	神山鶏 もも	270g	701円	→ 10円引
<b>1716</b>	神山鶏 むね	210g	415円	→ 5円引
<b>1723</b>	神山鶏 ミンチ	200g	547円	→ 10円引
<b>1451</b>	パスチャライズ牛乳	1ℓ	459円	→ 5円引
<b>1452</b>	ブラウンスイス牛乳	500ml	254円	→ 5円引
<b>1467</b>	プロボローネチーズ	380g	2052円	→ 20円引
<b>1468</b>	プロボローネピッコロ	100g	583円	→ 10円引

<b>2001</b>	北海道バター(加塩)	150g	427円	→ 5円引
<b>3333</b>	よつ葉のスキムミルク	150g	360円	→ 5円引
<b>2116</b>	新巻鮭切り身	2切れ	783円	→ 10円引
<b>3009</b>	小麦粉	500g	345円	→ 5円引
<b>3347</b>	コーンシチューフレーク	180g	529円	→ 5円引
<b>3346</b>	植物素材のデミグラスソース	135g	508円	→ 5円引
<b>3366</b>	ロングパスタ	400g	486円	→ 5円引
<b>3367</b>	ショートパスタ	300g	416円	→ 5円引
<b>3823</b>	井筒ワイン 赤甘口	720ml	1565円	→ 15円引
<b>3824</b>	井筒ワイン 白辛口	720ml	1565円	→ 15円引
<b>3826</b>	井筒ワイン ロゼ	720ml	1713円	→ 20円引
<b>3826</b>	井筒ワイン メルロー辛口	720ml	1967円	→ 20円引

### ◆ムソー冷凍DEグルメより

<b>1756</b>	ベビーほたて	200g	1117円	→ 15円引
<b>1757</b>	シーフードミックス 4種	200g	1567円	→ 15円引



### 今週のスポット品

#### ◆特注品

「ムソー・桜井・光食品のおすすめ商品」より

光食品の調味料 5円引きセール！



### 今週の特注品

..11/12..15届け..

#### ☆ゼンケン「暖房機総合カタログ」

やさしく包み込むように、身体の芯から暖まる遠赤外線暖房機アーバンホット、電磁波を99%以上カットするワンランク上の暖房機電気ホットカーペット等、考える会特別価格でお届けします。

#### ☆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。

#### ☆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。

#### ☆harepan (はればん)

月1回 翌週届け

会の組合員さんと阿蘇郡西原村の小さな工房の一人ぱん屋さん。季節の酵母を使った美味しいぱんをお試しください。

### コーンクリームチーズフォンデュ

<材料>

コーンクリームシチューフレーク	大さじ2
ピザ用とろけるチーズ	50g
かたくり粉	大さじ1
水	100cc
フランスパン	適宜
プチトマト	適宜
ブロッコリー	適宜



\* 上記の材料以外にもお好みの野菜を自由にお試しください。

<作り方>4人分

- 1.フランスパンは1.5cm位の食べやすい大きさに切っておく。プチトマトはヘタを取って半分に切り、ブロッコリーは小房に分けて塩茹でしておく。
- 2.小鍋に「コーンクリームシチューフレーク」と水を入れ、火にかける。沸騰する前にとろけるチーズとコーンスターチを加えて、とろみがつくまでよく混ぜる。
- 3.卓上コンロかフォンデュ台にのせ、温めながらテーブルへ。フォンデュ用スティックやフォークなどを使い、パンや野菜をからませてください。
- 4.途中でチーズが固まってきたら、「コーンクリームシチューフレーク」を溶いたお湯を加えて薄めてください。

### お詫びと訂正

11月卵予約とバナナ予約の火曜コース日付が月曜日の日付になっておりました。

大変申し訳ございません。

正しくは11/5.12.19.26 火曜日のお届けです。

2024年 45-①

配送日

火コース 11/5

金コース 11/8

注文書回収

火コース 10/29  
金コース 11/1

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産物不使用野菜！ ★農産物ケース		新米 2024年産★ゆうきスター米		豆腐・あげ類 (内田安喜商店)		★高山さんのオリジナル加工品		松下かまぼこ(天草)の練り製品		塩・砂糖		
91	★玄米(2024年産) 30kg 17112円	休		1414	ひのくに地豆腐 木綿140g×2 168円	3172	★simpleコチュジャン 120g 517円 冷蔵	1430	地魚かまぼこ(天領) 140g 748円	3213	はやさき水にがり 300cc 900円	
○みんなで生産者の生産活動を支援しよう！		92	★玄米(2024年産) 10kg 6016円		1415	ひのくに地豆腐 絹 140g×2 168円	3173	★麴だけでつくった甘酒 300g 592円 冷蔵	1431	ちくわ 50g×3 370円	3218	小さな海・天日塩 中粒240g 508円
11	農産物ケース 普通	93	★玄米(2024年産) 5kg 3065円		1418	木綿豆腐 400g 180円	3174	★塩こうじ 230g 592円 冷蔵	1432	ヤサイチギリ天 150g 370円	3219	小さな海・釜炊き塩 小粒240g 508円
12	農産物ケース 小	94	★玄米(2024年産) 1kg 629円		1419	絹豆腐 350g 180円	3171	★高山さんのトマトの水煮900ml 1480円 <b>限定</b>	1433	地魚(ジャコ)丸天50g×3 375円	3214	豊穰塩500g 184円 オ-スト7/7天日
NonGMO飼料を与えています ★高丸さん、吉田さんの卵		95	★白米(2024年産) 10kg 6962円		1410	豆乳 500ml 335円	● <b>神山鶏 冷凍</b>		1434	ごぼう丸天 50g×3 375円	3215	豊穰塩5kg 1188円オ-スト7/7天日塩
25	★卵パック 10個 445円	96	★白米(2024年産) 5kg 3692円		1408	大揚 1枚 158円	1715	神山鶏 もも 270g701円 <b>10円引</b>	1435	野菜丸天 50g×3 375円	3210	はやさき天日塩 大粒500g 900円
27	★有精卵 6個 445円	97	★白米(2024年産) 1kg 755円		1409	きざみ揚げ 1袋 129円	1716	神山鶏 むね 210g415円 <b>5円引</b>	1436	イカ下足丸天 50g×3 375円	3212	はやさき天日塩 小粒250g 850円
★特注野菜		3092	★ゆうきスターの米ぬか 500g162円		1411	寿しアゲ 20g×5枚 216円	1717	神山鶏 ささみ 578円	1437	たこ丸天 50g×3 375円	3216	詰替用・粗挽き塩胡椒150g 586円
※B品は小さい物や大きすぎる物、割れ、キズ有などいろいろな物が入ります。		考える会オリジナル もち米、雑穀		1412	生アゲ 50g×1枚 118円	1718	神山鶏 平肝(レバー)250g 489円	バター、マーガリン		3222	純黒糖粉(喜界島産) 250g 572円	休
※B品が不足した時はA品をお届けします		3012	★押し麦 500g 539円 福岡・久保さん	1413	きぬ厚アゲ 220g 168円	1719	神山鶏 砂肝 250g 489円	2001	北海道バター(加塩)150g 427円 <b>5円引</b>	3223	てんさい糖(北海道産) 650g 509円	
※▲の野菜は欠品の可能性があります		3062	★島川さんの黒米 150g 339円 おススメ	1417	手にぎりがんも 1枚 148円	1720	神山鶏 手羽先 250g 537円	3333	よつ葉のスキムミルク150g 360円 <b>5円引</b>	3226	きび粗糖 500g 322円(種子島産)	
森ノリノ(菊池)の農園納豆		3067	★久保さんのもち麦 300g 432円	1420	板納豆 海想う 80g 321円	1721	神山鶏 手羽元 300g 511円	海産品 冷凍		3217	氷砂糖 1kg 664円(北海道てんさい糖)	
★▲の野菜は欠品の可能性があります		3052	★もち米(白米)1kg 792円 2023年度産	1421	パック納豆 海想う 40g×2 321円	1722	神山鶏 手羽中 250g 552円	2101	開きアジ 2枚 468円 丸正水産	黒こしょう 第三世界ショップ		
127	玉ねぎ(北海道産) 800g 370円	3053	★もち米(玄米)1kg 720円 2023年度産	1422	中粒納豆 山笑う 40g×2 332円	1723	神山鶏 ミンチ 200g 547円 <b>10円引</b>	2102	塩サバ 2~3枚 558円 丸正水産	3227	黒胡椒(粒)カレーの壺 <sup>ペ</sup> ヲハ <sup>パ</sup> -20g 389円	
116	じゃが芋(北海道産他) 800g 367円			1422	中粒納豆 山笑う 40g×2 332円	1724	神山鶏からあげセット(モ、ム) 300g 731円	2103	丸干し 350g前後 558円 丸正水産	3228	黒胡椒(粗挽き)カレーの壺 <sup>ペ</sup> ヲハ <sup>パ</sup> -20g 389円	
137	人参(北海道産) 400g 270円			★元気豚の加工品 冷凍		1725	神山鶏 骨付きモ 2本(600g) 1294円	2116	新巻鮭切り身 2切れ 783円 <b>10円引</b>	松合食品のしょうゆ 他		
141	★里いも 1kg 430円	★ゆうきスターの米めん		1311	★元気豚しゃゆーまい30g×6 691円	1727	神山鶏 骨付きももぶつ切り 300g 743円	冷凍品		3235	九州丸大豆醤油(大)1.8L 1687円 松合	
145	★里いも B品 2kg 430円	3397	★焙煎玄米めん(太麺)100g 324円	1313	★元気豚肉まん 75g×2 427円	1728	神山鶏 ガラ(1羽) 248円	2129	冷凍さぬきうどん 200g×3 456円	3236	九州丸大豆醤油(小)0.9L 1051円 松合	
151	★からいも 1kg 407円	3396	★白米めん 100g 324円	1314	★元気豚ハンバーグ120g×2 718円	NonGMO飼料を与えています 木次乳業(島根)の乳製品		海産物		3237	九州丸大豆醤油・淡口(小)0.9L 1051円 松合	
152	★からいも B品 2kg 407円	★ゆうきスターの米麺(高丸さん・高山さん)		ブラウンスイス牛肉		1451	バスタチャライズ牛乳 1L 459円 <b>5円引</b>	2050	煮干しいりこ ムソー 100g 529円	3264	「くろ」つゆ 濃縮だし400ml 619円 松合	
156	★紫からいも 1kg 407円	3168	★ゆうきスター米の米麺(冷凍) 200g 359円	1293	(BS)牛赤身スライスセット 200g× 1512円	1452	フランスス牛乳 500ml 254円 <b>5円引</b>	2044	阿波屋だし 8g×30 1944円 松合食品	3289	まろやか旨酢タレ400ml 589円 松合	
159	★紫からいもB品 2kg 407円	3165	★ゆうきスター米の米麺(冷凍) 500g 814円	1294	(BS)牛赤身スライス 200g 767円	1453	ミルクコーヒー 1L 340円	2018	おだし用かつお節粉末100g 651円	3260	味の母(大)1.8L 2160円 味のー醸造	
163	★ごぼう 200g 171円	★島川さんの「阿蘇」元気豚 冷凍		1288	(BS)牛ミンチ 200g 707円	1454	ミルクコーヒー 500ml 194円	2019	おだし用混合節粉末100g 604円	3261	味の母(小) 720ml 999円 味のー醸造	
165	★レンコン 400g 341円(本田)	1001	★元気豚ミックススライス250g×2 1241円	1289	(BS)牛ミンチセット 200g×2 1394円	1455	プレーンヨーグルト400ml 345円	2008	塩ワカメ200g 222円 冷蔵 有明海産	3262	春夏秋冬うすいろだしの素1L 1253円	
180	★生姜 150g 235円	1018	★元気豚ミックススライス徳用250g×4 2411円	1299	(BS)合挽きミンチ 200g 558円	1456	奥出雲ヨーグルト90g×2 281円	2045	天然利尻こんぶ 40g 605円	3263	春夏秋冬だしの素 1L 1253円	
262	★ピワの生葉 10枚 207円	1012	★元気豚ミックススライス徳用250g×4 2411円	1298	(BS)合挽きミンチセット 200g×2 1099円	1459	美楽ヨーグルト 90g 151円	2022	花かつお削り 100g 442円 山川産			
602	★みかん 1kg 430円(本田)▲	1002	★元気豚バラスライス250g×2 1131円 <b>限定</b>	休	★島川さんの阿蘇元気豚を使った ウィンナー・ハム・ベーコン 冷凍 ウィンナーたくさんあります！		1465	赤玉チーズ 180g 1091円	2023	かつおパック(3g×4)×2 405円 枕崎産	原料にこだわった 味噌	
606	★みかん B品 2kg 430円(本田)▲	1005	★元気豚モモしゃぶ用250g 667円	1006	★元気豚肩ロースしゃぶ用250g 707円 <b>限定</b>	1466	カマンベールチーズ120g 1037円	2024	とろろ昆布 40g 278円 北海道産	3205	無農薬麦みそ2kg 1581円 松合	
644	★グリーンレモン 300g 287円	1014	★元気豚ミンチ 200g 435円 <b>限定</b>	1007	★元気豚モモブロック500g 1178円	1467	プロボローネチーズ380g 2052円 <b>20円引</b>	2025	かんてん雪椿(フレック7g) 199円	3204	無農薬玄米合わせみそ 750g 1008円松合	
★ニンニクの芽ペースト(いなかもん倶楽部)		1015	★元気豚ミンチセット200g×2 850円 <b>限定</b>	1008	★元気豚バラブロック500g 1130円 <b>限定</b>	1468	プロボローネピッコロ100g 583円 <b>10円引</b>	2027	干しサクラエビ 5g 562円 創健社	3207	★古庄さんの麦みそ(無農薬裸麦)750g 796円	
3166	★ニンニクの芽ペースト(大) 180g 842円 <b>100円引</b>	1018	★元気豚ミンチセット徳用 200g×5 2084円 <b>限定</b>	1009	★元気豚肩ロースブロック500g 1350円 <b>限定</b>	1469	モッツアレラチーズ100g 518円	2029	あおさ 25g 462円 天草本川海産	3202	★米みそ(島川さんの無農薬米)750g 796円	
ナチュラルベーカリー ルナ		1028	★元気豚ミンチセット徳用 200g×5 2084円 <b>限定</b>	1010	★元気豚モモブロック500g 1178円	1471	ナチュラルスナッカー70g 508円	2031	国産芽ひじき20g 238円 天草本川海産			
1586	天然酵母食パン 1斤 453円 <b>限定24</b>	1007	★元気豚モモブロック500g 1178円	1011	★元気豚バラブロック500g 1130円 <b>限定</b>	1476	牧場のカスタードプリン100ml×2 475円	2047	乾燥わかめ 天然伊勢志摩産 8g 410円	油(庄津一番搾り)		
1587	プチレーズンパン 3個 273円 <b>限定15</b>	1008	★元気豚バラブロック500g 1130円 <b>限定</b>	1012	★元気豚バラ焼肉用 250g 603円 数量 <b>限定</b>	1474	ミルクのプリン 80g×2 281円	お酢 他		3240	なたね油(大)1650g 2052円 坂本製油	
1589	シナモンロールパン 1個 272円	1009	★元気豚肩ロースブロック500g 1350円 <b>限定</b>	1013	★元気豚とんかつ用300g 3枚 910円	1083	★バラベーコンブロック 200g 1153円 <b>限定</b>	3239	飲むにごり酢(甘夏果汁入り) 300ml 980円	3241	なたね油(小)825g 1188円 坂本製油	
北村きのご園(鳥取)		1010	★元気豚ロース生姜焼き用300g 910円	1014	★元気豚とんかつ用300g 3枚 910円	1084	★シヨルダーベーコンスライス 100g 577円 <b>限定</b>	3251	玄米酢(小)0.9L 1574円 松合食品	3242	なたねしらしめ油(大)1650g 2052円	
3190	エリンギ 100g 135円 <b>5円引</b>	1010	★元気豚ロース生姜焼き用300g 910円	1017	★元気豚バラ焼肉用 250g 603円 数量 <b>限定</b>	1085	★粗挽きフランクフルト 3本(180g) 1038円 <b>限定</b>	3252	富士酢(大)1.8L 2160円 飯尾醸造	3243	なたねしらしめ油(小)825g 1188円	
3191	えのき 100g 113円 <b>5円引</b>	1026	★元気豚ローススライス 250g 748円	1019	★元気豚ヒレ 300g 1266円	1086	★ちっちゃなウィンナー 約14本(200g) 1153円	休	3253	富士酢(小)0.9L 1296円 飯尾醸造	3244	胡麻油(大)1650g 4320円 坂本製油
竹嶋さん(青森)のりんご ※りんごの大きさによって価格が10%前後、変わる場合があります。		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	休	休	3255	富士すし酢 360ml 756円 無農薬原料	3245	胡麻油(中)660g 2160円 坂本製油	
903	紅玉 3玉 800円	1017	★元気豚バラ焼肉用 250g 603円 数量 <b>限定</b>	1019	★生ウィンナー 5本(110g) 634円 <b>限定</b> ※必ず火を通して召し上がり下さい。	休	休	3256	りんご酢 600ml 870円 日食	3246	胡麻油(小)273g 1080円 坂本製油	
914	ジョナゴールド 3玉 862円	1029	★元気豚モモ切り落とし 200g 435円 サイズ厚さはバラバラです <b>限定</b>	1017	★元気豚バラ焼肉用 250g 603円 数量 <b>限定</b>	1090	★切り落としローススライス 100g 449円 <b>限定</b>	休	3258	ゆずポン酢 300ml 653円 丸島醤油	3247	紅花油 660g 1836円 坂本製油
		1029	★元気豚モモ切り落とし 200g 435円 サイズ厚さはバラバラです <b>限定</b>	1091	★切り落とし <sup>ハ</sup> ラ <sup>ハ</sup> コンスライス100g 449円	休	休	3259	カンタン八芳酢 360ml 508円	3249	山江村産えごま油 105g 2376円 堀内製油	
								3298	お徳用カンタン八芳酢900ml 972円	3278	有機EX-Vオリーブオイル250ml 1728円 創健社	

縦合計 ( )

記入は赤など目立つ色をお願いします

農産加工品		カレー、シチュー		お茶、紅茶、コーヒーなど お茶		お米手土産用 ゆうきスター2023年米		洗濯、台所用、食器洗い、掃除用洗剤		日用雑貨		
3117	★昭人さんの干し椎茸70g 764円	3341	アショカのカレー粉 100g 630円	3711	★久保さんの麦茶500g 551円	89	★手土産白米5kg 4018円(紙袋)	4001	ハーフの香り液体石けん800ml 1239円	4059	トレットハーフ 太穴芯無6ロール 556円	
		3344	中辛植物素材のカレー粉135g 508円			90	★手土産白米2kg 1834円(紙袋)	4002	詰替・ハーフの香り液体石けん2kg2478円	4061	無漂白コーヒーフィルター2~4人用100枚 611円	
3118	★昭人さんの干し椎茸(スライス)70g 636円	休	3345	辛口植物素材のカレー粉135g 508円	3712	★昭人さんのごぼう茶50g 662円	98	★手土産玄米5kg 3389円(紙袋)	4003	ハーフの香り粉石けん1.8kg 1487円	4073	オキシジェン ダストバック4枚 1210円
3119	★昭人さんの干し椎茸(小葉)50g 497円		3343	甘口植物素材のカレー粉135g 508円	3710	★古庄さんのハブ茶(生)500g 720円 限定 休止	99	★手土産玄米2kg 1582円(紙袋)	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円限定
3124	胡参竹水煮たけのこ120g 392円		3342	ハヤシルー115g×2 540円 日食	3715	ハト麦茶 400g 550円 かぬま	会オリジナルお菓子(大人気!!)		4007	アルカリウオッシュ500g 398円地の塩	4070	菊花せんこう(6時間用)30巻1250円
3128	九州産たけのこ水煮 120g 392円		3347	コーンシチューフレーク180g 529円 5円引	3721	下田さんの釜炒り茶90g 540円	3503	★高丸さんの玄米ぼんせんべい8枚381円	4013	アルカリウオッシュL(香料入)600g 583円	4071	くすの木しようのう10g×8包 1727円 限定 休
3129	九州産細切たけのこ水煮 90g 303円 チンジャオロースにおすすり! 人気商品		3346	植物素材のデミグラスソース120g 508円 5円引	3728	下田さんの釜炒り茶ティーパック2g×15 648円	創健社のお菓子		4008	クエン酸 300g 495円 地の塩	4072	くすの木せんこう14cm×230前後1250円
			梅肉エキス、ハチミツ、ジャム		3722	下田さんの釜炒り粉末茶50g 540円	3504	梅エキスキャンディー 75g 389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
3193	(板)有機生いもこんにやく 250g 248円		3318	梅エキス・粒 90g 2931円創健社	3725	下田さんの冷茶 6g×10 540円	3523	百年はちみつのだし 51g 540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
3127	有機生いも糸こんにやく 250g 268円		3319	梅エキス 90g 2931円 創健社	3701	紅茶(藤本製茶)3g×10 540円	3544	黒こしょうおかき 70g 400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	
3134	きくらげ(熊本産) 20g 500円		3224	県産ハチミツ(大)1kg 4372円	3702	紅茶7-ルグレイ(藤本製茶)3g×10 702円	マルシマのお菓子		手洗い、浴用、洗顔、シャンプー		料理酒	
3301	にがり凍み豆腐国産有機丸大豆48g 391円		3225	県産ハチミツ(小)600g 2957円	3703	岳間茶/蒸し茶(藤本製茶)200g 1080円	3558	ひねくれきなこ 96g 335円	4021	泡ハンドソープ 300ml 1239円	3810	特選・料理用自然酒1800ml 3028円
3302	もち麩 25g 292円 田辺塾店		3320	マーマレード 200g 540円	3704	岳間茶得用き茶(藤本製茶)300g 756円	サンコーのお菓子		4022	詰替・泡ハンドソープ 250ml 805円	3811	特選・料理用自然酒720ml 1478円
3303	車麩 大6枚 298円 マルヨネ		3321	ピーナッツクリーム150g 518円 創健社	3737	しょうが湯 20g×5 268円 マルシマ	3531	ミニどら焼き 6個 410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)	
調味料(ソース、ドレッシング等)			3279	メープルシロップ 330g 1490円	3738	花梨はちみつしょうが湯12g×5 380円	3519	黒糖 8本 368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)	
3285	ゆずごしょう 40g 309円		宮崎県産 国産ごま(無農薬)		3739	たんぽぽコーヒー150g 1481円 杉食 終了	3540	有機栽培コーヒーゼリー 110g 292円	4025	フラワーガーデンC 85g×3 660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)	
3286	練りからしチューブ49g 389円		3335	煎り黒ごま(宮崎) 30g 494円	3729	パロ・ブランコーヒー粉 150g 972円	3553	ミルクキャラメル 180g 378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)	
3287	生おろしわさびチューブ40g 443円		3336	煎り金ごま(宮崎) 30g 494円	3732	有機インスタントコーヒー(瓶入)100g 1598円	3511	ひじきスティック 110g 367円	4030	ちのしおペーパー泡の全身ソープ 330ml 913円 限定	3803	★いのちの雫 原酒43度720ml 2750円
3271	焼き肉のたれ 350g 680円 ヒカリ		3337	すり黒ごま(宮崎) 30g 509円	3733	有機インスタントコーヒー(詰替)80g 1350円	3511	ひじきスティック 110g 367円	4031	詰替・ちのしおペーパー泡の全身ソープ 280ml 495円	3805	★1箱いのちの雫原酒43度×12本 32156円
3265	ウスターソース360ml 421円ヒカリ		3338	すり金ごま(宮崎) 30g 509円	3735	こんぶ茶 80g 697円 健康フーズ	3548	ミレービスケット 165g 378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
3275	中濃ソース 300ml 497円 創健社		★考える会オリジナル乾麺		光食品のジュース類		3520	小倉ようかん 58g 173円	4035	炭シャンプー 390ml 935円 地の塩	3806	★1箱いのちの雫 25度×12本 18130円
3276	濃口ソース 300ml 497円 創健社				3784	オーガニックレモンスカッシュ 250ml×3 486円	3535	ポテトチップス(しお味) 58g 216円	4036	詰替・炭シャンプー 350ml 572円 地の塩	ワイン、自然酒・ビール	
3280	オイスターソース 140g 569円		3386	★手延べそうめん 180g 462円	3784	オーガニックレモンスカッシュ 250ml×3 486円	3514	のりり揚げ餅 40g 238円	4037	炭リンス 390ml 935円 地の塩	3813	自然酒純米吟醸(小)720ml 1959円
3266	トマトケチャップ(大)チューブ 500g 626円		3387	★お徳用手延べそうめん 180g×5 2284円	3785	1箱オーガニックレモンスカッシュ 30缶 4698円	3517	スイートポリコーン 85g 216円	4038	詰替・炭リンス 350ml 572円 地の塩	3823	井筒ワイン 赤甘口720ml 1565円 15円引
3267	トマトケチャップ(小)瓶400g 540円		3388	★手延べふしめん 180g 462円	3745	人参ジュース160g×3缶599円 ひかり無農薬原料	3518	牛乳かりんとう 100g 270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 1565円 15円引
3269	トマトピューレ320g 399円		3391	★乾うどん200g 291円 久保さんの小麦粉 限定 休	3746	1箱人参ジュース160g×30缶5814円 無農薬原料	3507	うずまきパウムクーヘン69.5g 216円	4017	石けんシャンプーN(詰替)400ml 693円	3825	井筒ワイン ロゼ720ml 1713円 20円引
3277	有精卵マヨネーズ/チューブ300g 616円		3393	★徳用乾うどん200g×5袋 1426円 限定 休	3762	有機野菜飲むならこれ190g×3缶583円	3509	豆乳どなっつ 72g 238円	4018	石けんシャンプー-専用リンス(詰替)400ml 748円	3826	井筒ワイン メルロー辛口720ml 1967円 20円引
3272	胡麻ドレッシング390ml 1058円		麺類		3763	1箱有機野菜飲むならこれ 30缶 5657円	浅漬けの素 漬物		おすすめ			
小麦粉・雑穀・豆			3362	くず切り 100g 464円	3766	オーガニックジンジャーエール250g×3缶 486円	3281	7ヶ月浅漬けの素(ぬか漬け風味)500ml 529円	泡で出でくるおデューソープ(詰替)1500ml 1320円 別に泡ボトルが必要です		3835	有機栽培プレミアムビール(瓶)330ml×12本 4092円
3047	★ゆうきスター米粉(白米) 300g 482円		3365	国産はるさめ 100g 324円 金正食品	3767	1箱オーガニックジンジャーエール30缶 4698円	3306	本干したくあん 200g 583円 ムソー			3836	有機栽培プレミアムビール(瓶)1本 352円
3048	★ゆうきスター米粉(玄米) 300g 482円		3366	ロングパスタ(スパゲッティ)400g 486円 5円引	3768	オーガニックぶどうサイダー250g×3缶 486円	ふりかけ・缶詰				9972	手土産ワイン用紙袋 1本用 84円
3009	★小麦粉500g 345円 福岡県・久保さん(無農薬) 5円引		3367	ショートパスタ(マカニ)300g 416円 5円引	3769	1箱オーガニックぶどうサイダー 30缶 4698円	3325	のり佃煮(瓶)95g 400円 創健社	ボックス(太陽油脂)商品		9973	手土産ワイン用紙袋 2本用 157円
3011	★強力粉500g 345円 福岡県・久保さん(無農薬)		3370	醤油らーめん3食 599円 創健社	3772	オーガニックぶどうジュース160g 3缶 551円	3304	しそワカメふりかけ(昆布入り)35g 464円	4041	ボックス石けんハミガキ120g 462円		
3282	北海道産有機大納言小豆・ムソー 200g 972円		3371	塩らーめん3食 599円 創健社	3773	オーガニックぶどうジュース160g 30缶5343円	3305	えびいりこふりかけ 40g 421円	4042	ハックスナチュロ ハンドクリーム70g 935円		
3095	地だいず(八天狗) 300g 405円		3372	味噌らーめん3食 599円 創健社	3780	オーガニックりんごジュース190g 3缶 518円	3326	ペニ花オイルのツナ缶 90g 551円	4043	ハックスナチュロ 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 865円		3373	博多風らーめん3食 664円 創健社	3781	1箱オーガニックりんごジュース190g 30缶5028円	3327	さば味付け缶 190g 454円 創健社	4044	UV(日焼け止め)クリーム45g 1430円	◇マル球産業株式会社	
3311	パン粉 国産小麦粉100%使用 150g 211円		3374	新) 四川風らーめん3食 713円 創健社			3328	いわし味付け缶 100g 400円 創健社	4045	ハックス酸素系漂白剤ボトル430g 605円	お茶の力(ティーポットセット) 通常価格25300円 特別価格21780円	
3307	純白玉粉 150g 324円 秋田白玉		3368	長崎血うどん 2食入り 356円創健社			3348	フリスドライ味噌汁5食661円	4046	ハックス酸素系漂白剤詰替用500g 605円	4086	お茶の力(ティーポットセット) 通常価格25300円 特別価格21780円
3309	片栗粉 200g 281円 桜井		3384	4食入さくらの焼きそば114g×4 842円			3349	フリスドライ味噌汁(ほうれん草キッパ)5食661円	化粧品			
3096	★地大豆きなこ(みさお大豆) 100g 313円		竹嶋有機農園		創健社ジュース		本田さんの肥料		4050	つばき油 92g 1650円 坂本製油	4085	スープの力DX 標準価格47300円 期間限定価格42900円
3314	有機いりごま・白80g(エジプト産) 302円		3751	りんごジュース(瓶)1L 977円(竹嶋りんご)	3754	丹沢サイダー250ml×3缶 389円	4104	★発酵鶏フン 20kg 943円	4051	スキンコンディショニングオイル30ml 1225円	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
			3752	手土産りんごジュース(瓶)1L×2本 1919円	3755	1箱丹沢サイダー250ml×30缶 3780円	4105	★本田さんの発酵肥料10kg 1572円	4064	馬油(液状)55ml 1906円 ソンバーク		
			3753	箱入りりんごジュースびん入り 1L×6 5684円			4108	★本田さんの発酵肥料5kg 944円	4053	★へちま水(原液)300ml 838円		

縦合計 ( )

# 考える会 掲示板

## もぐもぐ土竜

掲示板の村上さんのメッセージを読んで記憶が鮮明に蘇ってきました。確か初期のふれあい畑の餅つきに参加されてたと思います。その時の「命よりも健康が大事の村上です！」という挨拶が忘れられません。おそらく10年ぐらいたってると思いますが、これほどの印象を残す挨拶は村上さんのものだけです(笑)。餅つき、形を変えながら今も毎年行われています。是非とも今年は参加されてください。お待ちしております。

## ◆40周年委員会を終えての感想◆

- この実行委員のエネルギーがすごいなあって、LINEのやりとりも本当に活発に行きかっけていて、ただ私たち世代はそれを読み込んでついていくのは大変だったけど、持ち場持ち場があつて、そこで頑張れる人がそれぞれ頑張っていくのもいいなと思った。それぞれの持ち場で、いろんな年齢の人たちが頑張れたこともとても良かった。いいチームワークでしたよね。前日に食事会をして、隣にローテーションで座っていったことも、翌日の講演会に結びついてすごく良かったし、先生の人柄を本当に感じられた。今後はもう少し早い段階から、実行委員以外の方々にも情報共有していけたらよいと思う。(木下)
- 1月にスタートして、あしかけ8カ月。自分としてはなかなか会議に参加するだけで、高山実行委員長をはじめとして素晴らしい実行委員が集まってくれていて、過去を見て懐かしんで終わりかねないところを次につなげようとする気持ちや動きができたんじゃないかと思った。10年前だったら考えもできない、LINEを利用したやりとりとか、タイムリーに進めていって、結果的にとてもいいイベントになった。河田先生は本当に今知りたいことを教えてくださるタイムリーな講師の方に出会えたなと思った。今後につながる素晴らしい講演会だった。御木さんをはじめ、若い生産者が素晴らしい50周年をやってくれることを期待している。(島川)
- 高山さんが本当に名コンダクターだったと思う。どんどん新しい人も引っ張り込んでいって、実現させていく形もすごかった。自分も本当は委員になりたくなかったけど、たまたま出張で名古屋に行つて、たまたま河田先生の話を聞けることになって。先生の淡々とした話し方、話に、あまり感動することはないのだけどものすごく感銘を受けてしまって。自分だけかなと思ったなら名古屋の生協の職員の人泣いていた。それを見てやっぱりこの人を呼ぼう、と思った。でも高山君には感動したね、感動したね、と言っていたら「感動を強制しないでください」と言われたけど(笑)。河田先生は予言者だと思う。この世界がおかしくなっている時に、こうであるべきだということをきちんと伝えていく人なんだと思った。社会的な名声を得るようなことはしてなくて。私はサンショウウオが好きで、とか科学に対するすごく純粋な気持ちから今の活動につながっているところもすごく感動した。ああいう先生がもっと世の中にいたらいいのだけど。これからはきちんとした運動として、農産物の売り買いだけでない組合として、世代交代していけたらいいなと思った。(高丸)

# 考える会 掲示板

## ◆40周年委員会を終えての感想◆

- ・最初みんなで集まって何がやりたいかなから始まって、内容をすごくたくさん揉んできて。ランチの話も何回も何回も悩みながら進めていって、その活動、プロセスこそ考える会だなあと思う。終わってみればすごく楽しかったなと思う。こんな同じ経験をこの年齢差のある人たちの集まりでできるかといえ、他ではできないと思う。だから他の組合員さんにも、こういう体験を経験してほしいし、どんどん誘っていきたいと思う。時間は取られるけどやっぱり活動していききたいと思う。河田先生と車の中とかでやり取りしていたら、化粧品を先生が作っているみたいで、南相馬市のなたね油を使った化粧品を送ってくれた。あと、エキナセアの話もいろいろ情報やサンプルを送ってきてくれている。エキナセアはすべての感染症に対して効果的だから良いと言っていた。先生との出会いは本当にすごかったと思う。(高山よ)
- ・準備に9カ月かかっていたんだな、期間で言うと相当長かったんだなと思うけど、その時間で実際に会った回数は9回だけで、それだけでここまでできたのはすごかったと思う。文集を作りながら、いろんな人たちの想いをしっかり受け止めることができたのもよかった。最近危機感を煽られているのは、水の状況はすぐにでも動かなければいけないと思っていて。こうやって動くだけで何かが変わえられるという経験もしたので、もっと覚悟を決めて動いていききたいと思う。良かったよね、やんなきゃね、じゃなくて、きちんと行動に移していく段階じゃないかと思っている。(バウアー)
- ・今回で10回、ミニ理事会のような形になっている。理事の方々は理事会と別にこれにも出ているので、それぞれに相当な負担を強いたところはあったかと思う。でもその負担を帳消しにするくらいいいものが出来上がったのではないかと思っている。2~3回目くらいから、自分がリーダーでいいのかなと思いつつ悩む時期もあって、事務所との連絡もなかなかうまくできていないところもあったり、理事とか理事長が実行委員長をした方が良かったのではないかとも思ったけど。手ぬぐいが実行されたりしだすと、ふんばって最後までやりぬくかな、とも思えるようになっていった。新しい組合員さんにも助けられて、ベテランの方々の経験値もお借りできて、いろんな年代、メンバーに助けられて出来上がったのだと思う。本当にこのメンバーでやってよかった。  
個人的な感想。30周年も実はやっていて、実行委員長だった。やっているときは大変だけど満足感は最後であって。河田先生と前日と当日話せたのもすごい役得だったし。30周年の時も江口さんや前田ひろしさんの時も打ち合わせ等でいろんな話も聞けたし。大変だけど役得ってやっぱりあると思う。受け身で得られる以上のものがあるので、こういう経験をみんなにもしてもらいたいと思う。  
あと、やっぱり河田先生のとにかく誠実な人柄がすごいなあと思う。意見交換会でのやりとりが本当に河田先生の人柄を表している。意見の違う人の意見にも耳を傾けることとか、一つ一つ積み上げていくことが大切ということとか。40周年の会議も林田さんがびっくりしたと言っていたけど、上から決めてしまうのは早いけど、みんなでとにかく話し合っただけで進めてまとまっていくというのは、やっぱり簡単ではないけど本当に大切なやり方なのだと思う。考える会は小さな社会だと思っているので、考える会でできないことは社会でもできない、それを心がけて委員会や理事会でも意識してやってきている。50周年はやる側ではなく参加する側にまわりたいけど。  
30周年は身の丈に合った活動だったけど、40周年がこれだけエネルギーのある事が出来たのは、本当に今の状況を表しているように思える。(高山け)

# 「ハート送り便」送料変更のお知らせ

いつもハート送り便のご利用をありがとうございます。ヤマト宅急便さんより送料変更の連絡がありましたので11月1日発送分より下記表の送料に変更させていただきます。どうぞよろしくお願いたします。

## ヤマト宅急便送料 R6.11月～

サイズ/重さ	九州	中国	四国	関西	中部	北陸	関東	東北	北海道	沖縄
80(5kgまで)	630	770	870	850	955	970	1160	1340	2040	1640
100(10kgまで)	750	890	990	970	1075	1090	1290	1460	2260	2160
120(15kgまで)	900	1040	1140	1120	1225	1240	1390	1610	2510	2710
140(20kgまで)	1070	1210	1310	1290	1395	1410	1560	1780	2780	3280
160(25kgまで)	1170	1260	1410	1390	1495	1510	1660	1880	2980	3780
180(30kgまで)	1200	1380	1480	1480	1580	1600	1780	1980	3280	4280

※消費税は含まれていません

クール代金
80サイズ/250
100サイズ/400
120サイズ/650

### 変更点

- ①サイズごとに金額が設定されています。大きさ(縦、横、高さの合計)か重さのどちらか大きい方でサイズが決まります
- ②クール料金に変更になりました。

2024. 11月 熊本いのちと土を考える会



## No.45 特別注文書-B

グループ名 組合員番号 組合員名 注文数

翌週届け

配送

火コース 11/5

金コース 11/8

提出日

火コース 10/29  
金コース 11/1

# harepan (はれぱん)



会の組合員さんで、阿蘇郡西原村の小さな工房の一人ぱん屋さんです。

季節の酵母ぱん、旬の食材を使った身体が喜ぶぱん、シンプルな食事ぱんを日々楽しくを焼いています。

工程：レーズンから酵母を起こす(5~7日)⇒パンに入れる種をつくる(2日)

⇒生地づくり⇒低温長時間発酵(一晚)⇒焼成⇒できあがり



ハーフカットサイズ

### カンパーニュ

#### ■原材料

小麦粉(北海道)・全粒粉(北海道)・ライ麦粉(北海道)・沖縄の塩・てんさい糖(北海道)・自家製酵母(オーガニックレーズン)



### 黒糖ぱん

#### ■原材料

小麦粉(北海道)・全粒粉(北海道)・黒糖(沖縄産)・沖縄の塩・自家製酵母(オーガニックレーズン)



### ベーグル

#### ■原材料

小麦粉(北海道)・全粒粉(北海道)・てんさい糖(北海道)・沖縄の塩・ジャージー牛乳(熊本)・オーガニックはちみつ(カナダ)・自家製酵母(オーガニックレーズンOR季節の果物)

※当日にお召し上がりにならない時は冷凍保存をお願いします。自然解凍後、霧吹きで水分をかけて焼くと美味しいです。

No.	商品名	数	量目	価格(税込)
1576	カンパーニュ(ハーフカット)	20個限定	225g	501
1577	黒糖パン 小	15個限定	230g	515
1579	ベーグル	30個限定	90g	295

※量目はすべて焼く前の重さですので、実際はもう少し軽くなります。

※生産量に限界がありますので、数量限定での販売となります。

※商品のサイズ・価格は店頭での販売のものとは別になります。

Harepanさんは毎週金曜日のみ店頭での販売もされています。

白い壁に鮮やかな青色のドアがとても印象的なお店です。

今回注文を取らせて頂いたパン以外にもたくさんのパンがありますので、是非お店にも足を運んでみてください。

また、インスタグラムでその日のメニューの確認・注文も出来ますので一度ご覧いただき、フォローしてもらえればと思います。

ホームページ <https://www.harepan2416.com>

※住宅地につき、路上駐車は近隣のご迷惑になりますのでご遠慮下さい。

Sweet & Creamy

有機栽培

べに花一番®

使用

# コーンクリームシチューフ레이크

## 北海道産ミルク使用



北海道産牛乳から作ったミルクパウダーをたっぷりブレンドしました。

## 国産小麦粉使用



北海道産小麦の小麦粉を使用し、職人が丹念に直火焙煎しました。

## NON-GMOコーン使用



遺伝子組換えしていないコーンから作ったコーンパウダーを使用しています。コーン本来の甘みをプラスした、まろやかなシチュールウです。

## 有機栽培べに花油使用



オレイン酸とビタミンEを豊富に含む品種の有機栽培されたべに花の種子を、化学溶剤を使用せず圧搾製法で搾った有機JAS認証べに花油を使用しています。

## てんさい糖使用



砂糖は北海道産てんさいから作ったビート糖(てんさい糖)を使用しています。

## ラード・牛脂・肉エキス類不使用

ラードや牛脂などの動物性油脂、肉エキス類などを使用せずに作りました。

## 溶けやすく使いやすい フ레이크タイプ



溶けやすく、使いやすいフ레이크状ですので、お好きな分量で手早く調理が可能です。

## チャック付スタンドパック

1袋で8皿分。使い残しのできるチャック付スタンドパックです。



# ムソー・桜井・光食品のおすすめ商品

## 5902 有機ミートソース 140g 335円



素材そのままの味を生かした有機ミートソース。  
有機牛肉(北海道産)、玉ねぎ 人参 にんにく(国産有機)、トマト(海外産有機)、澱粉(国産有機)、砂糖(海外産有機)、有機オリーブオイル(イタリア)

## 5903 有機麻婆の素 100g 281円



麻婆豆腐や麻婆茄子などに使える安心安全な総菜の素  
醤油(国産有機)、米みそ(国産有機)、澱粉(国産有機)、有機米発酵調味料(国産)、砂糖(海外産有機)、有機純米酢(国産)、魚醤(国産)、オイスターエキス、塩(シママース)

## 5904 有機青椒肉絲の素 100g 281円



肉と野菜を炒めてあわせるだけ。安心安全な総菜の素  
醤油(国産有機)、砂糖(海外産有機)、有機ぶどう果汁、にんにく・生姜(国産有機)、有機コーンスターチ、有機米発酵調味料(国産)、塩(シママース)、オイスターエキス

## 5905 有機回鍋肉の素 100g 281円



肉と野菜を炒めてあわせるだけ。安心安全な総菜の素  
米みそ(国産有機)、砂糖(海外産有機)、有機コーンスターチ、有機米発酵調味料(国産)、塩(シママース)、オイスターエキス、にんにく(国産有機)、ごま油、醤油(国産有機)

## 5906 有機ピザソース 225g 475円



香り豊かな有機JAS認定ピザソース  
有機トマト(国産(国産有機))、有機純米酢(国産)、有機米発酵調味料(国産)、天日塩、砂糖、香辛料+海外産)、玉ねぎ・にんにく・生姜

## 5907 有機トマトソース(ガーリック&バジル風味) 225g 432円



ガーリックとバジルをきかせた大人向けの有機JASトマトソース  
有機トマト(国産+海外産)、玉ねぎ・にんにく・生姜(国産有機)、有機純米酢(国産)、麦芽水飴、香辛料

## 5909 関西風お好みソース 300g 367円



昆布、かつおだしを生かした関西風お好みソース  
主原料の野菜有機(国産有機)、純米酢(国産)、醤油(国産)、オイスターエキス、魚醤、昆布・かつお(国産)、香辛料

## 5910 やきそばソース 290g 454円



野菜、果実がもつ自然の甘さを生かし、旨みとコクのあるソース  
主原料の野菜(国産有機)、糖蜜(海外産有機)、純米酢(国産)、天日塩、醤油(国産)、昆布・かつお(国産)、香辛料

## 5911 有機ぼん酢しょうゆ 250ml 464円



国産有機ゆず・ゆこう・すだち果汁を贅沢に使ってます  
徳島県産有機ゆず・ゆこう・すだち、有機醤油(国産)、有機純米酢(国産)、麦芽水飴、昆布(国産)、有機干し椎茸(国産)、有機純米料理酒、天日塩

## 5901 チキンコンソメ 10g×8 540円



国産若鶏のとりがらスープに有機野菜、有機醤油を合わせた液状タイプのチキンコンソメ  
鶏ガラ(秋川牧園)、有機醤油(国産)、玉ねぎ・人参・キャベツ・セロリ(国産有機)、塩(シママース)、砂糖(国産)

## 5913 有機胡麻ドレッシング 225g 497円



サラダでもしゃぶしゃぶでも食べられるコクのあるドレッシング  
有機白胡麻(海外産)、有機純米酢(国産)、有機醤油(国産)、有機砂糖、国産有機野菜(玉ねぎ、人参、にんにくなど)、澱粉、有機純米料理酒(国産)、天日塩、

## 5914 有機青じそドレッシング 200ml 518円



自社農園の有機青じそを使用したノンオイルタイプのドレッシング  
有機青じそ、有機醤油(国産)、有機純米酢(国産)、有機砂糖、有機レモン(海外産か国産)、有機純米料理酒(国産)、有機梅肉(国産)、鰹節(国産)、天日塩、

## 5915 有機うめしょう油ノンオイルドレッシング 200ml 443円



有機梅の風味豊かなノンオイルタイプのドレッシング  
梅肉・玉ねぎ・みかん(国産有機)、有機醤油(国産)、有機純米酢(国産)、有機砂糖、有機こんにゃく粉(国産)、天日塩、

## 5918 オーガニックレモン果汁 180ml 540円



イタリア、シシリア産有機レモンストレート果汁100%を使用した、有機JAS認定のレモン果汁です。  
香料、着色料、保存料、酸化防止剤などの添加物は使用していません。

# No.45 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

提出日

火コース 11/12	金コース 11/15
------------	------------

火コース 10/29	金コース 11/1
------------	-----------



**札幌中一 北海道のベビー帆立 200g**  
 ☆ご使用になる分だけ冷蔵庫で解凍後、加熱してお召し上がりください。  
 ☆バター、オリーブオイルで炒めてお召し上がり下さい。  
 ☆にんにく醤油炒めにしても美味しく召し上がれます。  
 原材料帆立貝(北海道産)



**北海道のシーフードミックス4種**  
 ☆冷蔵庫で解凍後加熱してお召し上がりください。  
 ☆シーフードカレー、シーフードパスタ、シーフードピラフ、シーフードサラダなどに幅広くご使用下さい。  
 原材料甘エビ(北海道産)、スルメイカ(北海道産)、水タコ(北海道産)、帆立貝(北海道産)

商品番号	商品名	容量	注文数	価格(税込)
1737	秋鮭スモークサーモン	40g×2		756
1775	天然エビのサクサクひとくちエビフライ	100g		826
1788	チキンナゲット(秋川牧園)	200g		659
1789	やきとりセット(秋川牧園) 6本	180g		994
1790	チキンソースカツ(秋川牧園)	150g		659
1791	スパイシーささみカツ(秋川牧園)	160g		648
1792	ピリ辛チキンバー(秋川牧園)	150g		626
1793	鶏メンチカツ(秋川牧園)	150g		551
1794	ふんわり卵の親子丼の具(秋川牧園)	180g		626
1795	とりがらスープ(秋川牧園)	50g×5		670
1796	サラダチキン(むね肉プレーン)(秋川牧園)	100g		594
1797	ミートボール 2個セット (秋川牧園)	100g×2		605
1798	とり餃子(秋川牧園)	195g		540
1799	からあげ(秋川牧園)	150g		648
1767	日本のやさしいアジフライ	50g×4		829
1760	開きホッケー夜干し	1枚		841
1765	まぐろつみれ	180g(11~13個)		545
1766	まぐろ肉団子黒酢あん	160g(6個)		454
1751	オーガニック ミックスベリー	200g		764
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	<b>15円引</b>	1,117
1757	シーフードミックス 4種	200g	<b>15円引</b>	1,567
1763	ピザ・北海道マルゲリータ	約18cm		1,011

※「冷凍さめきうどん」「新巻鮭切り身」は定例注文書に移動しました。

No.45 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	10/29
金コース	11/1

配送日 火コース 11/12

金コース 11/15

提出日

	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		378		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	691
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	270
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	205
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缶100g		837		5621	塩吹昆布 ムソー 35g	421
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
	<b>光食品調味料セール</b>				5450	塩麴 170g	648
5902	有機ミートソース 140g	5 円 引 き	335		5451	辣油 45g	648
5903	有機麻婆の素 100g		281		5453	有機ハーブソルト 55g	518
5904	有機青椒肉絲の素 100g		281		5454	詰替用・有機ハーブソルト 55g	346
5905	有機回鍋肉の素 100g		281		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	休止 454
5907	有機トマトソース [ガーリック&パプリカ風味] 225g		432		5460	有機金時煮豆 125g	休止 454
5909	関西風お好みソース 300g		367		5461	有機黒煮豆 125g	休止 454
5910	やきそばソース 290g		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	1,359
5911	有機ぼん酢しょうゆ 250ml		464		5499	オーガニックエキストラバージンオリーブオイル 460g	2,980
5901	チキンコンソメ 10g×8		540		5496	山口特産 有機寒漬 100g	616
5913	有機胡麻ドレッシング 225g	497		5497	有機たかな漬 180g	410	
5914	有機青じそドレッシング 200ml	518		5619	ホットケ-キックス・砂糖入り 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	443		5620	ホットケ-キックス (無糖) 桜井 400g	443	
5918	オーガニックレモン果汁 180ml	540					
5606	サンコー 赤ちゃんせんべい 14枚		313	5487	米粉せんべい 生姜 63g	454	
5624	マルサン 豆漿 (ドウジャン) 200ml×24		2,929	5488	米粉せんべい きな粉 63g	454	
5625	マルサン 麦芽コーヒー 200ml×24		2,929	5489	ごほうびかりんとう しょうゆ 45g	378	
	<b>高野山ごま豆腐</b>			5490	ごほうびかりんとう 生姜 45g	378	
5675	高野山ごまとうふ・白 120g		162	5491	ごほうびかりんとう きな粉 45g	378	
5676	高野山ごまとうふ・黒 120g		162	5609	抹茶きなこ飴 80g	443	
5677	高野山金ごまとうふ 100g		162				
5678	高野山ゴマとうふ 140g		270				
	<b>尾道ラーメンシリーズ</b>						
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 <b>一番人気!</b>		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				
5602	尾道カレーまぜ麺 130g (麺90g)2個セット		562				
5603	尾道生姜まぜ麺 130g (麺90g)2個セット	休止	562				
5466	(白) 有機梅酢 200ml		518				
5477	(赤) 有機梅酢 200ml		540				

# No.45 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

配送日	火コース 11/12	金コース 11/15	提出日	火コース 10/29	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	ボディソープ ボトル		550ml	1,540
		6027	30868	ボディソープ 詰替用		400ml	1,100
	パックスナチュロン	6029	30859	ボディソープ 泡ボトル		500ml	1,320
		6030	30861	ボディソープ 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.45 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

配達日	火コース 11/12	金コース 11/15	提出日	火コース 10/29 金コース
-----	------------	------------	-----	-----------------

		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（粹練り）		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
衣類の リンス	パックスナチュロン	6060	30946	衣類のリンス		600ml	935
		6061	30947	衣類のリンス 詰替用		550ml	550
ハウス キー 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		500ml	550
		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

遠赤外線暖房機

ファミリータイプ

ひだまりのように暖かい♪  
風を出さないクリーンな暖房

おかげさまで

17万台

シリーズ累計販売台数

やさしく包み込むように、身体の芯から暖かい

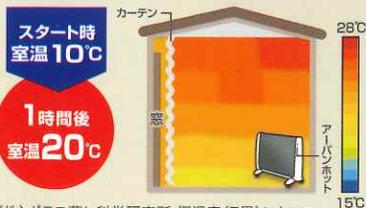


遠赤外線(3~30ミクロン)は吸収効率が高く、物質の表面に当たると吸収されて分子や結晶を振動させ、熱エネルギーに変える特徴があります。そのため効率的に身体を暖めます。

【自社試験における温度分布】部屋の広さ(6畳)において、室温8℃から開始し30分後の測定結果

さらに

お部屋全体をやさしく暖める **W暖流効果**



(株)ボラス喜し科学研究所 恒温室(7畳)において  
外気温8℃・強運転2時間後の室内温度測定結果

キャスター付きで移動もスムーズ

リビング・寝室にピッタリ

クリーン暖房

- 風が出ないから安心
- 火を使わない
- ノドやお肌が乾燥しにくい

あんしん設計

- フロッキー(植毛)加工
- 転倒時安全装置
- 切り忘れ防止タイマー



かんたん操作

- 大きな操作ボタン
- タイマー機能付き



遠赤外線暖房機 **アーバンホット**

RH-2201 **48,180円(税込)**

希望小売価格

- 電圧:100V(50Hz/60Hz両用) ●運転電流:10.0A ●消費電力:[強]1000W[弱]500W
- 外形寸法:幅65cm×高さ51cm×奥行25cm(本体奥行7cm) ●材質:ABS樹脂・銅板
- 重量:約7.5kg ●安全装置:転倒時電源OFF装置・温度過昇防止装置(サーモスタット・温度ヒューズ)・電流ヒューズ・切り忘れ防止タイマー(8時間) ●おはよう(ON)タイマー・3~9時間(1時間単位) ●おやすみ(OFF)タイマー・1~4時間(1時間単位) ●コードの長さ:約2.5m ●暖房適室4.5~7畳 ●電気代:1時間約31円(強運転時) ●1年間保証 ●日本製
- ※ご購入前に簡単なキャスターの取り付け作業が必要です。
- ※暖房の目安は地域または部屋の断熱性・気密性により異なります。
- ※寒冷地では補助暖房機としてご使用ください。
- ※使い始めは二酸化炭素がたまることがありますので、十分に換気をしてください。
- ※速暖ではありません。お部屋をゆっくり暖めます。

信頼の  
日本製

動画で  
Check!

分かりやすい  
商品説明



就寝・起床時には “アーバンホット” がおすすめです!

「冬の室温は18℃以上を保つ」これはWHO(世界保健機構)が推奨している温度です。18℃未満は様々な健康リスクが高まることがわかっています。

エアコンの暖房は乾燥や運転音が気になりますが、**アーバンホット**の遠赤外線による輻射空調は、まるで陽だまりのような柔らかな暖かさ。乾燥しにくく、音も静かなので、睡眠中にも安心してお使いいただけます。

節電したいときは、タイマーを使ってみてください。就寝時は布団の中が人肌くらいに保たれると入眠しやすいので、あらかじめ部屋を暖めて「おやすみタイマー」を、起床時はヒートショック予防のために「おはようタイマー」を活用しましょう。2つのタイマーが併用できるのも、便利でおすすめです。



睡眠環境プランナー  
三橋 美穂

使用者からの声

起床時に合わせ  
おはようタイマーを設定したら、  
すんなり布団から出られるよう  
になりました。  
アーバンホットなしの生活は  
考えられません



## 遠赤外線暖房機

パーソナルタイプ

持ち運び便利♪  
やさしい暖かさをお手軽に



### クリーン暖房

- 風が出ないから安心
- 火を使わない
- ノドやお肌が乾燥しにくい

### かんたん操作

- 大きな操作ボタン
- タイマー機能付き

### あんしん設計

- フロッキー(絨毛)加工
- 転倒時安全装置
- 切り忘れ防止タイマー



片手で  
ラクラク  
持ち運び



### 遠赤外線暖房機 アーバンホットスリム

RH-502M 27,500円(税込)

希望小売価格

●電圧:100V(50Hz/60Hz両用) ●消費電力:5.0A ●消費電力:[暖]500W[凍]250W ●外形寸法:幅38cm×高さ54cm×奥行19cm(本体奥行5cm) ●材質:ABS樹脂・鉄板 ●重量:約4.8kg ●安全装置:転倒時電源OFF装置・温度過熱防止装置(サーモスタット・温度ヒューズ)・電流ヒューズ・切り忘れ防止タイマー(8時間) ●おやすみ(OFF)タイマー(1・2・4時間) ●コードの長さ:約1.8m ●電気代:1時間約15.5円(並定額時) ●1年間保証 ●1本装

※アーバンホットスリムはお客様全体を喜ばせるのではなく、足元を暖める機能重視品としてご利用ください。

かるく持てる(取っ手)付

信頼の  
日本製

デスク下ヒーター

デスク下に置いて  
足元じんわりあったか



### あんしん設計

- フロッキー(絨毛)加工
- 転倒時安全装置

### 遠赤外線デスク下ヒーター スポットウォームS

RH-153 17,820円(税込)

希望小売価格

●電圧:100V(50Hz/60Hz両用) ●消費電力:150W ●外形寸法:幅44cm×高さ34.5cm×奥行9.5cm(本体奥行3cm) ●材質:ABS樹脂・銅板 ●重量:約2.1kg ●安全装置:転倒時電源OFF装置・温度過熱防止装置(サーモスタット・温度ヒューズ)・電流ヒューズ ●コードの長さ:約1.9m ●電気代:1時間約4.6円 ●付属品:スチールデスク取付用マグネット・床置き用スタンド(取付式) ●1年間保証 ●1本装

床置き用スタンド(取付式)付

スチールデスク用マグネット付

テレワークや  
受験勉強に!



信頼の  
日本製

## 株式会社 ゼンケン

東京都文京区小石川 1-28-1 TEL.03(5840)8270  
大阪市淀川区西中島 3-23-13 TEL.06(6304)8535  
福岡市中央区大手門 2-5-10-101 TEL.092(738)8668

8時～18時  
フリーダイヤル ☎ 0120-135232 受付特別(土・日・祝日を除く)  
AM10:00~PM4:00

www.zenken-net.co.jp

ZC14C00R08A1

本製品のデザイン、価格、仕様等は、予告なく変更する場合があります。 ※製品の価格に保証料のみのため、送料は別途お見積りとなります。 ※1時間あたりの消費電力は、日本電機工業会の測定方法による消費電力をもとに100%の電力として計算しています。 ※本製品の人体に与える影響については、現時点では公的機関において科学的に証明されておらず、※本製品の安全性に関する情報は、必ずご確認ください。

圧倒的な節電設計

# 低電磁波シリーズ

※磁界測定値0.5mG以下 第三者機関による試験結果

電磁波を極限まで抑えたDC(直流)電源を採用。  
カラダにもお財布にもやさしい暖房機です

ここがポイント!

- 発生する電磁波が少ない
- 電気代節約(1時間約0.2円)
- ピンポイントにやさしく暖める

優れた低電磁波性能 単位:mG (ミリガウス)

電気ひざかけ (低電カタイプ)



※第三者機関による試験。  
※通電時に発生する磁界強度データ。  
※測定条件:ヒーター面から0cm部で測定。

電気ひざかけ (低電カタイプ)

## ちょうどいいサイズ感で 持ちはこびやすい

低電磁波



肩に掛けて  
スナップボタン付き



※イメージ



ふんわり  
なめらかな  
肌触り



3段階(強・中・弱)の温度調節が可能



最初の10分間は  
急速モードですぐに暖め!



電気代 約0.2円(1時間)

ACアダプター付

ZR-05LR 希望小売価格 **11,880円(税込)**

●電圧:100V(50Hz/60Hz両用) ●消費電力:5W ●外形寸法:W110cmxD90cm ●材質:[表面・裏面]綿100%[基布・中綿]ポリエステル100% ●重量:約0.7kg(コントローラー含む) ●コードの長さ:約1m ●電気代:1時間約0.2円 ●付属品:ACアダプター ●1年間保証 ●中国製  
※付属のACアダプターを用い、コンセントに挿してご使用ください。

腰すっぽりヒーター (低電カタイプ)

低電磁波

## ふっくら感アップ 腰回りに心地よい暖かさ



なめらかな  
肌触り



椅子でも  
ソファでも  
背中と座面のヒーターで  
ピンポイントで暖めます

座面は  
ふっくら  
約6cm

ACアダプター付

ZR-05SH 希望小売価格 **12,980円(税込)**

●電圧:100V(50Hz/60Hz両用) ●消費電力:5W ●外形寸法:W37cmxD42cmxH41cm ●材質:[表地]ポリエステル(マイクロファイバー)100%[中綿・ヒーターユニット側地]ポリエステル100%[ヒーターユニット中材]ウレタンフォーム ●重量:約1.0kg(コントローラー含む) ●コードの長さ:約1.35m(コントローラー含む) ●電気代:1時間約0.2円 ●付属品:ACアダプター ●1年間保証 ●中国製  
※座椅子ではありませんので、もたれることはできません。  
※付属のACアダプターを用い、コンセントに挿してご使用ください。

3段階(強・中・弱)の温度調節が可能



最初の10分間は  
急速モードで  
すぐに暖め!

電気代 約0.2円(1時間)



フットウォーマー

低電磁波

## 足先ぽかぽか リラクスタイム



内側も  
柔らかい  
肌触り

軽くて柔らかい  
カーボン  
ヒーター搭載

デスクワークにも

長く使うものなので、こだわった抗菌・消臭機能。

抗菌機能<sup>#1</sup> 抗菌加工でいつも清潔!

消臭機能<sup>#2</sup> 主な臭い成分大幅カット!

※1 抗菌機能 抗菌活性値2.0以上、JIS L 1902:2015 面液吸収法により。  
※2 消臭機能 減少率70%以上、対象臭気成分(アンモニア、酢酸、イソ吉草酸、ノネナール、消臭性試験(検知管法、ガスクロマトグラフ法)により。 ※ともに、一般財団法人 ボーケン品質評価機構にて試験。

※本製品は、足入れ部内部の生地は、抗菌・消臭加工をしています。

3段階(強・中・弱)の温度調節が可能



最初の10分間は  
急速モードで  
すぐに暖め!

電気代 約0.2円(1時間)



ACアダプター付

ZR-05FW 希望小売価格 **8,910円(税込)**

●電圧:100V(50Hz/60Hz両用) ●消費電力:5W ●外形寸法:W35cmxD35cmxH12cm ●材質:[上面・中綿・足入れ部・底面・ヒーターユニット側地]ポリエステル100%[ヒーターユニット中材]ウレタンフォーム ●重量:約0.5kg(コントローラー含む) ●コードの長さ:約1.35m(コントローラー含む) ●電気代:1時間約0.2円 ●付属品:ACアダプター ●1年間保証 ●中国製  
※付属のACアダプターを用い、コンセントに挿してご使用ください。

※製品のデザインおよび仕様は、予告なしに変更する場合があります。 ※製品の色彩は印刷のため実物とは多少異なることがあります。  
※1時間あたりの電気料金は、日本電機工業会の測定方法による消費電力量をもとに1kWあたり31円として計算しています。  
※電磁波の人体に与える影響については、現時点では公的機関において疫学的に証明されていません。  
※季節商品につき完売の際はご容赦ください。

### 株式会社 ゼンケン

東京都文京区小石川 1-28-1 TEL.03(5840)8270  
大阪市淀川区西中島 3-23-15 TEL.06(6304)9535  
福岡市中央区大手門 2-5-10-101 TEL.092(738)8668

お問合せは 0120-135232 受付時間(土・日・祝日を除く) AM10:00~PM4:00  
www.zenken-net.co.jp 20141Q0819A1

# W-Line Cross方式で 電磁波99%カット

※経年測定値0.03mG以下(検体日本電器技術協会(JQA)仕様)



電磁波を99%以上カットする  
使い勝手にもこだわった  
ワンランク上の暖房機です

ここがポイント!

- 気になる電磁波を99%以上カット
- 熱すぎず、暖々までやさしい暖かさ
- こだわり抜いた上質の素材を厳選



コードヒーターの中に電流の向きが異なる2本の熱線を交互に巻きつけることにより、通電時発生する電磁波(電界)同士が打ち消し合うことで、電磁波(磁界)の発生を抑えます。

動画でCheck!  
電磁波カット「あり」「なし」の違い

## 電気ホットカーペット

## 座り心地・省電力性アップ

電磁波99%カット

イエロー 2畳タイプ・イエロー

マイヤー編みでふんわり手触り



ブラウン

フランネル編みでさらさら手触り



高級感あるシルキータッチ



※本体のみをお買い求めいただいた場合は、必ず市販のカーペット用カバーを併せてご購入ください。(在庫が尽きる恐れがあります。)  
※断りに強い素材や敷物が変色することがありますので、時々敷きなおして床材の劣化に気をつけてください。  
※1.カバーの厚みはイエローとブラウンで異なります。イエローカバー約2cm、ブラウンカバー約1cm。

NEW 1・2畳タイプ対応 本体厚みがボリュームアップ!  
(厚み6→14mm)

動画でCheck!

- ① クッション性アップ! 座り心地がさらに向上
- ② 「約20%の省電力」 床面への放熱を抑制



※1・2畳タイプのみ。3畳は従来の厚さ。

2・3畳タイプ対応 高機能コントローラー採用し、20%以上の省電力設計!!

動画でCheck!

- ① 電力1/3運転 従来よりも省電力を実現!
- ② ひかえめモード (自動電力調整運転機能) 無駄な暖めすぎを防ぐ事で省電力を実現!



必要などところのみ暖めるので省エネに!

2畳タイプ(NEW)は1/3運転・ひかえめモードならさらに省電力!

動画でCheck!

NEW 1畳タイプ

本体のみ	ZCB-10S 希望小売価格	34,100円(税込)
カバー付 イエロー	ZC-10S 希望小売価格	42,900円(税込)

●電圧:100V(50Hz/60Hz両用) ●消費電力:140W ●外形寸法:[本体]W182cmxD85cm [カバー]W188cmxD90cm ●材質:[本体]ポリエステル100% [カバー]ポリエステル100% ●重量:[本体]約2.1kg [カバー]約1.4kg ●コードの長さ:約2m ●電線径:1.5mm(標準規格) ●1年間保証 ●本体・インドネシア製 [カバー]中国製

NEW 2畳タイプ

本体のみ	ZCB-20S 希望小売価格	48,400円(税込)
カバー付 イエロー	ZC-20S 希望小売価格	58,850円(税込)
カバー付 ブラウン	ZC-20SB 希望小売価格	58,850円(税込)

●電圧:100V(50Hz/60Hz両用) ●消費電力:610W ●外形寸法:[本体]W176cmxD176cm [カバー]W180cmxD180cm ●材質:[本体]ポリエステル100% [カバー]ポリエステル100% ●重量:[本体]約4.1kg [カバー]イエロー約2.5kg、ブラウン約1.8kg ●コードの長さ:イエロー約5m、ブラウン約5m ●OFFタイマー:2・4・6時間 ●コードの長さ:約1.5m ●電線径:1.5mm(標準規格) ●1年間保証 ●本体・インドネシア製 [カバー]中国製

NEW 3畳タイプ

本体のみ	ZCB-30P 希望小売価格	53,900円(税込)
カバー付 イエロー	ZC-30P 希望小売価格	67,100円(税込)
カバー付 ブラウン	ZC-30PB 希望小売価格	67,100円(税込)

●電圧:100V(50Hz/60Hz両用) ●消費電力:720W ●外形寸法:[本体]W195cmxD235cm [カバー]W200cmxD240cm ●材質:[本体]ポリエステル100% [カバー]ポリエステル100% ●重量:[本体]約4.8kg [カバー]イエロー約3.9kg、ブラウン約2.5kg ●コードの長さ:イエロー約15m、ブラウン約5m ●OFFタイマー:2・4・6時間 ●コードの長さ:約1.5m ●電線径:1.5mm(標準規格) ●1年間保証 ●本体・インドネシア製 [カバー]中国製

サイズ	1畳タイプ	2畳タイプ	3畳タイプ
本 体	182×85cm	176×176cm	195×235cm
カバ ー	188×90cm	180×180cm	200×240cm

- ダニ対策機能
- 電力1/3運転 (2畳タイプのみ)
- 暖房面7面切替
- ひかえめモード (2畳タイプのみ)
- 6V 切り忘れ防止タイマー (2畳タイプのみ)
- 折りたたみ
- すべり止め加工
- コタツ併用

電気掛け敷き オーガニックコットン毛布

電磁波  
99%  
カット

# オーガニックコットン100% 安心のやさしい暖かさ



希少な  
カラーコットン  
使用

こだわり  
ぬいた素材の  
肌触り

お肌のデリケートな方やお子さまにも、  
安心してお使いいただける電気毛布です。

## 希少性の高いオーガニックコットン100%

3年以上、化学肥料・農薬を使わず、近隣も農薬を使用しない畑であることがオーガニック農法の基本。特にオーガニックコットンは採られた地域のみで栽培されているため、希少価値の高いコットンです。



ZB-OC102 **27,500円(税込)**  
希望小売価格

- 電圧:100V(50Hz/60Hz両用) ●消費電力:75W ●外形寸法:W130cm×D188cm
- 材質:[毛布生地]オーガニックコットン100% ●重量:約1.8kg(コントロール含む)
- コードの長さ:[電源側]約2m[毛布側]約1.7m ●電気代:1時間約1.8円(標準電圧)
- 1年間保証 ●インドネシア製

※漂白や染色をしていない自然素材の原綿を使用しているため、初期的に起毛が起きる場合がございますが、洗濯により次第になくなります。

- 手洗いOK
- ダニ対策機能
- 手元で簡単操作
- 室温センサー
- 掛け敷き専用タイプ
- 温度足熟記録
- 12時間切り忘れ防止タイマー
- 2時間OFFタイマー

1人用 電熱マット

電磁波  
99%  
カット

# 厚さ約4cmの 1人用ふかふかマット



やわらかさと安心の温もりが  
くつろぎのひとときを演出します。



密着なので楽に  
持ち運びができます。



ふんわり  
加工



ZMT-75CT **25,300円(税込)**  
希望小売価格

- 電圧:100V(50Hz/60Hz両用) ●消費電力:75W ●外形寸法:W80cm×D180cm ●材質:[表地・裏地・中綿]ポリエステル100% ●重量:約2.2kg(コントロール含む) ●コードの長さ:[電源側]約2m[マット側]約1.7m ●電気代:1時間約2.3円(標準電圧) ●1年間保証 ●インドネシア製

※手洗い可能な洗濯機を使用してください。ただし、ドラム式洗濯機では洗わないでください。

- 手洗いOK
- ダニ対策機能
- 手元で簡単操作
- 室温センサー
- 温度足熟記録
- 洗濯機OK
- 12時間切り忘れ防止タイマー
- 2時間OFFタイマー

電気ひざかけ

電磁波  
99%  
カット

# ワイドサイズで 使い方いろいろ



綿100%の  
やさしい  
肌触り

腰に巻いて

スナップボタン付き

肩に掛けて

グレー ZR-51LT

ブラウン ZR-50LT 希望小売価格 **24,200円(税込)**

- 電圧:100V(50Hz/60Hz両用) ●消費電力:50W ●外形寸法:W150cm(フリンジ含む)×D93cm ●材質:[毛布生地]綿100% ●重量:約1.1kg(コントロール含む) ●コードの長さ:[電源側]約2m[本体側]約1.2m ●電気代:1時間約1.6円(標準電圧) ●1年間保証 ●インドネシア製

※自然素材にこだわった綿100%仕様のため、初期的に起毛が起きる場合がございますが、洗濯により次第になくなります。

- 手洗いOK
- ダニ対策機能
- 手元で簡単操作
- 室温センサー
- 12時間切り忘れ防止タイマー

足入れ電熱マット

2024  
RENEWAL

# 冷える足元も 芯からぽかぽか



電磁波  
99%  
カット

ふんわり  
起毛

足先が冷えて  
眠れない方におすすめします。

肌触りのよい  
ふわふわ生地

ズレにくい  
ゴムバンド付き

ZMT-51FT **22,000円(税込)**  
希望小売価格

- 電圧:100V(50Hz/60Hz両用) ●消費電力:50W ●外形寸法:W100cm×D90cm ●材質:[上面・底面・中綿・足入れ内側]ポリエステル100%[裏側]綿100% ●重量:約1.5kg(コントロール含む) ●コードの長さ:[電源側]約2m[マット側]約1.7m ●電気代:1時間約0.9円(標準電圧) ●1年間保証 ●インドネシア製

- 手洗いOK
- ダニ対策機能
- 手元で簡単操作
- 室温センサー
- 12時間切り忘れ防止タイマー
- 2時間OFFタイマー

No45

# からだをやさしく暖める 健康暖房機

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

配送日

火コース **11/12**金コース **11/15**

提出日

火コース 10/29

金コース 11/1

カラーチラシの価格よりもお安くお届けしています。  
正確な価格はこの注文用紙でご確認ください。

※表示価格は税込みで

商品No	商品名	注文数	定価	考える会特別価格
RH-2201	6382 アーバンホット ファミリータイプ		48,180	<b>43,362</b>
ZB-0C102	6371 電気掛け敷きオーガニックコットン毛布		27,500	<b>24,750</b>
ZMT-75CT	6390 1人用電熱マット		25,300	<b>22,770</b>
ZR-51LT	6391 電気ひざかけ (グレー)		24,200	<b>21,780</b>
ZR-50LT	6373 電気ひざかけ (ブラウン)		24,200	<b>21,780</b>
ZMT-51FT	6374 足入れ電熱マット		22,000	<b>19,800</b>
ZCB-10S	6385 電気ホットカーペット 1畳タイプ 本体のみ		34,100	<b>30,690</b>
ZC-10S	6386 電気ホットカーペット 1畳タイプ カバー付き (イエロー)		42,900	<b>38,610</b>
ZCB-20S	6378 電気ホットカーペット 2畳タイプ 本体のみ		48,400	<b>43,560</b>
ZC-20S	6379 電気ホットカーペット 2畳タイプ カバー付 (イエロー)		58,850	<b>52,965</b>
ZC-20SB	6392 電気ホットカーペット 2畳タイプ カバー付 (ブラウン)		58,850	<b>52,965</b>
ZCB-30P	6380 電気ホットカーペット 3畳タイプ 本体のみ		53,900	<b>48,510</b>
ZC-30P	6381 電気ホットカーペット 3畳タイプ カバー付 (イエロー)		67,100	<b>60,390</b>
ZC-30PB	6393 電気ホットカーペット 3畳タイプ カバー付 (ブラウン)		67,100	<b>60,390</b>
RH-502M	6383 アーバンホット スリム		27,500	<b>24,750</b>
RH-153	6384 スポットウォームS		17,820	<b>16,038</b>
ZR-05LR	6389 電気ひざかけ (低電力タイプ)		11,880	<b>10,692</b>
ZR-05SH	6387 腰すっぽりヒーター (低電力タイプ)		12,980	<b>11,682</b>
ZR-05FW	6394 フットウォーマー		8,910	<b>8,019</b>

## ◆メーカーから直送しますので、下記へ住所、氏名のご記入をお願いします

(お届け先住所)

〒 \_\_\_\_\_

(ご氏名)

(電話)

- -