



今こそ食品を備蓄しておきましょう!

日本では今でも大規模な地震が発生しており、もはや地震は非日常的な出来事ではないと言えるでしょう。地震に限らず台風や洪水などが発生した場合でも、食料の入手が難しくなる可能性がありますので、今のうちから食料を備蓄しておくことが大切です。

東日本大震災が発生した4日後の2011年3月15日に撮影。その後しばらくは食品の品切れが続きました→

非常時でも美味しい食事ができる! 保存料・着色料不使用の非常食セット

3年や5年などの長期間ではなく、定期的に食品を食べ、食べた分をすぐ補充する備蓄法「ローリングストック」用を開発。「ローリングストック」は、賞味期限切れを自然に防ぎ、常に新しい食品を備蓄できる、**政府も推奨する***備蓄法です。

※内閣府「できることから始めよう! 防災対策」第3回より



おかず6点

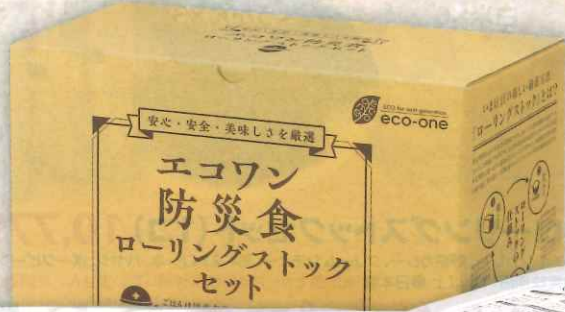
ごはん6点、お粥3点
おやつ3点をセット!

3食×3日分
1人分セット

＜賞味期限＞
1年以上保証

保存料・着色料・うま味調味料 **全て不使用**

有機国産米使用



商品コード 200024

エコワン防災食ローリングストックセット(1コ) **8,824円(税込)**

●セット内容: こんぶ豆、切り干し大根の煮物、ひじきと大豆の煮物、切り昆布の煮物、肉じゃが、筑前煮、白米×6個、白粥×2個、のり粥(白粥+のり佃煮)、ようかん×3本 ●箱サイズ: 縦20×横27.5×奥行15cm ●重量: 約2,900g ●付属品: 白米・お粥容器開封用ナイフ×9本、リーフレット ●賞味期限: 1年以上 ●日本製 ※加熱セットや食器類は付属していません。※製造ロットにより個装箱や包材のデザインが変更になる場合があります。

アレルギー 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・さば

美味しい非常食に加熱セットと食器類を追加しました

上記の非常食セットに、約20分間食品の温めができる加熱セット6回分と、お皿やスプーンなど食器類を入れました。

商品コード 200023

エコワン防災食
あたたかセット(1コ)

10,790円(税込)

●セット内容: こんぶ豆、切り干し大根の煮物、ひじきと大豆の煮物、切り昆布の煮物、肉じゃが、筑前煮、白米×6個、白粥×2個、のり粥(白粥+のり佃煮)、ようかん×3本 ●箱サイズ: 縦21.5×横27.5×奥行26.3cm ●重量: 約3,920g ●付属品: 加熱セット、紙皿×6枚、スプーン×9本、白米・お粥容器開封用ナイフ×9本、ティッシュ、リーフレット ●賞味期限: 1年以上 ●日本製 ※製造ロットにより個装箱や包材のデザインが変更になる場合があります。

アレルギー 小麦・大豆・鶏肉・豚肉・さば



電気やガスがない時でも
温かい食事ができます!



政府も推奨する備蓄方法「ローリングストック」をご存知ですか?



非常食の賞味期限
管理は意外と大変

3年や5年など保存期間が長い非常食は、つい仕舞ったままにしまい、気がついたら賞味期限切れで捨ててしまうという失敗が起こりがちです。そこでオススメなのが、非常食を定期的に食べながら備蓄する「ローリングストック」です。



食べたものを補充
するだけでOK

「ローリングストック」は、備蓄した食品を賞味期限が切れる前に食べ、代わりに新しい食品を購入・補充するシンプルな備蓄方法。消費→補充→消費…と繰り返すことで、自然に食品が入れ替わり、常に新しいものを備蓄することができます。



保存料や着色料を使わず作った 安心・安全で美味しい洋風の非常食

幅広い年代に人気のカレーやシチューなど洋風の非常食を、保存料・着色料・うま味調味料を使わずに作り
ました。非常時でも美味しいものを安心して食べたいという方にオススメです。

3食×3日分
1人分セット

＜賞味期限＞
1年以上保証

保存料・着色料
うま味調味料
全て不使用

有機国産米使用



セット内容

プレーンパン3点
ごはん6点
おかず6点
おやつ3点



商品コード 200032

エコワン洋風防災食ローリングストックセット(1コ) 10,779円(税込)

●セット内容:プレーンパン×3、白米×6、チキンカレー、野菜カレー、クリームシチュー、ミネストローネ、ハヤシ、ポークビーンズ、ようかん×3 ●箱サイズ:縦20×横27.5×奥行15cm ●重量:約2,680g ●付属品:白米開封用ナイフ×6、リーフレット ●賞味期限:1年以上 ●日本製 ※加熱セットや食器類は付属していません。※製造ロットにより個装箱や包材のデザインが変更になる場合があります。

アレルギー 乳成分・小麦・大豆・りんご・牛肉・豚肉・鶏肉

付属品をさらにプラスした「フルセット」版もオススメです!

上の防災食に少量の水で約20分食品の温めができる加熱セット6回分と、お皿やスプーンなど食器類が入っています。

商品コード 200031

エコワン洋風防災食
あたたかセット(1コ)

12,980円(税込)

●セット内容:プレーンパン×3、白米×6、チキンカレー、野菜カレー、クリームシチュー、ミネストローネ、ハヤシ、ポークビーンズ、ようかん×3 ●箱サイズ:縦21.5×横27.5×奥行26.3cm ●重量:約3,500g ●付属品:加熱セット(加熱袋・発熱剤×6・水)、紙皿×6、スプーン×6、ティッシュ、白米開封用ナイフ×6、リーフレット ●賞味期限:1年以上 ●日本製 ※製造ロットにより個装箱や包材のデザインが変更になる場合があります。

アレルギー 乳成分・小麦・大豆・りんご・牛肉・豚肉・鶏肉



加熱セットと食器類が付属!



縦でも横でも使える多目的テントで ストレスのない避難生活を!

避難所での集団生活は、想像以上に精神的負担が大きいですと言われる。そんな時でも中が透けて見えないテントがあれば、いつでもプライバシーを確保できます。

用を足す時に 着替えの時に キャンプに 釣りに



今なら2,000円のエアーマットが付いてきます!

厚さ
6.5cm

テント

耐荷重
150kg

＜空気入れ付き＞

縦・横
設置が
可能



テントを横にしてマットを置けば、身体を伸ばして眠れるプライベート個室の出来上がり

テントをたたんだ時の直径は約60cm。楽に持ち運べ、省スペースで保管が可能

商品コード 191811

エコワン防災
プライバシーテント

11,880円(税込)

●サイズ:使用時/高さ210×幅105×奥行105cm、収納時/直径60×厚さ4.5cm(使用状況により異なる場合があります) ●重量:2.5kg(付属品含む) ●材質:ポリエステル、スチール ●付属品:ペグ×8本、ロープ×4本、ポール×2本、収納袋、取扱説明書 ●中国製 ※防水加工はありませんので、雨の時は屋外で使わないでください。

【お求めは下記の販売店へ】

【総発売元】



エコワン株式会社

〒225-0002 神奈川県横浜市長青区美しが丘2-14-5 リーフ美しが丘ビル3F

※このチラシの記載内容は2025年8月現在のものです。※本誌掲載の記事・写真・イラストの無断転載を禁じます。※掲載写真の一部はイメージです。※製品の色は印刷の都合により実物と多少異なる場合があります。※製品のデザイン・仕様は予告なく変更する場合がありますのでご了承ください。



2L

Alkali pure natural water
Reset Time®
 アルカリ生天然水[リセットタイム]



500ml

7年保存



2L



思いのぞく
 天然水



500ml

5年保存

硝酸態窒素ゼロの天然水。

見た目にはわからない違いが、カラダにはわかるらしい。

非加熱	弱アルカリ性	軟水
シリカ含有	炭酸水素イオン含有	サルフェート含有

ミネラルの効果

弊社の天然水は非加熱ですので、自然のままの天然ミネラルが多数含まれています。

- シリカ…コラーゲンの再生・構築・補強・維持を手助けする
- サルフェート…血液中の老廃物を体外に排出し、新陳代謝を高める作用
- ナトリウム…ミネラルの代謝・筋肉の収縮や神経伝達を助ける
- カルシウム…人体で最も多いミネラルで不足しがち
- マグネシウム…カルシウムの働き・吸収を助ける
- カリウム…筋肉・神経細胞に不可欠なミネラルのひとつ

point 1

抜群の
 ミネラルバランス!

point 2

日本有数の
 炭酸水素イオン
 含有量!

point 3

健康に!美肌に!
 弱アルカリ性の
 天然水!



Alkali pure natural water
Reset Time®
アルカリ生天然水 [リセットタイム]

2L

500ml

※写真は2Lの箱です。

硝酸態窒素ゼロの天然水。

悠久の時をかけて磨かれた、
自然の力が漲る活きた天然ミネラル水。

- 豊富なミネラルとおいしさの秘密は、「非加熱製法」
- 日本人の味覚に良く合う口当たり柔らかな「軟水」
- 現代人の体をケアする「弱アルカリ性」

非加熱だからこの成分！

アルカリ性 pH8.0	軟水 83mg/ℓ	シリカ 38mg/ℓ	炭酸水素イオン 110mg/ℓ	サルフェート 14mg/ℓ
----------------	--------------	---------------	--------------------	------------------



健康に生活するには、様々なミネラルが必要不可欠！
たくさんミネラルをバランス良く摂取することが大切です。
コラーゲンの再生・構築・補強・維持を手助けする「シリカ」や、血液中の老廃物を体外に排出し、新陳代謝を高める「サルフェート」をはじめ、不足しがちな「カルシウム」等、多くのミネラルを含んでいます。



重炭酸塩(炭酸水素イオンを含む水素塩の一種)は、消化を促進したり、胃の内容物の排出をはやめたり、空腹時に胃酸を補充してくれます。
また、筋肉の代謝カスである乳酸を中和する働きや、利尿作用などに優れていますので、慢性胃炎、胃酸過多、便秘などに効果があると言われています。
弊社の天然水には日本有数の含有量がごございます。



体が疲れている時、不規則な生活や偏った食事、ストレスなどが影響し、体内が酸性に傾いていることもよくあります。バランスのとれた食事とアルカリ性のミネラルウォーターで、体液を弱アルカリ性にリセットするのも、健康な肌を復活させる手段となります。
また、「軟水」ですので、赤ちゃんや妊婦さん、ペットも安心して飲みいただけます。



Reset Time
(リセットタイム)

かぞく
想いの
天然水

2L

500ml

※写真は2Lの箱です。

赤ちゃんから妊婦さん、そしてペット。
家族みんなにやさしい天然水です。

- 公的機関の検査に合格した「安心品質」
- マグネシウムを含まない、赤ちゃんにやさしい「軟水」
- 吸収率の高い「弱アルカリ性」

非加熱だからこの成分！

アルカリ性 pH8.2	軟水 50mg/ℓ	シリカ 23mg/ℓ	炭酸水素イオン 85mg/ℓ	サルフェート 15mg/ℓ
----------------	--------------	---------------	-------------------	------------------

「リセットタイム」「かぞく想いの天然水」は安心して飲みいただけます。

これからは、『品質』で水を選ぶ時代です。

硝酸態窒素とは？

2007年に有名メーカーの水から検出されたというニュースが報道され、一気に注目が集まったのが「硝酸態窒素(亜硝酸態窒素)」。

摂取すると、体内で亜硝酸態窒素に還元され、他の物質と結合することで、体に悪影響を及ぼす可能性があると言われている物質です。血液の酸素運搬能力を奪うと言われていたため、特に乳幼児は注意が必要です。硝酸態窒素が、体内で亜硝酸態窒素に変化すると、毒性も強くなります。現在、安心・安全を謳ったペットボトルのミネラルウォーターですが、世界中で採水地の汚染が進み、硝酸態窒素が検出されています。

硝酸態窒素の簡易テスト結果

チューブの中に、調合された試薬が封入されており、水を入れることで測定出来る簡易検査。
赤色が濃い程硝酸態窒素の含有量が多くなります。

測定の結果、無色透明でした。このことから、土壌汚染されておらず、安心して飲みいただけます。



標準色(硝酸態窒素) Standard Color (Nitrate-Nitrogen)

0.2	0.5	1	2	5	10	NO ₃ -Nmg/L (ppm)
						反応時間3分 3min. after

今回使用した測定機器「バックテスト ION DELECTIVE」 株式会社共立理化学研究所



No.37 特別注文書-B

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

配送日

火コース 9/16

金コース 9/19

提出日

火コース 9/2
金コース 9/5

もしもの為に、防災用品特集

硝酸態窒素ゼロの天然水

商品No	商品名	規格	注文数	価格(税込)
5940	Reset Time 天然水（大）	2L×6本		1,944
5941	Reset Time 天然水（小）	500ml×24本		3,629
5942	かぞく想いの天然水（大）	2L×6本		1,944
5943	かぞく想いの天然水（小）	500ml×24本		3,629

エコワン防災食品他

商品No	商品名	規格	注文数	価格(税込)
6721	エコワン防災食 ローリングストックセット	3食×3日分		8,824
6720	エコワン防災食 あたたかセット	3食×3日分		10,790
6718	エコワン洋風防災食 ローリングストックセット	3食×3日分		10,779
6719	エコワン洋風防災食 あたたかセット	3食×3日分		12,980
6741	エコワン防災プライバシーテント(エアーマット付)	高さ210×幅105×奥行105cm		11,880

No.37 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 9/16

金コース 9/19

提出日

火コース 9/2
金コース 9/5

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 280g前後		1,873
1385	ロングソフトサラミ 120g 前後		936
1380	ポークハンバーグ 115g		419
1375	布巻きロースハム 270g前後		2,093
1364	ロースハムスライス 78g		705
1368	ボンレスハムスライス 80g		705
1369	あっさり料理用ベーコン 230g		1,277
1370	骨付きハム 1本		1,576
1371	ヒレスモーク 190g		1,818
1362	ウィンナーソーセージ 110g		616
1372	バジルソーセージ 182g		881
1373	アップルマスタード(ビン入り) 100g		551
1374	アップルマスタード(袋入り) 100g		386
1399	金時生姜シロップ(大) 200ml		1,631
1398	金時生姜シロップ(小) 100ml		867

2025 年 6 月
株式会社食べもの通信社

『がんにならない食育大全 ～子どもの未来は食事で決まる～』発刊

佐藤典宏 著

2025 年 6 月 20 日、株式会社食べもの通信社は『がんにならない食育大全～子どもの未来は食事で決まる～』（佐藤典宏・著）を刊行することをお知らせいたします。世界的に若年層でのがんが増加する中、原因として注目されているのが「食事」です。超加工食品や加糖飲料、肉類の過剰摂取など現代の食生活が子どもたちの健康にどれほど大きな影響を及ぼすのかを最新研究とともに、がん治療認定医である著者がわかりやすく伝えます。



【内容】

子どもをがんから守るために、今すぐできることを医学的エビデンスに基づいて解説。

さらに「がんを遠ざける食生活」と「親子で実践できる食育方法」も具体的に提案。

- ・子どもと一緒に調理する楽しさ
- ・野菜や果物を毎日取り入れる工夫
- ・揚げ物や加工食品を控える理由
- ・規則正しい食事が健康に与える影響

これらを取り入れることで、日常の食事が、がん予防の第一歩となります。

未来をつくるのは、今日の食事。

ぜひこの本を活用して、大切な家族の未来を守るための知識と習慣を手に入れてください。

【著者プロフィール】佐藤典宏（帝京大学福岡医療技術学部 教授、外科医）

福岡県生まれ。九州大学医学部卒。2001 年から米国ジョンズ・ホプキンス大学医学部に留学し、多くの研究論文を発表。1000 例以上の外科手術を経験し、日本外科学会専門医・指導医、がん治療認定医の資格を取得。がんに関する情報を提供するため、YouTube「がん情報チャンネル・外科医 佐藤のりひろ」を開設、登録者 20 万人を突破(2025 年 4 月時点)。がん患者さんの悩みや質問に個別に答える「がん相談サロン」をスタート。

【お問い合わせ先】株式会社食べもの通信社 書籍編集部

〒101-0051 東京都千代田区神田神保町 1-46

TEL:03-3518-0621 Email:info@tabemonotuushin.co.jp

2025 年 7 月
株式会社食べもの通信社

『腸元気ごはん』発刊

飯島久佐代 著

2025 年 7 月 15 日、株式会社食べもの通信社は『腸元気ごはん』（飯島久佐代・著）を刊行することをお知らせいたします。本書では、健康の要となる腸を整えるための「簡単・手軽・おいしい」レシピを提案します。健康にいい食を長年追及し続けた著者が導き出した答えはいたってシンプル。「体は食べるものでできている」。だからこと、忙しい毎日でも続けやすい工夫が満載の一冊です。バランスの良い食材の頭文字を組み合わせた「まごわやさしい」に発酵食品をプラスした「まごわやさしいこ」をベースに、日々の食事が楽しく、無理なく続けられるヒントが満載。

ぜひ、本書にご高見を賜わり、貴紙等でご紹介くださいますよう、よろしくお願い申し上げます。



【内容】

- ・腸が元気になる良いこと
- ・調味料の選び方:しょうゆ/みそ/みりん/酢/酒/砂糖・甘味調味料/塩/小麦粉/油
- ・食品選びのコツ
- ・オーガニックの良いところ
- ・食品添加物のこと
- ・調理器具いろいろ
- ・腸が元気になるレシピ集 など

——こんな方におすすめ

- ・忙しくて自炊が面倒な方
- ・健康を気遣いたいけど、料理に時間をかけたくない方
- ・自然な食材やオーガニックが気になる方

腸が変われば、心も変わる！

『まごわやさしいこ』ごはんで、私をもっと好きになる。

食べることは、自分を大切にする時間。毎日のごはんで、元気な未来をはじめませんか？

【著者プロフィール】飯島久佐代（料理研究家 / 食育・健康アドバイザー）

生粋の江戸っ子。家族の病気をきっかけに、食を通じた健康づくりに興味をもち、研究を始める。

「一汁一菜 まごわやさしいこ」を基本に、無理なく続けられる健康的な食事法を提案。主宰する「久佐代キッチン健康増進料理教室」では、日々の食事バランスを整えるコツを伝えている。また、みそづくりやおせち料理会などの食育イベントも開催し、食を通じた健康づくりの知識と実践を広めている。

【お問い合わせ先】株式会社食べもの通信社 書籍編集部

〒101-0051 東京都千代田区神田神保町 1-46

TEL:03-3518-0621

Email:info@tabemonotuushin.co.jp

2024 年 7 月
株式会社食べもの通信社

『幸せな 100 歳になる習慣』発刊

石井直美 著

2024 年 7 月 17 日、株式会社食べもの通信社は『幸せな 100 歳になる習慣』（石井直美・著）を刊行することをお知らせいたします。本書は予防医学の権威、Dr.ジョーンズ氏が「介護世代やシニア世代、大切な人の健康を支える必読書であり希望の光となるはず」と推薦。「家族に迷惑をかけたくない!」「元気で幸せな 100 歳になりたい!」と願う方々にピッタリの 1 冊です。

ぜひ、本書にご高見を賜わり、貴紙等でご紹介くださいますよう、よろしくお願い申し上げます。

【内容】

薬膳と聞くと「難しそう」「特別な材料がいる」と考える人も多いでしょう。

けれど、薬膳は薬ではありません。

日々の暮らしの中で、身近な食材を使って行なう食事による養生法です。

つまり、毎日の食事が五臓六腑をケアする薬膳になります。

この本で紹介する薬膳の役割は次の 3 つです。

- 五臓六腑の養生
- 健康の維持
- 病気の予防

人間は誰でも毎日食事をしますから、忙しい人も飽きっぽい人も、食べて養生する薬膳なら無理なく続けていけるはず。

まずは、五臓六腑の役割と機能を知っていただき、それぞれを養生する食材や調理法、生活習慣を試してみてください。それがあなたを幸せで健康な 100 歳に導く第一歩です。



【著者プロフィール】石井直美(管理栄養士、国際薬膳師、食育指導員、指ヨガインストラクター)

2 市町村の保険事業で栄養指導を 36 年間担当。都内の学校講師として栄養学と献立計画の 2 教科を 6 年間担当。父のパーキンソン病と母の脳梗塞でいったん仕事を辞めて W 介護を経験。そのときの思いから、最先端の医学や東洋医学、統合医療などの経験値を積み上げて独自のメソッド「機能性食養学」を作り上げる。最先端医学の著名なアメリカのトップドクターから直々に学ぶ。これまでのヘルスコンサル件数は 5 万件以上。

【お問い合わせ先】株式会社食べもの通信社 書籍編集部(担当:下村)

〒101-0051 東京都千代田区神田神保町 1-46

TEL:03-3518-0621 Email:info@tabemonotuushin.co.jp

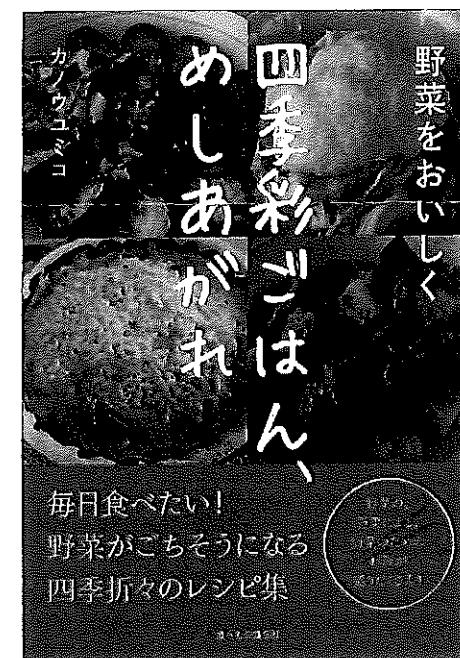
2025 年 5 月
株式会社食べもの通信社

『野菜をおいしく 四季彩ごはん、めしあがれ』発刊

カノウユミコ 著

2025 年 5 月 25 日、株式会社食べもの通信社は『野菜をおいしく 四季彩ごはん、めしあがれ』（カノウユミコ・著）を刊行することをお知らせいたします。本書は四季折々の野菜がごちそうになる、野菜料理研究家・カノウユミコによるレシピ集です。「野菜ってこんなにおいしいんだ!」「また食べたい!」季節の味わいを最大限に引き出した、ぜいたくな一品が満載です。捨てがちな野菜の皮や葉、発酵食品を活用する知恵や、野菜の歴史・効能に関するコラムも充実。

ぜひ、本書にご高見を賜わり、貴紙等でご紹介くださいますよう、よろしくお願い申し上げます。



【内容】

春のニンジンの丸焼き、夏のキュウリのグリル、秋ナスのピリ辛ナムル、冬のサトイモのサブジなど四季折々の野菜を楽しめるレシピ集。調理法がシンプルなので、毎日のレパートリーに取り入れやすい。

——こんな方におすすめ

- ・忙しい日でもサッと作りたい方
- ・野菜が主役の新しいメニューに挑戦したい方
- ・野菜嫌いのお子さんが喜んでくれるレシピを知りたい方
- ・食材を無駄なく使い切りたい方

主菜・副菜・スープ・スイーツまで手軽でおいしいレシピが揃い、日々の食卓が楽しくなります。

さあ、本書で健康的で彩り豊かな毎日を始めましょう!ヘルシーな野菜ごはんを、もっと簡単に、もっとおいしく。

【著者プロフィール】カノウユミコ(野菜料理研究家)

鳥取県の専業農家に生まれる。生来の料理好き。高校生のころから自然食に興味をもち、ベジタリアン料理、精進料理を研究する。家庭で簡単に楽しめる野菜料理教室を主宰。『野菜の力を引き出す! カノウユミコのこの野菜でどど〜んと一品レシピ』(NHK 出版)など著書多数。月刊『食べもの通信』でも「野菜をおいしく」を連載中。

【お問い合わせ先】株式会社食べもの通信社 書籍編集部

〒101-0051 東京都千代田区神田神保町 1-46

TEL:03-3518-0621

Email:info@tabemonotuushin.co.jp

No.37 特別注文書-B

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

配送日	火コース 9/16	金コース 9/19	提出	火コース 9/2 金コース 9/5
-----	-----------	-----------	----	----------------------



食べ物通信社の本

	本の題名	注文数	税込価格
9440	腸元気ごはん（飯島久佐代 著）		1,870
9441	がんにならない食育大会～子どもの未来は食事が決まる（佐藤典宏 著）		1,650
9442	野菜をおいしく 四季ごはん、めしあがれ（カノウユミコ 著）		1,980
9443	幸せな100歳になる習慣（石井直美 著）		1,650
9424	からだ整う温活薬膳ごはん（麻木久仁子 著）		1,540
9401	無農薬でつくりたい！はじめてのプランター菜園（古藤俊二 著）		1,430
9402	豆腐が主役になる56のレシピ（池上保子著）		1,430
9425	知っておきたい身近な電磁波被ばく		1,540
9457	子どもの脳に有害な化学物質のお話（水野玲子 著）		1,430
9450	四季の保存食と作り置きレシピ100		1,430