

火曜コース	提出日	⇒	配送日
	9/9		9/16

金曜コース	提出日	⇒	配送日
	9/12		9/19



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。



有機認証で認められている有機農薬を使用
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

今季初！「竹嶋さんのりんご」

待ちに待ったりんごのシーズンがやってきました。今年も青森県の竹嶋有機農園さんのりんごが始まります。例年通りまずは「サンつがる」と「黄王」の2種類のりんごからスタートです。
竹嶋さんは蜂を使った害虫防除や、最低限の有機JAS許容農薬を使用し、安全で美味しいりんごを栽培されています。しかも全品種が袋がけをせず
に栽培されており、とっても貴重なりんごです。
2品種とも今週から2〜3週間の期間限定・数量限定となります。

りんごは必ず冷蔵庫で保管してください。また、傷みなどのご連絡は配送後1
週間までをお願いします。1週間を過ぎた後の返金等の対応はできませんので、
1週間で消費できる量をご注文ください。

9/23.26 配送です。特別注文書(A4)でご注文ください

「サンつがる」
酸味が少なく甘口の食味とジューシーさが美味しい

936 サンつがる
5kg前後 5842円(税込)

941 サンつがる B品
5kg前後 5087円(税込)

「黄王」
優しい歯触りと甘味酸味ともに穏やかでおいしい

950 黄王(青系)
5kg前後 5842円(税込)

945 黄王(青系) B品
5kg前後 5087円(税込)

B品の取り扱いを始めます。
色ムラ、型崩れ、つる割
れなど見た目が落ちるり
んごですが、ご自宅用には
問題なく消費いただける
と思います。

※りんごが入っていた箱は回収しません。 ※3玉入りは、No39号よりスタートします。

各生産地から秋の根菜類が始まりました！「煮物特集」



秋の根菜類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。



「山都町の大自然の中で
育った原木干し椎茸」
在庫が沢山あります。皆さん
ご利用をよろしくお願い
します。

146 ★ 里芋 1kg 521円(税込)
165 ★ レンコン 400g 348円(税込)
151 ★ からいも 1kg 416円(税込)

3117 ★ 昭人さんの干し椎茸 70g 1117円(税込) 15円引き
3119 ★ 昭人さんの干し椎茸(小葉) 50g 597円(税込) 10円引き

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 1.8L 2078円(税込) 20円引
3236 丸大豆醤油 0.9L 1234円(税込) 15円引

3237 丸大豆醤油・淡口 0.9L 1234円(税込) 15円引
3234 糀しょうゆ 150ml 694円(税込) 10円引

イシイフーズ「神 山 鶏」



飼料には非遺伝子組み換えPHFトウモロコシと、非遺伝子組み換えの大豆かすを中心とした、植物性飼料のみを使用しています。飼料用米を20%配合。解放型鶏舎のなかでできる限りストレスがかからないようにゆったりと飼育しています。抗生物質、抗菌剤は使用していません。飼育日数(約60日)

1715 神山鶏 もも 270g 766円(税込) 10円引
人気 No1 1716 神山鶏 むね 210g 430円(税込) 5円引



☞ 先週の大雨すごかったですね。奥さんの実家が床下まで浸水して玄関まで水が入ったり、エアコンの室外機がつかって壊れたりと大変だったようです。皆さんのところは大丈夫でしたか？

畑を見てみると今まで乾燥した所に一気に雨が降って、ダメージがあったのか恵みの雨だったのか、自分の畑は被害なかったですね。

毎年毎年信じられない気候ですが、今自分にできることをやるだけです。でも気がつくと朝、配送に行く時が暗くなってきました。秋が近づいてますね。

・・8/26 大津町・山本瑞樹・・

☞ 月に1度の仕分け当番です。

毎日うだるような暑さが続きます、相変わらず毎日みかん園の除草を草刈り機にてやっています。

一般のみかん園は除草剤ですが、我が家の夏場は特に草との戦いです、早起きして暑くなる前にやるようにしています。お盆過ぎてほんの一寸ですが、朝の空気が冷たく感じます。やがて9月、暑さ寒も彼岸まで！頑張っていきましょう。

・・8/19 網田町・本田一幸・・

☞ 土曜日は、米と卵の学習にたくさんの人にきていただきました。この組合は単なる会社ではなく、皆が運営に関わってもらう必要があります。その為には、組合のことも農業のこともたくさんの人に知ってもらう必要があります。その役割が運営委員会という組織があり、たくさんの人が関わっています。今回もたくさんの方の話し合いを重ね、取材に行き、料理の段取りを考えました。大変ですが、実施した後に喜んでもらえると充実感があります。皆さんもぜひ顔を出してみてください。お待ちしております。

・・8/26 合志市・高山健也・・



生産者だより(8/22 ラインメッセージより)

こんにちは😊畑ト台所 H-farm 本田です

今年の夏は暑さが厳しかったり想像を越える大雨が降ったりなど様々なことがあるなかみなさんお元気でお過ごしでしょうか？畑では「野菜達を元気に育て美味しく皆さんにお届けしたい」という親方の中にある強く太い柱のもと日照りでカラカラになり野菜達が枯れてしまわないように冠水ホースなどを導入したり蓮根畑に入る水が枯れないように溢れてしまわないようにと日々管理をしたり日の出前から畑に飛び出て夕方は暗くなるまで忙しく作業をしてくれているおかげで有り難くて嬉しくお野菜たちをお届けさせていただき食卓にも並べることができています時間が足りないくらいに畑をしてくれる親方に大感謝の日々です

そしていつも畑を想い寄り添いやさしく受け取っていただけている皆さんにもとてもとても感謝をしていますいつも大変ありがとうございます

明日は運営委員会主催の“夏の勉強会”夏の素敵な1日を皆さんと一緒させていただけるのがとても嬉しいですお会いできるのをとても楽しみにしています るるん♥

野菜・果物だより

ナスは体を冷す働きが強い夏野菜。約90%が水分でのぼせ改善や利尿作用があり、古くから漢方薬にも利用されてきました。ナスの色は抗ガン成分を持つ色素のポリフェノール、そして動脈硬化を防ぐ色素のナスニンの色。この2つの色素は皮に凝縮されているので、皮ごと調理がオススメです。

大谷ゆみこ(野菜だけ)より

中華風焼きナス

「材料」ナス 醤油 ごま油 油

- ① ナスは縦半分に切る。小さいものは丸のままでも良い。
- ② 中華鍋かフライパンに油を入れて熱し、①を入れて焼く。
- ③ ナスがやわらかくなったら火を止めて、醤油とごま油をまわし入れる。



「ピーマンと玉ねぎの味噌炒め」

「材料」玉ねぎ・150g ピーマン・100g
合わせ油(なたね油7:ごま油3)・大さじ2 水・大さじ1
味噌だれ(麦みそ30g、醤油小さじ2、水大さじ2)



エンサイと豚肉の炒め物

「材料」エンサイ、豚バラ肉、ニンニク、鷹の爪、醤油、塩、油

- ① 玉ねぎは9mm厚の輪切りにする。ピーマンは縦半分に切り、種を取って1cm幅の細切りにする。
- ② 味噌と醤油を混ぜ合わせ、水を少しずつ加えて溶き味噌だれを作る。
- ③ フライパンに油を熱して、玉ねぎをさっと炒め、ピーマンを加えてさらに炒める。
- ④ ③に水大さじ1を振り入れて、ふたをして中強火で約1分蒸し煮する。
- ⑤ 野菜に火が通ったら、味噌だれをまわし入れ、炒めあわせる。

- ① エンサイの茎と葉を分け、太い茎は斜めに食べやすく切る。
 - ② 熱して油を引いたフライパンでエンサイを炒め、軽く火を通しとりだす。
 - ③ フライパンに油を足し、ニンニク、鷹の爪を入れ豚肉を炒める。
 - ④ エンサイをフライパンに戻し、さっと炒めて塩と醤油で味をつける。
- ※ コツは豚肉より先にエンサイを炒めることと味付けを控えめにすること。

京都使い捨て時代を考える会安全農産供給センター「野菜はともだち」より

大谷ゆみこ著 続野菜だけ？ より

第41期 第10回 運営委員会だより

1.ブロック会報告

7/26、大津、武蔵ヶ丘、杉並木で合同ブロック会をした。勉強会に向けて米と卵のことをお互いに共有しあった。会のお菓子や飲み物の試飲、試食もした。参加者10名。
7/17、健軍ブロック会。7名参加でサンカクさんにて。ベテランの人ばかりなので若い人も巻き込んでいきたい。

2.勉強会について

新しい人の参加申込が少ない。LINEにメッセージ流したらどうだろうか。申し込みフォームを使ってオンライン申し込みをできるようにする。生産者の人数は生産者会で確定させる。
展示物は、米は林田、鶏は高山陽子さんが担当。合鴨ロボットを展示する。

3.チラシ配布の基準について

・教育系のものも組合員さんから要望があがってきていて、配布したい人の意図が分からないと検討しにくい。申請するときにどんな意図で入れてほしいかという要望書を書いてもらったらよいのではないかな。基本的には農業、環境、食に関することに限る、会の理念に沿うことが大切。
配布を希望する人は自分の名前と要望書とチラシを事務所にメールで提出すること。
費用を取らない・無料という場合は、教育文化費から出すということでタダということではない。
水汚染の件について。考える会は「地下水と農業と環境を守る住民の会」の共催団体として登録している。しかし参加人数が少なく会がこの活動の主催者側であるという意識が必要なのではないか。新しい理事の中で担当を決めておいた方がよいのではないかな。
理事会で事務局とも共通認識を持ち、それぞれにこの担当を決めてもらう。運営委員会の担当は運営委員長。
白川流域にも第二工場を作ることになってきた。白川に直接流すということは地下水にも有明海にも影響が出てくるはず。放っておいてよい問題ではないので会として積極的に活動をしたい。
この活動に関しては、チラシなどがあれば自分たちの活動として考える会のLINEで発信していく。チラシもすぐに同梱していく。
8月17日にすでに講演会があるので、その内容をすぐにチラシで同梱する。

【その他検討事項】

・勉強会の時に総会と選考委員会についてのアピールをする。
・お試しの方にブロックのウェルカムチラシを作っておき、入会の案内に行く人が持っていく方法を実行する。永田さんがチラシのひな形を作るので、それを参考に各ブロックでウェルカムチラシを作り、10月くらいからの実施を目指す。ブロックの線引きをやり直した方がよい所もある。理事会で持ち帰る。
・収穫祭は田上さんのお米の収穫に合わせてやることになっている。
・ケース洗い、10月4日の予定。流しそうめんとバーベキュー、かき氷などを企画する。バーベキューのお金は以前は生産者会が予算が余っていたので負担した。またケース洗いにいきたいけどいけないという人が募金をしたいという話もあった。
チラシ作成 → カンパは500円×口数で募集(口座引き落とし)。9時開始、保険代、雨天決行。
9月9日、12日でチラシ入れて、回収が翌週。

4.畑について

林田:水不足が大変だけど田んぼの水路から水を引くことができるので定期的に水をやっている状態。米は昨年ナガボノウルシの除草が相当大変だったけど今年はなぜかほとんど出ていない状況
高山:緑肥栽培にはまっているのでソルゴーで緑がいっぱいの状況。子供の進学をかねて面白い活動をしている山形の独立学園を学校訪問してきた。ラズベリー無農薬栽培の農園も見てきた。
島川:穂の出が例年よりも5日くらい早い。てんこもり、あと2、3日で穂ぞろいになる感じ。黒米はカメムシがついてしまっている。
水田の雑草が新しい種類のものもでてきている。豚は八月いっぱい暑さのため太りが悪く大変。
本田:レンコンは順調。夏野菜は暑さの影響を受けている。父が熱い中作業をしているのが心配

～行事予定～

・合同委員会	9月 10 日(水) 9:30受付～熊本市青年会館研修室
・魚勢の魚で料理会	9月 20日(土) 10:00～託麻公民館
・第40期通常総会	9月 27 日(土) 13:30～青年会館大ホール

松合食品「天然醸造九州丸大豆しょうゆ」

大豆と小麦は九州にて、栽培期間中に農薬と化学肥料を使わずに栽培されたものを使用。
食塩は天日塩を使用しています。添加物、遺伝子組換え大豆を一切使用していない九州産にこだわった、こいくち丸大豆しょうゆです。

無農薬無化学肥料栽培原料使用

九州産大豆・九州産小麦使用

食品添加物不使用



【900mlビン】 丸大豆醤油しぼり作業



秋の根菜始まります 煮物を作ろう！

1408	大揚げ	1枚	161円	→ 5円引
1409	きざみ揚げ	1袋	131円	→ 5円引
1411	寿シアゲ	20g×5	220円	→ 5円引
1412	生アゲ	50g	120円	→ 5円引
1413	きぬ厚アゲ	220g	172円	→ 5円引
1417	手にぎりがんも	1枚	151円	→ 5円引
1715	神山鶏 もも	270g	766円	→ 10円引
1716	神山鶏 むね	210g	430円	→ 5円引
1717	神山鶏 ささみ	250g	620円	→ 10円引
1720	神山鶏 手羽先	250g	567円	→ 10円引
1721	神山鶏 手羽元	300g	531円	→ 5円引
1722	神山鶏 手羽中	250g	576円	→ 10円引
1723	神山鶏 ミンチ	200g	576円	→ 10円引
2050	煮干いりこ	100g	540円	→ 10円引
2044	阿波屋だし	8g×30	1983円	→ 20円引
2018	おだし用かつお節粉末	100g	664円	→ 10円引
2019	おだし用混合節粉末	100g	616円	→ 10円引
2008	塩ワカメ	200g	262円	→ 5円引
2045	天然利尻こんぶ	40g	617円	→ 10円引
2022	花かつお削り	100g	451円	→ 5円引

2023	かつおパック(3g×4)×2	413円	→ 5円引
2031	国産芽ひじき	20g 242円	→ 5円引
2047	乾燥わかめ	8g 454円	→ 5円引
3234	糀しょうゆ	150ml 694円	→ 10円引
3235	九州丸大豆醤油(大)	1.8ℓ 2078円	→ 20円引
3236	九州丸大豆醤油(小)	0.9ℓ 1234円	→ 15円引
3237	九州丸大豆醤油・淡口(小)	0.9ℓ 1234円	→ 15円引
3262	春夏秋冬うすいろだしの素	1ℓ 1278円	→ 15円引
3263	春夏秋冬だしの素	1ℓ 1278円	→ 15円引
3117	★昭人さんの干し椎茸	70g 1117円	→ 15円引
3119	★昭人さんの干し椎茸(小葉)	50g 597円	→ 10円引
3124	胡参竹水煮たけのこ	120g 400円	→ 5円引
3128	九州産たけのこ水煮	120g 400円	→ 5円引
3129	九州産細切たけのこ水煮	90g 310円	→ 5円引
3193	(板)有機生いもこんにゃく	250g 253円	→ 5円引
3127	有機生いも糸こんにゃく	250g 286円	→ 5円引
3301	にがり凍み豆腐	48g 391円	→ 5円引
3302	もち麴	25g 330円	→ 5円引
3303	車麴	大6枚 304円	→ 5円引

※春夏秋冬だしの素・うすいろだしの素には25mlのおまけ付

今週の特注品

..9/23..26日届け..

☆畑ト台所(本田さん) 予約注文

..9/30..10/3日届け..

本田さんの畑で収穫したお野菜やハーブで作った、パンプキンポター
ジュース、黒にんにく、青一味、グルテンフリーグラノーラココナッツ等

月1回

☆オーサワジャパン

オーサワの品質基準…無農薬有機栽培優先、食品添加物不使用、特
に遺伝子組み換え作物は全商品について一切使用を認めていません。

☆オーサワジャパン「冷蔵品カタログ」

月1回

オーサワジャパンが厳選したおすすめ冷蔵品特集です。
ベジ生ラーメンシリーズお試しください！

☆創健社「お菓子・黒にんにく・ジロロモーニ」

月1回

創健社は「不自然なものをつかわない」「やさしい原料をつかう」
「いい商品をひろめる」を心がけて商品づくりに取り組んでいます。

☆竹嶋さんのりんご箱入り企画

隔週

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

商品についてのお知らせ

◆定例注文に移動しました！(いつでも注文できます)

2039 焼のり 全型20枚 1164円

精進にしめ



材 料

干椎茸 4枚 酒 1カップ
出し昆布 10cm2枚 醤油 適宜
大豆 1/2カップ 粗糖 適宜
水 6カップ 油 適宜
ごぼう・レンコン・大根・人参・里芋
昆布・コンニャク・厚あげ 等、適宜

作り方

①干椎茸、出し昆布、大豆を
水に前の晩からつけておく。
気温の高い時は冷蔵庫に
入れておいた方がよい。
かつお節、いりこ等の動物性
の物を使わないで出しをとる。

- ②昆布は水につけておく。
③ごぼうは油でさっと炒める。
④コンニャクはあくぬきをし、厚あげは油ぬきをする。
⑤②の出し汁を鍋に煮立て、昆布がやわらかくなったら、人参、
ごぼうを入れる。里芋、レンコン、大根、コンニャク、厚あげの
順に入れ、酒1カップを加え、粗糖、醤油で味をととのえ煮ふくめる。

亡くなられた配送担当 村上卓さんへメッセージ

皆さんより村上さんを惜しむ声が多く寄せられています。
皆さんからのお気持ちをまとめて村上さんのお母様にお渡し
しようと思いますので、メッセージのある方は9/12日(金)まで
にA4用紙の「台所からのメッセージ」に書いて事務所にお届
けください。

理事会より

2025年 38-①

配送日

火コース 9/16

金コース 9/19

注文書回収

火コース 9/9
金コース 9/12

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！ ★農産物ケース				2024年産★ゆうきスター米 ※ご注文は隔週の合計1kgまで！				★本田さん(畑台所 H-farm)オリジナル加工品				熊本のお魚屋 魚勢 旬のお魚の切り身（冷凍） 骨なし・鱈なし・-60℃瞬間冷凍 大好評販売中				松下かまぼこ(天草)の練り製品				塩・砂糖												
〇みんなで生産者の生産活動を支えよう！				92	★玄米(2024年産)	10k g	6136円	休	2519	★米粉ホットケーキミックス(h-farm)	200g	755円				1431	ちくわ	50g×3	378円		3213	はやさき水にがり	300cc	918円								
11	農産物ケース	普通		93	★玄米(2024年産)	5k g	3126円	休	★高山さんのオリジナル加工品				2409	あじの切り身 3～4枚 755円	限定	休	1433	地魚(ジャコ)丸天	50g×3	382円		3219	小さな海・釜炊き塩	小粒	240g	518円						
12	農産物ケース	小		94	★玄米(2024年産)	1k g	641円	1袋まで	2705	★ズッキーニチョコケーキ(高山)	200g	755円	冷凍			1434	ごぼう丸天	50g×3	382円		3214	豊穣塩	500g	195円	オーストラリア	天日						
NonGMO飼料を与えています				95	★白米(2024年産)	10k g	7101円	休	3172	★simpleコチュジャン	120g	528円	冷蔵			1435	野菜丸天	50g×3	382円		3215	豊穣塩	5k g	1302円	オーストラリア	天日塩						
25	★卵パック	10個	499円	96	★白米(2024年産)	5k g	3766円	休	2704	★玉ねぎ塩こうじ	230g	634円	冷蔵			1436	イカ下足丸天	50g×3	382円		3210	はやさき天日塩	大粒	500g	1224円							
27	★有精卵	6個	499円	97	★白米(2024年産)	1k g	770円	1袋まで	3173	★麴だけでつくった甘酒	300g	604円	冷蔵			1437	たこ丸天	50g×3	382円		3212	はやさき天日塩	小粒	250g	970円							
36	★地鶏の卵	6個	582円	3092	★ゆうきスターの米ぬか	500g	165円		3174	★塩こうじ	230g	604円	冷蔵			海産品 冷凍				3216	詰替用・粗挽き塩胡椒	150g	598円									
★特注野菜				考える会オリジナル もち米、雑穀				森ノリノ(菊池)の農園納豆				2412	ハンタの切り身 3～4枚 755円	限定	休	2101	開きアジ	2枚	470円	丸正水産	3222	純黒糖粉(喜界島産)	250g	584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。				3012	★押し麦	500g	550円	福岡・久保さん	1420	板納豆	海想う	80g	360円			2102	塩サバ	2～3枚	562円	丸正水産	3223	てんさい糖(北海道産)	650g	519円								
※B品が不足した時はA品をお届けします				3062	★島川さんの黒米	150g	347円	おススメ	1421	パック納豆	海想う	40g×2	360円			2103	丸干し	350g前後	562円	丸正水産	3226	きび粗糖	500g	328円	(種子島産)							
※▲の野菜は欠品の可能性があります				2713	★高山さんのもち麦	150g	347円	プチプチ食感♪ 人気爆発中！ 限定！	1422	中粒納豆	山笑う	40g×2	372円	●神山鶏 冷凍				2116	新巻鮭切り身	2切れ	841円	冷凍品 静岡県産うなぎおすすめ！				黒こしょう 第三世界ショップ						
111	★じゃがいも	1kg	348円	★ゆうきスターの米麴(高丸さん・高山さん)				1414	ひのくに地豆腐	木綿	140g×2	172円		1715	神山鶏	もも	270g	766円	10円引		2120				うなぎの蒲焼長焼き	110g	2981円	3227	黒胡椒(粒)	カレーの壺	20g	432円
113	★じゃがいもB品	2kg	348円	3168	★ゆうきスター米の米麴(冷凍)	200g	401円		1415	ひのくに地豆腐	絹	140g×2	172円	1716	神山鶏	むね	210g	430円	5円引		2121	うなぎの蒲焼カット	80g	2549円								
127	玉ねぎ(北海道産)	800g	391円	3165	★ゆうきスター米の米麴(冷凍)	500g	913円		1418	木綿豆腐	400g	184円		1717	神山鶏	ささみ	620円	10円引		2129	冷凍さめきうどん	200g×3	465円	松合食品のしょうゆ 他								
137	人参(北海道産)	400g	275円	▲	バター、マーガリン				1419	絹豆腐	350g	184円		1719	神山鶏	砂肝	250g	508円		海産物				3234	桃しょうゆ	150ml	694円	10円引				
170	★にんにく	100g	174円	2001	北海道バター(加塩)	150g	472円		1410	豆乳	500ml	341円		1720	神山鶏	手羽先	250g	567円	10円引	2039	焼のり	全型20枚	1164円	成清海苔店	3235	九州丸大豆醤油(大)	1.8L	2078円	松合	20円引		
262	★ピワの生葉	10枚	212円	3333	よつ葉のスキムミルク	150g	378円		1408	大揚げ	1枚	161円	5円引	1721	神山鶏	手羽元	300g	531円	5円引	2050	煮干しいりこ	ムソー	100g	540円	10円引	3236	九州丸大豆醤油(小)	0.9L	1234円	松合	15円引	
526	★栗	500g	438円	数量限定	★元気豚の加工品 冷凍				1409	きざみ揚げ	1袋	131円	5円引	1722	神山鶏	手羽中	250g	576円	10円引	2044	阿波屋だし	8g×30	1983円	松合食品	20円引	3237	九州丸大豆醤油・淡口(小)	0.9L	1234円	松合	15円引	
165	★レンコン	400g	348円		1311	★元気豚しゅーまい	30g×6	705円		1411	寿しアゲ	20g×5枚	220円	5円引	1723	神山鶏	ミンチ	200g	576円	10円引	2018	おだし用かつお節粉末	100g	664円	10円引	3264	「くろ」つゆ	濃縮だし	400ml	631円	松合	
146	★里いも	1kg	521円	1313	★元気豚肉まん	75g×2	436円	休	1412	生アゲ	50g×1枚	120円	5円引	1724	神山鶏	からあげセット(モモ、ムネ)	300g	774円		2019	おだし用混合節粉末	100g	616円	10円引	3289	まろやか旨酢タレ	400ml	602円	松合			
151	★さつま芋	1kg	416円	1314	★元気豚ハンバーグ	120g×2	733円		1413	きぬ厚アゲ	220g	172円	5円引	1725	神山鶏	骨付ききもも	2本(600g)	1320円		2008	塩ワカメ	200g	262円	冷蔵	有明海産	5円引	3260	味の母(大)	1.8L	2379円	味のー醸造	
				★島川さんの「阿蘇」元気豚 冷凍				1417	手にぎりがんも	1枚	151円	5円引		1727	神山鶏	骨付ききももぶつ切り	300g	809円		2045	天然利尻こんぶ	40g	617円	10円引	3261	味の母(小)	720ml	1102円	味のー醸造			
				1001	★元気豚ミックススライス	250g×2	1266円		ブラウンスイス牛肉 限定欠品可能性大				1728	神山鶏	ガラ(1羽)	253円		2022	花かつお削り	100g	451円	山川産	5円引	おまけキャンペーン中！								
				1018	★元気豚ミックススライス徳用	250g×4	2459円		1293	(BS)牛赤身スライスセット	200g×2	1542円	限定	休	NonGMO飼料を与えています 木次乳業(島根)の乳製品				2023	かつおパック(3g×4)×2	413円	枕崎産	5円引	3262	春夏秋冬うすいろだしの素	1L	1278円	15円引				
				1002	★元気豚バラスライス	250g×2	1153円	限定	1294	(BS)牛赤身スライス	200g	782円	限定	休	1451	バスチャライズ牛乳	1L	485円		2024	とろろ昆布	40g	341円	北海道産	3263	春夏秋冬だしの素	1L	1278円	15円引			
				1005	★元気豚モモしゃぶ用	250g	681円		1296	(BS)牛バラ切り落とし	200g	782円	限定	休	1452	ブラウンスイス牛乳	500ml	272円		2025	かんてん雪椿(フレーク7g)	203円		原料にこだわった 味噌								
ナチュラルベーカリー ルナ				1006	★元気豚肩ロースしゃぶ用	250g	722円		1288	(BS)牛ミンチ	200g	722円	限定	休	1453	ミルクコーヒー	1L	369円		2027	干しサクラエビ	5g	596円	創健社	3205	無農薬麦みそ	2kg	2038円	松合			
1586	天然酵母食パン	1斤	462円	休	1014	★元気豚ミンチ	200g	444円	1289	(BS)牛ミンチセット	200g×2	1422円	限定	休	1454	ミルクコーヒー	500ml	212円		2029	あおさ	25g	471円	天草本川海産	3208	無農薬玄米合わせみそ	500g	1006円	松合			
1587	プチレーズンパン	3個	279円	休	1015	★元気豚ミンチセット	200g×2	867円	1299	(BS)合挽きミンチ	200g	570円	限定	休	1455	プレーンヨーグルト	400ml	368円		2031	国産芽ひじき	20g	242円	天草本川海産	5円引	3207	★古庄さんの麦みそ(無農薬裸麦)	750g	937円			
1590	メロンパン	1個	274円	休	1028	★元気豚ミンチセット徳用	200g×5	2127円	1298	(BS)合挽きミンチセット	200g×2	1121円	限定	休	1456	奥出雲ヨーグルト	90g×2	305円		2047	乾燥わかめ	天然伊勢志摩産	8g	454円	5円引	3202	★米みそ(島川さんの無農薬米)	750g	937円	休		
1596	黒糖クルミパン	1個	278円	休	1007	★元気豚モモブロック	500g	1202円	★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				1459	美楽ヨーグルト	90g	163円		お酢 他				油(圧搾一番搾り)										
伯耆(ほうき)のきのこ 鳥取県 人気♪				1008	★元気豚バラブロック	500g	1153円	限定	1080	★ロースハムスライス	100g	588円	限定	休	1465	赤玉チーズ	180g	1212円		3229	ゆず香るかんたんなま酢	150ml	501円		3240	なたね油(大)	1650g	2093円	坂本製油			
3195	有機生シイタケ	100g	220円		1009	★元気豚肩ロースブロック	500g	1377円	限定	1081	★ロースハムスライスセット	100g×2	1177円	休	1466	カマンベールチーズ	120g	1157円		3239	飲むにがり酢(甘夏果汁入り)	300ml	999円		3241	なたね油(小)	825g	1212円	坂本製油			
3196	有機生キクラゲ	60g	193円		1013	★元気豚とんかつ用	300g	3枚	929円		1084	★シヨルダーベーコンスライス	100g	588円	限定	休	1467	プロボローネチーズ	380g	2313円		3251	玄米酢(小)	0.9L	1605円	松合食品	3242	なたねしらしめ油(大)	1650g	2093円		
3198	有機生ナメコ	150g	275円		1010	★元気豚ロース生姜焼き用	300g	929円	1085	★粗挽きフランクフルト	180g	1059円	限定	休	1468	プロボローネピッコロ	100g	661円		3252	富士酢(大)	1.8L	2203円	飯尾醸造		3243	なたねしらしめ油(小)	825g	1212円			
北村きのご園(鳥取)				1026	★元気豚ロース薄切り	250g	722円		1086	★ちっちゃなウィンナー	200g	1177円	限定	休	1469	モッツアレラチーズ	100g	606円		3253	富士酢(小)	0.9L	1322円	飯尾醸造		3244	胡麻油(大)	1650g	4406円	坂本製油		
3190	エリンギ	100g	138円		1012	★元気豚ヒレ	300g	1291円	1087	★粗挽きウィンナー	110g	647円		休	1471	燐製ナチュラルスナッカー	70g	551円		3255	富士すし酢	360ml	771円	無農薬原料		3245	胡麻油(中)	660g	2203円	坂本製油		
3191	えのき	100g	116円		1011	★元気豚軟骨	300g	362円	1088	★粗挽きウィンナーセット	110g×2	1266円			1472	プレーン/ナチュラルスナッカー	70g	551円		3248	純りんご酢	500ml	1047円	マルシマ		3246	胡麻油(小)	273g	1102円	坂本製油		
				1025	★元気豚バラ切り落とし	200g	444円	限定	1089	★生ウィンナー	5本(110g)	647円	限定	休	1476	牧場のカスタードプリン	100ml×2	507円		3258	ゆずボン酢	300ml	666円	丸島醤油		3247	紅花油					

縦合計 ()

縦合計 ()

縦合計 ()

縦合計 ()

縦合計 ()

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		お米手土産用 ゆうきスター2024年米		洗濯、台所用、食器洗い、掃除用洗剤		日用雑貨					
3102	★鷹の爪 10g 317円 限定	終	3341	アショカインドカレー手作りセット 52g 625円		3711	★久保さんの麦茶500g 562円	89	★手土産白米5kg 4098円（紙袋）	休	4001	ハーフの香り液体石けん800ml 1263円	4059	トレットバ [®] 太穴芯無6ロール 567円		
3117	★昭人さんの干し椎茸70g 1117円 15円引		3344	中辛植物素材のカレ-フレ-ク135g 518円		3712	★昭人さんのごぼう茶50g 675円	休	90	★手土産白米2kg 1871円（紙袋）	休	4002	詰替・ハーフの香り液体石けん2kg2528円	4061	無漂白コーヒ-フィルター2〜4人用100枚 623円	
3118	★昭人さんの干し椎茸(スライス)70g 649円	休	3345	辛口植物素材のカレ-フレ-ク135g 518円		3710	★古庄さんのハブ茶(生)500g 735円		98	★手土産玄米5kg 3457円（紙袋）	休	4003	ハーフの香り粉石けん1.8kg 1517円	4073	オキシジェン ダストパック 4枚 1234円	
3119	★昭人さんの干し椎茸(小葉)50g 597円 10円引		3343	甘口植物素材のカレ-フレ-ク135g 518円		3715	ハト麦茶 400g 561円 かめま		99	★手土産玄米2kg 1614円（紙袋）	休	4006	クリーン食器洗い乾燥機専用洗浄剤500g 561円	4069	天然蚊取り線香「mone」10巻 471円限定	終了
3124	胡参竹水煮たけのこ120g 400円 5円引		3342	ハヤシルー115g×2 551円 日食		3721	下田さんの釜炒り茶90g 551円		会オリジナルお菓子（大人気!!）			4007	アルカリウオッシュ500g 406円地の塩	4070	菊花せんこう（6時間用）30巻1275円	
3128	九州産たけのこ水煮 120g 400円 5円引		3347	コーンシチューフレーク180g 540円		3728	下田さんの釜炒り茶ティ-ハ [®] ック2g×15 661円	3503	★高丸さんの玄米ぼんせんべい8枚 427円	休	4013	アルカリウオッシュL(香料入)600g 595円	4071	くすの木しょうのう10g×8包 1762円 限定	休	
3129	九州産細切たけのこ水煮 90g 310円 5円引		3346	植物素材のデミグラスソース120g 518円		3722	下田さんの釜炒り粉末茶50g 551円		創健社のお菓子			4008	クエン酸 300g 505円 地の塩	4072	くすの木せんこう14cm×230前後1275円	
3193	(板)有機生いもこんにやく250g 253円 5円引		梅肉エキス、ハチミツ、ジャム		3725	下田さんの冷茶 6g×10 551円		3504	梅エキスカンディー 75g 430円		4011	くまモンのお掃除重層 600g 337円	4062	ムッキーちゃん 1個 498円		
3127	有機生いも糸こんにやく250g 286円 5円引		3318	梅エキス・粒 90g 3540円創健社		3701	紅茶(藤本製茶)3g×10 551円	3523	百年はちみつのど飴 51g 551円		4010	ウオッシュ・ウオッシュ液体石けん（無香料）2L 1683円	4057	オーガニック化粧用コットン8×10g 48枚 503円		
3134	きくらげ(熊本産) 20g 510円	終了	3319	梅エキス 90g 3540円 創健社		3702	紅茶7-ル [®] レイ(藤本製茶)3g×10 716円	3544	黒こしょうおかき 70g 474円		4029	ミセル固形石けん5個 548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			
3301	にがり凍み豆腐国産有機丸大豆48g 391円 5円引		3224	県産ハチミツ(大)1kg 5211円		3703	岳間茶/蒸し茶(藤本製茶)200g 1296円	マルシマのお菓子		手洗い、浴用、洗顔、シャンプー						
3302	もち麴 25g 330円 田辺麴店 5円引		3225	県産ハチミツ(小)600g 3365円		3704	岳間茶得用くき茶(藤本製茶)300g 918円	3558	ひねくれきなこ 96g 341円		4021	泡ハンドソープ 300ml 1263円	料理酒			
3303	車麴 大6枚 304円 マルヨネ 5円引		3320	マーマレード 200g 572円		3737	しょうが湯 20g×5 435円 マルシマ	ザンコーのお菓子		4022	詰替・泡ハンドソープ 250ml 821円	3810	特選・料理用自然酒1800ml 3247円			
調味料(ソース、ドレッシング等)			3321	ピーナッツクリーム150g 529円 創健社	3738	花梨はちみつしょうが湯12g×5 501円		3540	有機栽培コーヒ-ゼリー 110g 297円	4023	無添加石けん 135g 322円 白井油脂	3811	特選・料理用自然酒720ml 1582円			
3285	ゆずごしょう 40g 429円		3279	メーブルシロップ 330g 1598円		3729	パロ・ブランココーヒ-粉 150g 1013円	3553	ミルクキャラメル 180g 441円	4024	よもぎ石けん100g×4 1068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 397円		宮崎県産 国産ごま(無農薬)		3732	有機インスタントコーヒ-(瓶入)100g 1697円		3542	野菜スティック 110g 375円	4025	フラワーガーデンC 85g×3 673円 地の塩					
3287	生おろしわさびチューブ40g 452円		3335	煎り黒ごま(宮崎) 30g 503円	3733	有機インスタントコーヒ-(詰替)80g 1410円		3548	ミレービスケット 165g 386円	4026	炭石けん 100g 839円 地の塩	3803	★いのちの雫 原酒43度720ml 2805円			
3271	焼き肉のたれ 350g 694円 ヒカリ		3336	煎り金ごま(宮崎) 30g 503円	3735	こんぶ茶 80g 711円 健康フーズ		3520	小倉ようかん 58g 176円	4030	ちのしおベ [®] -泡の全身ソ-フ [®] 330ml 931円 限定	3805	★1箱いのちの雫 原酒43度×12本 32799円			
3265	ウスターソース360ml 430円ヒカリ		3337	すり黒ごま(宮崎) 30g 519円	光食品のジュース類		3535	ポテトチップス(しお味) 58g 220円		4031	詰替・ちのしおベ [®] -泡の全身ソ-フ [®] 280ml 505円	3804	★いのちの雫 25度 720ml 1589円			
3275	中濃ソース 300ml 507円 創健社		3338	すり金ごま(宮崎) 30g 519円			3514	のりのり揚げ餅 40g 242円		4020	デンシーハミガキ 80g 507円 ムソー 限定	終	3806	★1箱いのちの雫 25度×12本 18493円		
3276	濃口ソース 300ml 507円 創健社		★考える会オリジナル乾麺		3784	オーガニックレモンスカッシュ 250ml×3 496円		3518	牛乳かりんとう 100g 275円	4035	炭シャンプー 390ml 954円 地の塩	ワイン、自然酒・ビール				
3280	オイスターソース 140g 477円		3386	★手延べそうめん 180g 471円	3785	1箱オーガニックレモンスカッシュ 30缶 4792円	3507	うずまきバウムクーヘン69.5g 242円	4036	詰替・炭シャンプー 350ml 583円 地の塩	3813	自然酒純米吟醸(小)720ml 1998円				
3266	トマトケチャップ(大)チューブ [®] 500g 639円		3387	★お徳用手延べそうめん 180g×5 2330円	3745	人参ジュース160g×3缶611円 ひかり無農薬原料	3516	磯辺巻 40g 330円	4037	炭リンス 390ml 954円 地の塩	3823	井筒ワイン 赤甘口720ml 1597円				
3267	トマトケチャップ(小)瓶400g 551円		3388	★そうめんふしめん 180g 430円値下げ	3746	1箱人参ジュース160g×30缶5930円 無農薬原料			4038	詰替・炭リンス 350ml 583円 地の塩	3824	井筒ワイン 白辛口720ml 1597円在庫限り				
3269	トマトピューレ320g 406円		3391	★手延べうどん180g 471円	3762	有機野菜飲むならこれ190g×3缶595円			4034	ナチュラル石けんはみがきジ [®] ェル [®] 80g 505円	3825	井筒ワイン ロゼ720ml 1747円				
3299	平飼い鶏の有精卵マヨネーズ 290g 683円 ムソー		3393	★徳用手延べうどん180g×5袋 2330円	3763	1箱有機野菜飲むならこれ 30缶 5770円			4017	石けんシャンプーN(詰替) 400ml 707円	3826	井筒ワイン メルロー辛口720ml 2006円				
			3395	★うどんふしめん 180g 430円	3766	オーガニックジンジャーエール250g×3缶 496円	浅漬けの素 漬物		4018	石けんシャンプー-専用リ [®] AN(詰替) 400ml 763円	3835	有機栽培ブ [®] レミ7ム [®] ェル(瓶) 330ml×12本 4233円	3836	有機栽培ブ [®] レミ7ム [®] ェル(瓶) 1本 379円		
3272	胡麻ドレッシング390ml 1080円		麺類		3767	1箱オーガニックジンジャーエール30缶 4792円	3281	777浅漬けの素(ぬか漬け風味) 500ml 617円	4019	泡で出でくるホ [®] ディ-ソ-フ [®] (詰替) 1500ml 1346円		別に泡ボトルが必要です				
小麦粉・雑穀・豆			3362	くず切り 90g 474円 廣八堂	3768	オーガニックぶどうサイダー250g×3缶 496円						9972	手土産ワイン用紙袋 ・1本用 85円			
3047	★ゆうきスター米粉(白米) 300g 491円 限定	休	3365	国産はるさめ 100g 364円 金正食品	3769	1箱オーガニックぶどうサイダー 30缶 4792円	3306	本干したくあん 200g 716円 ムソー 限定	休		9973	手土産ワイン用紙袋 ・2本用 160円				
3048	★ゆうきスター米粉(玄米) 300g 491円 限定		3366	ロングパスタ(スパゲッティ)400g 530円	3772	オーガニックぶどうジ [®] ュース160g 3缶 562円	ふりかけ・缶詰									
3009	★小麦粉500g 404円 福岡県・久保さん（無農薬）		3367	ショートパスタ(マカロニ)300g 452円	3773	オーガニックぶどうジ [®] ュース160g 30缶5450円	3325	のり佃煮(瓶)95g 408円 創健社		ボックス(太陽油脂)商品		40周年記念イベント手拭い				
3011	★強力粉500g 404円 福岡県・久保さん（無農薬）		3370	醤油らーめん3食 661円 創健社	3780	オーガニックりんごジ [®] ュース190g 3缶 529円	3304	しそワカメふりかけ(昆布入り)35g 474円	4041	ボックス石けんハミガキ120g 471円	8996	手拭い 40周年祭記念 グ [®] リー [®] ン1枚1300円				
3098	北海道産 小豆 200g 509円（無農薬）		3371	塩らーめん3食 661円 創健社	3781	1箱オーガニックりんごジ [®] ュース190g 30缶5129円	3305	えびいりこふりかけ 40g 430円	4042	ハ [®] ックスナチュ [®] ロ [®] ハンドクリーム70g 954円	8997	手拭い 40周年祭記念 ピ [®] ンク1枚1300円				
3075	地だいず 300g 413円	終了	3372	味噌らーめん3食 661円 創健社	創健社ジュース		3326	ペニ花オイルのツナ缶 90g 562円	4043	ハ [®] ックスナチュ [®] ロ [®] リップクリーム3.5g 729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。					
3097	北海道産 黒豆 200g 509円 （無農薬）		3373	博多風らーめん3食 727円 創健社	3754	丹沢サイダー250ml×3缶 397円	3327	さば味付け缶 190g 463円 創健社	4044	UV(日焼け止め)クリーム45g 1459円						
3311	パン粉 国産小麦粉100%使用 150g 226円		3374	四川風らーめん3食 777円 創健社	3755	1箱丹沢サイダー250ml×30缶 3856円	3328	いわし味付け缶 100g 430円 創健社	4045	ハ [®] ックス酸素系漂白剤ボトル430g 617円	◇マル球産業株式会社					
3307	純白玉粉 150g 330円 秋田白玉		3368	長崎皿うどん 2食入り 364円創健社			3348	フ [®] リース [®] ドライ味噌汁5食674円	4046	ハ [®] ックス酸素系漂白剤詰替用500g 617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 286円 桜井		3384	4食入さくらの焼きそば114g×4 903円	ところてん 夏季限定商品		3349	フ [®] リース [®] ドライ味噌汁(ほうれん草キ [®] ャベ [®] ツ)5食674円	化粧品							
3096	★地大豆きなこ 100g 319円		竹嶋有機農園		2033	お徳用ところてん 500g 562円	本田さんの肥料		4050	つばき油 92g 1683円 坂本製油		4085	スープの力DX 標準価格50600円 期間限定価格46200円			
3314	有機いりごま・白80g（エジプト産）330円		3751	りんごジ [®] ュース(瓶)1L 997円（竹嶋りんご）	2034	ところてん 150g 320円			4051	スキンコンデ [®] ィション [®] グ [®] オイル30ml 1250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	りんごジ [®] ュース(瓶)2本セット1L×2本 1958円				4109	★これ一つで野菜が作れる配合肥料 5kg/5㎡分 1540円		4064	馬油(液状)55ml 1966円 ソンバ-ユ				
			3753	箱入りりんごジュースびん入り 1L×6 5798円							4053	★へちま水(原液)300ml 855円				

縦合計（ ）

縦合計（ ）

縦合計（ ）

縦合計（ ）

縦合計（ ）

縦合計（ ）

richesse de la nature

畑ト台所 H-farm より月に一度のご予約注文です

月に一度 ご注文をお伺いをして おひとつおひとつ
召し上がって下さる方のお顔を思い浮かべながらお作りをしてお届けをします

シンプルな材料で丁寧に作る

わが家の畑から収穫をした農薬や化学肥料を使わずに育った季節の元気なお野菜やハーブ
こだわって作られた調味料や材料を使い作ります

冷凍 【パンプキン ポタージュスープ】 2人前 (160g×2袋) / 1662円

南瓜の美味しさが詰まったスープです
ほんのりとした甘さが素材の味を楽しむことができます
冷たくても温めても美味しく召し上がれます

(無農薬南瓜 無農薬玉葱 木次ブラウンスイス牛乳 菜種白絞め油 天日塩)

冷凍 【黒にんにく】 80g / 1509円

疲労回復 滋養強壮 老化防止 免疫力向上 血液さらさら 冷え性改善
沢山の効果が期待できる黒にんにくです
年々暑さが厳しい夏、夏バテの予防にも効果的です

(無農薬にんにく)

【青一味】 13g / 907円

青唐辛子の一味 赤唐辛子に比べてすっきりとした辛さが特徴です
麺類やお味噌汁などに一振りして 辛いものがお好きな方へお薦めです

(無農薬唐辛子)

【グルテンフリーグラノーラ ココナッツ】 120g / 1207円

リピートして下さる方が多く私も大好きなグラノーラです
甘さ控えめでそのままポリポリお召し上がりいただいたり
アイスクリームやヨーグルトなどのトッピングにもおすすめです
オーガニックの材料を贅沢に使用して作っています

(有機オーツ 有機胡桃 有機カシューナッツ 有機ココナッツ 有機砂糖
無農薬米粉 菜種白絞め油)

【花茶】 10g／ 1509円

お花の持つ癒し効果でほっと一息リラックス時間をお過ごしくださいね
レモングラスの爽やかさとホーリーバジルの素晴らしい効能を合わせ
カレンデュラやジニアの花びらが見た目にも華やかで
ギフトにもピッタリなハーブティーです

(無農薬レモングラス 無農薬ホーリーバジル 無農薬カレンデュラ 無農薬ジニア)

【ハーブティー ホーリーバジル】 10g／ 1509円

畑で少し触れるだけであたり一面を甘い香りで包んでくれるホーリーバジル
沢山の効能が期待できることで有名ですが
なかでも直接ストレスに働きかける数少ない「アダプトゲンハーブ」
抗ストレス作用により日々の気持ちをサポートしてくれ
自律神経のバランスを整えてくれることから
バランスを崩したことが原因でおこる不調にも優しくケアしてくれる
とても頼れるハーブです

(無農薬ホーリーバジル)

ご注文をいただいてから製造をしてお届けいたしますので
お届けまで少しお時間をいただきますが
どうぞ楽しみにお待ちください

お好きな方へお届けができ喜んでいただけますように

No.38

グループ名	組合員番号	組合員名	注文数

配送日	火コース 9/30	金コース 10/3	提出日	火コース 9/9
				金コース 9/12

※配送日にご注意下さい

畑ト台所 H-farm 予約注文受付書

商品番号	商 品 名	価格	注文数
2524	冷凍 パンプキン ポタージュスープ 2人前 160 g × 2袋	1662円	
2526	冷凍 黒にんにく 80 g	1509円	
2529	青一味 13 g	907円	
2506	グルテンフリーグラノーラ ココナッツ 120 g	1207円	
2531	花茶 10 g	1509円	
2532	ハーブティー ホーリーバジル 10 g	1509円	

配送日

火コース 9/23

金コース 9/26

提出日

火コース 9/9
金コース 9/12

竹嶋さんのりんご箱入り企画

今季初！



イメージ写真

今シーズンのりんごのお届け予定

サンつがる 9月下旬～10月上旬まで

黄王 9月下旬～10月上旬まで

紅玉 10月下旬～3月頃

ジョナゴールド 11月上旬～3月頃

王林 12月上旬～5月頃

サンふじ 12月上旬～5月頃

B品の取り扱いを始めます。色むら、型崩れ、つる割れなど、見た目が落ちるりんごですがご自宅用には問題なく消費いただけるりんごだと思います。

コード	商 品 名	注文数	価格(税込)
936	サンつがる 5k g 前後		5,842
941	サンつがる B品 5k g 前後		5,087
950	黄王 5k g 前後		5,842
945	黄王 B品 5k g 前後		5,087

3玉入りはNo39号よりスタートする予定です

なるほどなっとく！「1日1個のりんごで 医者知らず」

りんごポリフェノールは、皮に多い。

りんごポリフェノールには、体内で細胞を傷つけ老化を早める「活性酸素」の働きを抑える「抗酸化作用」があります。ポリフェノールはとくに果皮に多く含まれているので、皮ごと食べると効果的です。

ペクチンがおなかの調子を整える

りんごに含まれるペクチンには、腸内の善玉菌を増やし悪玉菌の活動を抑える働きがあります。腸内を健康に保つことで、便秘を解消し、大腸ガンの予防にもつながります。ビフィズス菌や乳酸菌が豊富なヨーグルトと一緒に食べると、ペクチンの働きはさらにパワーアップします。

生活習慣病を近づけない

りんごペクチンには悪玉コレステロールを減らし、善玉コレステロールを増やす効果もあり、高脂血症など生活習慣病の予防も期待できます。ペクチンは切ったりすりおろしたりしても効果は変わらず、熱にも強いので、料理に使ってもジャムにしてもOK。

何とかしたいアレルギー

気管支ぜんそく、アレルギー性鼻炎などのアレルギー疾患の予防に、りんごペクチンが効果を発揮するという研究結果も発表されています。

血圧は正常ですか

りんごに含まれるカリウムは、体内の余分なナトリウムを排出して、血圧を正常に保つのに役立ちます。

さば水煮 さば味噌付 さば味噌煮 さばカレー煮

西日本で水揚げされた鯖を使用した、さば缶シリーズです。
そのままおかずやおつまみとしてお召し上がり頂けますが、お料理の素材にもおいしくご使用頂けます。
骨までやわらかく調理されていますので、骨も丸ごとお召し上がり頂けます。
加工地は全て長崎県です。

地中海の天日塩使用



さば水煮



西日本で水揚げされた鯖を、南イタリアの海水を伝統的な天日塩田で長時間かけて天日乾燥・結晶化させた「地中海の天日塩」でまろやかに水煮にしました。骨までやわらかく調理されていますので、骨も丸ごとお召し上がり頂けます。そのままおかずやおつまみとしてお召し上がり頂けますが、お料理の素材にもおいしくご使用頂けます。カルシウムたっぷり。

1缶：190g あたり

DHA：3097mg

EPA：817mg

カルシウム：401mg



※盛り付け例



※盛り付け例

丸大豆本醸造醤油 鹿児島県喜界島産粗糖使用



さば味噌付



西日本で水揚げされた鯖を、寛政元年創業・じっくり発酵熟成させた本醸造醤油と味噌以外の調味料と言われるほど味に深みのある鹿児島県喜界島産粗糖のみであっさり味付けしました。骨までやわらかく調理されていますので、骨も丸ごとお召し上がり頂けます。そのままおかずやおつまみとしてお召し上がり頂けますが、お料理の素材にもおいしくご使用頂けます。

1缶：190g あたり

DHA：2242mg

EPA：1406mg

カルシウム：181mg

信州赤系味噌使用 鹿児島県喜界島産粗糖使用



さば味噌煮



西日本で水揚げされた鯖を国産大豆・国産米を原料にした信州赤系味噌を使用し、味噌以外の調味料と言われるほど味に深みのある鹿児島県喜界島産粗糖でやさしい甘さに仕上げました。骨までやわらかく調理されていますので、骨も丸ごとお召し上がり頂けます。カルシウムの補給にも。そのままおかずやおつまみとしてお召し上がり頂けますが、お料理の素材にもおいしくご使用頂けます。

1缶：190g あたり

DHA：2508mg

EPA：1007mg

カルシウム：386mg



オリジナル配合のカレー風味調味料を使用



さばカレー煮



西日本で水揚げされた鯖を、15種類のスパイスを使用した、オリジナル配合のカレー風味調味料を使用しました。使用しているスパイスに、オニオンパウダー・トマトパウダーを加えることによりスパイシーかつまろやかなカレー煮に仕上げました。骨までやわらかく調理されていますので、骨も丸ごとお召し上がり頂けます。カルシウムの補給にも。そのままおかずやおつまみとしてお召し上がり頂けますが、お料理の素材にもおいしくご使用頂けます。

1缶：190g あたり

DHA：1824mg

EPA：684mg

カルシウム：287mg



ポテト チップス

国内産じゃがいも使用

おいしさ
大自然

国内産じゃがいも 100%

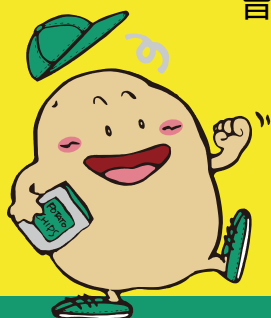
国内産のじゃがいも（遺伝子組換えでない）のみ（主に北海道産）を使用しています。

揚げ油は植物油を使用

国内産じゃがいもをコクのある米油と軽い風味のパーム油でパリッと揚げています。

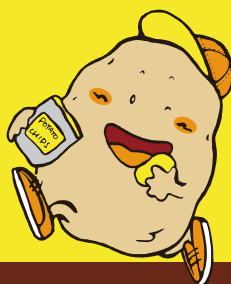
海水塩使用

食塩は、天日塩を沖縄の海水で溶かし、平釜でじっくり煮詰めて仕上げた焼塩です。
旨みを残した味わいは、素材の美味しさを引き立てます。



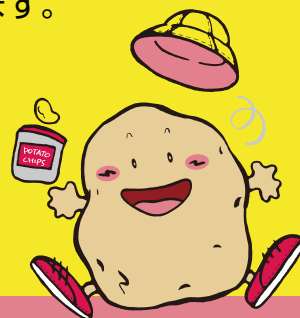
うす塩味

じゃがいもの持つおいしさを、こだわりの焼塩で引き出しました。食塩は、天日塩を沖縄の海水で溶かし、平釜でじっくり煮詰めて仕上げた焼塩を使用しています。旨みを残した味わいは、素材の美味しさを引き立てます。



バター醤油味

バターのやさしい風味と醤油のおいしさで仕上げました。
チキン・ポーク・ビーフエキス、香料は使用していません。



野菜コンソメ味

たまねぎなど野菜のおいしさを、白こしょう・セロリシードなどの香辛料で引き出した、口あたりの良い野菜コンソメ味です。
チキン・ポーク・ビーフエキスなどの動物性原料は使用していません。

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

創健社お菓子 ジロロモーニシリーズ

配送日	火コース 9/23	金コース 9/26	提出日	火コース 9/9	金コース 9/12
-----	-----------	-----------	-----	----------	-----------

お菓子 カレー シチュー他

商品No.	商 品 名	数	価格
5540	ビッグアーモンドチョコレート 400 g	休止	2,355
5541	ミルクチョコレート 70 g	休止	497
5520	動物園のビスケット 70 g×5袋		1,080
5521	きらきら星のおせんべい 40 g×5袋		1,080
5522	たまごのボーロ 25 g×10袋		1,188
5524	手作り農場白胡麻（玄米せんべい） 100 g		356
5525	手作り農場黒胡麻（玄米せんべい） 100 g		356
5526	五穀せんべい しお味 90 g		378
5527	五穀せんべい しょうゆ味 90 g		378
5528	玄米このは うす塩味 80 g		389
5530	大粒 柿の種 120 g		674
5531	ポテトチップス バター醤油味 60 g	5円引	221
5532	ポテトチップス 野菜コンソメ味 60 g	5円引	221
5537	ポテトチップス うす塩味60 g	5円引	221
5533	有機栽培 くるみ 45 g		638
5535	有機栽培 プルーン（種ぬき） 110 g		616
5598	奄美 蜜すもも餅 8個入り(120g)		454
5599	奄美 黒糖じょうひ餅 120 g		454
ドレッシング、有機ソース、有機カレールウ			
5583	新・プレミアム春夏秋冬だしの素 500ml	10円引	810
5555	有精卵シーザードレッシング180ml		454
5542	金笛 胡麻ドレッシング 230ml		810
5556	有機プレミアムソース 200ml		648
5573	くせになるこだわりのオイル&コンチー110g		638
5557	ひよこ豆粉のカレールウ（中辛）110 g		486
5559	ひよこ豆粉のシチュールウ 110 g		508
5534	グルメカレー（中辛）115 g		421
5546	インドカレー（辛口）115 g		421
5571	マイルドカレー（甘口）115 g		421
5666	有機ハヤシライス 100 g		562
5551	植物素材のキーマ風カレー（レトルト）170 g		519
5580	植物素材のバターチキン風カレー（レトルト）170g		573
5579	植物素材のハヤシライス風ソース（レトルト）150 g		573
5552	ベジタブルカレー（レトルト・中辛） 210 g		389
5553	ベジタブルカレー（レトルト・甘口） 210 g		389
5550	植物素材のホーセー風パスタソース（レトルト）140 g		486

ジロロモーニ

商品No.	商 品 名	数	価格
5539	業務用有機エキストラヴァージンオリーブオイル 3ℓ		17,172
3278	エキストラヴァージンオリーブオイル250ml 定例注文書でご注文ください		1,836
5510	（徳用）有機エキストラヴァージンオリーブオイル500ml		3,348
5511	有機バルサミコ酢 250ml		2,106
5584	有機白ぶどう酢 250ml NEW		2,106
5523	デュラム小麦 有機フジッリトリコロール 250 g		497
5506	デュラム小麦 有機フジッリ 250 g		410
5515	デュラム小麦 有機ファルファツレ250 g		410
5504	デュラム小麦 有機ペンネ 250 g		410
5505	全粒粉デュラム小麦 有機ペンネ250 g		410
5516	デュラム小麦有機スパゲッティーニ500 g (1.4mm)		570
5501	デュラム小麦 有機スパゲッティ 500 g (1.7mm)		570
5502	全粒粉デュラム小麦 有機スパゲッティ500 g (1.7mm)		570
5514	デュラム小麦有機スパゲッティーニ500 g (2.1mm)		570
5517	デュラム小麦有機リングイネ 500 g (3mm)		570
5519	デュラム小麦有機スパゲッティセミンテガラレ500 g (1.7mm)		570
5503	古代小麦グラツィエラ・ラ有機スパゲッティセミンテガラレ400 g (1.8mm)		637
5591	有機ホールトマト缶 400 g		270
5590	有機ダイストマト缶 400 g		270
5518	有機トマトケチャップ 300 g		476
5507	有機トマトピューレ バジル葉入り 350 g	休止	529
5508	有機パスタソース トマト&バジル 300 g	休止	745
5512	有機パスタソース トマト&ナス 300 g		745
5509	有機パスタソース アラビアータ300 g		745
5513	有機パスタソース トマト&ズッキーニ300 g		745
5581	地中海の天日塩 700 g		454
5582	地中海の天日塩さらさらtype 200 g		357
※チラシに掲載の業務用商品の注文はありません			
5544	熟成発酵黒にんにく（ほぐし） 130 g		2,030
5545	お徳用・熟成発酵黒にんにく（ほぐし）303 g		4,104
5548	さば水煮缶 190 g	5円引	443
5664	さば味噌煮缶 190 g	5円引	432
5665	さばカレー煮缶 190 g	5円引	454

オーサワジャパン

配送日

火コース 9/23

金コース 9/26

提出日

火コース 9/9 金コース 9/12

商品No.		商 品 名	数	価格
5001	2342	オーサワの野菜フイヨン8包 5g×8		486
5002	2354	オーサワの野菜フイヨン30包5g×30		1,490
5003	3379	オーサワの中華だし 5g×8		550
5005	2507	海の精ペッパーソルト 55g		518
5006	6906	詰替用・海の精ペッパーソルト 55g		346
5007	0905	オーサワの豆板醤 85g		518
5010	9463	オーガニック粒マスタード(ナイフス) 90g		648
5011	0631	オーサワの玄米水飴 250g		1,128
5012	9548	オーサワの有機ひよこ豆 300g		820
5013	0333	地粉グルテン粉 200g		1,366
5014	9316	オーサワ鉄火みそ(豆みそ) 70g		972
5015	0911	生おろし生姜(チューブ) 40g		421
5016	1997	オーサワのりつく 100g		529
5018	1877	車麴 12枚		518
5019	0102	グレープシードオイル 460g	終了	1,274
5020	0687	オーサワうめしょう 250g		1,728
5021	0658	セイタン 180g		518
5024	0394	アルチネロ有機全粒粉スパゲッティ 500g		532
5025	4161	オーサワのキムチの素 85g		594
5073	1813	オーサワの大豆ミート 100g		475
5023	9506	大豆からあげ 80g	終了	453
5079	9465	オーサワスパイス香るカレーウ(甘口)120g		594
5080	2491	オーサワスパイス香るカレーウ(中辛)120g		594
5081	2468	オーサワ コクと旨みのデミグラスウ120g		594
5082	2469	オーサワ まろやかシチュールウ120g		540
5075	9376	有機白ごまペースト 250g		1,350
5076	9377	有機黒ごまペースト 250g		1,350
5077	555	徳用出し昆布(利尻) 120g		2,138
5078	6694	日高産カット出し昆布 80g		896
5239	4202	オーサワの高菜漬(きざみ) 130g		297
5252	9248	北海道米油 600g		1,071
		●お菓子他		
5090	9584	オーサワの玄米粉パンケーキミックス 200g		378
5091	9822	砂糖不使用パンケーキミックス 200g		378
5074	2985	ベーキングパウダー 10g×4		529
5044	3333	オーサワの有機玄米黒胡麻せんべい 60g		288
5053	9665	ナチュラルクッキー・アルグレイ 80g		475
5054	4134	芋せん(千本) 78g		475
5072	1950	オーサワのデーツ 120g		799
5088	6178	つぶしあん 350g		486
5089	4186	こしあん 350g		486
5253	9418	オーサワの十五穀シリアル 150g		702

商品No.		商 品 名	数	価格
		●飲み物		
5038	6370	オーサワの有機玄米甘酒 200 g		421
5068	3113	オーサワの三年番茶(小) 100 g		594
5069	3114	オーサワの三年番茶(大) 500 g		2,095
5070	3115	オーサワの三年番茶・ティーバック* 2 g × 10		421
5042	3186	有機豆乳 無調整 200ml		113
5043	6190	有機豆乳 無調整 1ℓ		386
5087	9314	トロロックスパークリング(炭酸水)500ml		291
		●ご飯の素シリーズ		
5342	4193	オーサワの山菜ごはんの素 170 g	休止	550
5340	9469	オーサワのたけのこごはんの素 150 g	休止	523
5333	6130	オーサワのベジ*釜飯の素 170 g		432
5334	6112	オーサワのベジ*五目ごはんの素 150 g		432
5335	6105	オーサワの玄米によく合うごぼうご飯の素120 g		432
5336	6111	オーサワのきのこごはん飯の素 140 g		432
5337	3833	オーサワの具だくさんちらし寿司素 150 g		496
		●レトルトカレー・スープ		
5026	2338	オーサワの八穀ポタージュ・粉末 15 g × 5		928
5067	2386	オーサワのわかめスープ 6.5 g × 7包		864
5027	2349	オーサワのベジミートソース 140 g		324
5029	9292	オーサワのベジ*カレー・レトル(甘口) 210 g		410
5030	9293	オーサワのベジ*カレー・レトル(中辛) 210 g		410
5031	4334	レトル・ベジきのこカレー 210 g		432
5032	3687	レトル・ベジ根菜カレー 200 g		399
5028	9291	オーサワのひよこ豆カレー 210 g		399
5140	6175	オーサワのベジキーマカレー 150 g		399
5260	9213	オーサワのベジチリコンカン 150 g		410
5261	6175	オーサワの有機ベジキーマカレー(レンズ豆入り) 140 g		421
5195	9290	オーサワのベジエスニックカレー 170 g		432
5033	3681	こどものベジカレー 100 g × 2		529
5034	3684	こどものコンクリームシチュ- 100 g × 2		529
5035	3682	こどものベジミートソース 70 g × 2		442
		●ベジ玄米らーめん		
5343	9160	ベジ玄米ラーメン(担担麺) 132 g(うち麺80 g)		324
5344	9156	ベジ玄米ラーメン(しょうゆ) 112 g(うち麺80 g)		280
5345	9157	ベジ玄米ラーメン(みそ) 118 g(うち麺80 g)		280
5346	9158	ベジ玄米ラーメン(しお) 112 g(うち麺80 g)		280
5347	9159	ベジ玄米ラーメン(ごまみそ) 119 g(うち麺80 g)		280
5106	3734	オーサワのベジ*冷し中華(醤油だれ)121 g		237
5107	3735	オーサワのベジ*冷し中華(ごまだれ)130 g		280

オーサワ 冷蔵品カタログ

提出日

火コース 9/9 金コース 9/12

配送日

火コース 9/23

金コース 9/26

季節商品のため、在庫終了の場合は
お届けできないこともあります

商品No.		商 品 名	数	価格
★麺類				
5301	7701	オーサワのベジ生ラーメン(しょうゆ) 284 g		648
5302	7702	オーサワのベジ生ラーメン(みそ) 296 g		648
5303	7705	オーサワのベジ生ラーメン(しお) 284 g		648
5184	7706	オーサワのベジ生ラーメン(坦々麺) 324 g		788
5304	7703	オーサワのベジ生ラーメン(ごまみそ) 298 g		648
5174	7704	オーサワのベジ冷し中華・ごまだれ 生麺 320 g(うち麺110 g×2)		702
5173	7707	オーサワのベジ冷し中華・醤油だれ 生麺 302 g(うち麺110 g×2)		648
5305	7700	オーサワのやきそば(蒸し麺) 150 g		216
★調味料 佃煮 海藻類 海産物 加工食品				
5306	7715	有機白みそ 500 g		864
5355	7831	有機しょうがだけ(高知産有機生姜100%) 50g NEW		561
5307	7771	しその実昆布・佃煮 100 g		513
5308	7772	ごま昆布・佃煮 100 g		486
5310	7753	鳴門海峡漁師のわかめ(湯通し塩蔵茎付ワカメ) 100 g		442
5311	7749	戻しひじき 100 g		386
5312	7912	国産釜揚げしらす(木村海産) 40 g(20 g×2)		232
5313	7890	国産釜あげしらす 50 g(25 g×2)	休止	367
5314	7739	おさかなソーセージ 90 g(45 g×2本)		345
5315	7774	揚げごぼうの甘酢漬 80 g		561
5316	7732	味付いなりあげ 6枚		397
5338	7733	北海道産小麦使用 ちくわぶ	休止	237
5317	7734	京なま麴(プレーン・よもぎ) 100 g		626
5318	7730	とろゆば 180 g		734
5319	7849	本さしみゆば 180 g		810
	7856	国産有機なめらか絹豆腐 240 g	取り扱いません	220
	7853	水切り押し豆腐 220 g	取り扱いません	372
5320	7857	有機酒粕 200 g	休止	712
5349	7854	有機みりん粕 200 g 再開(4月中旬～数量限定品)	休止	820
5321	7864	お好み角てん 360 g 再開(4月～9月限定品)		200
5322	7791	ANP71・お米の発酵飲料 150 g		324
5323	7797	ANP71・お米の発行飲料ブルーベリー 150 g		345
5324	7940	KURAKON HUMMUS ORIGINAL 80 g		321
5325	7945	とかち野酵母(冷蔵) 100 g		950
5348	7819	オーサワのヴィーガンキムチ 250g		496
5354	7820	糀べったら漬1本 (145g以上)	休止	604
★チョコレート				
5326	7896	スペリアダークチョコレート 100% 80g		918
5327	7880	ファインダークチョコレート 99% 80g		918
5328	7878	ファインダークチョコレート 92% 80g		918
5329	7879	ファインダークチョコレート 75% 80g		831
5330	7901	ダークチョコレート グランベリー 100g		831
5331	7898	ダークチョコレート オレンジ 100g		831
5352	7899	塩キャラメルチョコレート 80g		831
5353	7900	塩チョコレート 75% 80g		831