

# 季節のとおき

- ◀P2~3▶ 根菜も出てきました。木田さんのチャーテ、ひょうたんかぼちゃ、黒冬瓜  
土居さんの落花生、りんご「シナゴールド」、「ジョナゴールド」、赤い果肉のキウイ「おかキウレッド」
- ◀P4▶ 11月の新共同購入品「チョココー・鍋つゆ2種」、「くるみ餅」、「えびせんべい/ソフライ」
- ◀P5~6▶ 高知のいいものいろいろ！  
パティスリーピオ「ガトー・オ・ショコラ」、香稜園「はぶ茶」「きし豆茶」、  
もんちゃん農園「手作りこんにゃく」、土佐蒲鉾「はも入り無磷竹輪」、土佐キム子「自家製コクジャン」  
会員の服部さん翻訳本「ゼロ・ウェイスト・ホーム」、西熊家「さいとうさんちのミルク石けん」「ゆず茶」
- ◀P7▶ 健康フーズ特集！
- ◀P8▶ 10月の特別企画「柔らか湯たんぽクロツツ」、「もち麦入り雑穀ミックス」  
「ゼンケン 暖房機」、「リバーライト 鉄フライパン」、  
「People Tree オーガニックコットントップス、ワンピース」、  
「高知こどもの図書館 オリジナルカレンダー」、「原発いらない福島のおんなたちカレンダー」、  
「本コミ企画 カレンダー&手帳」



特定非営利活動法人(NPO法人) 土といのち

〒780-8040 高知市神田2287-6

TEL : 088-832-1752 / 088-832-1109

**FAX専用: 088-803-6120**

E-mail: [k-tuchi@sunny.ocn.ne.jp](mailto:k-tuchi@sunny.ocn.ne.jp)

ホームページ: <http://tuchitoinochi.justhpb.jp/>

ブログ: <http://blog.goo.ne.jp/tuchitoinochi>

フェイスブック: <https://www.facebook.com/tuchitoinochi?ref=ts&fref=fb>

# 11 2016

	日	月	火	水	木	金	土
①回目 配送	10/30	31 ● 新月	11/1	2	3	4	5
②回目 配送	6	7	8 ☽ 上弦	9	10	11	12
③回目 配送 予約米配送	13	14 ○ 満月	15	16	17	18	19
④回目 配送	20	21 ☾ 下弦	22	23	24	25	26

今年も残りあと2か月とちょっと。来年のカレンダー&手帳の準備はお済ですか？  
昨年好評のカレンダー、手帳類を取り揃えていますので、ぜひP8の特別企画のページをご覧ください。

※宅配会員さんには11/14(月)に12月の注文書を発送予定です。

農産物は天候に左右されるため、お届けが遅れたり欠品になったりする可能性があります。ご了承くださいませ。



## 野菜単品（高知県内）

品名		容量	会員価格	①	②	③	④	備考	標準	
井上正雄 さん (南国市)	田芋	300g	258					品種：自家種	 36年間一貫して無農薬で頑張っています有機認定(有機JAS)12回目を取りました。	AA
	生姜	150g	258					品種：自家種		
	さつまいも	500g	323					品種：金時		
	さつまいも	500g	361					品種：紅はるか		
	サニーレタス	1個	217					品種：レッドファイヤー		
	枝豆	150g	310					品種：フクユタカ		
	かぼちゃ (日本かぼちゃ)	1個 (1~1.5kg)	568/kg					自家種 水分多め、甘みのある昔ながらの日本南瓜。細長い形。	A	
わたなべ 農園 (香美市)	新生姜	150g	267					品種：自家種・土佐一	AA	
	新生姜(親)	400g	447							
	里芋	500g	387					品種：自家種・セレバス		
	さつまいも	500g	323					品種：紅はるか		
	ピーマン	150g	179					品種：京みどり		
	甘長ししとう	120g	168					品種：甘とう美人		
かざくる ま	さつまいも	1kg	387					品種：土佐紅 農薬・化学肥料不使用	A	
		500g	194							
	冬瓜	1個	129/kg					農薬・化学肥料不使用		
夢産地 とさやま 開発公社	生姜	100g	223					有機JAS	AA	
	ニラ	100g	139					農薬・化学肥料不使用	A	
	柚子	1個	98							
	りゅうきゅう	400g	209							
	カットかぼちゃ	500g	209							
島岡さん	ニラ	100g	170					農薬、化学肥料不使用。「平和ニラ」と名付け、売り上げの一部を平和運動のために役立てているそうです。	A	

はやとうり、インドウリとも呼ばれるチャーテ、人参のような色をしたひょうたんかぼちゃと、黒っぽい皮の沖縄黒小冬瓜。この時期、土といのちではおなじみの野菜となりました。

木田佳子 (土佐山)	チャーテ	2~3個 (500g以上)	100					豚肉と炒め合わせるのがおすすめ。 農薬・化学肥料不使用。	A
	ひょうたん かぼちゃ	1個	25円/ 100g					煮崩れしやすいのでかぼちゃスープにぴったり。揚げ物、炒め物にもGOOD。農薬・化学肥料不使用。	
	沖縄黒皮小冬瓜	1個	22円/ 100g					1個の重さは1.5~2kgになります。鶏肉ミンチと一緒に炊くのがおすすめ！ 農薬・化学肥料不使用。	
天竺舎	ヤーコン	500g	271				要々 週配送品	農薬、化学肥料不使用。オリゴ糖の塊の芋と言われています。キンピラなどに。	A

## 野菜単品（高知県外）

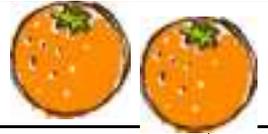
くまもと 有機の会	ごぼう	300g	280					要々 週配送品	熊本県産 農薬回数4回(慣行栽培の場合農薬は16回)、化学肥料5割減	B
	れんこん	500g	427						熊本県産 農薬・化学肥料不使用	AA
大阪愛農	人参	500g前後	281						北海道産・有機	AA またはA
	玉ねぎ	1kg	393						北海道産・有機または農薬・化学肥料不使用	
	じゃがいも	1kg	445							

## 和崎ぶどう園の土居さんより 天日干し(むき落花生)、「殻付落花生」

煎り落花生にして、お召し上がりください  
(美味しい炒り方のレシピ付き)。

食べ方：180度に予熱したオープンで20分ほど過熱、もしくは鉄のフライパンで弱火で15～20分ほどコロコロと気長に炒る。  
むき落花生のほうが早めに火が通りお手軽ですが、殻付を炒ったものは、それはそれは美味しいと土居さんおすすめです。

品名		容量	会員価格	①	②	③	④	備考	基準
和崎ぶどう農園	むき落花生	180g	490					和崎ぶどう農園(高知県南国市) 農薬、化学肥料不使用	A
	殻つき落花生	300g							



## 井上正弘さんのみかん

みかん	1kg	361					有機JAS ※ハーベストオイル、ICボルドー(いずれも有機JAS認定農薬) を各1回/年ずつ使用	AA
	2kg	658						
柿	1袋	548					品種：早生次郎 ※殺虫、殺菌剤の混合を6月初旬に1回散布	C



## 今月のりんご

### 田村農園「シナノゴールド」、竹嶋有機農園「ジョナゴールド」

「シナノゴールド」は長野生まれの黄色りんご。甘味の中にしっかりと酸味のある、さわやかな風味。  
「ジョナゴールド」はゴールデンデリシャスと紅玉の交配種。やや酸味が強いものの甘味も十分で、コクのあるまろやかな酸味が楽しめます。

シナノゴールド	2.5kg	1,460	①回目 掲載 ②回目 配送	田村農園(青森県中津軽郡岩木町) 化学肥料不使用、農薬使用回数は青森県の慣行農法の5割未満。 2015年8月現在、青森県のリンゴの放射能は不検出です。(青森県HPの青森県農林水産物の放射性物質調査結果より) 定量下限値：セシウム134 15Bq/kg、セシウム137 10Bq/kg) ※生育状況により、形の悪いものや少し傷のあるB品が出荷(価格もB品価格)となる場合があります。その場合は事務所よりお知らせします。	C
	5kg	2,814			
	10kg	4,958			
ジョナゴールド	2.5kg程度(バラ)	2,150	③回目 掲載 ④回目 配送	竹嶋有機農園(青森県南津軽郡藤崎町) 化学農薬使用回数：8回(クレフノン、セルバイン/生理障害防止) (青森県の慣行栽培では平均36回使用) 化学肥料・除草剤不使用。 ※気候により欠品の可能性もあります。その場合はご了承ください。 ※竹嶋農園では、検査機関に依頼し放射能検査をしています。昨年度は不検出です。 今年度分検査結果が出次第お知らせします。	B
	5kg箱入り	4,269			
	10kg箱入り	7,800			

## 珍しい赤い果肉のキウイ

### 岡久ファーム(愛媛県宇和島市) おかキウレッド

糖度が18～20度(一般的なキウイは10～13度くらい)と、甘味が強いのが特徴です。  
一般的なキウイに含まれる、口の中でピリピリする酵素がないため、キウイが苦手な人でも食べやすい。  
「農薬」「化学肥料」「除草剤」「ホルモン剤」などは使用せず、微生物を培養したミネラル液や備長炭の粉や海水など、環境や人体に影響のない安全な物しか使用していません。

おかキウレッド	5個(60g以上)または9個(50～60g) ※サイズは選べません。	630					岡久ファーム(愛媛県宇和島市) 農薬・化学肥料不使用	A
---------	---------------------------------------	-----	--	--	--	--	-------------------------------	---

# 11月の新共同購入品 & 季節限定そば

## 1人鍋にも使いやすい小袋タイプの濃縮鍋スープ 「チョーコー・鍋つゆ2種」 チョーコー

2人前なら、2袋と水400mlを入れて沸騰させ、具材を入れて煮込み、火が通ったら出来上がりです。



### 「本場長崎ちゃんぽん鍋つゆ」

ご当地長崎チョーコー醤油謹製の本場長崎ちゃんぽん・白湯（パイタン）ベースの鍋用スープです。本場仕込みの濃厚な味わいをお楽しみいただけます。



### 「チョイ辛旨みそ鍋つゆ」

三種のみそ(麦みそ・米みそ・豆みそ)のこだわりブレンドにポークとチキンの旨さをプラスしました。チョッピリ辛口でほかほかあたたまる。鹿児島県産「南国元気鶏」・北海道産ホタテ使用。



### 「くるみ餅」サンコー

国内産のもち粉を使用した生地に、国内産のくるみを練り込みました。ほどよい甘さがくるみの風味によく合います。



### 「えびせんべいノンフライ」サンコー

膨張剤不使用。国内産馬鈴薯澱粉が主原料の生地にえび・いかを練り込み、オキアミを乗せて焼き上げました。さっぱりとした醤油味です。



品名	容量	会員価格	①	②	③	④	原材料
本場長崎ちゃんぽん鍋つゆ	1人前 (30ml) ×4袋	381					しょうゆ(大豆(遺伝子組換えでない)・小麦を含む)、ポークエキス、食塩、砂糖、ポークオイル、酵母エキス、でん粉、還元水あめ、チキンエキス、チキンフイオン、オニオンパウダー、野菜エキス(ニンニク、玉ねぎ、白菜、生姜)、香辛料、ガーリックパウダー/アルコール
チョイ辛旨みそ鍋つゆ	1人前 (30ml) ×4袋	381					みそ(大豆を含む、大豆:遺伝子組換えでない)、食塩、砂糖、香味油(豚肉を含む)、チキンスープ、生姜汁、ポークエキス、唐辛子、ガーリックパウダー、酵母エキス、ホタテエキス/アルコール
くるみ餅	15個 (100g)	317					砂糖(てん菜糖)、水飴、餅粉(国内産)、くるみ(国内産)、粉末オブラート(澱粉)、コーンスターチ(遺伝子組換えでない)、醤油、食塩(原材料の一部に小麦を含む)
えびせんべいノンフライ	40g	200					馬鈴薯澱粉(遺伝子組換えでない)、えび、いか、オキアミ、砂糖(粗糖)、醤油、水飴、食塩

## 季節限定! 「国産の十割そば・新そば」山本かじの 「国内産新そば・つゆ付」本田商店

季節限定、1週だけの取り扱いです。人気が高く、数量も限定品のため、欠品の際はご容赦ください。



国産の十割そば・新そば	200g	528					そば粉(北海道産)
国内産新そば・つゆ付	2食	648					そば:そば粉(国内産)、小麦粉、食塩 つゆ:醤油、砂糖、かつお節、宗田鯉節、食塩、みりん、混鶏、椎茸、清酒

# 高知のいろいろな！



## パティスリービオ♥

甘さ控えめのビターなお菓子です。30分ほど室温に戻してからお召し上がりください。  
七分立てた生クリームを添えるとさらに美味しい！

品名	容量	会員価格	①	②	③	④	原材料
ガトー・オ・ショコラ	直径 12cmの もの1台	1,320					原材料名：高知産放し飼い卵、カカオマス、よつ葉生クリーム、洗双糖、よつ葉発酵バター、北海道産小麦粉、有機バニラビーンズ 消費期限：冷蔵、お届け日を含めて5日

## 香稜苑(高知県南国市)の鉄釜茶シリーズ 「はぶ茶」「きし豆茶」

農薬・化学肥料不使用で育てた茶葉を、丁寧に選り分け、裁断・乾燥させています。風味を引き出すために、100年以上使われてきた伝統の鉄釜を使用し、薪を炊いて炒っています。ティーバッグタイプ。  
2g入りのテトラ型ティーバッグは急須や、マグカップなどに入れて熱湯を注ぐだけで手軽においしくいただけます。

はぶ茶	4g×16	680					原材料：はぶ草
	2g×8	380					
きし豆茶	4g×16	680					豆の香ばしさと甘み 原材料：カワラケツメイ
	2g×8	380					

## 好評！手作り田舎こんにゃく&天日干し番茶「復活のお茶」

ブルーベリー、いちごでおなじみもんちゃん農園より。  
自家農園のそばの草木灰の灰汁を使った昔ながらの作り方で、ひばあちゃんとひじいちゃんが手作りしています。煮物や炒め物としてはもちろん、スライスしてわさび醤油、酢味噌など刺身こんにゃくとしてもいただけます。

手作りこんにゃく	1個 (130g程度)	130					もんちゃん農園(高知市土佐山) 原材料：こんにゃく芋(農薬不使用・土佐山産)、草木灰(農薬不使用・土佐山産)
復活のお茶	85g	300					農薬・化学肥料不使用で育てたお茶の葉を天日干しした番茶です。炒ってあるので、そのまま使えます。久万川営農組合(高知市土佐山久万川) 原材料：茶葉(農薬・化学肥料不使用)

## 土佐蒲鉾(高知市長浜) はも入り無燐(リン)竹輪

合成添加物不使用、でんぷん、卵白不使用。味付けは天日塩のみで魚肉本来の味の竹輪。  
そのまままるかじりが最高です！



はも入り無燐竹輪	3本 (120g)	220					魚肉(スケソウダラ、はも、てんさい糖)、天日塩、みりん 冷蔵
----------	--------------	-----	--	--	--	--	-----------------------------------

## 土佐キムチの自家製コチジャン

スティック野菜につけたり、アツアツごはんのせてそのままはもちろん、炒めもの、鍋物と万能な韓国の調味料「コチジャン」。手作りならではのまろやかな美味しさです。ぜひお試しください。

自家製 コチジャン	100g	378					もち米(高知県南国市・溝渕純一)、麦こうじ(下郷農協)、唐辛子(中国産)、天日塩(オーストラリア)
	500g	1,620					

# 高知のいろいろな！

## 本「ゼロ・ウェイスト・ホーム ごみを出さないシンプルな暮らし」

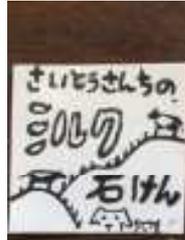


香美市の会員さん、服部雄一郎さんが本を翻訳されました。フランス生まれ、アメリカ在住、ごみゼロをめざす主婦の取り組みを紹介した刺激的な一冊です。

次の世代に持続可能な環境を伝え、モノではなく豊かな創造力や活動を引き継ぐ。国の事情は違ってても会員の皆様はきっと共感する箇所が多いと思います。訳者（高知在住とか！）コラムも挿入されていて日本の現状がわかり、親切です。たまたに「？」と思うところもありますけど。

品名	容量	会員価格	①	②	③	④	備考
「ゼロ・ウェイスト・ホーム ごみを出さないシンプルな暮らし」	1冊	1,836					ベア・ジョンソン・著 服部雄一郎・訳 アノニマ・スタジオ

## 山の石けん屋西熊家 山地酪農牛乳を使った 「さいとうさんちのミルク石けん」 (高知県香美市物部)



おなじみ斎藤牧場の山地酪農牛乳を使った牛乳石鹸です。香料無添加・しっとり感あふれる石鹸です。



※この石けんは、「薬事法」で許可された化粧石けんではありません。品目としては「日用品、雑貨」での販売となります。石けんの御使用に際しましては、使用素材をご確認頂いたうえで、自己責任においてなされますようお願いいたします。

### 西熊さんより

一般に売られている「牛乳石鹸」  
実は牛乳は入って無いんですね。  
外国では、山羊のミルク石けんなんかは昔からのあるのに、なぜ本当の牛乳石鹸すら、日本には無いのかな？と、実は数年前に一度、違う牧場に見学に行ったのですが、外国製の飼料を食べ、狭い空間に暮らす牛を見て、創作意欲はすっかり萎んでしまいました。

月日は流れ、今回斎藤牧場を訪問する機会を得まして、伺うと…あら別世界！牛は自由に野山を歩き回り、青々とした草を美味しく食べていました。この牛乳で石鹸をぜひ作ってみたい！と、意欲は再燃(笑) 出来上がったせっけんは、ミルクキーな香りのしっとり感あふれる石けんとなりました。香料無添加で、シンプルな石けんです。青空の下、青々とした牧草をもりもり食べて気持ち良さげな牛さん達の生命力を感じていただける石けんです。

さいとうさんちの ミルク石けん	95g	650					成分:純石鹸 原材料:オリーブ油、ココナッツ油、パーム油、山地酪農牛乳、冷泉、苛性ソーダ
--------------------	-----	-----	--	--	--	--	---

## 「西熊家のゆず茶」(高知県香美市物部)

手作り石けん「西熊家」の西熊さんのおつれあいが作る、ゆず茶。甘さもちょうどよく、そのまま食べても美味しいです。

### ●おすすめの楽しみ方を教えてください●

炭酸割りや、豆乳割りは、ホットでも、冷たくしても美味しいです。プレーンヨーグルトにかけるのも絶品。お料理には、白和えのアクセントに。カレーの仕上げ、ドレッシングのベース、肉などの漬け込みタレ、お菓子系だと、チーズケーキに合いますよ。柚子茶は非加熱なので香りが高く、お菓子作りにオススメ。チョコレートとの相性もいいので、ブラウニーに入れたら最高です(〇)

ゆず茶	230g	642					ゆず(農薬不使用栽培)、種子島洗糖
-----	------	-----	--	--	--	--	-------------------



# 美味しいものいろいろ！ 健康フーズ特集



①回目注文書掲載

②回目配送

健康フーズ（旧杉食）の加工品類の特集です。新登場品もたくさん！どうぞこの機会をお見逃しなく。

品名	容量	会員価格	備考（健康フーズ以外の品についてメーカー名記載）
新登場	紫いもチップス	72g	284 鹿児島県特産の紫芋を使用。紫芋にはアントシアニンが豊富で、食物繊維も普通のさつまいもの3~4倍含まれています。原材料：さつ芋（国内産）、砂糖、植物油
	玉ねぎせんべい	60g	250 玉ねぎの旨みと風味を生かし植物油でカラッと揚げました。原材料：馬鈴薯でんぷん、玉ねぎ（北海道産）、植物油、えび（瀬戸内海産）、食塩、砂糖、醤油、味噌、いかエキス、えびエキス、昆布エキス、本みりん
	マコロン	130g	350 小麦粉を使わず、カシューナッツをベースにサクサクした軽い食感に焼き上げました。原材料：カシューナッツ（インド産他）、ビートグラニュー糖、鶏卵（国内産）、豆乳、膨張剤（重曹）
	昆布茶	80g	658 北海道産羅臼昆布を使用した味わい深い昆布茶です。料理の味付け、お吸い物などにどうぞ。原材料：麦芽糖、食塩、昆布（北海道産）、昆布エキス（北海道産）、デキストリン
	レモネード	22g×5袋	330 国内産のレモン果汁を使用し、さっぱりとした甘さに仕上げられています。冬はホットで、夏はアイスで！原材料：粗糖（鹿児島県）、レモン果汁（国内産）、でんぷん、ビタミンC、蜂蜜（中国産）、本葛、レモンピール（国内産）
	野花のはちみつ	130g	2696 九州の野山に咲く、モチ・トチ・ハゼ等の花の蜂蜜です。ほのかな香りとすっきりとした味わいです。原材料：蜂蜜（九州産）
	ふりかけ玄源	120g	599 玄米胚芽粒80%に、ごま、かつお節、海苔などを加えて炒り上げました。原材料：玄米胚芽粒（国内産）、炒りごま（スーダン、ポリビア）、かつお節（国内産）、食塩、あおさ、海苔、本醸造醤油、みりん、クロレアエキス、昆布エキス（昆布子・デキストリン・食塩）
	うの花ドライ	100g	284 食物繊維やカルシウムがたっぷり含まれている国内産おからを、特殊製法で使いやすい粉末タイプに仕上げました。原材料：乾燥おから（佐賀・新潟県産）
中華ラーメンスープ付	78g×3	306 無かんすい麺で油脂を一切使用せず、国内産小麦粉100%使用。棒ラーメンタイプ。原材料：麺／国内産小麦粉、小麦蛋白、食塩、全卵粉、卵殻カルシウム。スープ：食塩、粉末醤油、ビート糖、ごま、酵母エキス、粉末魚醤、香辛料、ごま油、魚介エキス、麦芽エキス、ネギ	
煮干し粉 椎茸昆布入り	150g	430 3種類をミックスすることで、お互いのうまみを引き出しています。いろいろな料理のだしに。原材料：カタクチイワシ、しいたけ、真昆布	
きくらげ	15g	209 コリコリとした歯触りがおいしいきくらげです。原材料：きくらげ（中国産）	
ローストアーモンド	75g	369 原材料：アーモンド（アメリカ産）	
ローストミックスナッツ	80g	369 原材料：カシューナッツ（インド産）、アーモンド・くるみ（アメリカ産）	
五穀かりんとう	80g	220 五穀を生地に使用して、昔ながらのかりんとうに仕上げました。雑穀が香ばしい。原材料：国内産小麦粉、黒糖、なたね油、あわ、大麦、ハトムギ、黒ゴマ、水あめ、酵母、食塩	
洗双糖かりんとう	130g	349 国内産小麦粉と酵母を使用し、独自の仕込みでじっくり発酵させた、風味豊かなかりんとうです。原材料：国内産小麦粉、洗双糖、植物油脂、水あめ、酵母、食塩	
博多中華そば とんこつ	1食	253 腰のある細麺です。九州産の豚を使用し、あっさりとしたとんこつ味。原材料：麺／国内産小麦粉、食塩、焼成カルシウム、未焼成カルシウム。スープ：ポークエキス、チキンエキス、ラード、醤油、酵母エキス、食塩、砂糖、なたね油、ごま油、玉ねぎ、にんにく、こしょう、しょうが メーカー：鳥志商店（福岡県）	
もちきび	200g	640 コクがあり、モチモチとした食感が特徴です。お米や雑穀と一緒に炊くほか、煮物などに加えるなど様々な料理にご利用いただけます。原材料：もちきび（長崎県産）	
もちあわ	200g	640 あっさりとした癖のない上品な味わいが特徴です。お米や雑穀と一緒に炊くほか、様々な料理にご利用いただけます。原材料：もちあわ（長崎県産）	
きらず揚げ しお	160g	324 「子供達に食べさせる固いお菓子がほしい」そんなお母さんの声を聞き、こだわりのお豆腐屋さんができたてのうのはなを使用し作った、歯ごたえのある揚げ菓子です。噛めば噛むほど口の中で美味しさが広がります。	
きらず揚げ 黒糖	160g	324 原材料：小麦粉（国内産）、おから（大豆）、粗糖、植物油（菜種油）食塩（または黒糖）、膨張剤（重曹） メーカー：おとうふ工房いしかわ（愛知県）	

注文書と一緒にお届け  
するチラシをご  
覧ください！

# 11月特別企画品



翌々週配送

ご注文は注文書P4へ！

## ①回目注文書掲載 ②回目配送

“猫を抱いているような温かさ”と人気の柔らか湯たんぽクロツ製品いろいろあります！  
《ライフプローション》

食物繊維豊富、話題のもち麦入り雑穀ミックス、柔らか湯たんぽ「クロツ」、ぶらんばーゆ  
(馬油+こめ油)、人気の除菌抗菌「デイリーミスト」etc.

会員価格：カタログ価格(税込)の2%引き



## ②回目注文書掲載 ③回目配送

からだをやさしく温める健康暖房機～電磁波カットの安心感(電磁波99%カット)

《ゼンケン》暖房機

会員価格：別紙価格表をご覧ください。

錆びにくくお手入れが簡単、炒めものがシャキッと、焼き物は香ばしく仕上がります。

《リバーライト》極 ROOTS シリーズ 鉄フライパン

会員価格：チラシ価格(税込)の11%引き

使い込むほどに、手になじむ。一生モノのフライパンです。交換用の木柄があるので、永く使い続けられます。

## ③回目注文書掲載 ④回目配送



オーガニックコットントップスetc

～肌寒くなってきたこの季節にピッタリです。

《People Tree》オーガニックコットンのトップス、ワンピースetc.

会員価格：チラシ価格(税込)の2%引き



## ④回目注文書掲載 12月①回目配送

今年も残すところあと2か月。そろそろカレンダー、手帳の準備はいかがですか？

《高知こどもの図書館》オリジナルカレンダー 一部 800円【サイズ】見開きB4サイズ  
2017年のカレンダーテーマは「愉快的仲間」です。

人や動物、不思議な生き物、楽器など色んな仲間が登場する、にぎやかなカレンダーに仕上がりました。  
900冊の限定販売。ご自宅用はもちろん、贈り物にもオススメのカレンダーです！

《原発いらない福島のおんなたち》原発いらない福島おんなカレンダー 一部 1,000円

原発事故から5年半、今も事故は収束していません。

すべての原発の廃炉を目指して活動を続ける、彼女たちを応援してください。

《本コミ企画》2017年カレンダー&手帳 会員価格：チラシ価格(税込)

健康を考えた実用カレンダー「食べ合わせ健康知識」、5人分の予定が書きこめる「ファミリースケジュール」、ウフフ、ワハハと顔がほころぶ「Look! "MIYAKO"」など、魅力あるカレンダーがたくさん。

### 特別企画品についてのご注意

会員さんの都合で返品交換をご希望の場合は、メーカーへの送料等をご負担いただきますので、予めご了承ください。また、ご購入品が到着時点で、汚れ、傷、破損などがありましたら、到着後7日以内にご連絡いただきますようお願いいたします。



## 保存版カタログ情報



保存版掲載P	品名	変更点	変更前	変更後
P12	有機蒸し大豆、有機蒸しサラダ豆	賞味期限	90日	120日