

季節のとおき

《P2~3》SOELの季節の野菜セット、谷川農園の野菜セット、新しい生産者、西本さんの梨
 《P4》9月の新共同購入品
 《P5~7》

高知のいいもの「宇佐もん工房の一本釣りうるめいわしのサーティン」、「奥田養鶏場の親鶏肉」、
 「土佐蒲鉾の練り物」、「メリージェンファームのブルーベリージャム」、
 「さんかく広場のクッキー&クラッカー」、「パティスリービオ」、
 「松原ミートの今帰仁生ソーセージ、土佐鹿生ソーセージ」、
 「井上花店のもろみ味噌etc.」

《P8》お酢特集

《P9》アリサン特集

《P10》9月の特別企画



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

9 2017

E-mail: k-tuchi@sunny.ocn.ne.jp

ホームページ: <http://tuchitoinochi.justhpbs.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=ts>

	日	月	火	水	木	金	土
①回目 配送	3	4	5	6○ 満月	7	8	9
②回目 配送	10	11	12	13☾ 下弦	14	15	16
③回目 配送 予約米配送	17	18	19	20● 新月	21	22	23
④回目 配送	24	25	26	27	28☾ 上弦	29	30

暑さも和らいで、秋の風が吹くようになってきました。今月の高知のいいもののいろいろコーナーでは、松原ミートさんの生ソーセージをご紹介します。数量限定製造ですので、ぜひお見逃しなく！



※宅配会員さんには9/18(月)に10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。



野菜セット（高知県内）

SOEL…高知県初の土壌医 田村雄一さんを中心に男女7名でそれぞれの野菜を持ち寄り、季節の野菜セットを作っています。セットに入る「SOEL通信」で畑の様子も知ることができ楽しいですよ。SOELの野菜セットを買い支えていただき、若い生産者の応援をお願いします。

品名	容量	会員価格	①	②	③	④	備考	表示
SOEL (佐川町)	季節の野菜セット	1セット	1,270				なす、オクラ、ピーマン、りゅうきゅう、かぼちゃ、きゅうり、玉ねぎ、じゃがいも、生姜、ニラなどの中から、5種となります。	無・無
谷川徹さん (梶原町)	直送野菜セット	1セット	1,329円＋送料864円 (クール便・高知県内)				じゃがいも、ペコロス、小玉玉ねぎ（白・赤）、ミニトマト、加熱調理用トマト、ナス、ピーマン、長ピーマン、きゅうり、ズッキーニ、にんにくなどの中から6種類以上。	無・無
	直送平飼い卵6個入り野菜セット	1セット	1,620円＋送料864円 (クール便・高知県内)				野菜の収量が少ないため、欠品になることがあります。また、卵入りのセットは数に限りがあり、季節により変動もありますので、卵入りのセットをご注文いただいても卵のご用意ができないこともあります。	

谷川さんの野菜セットを注文していただくにあたっての注意

◎お届け日：基本的に配送日の翌日（例：火曜日配送の方は、水曜日）午前中。

着日・時間の指定が出来ますので、注文書にご記入ください。①午前中 ②14-16 ③16-18 ④18-20、19-21時

◎野菜にアレルギーがある方に限り、食べられない野菜を除くことが出来ます。また、ハーブ類（香りもの）は苦手な場合には除くことが出来ます。注文書備考欄にご記入ください。

◎野菜の生育状況によってお届けできないことがあります。その場合は、生産者より連絡がはいります。

生産者連絡先・・・電話番号：0889-67-0383（電話・FAX兼用）・メールinfo@meimichi.com

※天候次第で生育が間に合わず種類が少なくなった場合など、やむを得ず欠品となる場合もあります。

野菜単品（高知県内）

井上正雄さん (南国市)	ピーマン	200g	206				品種：京みどり	有機JAS
	なす	300g	206				品種：千両	
	オクラ	100g	181				品種：アーリーファイブ	
	モロヘイヤ	120g	206				品種：自家種	
	さつまいも	500g	361				品種：金時	
	ニラ	100g	168				品種：自家種	
	にんにく	3～4個	361				品種：自家種	
	じゃがいも	400g	258				品種：メークイン	
	ゴーヤ	1～2本	206				品種：自家種	
わたなべ農園 (香美市)	ニンニク	120g	361				品種：平戸（自家種）	無・無
	ニンニク（大1個）	1個	206					
	ニンニク（バラ）	60g	168					
	玉ねぎ	1kg	387				品種：ターザン・もみじ号	
	玉ねぎ	600g	258					
	玉ねぎ（小玉ちゃん）	500g	232					

玉ねぎは1℃の予冷庫で保存したものをお届けいたします。

玉ねぎは1℃の予冷庫で保存したものをお届けいたします。

野菜単品(県内)

品名		容量	会員価格	①	②	③	④	備考	表示
わたなべ農園 (香美市)	囲い生姜	150g	267					品種：土佐一（自家種）	無・無
	囲い生姜（親）	200g	223						
	さつまいも	600g	310					品種：安納（自家種）	
	さつまいもB品 (大／小／キズ有り)	600g	232						
夢産地とさやま開発公社 (高知市)	生姜	100 g	223					複数の生産者からの出荷のため、品種は選べません。	有機JAS
	ゴーヤ	1本	181						無・無
	ニラ	100 g	139						
	じゃがいも	500 g	209						
	モロヘイヤ	200 g	139						
	ししとう	150 g	209						
	りゅうきゅう	400 g	167						
	かぼちゃ	500 g	209						
かざぐるま (高知市・春野町)	栗	500 g	516					無・無	

野菜単品(県外)

大阪愛農	にんじん	500 g 前後	58円 /100g					北海道産・有機栽培	有機JAS
------	------	----------	-----------	--	--	--	--	-----------	-------

新しい生産者 西本照彦さん(愛媛県八幡浜市)の梨
ぜひお試しください。

梨特有のシャリシャリとした食感と甘さが楽しめます。



より環境にも人体にも安全な農産物をお届けするため、土といのちでは、ネオニコチノイド系農薬を使用している果物の取り扱いをやめることになりました。そのため今年度は八幡浜市の西本さんに梨の出荷をお願いしました。（昨年度までお願いしていた生産者の方にも、ネオニコチノイド系農薬を使用せずに栽培していただけるようお願いをしています。）

豊水	1.5kg前後 (4~5個)	680/kg						豊水：全国的にも人気ナンバー1の品種。素直な甘さとほどよい酸味。 西本照彦（愛媛県八幡浜市） 農薬約5割減（7回散布 除草剤・化学肥料不使用） 使用農薬：デラン、アグラール、オキシンドー、アンビル、ダイアジノン、コテツ、ベルコート、フロンサイド、スプラサイド、トップジンM、サイアノックス	減
	5kg（12~14個）	3,280							

表内[表示]の内容 「有機JAS」:有機JAS規格の認証を得ているもの(極力使用は避けるが、許可された農薬を使用した場合は表示する)。
「無・無」:栽培期間中農薬、化学肥料完全不使用のもの。もしくは有機JAS規格認定農薬を使用したもの(極力使用は避けるが、使用した場合は表示する)。
「減」:慣行農法に比べての減少率4割以上。使用農薬および回数の表示。ネオニコチノイド系農薬は一切不使用。
その他の農薬については、採用基準<農薬・化学肥料の使用基準>に準じる。

9月の新共同購入品

《4》



宇佐もん工房の一本釣りうるめいわし



鮮度抜群の宇佐の一本釣りうるめいわしを発信するプロジェクトにより、2011年に設立されたうるめいわし専門の『宇佐もん工房』。漁港にほぼ併設する形になっており、水揚げ後は最速のルートで工房へ持ち帰り加工しています。そのままサラダなどにのせて、またトマトソースに併せてパスタにしたり、野菜と炒め合わせたりしても美味しいです。※冷蔵でお届けします。

品 名	容量	会員価格	①	②	③	④	備 考
オイルサーディン	100g	432	③ 回目、 ② ④ 10月 ① 回目 配送				エクストラバージンオイルをたっぷりを使った贅沢でヘルシーな商品です。ローズマリーの香りが爽やかです。原材料：うるめいわし、食用オリーブ油、食塩、ローズマリー、唐辛子
トマトサーディン	100g	432					相性の良い高知県産の完熟フルーツトマトと合わせて煮込んでいます。原材料：うるめいわし、トマト、玉葱、塩麹、にんにく、食用オリーブ油、食塩、タイム、ナツメグ
サラダサーディン	100g	432					塩麹とエクストラバージンオリーブオイルが絡みあい、ヘルシーかつ魚の旨みを十分に引き出しています。原材料：うるめいわし、塩麹、食用オリーブ油、食塩、ローズマリー、唐辛子

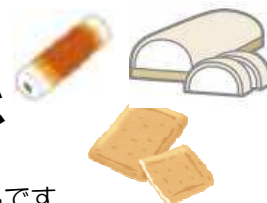
奥田養鶏場の親鶏肉



自家配合の飼料（非遺伝子組み換えで収穫後薬剤無添加ののトウモロコシ、緑餌（生野草、野菜くず）、米ぬかetc.）を与え、薬品、添加物不使用、平飼いで大切に育てられ、おいしい卵を産み続けてくれた親鶏。その命を最後まで大切にいただきたいと思います。肉質は少し固めですが、味わい深いだし汁となります。

親鶏肉ミンチ	300g	564					モモ、ムネ、ササミ他混合
親鶏肉半羽	300～ 400g	188 /100g					モモ、ムネ、ササミ各一枚

土佐蒲鉾（高知市長浜） はも入り蒲鉾、角天、竹輪、なると



保水性や弾力性を向上させるために加える「リン酸塩」不使用の「無リンすり身」を使った練り製品です。

とことん 鰯入り蒲鉾	100g	304					魚肉（はも、スケソウダラ、てんさい糖）、天日塩
とことん 鰯入り角天	2枚	232					魚肉（はも、スケソウダラ、てんさい糖）、みりん、天日塩、菜種油
とことん 鰯入り竹輪	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
とことん 鰯入りなると	2本	203					魚肉（はも、スケソウダラ、てんさい糖）、天日塩、紅麴色素

お待たせしました！

メリージェンファームのブルーベリージャム

高知県香美市の自家農園で栽培された6～10種類のブルーベリーに粗糖を加えて作っています。

ブルーベリージャム	230g	731					ブルーベリー（農薬不使用）、粗糖
	480g	1,396					





高知のいろいろなもの！

さんかく広場のニューフェース！クッキーいろいろ！

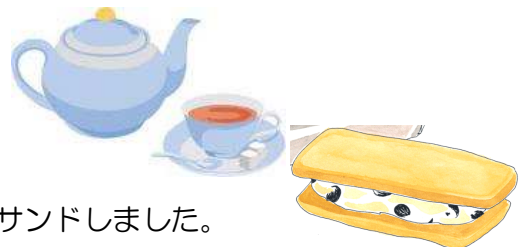
まん丸の形が可愛いころころクッキー3種、乳製品を使わず、圧搾絞りのなたね油を使用したこだわりクッキーの登場です。

※さんかく広場は、精神に障害のある人の自立を支援する通所授産施設。
資格をもつ職員のサポートのもと、スタッフの皆さんがパンや、クッキー作りのお仕事をされています。
1997年に開設されたさんかく広場は、精神障害のある人の社会福祉施設として、高知でのさきがけ的存在です。

	品 名	容量	会員価格	①	②	③	④	備 考・原材料
乳製品不使用	お茶の子広場 アーモンドクッキー	50g	200	① ④ 回目掲載 ② 回目、 10月 ① 回目配送				香ばしく焼き上げたアーモンドをはちみつと絡め、プレーンのクッキーでサンドしてあります。カリカリ感が人気です。 薄力粉（国内産）、砂糖（グラニュー糖・洗双糖）、塩、油（菜種油）、アーモンド、蜂蜜
	酒粕クッキー	10枚	200					酒粕とメイプルシロップのコンビネーションが絶妙な美味しさ。 薄力粉（国内産）、塩、酒粕、菜種油、メイプルシロップ、ココナッツミルク
ころころシリーズ	ころころクッキー	7個	120					多くの方に愛されている一番人気のプレーン味。 小麦粉（国内産）、バター、マーガリン、アーモンドプードル、粉糖、塩、バニラオイル
	ころころ・チョコ	7個	120					濃厚なチョコレート使用した贅沢なクッキーです。 小麦粉（国内産）、バター、マーガリン、アーモンドプードル、粉糖、チョコチップ、カカオマス、ココア、塩、バニラオイル
	ころころ・いちご	7個	120					いちごパウダーをたっぷり使った、甘酸っぱい香りがするおしゃれなクッキーです。 小麦粉（国内産）、バター、マーガリン、アーモンドプードル、粉糖、いちごパウダー、塩、バニラオイル
クラッカー	黒さとうクラッカー	60g	171					黒さとうの上品な甘さは、老若男女を問わず召し上がっていただけます。小麦粉（国内産）、海洋深層水、黒糖、菜種油、ホシノ天然酵母
	南部小麦クラッカー	65g	171					口当たりが軽く、小麦本来の味が楽しめます。 小麦粉（国内産）、海洋深層水、菜種油、ホシノ天然酵母

クラッカーも人気です！

バターサンドクッキーで、至福のティータイム♪



パティスリービオ

ホロホロとしたサブレ生地に
ホワイトチョコレート入りのバタークリームとラムレーズンをサンドしました。

レーズンバターサンドクッキー	4×5cm程度のもの2枚	422					原材料名：よつ葉発酵バター、北海道産小麦粉、洗双糖、有機レーズン、卵黄(高知県産放し飼いの卵)、海外認定有機ホワイトチョコレート、有機アーモンド、ラム酒、有機バニラビーンズ 賞味期限：お届け日を含め5日前後 ※要冷蔵
----------------	--------------	-----	--	--	--	--	--



高知のいいもののいろいろ！

(ブシュリ フランス語で肉屋の意)

Bar à Boucherie 松原ミート(高知市)

今帰仁アグー、土佐鹿の生ソーセージ

牛、豚、鶏と素材に適した調理法でうま味を最大限引き出す人気の肉料理店、松原ミートさん自家製の絶品・生ソーセージのご紹介です。厳選した素材のうまみを生かしたいから、加工は塩、黒こしょうのみ。そのまま焼く、またはポトフなど野菜などと煮込んでお召し上がりください。各15Pの数量限定販売です。



今帰仁(なきじん)アグーとは

沖縄県国頭郡今帰仁村、で主に生産されています。西洋種との交配を一切していない生粋の黒豚であり、最も在来豚に近い品種とされています。通常の豚は6か月ぐらいで出荷体重に達するのに比べ、1年と生育期間が長く、また、成長してもカラダが小さいため肉が多くとれません、「今帰仁アグー」を維持していくためには、肉の値段自体を高く設定しなければならず、生産者が減っているのが現状です。そして、松原ミートさんが今帰仁アグーにこだわる一番の理由は、この豚肉が**格段においしい**からということ。低コレステロールで、うま味成分のアミノ酸が豊富に含まれているのが特徴です。

おすすめの食べ方



(生ですので、中までしっかりと火を通してください)

●焼く！

冷蔵庫などで解凍してから、袋のまま沸騰した湯に入れ、5～6分湯煎する。袋から出して、フライパンで、中火で全体に焼き色がつくまで焼く。※2本入りの細いソーセージは、フライパンでじっくりと焼くだけでも大丈夫です。

●煮込む！～おいしいだしが出ます。

鍋に水、生ソーセージ、じゃがいも、人参、玉ねぎなどお好みの野菜と入れ、コトコトと煮る。塩こしょうで味を調える。

品名	容量	会員価格	①	②	③	④	原材料	その他
今帰仁アグー 生ソーセージ	1本(約80g)	670円前後 (8.4円/g)の量り売りです。					豚肉(沖縄県今帰仁村 今帰仁アグー)、ヒマラヤ岩塩、羊腸	生ですので、中までしっかりと火を通してお召し上がりください。
	40g×2本							
土佐鹿生ソーセージ	1本(約80g)						鹿肉(大豊町猪鹿工房)、豚脂、ヒマラヤ岩塩、こしょう、羊腸	

井上 糰店

四万十町で100年以上続く糰屋さん。薪や釜戸を使用する昔ながらの製法で、糰やお味噌を手作りしています。

2011年に家業を引き継いだ7代目の雅恵さんは糰の持つ発酵の力を通じ、人々が健康に暮らすお手伝いができるようにと頑張っています。

※原材料にこだわりすべて国産かつ無添加にすると、価格はどうしても高くなります。土といのちにはこのこだわりの味噌を納品してもらっていますが、地元(四万十町)の直販所には、地元で買える醤油と味噌で仕込んだもろみ味噌を販売しています。

もろみ味噌	200g(袋)	480	③回目 掲載 ④回目 配送	もろみ糰と米糰を、醤油、味噌に付け込んだおかず味噌です。温かいご飯に乗せて、焼き魚に添えて、パンにバターと共に… 醤油(天然醸造・梶田醤油)、三河味噌、大麦(愛媛県産、岡山県産)、米(JA四万十の米)、小麦(愛媛県産、岡山県産)、大豆(滋賀県産)
もろみ糰	300g	450		もろみ味噌のもと。もろみ納豆も作れます。 大麦(愛媛県産、岡山県産)、小麦(愛媛県産、岡山県産)、大豆(滋賀県産)
塩麴	200g	350		米(高知県産を使用)、食塩(あぐり窪川の黒潮伝説使用)

暑さでお疲れの身体に！お酢特集！

今年の夏は本当に暑かったですね。夏バテしていませんか？

お酢は食欲を促進し、炭水化物の消化を助けてくれます。また、「疲れ」のもととなる乳酸を取り除く力もありますし、新陳代謝を促す効果も期待できます。積極的に食卓に取り入れてみませんか？



バルサミコ酢

芳醇な香りと濃厚な味

有機バルサミコ酢（赤）
250ml 963円
有機バルサミコ酢（白）
250ml 963円

本場モデナ産ぶどう使用。加熱すると酸味が和らぎ、独特の甘みが引き出されるため、肉類のソースなどにも向いています。料理の隠し味に使用するとコクと旨みが増します。



バルサミコ酢とワインビネガーってどう違うの？

バルサミコ酢はぶどう果汁を煮つめて濃縮し、木の樽に入れて自然に発酵させたもの。イタリアのモデナ地区とレッジョ地区で作られたものだけが“バルサミコ”と呼ばれることになっており、一般的には熟成期間が長いものほど味、香りがよく高価になっています。芳醇な香りと濃厚な味が特徴です。

それに対して、ワインビネガーとは、ワインを原料にして、酢酸菌を加えて発酵させた酢です。酸味と、フルーティーな香りがあります。



ワインビネガー

フルーティーな香り

有機赤ワインビネガー
250ml 570円
有機白ワインビネガー
250ml 570円

有機栽培ぶどうから作られたオーガニックワインを使用。木製の大樽の中で自然にゆっくりと熟成しています。色鮮やかな赤はドレッシングや、煮込み料理の仕上げに使えば、コクと切れのある味に、白は料理の彩りを変えずに香り豊かで風味をプラスできます。



飲むお酢

黒麹もろみ酢（無糖） 720ml 1,967円

沖縄の地酒泡盛の素「醪（もろみ）」から作られた天然クエン酸健康飲料です。黒酢よりも飲みやすい。1日に付属の計量カップで1～2杯を目安にお飲みください。

ちょこっと加えて

すっぱ辛いスパイシーなソース

有機レモン唐辛子HOTソース
100g 359円
有機ゆず唐辛子HOTソース
100g 359円

国産有機レモン（またはゆず）に有機純米酢、唐辛子を加えたスパイシーなソース。使い道色々な有機辛味調味料。ホットソースとしてピザやパスタに。ドレッシングのアクセントに使ったり、ソースやケチャップ、マヨネーズなどの調味料と合わせて使ったり。トマトジュースをお酒で割ったカクテルなど、アルコール飲料にも合います。

調味酢

カンタン八芳酢 360ml 414円

米酢とりんご酢をブレンドし、昆布とかつお一番だしを合わせました。★旬の食材にかけるだけ、漬けるだけでおいしく味が決まります。



お魚丸ごと、さっぱり食べよう！

酸味マイルド

■材料（2人分）

- ・小あじ……………6～8尾
- ・塩・こしょう……………少々
- ・小麦粉……………適量
- ・揚げ油……………適量
- ・玉ねぎ・好みの野菜……………適量
- ・カンタン八芳酢……………大さじ4

■作り方

- ①玉ねぎを水にさらして辛味をとり、ざるにあげて水をよくきる。
- ②下処理した小あじに塩・こしょうをして小麦粉をまぶし、油でからっと揚げる。（二度揚げがおすすめ）



アリサン 特集

輸入食材を取り扱い、カフェやイベントスペースのある
ショップも経営するアリサン有限会社。
扱う品はオーガニック、無添加、フェアトレード、地球環
境や生産者を守ることなどにこだわっています。下記掲載
品以外にも、ドライハーブ、スパイス、乾燥豆も注文書に
載せていますので、ぜひご注文ください。

※輸入品のため入荷遅れや品切れになる可能性もあります。
申し訳ありませんがご了承くださいませ。

①回目注文書掲載
②回目配送

木の实・ドライトマト

品 名	容量	会員価格	備 考
ペカンナッツ（生・無塩）	100g	626	ペカンナッツ（アメリカ産）くるみの渋みを除いたようなクセのない味。（無塩タイプ）
かぼちゃの種（生・無塩）	100g	421	かぼちゃの種（オーストリア他産）。亜鉛を多く含むなど、栄養価の高いナッツ。お菓子やパン作りに、炒ってサラダのトッピングやおつまみにも。
ドライトマト	50g	389	トマト（アメリカ産）、食塩。完熟した有機トマトを約7日間太陽の光で乾燥し旨みを凝縮。トマト煮込みやパスタソースに使うと風味が増します。
キヌアミックス	200g	657	白・赤・黒のキヌアをミックス。人気の食材として知られ、お料理が華やかになりますよ！ごはん炊き込んだり、スープやサラダにも。良質のタンパク質を摂りましょう。

パスタ・クスクス・ペッパーソース

フェットチーネ	500g	410	デュラムセモリナ粉。モチモチとした食感が楽しめる平らで幅広の麺。濃厚なソースと相性ピッタリ。
アルファベットパスタ	400g	518	全粒デュラム小麦粉、デュラム小麦のセモリナ粉、ビーツ粉、ほうれん草粉、人参粉、ペニの木の種。アルファベットの形が楽しい小さなパスタはスープや、サラダにぴったり。
スペルトペンネ	250g	475	全粒スペルト小麦粉。先がとがった筒状のペンネ。スペルトはタンパク質が豊富な古代小麦で、弾力性があります。
全粒粉クスクス	500g	756	米やパスタのように中近東では主食とされているクスクス。クスクスと同量の熱湯とオイルを少々混ぜて数分蒸らせば即席クスクスの出来上がり。トマトベースのスープに合わせるのがおすすめ。●原材料：全粒デュラム小麦
ハラペーニョペッパーソース	148ml	724	ビザ、マリネ、スープetc何にでも！結構スパイシー。原材料：ハラペーニョ、りんご酢、酢、食塩。

パンケーキ&マフィンミックス

パンケーキ&マフィンミックス	680g	1,026	水とオイルを加えるだけで、香ばしくとっても奥深い風味のパンケーキができます。ちょっとアレンジすればマフィンもできますよ。●原材料：全粒小麦粉、とうもろこし粉、大麦粉、そば粉、ベーキングパウダー、重曹。
----------------	------	-------	--

手作りお菓子に！ナチュラルなエッセンス（化学香料の添加や、薬品を使っでの抽出をしていません。）、ベーキングパウダー、キャラメルチップス

バニラエキストラクト	59ml	1,466	バニラエッセンスです。●原材料：アルコール、バニラビーンズ抽出液
ベーキングパウダー	114g	282	アルミニウム無添加、コーンスターチは非遺伝子組み換え。●原材料：第一リン酸カルシウム、炭酸水素ナトリウム、コーンスターチ

レトルトカレー

ボンベイ風ひよこ豆とじゃがいもカレー	1食	626	ほくほくしたひよこ豆とジャガイモがたっぷり。●原材料：じゃがいも、ひよこ豆、トマト、玉ねぎ、ひまわり油、食塩、生姜、にんにく、コリアンダー、チリ、クミン、香辛料
プンジャブ風なすカレー	1食	626	トマトベースのなすのカレー。ちょっぴりスパイシーな中に甘さがあります。●原材料：なす、トマト、玉ねぎ、ひまわり油、にんにく、食塩、コリアンダー、チリ、生姜、クミン、ターメリック、クロブ、香料
マドラス風レンティルカレー	1食	626	トマトベースのルーに、たっぷりのレンズ豆とインゲン豆。最後まで飽きません。●原材料：トマト、レンズ豆、赤いんげん豆、玉ねぎ、クリーム、食塩、バター、ひまわり油、チリ、クミン

レシピブック

阿里山カフェレシピブック	1冊	1,728	パルコ出版。アリサンの食材を使用した写真も豊富なベジタリアンレシピ本。埼玉県『阿里山カフェ』メニューや、ベジバーガー、豆カレー、ベジ麻婆、ナチュラルブラウニー等、ぜひ参考に！
--------------	----	-------	---

注文書と一緒にお届け
するチラシをご
覧ください！

9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

そろそろ畑も秋支度。たねをまきましよう
《たねの森》秋まき種子

会員価格：チラシ価格（税込）

○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○

②回目注文書掲載 ③回目配送

ライブ Cotton の夏おすすめ商品 & セール商品

《ライブ Cotton》

シルクネックホルダー各種、アンダーウェア、靴下etc.

会員価格：チラシ価格（税込）の2%引き。ただし、セール品はチラシ価格（税込）

ライブ Cotton の夏おすすめ商品

《PRISTINE》

オーガニック Cotton、シルク混、パジャマ、アンダーウェアetc.

会員価格：チラシ価格（税込）の2%引き。

○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○

③回目注文書掲載 ④回目配送

水の彩は通常扱っていない容量のものや、超しっとりタイプ「水の彩プレミアム」もあります。

《彩生舎 & Hyper Plants》

水の彩、DR アロマバスシリーズ

会員価格：水の彩は別紙価格表参照、DR アロマバスはチラシ価格（税込）の2%引き

○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○

④回目注文書掲載 10月①回目配送

人気の歯ブラシ

《地球ながもち屋》

KENT & Sale-do 歯ブラシ

会員価格：チラシ価格（税込）

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
P52	純国産ポテトチップス うす塩、ゆず、黒ごま	原材料産地	じゃがいも（北海道）	じゃがいも（国産）
P44	玄米あま酒	商品名	玄米あま酒	玄米こうじあま酒
P57	シャボン玉無添加ボディソープ 詰替用	名称容量	無添加ボディソープ 420ml	無添加ボディソープたっぷり泡詰替 470ml
	シャボン玉無添加ボディソープ 容器	名称容量	無添加ボディソープ 520ml	無添加ボディソープたっぷり泡 570ml
メーカー中止品	オーガニックフルーツ & ナッツパーズンジャー（むそう商事）、中華ドレッシング（ヒカリ）、すぐに使える有機の炊き大豆（アグリシステム）、つぶしあん（オーサワ）			
メーカー休止品	食養豆みそ（海の精） 再開次第ご案内します。			