## 季節のとっておき

- ★ 藤本成子さん「干し椎茸」入りました! (2~5回目p1)
- ★ さんかく広場「和菓子 柚子あんロール&つぶあんロール」新登場!(③回目p5)
- ★ **風車の丘あけぼの・みかんの丘あけぼの「チップス&クラッカー&クッキー**」(⑤回目p5)
- ★ 服部雄一郎さん翻訳絵本「エイドリアンはぜったいウソをついている」(③回目p5)
- ★「みんなでコロナを乗り越えよう!」キャンペーン5%割引:巣ごもり春の大掃除特集



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

ホームページ: http://tuchitoinochi.justhpbs.jp/ ブログ: https://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
101	2	3 <b>- 休業</b>	4 ( 配送、	<b>5</b> 事務所:	<b>6</b> お休みで	7 ま) _	8
配送		一	下弦	争物们の	л <i>үгө</i> С	<b>9</b> ) –	
②回目 配送	9	10	11	12● 新月	13	14	15
③回目 配送 予約米配送	16 5月の 企画	17	18	19	<b>20</b> 上弦	21	22
<b>④回目</b> 配送	23	24	25	<b>26</b> ○ 満月	27	28	29
⑤回目 配送	30	31	6/1	6/2 (下弦	6/3	6/4	6/5

### ご注意ください!

5月①回目  $(5/1(±)\sim 9(日))$ は事務所お休みです。

GW中に必要なものは、ぜ ひ4月中にお求めください。









5月⑤回目は、 6/1(火)~3(木)です。 日付にご注意ください。 6月①回目は、6/8(火)~ 10(木)です。

- ※宅配会員さんには5/24(月)に6月の注文書を発送予定です。
- ※一年間注文のない方には、注文書の送付をストップします。再度、注文書希望の場合にはご連絡ください。

※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。 また、ご注文いただいた野菜が欠品でも、他の生産者の同じ野菜であれば出荷できる場合があります。

代替のものでも配送をご希望の方は注文書P1下記に<br/>
「をお願いします。

※ただし容量・価格は生産者によって変わります。

### 野菜セット(高知県内)

品名	容量	会員価格	1	2	3 4	(5)	備考	表示
中村 くらしを 見直す会 <sup>(四万十市)</sup>	イセット (SRIE前後)	1,363円+送料 (常温便・高知県 内500円程度) クール便で発送す る場合があります。 (+215円)					小松菜、人参、ネギ、スナックエンドウ、実エンドウ、絹さや、新玉ねぎ、ニラ、白ネギ、ソラマメ、サラダ水菜、山菜 などの中から8種類程度	無 · 無

### 四万十野菜セットを注文していただくにあたっての注意

◎お届日:火曜または木曜日にお届けします。いずれかをお選びください。 時間の指定が出来ますので、注文書にご記入ください。

### 野菜単品(高知県内)

面(高和泉内)								
はぶ茶	100g	354						
玉ねぎ	500g	261				日毎・近奈 フェパーフップ		
玉ねぎB品	800g	261						
サニーレタス	1個	183				品種:レッドファイヤー		
レタス	1個	222				品種:シスコ		
ニンニク	2~3玉	327				品種:自家種		
実エンドウ(さや付)	500g	523				品種:ウスイ	有	
小松菜	130g	196				品種:ナナミ	機	
ほうれん草	130g	203				品種:弁天丸	J	
赤玉ねぎ	1玉	196				品種:サラダ	A S	
スジナシ豆	150g	261				品種:新江戸川	3	
じゃがいも	400g	235				品種:男爵		
きゅうり	2~3本	196				品種:つばさ、上高地		
人参	250g	196				品種:ベーターリッチ		
大根	1本	209				品種:味職人		
枝豆	150g	301				品種:サッポロミドリ		
ズッキーニ	1本	196				品種: 黄、みどり		
スナップエンドウA/B混	200g	392				品種:スナック753		
実エンドウ(むき)	150g	392				品種:久留米豊、うすい		
人参(葉付・間引)	150~200g	209						
人参	350g	235				品種:アロマレッド、彩誉、ちはま		
人参ジュース用	700g	353						
新玉ねぎ(葉付)	2玉	261				口籍・七字日生	無	
新玉ねぎ	900g	392					無	
新二ン二ク	2~3玉	353				足種・亚百		
新二ン二ク(大)		235				001崔・平广		
囲い生姜	150g	271						
囲い生姜お徳用	400g	650				四強・日外性(エルー)		
ケールお徳用	7枚	741				品種:ジューシーグリーン		
	はぶ茶 玉ねぎB品 サニーク 実エク 実エからさや付) 小な菜 ほうれん草 赤玉ジががり 大根豆 スナップがりり 大根豆 スナップエンドウA/B混 実エンドウ(むき) 人参 多まなさ 大きずではできり 人参 ショー(葉付・間引) 人参 があるぎ カラース無付) 新玉ねぎ 新二ンニク 新い生姜 囲い生姜 田い生姜	はぶ茶 500g 玉ねぎ 500g 玉ねぎB品 800g サニーレタス 1個 レタス 1個 ニンニク 2~3玉 実エンドウ(さや付) 500g 小松菜 130g 赤玉ねぎ 1玉 スジナシ豆 150g じゃがいも 400g きゅうり 2~3本 人参 250g 大根 1本 枝豆 150g ズッキーニ 1本 スナップエンドウA/B混 200g 実エンドウ(むき) 150~200g 人参(葉付・間引) 150~200g 人参 350g 人参ジュース用 700g 新玉ねぎ 900g 新玉ねぎ 900g 新玉ねぎ 900g 新玉ねぎ 900g 新玉ねぎ 900g 新玉ねぎ 900g 新エンニク 1玉 囲い生姜 150g 囲い生姜お徳用 400g	はぶ茶 500g 261 玉ねぎ 500g 261 玉ねぎB品 800g 261 サニーレタス 1個 183 レタス 1個 222 ニンニク 2~3玉 327 実エンドウ(さや付) 500g 523 小松菜 130g 196 ほうれん草 130g 203 赤玉ねぎ 1玉 196 スジナシ豆 150g 261 じゃがいも 400g 235 きゅうり 2~3本 196 人参 250g 196 大根 1本 209 枝豆 150g 301 ズッキーニ 1本 196 スナッブエンドウA/B混 200g 392 実エンドウ(むき) 150g 301 ズッキーニ 1本 196 スナッブエンドウA/B混 200g 392 実エンドウ(むき) 150マ200g 392 大後(葉付・間引) 150~200g 209 人参 350g 235 人参ジュース用 700g 353 新玉ねぎ 900g 392 新玉ねぎ 900g 392 新玉ねぎ 900g 392 新玉ねぎ 900g 392 新エンニク 大) 1玉 235 囲い生姜お徳用 400g 650	はぶ茶 500g 261 日本 500g 523 日本	はぶ茶 500g 261	はぶ茶 500g 261	はぶ茶	

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。

8	名	容量	会員価格	1	2	3	4	(5)	備考	
夢産地	ニラ	100g	141							
とさやま 開発公社	ねぎ	100g	141						複数の生産者からの出荷のため、品種は選べません。	
(高知市)	生姜	100g	226							<del>/111</del>
	実エンドウ(さや付)	300g	392							無 • 無
かざぐるま (高知市)	実エンドウ(むき)	100g	131						品種:うすい	NK
	X1717 (800)	150g	196							
島岡 (四万十町)	ニラ	100g	170						「平和二ラ」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。	

### 果物(高知県内)

井上正雄 (南国市)	びわ	1パック	497			品種:茂木	
井上清澄	小夏	1kg	463			黄色い皮だけをリンゴの皮をむくように薄くむき、内側の白い部分を付けたままの果肉をそぐように切り分けます。	無
(土佐市)	甘夏	1.5kg	490			さっぱりした味が魅力です。	無
かざぐるま (高知市)	べっぴんレモン	1個	157				
-		•					



## 5月の新共同購入品

### 「オーサワのひとくち小豆ようかん」 オーサワジャパン

食べやすいーロタイプのようかんです。石垣の塩を入れることで、すっきりとした甘さに仕上げています。お茶請けやおやつにどうぞ。 ※3月の「防災特集」で大人気! 通常取り扱い品になりました。





### 秋川牧園の黒豚バラ肉 4種

黒豚は脂身が特に多くつきやすい品種。そこに付加価値のある黒豚は、脂の風味がとても重要。 脂には豚が食べる飼料の質がハッキリと出るため、良質な飼料を厳選し与えています。遺伝子組み換え や収穫後の農薬散布の心配がない分別流通管理したトウモロコシや大豆、大麦などをバランスよくブレ ンドし、豚の成長に合わせて与えます。

黒豚の脂身のうまさがしっかり味わえるバラ肉です。

### 「黒豚バラ しゃぶしゃぶ用」

「黒豚バラ 焼き肉用」

しゃぶしゃぶ用に薄くスライスしました。

### 「黒豚バラ 角切」

「黒豚バラ スライス」

角煮、酢豚に使いやすいように カットしました。 炒め物におすすめです。

品 名	容量	会員価格	1	2	3	4	5	備考
オーサワのひとくち 小豆ようかん	1本 (58g)	211						原材料:麦芽水飴(国産)、生餡[小豆(北海道産)]、寒天(南米・地中海・東アジア産)、食塩(石垣の塩)
黒豚バラ しゃぶしゃぶ用	200g	614						
黒豚バラ焼肉用	200g	620						福岡県の岩城農場、山崎農場の2農場が責任をもって生産。 バークシャー純粋種のみを生産しています。 配合飼料のすべてにおいて、非遺伝子組み換えのものを特定しています。
黒豚バラ角切	200g	661						ます。さらにトウモロコシは、ポストハーベスト農薬不使用です。 肉骨粉などの動物性原料を含まない植物性飼料を与えます。 子豚の飼育期間を除いて、抗生物質の投与を行いません。 豚肉と、豚に与える飼料原料の放射能検査を実施しています。 ※飼料・投薬について、子豚の期間は除きます。
黒豚バラスライス	200g	614						



## 高知のいいものいろいろ!

新物です!!

山から切り出したクヌギやならの原木に菌を植え付けるコマ打ちをし、採れた椎茸を天日干ししています。 殺虫剤はもちろん不使用。小ぶりながらしっかりとうまみのある美味しい干ししいたけです。

品名	容量	会員価格	0	3	4	(5	備考・原材料
干し椎茸	50g	405					原材料:自家栽培 原木しいたけ(高知県大豊町産) (薬剤・添加物不使用) ※真空包装していないため、お早めにご使用ください。

### 土佐ジロー卵 奥田養鶏場

奥田さんの平飼い土佐ジローの卵を分けてもらえることになりました。 ※納品数に限りがあるため、欠品になる場合があります。ご了承ください。

土佐ジロー卵	6個	417				<b>卵は小ぶりですが黄身が大きいため卵かけご飯がおすすめです。</b> 平飼い、飼料は自家配合、抗生物質・薬剤不使用。
--------	----	-----	--	--	--	---

前回好評のつぶあんもなか「さんかくのこぶた」に続き、「柚子あんロール」「つぶあんロール」新登場!!





### 和菓子&焼き菓子 さんかく広場

1997年に開設されたさんかく広場は、精神に障害のある人の自立を支援する通所社会福祉施設として、高知でのさきがけ的存在です。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。

9 。	見信で ひノ映貝のソハー	1 0.	700, /	ヘラソフ	700 C/05
	柚子あんロール		1個	190	
和菓子	つぶあんロール		1個	171	3
	北海道産つぶあんも なか さんかくのこぶた		4個	376	③回目掲載(
クラッ	南部小麦クラッカー	クラッカーも人気	60g	174	④回目配送
カー	黒砂糖クラッカー	も人気!	60g	174	送
乳製品不	お茶の子広場アーモンドクッキー		50g	203	
不使用	酒粕クッキー	,	10枚	203	

土佐山産柚子の果汁を使用した特注あんこ使用。美味しい生地と風味豊かなあんこが絶妙にマッチしている一品です。柚子の香りが鼻に抜ける爽やかな後口になっています。生地に香料無添加の"土といのち仕様"です。 ※数量限定

原材料:柚子あん(手坊豆、砂糖、柚子果汁、塩、粉寒天)(国内製造)、 卵、小麦粉、砂糖、牛乳、植物油

北海道産小豆を使用した特製つぶあんを、自家製生地で巻き上げました。 生地に香料無添加の"土といのち仕様"です。※数量限定 原材料:粒あん(小豆、砂糖、粉寒天)(国内製造)、卵、小麦粉、砂糖、

原材料:粒あん(小豆、砂糖、粉寒天)(国内製造)、卵、小麦粉、砂糖、 牛乳、植物油

北海道産小豆を使用した本格的なつぶあんを、特注オリジナルの ぶたさん 最中で包み仕上げました。

原材料:粒あん(小豆、砂糖、粉寒天)(国内製造)、もなか

口当たりが軽く、小麦本来の味が楽しめます。

原材料:小麦粉(国内産)、海洋深層水、菜種油、ホシノ天然酵母

黒砂糖の上品な甘さは、老若男女を問わず召し上がっていただけます。原 材料:小麦粉(国内産)、海洋深層水、黒糖、菜種油、ホシノ天然酵母

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。

原材料: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

**酒粕とメープルシロップのコンビネーションが絶妙な美味しさ。** 原材料:薄力粉(国内産)、塩、酒粕、菜種油、メイブルシロップ、ココ ナッツミルク

# ② 高知市

## 高知のいいものいろいろ!

### チップス&クラッカー&クッキー 風車の丘あけぼの・みかんの丘あけぼの(土佐あけぼの会)(高知県香南市)

●社会福祉法人土佐あけぼの会:利用者が仕事や地域活動を通して自立した就労生活ができるように支援していく障害福祉サービス事業所。クッキーでおなじみ野いちごの場所とも同じグループです。 地元の生産者の野菜をふんだんに使うなど、材料にこだわったチップス、クラッカー、クッキー。素材の風味が生きているので、ついつい手が伸びます。

	T T		П		
	品名	容量	会員価格	1 2 3 4 5	備考
	ニラチップス	30g	237		<b>ニラの風味がよく効いたおつまみにピッタリのチップス。</b> 原材料:国産じゃがいも、片栗粉(北海道)、ニラ(高知県香南市)、ごま油、種子島粗糖、塩
チップ	さつまいもチップス	30g	237		皮つきのさつまいもを使用した香ばしいチップス。 原材料:さつまいも(高知県)、片栗粉(北海道)、種子島粗糖、なたね 油、塩
え	むらさきいもチップス	30g	237		アントシアニンたっぷりの濃い紫色。上品な甘さのチップス。 原材料:紫いも(高知県香南市)、片栗粉(北海道)、種子島粗糖、なたね 油、塩
	にんじんチップス	30g	237		人参嫌いのお子さんにもおいしく食べていただけるチップス。 原材料:人参(高知県)、片栗粉(北海道)、種子島粗糖、なたね油、塩
	パリポリ玉ねぎとブ ラックペッパー	35g	237		<b>焦がした玉ねぎの香ばしさとピリ辛ペッパーが効いたおとなの味。</b> 原材料:小麦粉(オーストラリア)、全粒粉(岩手県)、なたね油、玉ねぎ (高知県)、ブラックペッパー、塩、ベーキングパウダー(アルミフリー)
	パリポリおじゃこと 梅しそ	35g	237	-	<b>土佐沖のおじゃこを丸ごと砕いて練りこんだ和風味。</b> 原材料:小麦粉(岩手県)、なたね油、しそ(高知県)、じゃこ(高知 県)、梅(高知県)、塩、ベーキングパウダー(アルミフリー)
クラッ	カリッとトマトとバ ジル	35g	178	回目掲載	高知の濃い味トマトを生バジルとオリープオイルで閉じ込めました。 原材料:小麦粉(北海道)、トマト(高知県)、オリーブオイル、種子島粗糖、バジル(高知県)、ベーキングパウダー(アルミフリー)
カー	サクッとチーズと ガーリック	35g	178	6月①□[	チーズにオリーブオイル、高知県産ニンニクとブラックペッパーでスパイシーにつくりました。 原材料:小麦粉(北海道)、オリーブオイル、種子島粗糖、チーズ(生乳、食塩)、にんにく(高知県)、塩、ブラックペッパー、ベーキングパウダー(アルミフリー)
	にんじんクラッカー	35g	178	回目配送	北海道産小麦とにんじんの良い香り、しっかり固いけれど、口どけ・舌触りのよいクラッカーです。 原材料:小麦粉(北海道)、にんじん(高知県、徳島県、北海道)、菜種油、種子島粗糖、塩、ベーキングパウダー(アルミフリー)
クッ	オレンジ&ジン ジャークッキー	8枚	237		高知県産生姜パウダーに国産オレンジを自社で乾燥させ、粉末にして使用しています。 原材料:小麦粉(北海道)、バター(北海道)、種子島粗糖、卵(高知県)、クルミ、生姜パウダー(高知県)、オレンジパウダー(愛媛県)、塩、」ベーキングパウダー(アルミフリー)
+-	さつまいもクッキー	5枚	237		高知県香南市のサツマイモを使い、サツマイモの風味を生かしたクッキーに仕上げました。口どけの良さとやさしい甘さが特徴です。原材料:小麦粉(北海道)、バター(北海道)、種子島粗糖、さつまいも(高知県)、アーモンドプードル、卵(高知県)、紫イモ(高知県)、ごま(茨城県)
	いもころりん	50g	237		昔懐かしい素朴な味わいのお菓子です。小麦粉、乳製品、油脂は使っていないため、保育園等のアレルギー対応菓子としても需要があります。原材料:さつまいも(高知県)、種子島粗糖、馬鈴薯澱粉(北海道)、紫いも粉(鹿児島)、抹茶(国産)



## 高知のいいものいろいろ!

## 絵本「エイドリアンはぜったハウソをついている」

香美市の会員さん、服部雄一郎さんが絵本を翻訳されました。 「ゼロウェイスト・ホーム」「プラスチック・フリー生活」に引き 続き3冊目、絵本としては初めての翻訳本です。

### 【内容】

エイドリアンはいつもひとりですわってる。机もぐちゃぐちゃだし、ぼんやり考えごとをしてるし、「うちには馬がいるんだよ」ってウソばかり話してる。でも母さんは「どうしてウソってわかるの?」って、わたしに聞くんだ……。自分とは「ちがう」ことを受け入れる子どもの心の葛藤や、想像の豊かさを、詩情あふれる絵と文で描く。





ウソは「いけないこと」のはず。でも、もしかしたら、「正しさ」の影で、なにか大切なものを見失っているかも —— そんな多角的な視点に気づかせてくれる、心揺さぶられるストーリーです。

みなさんも「馬さがし」を楽しんでみてください。想像以上にたくさんの馬が見つかって、幸せな気持ちになりますよ。

服部雄一郎

品 名	容量	会員価格	1 2 3 4 5	備考
絵本「エイドリアンは ぜったいウソをついて いる」	1冊	1,760		マーシー・キャンベル/文 コリーナ・ルーケン/絵 服部雄一郎/訳 岩波書店

 ラーチラシをご覧ください!

## 5月の特別企画

翌々週配送

ご注文は注文書P6へ!

### ③回目配送

00 \* 000 \* 000 \* 000 \* 000

《地球ながもち屋》

グリル敷石、トウモロコシからできた安全・安心な食器シリーズ

会員価格:チラシ価格(税込)の2%引き

ただし「魚焼き倶楽部」は通常会員価格464円

《本コミ》

子どもの未来社「新学期☆親子で読みたいおすすめの本」

会員価格:チラシ価格(税込)

### ③回目注文書掲載 ④回目配送

00 \* 000 \* 000 \* 000 \* 000

《インフクリン・ノロクリン》

ウイルス対策スプレー・ウェットシート

会員価格:チラシ価格(税込)

《ライブコットン》

会員価格:チラシ価格(税込)の2%引き、

ただし、シルク&コットンタオルケット、

リネン&オーガニックコットン・レディースパジャマはチラシ価格(税込)

### 4回目注文書掲載 5回目配送

00 \* 000 \* 0

《水の彩&HYPER PLANTS》

1品6役のオールインワンジェル、薬用入浴剤etc

会員価格:右の「水の彩価格表」参照、

価格表に無いものはチラシ価格(税込)の2%引き

『水の彩価格表』

**・ナチュールアクアクリーム水の彩** 120gチューブ 2,110円

・ " 200gカップ 3,481円

・リキッドクレンジングソープ 1,899円

・ファミリーUVクリーム 1,477円

・水の彩ローズ・デ・アルガン 2.848円

・水の彩S 150gポンプ 4,009円

・びわのせい望 3,692円

### ⑤回目注文書掲載 6月①回目配送

《山繊》

三河木綿8重ガーゼケット、和紙5本指靴下、い草じゅうたん・敷ござetc

会員価格:チラシ価格(税込)の2%引き、 ただし特価品はチラシ価格(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

保存版力タログ情報。。。。\*。。。\*。。。

保存版掲載P	品 名	変更点	変更前	変更後
未掲載	紅はるかチップス	容量	86g	76g
メーカー中止	いちごジャム(下郷農協)、紫い ガニックマカロニ、ホワイトソー	もチップス ス	(健康フーズ)、マザータッチ(洗濯用強	化タイプ)、スープブレンドビーン、オー

※太陽油脂製品はリニューアルのため、パッケージや規格が順次変更になります。ご了承ください。

※取扱い終了品は、仕入れ単位が大きい、仕入れ日数に時間がかかるなど仕入れの都合、また共同購入品ラインナップ見直し等により土といのちの共同購入品から外したものですが、一定の条件を満たせば取り寄せることもできますので、ご相談ください。