



# 季節のとおき (月別カタログ) 2022年

## ★今月のピックアップ

清流のクレソン畑「クレソン」再開! (②③④回目P1)

好評! くまもと有機の会「新れんこん」(毎週P5)

竹嶋有機農園のりんご「紅玉」(③回目P5)

野いちごの場所「クッキー」(④回目P5)

高知こどもの図書館「2023カレンダー」(②③④回目P1)

井関製菓「あられ」(②回目P5)

井上スパイス特集! (①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

～ホッとひといき、ハーブティ～(毎週)



# 10月

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

### 【10月の企画】

「香害ってなあに?  
その現状を知る会」

【日時】10月15日(土)  
15:00~16:30

【場所】多国籍料理SO-AN  
(高知市宗安寺844-4)

【お話】化学物質過敏症・  
ゆるゆる仲間 代表および会員

※詳しい内容はチラシを  
ご覧ください。



※宅配会員さんには10/17(月)に11月の注文書を発送予定です。  
※本来は常温品でも、配送と保管の都合で冷蔵扱いしているものがあります。  
冷蔵で届いた品物はご家庭でも冷蔵保存してください。

※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☑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	備考	表示
中村くらしを見直す会 (四万十市)	直送 四万十野菜セット	1セット (8品目前後)	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。 (+220円)					ネギ、ニラ、サニーレタス、インゲン、きゅうり、ナス、パプリカ、甘長トウガラシ、ゴーヤ、かぼちゃ、にんにく、生姜、サツマイモ、里芋、かぼす、レモン、栗 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

◎お届け日：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。

時間帯の指定が出来ますので、注文書にご記入ください。

(指定可能な時間帯：午前中、14-16時、16-18時、18-20時、19-21時)



谷川農園 (橋原町)	直送 野菜セット	1セット (6品目以上)	1,363円+ 送料924円(常温便・高知県内) クール便で発送する場合があります。 (+330円)					なす、ピーマン、ミニトマト、さやいんげん、きゅうり、ズッキーニ、ホバク(韓国かぼちゃ：ズッキーニと同様にご利用いただけます)、小玉玉ねぎ、じゃがいも、ごぼう、里芋、ラディッシュ、大根葉・小松菜・にんじん葉など葉物類、にら、レモンバジル、イタリアンパセリ などの中から、6種類以上	無・無
	直送 平飼卵6個入り 野菜セット	1セット +卵6個	1,661円+ 送料924円(常温便・高知県内) クール便で発送する場合があります。 (+330円)					天候や虫の害などの理由で野菜の成長が芳しくない場合には欠品となる可能性もあります。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。	

## 谷川農園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・時間帯の指定が出来ますので、注文書にご記入ください。

(指定可能な時間帯：午前中、14-16時、16-18時、18-20時、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られます。

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

※参考までに 2セットの場合：120サイズ送料(+クール便料金)が高知県内1,001円(+660)=1,661円

## 野菜単品 (高知県内)

(南国市) 井上正雄	はぶ茶	100g	354						有機 J A S
	サツマイモ	500g	327					品種：金時	
	ナス	300g	235					品種：千両	
	冬瓜	1個	261					品種：ミニ	
	人参抜き菜	150g	209					品種：金時、黒田5寸	
	田芋	300g	275					品種：自家種	
	生姜	100g	196					品種：自家種	
	スジナシ豆	120g	235					品種：新江戸川	
	ネギ	100g	196					品種：自家種	
日本かぼちゃ	1個	33/100g					品種：自家種 ひょうたんかぼちゃ型です。		
(香美市) わたなべ農園	囲い生姜	150g前後	271					無・無	
	囲い生姜お徳用	400g	651						品種：自家種(土佐一)
	新生姜	100g	220						「新生姜(贈答用)」は大きくてキスの無いものを選んでお届けします。
	新生姜(贈答用)	1kg	1,830						
	ニンニク	2~3玉	353						品種：自家種(平戸)
	ニンニク(バラ)	50g	235						
	赤じゃがいも	430g	314						品種：アンデス、グランドペチカ
里芋(子芋)	300g	314					品種：セレバス		

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。

品名	容量	会員価格	①	②	③	④	備考	表示
夢産地とさや ま開発公社 (高知市)	生姜	100g	226					複数の生産者からの出荷のため、品種は選べません。
	カットかぼちゃ	500g以上	212					
	ニンニク	150g	254					
かざぐるま (高知市)	こんにゃく芋	500g ~1kg	39/100g				こんにゃく芋500gで普通の板こんにゃく(250g)を約8~9枚作る事ができます。 ※こんにゃく芋は強い毒性を有しているため、生で食すのはやめましょう。	無・無
	パプリカ	1~3個	131/100g				赤または黄色	
	オクラ	8~10本	131				品種：島オクラ	
竹内自然農園 (香南市)	中長ナス	300g	261					
	水ナス	350g	261				品種：泉州水ナス	
	長ナス	250g	261					
	緑ナス	300g	261				品種：白丸茄子	
	きゅうり	400g前後	261				品種：新夏秋地這胡瓜	
	ズッキーニ	1~2本	261					
	小松菜	150g	261					
	ルッコラ	50g	261				βカロテンやビタミンC・K・Eを豊富に含む葉野菜。ごまのような香ばしい風味が特徴で、ピリッとした辛味があります。サラダ、おひたし、お味噌汁、炒め物など。	
	水菜	150g	261					
	チンゲンサイ	200g	261					
	小カブ	200g	261					
サツマイモ	500g	301				品種：土佐紅金時		
里芋	300g	301				品種：土垂(どだれ)		
葉人参	3~5本	261				品種：向陽2号		
木田 (高知市)	かぼちゃ	1個	40/100g				品種：錦芳香南瓜 (900g~1.8kg程度)	
清流のクレソン畑 (高知市)	クレソン	1束	131				高知市鏡吉原の清流で育てている伴さんの畑では、青々としたクレソンが一杯育っているとのこと。	

### 野菜単品(県外)

大阪愛農	じゃがいも	約1kg	500					北海道産(品種は選べません。)	有機JAS
くまもと 有機の会	玉ねぎ	約1kg	450					熊本県産	無・無
	新れんこん	500g	488	翌々週 配送品					

### キノコ(高知県内)



宗安寺きのこ センター (高知市)	椎茸(A品)	110~	240					品種：XR1号(菌床栽培、薬剤不使用)	無・無
	椎茸(B品)	120g	212					A品：肉厚で形のいいキズのないもの	
	生きくらげ	75g	268					品種：アラゲキクラゲ(菌床栽培、薬剤不使用)	

### 果物(高知県内)

かざぐるま (高知市)	柿	2~3個	196					品種：次郎、富有	無・無
----------------	---	------	-----	--	--	--	--	----------	-----

### 竹嶋有機農園のリンゴ「紅玉」



※竹嶋農園では、2018年まで放射能検査を行ってまいりましたが、竹嶋さんの判断により実施しないことになりました。

紅玉は甘酸っぱい小玉のりんごです。

そのままお召し上がりいただくほか、アップルパイや洋菓子などの加工用に使われる方も多いようです。

果実もしっかりしているので、調理しても煮崩れしにくいりんごです。

紅玉	1kg程度 (バラ)	1,566	④ ③ 回 目 配 送 載	竹嶋有機農園(青森県南津軽郡藤崎町)	減
	4~4.5kg 箱入り	5,802			
	8~9kg 箱入り	10,789			

# 10月の新共同購入品

## 「有機黒煮豆」

### ムソー

国内産有機黒大豆を、有機砂糖と有機黒糖を使用し、ほど良い甘さにしっとり仕上げました。ゆっくり時間をかけ、少しずつ火を入れることで、ふっくらとやわらかく仕上げています。  
(やわらかく仕上げるための重曹不使用)  
塩は沖縄の塩「シママース」を使用しています。  
色素安定目的の酸化鉄不使用。



## 「有機梅干番茶・スティック」

### 無双本舗

お湯を注ぐだけで、手軽に生姜入り梅醬番茶をご利用いただける携帯に便利なスティックタイプです。  
湯のみに1包のスティックを全部入れ、熱いお湯を100mlほど注ぎ、よく混ぜてお飲み下さい。  
美味しいと感じる濃さに調整してください。



## オーサワの「VEGAN PROTEIN BAR」2種

植物性素材だけでつくられたプロテインバーが新登場！

味は2種類、植物たんぱくのみで1袋約12gのプロテインを取ることができます。  
生地に混ぜ込んだ大豆クラッシュが食感のアクセントになっています。  
忙しい日の朝食代わりや小腹が空いたときにもおすすめ！

### 「ヴィーガンプロテインバー(プレーン)」

メープルのやさしい甘み  
たんぱく質含有量：約  
6.2g/本



### 「ヴィーガンプロテインバー(ココア)」

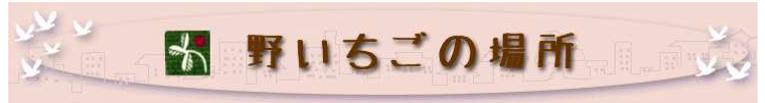
甘さ控えめ、ビターな  
ココア味  
たんぱく質含有量：約  
6.0g/本



品名	容量	会員価格	①	②	③	④	原材料または成分
有機黒煮豆	125g	377					有機黒大豆(国産)、有機砂糖、有機黒糖、本みりん、麦芽水飴、食塩
有機梅干番茶・スティック	8g×20	1,538					有機梅肉(国内製造)、有機醤油(小麦・大豆を含む)、有機番茶、有機番茶パウダー、有機生姜粉末
ヴィーガンプロテインバー(プレーン)	2本(約60g)	241					小麦粉[小麦(北海道産)]、オーサワの有機メープルシロップ、なたね油、えんどう豆たんぱく[えんどう豆(フランス産)]、大豆クラッシュ[大豆(国産)]、アーモンドパウダー[アーモンド(アメリカ産)]、アーモンド・くるみ(アメリカ産)
ヴィーガンプロテインバー(ココア)	2本(約60g)	241					オーサワの有機メープルシロップ、小麦粉[小麦(北海道産)]、なたね油、えんどう豆たんぱく[えんどう豆(フランス産)]、大豆クラッシュ[大豆(国産)]、アーモンドパウダー[アーモンド(アメリカ産)]、ココアパウダー、デーツ(イラン産)、有機カレンツ(アメリカ産)



# 高知のいろいろな！



## 野いちごの場所のクッキー

「野いちごの場所」は、障がいをもった方が就労の場所として無添加クッキーを作って販売しているお店です。無添加で手作りの12種類。心を込めて製造しています。  
メンバーひとりひとりのペースを大切に、疲れたら安心して休める場所に…と。

ベースの生地は、岩手県産南部小麦・米澤製油の一番搾り菜種油（菜種：オーストラリア産、遺伝子組み換えでないもの）・洗双糖（種子島産）・溶解岩塩（中国産）を使っています。その他の材料も可能な限り高知県産、またオーガニックにこだわった材料を使用しています。卵・大豆・乳製品不使用。

品名	容量	会員価格	①	②	③	④	備考
塩茶クッキー	50g	408					可愛い葉っぱの形です！高知県産緑茶パウダーと仁淀川町池川茶葉を練りこんだ、まるごと土佐茶を楽しんでいただけるクッキー。塩茶にすることで、お茶の持つ渋み、苦み、甘み、旨みを引き立てています。 原材料：小麦粉(小麦(岩手県産))、菜種油、砂糖、緑茶パウダー(高知県産)、茶葉(仁淀川町池川産)、食塩
ごまクッキー	90g	408					サクッと香ばしいごまの味。かめばかむほど、ごまの香ばしさが広がります。 原材料：小麦粉(小麦(岩手県産))、菜種油、砂糖、小麦全粒粉、黒胡麻(ボリビア産)、食塩
青のりクッキー	90g	408					国産の天然青のりをふんだんに使用した磯の香りがふんわり香るクッキーです。 原材料：小麦粉(小麦(岩手県産))、菜種油、砂糖、小麦全粒粉、青のり(三河産)、食塩
ハーブクッキー	90g	408					ほんのり爽やかな味がお口に広がります。 原材料：小麦粉(小麦(岩手県産))、菜種油、小麦全粒粉、砂糖、ローズマリー(自家産)、食塩
ジンジャークッキー	90g	408					高知県産無農薬しょうがの絞り汁とシナモンを使っています。絶妙な味のハーモニーをお楽しみ下さい。 原材料：小麦粉(小麦(岩手県産))、菜種油、砂糖、小麦全粒粉、生姜(中土佐町大野見産、減農薬)、シナモン(インドネシア産、オーガニック)、オールスパイス(ジャマイカ産)
酵母クッキー	80g	408					ホシノ天然酵母を使用し、パン生地で作った珍しいクッキーです。砂糖控えめでヘルシーなのが特徴です。 原材料：小麦粉(小麦(岩手県産))、砂糖、小麦全粒粉、菜種油、黒胡麻、酵母(ホシノ天然酵母)
ゆずのクッキー	90g	408					高知県北川村の池田柚華園さんの無農薬ゆず酢とゆず皮を使用した、ちょっぴり甘酸っぱい味です。 原材料：小麦粉(小麦(岩手県産))、菜種油、砂糖、ゆず果汁(有機・減農薬栽培混合)、ゆず皮(有機、北川村産)、食塩
げんまいクッキー	90g	408					高知県南国市の無農薬玄米を使いました。サクリとした食感と玄米のプチプチ感がたまりません。 原材料：小麦粉(小麦(岩手県産))、玄米粉(玄米(高知県南国市産、減農薬))、菜種油、砂糖、黒胡麻、食塩
きびのクッキー	80g	408					栄養価の高い全粒粉に無農薬の小きび(餅きび)を練り込んで焼き上げました。 原材料：小麦全粒粉(小麦(岩手県産))、菜種油、砂糖、小きび(高知県産)、食塩
むぎのクッキー	80g	408					オートミール(えん麦)とオーガニックアーモンドを練り合わせた食物繊維が豊富なクッキーです。 原材料：小麦粉(小麦(岩手県産))、菜種油、砂糖、オートミール(アメリカ産、オーガニック)、アーモンド(アメリカ産、オーガニック)、食塩
おいもクッキー	80g	408					高知県室戸産の西山きんときパウダーを使用しています。甘さ控えめで食べやすく、お子様にもおすすめです。1枚1枚にっこりマークを入れて焼き上げました。 原材料：小麦粉(小麦(岩手県産))、菜種油、砂糖、さつまいもパウダー(高知県室戸産)、食塩
パリポリトマトクッキー	80g	408					トマトと相性抜群のバジルをたっぷり使っています。砂糖を使っていない塩味クッキーです。 原材料：小麦粉(小麦(岩手県産))、トマトジュース(高知県産)、全粒粉、菜種油、食塩、酵母、バジル(エジプト産)

④回目掲載  
11月④回目配送



# 高知のいろいろな！

## 高知こどもの図書館 2023カレンダー

高知こどもの図書館は、全国で初めての特定非営利活動(NPO)法人が運営する、子どもの本専門の図書館として1999年に開館しました。現在は認定NPO法人になりました！

2023年のカレンダーテーマは「なかよし」。  
高知にゆかりのある12名の作家の皆さんに作品を寄せていただきました。  
■いとうえさとこ/織田信生/甲藤征史/柴田ケイコ/田島征三/田島征彦/とおちかあきこ/  
西村繁男/檜垣文乃/松林誠/三本桂子/ヤマガタハロカ (50音順・敬称略)



ご自宅用はもちろん、贈り物としてもオススメのカレンダーを、ぜひどうぞ。

※売上金は高知こどもの図書館の活動に役立てられます。  
子どもたちの読書環境を整える活動へのご支援・ご協力を宜しくお願い致します。

品名	容量	会員価格	①	②	③	④	備考
高知こどもの図書館 2023カレンダー	1冊	1,000					サイズ：36.4×25.7cm（使用时） 日曜日始まり



## あられ 井関製菓(徳島県)

創業は戦前、約100年家族で繋ぎ、数えること四代目が切り盛りしています。  
自宅工場にて、徳島県内の契約農家による栽培のもち米をはじめ、また醤油、塩、バターなど国産の安心して口に入れることのできる良質の素材を用い、「無駄なものは入れない」という信条のもと、作り続けています。



あられ 素焼き	70g	251	③ ② 回目 掲載 配送	もち米
あられ 醤油	70g	251		もち米、マルナカ醤油、洗双糖、天塩
あられ バター	70g	251		もち米、よつ葉バター、天塩
あられ 塩	70g	251		もち米、天塩、青のり、ごま



# 井上スパイス工業特集



井上スパイス工業は、約半年に一度の取り扱い  
(次回2023年4月)を予定しています。  
お気に入りのスパイスはまとめて注文をお勧めします。

品名	容量	会員価格	① ② ③ ④	備考
オーガニックカレーケチャップ	295g	377		高橋ソース㈱様と井上スパイス工業㈱の共同開発商品です。何度も改良をしようやく商品となりました。ソーセージにかけてカレーウルストとして食べてみてはいかがでしょうか。オーガニックならではの豊かな香りと味わいをお楽しみいただけます。原材料：有機トマト、有機砂糖、有機醸造酢、有機カレールウ、食塩、有機たまねぎ、有機香辛料、(原材料の一部に小麦、大豆、りんごを含む)
奄美カレー・ちびっこ	200g (6-8皿分)	418		沖縄県産黒糖でまろやかなコクを出した、お子様用カレールウ。甘口よりさらにスパイスは控えめです。原材料：小麦粉、食用油脂(パーム油、米、菜種、ラード)、野菜(玉ねぎ、トマト、にんにく)、食塩、粗糖、ハチミツ、奄美生うこん、カレー粉、ボークエキス、酵母エキス、黒糖、香辛料、ウスターソース
奄美カレー・甘口	200g (6-8皿分)	389		辛味を抑えながらスパイスはきちんと感じられる風味に上げています。原材料：小麦粉(国内産)、食用油脂(パーム油、米油、牛脂、菜種、ラード)、野菜(玉ねぎ、トマト、にんにく)、食塩、粗糖、カレー粉、奄美生うこん、ボークエキス、香辛料、酵母エキス、ウスターソース、ハチミツ
奄美カレー・中辛	200g (6-8皿分)	389		昔ながらのほどよいスパイス感で、多くの皆様に愛されています。原材料：小麦粉、食用油脂(パーム油、米油、牛脂、菜種、ラード)、野菜(玉ねぎ、トマト、にんにく)、食塩、カレー粉、粗糖、奄美生うこん、ボークエキス、香辛料、酵母エキス、ウスターソース
糀カレー	130g (6皿分)	498		和食の伝統の中で培われてきた発酵の知恵を生かし、身体にやさしく食べ飽きない、まろやかなカレールウを作りました。とろみは小麦粉でなく米粉で、後味さらり。米粉、甘酒、食用油脂(菜種油、パーム油)、食塩、カレー粉、オニオンパウダー、ひよこ豆パウダー、味噌、トマトパウダー、にんにく、しょうが、にんじんパウダー、酵母エキス、香辛料、昆布パウダー、椎茸パウダー、(一部に大豆を含む)
米粉カレー中辛	160g (6皿分)	429		米粉使用、国産野菜たっぷり！動物性原料不使用で胃にもたれません。米粉カレーは小麦アレルギーのお客様にも喜んでいただいている品ですが、小麦粉を使用したカレールウと同一ラインで製造しています。原材料：パーム油、野菜(じゃがいも、玉ねぎ、トマト、人参、にんにく、生姜)、米粉(埼玉産)、馬鈴薯澱粉、食塩、カレー粉、粗糖(喜界島産)、酵母エキス、生うこん(奄美大島産)、赤米粉、昆布、しいたけ
オーガニックカレールウ(中辛)	120g	664		厳選した有機素材使用 動物性原料・化学調味料・乳化剤・着色料・添加物・保存料不使用 原材料：有機小麦粉、有機パーム油、食塩、有機トマトペースト、有機砂糖、有機オニオンパウダー、有機カレーパウダー、有機ウスターソース、有機ジンジャーパウダー、有機ガーリックパウダー(原材料の一部に大豆、リンゴ含む)
オーガニックホワイトルウ	120g (7皿分)	610		ありそうでなかった、乳成分を使わない白いルウ。クリームシチュー、ホワイトソースが作れます。牛乳・牛乳・アーモンドミルクなど、ご家庭に合わせたミルク感をプラスしてご使用ください。原材料：有機小麦粉、有機パーム油、食塩、有機アガベシロップパウダー(有機アガベシロップ、有機マルトデキストリン)、有機オニオン、有機香辛料
オーガニックハヤシルウ	115g (4皿分)	535	① ②	植物素材だけでなく、豆味噌と赤ワインとココアとスパイスでコク深くちよっぴり和の要素も入った家庭の食卓にぴったりの味わいです。ハヤシルウのほか、シチューやハンバーグソースなどにも動物性原料不使用、オーガニック植物性原料のみで作りました。原材料：有機小麦粉、有機パーム油、有機トマトペースト、有機砂糖、有機オニオンパウダー、有機豆味噌、食塩、有機ココアパウダー、有機ウスターソース、有機香辛料、有機ガーリック、(一部に小麦・大豆・りんごを含む)
オーガニックカレーパウダー	20g	437		オーガニックスパイス100%の力強い風味と色をお楽しみください。カレーや炒め物など加熱調理で香りがいっそう引き立ちます。原材料：有機クミン、有機ターメリック、有機コリアンダー、有機フェヌグリーク、有機黒胡椒、有機唐辛子、その他有機香辛料
特選ガラムマサラ	15g	207	②	シナモンやナツメグなど香りのスパイスをブレンドしたガラムマサラです。カレーの仕上げに小さじ1ほどいれるだけで風味がグンとアップします。原材料：ナツメグ、シナモン、クローブ、カルダモン他香辛料
ファッションスパイス(料理の味が一発で決まる使い切りタイプのスパイス)	サングリアスパイス	2杯	207	1パックでカップ約2杯分のサングリアができます。高級ワインを用意する必要はありません。飲み残したワインやお手軽なワインで十分です。あとはジュースや炭酸と柑橘系のフルーツで1日寝かせればOK！ 原材料：粗糖、シナモン、オールスパイス、ローズマリー
	ホットワインスパイス	2杯	207	ヨーロッパのクリスマスシーズン定番のホットワインを簡単に作るスパイスです。やはり香りだけを活かすホール(粒)スパイスがポイント。赤ワインを温めた甘い飲み物ですのでお酒が弱い方でもお楽しみいただけます。りんごのコンポートなどデザート作りにも応用できます。 原材料：シナモン、クローブ、陳皮、粗糖
	王様のチャイススパイス	2杯	207	煮出して作るインド風ミルクティー用ミックス。1パックでティーカップ約2杯分、湯と牛乳をご用意していただくだけで、とっても簡単にチャイができるスパイスです。ホール(粒)スパイスのみを使うことで煮ても雑味が出ず、良い香りだけを引き出すことができます。 原材料：粗糖、紅茶葉、シナモン、カルダモン、フェネル、フェヌグリーク、アニス、メース
	ピクルススパイス	20g	207	酢と水を用意し、本品を加え沸かします。冷めてから、野菜を漬けて2日間冷蔵庫で寝かせたらできあがり！オリジナルブレンドのスパイス・ハーブとほどよい甘さで、さっぱりとしたピクルスが作れます。 原材料：砂糖、自然塩、赤唐辛子、ローレル、黒胡椒、ティル、ガーリックフレック
	王様のタンドリーチキンスパイス	15g	207	1/2カップのヨーグルトと本品を混ぜて、肉を漬けます。冷蔵庫で寝かせたら、オーブンやフライパンで焼くだけ。 原材料：食塩、コリアンダー、クミン、唐辛子、ローレル、ガーリック、ジンジャー、ガラムマサラ、ターメリック、カスリメティ
	パエリアスパイス	9g	207	スペイン料理の代表選手パエリアをおうちで簡単に作るスパイス。炒めた魚介とこのスパイスをお米に加え炊飯器で炊くだけ。食欲をそそる黄金色とサフランの香りで本格派の味わいです。 原材料：食塩、パプリカ、ガーリック、ターメリック、白胡椒、サフラン
	ジャンバラヤスパイス	11g	207	ジャンバラヤスパイスと一緒に炒め合わせた具材をお米と炊くだけでスパイスピラフの出来上がり。原材料：岩塩、パプリカ、ガーリック、クミン、黒胡椒、唐辛子、オレガノ、タイム
	ソーセージスパイス	13g	207	化学調味料や発色剤不使用の安心ソーセージ用シーズニング皮なしだけど手作り&出来立ての味は格別♪たっぷり挽き肉500g分です。 原材料：岩塩、パプリカ、グラニュー糖、ガーリック、オニオン、黒胡椒、パセリ、ナツメグ、セージ、唐辛子、タイム
	チリビーンズスパイス	14g	207	ほどよい辛味とオリジナルブレンドのハーブスパイスで一味違う仕上がります。チリビーンズをホットドッグにたっぷりかけた、チリドッグもおすすすめ。 原材料：食塩(国内製造)、パプリカ、ガーリック、粗糖、クミン、コリアンダー、唐辛子、黒胡椒、オレガノ、ナツメグ、クローブ、ローレル
	アジア春雨サラダスパイス	7g	207	戻した春雨にエビ・豚肉・香味野菜などお好みの具材を加え、本品とレモン汁で味付けするだけ。ハーブや魚醤・ガーリックの豊かな風味が広がる、アジア風味のサラダが手軽に作れます。 原材料：食塩(国内製造)、みじん切りオニオン、粗挽き唐辛子、レモンガラスパウダー、レモン皮チップ、粗挽きガーリック、魚醤、黒胡椒、ガーリックパウダー、鰹節パウダー

注文書と一緒にお届けするカ  
ラータラシをご確認ください！

# 10月の特別企画

翌々週配送  
ご注文は注文書P6へ！

## ①回目注文書掲載 ②回目配送

《ゼンケン》

暖房機総合カタログ2022-2023

会員価格：チラシ価格（税込）の15%引き

電磁波低減ヘアケアドライヤー

会員価格：チラシ価格（税込）48,480円 → 16,280円

## ②回目注文書掲載 ③回目配送

《ライブコットン》

快適天然素材 2022年-⑧

会員価格：チラシ価格（税込）の2%引き、

ただし⑪リネン&OCアーム&レッグウォーマー、

⑫リネン&OCローゲージソックス、⑬OC薄手おやすみソックス、

⑰ヒエトリパット (IMABARI) はチラシ価格（税込）

《PRISTINE》

会員価格：チラシ価格（税込）

## ③回目注文書掲載 ④回目配送

《しなもんや》

シナモンだけで作ったシナモンのドリンク、シナモンハーブウォーターetc

会員価格：チラシ価格（税込）の10%引き

《山織》

千亀利織毛布、国産楠の天然樟脳とオイル、万古焼の土鍋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）

ご注意ください！

町田シナモン2,000ml(ペットボ  
トル)、町田シナモンエールは扱  
いません。ご了承ください。

## ④回目注文書掲載 11月①回目配送

《本コミ》

●ジャパンマシニスト：大特価+新刊ご案内

●本の産直市：出版社の担当者が推し売り！

会員価格：チラシ価格（税込）

《地球ながもち屋》

100%自然素材で繰り返し使える脱臭・除湿剤、消臭インソール・枕カバー

会員価格：チラシ価格（税込）の2%引き

### 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
P17	そのまま使えるベジミート(畑の肉)ひき肉タイプ	名称	穀物で作った畑の肉(ひき肉タイプ)	そのまま使えるベジミート(畑の肉)ひき肉タイプ
P23	鳴門カットわかめ	容量	32g	27g
P28	海の精 国産特裁 豆味噌	名称	海の精 有機豆味噌	海の精 国産特裁 豆味噌
		原材料	有機大豆	特別栽培大豆
未掲載	栗しぐれ	容量	120g	100g
P56	純国産ポテトチップスうすしお味	容量	60g	55g
	純国産北海道はちみつレモンのど飴	容量	68g	57g
メーカー中止	OGマンゴー(冷凍)、くるみ餅、有機プロポリスエキス使用のど飴			
取扱い終了	焙煎鯉節(森田鯉節)、OGトマトジュース有塩			

※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。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。