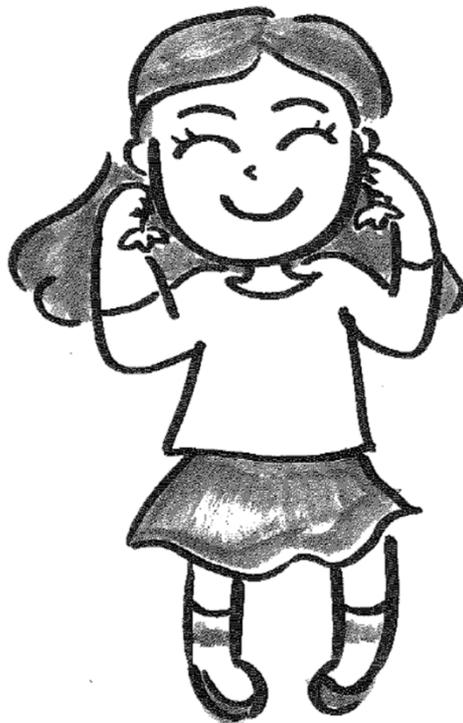




季節のとおき (月別カタログ) 2022年

★今月のピックアップ

- 天竺舎「島らっきょう」 (③回目P5)
- 正雄さん&正弘さん「スモモ」登場! (正雄さん②~④回目P1、正弘さん①回目P1)
- かざぐるま「びわ」あります! (①回目P1)
- かざぐるま「梅」 (①②回目P1)
- 橋詰キラリ農園「土付らっきょう」あります! (①回目P1)
- びっくニック「古代米」登場! (①③回目P1)
- 天竺舎の本「東ヒマラヤ山麓を訪ねて」9冊限定・特別価格です! (③回目P1)
- ボディクレイ「ねんど製品」セール! (②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
~アウトドアシーズン到来、焼き肉をどうぞ!~ (毎週)



June

6月

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



【6月の企画】

6月19日 (日)
平飼い鶏と田んぼの見学会
~南国市・高知市~

- 奥田誠志さんの鶏舎
- 井上正雄さんの田んぼ
- 猪谷英代さんの田んぼ

※詳しい内容はチラシをご覧ください
くさ



※宅配会員さんには6/20(月)に7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)	小松菜、サニーレタス、ニラ、青じそ、きゅうり、ナス、オクラ、インゲン、新玉ねぎ、赤玉ねぎ、大根、人参、新じゃがいも、にんにくなどの中から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）

(南国市) 井上正雄	はぶ茶	100g	354						
	きゅうり	3~4本	261					品種：つばさ	有機 JAS
	スジナシ豆	150g	288					品種：新江戸川	
	枝豆	150g	301					品種：サッポロミドリ	
	ニンニク	2~3玉	327					品種：自家種	
	ナス	250g	209					品種：千両	
	キャベツ	1個	301					品種：春波	
	じゃがいも	400g	261					品種：男爵、出島	
	トマト	200g	261					品種：フルチカ	
	オクラ	100g	170					品種：ベーターファイブ	
	赤しそ	1束	261					品種：自家種	
	玉ねぎ	2~3玉	261					品種：アップ、ソニック	
	玉ねぎ B品	800g	261					品種：サラダ	
	赤玉ねぎ B品	1玉	144					品種：恋むすめ、ベーターリッチ	
人参	2~3本	196					品種：綾誉、ちはま、アロマレッド	無・無	
(香美市) わたなべ農園	人参	350g	235						品種：綾誉、ちはま、アロマレッド
	人参ジュース用	700g前後	353						品種：自家種（土佐一）
	生姜	150g	271						品種：自家種（平戸）
	生姜お徳用	400g	651						品種：自家種（平戸）
	ニンニク	2~3玉	353						品種：七宝早生
	ニンニク（大）	1玉	235						
	玉ねぎ	660g	392						
玉ねぎ（小玉ちゃん）	380g	261							
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。	有機 JAS 無・無
	ニラ	100g	141						
	フキ（生）	250g	141					※ フキは下処理していません	

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)。

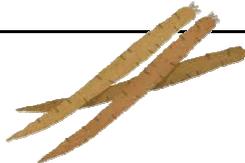
「無・無」: 栽培期間中農薬、化学肥料完全不使用のもの。もしくは有機JAS規格認定農薬を使用したもの(極力使用は避けるが、使用した場合は表示する)。

「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
かざぐるま (高知市)	山椒の実	80g	392						
	ニンニク	1玉程度	131					品種：ホワイト	
	じゃがいも	700g	261					品種：キタアカリ、メークイン	
	玉ねぎ	800g	327					品種：七宝	
	赤玉ねぎ	600g	261						
竹内自然農園 (香南市)	玉ねぎ	450~500g	261					品種：トップゴールド	
	ニンニク	1~2玉	261					品種：ホワイト	
	じゃがいも	400g	261					品種：メークイン	
	ズッキーニ	1~2本	261						
	かぼちゃ	400g前後	261					品種：栗南瓜	
	中長ナス	350g	261						
	水ナス	350g前後	261					品種：泉州水ナス	
	長ナス	350g前後	261						
	緑ナス	350g前後	261					品種：白丸茄子	
	ピーマン	200g	261					品種：金賞早生	
	甘長とうがらし	150g	261					甘みがあり、ほとんど辛味がありません。てんぷら、素焼き、漬物、油炒めなどに。	
人參	400g	261					品種：向陽2号		
島岡 (四万十町)	ニラ	100g	170					「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。	
天竺舎 (津野町)	島らっきょう	200g	458					③回目 掲載 ④回目 配送 10cm程度の土付。10年ほど前にいただいた粒をいくつか植えておいたら、このところどっと増えてきました！他のらっきょうは付近には植えていません。	

無・無

野菜(県外)

くまもと有機 (熊本県)	春ごぼう	300g	326					翌々週 配送品	熊本県産		有機 JAS または 無
-----------------	------	------	-----	--	--	--	--	------------	------	---	-----------------------

キノコ(高知県内)  宗安寺きのことセンター

宗安寺きのこ センター (高知市)	椎茸 (A品)	110~	222						品種：XR1号 (菌床栽培、薬剤不使用)	無・無
	椎茸 (B品)	120g	196						A品：肉厚で形のいいキズのないもの	
	生きくらげ	75g	248						品種：アラゲキクラゲ (菌床栽培、薬剤不使用)	

果物(高知県内)

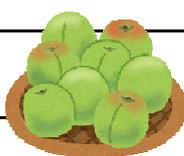
井上清澄 (土佐市)	甘夏	2kg	654						さっぱりした味が魅力です。	無・無
	レモン	1個	118							
かざぐるま (高知市)	ピワ	10個	131							
井上正雄 (南国市)	スモモ	300g	327						品種：メスレー	
井上正弘 (土佐市)	スモモ	1kg	588					①または②回目 配送	品種：メスレー ※配送回は選べません。①か②回目の果実の状態がよいときにお届けします。	

オルター・トレード・ジャパンの「バランゴンバナナ」

バナナ		約500g	398						バランゴンバナナは、フィリピンのネグロス島で飢餓とたたかいながら子どもたちに人間らしい生活を残したいと頑張る人びとと、「いのち・暮らし・自然を守る」ことをテーマに、生産者と消費者、南と北の共生をめざす日本の人びとの出会いから生まれました。バランゴンバナナを味わうことは、フィリピンの生産者たちの暮らしを応援し、共生の地球環境づくりへとつながっています。今は、ネグロス島だけでなくフィリピン各地で栽培されています。南の生産者と日本の消費者を「顔の見える関係」で結ぶバランゴンバナナ民衆交易の輪は、さらに広がっています。原産地：フィリピン ※輸入時の植物検疫の結果、青酸ガス燻蒸を受けることがあります。	無・無
-----	---	-------	-----	--	--	--	--	--	--	-----

梅

梅仕事の季節ですね。梅干しづくりには青梅、熟れた梅お好みで。
また青梅は梅シロップ、梅酒に、熟れた梅は梅ジャムにおすすめです。

品名		容量	会員価格	①	②	③	④	備考	表示
かざぐるま (高知市)	梅 (サイズ混合)	1kg	588						無・無

氷砂糖

氷砂糖	梅シロップ、梅酒づくりどうぞ！	1kg	888					浜松氷糖。昔ながらの製造方法により3~4週間かけてじっくり結晶を育てた、手づくり自然結晶氷砂糖です。味がよく、溶けやすいので、梅酒・果実酒・梅シロップを作るのに最適です。 原材料：てん菜糖（北海道産）	
-----	-----------------	-----	-----	--	--	--	--	---	--

梅シロップの作り方

《材料》青梅1kg、氷砂糖1~1.5kg、酢100~200cc

《作り方》

- ①容器を煮沸消毒
- ②青梅をきれいに洗って、水けをふきとる。
- ③竹串を使って丁寧にへたを取る。
- ④ビニール袋に入れ、冷凍庫で24時間以上寝かせる。
※繊維が破壊されるので梅のエキスが出やすくなります。
発酵の可能性が少なくなるのでおススメ！
- ⑤容器に青梅と氷砂糖を入れ、最後に酢を入れる（発酵予防のため）
- ⑥冷暗所で保存。
果実が浮いてきたら（2~3週間程度）取り出して出来上がり。



高知には個性豊かな天日塩の生産者がたくさんいます。
塩といえども、その味わいはいろいろ。
味わい比べて、好みの味を発見してくださいね。



高知の完全天日塩

土佐の塩丸	200g	817					ソルティープ（黒潮町）土佐の塩丸=海水-水分。塩一粒一粒に海のミネラルが丸ごと詰まっています。
あまみ	500g	1,623					土佐のあまみ屋（黒潮町）太陽と風と美しい海のおかげで美味しい塩が結晶しました。
土佐の山塩小僧	200g	790					塩の呂（四万十町）海で生まれ山で育った天日塩。山で作るお塩に、海と山を繋ぐという想いと豊かな緑に包まれたおいしさを少しでも添えることができれば…」そんな思いで作っています。
美味海（うまみ）	100g	369					海工房（黒潮町）「GO SLOW」をスローガンに、こだわりと自信を持って、丁寧に丹念にお塩を作っています。
	230g	664					



橋詰キラリ農園（高知市久礼野）

久礼野は、高知市北部の里山、虫も飛び自然豊かな場所です。この自然の中で、子育て中のお母さん二人で、安全でおいしい野菜を作ることを目指して「橋詰キラリ農園」を始めて11年になります。二人で力を合わせ、仲良く野菜を作っています。

らっきょう

橋詰キラリ農園 (高知市)	土付らっきょう (3年物)	500g	588				植え付けから収穫まで3年かけた「らっきょう」は小粒で繊維が細かく身が閉まり、シャキシャキと歯切れの良いのが特徴です。	無・無
------------------	------------------	------	-----	--	--	--	--	-----

6月の新共同購入品

「国内産有機小麦粉・強力粉」

ムソー

国内産有機小麦粉を製粉した強力粉です。パン作りや餃子の皮の材料に適しています。品種は「ハルヨコイ」



「高菜漬(きざみ)」

オーサワジャパン

九州産 農薬不使用高菜使用。じっくりと乳酸発酵させ、味わい深い古漬けに仕上げられています。刻んであるので、お料理にそのまま使えて便利です。ごはんのお供、チャーハンやラーメンと一緒にぜひ。

・砂糖・化学調味料・着色料・漂白剤不使用



「アーモンドプードル(皮付き・生)」

オーサワジャパン

アーモンドを皮ごと粉末にしました。ほのかに甘く風味がよい

- ・海外認証原料使用
- ・アーモンドを皮ごと粉末
- ・ほのかな甘みと渋み
- ・食塩・添加物不使用
- ・菓子の材料などに



「のむこんにゃく グレープ」

オーサワジャパン

のむこんにゃくにグレープ味が新登場！有機ぶどう果汁の爽やかな甘さが食欲の無くなる暑い時期にもぴったりです。凍らせてシャーベットにして食べるのも、よりさっぱりとしておすすめです。

- ・砂糖不使用
- ・国産こんにゃく粉使用

※夏季限定



品名	容量	会員価格	①	②	③	④	原材料または成分
国内産有機小麦粉・強力粉	500g	624					有機小麦（北海道）
高菜漬（きざみ）	130g	251					高菜（九州産）、漬け原材料【梅酢、麦芽水飴、食塩（天日塩）、ウコン粉（鹿児島産）】
アーモンドプードル（皮付き・生）	50g	503					アーモンド（アメリカ産）
のむこんにゃく グレープ	125g	260					有機ぶどう果汁【ぶどう（アメリカ・アルゼンチン産）】、こんにゃく粉

6月の新共同購入品

信州自然王国の「かき氷シロップ」4種

果物や抹茶などの素材と北海道のてんさい糖で作られたかき氷シロップが新登場！
着色料や香料などは一切不使用なので、安心安全で素材そのものの風味が味わえます。
ヨーグルトやバンケーキにかけたり、炭酸やカクテルなどの飲み物に混ぜても。※夏季限定

「いちご」

いちご果汁・果肉使用。
いちごの濃厚な風味



「ブルーベリー」

ブルーベリー果汁・果肉使用。ブルーベリーの爽やかな風味



「抹茶」

愛知産「西尾の抹茶」使用。抹茶の豊かな香り

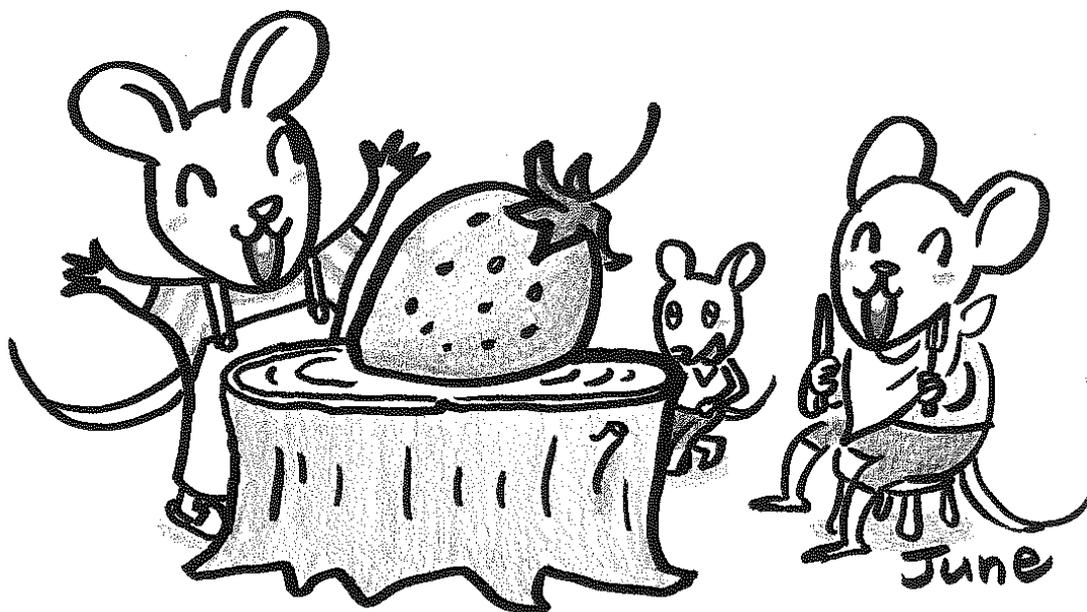


「国産レモン」

瀬戸内産レモン果汁使用。レモンの爽やかな酸味



品名	容量	会員価格	①	②	③	④	原材料または成分
かき氷シロップ (いちご)	250g	473					てんさい糖、いちご(モロッコ産)、いちご濃縮果汁[いちご(EU産)]、有機レモン果汁[有機レモン(イタリア産)]
かき氷シロップ (ブルーベリー)	250g	473					てんさい糖、ブルーベリー(アメリカ産)、ブルーベリー濃縮果汁[ブルーベリー(EU産)]、有機レモン果汁[有機レモン(イタリア産)]
かき氷シロップ (抹茶)	250g	473					てんさい糖、抹茶(愛知産)
かき氷シロップ (国産レモン)	250g	567					てんさい糖、レモン果汁[レモン(瀬戸内産)]





高知のいろいろな！

高知オーガニックマーケットでおなじみの
ぴっくニックさんが久々の登場です！

古代米 ピっくニック (高知市)

香美市土佐山田町の圃場で、自家製の「納豆・イースト・乳酸菌の力AI」（えひめAI2同等の微生物資材）や、室戸の海洋深層水で作った自家製のにがり、鶏糞などを使って栽培された農薬・化学肥料不使用の古代米です。アントシアニンを含んだ紫黒米で、白米に混ぜて炊くときれいな色になります。あっさりとした味わいのうるち米品種です。

品名	容量	会員価格	①	②	③	④	備考・原材料
古代米（紫黒米）	450g	728					無 無 無
	1kg	1,587					品種：オクノムラサキ（うるち米）（香美市土佐山田町産）

干し椎茸 藤本成子 (高知県大豊町)

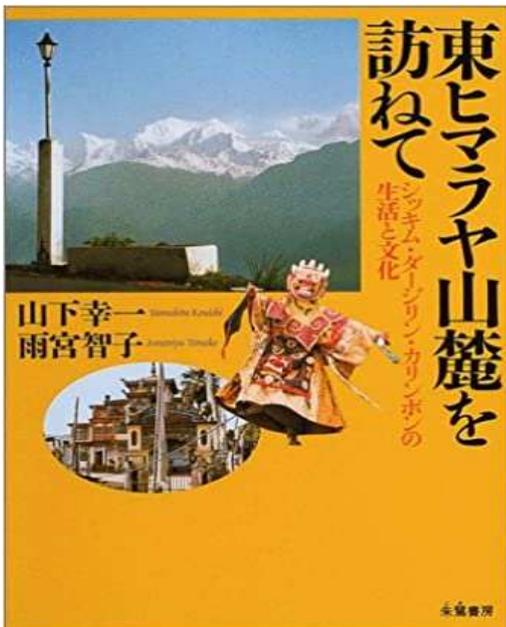
山から切り出したクヌギやならの原木に菌を植え付けるコマ打ちをし、採れた椎茸を天日干ししています。殺虫剤はもちろん不使用。小ぶりながらしっかりとうまみのある美味しい干ししいたけです。

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）
------	-----	-----	--	--	--	--	---

本「東ヒマラヤ山麓を訪ねて —シッキム・ダーズリン・カリンポンの生活と文化—」

山下幸一さん（土といのち 前理事長）と雨宮智子さん（天竺舎）の著書です。

9冊限定！
定価2,800円＋税のところ、
今回は特別価格
1,800円です。
他では手に入りません！



ゴンパ、バザール、旧王国の街のにおい…。世界遺産の「トイ・トレイン」でシッキム、ダーズリン、カリンポンの雄大な山々に行く。歴史に触れ、ゆったりと自然に憩う旅のすすめ。

《目次》

序章 および入城許可証

第一部 地域ガイド

第一章 ヒマラヤン・ヘリテージ — 伝統を今に伝える宿

第二章 ダージリンを巡る

第三章 カリンポンに憩う

第四章 東シッキム — ガントク周辺

第五章 西シッキム — ペマヤンツェ周辺

第二部 解説

第一章 歴史略説

第二章 多様な民族

第三章 宗教・寺院・祭り

第四章 生活文化

第五章 お茶の話

(コラム) ネパール・シッキムの民話

本 「東ヒマラヤ山麓を訪ねて—シッキム・ダーズリン・カリンポンの生活と文化—」	1冊	1,800					山下幸一・雨宮智子/著 朱鷺書房（2004年） A5判/256 ページ
--	----	-------	--	--	--	--	--

注文書と一緒にお届けするカラシをご確認ください！

6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

○○✳○○○✳○○○✳○○○✳○○○

《ハート》

本麻シリーズの寝具、有機高密度防ダニカバー、有機洗えるそばっこ枕etc

会員価格：チラシ価格（税込）

②回目注文書掲載 ③回目配送

○○✳○○○✳○○○✳○○○✳○○○

《People Tree》

2022春夏コレクション

会員価格：チラシ価格（税込）

③回目注文書掲載 ④回目配送

○○✳○○○✳○○○✳○○○✳○○○

《山織》

リネンガーゼの寝具、植物で染めたボタニカルダイの寝具・靴下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）

《彩生舎》

ローズ・デ・アルガンシリーズ、薬用入浴剤etc

会員価格：チラシ価格（税込）の2%引き、
ただし水の彩シリーズは価格表参照

【水の彩価格表】

- ・ナチュラ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
- ・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
- ・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

④回目注文書掲載 7月①回目配送

○○✳○○○✳○○○✳○○○

《本コミ》

家庭画報が選んだ本当の出会い

会員価格：チラシ価格（税込）

《地球ながもち屋》

100%生分解できる安心安全な食器、自然素材100%のグリル用敷石

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612円

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
メーカー中止	アイラップ、ボックスオーリーシャンプー詰替			
取扱い終了	野菜ジュース（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曜日の共同購入品から外したのですが、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。