



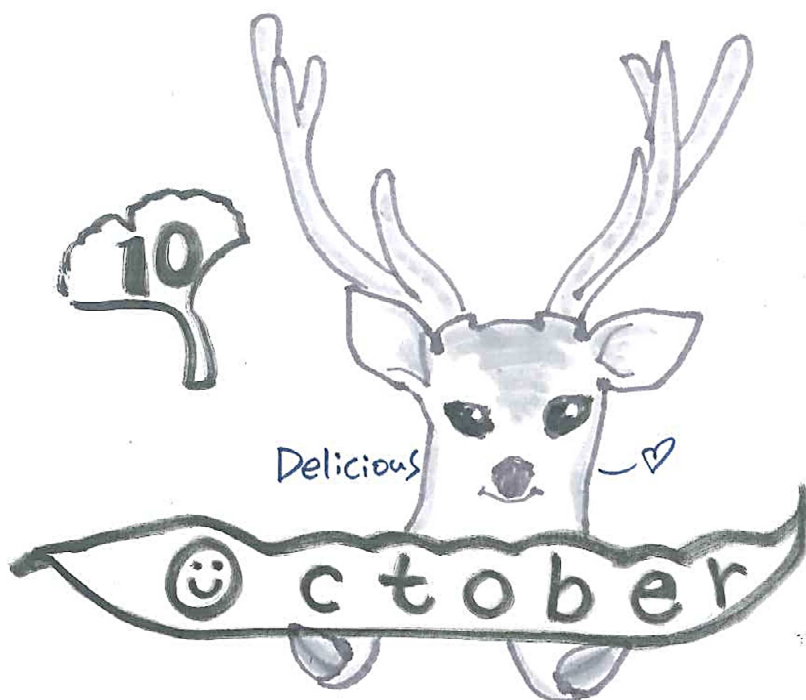
# 季節のとおき (月別カタログ) 2024年

## ★今月のピックアップ

- 好評！くまもと有機の会「新レンコン」(毎週P5)
- 大阪愛農食品センター「早生みかん」(②④回目P5)
- おぐらやま農場「リンゴ/シナノスイート」(①回目P5)
- 竹嶋有機農園「リンゴ/紅玉」(③回目P5)
- 森沢純行「西洋蜜蜂&日本蜜蜂の百花蜜」(④回目P1)
- 高知こどもの図書館「2025カレンダー」(②③④回目P1)
- 野いちごの場所「クッキー」(④回目P5)
- 井上スパイス特集！(③回目P5)

おぐらやま農場  
『土といのち通信』の「各地の生産者だより」に  
載っています。読んでくださいね。

- 別添チラシ&専用注文書  
第3世界ショップ(②回目)



# 10月

	日	月	火	水	木	金	土
①回目 配送	9/29	9/30	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b> ● 新月	4	5
②回目 配送	6	7	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	11 ☽ 上弦	12
③回目 配送 予約米配送	13	14 スポーツの日	15	16	17 ○ 満月	18	19
④回目 配送	20	21	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b> ☾ 下弦	25	26



毎年好評の、レンコン(くまもと有機の会)と紅玉リンゴ(竹嶋有機農園)が始まります！  
昨年に引き続き、みかん(大阪愛農食品センター)と、リンゴはおぐらやま農場のものも扱います。  
夏の暑さに負けず育った農産物を美味しく食べて元気に過ごしましょう。

※宅配会員さんには10/14(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560~660円程度+クール便230~360円)					ニラ、ホウレン草、小松菜、甘長シシトウ、ナス、ゴーヤ、カボチャ、大根、カブ、里芋、サツマイモ、ニンニク、生姜、柚子玉 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、12-14時、14-16時、16-18時、18-20時、19-21時、20-21時)

谷川農園 (梶原町)	直送 野菜セット	1セット (6品目以上)	1,363円+送料902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、ズッキーニ、ミニトマト、さやいんげん、にんじん葉、小玉玉ねぎ、ペコロス(極小玉玉ねぎ)、じゃがいも(メークイン・男爵)、レモンパジル、エゴマの葉、イタリアンパセリ、にら 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	1,683円+送料902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)

◎送料：通常は902円(常温便・高知県内/ヤマト便)ですが、平日出荷の場合は818円(常温便・高知県内/ゆうパック)。

ただし気温が高くクール便の場合は1,232円(高知県内/ヤマト便902円+クール料金330円)となります。

◎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

## 野菜単品（高知県内）

井上正雄 (南国市)	キュウリ	2~4本	282					品種：地這	有機 J A S
	サツマイモ	500g	388					品種：金時	
	田芋	250g	255					品種：自家種	
	人参葉	120g	225					品種：黒田5寸	
	生姜	100g	220					品種：自家種	
	ナス	2~3個	247					品種：千両	
	オクラ	80~100g	197					品種：アーリーファイブ	
わたなべ 農園 (香美市)	囲い生姜	100g	220					品種：自家種(土佐一)	無・無
	玉ネギ	380g前後	288					品種：ターザン ※岡山県産	
	ニンニクお徳用	150g	654					品種：平戸	
	ニンニク	50g	261						
	ジャガイモ	430g	327					品種：アンデス	
	中長ナス	300g	282					品種：筑陽	
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。	
	ニンニク	150g	254						
	リュウキュウ	500g	169						

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。

## 野菜単品(県外)

品名		容量	会員価格	①	②	③	④	備考
大阪愛農食品センター	人参	500g程度	400					北海道産
くまもと有機の会	新レンコン	500g	488			翌々週 配送品		熊本県産

## キノコ(高知県内)



宗安寺きのこセンター (高知市)	生きくらげ	75g	240					品種：アラゲキクラゲ(菌床栽培、薬剤不使用)
---------------------	-------	-----	-----	--	--	--	--	------------------------

## 果物(県外)



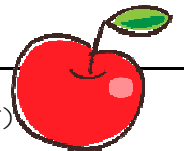
大阪愛農食品センター	早生みかん	1kg程度	680		②④回目 掲載 ③11月 ①回目 配送			大阪府または和歌山県産 出始めの頃は青めの早生みかんとなります。
------------	-------	-------	-----	--	---------------------------------	--	--	-------------------------------------

## おぐらやま農場のリンゴ「シナノスイート」

おぐらやま農場(長野県安曇野市)は、野菜畑は無農薬栽培、果樹園は慣行栽培の30%程度の低農薬栽培です。化学肥料・畜産堆肥は10年以上不使用。

シナノスイートは長野生まれの品種。

果汁が多く、その名前の通り甘味たっぷりで酸味が少なく人気です。



シナノスイート(中玉) *10kg箱で36~40個入	1kg前後(バラ)	935	②① 回回 目目 配配 送送	おぐらやま農場(長野県安曇野市) 化学農薬使用数:13剤 (長野県の慣行栽培では平均30剤使用) 化学農薬使用量は長野県標準使用量の15.2% 化学肥料・除草剤・窒素肥料不使用。 ※詳しくは別紙の「りんご防除予定・実施記録」をご覧ください。
	10kg箱入	8,658		
	15kg箱入	13,042		
シナノスイート(大玉) *10kg箱で30~32個入	10kg箱入	9,754		
	15kg箱入	14,686		

## 竹嶋有機農園のリンゴ「紅玉」



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。

紅玉	1kg前後(バラ)	1,718	④③ 回回 目目 配配 送送	竹嶋有機農園(青森県南津軽郡藤崎町) 化学農薬使用回数:12回(クレフノン、セルバイン/生理障害防止、コンフェザー-A/性フェロモン剤、バイオマックス/BT生菌剤、ICポルドー412) (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。 ※詳しい防除暦は届き次第配布予定です。
	4~4.5kg箱入	6,362		
	8~9kg箱入	12,251		

## オルター・トレード・ジャパンの「 balan gonバナナ」



balan gon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。balan gon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、人と人、人と自然が共生する持続可能な社会づくりにつながっています。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」関係で結ぶbalan gonバナナ民衆交易の輪は、さらに広がっています。

balan gonバナナ		約500g	450					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。
--------------	--	-------	-----	--	--	--	--	--

# 10月の新共同購入品

## 「クラッシュトマト (国産有機トマト100%使用)」 光食品

国産有機トマトを皮付きのままクラッシュした、レトルトパウチ品です。クエン酸は不使用です。  
大変貴重な国産有機トマトを100%使用。パスタソースや煮込料理、スープなどトマトベースの料理にお使いいただけます。加熱せずにそのままでもご使用いただけます。



## 「有機南高梅・塩味控えめ」 ムソー

和歌山県産の果肉たっぷりの有機南高梅を使用し、塩味控えめに漬けた梅干しです。  
伝統製法で仕上げた紫蘇漬け梅干しです。  
これぞ南高梅、皮が薄く種は小さく果肉たっぷり、フルーティ。塩味控えめなので、果肉のフルーティな感じがよくわかります。  
■天日干し  
■塩分約14%



## 「オーサワの有機しそ漬け梅干」 オーサワジャパン

奈良産有機梅・紫蘇使用  
大粒で肉厚、紫蘇の香り高くしっかりとした酸味  
■天日干し  
■塩分17%



## 「西岡さんが育てたうなぎ蒲焼(大)」 西岡養鰻

養鰻場の目の前の奈半利川の河口で獲れたシラスウナギをそのまま池入れしているの、鮮度・元気が違い、獲れた奈半利川の水で育てているためか、病気にもなりにくいです。  
飼育は無投薬で、池の洗浄時も薬剤は使いません。  
養鰻用飼料の他に、地元の酒造メーカー「美丈夫」の酒粕も与えています。発酵食品だからなのか、腸内環境が整い、健康で、身質が柔らかくなるそうです。  
高知県で獲れたシラスウナギを高知県で育てて、高知県全体の「うなぎ」を盛り上げて、「うなぎ」を「高知県全体のブランド」にすることが、西岡さんの目標です。



品名	容量	会員価格	①	②	③	④	原材料または成分
クラッシュトマト(国産有機トマト100%使用)	300g	601					有機トマト(国産)
有機南高梅・塩味控えめ	180g	953					有機梅(和歌山県産)、天日塩(オーストラリア産)、漬け原材料(有機梅酢、有機しそ)
オーサワの有機しそ漬け梅干	170g	604					有機梅(奈良産)、食塩(中国内モンゴル自治区産)、有機赤紫蘇(奈良産)
西岡さんが育てたうなぎ蒲焼(大)	160g +タレ 15g	4,084	①③回目 掲載	②④回目 配送			うなぎ(高知県産)、本醸造醤油(大豆・小麦(国産))、発酵調味料、粗糖(種子島産)、さんしょう(和歌山県産)



# 高知のいいものいろいろ！

ご要望にお応えし、  
2年ぶりに登場です！

## 西洋蜜蜂&日本蜜蜂の百花蜜 森沢純行

西洋蜜蜂は高知市針原の山中で養蜂し、日本蜜蜂は針原・上里・唐岩・川口の山中の道脇に巣箱を設置しています。  
周辺の草花は温州みかん・レモン・文旦・クローバー・れんげ・菜の花などがあります。

品名	容量	会員価格	①	②	③	④	備考
森沢さんの百花蜜 西洋蜜蜂	900ml	5,229					高知市針原 採蜜時期：5、7月頃 熱処理：50℃
森沢さんの百花蜜 日本蜜蜂	900ml	5,882					高知市針原・上里・唐岩・川口 採蜜時期：7～8月頃 熱処理：70℃ <span style="border: 1px dashed black; padding: 2px;">限定10本！</span>

## 高知こどもの図書館 2025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、現在は認定NPO法人になりました！

2025年のカレンダーテーマは「さきへ」。

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。

■いのうえさとこ/織田信生/甲藤征史/コマツシンヤ/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/村岡マサヒロ (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。



高知こどもの図書館 2025カレンダー	1冊	1,100					サイズ：36.4×25.7cm (使用時) 日曜日始まり
------------------------	----	-------	--	--	--	--	---------------------------------



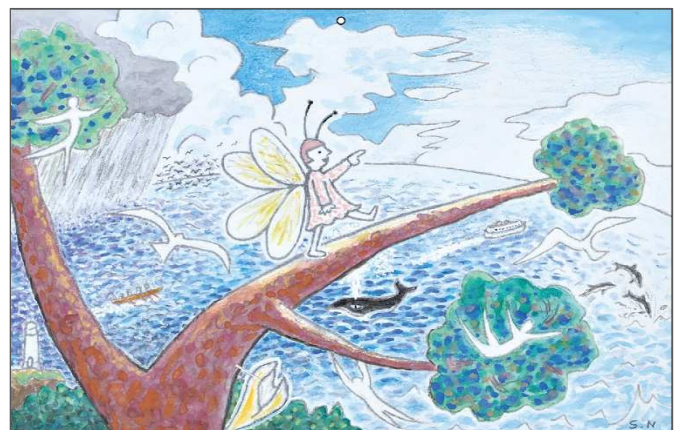
表紙



裏表紙



4月 田島征彦さん



6月 西村繁男さん



# 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(ポリビア産)、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枚にの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①回目配送



# 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2025年4月)を予定しています。  
お気に入りの品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
カレーブック (本格チキンカレー)	69g (6皿分)	1,036					手作りチキンカレー用のスパイス&レシピがこの一冊に。詳しい作り方とスパイスの解説つきだから、初めての方でも安心して作れます。唐辛子が別袋に入っているので、微辛〜大辛までお好みの辛さに調節可能。お客様のいるご家庭でもOKです。鶏肉・玉ねぎ・トマト缶・にんにく・しょうが・油・塩などの食材は別途ご用意ください。原材料：○カレールウ：小麦粉(小麦(北海道産))、パーム油、食塩、ラード、オニオンパウダー、トマトペースト、粗糖、カレー粉、はちみつ、チャツネ、ポークエキス、にんにくペースト、ウスターソース、クミンパウダー、うこんペースト、ガラムマサラ、ジンジャーパウダー、コリアンダーパウダー、唐辛子、酵母エキス、ローレルパウダー、カルダモンパウダー、黒胡椒、セロリーパウダー、(一部に小麦・豚肉・りんご・バナナを含む) ○チキンマサラ：コリアンダー(モロッコ)、クミン、ターメリック、ガーリック、ジンジャー、黒胡椒、フェネル ○チキン用スターソース：シナモン(中国)、唐辛子、グリーンカルダモン、クローブ ○レッドペッパー：唐辛子(中国) ○ガラムマサラ：シナモン(ベトナム)、ナツメグ、コリアンダー、クローブ、フェネル、カルダモン
奄美カレー・ちびっこ	200g (6-8皿分)	488					沖縄県産黒糖でまろやかなコクを出した、お客様用カレールウ。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、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、ポークエキス、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)	456					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仕上げています。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、ポークエキス、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)	456					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、ポークエキス、香辛料、酵母エキス、ウスターソース
糀カレー・甘口	130g (6皿分)	497					砂糖を使わず糀甘酒とデーツのクックのある甘味を生かした、甘口のカレールウです。国産米粉を使用しているためさらさらとした口当たり。幅広い方が召し上がれるよう辛みは控え、動物性原料は使っていません。ヴィーガン認証取得済み。原材料：米粉(米(国産))、食用油脂(菜種油、パーム油)、甘酒、デーツシロップ、食塩、オニオンパウダー、ひよこ豆パウダー、トマトパウダー、生姜ペースト、カレー粉、香辛料、にんにくペースト、にんじんパウダー、酵母エキス、昆布パウダー、椎茸パウダー
糀カレー・中辛	130g (6皿分)	497					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、後味さっぱり。ヴィーガン認証取得済み。原材料：米粉(米(国産))、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)
オーガニックカレールウ(中辛)	120g (5皿分)	663					厳選した有機素材使用 動物性原料不使用 オーガニックならではの豊かな香りと味わいです。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、リンゴを含む)
オーガニックホワイトルウ	120g (7皿分)	611					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・豆乳・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)	611					豆味噌と赤ワインとココアとスパイスでコク深くちょ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 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
オーガニックカレーパウダー	20g	497					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に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reek、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	228					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ほど入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
マジカラ	10g	228					ハバネロを使った、カレーを辛くするスパイス。盛り付け後各自のお皿で振りかけてください。これがあれば子どもと大人のお鍋を分ける必要なし。辛味だけでなく香りも大切にしたい自慢のブレンドです。原材料：クミン、カルダモン、黒胡椒、唐辛子、シナモン、ハバネロ、クローブ、ガーリック
ハーブソルト	35g	207					3種類の塩と爽やか系ハーブ、ガーリックチップなどをブレンドしたハーブソルトです。サラダや炒め物、揚げ物に。原材料：食塩(国内製造)、岩塩、オニオン、ガーリック、黒胡椒、バジル、パセリ、ペパーミント
フアッシュions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杯分	228				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
フアッシュionsスパイス	ホットワインスパイス	2杯分	228				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
フアッシュionsスパイス	王様のチャイススパイス	2杯分	228				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reek、アニス、メース
フアッシュionsスパイス	ピクルススパイス	20g	228				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、ディル、ガーリックフレーク
フアッシュionsスパイス	王様のタンドリーチキンスパイス	15g	228				1/2カップのヨーグルトと本品を混ぜて、肉を漬け込みます。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
フアッシュionsスパイス	ソーセージスパイス	13g	228				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
フアッシュionsスパイス	チリビーンズスパイス	14g	228				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
フアッシュionsスパイス	アジアン春雨サラダスパイス	7g	228				戻した春雨にエビ・豚肉・香味野菜など好みの具材を加え、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、アジアン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、鯉節パウダー

③ 同日掲載  
④ 同日配送

注文書と一緒に届けますから  
チラシをご覧ください！

# 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



《ライブコットン》

快適天然素材 2024年-⑧

会員価格：チラシ価格（税込）の2%引き、

ただし、PRISTINE 製品、「シルク&コットン・タオルケット」

「素肌にシルクふんわり足口靴下」「ヒエトリパット (IMABARI)」はチラシ価格（税込）

## ②回目注文書掲載 ③回目配送



《本コミ》

●担当者のおすすめ本の産直市

●世界文化社「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）

《日本創健》

乾燥する季節のスキンケアにナチュラル馬油

\*レモンマートルティーツー・のど飴は仕入先終売のためご注文いただけません。

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



10月限定の  
特価キャンペーンです！

《ゼンケン》

暖房機総合カタログ2024▶2025

会員価格：特価キャンペーン！チラシ価格（税込）の18%引き、

ただし、電気ホットカーペット（本体、カバー付）は

キャンペーン対象外のためチラシ価格（税込）の15%引き

## ④回目注文書掲載 11月①回目配送



《山織》

OGコットン毛布・枕・枕カバー、暖かい靴下、木曾生まれの木の雑貨

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
P11	大納言ブレッド	品名	一斤パン 大納言	大納言ブレッド
P16	国内産いりごま・黒	原材料産地	鹿児島	鹿児島、長崎
P43	ピリ辛チキンバー	原材料一部	「さつまいもでん粉」使用	「さつまいもでん粉」を抜いて、現在使用の「小麦粉、もち粉」を調整して製造
未掲載	鶏とおからのチキンナゲット			
P46	OGブラックココア	容量	120g	100g
未掲載	Artisan 水出しアイスコーヒー	容量	15g×6p	15g×5p
P52	有機ほの甘あずき	原材料	有機小豆（転換期間中、北海道産）、有機きび糖	有機小豆（北海道産）、有機きび糖
取り扱い終了	有機鷹の爪、ゆずみそ、有機塩こうじ、有機玄米塩こうじ（やさか共同農場）、ヘビー全身シャンプー（太陽油脂）			
メーカー中止	プレーンベーグル（さくらベーカリー）、有機オートミール250g、菜たね油820g（鹿北製油）、オーサワの有機発芽玄米ごはん（玄もち麦入り）			

※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。