



# 季節のとっておき (月別カタログ) 2025年

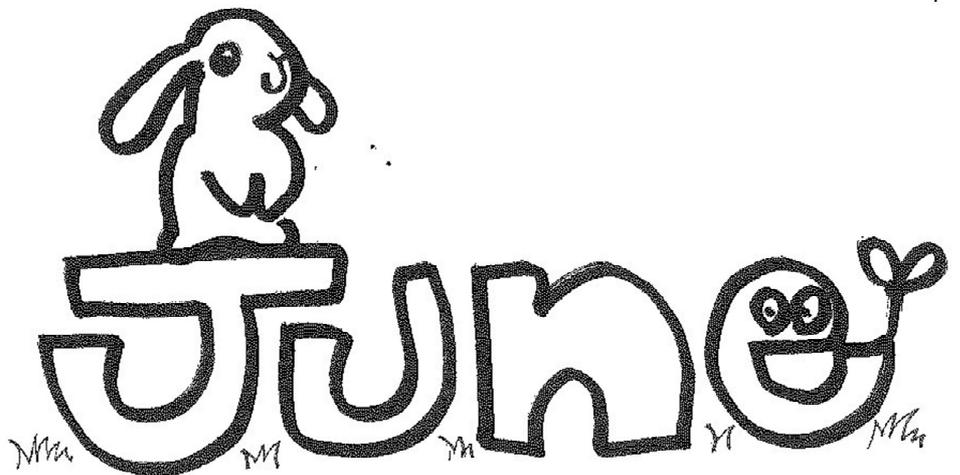
## ★今月のピックアップ

- 毎年好評！くまもと有機の会「春ゴボウ」(②④回目P5)
- 登場！かざぐるま「梅」(①回目P1)
- 登場！天竺舎「ラッキョウ」(①回目P5)
- ヒマラヤンオーガニック「イラム紅茶&チャイ」(③回目P5)
- drie(ドゥリィ)「焼き菓子いろいろ」(①回目P5)
- 山地酪農牛乳キャンペーン！(③回目P2)
- 自然素材の防虫剤 特集！(①③回目P1、④回目P5)
- 防災特集～備蓄できる食材～(②④回目P1)

### ●別添チラシ&専用注文書

- 第3世界ショップ(①回目)
- 2025年度 予約米(①回目)

# 6月



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

【6月の企画】  
**夏野菜のピクルスを作りましょう**

日時:6月15日(日)  
13:30~15:45

場所:  
こうち男女共同参画センター  
ソーレ 4階 調理実習室

詳しくはチラシをご覧ください。



※宅配会員さんには6/16(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)	1,493円+送料 (常温便・高知県内560~660円程度) クール便で発送する場合があります。 (+230~360円)					キュウリ、ナス、インゲン、ズッキーニ、青じそ、甘長シシトウ、サニーレタス、ニラ、青ネギ、玉ネギ、ニンニク、人参、大根、ジャガイモなどの中から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)

## 野菜単品（高知県内）

井上正雄 (南国市)	新玉ネギ (A品)	500g前後	311					品種：アップ2号、ソニック	有機JAS
	新玉ネギ (B品)	700g前後	311						
	レタス	1個	295					品種：シスコ	
	サニーレタス	1個	261					品種：レッドファイヤー	
	人参	2~3本	282					品種：ベーターリッチ	
	赤玉ネギ (A品)	1~2個	353					品種：サラダ	
	赤玉ネギ (B品)	1~2個	288						
	キャベツ	1個	494					品種：春空、おきな	
	ジャガイモ	400g	282					品種：出島、男爵	
	スジナシマメ	100g	248					品種：新江戸川	
	キュウリ	2~4本	295					品種：つばさ	
	ズッキーニ	1本	225					品種：緑、黄	
	枝豆	130g	324					品種：サッポロミドリ	
	エンサイ	100g	225					品種：なつサラダ	
	ネギ	100g	225					品種：自家種	
ピーマン	150g	239					品種：信州みどり、京まつり		
ナス	2~4本	311					品種：黒小町、千両		
わたなべ 農園 (香美市)	人参	350g	261					品種：彩誉	無・無
	人参ジュース用	650g	392						
	囲い生姜	100g	261					品種：自家種(土佐一)	
	サツマイモ	400g	418					品種：べにはるかPVP	
	サツマイモお徳用	800g	732						
	玉ネギ	2個	261					品種：ポルト、アンサー	
		660g	392						
	新ニンニク	2~3個	353					品種：平戸	
		1個	261						
	実エンドウ(むき)	100g	327					品種：久留米豊、うすい	
実エンドウ(さや付)	300g	458							
新ゴボウ	140g	418					品種：大浦太		
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
	生フキ	250g	169						無・無
	ニラ	100g	155						
かざぐるま (高知市)	大葉	15枚	131					無・無	

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)。

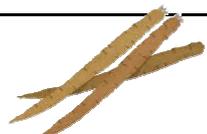
「減」：慣行農法に比べての減少率4割以上。使用農薬および回数表示。ネオニコチノイド系農薬は一切不使用。その他の農薬については、採用基準<農薬・化学肥料の使用基準>に準じる。

## 野菜単品（高知県内）

品名		容量	会員価格	①	②	③	④	備考	表示
りか農園 (南国市)	葉ゴボウ	200g	227					関西で親しまれている葉野菜。葉には苦みがあるため佃煮など味付けは濃い目にするのがポイント。茎や根にはクセが少ないため、煮物・炒め物・きんぴらなどさまざまな料理に活用できる。	無・無
	小松菜	150g	227					品種：照彩	
	春菊	150g	227						
	ミニ赤大根	1本	190					品種：紅三太	
	実エンドウ（むき）	150g	280					品種：うすい	
	スナップエンドウ	150g	255						
	紫キャベツ	1個	290					品種：ルビーボール	
	ミニ大根	1本	169					品種：三太郎	



## 野菜単品（県外）

くまもと有機の会	春ゴボウ	300g	313	②④回目 掲載 ③回目 7月①回 目配送	熊本県産		有機 JASま たは 無・無
----------	------	------	-----	----------------------------------	------	---	-------------------------

## 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				 宗安寺きのこセンター 品種：アラゲキクラゲ（菌床栽培、薬剤不使用）	無・無
あおぞら 蒼空舎 (高知市)	生きくらげ	80~88g	209				品種：アラゲキクラゲ（菌床栽培、薬剤不使用）	

## 果物(県外)

### オルター・トレード・ジャパンの「 balan gonバナナ」 ひとからひとへ 手から手へ

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 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	510				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
--------------	---	-------	-----	--	--	--	--	-----



# 6月の新共同購入品

## 「オーサワのしば漬」 オーサワジャパン

国産野菜100%使用  
 歯ごたえよく、爽やかな程よい酸味  
 ■有機生姜、農薬不使用紫蘇葉使用  
 ■醤油油使用  
 ■砂糖・化学調味料・着色料・漂白剤不使用



## 「オーサワのらっきょう(甘酢)」 オーサワジャパン

九州産らっきょう使用  
 甘さ控えめで歯ごたえがよい  
 ■砂糖不使用



## 「オーサワの有機麦茶(国産)」 オーサワジャパン

国産有機大麦100%  
 香ばしく甘みがあり、すっきりとした味わい  
 ■漂白をしていないティーバッグ使用  
 ■煮出し・お湯出し・水出し両用  
 ■煮出し：1包で1L分  
 お湯出し：1包で800ml  
 水出し：1包で800ml  
 ■ノンカフェイン



## 「オーサワの昆布茶」 オーサワジャパン

北海道日高産天然みつし昆布使用 味わい深く濃厚な旨み だしや料理の隠し味にも ■厳選した良質な昆布と根昆布を使用  
 ■沖縄産海水塩使用  
 ■砂糖・化学調味料不使用



## 「カシューナッツカレー味 スパイシーホット」 第3世界ショップ

甘みのあるクリーミーなカシューナッツにノンフライの衣をつけ、唐辛子をしっかりと利かせた旨辛スパイスミックスをまとうせました。カシューナッツのカリッと軽い歯ざわりと、スパイシーな香りとパンチの効いた辛さはビールなどのお供にぴったり！大人のおやつにぜひどうぞ。



品名	容量	会員価格	①	②	③	④	原材料または成分
オーサワのしば漬	120g	337					きゅうり(宮崎産)、なす(徳島産他)、有機生姜(千葉産)、紫蘇葉(宮崎産)、昆布(北海道産)、漬け原材料[米飴、梅酢、本みりん、醤油(醤油油)、昆布だし、食塩(海の精)]
オーサワのらっきょう(甘酢)	80g	462					らっきょう(九州産)、漬け原材料(麦芽水飴、米酢、本みりん、食塩)
オーサワの有機麦茶(国産)	168g (7g×24包)	490					有機大麦(国産)
オーサワの昆布茶	30g	526					昆布(北海道日高産)、食塩(青い海)、根昆布(北海道産)
カシューナッツカレー味 スパイシーホット	50g	574	①回目 掲載	②回目 配送			カシューナッツ(インド)、小麦粉(小麦(国産))、ビート糖(てん菜(国産))、コーンスターチ、なたね油、スパイスミックス、食塩

# 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	1kg	588					※②回目以降に出荷可能な場合は『事務所よりお知らせ』に掲載します。	無・無

## 梅シロップの作り方

《材料》青梅1kg、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。
- ⑤容器に青梅と砂糖を入れ、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。



## ラッキョウ



天竺舎 (津野町)	ラッキョウ	500g	654	①回目 掲載	②回目 配送			土付の生ラッキョウです。塩漬や甘酢漬に。	無・無
--------------	-------	------	-----	-----------	-----------	--	--	----------------------	-----

## 梅とラッキョウにおすすめの調味料



### 高知の完全天日塩

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。



土佐の塩丸	200g	967					ソルティーブ（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	400g	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					塩の岳（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）	230g	814					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。

### 純米酢

らっきょうの甘酢漬けにどうぞ！減塩タイプの梅漬にも。

越前小京都の有機純米酢	500ml	476					創健社。国産有機米を使用して、酒造りから酢酸発酵まで手間と時間をたっぷりかけて完成した有機純米酢です。 （酸度4.5%）原材料：有機栽培米（福井、石川、秋田）
-------------	-------	-----	--	--	--	--	--

### 国産原料の砂糖

梅シロップ、梅酒、らっきょうの甘酢漬けにどうぞ！

粗糖	1kg	389					生和糖業。鹿児島と沖縄の中程にある「喜界島」のサトウキビのみ使用。原材料：さとうきび（鹿児島県喜界島産）
洗双糖	1kg	437					新光糖業。洗双糖という名前は俗称で、正式には、直消糖もしくは甘蔗分蜜糖と呼ばれるもの。 原材料：さとうきび（鹿児島県種子島産）
	5kg	2,049					



# 高知もいろいろ！



## ネパールのイラム紅茶&チャイ ヒマラヤンオーガニック

ネパールでは古くから紅茶や緑茶が生産され、主な輸出先のヨーロッパなどで人気を博してきました。

ここ数年は、その高品質、手ごろな値段により、日本でも知られようになりました。

茶園はネパールの東に位置する標高1300メートルのイラム地方。国境をダーズリンやシッキムと接しており、気候条件も似ていますので、香味ともにダーズリンとよく似た、クオリティーの高い紅茶が生産されています。甘く透明感のある上質で美味しい紅茶が手頃な価格で楽しめる、おすすめの産地です。

品名		容量	会員価格	①	②	③	④	備考
紅茶	イラム紅茶（春摘み） ファーストフラッシュ	TB 3個	308					<p>③回目 掲載 ④回目 配送</p> <p>わずかに芽吹いた新芽は、若々しい香りで茶葉は鮮やかな緑色をしています。生葉自体にカテキン類が少ないため発酵が浅く、水色は淡く緑がかった橙色で甘い香りと渋みが少ないのが特徴。美しい薄緑色の茶葉と若々しい春の香りがします。ストレートティーにはもちろん、アイスティーにもおすすめです。原材料：紅茶</p> <p>気温や日照条件がよく、太陽の日差しを一身に浴びた夏摘み紅茶はファーストフラッシュに比べると茶葉の色が茶褐色になり、味もしっかりと整ってバランスのとれた香ばしくさわやかな風味。水色は赤みがかった美しく深いオレンジ色で味は繊細な中にもしっかりとした風味があり全体的にもバランスがよく取れています。原材料：紅茶</p> <p>本場ネパールのチャイ専用茶葉（CTC紅茶）とスパイスをティーバックに詰め込みました。スパイスバランスの取れた定番のチャイ。原材料：CTC紅茶、カルダモン、シナモン、黒コショウ、クローブ、ジンジャー</p> <p>チャイの「甘味」を担うのがシナモンで、漢方養生学では身体を芯から温めて、冷えからくる不調を取り除くと言われていています。シナモンの包み込まれる香りでホッと一息。原材料：CTC紅茶、シナモン、カルダモン、黒コショウ、クローブ、ジンジャー</p> <p>高知県は生姜の名産地。農薬・化学肥料不使用の生姜パウダーをブレンドしました。心も体も体温まりますよ。原材料：CTC紅茶、ジンジャー、カルダモン、シナモン、黒コショウ、クローブ</p> <p>カルダモン（スパイスの女王）はチャイの「爽やか」担当です。スーとしたエキゾチックな香りは、気を巡らす効果があると言われていています。上品で爽やかなチャイです。原材料：CTC紅茶、カルダモン、シナモン、黒コショウ、クローブ、ジンジャー</p> <p>ブラックペッパーと生姜をブレンドしピリッとスパイシーなチャイです。原材料：CTC紅茶、ジンジャー、カルダモン、シナモン、黒コショウ、クローブ</p> <p>3～4倍に薄める希釈タイプのチャイシロップです。チャイ1：牛乳3で割って（豆乳でもOK）。お湯割りも。原材料：紅茶（ネパール製造）、きび糖、カルダモン、シナモン、クローブ、ジンジャー（高知県産）、ブラックペッパー、その他の香辛料</p> <p>化学肥料や農薬を使わない自然栽培で大切に育てられた高知県産生姜をふんだんにブレンドしたチャイシロップ。原材料：紅茶（ネパール製造）、きび糖、カルダモン、シナモン、クローブ、ジンジャー（高知県産）、ブラックペッパー、その他の香辛料</p>
		TB 10個	892					
	イラム紅茶（夏摘み） セカンドフラッシュ	TB 3個	308					
		TB 10個	892					
チャイ	ヒマラヤンチャイ クラシック ティーバッグ	3個	308					
	ヒマラヤンチャイ シナモン ティーバッグ	3個	308					
	ヒマラヤンチャイ ジンジャー ティーバッグ	3個	308					
	ヒマラヤンチャイ カルダモン ティーバッグ	3個	308					
	ヒマラヤンチャイ スパイシー ティーバッグ	3個	308					
	ヒマラヤン チャイシロップ	◆新 250ml	1,249					
	とさジンジャー チャイシロップ	◆新 250ml	1,249					



Let's dance!



# 高知のいろいろないろいろ！

## 焼き菓子いろいろ drie(ドゥリエ)

高知市桜井町にあります、お菓子のお店drieです。  
植物性の素材のみを使用した焼き菓子を中心に、クッキーやスコーン、季節のマフィンなどを、ひとつひとつ手づくりしています。  
お菓子の主な材料には、北海道産小麦粉、北海道産甜菜糖、種子島産粗糖、遺伝子組換え原料不使用なたね油、有機豆乳などを使用しています。ドライフルーツやナッツは、できるだけ有機栽培のものを（一部そうでないものも使用しています）、果物や野菜は地元高知県産のものを使用しています。

品名	容量	会員価格	①	②	③	④	原材料
バナナチップス	35g	311	①回目 掲載 ②回目 配送				小麦粉（北海道産）、有機バナナ、有機アーモンド、粗精糖、食用なたね油、有機ココナッツ、食塩
フロランタン	1個	341					小麦粉（北海道産）、甜菜糖、食用なたね油、アーモンド、クルミ、有機ひまわりの種、カボチャの種、有機ピーカンナッツ、食塩
プレーンクッキー	5個	230					小麦粉（北海道産）、甜菜糖、食用なたね油、片栗粉、食塩
コーヒーサブレ	3個	281					小麦粉（北海道産）、食用なたね油、甜菜糖、片栗粉、アーモンド、有機インスタントコーヒー、食塩
ココアとアーモンドの米粉クッキー	5個	361					米粉（高知県産）、アーモンド、食用なたね油、粗精糖、片栗粉、有機豆乳、有機ココアパウダー、食塩
黒糖ココナッツの米粉クッキー <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">新</span>	5個	361					米粉（高知県産）、食用なたね油、加工黒糖、片栗粉、有機豆乳、有機ココナッツ、アーモンド、食塩

## 古代米 ぴっくニック（高知市）

注文書①回目P2に載っています。

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。

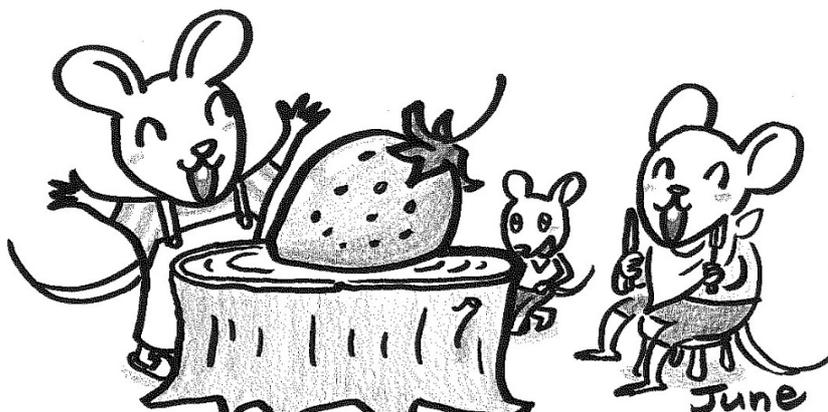
古代米（紫黒米）	450g	1,333					無 無 無 品種：オクノムラサキ（うるち米）（香美市土佐山田町産）
----------	------	-------	--	--	--	--	--------------------------------------

## 干し椎茸 藤本成子（高知県大豊町）

注文書P2に載っています。

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椎茸です。

干し椎茸	50g	497					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）
------	-----	-----	--	--	--	--	---



注文書と一緒にお届けするカ  
ラシチラシをご覧ください！

## 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、天然素材の枕、有機高密度防ダニカバー、体圧分散敷ふとん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

○○✱○○○✱○○○✱○○○✱○○○

《ウィルマックス》

エンバランス加工の鮮度保存容器・繊維製品  
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

○○✱○○○✱○○○✱○○○✱○○○

《山織》

リネンのガーゼケット・敷パッド・頸椎枕・ソフトスリッパ、い草染め製品  
会員価格：チラシ価格（税込）の2%引き

### ④回目注文書掲載 7月①回目配送

○○✱○○○✱○○○✱○○○✱○○○

《People Tree》

2025春夏コレクション  
会員価格：チラシ価格（税込）

《ライブコットン》

快適天然素材 2025年-⑤  
会員価格：チラシ価格（税込）の2%引き、  
ただし「PRISTINEリネン&OGコットン・レディースパジャマ」  
「ゴールドシルク&コットン6重ガーゼケット」  
「リネンコットン・レース刺繍トートバッグ」「素肌にシルクふんわり足口靴下」  
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ます。

## 共同購入品 仕様変更などのお知らせ

品名	変更点	変更前	変更後
オーサワの有機しそ漬け梅干	容量	170g	150g
	原材料一部	食塩（蒙古の塩）	食塩（シママース）
メーカー中止	煮干しいりこ 70g（ハヤシ食品工業）		

※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。