



季節のとっておき (月別カタログ) 2026年

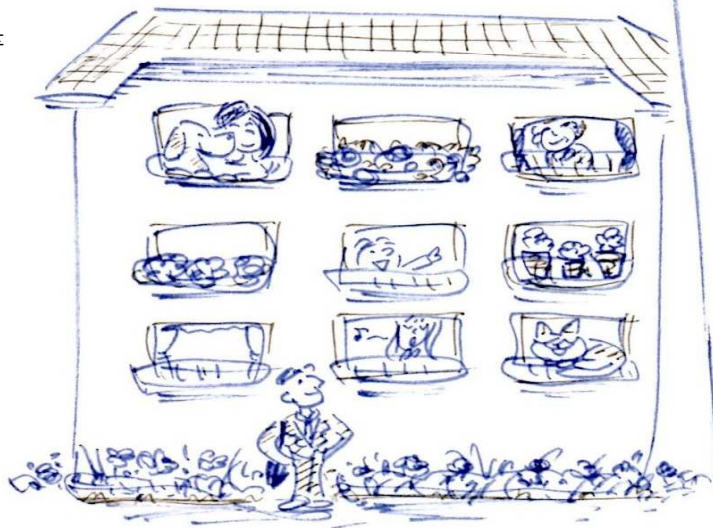
★今月のピックアップ

- かざぐるまの梅 (①②回目P1)
- 天竺舎のラッキョウ (①②回目P5) & 島ラッキョウ (①回目P5)
- 井上正雄のスモモ (③④回目P1)
- drie (ドゥリィ) の焼き菓子いろいろ (①回目P5)
- 土佐キムチの季節のキムチ (キャベツ) (①回目P5)
- 山地酪農牛乳キャンペーン 438円→430円に! (③④回目P2)
- いざというときにべんり、新共同購入品アロマドライシャンプー (②④回目P1)
- すぐに食べられるもの、備えませんか (③④回目P1)



- 別添チラシ&専用注文書
第3世界ショップ (④回目)

- 2026年度 予約米注文書



6月

	日	月	火	水	木	金	土
①回目 配送	5/31 満月	1	2	3	4	5	6 6月の企画
②回目 配送	7	8 下弦	9	10	11	12	13
③回目 配送 予約米配送	14	15 新月	16	17	18	19	20
④回目 配送	21	22 上弦	23	24	25	26	27

【6月の企画】

いざ、梅の収穫へ
@長野さんの田畑
(土佐町溜井)
+
山楽さんの田畑(土佐町)
見学

6月6日(土)
10:30~14:00頃



※宅配会員さんには6/15(月)に7月号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）

番号	生産者	品名	容量	会員価格	①	②	③	④	備考	表示
0510	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)	1,483円+送料 (常温便80サイズ・高知県内680円程度)クール便で発送する場合があります。 (+230~360円)					玉ネギ、人参、じゃがいも、ニラ、きゅうり、大根、ピーマン、いんげん、とうもろこし、ズッキーニ、にんにく、ごぼう、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)

野菜单品（高知県内）

0101	井上正雄 (南国市)	きゅうり	2~4本	295					品種：つばさ	有機 J A S
0102		人参	2~4本	282					品種：向陽2号	
0103		エダマメ	130g	327					品種：さっぽろみどり	
0104		ジャガイモ	400g	288					品種：男爵	
0105		ズッキーニ	1~2本	235					黄色、緑色の2種類	
0106		スジナシマメ	100g前後	248					品種：さつきみどり	
0107		赤玉ネギ A品	1~2個	327					品種：サラダ	
0108		赤玉ネギ B品	1~2個	261					品種：サラダ	
0109		新玉ネギ A品	2~3個	314					品種：アップ2号・ソニック	
0110		新玉ネギ B品	2~3個	222					品種：アップ2号・ソニック	
0111		春キャベツ	1玉	418					品種：天空・春空	
0112		ニンニク	2~3個	392					品種：自家種	
0113		オクラ	80~100g	203					品種：アーリーファイブ	
0114		ネギ	80~100g	225					品種：自家種	
0115		ニラ	80~100g	225					品種：自家種	
0116		赤シソ	1束	301					品種：自家種	
0201	わたなべ 農園 (香美市)	人参	330g	288					品種：彩誉	無・無
0202		人参ジュース用	500g	392					品種：彩誉	
0203		囲い生姜	100g	261					品種：自家種	
0204		サツマイモ	400g	418					品種：ベにはるかPVP	
0205		サツマイモお徳用	800g	732					品種：ベにはるかPVP	
0206		新玉ネギ	2~3玉	327					品種：ポルト/七宝早生	
0207		新玉ネギ	600g	458					品種：ポルト/七宝早生	
0208		新ニンニク	2~3玉	353					品種：平戸	
0209		新ゴボウ	140g	418					品種：大浦太	
0210		葉付きピーツ	1~2本	261					品種：デトロイトダークレッド	
0211		赤ジャガイモ	430g	340					品種：アンデスレッド	

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）

番号	生産者	品名	容量	会員価格	①	②	③	④	備考	表示
0241	夢産地とさや ま開発公社 (高知市)	ニラ	100g	157					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
0242		生姜	100g	235						無
0243		ふき（皮あり）	250g	196						無
0251	りか農園 (南国市)	ホウレン草	150g	220					品種：やまと	無 無
0252		小松菜	150g	220					品種：浜美2号	
0253		スナップエンドウ	100g	220						
0254		小カブ	2~3個	248					品種：味ががね（黄かぶ）	
0255		ミニ大根	1本	169					品種：ころっ娘	
0291	吉井浩一	新玉ネギ	1kg	523						無・無



キノコ(高知県内)

0276	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）	無 無
0260	横田きのこ (高知市)	極みえのき	200g	164					海洋深層水使用（菌床栽培、薬剤不使用）	
0261	もぐもぐファーム (高知市)	だるましいたけ	130g	343					（菌床栽培、薬剤不使用）	
0262	西尾忠之 (黒潮町)	西尾さんのぶなしめじ	170g~ 220g	171					天然水栽培（菌床栽培、薬剤不使用）	

果物(高知県内)

0401	井上正雄 (高知市)	スモモ	300g	379					品種：メスレー	無 無
------	---------------	-----	------	-----	--	--	--	--	---------	--------

果物(県外)

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栽培されたバナナです。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。「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。

0480	オルター・ トレード・ ジャパン	balan gonバナナ	約500g	610					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。



番号	品名		容量	会員価格	①	②	③	④	備考	表示
0409	かざぐるま (高知市)	梅	1kg	588						無・無

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すすめ！
- 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。



ラッキョウ

0280	天竺舎 (津野町)	ラッキョウ	500g	693	①②回目 掲載 ③④回目 配送	土付の生ラッキョウです。塩漬や甘酢漬に。	無・無
0281		島ラッキョウ	350g	523	①回目 掲載 ②回目 配送	10cm程度の土付。十数年前にいただいた沖縄の島ラッキョウ粒をいくつか植えておいたら増えてきました。サラダ、甘酢漬、塩漬、天ぷらなどに。	

梅とラッキョウにおすすめの調味料



高知の完全天日塩

2901	土佐の塩丸	200g	1,236					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。
2902	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。
2904	土佐の山塩小僧	200g	790					塩の邑（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ました。…」そんな思いで作っています。
2905	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。

らっきょうの甘酢漬けにどうぞ！減塩タイプの梅漬にも。

純米酢

3001	越前小京都の有機純米酢	500ml	553					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）
------	-------------	-------	-----	--	--	--	--	--

梅シロップ、梅酒、らっきょうの甘酢漬けにどうぞ！

国産原料の砂糖

3401	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（鹿児島県喜界島産産）
3403	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）
3402		5kg	2,049					



高知のいろいろなものいろいろ!

焼き菓子いろいろ drie(ドゥライ)

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。

バナナチップス	35g	338	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	365		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	243		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	297		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	378		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	5個	378		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

季節のキムチ 土佐キムチ(南国市稲生)

こんにちは。土佐キムチです。南国市稲生で約20年キムチを作り続けています。
 私達のキムチは、人工着色料・人工甘味料・化学調味料といった添加物を使わず、未精製でミネラル豊富な種子島の粗糖で甘みを、だしは国産の昆布・煮干し・かつおぶしでとりました。今回は、キセツノオヤサイ葉屋さんの有機栽培キャベツを使用します。ぜひご賞味ください。

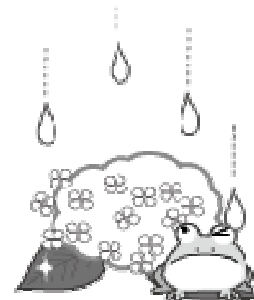
キャベツキムチ	300g	750	①回目 掲載 ②回目 配送	キャベツ（高知県産）、漬け原材料（唐辛子粉、にんにく、リンゴ、玉ネギ、粗糖、あみえび、生姜、魚醤、昆布、煮干し、かつおぶし、食塩、ごま）
---------	------	-----	------------------------	--

注文書P2に載っています。

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）
------	-----	-----	--	--	--	--	---



6月の新共同購入品

プロスペリティ そのままパリポリ有機はと麦

有機はと麦100%
はと麦の香ばしい風味、パリポリとした食感

- はと麦の殻を取り除き、国内で蒸してから香ばしく焙煎
- 砂糖・食塩・油脂不使用
- そのまま食べるほか、豆乳をかけたり、スープやサラダのトッピングなどに



6月②④回目注文書 p1に載っています。

NATURE THING WHOLE BARシリーズ

WHOLE BARは、いつでもどこでも素材を丸ごと味わえるフルーツバーです。
デーツをベースに、アーモンドクラッシュやアーモンドペースト、マカダミアナッツ、カカオニブを使用しました。
おやつや仕事の合間など手軽に摂りやすく持ち運びやすいのが特徴です。
5種類の味があります。【賞味期限 1年】



6月①回目注文書 p5に載っています。

品名	容量	会員価格	①	②	③	④	原材料または成分
そのままパリポリ有機はと麦	150g	992					原材料：有機はと麦(ラオス) 開封前賞味期限：常温1年
WHOLE BAR クラシックバニラ	40g	340	①回目 掲載 ②回目 配送				原材料：デーツペースト（外国製造）、アーモンドクラッシュ、アーモンドペースト、マカダミアナッツ、カカオニブ、バニラパウダー（マダガスカル産）、食塩
WHOLE BAR ココナッツキャラメル	40g	340					原材料：デーツペースト（外国製造）、アーモンドクラッシュ、ココナッツミルクパウダー、アーモンドペースト、ココナッツシュガー、ココナッツシロップ、バニラパウダー、食塩
WHOLE BAR ストロベリーマカダミア	40g	340					原材料：デーツペースト（外国製造）、アーモンドクラッシュ、有機ドライストロベリー加工品（有機ストロベリー、有機りんご果汁）、マカダミアナッツ、有機ドライクランベリー加工品（有機クランベリー、有機りんご果汁）/有機ひまわり油
WHOLE BAR チョコバナナ	40g	340					原材料：デーツペースト（外国製造）、アーモンドクラッシュ、ドライバナナ、ココアパウダー、カカオマス、アーモンドペースト、カカオニブ
WHOLE BAR トロピカルパンチ	40g	340					原材料：デーツペースト（外国製造）、ドライパイナップル、アーモンドクラッシュ、ドライマンゴー、アーモンドペースト、ココナッツシロップ

6月の新共同購入品

G-Place
エコリュクス オールインワン アロマ ドライシャンプー

14種類の実用成分配合のドライシャンプースプレー
 天然由来成分100%使用
 頭皮にシュッとスプレーするだけでシャンプー・ニオイケア・頭皮ケアができる

- シロキクラゲ子実エキス保湿効果でかゆみ&フケ予防
- 茶葉とさとうきびのダブルの力で頭皮の嫌なニオイを軽減
- ダマスクバラ花水と植物由来のアルコールが皮脂を包み込むように浮かせつつ、頭皮を乾燥させることなくすっきりと保つ
- 界面活性剤・防腐剤・合成香料・鉱物油・シリコン・合成ポリマー不使用
- 天然精油のみで香り付けした華やかさと清涼感が調和した自然な香り
- 非常時やアウトドア、外出先、介護・入院時など幅広いシーンで活躍
- リフレッシュしたい時やボディミストとしても

※アルコールに敏感な方、メントールの冷感刺激に弱い方、乳幼児には使用をお控えください。

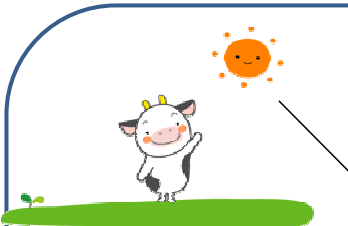
【製造販売元】株式会社ネオナチュラル

6月②④回目注文書 p1に記載しています。




品名	容量	会員価格	①	②	③	④	原材料または成分
エコリュクス オールインワンアロマドライ シャンプー	100ml	1,753					原材料：水、エタノール、ダマスクバラ花水、ラベンダー水、サトウキビ液汁エキス、ローズマリー葉エキス、チャ葉エキス、ゲットウ葉エキス、センブリエキス、シロキクラゲ子実エキス、ハッカ葉油、ティーツリー葉油、ローズマリー葉油、ラベンダー油、ニオイテンジクアオイ油、ニューコウジュ油ac

6月③④回目 山地酪農牛乳 セールのお知らせ



通常438円（税込）から430円（税込）に
 年に一度のセールです。
 ぜひお試しください！

《南国市白木谷の斉藤牧場そだち》
 山地酪農牛乳は、
 放牧により、自然に近い環境で育った
 健康な牛から搾乳された生乳でできています。
 生乳100%使用、成分無調整
 ノンホモジナイズ製法による「牛乳本来の味」を
 楽しんでください！



注文書と一緒にお届けするカラ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》No.9352

コットンリネン無添加ガーゼケット、洗えるそばっこ枕、本麻・麻混寝具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

○○✱○○○✱○○○✱○○○✱○○○

《地球ながもち屋》No.9370

ナチュラルホワイトニング歯磨き粉、サレド・IKMT歯ブラシ、IKMT歯間ブラシ

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

○○✱○○○✱○○○✱○○○✱○○○

《ライブコットン》No.9312

生活雑貨カタログ 2026年

会員価格：チラシ価格（税込）、

ただし「ファールex」「生成綿ワッフルウォーキングタオル」

「こだわりOGコットンタオル」「シルク浴用ニットタオル」は、チラシ価格（税込）

の2%引き

★「菊花せんこう《標準》」「菊花の防虫スプレー」「アレッポの石鯨」は、通常会員価格★

④回目注文書掲載 7月①回目配送

○○✱○○○✱○○○✱○○○✱○○○

《山織》 No.9367

リネン3重ガーゼケット、リネン寝具、い草染めルームウェア、

オーガニックコットン5本指靴下etc..

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。

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
おへそミニビザ (マルゲリータ/ホワイトソース&コーン)	原材料	【変更後の原材料】原材料	オリーブ油→米油
メーカー中止	とうもろこしからうまれた水切りネット		
メーカー休止	びわ湯 (あおぞら蒼空舎)		
取り扱い終了	OGりんごジュース 缶 (光食品)		

※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注文書の定番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、ご入用の方はご相談ください。