



生活クラブ

福祉クラブ

	5/	月	火	水	木	金	土
申込締切	30	・31	6/	1	・2	・3	・4
配達	6/	6	・7	・8	・9	・10	・11

集金 / 7月

6月2回配達 6月6日~6月10日

インターネットでも注文できます!
https://shop.seikatsuclub.coop/eclub_top.html



ワーカーズそうざい

届いたその日にお召し上がりください。



生産者 (W.Co) :
ぼてと・クックふじさわ・
キッチンかまくら・
なご味・ぼかぼか
このみ

食卓を飾る一品に、また、
ビールのおつまみとしても
おすすめです。

W.Coクックふじさわ

今週の「よやく・おまかせそうざい」はコレ! 予約登録すると週替わりで別のそうざいが届きます。



732 NON GM よ 803881
そうざい:みそ風味の鶏カツ
150g以上
500円(税込540円) **冷蔵**

みそ、ごまを使った和風味のカツです。
七味唐辛子がピリッと後で口に広がります。
温めてお召し上がりください。
1パック当たり679Kcal、塩分2.1g

原材料:鶏むね肉、パン(粉、味噌、酒、小麦粉、ごま、丸大豆器油、七味唐辛子)

盛付例



733 NON GM
そうざい:野菜のマリネ
200g以上
460円(税込497円) **冷蔵**

ナスと油は相性抜群。素揚げしたナスを中心に、きゅうり、玉ねぎ、人参、セロリをマリネにしました。夏を切り取るために、たっぷりの野菜を補いましょう。1パック当たり167Kcal、塩分2.7g

原材料:ナス、玉葱、きゅうり、人参、食酢、菜種油、セロリ、レモン果汁、黒コショウ、良塩、素揚げ粉、ローリエ

盛付例

パン・菓子類

イーストフード等の 添加物は 使用していません

イーストフード、乳化剤、ビタミンC、甘味料(ステビア等)、酸化防止剤、保存料など、安全が認識されていないものは使いません。
規格は焼く前の生地重量を表示しています。

よやくらぶ登録のお勧め

よやくらぶに登録すれば毎回自動的に配達されます。ご都合に合わせて修正できます。
※ワーカーズそうざいを予約登録すると週替わりで別のそうざいが届きます。

予約注文番号
週 000000

カタログの該当消費材のこの番号と必要数を注文用紙に記入します。
※eくらぶからも登録できます。

毎週

734 NON GM よ
国産白神酵母食パン(6枚)
440g
339円(税込366円)
毎週 803861 **328円(税込354円)**

毎日食卓に馴染みやすい。小麦粉の香ばしさと豊かな風味と、しっとりとした食感。白神こだま酵母を使用しているから、1袋当たり(推定値)995.9Kcal、塩分4.05g

原材料:小麦粉(小麦(国産)),砂糖(さとうきび(国産)),ショートニング(国内製造),麦芽糖(パン酵母、食塩、酢)

調理例

次 6月4回

735 NON GM
国産白神酵母食パン(3枚)
220g
200円(税込216円)

3枚スライス少量タイプです。
1袋当たり(推定値)498Kcal、塩分2.03g

原材料:小麦粉(小麦(国産)),砂糖(さとうきび(国産)),ショートニング(国内製造),麦芽糖、食塩、酢

次 6月4回

736 NON GM
こだわり国産小麦白神食パン
380g
345円(税込373円)

白神こだま酵母を使用し、北海道産小麦100%で作った食パン。油断を使用せず、ローカロリーでヘルシーです。1個当たり(推定値)788.6Kcal、塩分3.79g

原材料:小麦粉(小麦(国産)),砂糖(てんさい(国産)),麦芽糖(パン酵母、食塩、酢)

毎週

737 NON GM
イギリス食パン(3枚)
221g
214円(税込231円)

トーストするとサクッと軽い食感です。
1袋当たり524Kcal、塩分2.0g

原材料:小麦粉(小麦(国産)),マーガリン(国内製造),砂糖(てんさい(国産)),食塩、加糖りんご(乾燥),ショートニング(パン酵母、食塩、酢)

毎週

738 NON GM
レーズン食パン(3枚)
210g
233円(税込252円)

生地の甘さを抑え、国産小麦粉の風味を生かしました。はちみつや煉乳をつけても甘くなりすぎません。1袋当たり500Kcal、塩分1.43g

原材料:小麦粉(小麦(国産)),ラム酒漬けレーズン、砂糖(てんさい(国産)),ショートニング(パン酵母、食塩)

毎週

739 NON GM よ
国産小麦バターロール
41g×4
290円(税込313円)
毎週 803851 **280円(税込302円)**

小麦粉、バター、卵をたっぷり使用した、オムレット風の自信作です。1個当たり(推定値)1111.1Kcal、塩分0.31g

原材料:小麦粉(小麦(国産)),鶏卵(国産)、無塩バター(生乳(国産)),砂糖(てんさい(国産)),パン酵母、脱脂粉乳(生乳(国産)),麦芽糖、食塩、酢

毎週

743 NON GM
ミルクパン
51g×5
405円(税込437円)

水を一切使用せず、牛乳で仕込みました。練乳のやさしい甘さが特徴です。1個当たり166.9Kcal、塩分0.27g

原材料:小麦粉(小麦(国産)),牛乳(生乳(国産)),マーガリン(国内製造)、加糖りんご(乾燥)、砂糖(てんさい(国産))、食塩、ショートニング(パン酵母、食塩、酢)

次 6月4回

740 NON GM
イングリッシュマフィン
73g×4
318円(税込343円)

コーンリッツの甘みと濃いどろもちもよく、ベーコンや目玉焼きとの相性もぴったり。1個当たり(推定値)188.5Kcal、塩分0.72g

原材料:小麦粉(小麦(国産)),マーガリン(国内製造)、コーンリッツ(アメリカ)、砂糖(麦芽糖、パン酵母、脱脂粉乳、食塩、酢)

次 6月4回

741 NON GM
垂麻仁パンズ
80g×4
320円(税込346円)

話題の垂麻仁を練りこんだ、ハンバーガーなどに使用できる大きさのパンズ(パン)です。1個当たり189.6Kcal、塩分0.79g

原材料:小麦粉(小麦(国産)),ゴースト(マニ、アムスター、シシトフ、ショウガ)、砂糖(麦芽糖、パン酵母、食塩、酢)

次 7月1回

742 NON GM
白神さんちのパン(塩バター)
57g×3
355円(税込383円)

白神こだま酵母を使用。噛むほどに小麦の味わいがある生地に、塩バターをトッピングします。1個当たり(推定値)164.9Kcal、塩分0.8g

原材料:小麦粉(小麦(国産)),塩バター(生乳(国産)),砂糖(てんさい(国産)),パン酵母

次 7月1回

743 NON GM
ソフトクッキー(チョコチップ)
20g×8
415円(税込448円)

生地にチョコチップを混ぜたやわらかな食感のクッキーです。8枚の大きなクッキーで満足感があります。1個当たり86.78Kcal、塩分0.13g

原材料:小麦粉(小麦(国産)),マーガリン(乳成分を含む)(国内製造)、砂糖(てんさい(国産))、鶏卵(国産)、水(食塩、馬鈴薯(国産))、チョコチップ(大豆(遺伝子組み換え不分別を含む)、食塩/ベーキングパウダー(小麦由来))

次 6月4回

745 NON GM
ミニアップルケーキ
180g
385円(税込416円)

無添加のふじりんごレザグロを使い、甘酸っぱい味わいとほのかな甘みがさわやかなケーキです。1袋当たり(推定値)599.7Kcal、塩分0.24g

原材料:小麦粉(小麦(国産)),砂糖(てんさい(国産)),卵(卵)、りんご(ふじりんご)、マーガリン(乳成分を含む)、砂糖、アップルレザグロ(アップル)、ショウガ、黒コショウ、リンゴ果汁、レモン果汁、パン酵母、食塩、酢

次 6月4回

746 NON GM
わたらい茶大納言マフィン
78g×2
350円(税込378円)

わたらい茶と大納言小豆で和風テイストに。
1個当たり314.2Kcal、塩分0.08g

原材料:小麦粉(小麦(国産)),砂糖(てんさい(国産)),卵(卵)、抹茶、大納言小豆、マーガリン

次 7月1回

744 NON GM
おやつスティック
14g×8
222円(税込240円)

国産小麦粉使用、バター配合です。小さなお子様の手で握って食べやすいパンです。1個当たり39.8Kcal、塩分0.07g

原材料:小麦粉(小麦(国産)),砂糖(てんさい(国産)),無塩バター(生乳(国産)),脱脂粉乳(生乳(国産)),パン酵母、麦芽糖、食塩、酢

次 7月1回

745 NON GM
ソフトクッキー(チョコチップ)
20g×8
415円(税込448円)

生地にチョコチップを混ぜたやわらかな食感のクッキーです。8枚の大きなクッキーで満足感があります。1個当たり86.78Kcal、塩分0.13g

原材料:小麦粉(小麦(国産)),マーガリン(乳成分を含む)(国内製造)、砂糖(てんさい(国産))、鶏卵(国産)、水(食塩、馬鈴薯(国産))、チョコチップ(大豆(遺伝子組み換え不分別を含む)、食塩/ベーキングパウダー(小麦由来))



豆腐

大豆本来の味をお届けします

- ◎国産大豆(100%)と天然がりでだけつくる本来の豆腐です。
◎消泡剤は使用していません。
◎揚げ油は非遺伝子組み換えのなたね油を使用しています。

747 NON GM よ 絹ごし豆腐 300g 143円(税込154円)
豆腐に合った大豆を厳選し、国産大豆を使用しています。100g当たり64Kcal、塩分0.07g

748 NON GM よ もめん豆腐 300g 148円(税込160円)
絹ごしに比べ、たんぱく質や脂質が多く、またカリウム、鉄分、ビタミンE、食物繊維等が多く含まれています。100g当たり91Kcal、塩分0.04g

749 NON GM よ 絹ごし豆腐2個パック 150g×2 165円(税込178円)
福祉クラブオリジナルの組合員要望から生まれた、150gずつの食べ切りサイズです。100g当たり64Kcal、塩分0.07g

750 NON GM よ もめん豆腐2個パック 150g×2 165円(税込178円)
絹ともめんお好みでお選びください。100g当たり85Kcal、塩分0.05g

751 NON GM 次 6月4回 やわらか絹とうふ(充填) 150g×2 142円(税込153円)
使い切り150gの2個入りです。日持ちもするので買い置きにも使えます。100g当たり65Kcal、塩分0.03g

752 NON GM 次 6月4回 厚あげ 220g 172円(税込186円)
水切りした木綿豆腐を素揚げしています。崩れにくいので、どんな料理にも使えます。100g当たり146Kcal、塩分0.08g

753 NON GM 毎週 油あげ 25~30g×2 135円(税込146円)
酸化しにくいなたね油を使用していますので、「油抜きしなくてもお召し上がり頂けます。100g当たり270Kcal、塩分0.05g

754 NON GM 次 7月1回 手揚げ風油あげ 120g(3枚入) 232円(税込251円)
しっとりした肉厚タイプ。きつねうどんにもぴったりです。1袋120g当たり331Kcal、塩分0.09g

※えくらぶ注文では企画回 → 6月2回を選択してください



加工食品 生活雑貨類

安心、国産原料

加工食品は、可能な限り国産原料を使用した物を取組んでいます。

※配達日の表記がないものは上記の配達となります。

755 NON GM 次 7月1回 たらこ 80g 530円(税込572円)
船内で醸だされたすけそうだらの魚卵を、合成添加物などを使用せず、素材の味わいを引き出した製品です。100g当たり140Kcal、塩分4.57g

756 次 7月1回 ちりめんじゃこ 40g 275円(税込297円)
国産イワシの稚魚を塩茹でして干しました。カルシウムをしっかり摂れます。100g当たり206Kcal、塩分6.6g

757 次 7月1回 穴道湖冷凍しじみ 150g 395円(税込427円)
島根県穴道湖の汽水域(海水と真水が交わる環境)で漁獲された大和しじみの砂抜きをい、凍結処理しました。100g当たり27Kcal、塩分0.00g

759 NON GM 組 次 7月1回 秋川牧園の本格チキンカレー(手羽元2本入) 220g 360円(税込389円)
秋川牧園の手羽元、とりがスープを使って作った、スパイスの効いた"少し大人な"シトケカレー。賞味期限は製造日から2年間のため、非常用としても役立ちます。1袋(220g)あたり280Kcal、塩分2.2g

758 次 7月1回 国産さば味噌漬 120g 325円(税込351円)
消費材でつくった自社オリジナルの無添加調味味噌に漬込みました。100g当たり244Kcal、塩分1.99g

760 NON GM 次 7月1回 いろいろ使えるらっきょう酢 1000ml 570円(税込616円)
らっきょうだけでなく、生姜、梅、きゅうり、小松菜、玉ねぎ等、アレンジ次第。野菜のピクルスを作る時にも便利です。100ml当たり239Kcal、塩分7.59g

153168 次 7月1回 桑の葉茶 90g 1,050円(税込1,134円)
糖の吸収を抑えるためには、食事の直前あるいは食事中に桑茶を飲むことが効果的です。1包(3g)あたり9.2Kcal、塩分0g

153176 次 7月1回 桑葉加工食品DNJ 180粒 2,500円(税込2,700円)
良質の桑葉から作った抽出エキスと乾燥粉末からできています。1日摂取目安量6粒(1.5g)あたり4.7Kcal、塩分0.0006g

153184 次 7月1回 スカイカルシウム(顆粒) 130g 3,800円(税込4,104円)
顆粒状で非常に水に溶けやすいため(骨粉カルシウムの3,800倍)吸収も良く、熱にも強いのでお料理にも使えます。100g当たり185Kcal、塩分0.00g

153192 次 7月1回 アレppoの石鹸 200g 630円(税込693円)
肌を健やかに保つオリーブオイルと体臭や頭皮の不快感を抑えるローレルオイルに、少量のアルカリ酸だけでできたせっけん。

153206 次 7月1回 アレppoの石鹸エキストラ 180g 900円(税込990円)
強壮、消臭、ふけ取りなどの効果があるといわれている貴重なローレルオイルを石鹸にできる限界の40%まで使用しました。身体、顔、髪に使用できます。

153214 次 7月1回 オリーブスクワラン 30ml 2,520円(税込2,772円)
地中海沿岸で栽培されたオリーブの実に、貴重な「純植物性スクワラン」を集めた、酸化しにくいオイルです。

153222 次 7月1回 美馬油(ミマーユ) 57g 1,800円(税込1,980円)
戦国時代から傷の手当てに用いられていた馬油。炊事による手荒れ、寒さからくる乾燥肌などにたっぷり塗ってください。

153231 次 7月1回 横浜馬油商店 チューブタイプ 生馬油 30g 2,200円(税込2,420円)
持ち運びに便利なチューブタイプ、100%生馬油のピュアオイルです。浸透性が高いので少量塗布するだけでスッと伸びます。

153249 次 7月1回 ピュアセンタ馬プラセンタ 28ml 3,500円(税込3,850円)
馬プラセンタエキスを配合した化粧水。お肌に潤いを与えながらハリのある肌へと導きます。

毎週配達

731 803871 ドライアイス (鮮度保持用)約500g 80円(税込88円)
不在の場合は申し込んでください。エア・ウォーター・炭酸(株)

遺伝子組み換え(GM)対策について

遺伝子組み換え(GM)作物・食品は、微生物などの生物の遺伝子を組み込む操作が行われたものです。生産効率を上げるために開発された新しい技術ですが、安全性や人・環境への影響はわからないことが多々あります。

生活クラブでは、1997年1月に「遺伝子組み換え作物・食品は取り扱わないこと」を基本とし、「やむを得ず使用する場合は、情報を公開して取り組む」と決定しました。5%以上の主原料では全て対策を終了しています。

アレル情報 代表的な原材料8物質を表示しています。
卵…(卵) 乳…(乳) 小麦…(麦) そば…(そば)
落花生…(落) えび…(えび) かに…(かに) 大豆…(豆)
コタミネーションについては、そば、(そば)のように、()で物質名を表示します。

NON GM 微量原料も含め遺伝子組み換え作物は原料に使っていません。
NON GM 主原料では遺伝子組み換え作物は使っていませんが、酸化防止剤(ビタミンEやビタミンC)、香料の抽出に使用されるアルコールなどで、分別されていない原料料を使っています。

- 記号の説明
今週から値上げ 今週から値下げ 今週から規格等を変更
冷蔵 冷蔵でお届け 冷凍 冷凍でお届け
レンジ 電子レンジで加熱するもの
組 組合員開発消費材 よくく品目
リユースびん容器使用(生活クラブが回収します)
賞味期限(製造日から180日以内の期限の食品に表示)
その年月日までは「安全に食べられます」という期限
12月4日 次に取り組みがある予定の週。急な変更があることをご了承ください。

介護生活用品店「らくらっく」

転倒や立座りが不安になってきたら... お近くの「らくらっく」へご相談ください。

- 9:00~17:00(土・日・祝日休み)
● 緑 ☎045-511-7841
● 日吉 ☎045-564-3085
● 鎌倉 ☎0467-42-7254
● 幸 ☎044-548-0383
● 藤沢 ☎0466-90-5419

