



# 生活クラブ

## 福祉クラブ

申込締切 9/19・20・21・22・23・24

配達 9/26・27・28・29・30<sup>10/1</sup>

集金/10月

### 9月4回配達 9月26日~9月30日

インターネットでも注文できます!  
https://shop.seikatsclub.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) :  
ぼとと・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

食欲の秋到来、夏ばての  
改善に黒酢のそうざいを  
どうぞ



799

そうざい:  
高野豆腐と豚肉の揚げ煮

170g以上  
565円(税込610円)

冷蔵

昔から親しまれている高野豆腐を揚げてから、豚肉と盛りだくさんの野菜で煮てみました。ちょっと意外で、どこか懐かしいおいしさです。1パック361Kcal、塩分2.7g

7/2/22 (卵)・乳・麦・そば・(落)・(えび)・(かに)・豆

盛付例

原材料:豚もも肉、人参、高野豆腐、丸大豆醤油、素揚げ、みりん、唐辛子、片栗粉、酒、かつお節、干し椎茸、真塩、だし汁

### 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



800

そうざい:揚げなすの黒酢和え

130g以上  
500円(税込540円)

冷蔵

旬のなすをたっぷり揚げ、黒酢と甘辛いたれで和えました。なすの表皮にあるアントシアニンが、抗酸化作用があると言われています。1パック196Kcal、塩分1.6g

7/2/22 (卵)・乳・麦・そば・(落)・(えび)・(かに)・豆

盛付例

原材料:なす、黒酢、菜種油、素揚げ、か、丸大豆醤油、生姜、みりん、唐辛子、片栗粉、素揚げ

## パン・菓子類



801 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)

国産の小麦粉の中でも白神こだま酵母に合うものを厳選。生活クラブの消費材の塩・素揚げ・卵を使用しています。1袋(推定値)995.9Kcal、塩分4.05g

7/2/22 (卵)・乳・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©3日

調理例

原材料:小麦粉(小麦(国産))、砂糖(さとう(国産))、ショートニング(国内製造)、食塩、卵、食塩、卵



802 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(推定値)498Kcal、塩分2.03g

7/2/22 (卵)・乳・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©3日



803 石臼挽き全粒粉食パン(6枚)

440g  
405円(税込437円)

粉比率で20%全粒粉を使用。ゆっくり石臼で挽いた小麦本来の香りを味わってください。1袋(推定値)953.3Kcal、塩分4.12g

7/2/22 (卵)・乳・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©3日

### 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。



805 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。はちみつや練乳をつけても甘くなりすぎません。1袋500Kcal、塩分1.43g

7/2/22 (卵)・乳・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©3日



804 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524Kcal、塩分2.0g

7/2/22 (卵)・乳・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©3日



806 国産小麦バターロール

41g×4  
290円(税込313円)

小麦粉、バター、卵をたっぷりを使用した、オ尔特ファーズの自信作です。1個(推定値)111.1Kcal、塩分0.31g

7/2/22 (卵)・乳・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©3日



807 白神パニーニ

70g×4  
318円(税込343円)

お好みのものを挟んで、そのまま食べても美味しい平焼きのパンです。1個(推定値)201.7Kcal、塩分0.33g

7/2/22 (卵)・乳・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©3日

### 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。



808 たっぶりカレンズカンパニユ

100g×2  
335円(税込362円)

砂糖と油を配合せず、たっぶり入ったカレンズの甘みが引き立つ素材なパンです。1個(推定値)226.0Kcal、塩分0.88g

7/2/22 (卵)・乳・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©3日



809 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166.9Kcal、塩分0.27g

7/2/22 (卵)・乳・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©3日



810 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。小さなお子様が手で握って食べやすいパンです。1個(推定値)93.8Kcal、塩分0.07g

7/2/22 (卵)・乳・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©3日



811 シナモンデニッシュ

53.3g×3  
290円(税込313円)

トースター等で温めると、シナモンの香りが引き立ちサクッと食感も楽しめます。1個(推定値)201.7Kcal、塩分0.33g

7/2/22 (卵)・乳・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©3日



812 アーモンドクリームパイ

232g(生地90g、副材142g)  
1,000円(税込1,080円)

アーモンド粉を使用した自家製クリーム、トッピングにアーモンドスライスをまんべんんに使用しています。1袋(推定値)1088.2Kcal、塩分1.39g

7/2/22 (卵)・乳・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©8日



814 あなたと食べたいフルーツケーキ

230g  
770円(税込832円)

レモンピール、伊勢餅、クランベリー、ブルーベリー、クマの4種を生地と混ぜ込んで贅沢なフルーツケーキ。おもてにももって来てください。1袋(推定値)921.8Kcal、塩分0.21g

7/2/22 (卵)・乳・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©20日



813 ホットビスケット(ココア)

32g×4  
440円(税込475円)

生クリームをたっぷり、ココアと塩で甘さ控えめです。1個(推定値)145.9Kcal、塩分0.22g

7/2/22 (卵)・乳・麦・(豆) (株)オ尔特ファーズ ©20日



**豆腐**

大豆本来の味をお届けします

◎国産大豆(100%)と天然にがりだけで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。

**815** NON GM **よ** **絹ごし豆腐** 300g **毎週**

**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。100g64Kcal、塩分0.07g

【アレルギー】大豆  
【賞味期限】◎4日  
【冷蔵】  
【原材料】大豆(遺伝子組み換えでない)、醸造酢(醸造酢酸化マグネシウムにかり)

**816** NON GM **よ** **もめん豆腐** 300g **毎週**

**148円** (税込160円)

絹ごしに比べ、たんぱく質や塩分が多く、まかしのり、水分、ビタミンC、食物繊維が豊富に含まれています。100g91Kcal、塩分0.04g

【アレルギー】大豆  
【賞味期限】◎4日  
【冷蔵】  
【原材料】大豆(遺伝子組み換えでない)、醸造酢(醸造酢酸化マグネシウムにかり)

**817** NON GM **よ** **絹ごし豆腐2個パック** 150g×2 **毎週**

**165円** (税込178円)

【アレルギー】大豆  
【賞味期限】◎7日  
【冷蔵】  
【原材料】大豆(遺伝子組み換えでない)、醸造酢(醸造酢酸化マグネシウムにかり)

**818** NON GM **よ** **もめん豆腐2個パック** 150g×2 **毎週**

**165円** (税込178円)

【アレルギー】大豆  
【賞味期限】◎6日  
【冷蔵】  
【原材料】大豆(遺伝子組み換えでない)、醸造酢(醸造酢酸化マグネシウムにかり)

**819** NON GM **よ** **やわらか絹とうふ(充填)** 150g×2 **次10月3日**

**142円** (税込153円)

使い切り150gの2個入りです。日持ちもするのでも置きに便利。100g65Kcal、塩分0.03g

【アレルギー】大豆  
【賞味期限】◎12日  
【冷蔵】  
【原材料】大豆(遺伝子組み換えでない)、醸造酢(醸造酢酸化マグネシウムにかり)

**820** NON GM **よ** **水切りもめん豆腐** 240g **次10月2日**

**233円** (税込252円)

豆腐ステーキなどの料理にすぐに使えます。袋の裏に料理のヒント付きです。100g121Kcal、塩分0.01g

【アレルギー】大豆  
【賞味期限】◎20日  
【冷蔵】  
【原材料】大豆(遺伝子組み換えでない)、醸造酢(醸造酢酸化マグネシウムにかり)

**821** NON GM **よ** **絹生揚げ** 220g **次10月2日**

**183円** (税込198円)

国産大豆100%、良質ななたね油で揚げた絹ごし豆腐の生揚げ。100g133Kcal、塩分0.11g

【アレルギー】大豆  
【賞味期限】◎4日  
【冷蔵】  
【原材料】大豆(遺伝子組み換えでない)、醸造酢(醸造酢酸化マグネシウムにかり)

**822** NON GM **よ** **油あげ** 25~30g×2 **毎週**

**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」しくてもお召し上がり頂けます。100g270Kcal、塩分0.05g

【アレルギー】大豆  
【賞味期限】◎4日  
【冷蔵】  
【原材料】大豆(遺伝子組み換えでない)、醸造酢(醸造酢酸化マグネシウムにかり)



**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。

**目吉センター開発品** **次10月4日**

**823** NON GM **組** **豚とんボール(12個)** 228g

**440円** (税込475円)

平田牧場の豚肉を使用し、肉の食感を残した肉団子。素性豊かな質の高い豚肉を生かすように、あえて塩こしょうのみのシンプルに味付けしています。100g159Kcal、塩分0.92g

【アレルギー】豚(乳)・卵(小麦)・か(大豆)  
【賞味期限】◎180日  
【冷蔵】  
【原材料】豚肉(国産)、玉ねぎ(国産)、つなぎ(鶏卵(国産))、パン粉(小麦を含有)、ばいりょうめん粉(国産)、食塩、こしょう

**初山センター開発品** **次10月4日**

**826** NON GM **組** **豆菜(まめな)はんぺん** 150g(50g×3枚)

**375円** (税込405円)

北海道産の無農薬たらすり身をベースとしたんぱくわり生地にワカメと種菜(豆・大豆・小麦)を加えた蒸し凍結、食物繊維たっぷり、使っても煮ても美味しい一品。1枚50g51Kcal、塩分0.51g

【アレルギー】卵(乳)・卵(小麦)・か(大豆)  
【賞味期限】◎180日  
【冷蔵】  
【原材料】たらすり身(国産)、玉ねぎ(国産)、小麦(国産)、卵(国産)、ワカメ(国産)、大豆(国産)、小麦(国産)、食塩、こしょう

**824** NON GM **よ** **蒸し牡蠣** 105g **次10月4日**

**360円** (税込389円)

蒸し加熱を加えてあるので加熱不足の心配もなく、調理時間短縮にもなり加熱しすぎて縮むこともありません。1袋(105g)112Kcal、塩分0.6g

【アレルギー】牡蠣(カキ)  
【賞味期限】◎60日  
【冷蔵】  
【原材料】カキ(宮城県)

**825** NON GM **よ** **蒸し牡蠣(大粒)** 160g **次10月4日**

**540円** (税込583円)

30g以上の大粒の牡蠣のみを使用しております。1袋(160g)171Kcal、塩分0.93g

【アレルギー】牡蠣(カキ)  
【賞味期限】◎60日  
【冷蔵】  
【原材料】カキ(宮城県)

**827** NON GM **よ** **揚げたてを味わう野菜ゴロゴロ揚げ** 150g(3個) **次10月4日**

**365円** (税込394円)

国産とうもろこしの旨さ、枝豆のコクのある旨味、玉ねぎのジュースーさを味わえます。1个50g54Kcal、塩分0.7g

【アレルギー】卵(乳)・卵(小麦)・か(大豆)  
【賞味期限】◎180日  
【冷蔵】  
【原材料】豚肉(国産)、玉ねぎ(国産)、枝豆(大豆(国産)を含有)、小麦(小麦(国産)を含有)、食塩、食油

**196151** **オーストラリア産 純粋ジャラはちみつ** 200g **次10月4日**

**1,368円** (税込1,477円)

ミネラル分はちみつの基準より多く、果糖のような独特でスパイシーな味が特徴で、抗酸化活性が期待されています。100g303Kcal、塩分0.00g

【アレルギー】小麦(スリーエイト)  
【賞味期限】◎180日  
【冷蔵】  
【原材料】ジャラはちみつ

**196169** **プロポリス(粒)** 120粒 **次10月4日**

**5,990円** (税込6,469円)

ミツバチが採れた花粉や蜜、ミツバチが分泌する酸味などを、混ぜ合わせ作った天然の増強プロポリスを取りよせ粒にしました。1粒3.1kcal、塩分0.00g

【アレルギー】小麦(スリーエイト)  
【賞味期限】◎180日  
【冷蔵】  
【原材料】プロポリスエキス、ビタミンE、サフラノール、ミツロウ、グリセリン脂肪酸エステル、セラチン、グリセリン

**196177** **ローヤルゼリー(粒)** 120粒 **次10月4日**

**5,990円** (税込6,469円)

働き蜂によって分泌される乳白色の酸味の強い乳状液を飲みやすい粒にしました。3粒4.36kcal、塩分0.00g

【アレルギー】小麦(スリーエイト)  
【賞味期限】◎180日  
【冷蔵】  
【原材料】ローヤルゼリー、乾燥ビーツ粉末、ショ糖脂肪酸エステル、セラチン(着色剤)

**196185** **きなりっこプリンせっけん** 360ml **次10月4日**

**260円** (税込286円)

使用済みの植物油を集めて作り出した、ジェル状で液状のないせっけんです。デリケートな衣類も洗えます。もちろん、食器洗いや台所周りの油污にも。

【アレルギー】小麦(スリーエイト)  
【賞味期限】◎180日  
【冷蔵】  
【原材料】食用食油、水酸化ナトリウム

**196193** **きなりっこキッチン&グリーン** (散状)200g **次10月4日**

**260円** (税込286円)

廃食油を再利用して作っています。洗濯はもちろん、台所用洗剤の他、いろいろな使ってください。

川崎市民せっけんプラント  
【アレルギー】小麦(スリーエイト)  
【賞味期限】◎180日  
【冷蔵】  
【原材料】廃食油、ヤシ油、異化エタノール、水酸化ナトリウム、フッ素

**196207** **きなりっこ粉石けん1kg** **次10月4日**

**438円** (税込482円)

1kgと2kgは今回で終了です。次回より1.5kgに規格変更となります。

川崎市民せっけんプラント  
【アレルギー】小麦(スリーエイト)  
【賞味期限】◎180日  
【冷蔵】  
【原材料】食用食油(米由来)、炭酸ナトリウム、純水、水酸化ナトリウム

**196215** **きなりっこ粉石けん2kg** **次10月4日**

**830円** (税込913円)

1kgと2kgは今回で終了です。次回より1.5kgに規格変更となります。

川崎市民せっけんプラント  
【アレルギー】小麦(スリーエイト)  
【賞味期限】◎180日  
【冷蔵】  
【原材料】食用食油(米由来)、炭酸ナトリウム、純水、水酸化ナトリウム

**「シャインマスカット」と「種なし巨峰」のセットです**

**122033** **ぶどう食べ比べセット①** 約1kg箱2房入り(各1房) **次10月4日**

**4,580円** (税込4,946円)

この時期だけの旬を迎えた高品質なぶどう2種を、いつもの配達でお届けします。長野県産の「シャインマスカット」と「種なし巨峰」各一房セット。

【アレルギー】小麦(スリーエイト)  
【賞味期限】◎180日  
【冷蔵】  
【原材料】ぶどう(長野県産)

**毎週配達**

**798** **よ** **803871** **ドライアイス** (鮮度保持用)約500g **次10月4日**

**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なわれたものです。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する」「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。

**アレルギー情報** 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…(か) 大豆…(豆) コン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。

※原料製造過程における飛来による空気汚染など、表示外で微量の混入の可能性があり、完全無残ではなくあくまで「目安」であることをご理解ください。

【中身の注意】※注文番号が6桁のものは、注文書の6桁番号記入欄に番号を記入してください。※表示価格、【本体価格】と括弧内に【税込価格】(本体価格に該当税率を掛け合わせた)を表示しています。※このカタログに記載されている消費税率は、組合員の注文に基づく税率です。商品名を必ず正しいを念頭に申し込んでください。

原材料と栄養成分は別の表示内容を確認してください。

塩分はナトリウムから換算しているものもあるため、包装と異なる場合があります。タイミングにより栄養成分が掲載できないものもありますので、最新の情報は製品の包装でご確認ください。

●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  
組立 組合員開発消費材 ●よく品目  
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を表示)  
◎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 次回取組みがある予定の注、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