



生活クラブ

福祉クラブ



申込締切

8/ 7・8・9・10・11・12

配達

8/ 21・22・23・24・25・26

集金/9月

8月4回配達 8月21日～8月25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) :
ぼてと・クックふじさわ・
キッチンかまくら・
なご味・ぽかぽか
このみ

串カツは1本づつ丁寧に
調理しています。野菜
の煮物はやさしい味付
けで毎回好評です。



盛付例

原材料:鶏もも肉、玉葱、薬味油、パン粉、卵、小麦粉、黒コショウ

799
そうざい:くしかつ

3本(180g以上)

720円(税込778円)

冷蔵

豚もも肉をくしかつしました。豚肉の旨味と玉葱の甘味が、口の中
で広がります。豚肉のビタミンB1は、糖質の代謝や神経の働きに関
係している栄養素のため、疲労を回復したり、イライラを和らげてく
れたりする効果があると言われています。1パック2527Kcal、塩分1.3g

7/24/22 卵・乳・麦・(そば)・(落)・(えび)・(かに)・(豆)

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



盛付例

原材料:こんにゃく、大根、人参、鶏もも肉、ごぼう、丸大豆醤油、昆布、味噌、みりん、調味料、なたね油、長葱

800 **お** 803881
そうざい:野菜の煮物

200g以上

500円(税込540円)

冷蔵

身体にやさしい、野ながらのおなじ
みの煮物です。野菜と鶏肉のそれぞ
れの旨味を楽しみながら召し上がれ
ます。1パック229Kcal、塩分2.8g

7/24/22 卵・乳・麦・(そば)・(落)・(えび)・(かに)・(豆)



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。



毎週
801 **GM**
国産小麦食パン(6枚)

440g

355円(税込383円)

毎週 803861 344円(税込372円)

主要原材料の小麦粉に、国産の小麦粉を使用しました。使用原材料
にこだわった食パンです。1袋(推定値)1003.3Kcal、塩分4.09g

7/24/22 卵・乳・麦・(豆)

(株)オルタフーズ ③3日



次 9月2回
802 **GM**
国産小麦食パン(3枚)

220g

218円(税込235円)

小量タイプの3枚スライスです。

1袋(推定値)501.6Kcal、塩分2.05g

7/24/22 卵・乳・麦・(豆)

(株)オルタフーズ ③3日



次 9月1回
803 **GM**
こだわ国産小麦白神食パン

360g

372円(税込402円)

白神こだま酵母使用。油脂を一切配合していない北海道産小
麦の香りが豊かな食パン。1個(推定値)788.6Kcal、塩分3.79g

7/24/22 卵・乳・麦・(豆)

(株)オルタフーズ ③3日



毎週
804 **NON GM**
イギリス食パン(3枚)

221g

265円(税込286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

7/24/22 卵・乳・麦・(豆)

(株)オルタフーズ ③3日



毎週
805 **GM**
レーズン食パン(3枚)

210g

306円(税込330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

7/24/22 卵・乳・麦・(豆)

(株)オルタフーズ ③3日



毎週
806 **GM**
国産小麦バターロール

41g×4

333円(税込360円)

小麦粉、バター、卵をたっぷり使用した、オルタフーズの
自信作です。1個(推定値)111.1Kcal、塩分0.31g

7/24/22 卵・乳・麦・(豆)

(株)オルタフーズ ③3日



次 9月1回
807 **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。塩バターと小麦の味わいがある生地に、塩
バターをトッピングしています。1個(推定値)164.9Kcal、塩分0.8g

7/24/22 卵・乳・麦・(豆)

(株)オルタフーズ ③3日



808 **GM**
ほんのりあまい丸パン

37g×6

343円(税込370円)

ほんのり甘い生地にシュガーバターをトッピング。小ぶりですが食べ
やすい手軽なおやつパンです。1個(推定値)121Kcal、塩分0.2g

7/24/22 卵・乳・麦・(豆)

(株)オルタフーズ ③3日



次 9月2回
809 **GM**
ぶどうパン

51g×5

373円(税込403円)

レーズン食パンの生地をパンズにして焼き上げま
した。朝食やおやつに。1個128Kcal、塩分0.36g

7/24/22 卵・乳・麦・(豆)

(株)オルタフーズ ③3日



810 **GM**
垂麻仁パンズ

80g×4

357円(税込386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189.6Kcal、塩分0.79g

7/24/22 卵・乳・麦・(豆)

(株)オルタフーズ ③3日



811 **GM**
大納言小豆パン

46g×3

300円(税込324円)

おやつに食べやすいサイズ。中に入っている大納言小豆は表面からで
も見えるように入れています。1個(推定値)147.2Kcal、塩分0.2g

7/24/22 卵・乳・麦・(豆)

(株)オルタフーズ ③3日



812 **NON GM**
わたらい茶大納言マフィン

78g×2

452円(税込488円)

わたらい茶と大納言小豆と和風テイストに。

1個314.2Kcal、塩分0.08g

7/24/22 卵・乳・麦・(豆)

(株)オルタフーズ ③8日



次 9月3回
194549 **GM**
ミニアップルケーキ

180g

410円(税込443円)

無添加のふりんごジュレップを使い、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(推定値)599.7Kcal、塩分0.24g

7/24/22 卵・乳・麦・(豆)

(株)オルタフーズ ③15日



次 9月3回
194557 **NON GM**
チーズクリームレモンパイ

1個(262g)

1,130円(税込1,220円)

クリームチーズとレモン果汁・レモンピールの酸味がコラボした爽
やかな甘酸っぱいパイです。1袋(推定値)975.6Kcal、塩分1.2g

7/24/22 卵・乳・麦・(豆)

(株)オルタフーズ ③6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。

毎週

813 GM

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。100g64Kcal、水分0.07g

フルフル豆

共生食品(株) ◎4日

原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、醸造酢(醸造水酸化マグネシウムに限り)

毎週

814 GM

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、またカルシウム、鉄分、ビタミンE、食物繊維等が多く含まれています。100g91Kcal、水分0.04g

フルフル豆

共生食品(株) ◎4日

原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、醸造酢(醸造水酸化マグネシウムに限り)

毎週

815 GM

絹ごし豆腐2個パック

150g×2

165 円(税込 178 円)

毎週 803831 160 円(税込 173 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。100g64Kcal、水分0.07g

フルフル豆

共生食品(株) ◎7日

原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、醸造酢(醸造水酸化マグネシウムに限り)

毎週

816 GM

もめん豆腐2個パック

150g×2

165 円(税込 178 円)

毎週 803841 160 円(税込 173 円)

絹ともめんお好みでお選びください。100g85Kcal、水分0.05g

フルフル豆

共生食品(株) ◎6日

原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、醸造酢(醸造水酸化マグネシウムに限り)

817 GM

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便利。100g86Kcal、水分0.08g

フルフル豆

共生食品(株) ◎12日

原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、醸造酢(醸造水酸化マグネシウムに限り)

818 GM

黒ごま寄せとうふ

300g

203 円(税込 219 円)

黒ごまペーストが入ってふんわりまるやかな風味豊かな豆腐です。100g79Kcal、水分0.06g

フルフル豆

共生食品(株) ◎6日

原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、醸造酢(醸造水酸化マグネシウムに限り)

819 GM

厚あげ

220g

180 円(税込 194 円)

水切りした木綿豆腐を蒸揚げしています。揚げにくいので、どんな料理にも使えます。100g146Kcal、水分0.08g

フルフル豆

共生食品(株) ◎4日

原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、なたね油(遺伝子組み換えでない)、醸造酢(醸造水酸化マグネシウムに限り)

毎週

820 GM

油あげ

25～30g×2

144 円(税込 156 円)

酸化しにくいなたね油を使用していますので、「油揚げ」しくてもお召し上がり頂けます。100g270Kcal、水分0.05g

フルフル豆

共生食品(株) ◎4日

原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、なたね油(遺伝子組み換えでない)、醸造酢(醸造水酸化マグネシウムに限り)

821 GM

手揚げ風油あげ

120g(3枚入)

246 円(税込 266 円)

しっとりした肉厚タイプ。きつうどんにもぴったりです。1袋120g331Kcal、水分0.09g

フルフル豆

共生食品(株) ◎7日

原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、なたね油(遺伝子組み換えでない)、醸造酢(醸造水酸化マグネシウムに限り)

※eくらぶ注文では企画回
→ 8月4回を選択してください



加工食品生活雑貨類

822 GM

おいなりコンちゃん(味付けいなり)

5枚(10ヶ分)

500 円(税込 540 円)

国産大豆を使用し、圧搾一巻絞りの菜種油で揚げた油揚げを原料に、出来る限り生活クラブの消費材を使った「味付けいなり」です。1袋(280g)480Kcal、水分3.55g

フルフル豆

共生食品(株) ◎31日

原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、なたね油(遺伝子組み換えでない)、かつお節(かつお節製)、しょう油(大豆・遺伝子組み換えでない)、味付け(塩、砂糖、香辛料等)、生活クラブオリジナルの調味料(醸造水酸化マグネシウムに限り)

823 GM

穴道湖凍しじみ

150g

395 円(税込 427 円)

静岡県穴道湖の汽水域(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行い、凍結処理しました。100g27Kcal、水分0.00g

(株)泰山食品商行

原材料:しじみ(静岡県穴道湖産)

824 NON GM

秋鮭わかめちりめん

80g

548 円(税込 592 円)

ちりめん、国産秋鮭(白鮭)、国産のわかめを混ぜ合わせ、白ごまを加えました。秋鮭の旨味とちりめんの味わいが風味豊かに味わえます。100g177Kcal、水分8.0g

フルフル豆

(株)泰山食品商行 ◎9日

原材料:塩・フーズ(秋鮭(国産)、食塩)、ちりめん(いわし(国産)、食塩)、わかめ(わかめ(国産)、砂糖、食塩)、ごま

825 NON GM

国産さば昆布炙

1枚120g

548 円(税込 592 円)

さばの旨味と昆布の風味が混ざり合い、海の味が口いっぱい広がります。甘酢仕立てで食べやすい一品です。100g339Kcal、水分1.6g

フルフル豆

(株)泰山食品商行 ◎18日

原材料:サバ(国産)、昆布(国産)、塩、砂糖、食塩

826 NON GM

ぶり味噌漬

200g(ぶり切身80g×2、調味味噌40g)

548 円(税込 592 円)

国産のぶりを使用し、生活クラブ提携生産者の味噌とみりん風発酵調味料をオリジナルの調味味噌に、漬け込みました。100g253Kcal、水分1.66g

フルフル豆

(株)泰山食品商行 ◎18日

原材料:ぶり(国産)、味噌(大豆を含む)(国産製造)、発酵調味料、砂糖、食塩

194565 NON GM

いろいろ使えるらっきょう酢

1000ml

583 円(税込 630 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便利です。100ml239Kcal、水分7.59g

(有)アグリサントシステム

原材料:砂糖(国産)、酢(国産)、食塩、還元水酸、りんごエキス、洋葱エキス

194581

桑葉加工食品DNJ

180粒

2,500 円(税込 2,700 円)

DNJ(糖の分解酵素)の働きを強化し、血糖値の急激な上昇を抑える作用があり、血糖値が安定することで糖尿病の予防効果が期待できます。1日摂取目安量(1.5g)4.7Kcal、水分0.0006g

トヨタ健康食品(株)

原材料:桑葉エキス(桑葉エキス、デキストリン)、桑葉粉末、澱粉、クエン酸

194590

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、熱にも強いので料理にも使えます。100g185Kcal、水分0.00g

(株)エコ・グリーン

原材料:【成分】カルシウム100%

194590

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、熱にも強いので料理にも使えます。100g185Kcal、水分0.00g

(株)エコ・グリーン

原材料:【成分】カルシウム100%

827 NON GM 組

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」本格チキンカレー。賞味期限は製造日から2年間のため、非常用としても使えます。1袋(220g)280Kcal、水分2.2g

フルフル豆

(株)秋川牧園

原材料:チキン(手羽元)(国産)、玉ねぎ、鶏がらスープ、植物油(菜種油)、トマトマッシュ、小豆、おろしにんにく、チャップ、おろししょうが、マスタード、ガラムマサラ、醤油、クミンパウダー、コリアンダーパウダー、カルダモンパウダー、赤唐辛子粉末、黒胡椒、カレー粉、(一部に小麦・卵・乳・大豆を含む)

194603

アレポの石鹸

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、少量のアルコールが加えられています。

(株)エコ・グリーン

原材料:石鹸(オリーブオイル90%・ローレルオイル10%)

194611

アレポの石鹸エキストラ

180g

900 円(税込 990 円)

保湿、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。

(株)エコ・グリーン

原材料:石鹸(オリーブオイル60%・ローレルオイル40%)

194620

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。

(株)エコ・グリーン

原材料:【成分】スクワラン(オリーブスクワラン100%)

194638

美馬油(ミマユ)

57g

1,800 円(税込 1,980 円)

戦国時代から傳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。

(株)エコ・グリーン

原材料:【成分】馬油-88.95%、ミツロウ-11.00%、トコフェロール-0.05%

194646

横浜馬油商店生馬油チューブタイプ

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。

(株)ジャパンビューティープロダクト

原材料:馬油

194654

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。

(株)ジャパンビューティープロダクト

原材料:水、BG、エタノール、プラセンタエキス、フェノキシエタノール

194654

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。

(株)ジャパンビューティープロダクト

原材料:水、BG、エタノール、プラセンタエキス、フェノキシエタノール

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)

毎週配達

798 803871

ドライアイス

(解凍保持用)約500g

83 円(税込 91 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: Genetically modified) 作物・食品は、微生物など他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、環境への影響はわからないことが多くあります。

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。

アレレゲン情報 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)

※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、完全無害ではありません。注文書に6桁の番号を記入し番号と数量を記入してください。※表示内容は、「本体情報」と括弧内に「税込情報」(本体情報に該当税率を掛け計算)を記載しています。※このカタログに記載されている消費税率は、小売店の注文に準ずる税率とします。返品はできませんので注文時に申し込んでください。

原材料と栄養成分は原材料の表示内容を掲載しています。

場合はナトリウム値から換算して表示するものもあるため、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変動しないものもありますが、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 組合員開発消費材 やくよく品

リ リュースび容器使用(生活クラブが回収します)

賞 賞味期限(製造日から180日以内の期限の商品に表示)

◎ その年月日までは「安全に食べられよう」という期限

◎1248 次回に取組みが予定の週、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