



生活クラブ

福祉クラブ



	7/	月	火	水	木	金	土
申込締切	31	8/	1	2	3	4	5
配達	8/	7	8	9	10	11	12
						集金	9月

8 月 2 回配達 8 月 7 日 ~ 8 月 11 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

昔なつかしいおふくろの
味を夕食に加えてみま
せんか? 丁寧に汁を
とったそうざいはシンプ
ルだけど美味しいです。

W.Co なご味

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: 鶏むね肉、パン粉、油、高力粉、まいたけ、マヨネーズ、ヨーグルト、粒入りマスタード、食酢、素揚げ、食塩

799 円 (税込 803.881 円)

そうざい:
鶏むね肉のふわふわカツ

130g 以上

500 円 (税込 540 円)

冷蔵

鶏むね肉を、まいたけのみじん切りと調味料で一晩
漬けておき、むね肉とは思えないほどの柔らかさ
になりました。まいたけの裏りと粒入りマスタードの
香りがマッチします。1パック631Kcal、塩分1.6g

7/24/22 卵・乳・麦・(そば)・(高)・(寒)・(えび)・(か)・(豆)



盛付例

原材料: なす、きゅうり、糸大豆、醤油、食酢、生薑、長ねぎ、白ごま

800 円 (税込 840 円)
そうざい: 蒸したなすの
生煮しょうゆあえ
(シソオイル仕立て)

180g

420 円 (税込 454 円)

冷蔵

蒸したなすに、食物繊維の多い生
薑・長ねぎ・ごま及びきゅうりをあえ
たものをせたヘルシーなそうざ
い입니다。1パック56Kcal、塩分1.7g

7/24/22 卵・(乳)・麦・(そば)・(高)・(寒)・(えび)・(か)・(豆)



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 円 (税込 841.801 円)

国産小麦食パン(6枚)

440g

355 円 (税込 383 円)

毎週 予約注文番号 803861 344 円 (税込 372 円)

主要原材料: 国産小麦粉、国産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)オクタフーズ ㊿3日

次 8月5日

802 円 (税込 842.802 円)

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。ゆっく石臼で挽いた小麦本
来の香りを味わってください。1袋953.3Kcal、塩分4.12g

7/24/22 卵・(乳)・麦・(豆) (株)オクタフーズ ㊿3日

毎週

803 円 (税込 843.803 円)

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)オクタフーズ ㊿3日

毎週

804 円 (税込 844.804 円)

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
や梅干し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)オクタフーズ ㊿3日

毎週

805 円 (税込 845.805 円)

国産小麦バターロール

418g×4

333 円 (税込 360 円)

毎週 予約注文番号 803851 323 円 (税込 349 円)

小麦粉、バター、卵をたっぷり使用した、オクタフーズ
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)オクタフーズ ㊿3日

806 円 (税込 846.806 円)

有機キャロブ入り食パン

400g

385 円 (税込 416 円)

カルシウムや鉄分、食物繊維等を豊富に含んだ有機キャロブ(いご豆)
を配合したヘルシーな食パンです。1個(推定値)980.6Kcal、塩分4.0g

7/24/22 卵・(乳)・麦・(豆) (株)オクタフーズ ㊿3日

807 円 (税込 847.807 円)

国産小麦のドッグパン

100g×3

316 円 (税込 341 円)

ほんのり甘めのプレーンなドッグパンです。
1個250.2Kcal、塩分0.98g

7/24/22 卵・(乳)・麦・(豆) (株)オクタフーズ ㊿3日

809 円 (税込 849.809 円)

ぶどうのワンローフ

320g

483 円 (税込 522 円)

生地を一本の棒状に成形する方法のため、クラムの気泡がやや粗
目で軽い食感になります。1個(推定値)810.6Kcal、塩分2.33g

7/24/22 卵・(乳)・麦・(豆) (株)オクタフーズ ㊿3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 円 (税込 848.808 円)

イングリッシュマフィン

73g×4

357 円 (税込 386 円)

コンブリッツの甘みと歯ごたえも良く、ペーコンや目玉焼
きとの相性もぴったりです。1個(推定値)188.5Kcal、塩分0.72g

7/24/22 卵・(乳)・麦・(豆) (株)オクタフーズ ㊿3日

次 8月5日

810 円 (税込 850.810 円)

ベリーとチーズクリームフロスティ

65g×2

412 円 (税込 445 円)

オクタフーズ自家製のレモンで酸味の効いたクリームチーズと、甘
味たっぷりのベリー生地を組み合わせます。1個192.1Kcal、塩分0.48g

7/24/22 卵・(乳)・麦・(豆) (株)オクタフーズ ㊿3日

811 円 (税込 851.811 円)

大人のチョコクロワッサン

59g×2

412 円 (税込 445 円)

ココアを配合したクロワッサン生地にチョコバターを
丸ごと1本入れます。1個229.4Kcal、塩分0.43g

7/24/22 卵・(乳)・麦・(豆) (株)オクタフーズ ㊿3日

次 8月5日

813 円 (税込 853.813 円)

りんごとくるみのマフィン

86g×2

360 円 (税込 389 円)

くるみの入った生地に、ふじりんごブレザーをトッ
ピング。1個(推定値)356.8Kcal、塩分0.09g

7/24/22 卵・(乳)・麦・(豆) (株)オクタフーズ ㊿8日

812 円 (税込 852.812 円)

あなたと食べたいフルーツケーキ

230g

924 円 (税込 998 円)

レモンピール、伊予柑ピール、クランベリー、グリンミの種を生地に混ぜ込んだ贅沢な
フルーツケーキ。おもてなしにもぴったりです。1袋(推定値)921.8Kcal、塩分0.21g

7/24/22 卵・(乳)・麦・(豆) (株)オクタフーズ ㊿20日

814 円 (税込 854.814 円)

アーモンドクリームパイ

232g

1,155 円 (税込 1,247 円)

アーモンド粉末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
をふんだんに使用しています。1袋(推定値)1088.2Kcal、塩分1.39g

7/24/22 卵・(乳)・麦・(豆) (株)オクタフーズ ㊿8日

次 9月2日

814 円 (税込 854.814 円)

アーモンドクリームパイ

232g

1,155 円 (税込 1,247 円)

アーモンド粉末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
をふんだんに使用しています。1袋(推定値)1088.2Kcal、塩分1.39g

7/24/22 卵・(乳)・麦・(豆) (株)オクタフーズ ㊿8日

813 円 (税込 853.813 円)

りんごとくるみのマフィン

86g×2

360 円 (税込 389 円)

くるみの入った生地に、ふじりんごブレザーをトッ
ピング。1個(推定値)356.8Kcal、塩分0.09g

7/24/22 卵・(乳)・麦・(豆) (株)オクタフーズ ㊿8日

812 円 (税込 852.812 円)

あなたと食べたいフルーツケーキ

230g

924 円 (税込 998 円)

レモンピール、伊予柑ピール、クランベリー、グリンミの種を生地に混ぜ込んだ贅沢な
フルーツケーキ。おもてなしにもぴったりです。1袋(推定値)921.8Kcal、塩分0.21g

7/24/22 卵・(乳)・麦・(豆) (株)オクタフーズ ㊿20日



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 GM 毎週
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、塩分0.07g
【アレルギー】大豆
【賞味期限】◎4日
【冷蔵】
原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、醸造酢(醸造海水塩化マグネシウムにがり)

816 GM 毎週
もめん豆腐
300g
148円(税込160円)
絹ごしに比べ、たんぱく質と脂質が多く、またカルシウム、鉄分、ビタミンE、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(国産・遺伝子組み換えでない)、醸造酢(醸造海水塩化マグネシウムにがり)

817 GM 毎週
絹ごし豆腐2個パック
150g×2
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(国産・遺伝子組み換えでない)、醸造酢(醸造海水塩化マグネシウムにがり)

818 GM 毎週
もめん豆腐2個パック
150g×2
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(国産・遺伝子組み換えでない)、醸造酢(醸造海水塩化マグネシウムにがり)

819 GM 毎週
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です。100g86Kcal、塩分0.08g
【アレルギー】大豆
【賞味期限】◎12日
【冷蔵】
原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、醸造酢(醸造海水塩化マグネシウムにがり)

820 GM 次 8月5日
水切りもめん豆腐
240g
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(国産・遺伝子組み換えでない)、醸造酢(醸造海水塩化マグネシウムにがり)

821 GM 次 8月5日
絹生揚げ
220g
194円(税込210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(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(醸造海水塩化マグネシウムにがり)

822 GM 毎週
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、「油抜き」しな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(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(醸造海水塩化マグネシウムにがり)

823 NON GM 次 9月2日
煮し牡蠣
105g
380円(税込410円)
煮し加熱を加えてあるも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】カキ(貝類)
【賞味期限】◎60日
【冷蔵】
原材料:カキ(岩手県産)

824 NON GM 次 9月2日
揚げたてを味わう野菜ゴロゴロ揚げ
150g(3個)
395円(税込427円)
国産とうもろこしの甘さ、枝豆のコクのある旨味、玉ねぎのジュシーさを味わえます。1ヶ(50g)54Kcal、塩分0.7g
【アレルギー】卵(鶏)、小麦(小麦を含む)、大豆(大豆を含む)、人参、コーン(遺伝子組み換えでない)、砂糖、クオエキス、発酵調味料、清酒、食塩
【賞味期限】◎180日
【冷凍】
原材料:鶏肉(タラ(国産))、玉ねぎ(国産)、枝豆(大豆(国産)を含む)、人参、コーン(遺伝子組み換えでない)、砂糖、クオエキス、発酵調味料、清酒、食塩

825 NON GM 組 次 9月2日
豆菜(まめな)はんぺん
150g(50g×3枚)
405円(税込437円)
北海道産の無リンたけのこをベースとしたふわふわ生地にワカメと3種類の豆(枝豆・大豆・小豆)を加えた煮し満味。食物繊維たっぷり、焼いても煮ても美味しい一品。1枚(50g)48Kcal、塩分0.7g
【アレルギー】卵(鶏)、小麦(小麦を含む)、大豆(大豆を含む)、人参、コーン(遺伝子組み換えでない)、砂糖、クオエキス、発酵調味料、食塩、レモン汁(国産)、酒粕
【賞味期限】◎180日
【冷凍】
原材料:鶏肉(タラ(国産))、ヨシキリメ(国産)、卵白(卵(国産)を含む)、煮だし汁(カブ(国産)、サトウ(国産))、枝豆(大豆(国産)を含む)、大豆(国産)、小豆(国産)、人参、コーン(遺伝子組み換えでない)、砂糖、クオエキス、発酵調味料、食塩、レモン汁(国産)、酒粕

826 GM 次 9月2日
ぐちまるくん
225g(15ヶ)
400円(税込432円)
リン酸塩不使用の北海道産タラ身にて三陸産水揚げされたグティンモチを配合した蒸し揚げ。胃が寒くなるまでおいしい。1ヶ(15g)17Kcal、塩分0.1g
【アレルギー】卵(鶏)、小麦(小麦を含む)、大豆(大豆を含む)、人参、コーン(遺伝子組み換えでない)、砂糖、クオエキス、発酵調味料、清酒、食塩
【賞味期限】◎60日
【冷蔵】
原材料:鶏肉(タラ(国産))、タラ(国産)、玉ねぎ(国産)、豆腐(大豆(国産)を含む)、米油、でん粉(ばいしょ(国産))、味噌(大豆(国産)を含む)、砂糖、食塩、おしん(食塩)

827 NON GM 組 次 9月2日
豚とんボール(12個)
228g
658円(税込711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な味付けにしています。100g159Kcal、塩分0.92g
【アレルギー】卵(鶏)、小麦(小麦を含む)、大豆(大豆を含む)、人参、コーン(遺伝子組み換えでない)、砂糖、クオエキス、発酵調味料、食塩、レモン汁(国産)、酒粕
【賞味期限】◎180日
【冷凍】
原材料:豚肉(国産)、玉ねぎ(国産)、つなぎ(寒天(国産))、パン粉(小麦を含む)、ばいしょ(国産)、食塩、こしょう

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。

194484 次 9月2日
オーストラリア産 純粋ジャラ はちみつ
200g
1,398円(税込1,510円)
ミネラルがはちみつ基準より多く、黒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】スリーエイト
原材料:はちみつ

194492 次 9月2日
プロポリス(粒)
120粒
5,990円(税込6,469円)
ミツバチが集めた花蜜と樹液、ミツバチが分泌する唾液と、混ぜ合わせて作られた天然の物質プロポリスを固形にした粒にしました。1粒3.16Kcal、塩分0.00g
【アレルギー】蜂(昆虫)
【賞味期限】◎30日
【冷蔵】
原材料:プロポリス(エキストラクト)、ビタミンE、サフラワー油、ミント油、クレンジング剤、シリコン、セラム、グリセリン

194506 次 9月2日
ローヤルゼリー(粒)
120粒
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】スリーエイト
原材料:ローヤルゼリー、乾燥ビーゼリー、ショ糖、グリセリン、セラム

194514 次 9月2日
きなりっく プリン セっけん
360ml
260円(税込286円)
使用済みの植物油を集めて作りました。ジェル状で液状でないせつせんです。アレルギーな衣類も洗えます。もちろん、食器洗いや台所周りの油汚れにも。
川崎市民せつけんプラント
原材料:植物油、水、塩化ナトリウム

194522 次 9月2日
きなりっく キッチン& クリーン
(粒状) 200g
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、いろいろに使ってください。
川崎市民せつけんプラント
原材料:植物油、ヤシ油、無水エタノール、水酸化カルシウム、クエン酸

194531 次 9月2日
きなりっく 1.5kg
1.5kg
768円(税込845円)
家中の汚れ落としに大活躍のオールマイティ洗剤です。ボットの補充用にストックしておきましょう。
川崎市民せつけんプラント
原材料:界面活性剤、香料、水酸化ナトリウム、水酸化カルシウム、水酸化ナトリウム

毎週配達

798 **よ** **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、安全性や人・環境への影響はわかりにく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。
アレルゲン情報 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…(かに) 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。
※原料調達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、完全排除はできません。表示外で微量の混入の可能性があることをお断りいたします。
【表示の注釈】※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と数量を記入してください。※表示欄は、「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税率)を記載しています。※このカタログに記載されている原材料は、組合員の注文に基づき購入です。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。
原材料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。

介護生活用品店「らく・らっく」

「いつまでも自分で食べる」
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