生活クラブ 福祉クラブ

Fukushi Club

2024 1月 3回（D週）

	月	火	水	木	金	土
申込締切	1/8	9	10	11	12	13
配達	1/15	16	17	18	19	20

集金／2月

1月3回配達　1月15日～1月19日

eくらぶ　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）：ぽてと・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

信田袋は普段、家庭ではなかなか作らない珍しい味です。ぜひ、お試しください。

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

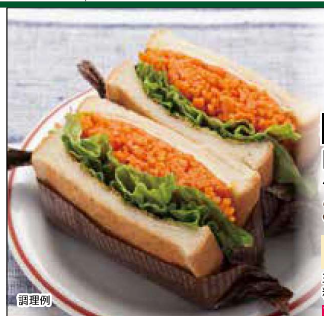
799 よ　予約注文番号 803881
そうざい:お肉たっぷりミートコロッケ
4個（200g以上）
510円（税込551円）　冷蔵
子供から大人までみんな大好きなミートコロッケ。ビタミンB1を多く含む豚ひき肉がたっぷり入っています。いつもベスト10に入る人気の品です。1パック584Kcal、塩分1.6g
アレルゲン (卵)・(乳)・麦・(そば)・(落)・(えび)・(かに)・(豆)
原材料:じゃがいも、玉葱、豚ひき肉、パン粉、卵、小麦粉、なたね油、真塩、コショウ

800
そうざい：蓮根の信田袋
160g以上
637円（税込688円）　冷蔵
油揚げの中身はすりおろした蓮根。もちっとした舌触りがお餅のよう。旬の蓮根を皮ごと使っています。蓮根の皮にはポリフェノール、ビタミンCが含まれています。1パック203Kcal、塩分1.4g
アレルゲン (卵)・(乳)・麦・(そば)・(落)・(えび)・(かに)・豆
原材料:蓮根、油揚げ、鰹節、人参、片栗粉、酒、丸大豆醤油、かつお厚削り、素精糖、きくらげ、真塩

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 遺伝子組換え不分別 よ
国産小麦食パン(6枚)
440g
355円（税込383円）　税込11円引き
毎週 予約注文番号 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
アレルゲン (卵)・(乳)・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　㊐3日
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

次 1月5日

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

802 GM 遺伝子組換え不分別
こだわり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豊かな食パン。1個(推定値)788.6Kcal、塩分3.79g
アレルゲン (卵)・(乳)・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　㊐3日

毎週

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))、脱脂粉乳(国産)、蜂蜜、加糖れん乳、麦芽糖、ショートニング、パン酵母、食塩、酢

803 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
アレルゲン (卵)・乳・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　㊐3日

毎週

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、麦芽糖、食塩

804 GM 遺伝子組換え不分別
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。はちみつや煥乳をつけても甘くなりすぎません。1袋500Kcal、塩分1.43g
アレルゲン (卵)・(乳)・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　㊐3日

毎週

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

805 GM 遺伝子組換え不分別 よ
国産小麦バターロール
41g×4
333円（税込360円）　税込11円引き
毎週 予約注文番号 803851　323円（税込349円）
小麦粉、バター、卵をたっぷりと使用した、オルタフーズの自信作です。1個(推定値)111.1Kcal、塩分0.31g
アレルゲン 卵・乳・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　㊐3日

次 1月5日

原材料:小麦粉(小麦(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))、食塩、酢

806
テーブルバンズ
40g×5
320円（税込346円）
卵、麦芽糖の入っていないシンプルなパンです。どんな具にも合うので、ジャムを塗ったりサンドイッチでどうぞ。1個107.9Kcal、塩分0.35g
アレルゲン (卵)・乳・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　㊐3日

原材料:小麦粉(小麦(国産))、レーズン(アメリカ)、砂糖(てんさい(国産))、ショートニング、鶏卵、パン酵母、麦芽糖、食塩、ラム酒

808 GM 遺伝子組換え不分別
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
アレルゲン (卵)・(乳)・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　㊐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。

週	予約注文番号
○	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。

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

807 GM 遺伝子組換え不分別
イングリッシュマフィン
73g×4
357円（税込386円）
コーングリッツの甘みと歯ごたえも良く、ベーコンや目玉焼きとの相性もぴったり。1個(推定値)188.5Kcal、塩分0.72g
アレルゲン (卵)・乳・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　㊐3日

次 1月5日

原材料:小麦粉(小麦(国産))、ショートマーガリン(国内製造)、レモン砂糖漬け(国内製造)、砂糖、鶏卵、砂糖、マーガリン、パン酵母、脱脂粉乳、食塩、酢、レモン果汁

120553 GM 遺伝子組換え不分別
レモンフラワーデニッシュ
76g×2
498円（税込538円）
1個(推定値)348.3Kcal、塩分0.36g
アレルゲン 卵・乳・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　㊐3日

次 2月2日

原材料:粒あん(小豆(国産)、砂糖(てんさい(国産)))、小麦粉(小麦(国産))、よもぎ、砂糖、ショートニング、パン酵母、麦芽糖、食塩、酢

809 GM 遺伝子組換え不分別
よもぎあんパン
71g×2
373円（税込403円）
よもぎを混ぜた生地に粒あんを包みました。□いっぱいに広がるよもぎの香りをお楽しみ下さい。1個(推定値)170.4Kcal、塩分0.42g
アレルゲン (卵)・(乳)・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　㊐3日

次 2月2日

原材料:小麦粉(小麦(国産))、シートマーガリン、チョコ(大豆(遺伝子組み換えでない分別)含む)、鶏卵(国産)、ココア、マーガリン、砂糖、パン酵母、脱脂粉乳、食塩、酢

810 GM 遺伝子組換え不分別
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ーを丸ごと1本入れました。1個229.4Kcal、塩分0.43g
アレルゲン 卵・乳・麦・豆　(株)オルタフーズ　㊐3日

原材料:小麦粉(小麦(国産))、砂糖(てんさい(国産))、マーガリン(乳成分を含む)(国内製造)、鶏卵(国産)、水飴(甘藷(国産))、馬鈴薯(国産))、食塩、ベーキングパウダー(小麦由来)

811 GM 遺伝子組換え不分別
甘食
5個
332円（税込359円）
昔なつかしい山型パン。ホッとするやさしい甘さ。おやつにも軽食にも。1袋656.9kcal、塩分0.45g
アレルゲン 卵・乳・麦・豆　(株)オルタフーズ　㊐30日

次 2月1日

原材料:小麦粉(小麦(国産))、鶏卵(国産)、ふじりんごプレザーブ(りんご(国産))、マーガリン(乳成分を含む)、砂糖、アップルシロップ(アップルシロップ、レモン果汁)、レモン果汁、ベーキングパウダー(小麦由来)

112283 GM 遺伝子組換え不分別
ミニアップルケーキ
180g
410円（税込443円）
無添加のふじりんごプレザーブを使い、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
アレルゲン 卵・乳・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　㊐15日

原材料:パイ生地(小麦粉(小麦(国産))、ショートマーガリン(乳成分含む)(国内製造))、鶏卵(国産)、マーガリン、食塩、酢、具材:ふじりんごフィリング(ふじりんごプレザーブ、ケーキグラム(胚芽(国産)、砂糖(てんさい(国産))、小麦粉(小麦(国産))、レモン果汁、シナモン末)、レーズン、アップルシロップ(アップルシロップ、砂糖)

112291 NON GM
ふじりんごパイ
345g
1,250円（税込1,350円）
無添加のふじりんごプレザーブを使用。ふじりんごの風味を生かして焼き上げました。1袋(推定値)1106.4Kcal、塩分1.42g
アレルゲン 卵・乳・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　㊐8日

1月3回配達　1月15日～1月19日

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

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

812 GM管理済
絹ごし豆腐
300g
146円（税込158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
アレルゲン 豆
共生食品(株)　㊐4日　冷蔵
原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、凝固剤(相製海水塩化マグネシウム「にがり」)

毎週

813 GM管理済
もめん豆腐
300g
150円（税込162円）
絹こしに比べ、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、食物繊維等がより多く含まれています。100g91Kcal、塩分0.04g
アレルゲン 豆
共生食品(株)　㊐4日　冷蔵
原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、凝固剤(相製海水塩化マグネシウム「にがり」)

毎週

814 GM管理済 よ
絹ごし豆腐2個パック
150g×2
165円（税込178円）　税込5円引き
毎週 予約注文番号 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、塩分0.07g
アレルゲン 豆
共生食品(株)　㊐7日　冷蔵
原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、凝固剤(相製海水塩化マグネシウム「にがり」)

毎週

815 GM管理済 よ
もめん豆腐2個パック
150g×2
165円（税込178円）　税込5円引き
毎週 予約注文番号 803841　**160**円（税込173円）
絹ともめんお好みでお選びください。
100g85Kcal、塩分0.05g
アレルゲン 豆
共生食品(株)　㊐6日　冷蔵
原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、凝固剤(相製海水塩化マグネシウム「にがり」)

次 1月5回

120561 GM管理済
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、塩分0.08g
アレルゲン 豆
共生食品(株)　㊐12日　冷蔵
原材料:大豆(国産・遺伝子組み換えでない)、凝固剤(相製海水塩化マグネシウム「にがり」)

調理例

次 1月5回

816 GM管理済
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
アレルゲン 豆
共生食品(株)　㊐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(遺伝子組換えでない)、凝固剤(相製海水塩化マグネシウム「にがり」)

調理例

毎週

817 GM管理済
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
アレルゲン 豆
共生食品(株)　㊐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(遺伝子組換えでない)、凝固剤(相製海水塩化マグネシウム「にがり」)

1月4回配達　1月22日～1月26日

※eくらぶ注文では企画回
→ 1月3回を選択してください

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

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。

次 2月2回

818 GM要対策
いわし生姜煮
150g
305円（税込329円）
国内で漁獲された真いわしを頭、内臓、尾を除去して、干切り生姜を利かせてじっくりと煮込みました。150g333Kcal、塩分2.1g
アレルゲン 麦・豆
(株)泰山食品商行　㊐90日
原材料:いわし(国産)、生姜、砂糖、発酵調味料、醤油、食塩/加工澱粉、(一部に小麦・大豆を含む)

次 2月2回

819
おつまみ帆立
40g
620円（税込670円）
青森県産のベビー帆立を乾燥させた、帆立の持つ旨味を凝縮させました。噛むほどに味わい深い旨味が口の中に広がります。100g322Kcal、塩分6.22g
アレルゲン (卵)・(乳)・(麦)・(えび)・(かに)・(豆)
(株)泰山食品商行　㊐90日
原材料:ベビー帆立(青森県産)、唐辛子

次 2月2回

820 GM要対策
紅いもスイーツ
60g
305円（税込329円）
鹿児島県産のさつまいも「紅はるか」を使用。濃い甘みが特徴の紅はるかを使い素材の旨味たっぷりにひとつひとつ丁寧に仕上げた一品です。60g185Kcal、塩分0.01g
(株)泰山食品商行　㊐120日
原材料:さつまいも、砂糖/クチナシ色素、酸化防止剤(ビタミンC)

次 2月2回

イメージ

821 NON GM
黒豆甘納豆
50g
238円（税込257円）
お茶請けにぴったりな、しっとりとした甘納豆です。ほどよい甘さと、ソフトな食感をお楽しみください。50g166Kcal、塩分0.3g
アレルゲン 豆
(株)泰山食品商行　㊐180日
原材料:黒豆(国産)、砂糖

次 2月2回

配達：1/29～2/2

120596 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も便利です。100ml239Kcal、塩分7.59g
(有)アグリサポートシステム
原材料:砂糖(国産)穀物酢、食塩、還元水あめ、こんぶエキス、酵母エキス

藤沢センター開発品　次 2月2回

盛付例

822 NON GM 組
秋川牧園の本格チキンカリー(手羽元2本入)
220g
360円（税込389円）
本格派のチキンカレー。秋川牧園の手羽元が、こっくり煮込んで入っています。
1袋(220g)280Kcal、塩分2.2g
アレルゲン (卵)・(乳)・麦・(落)・(えび)・(かに)・豆
(株)秋川牧園
原材料:鶏肉(手羽元)(国産)、玉ねぎ、鶏肉ブーフ、鶏脂、醤油(小麦)、トマトケチャップ、小麦粉、おろしにんにく、チャツネ、おろししょうが、カラメル、カラメルマサラ、食塩、スパニッシュパプリカ、コリアンダーパウダー、クミンパウダー、カレイモンパウダー、赤唐辛子粉末、胡椒エキス、ローズハーブ(麦・鶏肉・リンゴ・大豆を含む)

次 2月2回

112305
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、食事中に飲むことが効果的です。糖質の摂取が気になる方、太りすぎを気にしている方などどもからお年寄りまで。1包(3g)9.2Kcal、塩分0g
トヨタマ健康食品(株)
原材料:桑葉(国産)

次 2月2回

112453
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力に阻害し、小腸からの糖の吸収を抑制する作用があり、血糖値やダイエットにも効果が期待できる有用成分を豊富に含んだ健康食品です。1日摂取目安量6粒(1.5g)4.7Kcal、塩分0.0006g
トヨタマ健康食品(株)
原材料:桑葉エキス末(桑葉エキス、デキストリン)、桑葉粉末、澱粉/シェラック

次 2月2回

112461
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。100g185Kcal、塩分0.00g
(株)エコ・グリーン
原材料:【成分】乳酸カルシウム100%

次 2月2回

112500
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。
(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%

次 2月2回

112518
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ーッと伸びます。
(株)ジャパンビューティープロダクト
原材料:馬油

次 2月2回

112526
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。お肌に潤いを与えやわらかで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

次 2月2回

112496
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「純植物性スクワレン」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%)

次 2月2回

112470
アレッポの石鹸
200g
700円（税込770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。
(株)エコ・グリーン
原材料:石鹸素地(オリーブオイル90%・ローレルオイル10%)

次 2月2回

112488
アレッポの石鹸エキストラ
180g
1,000円（税込1,100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。
(株)エコ・グリーン
原材料:石鹸素地(オリーブオイル60%・ロレルオイル40%)

毎週

120570　配達：1/15～19
産直品:田村さん家の旬りんご
3～4個
728円（税込786円）
安心安全でおいしい旬なりんごを、いつもの配達でお届けします。
(株)ファーマインドトレードサービス

毎週配達

798 よ　予約注文番号 803871
ドライアイス
(鮮度保持用) 約500g
83円（税込91円）　冷凍
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。

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。
GM管理済　GM混入防止管理済。微量原料も含め遺伝子組み換えの混入を防ぐための分別をしています。
GM対策　主要原料では遺伝子組み換えの混入を防ぐための分別をしていますが、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を使っています。

アレルゲン情報　代表的な原料8物質を表示しています。

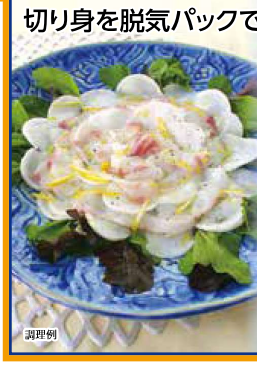
卵…《卵》　乳…《乳》　小麦…《麦》　そば…《そば》
落花生…《落》　えび…《えび》　かに…《かに》　大豆…《豆》
コンタミネーションについては、そば：(そば)のように、（ ）で物質名を表示します。

＊原料製造過程における飛来による空気移染など、表示外で微量の混入の可能性があり、完全情報ではなくあくまで「目安」であることをご理解ください。
【申込の注意】＊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と数量を記入してください。＊表示価格は、「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四捨五入）を表示しています。＊このカタログに記載されている消費材は、組合員の注文に基づく予約購入です。返品はできませんのので注意して申込んでください。
原材料と栄養成分は包材の表示内容を掲載しています。
塩分はナトリウム値から換算しているものもあるため、包材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物もありますので、最新の情報は製品の包材でご確認下さい。

●記号の説明
↑ 今週から値上げ　↓ 今週から値下げ　改 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 よやく品目
R リユースびん容器使用（生活クラブが回収します）
賞 賞味期限（製造日から180日以内の期限の食品に表示）
期 その年月日までは「安全に食べられます」という期限
次12/4回 次に取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。

切り身を脱気パックでお届け

次 2月2回


調理例

配達：1/15～19

120588
鮮魚：養殖活〆伊勢真鯛
230g前後
2,050円（税込2,214円）
真鯛はプリプリとした歯ごたえ、甘味とコクのあるうま味が楽しめます。カルパッチョや笹寿司、昆布〆にしてもおいしくいただけます。
みえぎょれん販売(株)　㊐5日　冷蔵

コア北鎌倉 20周年企画

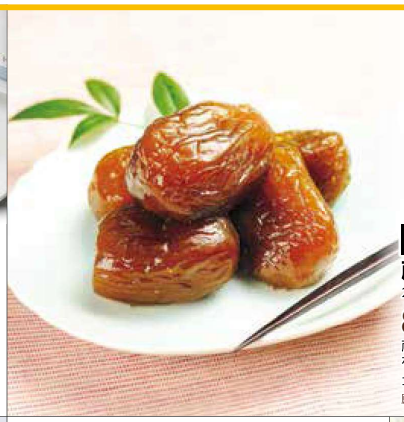
20周年を迎えたお祝いに鎌倉のメンバーがお勧めするイチオシの消費材を揃えました。ぜひ、利用してくださいね。

配達：1月29日(月)～2月2日(金)

調理例

120987
ツナカンEXVオリーブオイル使用
70g
295円(税込**319**円)
原料は選別されたキハダマグロを使用し高品質のエキストラバージンオリーブオイルを使用。添加物は一切使用していません。
1缶218Kcal、塩分1.78g
(株)ヴィボン
原材料:まぐろ(輸入又は国産(5%未満)、食用オリーブ油(オリーブ:ギリシャ産)、食塩(沖縄県製造)

120995
サバカンEXVオリーブオイル使用
150g
445円(税込**481**円)
ツナカンと同じく、厳選された真さばと高品質のエキストラバージンオリーブオイルを使用しております。**1缶474Kcal、塩分2.2g**
(株)ヴィボン
原材料:さば(国産食用オリーブ油(オリーブ:ギリシャ産)、食塩(沖縄県製造)



827
蔵王いちじく甘露煮
200g
800円(税込**864**円)
蔵王山の麓に広がる豊かな自然環境のもとで栽培されたいちじくを甘露煮に仕上げました。**200g338Kcal、塩分0.01g**
コパロン(株)　㊗180日
原材料:いちじく(国産)、砂糖

お待たせしました！
ファンの多い一品

121061
ひじきのり佃煮
100g
490円(税込**529**円)
国産乾のりと千葉県産ひじきをあわせて佃煮にしました。磯の香りがいっぱいです。**10g10.3Kcal、塩分0.4g**
アレルゲン 麦・(えび)・(かに)・豆
(有)マルヨーのり製造所
原材料:醤油(大豆(遺伝子組み換えの混入を防ぐため分別)・小麦を含む)(国内製造)、砂糖(国内製造)、海苔(国産)、ひじき(国産)、鰹だし、発酵調味料、清酒、水飴

調理例

120979
オレンジバルサミコ
100ml
2,080円(税込**2,246**円)
ホワイトバルサミコに絞ったオレンジ果汁とオレンジエキスを加えました。柑橘系の香りと味わいを楽しむのに最適です。サラダや、ホタテや白身魚のカルパッチョに。炭酸水などで割って、ドリンクとしてもお楽しみいただけます。**100ml59Kcal、塩分0.12g**
(株)ヴィボン
原材料:ぶどう(イタリア)、オレンジ(イタリア)、オレンジエキス(イタリア)

普段は取組みのない小さめサイズ

121037
ごま油300g
300g
741円(税込**800**円)
良質の白ごまを薪の柔らかい熱で丁寧に焙煎し、伝統の「玉締法」にて圧搾。その一番絞り油を和紙で濾過した、ごまの風味と栄養をそのままに味わえるごま油。
(有)小野田製油所
原材料:食用ごま油

NEW

826
愛知生まれの旨味こいくちソース
300g
340円(税込**367**円)
さらさらのウスターソースなのに旨味が濃い！一般的なウスターソースよりもうま味成分を高める配合をし、さらに昆布パウダーを使用しています。**1瓶426Kcal、塩分19.6g**
アレルゲン 麦・豆
コーミ(株)
原材料:野菜(たまねぎ(国産)、トマト(国産)、セロリー(国産))、砂糖、醸造酢、食塩、醤油(大豆(遺伝子組み換え混入防止管理済)・小麦を含む)、香辛料、昆布パウダー／増粘剤(加工デンプン)

大人気和菓子が久しぶりの登場です　賞味期限2月9日のものをお届けします

121118
銘菓　若草
4個
620円(税込**670**円)
江戸後期から伝わる松江大和菓子の一つ若草です。抹茶とお砂糖をやわらかい求肥にまぶしました。**100g370Kcal、塩分0g**
アレルゲン (卵)・(乳)・(麦)
(有)アグリサポートシステム　㊗20日
原材料:砂糖(国内製造)、餅粉、水あめ、寒梅粉、抹茶

121126
銘菓　出雲
4個
600円(税込**648**円)
北海道産小豆で蜜豆を作り、寒天を流し込んで固めました。中はしっとり、表面はシャリッとした食感です。**100g346Kcal、塩分0.04g**
アレルゲン (卵)・(乳)・(麦)
(有)アグリサポートシステム　㊗20日
原材料:砂糖(国内製造)、小豆、水あめ、寒天

121134
つぶつぶ柚餅子
4個
600円(税込**648**円)
地元・島根県産の柚子をすりおろし、柔らかい求肥に練り込んだ爽やかな味わいの餅菓子です。**100g353Kcal、塩分0g**
アレルゲン (卵)・(乳)・(麦)
(有)アグリサポートシステム　㊗20日
原材料:砂糖(国内製造)、餅粉、水あめ、米飴、柚子加工品(柚子皮、砂糖)、柚子、寒粉

121142
どらせん5個詰め合わせ
280g(56g×5個)
655円(税込**707**円)
国内産のこだわりぬいた材料で焼き上げたせんべいに、餡子を挟んだどら焼き風せんべいです。
アレルゲン 卵・(乳)・麦・(落)・豆
(有)アグリサポートシステム　㊗40日
原材料:【北海小豆】北海小豆(国内製造)、小麦粉、砂糖、上白糖、はちみつ【北海小豆風味入り】薯入り小豆餡、小麦粉、黄沢、上白糖、はちみつ【餡子餡】粒子餡、小麦粉、砂糖、上白糖、はちみつ【鄙びの御田】薯入こし餡、小麦粉、砂糖、上白糖、はちみつ【作州黒豆】作州黒豆(大豆を含む)、小麦粉、砂糖、はちみつ

121053
パウリスタNo1(豆)1パック
200g
710円(税込**767**円)
日東珈琲(株)

121045
パウリスタNo1(粉)1パック
200g
710円(税込**767**円)
日東珈琲(株)

カリブ海沿岸諸国の中南米のコーヒー豆を選び抜いてベースにしています。アロマ、フレーバー、コクのすべてに満足していただけるコーヒー。

121070
ぎふとあいちのトマトジュース
125ml×18
1,880円(税込**2,030**円)
岐阜県産生食用トマト、愛知県産加工用トマトを配合した、食塩無添加のトマトジュースです。生食トマト由来のすっきりした味わいと、加工用トマトの持つ濃厚さがブレンドされ、一般のトマトジュースが苦手な方でも飲みやすいです。**100g22Kcal、塩分0.005g**
コーミ(株)
原材料:トマト(岐阜県、愛知県)

季節限定
しぼりたて
新酒です！

121096
越後鶴亀しぼりたて純米原酒
720ml　アルコール:16度
1,300円(税込**1,430**円)
フレッシュな香りがふわっと漂い、ヴィヴィットな甘酸っぱい風味と一緒にスッと抜けていく。新酒ならではのスピード感とメリハリのある味をお楽しみください。冷やすことで若々しさが生きる一本です。
(株)越後鶴亀

121100
信州ワイン3本セット
200ml(赤、白、ロゼ)各1本　アルコール:12度
1,283円(税込**1,411**円)
信州のぶどうを使ったワイン、赤、白、ロゼの3種を飲み切りサイズのセットにしました。味わいの違いをお楽しみください。
(株)アルプス

121177
リネンバスタオル ナチュラル
リネン:100%(ベラルーシ産)
サイズ:70×120cm
2,600円(税込**2,860**円)

121185
リネンバスタオル 白
リネン:100%(ベラルーシ産)
サイズ:70×120cm
2,600円(税込**2,860**円)

どんどん水分を吸収してくれて、すぐ乾くというリネンの本領を発揮できるバスタオルです。コットンのタオルと違ってかさばらず、持ち運ぶのにも最適です。抗菌力があるので使った後にバッグに入れても嫌な匂いもしません。フックなどに吊るせる便利なループ付きです。
(有)生活アートクラブ

121193
リネンバスタオル ラベンダー
リネン:100%(ベラルーシ産)
サイズ:70×120cm
3,350円(税込**3,685**円)

121207
リネンバスタオル ラベンダー2枚セット
2枚(リネン:100%(ベラルーシ産)　サイズ:70×120cm)
5,400円(税込**5,940**円)

宅配品：1月27日(土)お届け

希少性が高まる
『アコヤ真珠』

121169
SVアコヤ真珠6.5mm ペンダント
●金性:シルバー●珠種:アコヤ真珠
●珠サイズ:6.5mm●長さ:約40cm
9,500円(税込**10,450**円)
東京真珠(株)

121151
SVアコヤ真珠6.0mmペンダント
●金性:シルバー●珠種:アコヤ真珠
●珠サイズ:6.0mm●長さ:約40cm
9,500円(税込**10,450**円)
東京真珠(株)

コア北鎌倉 20周年企画

コア北鎌倉が開所してから20年を迎えました。

W.Coメンバーで「自分たちが入りたい施設」の検討を重ね2003年11月に開所しました。在宅支援の複数のW.Coが入る事務所を併設することで、入居者や地域の人々の生活を支えることができるコア北鎌倉の「コア」は、地域の人々が困ったときに相談に来れば、支援もしくは情報が得られる「福祉の拠点（核）」という意味で名付けました。20周年を迎えたお祝いに鎌倉のメンバーがお勧めするイチオシの消費材を揃えました。ぜひ、利用してくださいね。

申込方法
3桁のものは品名印字欄に数量を、6桁のものは番号記入欄に注文番号と数量をご記入ください

申込締切
1月8日(月)~1月12日(金)

配　達
1月29日(月)~2月2日(金)

集　金
2月26日(月)

W.Coキッチンかまくら

健康を考え、安心安全な食材を使い、家庭の味を大切にしたそうざいです。

121029
しっとりチキン
100g
345円(税込**373**円)
鶏むね肉をオリーブオイル、真塩、素精糖、ブラックペッパーで調味後、真空調理し、しっとり仕上げた鶏ハム。**100g127Kcal、塩分2.47g**
アレルゲン (卵)・(乳)・(麦)・(そば)・(落)・(えび)・(かに)・(豆)
キッチンかまくら　㊫10日
原材料:鶏むね肉、オリーブオイル、真塩、素精糖、黒コショウ
冷蔵

ソースなしでもおいしいしっとり食感

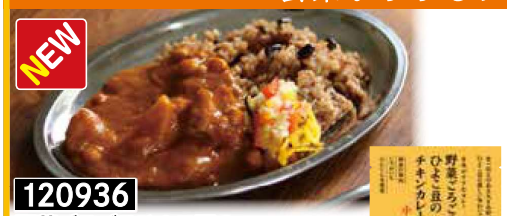
121011
ローストポーク
380g
1,198円(税込**1,294**円)
真空包装後、湯煎機で長時間加熱し、おいしさを閉じ込め柔らかく仕上げました。カットし盛り付けそのまま召し上がれます。**100g225Kcal、塩分2.47g**
アレルゲン (卵)・(乳)・(麦)・(そば)・(落)・(えび)・(かに)・(豆)
キッチンかまくら　㊫10日
原材料:豚肉モモ、菜種油、真塩、黒コショウ
冷蔵

824
豚スペアリブ
400g
838円(税込**905**円)
骨つきのバラ肉です。適度な脂肪があり、コラーゲンも豊富。ジューシーで旨味たっぷり、食べ応えがバツグンです！ 甘辛いタレで調理するのが人気です。
(株)平田牧場　㊫120日
冷凍

825
切り落としロースハム
120g
259円(税込**280**円)
形が崩れてしまったスライスロースハムのおトクな切り落とし品です。冷凍なので食べたいときに解凍し使えて便利です。そのままでもおいしいですが、軽く温めると白身(脂肪)が溶け、変わった味わいになりオススメです。**100g173Kcal、塩分1.33g**
アレルゲン (卵)・(乳)・麦・(豆)
(株)平牧工房　㊫180日
冷凍
原材料:豚ロース肉(国産)、たん白加工品(乳たん白、コラーゲン(豚肉を含む))、食塩、糖類(砂糖、水あめ(甘藷(国産)、馬鈴薯(国産)))、ポークエキス、カツオエキス、香辛料

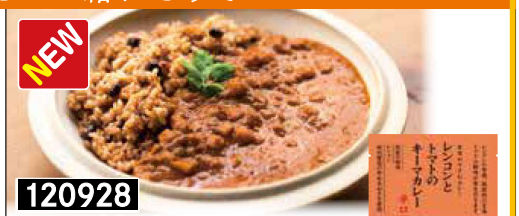
120944
寝かせ玄米ごはんセット
4種6食
1,900円(税込**2,052**円)
美味しくもっちもち食感の、栄養満点な寝かせ玄米をレンジですぐに食べられます。「小豆ブレンド」2食、「黒米ブレンド」2食、「もち麦ブレンド」、「十五穀ブレンド」の計6食入り。
アレルゲン 豆
(株)風見
原材料:小豆ブレンド(玄米(国産)、小豆、食塩)、黒米ブレンド(玄米(国産)、黒米(国産)、食塩)、もち麦ブレンド(玄米(国産)、大麦(もち麦)、食塩)、十五穀ブレンド(玄米(国産)、十五穀(大麦、麦芽押麦、もち黒米、もち赤米、もち玄米、もち麦、紫もち麦、はと麦、もち緑米、もちきび、もちあわ、ひえ、たかきび、玄米胚芽、アマランサス)

玄米がすすむカレーシリーズ　寝かせ玄米ごはんとご一緒にどうぞ



120936
野菜ごろごろひよこ豆のチキンカレー(小辛)
150g
448円(税込**484**円)
食べ応えのある大きめ野菜とひよこ豆の優しい味わいです。
1袋167Kcal、塩分1.5g
アレルゲン (卵)・乳・麦・(落)・(えび)・(かに)
(株)風見
原材料:炒めたまねぎ(国内製造)、鶏肉、野菜(じゃがいも、にんじん、にんにく)、トマトピューレー、ひよこまめ、りんごピューレー、なたね油、チキンエキス、小麦粉、カレー粉、砂糖、食塩、おろししょうが、でん粉、香辛料、(一部に小麦・鶏肉・りんごを含む)

823
豆乳とレモンのチキンカレー(中辛)
150g
448円(税込**484**円)
玄米によくあうカレーとして開発しました。レモンの爽やかな風味と豆乳で濃厚に仕上げました。**1袋171Kcal、塩分1.5g**
アレルゲン (卵)・乳・麦・(落)・(えび)・(かに)・豆
(株)風見
原材料:鶏肉(国産)、炒めたまねぎ、発酵乳、りんごピューレー、小麦粉、豆乳、なたね油、カレー粉、砂糖、食塩、チキンエキス、香辛料、バター、レモン皮、にんにく、でん粉、おろししょうが、(一部に乳成分・小麦・大豆・鶏肉・りんごを含む)



120928
レンコンとトマトのキーマカレー(辛口)
150g
448円(税込**484**円)
具沢山が特長で、レンコンの食感が心地いい辛口カレーです。
1袋159Kcal、塩分1.8g
アレルゲン (卵)・乳・(麦)・(落)・(えび)・(かに)・(豆)
(株)風見
原材料:炒めたまねぎ(国内製造)、れんこん、鶏肉、トマトペースト、チキンエキス、カレー粉、砂糖、全粉乳、なたね油、食塩、おろししょうが、香辛料、(一部に乳成分・鶏肉を含む)

121088
高菜焼き鯖棒寿司
240g(8貫カット)
1,180円(税込**1,274**円)
鯖をじっくり煮込んだ上に芳ばしく焼き上げ、高菜の塩漬けで巻いて仕上げました。**100g174Kcal、塩分1.2g**
アレルゲン 麦・豆
(株)風見　㊫180日
冷凍
原材料:酢飯(米(国産)、醸造酢、還元水あめ、砂糖、梅酢油、食塩)、焼き鯖(鯖(ノルウェー産)、しょうゆ、砂糖、料理酒、みりん風調味料、しょうが)、塩漬け高菜(高菜(国産)、食塩)、(一部に小麦・大豆・さばを含む)

121002
鰹藁焼きタタキ塩
1本(約200g)
1,570円(税込**1,696**円)
カツオの表面のみを瞬時に焼き上げるわらの火力こそがおいしさの秘訣。丁寧に人の手で焼き上げています。わらの香りとともに、カツオの旨みが広がります。**100g130Kcal、塩分0.3g**
アクロスフード(株)　㊫45日
冷凍
原材料:かつお(国産)

宮城県産銀鮭の中骨を、天日塩のみで味付けした水煮缶詰。**1缶214Kcal、塩分1.8g**　コパロン(株)

120952
鮭の中骨水煮
170g
280円(税込**302**円)
アレルゲン (卵)・(乳)・(麦)・(えび)・(かに)
原材料:銀鮭中骨(宮城県産)、食塩

120961
鮭の中骨水煮×4缶
170g×4
1,030円(税込**1,112**円)
アレルゲン (卵)・(乳)・(麦)・(えび)・(かに)
原材料:銀鮭中骨(宮城県産)、食塩