2025 5月 3回（D週）

生活クラブ 福祉クラブ

Fukushi Club

	月	火	水	木	金	土
申込締切	5/12	13	14	15	16	17
配達	5/19	20	21	22	23	24

集金／6月

5月3回配達　5月19日～5月23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。

W.Coぽてと

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

福祉クラブの食材で作ることにこだわり、「やっぱり安心ね」と言われるようメンバー一同で頑張っています。

盛付例

799
そうざい：鮭の南蛮漬け
170g以上
825円（税込891円）　冷蔵
香ばしく揚げた鮭をあつあつのうちに南蛮酢に漬け込みました。野菜と一緒にお楽しみ下さい。
1パック283Kcal、塩分3.0g
アレルゲン (卵)・(乳)・麦・(そば)・(落)・(えび)・(かに)・豆
原材料：玉ねぎ、鮭、食酢、ピーマン、人参、丸大豆醤油、米調味料、小麦粉、鷹唐、赤唐辛子、黒こしょう

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

800　毎週　予約注文番号 803881
そうざい：ポテトサラダ増量パック
230g以上
510円（税込551円）　冷蔵
ホクホクポテトにりんごなどいろいろと加えて作った彩りの良いサラダです。付け合わせとしてもいかがでしょうか。福祉クラブで人気No.1のそうざいです。1パック407Kcal、塩分2.5g
アレルゲン 卵・(乳)・(麦)・(そば)・(落)・(えび)・(かに)・(豆)
原材料：じゃがいも、マヨネーズ、きゅうり、りんご、人参、玉ねぎ、なたね油、食酢、鷹唐、米調味、黒こしょう

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、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。

801　NON GM　毎週
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　消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、他

103454　NON GM　次回 6月1日
国産小麦食パン（8枚）
440g
355円（税込383円）
少し薄めの8枚スライスです。お好みでお選びください。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　消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、他

調理例

805　NON GM　毎週
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　消3日
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、他

803　NON GM　毎週
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　消3日
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））、麦芽糖、ショートニング、パン酵母、食塩、他

802　NON GM　次回 6月1日
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　消3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、他

807　NON GM　次回 6月1日
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てます。
1個（推定値）164.9Kcal、塩分0.8g
アレルゲン (卵)・乳・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　消3日
原材料：小麦粉（小麦（国産））、塩バター（無塩バター（生乳（国産））、食塩）、砂糖（てんさい（国産））、麦芽糖、パン酵母、食塩、他

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。

804　NON GM　毎週
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。はちみつや糠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　消3日
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

806　NON GM
国産小麦ベーグル
100g×3
307円（税込332円）
生地にくせのないプレーンのベーグルです。お好みの具材をサンドしてお召し上がりください。1個（推定値）219.5Kcal、塩分1.06g
アレルゲン (卵)・(乳)・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　消3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、他

808　NON GM
亜麻仁パンズ
80g×4
357円（税込386円）
話題の亜麻仁を練りこんだ、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
アレルゲン (卵)・(乳)・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　消3日
原材料：小麦粉（小麦（国産））、ローストアマニ（ニュージーランド）、ショートニング（国内製造）、麦芽糖、パン酵母、食塩、砂糖、他

809　NON GM　次回 6月2日
黒糖レーズンパン
54g×4
373円（税込403円）
黒糖独特の風味とやさしい甘さが後をひきます。
1個153.5Kcal、塩分0.23g
アレルゲン 卵・乳・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　消3日
原材料：小麦粉（小麦（国産））、ラム酒漬けレーズン、鶏卵（国産）、紅茶糖蜜、ショートニング、砂糖、パン酵母、脱脂粉乳、麦芽糖、食塩

810　NON GM　次回 6月1日
ココアクリームデニッシュ
69g×2
498円（税込538円）
オルタフーズ自家製ココアクリームを使用したデニッシュパンです。1個287.3Kcal、塩分0.33g
アレルゲン 卵・乳・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　消3日
原材料：小麦粉（小麦（国産））、ココアクリーム（砂糖（てんさい（国産））、アーモンドフード）、マーガリン、鶏卵、小麦粉、ココアパウダー、マーガリン（パン酵母、脱脂粉乳、アーモンドスライス、食塩、他）

811　NON GM
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、クルミの4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0.22g
アレルゲン 卵・乳・麦・くるみ・(豆)　(株)オルタフーズ　賞20日
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）、鶏卵（国産）、砂糖（てんさい（国産））、ラム酒漬けクランベリー（ドライクランベリー、ラム酒）、レモン砂糖漬、伊予柑砂糖漬、クルミ、レモン果汁

812　NON GM　次回 6月1日
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、ふじりんごプレザーブをトッピング。1個（推定値）356.8Kcal、塩分0.09g
アレルゲン 卵・乳・麦・くるみ・(豆)　(株)オルタフーズ　賞8日
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）、鶏卵（国産）、砂糖、ふじりんごプレザーブ、クルミ、レモン果汁

113905　NON GM
アーモンドクリームパイS
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
アレルゲン 卵・乳・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　賞8日
原材料：パイ生地（小麦粉（小麦（国産））、ショートマーガリン、鶏卵（国産）、マーガリン、食塩）、具材：アーモンドクリーム（鶏卵（国産）、アーモンドフード、小麦粉、バター、砂糖、食塩）、スライドアーモンド

5月3回配達　5月19日～5月23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。

813 毎週
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(塩化マグネシウム(「にがり」))

814 毎週
もめん豆腐
300g
150円(税込162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、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(塩化マグネシウム(「にがり」))

815 毎週
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(塩化マグネシウム(「にがり」))

816 毎週
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(塩化マグネシウム(「にがり」))

817 次回 6月1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。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(塩化マグネシウム(「にがり」))

818 次回 6月1週
厚あげ
220g
180円(税込194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。100g146Kcal、塩分0.08g
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(遺伝子組み換えでない)、凝固剤(塩化マグネシウム(「にがり」))

819 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(遺伝子組み換えでない)、凝固剤(塩化マグネシウム(「にがり」))

820 次回 6月3週
がんもどき
45g×3
206円(税込222円)
豆腐生地に、山いも、人参、昆布、黒ごまを練り込みつぶつぶ感を出しました。ふっくらとした食感のがんもどきです。おでんや煮物に重宝します。100g295Kcal、塩分0.1g
アレルゲン 豆
共生食品(株)　㊐4日　冷蔵
原材料:国産大豆、業務用油、人参、山芋、植昆、グリンピース、ごま、昆布

5月4回配達　5月26日～5月30日

※eくらぶ注文では企画回
→5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。

821 次回 6月3週
焼く
国産さば味噌漬
120g
398円(税込430円)
三陸産・銚子産の真さばを使用し、食べ易いよう中骨と腹骨を除去し、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。100g244Kcal、塩分1.99g
アレルゲン (麦)・(えび)・豆
(株)泰山食品商行　㊋180日　冷凍
原材料:マサバ(国産)、味噌(大豆を含む)(国内製造)、発酵調味料、砂糖、食塩

822 GM管理済 次回 6月3週
さわら竜田揚げ
150g
352円(税込380円)
日本海に面した山陰、九州で水揚げされたさわらを使用。ふっくらとした食感とジューシーな味わいが楽しめます。100g194Kcal、塩分0.7g
アレルゲン 麦・(えび)・豆
(株)泰山食品商行　㊋180日　冷凍
原材料:サワラ(国産)、ばれいしょ澱粉(国産)、砂糖、みりん、風味調味料、醤油、食塩、生姜(一部に小麦・大豆を含む)

823 次回 6月3週
真いわし丸干し
4尾
343円(税込370円)
国産(主に千葉県沖)で漁獲された鮮度が良く、脂のりが良い真いわしを、食塩のみでこだわりの丸干しに仕上げました。100g193Kcal、塩分3.81g
(株)泰山食品商行　㊋180日　冷凍
原材料:真いわし(国産)、食塩

824 次回 6月3週
のどぐろ柚酢漬
120g
368円(税込397円)
国内で水揚げされたのどぐろ(赤ムツ)を丁寧に処理し、シャキシャキ感のある紅白なますと甘酢漬けにしました。柚子の風味が食欲をそそる一品です。100g100Kcal、塩分2.59g
アレルゲン (麦)・(えび)・(豆)
(株)泰山食品商行　㊋180日　冷凍
原材料:赤ムツ(国産)、大根、人参、もち子、醤油漬、砂糖、食塩、昆布

103471 次回 6月3週
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%

103489 次回 6月3週
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%)

103497 次回 6月3週
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%・ローレルオイル40%)

827 GM管理済
ノンカップ麺 中華そば 飛騨高山らーめん風
76.8g×4
540円(税込583円)
麺は国内産の小麦粉と馬鈴薯でん粉を使用し、スープは化学調味料を使用せずコクと旨味を出しました。岐阜県のご当地らーめんを再現しています。1食(76.8g)362Kcal、塩分4.57g
アレルゲン 乳・麦・(そば)・豆
トーエー食品(株)　㊋180日
調理例
原材料:油揚げめん(小麦粉(国内産100%)、パーム油、馬鈴薯でん粉(遺伝子組換えでない))、食塩、ホワイトペッパー、オニオンパウダー)、粉末みそ(大豆(遺伝子組換えでない)、コメを含む)、食塩、砂糖、キャベツ、コーン、ポークエキス、オニオンパウダー、わかめ、酵母エキス、ガーリックパウダー(小麦を含む)、赤辛料、岩のり料(カラメル)

103519 次回 6月3週
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%

103527 次回 6月3週
横浜馬油商店 生馬油 チューブタイプ
30g
2,400円
(税込2,640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

103543 次回 6月3週
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

103501 次回 6月3週
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%)

毎週配達

798 毎週 予約注文番号 803871
ドライアイス
(鮮度保持用) 約500g
108円(税込119円)　冷凍
エア・ウォーター・グリーンデザイン(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原材料　主要原材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材料を使っています。

アレルゲン情報　代表的な原材料9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》　くるみ…《くるみ》
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網羅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
Ⓡ 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週 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。

いつでも簡単 チンしてパッ！ 一人前おかず♪

長芋入り肉団子の甘酢ソース
レンジ

825 次回 6月3週　配達：6/2～6
元気に栄養中華総菜セット
3種各1パック(長芋入り肉団子の甘酢ソース170g、マーボー茄子180g、豚大根160g)
1,100円(税込1,188円)　冷凍
「あると便利！」な1人前の冷凍本格中華惣菜3点セット。元気に栄養セットではたんぱく質がしっかりとれるお肉を中心とした人気惣菜を集めました。
アレルゲン 卵・(乳)・麦・(そば)・(落)・(えび)・(かに)・(くるみ)・豆
協生フード合同会社
原材料:【長芋入り肉団子の甘酢ソース】鶏ひき肉(国産)、長芋、馬鈴薯澱粉、米糠油、鶏卵、コンソメ(マレーシア)、砂糖、食酢、丸大豆醤油、トマトケチャップ、【マーボー茄子】鶏肉(国産)、茄子、玉葱、にんにく、生姜、八丁味噌、米糠油、豆板醤、鶏卵、砂糖、食酢、【豚大根】大根(国産)、豚バラ肉、丸大豆醤油、砂糖、みりん、風味調味料、片栗粉

ミニホタテと野菜のクリーム煮
レンジ

826 次回 6月3週　配達：6/2～6
野菜たっぷり中華総菜セット
3種各1パック(中華丼の具200g、ミニホタテと野菜のクリーム煮180g、鶏肉とジャガイモ甘味噌炒め150g)
1,100円(税込1,188円)　冷凍
野菜たっぷりセットでは、数種類の野菜がしっかりとれる人気惣菜を集めました。
アレルゲン (卵)・乳・麦・(そば)・(落)・えび・(かに)・(くるみ)・豆
協生フード合同会社
原材料:【中華丼の具】白菜(国産)、キャベツ、人参、玉葱、小松菜、キクラゲ、豚肉、エビ(インドネシア)、イカ、片栗粉、醤油(国内製造)、砂糖、牡蠣調味料、胡麻(マレーシア)、栗粉油、【ミニホタテと野菜のクリーム煮】ミニホタテ(国産)、じゃがいも、白菜、キャベツ、しめじ、人参、ブロッコリー、バター、牛乳、卵、米糠油、小麦粉、胡椒(マレーシア)、【鶏肉とジャガイモ甘味噌炒め】鶏肉(国産)、じゃがいも、しめじ、玉葱、クワノコ、八丁味噌、醤油(国内製造)、砂糖、米糠油、片栗粉