2025 6月 4回（A週）

生活クラブ 福祉クラブ

Fukushi Club

	月	火	水	木	金	土
申込締切	6/16	17	18	19	20	21
配達	6/23	24	25	26	27	28

集金／7月

6月4回配達　6月23日～6月27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

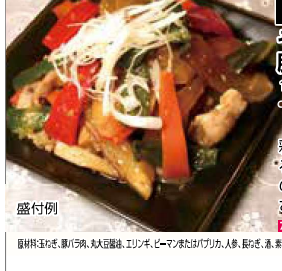
ワーカーズそうざい
届いたその日にお召し上がりください。

W.Coクックふじさわ

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

お馴染みのすき焼きとはちょっと違うご飯がすすむ甘辛味と鶏肉からの出汁が野菜に染みてどなたにも好まれる一品です。

値下げしました！ 辛さのないご飯がすすむ一品♪ この機会に是非お試しください！


盛付例

799
そうざい：豚バラの韓国風すき焼き
180g以上
785円（税込848円）　冷蔵
彩りの良いたっぷりの野菜と豚バラ肉に、おろしニンニクとすりごまを合わせた韓国風のすき焼きです。甘しょっぱいタレが美味しさをまします。1パック353Kcal、塩分3.4g
アレルゲン (卵)・(乳)・麦・(そば)・(落)・(えび)・(かに)・豆
原材料：玉ねぎ、豚バラ肉、丸大豆醤油、エリンギ、ピーマンまたはパプリカ、人参、長ねぎ、酒、素精糖、国産にんにく、しりごま(白)、ごま油

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：蒸しなすの生姜しょうゆあえ（ノンオイル仕立て）
180g以上
510円（税込551円）　冷蔵
蒸したなすに、食物繊維の多い生姜・長ねぎ・ごま及びきゅうりをあえたものをのせたヘルシーなそうざいです。
1パック56Kcal、塩分1.7g
アレルゲン (卵)・(乳)・麦・(そば)・(落)・(えび)・(かに)・豆
原材料：なす、きゅうり、丸大豆醤油、鰹節、生姜、長ねぎ、白ごま

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
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、酵

122009
国産小麦食パン（10枚）
440g
355円（税込383円）
サンドウィッチなどにちょうどいい、10枚薄切りです。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、酵

802
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953.3Kcal、塩分4.12g
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））、小麦全粒粉（小麦（国産））、ショートニング（国内製造）、砂糖（てんさい（国産））、麦芽糖、パン酵母、脱脂粉乳、食塩、酵

803
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。クリームチーズをのせるのもおすすめです。1袋500Kcal、塩分1.4g
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

804
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）、脱塩バター（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、酵

805
白神黒糖ベーグル
100g×3
435円（税込470円）
白神こだま酵母を使い、油脂を一切配合していないベーグルです。1個231.8Kcal、塩分1.07g
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））、加工黒砂糖（国産）、パン酵母、麦芽糖、食塩、酵

806
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。小ぶりで食べやすいお手軽なおやつパンです。1個（推定値）121Kcal、塩分0.2g
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））、鶏卵（国産）、バターシュガー（無塩バター、砂糖）、ショートニング、マーガリン入パン酵母、脱脂粉乳、麦芽糖、食塩、酵

807
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）、加工黒砂糖、ショートニング、砂糖、パン酵母、脱脂粉乳、麦芽糖、食塩

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。

808　組
鎌倉センター開発品 大納言小豆パン
46g×3
335円（税込362円）
おやつに食べやすい大きさ。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あります。1個（推定値）147.2Kcal、塩分0.2g
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））、かのこ大納言、鶏卵（国産）、砂糖、ショートニング、マーガリン（乳成分含む）、脱脂粉乳、麦芽糖、食塩、酵

809
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直すと、シナモンの香りが引き立ちサクッとした食感も楽しめます。1個（推定値）201.7Kcal、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））、シートマーガリン（国内製造）、鶏卵（国産）、砂糖（てんさい（国産））、シナモンシュガー（砂糖、シナモン末）、マーガリン（国内製造）、パン酵母、脱脂粉乳、食塩、酵

811
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　(冷)20日

原材料：小麦粉（小麦（国産））、マーガリン（乳成分をさく）（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（トラックランベリー、ラム酒）、レモン砂糖漬、伊予柑砂糖漬、クルミ、レモン果汁

122025
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　(冷)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（乳成分含む）（国内製造）、鶏卵（国産）、マーガリン、食塩、脱脂粉乳、ふじりんごフィリング（ふじりんごプレザーブ、ケーキ、クラム（鶏卵（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）

122017
クリームチーズマドレーヌ
60g×3
495円（税込535円）
クリームチーズにレモン果汁を加えチーズケーキ風に仕上げました。1個（推定値）232.4Kcal、塩分0.15g
アレルゲン 卵・乳・麦・(豆)　(株)オルタフーズ　消5日

原材料：鶏卵（国産）、砂糖（てんさい（国産））、小麦粉（小麦（国産））、マーガリン（乳成分を含む）（国内製造）、クリームチーズ、レモン果汁、食塩

810
伊予柑とチーズクリームフロスティ
55g×2
410円（税込443円）
伊予柑入りのパン生地にチーズクリームを入れたパン。夏にも食べたい柑橘の爽やかな風味と、クリーミーなチーズの組み合わせが楽しめます。1個162.9Kcal、塩分0.35g
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））、チーズクリームフロスティ（クリームチーズ（ニュージーランド）、砂糖（てんさい（国産））、レモン果汁）、伊予柑砂糖漬、ショートニング、砂糖、パン酵母、脱脂粉乳、食塩、酵

6月4回配達　6月23日～6月27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。

GM管理済　毎週

812 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)　消4日　冷蔵
原材料:大豆(国産・遺伝子組換えでない)、凝固剤(塩化マグネシウム(にがり))

GM管理済　毎週

813 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)　消4日　冷蔵
原材料:大豆(国産・遺伝子組換えでない)、凝固剤(塩化マグネシウム(にがり))

GM管理済　毎週

814 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)　消7日　冷蔵
原材料:大豆(国産・遺伝子組換えでない)、凝固剤(塩化マグネシウム(にがり))

GM管理済　毎週

815 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)　消6日　冷蔵
原材料:大豆(国産・遺伝子組換えでない)、凝固剤(塩化マグネシウム(にがり))

GM管理済　次回 7月2週

816 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)　消4日　冷蔵
原材料:大豆(国産・遺伝子組換えでない)、なたね油(遺伝子組換えでない)、凝固剤(塩化マグネシウム(にがり))

GM管理済　毎週

817 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)　消4日　冷蔵
原材料:大豆(国産・遺伝子組換えでない)、なたね油(遺伝子組換えでない)、凝固剤(塩化マグネシウム(にがり))

GM管理済　次回 7月2週

818 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。きつねうどんにもぴったりです。1袋120g331Kcal、塩分0.09g
アレルゲン 豆
共生食品(株)　消7日　冷蔵
原材料:大豆(国産・遺伝子組換えでない)、なたね油(なたね(オーストラリア)(遺伝子組換えでないものを分別))、凝固剤(塩化マグネシウム(にがり))

7月1回配達　6月30日～7月4日

※eくらぶ注文では企画回
→6月4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。

GM管理済

819 おいなりコンちゃん（味付けいなり）
5枚(10ヶ分)
535円（税込578円）
国産大豆を使用し、圧搾一番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、塩分3.55g
アレルゲン 麦・豆
共生食品(株)　賞31日　冷蔵
原材料:油揚げ(大豆(国産))、米糠油(なたね(遺伝子組換えでないものを分別)(国内製造))、かつお出し汁(かつお(国産))、しょうゆ(大豆(遺伝子組換えでないものを分別)・小麦を含む)(国内製造)、砂糖、酒類、精製塩、調味料(アミノ酸等)(原料酒類:米糠油(米糠油を含む)(国内製造))

盛付例

次回 7月4週

820 めばちまぐろ赤身
150g(2個)
665円（税込718円）
鮪延縄漁でとれた中型のめばちまぐろ。釣り上げられてすぐ船内凍結される高鮮度品です。100g108Kcal、塩分0.12g
(株)ヤマポシ　賞30日　冷凍
原材料:めばちまぐろ

調理例

次回 7月4週

821 メカジキマグロ切り身
140g(2個)
485円（税込524円）
脂肪分が多く、身がしまって味にこくがあります。ソテーや照り焼きに使いやすい。100g141Kcal、塩分0.15g
(株)ヤマポシ　賞60日　冷凍
原材料:メカジキマグロ

盛付例

次回 7月4週

822 トロカツオ炭火焼きタタキ
170g(2ブロック)
480円（税込518円）
焼津港に水揚げされた、脂がのって鮮度の優れた天然カツオの炭火焼き。100g153Kcal、塩分0.08g
(株)ヤマポシ　賞30日　冷凍
原材料:かつお

次回 7月4週

122041 カレーの壺 ひよこ豆カレー 辛さ控えめ
180g
510円（税込551円）
ふっくらしたひよこ豆をとろけるたまねぎとココナッツミルクで優しい甘さに仕上げました。辛さ控えめタイプ。1食198Kcal、塩分1.69g
アレルゲン（えび）・（豆）
(株)プレス・オールターナティブ
原材料:ココナッツミルク、ひよこ豆、ココナッツオイル、たまねぎ、香辛料、トマトペースト、醤油、食塩、砂糖、米

次回 7月4週　配達：7/7～11

823 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、氷水あめ、こんぶエキス、唐辛エキス

NON GM　次回 7月4週

825 北海道小豆ぜんざい
180g
218円（税込235円）
北海道十勝産小豆をふっくら炊き上げた、甘さ控え目タイプ。お餅を入れて、すぐおいしい一人分のぜんざいができます。1袋(180g)221Kcal、塩分0.5g
和高スパイス(株)
原材料:小豆(国産)、砂糖(てん菜(国産))、食塩(国内製造)

次回 7月4週　配達：7/7～11

824 恋衣ピーナッツ落とし
10枚
225円（税込243円）
添加物ゼロ、油分もゼロ。口どけの良いおせんべいです。ピーナッツの旨みが生きています。1袋(10枚)313Kcal、塩分0.2g
アレルゲン 卵・麦・落
(有)アグリサポートシステム　賞90日
原材料:小麦粉(小麦(四山県産))、上白糖(てんさい(北海道産))、ピーナッツ、葡萄(岡山県産)、はちみつ(国産)、食塩(岡山県製造)

配達：7/7～11

122033 おもいでの味 きなこねじり
170g
370円（税込400円）
長年引き継がれてきた技でつくられている伝統の味。日本産ほうれん草粉末を使い色分けをしており、合成着色料などの添加物は使用しておりません。100g385Kcal、塩分0.0025g
アレルゲン 豆
(有)アグリサポートシステム　賞120日
原材料:きな粉(大豆を含む)(北海道製造)、水飴、砂糖、ほうれん草粉末、食卓塩/糖蜜油脂(こを油)

次回 7月4週

122050 マカダミアナッツ（食塩不使用）
65g
605円（税込653円）
ケニアの小規模農家が庭先に植えて栽培している、素性確かな安心ナッツ。100g713Kcal、塩分0.01g
アレルゲン（乳）・（麦）・（落）・（えび）・（かに）・（くるみ）・（豆）
(株)プレス・オールターナティブ　賞180日
原材料:マカダミアナッツ(マラウイ共和国)

次回 7月4週

122068 カシューナッツ（食塩不使用）
70g
605円（税込653円）
スリランカで自家用に栽培されている、安心安全な有機栽培のカシューナッツをロースト、味付けしました。100g605Kcal、塩分0.03g
アレルゲン（乳）・（麦）・（落）・（えび）・（かに）・（くるみ）・（豆）
(株)プレス・オールターナティブ　賞180日
原材料:カシューナッツ(スリランカ)

122076 サンタ・フェリサ コーヒー粉
200g
885円（税込956円）
焙煎度合いは深煎りの、香りが高く後味にキレのあるコーヒーに仕上げています。粉は中挽き、完熟した実だけを選んで収穫する、手摘み・天日乾燥のコーヒーです。
(株)プレス・オールターナティブ
原材料:コーヒー豆(生豆産地名:グアテマラ)

NON GM

826 カステラまんじゅう　配達：7/7～11
2個
240円（税込259円）
国産手亡豆を原料とした白あんを国産小麦粉を原料とたカステラまんじゅう生地で包み焼き上げたお饅頭です。1個45g101Kcal、塩分0.002g
アレルゲン 卵・麦
こまつ製菓(有)　賞30日
原材料:白餡(手亡豆(国産)、砂糖、水飴(甜しょ(国産))、馬鈴薯(国産))、小麦粉(小麦(国産))、砂糖(国内製造)、卵(国産)、水飴/膨張剤

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。
ダイミングにより栄養成分が表示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
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
次回 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。

配達：7/7～11

827 吹雪まんじゅう
3個
245円（税込265円）
国産小豆を使用したつぶあんを国産小麦を使用した薄皮の吹雪まんじゅう生地で包み、蒸し上げました。1個35g93.4Kcal、塩分0.04g
アレルゲン 麦
こまつ製菓(有)　賞30日
原材料:小豆つぶあん(砂糖(国内製造)、小豆(国産))、小麦粉(小麦(国産))、砂糖/膨張剤