



# 生活クラブ 福祉クラブ



申込締切

7/22・23・24・25・26・27

配達

7/29・30・31 8/1・2・3  
集金/8月

## 7月5日配達 7月29日~8月2日

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) :  
ぼとと・クックふじさわ・  
キッチンかまくら・  
なご味・ぼかぼか  
このみ

ちょっと手間の掛かる  
お惣菜をワーカーズが  
作ってお届けします。

W.Coこのみ



盛付例

原材料:鶏むね肉、豆、ホールトマトカット、玉ねぎ、ピーマン、中濃ソース、オリーブオイル、鶏ガラスープ、白ワイン、小麦粉、にんじん、真塩、コンソメ

799

そうざい:  
鶏肉と夏野菜のトマト煮

200g以上

657円(税込710円) **冷蔵**

鶏肉と相性の良いトマトを使い鶏  
ガラスープで丁寧に煮込みました。  
上品な味わいを一度お試しください。  
1パック191Kcal、塩分0.6g

7/22 卵・乳・麦・そば(落)(えび)(か)(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:人参、食塩、ベーコン、なたね油、レーズン、オリーブ油、温州かんじूस、粒マスタード、真塩、パセリ、黒こしょう

800

そうざい:よくばりキャロットサラダ

130g以上

510円(税込551円) **冷蔵**

カロチン豊富な人参にベーコンや  
レーズンを入れ、オリーブオイルで  
合わせたお洒落なサラダに仕上げま  
した。1パック288Kcal、塩分2.7g

7/22 卵・乳・麦・そば(落)(えび)(か)(豆)

## パン・菓子類



毎週

801 **NON 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  
にごこだわった食パンです。1袋(推定値)1003.3Kcal、塩分4.09g

7/22 卵・乳・麦・豆 (株)オルタフーズ ◎3日



次 8月3日

113743 **NON GM**  
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

7/22 卵・乳・麦・豆 (株)オルタフーズ ◎3日



次 8月3日

802 **NON GM**  
こだわりの国産小麦白神食パン

360g

372円(税込402円)

日ごに酵母等を使用し、北海道産小麦100%で作った食パン。油断不使用のローカー  
トトーストするとカリッと、中はしっとりとした食感です。1個(推定値)788.8Kcal、塩分3.79g

7/22 卵・乳・麦・豆 (株)オルタフーズ ◎3日



毎週

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

(株)オルタフーズ ◎3日

### 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

804 **NON GM**  
レーズン食パン(3枚)

210g

306円(税込330円)

生地の甘さを加え、国産小麦粉の風味を生かしました。ほちみつや卵をつけても甘  
くありません。クリームチーズをのせるもおおすすめです。1個(推定値)165Kcal、塩分1.43g

7/22 卵・乳・麦・豆 (株)オルタフーズ ◎3日



毎週

805 **NON 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リッチな味のバターロール。そま  
までも、また色々な具をはさんでも、1個(推定値)111.1Kcal、塩分0.31g

7/22 卵・乳・麦・豆 (株)オルタフーズ ◎3日



次 8月1日

806 **NON GM**  
テーブルパンズ

40g×5

320円(税込346円)

卵、麦芽糖の入っていないシンプルなお菓子です。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(推定値)107.9Kcal、塩分0.35g

7/22 卵・乳・麦・豆 (株)オルタフーズ ◎3日



次 9月1日

807 **GM**  
白神パニーニ

70g×4

352円(税込380円)

お好みのものを挟んで。そのまま食べても美味しい平  
焼きのパンです。1個(推定値)185Kcal、塩分0.86g

7/22 卵・乳・麦・豆 (株)オルタフーズ ◎3日



次 8月3日

809 **NON 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

7/22 卵・乳・麦・豆 (株)オルタフーズ ◎3日



次 8月1日

808 **NON 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。ほむほむ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

7/22 卵・乳・麦・豆 (株)オルタフーズ ◎3日



次 8月1日

811 **NON GM**  
ベリーとチーズクリームフロスティ

65g×2

412円(税込445円)

オルタフーズ自家製のレモンで酸味が効いたクリームチーズと、甘  
味強いクランベリー生地の組み合わせです。1個(推定値)192.1Kcal、塩分4.04g

7/22 卵・乳・麦・豆 (株)オルタフーズ ◎3日



次 9月1日

812 **NON GM**  
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、ふじりんごペーストをト  
ッピング。1個(推定値)356.8Kcal、塩分0.09g

7/22 卵・乳・麦・豆 (株)オルタフーズ ◎8日



次 8月1日

813 **NON GM**  
黒糖甘食

45g×4

358円(税込387円)

定番の甘食に黒糖のコクと風味を加えました。  
1袋627.7Kcal、塩分1.35g

7/22 卵・乳・麦・豆 (株)オルタフーズ ◎20日

810 **NON 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

7/22 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。

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。



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。

**814 GM** 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  
【アレルギー】豆  
共生食品(株) ◎4日  
原材料:大豆(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がり)

**815 GM** 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、まかしの風味、鉄分、ビタミン、食物繊維が豊富に含まれています。100g91Kcal、塩分0.44g  
【アレルギー】豆  
共生食品(株) ◎4日  
原材料:大豆(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がり)

**816 GM** 毎週  
絹ごし豆腐2個パック  
150g×2  
**165円**(税込178円)  
毎週 8033831 **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  
【アレルギー】豆  
共生食品(株) ◎7日  
原材料:大豆(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がり)

**817 GM** 毎週  
もめん豆腐2個パック  
150g×2  
**165円**(税込178円)  
毎週 8033841 **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  
【アレルギー】豆  
共生食品(株) ◎6日  
原材料:大豆(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がり)

**818 GM** 次 8月3回  
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。日持ちもするの得意置きに便利。100g86Kcal、塩分0.08g  
【アレルギー】豆  
共生食品(株) ◎12日  
原材料:大豆(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がり)

**819 GM** 次 9月1回  
寄せとうふ  
300g  
**178円**(税込192円)  
別容器でレンジで中心まで温め薬味で頂く。豆腐の風味が感じられます。100g79Kcal、塩分0.07g  
【アレルギー】豆  
共生食品(株) ◎4日  
原材料:大豆(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がり)

**820 GM** 次 8月3回  
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】豆  
共生食品(株) ◎4日  
原材料:大豆(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がり)

**821 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、「揚げきしなくてもお揚げし上がり頂けます。100g270Kcal、塩分0.05g  
【アレルギー】豆  
共生食品(株) ◎4日  
原材料:大豆(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がり)

**822 GM** 次 9月1回  
がんもどき  
45g×3  
**206円**(税込222円)  
豆腐に、山芋、人参、豚、鶏、魚、野菜を炒めて揚げた、おつまみにも最適ながんもどきです。100g395Kcal、塩分1.6g  
【アレルギー】豆  
共生食品(株) ◎4日  
原材料:豆腐(遺伝子組み換えでない)、山芋、人参、豚、鶏、魚、野菜

※えくらぶ注文では企画回  
→7月5回を選択してください



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。

**823** 次 9月1回  
穴道湖冷凍しじみ  
150g  
**395円**(税込427円)  
島根県穴道湖の汽水域(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、塩分0.00g  
【アレルギー】なし  
(株)泰山食品商行  
冷凍

**824** 次 9月1回  
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伝わります。100g177Kcal、塩分8.0g  
【アレルギー】(実)・(えび)・(かに)・(豆)  
(株)泰山食品商行 ◎9月0日  
原材料:鮭フレーク(秋鮭(国産)、食塩)、ちりめん(いわし(国産)、食塩)、わかめわかめ(わかめ(国産)、砂糖、食塩)、ごま

**825** 次 9月1回  
国産さば昆布メ  
1枚120g  
**548円**(税込592円)  
さばの旨味と昆布の風味が混ぜ合わせ、海の味わいが口いっぱいに広がります。甘酢汁立てで食べやすい一品です。100g339Kcal、塩分1.6g  
【アレルギー】(実)・(えび)・(豆)  
(株)泰山食品商行 ◎18月0日  
原材料:サバ(国産)、昆布(国産)、砂糖、食塩、醤油

**826** 次 9月1回  
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し、漬け込みました。100g253Kcal、塩分1.66g  
【アレルギー】(実)・(えび)・(豆)  
(株)泰山食品商行 ◎18月0日  
冷凍

**113751** 次 9月1回  
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、食後の運動、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、大さじを測りにしている方などからのお年寄りまで。1包(3g)9.2Kcal、塩分0g  
トヨタ健康食品(株)  
原材料:桑葉(国産)

**113760** 次 9月1回  
桑葉加工食品DNJ  
180粒  
**2,500円**  
(税込2,700円)  
DNJ(糖の吸収率の働きを阻害し、小腸からの糖の吸収を抑制する作用)が、血管が太く硬くなるのを予防し、血糖値をコントロールする働きがあります。1日1回(食後)15g(4.7Kcal、塩分0.006g)  
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

**113778** 次 9月1回  
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、お湯にも使えます。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%

**113824** 次 9月1回  
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スと伸びます。  
(株)ジャパンビューティープロダクト  
原材料:馬油

**113786** 次 9月1回  
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%)

**113794** 次 9月1回  
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、肌け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%)

**113808** 次 9月1回  
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%)

**113816** 次 9月1回  
美馬油(ミマーユ)  
57g  
**1,800円**(税込1,980円)  
戦国時代から橋の手当てに用いられていた馬油。効率による手荒れ、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%、ミロワ-11.00%、トコフェロール-0.05%

**113824** 次 9月1回  
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スと伸びます。  
(株)ジャパンビューティープロダクト  
原材料:馬油

**113832** 次 9月1回  
ピュアセータ馬プラセータ  
28ml  
**3,500円**  
(税込3,850円)  
馬プラセータエキスを配合した化粧水。お肌に潤いを与えやわらかく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、プラセータエキス、フェキシエタノール

毎週配達



**798** 毎週 8033871  
ドライアイス  
(解凍保持時間)約500g  
**90円**(税込99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・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。

**アレルギー情報** 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)  
コナ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汚染など、表示外で微量の混入の可能性があり、完全排除できなくとも【注記】であることをご理解ください。  
【申込注記】※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」(本体価格に当該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原材料は、組合員の注文に基づく予約購入です。原産地でもまじりの注記を必ずご確認ください。  
原材料と栄養成分は包装の表示内容を掲載しています。  
場合はナトリウム値が換算されているものもあるため、内容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確認下さい。

**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  
冷凍 冷蔵でお届け 冷蔵 冷凍でお届け  
レンジ 電子レンジで加熱するもの

**組合員開発消費財**  
リユースびん・容器使用(生活クラブが回収します)  
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「安全に食べられます」という期限  
⑫(4) 次回に取組みが予定の途、急な変更があることをご了承ください。

藤沢センター開発品

**827** 次 9月1回  
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」シトルカレー。賞味期限は製造日から2年間のため、非常用としても役立つ。1袋(220g)280Kcal、塩分2.2g  
【アレルギー】(卵)・(乳)・(えび)・(落)・(えび)・(かに)・(豆)  
(株)秋川牧園  
原材料:鶏皮(鶏)、鶏骨(鶏)、鶏肉(鶏)、植物油(植物油)、砂糖(砂糖)、食塩(食塩)、コンソメ(コンソメ)、トマト(トマト)、パプリカ(パプリカ)、ニンニク(ニンニク)、生姜(生姜)、カレー粉(カレー粉)、チキンエキス(チキンエキス)、水