

オースティス

特大号
48ページ

2025年
お届け
カレンダー

12月3回 vol.38

	月	火	水	木	金
注文用紙提出 ▶	12/8	9	10	11	12
商品のお届け ▶	15	16	17	18	19
翌々週分のお届け ▶	22	23	24	25	26
月間テーマ	国産を応援				

子どもたちの未来のために コープ自然派 国産派宣言

環境保全型 農業・水産業を 応援	食料自給率の 向上	国産 オーガニックを 推進	原発のない 社会を目指す
------------------------	--------------	---------------------	-----------------

幸せだから安心につながる アニマルウェルフェア

アニマルウェルフェア (Animal-Welfare) は家畜の飼育環境を改善し、ウェルフェア (満たされて生きる状態) をめざす取組です。2010年に愛知県で生物多様性国際会議 (COP10) が開催されたのを機に、コープ自然派では各畜産生産者と一緒にアニマルウェルフェアについて学び、自然豚や放牧酪農牛乳、平飼卵、放牧神山鶏などの商品企画につながっています。

神山鶏は、生協の父・賀川豊彦に学び、徳島県石井町で養鶏農協を立ち上げたイシイフーズの創業者の「食べる人の健康を第一に」という想いを受け継ぎ、無投薬で育てられています。そして、この健康な鶏を育てる試みは、飼育場の横に同じ広さの運動場を併設して飼育する放牧神山鶏へとつながりました。また、神山鶏の飼育環境は、アニマルウェルフェアが進んでいるEUの規制に基づき加盟国が独自にすすめている認証制度にも対応できる先進的なものでもあります。コープ自然派は、これからも畜産動物の感受性を大切にする生産者と一緒に生きものにやさしい商品づくりを推進します。

26-27 ページ ▶ 生きものに幸せを。アニマルウェルフェア

植物性飼料で育つ産直神山鶏

モモ肉のジューシーさと
歯ごたえを味わってください。

凍 冷蔵 NON-GMO
お召し上がり 冷蔵・冷凍

神山鶏モモ肉

イシイフーズ 所:徳島、大阪
神山鶏モモ・賞:150日以上

1 270g 100g当たり 189円
通常520円 **510円** (税込 551円) **特価**

2 270g×2 100g当たり 182円
通常1,010円 **980円** (税込 1,058円) **特価**

270g 2kg
イシイフーズ 所:徳島
神山鶏モモ※個包装されていませんので
解凍後はお早めにお召し上がりください。
賞:270日以上

3 2kg 100g当たり 155円
通常3,100円 **3,100円** (税込 3,348円) **組合員 特別価格**

★ クリスマスチキンに♪

自然派 Style
圧搾一番搾りのみの
ピュアな油です。
淡泊で良質な風味。



平田産業 所:福岡
食用なたね油(国内製造)
※キャノーラ種・賞:240日以上

4 NON-GMO **特価**
自然派Style
一番搾り純正なたね油
1250g
通常980円 **930円** (税込 1,004円)

★ トマトチーズドリアに♪

自然派 Style 有機トマトのピューレ・ペースト、
国産たまねぎ・ガーリックを使用。



エム・シーシー食品 所:兵庫
有機トマトピューレ(有機トマト
ペースト(有機トマト(アメリカ))
たまねぎ(国産)、有機トマトベ
ースト、オリーブ油、食塩、ナチュ
ルチーズ、ガーリック(国産)、砂
糖、アンチョビフィレ油漬、(一部
乳成分を含む)・賞:150日以上

凍 湯せん NON-GMO

自然派Style有機トマトと
国産たまねぎのソース

5 1個(2袋) 130g×2
通常628円 **565円** (税込 610円) **生活応援 10% OFF**

6 2個組(4袋) (130g×2)×2
通常1,256円 **1,100円** (税込 1,188円) **生活応援 12% OFF**

新米

佐治川と千代川の清流を使い、
腐菌床の堆肥と米ぬか栽培。



鳥取産
鳥取こだわり野
菜の会
【品種】ひとめ
れ、コシヒカリ、
きぬすめの中
から1品種選定し、
お届けします。
(一括表示は「国
産10割」とな
ります。)

因幡やまびこ米・白米

7 ぶらす便 301343 3kg
通常2,680円 **2,630円** (税込 2,840円) **特価**

8 5kg **4,380円** (税込 4,730円)

鳥取産

農産物
産直
大特価

えぐみがなく
甘みがあり、
子どもにも人気。

北海道産
山梨産
熊本産
香川県



大雪を囲む会、福岡、佐
藤、岩永、吉水農園、Bluefarm

9 ぶらす便 301282 蔵
有機にんじん
400g

168円 (税込 181円)

農産物
産直
大特価

ビタミンCやたん
ぱく質、鉄分
など豊富な栄
養が含まれて
います。

北海道産
鳥取産
兵庫産



リーフファーム、鳥取こだわり野菜の会、情
熱カンパニー

※急な成長により芯に空洞ができてい
る場合があります。

10 ぶらす便 301077 蔵
ブロッコリー
1株

188円 (税込 203円)

クリスマス特集

おうちでハッピークリスマス

クリスマスチキンやオードブル、お菓子に
ジュースなど、クリスマスに欠かせない商品
を紹介しています。



クリスマスレシピ

自然派レシピではクリスマスメニューを大特
集!今年は塗り絵もできるクリスマスオーナ
メントをご用意しました。



クリスマスフォトコンテスト

今年のクリスマスは、おうちでケーキのデコ
レーションを楽しみませんか?コープ自然派で
はデコレーションケーキのフォトコンテストを開
催します。詳しくはP37ページまたはコープ自
然派HPをご覧ください。



年末年始の配送について

来週は39号40号、2週間分の
商品案内を配布します。

スケジュールについて詳しくは
こちらをご確認ください。



笑顔と幸せを運ぶ

家族と囲む

雪だるまのデコカレー



使いやすい切落しは料理の万能アイテム。

※受注多数の場合、神居牛に代替となります。

福永産業 所:福岡
枕崎牛・賞:15日以上18 凍 GMO
えさ不分別
枕崎牛切落し
250g

通常1,220円 1,150円(税込1,242円)

F1・
交雑種

100gあたり

460円

チーズフォンデュ

自然派Style 指定農場の豚肉を使用。焼き塩でマイルドな味わい。

鐘倉ハムクラウン商会 所:神奈川
豚肉(国産)、食塩、砂糖、香辛料・賞:5日以上11 ふらず便 300667 蔵 GMO
えさ不分別
自然派Styleあらびきウィンナー2個組
90g×2

通常410円 398円(税込430円)

まいど
注文

特価



天然えびをむき身加工し急速凍結しました。

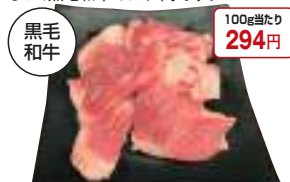
ベトナム
アダンマン海トクスイコーポレーション 所:愛知
えび(水揚げ地 ミャンマー/漁獲海域 ベン
ガル湾、アダンマン海)・賞:90日以上12 凍 特価
天然むきえび(大)
160g
通常548円 538円(税込581円)神山鶏を甘酒に漬け込み、おからパウ
ダーで柔らかく仕上げました。NON-GMO
えさまで分別
イシイフーズ
所:徳島
鶏肉(徳島県
産)、小麦粉、甘
酒、大豆、食塩、
砂糖、ニンニク、
揚げ油(植物油)、
(一部に小麦・大
豆・鶏肉を含む)・
賞:150日以上13 凍 特価
神山鶏ナゲット(プレーン)
200g
通常495円 470円(税込508円)

肥沃な田んぼで育った、おいしいれんこん。

徳島産

14 蔵 特価
マルサカ有機生産組合
徳島れんこん
400g
通常528円 528円(税込570円)旨みたっぷり！じっくり煮込んでおい
しい、黒毛和牛のスジ肉です。

100gあたり

徳志満 所:滋賀
スジ肉(国産黒毛和牛)・賞:90日以上19 凍 GMO
えさ不分別
国産黒毛和牛スジ肉
200g
通常610円 588円(税込635円)有機栽培で育てました。皮ごと食べても
美味しい。

北海道産

20 ふらず便 301244 蔵 無農薬
大雪を囲む会
※いろいろな品種をお届けする
場合があります。
有機じゃがいも
600g
通常198円 198円(税込214円)低温でじっくり育て、味も歯ごたえも良
し。色々な料理にどうぞ。

長野産

21 蔵 無農薬
きのこの森
ぶなしめじ
1パック
通常148円 148円(税込160円)砂質の土で有機質肥料を使って育てま
した。ホクホク感と甘みがあります。

徳島産

15 蔵 特価
マルサカ有機生産組合
鳴門きんとん
500g
通常568円 568円(税込613円)おいしくするためのあらゆる
手間を惜みずつくりました。長野産
岐阜産
高知産
熊本産16 ふらず便 301022 蔵 無農薬
大北やさか農協、
マウントオーガ
ニック、大地と自
然のめぐみ、吉水
農園
有機ミニトマト
150g
通常368円 368円(税込397円)自然派Style 国産小麦粉、「コウノトリ育
むお米」の米粉、ライ麦粉を
ブレンドしたバゲット。17 NON-GMO
コープブレッドファーム 所:兵庫
小麦粉(小麦(国産))、ライ麦粉、米粉、食塩、
生イースト、モルト※長さ約38cm・消:お
届け日含め3日
自然派Styleライ麦バゲット
1本
通常188円 188円(税込203円)自然派Style 国産丸大豆醤油
の粉末でコクを
プラス。22 NON-GMO
東京フード
所:茨城
牛脂(国内製造)、小
麦粉(小麦(北海道
産))、粗糖、カレー
粉、食塩、酵母エキ
ス、リンゴ果汁、粉末
醤油(大豆・小麦を
含む)、魚肝油(いわし、食
塩)・賞:120日以上
自然派Styleカレー(甘口)
150g
通常310円 298円(税込322円)より自然に近い粗放養殖で育てたブ
ラックタイガーを使用。

インドネシア産

23 凍 特価
シンコーフーズ 所:奈良
エビ(インドネシア産)、衣(パン
粉、小麦粉、植物油、でん粉、食
塩、胡椒)、(一部にエビ・小麦を
含む)・賞:90日以上
こだわりエビフライ(5尾入)
150g(30g×5尾)
通常750円 698円(税込754円)自然派Style 男爵いもの甘みとホクホ
ク食感が楽しめます。

自然派Style 国産シリーズ

24 凍 特価
クワバラ食品 所:愛媛
野菜(じゃがいも(北海道産)、遺伝子
組み換えでない)、たまねぎ、粗糖、
乾燥マッシュポテト、米粉、食塩、香
辛料、衣(パン粉、米粉、小麦粉)、(一
部に小麦を含む)・賞:150日以上
自然派Style男爵コロラッ
70g×5個
通常270円 258円(税込279円)

今週のイチオシ 221・222 企画

50g増量中

よつ葉シュレッドチーズ

とろ〜りなめらか、よつ葉のチーズ

2個組は
今期
最安値チェダーチーズと
モッツアレラチーズを
ブレンド！濃厚な味わいなが
ラクセがない！北海道十勝産の
生乳を使っています！セルロースなどの
食品添加物は不使用！蔵 GMO
えさ不分別
よつ葉乳業 所:神奈川
ナチュラルチーズ(生乳(北海道十勝産)、食塩)・賞:45日以上よつ葉シュレッドチーズ
221 1個
300g
通常618円 588円(税込635円)222 2個組
300g×2
通常1,236円 1,146円(税込1,238円)

特価

特価

美味しいチーズで
苦手な野菜も克服！北海道十勝産のナチュラルチーズを
100%使用した安心で美味しいチー
ーズです。親戚の集まりの際に、子どもた
ちに喜んでもらおうとこちらのチー
ーズを使ってチーズフォンデュをしました。野
菜が苦手な子どもたちもこのチー
ーズをつければブロッコリーや人参もバクバ
ク。最後に何が美味しかった？の質問
には「ブロッコリー！」とお父さんお母
さんもびっくりの回答。ぜひお子様や
孫様の苦手を克服するためにこちらの
チーズを試してみてください。コープ自然派しこく オリーブセンター
組織拡大事務担当 木島彩乃

クリスマスのディナー



クリスマスリースの手まり寿司

「自然派Style特選丸大豆醤油「豊稷の恵」」「自然派Style発酵調味料「瑞穂の恵」」で味付けしました。

北海道産

北海道漁連 所:茨城
鮭の卵(水揚げ地 北海道・漁獲海域 北海道沖)、しょうゆ、米
酢発酵調味料(一部に小麦・いくら・大豆を含む)・賞:90日以上

25 凍 NON-GMO
北海道産いくら醤油漬
40g

通常880円

790円 (税込 853円)

国産元気 10% OFF

北海道で水揚げされた秋さけを塩のみで調味。山桜チップを使用し低温でじっくりスモークしました。

オホーツク海



山岡水産 所:千葉
さけ(水揚げ地 北海道・漁獲海域 オホーツク海)、食塩・賞:150日以上

27 凍 NON-GMO
北海道さけスモークサーモン
35g×2P

通常470円

460円 (税込 497円)

甘みと歯ごたえが良いオホーツク海の4年貝です。

北海道雄武沖



鳴門魚類 所:徳島
ホタテ貝柱(水揚げ地 北海道・漁獲海域 北海道雄武沖)・賞:15日以上

28 凍
ホタテ貝柱(生食用)
100g

通常910円

880円 (税込 950円)

特価

延縄(はえなわ)漁法で漁獲されたメバチマグロのたたき身です。使用する植物油脂は国産の菜種原料100%。

太平洋

インド洋



ディ・エッチ・エー・マリノフーズ 所:静岡
めばち鮪(水揚げ地 静岡/漁獲海域 太平洋、インド洋)、菜種油(遺伝子組み換えでない)・賞:7日以上

26 凍 NON-GMO

メバチマグロたたき身(超粗挽き) 徳用
220g

通常770円

668円 (税込 721円)

国産元気 13% OFF

自然派Style 国産の無リンすり身と、「海はいのち」で作ったかにかまです。



八水蒲鉾 所:愛媛
スケソウダラすり身(国内製造)、でん粉、卵白、食塩、粗糖、発酵調味料、かにエキス・着色料(紅麴)、(一部に小麦・卵・かにを含む)・賞:15日以上

29 蔵 NON-GMO
自然派Styleかにかま
6本(約85g)

通常185円

175円 (税込 189円)

特価

香りが良く、ほどよい酸味とジューシーさがあります。ジャムやシロップにも。



さかもとふる一つ、中原観光農園
※緑がかったものが届く場合があります。

30 蔵
国産有機レモン
2玉

248円 (税込 268円)

「森のバター」とも呼ばれ、良質な脂質のオレイン酸を含みます。



メキシコ:Coliman
※熟すと茶色の筋が出る場合がありますが食味には問題ありません。硬い場合は追熟させてください。

31 蔵
有機アボカド
1玉

268円 (税込 289円)

有機質肥料などにより苦みの少ないレタス作りを目指しています。



ワタミファーム、ヴェジファーム、北部農園、鳥取こだわり野菜の会、愛菜ファーム

32 さらす漬 301107 蔵
レタス
1玉

198円 (税込 214円)

長野産

山梨産

熊本産

兵庫産

徳島産

省農薬

昔ながらの静置発酵で作った純米酢に、昆布などのエキスで旨みを加えました。



マンネン酢 所:岡山
氷温純米酢、砂糖、食塩、純米醸造調味料、こんぶエキス、ホタテエキス、椎茸エキス、鰹節エキス・賞:150日以上

33 NON-GMO
氷温純米酢 すし酢
360ml

通常370円

358円 (税込 387円)

特価

非遺伝子組み換え(分別管理)のPHFコーン・大豆油かす、国産玄米(飼料米)を約3%与えて育てた鶏の卵です。



たむらのタマゴ 所:徳島
賞:5日以上

34 蔵 NON-GMO
PHF白卵10個

375円 (税込 405円)

※ご注文多数の場合、生産者・色・内容量を変更してお届けします。

まいど注文

ハニーローストチキン



コーンスープも!

付け合わせに!

おいしさに定評のある
神山鶏の骨付きモモ肉。



35 凍 NON-GMO
神山鶏骨付きモモ肉2本
2本(600g)

1,020円 (税込 1,102円)

自然派Style

産直のじゃがいもを丸ごと使用し、じゃがいもの味が感じられるようにシンプルに塩こしょうで味付けをしました。
ニココー 所:熊本
じゃがいも(国産)、米粉、ばれいしょでん粉、食塩、こしょう、揚げ油(食用なたね油)・賞:150日以上

36 凍 揚げ(トースト) レンジ NON-GMO
自然派Style産直じゃがいもまるごとハッシュドポテト
135g(5個)

通常328円

308円 (税込 333円)

特価

北海道十勝産契約栽培のとうもろこしを使用。約15粒の粒入り!



フルーツバスケット 所:北海道
スイートコーン(北海道)、食塩・賞:360日以上

37 NON-GMO
もろこし畑・クリーム
190g×3缶

通常565円

548円 (税込 592円)

自然派Style オリーブオイル鑑定士が、イタリアでセレクト。



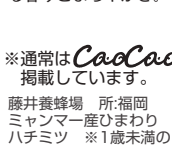
平田産業 所:福岡
有機食用オリーブ油 ※原産国:イタリア ブレンド時期によって味・香・色・品種が変動します事をご容赦ください。・賞:240日以上

38 NON-GMO
自然派Styleオーガニックエキストラバージンオリーブオイル
250g

通常1,580円

1,530円 (税込 1,652円)

ミャンマーの養蜂家を応援! 柑橘系を思わせる香りとまろやかさ。



※通常はCaoCaoで掲載しています。
藤井養蜂場 所:福岡
ミャンマー産ひまわりハチミツ ※1歳未満の乳児には与えないでください。・賞:270日以上

39
ミャンマー産ひまわりハチミツ
350g

通常695円

628円 (税込 678円)

特価



ローストビーフのツリーサラダ

枕崎牛の赤身(モモ肉または肩肉)を使用しています。



40 凍 GMO
枕崎牛 ローストビーフ用
350g

通常2,100円

1,980円 (税込 2,138円)

特価

土の力を最大限引き出す有機農法で栽培。『甘み・酸味・香り』がよいです。



41 蔵
有機トマト350g

458円 (税込 495円)

熊本産

香川産

無農薬

季節毎に5種類をミックスしてお届け。サッと洗ってサラダにどうぞ。



果実堂 **42 蔵** 無農薬
有機ベビーリーフ
30g

98円 (税込 106円)

北海道産生乳を100%使用した小さく丸いフレッシュタイプ。



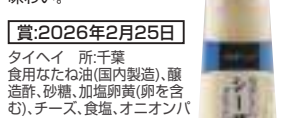
43 蔵
モッツアレラチーズひとくちチェリータイプ(日高乳業)
96g

通常368円

358円 (税込 387円)

自然派Style

北海道産生乳のチーズを使った、クリーミーな味わい。



賞:2026年2月25日
タイヘイ 所:千葉
食用なたね油(国内製造)、醸造酢、砂糖、加塩卵黄(卵を含む)、チーズ、食塩、オニオンパウダー、にんにく、煮干しエキス、酵母エキス、寒天、香辛料

44 NON-GMO
自然派Styleシーザードレッシング
200ml

通常485円

470円 (税込 508円)

特価

おうちで楽しむ

あったかクリームシチュー

サンタさんのトマト鍋

2 ページ 20 有機じゃがいも

自然派Style
国産シリーズ

北海道十勝産生乳使用の「よつ葉」粉乳の風味たっぷり。

東京フード 所:茨城
小麦粉(小麦(北海道産))、牛脂、脱脂粉乳、全粉乳、粗糖、食塩、酵母
エキス・賞:120日以上

45 NON-GMO

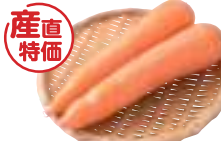
自然派Style
クリームシチュー

150g

通常310円

298円(税込322円)

特価

土づくりを大切に、
甘みのあるにんじん。大雪を囲む会、富岡、
佐藤、岩永、京谷、鳥取
こだわり野菜の会、
Bluefarm

49 ぶらす便 301299 蔵

にんじん

400g

188円(税込203円)

加熱することにより甘みが増します。

大雪を囲む会、新家青果
※一部、小さめのものが入る場合
があります。

50 ぶらす便 301268

有機たまねぎ

600g

228円(税込246円)

「脂質は控えたいけれど、たんぱく質や
カルシウムは摂りたい!」という方にお
すすめ。よつ葉乳業
所:北海道
生乳(北海道
産)・賞:150
日以上51 GMO
えさ不分別

よつ葉スキムミルク

150g

通常280円 258円(税込279円)

特価

やわらかく、
ヘルシーなムネ肉です。イシイフーズ 所:徳島
神山鶏ムネ

賞:150日以上

46 210g

通常290円

280円(税込302円)

特価

賞:150日以上

47 210g×2

通常580円

540円(税込583円)

特価

※個包装されていませんので
解凍後はお早めにお召し上がりください。・賞:270日以上

48 2kg

1,680円(税込1,814円)

組合員
特別価格繊維がやわらかく、クセがないので
あらゆる素材と合います。産直
特価ヴェジファーム、
有機連合ファーム、
マルワカファーム、
すえひろファーム、
ファーム赤松

52 蔵

白菜1/4カット

108円(税込117円)

長野産
山梨産
徳島産
鹿児島産
熊本産
福岡産

省農薬

ホットプレートでパエリア



シーフードの中でも人気のエビとイカだけで作りました。

カナキ水産 所:愛知
えび(水揚げ地 インド・
漁獲海域 アラビア海)、
いか(水揚げ地 八戸・
漁獲海域 北太平洋)・
賞:150日以上

56 凍

エビ・イカミックス

150g

通常478円

468円(税込505円)

特価

良質な部分を厳選し、ダイス状にカット。
お弁当のおかずにもどうぞ。※受注多数の場合、
神戸牛に代替と
なります。福永産業 所:福岡
枕崎牛(ウデ、モモ、バラ)
・賞:150日以上57 凍 GMO
えさ不分別

枕崎牛サイコロステーキ

300g

通常1,890円

1,790円(税込1,933円)

特価

F1・
交雑種使いやすい
[バラ凍結]有機質の肥料を使い、できるだけ農
薬の使用も抑えています。

尾原農園、MORITA家、高生連

58 蔵

ピーマン

150g

通常178円

178円(税込192円)

香りがよくほどよい酸味とジュ
シーさが食卓を引き立てます。さかもとふーつ、中原観光農園
※緑がかったものが届く場合が
あります。

59 蔵

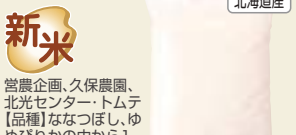
徳用国産有機レモン

5玉

通常558円

558円(税込603円)

今週の暮らし応援米

北海道の今城さんのグループで生産さ
れているお米。ネオニコ削減を目指して
います。営農企画、久保農園、
北光センター・トムテ
【品種】なつぼし、ゆ
めぴりかの中から1
品種選定し、お届けし
ます。

60

今城さんの仲間たちのお米・白米

5kg

通常4,480円 3,880円(税込4,190円)

国産元氣
13%OFF

手羽元のぎゅうぎゅう焼き

脂肪分が少なく、肉質が
しっかりしているのが
特徴。※通常はCaoCaoで
掲載しています。大光食品 所:長崎
鶏手羽元(長崎産)・
賞:150日以上61 凍 GMO
えさ不分別

雲仙しまばら鶏 手羽元

1kg

通常878円

790円(税込853円)

10%OFF

淡泊な味で他の食材とも合わせやすく、油との相性が良い野菜
です。産直
特価

高知産

省農薬

高生連

62 ぶらす便 301084 蔵

なす

3本

通常238円

238円(税込257円)

葉肉が厚く株の大きなまいたけです。

きのこの森、菌茸椎茸協同組合、
中山食茸

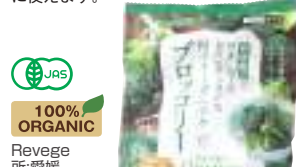
63 蔵

まいたけ

100g

通常228円

228円(税込246円)

サラダやシチューなどさまざまな料理
に使えます。100%
ORGANICRevege
所:愛媛
有機ブロッコ
リー(国産)・
賞:150日以上

64 凍

国産オーガニックブロッコリー(冷蔵)

150g

通常288円

288円(税込311円)

自然派Style

焦がし醤油と果物の甘みが
肉を引き立てます。富貴食研 所:大阪
しょうゆ(国内製造)、砂糖、
りんごピューレ、甘酒、米
でん粉、食用植物油(なた
ね油、ごま油)、りんご
酢、にんにく、チャツネ、
いわしエキス、ごま、レモン
果汁、香辛料、(一部に小麦
・大豆・りんご・ごまを含
む)・賞:150日以上

65 NON-GMO

自然派Style焼肉のたれ

200ml

通常420円 398円(税込430円)

特価



クリスマス

お星さまのカレー鍋

トナカイの煮込みハンバーグ

自然派Style 国産シリーズ 旨みの多いロース肉を、しゃぶしゃぶ用に薄切りにしました。

七星食品 所:香川
自然豚ロースしゃぶしゃぶ用 凍 NON-GMO えさまで分別

66 250g
通常675円 **655円** (税込 707円) **特価** 100g当たり 262円

67 250g×2
通常1,290円 **1,250円** (税込 1,350円) **特価** 100g当たり 250円

サラダや炒めものなど、幅広く活躍する万能野菜。

産直特価 長野産 山梨産 熊本産 徳島産

ヴェジファーム、北部農園、情熱カンパニー

68 ぶらす便 301114 蔵
キャベツ 1玉 **228円** (税込 246円)

北海道産有機小麦使用。ツルツルとおいしい!

賞:2026年7月7日

100% ORGANIC NON-GMO

石丸製麺 所:香川
有機小麦粉(有機小麦(北海道産))、食塩

69 国産有機原料を使ったうどん 200g

228円 (税込 246円) 通常240円

自然派Style 本格だしと醤油が隠し味。メのうどんも絶品!

富貴食研 所:大阪
しょうゆ(国内製造)、野菜(たまねぎ、にんじん、にんにく)、だし(そうだかつお節、うるめ節)、水あめ、砂糖、トマトピューレ、なたね油、食塩、カレー粉、チキンエキス、米でん粉、ビーフイオン(ビーフエキス、野菜エキス)、昆布エキス、黒蜜、香辛料、(一部に小麦・牛肉・大豆・鶏肉を含む)※600ccの水で希釈してください。賞:120日以上

70 NON-GMO 自然派Styleカレー鍋スープ 240g(3~4人前) **398円** (税込 430円) 通常420円

下味付きなので、ソースを付けなくてもおいしい。

黒毛和牛

さかうえ 所:鹿児島
牛肉(国産)、玉ねぎ、牛乳、卵、パン粉(小麦(国産)を含む)、食塩、香辛料・賞:45日以上

71 凍 GMO えさまで分別
里山牛生ハンバーグ 100g

通常648円 **628円** (税込 678円) **特価**

放牧豚と未来とかち牛を合挽きミンチにしました。混合比率は牛5:豚5です。

ファーマーズファクトリー 所:北海道
牛肉(北海道産)、豚肉(北海道産)・賞:90日以上

72 凍 NON-GMO えさまで分別
放牧豚と未来とかち牛の合い挽きミンチ 250g

通常730円 **718円** (税込 775円) **特価** 使いやすい(バラ凍結)

有機質肥料で栽培。きめ細やかで粘りがあり、アクが少ないです。

産直特価 徳島産

マルサカ有機生産組合

73 蔵 無農薬
有機れんこん 400g **698円** (税込 754円)

3種のきのこ(ぶなしめじ、えのき茸、エリンギ)のセットです。

産直特価 長野産

きのこの森

74 蔵
信州きのこセット 1パック **358円** (税込 387円)

自然派Style 海外産有機トマトや、国産有機野菜を使用。

50% ORGANIC

光食品 所:徳島
有機トマト、糖類(砂糖、麦芽水飴)、醸造酢(米酢)、食塩、有機たまねぎ、有機にんにく、香辛料・賞:240日以上

75 NON-GMO 自然派Style トマトケチャップ 300g

300円 (税込 324円) 通常315円 **特価**



牡蠣とほうれん草のマカロニグラタン

ホットケーキミックス de ブッシュドノエル

広島県産の特大粒サイズのかきを、鮮度・風味そのままに急速冷凍しました。

広島湾

広島県漁業協同組合連合会 所:広島
むき身かき(水揚げ地 広島湾/漁獲海域 広島湾)※加熱用・賞:150日以上

76 凍
広島県産冷凍かき(特大) 200g
通常750円 **738円** (税込 797円) **特価**

アクが少なく、ほうれん草本来の味がしっかりします。

産直特価 JAS

COG、カラーリングファーム、YKカンパニー、オーガニックハイツ、市島有機農産物生産出荷組合、ekubofarm、さとう有機農園

77 ぶらす便 301220 蔵
有機ほうれん草 150g **198円** (税込 214円)

熊本産 福岡産 佐賀産 茨城産 兵庫産 鹿児島産 大分産

無農薬

山口製糖 所:千葉
原料糖(てんさい(北海道産))、糖蜜(てんさい(北海道産)) ※粉末タイプ

83 NON-GMO
北海道産ビート糖(てん菜糖) 600g **420円** (税込 454円) 通常430円 **特価**

北海道で契約栽培された小麦と、国産グルテンのみを使用。

桜井食品 所:岐阜
小麦粉(小麦(北海道産))、小麦グルテン(国内産)・賞:270日以上

78 エルボパスタ(マカロニタイプ) 300g

338円 (税込 365円) 通常355円 **特価**

自然派Style 国産シリーズ

北海道産小麦「きたほなみ」のみを使用。

横山製粉 所:神奈川
小麦(北海道産)※たんばく質:9.7g(100gあたり)・賞:100日以上

79 産直 薄力小麦粉(自然派Style) 1kg **358円** (税込 387円) 通常368円 **特価**

十勝産の良質な生乳から作られました。ふわっと溶けて甘い後味。

よつ葉乳業 所:北海道
生乳(北海道十勝産)・賞:90日以上

80 蔵 GMO えさまで分別
よつ葉有塩バター 150g **354円** (税込 382円) 通常364円 **特価**

粉末タイプで溶けやすいです。

山口製糖 所:千葉
原料糖(てんさい(北海道産))、糖蜜(てんさい(北海道産)) ※粉末タイプ

83 NON-GMO
北海道産ビート糖(てん菜糖) 600g **420円** (税込 454円) 通常430円 **特価**

乳脂肪47%の純生クリーム。乳化剤・安定剤不使用。

よつ葉乳業 所:北海道
生乳(北海道十勝産)・賞:お届け日を含め7日前後

81 蔵 GMO えさまで分別
よつ葉の生クリーム 200ml

通常388円 **348円** (税込 376円) **10% OFF**

自然派Style

北海道産小麦を100%使用。ベーキングパウダーはアルミ不使用です。

吉原食糧 所:香川
小麦粉(小麦(北海道産))、砂糖、麦芽糖、食塩、グルコマンナン/ベーキングパウダー、香料・賞:90日以上

82 NON-GMO
自然派Style ホットケーキミックス 400g

通常288円 **278円** (税込 300円) **特価**

カカオ37%。フランスの有機認証工場製造された有機ミルクチョコレートです。

95% ORGANIC

アルファフードスタッフ 所:愛知
有機砂糖、有機ココアバター、有機全粉乳、有機カカオマス/ヒマワリレシチン、バニラ香料 原産国名:フランス・賞:150日以上

85 NON-GMO
BIONOWA ミルクチョコレート(カカオ37%) 40g

通常580円 **570円** (税込 616円) **特価**

香ばしく焙煎した有機カカオ豆を絞り細かく粉碎したココアパウダーです。

ムソー 所:岐阜
オーガニックココアパウダー(原産国:オランダ)・賞:150日以上

84 蔵
オーガニックブラックココア 100g

通常578円 **548円** (税込 592円) **特価**

12月22日(月)は
一年で最も夜が
長くなる日

冬至ごはん

冬至の日に食べると、“福が来る”
“運気が上がる”といわれる食べものを
食事に取り入れましょう。

冬至に食べたいメニュー

かぼちゃ(なんきん)のそぼろ煮

冬至にかぼちゃを食べると風邪をひかないという
古くからの言い伝えがあります。



皮ごと食べて安心の、有機栽培で
つくったかぼちゃ。



グリーンファーム初山
別、自然社中、ほのほの
ハウス農場

86歳

有機カットかぼちゃ
400g以上

258円(税込279円)

※大きさにより1/2〜1/4カットでお届けします。

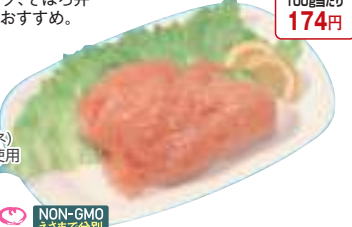


北海道産
佐賀産
岡山産



チキンハンバーグ、そぼろ弁
当やそぼろ煮におすすめ。

100gあたり
174円



イシイフーズ
所:徳島
神山村(モモ・ムネ)
※5:5の割合で使用
しています。
賞:150日以上

87歳

凍 鶏ミンチ
200g

通常358円 348円(税込376円)

特価

むろあじ節や椎茸、昆布等を使用した、
深みのある旨み。



節辰商店 所:愛知
むろあじ節(国内製造)、
かつお節(国内製造)、
いわし煮干(国内製造)、
干椎茸(しいたけ(国内
産))、昆布(北海道) ※
配合割合:むろあじ節
50%、かつお節30%、
いわし節16%、日高
産昆布2%、国産椎茸
2%・賞:90日以上

88歳

NON-GMO
生協だしパック
200g(10g×20)

通常430円 408円(税込441円)

自然派Style
国産シリーズ

旨み・香りを損なうことなく、
色のみを薄くする事に
より、料理の鮮やかさ・食
材の味を引き立てます。



岐阜県しょうゆ協業組合
所:岐阜
大豆(国産・遺伝子組み換え
混入防止管理済み)、食塩、
小麦 ※塩分濃度18.9%・
賞:240日以上

89歳

NON-GMO
自然派Style特選丸大豆
醤油「豊穰の恵」うすくち
900ml

通常550円 520円(税込562円)

素材の旨みを引き出すため、
有機酸・アミノ酸を通常の酒
よりも多く含みます。



松本酒造 所:京都
米(国産)、米こうじ(国産米:
福井、富山県産五百万石)
アルコール度:15〜16度

90歳

NON-GMO
飲んででもいい
料理酒純米
720ml

通常1,080円(税込1,188円)

ぜんざい

あずきは邪気を払
うといわれる縁起
のいい食材です!



しょうばい
塩吹昆布を
そえて♪

農業を減らし化学肥料不使用で作った
もち米「でわのもち」を使用。



庄内協同ファーム 所:山形
もち米(国産)・賞:45日以上

91歳

NON-GMO
白丸もち(庄内)
500g(約12個)

通常890円 850円(税込918円)

※もち表面の水分が抜けた場合は、表面にささくれ・ヒビ割れが発生することがあります。

有機のもち米「でわのもち」で作った玄
米丸もちです。



庄内協同ファーム 所:山形
有機もち米(国産)※もち表面の水分が抜
けた場合は、表面がささくれ・ヒビ割れが発生
する場合があります。賞:45日以上

92歳

NON-GMO
有機加工食品 玄米丸もち
500g(約12個)

通常930円 910円(税込983円)

北海道産小豆をふん
だんに使い、甘みをひ
かえました。もちや白
玉などを加えて!



山清 所:香川
砂糖(てんさい(北海道
産))、小豆(北海道産)、
食塩・賞:360日以上

93歳

NON-GMO
ぜんざい(北海道産小豆使用)
470g(約3人前)

通常428円 385円(税込416円)

北海道日高産昆布、
小豆島製造の丸大
豆醤油、赤穂の塩を
使用。



徳島県漁連 所:香川
醤油(小麦・大豆を
含む)、昆布、還元水
飴、塩、酵母エキス・
賞:150日以上

94歳

NON-GMO
塩吹昆布
45g

通常510円 500円(税込540円)

小豆粥

ほっこり
やさしい味♪



無農薬で栽培した北海道・渡部さんのお
豆、鉄分、ビタミンB1などが豊富です。



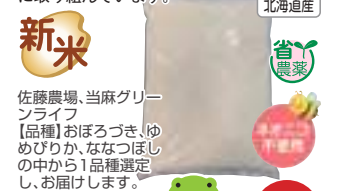
渡部 所:北海道
小豆(北海道産)

95歳

無農薬栽培小豆
500g

通常680円 615円(税込664円)

できるだけ環境に負荷をかけない米作り
に取り組んでいます。



佐藤農場、当麻グリー
ンライフ
【品種】おぼろづき、ゆ
めぴりか、ななつぼし
の中から1品種選定
し、お届けします。

96歳

北海道
生きもの調査米・白米3kg
3kg

通常2,880円 2,830円(税込3,056円)

れんこんシャキとろっ鍋



赤身が多いモモ肉をしゃぶ
しゃぶ用にカットしました。



七星食品 所:香川
自然豚モモ・賞:35日以上

97歳

NON-GMO
自然豚モモしゃぶしゃぶ用
250g

通常578円 560円(税込605円)

みずみずしい水菜のシャキシャキ感をサ
ラダ。



熊本産
佐賀産
福岡産
茨城産

98歳

有機水菜
150g

通常115円 105円(税込113円)

安全で美味しいものを多くの方に食べて
いただくために、品質にこだわりました。



ナカドモファーム、緒方

98歳

れんこん
400g

通常378円 378円(税込408円)

大豆は国産大豆のみを使用し、海水にが
りのみで作りしました。揚げ油は圧搾一番
搾りの菜種油です。



丸和食品 所:東京
大豆(国産・遺伝子組換えでない)、
菜種油、凝固剤・粗製海水塩化マ
グネシウム(にがり)・
消:お届け日をきめ5日

101歳

丸和の油揚げ
2枚入

通常115円 105円(税込113円)

ジュシーでコクがあり
ます。



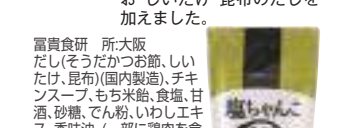
COG、ぐり〜んは〜と、三島、三浦、マルサカ有機生
産組合、かこしま有機生産出荷組合、中庭Farmers、
カモスフィールド、ふしちゃんファーム、ベジハー
ト、YKカンパニー、丸和、北総ベジタブル

99歳

有機小松菜
150g

通常301206円 168円(税込181円)

国産鶏がらスープに、かつ
お・しいたけ・昆布のだしを
加えました。



富貴食研 所:大阪
だし(そうだかつお節、しい
たけ、昆布)(国内製造)、チキ
ンスープ、もち米、食塩、甘
酒、砂糖、でん粉、いわしエ
キス、香味油、(一部に鶏肉を含
む) ※600ccの水で希釈し
てください。賞:120日以上

102歳

自然派Style
塩ちゃんこ鍋スープ
240g(3〜4人前)

通常410円 388円(税込419円)

冬至の
食べもの


かぼちゃ
(なんきん)


れんこん


大根


うどん


あずき
小豆 など

栄養をつけて
寒い冬を乗り切る
冬至の知恵2025



おでん



翌日のアレンジは
おでんうどんに！

5 ページ 69 国産有機原料を使ったうどん

おでんはもちろん、煮もの、そのまま即食もできる練りものセットです。

**特価**
八水蒲鉾 所:愛媛
スケンウダラすり身(国内製造)、ごぼう、ハモ、卵白、
でん粉、いか、えそ、砂糖、植物油、食塩、紅ずわいが
に、発酵調味料、酵母エキス、かにエキス、着色料(紅
麹)、(一部に小麦・卵・かに・いかを含む)・賞:5日前後

103 蔵 主原料 NON-GMO
素材派 鱧入りおでん詰め合わせ
5種13個 通常728円 **718円** (税込 775円)

復興応援
放射能
不検出
ソフトでふわり食感の
はんぺんです！
**特価**
高橋徳治商店 所:宮城
魚肉(タラ(国産)、ヨシキリザメ(国産))、卵白(卵(国産)を含む)、
煮だし汁(カツオ節、サバ(国産))、山芋おろし(山芋
(国産))、でん粉(ばいれい(国産))、砂糖、米油、カツオブシエ
キス、清酒、酒粕、食塩、発酵調味料、レモン汁・賞:90日以上

106 凍 NON-GMO
ソフトはんぺん
188g(4枚) 通常475円 **465円** (税込 502円)

復興応援
放射能
不検出
兵庫県瀬戸内海で水揚げされたヒイカを
バラ凍結しました。煮付けでお召し上がり
ください。
**特価**
兵庫県漁業協同組合連合会 所:兵庫
ヒイカ(水揚げ地 兵庫 漁獲海域 瀬戸内
海) ※加熱用・賞:90日以上

104 凍
兵庫県産ひいカ(煮付け用)
200g 通常388円 **378円** (税込 408円)

自然派 Style
国産シリーズ
阿波吉野川支流の水を使い、
昔ながらの缶蒸し製法
で作りました。
**国産元気**
10%OFF
カタオカ 所:徳島
こんにやく芋(国産)、こんにやく粉
(国産)、海藻粉末、
卵殻焼成カルシウム(こんにやく用凝
固剤)・賞:45日以上

107 蔵 NON-GMO
自然派Style
生いも板こんにやく2個組
240g×2 通常265円 **238円** (税込 257円)

復興応援
放射能
不検出
豆腐とスケソウダラの
すり身を合わせました。
豆腐の風味たっぷり、
ふわふわ！
**特価**
高橋徳治商店 所:宮城
魚肉(タラ(国産))、豆腐(大豆(国産)を含む)、米油、でん
粉(ばいれい(国産))、砂糖、発酵調味料、カツオブシエ
キス※本品の製造ラインでは、卵・乳・小麦・えび・かに
を使用した製品も製造しております。・賞:90日以上

105 凍 NON-GMO
おとうふ揚げ
165g(5個) 通常325円 **315円** (税込 340円)

自然派 Style
国産シリーズ
国産有機醤油と4種の国産
だし原料で仕上げた希釈用
だしつゆです。
**国産元気**
10%OFF
マエカワテイス
所:兵庫
有機しょうゆ(有機大
豆(国産)、有機小麦(国
産)、食塩)、いわし、
砂糖、食塩、みりん、い
わし煮干、そうだつおふ
し、昆布・賞:150日以上

108 NON-GMO
自然派Style
国産有機醤油のだしつゆ
300ml 通常420円 **378円** (税込 408円)

れんこん入りもつ鍋



徳志満が厳選した黒毛和牛のもつです。
良質の脂身が多い小腸のみを使用。

**特価**
100g当たり
499円
黒毛
和牛

109 凍 GMO えさ不分別
徳志満の黒毛和牛もつ
200g 通常1,050円 **998円** (税込 1,078円)

復興応援
放射能
不検出
経節と日高昆布の出
汁に、こだわりの調
味料を加えた塩ベ
ースの「もつ鍋の素」。
**国産元気**
10%OFF
マストミ 所:徳島
米発酵調味料(国内製
造)、食塩、砂糖、経節、
昆布・賞:45日以上

110 凍 NON-GMO
塩もつ鍋スープの素
200g(100g×2) 通常298円 **268円** (税込 289円)

産直
特価
旨みと香り・風味抜群！食物繊維やポリ
フェノールが豊富。
**特価**
霧島オーガニック、あおり南部、みちのく
有機、大雪を囲む会

112 無農薬
有機ごぼう
200g 通常248円 **248円** (税込 268円)

産直
特価
ミネラルたっぷりの有機質の肥
料で育てた白菜です。
**産直
特価**
ヴェジファーム、有機連合
ファーム、マルカファ
ーム、すえひろファーム、
ファーム赤松

111 ぶらす便 301121 蔵
白菜1/2カット
通常178円 **178円** (税込 192円)

産直
特価
醸造酢を使用せず、国産有機柑
橘の果汁で酸味を出した有機
すだちぼん酢です。
**特価**
光食品 所:徳島
有機醤油(有機大豆(国産)、有機
小麦(国産)、食塩)、有機すだち、
有機ゆず、麦芽水飴、食塩、有機米
発酵調味料、有機ゆづ、こんが、
有機乾しいたけ・賞:240日以上

114 NON-GMO
職人の夢 こんなぼん酢が
造りたかった有機すだちぼん酢
180ml 通常600円 **580円** (税込 626円)

大根とぶりのキムチ鍋



復興応援
放射能
不検出
照り焼き、塩焼き、ぶり
大根、竜田揚げなどに。
(東シナ海)

**特価**
東北トクスイ 所:宮城
ぶり(水揚げ地 長崎/漁獲海域 東シナ
海)・賞:90日以上

115 凍
天然ぶり切身
210g(3切) 通常458円 **448円** (税込 484円)

復興応援
放射能
不検出
大根の皮を厚くむき取った後は、捨てず
にきんぴらがおすすめ。
**産直
特価**
市島有機農産物生産出荷組合、みむら楽農、
かこしま有機生産出荷組合、Bluefarm

116 蔵 無農薬
有機大根
1本 通常238円 **238円** (税込 257円)
※1/2にカットした形状でお届けします。

産直
特価
シャキシャキ
とした歯ごた
えがあり、長い
軸には食物纖
維が豊富！
**産直
特価**
湯本
117 蔵 無農薬
えのき茸
200g 通常118円 **118円** (税込 127円)

使い勝手のよいミニ豆腐3個組。国産丸大
豆を100%使用。
**まいど
豆乳**
グリホサート
検査済

118 蔵 NON-GMO
絹豆腐3パック
120g×3 通常168円 **158円** (税込 171円)

産直
特価
辛さレベ
ル
魚谷キムチ 所:徳島
白菜(国産)、漬け原材料(唐辛子粉、にんにく、い
かの塩辛、魚介エキス、砂糖、麦芽水飴、生姜、塩、
酒、玉ねぎ、人参、米、にら、ごま、ねぎ、大根、鰹、
昆布、(一部にいか・ごまを含む)・賞:7日以上

119 蔵 NON-GMO
ファミリー白菜キムチ
180g 通常410円 **400円** (税込 432円)

産直
特価
和風だしが利いて食べやすい味付け。お好
きなキムチを300g追加してお楽しみくだ
さい！
**特価**
魚谷キムチ 所:徳島
鶏ガラ(徳島県産)、コ
チュジャン、唐辛子粉、
にんにく、胡麻油、菜種
油、いりこ、醤油、味噌、
食塩、魚介エキス、生
姜、(一部に小麦・鶏肉・
ごま・大豆を含む)・
賞:45日以上

120 凍 NON-GMO
魚谷さんのキムチ鍋の素
70g 通常400円 **390円** (税込 421円)