



生活クラブ

北海道

農産物・共同購入カタログ

2026

1

配達開始日1/5～

申込み締め切り

班 12月 4・5日

戸配 12月 1～5日

生活クラブ生活協同組合・北海道
<https://www.hokkaido-seikatsclub.coop>

今が旬！
寒さに育まれ、美味しさ詰まった
岩本農場の小松菜とほうれん草



岩本農場

P3 ▲ ほうれん草・小松菜

P5～7 ▲ サラダほうれん草

1月 柑橘類 いろいろ

温州みかん (1~4週)



208 411 612 815 下曾我みかん(静岡)・JAふじ伊豆(静岡)
温州みかん 1kg 668円(税込721円)



化学合成農薬や化学肥料はできるだけ使わず有機質肥料を施し、健康で元気な土づくりを基本に栽培したみかんです。外皮が病虫害の影響を受けている場合があります。

ぽんかん (3・4週)



独特な甘い香りが魅力で、甘く酸味の少ないコクのある味わい。皮は厚めですが、簡単にむけて食べやすいのも特徴です。

613 816 ぽんかん【西日本FU】1kg
730円(税込788円) 西日本FU(愛媛)

きんかん (2・4週)



皮ごと食べられて濃厚な甘さと香りが魅力のきんかん。ビタミンCなど豊富な栄養素も丸ごと摂取できます。甘く煮た甘露煮もお勧め。

415 819 きんかん 300g
720円(税込778円) 松田農場(鹿児島)

伊予柑 (2・3週)



甘味と酸味のバランスが良く、果汁がたっぷりでみずみずしい柑橘。皮も捨てずにマーマレードやピールなどにも。

412 614 伊予柑【西日本FU】1kg
730円(税込788円) 西日本FU(愛媛)

ネーブル (4週)



ネーブルは底のへそに似た窪みが特徴。甘く香りも高く、果肉は柔らかく、ジューシーで濃厚な味わい。

817 ネーブル 1kg
617円(税込666円) KARP(和歌山)

国産レモン (1・3週)



ポストハーベスト農薬汚染の心配のない国産レモンです。防腐剤はもちろん、ワックス処理もしていないので皮ごと使えます。

207 610 国産レモン 500g
369円(税込399円) JAえひめ南マルエム(愛媛・高知)

愛愛柑 (1・2・4週)



ポンカンとオレンジから生まれた晩生柑。従来のポンカンに比べて糖度が高く、甘さ・酸味・果汁も多くバランスの良い柑橘です。

209 413 818 愛愛柑 1kg 今月のみ
719円(税込777円) JAえひめ南マルエム

たんかん (3週)



果皮は橙黄色で、甘みが強く酸味は控えめ、香りも良く濃厚な味わい。スレ傷や、黒ずんだ外皮など見栄えが劣るのもたんかんの特徴です。

615 たんかん 800g
767円(税込828円) JAおきなわ

天草オレンジ (3週)



清美タンゴール、興津早生、ページを交配した品種。種が無く、果皮やじょうのう(中の薄皮)も薄いので食べやすいです。果汁が多く濃厚で甘味が強いのが特徴。

616 天草オレンジ 800g 今月のみ
795円(税込859円) JAえひめ中央(中島)

スイートスプリング (2週)



ジューシーで上品な香りと爽やかな甘味の特徴。外皮は厚いので、へたの部分のカットして浅く切り込みを入れると簡単に剥けます。外皮が緑色でも果肉先行で熟しています。

414 スイートスプリング 1kg
600円(税込648円) 西日本FU(熊本)

毎週

毎週配達の農産物



1/5(月)・6(火)・7(水)配達なし
JA 佐賀県会
102 301 502 701
▲越冬キャベツ1玉
365円(税込394円)
晩秋に収穫したキャベツを畑に並べ、雪の下でゆっくりと熟成し、甘味を増したキャベツです。凍結により外葉を剥く場合があります。



JA あわじ島(兵庫)・JA ハイナン(静岡)・JA 茨城むつみ
103 302 503 702
レタス1玉
339円(税込366円)
みずみずしくシャキッとした歯ざわりが魅力。炒め物、鍋、スープなど加熱料理もお勧めです。



JA あわじ島(兵庫)・JA ハイナン(静岡)・JA 茨城むつみ
104 303 504 703
サニーレタス1玉
233円(税込252円)
カロテンや鉄分を多く含み、葉先は紅色で葉質は柔らかく苦味もソフトです。しなびていたら水に漬けるか40〜50℃のお湯に数分漬けて戻してください。



岩本農場
105 304 505 704
▲ほうれん草 170g
265円(税込286円)
生産者は仁木の岩本さん。真冬に大型ハウスで無加温・無農薬で栽培する道産のほうれん草です。寒さに耐えることで甘みと旨み、栄養価までもがアップしたほうれん草です。



岩本農場
106 306 507 706
▲小松菜 200g
235円(税込254円)
生産者は仁木町大江の岩本さん。秋に播種して、栽培期間中は農薬を使わず有機肥料主体で、低温の中、ゆっくりと育てた小松菜です。



1/5(月)配達なし
JA なめがたしおさい(茨城)
108 307 509 707
春菊 150g
308円(税込333円)
独特の香りが食欲を増進させます。旬は冬で、鍋ものに欠かせない栄養価の高い緑黄色野菜です。天ぷらやごま和えなどにも。



JA 常総ひかり(茨城)・JA 茨城むつみ
109 308 510 708
白菜 1/2カット
270円(税込292円)
ビタミンCや食物繊維が豊富で低カロリーで腸内の健康もサポート。くせがないので、鍋物やクリーム煮、スープ、餃子など、どんな料理にもよく合います。



JA たまな(熊本)・JA やつしろ(熊本)・JA 熊本市
111 309 512 709
トマト1kg
751円(税込811円)
トマトにはビタミンC・ビタミンEが豊富で、ミネラルや食物繊維などをバランスよく含んでいます。



JA たまな(熊本)・JA やつしろ(熊本)・JA 熊本市
111 309 512 709
トマト1kg
751円(税込811円)
トマトにはビタミンC・ビタミンEが豊富で、ミネラルや食物繊維などをバランスよく含んでいます。



JA たまな(熊本)・JA やつしろ(熊本)・JA 熊本市
112 310 513 710
トマト 500g
391円(税込422円)
赤い色素に含まれるリコピンや各種ビタミン、旨み成分のグルタミン酸を多く含むすぐれた栄養食材です。



JA ふくおか八女・JA 熊本市
113 311 514 711
中玉トマト 250g
384円(税込415円)
甘みと酸味のバランスが良いのが特徴。通常のトマトと同様にリコピンもたっぷりで、様々な健康効果が期待できる緑黄色野菜です。



JA たまな(熊本)
114 312 515 712
ミニトマト 150g
225円(税込243円)
小さくても栄養豊富でビタミンCもたっぷり。赤みの色素であるリコピンはカロテンのひとつで、活性酸素を抑える効果があるといわれています。



JA みやざき
117 314 518 714
ピーマン 200g
304円(税込328円)
ピーマンに多く含まれるビタミンCは熱に強く、油で調理すると効果的に摂取できるといわれています。緑黄色野菜として大いに活用したい野菜です。



JA みやざき
118 315 519 715
カラーピーマン 140g
308円(税込333円)
完熟した赤や黄色のカラーピーマンは、肉厚で青臭みもなく、柔らかくて甘味があるのが特徴です。



1/5(月)・6(火)配達なし
JA 麻植部(徳島)・JA 靖玉岡部
119 316 520 716
ブロッコリー 1個
339円(税込366円)
ビタミンC、カロテンやカルシウムなどが豊富な緑黄色野菜。茎にも甘味があり、皮を剥いて茹でると無駄なく食べられます。



1/5(月)・6(火)配達なし
JA 佐賀県会
120 318 521 717
▲雪の下大根 1本
240円(税込259円)
土を被せて越冬させた、甘みが増し水分たっぷりの大根です。首はカットし、先端もカットされる場合あり。特性上、多少の割れ、皮むけは許容しています。



1/5(月)配達なし
上下どちらかを
お届けします
丸八出陣事業組合(千葉)・JA 三浦市(神奈川)
121 319 522 718
大根 1/2 カット
125円(税込135円)
食物繊維やカルシウムの他、でんぶんの消化を助けるアミラーゼが多く含まれています。1〜2月限定での配達となります。



JA いぶすき(鹿児島)・瀬田堂青果(鹿児島)・JA 豊橋(愛知)
122 320 523 720
スナップエンドウ 100g
284円(税込307円)
さつと茹でて、そのままサヤごと食べると、プリプリとした甘味があり人気の野菜です。天ぷらにするとサクサクとした食感を楽しめます。



王陽堂薬園(高知・奈良)
130 405 604 810
根生姜 100g
274円(税込296円)
薬効の高い食物として古くから栽培されている香味野菜です。辛み成分は血行を良くし新陳代謝を高め、殺菌効果と体を温める作用があります。



由仁いちろう会
201 406 605 811
▲生椎茸 100g
235円(税込254円)
原木には道産材を使用して自然に近い環境で栽培している原木生椎茸。肉厚で歯ざわりと食味の良い原木椎茸を作っています。



JA 佐賀県会
202 407 606 812
▲舞茸 100g
203円(税込219円)
菌床には白樺のおが粉など道産材を使っています。自然光を取り入れた栽培により白っぽく、煮汁が黒くならないのが特徴です。



JA 九工保家部(茨城)
205 409 608 813
ぶなしめじ 200g
274円(税込296円)
生産者は代々きのご園を営む小嶋さん。和洋中どんな料理とも相性が良く、クセが少なく傘は小さめ、日持ちのよさも特徴です。



JA 九工保家部(茨城)
205 409 608 813
ぶなしめじ 200g
274円(税込296円)
生産者は代々きのご園を営む小嶋さん。和洋中どんな料理とも相性が良く、クセが少なく傘は小さめ、日持ちのよさも特徴です。



下曾我みかん(静岡)・JA ふじ伊豆(静岡)
208 411 612 815
温州みかん 1kg
668円(税込721円)
化学合成農薬や化学肥料はできるだけ使わず有機質肥料を施し、健康で元々な土づくりを基本に栽培したみかんです。外皮が病虫害の影響を受けている場合があります。

1 週

1 週配達の農産物



JA豊橋（愛知）・
JA愛知みなみ・丸八出荷組合（千葉）

101 キャベツ 1玉
369円（税込399円）
年間を通して露地栽培ものが食べられ、シャキシャキとした歯ざわりや煮込んだときの甘みが人気。常食したい野菜のひとつです。



南九エビ倶楽部（茨城）

107 チンゲン菜 200g
192円（税込207円）
生産者は茨城の倉川さん。中華料理の材料としてはもちろん、歯ごたえのよさが特徴でどんな料理にもよくあいます。



チンゲン菜のガーリック炒め
【材料と作り方】①チンゲン菜1〜2株を茎と葉に分けて、食べやすく切る。ニンニク1片はみじん切りにする。②フライパンにごま油大さじ1を入れて火にかけ、ニンニクを炒め香りがたったら、チンゲン菜の茎を入れて炒める。③茎がしんなりしたら、葉も入れてさっと炒める。粗びき塩こしょうで味を調え、酒を回しかけて炒める。④鍋肌から醤油を回し入れて仕上げる。



1/5週・6週配達なし

JA新ひたち野（茨城）・JA甘栗富岡（群馬）

110 にら 100g
214円（税込231円）
カロテンを多く含む緑黄色野菜。油で調理すると吸収率がアップします。野菜類には少ないビタミンEや葉酸も含まれています。

じゃがいもとにんじんがあれば無限大！道産にんじんです！



JAみやざき

115 キュウリ 5本
380円（税込410円）
116 キュウリ 3本
238円（税込257円）
95%以上が水分であり、低カロリーながらもビタミンやミネラル、食物繊維を豊富に含んでいます。



当別あんしん野菜生産組合

123 インカのめざめ 1kg
495円（税込535円）
甘みがあり、栗やさつまいもに似た風味が特徴の小ぶりな品種。出荷前に芽かきをしています芽が出やすいので、残っている場合は取ってから利用してください。



土付き

124 にんじん 1.5kg
344円（税込372円）
生産者は大塚さん。農薬は北海道の慣行栽培基準の半以下の特別栽培基準内で栽培。大塚農場のおすすめは生活クラブ牛乳を使った「にんじんポタージュ」。



JA新ひたち野（茨城）

125 れんこん 500g
501円（税込541円）
無漂白のれんこんです。酸化しやすいので皮をむいたら水にさらして。お煮しめや酢ぼす、きんぴら、サラダなどに。



1/5週配達なし

JAなめがたしおさい（茨城）・東三温室（愛知）

126 大葉 10枚
171円（税込185円）
赤じそよりも香りが高く、刺身などのあしらいや天ぷら・麺類などの薬味に。香り成分の紫蘇アルデヒドは、食欲を増進してくれます。



1/5週配達なし

JAなめがたしおさい（茨城）

127 セリ 100g
384円（税込415円）
春の七草のひとつ。香りのもとになっている精油成分には保湿効果があり、冷え性にも効果的といわれています。臭みを消す効果があるので、肉類を使った料理にも。



岡村グループ（埼玉）・
吉川産直クラブ（埼玉）

128 長ねぎ（土付き） 700g
289円（税込312円）
関東地方で主流の根深ネギです。根元に土寄せをして軟白部分を長くするように育てています。有機質肥料を主体に農薬も削減しています。



1/5週配達なし

JAとびあ浜松（静岡）

129 細ねぎ 100g
308円（税込333円）
葉が細く柔らかで、香りが良いので薬味や料理の彩りに重宝します。ビタミンやミネラルが多く含まれています。



クボタ商行（静岡・福島）

203 エリンギ 150g
316円（税込341円）
食物繊維が豊富で歯触りの良さが特徴です。油との相性も良く、クセのない甘みがあり色々な料理に使えます。特にバターソテーがおすすめ。



きのこの酢マリネ

【材料と作り方】①きのこ 400gは食べやすい大きさにする。②りんご酢 100ml・素精糖大さじ4・醤油大さじ2を予め煮切り合わせ酢を作る。③フライパンにつぶしたニンニク1片とオリーブオイルを熱し、きのこを5分ほど炒める。④しんなりしたら熱いうちに保存容器に入れて②を加え、粗熱が取れたら冷蔵庫で保存する。※冷蔵保存の目安は3日間ほど



JA魚沼（新潟）

204 えのきだけ 200g
212円（税込229円）
甘い香り、歯切れの良さ、ベーコンとの相性が良く、洋風料理にも合います。軸を切り、ほぐして冷凍すると使いやすい旨みも増します。



1/5週・6週配達なし

JA魚沼（新潟）

206 なめこ 100g
116円（税込125円）
株取り後、根を切って水洗いしています。味噌汁の具やナメコおろしに。傷みやすいので冷蔵庫で保管してください。



JAえひめ南マルエム（愛媛・高知）

207 国産レモン 500g
369円（税込399円）
ポストハーベスト農薬汚染の心配のない国産レモンです。防腐剤はもちろん、ワックス処理もしていないので皮ごと使えます。

3〜8個



JAえひめ南マルエム

209 愛愛柑 1kg 今月のみ
719円（税込777円）
ポンカンとオレンジから生まれた晩生柑。従来のポンカンに比べて糖度が高く、甘さ・酸味・果汁も多くバランスの良い柑橘です。

キウイの旬は冬なんです！

ビタミンC
風邪予防
美肌効果

ビタミンE
抗酸化作用

酵素

消化を助ける

有機酸
疲労回復

JAふくおか八女

210 キウイフルーツ 500g
626円（税込676円）
甘みと酸味のバランスが良いグリーンキウイです。種には日本人が最も不足しがちなビタミンEが含まれ、ビタミンC、ミネラル、食物繊維なども豊富です。4〜6個



2 週

2週配達の農産物



岩本農場

305 サラダほうれん草 150g
235 円 (税込 254 円)

アク(シュウ酸)が少なく、栄養豊富なほうれん草です。お好みのドレッシングをかけて、サラダなど、手軽に生で食べられるのが魅力。茎が鮮紅色なのも特徴的。



JA みやざき

313 キュウリ 3 本
238 円 (税込 257 円)

95%以上が水分であり、低カロリーながらもビタミンやミネラル、食物繊維を豊富に含んでいます。くせがなく、漬物や和食、洋食、中華とさまざまな料理によく合います。



JA 熊本市

317 スティックブロッコリー 130g 230 円 (税込 248 円)

栄養価もブロッコリー同様に高く、茎ごと美味しく味わえます。茹でてサラダ、炒め物や天ぷら、スープ、ベーコン巻きなど幅広く利用できます。



JA たきかわ芦別支店

321 だんしゃく 10kg
1,470 円 (税込 1,588 円)

322 だんしゃく 5kg
840 円 (税込 907 円)
産地の芦別は昼夜の温度差が大きく、いもの栽培に適しています。



当別あしん野菜生産組合

323 だんしゃく 2kg
399 円 (税込 431 円)

生産者は当別町の大塚さん。土壌が黒土系に近いのでイモ肌が若干黒っぽいのが特徴。除草剤や枯凋剤は使用していません。



当別あしん野菜生産組合

324 メークイン 2kg
398 円 (税込 430 円)

生産者は当別の大塚さん。果肉が淡い黄色でキメが細かく、粘りがあります。煮くずれが少なく、シチューや煮物、揚げ物にも向いています。除草剤・枯凋剤は不使用。



長沼町有機栽培研究会

325 玉ねぎ 2kg
425 円 (税込 459 円)

生産者は大沢さん、織田さん、黒田さん。玉ねぎは通常、農薬散布回数が多い作物ですが、除草剤を使わずに草取りをして、農薬使用回数を削減して栽培しています。



長沼町有機栽培研究会

326 紫玉ねぎ 1kg
275 円 (税込 297 円)

鮮やかな紫色は抗酸化作用があるといわれるアントシアニン。辛味が少なく、甘みや水分が多いのでサラダ等に向いています。除草剤は使わず、防除も最低限にしています。



園丸エビ倶楽部(茨城)

327 さつまいも紅はるか 2kg
806 円 (税込 870 円)

有機質肥料主体に最低限の防除で栽培しています。蒸した時の糖度が高く、加熱するとしっとりとした食感になります。焼き芋や干し芋にも適しています。



JA いるま野(埼玉)

328 さといも 1kg
600 円 (税込 648 円)

肉質がねっとりしていて柔らかく、煮くずれにくいのが特徴。栄養価も高くビタミンB群やビタミンCなどのビタミン類、カリウム、食物繊維など豊富に含まれています。



園丸エビ倶楽部(茨城)

329 れんこん 500g
615 円 (税込 664 円)

生産者は茨城の丸エビ倶楽部。有機質肥料主体に最低限の防除で栽培したれんこんは、無漂白。煮しめや酢ぼす、きんぴら、サラダなどにおすすめです。



園ピュアフーズとうや

330 長いも 500g
455 円 (税込 491 円)

生産者は洞爺湖町の長いも部会。洞爺湖町の長いもは、従来の土質と火山灰が混じりあった、長いもの栽培に適した畑で栽培されています。



園者佐商會

401 ごぼう 300g
260 円 (税込 281 円)

生産者は北斗市の坂本さん。米ヌカを中心に有機質肥料 100%、農薬は播種時以外は使用せずに栽培した、一代目から生産し続けている自慢のごぼうです。



園丸エビ倶楽部(茨城)

402 水菜 200g
219 円 (税込 237 円)

化学肥料や農薬の使用を極力抑えて栽培しています。水菜はクセがなく柔らかくシャキシャキとした歯触りが持ち味。水溶性ビタミンが多いので生食がお勧め。



東山農場

403 ニンニク 250g
597 円 (税込 645 円)

品種は福地ホワイト六片、白く甘みがあり栄養価の高いニンニクです。農薬は最低限に抑え除草剤も使っていません。規格重量は出荷時の重量です。



園丸エビ倶楽部(茨城)

404 長ねぎ(むぎ) 300g
270 円 (税込 292 円)

生産者は丸エビ倶楽部の加藤木さん。他、有機質肥料を中心に、毒性の強い削減指定農薬を使わずに育てた長ねぎです。



クボタ商行(静岡・福島)

408 しめじ(ひらたけ) 100g
189 円 (税込 204 円)

品種は香りの良さが定評の「ひらたけしめじ」。うまみの強さとしっかりとした歯ごたえが特徴。味にクセがないのでどんな料理にも合います。



鎌田きのこ園

410 ブラウンマッシュルーム 100g 260 円 (税込 281 円)

生産者は帯広市の鎌田きのこ。ばんえい競馬場の馬の糞ワラから作った堆肥を使い栽培しています。ブラウン種は濃い味と甘みのある旨みの特徴。



西日本 FU (愛媛)

412 伊予柑【西日本 FU】1kg
730 円 (税込 788 円)

甘味と酸味のバランスが良く、果汁がたっぷりでみずみずしい柑橘。皮も捨てずにマーマレードやピールなどにも。削減指定農薬不使用。



JA えびの南マルエム

今月のみ

413 愛愛柑 1kg
719 円 (税込 777 円)

ポンカンとオレンジから生まれた晩生柑。従来のポンカンに比べて糖度が高く、甘さ・酸味・果汁も多くバランスの良い柑橘です。



西日本 FU (熊本)

414 スイートスプリング 1kg
600 円 (税込 648 円)

ジューシーで上品な香りと爽やかな甘味の特徴。外皮は厚いので、へたの部分のカットして浅切り込みを入れると簡単に剥けます。外皮が緑色でも果肉先行で熟しています。



松田農場(鹿児島)

415 きんかん 300g
720 円 (税込 778 円)

皮ごと食べられて濃厚な甘さと香りが魅力のきんかん。ビタミンCなど豊富な栄養素も丸ごと摂取できます。甘く煮た甘露煮もお勧め。



鎌田農場グループ

416 りんごふじ 900g
880 円 (税込 950 円)

甘味・酸味・歯ごたえの三拍子が揃った人気の品種。果汁が豊富で蜜が入りやすく歯触りもシャキシャキと心地良さがあるのが特徴。栄養価の高い果物です。



JA 茨城旭村・JA はが野(栃木)

417 いちご 240g
908 円 (税込 981 円)

品種は「とちおとめ」と「とちあいか」のどちらかをお届けします。どちらもツヤのある鮮やかな赤色で、甘さが特徴の品種です。

3 週

3週配達の農産物



JA豊橋(愛知)・
JA愛知みなみ・丸八出荷組合(千葉)

501 キャベツ 1玉

369円(税込399円)
年間を通して露地栽培ものが食べられ、シャキシャキとした歯ざわりや煮込んだときの甘みが人気。常食したい野菜のひとつです。



岩本農場

506 サラダほうれん草 150g

235円(税込254円)
アク(シュウ酸)が少なく、栄養豊富なほうれん草です。お好みのドレッシングをかけて、サラダなど、手軽に生で食べられるのが魅力。茎が鮮紅色なのも特徴的。



備九エビ倶楽部(茨城)

508 チンゲン菜 200g

192円(税込207円)
生産者は茨城の倉川さん。中華料理の材としてはもちろん、歯ごたえのよさが特徴でどんな料理にもよくあいます。



JA新ひたち野(茨城)・JA甘楽富岡(群馬)

511 にら 100g

214円(税込231円)
カロテンを多く含む緑黄色野菜。油で調理すると吸収率がアップします。野菜類には少ないビタミンEや葉酸も含まれています。



JAみやざき

516 キュウリ 5本

380円(税込410円)

517 キュウリ 3本

238円(税込257円)
95%以上が水分であり、低カロリーながらもビタミンやミネラル、食物繊維を豊富に含んでいます。



当別あしん野菜生産組合

524 インカのめざめ 1kg

495円(税込535円)
甘みがあり、栗やさつまいもに似た風味が特徴の小ぶりな品種。出荷前に芽かきをしています芽が出やすいので、残っている場合は取ってから利用してください。



当別あしん野菜生産組合

525 にんじん 10kg

1,785円(税込1,928円)

526 にんじん 5kg

973円(税込1,051円)

527 にんじん 1.5kg

344円(税込372円)
農薬を北海道の慣行栽培基準の半分以下にして、特別栽培基準内で栽培しています。



JAなめがたしおさい(茨城)・東三温室(愛知)

528 大葉 10枚

171円(税込185円)
赤じそよりも香りが高く、刺身などのあしらいや天ぷら・麺類などの薬味に。香り成分の紫蘇アルデヒドは、食欲を増進してくれます。



JAちばみどり・JAみい(福岡)

529 パセリ 50g

308円(税込333円)
栄養豊富なので、付け合せ以外にも、サラダやシチュー、肉や魚料理、天ぷらなどに。冷凍して軽くもみ砕いて保存すると便利です。



岡村グループ(埼玉)・
吉川産直クラブ(埼玉)

530 長ねぎ(土付き) 700g

289円(税込312円)
関東地方で主流の根菜ネギです。根元に土寄せをして軟白部分を白く長くなるように育てています。有機質肥料を主体に農薬も削減しています。



関岩佐商会

601 軟白ねぎ 2~3本

310円(税込335円)
生産者は八雲町入沢の稲垣さん。有機質肥料を使い、農薬も極力削減して栽培、柔らかくて甘い軟白ねぎです。
L~2L混 / 300g 前後



JAとびあ浜松(静岡)

602 細ねぎ 100g

308円(税込333円)
葉が細く柔らかで、香りが良いので薬味や料理の彩りに重宝します。ビタミンやミネラルが多く含まれています。



岡村グループ(埼玉)・群馬

603 大和芋 500g

551円(税込595円)
長芋に比べて粘りが強く、味が濃いのが特徴。粘り成分のムチンやマンナン、各種ビタミンや食物繊維、ジアスターゼが豊富に含まれています。



JA魚沼(新潟)

607 えのきだけ 200g

212円(税込229円)
甘い香り、歯切れの良さ、ベーコンとの相性が良く、洋風料理にも合います。軸を切り、ほぐして冷凍すると使いやすい旨みが増します。



鎌田きのこ園

609 ホワイトマッシュルーム 100g

260円(税込281円)
旨み成分のグルタミン酸が料理の味を良くします。バター炒め、クリーム和え、煮込み、生のままサラダに等、気軽に利用できる食材です。



JAえひめ南マルエム(愛媛・高知)

610 国産レモン 500g

369円(税込399円)
ポストハーベスト農薬汚染の心配のない国産レモンです。防腐剤はもちろん、ワックス処理もしていないので皮ごと使えます。
3~8個



下曾我みかん(静岡)・
JAふじ伊豆(静岡)

611 温州みかん 10kg

6,290円(税込6,793円)
化学合成農薬や化学肥料はできるだけ使わず有機質肥料を施し、健康で元気な土づくりを基本に栽培したみかんです。外皮が病中害の影響を受けている場合があります。



西日本FU(愛媛)

613 ぼんかん【西日本FU】1kg

730円(税込788円)
独特な甘い香りが魅力で、甘酸味の少ないコクのある味わい。皮は厚めですが、簡単にむいて食べやすいのも特徴です。
球径 5.5cm 以上



西日本FU(愛媛)

614 伊予柑【西日本FU】1kg

730円(税込788円)
甘味と酸味のバランスが良く、果汁がたっぷりでみずみずしい柑橘。皮も捨てずにマーマレードやピールなどにも。削減指定農薬不使用。



JAおきなわ

615 たんかん 800g

767円(税込828円)
果皮は橙黄色で、サイズは150g前後が中心。甘みが強く酸味は控えめ、香りも良く濃厚な味わい。スレ傷や、黒ずんだ外皮など見栄えが劣るものもたんかんの特徴です。



JAえひめ中央(中島)

616 天草オレンジ 800g

795円(税込859円)
清美タンゴール、興津早生、ページを交配した品種。種が無く、果皮やじょうのう(中の薄皮)も薄いので食べやすいです。果汁が多く濃厚で甘味が強いのが特徴。

今月のみ



JAふくおか八女

617 キウイフルーツ 500g

626円(税込676円)
甘みと酸味のバランスが良いグリーンキウイです。種には日本人が最も不足しがちなビタミンEが含まれ、ビタミンC、ミネラル、食物繊維なども豊富です。
4~6個

4 週

4週配達の農産物



岩本農場

705 サラダほうれん草 150g
235 円 (税込 254 円)

アク(シュウ酸)が少なく、栄養豊富なほうれん草です。お好みのドレッシングをかけて、サラダなど、手軽に生で食べられるのが魅力。茎が鮮紅色なのも特徴的。



JA みやざき

713 キュウリ 3 本
238 円 (税込 257 円)

95%以上が水分であり、低カロリーながらもビタミンやミネラル、食物繊維を豊富に含んでいます。くせがなく、漬物や和食、洋食、中華とさまざまな料理によく合います。



JA あまみ (鹿児島)・JA 鹿児島さもつき・JA おきなわ

719 インゲン 100g
256 円 (税込 276 円)

ビタミンC、カロテンなど抗酸化作用の高い栄養素が豊富。また、体内で作ることのできない必須アミノ酸9種類を全て含まれているのが特徴です。



当別あしん野菜生産組合

721 だんしゃく 2kg
399 円 (税込 431 円)

生産者は当別町の大塚さん。土壌が黒土系に近いためイモ肌が若干黒っぽいのが特徴。除草剤や枯凋剤は使用していません。



当別あしん野菜生産組合

722 メークイン 10kg
1,470 円 (税込 1,588 円)

723 メークイン 5kg
830 円 (税込 896 円)

724 メークイン 2kg
398 円 (税込 430 円)

生産者は当別の大塚さん。除草剤・枯凋剤は使用せずに栽培しています。



長沼町有機栽培研究会

725 玉ねぎ 10kg
1,610 円 (税込 1,739 円)

726 玉ねぎ 5kg
895 円 (税込 967 円)

727 玉ねぎ 2kg
425 円 (税込 459 円)

除草剤を使わず何度も草取りをして、農薬使用回数を削減した玉ねぎです。



長沼町有機栽培研究会

728 紫玉ねぎ 1kg
275 円 (税込 297 円)

鮮やかな紫色は抗酸化作用があるといわれるアントシアニン。辛味が少なく、甘みや水分が多いのでサラダ等に向いています。除草剤は使わず、防除も最低限にしています。



園丸エビ倶楽部 (茨城)

729 にんじん(洗い) 1.2kg
384 円 (税込 415 円)

丸エビ倶楽部では農薬や化学肥料を極力使用せず、「見てくれよりも味」、生産性より「安全性」を大切に栽培を進めています。洗いでお届けします。



園丸エビ倶楽部 (茨城)

730 さつまいも紅はるか 2kg
806 円 (税込 870 円)

有機質肥料主体に最低限の防除で栽培しています。蒸した時の糖度が高く、加熱するとしっとりとした食感になります。焼き芋や干しいもにも適しています。



JA いるま野 (埼玉)

801 さといも 1kg
600 円 (税込 648 円)

肉質がねっとりしていて柔らかく、煮くずれにくいのが特徴。栄養価も高くビタミンB群やビタミンCなどのビタミン類、カリウム、食物繊維など豊富に含まれています。



園丸エビ倶楽部 (茨城)

802 れんこん 500g
615 円 (税込 664 円)

生産者は茨城の丸エビ倶楽部。有機質肥料主体に最低限の防除で栽培したれんこんは、無漂白。煮しめや酢ばす、きんぴら、サラダなどにおすすめです。



園丸エビ倶楽部 (茨城)

803 長いも 500g
455 円 (税込 491 円)

生産者は洞爺湖町の長いも部会。洞爺湖町の長いもは、従来の土質と火山灰が混じりあった、長いもの栽培に適した畑で栽培されています。



園岩佐商會

804 ごぼう 300g
260 円 (税込 281 円)

生産者は北斗市の坂本さん。米ヌカを中心に有機質肥料100%、農薬は播種時以外は使用せずに栽培した、一代目から生産し続けている自慢のごぼうです。



園丸エビ倶楽部 (茨城)

805 水菜 200g
219 円 (税込 237 円)

化学肥料や農薬の使用を極力抑えて栽培しています。水菜はクセがなく柔らかくシャキシャキとした歯触りが持ち味。水溶性ビタミンが多いので生食がお勧め。



東山農場

806 ニンニク 250g
597 円 (税込 645 円)

農薬は最低限に抑え除草剤も使っていません。3~5個

807 ニンニク(徳用) 1kg
2,100 円 (税込 2,268 円)

たくさん使いたい方への徳用規格です。約14~17個
規格重量は出荷時の重量です。



園丸エビ倶楽部 (茨城)

808 長ねぎ(むぎ) 300g
270 円 (税込 292 円)

生産者は丸エビ倶楽部の加藤木さん。他、有機質肥料を中心に、毒性の強い削減指定農薬を使わずに育てた長ねぎです。



園岩佐商會

809 軟白ねぎ 2~3本
310 円 (税込 335 円)

生産者は八雲町入沢の稲垣さん。有機質肥料を使い、農薬も極力削減して栽培、柔らかくて甘い軟白ねぎです。L~2L混/300g前後



鎌田きのこ園

814 ブラウンマッシュルーム 100g
260 円 (税込 281 円)

生産者は帯広市の鎌田きのこ。ばんえい競馬場の馬の糞ワラから作った堆肥を使い栽培しています。ブラウン種は濃い味と甘みのある旨み特徴。



西日本 FU (愛媛)

816 ぼんかん【西日本 FU】 1kg
730 円 (税込 788 円)

独特な甘い香りが魅力で、甘く酸味の少ないコクのある味わい。皮は厚めですが、簡単にむけて食べやすいのも特徴です。

球径 5.5cm 以上



KARP (和歌山)

817 ネーブル 1kg
617 円 (税込 666 円)

ネーブルは底のへそに似た窪み特徴。甘く香りも高く、果肉は柔らかくジュシーで濃厚な味わい。自家配合の有機肥料を使い、最低限の農薬で栽培しています。



JA えひめ南マルエム

今月のみ

818 愛媛柑 1kg
719 円 (税込 777 円)

ポンカンとオレンジから生まれた晩生柑。従来のポンカンに比べて糖度が高く、甘さ・酸味・果汁も多くバランスの良い柑橘です。



松田農場 (鹿児島)

819 きんかん 300g
720 円 (税込 778 円)

皮ごと食べられて濃厚な甘さと香りが魅力のきんかん。ビタミンCなど豊富な栄養素も丸ごと摂取できます。甘く煮た甘露煮もお勧め。

1粒 10g 以上



鶴田園圃グループ

820 りんごふじ 5kg
3,900 円 (税込 4,212 円)

821 りんごふじ 900g
880 円 (税込 950 円)

甘味・酸味・歯ごたえの三拍子が揃った人気の品種。果汁が豊富で蜜が入りやすく歯触りもシャキシャキと心地良さがあるのが特徴。栄養価の高い果物です。



JA 茨城旭村・JA はが野 (栃木)

822 いちご 240g
908 円 (税込 981 円)

品種は「とちおとめ」と「とちあいか」のどちらかをお届けします。どちらもツヤのある鮮やかな赤色で、甘さが特徴の品種です。

