

予約対象の全品目の掲載は、このカタログだけ!

保存版 2025年度 秋号

必需品を  
切らす  
心配なし

おトクな  
予約価格に!

# よやくらぶ

— 予約のカタログ —

予約すれば

# 便利でおトク!

注文忘れも  
注文の手間も  
ゼロ

自分で選んだサイクルで  
定期的に消費材が届く予約のしくみです。  
一人ひとりの予約が、サステイナブルな  
生産と消費を支えます

新しいなかま&予約再開品の登場で、ラインナップがさらに充実!

なかま  
入り!



これ好き!  
スライスソーセージ

なかま  
入り!



予約・あつぱれ・  
はればれ野菜6点セット

予約  
再開!



トマトケチャップ



# よやくらぶ

- 2025年10月4日時点の価格・容量・包材で掲載しています。事情により変更や、お届けが休止になる場合があります。
- 牛乳・米・鶏卵・野菜は原料不足などから一部で欠品が発生する場合、予約した消費材が優先的に届きます。その他の品目は、原料不足などの際は欠品となる場合があります。
- お米の新規予約の受付およびカタログ、eくらぶ・アプリでの注文は当分の間、休止します。

「よやくらぶ」は、毎日の必需品やお気に入りの消費材が、自分で選んだ配達サイクルで届く予約のしくみです。便利なのはもちろん、おトクな予約価格で注文できるのも特徴です。さらに生産者は、「予約＝食べる約束」によって生産の見通しが立ち、安定的に消費材がつけれるメリットがあります。予約価格でお届けできるのは、予約が生産の支えになっているからです。

予約登録の方法はP14~15へ

## 予約品目はすべておトクな予約価格

通常価格よりもおトクな予約価格でお届けします。予約品目の中心は、ビジョンフードとL's（エルズ）選定品です。

## 好きなサイクルで定期的にお届け

毎週や隔週、月1回など、自分にあった配達サイクルが選べます。数量の変更やお休みもカンタンにできます。

## 生産者のつくるチカラに

「予約」という組合員の継続的な食べる約束により、生産者は後継者の育成に力を入れられるなど、食の未来を守ることにつながります。

## 新しいなかま&予約再開品の登場で、ラインナップがさらに充実！

### L's これ好き!スライスソーセージ

なかま入り!

予約はP8

#### ここが魅力!

- ✓「日本の米育ち三元豚」を使用。弾力があり、しっとりした食感
- ✓そのままはもちろん、焼いたり、野菜を巻いたり幅広く使える

### L's トマトケチャップ

予約再開!

予約はP11

#### ここが魅力!

- ✓1びんに約1kg分の国産トマトを使用したコクのある味わい
- ✓あえて素材感を残し、トマトのさわやかな風味を引き出している

## 誕生秘話

### “ほしい”をかたちに。組合員がつくったソーセージ

「これ好き!スライスソーセージ」は、生活クラブ長野の組合員が、豚肉加工品の提携生産者・(株)平牧工房とともにつくった消費材です。若い世代の組合員に日々の食事で便利に使ってほしいとの思いから、調理の手間なく食べられて、かつ、手頃な価格の加工肉をめざし、何度も試作と試食を繰り返してつくりあげました。また、一頭の豚からとれる

肉を余さず食べるため、さまざまな部位を使用した品目であることも大切にしたいポイントです。消費材の名前には、みんなに好きになってもらいたい、「これっていいよね」って言ってもらいたい!という願いを込めています。2023年のデビュー以降、多くの組合員に愛されて人気消費材の一つになり、よやくらぶ品目のなかま入りをしました。



組合員による試食の様子

## 再開秘話

### 加工用トマトの国内産地をひろげ、6年ぶりに予約再開!

50年にわたり多くの組合員に愛される「トマトケチャップ」。国産の加工用トマトと生食用トマトを使っており、「国産」でつくことを大切にしてきました。しかし、日本の高温多湿な気候は加工用トマトの栽培には向かず、さらに農家の高齢化によって生産量が減少しているのが現状です。国産の加工用トマトを安定的に生産し続けるため、

「トマトケチャップ」の提携生産者・コーミ(株)や青果の提携産地とも協力し、契約・提携産地を拡大しています。こうした努力により収穫量に増減はあるものの、ここ数年は加工用トマトの生産と調達量を維持できています。一時は原料不足で予約でのお届けをストップしていましたが、原料の確保ができたため6年ぶりに再開します。



真っ赤に色づいた加工用トマト

## 生活にかかせない食品や日用品を豊富にそろえました!

 P4 ✓ 鶏卵	 P5 ✓ 青果	 P6 ✓ 牛乳	 P7
 P10 ✓ 牛肉	 P10	 P10~	 P11~

 P8 ✓ 豚肉	 P8~	 P9 ✓ 鶏肉
 P12	 P13	 P13

裏表紙に予約品目が一目でわかる便利な一覧を掲載!

お気に入りを見つけてね





# 鶏卵

生活クラブの鶏卵は、組合員と生産者がともにつくってきた代表的な消費材です。たまごを産む親鶏の品種やその鶏の育て方など、生活クラブの鶏卵ならではの特長についてご紹介します。

ココが違う！

## 生活クラブのたまご

### 親鶏は貴重な純国産鶏種

生活クラブのたまごの親鶏は、国内で鶏種の生産と改良ができる純国産鶏種の「もみじ」と「さくら」。日本国内で育種改良された希少な鶏種です。欧米で改良された外国鶏種とは違い、日本の風土に適している上、何世代もさかのぼって生産の履歴を確認することができます。

### 開放型鶏舎で健康に育てる

親鶏は太陽光と自然の風が入る「開放型鶏舎」で、健康に気を遣いながら大切に育てています。

### あたえる飼料にも配慮

「もみじ」と「さくら」の飼料は、遺伝子組み換えの混入を防ぐため分別したトウモロコシや大豆かす、国産の飼料用米を配合したものをあたえています。

通常価格  
(税込)より  
**5円  
6円  
おトク**

黄身の色が薄く、  
プルプルしていて  
新鮮です

鶏が食べる  
飼料までわかっていて、  
本当に安心です

※eくらぶに寄せられたクチコミより

殻の色が濃い「もみじ」と  
淡いさくら色の「さくら」の2品種。どちらも  
純国産鶏種です。

## 純国産鶏種のたまご 鶏卵10個パック

550g以上(大小混み) ※生産量不足時は520g以上(大小混み)でお届け。 ※1:長野はトレーでの取組み 賞 14日 7月22日 卵

取組単協	品 名	毎週 (ABCD週)	隔週 (AC週)	隔週 (BD週)	予約価格
東京・神奈川・埼玉・茨城・栃木・群馬・ふくしま・庄内	(生活クラブたまご) 冷蔵	800881	800882	800883	通常価格363円 (税込392円) ▶ <b>358円</b> (税込 <b>387円</b> )
千葉	(あいこっこ) 冷蔵	800911	800912	800913	通常価格363円 (税込392円) ▶ <b>358円</b> (税込 <b>387円</b> )
福祉クラブ	(会田養鶏)	803801	803802	803803	通常価格305円 (税込329円) ▶ <b>300円</b> (税込 <b>324円</b> )
長野※1	(会田養鶏)	800941	800942	800943	通常価格288円 (税込311円) ▶ <b>283円</b> (税込 <b>306円</b> )
山梨	(黒富士農場)	800961	800962	800963	通常価格333円 (税込360円) ▶ <b>328円</b> (税込 <b>354円</b> )
静岡	(幾見)	800991	800992	800993	通常価格358円 (税込387円) ▶ <b>353円</b> (税込 <b>381円</b> )
愛知	(美濃愛農)	801021	801022	801023	通常価格392円 (税込423円) ▶ <b>387円</b> (税込 <b>418円</b> )
岩手・やまがた・青森	(常盤)	801041	801042	801043	通常価格295円 (税込319円) ▶ <b>290円</b> (税込 <b>313円</b> )

通常価格  
(税込)より  
**5円  
6円  
おトク**

## 平飼いたまご

鶏舎内で放し飼いをされた鶏が巣箱で産む、平飼いたまご。国産鶏種「もみじ」のたまごです。洗卵してから冷蔵でお届けします。早めに冷蔵庫に入れてください。紙パックはパックの原料として再利用するので、配達時に返却をお願いします。



## 平飼いたまご6個 360g以上(大小混み) ※生産量不足時は330g以上(大小混み)でお届け。 賞 14日 7月22日 卵

取組単協	品 名	毎週 (ABCD週)	隔週 (AC週)	隔週 (BD週)	予約価格
東京・神奈川・長野・茨城・栃木・群馬・ふくしま・庄内・福祉クラブ	(会田養鶏) 冷蔵	803161	803162	803163	通常価格312円 (税込337円) ▶ <b>307円</b> (税込 <b>332円</b> )
埼玉	(生活クラブたまご) 冷蔵	803981	803982	803983	<b>307円</b> (税込 <b>332円</b> )
千葉	(あいこっこ) 冷蔵	803811	803812	803813	通常価格384円 (税込415円) ▶ <b>379円</b> (税込 <b>409円</b> )

●2025年10月4回時点の価格・容量・包材で掲載しています。事情により変更や、お届けが休止になる場合があります。  
●「鶏卵(あいこっこ)」は10月5回以降の価格で掲載しています。

# アースメイド 野菜

生活クラブの野菜はすべて、生産者と一緒に土づくりから取り組む「アースメイド野菜」です。化学合成農薬や化学肥料はできるだけ使いません。また、「いつ・誰が・どこで・どのようにつくったか」という栽培履歴をすべて明らかにすることを基本としています。新鮮・安心・おいしい。そんなサステイナブル(持続可能)な作物づくりに各産地で取り組んでいます。

## あっぱれ育ち・はれはれ育ちの 予約野菜セット

「あっぱれ育ち」「はれはれ育ち」の野菜が届く「予約野菜セット」に、6点セットがなかま入り！4点セットと6点セットの2種から選べるようになりました。毎日の食卓で旬の野菜を楽しみたい方にオススメです。



あっぱれ育ち、はれはれ育ち野菜は栽培期間中※1に削減指定農薬(毒性の強い農薬)を使用していません※2。



**あっぱれ育ち**  
栽培期間中、化学合成農薬と化学肥料を使用しないで育てました。



**はれはれ育ち**  
栽培期間中、化学合成農薬と化学肥料をできる限り減らして育てました。

※1 収穫する畑へ種をまいた後、または苗を植えた後から収穫するまでの間。  
※2 削減指定農薬「デフルトリン」は大根の虫食いを防ぐうえで必要なため、「はれはれ育ち大根」にのみ例外的に使用を認めています。

**鮮度**  
基本的に収穫後は産地で冷蔵保管。その後の輸送や、仕分けをする戸田デリバリーセンターでも温度管理をして鮮度を保っています。

## 4点セット

### 旬の野菜が生産者の“おまかせ”で届く

関東地方の5つの提携産地がつくる、野菜4点(葉物類、葉茎菜類、果菜類、根菜類から1点ずつ)のセットです。品目は生産者の“おまかせ”なので、いろいろな野菜との出会いが楽しめます。

！ 毎週、価格は同じ。セット内容のみ変わります

産地の生産状況にあわせ、その時期に旬を迎える野菜を組み合わせでお届けします。



**予約・あっぱれはれはれ野菜 おまかせ4点セット**

800円(税込864円)

毎週 (ABCD週)  
**803581**

隔週 (AC週)  
**803582**

隔週 (BD週)  
**803583**

このセットが  
注文できるのは  
予約だけ！



イメージ

## 6点セット

### 日々の料理に使いやすいベーシックな野菜が届く

全国の産地から、毎週6点の野菜が届きます。食べるカタログ、アプリ、eくらぶで、次週に配達される品目が事前に確認できます。予約登録すると通常注文よりも30円(税抜)おトクになります。

！ 毎週、野菜のセット内容と価格は変わります

価格は1,300円前後ですが、セット内容によっては1,000円～1,600円前後になる場合があります。



**予約・あっぱれはれはれ野菜6点セット**

毎週 (ABCD週)  
**804331**



イメージ

## balan gon バナナ

通常価格  
(税込)より  
**8円  
おトク**

生産者との交流などを通じて“顔の見える関係”を築く、海外の産地から輸入しています。日本人好みの甘みと酸味が特徴です。



イメージ

## balan gon バナナ500g

500g(フィリピン産)

通常価格  
438円  
(税込473円)

**431円**(税込**465円**)

100g/86円(税込93円)

ほんのりとした酸味とコクのある味わいが特徴。熟して表皮にシュガースポット(黒い点々)が出ると食べ頃です。フィリピン産。ATJ

毎週 (ABCD週)  
**803791**

隔週 (AC週)  
**803792**

隔週 (BD週)  
**803793**



●2025年10月4回時点の価格・容量・包材で掲載しています。事情により変更や、お届けが休止になる場合があります。





酪農家と共同で建設した牛乳工場でつくる、72℃15秒間殺菌のパスチャライズド牛乳。飲み続けることで酪農生産の基盤を守ります。

牛乳応援基金

飼料価格・生産費の高止まりにより経営的困難に直面している酪農家の生産費の補填などに、牛乳の提携生産者の新生酪農(株)を通して定期的に寄付します。牛乳900ml、ノンホモ牛乳900ml、低脂肪牛乳1000m、牛乳200ml×2の4つについて、1品目一律2円を基金とし、共同購入価格にプラスして集めます。



生乳の風味と栄養がいきた、ほんのり甘みのある牛乳です

牛乳 900ml

900ml びん入り 成分無調整 冷蔵 原材料生乳100%(国産) 67kcal、糖0.10g/100ml

取組単協		品 名	毎週 (ABCD週)	予約価格
班	東京・神奈川・埼玉・千葉・長野・茨城・静岡・愛知・群馬	班 前半 (月・火・水) 配達	800561	通常価格 266円 (税込287円) ▶ <b>256円</b> (税込276円)
		班 後半 (木・金・土) 配達	800571	
	山梨・栃木・青森・岩手・ふくしま・やまがた・福祉クラブ(ポイント)	班 (週1回、他の消費材と同時配達)	800591	
個配	東京・神奈川・埼玉・千葉・長野・茨城・山梨・静岡・愛知・群馬・やまがた・栃木・青森・岩手・ふくしま・庄内・福祉クラブ	個別配送	800661	

新生酪農(株)／栃木県、長野県、千葉県 72℃ 15秒間殺菌 7日 70%OFF 乳

脂肪分のホモジナイズ(均質化) 処理をせず、生乳に最も近い風味

ノンホモ牛乳 900ml

900ml びん入り 成分無調整 冷蔵 原材料生乳100%(国産) 67kcal、糖0.10g/100ml

取組単協		品 名	毎週 (ABCD週)	予約価格
班	東京・神奈川・埼玉・千葉・長野・茨城・静岡・愛知・群馬	班 前半 (月・火・水) 配達	802621	通常価格 266円 (税込287円) ▶ <b>256円</b> (税込276円)
		班 後半 (木・金・土) 配達	802631	
	山梨・栃木・青森・岩手・ふくしま・やまがた・福祉クラブ(ポイント)	班 (週1回、他の消費材と同時配達)	802641	
個配	東京・神奈川・埼玉・千葉・長野・茨城・山梨・静岡・愛知・群馬・やまがた・栃木・青森・岩手・ふくしま・庄内・福祉クラブ	個別配送	802661	

新生酪農(株)／栃木県、長野県、千葉県 72℃ 15秒間殺菌 7日 70%OFF 乳

牛乳から脂肪分を抜き1.4%に調整。さっぱりとした飲み口

低脂肪牛乳 1000ml

1000ml 紙パック 冷蔵 原材料生乳100%(国産) 46kcal、糖0.11g/100ml

取組単協		毎週 (ABCD週)	予約価格
班 個配	東京・神奈川・埼玉・千葉・長野・茨城・山梨・静岡・愛知・群馬・やまがた・栃木・青森・岩手・ふくしま・庄内・福祉クラブ	802681	通常価格 277円 (税込299円) ▶ <b>272円</b> (税込294円)

新生酪農(株)／栃木県、長野県、千葉県 72℃ 15秒間殺菌 7日 70%OFF 乳

牛乳の200mlびん2本セット。便利な飲みきりサイズ

牛乳 200ml×2

200ml×2 びん入り 成分無調整 冷蔵 原材料生乳100%(国産) 134kcal、糖0.19g/1本200ml

取組単協		毎週 (ABCD週)	予約価格
班 個配	東京・神奈川・埼玉・千葉・長野・茨城・山梨・静岡・愛知・群馬・やまがた・栃木・青森・岩手・ふくしま・庄内・福祉クラブ	801091	通常価格 207円 (税込224円) ▶ <b>202円</b> (税込218円)

新生酪農(株)／栃木県、長野県、千葉県 72℃ 15秒間殺菌 7日 70%OFF 乳



牛乳と同じ指定酪農家の生乳でヨーグルトをつくっています。牛乳として飲むだけでなく、乳製品として食べて生乳を余さず利用することで、酪農を未来につなぎ、さらにフードロスの削減をめざしています。

ココが違う！

生活クラブのヨーグルト

さまざまな味わいや容量から選べる

生活クラブのヨーグルトは豊富なラインナップがあり、いずれも生乳本来の甘みや風味をいかしてつくっています。使用している乳酸菌による味わいのちがいや、無糖・加糖、1人分のカップ・たっぷり400gなど、好みや利用シーンにあわせて選べます。

組合員が開発した2つのヨーグルト

「生乳100%ヨーグルト」と「とろーり加糖ヨーグルト」は、組合員の代表がアンケート調査や試食を重ねて開発しました。「多くの組合員にもっとヨーグルトを食べてほしい」という想いがこめられています。

生乳100%ヨーグルト

400g

通常価格  
259円  
(税込280円)

**254円**(税込274円) 冷蔵

生活クラブ指定酪農家の生乳と乳酸菌のみでつくりました。マイルドな酸味で食べやすいプレーンヨーグルト。乳脂肪分3.2%。 60kcal、糖0.09g/100g 新生酪農(株) 賞21日

70%OFF 乳  
毎週 (ABCD週) 隔週 (AC週) 隔週 (BD週)  
**803171 803172 803173**



原材料:生乳(国産)

どんな味わい?  
酸味 ★★★★★  
クリーム感 ★★★★★

プレーンヨーグルト

400g

通常価格  
259円  
(税込280円)

**254円**(税込274円) 冷蔵

生活クラブ指定酪農家の生乳でつくりました。無糖タイプなので、料理やお菓子づくりにも。保存用のフタはつきません。乳脂肪分1.6%。 57kcal、糖0.12g/100g 新生酪農(株) 賞21日

70%OFF 乳  
毎週 (ABCD週) 隔週 (AC週) 隔週 (BD週)  
**800691 800692 800693**



原材料:生乳(国産)、脱脂濃縮乳(生乳(国産))

どんな味わい?  
酸味 ★★★★★  
クリーム感 ★★★★★

脂肪と酸味をおさえたプレーンヨーグルト

370g

通常価格  
240円  
(税込259円)

**235円**(税込254円) 冷蔵

生活クラブ指定酪農家の生乳を使用。乳清たんぱくを加え酸味も抑え、なめらかに仕上げました。ブルガリア菌とサーモフィラス菌を使用。乳脂肪分0.4%。 40kcal、糖0.13g/100g 新生酪農(株) 賞21日

70%OFF 乳  
毎週 (ABCD週) 隔週 (AC週) 隔週 (BD週)  
**803431 803432 803433**



原材料:乳(生乳(国産))、脱脂濃縮乳(生乳(国産))、乳糖(国産)、乳糖たんぱく

どんな味わい?  
酸味 ★★★★★  
クリーム感 ★★★★★

飲むヨーグルト

500ml

通常価格  
236円  
(税込255円)

**231円**(税込249円) 冷蔵

生活クラブ指定酪農家の生乳を原料に、安定剤・香料などは使わずに作りました。濃厚でコクがあります。(製造:(株)タカハシ乳業) 86kcal、糖0.11g/100ml 新生酪農(株) 賞23日

70%OFF 乳  
毎週 (ABCD週) 隔週 (AC週) 隔週 (BD週)  
**800701 800702 800703**



原材料:生乳(国産)、砂糖(国産)

どんな味わい?  
酸味 ★★★★★  
クリーム感 ★★★★★

とろーり加糖ヨーグルト

80g×3

通常価格  
230円  
(税込248円)

**225円**(税込243円) 冷蔵

子どもにも食べやすいマイルドな酸味の加糖タイプ。乳脂肪分は2.0%と控えめ。スプーンでかき混ぜると「とろーり」とした食感に。 67kcal、糖0.09g/1個80g 新生酪農(株) 賞19日

70%OFF 乳  
隔週 (AC週)  
**803182**



原材料:乳(生乳(国産))、砂糖、脱脂濃縮乳、クリーム(乳成分を含む)

どんな味わい?  
甘み ★★★★★  
クリーム感 ★★★★★

牛乳たっぷり加糖ヨーグルト

80g×3

通常価格  
243円  
(税込262円)

**238円**(税込257円) 冷蔵

牛乳・濃縮乳にクリームを加えた濃厚感のあるデザートタイプ。甘みは素糖糖を使用。 82kcal、糖0.09g/1個80g 新生酪農(株) 賞19日

70%OFF 乳  
隔週 (AC週)  
**800832**



原材料:牛乳(生乳(国産))、脱脂濃縮乳(生乳(国産))、砂糖(国産)、クリーム(乳成分を含む)、脱脂濃縮乳

どんな味わい?  
甘み ★★★★★  
クリーム感 ★★★★★

味わいさっぱり加糖ヨーグルト

80g×3

通常価格  
232円  
(税込251円)

**227円**(税込245円) 冷蔵

毎日食べても飽きない、さっぱりと食べやすいヨーグルト。生活クラブ指定酪農家の生乳を使い、低糖・低脂肪で作りしました。 60kcal、糖0.10g/1個80g 新生酪農(株) 賞19日

70%OFF 乳  
隔週 (BD週)  
**800863**



原材料:牛乳(生乳(国産))、脱脂濃縮乳(生乳(国産))、砂糖(国産)

どんな味わい?  
甘み ★★★★★  
クリーム感 ★★★★★











国産ブレンド  
なたね油角缶  
1650g



通常価格  
1,408円  
(税込1,521円)  
**1,382円(税込1,493円)**

国産ナタネをブレンド。圧搾一番しぼりを水・湯・電熱で脱色・脱臭し、湯洗い洗浄法で精製。 900kcal、 $\text{㊄}$ 0.00g/100g 米澤製油(株)

月1回(B週)

月1回(D週)

801285

801287

国産ブレンド  
なたね油丸缶  
600g



通常価格  
732円  
(税込791円)  
**718円(税込775円)**

圧搾一番しぼりという高品質のなたね油。コシが強く繰り返し使えます。原料ナタネの色が少し残る淡い緑色。 900kcal、 $\text{㊄}$ 0.00g/100g 米澤製油(株)

月1回(A週)

月1回(C週)

801294

801296

万能つゆ500ml  
500ml



通常価格  
515円  
(税込556円)  
**504円(税込544円)**

うどんやそばのつゆだけでなく、煮物にもOK。何にでも使える汎用性の高いつゆです。希釈タイプ。 96kcal、 $\text{㊄}$ 9.79g/100ml タイハイ(株)

7月27日 麦・豆

月1回(A週)

月1回(C週)

800974

800976

防災用品

災害に備えて準備し、日付の古いものから順に使い補充する「回転備蓄」がおすすめです。

通常価格  
(税込)より  
**13円  
↓  
40円  
おトク**

活字する  
回転  
備蓄  
変える  
変へる

「もしも」に備えて天然水をストック!

生活クラブの防災用飲料水は、自宅に備えておく2Lと避難時の持ち運びに便利な500mlの2つの容量があります。「信州たのめの里・森が育てた天然水」は長野県塩尻市郊外の「たのめの里」の深井戸で地下250mから採水し加工。「信州あずみ野 山の天然水」は北アルプスのふもと、信州・安曇野に工場をもつ製造元の井戸で地下190mからくみ上げています。どちらも水質のほか、放射性物質や有機フッ素化合物なども検査済み。安心して飲める天然水です。

飲料水を備蓄する目安

1人1日**3L**×

家族の人数

×**3日分**

(※)参考:農林水産省「緊急時に備えた家庭用食料品備蓄ガイド」

みりん風  
醸造調味料  
500ml



通常価格  
417円  
(税込450円)  
**408円(税込441円)**

自社仕込みの加塩純米酒に本みりんを配合しています。風味豊かな調味料です。アルコール分11.5%。 225kcal、 $\text{㊄}$ 1.57g/100g 相生ユニビオ(株)

月1回(A週)

月1回(C週)

801074

801076

国産十割こうじみそ・カップ  
500g



通常価格  
375円  
(税込405円)  
**367円(税込396円)**

国産100%の大豆・米を使用、十割麹で中甘口の生みそ。アルコールは使用していません。 200kcal、 $\text{㊄}$ 11.51g/100g (株)マルモ青木味噌醤油醸造場

7月27日 豆

月1回(B週)

月1回(D週)

801005

801007

信州田舎みそ  
こうじ1kg  
1kg



通常価格  
495円  
(税込535円)  
**485円(税込524円)**

加温醸造したみそと、1年間天然醸造した風味豊かなみそを5対5の割合でブレンドしています。 191kcal、 $\text{㊄}$ 11.94g/100g (株)マルモ青木味噌醤油醸造場

7月27日 豆

月1回(A週)

月1回(C週)

801054

801056

防災用飲料水2L  
2L×6

どちらかが  
届きます



通常価格  
692円  
(税込747円)  
**680円(税込734円)**

信州たのめの里・森が育てた天然水(製造元:信州エコプロダクツ(株))が信州あずみ野 山の天然水(製造元:ゴールドバック(株))のいずれかをお届け。軟水。賞味期限730日。 生活クラブ・スピリッツ(株)

月1回(B週)

月1回(D週)

802945

802947

信州たのめの里・森が育てた天然水500ml  
500ml×24



通常価格  
1,845円  
(税込1,993円)  
**1,808円(税込1,953円)**

長野県塩尻市郊外の「たのめの里」の地下250mの深井戸からくみ上げたナチュラルミネラルウォーター。賞味期限730日。(製造:信州エコプロダクツ(株)) 生活クラブ・スピリッツ(株)

月1回(A週)

月1回(C週)

802954

802956

パックだし  
8g×15袋



通常価格  
815円  
(税込880円)  
**798円(税込862円)**

煮干し、かつお節、昆布、椎茸を6:2:1:1の割合でブレンド。1袋で味噌汁なら4杯分、600ccのだしがとれます。 25kcal、 $\text{㊄}$ 0.26g/1袋(8g) みえぎよれん販売(株)

月1回(B週)

月1回(D週)

801105

801107

焼のり  
板のり10枚



通常価格  
630円  
(税込680円)  
**615円(税込664円)**

提携先で仕入、加工、出荷まで一貫して行い流通過程を省略しているので、高品質なのに手ごろな価格。便利なチャック付袋入り。 6kcal、 $\text{㊄}$ 0.04g/板のり1枚 みえぎよれん販売(株)  $\text{㊄}$ 180日

7月27日 (えび・かに)

月1回(A週)

月1回(C週)

801154

801156

ひじき(40g)  
40g



通常価格  
550円  
(税込594円)  
**538円(税込581円)**

ひじきに含まれる鉄は、ビタミンCや動物性たんぱく質と一緒に摂るとより体に吸収しやすくなります。 149kcal、 $\text{㊄}$ 4.57g/100g 千葉県漁連

月1回(B週)

月1回(D週)

803395

803397

せっけん・  
雑貨

資源を再利用するなど、環境負荷を少しでも軽減できるものを扱っています。  
※せっけん・雑貨の品目の消費税率は10%です。

通常価格  
(税込)より  
**5円  
↓  
12円  
おトク**

洗濯用粒状  
せっけん  
1.6kg、香料使用



通常価格  
917円  
(税込1,009円)  
**907円(税込998円)**

フローラル系の香り。原材料の一部にリサイクル由来の脂肪酸(オレイン酸)を使用。(使用量目安:50g/水40リットル)★計量スプーン希望の方はセンターへ。 エスケー石鹸(株)

月1回(A週)

月1回(C週)

801204

801206

洗濯用無添加  
せっけん(針状)  
1.0kg、無香料



通常価格  
713円  
(税込784円)  
**703円(税込773円)**

せっけん分99%。アルカリ剤、香料は不使用。ワールなどのデリケートな衣類用に。原材料の一部にリサイクル由来の脂肪酸(オレイン酸)を使用。 エスケー石鹸(株)

月1回(B週)

月1回(D週)

801215

801217

かつお  
細けずり50g  
50g



通常価格  
495円  
(税込535円)  
**485円(税込524円)**

伝統的な技法で熟成させた本枯れ節を3mm幅に削りました。まろやかな風味と旨み特徴。 334kcal、 $\text{㊄}$ 1.50g/100g みえぎよれん販売(株)  $\text{㊄}$ 180日

月1回(A週)

月1回(C週)

801144

801146

素精糖  
750g



通常価格  
465円  
(税込502円)  
**454円(税込490円)**

沖縄県産サトウキビが原料の粗糖から蜜分を少し取り除き乾燥。サトウキビの香りと風味が活きています。 396kcal、 $\text{㊄}$ 0.03g/100g (株)青い海

月1回(A週)

月1回(C週)

800904

800906

ホットケーキ  
ミックス  
200g×3



通常価格  
436円  
(税込471円)  
**426円(税込460円)**

国産小麦粉、消費材の素精糖などをミックス。アメリカンドッグやカップケーキにも。レシピ付き。膨脹剤はアルミ不使用。 359kcal、 $\text{㊄}$ 1.07g/100g 日東富士製粉(株)

7月27日 (卵)・乳・麦(豆)

月1回(B週)

月1回(D週)

800955

800957

飲料

素材の味をいかすとともに、原料の産地や栽培方法、製造工程までしっかりと確認しています。

通常価格  
(税込)より  
**32円  
おトク**

コーヒー粉  
森のコーヒー  
180g×2



通常価格  
1,342円  
(税込1,449円)  
**1,312円(税込1,417円)**

ブラジル・サンパウロ州で農業に頼らず栽培。焙煎は、飲みやすいミディアムロースト。中挽きです。 日東珈琲(株)

月1回(A週)

月1回(C週)

801164

801166



ハミガキ  
150g、香料使用



通常価格  
246円  
(税込271円)  
**241円(税込265円)**

合成界面活性剤(発泡剤)不使用で、ハミガキ後に食べたものの味が変わりません。 エスケー石鹸(株)

月1回(A週)

月1回(C週)

801254

801256

ティッシュペーパー  
スリム  
400枚(200組)×5



通常価格  
340円  
(税込374円)  
**334円(税込367円)**

紙製品のリサイクルの仕組みを活用した、回収紙を原料にしたティッシュペーパー。資源の有効活用をはかり、紙も箱もサイズを最小限に。食品用ではありません。 マスコ製紙(株)

月1回(A週)

月1回(B週)

803614

803615

月1回(C週)

月1回(D週)

803616

803617

無漂白ロールペーパー  
シングルソフト  
8ロール(108mm×100m)



通常価格  
524円  
(税込576円)  
**513円(税込564円)**

長く使える100m巻。60m巻より付け替えの手間が省けます。ホルダーは通常のものが使えます。100%古紙原料。無漂白です。新橋製紙(株)

月1回(A週)

月1回(B週)

803604

803605

月1回(C週)

月1回(D週)

803606

803607

●2025年10月4回時点の価格・容量・包材で掲載しています。事情により変更や、お届けが休止になる場合があります。

●2025年10月4回時点の価格・容量・包材で掲載しています。事情により変更や、お届けが休止になる場合があります。

13



# 予約したい品目が決まったら、登録しましょう！

予約の登録は簡単3ステップ。eくらぶ・アプリまたは注文書からどうぞ！

## 1 選ぶ 予約したい品目を選んでください



## 2 決める 配達サイクルを決めてください

よやくらぶの配達には4週サイクルになっています。それぞれA週・B週・C週・D週と表記しています。

<b>毎週(ABCD週)</b>	毎週届きます	<b>月1回(A週)</b>
<b>隔週(AC週)</b>	A週とC週に届きます	<b>月1回(B週)</b>
<b>隔週(BD週)</b>	B週とD週に届きます	<b>月1回(C週)</b>
<b>802991</b>	6ケタの数字が注文番号です	<b>月1回(D週)</b>

4週に1度、それぞれ指定の週に届きます

「牛肉切り落とし320g」をAC週、「牛ひき肉500g」をBD週で予約すると交互に届くのね！

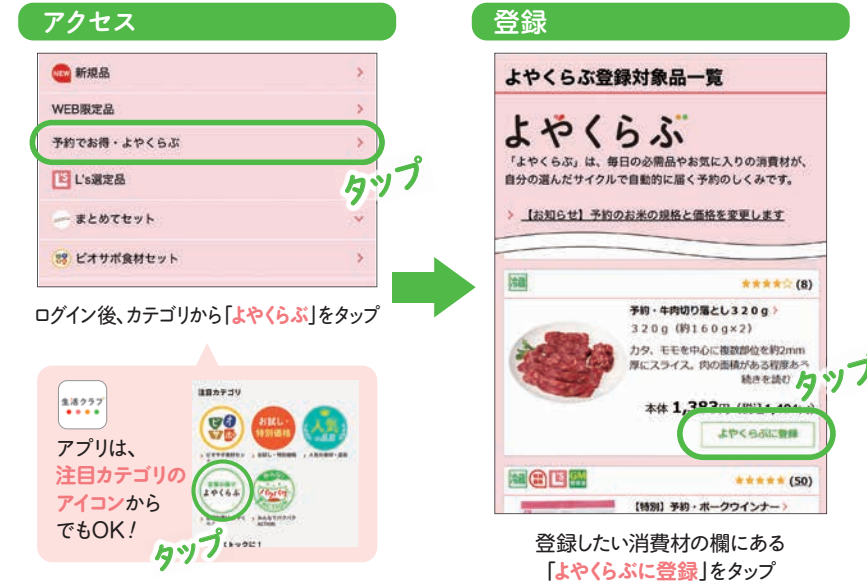


各月のA週～D週のサイクルは、次ページの配達カレンダーを確認してください

## 3 登録する

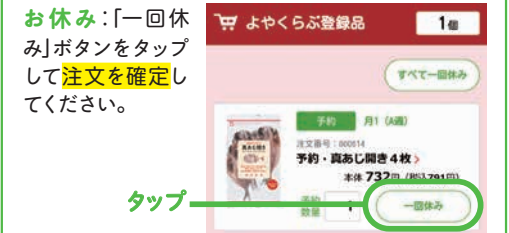
### ▶ eくらぶ・アプリの場合

eくらぶ・アプリのご利用には会員登録が必要です（無料）。予約登録した品目の確認や途中でお休み・解約したい場合もeくらぶ・アプリで手続きが可能です。eくらぶはスマートフォンのほかパソコンやタブレット端末でも利用できます。



### 確認・お休みしたい方は

**確認:** 登録した品目は「お買い物かご」の中に表示されます。  
※予約した消費材がある週のみ表示されます。  
※配達明細表では「予約受付」に印字されます。



### 解約したい方は「マイページ」から

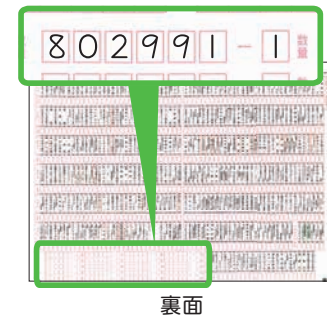
「マイページ」→「よやくらぶ登録の確認・解約」ページで、解約したい消費材の「解約」のボタンを押してください。

※画面イメージは実際と異なる場合があります。

### ▶ 個人注文書の場合

#### 申込み

個人注文書裏面の「6桁番号記入欄」に、予約したい消費材の注文番号と数量を記入してください。



#### 確認・変更・お休み・解約

個人注文書表面の「よやくらぶ確認欄」で、確認と手続きができます。



表面

#### 確認

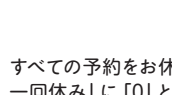
申込みをした翌々週以降に、予約した消費材が印字されます。



※予約した消費材がある週のみ印字されます。  
※配達明細表では「予約受付」に印字されます。

#### 変更とお休み

翌週の数量を増減したい場合は「変更欄」に数量を記入してください。



#### 解約

予約を解約したい場合は「解約欄」に「0」と記入してください。



### カタログ掲載のマーク

#### 食の未来を支える基本の食材 ビジョンフード

生活クラブの牛乳や鶏卵、米、畜肉、農産物には、国内自給力の向上や生態系の維持など、大きなビジョン（展望）があります。そこでこれらをビジョンフードと名付け、安定的な利用をよびかけています。

#### L's みんなで利用したい定番品 L's (エルズ) 選定品

ふだんの生活に取り入れやすく、組合員みんなで利用したい使い勝手の良いベーシックな消費材がラインナップ。「生活クラブを始めたら、まずはこれを使ってほしい」という品目を、各地域の組合員の代表が話しあい選んでいます。

<b>冷蔵</b> 冷蔵でお届け	<b>冷凍</b> 冷凍でお届け	<b>炒める・焼く</b> 炒める、焼くもの	<b>レンジ</b> 電子レンジで加熱するもの
<b>賞味期限</b> 賞味期限または消費期限。製造日から180日以内の期限の食品に表示。この期限は製造日からの日数です。配達日からではありません。	<b>賞味期限</b> 賞味期限または消費期限。製造日から180日以内の期限の食品に表示。この期限は製造日からの日数です。配達日からではありません。	<b>賞味期限</b> 賞味期限または消費期限。製造日から180日以内の期限の食品に表示。この期限は製造日からの日数です。配達日からではありません。	<b>賞味期限</b> 賞味期限または消費期限。製造日から180日以内の期限の食品に表示。この期限は製造日からの日数です。配達日からではありません。
<b>塩分</b> 塩分についてはナトリウム値から換算し掲載しているため、包材の表記と異なる場合があります。	<b>塩分</b> 塩分についてはナトリウム値から換算し掲載しているため、包材の表記と異なる場合があります。	<b>塩分</b> 塩分についてはナトリウム値から換算し掲載しているため、包材の表記と異なる場合があります。	<b>塩分</b> 塩分についてはナトリウム値から換算し掲載しているため、包材の表記と異なる場合があります。
<b>リユースびん容器使用</b> (生活クラブが回収します)	<b>リユースびん容器使用</b> (生活クラブが回収します)	<b>リユースびん容器使用</b> (生活クラブが回収します)	<b>リユースびん容器使用</b> (生活クラブが回収します)
<b>新たに予約登録</b> できるようにになった品目	<b>予約登録を再開</b> した品目	<b>リニューアル</b> 規格や容量などが新しくなった品目	<b>リニューアル</b> 規格や容量などが新しくなった品目

#### アレルギー情報

(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》

●製造する際や原材料の採取方法等による意図しない混入（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。 ●混入量には幅があります。 ●利用前にもう一度包材表示を確認してください。  
●食品衛生法に基づく29アレルギーは、eくらぶ（インターネット注文）の消費材詳細画面で確認できます。eくらぶで確認できない場合はセンター事務局へお問い合わせください。

## よやくらぶ 配達カレンダー

2025年10月～2026年4月

予約した消費材はA～D週の4週サイクルで配達されます。

1月	週	日	月	火	水	木	金	土
1回	C	4	5	6	7	8	9	10
2回	D	11	12	13	14	15	16	17
3回	A	18	19	20	21	22	23	24
4回	B	25	26	27	28	29	30	31

2月	週	日	月	火	水	木	金	土
1回	C	1	2	3	4	5	6	7
2回	D	8	9	10	11	12	13	14
3回	A	15	16	17	18	19	20	21
4回	B	22	23	24	25	26	27	28

3月	週	日	月	火	水	木	金	土
1回	C	1	2	3	4	5	6	7
2回	D	8	9	10	11	12	13	14
3回	A	15	16	17	18	19	20	21
4回	B	22	23	24	25	26	27	28

4月	週	日	月	火	水	木	金	土
1回	C	3/29	30	31	1	2	3	4
2回	D	5	6	7	8	9	10	11
3回	A	12	13	14	15	16	17	18
4回	B	19	20	21	22	23	24	25
5回	C	26	27	28	29	30	31	2



よやくらぶ 予約注文番号一覧

※2025年10月4回時点

鶏卵	純国産鶏種のたまご 鶏卵10個パック	取組単価		ABCD割	AC割	BD割		
		東京・神奈川・埼玉・茨城・栃木・群馬・ ふくしま・庄内		800881	800882	800883		
		千葉		800911	800912	800913		
		福祉クラブ		803801	803802	803803		
		長野		800941	800942	800943		
		山梨		800961	800962	800963		
		静岡		800991	800992	800993		
		愛知		801021	801022	801023		
	岩手・やまがた・青森		801041	801042	801043			
	平飼いたまご6個	取組単価		ABCD割	AC割	BD割		
東京・神奈川・長野・茨城・栃木・群馬・ ふくしま・庄内・福祉クラブ		803161	803162	803163				
埼玉		803981	803982	803983				
千葉		803811	803812	803813				
牛乳	牛乳 900ml	取組単価			班前半 (月・火・水) 配達	ABCD割	800561	
		東京・神奈川・埼玉・千葉・長野・茨城・ 静岡・愛知・群馬			班後半 (木・金・土) 配達	ABCD割	800571	
					山梨・栃木・青森・岩手・ふくしま・やまがた・ 福祉クラブ (ポイント)	班(週1回、 他の消費材と 同時配達)	ABCD割	800591
		個別配達	ABCD割	800661				
	ノンホモ牛乳 900ml	取組単価			班前半 (月・火・水) 配達	ABCD割	802621	
		東京・神奈川・埼玉・千葉・長野・茨城・ 静岡・愛知・群馬			班後半 (木・金・土) 配達	ABCD割	802631	
					山梨・栃木・青森・岩手・ふくしま・やまがた・ 福祉クラブ (ポイント)	班(週1回、 他の消費材と 同時配達)	ABCD割	802641
		個別配達	ABCD割	802661				
	低脂肪牛乳 1000ml	埼玉 個別配	東京・神奈川・埼玉・千葉・長野・茨城・山梨・静岡・群馬・ 愛知・群馬・やまがた・栃木・青森・岩手・ふくしま・ 庄内・福祉クラブ				ABCD割	802681
	牛乳 200ml×2	埼玉 個別配	東京・神奈川・埼玉・千葉・長野・茨城・山梨・静岡・愛知・群馬・ やまがた・栃木・青森・岩手・ふくしま・庄内・福祉クラブ				ABCD割	801091
	乳製品	📺 生乳100%ヨーグルト		ABCD割	AC割	BD割		
				803171	803172	803173		
プレーンヨーグルト		ABCD割	AC割	BD割				
		800691	800692	800693				
脂肪と酸味をおさえたプレーンヨーグルト		ABCD割	AC割	BD割				
		803431	803432	803433				
📺 飲むヨーグルト		ABCD割	AC割	BD割				
		800701	800702	800703				
とろーり加糖ヨーグルト		AC割						
		803182						
牛乳たっぷり加糖ヨーグルト		AC割						
		800832						
味わいさっぱり加糖ヨーグルト		BD割						
		800863						
青果	バラゴンバナナ500g		ABCD割	AC割	BD割			
			803791	803792	803793			
	予約・あっぱれはればれ野菜おまかせ4点セット		ABCD割	AC割	BD割			
		803581	803582	803583				
予約・あっぱれはればれ野菜6点セット		ABCD割	AC割	BD割				
		804331						
豚肉	豚肉コース・肩コーススライス310g		ABCD割	AC割	BD割			
			800731	800732	800733			
	豚肉モモスライス310g		ABCD割	AC割	BD割			
			800751	800752	800753			
	豚肉バランスセット・4パック		ABCD割	AC割	BD割			
			800671	800672	800673			
	豚肉ひき肉480g		ABCD割	AC割	BD割			
		800621	800622	800623				
豚肉切り落とし300g		ABCD割	AC割	BD割				
		800711	800712	800713				
冷凍豚肉切り落とし500g		AC割	A割	C割				
		803442	803444	803446				
ソーセージ・ハム	📺 これ好き！ スライスソーセージ		ABCD割	AC割	BD割			
			804281	804282	804283			
	📺 ポークウィンナー		ABCD割	AC割	BD割			
			801081	801082	801083			
	📺 ポークウィンナーボリュームパック		BD割	B割	D割			
			803463	803465	803467			
	皮なしミニコロウィンナー		AC割	A割	C割			
			803472	803474	803476			
	ジューシーバリ旨ポークウィンナー		A割	C割				
			800584	800586				
📺 スライスロースハム1パック		ABCD割	AC割	BD割				
		801121	801122	801123				
📺 長熟だし仕込みスライスベーコン		ABCD割	AC割	BD割				
		804081	804082	804083				
📺 長熟だし仕込みごろごろベーコン		AC割	A割	C割				
		803482	803484	803486				

鶏肉	鶏肉モモ500g	ABCD割	AC割	BD割	
	800801	800802	800803		
	鶏肉モモひと口カット300g	BD割	B割	D割	
	800843	800845	800847		
	鶏肉ムネ400g	ABCD割	AC割	BD割	
	800811	800812	800813		
	鶏肉ササミ300g	ABCD割	AC割	BD割	
	804091	804092	804093		
	鶏肉手羽元500g	ABCD割	AC割	BD割	
	804101	804102	804103		
牛肉	鶏肉手羽先500g	ABCD割	AC割	BD割	
	804111	804112	804113		
	鶏肉ミンチ・バラ凍結350g	BD割	B割	D割	
	803453	803455	803457		
	牛肉切り落とし320g	ABCD割	AC割	BD割	B割
	802991	802992	802993	802995	
	牛肉小間切れ320g	ABCD割	AC割	BD割	
	800601	800602	800603		
	牛ひき肉250g	ABCD割	AC割	BD割	
	802791	802792	802793		
魚介製品	牛ひき肉500g	ABCD割	AC割	BD割	
	800551	800552	800553		
	肉厚わかめ300g	A割	C割		
	800644	800646			
	真あじ開き4枚	A割	C割		
	800614	800616			
	おとうふ揚げ	B割	D割		
	800745	800747			
	グチ入ちくわ	B割	D割		
	800685	800687			
惣菜・種類	おさかなソーセージ	B割	D割		
	800725	800727			
	おさかなソーセージミニ	A割	C割		
	803494	803496			
	焼きほぐし鮭	A割	C割		
	803524	803526			
	小粒カップ納豆	ABCD割	AC割	BD割	
	801011	801012	801013		
	小粒納豆	ABCD割	AC割	BD割	
	800981	800982	800983		
調味料・調理素材	チキンナゲット200g	B割	D割		
	803515	803517			
	チキンナゲット400g	A割	C割		
	803504	803506			
	餃子	B割	D割		
	800765	800767			
	スパゲティ1.6mm450g	B割	D割		
	803425	803427			
	国産小麦のむし焼そば麺	A割	C割		
	803534	803536			
飲料	トマトケチャップ	B割	D割		
	804275	804277			
	丸大豆醤油900ml	B割	D割		
	800935	800937			
	国産十割こうじみそ・カップ	B割	D割		
	801005	801007			
	信州田舎みそこうじ1kg	A割	C割		
	801054	801056			
	みりん風醸造調味料	A割	C割		
	801074	801076			
防災用品	万能つゆ500ml	A割	C割		
	800974	800976			
	素精糖	A割	C割		
	800904	800906			
	国産ブレンドなたね油角缶	B割	D割		
	801285	801287			
	国産ブレンドなたね油丸缶	A割	C割		
	801294	801296			
	マヨネーズ310gびん	A割	C割		
	800874	800876			
せっけん・雑貨	マヨネーズ200gチューブ	B割	D割		
	802785	802787			
	かつお細けずり50g	A割	C割		
	801144	801146			
	パックだし	B割	D割		
	801105	801107			
	焼のり	A割	C割		
	801154	801156			
	ひじき(40g)	B割	D割		
	803395	803397			
	ホットケーキミックス	B割	D割		
	800955	800957			
	コーヒー粉 森のコーヒー	A割	C割		
	801164	801166			
	防災用飲料水2L	B割	D割		
	802945	802947			
	信州たのめの里・森が育てた天然水500ml	A割	C割		
	802954	802956			
	洗濯用粒状せっけん	A割	C割		
	801204	801206			
	洗濯用無添加せっけん(針状)	B割	D割		
	801215	801217			
	固型せっけん	B割	D割		
	801245	801247			
	詰替用洗濯用液体せっけん	B割	D割		
	801225	801227			
	キッチン用液体せっけん(詰替用)	B割	D割		
	801235	801237			
	ハミガキ	A割	C割		
	801254	801256			
	ティッシュペーパースリム	A割	B割	C割	D割
	803614	803615	803616	803617	
	無漂白ロールペーパーシングルソフト	A割	B割	C割	D割
	803604	803605	803606	803607	