

from
熊本県
酪農業
協同組合阿蘇
やまなみ牛乳

毎日、おいしくて安全な牛乳を
組合員の皆さまに届けたいと思い、
酪農業に励んでいます。これからも
「もう1杯の牛乳」を飲んでください！



生産者の古庄さん



2025年11月/
職員が産地研修に行きました



熊本県酪農業協同組合連合会

自動注文
システム

自動注文

一度登録すると、自動的にお届け

注文忘れ防止

注文の時短に

注文が集中した時も
優先的にお届け※天災・災害・商品事故などの場合、
お届けできないこともあります。生産者の想いも
一緒に届けます組合員
さんいつも届く安心感！
毎週のお買い物も
ラクになります。

食べる

産地・
メーカー注文数量が安定する
ことで安心して生産でき、
産地やメーカーの応援
にもつながります。

届ける

生協

毎週の配達で、
組合員さんと作り手を
つなげます。

作る

from
北坂
養鶏場さくら卵
いろいろパック

組合員のみなさんと一緒になって、
遺伝子組換え分別管理飼料で
育てているさくら卵をこれからも
届けていきます。ぜひ淡路島へも
お越しください！



生産者の北坂さん

2025年5月/
組合員さんが産地訪問しましたfrom
フジミツ

開発商品 ぱくぱくちくわ

豊かな自然と海に囲まれた山口県の
工場で誕生しました。お手頃価格で
使い勝手の良いこのちくわは、
“家計の味方になりたい”と
いう想いが込められています。
その想いを受け継ぎ、
妥協のない品質でちくわを
提供し続けていきます。

フジミツ
芝田さんfrom
畑中物産

宮崎ほうれん草

組合員の皆さまの「おい！また食べたいな！」
という顔を思い浮かべながら、安心安全で
安定的な農作物の出荷に取り組んでいます。
たくさんの方との繋がりによって、
皆さまの食卓に届けられている
「宮崎ほうれん草」を
よろしくお願いします。



生産者の松永さんたち



登録できる商品は食料品から日用品まで 商品一覧は3～6ページをご覧ください

自動注文
システム

ポイントキャンペーン

2026年2月1回～3月4回 期間限定

この間に届いた自動注文の商品数に応じてポイントをプレゼントします。

！登録されていて「一回休み」などでお届けのない場合は、その商品を含みません。

1月4回から2月4回まで連続利用キャンペーン実施中！！3月1回のポイントが5倍！
自動注文を毎週登録すれば、キャンペーン達成の近道かも♪

枚方第一支所 川崎



その週に届いた自動注文の商品が/

1・2・3点で→5ポイント

4点以上→10ポイント

プレゼント！

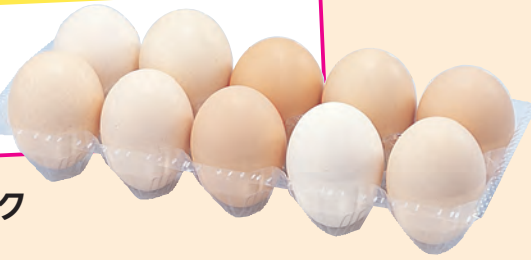
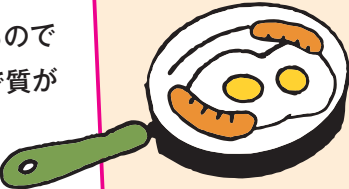
じゃあ、ついでに
いつも飲む牛乳も
2本に追加
しようかな♪



声

朝ごはんの時に目玉焼きや卵焼き、スクランブルエッグなど、卵料理をいつも作るので登録しています。普通の卵より黄身がキレイで質が良いのでとても気に入っています！

毎週つかうので、買い忘れがなくなる卵は一番オススメ。

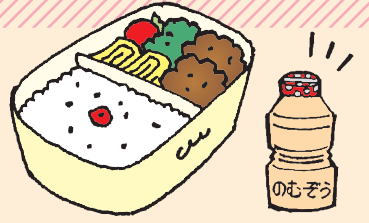


● さくら卵いろいろパック
10個MS～LL(610g)

声

子どものお弁当やおやつと一緒に！

とても便利なので毎週届くようにしています。かれこれ1年以上続けています！



のむぞう乳酸菌飲料 65ml×10

自動注文システム



声

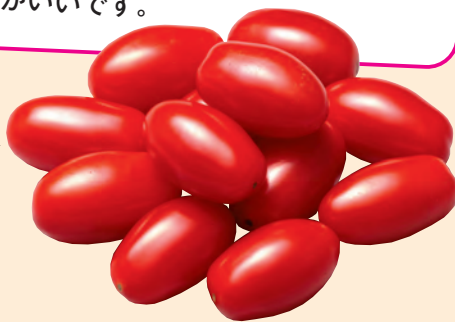
身体にいいし、お手頃な価格がありがたい。お味噌汁や、サラダなどによく入れるので自動注文できて助かっています。



ブロッコリースルフォファン
スプラウト 30g

声

子どもが好きで
お菓子感覚で食べられる
のがいいです。



アンジェレトマト

声

組合員さんのリアルな声
聞いてみました！



南津守支所 平井

子どもが好きで毎週頼んでいます。健康を気にしたヨーグルトかと思ったら味が普通においしい。



からだに素敵なヨーグルト
鉄分&ビタミンD 70g×6

重たいものやかさばるものも玄関までお届け！

声

自分で買いに行くとかさばって他のものが買えないので本当に助かっています！



熊野古道水
2L×6

co-op 1.5倍巻き
パルプロール
シングル
90m×8ロール



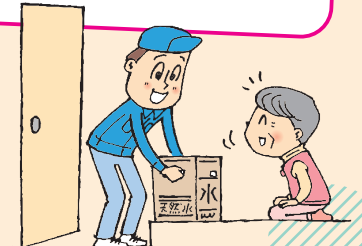
co-op ティッシュ 200組×5箱



co-op キッチンタオル
120カット×4ロール

声

こういうかさばるものはめちゃくちゃ助かる！
重たいお茶とかも
ありがとうね！



黄身がぶっくり！
冷蔵流通で新鮮なままお届け



毎週	2232
隔週 AC	2585
隔週 BD	2844

冷蔵 兵庫県・香川県・京都府

●自動注文
さくら卵いろいろパック
10個MS～LL(610g)
賞味期間:採卵日を含め15日

本体 **288**円
(税込 311円)

ビタミンEが普通卵に比べ35倍
(35mg/100gあたり) ※ビタミンEの数値は当社調べ



毎週	2216
隔週 AC	3832
隔週 BD	4146

冷蔵 デイリーエッグ(兵庫県赤穂市)

●自動注文 恋赤たまご
10個MS～LL(610g)
賞味期間:採卵日を含め15日

本体 **344**円
(税込 372円)

一番利用の多い牛乳です

コクがあるのに、
クセがなくて飲みやすい



毎週	2127
隔週 AC	2569
隔週 BD	2755

冷蔵 倉島乳業

●自動注文
北海道3.7生協牛乳
1000ml 賞味期間:お届け日を含め11日

本体 **254**円
(税込 274円)

「自動注文」登録商品

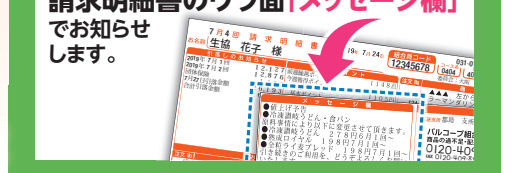
保存版

一度登録すると自動的に届きます

(2026年2月2回現在)

期間中に値上げする場合があります

商品の値上げなどのお知らせは
請求明細書のウラ面「メッセージ欄」
でお知らせします。



毎週	2259
隔週 AC	4138
隔週 BD	3115

冷蔵 マルイ農協(鹿児島県出水市)

●自動注文
赤たまごいろいろパック
10個MS～LL(610g)
賞味期間:採卵日を含め15日

本体 **278**円
(税込 300円)

毎週	2241
隔週 AC	3158
隔週 BD	4120

冷蔵 マルイ農協(鹿児島県出水市)

●自動注文
白たまごいろいろパック
10個MS～LL(610g)
賞味期間:採卵日を含め15日

本体 **268**円
(税込 289円)

【予告】3月3回までで終了します

毎週	2160
----	------

冷蔵 通伝子組協(分別管理) (ストロー付)

冷蔵 おかやま酪農農業協同組合

●自動注文 生協牛乳
200ml×6
賞味期間:お届け日を含め13日

本体 **400**円
(税込 432円)

毎週	2119
隔週 AC	3841
隔週 BD	2747

冷蔵 通伝子組協(分別管理) (ストロー付)

冷蔵 おかやま酪農農業協同組合

●自動注文
生協牛乳 1000ml
賞味期間:お届け日を含め13日

本体 **303**円
(税込 327円)

毎週	3531
----	------

冷蔵 熊本県酪農農業協同組合

●自動注文
阿蘇やまなみ牛乳 500ml
賞味期間:お届け日を含め12日

本体 **163**円
(税込 176円)

毎週	2143
隔週 AC	2739
隔週 BD	4162

冷蔵 熊本県酪農農業協同組合

●自動注文
阿蘇やまなみ牛乳 1000ml
賞味期間:お届け日を含め12日

本体 **279**円
(税込 301円)

毎週	2267
隔週 AC	2577
隔週 BD	2828

冷蔵 デイリーエッグ(兵庫県赤穂市)

●自動注文
赤穂のたまご
10個MS～LL(610g)
賞味期間:採卵日を含め15日

本体 **278**円
(税込 300円)

毎週	4235
隔週 AC	4243
隔週 BD	4251

冷蔵 デイリーエッグ(兵庫県赤穂市)

●自動注文
白穂のたまご
10個MS～LL(610g)
賞味期間:採卵日を含め15日

本体 **268**円
(税込 289円)

毎週	2151
隔週 AC	4545
隔週 BD	3816

冷蔵 淡路島牛乳

●自動注文
成分無調整
淡路島牛乳 1000ml
賞味期間:お届け日を含め11日

本体 **280**円
(税込 302円)

毎週	2178
----	------

冷蔵 熊本県酪農農業協同組合

●自動注文
阿蘇やまなみ
低温殺菌牛乳 1000ml
消費期限:お届け日を含め5日

本体 **343**円
(税込 370円)

毎週	2186
----	------

冷蔵 大山乳業農業協同組合

●自動注文
大山1.5
低脂肪牛乳 1000ml
賞味期間:お届け日を含め11日

本体 **284**円
(税込 307円)

毎週	2135
----	------

冷蔵 熊本県酪農農業協同組合

●自動注文
らくのう生乳搾り
1000ml
賞味期間:お届け日を含め10日

本体 **238**円
(税込 257円)

毎週	2275
----	------

冷蔵 三和鶏園(京都府亀岡市)

●自動注文
丹波の赤たまご
6個MS～LL(360g)
賞味期間:採卵日を含め15日

本体 **234**円
(税込 253円)

毎週	2283
隔週 AC	2704
隔週 BD	2721

冷蔵 マルイ農協(鹿児島県出水市)

●自動注文
白たまご
いろいろパック
6個MS～LL(330g)
賞味期間:採卵日を含め15日

本体 **178**円
(税込 192円)

毎週	2151
隔週 AC	4545
隔週 BD	3816

冷蔵 熊本県酪農農業協同組合

●自動注文
成分無調整
淡路島牛乳 1000ml
賞味期間:お届け日を含め11日

本体 **280**円
(税込 302円)

毎週	2178
----	------

冷蔵 熊本県酪農農業協同組合

●自動注文
阿蘇やまなみ
低温殺菌牛乳 1000ml
消費期限:お届け日を含め5日

本体 **343**円
(税込 370円)

毎週	2186
----	------

冷蔵 大山乳業農業協同組合

●自動注文
大山1.5
低脂肪牛乳 1000ml
賞味期間:お届け日を含め11日

本体 **284**円
(税込 307円)

毎週	2402
----	------

冷蔵 大山乳業

●自動注文
のむヨーグルト
900g
賞味期間:お届け日を含め9日

本体 **318**円
(税込 343円)

毎週	4693
隔週 AC	4707
隔週 BD	4715

岡山県備前産
温暖な気候環境の中、
平飼いで育てた鶏が産んだ卵です。
自由に動き回り、
のびのび元気に育ちます。

冷蔵 デイリーエッグ(兵庫県赤穂市)

●自動注文
備前岡山産の平飼いの卵
6個MS～LL(312g)
賞味期間:採卵日を含め15日

本体 **284**円
(税込 307円)

毎週	4723
隔週 AC	4731
隔週 BD	4740

冷蔵 大豆:九州産(大豆固形分:9%) (口栓付)

ふくれん

●自動注文
成分無調整豆乳
(九州産大豆)
1L×6
賞味期間:4ヵ月

本体 **1,680**円
(税込 1,814円)

毎週	4723
隔週 AC	4731
隔週 BD	4740

冷蔵 大豆:九州産(大豆固形分:9%) (口栓付)

ふくれん

●自動注文
成分無調整豆乳
(九州産大豆)
1L×6
賞味期間:4ヵ月

本体 **1,680**円
(税込 1,814円)

大人も子どもも飲みやすい
スッキリした味わい



毎週	2313
隔週 AC	3018
隔週 BD	3140

冷蔵 ルナ物産

●自動注文
のむぞう
乳酸菌飲料 65ml×10
賞味期間:お届け日を含め12日

本体 **208**円
(税込 225円)

毎週	2674
----	------

【予告】3月2回より
パッケージデザインを
変更します

冷蔵 森永乳業

●自動注文
リプトン
レモンティー
900ml
賞味期間:お届け日を含め11日

本体 **123**円
(税込 133円)

毎週	2356
隔週 AC	3026
隔週 BD	3051

冷蔵 コーヒー豆:コロンビア・ブラジル産

冷蔵 東京めいらく

●自動注文
アイスコーヒー
無糖 1000ml
賞味期間:40日

本体 **190**円
(税込 205円)

毎週	2364
隔週 AC	3034
隔週 BD	3069

冷蔵 ぶどう糖果糖液糖:国内製造

冷蔵 東京めいらく

●自動注文
アイスコーヒー
甘さひかえめ(加糖)
1000ml
賞味期間:40日

本体 **190**円
(税込 205円)

毎週	2925
----	------

冷蔵 生乳:鳥取県産(ストロー付)

冷蔵 大山乳業農業協同組合

●自動注文
白バラコーヒー
200ml×5
賞味期間:お届け日を含め8日

本体 **415**円
(税込 448円)

【お知らせ】2月4回、3月1回のみ増量で
お届けします

毎週	3409
----	------

冷蔵 大豆飲料:国内製造

冷蔵 味の素

●自動注文
植物性乳酸菌ラブレ
1日分の鉄分
(80ml×3)×2
賞味期間:29日

本体 **348**円
(税込 376円)

毎週	4260
隔週 AC	4278
隔週 BD	4286

冷蔵 生きて腸まで届く
しかせイ菌

冷蔵 日清ヨーグルト


●自動注文
乳酸ドリンク低糖
65ml×10
賞味期間:お届け日を含め14日

本体 **246**円
(税込 266円)

お届けは

商品によりお届けサイクルが異なります。

毎週	A週・B週・C週・D週は カタログでご確認いただけます。
隔週 AC	
隔週 BD	
4週に1回	



企画回	2月 1回	2月 2回	2月 3回	2月 4回
週	A	B	C	D
毎週	●	●	●	●
隔週 AC	●		●	
隔週 BD		●		●
4週に1回				●

※取り消さない限り、原則このサイクルでずっと届きます。

登録方法

注文書右上の4ケタ・6ケタ記入欄に
希望のお届けサイクルの
注文番号と数量を記入するだけ！

(例) 4ケタ・6ケタ
記入欄

右の欄で
書いてね。



eフレックス

トップのメニュー画面から



各カテゴリーから
登録・取り消しへ

3

1日分の鉄分&
ビタミンDが摂れる♪

毎週 3689

隔週 AC 3697

隔週 BD 3701

自動注文
からだに素敵なヨーグルト
鉄分&ビタミンD
70g×6

本体 320円
賞味期間:お届け日含め9日 乳 (税込 346円)

毎朝快調ヨーグルトの
低糖質タイプ

毎週 4367

隔週 BD 4375

自動注文
毎朝快調ヨーグルト
低糖質 80g×8

本体 368円
賞味期間:お届け日含め16日 乳 (税込 397円)

3種のお届けサイクルは
右記の順で予定しています。

季節のフルーツ味は季節ごとに味を変えて
お届けします。
4月〜は【広島県産レモン】の予定。
その後も季節ごとに味を変更する予定です。

毎週 3336

隔週 AC 3344

隔週 BD 3352

自動注文
チチヤスヨーグルト3種コース
8個

本体 378円
賞味期間:お届け日含め16日 乳 (税込 408円)

毎週 2038

隔週 AC 4391

隔週 BD 4421

自動注文 毎日食べたい食パン
1斤

本体 138円
消費期限:お届け日含め4日 小麦・乳 (税込 149円)

毎週 2046

隔週 AC 4405

隔週 BD 4430

自動注文 毎日食べたい食パン
6枚

本体 138円
消費期限:お届け日含め4日 小麦・乳 (税込 149円)

毎週 2038

隔週 AC 4391

隔週 BD 4421

自動注文 毎日食べたい食パン
1斤

本体 138円
消費期限:お届け日含め4日 小麦・乳 (税込 149円)

毎週 2038

隔週 AC 4391

隔週 BD 4421

自動注文 毎日食べたい食パン
1斤

本体 138円
消費期限:お届け日含め4日 小麦・乳 (税込 149円)

毎週 2038

隔週 AC 4391

隔週 BD 4421

自動注文 毎日食べたい食パン
1斤

本体 138円
消費期限:お届け日含め4日 小麦・乳 (税込 149円)

毎週 3344

隔週 BD 4103

自動注文
毎朝快調ヨーグルト
8個

本体 368円
賞味期間:お届け日含め16日 乳 (税込 397円)

毎週 4928

隔週 AC 4936

自動注文
チチヤスヨーグルト
80g×8

本体 378円
賞味期間:お届け日含め16日 乳 (税込 408円)

毎週 2348

隔週 AC 2356

自動注文
大山ヨーグルト
70g×6

本体 275円
賞味期間:お届け日含め10日 乳 (税込 297円)

毎週 3352

隔週 AC 3360

自動注文
バナリヨーグルト
100g×6

本体 448円
賞味期間:お届け日含め16日 乳 (税込 484円)

毎週 2089

隔週 AC 2097

自動注文
熟成ロイヤル 1斤

本体 238円
消費期限:お届け日含め3日 小麦・乳 (税込 257円)

毎週 3794

隔週 AC 3808

自動注文
全粒ライ麦
ブレッド山型

本体 248円
消費期限:お届け日含め3日 小麦・乳 (税込 268円)

毎週 3395

隔週 BD 3403

自動注文
ダノンバイオ
カロリー50%オフ・
脂肪0
75g×8

本体 415円
賞味期間:43日 乳 (税込 448円)

毎週 4171

隔週 AC 4189

隔週 BD 4197

自動注文
恵 ビフィズス菌SP株
ヨーグルト (70g×3)×2

本体 408円
賞味期間:お届け日含め11日 乳 (税込 441円)

毎週 4201

隔週 AC 4219

隔週 BD 4227

自動注文
明治プロビオヨーグルトLG21
112g×6

本体 910円
賞味期間:お届け日含め10日 乳 (税込 983円)

毎週 3387

隔週 AC 3395

隔週 BD 3403

自動注文
明治R-1
ヨーグルト
112g

本体 155円
賞味期間:お届け日含め8日 乳 (税込 167円)

毎週 3751

隔週 AC 3759

隔週 BD 3767

自動注文
バーナード
プレミアム
食パン 1.5斤 1個

本体 230円
消費期限:お届け日含め4日 小麦・乳 (税込 248円)

毎週 2101

隔週 AC 2109

隔週 BD 2117

自動注文
バターロール 6個

本体 150円
消費期限:お届け日含め4日 小麦・卵・乳 (税込 162円)

淡路島産生乳30%使用

毎週 3379

隔週 AC 4111

隔週 BD 4863

自動注文
毎日食べたい
プレーンヨーグルト 400g

本体 178円
賞味期間:お届け日含め12日 乳 (税込 192円)

毎週 2330

隔週 AC 4081

隔週 BD 4090

自動注文
ほんのり甘い
生協ヨーグルト
400g

本体 215円
賞味期間:お届け日含め13日 乳 (税込 232円)

毎週 2321

隔週 BD 4031

自動注文
鳥取大山
プレーンヨーグルト
400g

本体 235円
賞味期間:お届け日含め9日 乳 (税込 254円)

毎週 3859

隔週 AC 4049

隔週 BD 4057

自動注文
鳥取大山プレーンヨーグルト
脂肪0(ゼロ) 400g

本体 205円
賞味期間:お届け日含め9日 乳 (税込 221円)

毎週 3361

隔週 AC 4065

隔週 BD 4073

自動注文
小岩井 生乳100%
ヨーグルト 400g

本体 278円
賞味期間:お届け日含め15日 乳 (税込 300円)

毎週 4472

隔週 AC 4480

隔週 BD 4488

自動注文
Newヤクルト5本パック
65ml×5

本体 240円
賞味期間:お届け日含め10日前後でお届け 乳 (税込 259円)

毎週 4464

隔週 AC 4472

隔週 BD 4480

自動注文
Newヤクルト10本パック
65ml×10

本体 478円
賞味期間:お届け日含め10日前後でお届け 乳 (税込 516円)

毎週 4499

隔週 AC 4507

隔週 BD 4515

自動注文
Newヤクルト糖質・カロリー50%オフ
5本パック 65ml×5

本体 240円
賞味期間:お届け日含め10日前後でお届け 乳 (税込 259円)

毎週 4481

隔週 AC 4489

隔週 BD 4497

自動注文
Newヤクルト糖質・カロリー50%オフ
10本パック 65ml×10

本体 478円
賞味期間:お届け日含め10日前後でお届け 乳 (税込 516円)

毎週 4944

隔週 AC 4952

隔週 BD 4960

自動注文 Y1000
110ml

本体 150円
賞味期間:お届け日含め14日前後でお届け 乳 (税込 162円)

毎週 4952

隔週 AC 4960

隔週 BD 4968

自動注文 Y1000
110ml×6

本体 900円
賞味期間:お届け日含め14日前後でお届け 乳 (税込 972円)

毎週 2933

隔週 AC 2941

隔週 BD 2949

自動注文
R-1ドリンクタイプ
112g

本体 155円
賞味期間:お届け日含め10日 乳 (税込 167円)

毎週 3735

隔週 AC 3743

隔週 BD 3751

自動注文
R-1ドリンクタイプ
112g×12

本体 1,850円
賞味期間:お届け日含め10日 乳 (税込 1,998円)

毎週 3000

隔週 AC 3008

隔週 BD 3016

自動注文
R-1ドリンクタイプ
112g

本体 155円
賞味期間:お届け日含め10日 乳 (税込 167円)

毎週 3743

隔週 AC 3751

隔週 BD 3759

自動注文
R-1ドリンクタイプ
112g×12

本体 1,850円
賞味期間:お届け日含め10日 乳 (税込 1,998円)

毎週 3948

隔週 AC 3956

隔週 BD 3964

自動注文
恵ガセリ菌SP株
ヨーグルトドリンク
タイプ 100g

本体 142円
賞味期間:お届け日含め11日 乳 (税込 153円)

毎週 2488

隔週 AC 2496

隔週 BD 2504

自動注文
トリプルヨーグルト
ドリンクタイプ
100g×12

本体 1,760円
賞味期間:お届け日含め13日 乳 (税込 1,901円)

登録商品は注文書で確認できます

お届け日はこちら

この日に届く登録商品と数量が表示されます。

※そのため隔週・4週に1回は表示されない週があります。

※注文書に表示がない週での変更は担当または、お電話にてお申しつけください。

注文書

自動注文

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86 87 88 89 90 91 92 93 94 95 96 97 98 99 100

変更やお休みもカンタンです

数量を変更したい時

変更する数量を記入してください。

※その回の降も変更した数量で届きます
(元に戻したい時は、元の数量を次回記入ください)

※隔週ACから隔週BDに変更される場合は、
登録(隔週AC)を取り消してから、
新たに隔週BDの登録をお願いします。

あとで記入した数で届きます

「1」→「2」にしたいときは
「2」と記入してください

あまってきたから1回お休みしたい時

休みたい商品に「0」と記入してください。

※その回のみのお休みです。
翌週からは再びお届けします

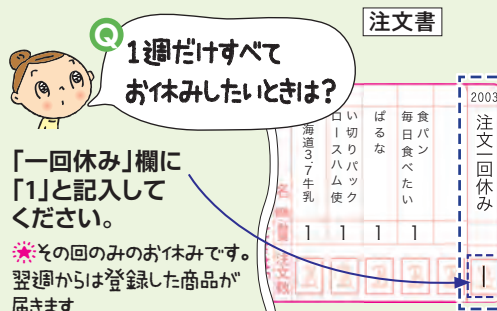
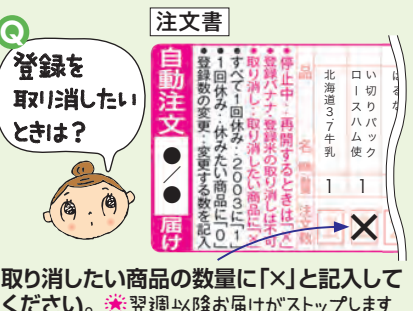
スマホ

数量変更は
コチラ

1回休みは
ココを押す

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86 87 88 89 90 91 92 93 94 95 96 97 98 99 100

<p>保存料不使用 しっとり食感の生食ちくわ</p>  <p>毎週 3280 隔週 AC 3476 隔週 BD 3484</p> <p>自動注文 ぱくぱくちくわ 4本 賞味期間:お届け日を含め6日 本体 108円 (税込 117円)</p>	<p>国産大豆 100% 使用</p> <p>使い勝手の良い ミニサイズ</p>  <p>毎週 2666 隔週 AC 4022 隔週 BD 4871</p> <p>自動注文 生しぼり絹豆腐ミニ 150g×3 賞味期間:お届け日を含め12日 (税込 130円)</p>	<p>毎週 2291 隔週 AC 4880 隔週 BD 4014</p> <p>自動注文 生しぼり絹豆腐 300g 賞味期間:お届け日を含め12日 (税込 85円)</p>	<p>毎週 3719 隔週 AC 3999 隔週 BD 4006</p> <p>自動注文 生協の絹とうふ 150g×3 賞味期間:お届け日を含め12日 (税込 106円)</p>	<p>毎週 2305 隔週 AC 2461 隔週 BD 3093</p> <p>自動注文 北海道小粒納豆 (たれ・からし付) 40g×3 賞味期間:お届け日を含め9日 本体 108円 (税込 117円)</p>	<p>北海道産大豆100%使用の ひきわり納豆</p>  <p>毎週 3328 隔週 AC 3514 隔週 BD 3522</p> <p>自動注文 たれが旨い!! ひきわり納豆 (たれ・からし付) 40g×3 賞味期間:お届け日を含め7日 本体 118円 (税込 127円)</p>
<p>毎週 2445</p> <p>自動注文 ちくわ 104g(4本) 賞味期間:お届け日を含め7日 (税込 151円)</p>	<p>毎週 3921</p> <p>自動注文 生協の ちいさなかため絹ごし 150g×2 賞味期間:お届け日を含め12日 (税込 107円)</p>	<p>毎週 3298</p> <p>自動注文 国産大豆のべんりな木綿豆腐 150g×2 賞味期間:お届け日を含め9日 (税込 138円)</p>	<p>隔週 BD 3727</p> <p>自動注文 絹厚あげ 180g(2個) 賞味期間:お届け日を含め10日 (税込 138円)</p>	<p>毎週 2429 隔週 AC 2470 隔週 BD 3085</p> <p>自動注文 信州ぼつてりあげ 2枚 消費期限:お届け日を含め4日 (税込 184円)</p>	<p>隔週 BD 3891</p> <p>自動注文 冷凍きざみ うす揚げ 150g 本体 228円 (税込 246円)</p>
<p>毎週 3867 隔週 AC 3875 隔週 BD 3883</p> <p>自動注文 サラダフレーク 72g 賞味期間:お届け日を含め9日 本体 129円 (税込 139円)</p>	<p>隔週 BD 3824</p> <p>自動注文 宮崎ほうれん草 200g 本体 228円 (税込 246円)</p>	<p>毎週 2691 隔週 AC 2712 隔週 BD 3166</p> <p>自動注文 冷凍讃岐うどん 1kg(5食) 本体 368円 (税込 397円)</p>	<p>隔週 AC 4758 隔週 BD 4766 4週に1回 4774</p> <p>自動注文 焼おにぎり 480g(10個) 本体 468円 (税込 505円)</p>	<p>毎週 2399 隔週 AC 2496 隔週 BD 3107</p> <p>自動注文 仙花 6種 本体 480円 (税込 528円)</p>	<p>大菊・カーネーション・ 下草小菊と添え花で あしらっています</p>  <p>※基本的には つぼみの状態で お届けします。</p>
<p>毎週 2224</p> <p>自動注文 フリルレタス 1袋(1〜2株) 時価 158円 (税込 171円)</p>	<p>毎週 2631 隔週 AC 4901 隔週 BD 4316</p> <p>自動注文 小松菜 180g 時価 148円 (税込 160円)</p>	<p>毎週 4308 隔週 BD 4537</p> <p>自動注文 曲がりきゅうり徳用 4本 時価 328円 (税込 354円)</p>	<p>毎週 2071 隔週 AC 4553 隔週 BD 4561</p> <p>自動注文 理由ありミニトマト (大・小サイズ混) 時価 198円 (税込 214円)</p>	<p>毎週 4634 隔週 AC 4642 隔週 BD 4651</p> <p>自動注文 アンジェルトマト 時価 198円 (税込 214円)</p>	<p>毎週 2658</p> <p>自動注文 グレイシオアバカド 1玉 時価 198円 (税込 214円)</p>
<p>「時価」で案内しているものは、 予告やお知らせなしに 産地や価格が変動して お届けする場合があります。</p> <p>毎週 4502 隔週 AC 4511 隔週 BD 4529</p>	<p>毎週 3620 隔週 AC 4324 隔週 BD 4898</p> <p>自動注文 ブロッコリー 1株 時価 198円 (税込 214円)</p>	<p>毎週 2640 隔週 AC 3956 隔週 BD 3964</p> <p>自動注文 緑豆もやし 200g(1袋) 時価 45円 (税込 49円)</p>	<p>毎週 2381 隔週 AC 3972 隔週 BD 3981</p> <p>自動注文 緑豆もやし 300g(2袋入) 時価 57円 (税込 62円)</p>	<p>毎週 3638</p> <p>自動注文 千切りキャベツ 120g 時価 108円 (税込 117円)</p>	<p>毎週 2194</p> <p>自動注文 ミックスサラダ 100g 時価 108円 (税込 117円)</p>
<p>毎週 2917</p> <p>自動注文 スルフォラファン スプラウト 30g 消費期限:お届け日を含め5日 (税込 108円)</p>	<p>毎週 2623</p> <p>自動注文 小原さんの ベビーリーフ 25g 時価 148円 (税込 160円)</p>	<p>隔週 AC 4669 隔週 BD 4677 4週に1回 4685</p> <p>自動注文 小原さんの ベビーリーフ (大容量) 60g 時価 308円 (税込 333円)</p>	<p>毎週 2615</p> <p>自動注文 えのき茸 200g 時価 128円 (税込 138円)</p>	<p>毎週 3646</p> <p>自動注文 ほぐしめじ 80g 時価 118円 (税込 127円)</p>	

<p>1週だけすべて お休みしたいときは?</p> <p>「一回休み」欄に 「1」と記入して ください。</p> <p>※その回のみのお休みです。 翌週からは登録した商品が 届きます</p>	<p>注文書</p> 	<p>スマホ インターネットでも変更できます</p> <p>「注文受付」画面より 「注文履歴」を押す</p> <p>下にスクロールして 「全商品1回休み」を押す</p>	<p>登録を 取り消したい ときは?</p> <p>取り消したい商品の数量に「×」と記入して ください。※翌週以降お届けがストップします</p>	<p>注文書</p> 	<p>スマホ</p> <p>「登録取消」を押す</p>	<p>お休み帰省・ 長期不在などで 一時休止したい ときは?</p> <p>担当者または コールセンター までお申し付け ください。</p>
---	---	--	--	---	-----------------------------	--

**パリッとジューシー！
無塩せきのウインナー**

毎週 2011
隔週 AC 2607
隔週 BD 3131

1パックあたり標準6本入
豚肉：アメリカ、チリ、
デンマーク、メキシコ産

冷蔵 日本ハム

自動注文 みんなで食べたい
あらびきポークウインナー
62g×2 本体 298円
(税込 322円)

毎週 2020
隔週 AC 2453
隔週 BD 3123

冷蔵 信州ハム

自動注文
ローズハム
使い切りパック
36g×3 本体 330円
(税込 356円)

賞味期間：お届け日を含め12日

毎週 3263
隔週 AC 3433
隔週 BD 3441

冷蔵 信州ハム

自動注文
毎日新鮮
ローズハム
148g(37g×4) 本体 308円
(税込 333円)

賞味期間：45日

毎週 3271
隔週 AC 3450
隔週 BD 3468

冷蔵 信州ハム

自動注文
毎日新鮮
ハーフベーコン
144g(36g×4) 本体 308円
(税込 333円)

賞味期間：45日

まろやかな軟水。
もしもの時の備蓄にも◎

隔週 BD 4154

6本
ケース

ライフドリンクカンパニー
自動注文 熊野古道水
2L×6 本体 498円
(税込 538円)

毎週 3654
隔週 AC 3662
隔週 BD 3671

冷蔵 福岡ハム

自動注文
ロングウインナー
(ポーク&チキン)
216g(8本) 本体 398円
(税込 430円)

賞味期間：31日

毎週 3255
隔週 AC 3417
隔週 BD 3425

冷蔵 鎌倉ハムクラウン商会

自動注文 陽詰めあらびき
ソーセージ
268g 本体 498円
(税込 538円)

賞味期間：お届け日を含め6日

毎週 2682

冷蔵 鹿児島県・マリン農協

産直 自動注文
元気鶏若鶏モモ肉
切身(小さめ) 300g 本体 498円
(税込 538円)

市場相場により価格変動する場合があります。

毎週 2810
隔週 AC 2909
隔週 BD 3221

4週に1回 2992

糖類：国内製造
発泡酒②
(アルコール度数5%)

キリンビール

自動注文 のどごし(生)
350ml×24 本体 3,698円
(税込 4,068円)

毎週 2801
隔週 AC 2895
隔週 BD 3247

4週に1回 2984

糖類：国内製造
発泡酒②
(アルコール度数5%)

サントリー

自動注文 金麦
350ml×24 本体 3,698円
(税込 4,068円)

毎週 2798
隔週 AC 2887
隔週 BD 3239

4週に1回 2976

麦芽：外国製造又は
国内製造(5%未満)

ビール
(アルコール度数5%)

Asahi

自動注文 スーパードライ
350ml×24 本体 4,698円
(税込 5,168円)

毎週 2780
隔週 AC 2879
隔週 BD 3212

4週に1回 2968

匠美

自動注文
立山連峰の水
2L×6 本体 698円
(税込 754円)

毎週 4618

12本
パック

ふぐれん(ストロー付)

自動注文
ミックスキャラット
ミニ(国産にんじん使用)
125ml×12 本体 998円
(税込 1,078円)

賞味期間：6ヵ月

毎週 4341

24本
ケース

発泡酒：国内製造
発泡酒②
(アルコール度数5%)

アサヒビール

自動注文
クリア アサヒ
350ml
×24 本体 3,698円
(税込 4,068円)

毎週 4359

24本
ケース

糖類：国内製造
発泡酒②
(アルコール度数3.5%)

アサヒビール

自動注文
アサヒオフ
350ml
×24 本体 3,698円
(税込 4,068円)

毎週 4456

24本
ケース

糖類：国内製造
発泡酒②
(アルコール度数4%)

アサヒビール

自動注文
スタイルフリー
350ml
×24 本体 3,798円
(税込 4,178円)

毎週 4332

24本
ケース

糖類：国内製造
発泡酒②
(アルコール度数4.5%)

キリンビール

自動注文
淡麗グリーンラベル
350ml
×24 本体 3,798円
(税込 4,178円)

毎週 4448

24本
ケース

糖類：国内製造
発泡酒②
(アルコール度数4%)

サントリー

自動注文
金麦糖質75% off
350ml
×24 本体 3,698円
(税込 4,068円)

毎週 4600

6本
ケース

自動注文
麦茶
(国産六条大麦使用)
2L×6 本体 980円
(税込 1,058円)

20歳以上の年齢であることを確認できない場合には、酒類を販売いたしません。酒類の消費税率は10%です。

**パルプ100%の
なめらかティッシュ**

毎週 AC 6076
隔週 BD 6084

4週に1回 6092

【予告】3月4回
より値上げ
します

自動注文
ティッシュ
200組×5箱
●パルプ100%
●王子ネピア(株)●日本製

本体 358円
(税込 394円)

【予告】3月1回より商品名・規格・価格を変更します

毎週 AC 6106
隔週 BD 6114

4週に1回 6122

自動注文
1.5倍巻き
パルプロール
シングル
90m×8ロール
●109mm幅タイプ●パルプ100%●王子ネピア(株)●日本製

本体 478円
(税込 526円)

毎週 AC 6131
隔週 BD 6149

4週に1回 6157

自動注文
1.5倍巻き
パルプロール
ダブル
45m×8ロール
●109mm幅タイプ●パルプ100%●王子ネピア(株)●日本製

本体 478円
(税込 526円)

毎週 AC 6017
隔週 BD 6025

4週に1回 6033

自動注文
トイレットロール
シングル
55m×12ロール
●108mm幅タイプ●再生紙100%●(株)リパース●日本製

本体 348円
(税込 383円)

毎週 AC 6041
隔週 BD 6050

4週に1回 6068

自動注文
トイレットロール
ダブル
27.5m×12ロール
●108mm幅タイプ●再生紙100%●(株)リパース●日本製

本体 348円
(税込 383円)

毎週 AC 6165
隔週 BD 6173

4週に1回 6181

自動注文
キッチンタオル
120カット
×4ロール
●約22.8×20cm(1カット)
●王子ネピア(株)●日本製

本体 368円
(税込 405円)

毎週 AC 6190
隔週 BD 6203

4週に1回 6211

自動注文
キッチンタオル
120カット
×4ロール
●約22.8×20cm(1カット)
●王子ネピア(株)●日本製

本体 368円
(税込 405円)

毎週 AC 6220
隔週 BD 6238

4週に1回 6246

自動注文
めっちゃ巻いてる
トイレットロール
シングル
200m×4ロール
●106mm幅タイプ●再生紙100%
●丸富製紙(株)●日本製

本体 458円
(税込 504円)

毎週 AC 6254
隔週 BD 6262

4週に1回 6271

自動注文
Lala(ララ)ティッシュ
150組×5パック
●パルプ100%
●アスト(株)
●インドネシア製

本体 218円
(税込 240円)

予告

お米の登録は3月1回・2回にて受付予定

(3月1回：2/16(月)～2/20(金) 配布・3月2回：2/23(月)～27(金) 配布)

2024年夏以降の米不足では、数量限定・抽選など大変ご迷惑をお掛けいたしました。
令和7年産米については、生産者・お取引先とも生協の産地政策の共有を深め、
一定量のお米を確保できています。

■くわしくは3月1回・3月2回の別チラシにてご案内いたします。
(現在受付停止中の『年間登録米』とともに新規登録を行います)

■「自動注文のお米」●富山コシヒカリ●毎日のお米●毎日食べたい金芽米
については、2月1回注文分より受付を再開します。



インターネット注文
eフレンドの
自動注文欄はこちら



登録商品が
特売のときは
どうなるの？

お届け時の価格は、
その回でご案内している
価格と同じ！

●000円
(税込 000円) なら、ご登録商品も
●000円
(税込 000円) になります



北海道産大豆100%

だからおいしい♪人気の納豆



組合員さんの声
ひきわり納豆をよく食べていましたが、小粒納豆も美味しいのでこちらも自動注文にしています。 パルコプ 組合員さん

組合員さんの声
納豆は身体にいい野菜嫌いの幼い子どもに食べさせるのにピッタリです。国産大豆なので安心して食べさせられます。 パルコプ 組合員さん

おいしさのヒミツ

なんといっても原料の大豆

原料の大豆は北海道産に限定。食べやすい小粒サイズで、タレがよく絡みます。



タレ・からし付

付属のタレとからしも、「おいしい」と人気です♪

毎週 2305 冷蔵 豆紀
隔週 AC 2461 自動注文
隔週 BD 3093 北海道小粒納豆 (たれ・からし付) 40g×3
大豆:分別生産流通管理

北海道産大豆を100%使用した納豆です。
(82kcal・食塩相当0.7g / 1パック)

1パックあたり
本体 36円

賞味期間:お届け日を含め9日 小麦 (税込 117円)

人気のひきわり納豆はコチラ

毎週 3328
隔週 AC 3514
隔週 BD 3522

冷蔵 豆紀 (北海道産大豆100%使用)

自動注文 たれが旨い!
ひきわり納豆 (たれ・からし付) 40g×3
大豆:分別生産流通管理

(81kcal・食塩相当0.5g / 1パック45.4g)

1パックあたり
本体 40円

賞味期間:お届け日を含め7日 小麦 (税込 127円)



みんなで食べたい

朝食に お弁当に

あらびき ポークウインナー



パル・よど
開発商品



枚方支所 橋本・長谷川



毎週 2011
隔週 AC 2607
隔週 BD 3131

1パックあたり標準6本入
豚肉:アメリカ、チリ、
デンマーク、メキシコ産

冷蔵 日本ハム

自動注文 みんなで食べたい
あらびきポークウインナー 62g×2

無塩せきのあらびきポークウインナーです。
(181kcal・食塩相当1.1g / 1パック62g) 賞味期間:30日 小麦 (税込 322円)

無塩
せき

1パックあたり
本体 149円

組合員さんの声
無塩せきで子どもにも安心して食べさせられるし、味も良い♪ パルコプ 組合員さん

ちょっと小ぶりでお弁当にも◎

担当さんにすすめてもらいました。味がちょうどよくてサイズ感もよかったです。無塩せきなのもGood!

パルコプ 組合員さん

みんなで食べたい!そのワケは…

無塩せき

食肉製品を製造する工程で、原料肉を亜硝酸塩等の発色剤を使用しないで漬け込む事をいいます。

特定原材料8品目は不使用の工場で製造

卵、乳、小麦、そば、落花生、えび、かに、くるみを
持ち込まない専用工場で作っています。

北海道の
おいしさを
食卓へ

あなたのコップ1杯が 日本の酪農のエールに

日本の酪農は、資材やエネルギー費の高騰などにより、経営が厳しい状況が続いています。
自動注文での安定した利用が、「いつものおいしい牛乳」を作り続けるエールになります。

濃厚×すっきり

毎日飲んでも
飽きないおいしさ!

その
ワケは...

栄養たっぷりの自家栽培飼料

栄養価の高いエサを与えることで、脂肪分が高くコクのある牛乳になります。



高橋牧場
とうもろこし畑

組合員
さんの
声

この牛乳がとても
気に入っているので、
自動注文で利用しています!
いつも安定した味でとても
安心して飲んでいます♪

パルコプ 組合員さん



組合員
さんの
声

子どもが
よるこんで
飲んでます!
毎週楽しみです!

パルコプ 組合員さん

これからも、
おいしい牛乳を
作っていきます。
ぜひたくさん
飲んでください!

鮮度を保持してパック詰め

おおむね48時間以内に加熱殺菌を
行い、パック詰めをすることで雑味なく
スッキリした味わいになります。



生産者 高橋さん

毎週 2127

隔週 AC 2569

隔週 BD 2755

(牛乳) 切欠付き

冷蔵 倉島乳業

自動注文
北海道3.7
生協牛乳
1000ml

乳脂肪分3.7% 無脂乳固形分8.4%
(140kcal・食塩相当0.2g/コップ1杯200ml)
賞味期間:お届け日を含め11日

本体 254円
(税込 274円)



毎日食べたい食パン

生地

湯ごね生地18%配合で
しっとりやわらか

耳

耳まで
ふわふわ
食感



組合員
さんの
声

生地がふかふかしていて、お値段
もそこまで高くないので良いです!
毎朝欠かせない商品です♪

パルコプ 組合員さん

4枚

(写真は6枚切です)

(241kcal・食塩相当1.1g/1枚)

毎週 2372

隔週 AC 4383

隔週 BD 4413

5枚

(192kcal・食塩相当0.9g/1枚)

毎週 2038

隔週 AC 4391

隔週 BD 4421

6枚

(159kcal・食塩相当0.7g/1枚)

毎週 2046

隔週 AC 4405

隔週 BD 4430

山崎製パン (小麦粉(国内製造))

自動注文 毎日食べたい食パン 1斤 本体 138円
消費期限:お届け日を含め4日 小麦・乳 (税込 149円)

あなたは
どっち派!?

人気のパン
徹底比較

湯ごね生地って?

小麦粉の一部をお湯でこねて
熟成させた生地。これを通常の
生地にあわせることでしっとり・
もちりした食感に。

どちらも
パルコプ・
よどがわ市民生協の
組合員さんだけが
利用できる
コラボ
商品です

もちり熟成食パン

湯ごね生地16%+米粉で
もちりあま~い

生地

耳

独自の型を
使っているため、
型くずれが少なく、
しっかり!



組合員
さんの
声

もちりしていてとてもおいしい!
食パンにうるさい夫も絶賛していま
した♪自動注文の中でもお気に
入りの商品です。

パルコプ 組合員さん

4枚

(243kcal・食塩相当1.1g/1枚)

毎週 3786

隔週 AC 3042

隔週 BD 4294

異製粉 (国産小麦を20%使用(小麦粉中))

自動注文もちり熟成食パン 1斤 本体 169円
消費期限:お届け日を含め4日 小麦・乳 (税込 183円)

5枚

(191kcal・食塩相当0.8g/1枚)

毎週 2054

隔週 AC 3077

隔週 BD 4626

6枚

(写真は6枚切です)

(162kcal・食塩相当0.7g/1枚)

毎週 2062

隔週 AC 3930

隔週 BD 4910