



お名前 _____ 様

1回のみ注文専用 ■■■■

ご送付枚数
ご送付枚数が2枚以上
の際ご記入ください。
枚目 / 枚中

お電話 _____

お届け日 _____ 月 _____ 日 ()

○単価はすべて税込価格です。

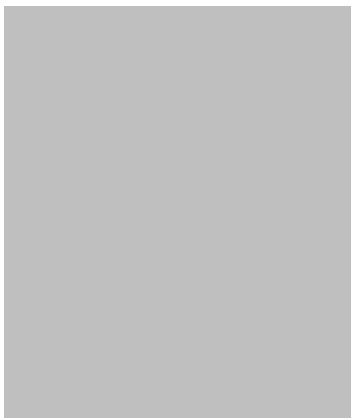
○ご注文締切は、お届け日の5日前の午前8:00です。

青果	単価	個数
ジャガイモ (北海道/長崎/ 福岡/千葉)	500g 440	
タマネギ (兵庫/千葉/長崎/ 埼玉/北海道)	500g 500	
サツマイモ (茨城/千葉/愛媛)	500g 460	
レモン (愛媛/広島/熊本)	300g 500 1kg 1,650	
キウイフルーツ (神奈川)	250g 390 1kg 1,550	
アマナツ (静岡/熊本)	500g 480 1kg 960	
グレープフルーツ (鹿児島)	500g 550 1kg 1,100	

基礎調味料	単価	個数
☆米味噌	350g 1,150 600g 1,680 2kg 4,800	
☆白味噌	400g 1,280	
味噌専用キャップ	1枚 110	
※350g規格には使用できません		
☆糞仕込み純米酢	500ml 1,980	
☆木桶仕込み 玄米酢	360ml 1,300	
☆甘酢	300ml 1,380	
☆ぼん酢しょうゆ	250ml 1,280	
☆めんつゆ	250ml 1,180	
あごだしつゆ	250ml 778	
かつおだし	250ml 756	
紀州自然梅酢恵	200ml 708	
有機白ワイン ビネガー	250ml 842	
有機 バルサミコ酢(赤)	250ml 1,490	
自然栽培ゆず果汁	150ml 770	
自然栽培レモン果汁	欠品中	
オーガニック レモン果汁	180ml 540	
天外天	300g 272	
天日湖塩	1kg 636	

その他調味料	単価	個数
☆白だし	300ml 3,580	
みかくや こだわり万能だれ	230g 996	
秋田しょつつる	130g 897	
有機 ウスターソース	250ml 453	
職人の夢	200ml 540	
有機中濃ソース		
お好みソース	360ml 421	
へんこ万能だれ	180g 667	
オイスターソース	115g 486	
有機トマト ケチャップ	300g 421	
松田のマヨネ ーズ 辛口	300g 588	
塩漬けケツパー	100g 1,260	
野生のオレガノ	5g 626	
青ゆず胡椒	50g 540	
七味	15g 631	
生おろしわさび	40g 389	
【新】山わさびパウダー	50g 664	
からし	40g 389	
有機粒マスタード	200g 734	
昆布塩	60g 540	

加工食品(瓶・缶)	単価	個数
黒ごま塩(ビン)	35g 333	
ココナッツミルク	400ml 436	
ライトツナ	油漬 319	
フレーク 80g	水煮 299	
とろイワシ水煮	150g 510	
有機オリーブ粒 (グリーン)	315g 1,058	
有機トマト缶	ホール 324 カット 324	
有機トマト たっぷりソース	350g 950	
有機トマト たっぷりソース (スパイシー)	350g 950	
鮭フレーク	90g 629	
もろこし畑	125g 258	
スイートコーン		
※価格改定4/1より ¥245 → ¥258		
有機ピーナツ	クランチ 1,544	
ツバタ454g	スムース 1,544	
甘夏と伊予柑の マーマレード	220g 680	
ネスタリんごの コンフィチュール	欠品中	
【新】いちごの コンフィチュール	220g 1,200	



期間限定~5/26まで	単価	個数
5ヶ月熟成 オーガニック チーズ	913	
150g	終売	
プロボローネ ピッコロ(チーズ)	100g 666	
カマンベール・ イズモ(チーズ)	欠品中	
オーガニック クリームチーズ	226g 1,080	

石臼 カンホア の塩	単価	個数
結晶	欠品中	
窯焼		
オーガニックシュガー	1kg 1,016	
※4/29より価格改定 (¥972 → ¥1,016)		
☆はちみつ	欠品中	
椎葉の秘蜜 (はちみつ)	150g 3,190 250g 4,652	
メイプルヌーヴォー	250ml 4,860	
メイプルシュガー	80g 1,296	
さとうきび蜜	200g 1,080	



食用油	単価	個数
早摘みアサクラ オイルPremium	220g 4,230 (250ml)	
アサクラオイル	220g 3,780 (250ml)	
わら一本 (オリーブオイル)	440g 4,860 (500ml)	
ガッティ家の オリーブオイル	228g 2,592 (250ml)	
無ろ過ごま油	275g 2,076	
有機亜麻仁油	237ml 2,484	
菜種油	欠品中	
えごま油	欠品中	
ごまらあ油	60g 611	



加工食品(その他)	単価	個数
有機ごま ペースト(白)	250g 1,277	
有機ごま ペースト(黒)	250g 1,277	
カレースライス甘口	25g 626	
カレースライス辛口	25g 626	
辛くないカレー スパイス	25g 626	
ヴィーガンカレー ルウ 中辛	150g 745	
チキンコンソメ	10g×8P 540	
オーガニック コーンスープ	400g 617	

基礎調味料	単価	個数
☆木桶熟成醤油 (米醤油)	200ml 780 900ml 2,800	
☆木桶熟成醤油 (森田醤油)	720ml 2,400	
☆白しょうゆ	360ml 2,980	

マークの見方 ☆・・・ナチュラル・ハーモニーオリジナル製品 【新】・・・新商品 【開】・・・再開商品 【セ】・・・セール商品 【限】・・・限定商品 【少】・・・在庫僅少

ご注文はこちらから
FAX : 043-440-8577 (24時間受付)

TEL : 043-440-8566
営業時間 10:00~16:00

※土曜日留守電対応。
※時間外でも留守電にメッセージを残していた
ければ翌営業日までに対応します。

ナチュラル・ハーモニーの宅配 お客様サポート行き

発行日 2024/4/22



お名前 _____ 様

1回のみ注文専用 ■■■■

ご送付枚数
ご送付枚数が2枚以上
の際ご記入ください。
枚目 / 枚中

お電話 _____

お届け日 _____ 月 _____ 日 ()

○単価はすべて税込価格です。

○ご注文締切は、お届け日の5日前の午前8:00です。

加工食品(その他)	単価	個数
にがり高野豆腐	6枚	722
手焼き車麩	6枚	489
春雨(国内産)	100g	373
クリームシチュウ(ルー)	230g	729
☆大豆の水煮	150g	580
チエチの水煮	230g	394
京都山城産 たけのこ水煮	120g	557
☆自然栽培 板こんにやく	250g	560
☆自然栽培 糸こんにやく	150g	480
有機菊松 板こんにやく	250g	314
有機菊松 糸こんにやく	180g	314
生ところてん(固まり)	350g	423
ところてん(麺状)	130g	140
ところてん突き	1個	188
☆天然わら 納豆 300g	大粒 1,950 小粒 1,950	
※おひとり様1回につき各2本まで		
ウインナーソーセージ	110g	686
料理用ベーコン	230g	1,334
ノンファット(無脂肪タイプ) ヨーグルト	500ml	972
グラスフェッドバター無塩	100g	2,700

米麴・漬物	単価	個数
☆米麴(乾燥タイプ)	300g	1,480
☆梅干し(横山農園)	250g	1,300
紀州自然梅 恵	200g	1,270
紀州自然梅 恵 お徳用	200g	1,080

米麴・漬物	単価	個数
紀州 自然梅 ねり梅ぼし 恵	150g	950
本格キムチ	欠品中	
ぴり辛きゅうり	110g	465
☆生ぬか	500g	216

麺類	単価	個数
☆十割そば2袋と 新めんつゆセット (セ) (5%off)	1式	2,774
※内容：十割そば200g×2/めんつゆ250ml×1		
☆十割そば200g	1袋 870 セ 20袋 20%off 13,920	
☆出羽うどん 250g	1袋 570 3袋 1,624	
くろうどん(太麺)	250g	538
☆そうめん250g	1袋 690 3袋 1,966	
☆米めん 120g	1袋 390 5袋 1,852	
☆米めん(細麺) 120g	1袋 390 5袋 1,852	
☆玄米めん 120g	1袋 390 5袋 1,852	
☆玄米めん(細麺) 120g	1袋 390 5袋 1,852	
こだわり乾麺	78g×6P	1,262
アサクラ ファッコ麦 ベンネ	240g	765
アサクラ ファッコ麦 スパゲッティ	490g 1,080 1.8ミリ 1,852	
アサクラ サラゴッラ麦 フジッリ	欠品中	
ラ・テラ・エ・イル チェロスパゲッティ	欠品中	
ラ・テラ・エ・イル チェロフェデリニ	欠品中	

麺類	単価	個数
有機フェリチェッティ スパゲッティ	500g 540 1.75ミリ	

米・雑穀	単価	個数
パックごはん(白米) 200g	1個 480 5個 2,280 20個 8,640	
☆白米かゆ 200g	1袋 350 5袋 1,662 20袋 6,300	
☆玄米かゆ 200g	1袋 350 5袋 1,662 20袋 6,300	
☆古代米(黒米)	500g	1,280

※今年の新米には、茶色も含まれます。
古代の香り(古代米4種ミックス)

☆粒そば	200g	690
☆丸麦	200g	480
押麦シュンライ	300g	594
☆もち米 1kg	白米 1,950 玄米 1,950	
白切り餅 50g×6個	1袋 680 3袋 1,938	
☆玄米切り餅 50g×6個	1袋 680 3袋 1,938	

粉類・製菓材料	単価	個数
☆小麦粉(中力)	500g	1,180
☆強力粉 500g	欠品中	
古代小麦 ファッコ全粒粉	欠品中	
☆米粉	250g 630 1kg 2,180	
☆きなこ	100g	500
☆そば粉	200g	690

粉類・製菓材料	単価	個数
☆本葛	100g	780
片栗粉	欠品中	
国内産有機片栗粉	200g	400
パン粉	100g	345
有機ベーキングパウダー	10g×4P入	529
バニラエキストラクト	59ml	1,620
※4/29より価格改定(¥1,512→¥1,620)		

農産乾物	単価	個数
☆大豆	500g	1,200
☆黒豆	500g	1,600
肥料農薬不使用 だるまささげ	終売	
北海道 オーガニック小豆	200g	676
チエチ(ひよこ豆)	200g	643
レンティッキエ(レンズ豆)	200g	772
生の金胡麻	35g	551
有機いりごま(金)	50g	277
☆切干し大根(天日干し)50g	1袋 480 3袋 1,368	
☆切干し大根(機械乾燥)	500g	3,480

☆割干し大根 50g	1袋 520 3袋 1,482	
原木椎茸スライス	20g	498
原木椎茸どんこ	40g	598
本格椎茸粉	40g	697
乾燥れんこん	欠品中	
ニンニクドライ	15g	557
レインボーフーズ ニンニクパウダー	30g	1,097

マークの見方 ☆・・ナチュラル・ハーモニーオリジナル製品 新・・新商品 開・・再開商品 セ・・セール商品 限・・限定商品 少・・在庫僅少

MEMO

ご注文はこちらから
FAX : 043-440-8577 (24時間受付)

TEL : 043-440-8566
営業時間 10:00~16:00

※土曜日留守電対応。
※時間外でも留守電にメッセージを残していたければ翌営業日までに対応します。

ナチュラル・ハーモニーの宅配 お客様サポート行

発行日 2024/4/22



お名前 _____ 様

1回のみ注文専用 ■■■■

ご送付枚数
ご送付枚数が2枚以上
の際ご記入ください。
枚目 / 枚中

お電話 _____

お届け日 _____ 月 _____ 日 ()

○単価はすべて税込価格です。

○ご注文締切は、お届け日の5日前の午前8:00です。

加工水産	単価	個数
隆海屋商店	80g	980
☆ 花かつお	200g	2,180
※おひとり様1回につき1袋まで		
☆ 隆海屋商店	80g	880
☆ 厚削り		
※おひとり様1回につき1袋まで		
☆ 隆海屋商店	1本	2,500
☆ 本枯節		
※おひとり様1回につき1袋まで		
まるてん	32g	427
花かつおぶし	130g	1,620
まるてんソフトケ	32g	427
ズリかつおぶし		
まるてんふし粉	40g	427
まるてんあつけずり	170g	1,272
まるてん本かれ節	1本	2,430
利尻昆布	80g	1,620
日高昆布	80g	1,080
羅臼昆布	80g	1,620
日高細切昆布	30g	324
お徳用	100g	810
利尻昆布切落し		
てまいらず香り	10g	1,388
一番(だしパック)	×10P	
☆ 佐賀初摘海苔	10枚入	1,180
☆ アサクサ海苔	10枚入	1,450
初摘味	8切	393
(味付海苔)	24枚	
初摘きざみ	10g	299
(焼海苔)		
天日干し天然	12g	648
カットわかめ		
無茶茶園のひじき	30g	453
天然太もずく	300g	594
〔画〕 ちりめんじゃこ	40g	399
※80g・723円→40g・399円へ変更		
上乾さくらえび	20g	568
煮干し大羽いりこ	150g	1,186

菓子・珍味	単価	個数
☆ もなかの皮	10組	780
20枚入		
☆ 玄米ぼんせん	1袋	390
7枚入	3袋	1,111
☆ ぼん菓子50g	10%off	342
〔七〕	1袋	
〔画〕	15%off	969
3袋		
※賞味期限：2024年9月14日		
えび小花	100g	540
手のし柿の種	38g	312
ミックス		
オーガニックポテト	85g	432
チップスシーソルト		
カカオ100%		欠品中
非加熱純チョコ		
オーガニック		終売
トリュフ		
チョコレート	アラブミ	442
	9g×4	
ブルドネージュ	パニナ	399
7粒	ショコラ	399
有機モディカ	クラック	907
チョコレート60g	17g×3	907
	ダーク	
オーガニック	40g	333
フルーツ&ナッツ		
パーアーモンド		
有機ムング豆	50g	356
チップス		
※価格改定4/29より ¥299 → ¥356		
〔画〕 干し芋	100g	720
	110g	572
デーツ(種あり)	1kg	3,456
ホワイトマルベリー	80g	572
煎り大豆	60g	388
有機カシューナッツ	100g	561
(生)		
有機ウォールナッツ	80g	885
(くるみ)(生)		
有機レーズン	120g	475
有機ロースト	80g	864
アーモンド		
有機干しいちじく	150g	972

菓子・珍味	単価	個数
オーガニックプレーン	200g	1,106
有機ファンザチェリー	45g	529
有機フルーツ&ナツ	120g	583
ツミックス		
有機天津あまぐり	80g	395
(むき栗)		

お茶・コーヒー・ココア	単価	個数
オーガニック		欠品中
ローズヒップハイ		
ビスカスター		
オーガニック		欠品中
メリッサティー		
オーガニックフェ	25P	864
アトレードアール		
グレイ紅茶		
マカイバリ茶園	100g	1,296
ミックス茶		
(ダーズリン)		
※価格改定4/2より ¥1,080 → ¥1,296		
有機マサラ		欠品中
チャイ紅茶		
ウガンダドリップ	10g	1,080
オンコーヒー(レ	×5袋	
ギュラーNo.6)		
☆ コーヒー粉	250g	1,600
☆ コーヒー豆	250g	1,600
☆ コーヒー豆	1kg	5,120
(業務用)		
深煎り	250g	1,600
☆ コーヒー豆		
※深煎りコーヒーは油分が多く包装に染み出る 場合がございますが、品質には問題ございません		
深煎り	250g	1,600
☆ コーヒー粉		
有機穀物	100g	1,058
コーヒーMix		
〔画〕 水出し	50g	1,670
アイスコーヒー	×4P	
エコブラック	195g	167
(コーヒー飲料)		
オーガニック	120g	655
ブラックココア		
コーヒーフィル	1-2人用	302
ター	2-4人用	345

お茶・コーヒー・ココア	単価	個数
☆ ほうじ茶	100g	890
☆ 春摘みほうじ茶	100g	890
☆ 番茶	100g	890
☆ 春摘み番茶	100g	890
☆ 煎茶	50g	890
☆ 和紅茶	50g	890
夏摘み紅茶(晴)	30g	1,033
夏摘み紅茶(雨)	30g	1,033
萎凋茶(リーフ)	60g	1,620
※価格改定4/8より ¥1,329 → ¥1,620		
萎凋茶	2.5g×	1,329
(ティーバッグ)	12	
自然の紅茶(リーフ)	60g	1,620
※価格改定4/8より ¥1,329 → ¥1,620		
麦茶(粒)	1袋	680
☆	300g	3袋 1,938
麦茶	1袋	680
☆ (ティーバッグ)	10g×20P	3袋 1,938
オーガニック		欠品中
カモミールティー		
オーガニック	1g	1,077
ペパーミントティー	×18袋	

その他飲料	単価	個数
☆ にんじん	1本	890
〔画〕 ジュース	500ml	12本 10,146
☆ にんじん	1本	1,580
〔画〕 ジュース	1000ml	6本 9,006

マークの見方 ☆・・・ナチュラル・ハーモニーオリジナル製品 〔新〕・・・新商品 〔画〕・・・再開商品 〔七〕・・・セール商品 〔限〕・・・限定商品 〔少〕・・・在庫僅少

MEMO

ご注文はこちらから
FAX : 043-440-8577 (24時間受付)

ナチュラル・ハーモニーの宅配 お客様サポート行き

TEL : 043-440-8566
営業時間 10:00~16:00

※土曜日留守電対応。
※時間外でも留守電にメッセージを残していた
ければ翌営業日までに対応します。

発行日 2024/4/22



お名前 _____ 様

1回のみ注文専用

ご送付枚数
ご送付枚数が2枚以上
の際ご記入ください。
枚目 / 枚中

お電話 _____

お届け日 _____ 月 _____ 日 ()

○単価はすべて税込価格です。

○ご注文締切は、お届け日の5日前の午前8:00です。

その他飲料	単価	個数
みかん	1本	680
☆ジュース	12本	7,752
みかん		欠品中
☆ジュース		欠品中
☆トマトジュース	1000ml	2,800
丸搾りみかんスト	1000ml	3,236
レートジュース		
オーガニック	200ml	302
オレンジジュース		
オーガニック	200ml	302
アップルジュース		
オーガニック	200ml	302
キッズカクテル		
ジュース		
りんごジュース	1000ml	1,495
オーガニック	250ml	162
ジンジャーエール		
オーガニック	250ml	162
アップルサイダー+		
レモン		
ビオコーラ	355ml	530
龍泉洞の炭酸水	300ml	279
Choju 矢の沢水	1本	201
500ml	24本	4,582
Choju 矢の沢水	1本	425
1.5L	10本	4,037
北海道天然水	1本	330
新水いぶき 1L	10本	3,135
養老の天然水	1箱	3,850
コック式パック		
10L	2箱	7,315
養老の天然水	1台	5,720
ウォーターサーバー		
養老の天然水サー	2P	3,950
バー専用ビニール		
パック 7.25L	4P	7,505
☆豆乳	500ml	890

その他飲料	単価	個数
☆あまざけ	1袋	570
250g	10袋	5,415
☆玄米あまざけ	1袋	590
250g	10袋	5,605
☆PUKU(プク)		欠品中
160g		欠品中

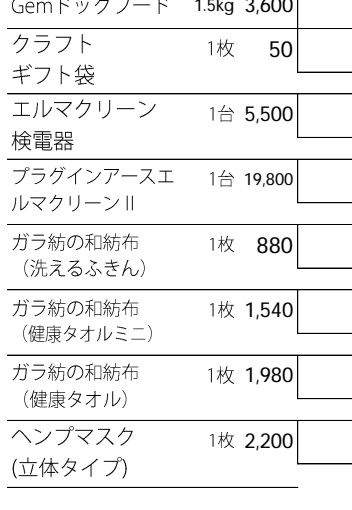
酒類	消費税 10%商品	単価	個数
未成年の飲酒は法律で禁止されています。未成年のご注文はできません。あなたは20歳以上ですか? <input type="checkbox"/> はい			
自然醸酵ビール		330ml	674
☆米焼酎		720ml	3,600
(山廃酒母仕込み)			
☆蔵の宵 純米原酒		720ml	3,200
(生もと・日本酒)			
☆蔵の宵 純米		720ml	2,900
(生もと・日本酒)			
☆天然酒		720ml	3,980
※時期でアルコール度数や味わい変化のお酒です。			
にいだの料理酒旬味		720ml	1,532
☆本みりん 味醂酒		500ml	3,500
有機三州味醂		500ml	1,211
うめ梅飛鳥山		500ml	1,720
みりん梅酒			



日用雑貨	消費税 8%商品	単価	個数
シリンゴル重曹		2kg	1,287
クエン酸		300g	607

日用雑貨	消費税 10%商品	単価	個数
		480g	1,100
サンダー・レッ		1.5kg	2,660
ド純粉石鹸		5kg	6,534
※1.5kgのみ4/29より価格改定 (¥2,310→2,660)			
ランドリー&		ボトル	1,738
バスウォーター		500ml	
		詰替用	2,838
		1000ml	

日用雑貨	消費税 10%商品	単価	個数
シャボン玉		ボトル	1,100
		1000ml	
スノール		詰替用	1,991
		2.1L	
酸素系漂白剤		750g	572
洗たく槽		500g	550
クリーナー			
台所用		泡タイプ	550
せっけん		ボトル	2,123
		300ml	
		詰替用	
		2.1L	
無添加せっけん		ボトル	1,122
シャンプー		520ml	
		詰替用	803
		420ml	
無添加せっけん		ボトル	1,122
シャンプー専用		520ml	
		詰替用	803
		420ml	
せっけんハミガキ		140g	440
純植物性		100g	165
シャボン玉浴用		ボトル	253
(石鹸)		155g	
アルガン石鹸		145g	1,320
ガスール(固形)		500g	1,760
朝摘みばら水		100ml	2,420
アルガンオイル		30ml	3,740
アルガンクリーム		35ml	3,300
ビーワックス		10ml	1,320
リップクリーム			
かえる印の		30巻	1,026
かとり線香			
Gemドッグフード		1.5kg	3,600
クラフト		1枚	50
ギフト袋			
エルマクリーン		1台	5,500
検電器			
プラグインアースエ		1台	19,800
ルマクリーンII			
ガラ紡の和紡布		1枚	880
(洗えるふきん)			
ガラ紡の和紡布		1枚	1,540
(健康タオルミニ)			
ガラ紡の和紡布		1枚	1,980
(健康タオル)			
ヘンブマスク		1枚	2,200
(立体タイプ)			



衣類・寝具	消費税 10%商品	単価	個数
自然栽培綿		M	42,900
☆クルーネック		L	42,900
ニット(生成)			
自然栽培綿		M	42,900
☆クルーネック		L	42,900
ニット(黒)			
ガラ紡のくつろぎ		1足	2,310
靴下 23~27cm			
		M: 22	1,980
		~24cm	
ガラ紡の5本指		L: 25	2,090
靴下		~27cm	
ガラ紡のアーム&		1組	6,380
レッグウォーマー			
ガラ紡のニット		生成り	9,240
パンツ M~L		黒	9,680
ガラ紡の腹巻		M~L	4,950
ガラ紡の枕カバー		43~	4,620
		65cm	
ガラ紡の		145×	19,800
和紡布シーツ		240cm	
ガラ紡の和紡布		140×	27,500
ブランケット		200cm	



書籍	消費税 10%商品	単価	個数
ハーモニック		1冊	1,650
ライフスタイル			
ほんとの野菜は		1冊	990
緑がうすい			
「健康食」は		1冊	649
ウソだらけ			
健康のトリック		1冊	1,676
発酵遺産		1冊	1,980
タネが危ない		1冊	1,760
最初に読む料理本		1冊	2,530

冊子・申込書・封筒	単価	個数
放射性物質	1部	0
検査結果一覧		
口座振替申込書	1部	0
返信用封筒	1枚	0

マークの見方 ☆・・ナチュラル・ハーモニーオリジナル製品 新・・新商品 開・・再開商品 七・・セール商品 限・・限定商品 少・・在庫僅少

ご注文はこちらから
FAX : 043-440-8577 (24時間受付)

TEL : 043-440-8566
営業時間 10:00~16:00

※土曜日留守電対応。
※時間外でも留守電にメッセージを残していた
ければ翌営業日までに対応します。

ナチュラル・ハーモニーの宅配 お客様サポート行き

発行日 2024/4/22