

ナチュラル・
ハーモニーの宅配
ご利用案内

まんなかに

「食べる」を暮らしの

自然栽培に
特化した
定期宅配



肥料や農薬不使用の 自然栽培

あらゆる農業はもちろん、化学肥料および植物性堆肥など、栄養補給のための施しを一切行わずに、植物と土の本来持つ力を引き出す農業。肥料や農薬に頼ることなく大なる潜在能力を田畑に発揮すること、植物の本来の生きかたに向き合うこと、これをもって「自然栽培」と呼んでいます。

現代農業には、当たり前のように肥料と農薬がセットで存在しています。野菜やお米が収穫までたどり着くためには、それらなくして生育できないように思いがちですが、野山の草木は毎年必ず芽吹きます。この景色をヒントに、田畑に自然の法則を応用していくことが自然栽培の原点です。

自然界を手本に、どんな環境が作物にとって心地よいかを考え、田畑に手をかけて整えていきます。土づくりを重んじ、適地適作を心がけて種を蒔く。一般的な青果よりも生育はゆっくりですが、植物本来のリズムでのびのびと生長していく野菜やお米は、きめ細やかでやさしく、身体に染みいるような味わいになっていきます。

肥料農薬を使わないからこそ、つくり手といたたく側の健康を守ることができ、また土壌や地下水を汚すこともありません。安全性・永続性・美味しきといった観点から、この自然栽培を多くの方に伝え広めていきたいと思っています。

なぜ農薬や肥料を使わず野菜が育つのでしょうか？

→ 土には生命を育むための仕組みが備わっており、その力を活かして栽培を行うからです。

虫も病気もつかなくなる！

人は身体の老廃物を、汗や尿によって排出し免疫力で健康を維持しています。土は不要物を地下水に流したり、植物を通して外に出そうとします。それらが植物に溜まると虫や病原菌が寄りついてきます。畑の土を、農薬や肥料を用いず健康な状態に保つことで、植物＝野菜も健康に育つことができます。

一般栽培



肥料成分で冷たくかたくなった部分が、植物の根が地中に伸びるのを阻むので水分や養分を十分に吸収できない。

自然栽培



田畑の土壌環境を整えることで、植物が深く根を伸ばすことができ水分や養分を十分に吸収できる。

肥料をあげるよりあげない方がいいの？

多くの生産者さんが、肥料を与えれば与えるほど、虫が出やすくなったり病気になりやすいことを体験しています。肥料を施した結果、農薬を使用することに繋がります。

ナチュラル・ハーモニーの宅配がこだわる 5つのこと



01 肥料や農薬不使用の自然栽培「野菜」

「安心して日々の食卓を囲んでもらいたい」。そんな想いで、お届けする野菜セットの品目は、すべて肥料や農薬不使用の自然栽培の青果で構成しています。また、美味しさをお約束するためにも、専任スタッフによる栽培管理も徹底し、日々品質向上に努めています。全国約 130 人の生産者さんから届く自然栽培野菜をどうぞお楽しみください。 →詳しくは P5



02 自然栽培・自家採種の「お米」

取り扱うお米もすべて自然栽培米です。あっさりして味のよいササニシキをはじめ、コシヒカリや昔の品種のお米を取り揃えています。また、ほぼすべてのお米は自家採種されたもので、自社精米しています。玄米・五分づき・白米からお選びいただけます。「身体に染み渡るような味わい」と喜んでいただける自慢のお米です。 →詳しくは P8



03 天然菌による「本物の醗酵食品」

自然栽培の素材を使ったオリジナルの食品も企画し、販売しています。醗酵食品は、一般的に販売されている純粋培養菌ではなく、天然菌による醗酵醸造であることにこだわります。自然界に浮遊する「種菌」を元種に醸造する、調和のとれた奥深い味わいがあります。天然菌による醗酵食品は大人気のアイテムです。 →詳しくは P9



04 想いを受け継ぐ品質への取り組み

私たちは、つくり手とお客さまを想い、知ろうとする努力を怠ることなく、よりよい品質への取り組みを続けます。信頼につながる「誠実な情報の提供」、野菜や果物の「丁寧な選別・梱包」、自社精米による「お米品質の追求」、福島原発事故をきっかけに設備導入した「放射性物質検査の実施」、環境負荷を減らす「梱包資材削減」。たゆまぬ努力を続け、皆さまの想いに寄り添っていきます。 →詳しくは P15



05 「つくり手」を応援する宅配

私たちは、お取引する生産者さんと「土づくりの計画」を立て、安定した品質と収穫を目指します。生産者さん自身の経営も考慮して、必要量または全量作物を買い取る「作付け依頼」を行います。つくり手に安心して農業に取り組んでもらえることも私たちの仕事です。 →詳しくは P19

トッピング野菜・果物(登録制)のご紹介

セットに入るすべての野菜は 100%肥料・農薬を使用していません

野菜やお米の商品に追加してご利用ください。いずれのメニューも、時期によりご用意できる量が限られる場合があります。旬の彩り・瑞々しいフルーツの香りなど、マルシェ=市場の活気をご自宅どうぞ。

※写真はすべてイメージです。 ※必須登録商品と同梱してお届けになります。 ※天候(台風・大雪など)や端境期などで生育不良・収穫減少があった場合、野菜の量が変動することがあります。量が少なく価格に満たない場合は、ご請求から減額してお届けする場合があります。予めご了承ください。

登録制 | プチマルシェ |

味に遜色のない、規格外・少し傷のある野菜です。

自然栽培野菜 1~3 種類

セット例: ベビーリーフ 1 パック・じゃがいも 300g・にんじん 300g

1 配送につき **¥650 (税込)**



登録制 | TUCHI マルシェ |

お得な価格で季節の豊作野菜が入るメニュー。

自然栽培野菜 1~5 種類

セット例: 小松菜 1 パック・玉ねぎ 400g・にんじん 400g・ねぎ 300g

1 配送につき **¥1,300 (税込)**



登録制 | フルーツマルシェ S |

希少な自然栽培フルーツのメニューです。年間を通して安定供給ができない可能性があります。

自然栽培フルーツ 1~2 種類

セット例: キウイ 400g・甘夏 1,100g

1 配送につき **¥1,500 (税込)**



登録制 | フルーツマルシェ L |

希少な自然栽培フルーツのメニューです。年間を通して安定供給ができない可能性があります。

自然栽培フルーツ 1~3 種類

セット例: キウイ 400g・甘夏 1,000g・グレープフルーツ 800g

1 配送につき **¥2,500 (税込)**



自然栽培野菜セットのご案内

セットに入るすべての野菜は 100%肥料・農薬を使用していません



栽培期間中、あらゆる化学肥料・植物性および動物性肥料や農薬を使用しません。土づくりの一環として栽培する農地から出た残渣(作物の非収穫部)を土にすき込む場合はありますが、農地に養分供給を目的とするものを何も持ち込むことなく栽培します。また、栽培管理表に基づき、使用する種や栽培工程を確認し、放射性物質検査を経て(関東及び東北エリア農産物のみ)お届けします。

※写真はすべてイメージです。 ※天候(台風・大雪など)や端境期などで生育不良・収穫減少があった場合、野菜の量が変動することがあります。量が少なく価格に満たない場合は、ご請求から減額してお届けする場合があります。予めご了承ください。



登録制 | S セット | 1人暮らし向け

一人暮らしや、少量で野菜を楽しみたい方に最適です。トッピング野菜・果物を加えてバリエーションをつけても。

自然栽培野菜 5~10 種類

セット例: 小松菜 1 パック・レタス 1 玉・大根 1 本・じゃがいも 400g・玉ねぎ 400g・にんじん 500g

¥2,400 (税込)



登録制 | M セット | 2~3 人家族向け

2~3 人のご家族向けのサイズです。毎日お弁当をつくるという一人暮らしの方にも。

自然栽培野菜 7~12 種類

セット例: キャベツ 1 玉・小松菜 1 パック・レタス 1 玉・カブ 1 パック・大根 1 本・じゃがいも 600g・玉ねぎ 500g・にんじん 600g

¥3,600 (税込)



登録制 | L セット | 3~4 人家族向け

おすすめです。一番お買い得なセット。ご家族の多い方や野菜をたっぷり召しあがりたいう方に。

自然栽培野菜 10~18 種類

セット例: キャベツ 2 玉・小松菜 1 パック・ちんげん菜 2 株・ベビーリーフ 1 パック・レタス 1 玉・カブ 2 パック・大根 1 本・里芋 600g・じゃがいも 600g・スナップエンドウ 100g・玉ねぎ 600g・にんじん 600g・ねぎ 300g

¥5,500 (税込)



お届けする野菜セットの内容は、お届け日 2 日前の夕方以降に決定します。下記 URL に野菜リストを掲載していますのでご確認ください。
URL: https://naturalharmony.co.jp/takuai/home_delivery/





**自社
精米**

品種や栽培以外に、「精米」もお米の味を大きく左右します。ナチュラル・ハーモニーでは、専門スタッフによる精米と品質管理を行っています。保管からお届けまでの温度管理を徹底し、精米後は速やかにパックして出荷。精米ラインの入念な清掃も日々心がけ、翌日の作業に備えます。



**お米の
保管**

種子でもあるお米は収穫後も呼吸を続けています。温度や湿度の条件により呼吸が活発になり鮮度が落ちることがあります。そのため、産地から届いた玄米はパックするまでの間、温度 12～15℃・湿度 55～70%の低温倉庫で保管します。



できることを重ねる 私たちの自然栽培米



**栽培の
管理**

お届けする自然栽培のお米は、栽培期間中はもちろん育苗に使用する土にも一切の肥料や農薬をえません。土から肥料や農薬が抜け、土が本来持っている力が引き出されるまでには年月を要するため、生産者に同じ田んぼで取り組んでもらうことも大切にしています。専任者による全生産者の栽培管理も行っています。作業内容の他に新しい試みや気付いた点なども共有しています。自然栽培の稲作は栽培における課題がまだ多く、生産者の経験は貴重な財産です。情報を共有し、栽培技術の向上にも利用します。

お届けするお米には、mai (マイ) と表記しています。mai という名前は、お米の「まい」という音読みを表現しています。3つの赤い丸は米俵。また「太陽と水と土」「つくり手・食べ手・つなぎ手」を意味しています。



お米について詳細は、同封の「自然栽培米のご案内」をご覧ください

お届け予定の主な野菜・果物

ナチュラル・ハーモニーの宅配では、自然に沿って育った、旬を中心とした野菜や果物をお届けしています。このほかにも、様々な野菜や果物をセットにお入れしています。
※天候や生育状況によって予定が変更となる場合があります。

1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
		大根					ピーマン			大根	
			かぶ							かぶ	
人参								人参			
	葉玉ねぎ			玉ねぎ						とうもろこし	
		じゃがいも									
	さつまいも		絹さや			枝豆				さつまいも	
	里芋		キャベツ			トマト				里芋	
	レタス						ミニトマト			レタス	
	ブロッコリー					いんげん				ブロッコリー	
		スナップエンドウ					おくら				
	ほうれん草					きゅうり				ほうれん草	
		小松菜					青茄子			小松菜	
		ごぼう					茄子			ごぼう	
れんこん							ズッキーニ			れんこん	
								かぼちゃ			
							長ねぎ				
八朔			甘夏							柿	
伊予柑		キウイ								キウイ	
		レモン						ぶどう			
みかん		グレープフルーツ								みかん	
	ネーブル						ブルーベリー				

天然菌による 本物の醗酵食品



自然栽培の野菜やお米のほかに、ぜひ味わっていただきたい食品が、オリジナル製品の「天然菌醗酵食品」です。

空気中に浮遊する「種菌」をつかまえて醗酵の元種にする。目に見えないものを醗酵の要とする技術は、必ずしも安定した製造を約束するものではなく、一度は途絶えかけた歴史があります。しかし健全な醗酵に傾きやすい自然栽培の素材を使うことで、天然菌の力を最大限に引き出してくれます。

ナチュラル・ハーモニーでは、「天然菌による自然醗酵」をモットーに、蔵元さんの協力のもとオリジナル醗酵食品の商品開発に取り組んでいます。

純粋培養された特定の菌にのみ活躍してもらうのではなく、その場に集った菌たちで素材を醗酵。どちらがよいということではありませんが、私たちは多様性を認め、様々な仲間が手を取りあい醗酵に進んでいく道のりを尊重したいと思っています。

ナチュラル・ハーモニーの宅配では、天然菌で醗酵された味噌・醤油・酢・納豆・日本酒などといった醗酵食品をご購入いただけます。人間が極力介在していない環境で菌や酵母が調和をとり、時を経て出来上がった味わいには、食材をまとめる包容力と奥深さを感ずることが出来ます。

醗酵食品をはじめ、自然栽培の原材料でつくった食材の数々をお楽しみください。

オリジナル製品の商品基準

主原料は農薬・肥料不使用の自然栽培原材料を使用

主原料は、原則として100%自然栽培農産物を使用します

自然栽培原材料が入手不可能の場合、副原料はできるだけ農薬不使用かつ植物性堆肥で栽培された農産物を使用

可能な限り、人為的な栄養分を与えずに育てられた農産物を選択します

醗酵食品は自然の活力のある天然醗酵菌を使用

自家採取した天然菌や蔵付きの麹菌を使用します

保存料など食品添加物は一切不使用

食品添加物を使用しない商品開発を守ります

ナチュラル・ハーモニーの宅配 取扱食品の基本ガイドライン

- 原則として化学合成された添加物を使用した食品を取り扱いません
- 合成されたうまみ調味料を使用した食品を取り扱いません
- 安心・安全だけではなく、次世代に受け継ぐべき持続的価値のある技術をもった食品を優先的に取り扱います

オリジナル製品

こだわりのオリジナル製品は、約90アイテム。その一部をご紹介します。

米味噌
自然栽培大豆・米・天然塩・地下水、そして自家採取した麹菌を使い、木桶で1年弱かけて天然醸造しました。代々受け継がれてきた「種麹づくり」に40年ぶりにチャレンジして誕生したお味噌です。



木桶熟成 醤油
蔵付き麹菌と自然栽培の原料で作られたお醤油です。代々伝わる木桶を使い、伝統的な製造方法で仕込みました。奥行きのある旨みと酸みがあり、他にはないクリアな味わいが感じられます。



PUKU
植物性乳酸菌が働いたお米のヨーグルト風ドリンク。酒蔵が、お米と水、自家採取した麹菌でつくったノンアルコール飲料です。やさしい甘みと爽やかな酸みが魅力の人気商品です。



自然栽培米 堅焼き煎餅
パリッとした歯ごたえの、堅焼き煎餅です。直径約10cmの大ぶりな煎餅は、蒸籠で蒸し上げたお米を使い独特の食感が楽しめます。味は醤油・味噌・海苔・オレンジチリ・オリーブオイルがあります。



あまざけ
蔵付き麹菌と自然栽培米でつくった甘酒。砂糖を一切使用していませんが、麹菌の力を引き出し、完全に糖化させているので甘さが際立っています。水や豆乳などと1:1で割ってお召し上がりください。



にんじんジュース
自然栽培のにんじんを丁寧に手洗いし、やわらかく火入れ。それを細かく粉砕し、裏ごししてつくったジュースです。青臭さがなく果肉たっぷり、フルーティな味わいが人気です。



寝仕込み 純米酢
自然栽培米を原料に、蔵付き麹菌・乳酸菌・酵母・酢菌の力で醸造したお酢。醗酵に90日以上、熟成に180日以上もの月日をかけて甕でじっくりと醸造します。ふくよかな味わいを楽しむことができます。

飲料



自然栽培原材料のジュースやコーヒー・お茶・日本酒や、無殺菌無除菌の水、有機原材料のソーダ等お楽しみいただけます。

加工食品



自然栽培原材料の麺・粉類・漬物・乾物や、天然昆布・かつお節・海苔といった加工水産物など、日々の食卓に必要な食品を扱っています。

取扱製品



オリジナルの天然醗酵調味料をはじめ、添加物に頼らず丁寧につくられたソース・ケチャップや、天然塩・有機砂糖などを取り揃えています。

日用品



シンプルな原材料でできた基礎化粧品や環境負荷の少ない洗剤類、自然栽培綿でできたタオル・くつした、書籍などがあります。

菓子



自然栽培米の煎餅・自然栽培小麦のクッキーなどといった手づくりスイーツや、干し芋・ドライフルーツなど素材なお菓子もご用意しています。

ソーセージ・干物



保存料・発色剤・結着剤を使わない放牧豚のハムやソーセージ、天然魚を天日湖塩のみで干した無添加干物(メーカー直送)があります。

ご不明な点やご質問などお気軽にお問い合わせください。



ナチュラル・ハーモニーの宅配 お客様サポートダイヤル

Tel. 043-440-8566 (10:00~16:00 土曜留守番電話対応)

Fax やメールでも承ります。Fax : 043-440-8577 メール : takuhai@naturalharmony.co.jp

STEP 2

スタッフからの電話確認

「プレ入会申込用紙」の到着後、1~2 日以内に弊社スタッフより「ご本人さま確認」と「内容確認」のお電話をさせていただきます。

5 分程お時間を頂戴して、お届けに関する内容を確認させていただきます。

●お申込みのきっかけ ●お届け日時の決定 ●お支払い方法 ●お申込み内容の確認 ●お支払い金額 など

プレ入会の商品お届け



お支払いは代金引換となります。(手数料 税込 330 円)

6 日後以降 ↓

STEP 3

本入会

| 本入会へ |

「本入会」ご希望の際は、特に手続きは必要ありません。退会のご連絡がない場合はプレ入会申込み時の登録内容にて、自動的に本入会（本会員）となります。本入会時は、入会金が発生します。

入会金 ¥2,000 (税込)

本入会お届け時の納品書・請求書にて計上させていただきます。また本入会時より代金引換以外のお支払い方法に変更可能です。→詳しくは P13 をご覧ください。
※年会費については初年度以降も本入会日を過ぎた最初のお届け日に請求させていただきます。

〈登録内容に変更がある場合〉お届け予定日の前日から数えて「5 日前 午前8時」にご連絡ください。

| 本入会せず退会手続きへ |

本入会お届け予定日の、前日から数えて「5 日前 午前8時」に電話・Fax・メールのいずれかにてご連絡ください。退会のご連絡がない場合は、自動的に本入会となります。その際、入会金¥2,000(税込)が発生いたしますのでご注意ください。

●ご注意ください！本入会お届け日の前日から数えて「5 日前 午前8時」を過ぎてから退会のご連絡をいただいても、商品の出荷手配を進行しているため本入会前に退会できません。本入会后（商品お届け後）の退会となります。●入会金は退会時に返金していません。予めご了承ください。

お申し込み方法

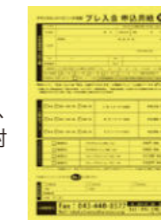
本入会する前に、「プレ入会」で実際に宅配をお試しいただけます。

STEP 1

プレ入会のお申込み

資料に同封の「プレ入会申込用紙」に必要事項を記入し、Fax もしくは同封の返信用封筒にてご郵送ください。インターネットからもお申込みいただけます。

●No.1 「プレ入会 申込用紙」
この用紙は必ずご記入ください。



インターネットからお申込みいただく場合は下記 URL にアクセスしてください。
<https://1lejud.com/stepmail/kd.php?no=IRnMlmmio>



No.2~No.6 は必要に応じて記入の上、No.1 と共に、Fax もしくは同封の返信用封筒にてご郵送ください。

弊社が運営している「Web ショップ mai」の会員様がプレ入会を申込みの場合は、メールアドレスと電話番号を Web ショップ mai での登録情報に統一していただきますようお願いいたします。本入会后に Web ショップ mai でのお買いものがお得になる特典 (P15 参照) が適応されなくなる場合があります。

| 定期宅配の商品をお選びください |

ナチュラル・ハーモニーの宅配では、定期間隔でのご購入をお願いしております。「自然栽培野菜セット」もしくは「自然栽培米」、あるいは両方をご登録していただき、その上でトッピング野菜・果物を追加で登録することができます。

必須登録商品

自然栽培野菜セット
→P5 をご覧ください。



または

自然栽培米
→同封の「自然栽培米のご案内」をご覧ください。



トッピング野菜・果物

お好みで追加登録することができるメニュー

プチマルシェ TUCHI マルシェ
 フルーツマルシェ S フルーツマルシェ L
→P6 をご覧ください。

追加注文商品「加工食品」「日用品」など

→同封の「商品カタログ」をご覧ください。

| 配送ペース・お届けする曜日をお選びください |



配送ペースは、上記 3 つからお選びいただけます。

「土曜」を除いたお届け曜日をお選びください。プレ入会以降変更のご依頼がない場合、同じ曜日でのお届けとなります。北海道・中国・四国・九州・離島（沖縄含む）の地域は、ご登録の曜日から翌日以降のお届けとなります。

●送料・配送について

品質管理の観点から、野菜セットは季節を問わず年間を通して全国一律「ヤマト運輸 クール宅急便」でのお届けとなります。低温にて一定温度を保つことで野菜の品質を守ります。

※お米・加工食品・雑貨は「常温」にてお届けする場合があります。
※一部の離島などクール宅急便サービス対象外の地域は「常温」でのお届けとなります。

|送料|

都道府県	送料(税込価格)		
	Aコース	Bコース	Cコース
北海道	¥1,900	¥1,430	¥890
青森 秋田 岩手	¥1,520	¥1,130	¥710
宮城 山形 福島	¥1,290	¥970	¥600
茨城 栃木 群馬 埼玉 千葉 神奈川 東京 山梨	¥1,240	¥930	¥580
新潟 長野	¥1,290	¥970	¥600
富山 石川 福井	¥1,290	¥970	¥600
静岡 愛知 三重 岐阜	¥1,290	¥970	¥600
大阪 京都 滋賀 奈良 和歌山 兵庫	¥1,440	¥1,070	¥670
岡山 広島 山口 鳥取 島根	¥1,600	¥1,190	¥750
香川 徳島 愛媛 高知	¥1,750	¥1,300	¥820
福岡 佐賀 長崎 熊本 大分 宮崎 鹿児島	¥1,900	¥1,430	¥890
沖縄	¥3,290	¥2,460	¥1,540

※配送数は商品に同梱される納品書の発行回数でカウントします。1回のご注文で2箱以上のお届けになっても発行される納品書は1部のため、配送数は「1」とカウントされます。

※休会をした場合、再開時にコースのリセットはされません。ただし、休会中でも次のコース判定日を迎えると、コースが更新されてしまいます。

※退会をした場合、次のコース判定日までに再入会をしたとしても配送数はリセットされ、再入会日(本入会日)を新たなコース判定日として、1年間はAコースの送料となります。

※直送商品をご注文いただいても、直近の定期宅配時の納品書に追加されるため配送数にカウントされません。配送数=納品書の発行回数のため、直送商品の他、ギフト企画(サマーギフトなど)の商品も対象外となります。一方年末指定日配達など納品書が発行される企画については配送数にカウントされます。

|配送時間|

午前中 14時~16時 16時~18時 18時~20時 19時~21時 左記からお選びください

北海道・中国・四国・九州・離島(沖縄含む)はご登録曜日から翌日以降のお届けとなります。東北・四国・中国その他一部の地域は時間指定ができない場合があります。

●配達当日、お荷物を受け取れない場合は

ヤマト運輸にて一定期間冷蔵保管しています。不在票をご確認の上、再配達のご連絡をお願いいたします。またヤマト運輸ではEメール・アプリ・LINE等で「お届け予定通知」のサービスを展開しています。弊社にご連絡いただくよりもスムーズに、出荷後のお荷物をご都合のよい日時にお受け取りいただけます。

|欠品|

自然栽培の農作物・天然菌による醗酵食品は現状生産量が限られるため、欠品となる場合があります。その際は、納品書に「欠品」と記載いたします。

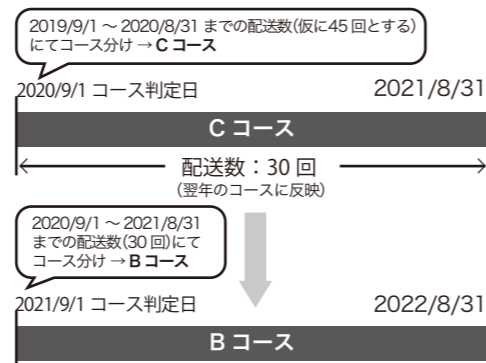
●年間の配送数に応じて送料がお得になります!

A・B・Cのコースによりそれぞれ送料が変わります。各コースの条件は

Aコース	会員1年目または1年間の配送数が30回未満
Bコース	1年間の配送数が30回以上45回未満
Cコース	1年間の配送数が45回以上

※各コースの適用期間は1年間です。

9/1が本入会日の場合のコース判定例



※本入会日と同じ日付を「コース判定日」とし、コース判定日を起点とした1年間の配送数でコースの判定を行います。

●どれだけご注文いただいても送料のご請求は1箱分のみ!

1回の配送で個口が2箱以上となっても、送料は1箱分のご請求となります。

|返品・返金|

●返品・返金期日は、商品到着後7日以内

●内容相違・破損・損傷の場合を除き原則返品不可
誠に恐れ入りますが商品の性質上、返品は原則お受けいたしかねます。お届けした品物に傷み・腐り・破損等不備がございましたら、ご返金または代替品(野菜を除く)を用意いたします。お手数ですが「お客様サポート」までお申し付けください。(詳しくは会員規約第10条をお読みください)

●荷物の凍結について

クール便でお届けする都合、荷物が凍結する場合があります。ヤマト運輸に原因調査を依頼して改善した例が多くありますので、弊社もしくはヤマト運輸までご連絡ください。商品の引き取りと代品の手配をさせていただきます。対象商品が少なく同一商品をご用意できない場合は、返金対応させていただくこともあります。

●返品送料

お客様都合以外の事由は弊社負担となります。(送料着払い)

●ご依頼方法

ご登録コースに追加で注文するとき・ご登録内容に変更があるとき・ご不明点などを問い合わせるとき「ナチュラル・ハーモニーの宅配 お客様サポート」までご連絡ください。

●電話・メール

下記お客様サポートにご連絡ください。

Tel. 043-440-8566
(10:00~16:00 土曜日留守番電話対応)
Mail. takuhai@naturalharmony.co.jp



●ファックス

商品に同封される「注文用紙」にご記入の上、下記FAX番号に送信してください。

Fax. 043-440-8577 (24時間受付)



●インターネット

下記URLまたは右記QRコードにアクセスし、ご登録の上ウェブからご注文ください。



URL. <https://naturalharmony.info/login/>

●郵送

商品に同封される「注文用紙」にご記入の上、下記住所にお送りください。

〒289-1115 千葉県八街市八街ほ 948-5
「ナチュラル・ハーモニーの宅配 お客様サポート」宛



各種ご依頼に必要な書類はお届けの荷物と同梱しております。または、ナチュラル・ハーモニーの宅配ホームページ内「今日の宅配」ページからもダウンロードいただけます。

URL https://naturalharmony.co.jp/catalog_member/

|ご依頼の締切について|

ご注文・ご登録内容の変更・配送休みなど、すべてのご依頼の締切は原則次回お届け日の前日から数えて「5日前午前8時まで」となります。(例:次回お届け日が4月7日の場合、4月2日の午前8時締切)。配達日を早める場合も、変更希望のお届け予定日の前日から数えて「5日前午前8時」となります。

|休会について|

「2ヵ月を超える配送のお休み」と「配送再開日が未定」の場合、定期宅配を「休会」することができます。休会を希望するお届け日の締切日時までにご連絡ください。再開時に入会金は発生しませんが、年会費有効期限から半年を過ぎますと「自動退会」扱いとなり再度入会金が発生します。

|退会について|

定期宅配を「退会」する場合、退会を希望するお届け日の締切日時までにご連絡ください。退会後に再入会する場合には、新たに入会金が発生します。

●お支払い方法

プレ入会は「代金引換」のみ、本入会以降は「代金引換」「払込用紙」「口座振替」から選択できます。(お試しセットはクレジットカード・代金引換から選択できます)

|お支払い方法別の手数料(税込)|

代金引換	¥330	払込用紙	¥198	口座振替	¥0
------	------	------	------	------	----

|代金引換|

商品代金はお届けの際にヤマト運輸の配達員にお支払いください。お支払い方法は「現金」「クレジットカード」「デビットカード」「電子マネー」からお選びいただけます。現金以外について、ご利用可能ブランドなど詳細は下記ヤマトフィナンシャルHPをご確認ください。

クレジットカード・デビットカード
https://www.yamatofinancial.jp/logobr/pay_popup_oc.html

電子マネー
https://www.yamatofinancial.jp/logobr/pay_popup_od.html

|払込用紙による、ゆうちょ銀行または郵便局| コンビニエンスストアでのお支払い

商品と同梱で払込用紙をお届けいたします。お支払い期日(商品の到着から10日程)までにお支払いください。払込用紙の期限がきれてしまった場合、再発行(有料)あるいは払込用紙の期限を延長いたします/ご本人確認ができませんので、銀行振込はされないようお願いいたします。

○お支払い可能なコンビニエンスストア・郵便局



|口座振替による自動引落し|

ご希望のお客様は「預金口座振替依頼書」に必要事項を記入捺印の上、同封の返信用封筒にてご送付ください。金融機関での印鑑照合のため、登録に1~2ヵ月のお時間をいただきます。



想いを受け継ぐ 品質への取り組み



農業や肥料を使用しない自然栽培の農作物は、自然界の法則や命が育まれていくルールを自らの姿をもって教えてくれます。だからこそ、私たちは自然栽培を伝え広めたいという想いで、2004年に全国宅配を開始しました。

私たちナチュラル・ハーモニーの宅配は、地球上の生きものすべてが本来の豊かさに満ちた、持続可能な社会に進んでいくことを願い、日々取り組んでいます。安心安全にとどまることなく、自然が持つ生命力を大切に食料を多くの方に味わっていただきたい。そして、本来あるべき、自然と調和したライフスタイルそのものを提供したいと思っています。

食べもので四季や自然のエネルギーを感じ、本当に心地よいと思えるものに囲まれて肩肘張らずに暮らす。自分の五感に従って暮らすようになると、日々の生活そのものを楽しめるようになります。私たち自身がそんな生活を日々実践し、商品に同梱する情報誌も社内で制作しています。産地レポートや、原材料や製造工程までこだわり抜いた商品紹介・コラムやジャーナルなど、衣食住にまつわる実体験に基づいた情報提供に努めています。

会員の皆さまには、身近にナチュラルライフを実践していただけるよう、以下の特典を設けております。

会員特典 2

弊社代表の連続セミナー等に会員価格で参加いただけます

ナチュラル・ハーモニー代表の連続セミナーや産地ツアー等、弊社主催のイベントに会員価格で参加いただけます。イベント情報はHPでご確認ください。
※特典が適用されるのは一部のイベントに限ります。

会員特典 1

直営店でお買いもの際ポイントが3倍たまります

横浜市にある直営店「ナチュラル&ハーモニックプランツ」でお買いもの際、店舗にて発行するポイントカードの付与が、通常100円で1ポイントのところ、宅配会員様は3ポイントとなります。変回以降お買いもの時に、1ポイント=1円として利用いただけます。

私たちが扱う農産物は、専任スタッフが常に産地の生育状況を確認し、日々入荷量と種類を決定します。自然栽培の農産物は、気温の変化や天候にとっても敏感です。そのため、入荷数が一定でないことが多くあります。ある年は雨不足、ある年は長雨、そして急激な温度変化など、天候は予測不可能です。そんな天候の変化で、虫害に遭うもの、生育しすぎてしまったもの、逆に生育不良で小さすぎるものなどが一緒に入荷することがあります。それらを専任スタッフが一つひとつ丁寧に、かつ厳しく選別してバックしています。それでも、発送後の輸送環境によっては青果に傷みが出てしまう場合があります。お届けした品物に傷みや破損があった場合、どうぞ遠慮なくご連絡ください。返金対応及び再発防止に努めます。ご満足いただける安定供給に向け、日々努力を重ねてまいります。

日本人にとって主食であるお米。日々の食事の芯となる自然栽培米は、専任スタッフによる栽培管理・自社精米・品質管理を行っています。私たちが扱うお米は、栽培からお届けまでの工程において農薬や忌避剤・燻蒸処理など、薬剤を使った防虫対策を一切行っていないため、精米ラインの清掃と保管の温度管理を徹底しています。産地から届いたお米はまず、玄米の状態です。低温倉庫で管理されます。その後、温度管理された精米室で精米からパックまでの作業を行います。玄米に混ざった小石を取り除き、精米後(白米のみ)、小米や割れた粒を除去。最後に色彩選別機で良米・不良米を分けて計量後、速やかにパックして商品が完成します。お米について詳しくは、冊子「自然栽培米コース案内」をご確認ください。

梱包資材削減に取り組んでいます

私たちは、自然保護や環境問題の観点から梱包資材の削減に取り組んでおります。資材を使用するほどプラスチックなどの廃棄物が発生する要因になることから、出来る限り資材に頼らずに商品を無事にお客様の元にお届けするような梱包を心がけています。ただし、私たちが取り扱う商品は野菜などの生鮮食品から日用品まで幅広く、生鮮食品の水分や泥の付着や瓶類の破損を防ぐために現時点ではプラスチック資材も必要としています。これからも少しずつ改善を続けながら資材削減に取り組んでまいります。商品だけでなく、私たちの行動すべてにおいても自然との調和を意識することで、つくり手の想いを出せるかぎりそのままお届けできるようにしていきたいと考えています。

丁寧な選別・梱包を心がけます

熟練の専任スタッフが、日々野菜と向き合っています



お米の品質追求を怠りません

栽培管理から出荷まで、一貫した製品管理を行っています



放射性物質検査を実施しています

私たちは、福島第一原発の事故発生直後には自社で放射能検出器(NaIガンマ線スペクトロメーター)を導入し、農産物の放射性物質(Cs134・137)検査を行っています。青果物はこれまでの検査データから「初回入荷時のみ検査を行う地域」「検査をしない地域」に分けて、お客様が内容を選択できない「野菜セット」または「トッピング野菜・果物」については基準値を「3Bq/kg」に、お客様が選んで購入できる青果については検出値を公表した上で「10Bq/kg未満」のものを販売いたします。その他、お米とオリジナルの加工食品についても検査を実施しています。検査を行うことにより、農地を風評被害から守り、自然栽培を生産しやすい環境を維持していきたいと考えています。

会員の黒川仁美さん。自然栽培の野菜とお米を定期登録しています。出産後に長期入院した黒川さん。病院食で過ごす日々の中、旦那さんが自然栽培の野菜で漬けたものをつくってきてくれたそうです。「漬けたものを食べたら、今まで本当に美味しいものを食べてたんだと噛みしめました」

自然栽培の野菜は変な匂いや味がしません

東日本大震災を機に、食への疑問が沸き上がった黒川さん。無農薬栽培の食材を日々の食卓に取り入れるようになりました。そして、友人の紹介で「ナチュラル・ハーモニーの宅配」を知りました。農薬を使っていないのだから、虫食いくらいはあるだろうと思っていたところ、立派な野菜が届き、驚いたそう。

「虫食いだけでなく、自然栽培の野菜は青臭いとか苦いとか変な匂いや味がしませんね。しっかり味があるので、手をかけた料理をしなくなりました。お米や味噌も本当に美味しくて。食事ってこれだけでいいじゃん！とまで思うようになりました」

旨みを加える必要がない

それまでの黒川さんは、旦那さんのために肉や揚げものを意識して食卓にあげていたそうです。「宅配を始めてから、野菜を炒める・焼く・蒸す・漬けるみたいなシンプルな料理ばかりになりました。素材が美味しいから、料理にソースとなる要素がいらない。旨みや複雑さを加える必要がないんです」

日々の食卓は和食がほとんど。「和食はやっぱり飽きないし、食べた後身体が軽いです。お味噌も美味しい。旦那さんが『味噌汁がこれ以上ないくらい

お客様の内面と外面から美しくをテーマに、ヘアサロン「銀座美院」を運営している増本拓さん。2014年から野菜とお米を利用されています。

健康でなければ美容は成り立たない

テニスに打ち込んでいた高校の寮生活では、友達同士で髪の毛をカットする習慣があり、先輩・同級生・後輩によくカットを頼まれていました。進路に悩んだとき、美容師という言葉が頭に浮かびました。卒業後、東京の美容専門学校に通い、その後青山にある美容院に就職しました。

晴れてスタイリストになれた増本さん。その後、エステ・ネイルを含むトータルビューティーサロンに異動。数多くのお客様を担当し、食が身体・頭皮・髪・肌・爪をつくるのだと、改めて食の大切さを実感するようになった増本さん。食の勉強を始め、栄養学・添加物・酵素・活性酸素・オーガニック認証などと学んでいく中、自然栽培に出会いました。自然栽培に向き合う生産者や農作物のことを知れば知るほど、自身の髪への信念と似ていると感じることが多くなったそうです。

内面と外面から美しくなる本質美を

銀座美院は、お客様の内面と外面から美しくなる「本質美」を目指して、2014年にオープンしました。頭皮を整えて適切なカットをすることで、髪の毛の悩みがなくなると増本さんは考えています。カットは一人ひとりの髪と会話するように、髪の毛を生きものとして触れ、そして髪の毛が自由に動けるように、木を剪定していく感覚で行います。根元

お客様の声

宅配をご利用いただいている
会員さまにお話を伺いました

埼玉県在住 黒川 仁美 さん

東日本大震災を機に選んだ野菜
今では美味しさから続けています



「うまいっ」と言ってくれるので(笑)「もちろん(値段が)高くなって思うこともありますが、入院や出産で出費がかさんだときには、宅配をお休みなしなればいけないかなとも思いました。でも『美味しき』にはかなわない。止められなかったですね」



「無駄な買い物ももしなくなっただという黒川さん。冷蔵庫の食材を腐らせたりすることもなくなりました。「今年、家の敷地で家庭菜園を始めました。茄子とトマトときゅうり。でもほとんど実がつかないで終わっちゃって(笑)。自分で育ててみたら、届く野菜の有り難みがわかりました。どれだけ大変な道のりがあったのかと思うと、セットの内容がお任せで構いません。『どんな料理をしようか』考えるのも楽しいし、野菜で季節を感じられますしね」嬉しそうに語る黒川さんの周りには、自然と笑顔が集まるんだらうと思った、陽気が心地よい昼下がりでした。

が軽くなり、お湯とおり・指とおり・風とおりがよくなります。髪の毛を内巻きにおさめるためのパーマやトリートメントなども必要なくなるといいます。本物を知ってもらいたい

月に一度「タクミキッチン」というイベントを開催しています。本物をもっと知ってもらいたいという気持ちから始まったイベントで、食材に関わるゲストを毎回呼び、料理に参加者に楽しんでもらう趣向です。この会でも、自然栽培の食材を使います。



「元気な身体があつて、悩みの無い髪の毛がある。健康や美容に悩みがなくなれば、本当に自分のやりたいことができるじゃないですか」

喜びの普及が自分のテーマだと語る増本さん。食とカットはそれを叶えるための手段がもしもありません。

東京都在住 増本 拓 さん

美容院経営者が本質美のために選んだ野菜
内面と外面から美しくなる本質美を目指して





島根県江津市
反田 孝之さん

●主な農産物
コシヒカリ・ごぼう

始めた頃は苗で失敗して田植えがうまくいかず、収穫がほぼ皆無だった。自然栽培を始めて2年目、育苗に失敗し、田んぼは草に覆われました。た田んぼもありました。現在は田畑合わせ18ヘクタールの規模で、しかし種は芽を出して穂を実らせ、種が持つ命の力がはっきりとわか営農していますが、以前に比べて経営的にはプラスになっており、作りました。近年、種も田んぼもあるべき姿になってきたように感じてい業時間も大幅に減ったため身体を酷使することも少なくなりました。数ます。まるで自分の心が実になったように満足のいく作物ができ、こ年おきに洪水が起きるとい土地柄でもあり、農業自体盛んではあり、れまでの苦労を家族といたわり合えました。今ははっきりわかるのは、ません。しかし私がこの場所で継続することで、様々な環境において種や田んぼが変わると、耕す本人も変わるといことです。生活や私も自然栽培で営農していくことは可能だと証明することができる、そして自身の中にも自然のリズムが活かされ、自分のものとして落とし込まてそれが私の使命だと感じています。



秋田県大潟村
齋藤 一樹さん

●主な農産物
ササニシキ

始めた頃は苗で失敗して田植えがうまくいかず、収穫がほぼ皆無だった。自然栽培を始めて2年目、育苗に失敗し、田んぼは草に覆われました。た田んぼもありました。現在は田畑合わせ18ヘクタールの規模で、しかし種は芽を出して穂を実らせ、種が持つ命の力がはっきりとわか営農していますが、以前に比べて経営的にはプラスになっており、作りました。近年、種も田んぼもあるべき姿になってきたように感じてい業時間も大幅に減ったため身体を酷使することも少なくなりました。数ます。まるで自分の心が実になったように満足のいく作物ができ、こ年おきに洪水が起きるとい土地柄でもあり、農業自体盛んではあり、れまでの苦労を家族といたわり合えました。今ははっきりわかるのは、ません。しかし私がこの場所で継続することで、様々な環境において種や田んぼが変わると、耕す本人も変わるといことです。生活や私も自然栽培で営農していくことは可能だと証明することができる、そして自身の中にも自然のリズムが活かされ、自分のものとして落とし込まてそれが私の使命だと感じています。



福岡県朝倉市
松本 一宏さん

●主な農産物
じゃがいも・ササニシキ・イセヒカリ・朝日

自然栽培を始めたのは効率性や経営面が大きな理由でした。あるとき、消費者の方々から涙ながらにお礼の言葉をいただいたことがありました。数字しか見ていなかった自分が恥ずかしくなり、それ以来、使命感を持って取り組むようになりまし2017年の夏、豪雨により10年積み重ねてきたものが一晩で崩され、改めて自然とは何かを見つめ直す機会になりました。その後、全国の産地をまわりながらそれぞれの土地に息づく風土や豊かさを知り土地で淡々と暮らしていくことの偉大さと、それを受け入れる柔軟さを知ることができたように思います。



ナチュラル・ハーモニーの宅配に自然栽培の青果を届けてくれる全国の生産者さん。野菜と果物は約90人、お米で約35人の方と契約し、野菜セットやお米の安定供給に努めています。つくり手が自然栽培に取り組む理由は様々ですが、それぞれの場所で命の営みを感じ、田畑を通して真摯に自然と向き合っています。そんなつくり手に育まれた青果は、調和のとれたやさしさに満ちた味わいです。ぜひ皆さんに知っていただきたい味わいです。



●主な農産物
里芋・にんにく・大根



宮崎県宮崎市
川越 俊作さん

●主な農産物
里芋・にんにく・大根

最初は「こんな農業があるんだ」という印象だった自然栽培。振り返ってみれば、宮崎の田舎での生活が楽しく思えるのは、やはり自然栽培のおかげなのではないかと思っています。植物の変化・土の進化を通して、人間の考えが絶対ではないことを痛感し結局人ひとりでは何もできず、自然界に生かされていることを実感し自然に向かえば、農業も暮らしも考えかたも楽になります。植物も人も、それぞれが生かされるような自然栽培的生きかた・環境づくりをしていくことが、これからの目標です。



宮城県色麻町
浦山 利定さん

●主な農産物
ササニシキ・イセヒカリ

毎日田んぼの様子を見に行きますが、その度に自然の営みに触れることができ、新鮮な気持ちになります。自然栽培を始めてから、稲や田んぼを通して目に見えない自然の力を感じられるようになったのですが、人間の生活も季節によって動きが変わったり、人との出会いには流れがあったり。もしかしたらこんなことを知りたくて、自然栽培にめぐり会ったのかもしれない。自分ではどうにもならないこともあるけれど、その中でやれることをやるだけ。そんな、波に乗るような生きかたを自然栽培から学ぶことができました。

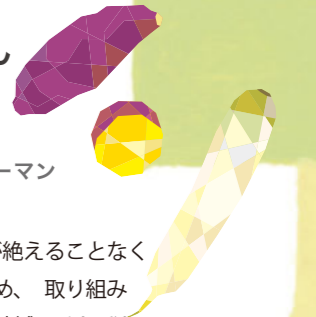
自然栽培という 取り組みを振り返って つくり手の声



千葉県富里市
高橋 博さん

●主な農産物
大根・人参・さつまいも・ピーマン

多くの仲間とともに志を掲げ、しかし虫や病気の悩みが絶えることなく10数年減収が続きました。その後不作の原因を突き止め、取り組みを体系化することができ、いまに至ります。全国の各地域でそれぞれの型が生まれれば、やがては大きな流れになると信じています。目の対処だけに偏らず、原因に目を向けて進めば、必ず楽になる。自然栽培を通して学んだこともいえます。長い道のりでしたが、多くの学びと出会いにも恵まれ幸せな人生だと心から思います。



千葉県銚子市
寺井 三郎さん

●主な農産物
キャベツ・レタス・長ねぎ・枝豆・人参・さつまいも・大根・ちんげん菜

有機栽培に限界を感じたこと、また自然栽培の野菜を初めて食べたと、施肥する手間がかからず、虫や病気の被害もほとんど無くなった分、きに「野菜の匂いがする！」と感動したのがきっかけで、自然栽培に自然栽培を続けてきてよかったと思います。ただ、畑ごとの特性を見取り組むようになりまし。2019年は、暖冬の影響で野菜の生育が極めて適切に種を蒔くためには、結局畑に通って観察し続けるしかならばつき出荷が大変でしたが、自然栽培だから乗り切ることができたと思います。作物も生きものです。自分の都合や不満の気持ちをのかなとも思います。育て野菜も美味しいですし、食べてくれる皆さまに持ち込めば、野菜に伝わってしまうと思います。仕事に行く前はんをはじめ、様々な方が応援してくれている。人との繋がりができたこと必ず気持ちを整え、野菜が喜ぶようやさしく接することを意識していまとが何より嬉しいです。まだまだ模索していますが、自然栽培を始めます。自分がどうするかではなく、あくまで自然に合わせることでしかからは農業が楽しくて仕方がない。本当によかったと思っています。結局うまくいかないし、大切なだと学びました。



茨城県行方市
田神 俊一さん

●主な農産物
青茄子・かぶ・きゅうり・人参・小松菜・ズッキーニ・ブロッコリー



コラム

私たちが自然栽培を扱う理由

自然栽培の食材がもつ、身体が喜ぶ美味しさをそのままお届けしたいと思っています。日々の小さな美味しいが積み重なって価値観を養い、やがて自分の中にある自然を呼び覚ましていく。それが私たちの生きかたそのものを形づくっていきます。

人と社会と地球とが手をとりあい、自然と調和した生きかたを実現したいと思えます。

農薬のこと

戦後の食糧難を救い、食生活を豊かにしたのは化学肥料と農薬に違いありません。肥料と農薬のおかげで、私たち日本人は一年中好きな野菜を手にすることができ、食べものに困ることがなくなりました。その一方、アレルギー・アトピー・慢性疾患といった人体への関連性を指摘されているのも事実です。

よく取り上げられるニコチンに似た成分をベースとする殺虫剤、ネオニコチノイド系の農薬。ミツバチや赤とんぼが激減している原因といわれています。特にミツバチは、花粉を運ぶことで植物の受粉を助け、農作物の生育にも重要な存在です。農薬は、人体だけでなく生

態系への影響も懸念されます。

ネオニコチノイドに関しても、様々な論争が飛び交っています。しかし、生産者さんが保護服に身を包み、マスクとメガネで防備して農薬散布をする姿、そして周囲に立ちこめる鼻を突くような匂いは現実のもの。このような光景が身体に取り込む食物の生産現場の姿であっていかどうかの判断は、私たちが自分の五感で感じ取れることではないでしょうか。

肥料のこと

肥料は、作物の生育に欠かせない存在とわれがちです。それは人間に当たる食べものが、作物にあたる肥料と捉えるからだと思います。現代における大量生産・大量消費の経済社会の枠組の中に農業を当てはめる場合には、生産効率を上げ営農していくために農薬や肥料は欠かせないでしょう。

植物が育つ三大栄養素といわれている「窒素」「リン酸」「カリウム」。その中でも窒素は、植物の初期生育に欠かせない生長促進剤とし



よくあるご質問

野菜セット内の品目・種類は選べますか？

お選びいただけません。自然栽培の野菜は、まだまだ生産者さんが少なく、品目も安定しておりません。そのため、私たちが内容を調整してお届けさせていただきます。

野菜以外の注文商品は野菜セットと同じ箱で届くのですか？

はい、基本的には野菜セットと同梱いたします。但し、商品点数が増えたり、ケースで販売する商品(水・ジュース等)を含む際は複数の箱に分けてお届けいたします。この際の追加送料はいただきません。尚、配送業者の都合上、箱ごとに配送温度帯が異なる場合、到着が別々になる可能性がありますので、予めご了承ください。

野菜セットの量はどれくらいなのですか？

野菜セットの量や品目は、季節により異なります。同じ品目数であっても、一つひとつの野菜の大きさが違うからです(例えば、きゅうり3本と大根1本ではボリュームが違います)。コースの変更は随時承っておりますので、無理のない範囲からスタートしてください。

現在登録の住所以外へも追加で届けることはできますか？

できません。会員制定定期宅配という性質上、ご住所登録は1箇所のみとなります。お届け先をさらに追加されたい場合、別途「プレ入会」よりご登録いただく必要がございます。

「4週に1度」ではなく、「月の第1水曜日のお届け」等、「月に1回」でお届け日の指定はできますか？

「月に1回」のお届け指定はできません。「4週に1度」のお届けの場合、通常のカレンダーとは月によって配送週がずれてきますのでご注意ください。

一度登録したら変更やお休みはできないのですか？

変更やお休みも可能です。継続的な登録内容変更やお休みだけでなく、1回のみの変更、またはお休みも可能です。トッピング野菜・果物を試してみたいという場合も1回に限り追加することができます。

お米だけ欲しいのですが、野菜と一緒に登録しなければいけませんか？

野菜と一緒に登録しなくても、お米だけの定期登録が可能です。

野菜やお米が余っています。どうしたらいいですか？

野菜やお米を無理なくお使いいただけるよう、配送日を変更、またはお休みにて調節ください。あるいはお届け頻度やセット内容を減らすこともできます。野菜とお米を両方登録いただいている場合、野菜かお米のどちらかをお休みすることもできます。

プレ入会で、利用を一旦終了したいのですが

プレ入会申込み時にスタッフにお伝えいただくか、本入会のお届け予定日の前日から数えて「5日前午前8時まで」に、電話・Fax・メールいずれかにてご連絡ください。締切日を過ぎると、自動的に本入会となります。本入会のお届けには、入会金2,000円(税込)が発生いたしますのでご注意ください。

傷みのある野菜が届きました。自然栽培は枯れるのでは？

自然栽培の野菜は、肥料の力に頼らず、自然の力でゆっくりと育ちますので、細胞が密になり、枯れやすくなります。ただし、すべての野菜が枯れるというお約束はできません。自然栽培歴の短い畑では、過去に投入されてきた肥料や農薬が土から抜けきらず、影響を与えることがあります。またどんな野菜でも生きものですので、天候の影響により弱ってしまうこともあります。

1回配送をお休みしました。お休みした分の読みもの(封入物)を送ってもらえますか？

ご希望いただければ、次回のお届けの際にお荷物と一緒にお届けいたします。すぐにご入り用の場合は、郵送にてお送りいたしますのでお知らせください。

野菜やお米を人に送りたいのですが、ギフト対応はしていますか？

ギフト対応はしておりませんが、配送ごとにご指定いただければ、ご登録住所以外にお送りすることは可能です。

ご不明な点やご質問などお気軽にお問い合わせください。



お客様サポートダイヤル
Tel. 043-440-8566
(10:00~16:00 土曜留守番電話対応)

Fax やメールでも承ります。Fax. 043-440-8577
メール . takuhai@naturalharmony.co.jp

「ナチュラル・ハーモニーの宅配」メールマガジン

最新の商品情報・メルマガ限定の商品案内を配信中！
ご登録は下記 URL からどうぞ。

URL : <https://1lejend.com/stepmail/kd.php?no=110612>





て重宝されてきました。窒素肥料は土壌の硝酸菌の作用で硝酸態窒素に変換され、植物が根から吸収するのですが、この硝酸態窒素に虫は引き寄せられます。（硝酸態窒素以外の要因で虫が発生する場合があります）

化学肥料に有機肥料、種類も様々ありますが、たとえ有害成分を含まないといわれていても、これらを与えることによって土や植物がバランスを崩し、それを解消するために虫や病気が発生します。結果、農業が必要となってしまう。

また、硝酸態窒素は飲料水となる水質にも影響を与えます。農村にて、地下水の2割以上が硝酸態窒素の環境基準を上回ったと報告されたのが1997年のこと。肥料は田畑の土壌に残るのではなく、その下にある地下水脈に流れ込んでいます。

使う肥料がどんな成分を含んでいるのか把握するのも困難です。有機肥料の場合、油粕（大豆や菜種の搾りかす）・魚粉・鶏糞といった有機物が主体となっていますが、それらが何を与えられ育てられたのかはわかりません。油粕ならどんな農薬や肥料が施されたのか、またどんな品種なのか。鶏糞なら、どんな餌やワクチンを与えられたのかといった具合です。

肥料によって現代の食生活が実現したことは事実です。しかし、それがどんなものか、私たちの身体や環境にどんな影響を及ぼすのか

ということも、同時に考えなければいけません。

自然栽培の場合は、整った土壌環境で根が気持ちよく伸び、じっくり栄養器官を形成することに力を注ぐことができます。根がしっかりと深く張っていれば、多少の虫や病気・気候変動にも揺らぐことなく、本来備わっている力で生きていくことに繋がります。

「農薬や肥料を使わなければ出荷まで姿かたちを維持できなかった野菜」ではなく、「農薬や肥料を使わなくても虫や病気の影響を受けずに元気に育った野菜」を皆さんに召し上がっていただきたいと心から思います。いのちに満ちた食材を食べることを生活の芯にすることで、心身ともに健やかに過ごすことができますと信じています。

私たちの自然栽培

草木が息吹く土地を四角く切り取り、種を蒔く。農業に「自然」という言葉を掲げること自体、違和感がある方もいるかもしれませんが。しかし、人が生きていくためには動植物を育て、そこから糧を得る必要があります。

青果物が肥料や農薬がなくても健やかに生育するよう、種を蒔く土がまず健康であることが必要です。そのためには土の団粒化を促すことが大切です。団粒構造とは、土粒子が結果して団子状になること。団粒と団粒の間

にある隙間が、通気性・排水性・保水性をもたらし、結果、植物も適度な水分を保持しつつ、団粒の隙間に根を張り巡らせることができます。

そこで活用するのが堆肥です。堆肥として使用するのには、作物の残渣（収穫物以外の作物の茎や根）や畑の草などです。草を乾燥させて限りなく土に近い状態にしたものを土にすきこみ、土づくりを進めていきます。過去に施されてきた肥料や農薬を抜き、安定した収穫を目指すために、土に積極的に関わります。

栽培基準について

生産者さんに継続して取り組んでいたこと、自然を尊重して植物に本来の力を発揮してもらうこと、自然の摂理を規範とすること、自然の流れに寄り添うことを原則に、栽培基準を設けています。

私たちが何より大切にしているのは「永続性」です。生産者さんが安定して作物を出荷できること、品質の安定した作物を流通すること、消費者である皆さんに無理なく食べ続けていただくために、「どうしたら継続することができるか」という視点で流通することを大切にしています。維持できこそ、つくり手といたただく側が増え、自然栽培という農業が普及することに繋がります。

土づくりが前提の自然栽培で、安定出荷という実を結ぶまでには、どうしても時間を要します。そこで、生産者さん一人ひとりに取り組む意思を確認し、自然栽培を継続していただくためにも「圃場登録」を行います。登録した田畑で土づくりを重ねた上で種を蒔き、安定した収穫を目指していく取り組みです。

また圃場登録する田畑の経歴や土質を調査し、土に合った作物を選びます。土に合わない野菜を無理に育てようとしても、結果として生育不良・虫・病気が発生する原因になります。作物が育つ前提として土づくりが必須であること、適地適作を遵守すること、手間ひまも時間もかかる自然栽培だからこそ、着実に成功する道のりをつく

り手と共に模索しながら進めています。

種のこと

現在、市場に流通している野菜の種のほとんどが「F1種」というものです。種は固定種とF1種に分類することができます。固定種は、日本各地に伝播された伝統野菜を選抜・固定することにより成立した品種です。F1種は、雑種強勢という遺伝の法則を利用した育種方法で、異なる親品種を掛け合わせ、一代のみ優勢となる遺伝子を保持する種です。F1種は、発芽や生育が揃い、生産性に優れています。しかし、生育や形が揃う優性遺伝が出るのは一世代限りで、F1種から種を採っても性質がばらける傾向にあります。つくり手は毎年種苗

会社から種を購入しなければいけません。

一方固定種は、種を採ることで種自身が土や気候を記憶し、その土地に馴染むようになります。そのため、つくり手には自然栽培と共に自家採種の取り組みも勧めています。ただ、固定種といえど採種方法によって、または採種年数が浅い種は、収穫時期・形状・大ききといった面でバラつきが出て、結果流通への入荷が安定しないこともあります。つくり手が種を見極め、品種が持つ特性を維持しながら採種を行い、かつ流通することは易しいことではありませんが、私たちはそこに挑み続けます。

現在、販売しているすべてのお米（自然栽培歴1年目を除く）は、自家採種を行っています。青果物は年間（2018年6月）





2019年5月)で60品目の固定種を自家採種しています。安定供給を継続しつつ、自家採種の割合を増やすために、つくり手・いただく側の皆さんの相互理解の元、努力を重ねていきます。

食の安全・環境配慮・持続性といった観点から自然栽培に着目してきました。しかし、私たちが惹きつけてやまないのは自然尊重・自然規範・自然順応の姿勢を貫く、つくり手のまばゆさです。

現状、自然栽培における基本的な技術は体系化されつつありますが、マニュアルはまだ存在しません。土地ごとであれば気候、更には田畑1枚いちまいでも条件や性質が異なり、その向き合いかたもそれぞれ違います。土や種の真価が発揮されるよう、つくり手は「自然か、不自然か」という視点で作物を観察し、作業を見極めていきます。

もの言わぬ田畑の前に、時間も根気も注ぐ年月。そんな中、想像を上回る植物の生命力に圧倒され、そこに惹き付けられるのだと、つくり手は語ります。

肥料や農薬を使わないことがゴールではなく、「自然に寄り沿い、植物たちがどう生きたいのかを問い続ける行為」が自然栽培です。そうして自然の流れに沿って恵みをいただく。それこそが、自然の摂理にかなった、たくましく美しい生きかたなのだと思います。