



ナチュラル・ハーモニー カタログ宅配

今週のお知らせ

今週より、名称が「ナチュラル・ハーモニー
カタログ宅配」へ変更となりました。

スタッフ側では使用するシステムが新しくなりました。慣れるまでの間、操作に戸惑う場面などがあり、ご不便をお掛けしてしまうかもしれませんが、あたたかく見守っていただけますと幸いです。

お客様に関しましては、締切が「お届け日の6日前16時」へ変更となったり、一部地域が延着地域へ変更となったりしています。詳細につきましては、「サービス名称・一部サービス内容変更のお知らせ」をご覧ください。

それでは今週のお知らせをご案内いたします。

<おまかせ米 はじまります>

いろいろな品種を気軽に楽しみたい方におすすめです。その時々でおすすめの「品種」「生産者」のお米をお届けします。お好みの品種や生産者のご指定はできませんが、その分お求めやすい価格となっています。詳しくはお米の注文用紙をご覧ください。

<最近の青果状況>

いよいよ春野菜の終了が相次いでいて、夏野菜の育ちを首を長くして待つ季節に入ってきました。6月頃になれば、枝豆や大葉なども少しずつ入荷してくる見込みです。

・野菜【継続して入荷中】
コマツナ、ネギ、アスパラガス、カブ、キャベツ、ズッキーニ、ソラマメ、平莢インゲン、ゴボウ、サツマイモ、ジャガイモ、タマネギ、ダイコン、ビーツ、葉付きニンジン

・野菜【入荷終了】
ブロッコリー、クワイモ、サトイモ、ショウガ

・果物【継続して入荷中】
アマナツ、河内晩柑、グレープフルーツ、レモン

・果物【入荷終了】
キウイ、清見オレンジ

新商品

- ・福神漬け 120g×3袋入

再開

- ・生ところてん（固まり） 350g
- ・ところてん（麺状） 130g
- ・きゅうり醤油漬け 120g（1袋・3袋）
- ・天然太もずく 300g
- ・玄米ぼんせん 7枚入り（1袋・3袋）
- ・きな粉黒みつ寒天 160g
- ・豆かんてん 黒糖みつ 155g
- ・つやつや 黒みつゼリー 85g
- ・寒天みかんゼリー 95g（温州みかん・甘夏）
- ・水出しアイスコーヒー 50g×4P
- ・ローココアパウダー 200g
- ・グレープフルーツジュース 720ml ※おひとり様1回につき1本まで

セール

- ・合わせ味噌 350g
- ・レモン果汁200ml（1本・12本）
- ・ぼん酢しょうゆ 250ml ※賞味期限 10/31
- ・めんつゆ 250ml ※賞味期限 10/31
- ・にんじんジュース 1000ml（1本・6本）
- ・米焼酎 720ml（2本・3本）

価格改定（5/25より）

- ・無肥料片栗粉 200g
- ・デーツ（種あり）（110g・1kg）
- ・マハラジャ・フルーツアソート 120g
- ・ホワイトマルベリー 80g
- ・日南茶藝 ほうじ茶（リーフ） 50g
- ・日南茶藝 萎凋茶（リーフ） 60g
- ・日南茶藝 萎凋茶（ティーバッグ） 2.5g×10P
- ・日南茶藝 自然の紅茶（リーフ） 60g
- ・日南茶藝 自然の紅茶（ティーバッグ） 2.5g×10P
- ・ハーブ・プロテクト 虫よけスプレー 120ml

欠品

- ・有機粒マスタード 180g
- ・もちきび 200g
- ・矢の沢水 500ml（1本・24本）
- ・矢の沢水 1.5L（1本・10本）
- ・ビーワックス リップクリーム 10ml
- ・長袖TシャツM（自然栽培綿混ヘンプコットン）

【スタッフの小話】今更気づきました

今更なのですが、和食は「酒とみりんを同量、醤油は少し多め」にして、場合によっては砂糖やだし汁を加えると、おいしく味付けできるのだと気づきました。

これまでずっとレシピ頼りで料理をしていたので、この基本に気づいてからは調理時間がぐっと短縮でき、とっても楽になりました！

先日、息子にも教えてあげたのですが、なんと高校生の息子はすでに知っていたそうです……。どうりで、「適当に作った」と言っているのに、ちゃんとおいしくできているわけです。

基本を知らないまま料理を始めてしまったので、ここへきて初めて、料理の基本もきちんと学んでみようかなと思っています。（池ノ内）

今週のお知らせ



S A L E

自然栽培

[ナチュラル・ハーモニー]

米焼酎

720ml ¥3,600

720ml×2 ~~¥7,200~~→¥6,840

5%OFF

720ml×3 ~~¥10,800~~→¥9,936

8%OFF

お米の旨みと甘みを余すことなく引き出した、まろやかなコクと、フワッと広がる芳醇な香りが特徴です。芋ほどクセが強くない、麦ほどドライすぎない絶妙なバランス。フルーティーな中に香ばしさも感じるふくよかな味わいです。

●原材料：米（国産）、米麹（国産米） ●製造者：杉井酒造（静岡県藤枝市）



つくり手

180年の歴史。静岡県「杉井酒造」

明治初期頃から酒づくりを始めた老舗の蔵元です。伝統的な「生もと・山廃仕込み」と低精米を組み合わせることで、お米本来の力強い旨みと深い味わいを追求しています。

米焼酎で仕込む梅酒や果実酒がおすすめです！

梅酒は、米焼酎2本、アルゼンチンオーガニックシュガー1kg、梅1kgの割合で仕込みます。お米から作った焼酎と自然栽培の梅、両方自然のものでつくる旨みがあります。青梅はキリリと、完熟は芳醇な仕上がりに。是非お試しください。



再開

お一人様
1回のご注文で
1本まで！

自然栽培

[ナチュラル・ハーモニー]

グレープフルーツジュース

720ml ¥2,680

稀少な国産・自然栽培グレープフルーツを100%使用。グレープフルーツ本来の爽やかな酸味と甘み、程良いほろ苦さと旨みが際立ち、身体にすっと染み渡るような味わいが楽しめます。

●原材料：グレープフルーツ（鹿児島県） ●製造者：フレックスファクトリートミナガ（愛媛県松山市）



自然栽培

[ナチュラル・ハーモニー]

自然栽培 玄米ほんせん

7枚入り×1 ¥390

7枚入り×3 ¥1,111

玄米の香ばしさと、ほんせんならではのサクサク感をお楽しみいただけます。

●原材料：玄米（国産）、食塩 ※小麦・えびを含む食品と同じ設備で製造。 ●製造者：蔵王米菓（山形県村山市）



[無茶々園]

寒天みかんゼリー

温州みかん 95g ¥280

甘夏 95g ¥280



寒天の素朴な食感と柑橘の強い風味が持ち味です。熟れたみかんのやさしい甘味を楽しめる温州みかんとしっかりとした酸味の中に甘さを感じる甘夏味です。

●原材料：[温州みかん]温州みかん果汁（愛媛県製造）、砂糖、寒天、こんにゃく粉 [甘夏]甘夏果汁（愛媛県製造）、砂糖、寒天、こんにゃく粉 ●販売者：無茶々園（愛媛県西予市）

自然栽培

[クリスタルコーヒー]

水出しアイスコーヒー

50g×4P入 ¥2,380

ウガンダ最高等級のアラビカ種ティピカAAを100%使用した、程よい甘みと爽やかな後味が特徴のイタリアンローストです。

●原材料：コーヒー豆（ウガンダ産） ●製造者：CRYSTAL株式会社（愛知県名古屋市中区）



ナチュラル・ハーモニー カタログ宅配 お客様サポート行

ご注文は **FAX：043-440-8577**

こちらから 24時間受付 ※会員専用ページ：https://naturalharmony.co.jp/catalog_member/



TEL:043-440-8566

※土曜留守電対応。※時間外でも留守電にメッセージを残していただければ翌営業日にご対応させていただきます。

発行日：2026/5/18