



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6日前の午後4:00です。

●青果のご注文について

次回配達日に販売可能な青果について、現時点では注文用紙によるご案内ができません。毎週月曜日にメルマガにて注文可能な青果の最新の情報をご案内しております。内容をご確認の上お問い合わせください。

メルマガのご登録はこちらから



基礎調味料 単価 個数

☆ 白味噌	400g	1,280	
	☒350g	1,098	
☆ 合わせ味噌	600g	1,780	
味噌専用キャップ	1枚	110	
※350g規格・麦味噌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	1,580	
☆ 甘酢	300ml	1,380	
紀州自然梅酢恵	200ml	1,130	
有機白ワイン	250ml	886	
ビネガー			
有機バルサ	250ml	1,598	
ミコ酢(赤)			
☆ レモン果汁	1本	882	
	☒200ml	12本	8,232
☆ ゆず果汁	150ml	1,180	
天外天	300g	299	
天日湖塩	1kg	698	
	石臼	150g	389
カンホアの塩	500g	702	
	結晶	150g	389
	窯焼	100g	389
オーガニック	1kg	1,035	
シュガー			
☆ はちみつ	200g	3,460	
メイプルヌーヴォー	250ml	4,968	
有機メイプルシロップ	1L	4,860	
メイプルシュガー	80g	1,458	

その他調味料 単価 個数

有機	250ml	475	
ウスターソース			
職人の夢	200ml	540	
有機中濃ソース			
お好みソース	360ml	442	
へんこ万能だれ	180g	667	
オイスターソース	115g	518	
有機トマト	300g	453	
ケチャップ			
松田のマヨネーズ 辛口	300g	683	
パンテレリア島の塩漬けケッパー	100g	1,836	
野生のオレガノ	5g	648	
青ゆず胡椒	50g	540	
七味	15g	631	
生おろしわさび	40g	389	
からし	40g	389	
有機粒マスタード	欠品中		
昆布塩	60g	540	
有機ガーリック	20g	486	
パウダー			
有機ブラック	粗挽き	486	
ペッパー 20g	ホール	486	
セラミック・ミルク	1個	1,168	
有機ローレル	4g	486	
リーフ(ローリエ)			
有機ナツメグ	10g	486	
パウダー			

加工食品(瓶・缶) 単価 個数

ごまらあ油	60g	611	
黒ごま塩	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	
ミニとろイワシ(味付)	100g	389	
鮭フレーク	90g	814	
有機オリーブ粒(グリーン)			
有機トマト缶	ホール	324	
400g	カット	324	
自然栽培 完熟	180g	1,220	
トマトソース			
有機トマト	350g	972	
たっぷりソース			
有機トマト	350g	972	
たっぷりソース(スパイシー)			
もろこし畑	125g	287	
スイートコーン			
有機ピーナッツ	クランチ	1,647	
バター454g	スムース	1,647	
甘夏と伊予柑の	220g	680	
マーメイド			

基礎調味料 単価 個数

☆ 木桶熟成醤油 (栄醤油)	200ml	820	
	720ml	2,580	
☆ 木桶熟成醤油 (森田醤油)	720ml	2,580	
☆ 白しょうゆ	360ml	2,980	
	350g	1,150	
☆ 米味噌	600g	1,680	
	2kg	4,800	

その他調味料 単価 個数

☆ 白だし	300ml	3,580	
☆ ぼん酢しょうゆ	250ml	1,088	
※賞味期限 2026/10/31			
☆ めんつゆ	250ml	1,008	
※賞味期限 2026/10/31			
☆ あごだしつゆ	250ml	778	
☆ かつおだし	250ml	756	

食用油 単価 個数

早摘みアサクラ	220g	4,860	
オイルPremium (250ml)			
アサクラオイル (オリーブオイル)	250ml	4,320	
わら一本 (オリーブオイル) (500ml)	440g	5,378	
ガッティ家のオリーブオイル (250ml)	228g	2,851	
無ろ過ごま油	275g	2,076	
菜種油	810g	2,835	
えごま油	110g	2,500	

加工食品(その他) 単価 個数

☒ 生とろてん (固まり)	350g	440	
☒ とろてん (麺状)	130g	172	
有機ごまペースト (白)	250g	1,388	
有機ごまペースト (黒)	250g	1,444	
カレースライス甘口	25g 10皿分	658	
カレースライス辛口	25g 10皿分	658	
辛いカレースライス	25g 10皿分	658	
ヴィーガンカレー	150g 5皿分	799	
ルウ中辛			
チェチのスパイス	180g	890	
カレー(レトルト)			
チキンコンソメ	10g×8P	540	

マークの見方 ☆ ナチュラル・ハーモニーオリジナル製品 ☒ 新商品 ☒ 再開商品 ☒ セール商品 ☒ 限定商品 ☒ 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だければ翌営業日までにご対応させていただきます。

ナチュラル・ハーモニー カタログ宅配 お客様サポート行き

発行日 2026/5/18



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6日前の午後4:00です。

加工食品(その他)	単価	個数
にがり高野豆腐 6枚	767	
手焼き車麩 6枚	489	
春雨 (国内産) 100g	468	
クリームシチュウ (ルー) 230g	771	
チェチの水煮 230g	394	
たけのこ水煮 100g	601	
※産地・パッケージが変更になる可能性があります。		
☆板こんにやく 250g	560	
☆糸こんにやく 150g	480	
ウインナーソーセージ 110g	711	
料理用ベーコン 230g	1,473	
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	
☆天然わら納豆 300g	1,950	
※中粒程度の大きさになります。		
☆蔵の宵酒粕 500g	780	

麺類	単価	個数
☆ 十割そば200g 1袋	870	
☆ 出羽うどん 250g 1袋	600	
	3袋 1,710	
☆ そうめん250g 1袋	740	
	3袋 2,109	
☆ 米めん (平麺) 120g 1袋	390	
	5袋 1,852	
☆ 米めん (細麺) 120g	欠品中	
☆ 玄米めん (平麺) 120g 1袋	390	
	5袋 1,852	
☆ 玄米めん (細麺) 120g	欠品中	
こだわり乾麺 78g×6P	1,262	
アサクラファッロ 490g	1,512	
スパゲッティ 1.82ミ		
有機フェリチエッティ 500g	583	
スパゲッティ 1.75ミ		
玄米ビーフン 60g	307	
きのこスープ付き		

米・雑穀	単価	個数
1袋	350	
玄米かゆ 200g 5袋	1,662	
	20袋 6,300	
☆ 古代米(黒米) 500g	1,630	
古代の香り(古代米4種ミックス) 300g	1,050	
☆ 粒そば 200g	690	
☆ 丸麦 200g	480	
☆ もちきび	今期終売	
※1配送につき1P		
☆ たかきび 200g	1,420	
※1配送につき1P		
押麦シュンライ 300g	628	
白米 2,550		
☆ もち米 1kg 玄米 2,550		
☆ 白切り餅 1袋	680	
☆ 50g×6個 3袋	1,938	
☆ 玄米切り餅 1袋	680	
☆ 50g×6個 3袋	1,938	

農産乾物	単価	個数
☆ 大豆 500g	1,200	
べにや長谷川商店 小豆 200g	617	
北海道 オーガニック小豆 200g	714	
北海道 オーガニック黒豆 200g	693	
北海道 オーガニック金時 200g	719	
チェチ(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	686	
有機いりごま(金) 50g	333	
☆ 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)	欠品中	
乾燥れんこん	欠品中	
原木椎茸スライス 20g	700	
原木椎茸どんこ 40g	725	
本格椎茸粉 40g	697	

米麴・漬物	単価	個数
☆ 米麴(乾燥タイプ) 300g	1,560	
☆ 梅干し	欠品中	
紀州自然梅 恵 200g	2,000	
紀州自然梅 恵 お徳用 200g	1,700	
紀州自然梅 ねり梅ぼし 恵 150g	1,500	
本格キムチ 120g	383	
※パッケージが変更になりました。		
☆ 生ぬか 500g	216	
☆ きゅうり 1袋	790	
醬油漬け 120g 3袋	2,251	
☆ 福神漬け120g 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	1,180	
古代麦 ファッロの粉 (全粒) 500g	1,210	
☆ 米粉 250g	630	
	1kg 2,180	
☆ きなこ 100g	500	
☆ そば粉 200g	690	
無肥料片栗粉 200g	467	
※5/25より価格改定 (¥439→¥467)		
☆ 本葛 100g	780	
パン粉 100g	367	
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	1,684	

米・雑穀	単価	個数
白米ごぼん 1個	430	
☆ (パック) 150g 20個	7,740	
玄米ごぼん 1個	430	
☆ (パック) 150g 20個	7,740	
1袋	350	
☆ 白米かゆ 200g 5袋	1,662	
	20袋 6,300	

加工水産	単価	個数
☆ 隆海屋商店 花かつお 80g	980	
	200g 2,310	
※おひとり様1回につき1袋まで		
☆ 隆海屋商店 厚削り 80g	880	
※おひとり様1回につき1袋まで		
☆ 隆海屋商店 本枯節 1本	2,500	
※おひとり様1回につき1袋まで		
まるでん 32g	532	
花かつおぶし 130g	1,851	
まるでんソフト ケズリかつおぶし 32g	532	

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 再・・・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だければ翌営業日までにご対応させていただきます。

ナチュラル・ハーモニー カタログ宅配 お客様サポート行

発行日 2026/5/18



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。

お電話 _____

お届け日 _____ 月 _____ 日 ()

枚目 / 枚中

○単価はすべて税込価格です。

○ご注文締切は、お届け日の6日前の午後4:00です。

加工水産	単価	個数
まるでん ふし粉 40g	532	
まるでんあつけずり 170g	1,620	
まるでん本かれ節 1本	2,430	
利尻昆布 80g	2,052	
日高昆布 80g	1,404	
羅臼昆布 80g	2,105	
日高細切昆布 30g	421	
お徳用 利尻昆布切落し	100g 1,069	
※1配送につき2Pまで		
天然真昆布 70g	864	
天然真昆布 100g	830	
切り落とし		
※幅2cm前後に細かくカットされています		
手まいらずずり 10g	1,388	
一番 (だしパック) ×10P		
☆ 佐賀初摘海苔 10枚入	1,680	
☆ アサクサ海苔 10枚入	2,450	
夜摘のり 10枚入	1,200	
初摘味 (味付海苔) 8切 24枚	495	
初摘きざみ (焼海苔) 10g	465	
天日干し天然 カットわかめ 11g	648	
無茶々園のひじき 30g	540	
Ⓞ 天然太もずく 300g	711	
ちりめんじゃこ 40g	399	
上乾さくらえび 20g	636	
煮干大羽いりこ 150g	1,400	
国内産無漂白 糸寒天 16g	700	

菓子・珍味	単価	個数
うす焼きせんべい 50g	589	
えび小花 100g	540	
オーガニックポテト チップスシーソルト 85g	555	
カカオ100% 非加熱純チョコ 80g	1,467	
ブルドネージュ パンコ 7粒	399	
7粒 ショコラ	421	
オーガニック フルーツ&ナッツ パーアーモンド 40g	333	
有機ムング豆 チップス 50g	356	
干し芋(平干し) 130g	780	
デーツ (種あり) 110g	648	
1kg	4,320	
※価格改定5/25より 110g (¥615→¥648) 1kg (¥3661→¥4320)		
煎り落花生 75g	810	
煎り大豆 60g	442	
有機カシュー ナッツ(生) 100g	561	
有機ウォール ナッツ(くるみ・生) 80g	885	
有機レーズン 120g	475	
有機ローストアーモンド 80g	864	
有機干しいちじく 150g	972	
オーガニック プルーン 200g	1,106	
マハラジャ・ フルーツアソート 120g	1,296	
※価格改定5/25より (¥1080→¥1296)		
ホワイトマルベリー 80g	648	
※価格改定5/25より (¥615→¥648)		
有機 フンザチェリー 45g	561	
有機フルーツ& ナッツミックス 120g	626	
有機天津あまぐり (むき栗) 80g	395	
焼きドーナツ プレーン 50g	398	

菓子・珍味	単価	個数
有機こしあん 300g	538	
有機小倉あん 300g	538	
有機ぜんざい 180g	310	
有機 こしあん 214		
水ようかん 抹茶 214		
100g 小倉 214		
寒天みかん 温州みかん 280		
ゼリー 95g 甘夏 280		
きな粉黒みつ寒天 160g	356	
豆かんてん 155g	356	
黒糖みつ		
つやつや黒豆ゼリー 85g	238	

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	
☆ 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	
有機抹茶 20g	1,453	
日南茶藝ほうじ茶 (リーフ) 50g	1,350	
※価格改定5/25より (¥1168→¥1350)		
萎凋茶(リーフ) 60g	1,836	
※価格改定5/25より (¥1620→¥1836)		
萎凋茶 2.5g × 10	1,350	
※価格改定5/25より (¥1168→¥1350)		
自然の紅茶(リーフ) 60g	1,836	
※価格改定5/25より (¥1620→¥1836)		
自然の紅茶 2.5g × 10	1,350	
※価格改定5/25より (¥1168→¥1350)		
オーガニック 0.8g	1,296	
カモミールティー ×18袋		

お茶・コーヒー・ココア	単価	個数
オーガニック 3g	1,404	
ローズhipハイ ×18袋		
ビスカスティアー		
オーガニック 1.2g	1,296	
メリッサティー ×18袋		
オーガニック 25P	864	
フェアトレード 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)		
有機マザフチャイ紅茶 100g	1,512	
☆ コーヒー250g 粉	2,480	
豆	2,480	
☆ コーヒー1kg (業務用) 豆	7,936	
☆ 深煎り 粉	2,480	
☆ コーヒー250g 豆	2,480	
※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		
Ⓞ 水出しアイス 50g	2,380	
×4P コーヒー		
コーヒーフィル 1-2人用	302	
ター 100枚 2-4人用	345	
ウガンダドリップ オンコーヒー(レ ×5袋	10g 1,480	
ギュラーNo.6) 10g	1,480	
ウガンダドリップ オンコーヒー ×5袋		
(深煎りNo.7) 100g	1,123	
有機穀物コーヒー Mix		
エコブラック (コーヒー飲料) 195g	184	
オーガニック ブラックココア		
Ⓞ ローココア 200g	2,592	
パウダー		

欠品中

その他飲料	単価	個数
☆ 豆乳 500ml 1袋	1,090	
2袋	2,071	
※湯葉のような豆乳由来の固形物が見られることがあります。品質には問題ございません。		
☆ にんじん 1本	1,575	
ジュース 10%off 6本		
1000ml 20%off	8,400	

マークの見方 ☆・・・ナチュラル・ハーモニーオリジナル製品 Ⓞ・・・新商品 Ⓞ・・・再開商品 Ⓞ・・・セール商品 Ⓞ・・・限定商品 Ⓞ・・・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だければ翌営業日までにご対応させていただきます。

ナチュラル・ハーモニー カタログ宅配 お客様サポート行

発行日 2026/5/18



お名前 _____ 様

1回のみ注文専用

ご送付枚数
で送付枚数が2枚以上
の際ご記入ください。

お電話 _____

お届け日 _____ 月 _____ 日 ()

枚目 / 枚中

○単価はすべて税込価格です。

○ご注文締切は、お届け日の6日前の午後4:00です。

その他飲料

商品名	単価	個数
☆みかんジュース 250ml	780	
☆グレープフルーツジュース 720ml	2,680	
※おひとり様1回につき1本まで		
オーガニック オレンジジュース 200ml	410	
オーガニック アップルジュース 200ml	410	
オーガニック キッズカクテルジュース 200ml	410	
無肥料りんごジュース 000ml	1,751	
オーガニック ジンジャーエール 250ml	172	
オーガニック アップルサイダー+レモン 250ml	172	
オーガニック コーラ 355ml	572	
オーガニック スポーツドリンク 280ml	194	
龍泉洞の炭酸水 300ml	341	

Chouju 矢の沢水 500ml **欠品中**

Chouju 矢の沢水 1.5L **欠品中**

養老の天然水 コック式パック 10L 1箱 3,850
2箱 7,315

養老の天然水 ウォーターサーバー 2P 3,950
4P 7,505

☆あまざけ 250g 1袋 590
10袋 5,605

☆玄米あまざけ 250g 1袋 620
10袋 5,890

酒類

商品名	単価	個数
自然発酵ビール 330ml	705	
ヴィンテージエール 750ml	3,042	
サワーエール 750ml	3,042	
米焼酎 1本	3,600	
☆(山廃酒母仕込み) 720ml	6,840	
	9,936	
蔵の宵 純米原酒 (生もと・日本酒)	欠品中	
☆天然酒 720ml	3,980	
いにだの料理酒旬味 720ml	1,768	
☆本みりん 味醂酒 500ml	3,500	
有機三州味醂 500ml	2,145	
うめ梅飛鳥山みりん梅酒 500ml	1,810	

日用雑貨

商品名	単価	個数
シリンドル重曹 2kg	1,479	
クエン酸 300g	655	

日用雑貨

商品名	単価	個数
サンダー・レッド 480g	1,270	
純粉石鹸 1.5kg	2,660	
	5kg	6,820

商品名	単価	個数
シャボン玉 1000ml	1,100	
スノール 2.1L	1,991	
バンパー 620ml	1,452	
クリア 1L	1,815	

商品名	単価	個数
酸素系漂白剤 750g	572	
洗たく槽クリーナー 500g	550	

商品名	単価	個数
海にやさしい洗濯ネット 縦70cm 横50cm	3,960	
バブルガード 300ml	709	
泡タイプ 250ml	495	
ハンドソープ 泡タイプ 300ml	550	
台所用せっけん 2.1L	2,123	
シャボン玉食器洗い機専用(洗剤) 500g	748	

日用雑貨

商品名	単価	個数
無添加せっけんシャンプー 520ml	1,122	
	803	
無添加せっけんシャンプー専用リンス 420ml	1,122	
	803	
純植物性シャボン玉浴用(石鹸) 100g	165	
	253	
アルガン石鹸 145g	1,540	
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	
ビーワックスリップクリーム	夏季欠	
かえる印のナチュラルかとり線香 30巻	1,180	
くすの木せんこう 70g	1,249	
ハーブプロテクト(虫よけスプレー) 120ml	1,980	
※価格改定5/25より (¥1680→¥1980)		
バンブーミスト(虫よけスプレー) 100ml	2,420	
Gemドッグフード 1.5kg	3,600	
プラグインアース 1台	19,800	
エルマククリーンII 1台	5,500	
検電器 1個	5,500	
杜康の玻璃(グラス) 2種組	1,870	
調理箸 3膳組	770	
熊本箸 5膳組	1,320	
国産ひのき元禄割箸 100膳	1,650	

タオル・衣類・寝具

商品名	単価	個数
ハイネック 財-パ- 自然栽培綿混	M 24,700	
ハンパコットン ウッド染 フーディー	M 25,000	
自然栽培綿混 長袖Tシャツ	L 27,000	
自然栽培綿混 五分袖Tシャツ	M 10,500	
自然栽培綿混 長袖Tシャツ	L 14,900	
ガラ紡のくるぎ 靴下 23-27cm	1足 2,310	
ガラ紡の5本指靴下	M: 22~24cm 1,980 L: 25~27cm 2,090	
ガラ紡のアーム&レッグウォーマー 1組	6,380	
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 43x65cm	4,620	
ガラ紡の和紡布シーツ 145x240cm	19,800	
ガラ紡の和紡布ブランケット 140x200cm	27,500	

終売

ガラ紡のニット 生成り 9,240

ガラ紡の5本指靴下 M: 22~24cm 1,980
L: 25~27cm 2,090

ガラ紡のアーム&レッグウォーマー 1組 6,380

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 43x65cm 4,620

ガラ紡の和紡布シーツ 145x240cm 19,800

ガラ紡の和紡布ブランケット 140x200cm 27,500

書籍

ハーモニック・ライフスタイル 1冊 1,650

ほんとの野菜は緑が薄い 1冊 990

「健康食」はウンだらけ 1冊 649

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

化学物質過敏症の原因と対策 1冊 2,200

甘酒・塩麴・酒粕 ベストレシビ 1冊 1,650

タオル・衣類・寝具

商品名	単価	個数
ガラ紡の和紡布(洗えるふきん) 縦30cm 横30cm	880	
ガラ紡の和紡布(健康タオルミニ) 縦23cm 横85cm	1,540	
ガラ紡の和紡布(健康タオル) 縦30cm 横95cm	1,980	
ハンパマスク(立体タイプ) 縦7~13cm 横17cm	2,200	

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 再・・・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だければ翌営業日までにご対応させていただきます。

ナチュラル・ハーモニー カタログ宅配 お客様サポート行

発行日 2026/5/18