



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。

青果	単価	個数
タマネギ (長崎/埼玉/兵庫 /千葉/北海道)	500g	600
ジャガイモ (北海道/長崎/福岡 /千葉)	500g	480
ニンジン (千葉/茨城 /北海道)	500g	488
ダイコン (茨城/千葉 /北海道/宮城)	1本	450
レモン (広島/愛媛/熊本)	400g	650
	1kg	1,450
グレープフルーツ (鹿児島)	500g	725
	1kg	1,450

基礎調味料	単価	個数	
☆ 白味噌	400g	1,280	
☆ 合わせ味噌	350g	1,098	
	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。			
☆ 糶仕込み純米酢	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 ミコ酢(赤)	250ml	1,598	
☆ 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	
	150g	389	
石臼	500g	702	
カンホア の塩	結晶	150g	389
	窯焼	100g	389
オーガニック シュガー	1kg	1,035	
☆ 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 ウスターソース	250ml	475
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 ケチャップ	300g	453
松田のマヨネ ーズ 辛口	300g	683
パンテレリア島の 塩漬ケッパー	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 パウダー	20g	486
有機ブラック ペッパー	粗挽き	486
	ホール	486
セラミック・ミル	1個	1,168
有機ローレル リーフ(ローリエ)	4g	486
有機ナツメグ パウダー	10g	486

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
とろいわシ水煮	150g	510
ミニとろいわシ (味付)	100g	389
鮭フレーク	90g	814
有機オリーブ粒 (グリーン)	315g	1,166
有機トマト缶	ホール	324
400g	カット	324
自然栽培 完熟 トマトソース	180g	1,220
有機トマト	350g	972
たっぶりソース		
有機トマト	350g	972
たっぶりソース (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 マーマレード	220g	680

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 オイルPremium	220g (250ml)	4,860
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)	440g (500ml)	5,378
ガッティ家の オリーブオイル	228g (250ml)	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 10皿分	25g	658
カレースライス辛口 10皿分	25g	658
辛くないカレー スパイス 10皿分	25g	658
ヴィーガンカレー ルウ 中辛	150g 5皿分	799
チェチのスパイス カレー(レトルト)	180g	890
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・・新商品 再・・再開商品 特・・セール商品 限・・限定商品 在・・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。

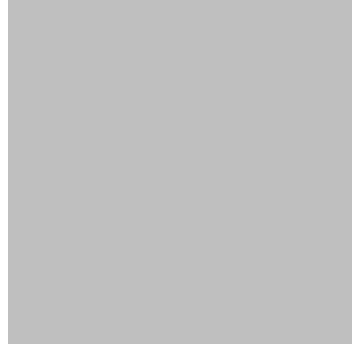
加工食品(その他)	単価	個数
にがり高野豆腐	6枚 767	
手焼き車麩	6枚 489	
春雨 (国内産)	100g 468	
クリームシチュウ (ルー)	230g 771	
チェチの水煮	230g 394	
たけのこ水煮	100g 601	
※産地・パッケージが変更になる可能性があります。		
☆板こんにやく	250g 560	
☆糸こんにやく	150g 480	
ウインナーソーセージ	110g 711	
料理用ベーコン	230g 1,473	
ノンファット (無脂肪タイプ) ヨーグルト	500ml 972	
グラスフェッドバター無塩	100g 2,700	
☆天然わら納豆	300g 1,950	
※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	
☆ もち米 1kg	白米 2,550	
	玄米 2,550	
☆ 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	

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	



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	

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	
	250g 630	
☆ 米粉	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	



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 切り落とし	100g	830
※幅2cm前後に細かくカットされています		
手まいらずずり 一番(だしパック)	10g ×10P	1,388
☆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 7粒	パコラ 7粒	399 421
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
※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
有機カシユー 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 水ようかん	こしあん 抹茶	214 214
100g 小倉	214	
寒天みかん ゼリー 95g	温州みかん 甘夏	280 280
きな粉黒みつ寒天	160g	356
豆かんてん 黒糖みつ	155g	356
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) 300g	1袋 3袋	680 1,938
☆(ティーバッグ) 10g×20P	1袋 3袋	680 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 (ティーバッグ)	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 (ティーバッグ)	2.5g× 10	1,350
※価格改定5/25より (¥1168→¥1350)		
オーガニック カモミールティー ×18袋	0.8g ×18袋	1,296

お茶・コーヒー・ココア	単価	個数
オーガニック ローズhipハイ ×18袋	3g ×18袋	1,404
ビスカスティー		
オーガニック メリッサティー ×18袋	1.2g ×18袋	1,296
オーガニック フェアトレード アールグレイ紅茶	25P	864
マカイバリ茶園 ミックス茶 (ダーズリン)	100g	1,296
有機マザフチャイ紅 茶	100g	1,512
☆コーヒー250g	粉 豆	2,480 2,480
☆コーヒー1kg (業務用)	豆	7,936
☆深煎り コーヒー250g	粉 豆	2,480 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 コーヒー	50g ×4P	2,380
コーヒーフィル ター 100枚	1-2人用 2-4人用	302 345
ウガンダドリップ オンコーヒー(レ ギュラーNo.6)	10g ×5袋	1,480
ウガンダドリップ オンコーヒー (深煎りNo.7)	10g ×5袋	1,480
有機穀物コーヒー Mix	100g	1,123
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		欠品中
ローココア パウダー	200g	2,592

菓子・珍味	単価	個数
☆玄米ぼんせん 7枚入	1袋 3袋	390 1,111
☆ぼん菓子50g	1袋 3袋	380 1,083

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 ありますが、品質には問題ございません。		
☆にんじん ジュース 1000ml	1本 10%off 6本 20%off	1,575 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・・・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  
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 **欠品中**

養老の天然水サーバー専用ビニールバック 7.25L 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	
<b>欠品中</b>		
☆蔵の宵 純米原酒 (生もと・日本酒) 720ml	3,980	
※時期でアルコール度数や味わいに変化するお酒です。		
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
シリンゴル重曹 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
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	
酸素系漂白剤 750g	572	
洗たく槽クリーナー 500g	550	

海にやさしい洗濯ネット 縦70cm 横50cm 3,960

商品名	単価	個数
バブルガード 300ml	709	
泡タイプ 250ml	495	
ハンドソープ 泡タイプ	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	<b>夏季欠</b>	
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
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	
ヘンブマスク(立体タイプ) 縦7~13cm 横17cm	2,200	

**タオル・衣類・寝具**

商品名	単価	個数
ハイクア 財-パ- M	24,700	
☆自然栽培綿混 ヘンブコットン M	25,700	
フーディー M	25,000	
☆自然栽培綿混 ヘンブコットン L	27,000	
☆自然栽培綿混 ヘンブコットン五分袖Tシャツ M	10,500	
☆自然栽培綿混 ヘンブコットン L	11,000	
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	
	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**

商品名	単価	個数
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 ベストレシピ 1冊	1,650	

**冊子・申込書・封筒**

商品名	単価	個数
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 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