

# 瀬戸田レモン

## 愛されて累計68000個。

■ すっきりとした味でおいしいです。放課後にちよつと食べるのにちよつどいいです！  
(山形県学校生協組合員さん)

■ 酸味と甘さがちよつどよい。紅茶に入れて美味しくいただきます。  
(岩手県学校生協組合員さん)

■ 最後は容器に直接炭酸水を入れて、ストローをさして飲むのが格別です。  
(富山県学校生協ゴリラ先生さん)

■ 酸味が強すぎず、程よく甘く美味しかったです。  
(福岡県学校生協ユウさん)

■ 国産のレモンを使っているので、安心して食べられます。ヨーグルトに入れたり炭酸で割ったり、ホットレモンなどで楽しめます。  
(福岡県学校生協やなとくちゃんさん)

国内の生産量日本一の広島県尾道市瀬戸田町産の「エコレモン」※をまるごと使用。

※「エコレモン」とは、減農薬栽培で防腐剤やワックスを使用していないブランドレモン。皮ごと安心していただけます。

防カビ剤やワックスも不使用の安心・安全なレモンです

瀬戸田町レモン生産者

瀬戸田レモンの真ん中の部分だけを、ほどよい食べ応えになるように薄すぎず、厚すぎずスライスしました

瀬戸田レモン  
 開発者 北林 さん

広島県  
 尾道市瀬戸田町

75瀬戸田レモン

申込番号 075

本体 1,380円(税込1,490円)

★規格:470g/瓶  
 ●減農薬栽培・防腐剤やワックス不使用の「エコレモン」ブランドで、皮ごと安心して召上がれます。冷水やお湯割りだけでなく、ヨーグルトやアイスのトッピングとしても。●常温365日間●

ソフトな食感の  
 カリフォルニア産プルーン

76カリフォルニア  
 ソフトプルーン

申込番号 076 本体 1,350円(税込1,458円)

★規格:100g×3/袋  
 ●カリフォルニア産の種抜きプルーンをソフトな食感に仕上げました。食べやすい個包装。●常温360日間●

ナッツとドライフルーツの  
 ナチュラルなおいしさ

77ナッツスナッキング  
 クルミ&フルーツ

申込番号 077 本体 1,400円(税込1,512円)

★規格:21袋/袋  
 ●クルミをメインに、デーツ・グリーンレーズン・クランベリー・バナナをミックスしました。食べやすい個包装。●常温150日間●くるみ

おいしさ長持ちのロングライフパン

78KOUBO はちみつレモンパイ

申込番号 078 本体 2,019円(税込2,180円)

★規格:12個/箱  
 ●北イタリア発祥の伝統的なパネトーネ種(天然酵母)を使用したパイ生地と瀬戸内産レモンのピール入りはちみつフィリングを包んで焼き上げました。●常温75日間●小麦、卵、乳

バナナピューレをクリームに使用した  
 カスタードケーキです。

79もったいないバナナ  
 カスタードケーキ

申込番号 079 本体 1,200円(税込1,296円)

★規格:6個/箱  
 ●DoleのSDGs活動として、流通過程における様々な要因によりまだ美味しく食べられるのに、捨てざるを得なくなった廃棄バナナを削減するプロジェクトを始動。フードロス削減にも貢献する目的で商品開発いたしました。●常温45日間●小麦、卵、乳

廃棄されるぶどうの皮がキャンデーに  
 生まれ変わりました

80皮いいでしょ?

申込番号 080 本体 1,880円(税込2,030円)

★規格:65g×10袋/袋  
 ●ワインを製造する際に出る白ぶどうの皮をパウダーに加工して配合したアップサイクルなキャンデーです。余ってしまった白ぶどうの皮を使ってキャンデーをつくりました。●常温390日間●

瀬戸内レモン果汁を使用したドーナツ棒です

81瀬戸内檸檬 ドーナツ棒

申込番号 081 本体 1,000円(税込1,080円)

★規格:20本/箱  
 ●まるやかな酸味の瀬戸内レモン果汁を使用した、すっきりとした味わいのドーナツ棒です。●常温90日間●小麦、卵

みかんの甘さと酸味を味わえるドーナツ棒です。

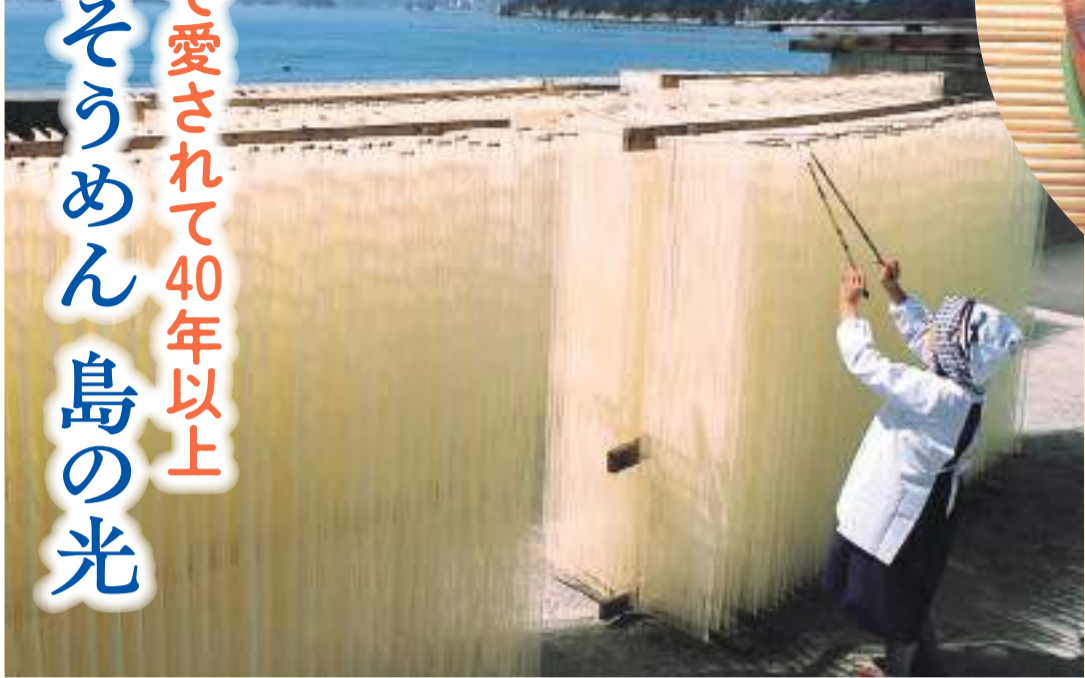
82みかんドーナツ棒

申込番号 082 本体 1,100円(税込1,188円)

★規格:20本/箱  
 ●長崎県産みかんは海が近く温暖な気候で栽培され、コクのある甘さとさっぱりとした酸味のバランスが良い、濃厚な味わいが特徴です。その長崎県産みかんの果汁入り蜜をサクッと揚げたドーナツに染み込ませて、みかんの甘さと酸味を味わえるドーナツ棒に仕上げました。●常温90日間●小麦、卵

# 学校生協で愛されて40年以上 小豆島そうめん 島の光

瀬戸内・小豆島に  
手延素麺づくりの  
技が伝えられたの  
は、約四百年前と  
言われています。  
昔からの恵まれた  
自然と職人より  
伝えられた心と  
技。伝統の技法を  
守り、美味しさ、  
品質を守り抜いて  
います。



調理例

83 小豆島そうめん 島の光 1kg

申込番号 083 本体 1,470円(税込1,587円)

★規格:1kg(50g×20束)／箱

84 小豆島そうめん 島の光 2kg

申込番号 084 本体 2,800円(税込3,024円)

★規格:2kg(50g×40束)／箱

(83・84共通) ①瀬戸内の島風が吹く中で造られるコシの強さが特徴の手延べそうめんです。製造時に加えた純正ごま油の風味もお楽しみください。②常温3年間③小麦

83

84



丁寧  
にアクを  
取り  
除きます



赤穂産の食塩



精製度が低く和菓子  
にも使われる三温糖



三原屋製の  
桶火入れ醤油



一晩寝かせて味を  
なじませたみりんとお汁

こだわりの  
材料

組合員様の声が  
この一本に濃縮されています

85 学校生協  
オリジナルつゆ 3本組

申込番号 085 本体 1,200円(税込1,296円)

★規格:360ml×3／箱

86 学校生協  
オリジナルつゆ 12本組 徳用

申込番号 086 本体 4,580円(税込4,946円)

★規格:360ml×12／箱

(85・86共通) ①学校生協オリジナルの2倍濃縮つゆです。②常温18ヶ月間③小麦



素材本来の味と  
香りを生かす為、ビ  
ンづめにもこだわっ  
ています。調理の使い  
勝手にも優れた2  
倍濃縮にしました。

飽きる事が  
ない家庭の味  
を作り続け  
るため、今も昔も  
学校生協オリジ  
ナルつゆは材料  
にこだわり、  
丁寧なアクを  
取り、じっくり  
低温殺菌など、  
地場産業の  
町工場しか  
できない手  
間のかかる  
作業をして  
います。



株式会社三原屋 河原社長

紀州南高梅を丸ごとひとつ入れました

ご飯や  
麺に、  
食べ  
方色々

調理例

87 海藻がいっぱい入った  
丸ごと梅のお吸い物

申込番号 087 本体 1,480円(税込1,598円) 10食

★規格:6.1g×10食／箱

①熱湯戻しだけでなく、冷たいお水でも戻ります。具材には5種類の海藻と、ひとつひとつ丁寧に種を抜いた紀州南高梅を丸ごとひとつ入れました。夏にも、冬にも美味しい新感覚のお吸い物です。②常温18ヶ月間③小麦

しじみ・わかめ・ねぎの具材入り

調理例

88 しじみスープ

申込番号 088 本体 1,400円(税込1,512円)

★規格:120g(4g×30袋)／袋

①個包装1パックあたりしじみ約75個分のオルニチンを配合。お湯を注ぐだけでしじみの旨みを楽しめます。②常温365日間③小麦、乳

溶きたまごのふわっとしたボリューム感がアップ

調理例

89 本格派 たまごスープ

申込番号 089 本体 1,850円(税込1,998円)

★規格:8g×20食／箱

①たまごのボリューム感をアップし、鶏と昆布の合わせだしで味わい深く仕上げました。②常温24ヶ月間③小麦、卵、乳、かに

肉巻きおにぎり人気3アイテムをセットに致しました。

特製しょうゆダレ  
しお 濃厚チーズ



90 肉巻きおにぎりセット 3個入

申込番号 090 本体 1,440円(税込1,555円)

★規格:360g(120g×3個入り)／箱

①白向屋の肉巻きおにぎりシリーズの中から、3商品をセットで販売いたします。特製の醤油ダレを使用した(肉巻きおにぎり)自家製ねぎ油仕立ての塩味に仕上げた(肉巻きおにぎり)塩味(カマンベールチーズと豚肉の相性バッチリの(肉巻きおにぎり)濃厚チーズ)と、個性豊かな肉巻きおにぎりをお楽しみください。②常温240日間③小麦、乳

調理例

「減塩いつものおみそ汁」の  
アソート商品

野菜 とうふ あさり なめこ なす

91 減塩いつものおみそ汁  
10食バラエティセット

申込番号 091 本体 1,100円(税込1,188円)

★規格:10食(5種×2食)／袋  
①一瞬で、作りたてのようなおいしさ。まるで手作りのようなおいしさを手軽に味わえる減塩いつものおみそ汁シリーズの人気商品を詰め合わせたセットです。②常温1年間③小麦、乳

# 鰹と昆布のバランスに こだわりました

だしに、まじめに、一貫生産。  
株式会社 新丸正



調理例

学校生協  
オリジナル

2種のかつお節と宗田鰹節と北海道産  
真昆布と日高昆布を絶妙にブレンド



「だしまかせ」の  
後継品です



⑨2かんたん!便利!

鰹香るだしパック 3袋

申込番号 092 本体 1,980円(税込2,138円)

★規格:75g(5g×15)×3袋/袋

(⑨2・⑨3共通) ●風味原料に焼津製造かつお節・国内製造宗田かつお節・国内製造かつお枯節・国内製造かつお削り節・北海道産昆布を使用しています。◎常温1年間●小麦

⑨3かんたん!便利!

鰹香るだしパック 10袋

申込番号 093 本体 5,980円(税込6,458円)

★規格:75g(5g×15)×10袋/箱

## コクのある肉エキスに 和風だしを加えたピリ辛スープ



調理例

⑨4北緯40度  
盛岡冷麺 R-10

4人前

申込番号 094 本体 1,000円(税込1,080円)

★規格:684g(めん135g・冷麺スープ32g・キムチの素4g×各4) / 箱  
①強い弾力が自慢の麺です。コクのある肉エキスのスープに和風だしを加えたピリ辛スープとどうぞ。4人前。◎常温100日間●小麦

## 酸味を抑えたコクのスープ



調理例

⑨5飛騨高山  
角や 冷し中華

10人前

申込番号 095 本体 1,780円(税込1,922円)

★規格:麺100g・スープ45g×各10 / 箱  
①のど越しのよい細打ちのちぢれ麺と、酸味を抑えたコクのある冷やし中華スープが相性抜群。酸味が苦手な方にもおすすめです。◎常温60日間●小麦、卵

有明産のりを  
こだわりの  
たれで味付け  
しました。

調理例

⑨6有明産のり 朝一番

申込番号 096 本体 1,400円(税込1,512円)

★規格:板のり7枚分(8切56枚)×2本 / 袋

①有明産の海苔を北海道産の昆布、伊勢湾のえび、静岡県・鹿児島県の鰯節、鰹節などこだわりのたれで味付けしています。◎常温1ヶ月間●小麦、えび

幅広く使える  
水煮ツナフレーク



⑨9ツナフレーク  
食塩・オイル不使用

申込番号 099 本体 1,190円(税込1,285円)

★規格:70g×7 / 箱

①開封簡単。サラダやパスタのほか、グラタン、和風のお惣菜などにもアレンジいただけます。

◎常温2年間●-

発酵菌が生きている米糨みそ

学校生協  
オリジナル



⑨7学校生協  
オリジナル 仕込みみそ 完成品1kg×4

申込番号 097 本体 2,748円(税込2,967円)

★規格:1kg×4 / 箱

①国産大豆100%で仕込んだ学校生協のみそは発酵菌が生きています。発酵菌がみその香りを作るため、開封したら冷蔵庫には入れず清潔な容器に移し替え、室温でご利用ください。

◎常温6ヶ月間●-

三陸の荒波で育った厚みと弾力

あらかじめ  
カットされているので  
時短にも

⑩お徳用  
三陸産カットわかめ

申込番号 100 本体 990円(税込1,069円)

★規格:48g / 袋

①みそ汁・お吸い物・サラダなど、手軽にお楽しみいただけます。◎常温365日間●-

ご飯やお料理に!

株式会社 新丸正

さっぱりした梅味のご飯のお供



調理例

⑨8鰹節屋がつくった  
食べる梅ほん酢

申込番号 098 本体 560円(税込604円)

★規格:140g / 瓶

①低温でじっくり熟成されたもろみに焼津製造鰹節と北海道産真昆布のだしを効かせ、紀州産の梅を練り込んだご飯のお供です。◎常温12ヶ月間●小麦

かけて炒めるだけ!昔懐かしい  
ナポリタンのできあがり

国産たまねぎと  
バターを使用



調理例

⑩喫茶店の銀皿  
ナポリタンソース 1L

申込番号 101 本体 1,417円(税込1,530円)

★規格:1L / PET

①国産たまねぎとバターを使用。懐かしい味わいのナポリタンソースです。1人前40~50ccを目安にご使用ください。◎常温10ヶ月間●乳

# 生協担当者の「ちょっと試してみて!」アンコール!

**暑くても寒くても**  
山形ではお馴染みの冷たい肉そば!  
冷たくした濃厚な  
鶏だしの汁と  
コシの強い  
田舎そばが  
絶妙に合いとても  
美味しいです。夏はもちろん  
真冬でもおすすめです。  
**おいしい冷たさ!**



山形県学校生協  
永田さんのオススメ!



冷たい鶏ダシ濃厚つゆに  
コシのある田舎そば

102 かほく冷たい肉そば  
申込番号 102 3人前  
本体 1,200円(税込1,296円)  
★規格:3食入 麺80g・つゆ53g×各3/箱  
●郷土食で町おこしを合言葉に生まれた商品です。山形県河北町の郷土食は、現在では山形県民のご当地グルメと認知され、テレビなどにも取り上げられ人気商品となります。山形県民は暑い時はもちろん寒い時でも1年中「冷たい肉そば」が定番です。ご当地ならではの逸品をどうぞ。●常温120日間●小麦、そば

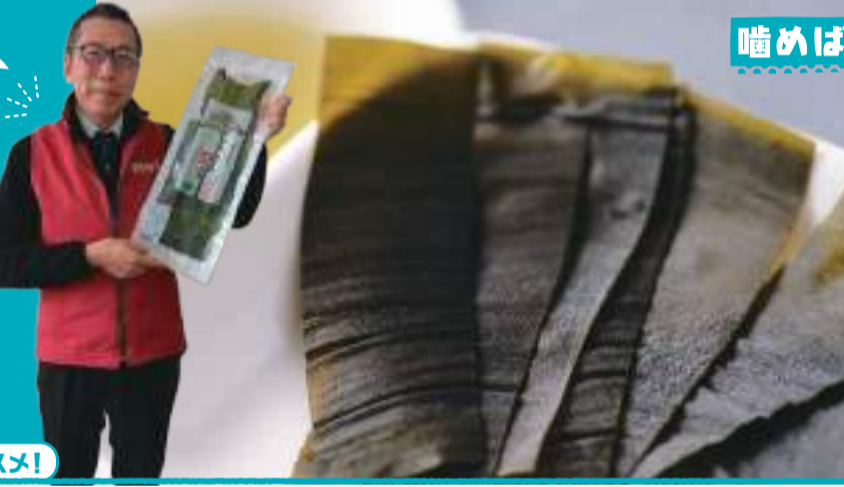
**秋田のうまいもんが  
一瓶に合体!**  
無敵の楽しみができます  
おいしく  
いただけま〜す  
少し多めにのせるのが「コッ」よ  
いつもより  
秋田県学校生協 ジュンジュンさんのオススメ!



いぶりがっこと  
クリームチーズの  
ディップ  
103 いぶりがっこの  
クリームチーズマヨ  
申込番号 103 本体 600円(税込648円)  
★規格:140g/瓶  
●細かく刻んだいぶりがっこを特製のマヨネーズソースで仕上げた魅惑のディップです。●常温120日間●小麦、卵、乳



**三陸に思いをはせて、  
お召し上がりください。**  
三陸海岸の名勝・高田松原にあった  
約7万本の松林のなかで、東日本大震災の  
津波に耐えて奇跡的に残った  
「奇跡の一本松」をデザインした  
パッケージ。袋を開けると、  
なんと一枚もの大きな板昆布。  
家族みんなで食べるもよし、  
ひとりですしずつ食べるもよし、  
噛めば噛むほど美味しい逸品です。  
岩手県学校生協 高橋さんのオススメ!



噛めば噛む程美味しい  
昆布のおつまみです。  
104 三陸産  
おつまみ板昆布  
申込番号 104 本体 500円(税込540円)  
★規格:25g/袋  
●出汁として昔から日本人の舌に愛されてきた昆布そのものの旨みを楽しめるよう優しい味付けにしております。噛めば噛む程自然の旨みがじわ〜と染み出て、ちぎる手が止まりません。ボリューム満点の大きさとともに三陸産昆布ならではの柔らかくて歯触りの良い食感をお楽しみください。●常温180日間●-



国産のたけのこと野菜を使用し  
上品な味付けに仕上げました  
105 国産たけのご飯の素  
申込番号 105 本体 600円(税込648円)  
★規格:170g/袋  
●主原料には国産の筍をふんだんに使用しています。調味料も由来原料までできる限り国産のものを使用しました。ご飯の素としてはもちろん、水溶性片栗粉であんかけ焼きそばにアレンジしても美味しくいただけます。●常温90日間●小麦



簡単便利でいつもの味  
カリカリ梅とひじきをブレンドしたソフトタイプ  
106 刻み梅入 ひじきふりかけ  
申込番号 106 本体 700円(税込756円)  
★規格:30g×2/袋  
●梅の酸味とひじきの甘みがくせになる、おいしいふりかけです。●常温60日間●-



神戸牛の旨みと  
兵庫県産玉ねぎの甘みが絶妙  
107 神戸牛 ピーフカレー  
申込番号 107 本体 870円(税込939円) 3袋  
★規格:160g×3袋/袋  
●神戸ビーフにこだわって栽培したフルーツ玉ねぎを合わせ、じっくりと煮込みました。●常温2年間●小麦



JALの機内食用に開発した約85℃と低い温度でも戻りやすく、ポットのお湯でも美味しく食べられます

108 らーめんですかい  
申込番号 108 本体 2,430円(税込2,624円)  
★規格:37g×15個/箱  
●麺の出汁と鶏ガラをきかせた和風しょうゆ味。チャーシュー・コーン・刻みねぎ・メンマ・飛行機柄のかまぼこ入り。容器の高さ約8.7cm。●常温180日間●小麦、乳



109 うどんですかい  
申込番号 109 本体 2,430円(税込2,624円)  
★規格:37g×15個/箱  
●利用昆布の出汁をきかせた関西風うどん。油揚げ・ねぎ・飛行機柄のかまぼこ入り。容器の高さ約8.7cm。●常温180日間●小麦、乳



110 そばんですかい  
申込番号 110 本体 2,430円(税込2,624円)  
★規格:34g×15個/箱  
●鯉節のだしと醤油の旨みをきかせた関東風そば。ねぎ・天かす・椎茸・飛行機柄のかまぼこ入り。容器の高さ約8.7cm。●常温180日間●小麦、乳、えび、そば



111 ちゃんぽんですかい  
申込番号 111 本体 2,430円(税込2,624円)  
★規格:39g×15個/箱  
●コクのある海鮮スープの旨みをきかせた野菜ちゃんぽん。キャベツ・いか・人参・飛行機柄のかまぼこ入り。容器の高さ約8.7cm。●常温180日間●小麦、乳



飲んで食後の血糖値の上昇をおだやかにするコーヒー



⑪⑫ **フィットライフコーヒー**  
 申込番号 112 本体 **3,680円(税込3,974円)** 次回予定 6月号  
 ★規格:255g(8.5g×30包)／箱  
 ●難消化性デキストリン配合の粉末タイプ。食後の血糖値の上昇を穏やかにします。  
 ●常温365日間●

お湯出し・水出し兼用でマイボトルにも便利



⑪⑬ **有機 ルイボスティ**  
 申込番号 113 本体 **2,380円(税込2,570円)** 次回予定 6月号  
 ★規格:200g(2g×100包)／袋  
 ●南アフリカで有機栽培された茶葉を国内工場で三角ティーパック(ひもなし)に加工しました。有機JAS認定品。カフェインゼロ。たっぷり100包入り。●常温730日間●

国産大麦若葉の飲みやすい青汁



⑪⑭ **私の青汁(60袋)**  
 申込番号 114 本体 **2,500円(税込2,700円)** 次回予定 7月号  
 ★規格:240g(4g×60袋)／箱  
 ●大分県国東半島とその周辺地域の契約農家が農薬・化学肥料不使用で育てた良質な大麦若葉を生葉搾り製法で仕立てた溶けやすく、すっきりと飲みやすい青汁●常温2年間●

1袋(7粒)に31種類の栄養成分を配合



⑪⑮ **キューピー 元気セブン select 30袋**  
 申込番号 115 本体 **3,500円(税込3,780円)** 次回予定 6月号  
 ★規格:84.6g(1袋7粒 2.82g×30袋)／箱(約30日分)  
 ●基礎栄養素をはじめ31種類の栄養成分をセレクト。ストレス社会で頑張る方に。1日の摂取目安1袋(7粒)。  
 ●常温390日間●卵

54種類の原材料を皮や種まで3年3か月以上発酵・熟成



⑪⑯ **万田酵素 STANDARD**  
 パースタイプ 申込番号 116 本体 **3,800円(税込4,104円)** 次回予定 6月号  
 ★規格:50g(2.5g×20包)／袋  
 ●53種類の原材料にピワをプラス。パースタイプ。1日の摂取目安1~2包。●常温731日間●くるみ

コラーゲンペプチド 純度100%



⑪⑰ **高純度さらさらコラーゲン**  
 申込番号 117 本体 **1,680円(税込1,814円)** 次回予定 7月号  
 ★規格:120g／袋  
 ●アメリカ・南米などの大自然の中で育った(健康な牛)から生まれた高品質のコラーゲンパウダーです。1日の摂取目安3~5g●常温730日間●

国産菊芋を皮ごと直火焙煎。菊芋本来のほんのりとしたやさしい甘み



⑪⑱ **国産菊芋茶** 申込番号 118 本体 **1,580円(税込1,706円)** 次回予定 7月号  
 ★規格:60g(2g×30包)／袋  
 ●国産菊芋を皮つきのままじっくり焙煎し、菊芋本来の甘みと香りを引き出しました。毎日飲むお茶としてノンカフェインで体にやさしく、抽出しやすい三角ティーバッグ。水出し・お湯出し共用タイプ。●常温730日間●

国産ごぼうを皮つきのままじっくり焙煎



⑪⑲ **国産ごぼう茶** 申込番号 119 本体 **1,580円(税込1,706円)** 次回予定 6月号  
 ★規格:75g(1.5g×50包)／袋  
 ●ごぼう本来の甘みと香りを引き出しました。ノンカフェイン。水出し・お湯出し共用。抽出しやすい三角ティーバッグ入り。●常温730日間●

1日1粒でクリアな毎日を



⑫⑰ **ブルーベリー&ルテイン** 申込番号 120 本体 **2,980円(税込3,218円)** 次回予定 7月号  
 ★規格:28.5g(475mg×60粒)／袋(約60日分)  
 ●1粒中にブルーベリーエキス末(アントシアニン37%)120mg・ルテイン10mgを配合しています。1日の摂取目安1粒。●常温730日間●

毎日摂ろう、青魚パワー



⑫⑱ **DHA&EPA EX** 申込番号 121 本体 **2,980円(税込3,218円)** 次回予定 7月号  
 ★規格:112.8g(470mg×240粒)／袋  
 ●DHAとEPAを1日で600mg摂れます。1日の摂取目安4粒。●常温730日間●

吸収しやすい卵殻のカルシウムを配合。



⑫⑳ **カルシウム&マグネシウム【コンドロイチン配合】** 申込番号 122 本体 **2,800円(税込3,024円)** 次回予定 未定  
 ★規格:105g(350mg×300粒)／袋  
 ●カルシウムと相性が良いといわれているマグネシウムをバランスよく配合しました。●常温750日間●卵

ゼリータイプで5つのビタミンをおいしく手軽に摂取



⑫㉑ **ビタミンゼリー レモン風味** 申込番号 123 本体 **1,680円(税込1,814円)** 次回予定 7月号  
 ★規格:160粒／袋  
 ●レモン風味でおいしくビタミン摂取。不足しがちなナイアシンも配合しました。袋タイプ。

ゼリータイプで5つのビタミンをおいしく手軽に摂取



⑫㉒ **ビタミンゼリー ブドウ風味** 申込番号 124 本体 **1,680円(税込1,814円)** 次回予定 7月号  
 ★規格:160粒／袋  
 ●5つのビタミンをおいしく補給できます。●常温730日間●

1粒に賢沢配合



⑫㉓ **ルテイン50** 申込番号 125 本体 **2,980円(税込3,218円)** 次回予定 6月号  
 ★規格:29.1g(485mg×60粒)／袋  
 ●ルテインを1粒中に50mg配合。アスタキサンチン・ゼアキサンチン・ビタミンB2・B6・B12も含有しています。パソコンやスマートフォンの利用が多い方に。1日の摂取目安1粒。●常温730日間●

日々の健康を考える方に



⑫㉔ **オメガ3** 申込番号 126 本体 **2,680円(税込2,894円)** 次回予定 6月号  
 ★規格:70.5g(470mg×150粒)／袋  
 ●魚由来のDHAとEPA。アマニとエゴマ由来のα-リノレン酸オメガ3(n-3)系脂肪酸を組み合わせ、ビタミンD3・ビタミンEもプラスしました。摂取しやすいレモンの香り。1日の摂取目安5粒。●常温730日間●

力強い歩みを応援



⑫㉕ **グルコサミンEX** 申込番号 127 本体 **3,980円(税込4,298円)** 次回予定 7月号  
 ★規格:64.8g(360mg×180粒)／プラスチックボトル  
 ●6粒中にグルコサミン1500mg、コンドロイチン・2型コラーゲン含有サメ軟骨抽出物200mg、ヒアルロン酸18mg、イミダゾールジペプチド1200μg、プロテオグリカン540μg、オーブ薬抽出物末10mgを配合しています。1日の摂取目安6粒●常温730日間●えび、かに

タンサ(短鎖)脂肪酸を生み出します



⑫㉖ **すっきり酪酸菌** 申込番号 128 本体 **2,780円(税込3,002円)** 次回予定 6月号  
 ★規格:27g(300mg×90粒)／袋  
 ●酪酸菌とオリゴ糖が生み出すタンサ(短鎖)脂肪酸の力で軽やかな体づくりを応援します。すっきりサポート成分のビフィズス菌・乳酸菌、菊芋由来のイヌリンも配合しました。1日の摂取目安3粒。●常温730日間●乳

このページの商品は  
しております。  
(一部商品を除く)

10% OFF

話題の新作 & 心に残る名作

※不良品以外の返品・交換はできません。ご了承ください。

CD DVD

全曲目はこちらでご確認ください▶



**注目盤** 129 **ゆず**  
心音  
「生きている」というかわりに  
ぼくらは歌を送り出す

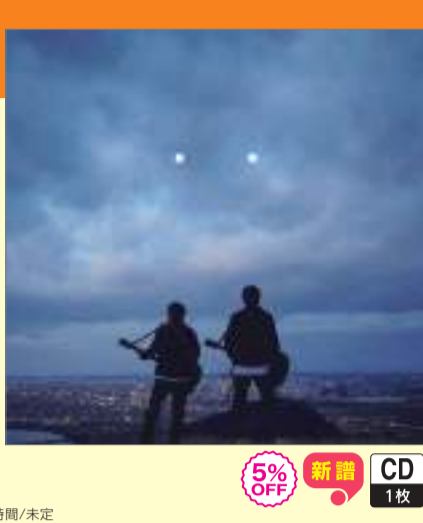
デビュー30周年目前のゆずが放つ、「全曲新曲」のニュー・アルバム。ジャケット・カバーは、宮城県石巻市・トヤケ森山で早朝に撮影されたもの。本作収録のNHK東日本大震災15年・震災伝承ソング「幾重」では、映画「国宝」の音楽を手がけた原摩利彦氏とコラボレーションを行い、さまざまな人々の思いを寄せたメッセージ性の高い作品となっています。

■収録曲目■  
1. 翠光 6. 日替わり定食  
2. 心音 7. ま、いっか  
3. 幾重 8. 逆光  
4. 手のなる方へ 9. 消しゴム  
5. 出発前

申込番号 129 本体 **2,850円** (税込**3,135円**)

●定価税込3,300円 ●全9曲 ●歌詞付 ●2026年3月11日発売 ●セーニャ ●収録時間/未定

5% OFF 新譜 CD 1枚



**注目盤** 130 **Mrs.GREEN APPLE**  
TWELVE  
光と影、真摯な気持ちを  
鮮やかなROCKで!

2016年発表、1枚目のフル・アルバム。エモーショナルで躍動感あふれるサウンドはすでにミセスそのもの!

■収録曲目■  
1. 愛情と牙先 8. ミスカサズ  
2. Speaking 9. Simple  
3. パブリック 10. InTeLUDe  
4. 藍(あお) ~白い朝~  
5. キコリ時計 11. Hug  
6. 私 12. Hello  
7. No.7 13. 庶幾の唄

申込番号 130 本体 **2,520円** (税込**2,772円**)

●定価税込3,080円 ●全13曲 ●歌詞付 ●2016年1月13日発売 ●ユニバーサルミュージック ●収録時間/49分

CD 1枚



131 **藤井風**  
LOVE ALL COVER ALL  
紙ジャケット仕様にて再リリース!

2ndアルバム付属の洋楽カバー集が再発売。アレンジ&ピアノ演奏が光ります!

■収録曲目■  
1. Sunny (Bobby Hebb)  
2. No Tears Left To Cry (Ariana Grande)  
3. Hot Stuff (Donna Summer)  
4. Sorry (Justin Bieber)  
5. Good As Hell (Lizzo)  
6. Just the Two of Us (Grover Washington Jr.)  
7. Weak (SWV)  
8. Overprotected (Britney Spears)  
他 全11曲収録

申込番号 131 本体 **2,250円** (税込**2,475円**)

●定価税込2,750円 ●全11曲 ●歌詞付 ●2026年2月25日発売 ●ユニバーサルミュージック ●収録時間/37分27秒 ●(内)はオリジナル・アーティスト名です。

5% OFF 新譜 CD 1枚



132 **HANA**  
HANA  
時代の寵児・HANA、待望の1stアルバム!

ちゃんみながプロデュースした7人組ガールズグループの話題作です。

■収録曲目■  
1. Drop  
2. ROSE  
3. Burning Flower  
4. Blue Jeans  
5. BAD LOVE  
6. My Body  
7. NON STOP  
8. Cold Night  
9. Bloom  
他 全11曲収録

申込番号 132 本体 **3,195円** (税込**3,514円**)

●定価税込3,700円 ●全11曲 ●歌詞付 ●2026年2月25日発売 ●ソニー・ミュージック ●収録時間/未定

5% OFF 新譜 CD 1枚



133 **DREAMS COME TRUE**  
THE BLACK ○ ALBUM  
ありったけの音楽愛! 9年ぶりの最新作

「あなたとトラタッタ」他、全14曲を収録。

■収録曲目■  
1. GARGANTUA-OPENING THEME OF TBA-  
2. YES AND NO -TBA Version-  
3. ここからだ! -TBA Version-  
他 全14曲収録

申込番号 133 本体 **3,027円** (税込**3,329円**)

●定価税込3,700円 ●全14曲 ●歌詞付 ●2026年3月18日発売 ●ユニバーサルミュージック ●収録時間/未定

5% OFF 新譜 CD 1枚



134 **レミオロメン**  
SINGLES BEST+  
「3月9日」「粉雪」、レミオのシングル・ベスト!

14年の空白を経て活動再開! CD3枚組・全45曲のボリュームでお届けします。

■収録曲目■  
(DISC1)  
1. さあはじめよう  
2. 100億の承認欲求  
3. 雨上がり  
他 全15曲収録  
(DISC2)  
1. もっと遠くへ  
2. オークストラ  
3. 夢の蕾  
他 全15曲収録  
(DISC3)  
1. 息継ぎ  
2. 午後の低気圧  
3. No Border  
他 全15曲収録

申込番号 134 本体 **3,600円** (税込**3,960円**)

●定価税込4,400円 ●全45曲 ●歌詞付 ●2026年3月4日発売 ●ビクターエンタテインメント ●収録時間/未定

5% OFF 新譜 CD 3枚組



135 **BEGIN**  
ビギンの GOLDEN★BEST  
1枚丸ごと名曲ズラリのベスト盤

明るさと癒しが心地よく流れる、BEGINの35周年記念ベスト。

■収録曲目■  
1. 鳥人ぬ宝  
2. 恋しくて  
3. 涙そうそう  
4. 笑顔のまんま  
5. 国道508号線  
6. オジー自慢のオリオンビール  
7. 海の声  
8. 竹富島で会いましょう  
9. がんばれ節  
他 全17曲収録

申込番号 135 本体 **2,250円** (税込**2,475円**)

●定価税込2,750円 ●全17曲 ●歌詞・解説付 ●2026年3月18日発売 ●テイチクエンタテインメント ●収録時間/未定

5% OFF 新譜 CD 1枚



136 **松山千春**  
ベスト・ソングス  
望郷の切なさど温もり、果てしない大空へ

「恋」「季節の中で」「旅立ち」「大空と大地の中で」の別バージョンも収録。

■収録曲目■  
1. 君を忘れない  
2. 恋-1987 ver.-  
3. 大いなる愛よ夢よ  
4. 旅立ち-1987 ver.-  
5. 生命(いのち)  
6. 限りある命  
7. 長い夜  
8. 人生の空から  
9. 凡庸  
他 全17曲収録  
※2・4・12・15・17曲目は再録バージョンです。

申込番号 136 本体 **2,250円** (税込**2,475円**)

●定価税込2,750円 ●全17曲 ●歌詞・解説付 ●2026年3月18日発売 ●日本コロムビア ●収録時間/77分14秒

5% OFF 新譜 CD 1枚



137 **メロディとミッドナイト**  
mixed by DJ和  
昭和歌謡をノンストップで! 「ミッドナイト編」「ハイウェイ編」♪

1970~80年代の国民的メロヒットソングを一挙収録。昭和の空気が令和に蘇ります♪

■収録曲目■  
1. 卒業写真/ハイファイセット  
2. オリビアを聴きながら/杏里  
3. 恋におちて-Fall in love-/小林明子  
4. 時の流れに身をまかせ/テレサ・テン  
5. 恋人よ/五輪真弓  
6. 俺たちの旅/中村雅俊  
7. 心の旅/TULIP  
他 全31曲収録

申込番号 137 本体 **2,280円** (税込**2,508円**)

●定価税込2,640円 ●全31曲 ●歌詞付 ●2026年2月18日発売 ●ソニー・ミュージック ●収録時間/未定 ●曲間無しのミックスCDです。 ※すべて本人による歌唱です。

5% OFF 新譜 CD 1枚



138 **メロディとハイウェイ**  
mixed by DJ和  
昭和歌謡をノンストップで! 「ミッドナイト編」「ハイウェイ編」♪

1970~80年代の国民的メロヒットソングを一挙収録。昭和の空気が令和に蘇ります♪

■収録曲目■  
1. 銀河鉄道999-シンメックス/ゴダイゴ  
2. 君に、胸キュン。-浮気なワガママ/ YELLOW MAGIC ORCHESTRA  
3. 青い珊瑚礁/松田聖子  
4. 思ひみがとまらない I CAN'T STOP THE LONELINESS/杏里  
5. ダンシングヒーロー(Eat You Up)/荻野目洋子  
6. う・ふ・ふ・ふ./EPO  
他 全34曲収録

申込番号 138 本体 **2,280円** (税込**2,508円**)

●定価税込2,640円 ●全34曲 ●歌詞付 ●2026年2月18日発売 ●ソニー・ミュージック ●収録時間/未定 ●曲間無しのミックスCDです。 ※すべて本人による歌唱です。

5% OFF 新譜 CD 1枚



139 **ピアノ・メロディーズ**  
~愛の夢・ユモレスク~  
春の夜に聴きたくなる、ピアノの名曲アルバム♪

演奏は反田恭平、アンドラーシュ・シフなど、国内外の有名アーティストたちです。

■収録曲目■  
(DISC1) 1. ショパン:ノクターン第2番 1. グリーグ:抒情小曲集より「春に寄す」  
他 全16曲収録 (DISC2) 他 全16曲収録

申込番号 139 本体 **1,980円** (税込**2,178円**)

●定価税込2,420円 ●全32曲 ●2026年2月18日発売 ●日本コロムビア ●収録時間/未定 ●演奏:反田恭平、アンドラーシュ・シフ、福岡光太郎 他

CD 2枚組



140 **心安らぐ映画音楽**  
ハープ&チェロ  
癒しの楽器で奏でた、シネマ・ミュージック♪

「ヒーリング・ハープ」「ヒーリング・チェロ」シリーズから、映画音楽を厳選しました。

■収録曲目■  
1. 私のお気に入り  
2. ニュー・シネマ・パラダイス~愛のテーマ  
3. ある愛の詩  
4. サウンド・オブ・サイレンス  
5. 好きにならずにいられない  
6. ムーンリヴァー  
7. 愛のロマンス  
8. 追憶  
9. アンチエイント・メロディ  
他 全15曲収録

申込番号 140 本体 **1,800円** (税込**1,980円**)

●定価税込2,200円 ●全15曲 ●2026年2月10日発売 ●クワア ●収録時間/52分36秒 ●演奏:Classy Moon ※歌は入っていません。

CD 1枚



売ってます! 141 **夜空のピアノ**  
J-POP BEST Selectio  
夜空にぴったりなJ-POPメロディ♪

世代を問わない人気曲を透明感あふれるピアノでカバー。全30曲のボリュームでお届けします♪

■収録曲目■  
(DISC1)  
1. Subtitle (Official髭男dism)  
2. ベテルギウス (倭里)  
3. orion (米津玄師)  
他 全15曲収録  
(DISC2)  
1. 糸 (中島みゆき)  
2. 守ってあげたい (松任谷由実)  
3. 悲しみにさよなら (安全地帯)  
他 全15曲収録

申込番号 141 本体 **1,800円** (税込**1,980円**)

●定価税込2,200円 ●全30曲 ●2023年9月20日発売 ●デラ ●収録時間/DISC1:75分13秒・DISC2:75分57秒 ●歌は入っていません。 ※(内)はオリジナル・アーティスト名です。

CD 2枚組



142 **七田式・右脳で覚えるえいごのうた!**  
~聴き流して自然に身につく~  
聴いて歌ってらくらく暗記♪

「短い歌詞の2回くり返し+カラオケ」で、すぐに覚えられます。英語を聞き取る「耳」が育ち、英語の言語回路を築きます。

■収録曲目■  
1. おはよう  
2. ABCの歌  
3. 10まで数えよう!  
4. これなあに?  
5. 今何時?  
6. 魔法の数字~12までの数~  
7. 手をたたこう  
8. とんぱ  
他 全28曲収録

申込番号 142 本体 **1,620円** (税込**1,782円**)

●定価税込1,980円 ●全28曲 ●歌詞付 ●2023年12月13日発売 ●テイチクエンタテインメント ●収録時間/40分28秒

CD 1枚



**注目盤** 143 **小田和正**  
クリスマスの約束2001...きっと君は来ない  
音楽が言葉をを超えて、心に届く瞬間を...

2001~2024年まで放送された音楽特番「クリスマスの約束」がBlu-rayに。記念すべき第1回目をお届けします♪

■収録曲目■  
1. 言葉にできない(小田和正)  
2. 夜ノムコウ(SMAP)  
3. 桜坂(福山雅治)  
4. 勝手にシンドバッド(サザンオールスターズ)  
5. 真夏の果実(サザンオールスターズ)  
6. ひこうき雲(荒井由実)  
他 全15曲収録

申込番号 143 本体 **5,700円** (税込**6,270円**)

●定価税込6,800円 ●全15曲 ●2025年12月24日発売 ●ソニー・ミュージック ●収録時間/約116分 ●(内)はオリジナル・アーティスト名です。

5% OFF 新譜 BD 1枚



144 **癒しのモーツァルト・ベスト**  
~永遠の4000Hz~  
現代人の心と体を癒す2026年最新ベスト

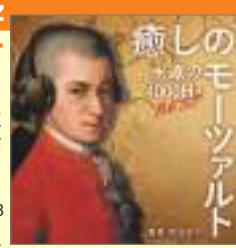
毎日聴くことで交感神経優位の生活が和らぎ、穏やかな生活に戻ってくると期待されます。

■収録曲目■  
1. セレナード 第4番 二長調 K.203 ~ 第2楽章:Andante  
2. ファイリン協奏曲 第3番 長調 K.216 ~ 第1楽章:Allegro  
他 全10曲収録

申込番号 144 本体 **1,800円** (税込**1,980円**)

●定価税込2,200円 ●全10曲 ●解説付 ●2026年1月28日発売 ●ユニバーサルミュージック ●収録時間/59分5秒 ●監修:和合治久(理学博士) ●演奏:内田光子(ピアノ)、イギリス室内管弦楽団 他 ●効果には個人差があります。

CD 1枚



145 **モーツァルト・カラーズ**  
~交響曲ベスト~  
カラヤン、バーンスタイン、巨匠たちがタクトを振る!

クラシックの2大名称レーベル、ドイツ・グラモフォン&デッカから、「交響曲」にフォーカスした名曲・名演を厳選しました!

■収録曲目■  
1. 交響曲 第1番 変ホ長調 K.16~第1楽章:Molto allegro  
2. 交響曲 第17番 長調 K.129~第1楽章:Allegro  
3. 交響曲 第21番 イ長調 K.134~第1楽章:Allegro  
4. 交響曲 第23番 二長調 K.181 (162b) ~ 第1楽章:Allegro spiritoso  
他 全9曲収録

申込番号 145 本体 **1,800円** (税込**1,980円**)

●定価税込2,200円 ●全9曲 ●ライナーノーツ付 ●紙ジャケット仕様 ●2026年3月25日発売 ●ユニバーサルミュージック ●収録時間/66分21秒 ●演奏:ベルリン・フィルハーモニー管弦楽団/指揮:カール・ベーム 他

新譜 CD 1枚



©2026年2月21日以降に発売された商品に ( ) ( ) ( ) マークをつけています。©不良品以外の返品・交換はできません。ご了承ください。※ジャケット及びタイトル・収録曲目・内容が多少変更の場合もございます。 [CD]:コンパクトディスク [DVD]:デジタルビデオディスク [BD]:ブルーレイディスク

# 排水口だけじゃない! きちんと排水管も洗浄していますか?

ずっとキレイをキープしたいけど、面倒なことはしたくない...  
そんな時こそ「流すだけ」のバイオの出番です!

バイオが働く! ①微生物がヌメリに付着・浸透 ②分泌した酵素がヌメリを分解除去 ③継続使用により定着して新たなヌメリを防止



排水管の掃除をしていないと、日々の生活排水で付着した汚れが蓄積して詰まり・ニオイなどのトラブルに!

放置しているとこんなに汚れがこびりついてくるかも!?

かみの毛

石けんカス

食材の油

キレイに!

排水管洗浄剤 バイオ

番号	規格	申込番号	価格
(146)	1本	146	本体1,580円(税込1,738円)
(147)	2本組	147	本体2,780円(税込3,058円)



※写真は2本組です。

たっぷり使える 約1.8ℓ

使用方法  
・1ヵ月目は週に3回150mlずつ、2ヵ月目以降は2週間に1回450mlずつ排水口に流してください。  
・使用後6~8時間は水を流さないでください。

トイレ・洗濯槽など家中の水周りに!

※(146)・(147)共通★内容量:約1.8ℓ(1本)★成分:水、有効微生物群(バチルス属など)、酵素★生産国:日本

サビがちな自転車のサドルに!



こすり洗い不要

こすると危険な刃物類のサビもこすらずスプレーするだけ



こんなにキレイに

スプレーだけでサビを落とす!



中性タイプ 酸性に比べてサビを誘発しにくい

もらいサビにも

(148) 速効サビ取り 本体1,980円(税込2,178円)

★内容量:約500ml★成分:非イオン系界面活性剤、チオグリコール酸アンモニウム★液性:中性★生産国:日本※時間が経過したサビは落ちにくい場合があります。サビの種類により効力に差があります。

皮革専用クリーナー

カビ取り + 汚れ取り + カビ予防



カビが生えていた! そんな時にも!

布にスプレーして拭くだけ!

抗菌剤が皮革に浸透し、カビを抑制!



Before After ツヤ革靴も! スエード靴も!

COLUMBUS



(149) カビ用ミスト プラチナ 本体1,200円(税込1,320円)

★内容量:約100ml★成分:抗菌剤(有機系)、香料、水★液性:弱酸性★生産国:日本※ヌメ革・素仕上げ革・は虫類等の特殊な革には使用できません。

傘を差しながら、両手が使える!



晴雨兼用

雨や日差しをよけながら両手が使えて便利! ガーディングやスポーツ観戦にも!

釣りにも!

頭部のサイズ調整ベルトとおご紐でカンタン調整!

(150) NEW手ぶら傘 収納カバー付き

本体980円(税込1,078円)

★サイズ:収納時=約径6.5×42cm、使用時=約径70×20cm★重量:約120g★材質:ポリエステル、スチール、ポリプロピレン★生産国:中国

軽い力で根こそぎ取れる!



全長約26cm

刃は総焼入れで丈夫

約8.2cm

(151) スーパー草取りヅメ 本体1,280円(税込1,408円)

★サイズ:約8.2×6.2×全長26cm★重量:約120g★材質:刃=炭素鋼(クロムメッキ仕上)、柄=ポリプロピレン★生産国:日本

すき間に刺して、根こそぎ引き抜く!



約11cm

全長約37cm

サビに強いステンレス製

波刃で草をガッチリつかむ!

(152) コンコン鎌 除草用 長柄 ピンク 本体1,580円(税込1,738円)

★サイズ:約11×2.8×37cm★重量:約140g★材質:刃=ステンレス鋼、柄=天然木(ビーチ)、口金=鉄(黒静電塗装)、釘=鉄(ユニクロメッキ)★生産国:日本

コレ1本で楽々キレイ!



平刃 土ならしに

全長約35.5cm

(153) ごそっと草とれ太ピンク 本体1,880円(税込2,068円)

★サイズ:約8.5×4.8×35.5cm★重量:約175g★材質:刃=特殊鋼、柄=天然木(ビーチ)、鉋=鉄(メッキ)★生産国:日本

大きな刃でしっかりキャッチ!

根元から取れる!

ギザ刃 細かい草の根を引き抜く時や、土掘りに

グリップ 小さな手でも握りやすい細めのグリップ

お庭がボサボサ なっていませんか?

ボサ...

ボサ...

スッキリ!

根から取るので、キレイなお庭が長持ちします

オニヤンマは害虫たちの天敵



スティックタイプはこちら

3本セット

挿す&巻き付ける 2way仕様

(154) どこでもヤンマくん 3本セット 本体980円(税込1,078円)

★サイズ(1本):本体=約14×8.9×3cm、スティック=約径0.1×全長24.4cm★重量:約7g(1本)★材質:本体=PVC、スティック=鉄、PVC★生産国:中国

オニヤンマは肉食トンボで、ハエ、蚊、アブ、スズメバチ等の天敵とされています。



カバンや服にストラップ&安全ピン 2way仕様

(155) 超ビッグヤンマくん 本体1,480円(税込1,628円)

★サイズ:約16×19.5×3cm★重量:約52g★材質:本体=PVC、スチール、安全ピン=スチール、ストラップ=ポリエステル、スチール★生産国:中国

# みんな大好き! 学校生協の人気商品 TON'S

## 実は東洋ナッツ食品の商品です。

**大好評!** 東洋ナッツ食品は日本で最初のナッツメーカーです。1959年(昭和34年)創業の日本ではじめて木の実の試作販売を実施しました。



以来震災も経て、現在に至るまで、世界中で生産されるナッツ原料をそれぞれの特徴や秘めた味を最大限に引き出せる数多くのロースト法により、さまざまな商品を開発しています。



東洋ナッツ食品の敷地内にはアーモンドの木が植えられており、春になると近隣の方々と開花を楽しむイベントも催されています。



アーモンドの花

**声** 「小腹がすいた時はこれです。健康に良さそうで、おやつを食べる罪悪感が減ります。」

山形県学校生協 組合員さん

### 国産小魚とナッツのコラボ



**声** 「パリパリこんぶがおいしい!」

栃木県学校生協 組合員さん

156 さかなつつハイ!

申込番号 156 本体 1,680円(税込1,814円)

★規格:10g×30袋/箱  
①国内産カタクチイワシ・ビタミンEを含むアーモンド・油を抜いたピーナッツをミックス。カルシウム・マグネシウムが補給できます。1日摂取目安量2袋。●常温180日間●落花生

157 さかなつつハイ!  
こんぶとカシュー

申込番号 157 本体 1,580円(税込1,706円)

★規格:9g×20袋/箱  
①小魚とカシューの香ばしさがこんぶの旨みを引き立てます。この3種ならではの味わいをお楽しみください。小袋20袋入り。●常温180日間●乳

**声** 「ゴーヤの苦みといい小豆のあまさといい絶妙でした。」

山形県学校生協 組合員さん

### 美と健康を考えた個包装ナッツ

158 TONS 薬膳美人 ミックスナッツ

申込番号 158 本体 1,480円(税込1,598円)

★規格:260g(13g×20袋)/箱  
①素焼きタイプのクルミ・アーモンドに薬膳素材としてゴーヤ・小豆・ココの美の3種類を合わせた5種ミックス。持ち運びに便利な小袋タイプ。20袋入り。●常温180日間●くるみ

- クルミ
- アーモンド
- ゴーヤ
- 小豆
- ココの美

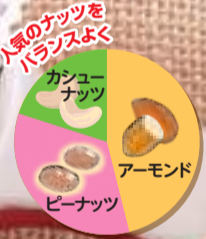
**声** 「素材の味が楽しくて個包装なので食べすぎないのがよい!」

山口県学校生協 たまちゃんさん

159 食塩無添加 素焼きミックスナッツ

申込番号 159 本体 1,480円(税込1,598円)

★規格:13g×25袋/箱  
①アーモンド・ピーナッツ・カシューナッツを油を使わずローストし、素材の味を引き出しました。食べやすい個包装。●常温180日間●落花生



**声** 「キャラメルがナッツの味を一層引き立てている。毎日食べたい。」

栃木県学校生協 組合員さん

### こだわりの直火焦がし製法で際立つ香ばしさ

160 焦がしキャラメルナッツ アーモンド 250g

申込番号 160 本体 1,200円(税込1,296円)

★規格:250g(個装紙込み)/袋  
①じっくり深煎りしたアーモンドを、直火焦がし製法でキャラメルコートしました。際立つ香ばしさと上品な甘さ、隠し味はひとつまみの塩。●常温180日間●乳

161 焦がしキャラメルナッツ マカデミア

申込番号 161 本体 550円(税込594円)

★規格:50g(個装紙込み)/袋  
①ザクザク食感が心地よいマカデミアは、濃厚でミルクーな余韻が残るまろやかな味わいです。●常温180日間●乳

162 焦がしキャラメルナッツ カシューナッツ

申込番号 162 本体 550円(税込594円)

★規格:75g(個装紙込み)/袋  
①香ばしく深煎りしたカシューナッツを直火焦がし製法でキャラメルコートしました。●常温180日間●乳