りょくけん通販　りょくけんが今月も美味しいものを契約農家さんからお届けします

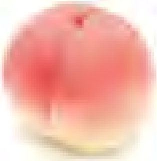
2025
7

SINCE 1973
全国のべ600軒の農家と「美味しいものを作るぞ！」という理念を共有し、野菜くだもの、加工品をお客様にお届けしています。

7月のおすすめ野菜くだもの

Speciality 桃 PEACH

世界に誇れるくだもの。
WORLD-CLASS QUALITY.



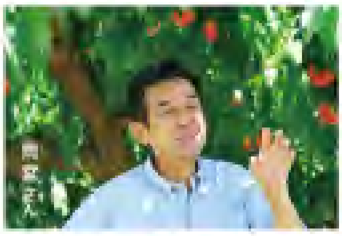
名産地、名人

山梨県大野。桃栽培の一等地として知られる一宮御坂に隣接する地域です。重川と笛吹川が合流する三角州にあたり、水はけが良く、古代から肥沃な土地です。

作るのは、雨宮さん。戦前戦後は、米や麦を育てていたと言います。雨宮家も酒造を営んでいたとか。だんだんと食が豊かになるにつれ、果樹栽培が山梨で盛んになり、今のようなくだもの王国に。雨宮さんも、お酒や小麦から桃に転換しました。

伝統の美味しい品種

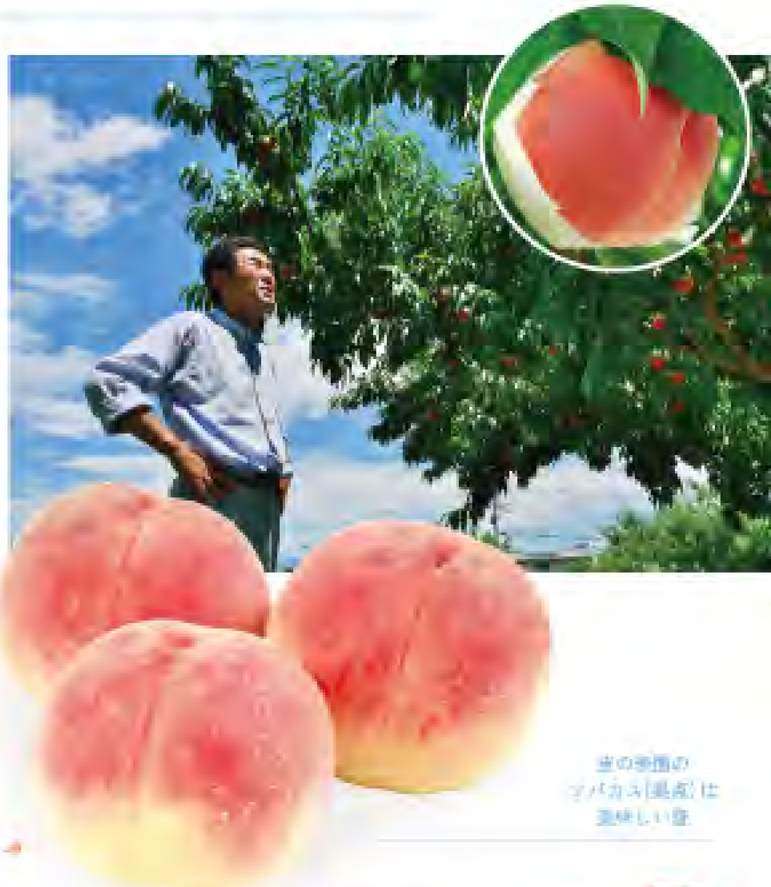
本白鳳や浅間白桃など古い品種は勿論のこと、夢みずきなど最新の品種にも取り組んでいます。20〜30年経った樹は、改植と言って、新しい苗に植え替えます。気候にあった、より栽培しやすい新しい品種も模索して植えるのですが、本白鳳も浅間も改植し、継続して提供できるように努めています。伝統の品種は、食味が優れている一方で、だんだんと栽培が難しくなっており、新規の農家さんには作り切れなくなっているのだとか。



「やっぱり"美味しい！"って言ってもらえるものを作りたいじゃんね。」と日々取り組んでくださっています。

品種リレーで長くお楽しみいただけます

雨宮さんは肩の力が抜けた、物腰のやわらかな方ですが、収穫時期には朝から晩まで働き続けます。丹精込めて育てたとっておきの桃をシーズン中ぜひご堪能ください。



皮の表面のソバカス（果点）は美味しい証

名人の逸品

桃

- 生産者：山梨県　雨宮さん
- お届け：7月上旬〜8月下旬まで

オンラインショップはこちら

430119-24	約2.4kg（9玉前後）	¥6,480
430119-48	約4.8kg	¥12,420
430119-62	約2.4kg×2回	¥12,420

頒布会 期間中に2回

桃の2大系統

白鳳系	白桃系
早生・やわらか、ジューシー・小玉	かため・高糖度 晩熟型・大玉

7月中旬まで　やわらかな白鳳系
7月中旬〜8月下旬　硬めの白桃系

表示価格は全て税込です

※7月は[illegible]、外観や形は写真よりも劣る場合がございます。

レモンの旬は、みかんと同じく、冬です。でも、どちらかというと、夏に食べたい風味ですよね。レモンは寒さに弱く、12月までに収穫を終えるのが一般的です。年を越して霜に当たるとスが入りジュース分が無かったり、落果してしまうからです。でも瀬戸内海に浮かぶ豊島は、例外的に冬を露地で越せる場所。瀬戸内の島々は高低差が大きい島が多いのですが、豊島は比較的緩やかな山のため、気温差が小さく、温暖で、レモンの越冬栽培に好適なのです。そこに気づいた生産者の道法さんは少しずつレモンを増やしていき、現在では農薬も肥料も与えずにレモンを育てています。
皮に苦みがなく、皮ごと料理に安心して使える、とっておきの夏レモンです。

肥料も農薬も止めたら、美味しくなりました。

道法さんのレモン

- 生産者：広島県　道法さん
- お届け：〜7月中旬頃まで

410134-20	約250-300g前後（1〜2玉）	¥972
410134-01	約1kg（3〜6玉前後）	¥2,808

2年目のレモンの皮は厚め。当初は、価値がないと思ったのですが、皮を利用する方が多いことに気づき、販売を決めたそうです。

南国フルーツ

沖縄本島よりもずっと南。
宮古島の隣、来間（くりま）島で、化学合成農薬を一切使用せずに育てました。有機JAS認証取得。

第1弾は、赤い外観が食欲をそそる"アーウィン"種。とろける食感と濃厚な甘さ。日持ちが良く、ご自宅にも、ご贈答にもおすすめです。

御中元に人気！ 極上品質

来間のマンゴー

404147-31	1玉（約400g前後）	¥7,776 税込
404147-32	2~3玉（約900g前後）	¥15,120 税込

贈答箱入

- 生産地：沖縄県　砂川さん
- お届け：6月末~7月中旬頃まで

とても甘いのに後味さっぱり

来間の夏小紅®マンゴー

404847-31	1玉（約400g前後）	¥7,776 税込
404847-01	2~3玉（約900g前後）	¥15,120 税込

贈答箱入

- 生産地：沖縄県　砂川さん
- お届け：7月中旬頃

砂川さんが手がけるもう一つのマンゴー。それが夏小紅®（なつこべに）です。アメリカで生まれた"リペンス"という品種で、アーウィンの親にあたる品種。アーウィンよりも少し遅れて始まります。うっすらと赤みを差した外観が美しい貴重なマンゴーです。有機JAS認証取得。

夏の贈り物

秋田県男鹿半島の砂地で育ったジューシーなメロン。お届けにも人気な緑肉と赤肉のセット。糖度が高く美味しい秋田美人。網目が美しい赤肉のレノン。

御中元１番人気のセット

砂漠のジューシーメロン

40408g	赤・緑肉1玉ずつ	¥5,832 税込

贈答箱入

- 生産者：秋田県　渡部さん他
- お届け：7月上旬~ 下旬頃まで

※秋田美人、レノンを各1玉お入れします。

秋田県オリジナル緑肉品種

緑肉メロン秋田美人

450305-31	1玉	¥2,700 税込
450305-32	2玉	¥5,184 税込

- 生産者：秋田県　渡部さん他
- お届け：7月上旬~ 下旬頃まで

濃厚で甘くコクがある

赤肉メロンレノン

452205-31	1玉	¥2,700 税込
452205-32	2玉	¥5,184 税込

- 生産者：秋田県　渡部さん他
- お届け：7月上旬~ 下旬頃まで

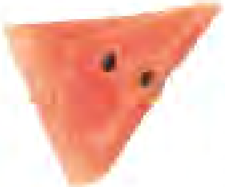
シャリ感＆甘さが抜群

大玉スイカ

454031	1玉	¥8,208 税込

- 生産者：鳥取県　田村さん
- お届け：6月25日頃~7月20日頃まで

梅雨の影響が少ない場所はどこかと言えば、日本海側の山陰地方と東北地方、北海道です。脱サラして、鳥取の山間の古民家に家族で引っ越し、就農したのは田村さん。その前は銀行マンでした。3月のまだ寒い時期にビニールハウスの中にスイカを植え、6月下旬から収穫が始まります。ハウスは余計な水分が入るのを防ぎ、ぎゅっと詰まった果肉に仕上げてくれます。7月に入ると、トンネル栽培に。鳥取の大玉スイカ。ぜひお試しあれ。



青森県の北、木造町。一般に屏風山（びょうぶさん）と呼ばれます。水はけが良く、寒暖差が大きく、梅雨の影響が少ない地域です。メロンやスイカの育種を得意とするナント種苗が開発したマイクロシード®の小玉スイカ。種を食べても気になりません！

小玉スイカの革命児！ 種が気にならない

小玉スイカピノ・ガール®

456002-31	1玉	¥2,808 税込
456002-32	2玉	¥5,400 税込

- 生産者：青森県　長谷川さん
- お届け：7月末頃~1週間ほど

石垣島の赤土土壌で、一切の化学合成農薬と肥料を使用せずに育てた貴重なパインです。古くから石垣で作られる「ハワイ種」という品種で、有機栽培が唯一可能と言われている品種です。酸味が少なく甘みを感じやすく、ジューシー。植えたパインの1/5しか正品にならない貴重品です。有機JAS認証取得。

日本で唯一の有機栽培のパインアップル

石垣パイン　ハワイ種

400947-31	約2.4kg前後（2~3玉）	¥9,720 税込

- 生産者：沖縄県　山中さん
- お届け：7月上旬~中旬まで
  生育状況で前後します

古くから沖縄諸島や奄美諸島で作られてきたライチは、その多くが黒葉と言う小玉の品種でした。先月ご紹介した"玉荷包"に続き、こちらも大玉のライチ。タイ生まれの品種です。甘みも強く、香りまで美味しいです。鹿児島の先端、指宿のハウス育ち。おすすめです。

貴重な国産。大粒で甘く芳醇

生のライチ チャカパット

403746-12	約200g（4玉前後）	¥3,240 税込
403746-15	約500g（10玉前後）	¥7,020 税込

- 生産地：鹿児島県　鶴山さん
- お届け：7月上旬頃~（毎年、前後いたします）

500g
イメージ
1kg
イメージ

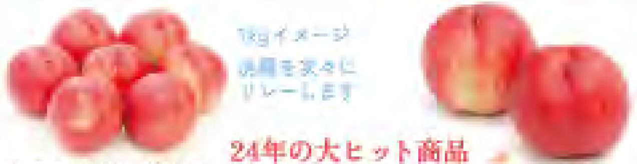
黄色くなるまで常温追熟

島バナナ

407047-15	約500g（5本前後）	¥2,160 税込
407047-01	約1kg	¥3,780 税込

- 生産地：沖縄県　吉田さん他
- 天候によって収穫が全くないこともあります

外国産よりも熟度が高く、小ぶりのため、香りが良く美味しいです。外観が悪い場合がありますが、中身は大丈夫です。大きさは、モンキーバナナほど。



ネクタリンは、桃から生まれた、毛が無い桃の総称です。果肉は黄色のタイプと白のタイプがあります。新しい品種が続々と登場。酸味が少なく、高糖度。おすすめです。

24年の大ヒット商品

スイートネクタリン

431020-01	約1kg（7~4玉前後）	¥1,836
431020-02	約2kg（14~9玉前後）	¥3,348 税込

- 生産者：長野県　成田さん
- お届け：7月中旬～9月上旬頃まで
- シーズン後半になるほど大玉傾向

栄養豊富なスーパーフード

完熟プルーン

433620-23	約300g（7玉前後）	¥972
433620-01	約1kg（20玉前後）	¥2,808 税込

- 生産者：長野県　小林さん
- お届け：7月下旬頃~

「完熟しないと美味しくないんですよ。」と、プルーンの完熟収穫にこだわる農家さん。大小さまざまな品種をリレーしてお届けします。

自然豊かな場所で育ちました。化学合成された農薬は一切使用せず、余分な水分が入らないように調整しており、糖度が高くなりやすくなっています。7月下旬頃から北海道にリレー。

品種と産地をリレー

ブルーベリー

433018-31	約100g	¥1,188 税込
433018-32	約100g×2p	¥2,268

- 生産者：福井県　田中さん ～ 北海道 永沼さん
- お届け：～8月頃まで

夏の贈り物

2kg 贈答箱
イメージ

瀬戸内海に浮かぶ生口島で育ちました。ハウスで大切に育て、じょうのう（内袋）がやわらかく抜群の糖度を誇ります。外の皮も苦味がなく、一緒に食べられるくらいです。贈り物にも最適。2kgと3kgは＋550円で 贈答箱 にお入れできます。

- 生産者：広島県　森野さん
- お届け：6月中旬頃~7月中旬頃まで

名人の逸品

ハウスみかん

416134-02	約2kg	¥5,400
416134-03	約3kg	¥7,992
416134-05	約5kg	¥13,500 税込

ナポレオンという大粒品種から生まれたさくらんぼです。不思議なことに他の産地での評価は低いのですが、ここ北海道の南陽は美味しく仕上がります。最北端のくだもの処"増毛（ましけ）"から。

シーズン最後の甘い品種

さくらんぼ 南陽

432101-12	約200g	¥2,700
432101-15	約500g	¥6,480 税込

- 生産者：北海道　羽野さん
- お届け：7月中旬頃~

お買い得！ 実は希少なくだもののサブスク

くだもの定期便

- 生産者：広島県　森野さん他
- お届け：注文後 約１週間～

定期配送	57148	¥2,700 税込	毎週／隔週
まずは1回	57149	¥2,916 税込	定期便同様のセットを1回だけお送りします

旬のくだもの２～５種類を【毎週／隔週】定期的にお届けします。他社では真似のできない低価格、高品質な契約農家さんのくだものを1年中安定してご用意。野菜なども同梱出来ます。電話、郵便、ECにて。

御中元に

贈答箱入でお送りします

旬のフルーツギフト

- 生産者：広島県　森野さん他
- お届け：ご希望に沿います

Medium	57189	¥4,212 税込
Special	57185	¥6,480 税込
Premium	57188	¥10,800 税込

Specialの一例

贈答箱にお詰めして、美味しさだけではなく、美しさにもこだわってお送りいたします。旬のくだもの２～５種類ほど。

トマトの原生地であるアンデス高原の環境に似せるため、夏は北海道のビニールハウスの中で育てています。一般的な糖度が3～5度のところ、倍くらいの糖度に。りょくけんでは**糖度8度を完熟、9度を特選**と呼んでいます。北海道の前半は仁木の岩本さんが◎。山の斜面を整地し生活排水が入らない一番上にハウスを建てて育てています。6月下旬～7月末くらいまでの暑すぎない時期が、大玉ですが、おすすめです。

甘さと旨味、香りが濃い

マルトマト

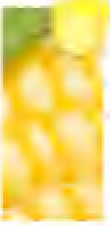
生産者：北海道 岩本さん他
お届け：6月中下旬～

●完熟 糖度8度

Small	(7~13玉前後)	313001-18	¥3,888
Medium	(10~18玉前後)	313001-13	¥5,616
Large	(20~39玉前後)	313001-28	¥10,800

●特選 糖度9度

Small	(7~13玉前後)	313101-18	¥4,320
Medium	(10~18玉前後)	313101-13	¥6,264
Large	(20~39玉前後)	313101-28	¥11,880



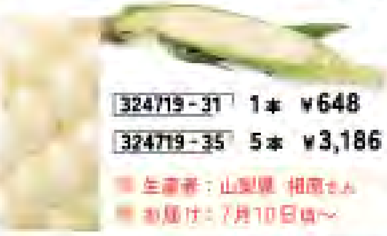
標高1000m付近の富士山麓育ち

高原とうもろこし

富士河口湖町は標高1000mほどと富士山を望むロケーション。昼夜の寒暖差があるため、生育に最適。相原さんは6万本も育てています。

324019-31 1本 ¥540
324019-35 5本 ¥2,592

生産者：山梨県 相原さん
お届け：7月10日頃～



324719-31 1本 ¥648
324719-35 5本 ¥3,186

生産者：山梨県 相原さん
お届け：7月10日頃～

希少！入荷期間限定です

白とうもろこし 白い恵味

とても希少でフルーツの様に甘い。後味がスッキリとした甘さ、艶のある色味が特徴です。

いちごの様で甘い **いちごトマト** 北海道 中野さん 317701-12 約200g ¥756 317701-01 約1kg ¥3,564	パリッとした歯ごたえ **ミディトマト** 北海道 中野さん 318201-12 約200g ¥540 318201-01 約1kg ¥2,376	ずっしり重厚で美味しい **大玉トマト** 北海道 岩本さん他 313401 約1.8kg ¥2,160	旨味たっぷり **アスパラガス** 北海道 赤木さん 326501-21 約150g ¥864 326501-15 約500g ¥2,700	夏に欠かせない和のハーブ **大葉** 静岡県磐田市 382422 10枚 ¥324	夏に欠かせない香味野菜 **みょうが** 静岡県磐田市 382717 約50g ¥346
小粒で甘く濃厚 **八尾の枝豆** 大阪府 梅城さん 323127-12 約200g ¥864 323127-01 約1kg 3,888	香りも味も濃い **セルリー** 北海道 余湖さん 326001-31 1束 ¥378 326001-45 1株 ¥972	ホクホクな夏野菜 **かぼちゃ** 長崎県 児玉さん他 342542-45 1カット ¥432 342542-31 1玉 ¥1,620	角が無くやわらかい **マルオクラ** 長崎県 児玉さん他 325842-11 約100g ¥356 325842-01 約1kg ¥3,240	皮がやわらかく甘く美味 **石原さんのなす** 山梨県 364119-22 約350g ¥432 364119-01 約1kg ¥1,188	ジューシーで生食向き **泉州水なす** 大阪府 北野さん 365127 1本 ¥432
生でもグリルでも美味 **ズッキーニ** 山梨県ほか 322319 1本 ¥378	完熟房室で甘く美味しい **パプリカ** 大分県 橋本さん 363944-31 1玉 ¥432 363944-32 2玉 ¥810	美しく、クセが無い **朝倉さんの冬瓜** 愛知県 392023 1玉 ¥1,728	磐田の特産！葉だけで販売 **赤シソ** 静岡県磐田市 紫蘇ジュースや梅干しにぜひ 382522 約500g ¥756	大玉でサラダにも◎ **かぶ** 北海道 余湖さん 337401 約400~500g ¥540	香りがある。 **きゅうり** 長崎県 寺田さん他 367242 2~3本 ¥346
赤土の高原育ち **高原だいこん** 岐阜県 331721 1本 ¥540	標高900mの高原育ち **高原キャベツ** 山梨県ほか 335119 1玉 ¥540	ホクホク、香りが良い **じゃがいも男爵** 静岡県ほか 354122-15 約500g ¥324 354122-03 約3kg ¥1,728	有機JAS認証取得、甘い。 **淡路のたまねぎ** 兵庫県 新家さん 350528-14 約400g ¥378 350528-03 約3kg ¥2,160	赤土育ちで甘く美味しい **にんじん** 長崎県 馬渡さん 352442-15 約500g ¥389 352442-03 約3kg ¥2,376	アク少なくジュースにも◎ **小松菜** 静岡県 石塚さん 345822 1p ¥346
赤土育ちで甘みがある **高原レタス** 青森県 山田さん 340502 1玉 ¥540	苦み少なく生で美味しい **サラダ春菊** 大分県 金子さん 344644 約40g ¥292	しっとりやわらか1番刈り **ベビーレタスMIX** 大分県 金子さん 344244 約40g ¥454	えぐみなくシャキシャキ **サラダほうれん草** 大分県 金子さん 344944 約25g ¥292	サッと洗ってサラダに **サラダ小松菜** 大分県 金子さん 344844 約40g ¥292	しっかり味があります **サラダ水菜** 大分県 金子さん 344744 約40g ¥292
プリプリで旨味濃い **ぶなしめじ** 新潟県 片山さん 371115 1p ¥324 371315 大粒 1p ¥378	シャキシャキで旨味濃い **えのき** 新潟県 阿部さん 373015 白 1p ¥324 373215 茶 1p ¥324	旨味が濃い **マッシュルーム** 静岡県 長谷川さん 371714 白 約100g ¥432 371814 茶 約100g ¥432	食感や風味が素晴らしい **原木生椎茸** 秋田県 齋藤さん 370105 1袋 ¥432	苦み少なく栄養豊富 **ベビーケール** 大分県 金子さん 345244 約40g ¥324	胡麻風味、ほんのり辛い **サラダルーコラ** 大分県 金子さん 345044 約25g ¥292
繊維やわらか、爽やか **しょうが** 高知県 野瀬さん他 382039 1袋 ¥378	香りが良く旨味が濃い **島にんにく 奄美ユタカ** 鹿児島県徳之島 名古さん 380146 約100g ¥432	小粒で美味しい在来品種 **青大豆 吉川在来** 新潟県 山本さん他 530215-15 約500g ¥756	甘みが濃厚でコクがある **大豆 ゆきほまれ** 北海道 谷口さん 530301 約350g ¥864	1979年から化学合成農薬不使用 **特上煎茶** 佐賀県 嬉野 太田さん 520141-31 約100g ¥2,160	国産！大豆を丸ごと独自製法 **大豆汁** 宮城県産ミヤギシロメ使用 530719 300ml ¥324

画像はイメージです。天候などにより欠品、遅れなどもございます。表示価格は全て税込です。

本紙に掲載している以外にも、ジュース各種、豆類、たまご、グラスフェッドミルク、手割とうふ、乾物、調味料、雑穀のお茶各種なども常時販売しております。お得な野菜定期便も各サイズご用意ございます。下記よりオンラインストアをどうぞご覧くださいませ。

配送料	3辺100cm/10kg	3辺120cm/15kg
北海道	¥1,210	¥1,540
北東北	¥880	¥1,210
南東北・北陸 関東信越・中部	¥693	¥1,023
関西	¥825	¥1,155
中国	¥935	¥1,265
四国	¥1,045	¥1,375
九州	¥1,210	¥1,540
沖縄	¥1,870	¥2,640
クール代	¥330	¥660

野菜の配送料▼クール便（じゃがいもなど以外）

お電話 [illegible] 03-6914-2831

FAX [illegible] 03-6914-3831

営業時間 [illegible] 9:30 ～ 17:00
休：土日祝

オンラインストア [illegible]
shop-ryokuken.com
りょくけん 検索

店舗 [illegible]
11:00～20:00
（日曜19:30まで/休：年始）

東京の銀座にある店舗。
無添加のベジデリカも人気。
お電話でもお取り置き、ご注文可。
ベジデリカはUberEatsでも販売中！

メールマガジン [illegible]

2025年7月号
発行元：株式会社りょくけん東京
〒170-0011 東京都豊島区池袋本町
3-15-1 第5秋桑ビル1F