

身体は、食べたもので、できている。

安心安全 × 毎日おいしい オーガニックな食生活習慣へ、シフト!

～おいしく健康にダイエットしたい方に～
～健康の維持・回復、病気の予防・改善に～
～子どもに安心安全なものを食べさせたいお母さんに～

ひとりひとりのご事情に寄り添った、週に1度の
“食と暮らしの安心安全” お届けサービス

商品をお届けする際、
健康や暮らしの相談
にも全力対応します!

暮らしシフト配相便

配送 × 相談



安心安全・食のキホン
自然栽培の玄米



野菜本来の味!
自然栽培 & 有機野菜



料理が引き立つ
ホンモノ調味料



便利でおいしい
食材 & 加工食品



お米の酸化をふせぐ
卓上精米機



脱・塩素生活!
浄水器 & シャワーヘッド



自家製飼料で育った
平飼い有精卵



乳製品・砂糖不使用
米粉ヨーグルト



ホルモン剤・抗菌剤
不使用 ヘルシー鶏肉



小麦・卵・乳製品不使用
グルテンフリー米粉パン



料理やお茶をもっと
おいしく! 土鍋 & 土瓶



肌にやさしい
無添加せっけん & 洗剤

配相内容の例

配相日
原則、毎週 **木・金**
時間帯は応相談

配相可能エリア
米原市・長浜市の一部・
彦根市の一部

- ・これぞホンモノの味! こだわり農家が育てた無農薬・無化学肥料の旬の野菜やお米
- ・輸入飼料・ホルモン剤・抗菌剤を使わず、平飼いで育った健康鶏の有精卵・鶏肉
- ・これだけで料理が美味しくなる! オーガニック & 化学調味料無添加の本物調味料
- ・無農薬・無添加にこだわった各種食材、加工食品、お茶、おやつ
- ・使って安心! 料理やお茶をもっとおいしくする調理器具
- ・体を内側からキレイに! 浄水器・卓上精米機・スロージューサーなどのキッチン家電
- ・肌にも環境にもやさしい! 無添加石けん・洗剤、基礎化粧品、生理用品など

まずはお問い合わせください



暮らしシフト研究所

〒521-0302 滋賀県米原市曲谷138

090-2192-7676 (担当: 伊東)

kurashifuto@gmail.com



がんを克服した経験をもとに、びわ湖にそそぐ姉川源流の山里で古民家暮らしをしながら、心も体も環境も持続可能なライフスタイルを
実践・研究しています。「暮らしシフト」の美味しさ・心地よさを体感していただける拠点施設を準備中!! 最新情報は Facebook で!