



いまだ現役！

札幌オーガニック 創世記を駆けぬけた 二人に聞きました



らる畑の創業者 橋本 早知子

1986年、ポラン広場北海道の有機流通ネットワークに参加。取立ての免許で移動販売を開始。1989年に現在地に店舗を構える。今年喜寿を迎えるも情熱と声の大きさは衰えず、今の熱量は宝塚の推活に向かっている。現在、経理・発注・接客担当



らる畑の黒子的存在 滝沢 修

ポラン広場北海道立ち上げに参加、初代代表兼劇団「極」の座長。らる畑の理念的な部分を構築した黒子役でナンバー2。大型免許も持つベテランドライバー。今もやまびこ座の人形劇の公演にちょいちょい出演中。現在、集荷・配達担当



らる畑をはじめたきっかけ



有機農産物販売店を全国に拡めようと誘いがあり、トップダウンではなくネットワーク型という新しい流通に心が動きました。生産者をもっと支えられる、街で有機農業を知ってもらう機会を増やす。思いと仕事が一貫したのです。



まず有機栽培野菜販売の老舗八百屋夢屋（後に廃業）で短期のアルバイトに誘われ働き始めました。すでに夢屋でサチコさんはリアカーに野菜、加工品を乗せて移動販売してましたよ。その後らる畑を開店。しばらくして私もらる畑のスタッフになりました。

苦労したことはなんですか



免許取り立ての冬道は死ぬ思い。一軒一軒チャームを押し、有機農産物の説明から始めました。店を持っても小商いの自転車操業。畑を全部引き受けると言っただけの暑ければ十ケース単位で届くトマトやキュウリ、寒ければ一束も来ない葉物たち。LOVE畑がなければやって来ませんでした。



初めた頃、有機栽培というものを解って貰えなくて、なかなか拡がらなかったですね。毎日北から南、西から東へと走り回りました。農家の皆さんはもっと苦労したと思います。

楽しかったことはなんですか



山ほどあります。志しを同じくする仲間達との語り。生産者や製造業者と飲み交わす酒。土の香りを感じた時。スタッフやお客様との何気ない会話。何よりもたくさんの方の出会いがあった事。



「ポラン広場」と言う八百屋の流通ネットワークネットワークが有りました。年に一度八百屋、農家、有機農産物加工品業者が全国から集まります。そこで有機農業について夜を徹して語りあった事ですね。

これからやりたいこと



もう少し現役でいたいですね。「さよならだけが人生ならばまた来る春は何だろう」という寺山修司の詩が好きです。



有機農業に関わる事、人形劇に携わり続けたいですね。

11/15
（日）

らる畑40周年祭
やります！

マルシェ・お弁当
乱拍子に味噌つき！
南2西1bokashiにて



野生の命をいただきます

ジビエ

大分
トリ
から
肉
登
場
！

近年、農村地域の人口減少により里山が荒れ、多くの田畑が鹿や猪の被害で悩まされています。増えていく鹿や猪は害獣となり、大分県の調べでは適正頭数の約10倍は生息しているとされます。捕獲した97%は殺処分の後廃棄されていましたが、宇佐ジビエファクトリーでは「あやめた命と向き合い、責任を持って活用する使命」をモットーに個体差の激しいジビエを美味しくいただくための加工に奮闘してきました。ペットフード開発やサファリパークとの連携により、命を粗末にしないサイクルを確立しています。

鹿肉

猪肉

牛肉に比べると脂質が1/6、カロリーは半分以下、鉄分は2倍！あっさりした赤身肉の味わいで和風にも洋風にも使いやすい。まずはミートソースに！

豚肉に比べると鉄分が4倍、ビタミンB12が3倍！うま味が強く、根菜やキノコ、ナッツと相性が良い。煮込み料理、ぼたん鍋に！

宇佐ジビエ
ファクトリー

森の狩人

鹿肉切り落とし	冷凍	300g	税込	885円
猪肉切り落とし	冷凍	300g	税込	1,394円
猪&豚ハンバーグ	冷凍	40g×5	税込	692円
鹿肉ミンチ	冷凍	300g	税込	746円
鹿肉モモブロック	冷凍	300g	税込	1,437円

2026 10月 らる畑カレンダー

月	火	水	木	金	土	日
28	29	30	1	2	3	4 日曜日 17時まで
らる畑のお弁当&惣菜 平日 11:30~ (土日・祝日休み) らる畑の調味料使用! 旬野菜・スポット品 隔週水曜11時 自然食ホロのパンと焼き菓子 人気の冷蔵品、月一入荷! 10/2(金) らるごはん お弁当&惣菜 土曜12時 十勝風土火水 天然酵母パン						
月〜木or金 ご予約承ります! ★橋本シェフのらるごはん ★月2回木・金 動物性不使用 ★中島シェフの Vege-ラボ結Vege弁当 旬野菜・スポット品 お待たせ! 旬です! ●蓮根 佐賀/農薬・化肥不使用 ●リーフレタス 北海道/有機農産物 ●ぶどう(キャンベル) 余市/農薬・化肥不使用 ★中川町FAROの スペインチーズ ★安平町とあさ村の グラスフェットマトンブロック ★札幌鳴海屋 にしん漬け・白菜キムチ						
5	6	7	8	9	10	11 新月
お楽しみ (10/5(月)10時半〜18時半) 日本オーガニック コスメ協会セラピスト 旬野菜・スポット品 ●ブロッコリー・水菜 生落花生・キャベツ 北海道/有機農産物 ●洋梨(パートレット) 仁木/防除10回・化肥不使用 岐阜 山のハム工房ゴーバル ★サラミ、ハム、生ハム ウイナー各種 ★季節の小樽ビール フェスト 330ml 330円 ●杉浦商店の冷凍赤身 メパチ 1523円 キハダ 1502円 ネグロ口用すき身 1383円 マグロ漬け丼 908円 2週に一度! ●静岡「いちろうこ」蒲鉾 いわしはんぺん 5枚 584円 小ちくわ 5本 529円 小判揚げ 5本 529円 青のり小判 3枚 464円 たこボール 8個 519円						
12	13	14	15	16	17	18 十勝産有機小麦使用!
お楽しみ 12(月) 祝日はお弁当 お休みです 13(火) らるごはんののっけ弁当 旬野菜・スポット品 ●新生姜 由仁/有機農産物 ●ヤーコン・菊芋 北海道/有機農産物 ●柿(刀根柿) 奈良/特裁・化肥不使用 大分県 大分県佐吉エファクトリー ★鹿肉切落とし 300g 885円 ★鹿肉切落とし 300g 1,394円 ★猪&豚ハンバーグ 40g×5 692円 出雲渡邊水産 無添加 冷凍干物! ★あじ開き 2枚 670円 ★かます 2枚 692円 ★干し塩サバ 692円 再開! ●モリンガ×桑の葉 有機青汁 2g×30 2970円 ●有機モリンガ100%使用生モリンガ 90g 3240円 ●小樽NSニッセイ昆布巻き(鮭・ミニ鰯・ハーブたらこ) やわらか鰯小樽炊き 540円 ●マコト屋の削りたて花かつお 70g 627円						
19	20	21	22	23	24	25
お楽しみ 19日は Vege-ラボ結 お弁当&惣菜 20(火) らるごはんののっけ弁当 旬野菜・スポット品 ●白菜・白カブ 紅くるり 北海道/有機農産物 ●レモン・柚子 熊本他/有機農産物 人気! 9/19(月)入荷 平田とうふ店 消泡材不使用 ●もめん豆腐 ●よせ豆腐 SALE! 10/19~11/1 調味料がお得! ★ヤマヒサ頑固本生濃口醤油 720ml 1620円→1458円 ★味の一味の母 720ml 1080円→972円 ★カンタン八芳酢 360ml 562円→508円 ★干し原椎茸小粒どんこ 45g 1059円→953円 ★干し原椎茸こうしん 80g 1631円→1468円 2週に一度! ●静岡「いちろうこ」蒲鉾 いわしはんぺん 5枚 584円 小ちくわ 5本 529円 小判揚げ 5本 529円 たこボール 8個 519円 おでんセット再開します!						
26	27	28	29	30	31	1 日曜日 17時まで
お楽しみ シェフ 橋本 28(月) らるごはん 魚弁当の日 28(水) まごやさいい 弁当の日 旬野菜・スポット品 ●北海道産新米 ななつぼし ゆめびりか 北海道産/有機農産物 ●りんご 青森/特裁・化肥不使用 人気! 10/19(月)入荷 平田とうふ店 消泡材不使用 ●もめん豆腐 ●よせ豆腐 焼津ヤマクニ水産 無添加冷凍干物! 10/26(月)入荷予定 ★とろさば 1枚 897円 ★銀ダラ 1切 843円 ★ぎんぎ ★釜揚げ桜エビ 11/15(日) マルシェ・お弁当・いろいろ らる畑40周年祭 やります! 南2西1 bokashiにて ●鳴海屋にしん漬け・白菜キムチ ●ベジ生ラーメン 醤油・塩・味噌 各2人前 670円						

■カレンダーの内容は入荷の予定や価格が変動する場合がございますので何卒ご了承ください。
 ■週のスポット品は基本的に月曜日からの入荷になります。 ■お気軽にご予約・お問い合わせ下さい。 Tel 011-614-2406