

7

July・文月

2026

イベントカレンダー event calendar

オーサワジャパン 池尻大橋店

暑さが本格的になる7月、皆さまの健やかな毎日を応援する商品を取り揃えております。

また、ポイント10倍デーを「7月3日(金)・10日(金)」と「7月20日(月)・24日(金)」に開催いたします。

ぜひこの機会にご利用ください。皆さまのご来店を心よりお待ちしております。

Wishing you
healthy
summer!

お店 …1F 教室 …2F セミナー …B1F

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
季節のレシピ 小暑(7/7)の おすすめレシピ とうもろ こし ごはん		有機めんつゆ・ だしつゆのもと 味わい体験 	1 升本 弁当 IN THE OVEN パン(12時頃) 木のひげ パン	2 半夏生 keitan55 弁当 加藤農園 パン	3 お店 ポイント10倍デー 教室 ベーシックⅡ (デイ)⑨ 升本 弁当 みれっとファーム パン	4 教室 ベーシックⅡ (エンド)⑨⑩ 升本 弁当 Lotus baguette パン(12時頃)
5 教室 アドバンスⅠ (エンド)⑨⑩ 升本 弁当	6 お店 OJ有機めんつゆ・ だしつゆのもと 味わい体験 教室 体験レッスン 升本 弁当	7 小暑 セタ お店 OJ有機めんつゆ・ だしつゆのもと 味わい体験 教室 ベーシックⅠ(デイ)⑨ keitan55 弁当 	8 升本 弁当 IN THE OVEN パン(12時頃) 木のひげ パン	9 keitan55 弁当 加藤農園 パン	10 お店 ポイント10倍デー 教室 ベーシックⅡ (デイ)⑩ 升本 弁当 みれっとファーム パン	11 教室 ベーシックⅠ(エンド)⑨⑩ セミナー Online マクロビオティックの ベーシック理論講座 升本 弁当 Lotus baguette パン(12時頃)
12 教室 アドバンスⅡ (エンド)⑨⑩ 升本 弁当	13 お店 OJ有機めんつゆ・ だしつゆのもと 味わい体験 升本 弁当	14 お店 OJ有機めんつゆ・ だしつゆのもと 味わい体験 教室 体験レッスン 教室 ベーシックⅠ (デイ)⑩ keitan55 弁当	15 升本 弁当 IN THE OVEN パン(12時頃) 木のひげ パン	16 keitan55 弁当 加藤農園 パン	17 お店 ポイント2倍デー セミナー Online 正食医学・ 望診法講座2026 セミナー Online 正食相談 升本 弁当 みれっとファーム パン	18 升本 弁当 Lotus baguette パン(12時頃)
19 升本 弁当	20 海の日 土用 お店 ポイント10倍デー お店 OJ有機めんつゆ・ だしつゆのもと 味わい体験 升本 弁当 	21 お店 OJ有機めんつゆ・ だしつゆのもと 味わい体験 升本 弁当	22 升本 弁当 IN THE OVEN パン(12時頃) 木のひげ パン	23 大暑 keitan55 弁当 加藤農園 パン	24 お店 ポイント10倍デー 教室 体験レッスン 升本 弁当 みれっとファーム パン	25 セミナー Online いのちと 健康の本質を学ぶ セミナー Online 細川相談 升本 弁当 Lotus baguette パン(12時頃)
26 升本 弁当	27 お店 OJ有機めんつゆ・ だしつゆのもと 味わい体験 教室 体験レッスン 升本 弁当	28 お店 OJ有機めんつゆ・ だしつゆのもと 味わい体験 教室 体験レッスン keitan55 弁当	29 升本 弁当 IN THE OVEN パン(12時頃) 木のひげ パン	30 keitan55 弁当 加藤農園 パン	31 お店 ポイント2倍デー 升本 弁当 みれっとファーム パン	7/25(土)~31(金) オーサワ おすすめ商品 ベスト10 10%OFF

※都合によりお休みになる場合がございます。詳しくはスタッフまでお問合せください。

ナチュラル & オーガニック



お店 オーサワジャパン池尻大橋店

営業時間/11:00-19:00 お得な情報はLINEにて ➡ 池尻大橋店LINE:@wxh0122o
TEL.03-6701-3277 www.facebook.com/lima.co.jp教室 セミナー Online マクロビオティック クッキングスクール リマ 本校(日本CI協会)
〒153-0043 東京都目黒区東山三丁目1番6号

TEL.03-6701-3285 www.facebook.com/limacookingschool

オーサワジャパン公式通販 LIMA NET SHOP <https://lima-netshop.jp>

OHSAWA JAPAN GROUP 公式ページ

<https://www.ohsawa-japan.co.jp> 【Instagram】
@ohsawa_japan_group

Follow me

カラダにやさしいパン & お弁当

入荷スケジュール

Bread and lunch box arrival schedule

白砂糖・卵・乳製品 不使用！こだわりの素材と製法でつくる、天然酵母パン、勢ぞろい。

IN THE OVEN

自家製天然酵母は、リンゴや甘酒から手づくり！
オーサワの玄米粉、つぶしあん、豆乳マヨなど、こだわりの
素材を使ったパンは週替わりで
お楽しみいただけます。

焼きたてが昼頃に入荷♪

入荷日：毎週水曜日・12時頃



木のひげ

農薬不使用の干しぶどうと全粒粉からおこした天然酵母
を使用。フランスの伝統製法で焼き上げた、香り豊かな
ハード系パンが魅力です。

素材の味を生かした
やさしいおいしさ

入荷日：毎週水曜日



加藤農園

農薬不使用発芽玄米を炊き、食パンの生地練りこんで
蒸し上げた、おまんじゅう！おまんじゅうの中には、厳選
した野菜などで作った具がたっぷりボリューム満点。
蒸すとふくら・もちもち！

腹持ちも良く、大人気です♪

入荷日：毎週木曜日



みれっとファーム

ドライフルーツや米飴などで自然な甘味をつけ、塩田法の塩や
玉締め圧搾法の菜種油など厳選した調味料を使って、素材の
持つ素朴な味を引き出しています。

食パン・蒸しパン・焼き菓子など
種類も豊富です。

入荷日：毎週金曜日



Lotus baguette

国産小麦・有機素材・天然酵母など、厳選した素材を使用し、長時間発酵でじっくり
焼き上げたパンです。

噛むほどに広がる小麦の風味を
お楽しみください。

入荷日：毎週土曜日・12時頃



Keitan55

お野菜たっぷり！
ヴィーガン弁当

マクロビオティック クッキングスクール リマの卒業生が
作る、カラフルでお野菜たっぷりのお弁当！

ココロもカラダも喜ぶ
大人気のお弁当です♪

※都合によりお休みになる場合がございます。
詳しくはスタッフまでお問合せください。

入荷日：毎週 火・木曜日



升本

玄米菜食お弁当。

割烹職人が手がける、こだわりのマクロビオティック弁当。肉・魚・
卵・乳製品・精白糖・化学調味料を一切使用せず、素材本来の
持ち味を最大限に引き出しました。職人技が光る、やさしくも
奥深い味わいをぜひご賞味ください。

※仕入状況により、減農薬や国産などの
野菜を使用する場合がございます。

入荷日：毎週日・月・水・金・土曜日



★イベント等の項目は [お店](#) [教室](#) [セミナー](#) [Online](#) 各拠点のものになります。(2つマークがついているものは、会場・オンラインの同時開催となり、
どちらでも受講可能です)。詳細は各拠点まで、お気軽にお問合せください。

★ほとんどの講座・セミナーに関するお問い合わせは、マクロビオティック クッキングスクール リマ本校（日本CI協会）まで。
状況に応じて変更する場合がございます。あらかじめご了承くださいませよう、お願い申し上げます。