

5月

May

楽しいイベントを各店で開催しています♪ ぜひ、お立ち寄りください

# BLANDE EVENT INFORMATION

5/16 土

開催店舗

つくば 並木店 研究 学園店 MISATO 店 オリナス 錦糸町店

農場から 店内モーターにて LIVE 配信 11:00~

栃木県下野市のぞみ工房栃木 ブルームきゅうり LIVE配信にてご紹介いたします



LIVE配信は、きゅうりの生育状況により延期または中止となる場合があります。あらかじめご了承ください。

5/23 土

開催店舗

つくば 並木店 研究 学園店

10:00 ~18:00



茨城県JA茨城旭村 アンデスメロン・クインシーメロン 試食・対面販売

5/23 土

開催店舗

つくば 並木店 研究 学園店 MISATO 店 オリナス 錦糸町店

15時から販売 売り切りじまい

とれたての新鮮なお魚を 青森より直送便でお届け 東北新幹線直送フェア



※気象状況・道路状況等により、商品が入荷できない場合や 入荷が遅れる場合がございますので、 その際はご容赦くださいませ。

毎週 土日

14:00~16:00

開催店舗

MISATO 店 オリナス 錦糸町店



おすすめお肉 試食販売

毎週 土日

15:00~16:00



おすすめ 出来たて惣菜 試食販売

毎週 土日

14:00~16:00

開催店舗

MISATO 店 オリナス 錦糸町店



おすすめ 焼きたてピザ 試食販売

※予告なく内容が変更になる場合がございます。※最新情報はX(Twitter)・Instagramをご確認ください。



BLANDE つくば並木店

営業時間 あさ10時~よる9時

モーニングサービス: あさ7時30分~あさ11時  
ウエルシア駅前・薬局コーナー: あさ10時~よる6時  
住所: つくば市並木4-3-2 TEL: 029-875-5232



BLANDE 研究学園店

営業時間 あさ10時~よる10時

モーニングサービス: あさ7時30分~あさ11時  
住所: つくば市研究学園3-23-3 TEL: 029-893-6336



BLANDE MISATO店

営業時間 あさ10時~よる10時

モーニングサービス: あさ7時30分~あさ11時  
住所: 埼玉県三郷市三郷1-3-1 TEL: 048-954-9055



BLANDE オリナス錦糸町店

営業時間 あさ10時~よる10時

住所: 東京都墨田区太平4-1-5 (オリナスコア地下1階)  
TEL: 03-5637-9471

ふれあいダイヤル (カスミつくばセンター内) カスミ各店の電話番号・住所の検索・問合せ。カスミへのご意見・ご要望。その他お気づきの点がございましたら、どうかお気軽にご連絡ください。

※気象状況・道路状況等により、商品が入荷できない場合や、入荷が遅れる場合がございます。※写真はすべてイメージです。※店内で飲まれる場合は標準税率10%になります。※お酒は「お引き」・「お送り」・「お買い上げ金額」ごとの基本ポイント進呈は対象外とさせていただきます。※カスミでは20歳未満の方への酒類の販売・提供はいたしません。

価格表示のお知らせ ※消費税別価格にて表示させていただきます。レシート・お領収書の合計より計算した消費税額を別に表示いたします。(ただしご店内の税額表示を除く) ※店内の価格表示が必ずしも税込価格とは限りません。税込価格を再確認していただくようお願いいたします。税込価格はその商品1点を対象とした価格です。複数購入の場合は別途お見積りいたします。お問い合わせ先: 総務部/総務課/総務課 0120-289225 (カスミ各店) ※お問い合わせの際は、お名前・お電話番号・お問い合わせの店舗名をお知らせください。

フリーダイヤル 0120-371315 (受付時間: 10:00~18:00) 総務課/総務課 FAX: 0120-289225 (カスミ各店) 新鮮情報 カスミつくばセンターホームページ <https://www.kasumi.co.jp/>

Follow me! X(Twitter) Instagram

マルエツ、カスミ、いなかや、イオンフードスタイルの4社が、ユナイテッド・スーパーマーケット・ホールディングス (U.S.M.Holdings) のグループ企業です。 U.S.M.Holdings ユナイテッド・スーパーマーケット・ホールディングス

# 甘さ 爽やかな 芳醇で きめ細かく なめらかな 肉質

BLANDE Times vol.53



イバラキングメロン生産者JAはこメロン部会メロン本部役員の皆様



- 1 霞ヶ浦・北浦の豊かな水源地 海のミネラルを含んだ 肥沃な火山灰土で育てました。 茨城県農業技術の結晶ともいえるメロンです。
- 2 さわやかな甘さと、肉厚で なめらかな口当たり、 きめ細やかでジュシーな 果肉が特長です。
- 3

イバラキングメロン

チラシ有効期間 5/1(金)▶5/31(日)

※写真はイメージです。 2026



# Thank you Mother 母の日

Selection あさ11時から販売

5/9(土)・10(日) 限定販売

彩りも味わいも華やかに。  
艶やかなサーモンが主役の  
母の日にぴったりの  
寿司盛合せです。



旬彩握り寿司  
盛合せ【結の刻】  
(1パック)  
本体価格 2,980円  
税込価格 3,218円

BLANDE  
パルセクション  
(ミート) (1パック)  
本体価格 1,380円  
税込価格 1,490円

香ばかーリッ香る  
海の幸地中海風  
パエリア (1パック)  
本体価格 798円  
税込価格 861円

旬の香りがふわっと広がる  
感謝を込めた春パスタ



桜えびと  
アスパラの  
パスタ レシピはこちら  
調理時間  
約15分

ノルウェー産  
生サーモンラウト  
刺身用(熟凍)  
(100g当り)  
本体価格 498円  
税込価格 537円

常陸の国しらす  
(100g当り)  
本体価格 680円  
税込価格 734円

New 母の日限定のとおきの味わいです。 5/9(土)・10(日) あさ11時から販売



季節のおこわ  
春の内弁当  
(夏) (1パック)  
本体価格 798円  
税込価格 861円

福三味  
赤飯・おはぎ・  
五目いなり  
(1パック)  
本体価格 1,080円  
税込価格 1,166円

SHARE!  
なすと舞茸の  
ミートソース焼き  
(1パック)  
本体価格 880円  
税込価格 950円

毎日の食事にうれしい、ちょうどいい一品 あさ11時から販売



「ほのあかゆ」の玉子、  
チーズ、北海道産ポテトの  
ベースに、アスパラ、  
ベーコンを入れて  
オープンで  
焼き上げました。

「ほのあかゆ」の玉子、  
チーズ、北海道産ポテトの  
ベースに、アスパラ、  
ベーコンをのせて  
オープンで  
焼き上げました。

New 彩り野菜の北海道産  
ポテトオムレツ  
(1パック) 本体価格 298円  
税込価格 321円

New アスパラとベーコンの  
北海道産ポテトオムレツ  
(1パック) 本体価格 320円  
税込価格 345円



お花のぼうろ  
(マARGレット・コスモス)  
(1個) 本体価格 1,380円  
税込価格 1,490円

老舗製菓所の白粉をオープンで  
カリッと焼き上げた、お花のぼうろ。  
白あんこの薬料を塩気がくせになります。



焼きたて BAKERY あさ11時から販売

マルゲリータ 本体価格 980円  
税込価格 1,058円

クアトロ  
フォルマッジ 本体価格 1,080円  
税込価格 1,166円

ココアチョコ  
ココアチョコ  
ココアチョコ

ココアチョコ  
ココアチョコ  
ココアチョコ

ココアチョコ  
ココアチョコ  
ココアチョコ

大切な人に感謝を込めて。

旬を先取り、涼味時間。

選ぶ楽しさ、味わう贅沢。  
個性を味わう素麺とつゆの  
食べ比べで、お気に入りの味を  
見つけてください。

## おすすめ麺集めました 涼麺 Selection



涼やかな一杯に、  
こだわりのつゆを。

12月から翌年2月の  
産寒期に、熟練した製造者のみ  
が製造する極細の素麺です。

損保乃糸  
手延素麺  
特級(300g) 本体価格 698円  
税込価格 753円

北海道産小麦  
一等粉100%使用。  
麺線が太く  
コシの強さと滑らかな  
食感が特徴です。

半田手延素麺  
本体価格 428円  
税込価格 462円

昔ながらの製法を  
守り継いだ、  
コシとめらかな  
のど越しが特徴の  
手延べ素麺です。

三輪素麺  
杉原居(細物)  
本体価格 590円  
税込価格 637円

細く滑らかな食感と  
のど越しが特徴。  
濃厚な醤油湯も  
お楽しみいただけます。

熊本製麺 祖谷  
十割そば  
石臼挽き  
本体価格 428円  
税込価格 462円

たっぴりかきお豆腐で  
だしをとり、長期保存  
させた京都産アソビ豆  
4粒つゆです。

新選したかつお節伊  
豆の湯葉を山崎山崎製  
だしをとった風味豊かな  
ストレートつゆです。

すま文 高千穂かつゆ  
本体価格 678円  
税込価格 732円



5種具材の天重と手延べ風うどんセット  
+茨城県産しらす酢と手延べ風うどんセット  
(各1パック) 本体価格 598円  
税込価格 645円



天ぷら盛合せ  
(1パック) 本体価格 428円  
税込価格 462円



鮮度にこだわり寿司・刺身  
旬彩握り寿司  
器物入(6貫+6巻)  
(1パック) 本体価格 1,280円  
税込価格 1,382円



千歳黒魚骨  
生かつお刺身  
(1パック) 本体価格 980円  
税込価格 1,058円

初鯉なら「塩たたき」  
鯉のたたきは、鯉を節に切り、表面のみを炙った後、  
冷やして切り、薬味とタレをかけて  
食べるもので、別名「土庄漬り」とも言います。  
にんにくやネギなどの薬味をたっぷりのせて  
皮目と食べるのが一般的ですが、  
あら塩をふった「塩たたき」を必ずお節で  
いただくのもアツな食べ方!  
鯉は炙ることで薬煎にも似た香ばしさがつき、  
味が濃厚になると言われています。

おつまみや  
料理に  
一緒に  
BLANDEソムリエおすすめ  
C'est bon!な組み合わせ  
セゾン・フランス産:美味しい、良い

塩たたきにおすすめのお酒  
本ぐらある旨みどきれの良い  
塩は材料調製の妙に塩漬。  
作りは本ぐらある旨みどきれの良い  
旨味があり、旨みどきれの良い  
にれがある味わい。

日本酒・特別純米酒  
吟醸  
特別純米酒  
1,280円  
1720ml/清酒 税込価格 1,408円

# Pick up items



ひんやり、すっきり。  
初夏を涼やかに彩る、  
アイス。

ブルーシールのアイスには、  
沖縄の高温多湿な気候風土に合わせて、  
ざっぱりとした味わいの中にもコクがあり、  
素材の風味を引き出せるよう、  
ブルーシールならではのこだわりと  
地元沖縄への愛が詰まっています。



ブルーシール  
アメリカンバー  
\*キャラメル&ピーナツ  
\*マカダミア&バタースコッチ  
（本味）  
（価格）  
税込価格 420円  
税込価格 453円

ブルーシール  
アメリカンバー  
（本味）  
（価格）  
税込価格 300円  
税込価格 324円

## 涼やかに、からだ整う初夏のお酢。

### マルカン酢株式会社

まろやかな酸味と  
米の旨みが特長で、  
色々なお料理に  
使いやすいお酢です。

マルカン酢  
純米酢  
（本味）  
（価格）  
税込価格 458円  
税込価格 494円

日本一のリんごの産地・  
青森県で収穫された  
「ふじ」の果汁100%で  
造った純りんご酢です。

マルカン酢  
純りんご酢  
（本味）  
（価格）  
税込価格 478円  
税込価格 516円

研究学園店・つくば並木店 限定販売

丸萬醸造本舗

中央アルプスと南アルプスに  
連なる高原の澄んだ空気と  
清冽な水で仕込んだ昔ながらの  
本格蘋果実酢です。  
健やかな毎日の為の飲用として、  
また酢の物やドレッシングなど  
料理用としても幅広く  
ご利用頂けます。

丸萬醸造  
純米酢  
（本味）  
（価格）  
税込価格 880円  
税込価格 950円

### 元祖くず餅 船橋屋

5/9・10日  
売り切りしまし

船橋屋  
くず餅  
（本味）  
（価格）  
税込価格 834円  
税込価格 900円  
中箱（36切）  
（本味）  
（価格）  
税込価格 973円  
税込価格 1,050円

手土産のセンスが光る上質な老舗の味わい。  
江戸から続く味「くず餅」を今に伝え、どこか懐かしく、ほっとする日本の良さを次世代に繋げていく想いで  
「美味しい」と言っていただけじゃなく、くず餅を提供し続けております。

船橋屋  
くず餅  
小箱（24切）  
（本味）  
（価格）  
税込価格 834円  
税込価格 900円  
中箱（36切）  
（本味）  
（価格）  
税込価格 973円  
税込価格 1,050円

船橋屋  
白玉あんみつ  
（本味）  
（価格）  
税込価格 510円  
税込価格 550円

船橋屋  
あんみつ  
（本味）  
（価格）  
税込価格 519円  
税込価格 560円

船橋屋  
白玉あんみつ  
（本味）  
（価格）  
税込価格 584円  
税込価格 630円

## Scan&Goアプリのお買い物でおトク!

Scan&Goアプリのお買い物でどちらか  
お好きな方のポイントを貯めることができます!

WAON POINT 200円(税抜)で 1ポイント または point 100円(税抜)で 1ポイント

WAON POINT はいつでもおトク!

5月も WAON POINT 選択の方はおトク!

雨の日  
プロモーションコードご入力  
取2,000円以上  
お買い上げで  
WAON POINT  
100円(税抜)で  
1ポイントの  
クーポン  
配信

木曜日  
BLANDE Prime  
会員さま感謝デー  
WAON POINT  
200円(税抜)で  
1ポイントの  
20倍  
point  
100円(税抜)で  
10倍

カスミでのお買い物  
200円(税抜)で  
1ポイントのところ  
2倍

基本的  
5倍

※特典、企画内容は予告なく変更になる場合がございます。詳しくは店内ポスター・店内配布のリーフレットをご覧ください。インフォメーションまたはレジ係員までお尋ねください。

## BLANDE ヴムリエの お酒にまつわる 母の日のプレゼントにお酒を選ぶ時のコツって? ちょっとした話

母の日のプレゼントは、やはりお母さんに喜んでもらえるアイテムを選ぶのが一番! 晩酌好きなお母さんには、お酒も素敵なお母さんプレゼント候補です!

### お酒選びのコツは、最初にジャンルを決めてしまうこと!

日本のお祝い事の定番  
「日本酒」

「振る舞い酒」という言葉があるように、日本酒はおめでたい時にぴったりの贈られる縁起の良いお酒。純米大吟醸や「純米吟醸」「吟醸」と呼ばれる香りが華やかで、お祝いの気分をさらに高めてくれます。

うっすらと霞のように霞うすの中に立ち上る、高内二次発酵ならではのきめ細やかな、フルーティな吟醸香。酒を飲んでも、次の日の朝まで甘みを感じることができるスパークリング。

七賢  
スパークリング  
山ノ霞  
(720ml・清酒)  
（本味）  
（価格）  
税込価格 2,150円  
税込価格 2,365円

おしゃれで気品のある  
「ワイン」や「シャンパン」

お酒の中でも、「おしゃれ」品があるといったイメージの強いジャンル。酒造りや醸造、お母さんにも喜んでいただけるワインは赤・白・ロゼなどの違いによって、風味が全く異なるのでお母さんの好きな色で選ぶのも良いですね。

赤ワイン  
ミディアムボディ  
ジョルジュ  
デュブッフ  
ムランヴァン  
(750ml)  
（本味）  
（価格）  
税込価格 3,080円  
税込価格 3,388円

白ワイン  
やき甘口  
ジュロスベルグ  
リブフラク  
ミルヒ(750ml)  
（本味）  
（価格）  
税込価格 1,180円  
税込価格 1,298円

自分の好きな形で楽しめる  
「ウイスキー」

ストレート・氷割・ロック・ハイボールなど、好きな形に合わせて楽しむのがウイスキーの魅力。日本酒やワインに比べてアルコール度数が高いので、ワンボトルで楽しめるのも嬉しいポイント。

ブレンド  
ウイスキー  
サントリー  
ザ・プレミアム  
ザ・ブラック  
（700ml）  
（本味）  
（価格）  
税込価格 6,000円  
税込価格 6,600円

毎日のお楽しみにもぴったり  
「ビール」

毎日1本ずつなど、自分のペースで楽しめるビールも喜ばれやすいお酒。日本酒やウイスキーなどと比べてアルコール度数が低く、気軽に開けられるのも魅力です!

常陸野  
ネストビール  
だいたいエール  
(330ml)  
（本味）  
（価格）  
税込価格 448円  
税込価格 492円

## 健やかな毎日を過ごすための、ひとやすみコラム

### 5月は「夏の準備期間」 初夏に備える “暑熱順化” 入門

5月は、春の涼しさと初夏の暑さが入り混じる不安定な時期。この時期に体を暑さに慣らしておくと、6～8月の猛暑による熱中症リスクを大きく下げられるといわれています。

暑熱順化とは・・・? 「汗をかきやすい体」「体温調節がスムーズな体」をつくること。急に暑くなくてもバテにくくなる、いわば「夏に強い体づくり」です。

暑熱順化のために 軽い運動や入浴でできること その1 汗をかき習慣をつくる

暑熱順化のために 体調を整える食事意識すること その2 体調を整える食事意識すること

軽い運動で汗をかき習慣をつくる  
ウォーキング(20～30分)、ゆっくりとしたジョギング、自転車での移動など。無理に長時間やる必要はなく、軽く汗ばむ程度がポイントです。

入浴で体温調節機能を整える  
38～40℃の湯に10～15分。シャワーだけで済ませがち人も、湯船に浸かることで汗腺が働きやすくなります。

朝の光を浴びて自律神経を整える  
5月は気温で自律神経が乱れやすい時期。朝の光を浴びると体内時計がずれず、体温調節がスムーズになるといわれています。

水分補給を「前倒し」で行う  
喉が渇く前に少しずつ。汗をかき習慣が増え、体内の水分が失われやすくなります。

暑いスープ、発酵食品(味噌、ヨーグルト)、消化の良いたんぱく質(卵、豆腐、白身魚など)・・・特にこの時期は、「さっぱり食べられる」「胃腸に負担をかけない」「良質なたんぱく質がとれる」料理が心と体の健康を保ってくれます。

黒酢の効果がさっぱりよれ鍋

黒酢の効果がさっぱりよれ鍋

調理時間約20分  
黒酢の効果がさっぱりよれ鍋

## Customer's voice 今月のお客さまの声

・ゼンパンの種類が増えてうれしいです。  
・お刺身の鮮度が良く大満足です。魚の知識や説明対応も良く、気持ちよく買い物できました。  
・道の駅の商品のラインナップが良く、満足です。

ご利用アンケート結果

★★★★★ ★★★★★ ★★★★★ ★★★★★

つくば並木店 4.18 研究学園店 4.34 MISATO店 3.74 オリナス錦糸町店 4.40

いただいたアンケート数 541件 3/16(月)～4/15(水)現在

貴重なご意見・お褒めの言葉をいただきありがとうございます。

Scan&Goアプリでのお買い物、アンケート画面が表示されます。商品の価格、商品を取って欲しいなど、あなたの声をぜひお聞かせください。

## BLANDE 研究学園店

COOKING STUDIO BLANDE

### 研究学園店 キッキングスタジオ 参加者募集中!

BLANDEで学べる、体験できる料理イベント!

キッキングスタジオでは、様々なテーマの料理イベントを開催! 管理栄養士や人気シェフなどが皆様の食卓づくりをサポート。栄養バランスを考えたメニューから本格料理まで様々な講座をご用意しています。忙しい日常を少し忘れて、私たちと一緒に料理を学びませんか? ぜひご参加ください!

詳細・ご予約はこちら