

2017

1

THE SONOKO

vol.274

SO SAFE
SO HEALTHY
SO HAPPY

心とカラダを健やかにする 快食のススメ

2017年、皆様の健康をお祈りして、よりお役に立てますように
SONOKOは一層努めてまいります。本年もよろしくお願い申し上げます。

SONOKOでは、今年一年、食事をする時に笑って食べる「快食」をお勧めします。

「笑う門には福来る」といわれるように、「笑い」はとても大切。

笑うことはカラダへのストレスを遠ざけ、笑って食べることは何よりも栄養になると
いわれています。美しくなるために無理なダイエットやカロリー計算をするよりも、
カラダに心地良いこと、気持ちが良いことをすれば心が豊かになり、
心身の健やかさ、美しさから幸福感が生まれ、日々笑顔で暮らせるようになります。

SONOKO式食事法なら 「めぐり美人」で「ほがらか美人」

SONOKOが提供するのは、

めぐりを意識したカラダに負担をかけない、

安心・安全にこだわった美味しい食品。

カラダにやさしく、素材本来の旨みを味わえるから、
食べる喜びを実感でき、食事を愉しむことができます。

「本当の美しさは、正しい食から」と、その著書

『やせたい人は食べなさい』で美しく健やかに生きるための
食養理論を提案した創業者・鈴木その子。

その思いを形にした「SONOKO式処方献立」シリーズなら、

安全で美味しい食事を規則正しく食べることで、

めぐりを意識した健康で太りにくいカラダづくりができます。

特に昆布は、カラダと脳を目覚めさせ、

快適な1日のスタートに欠かせません。

今年もSONOKO式の「快食」で、健康と幸福のサイクルを生み、
笑いと幸せに満ちたほがらかな1年を送りましょう。



昆布が健康に良い理由

低カロリー、低脂肪、低コレステロールの昆布は、噛み応えがあって満腹感が
得られる、理想的なダイエット食品。栄養も豊富で、食物繊維やカリウム
などのミネラル類、数種類のビタミン類など美容と健康に役立つ成分を
多く含有します。特に茶褐色の色素であるフコキサンチンは、ダイレクトに
脂肪にアプローチし、若々しいカラダづくりを助けるといわれています。また
昆布に含まれるフコイダンやアルギン酸などの水溶性食物繊維が、腸内環境
を整え、内側からのスッキリをサポート。美肌効果にも期待が高まっています。

新春
企画

1月中のお買い上げ総額5万円(税別)で300ポイント、
10万円(税別)ごとに1,000ポイントをプレゼントいたします。

■対象期間:1月1日(日・祝)~31日(火) ■ポイント付与:2月上旬 ■ポイント使用有効期限:3月末まで ■ポイント割引を利用してお支払い
総額が5万円未満になった場合も、プレゼントの対象となります。 ■お電話注文、銀座店、オンラインショップでのお買い上げが対象です。

SONOKO式でほがらか美人を

1日の始まりは昆布水から! 規則正しく食べて、朝から活性化。

「SONOKO式処方献立」は朝一番の昆布水からスタート。1日3食と間食、夜食を毎日同じ時間に規則正しく食べることで、カラダを健やかなリズムに整え、健康的な理想のコンディションを目指します。

朝一番

昆布水

朝一杯の昆布水から1日を始める—
これは40年以上前から一貫して提唱し続けているSONOKO式健康法です。朝起きてすぐに昆布水を飲むことで、カラダのリズムに必要なミネラルが摂取でき、カラダが目覚めます。また冷えた昆布水は、体内環境をスムーズにするためのきっかけとなります。

水を加え、
5時間程度で
抽出できます。



※昆布水ポットは別売です。

昆布水を冷蔵庫に常備しておけば、朝の昆布水はもちろん、おだしとして、煮物の具材として使えて、とっても便利!

昆布水のもと(真昆布)

5セット **5%UP**

30g×5 **3,750円** No.137795 **常蔵凍**

アレンジレシピ 1

— その子先生直伝レシピ! —
こぶのすまし汁

酒と醤油で味を調えて長ねぎの千切りを添えれば、どんな料理にも合うすまし汁が簡単に作れます。

アレンジレシピ 2

昆布福茶



材料【1人分】

梅干し…1個

昆布水…3/4カップ

だしがら昆布…適量

- ① 昆布水を沸かす。
- ② 湯のみに梅干し、だしがら昆布を入れ、①を注ぐ。

朝食



SONOKO式処方献立

快食の ポイント

昼食



夕食



夜食

寝ている間のカラダづくりのためにも、間食と同様にエネルギー補給が大切です。食べることで心が落ち着き、安らかな夜を迎えるためにも夜食は積極的に取りましょう。ただし過食は禁物です。

コクの深い味わいと上品な甘さが美味。携帯できる一口サイズも人気。

黒蜜風味ようかん 2セット

240g(20g×12本)×2

1,560円 No.137793 **常蔵凍**

食事のはじめ

煮豆

ご飯より速いスピードでブドウ糖ができあがる煮豆は、スムーズなエネルギー摂取を助けるとSONOKOでは考えます。メニューに煮豆があるときは、まず最初に食べることをお勧めします。

青えんどう豆をふっくら炊いた、まるやかな甘さが広がります。

数量・期間限定

うぐいす豆の煮豆 2セット

200g×2 **1,360円** No.137767

うぐいす豆の煮豆

200g **680円** No.137766 **常蔵凍**

間食

空腹の時間をあまりつけないようにするため、食事の間隔が長くあいてしまう昼食と夕食の間に、エネルギー補給が必要となります。食事や間食を取る際は、水分補給も忘れずに。

栄養豊富な大豆の風味を堪能できる、やわらかな食感で人気のきなこ棒。

数量・期間限定

きなこあめ 3セット **3%UP**

10本×3 **3,000円** No.137770

きなこあめ

10本 **1,000円** No.137769 **常蔵凍**

やさしい甘さの白あんと栗の甘露煮が好相性。できたてをすぐ冷凍することで、よりしっとりと、美味しさをつじ込めました。

栗まん 3セット **3%UP**

1袋(2個)×3 **990円** No.137843

栗まん

1袋(2個) **330円** No.014223 **常蔵凍**

目指して、笑顔こぼれる1年に！

みんな、大好き！大人気のハンバーグがさらに美味しくなりました。

10年以上愛されているロングセラーのハンバーグが一段と美味しくなって登場。

脂の少ない国産の牛肉と豚肉を用いて、肉本来の旨みをたっぷりと引き出しました。

さらに
美味しく
リニューアル

プレミアムハンバーグ
3セット **3%UP**

120g×3 2,760円 No.137844

プレミアムハンバーグ

120g 920円 No.013371 **常蔵凍**

素材にも、製法にもこだわって
SONOKO仕様を極めました

国産の牛肉と豚肉の脂身の少ない部位を用いて肉の旨みをアップし、より美味しく仕上げました。不要な添加物で増量せず、肉に、玉ねぎ、鶏卵、パン粉、塩、白胡椒とナツメグのみを加えて、ご家庭で作るシンプルなハンバーグを実現。つなぎのパン粉も、バターを使用せずに焼いたこだわりのノンオイルパンから特別に作りました。

ひとつひとつ手で丁寧に成形して、直火焼きのオーブンでこんがり焼き上げ、肉の旨みを凝縮。そのままでも、ケチャップ、デミソース、和風など好みのソースでもお楽しみいただけます。

毎日が楽しみになる、美味しい1週間をお届けします。

数量・期間限定

さらに美味しくなった、プレミアムハンバーグ入り！
1月の1週間グルメセット A

21,000円 No.137809 **常蔵凍**

【セット内容】**リニューアル**プレミアムハンバーグ・**NEW**海の幸マカロニグラタン・ウィズポーンチキンカレー・焼きフライ(コロッケ)…他
●食事3食+間食×7日分の計28食セット(召し上がり方の一例(メニュー表)付)



プレミアムハンバーグ

焼きフライ(コロッケ)



海の幸マカロニグラタン



ウィズポーン
チキンカレー



米粉ロールケーキ 1個
(キャラメル)

プレゼント

数量・期間限定

あつあつのグラタンと人気のタンドリーチキン入り！
1月の1週間グルメセット B

21,000円 No.137810 **常蔵凍**

【セット内容】**NEW**海の幸マカロニグラタン・タンドリーチキン・黒毛和牛ローストビーフ・焼きフライ(メンチカツ)・フレンチトースト…他
●食事3食+間食×7日分の計28食セット(召し上がり方の一例(メニュー表)付)



海の幸
マカロニグラタン

タンドリーチキン



海の幸マカロニグラタン



焼きフライ
(メンチカツ)



米粉ロールケーキ 1個
(キャラメル)

プレゼント

夕食以外でSONOKO式を実行する大人気のセット！

数量・期間限定

あさひるかんしょく
1月の朝昼間食セットプラス

14,500円 No.137816 **常蔵凍**

【セット内容】**NEW**牛すき丼・焼きフライ(メンチカツ)・から揚げ風チキン・なんこつ入りつくね・豚団子の和風クリーム煮セット・時鮭の塩焼き・四万十産あおさスープ・みそ汁(小松菜)・オムレツ・南瓜のそぼろ煮・いんげん豆の煮豆(小分け)・金揚げうどん・カレーパン・メロンパン・フレンチトースト・かぼちゃとこしあんの2色パン・厚切り山型パン・トーストクリーム×2・せんべい(しょうゆ)・**リニューアル**栗まん

●朝昼2食+間食×7日分の計21食セット
(召し上がり方の一例(メニュー表)付)

プレゼント



プレミアムハンバーグ 1食分

NEW



冷凍品に
リニューアル

※価格はすべて税別です。 ※写真はイメージです。

お届けは ①送料全国一律660円(1箱につき) ②代引手数料300円(1箱につき) ③【お電話注文】1件のお届け商品合計が30,000円(税別)以上で、送料・代引手数料無料
【オンラインショップ】1個口の合計が10,000円(税別)以上で送料無料、30,000円(税別)以上で代引手数料が無料

ご利用について詳しくはショッピングガイド裏表紙をご覧ください

●ご注文品の性質上(冷凍・冷蔵・常温)及び点数などによりお届け荷物が複数に分かれた場合もすべての個口分の送料が無料となります。
●別送品やすでに送料サービスとなっている商品等は対象となりません。

内側から
めぐり美人

カラダ本来のリズムを整

サプリメントで素早く、手軽にサポート。

Day

エネルギーサイクルを整え、美容と健康に必要な活力を生むカラダづくりを応援。健康と美容に必要なエネルギーを効率よく作り出せるカラダに導きます。アスパラガス抽出エキ스가さまざまな環境からカラダを守り、めぐりの良いハツラツとした毎日をサポートします。



定期便

GG デイリーブースター 3箱セット

50ml×10本×3 月々 12,000円

No.134735 常 蔵 凍 送料¥0

※定期便のプレゼントは3ヶ月継続いただいた方が対象です。途中解約された場合は実費をご請求させていただきます。



GG デイリーブースター 1箱

Night

心身のバランスを整え、ぐっすりをサポートする植物素材100%の“美養液”ドリンク。注目の新成分ETAS®(酵素処理したアスパラガス抽出物)やGABAなどを配合。翌朝の目覚めから差がつきます。



定期便

素ドリンク 月

500ml 月々 5,500円

No.136078 常 蔵 凍 送料¥0

定期便

素ドリンク 月(スティックタイプ)

8g×30包 月々 5,800円

No.136413 常 蔵 凍 送料¥0

世界初の成分に大注目! 驚異のアスパラガスパワー

「GG デイリーブースター」や「素ドリンク 月」にも配合されたアスパラガスのエキス。最近TVなどでも取り上げられ、その驚くべき栄養効果に注目が集まっています。私たちのカラダは熱などのショック(ストレス)が加わると、細胞の保護や修復をするタンパク質・HSP(ヒートショックプロテイン)が増えるといわれています。通常は入浴や運動などによってもたらされるそうした健康効果を、飲むだけで生み出す世界初の成分が、アスパラガスを酵素処理することで生まれる新成分ETAS®なのです! 新しい機能性食品として期待

度の高いETAS®ですが、その驚異のパワーのヒミツは、実は根元の軸にあります。アスパラガスの根元に多く含まれる成分が、このヒートショックプロテインをさらにたくさん作らせるようアプローチ。捨ててしまいがちな根元に、重要な成分が含まれていたのです。そんな地中に隠されたパワーを余すところなく抽出したETAS®が、乱れがちな心身のバランスをサポート。健やかで美しい毎日のために、積極的な摂取をお勧めします。 **ココがスゴイ!**



権藤もアスパラガス畑を視察に



根に栄養を蓄え、大きく成長



酵素処理でETAS®を生成

イキイキとした美と健康のベースを底上げ



SONOKO GG 3本セット

180粒×3 57,000円

No.137839 常 蔵 凍

※ポイント対象外



SONOKO GG 50粒入



SONOKO G.G.ロゼ 3本セット

150粒×3 40,000円

No.137837 常 蔵 凍

※ポイント対象外



素ドリンク 透(スティックタイプ) 15包



荘水 6本セット

35ml×6 45,000円

No.137834 常 蔵 凍

※ポイント対象外



素ドリンク 透(スティックタイプ) 15包

ご注文は

お電話注文
(通話料無料)
受付時間(月曜定休) 10:00~18:00 ※IP電話・国際電話等ご利用の場合はTel.03-4335-7750

0120-88-7878

オンラインショップ

www.sonoko.co.jp

Shop

銀座店

お問合せ 03-4335-7878

営業時間(月曜定休)
11:00~19:30

え、身体環境を活性化!

美味しく楽しんで、心もカラダも元気いっぱい!

基礎代謝を 向上させる 肉類

基礎代謝の向上につながるたんぱく質が豊富。赤身肉には脂肪燃焼を促すL-カルニチンも含まれています。また、豚肉は糖質や脂質の代謝に必要なビタミンB群に富んでいます。

スパイスの働きで 代謝を促進

コショウや唐辛子、しょうが、にんにくなどのスパイスは、血行を良くして体温を上昇させ、新陳代謝を促進したり、余分な水分を排出する作用があるといわれています。

糖代謝や脂肪代謝を 促す 大豆

たんぱく質を摂ると筋肉が付きやすくなり、基礎代謝アップにつながります。また大豆には糖代謝を促すビタミンB1や脂肪代謝を促進する大豆ペプチドも含まれています。

カラダバランスを 整える 海藻類

海藻類には、カラダバランスをサポートするヨウ素が豊富に含まれています。ヨウ素には、カラダバランスを整え、カラダのリズムを高める働きがあります。

肉類



数量・期間限定
黒毛和牛ローストビーフ
200g 4,800円
No.137763 常蔵凍



クリームカレー 2セット 3%UP
辛さ★★★★
200g×2 1,800円 No.137771 常蔵凍



白いカレー 2セット 3%UP
辛さ★★★★
200g×2 1,800円 No.137802 常蔵凍

スパイス



北海道産豚肉
ジンジャーソテーセット 2セット 3%UP
豚肩ローススライス150g・タレ30g(2人前)×2 1,800円
No.137806 常蔵凍



北海道産豚肉
ケチャップソテーセット 2セット 3%UP
豚ももスライス150g・タレ30g(2人前)×2 1,600円
No.137805 常蔵凍



有機ジンジャー りんごですだち 3%UP
有機しょうがシロップ(濃縮) 310g(4~6倍希釈)
1,500円 No.137807 常蔵凍



ノンオイル中華ソース 和風マーボ 3セット 3%UP
170g(2~3人前)×3
2,550円 No.137785 常蔵凍

大豆



納豆 2セット 3%UP
45g×3パック×2 776円 No.137801 常蔵凍



とうふ 2セット 3%UP
300g×2 1,110円 No.137778 常蔵凍

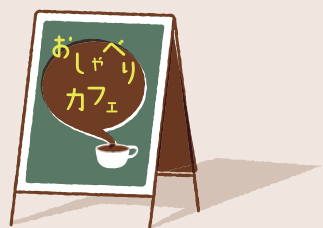


なくなり次第休売
四万十産あおさスープ 2セット 3%UP
4.8g×5袋×2 1,800円 No.137847 常蔵凍



ひじき煮 2セット 3%UP
100g×2 1,200円 No.137786 常蔵凍

海藻類



皆様からお寄せいただいた
お声を紹介いたします。

1,000ポイントプレゼント!

皆様のご投稿をお待ちしております!

GGと1週間グルメセット、重宝しています

SONOKO GGを長年飲んでいいます。数年前から少し価格が安くなったので、主人や子どもにも飲ませたいと思っています。自分も季節の変わり目に少し多く飲むので、セールは助かります。ラクしたい時、疲れている時には、1週間グルメセットを利用しています。塩分やカロリーを気にしないでいいので助かります。

(東京都 中村榮子さん)

SONOKOが一番肌に合います

現在、オーストラリアのパースに滞在しています。夏は湿気が少なく乾燥しているので、肌にはダメージが多いです。そこで、いつも日本にいる母からSONOKOの化粧品を送ってもらっています。ファンデーションはやはりSONOKOが一番肌に合います。これからもずっと使っていきたいと思っています。

(奈良県 平野純子さん)

これらの体験には個人差があります。SONOKOのご提供する食品、サプリメント、化粧品などは病気を治す目的のものではありません。ご病気になられた時は必ず医師の診療をお受けください。

※価格はすべて税別です。 ※写真はイメージです。

お届けは ①送料全国一律660円(1箱につき) ②代引手数料300円(1箱につき) ③【お電話注文】1件のお届け商品合計が30,000円(税別)以上で、送料・代引手数料無料
【オンラインショップ】1個口の合計が10,000円(税別)以上で送料無料、30,000円(税別)以上で代引手数料が無料

ご利用について詳しくはショッピングガイド裏表紙をご覧ください

●ご注文品の性質上(冷凍・冷蔵・常温)及び点数などによりお届け荷物が複数に分かれた場合もすべての個口分の送料が無料となります。
●別送品やすでに送料サービスとなっている商品等は対象となりません。

外側からめぐり美人

代謝力を“めぐる”ボディケア

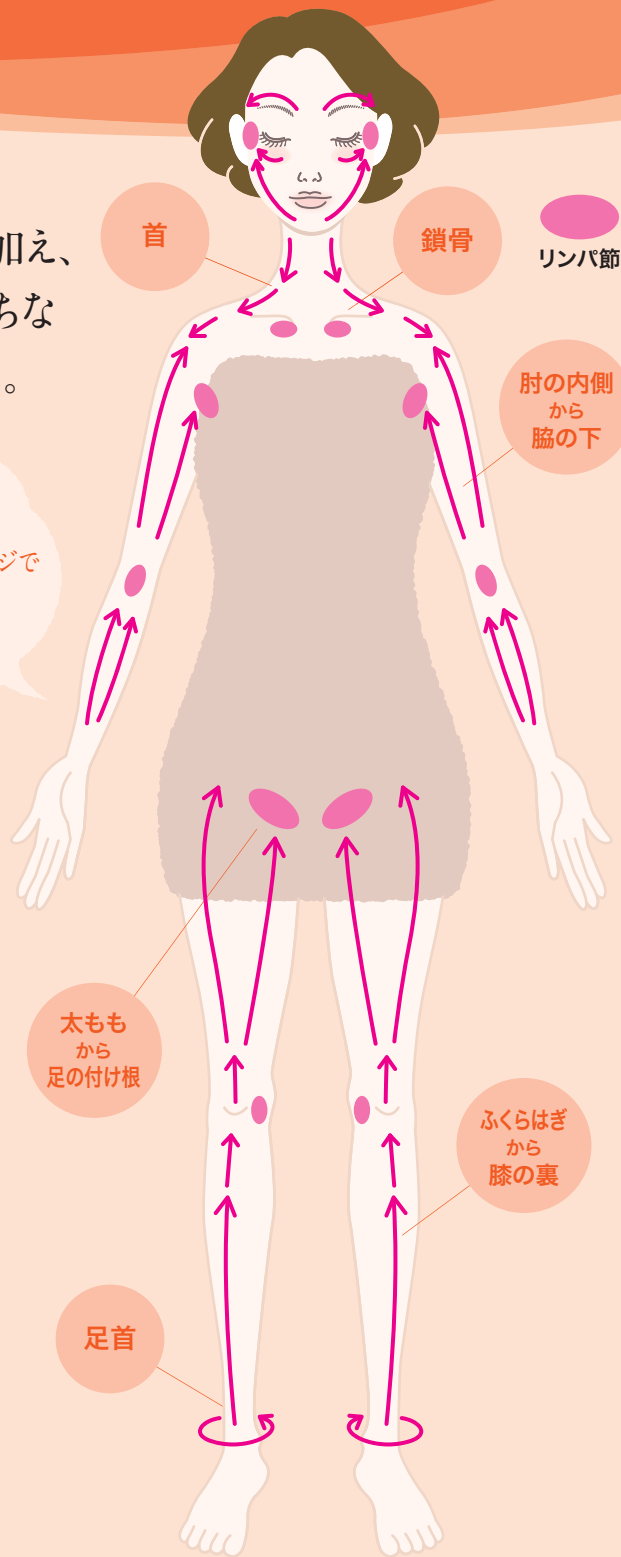
ボディでめぐり美人

食事やサプリメントによる内側からのアプローチに加え、外側からも“めぐりを良くする”お手入れを。滞りがちなリンパをやさしく流せば、冬もスッキリ過ごせます。

リンパは老廃物や毒素を取り除く大切な役目を果たしています。リンパが滞ると免疫力も下がってしまうため、流れをスムーズに保つことは、健やかなカラダづくりには不可欠です。ただしリンパは滞りがちなので、やさしくなでる、さするなどのボディケアで流れを促し、めぐりをサポートすることが重要。ケアの前後に水分を飲むと、リンパの流れがより円滑に。カラダがすっきりすれば、心もほがらかになります。

ポイント!

リンパの流れを意識し、リンパ節に向かって流すイメージでやさしく軽くさするように。気持ちいいくらいが◎



お風呂でめぐり美人

お風呂で体温を上げ基礎代謝を高めましょう

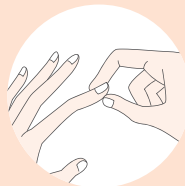
一般的には体温が1度上がると、基礎代謝量は12%高まるといわれ、入浴は私たちの健康にとっても有効です。コツは38～40℃のぬるめのお湯に、ゆっくりと入ること。保湿効果が高く、香りのいい入浴剤で、よりリフレッシュ。

バスエッセンス(ブーケ)
2セット **3%UP**
120mLx2 5,600円
No.137824



指先でめぐり美人

神経が集中する指先をもんで血行を促し、代謝をアップ



爪の生え際を、反対側の指で両側から挟み、各爪10秒を目安に、痛気持ちいいくらいの強さでもめばOK。ハンド&ネイルトリートメントを使えば、手指のうるおい補給とネイルケアが1本で完了します。

ハンド&ネイルトリートメント
2セット **3%UP**
50gx2 6,400円
No.137821



保湿オイルでケア



高浸透^{*}の保湿オイルで乾燥肌もしっとりなめらか。サメ由来のスクワレンを99.95%も配合。ベタつかず、高い保湿力を発揮。

SQオイル **3%UP**
28mL 5,000円 No.137823

ハリ美容液でケア



3Dデザインセラム 2g



「満たす」「与える」「造る」3つのケアで立体ボディへ。自然由来保湿成分による多機能ケアで、ハリのない肌を引き締め、理想のボディを目指します。

3Dデザイン フォーボディ
200mL 7,000円 No.137818

保湿クリームでケア



トリートメント効果と高保湿でかさかさボディもしっとり。肌のバリア機能を助けるセラミド^{*}が、乾燥を防止。たっぷりのうるおいを封じ込め、しっとりモチモチの肌に導きます。

ボディクリームR 2セット **3%UP**
220gx2 7,000円 No.137817

うるおいを重ね気になる部分もよりしっとり!

【合わせ技 1.】

特に乾燥が気になる部分にはSQオイルを。さらに全体にボディクリームRを重ねづけすることで、うるおいに満ちたなめらかな肌へ。



合わせて使ってお好みの効果を高めましょう!

【合わせ技 2.】



3Dデザイン フォーボディで手入れした後は、ボディクリームRを重ねづけし、うるおいもアップ。

ボディメイクも冬の乾燥対策もパーフェクト!

※化粧品はすべて常温・冷蔵のみの配送となります。 *1 角質層まで *2 セラミド3(保湿成分)

乾燥が気になる、あらゆる方へ。
すべてのお手入れの最後は、高保湿のWB グランクリームで。
乾燥が加速する季節も、大人の肌をリッチなうるおいで包み込み、
内側からわき上がるようなハリや弾力、透明感をもたらします。

プレゼント



WB グランクリーム 4g

あらゆる肌悩みに全方位的に対応し、
肌本来の底力を引き上げ、揺るぎない美肌へ。

WB グランクリーム **5%UP**
[美容クリーム]
45g **25,000円** No.137831

手のひらで温め広げ押し込むようにつけます
パール1粒大のクリームをとり、手のひらで温めな
がら溶かし顔を包み込むようにつけます。こすらず、
美容成分を肌に押し込むイメージでなじませて。



クリアな輝きを湛えた
透明美肌を目指す方へ 軽やかなつけ心地の
保湿ケアをお好みの方へ

圧倒的な美白*力と保湿効果で、 水分、油分、保湿成分をバランス
若々しい透明美肌へ導きます。 よく補給。しっとりなめらかな肌へ。

プレゼント



WB グランクリーム 4g

**WB ホワイトニング
エッセンス** [薬用美白美容液]
40mL **12,000円** **3%UP**
No.137830

プレゼント



WB グランクリーム 4g

**WB モイスチュア
ライジングミルク** [乳液]
120mL **10,000円** **3%UP**
No.137833

※化粧品はすべて常温・冷蔵のみの配送となります。 ※メラニンの生成を抑え、シミ・ソバカスを防ぐ

銀座店のご案内

1/18(水)2F 14:00まで 1/27(金)2F 18:00まで
1/28(土)11:00~18:00 2Fのみ会員様貸切営業

〒104-0061 東京都中央区銀座5-9-1 1F・2F
(銀座4丁目交差点すぐ、晴海通り沿いあづま通り入り口)
TEL 03-4335-7878

新年初売り 1/3(火)

11:00~17:00 会員様貸切営業 ※SO CAFEは休業させていただきます。
人気の商品をお求めやすく！今年初めのお買い物をお楽しみください。

銀座店限定 新春セール 当日ご購入分のうち、冷凍・冷蔵品はご配送のみとなります。他にも多数取り揃えております。

サブリ&化粧品
対象商品
30%OFF
ピックアップ



+



新春サプリメントセット

SONOKO GG1本
+素ドリンク 透・月(スティックタイプ) 各1箱

31,600円→**22,120円** ※お1人様1点限り

**9,480円
お得**



SONOKO GG
20,000円
→**14,000円**
※お1人様1点限り

**6,000円
お得**



粧水
8,000円
→**5,600円**
※お1人様1点限り

**2,400円
お得**



**SONOKO G.Gロゼ
3本セット**
40,000円
→**28,000円**
※お1人様1点限り

**12,000円
お得**



サインズエッセンス
10,000円→**7,000円**
※お1人様2点限り

**3,000円
お得**



GG エッセンス
13,000円→**9,100円**
※お1人様2点限り

**3,900円
お得**



スーパーモイスタークリーム
25,000円→**17,500円**
※お1人様2点限り

**7,500円
お得**

食品
対象商品
50%OFF
ピックアップ

トキノり 2袋セット
5,840円→**2,920円**

ホワイティ 2本セット
3,000円→**1,500円**
※どちらもお1人様3点限り

SONOKO式を正しく知る会 1/21(土)

14:00~15:30

無料イベント(予約制)

定員
15名様
まで

お問い合わせ・お申し込みは
銀座店まで

SONOKOの基本、歴史などをお伝えするイベントです。なぜ結果が出るのかについてや、
減量するだけでなく健康的に幸せに生きるために大切なこともお話します。また、実際の
食べ方、実行ポイントもご紹介します。お飲み物とスイーツをご用意してお待ちしております。

当日いずれかの処方献立セットをご購入の方には特典をご用意！

①送料無料サービス ②個別継続実行サポート③SO CAFE ランチチケットプレゼント
※さらに、1月の1週間グルメセットをご購入の方には、SO CAFE スイーツチケット&ハンドトリートメントチケットをプレゼント

SO CAFE 1月 限定プレート

1日各10食限定

※セット詳細は銀座店までお問い合わせください。



1/4(水)~15(日)

**から揚げ風
チキンセット**
1,200円



1/17(火)~31(火)

**ほくほくポテトの
クリームシチューセット**
1,200円

お楽しみ付き販売 1/27(金)~29(日)

トキノ会定例会 1/28(土)・2/19(日)

■開会 13:30~ ■会場 SONOKO銀座店2F

当日は全フロア18:00までの営業となります。
※12月号では29(日)でご案内しましたが、28(土)に変更させていただきます。深くお詫言申し上げます。
※定例会当日のカフェメニューは一部変更となります。フコイシンメニューをご用意しております。

大阪・名古屋「定例会&初売り」のご案内

- 定例会 13:00~14:00
- 販売会 14:00~16:30(受付終了)
- 閉 場 17:00

お得な目玉商品(数量限定)
チョコチップメロンパン 500円



お1人様3点まで

1/14(土) 大阪会場

[会場]大阪マルビル 大阪第一ホテル6F ランスロット
大阪市北区梅田1-9-20 TEL 06-6341-4411
JR「大阪」駅より徒歩3分 阪神電鉄「梅田」駅より徒歩2分
地下鉄御堂筋線「梅田」駅・四つ橋線「梅田」駅より徒歩2分

1/15(日) 名古屋会場

[会場]アパホテル名古屋錦11F ビルゴ
名古屋市中区錦3-15-30 TEL 052-953-5111
地下鉄「名古屋」駅より東山線「栄」駅下車
2番出口より徒歩1分

【お知らせ】 生島ヒロシの「達人道—無添加の達人—」 安部 司先生ご出演でSONOKOが紹介されます。お楽しみに！
テレビ神奈川(1/13(金)5:30~)、テレビ埼玉(1/19(木)14:00~)放送予定 ※放送時間は変更になる可能性があります。

※価格はすべて税別です。 ※写真はイメージです。

お届けは ①送料全国一律660円(1箱につき) ②代引手数料300円(1箱につき) ③【お電話注文】1件のお届け商品合計が30,000円(税別)以上で、送料・代引手数料無料
【オンラインショップ】1個口の合計が10,000円(税別)以上で送料無料、30,000円(税別)以上で代引手数料が無料

ご利用について詳しくはショッピングガイド裏表紙をご覧ください

- ご注文品の性質上(冷凍・冷蔵・常温)及び点数などによりお届け荷物が複数に分かれた場合もすべての個口分の送料が無料となります。
- 別送品やすでに送料サービスとなっている商品等は対象となりません。

どれも食べたい！人気のドリームプリンが
素材を生かした美味しさを勢ぞろい



えびすかぼちゃの甘さと濃厚なコクが美味しい食べ応えのあるプリン。カラメルソースの香ばしさも楽しんで。

数量・期間限定

NEW

ドリームプリン かぼちゃ 3セット

67g×3個 1,500円 No.137840 常蔵凍

卵のやさしい味わいにリキュールの風味でコクをプラス。別添えした大人味のカラメルソースで洗練された味わいに。

さらに
美味しく
リニューアル

ドリームプリン カスタード 6セット

78g×6 2,400円 No.137842

3%UP

ドリームプリン カスタード

78g 400円 No.014214 常蔵凍

オーガニックケールチュールを使った贅沢なチョコプリン。まるでムースのような濃厚な味わい。

定番品に
なりました

ドリームプリン チョコ 6セット

67g×6 3,000円 No.137779

3%UP

ドリームプリン チョコ

67g 500円 No.014222 常蔵凍

かぼちゃ・カスタード・チョコが入った欲張りなセット。

数量・期間限定

ドリームプリン バラエティセット

かぼちゃ・カスタード・チョコ 1,400円 No.137780 常蔵凍

数量・期間限定

初売り

2017 迎春特別企画

まだまだ食べたい年始のごちそう。今だけの美味しさをこの機会に！

イチ押し



SONOKOオリジナル仕様！秋田県産米で作ったきりたんぼと比内地鶏が楽しめるボリュームたっぷりのセット。翌日にうどんを入れれば2度楽しめて、とってもお得。

セレクト

きりたんぼ鍋セット

きりたんぼ350g・比内地鶏肉250g・比内地鶏スープ360g(3人前)

4,700円 No.137761

常蔵凍 ※ポイント対象外



天然だしで下味をつけ、具材の旨みを活かして仕上げました。

お煮しめ

200g 1,800円

No.137759 常蔵凍



鮮度のよいイトヨリダイの旨みとプリッとした歯応え。

蒲鉾

200g 1,200円

No.137760 常蔵凍

北海道の海で獲れた贅沢な海鮮をだし入り醤油で味付けしました。新年にふさわしい逸品です。

北海の恵みごちそう丼

186g(93g×2袋)

1,800円 No.137884

北海の恵みごちそう丼 2セット

186g(93g×2袋)×2

3,600円 No.137883

常蔵凍



※杓つき餅は別売です

こだわりの鶏肉と国産の野菜を使用した料亭のような上品な味わい。

お雑煮の素

170g 550円 No.137764

常蔵凍



甘みの強い徳島県産鳴門金時芋と、国産の栗を使ったきんとん。

栗入り金時芋のきんとん

330g 3,000円

No.137762 常蔵凍

SONOKO
セレクト

お1人様
1点限り

新春
お得セット

SONOKOの基準で全国から選び抜いた安心安全、とにかく美味しいものばかり。ぜひお得なこの機会にお試しください。

数量・期間限定

新春お得セット

5,000円 No.137815 常蔵凍

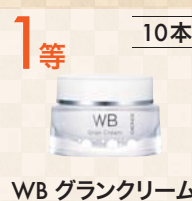
※ポイント対象外

通信販売限定

SONOKO製品がもれなく当たる！



1/4 水・5 木・6 金



WB グランクリーム



荘水



GG ティーブースター 1箱

特別賞

SONOKO
おすすめ食品

はずれなし

お買い上げ合計1万円(税別)ごとに、1本。引換期間:2017年1月26日(木)まで ※詳細は、「初くじ」に記載しております

※銀座店とオンラインショップでは、開催しておりません ※お買い上げ商品と一緒に初くじをお届けします ※引換商品の発送日は1月31日(火)まで、ご注文品へ同梱でのお届けとなります

ご注文は

お電話注文
(通話料無料)
受付時間(月曜定休) 10:00~18:00

0120-88-7878

※IP電話・国際電話等ご利用の場合はTel.03-4335-7750

オンラインショップ

www.sonoko.co.jp

Shop

銀座店

営業時間(月曜定休)
11:00~19:30
お問合せ 03-4335-7878