

2018

3

## THE SONOKO

vol.288

SO SAFE  
SO HEALTHY  
SO HAPPY『今日の私が  
いちばん若い』

『鈴木その子のダイエットへの道』より



あなたに似合う  
リップを見つけましょう  
メイクアップ講座

春のカラーメイク

粒感を残して  
より便利な冷凍保存に

あま酒  
リニューアル



SONOKOデー  
ポイント交換で  
断然お得!

抹茶の風味と  
サクッとした食感が美味!

宇治抹茶ぼうろ  
新登場



SONOKOの逸品

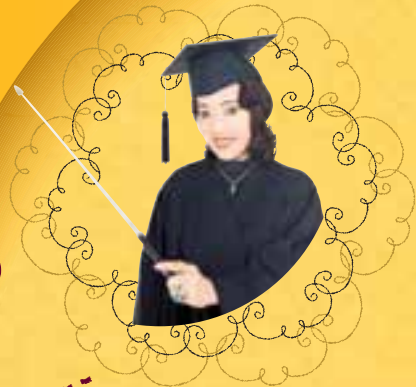
肌色を活かして輝かせる  
ファンデーション

SONOKOのこだわり

“海の野菜”を摂って、美しく、健やかに  
海藻加工品



# 未来の自分のために。 「今日、一番若く、幸せな私」を生きる



季節の変わり目やカラダのリズムが低下する50歳以降は体調を崩しがちですが「もう歳だから」と思っはいけないと鈴木その子は語っています。「今が何歳でも、今日の自分が一番若々しい。明日の自分のために、よりよく変わっていくこと=生きることです。未来のあなたを育む知恵 (SONOKO式食事法) で、

皆さんが心もカラダもキレイになってずっと笑顔でいられることを願っています」とも。明日も「一番若くて幸せ」でいるために、朝・昼・夕の食事を規則正しく。よりスムーズな栄養補給でリズムのある生活をサポートする白米や肉・魚、スパイスの積極的な摂取をおすすめします。

SONOKO式で  
食事とカラダのリズムを  
整えましょう



## 白米

SONOKO式食事法の要ともなる白米は、スムーズな栄養補給に欠かせない主食。玄米や胚芽米の場合、負担になることもあるため、一定量の白米を決まった時間に摂るのがベストです。



そのこ米ごはん  
1箱(36パック)  
ササニシキ  
180g×36パック  
No.147751  
常 蔵 凍

送料 ¥0  
単独発送

7%UP  
+756ポイント



## 肉・魚

血や肉をつくり、筋肉を増やすために不可欠な栄養素・タンパク質を豊富に含み、カラダのリズムをケア。脂質も多く含まれるため、食材や部位を選び、焼く・蒸すなどの調理法で余分な脂質は除去しましょう。

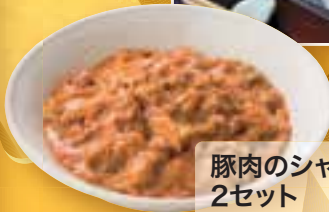
### 時鮭の塩焼き 2セット

80g×2

3%UP  
1,780円

No.147776

常 蔵 凍



### 豚肉のシャリアピン 2セット

200g×2

No.147783

常 蔵 凍

3%UP  
1,800円

数量・期間限定 常 蔵 凍

### 肉巻ポテト中華ソース

2セット

230g(115g(3本)×2袋)×2

No.147785

単品 230g(115g(3本)×2袋)

No.147784

3%UP  
2,400円

1,200円



### 有機ジンジャー りんごすとすだち 有機しょうがシロップ(濃縮)

310g(4〜6倍希釈)

3%UP  
1,500円

No.147794

常 蔵 凍



### 七色唐辛子

25g

3%UP  
1,170円

No.147778

常 蔵 凍

### 国産真いわしの しょうが煮 3セット

73g×3

No.147769

常 蔵 凍

3%UP  
1,200円

### しょうが飴 3セット

50g×3

No.147749

常 蔵 凍

3%UP  
900円



### プレミアムハンバーグ 3セット

120g×3

No.147755

常 蔵 凍

3%UP  
2,760円

## スパイス

しょうがや唐辛子、カレー粉などを摂るとカラダがイキイキします。そのことからわかるように、スパイスにはカラダを活性化する効果があり、カラダのリズムアップを応援します。

### 黄色いカレー 1箱(30袋)

辛さ★★★★

200g×30

No.147763

常 蔵 凍

7%UP  
22,500円

+1,575ポイント

送料 ¥0  
単独発送

常 蔵 凍

常温・冷蔵・冷凍(ご利用可能な温度帯が白、ご利用できない温度帯がグレーです) ※ **セレクト** は、定期便も含めてすべてポイント対象外です

ご注文は

お電話注文  
(通話料無料)

0120-88-7878

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

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

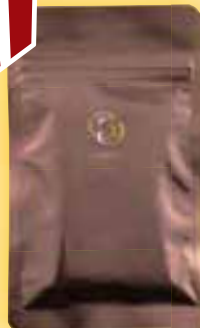
お問合せ 03-4335-7878



カキエキスパワーでカラダのリズムを整えて、  
一番若々しい明日へ

今月だけの謝恩価格!

さらに!



SONOKO GG  
50粒入2袋  
12,000円相当  
プレゼント!

SONOKO GG  
6本セット+50粒入

180粒×6+50粒 No.147845

常蔵凍 ※ポイント対象外

120,000円

すべて合わせて  
22,000円相当もお得!!

110,000円



SONOKO GG  
50粒入1袋  
プレゼント!

SONOKO GG 3本セット

180粒×3 No.147846 常蔵凍 ※ポイント対象外

6,000円相当もお得!!

57,000円

毎日習慣  
1日1~2本

GGの力を強く引き出し、  
乱れがちなリズムをケア

活力を与えて、目覚めの朝、活性化する昼、  
ゆったりしたい夜などカラダのリズムを根本から  
コントロール。エネルギーサイクルを土台から  
支え、GGのパワーを底上げします。

GG デイリーブースター 1箱(10本)

50ml×10本 No.031028 4,000円 常蔵凍



毎日習慣  
1日1~2粒

ずっと笑顔で暮らすために! クリアな毎日をサポート

一番若々しい今日を心豊かに暮らし、明日もイキイキと過ごすために、  
大切な暮らしとひらめきにアプローチし、心身ともにストレスなく、ポジティブ  
でクリアな毎日を応援します。

能活生活

30粒 No.035001 7,000円 常蔵凍

※オンラインショップではお取り扱いしておりません

1やってみよう!!  
あたまの体操

問: ○○に入るひらがな  
2文字は何でしょう?

十 → た  
一 → ひ  
二 → め  
ル → ○○

答えは15面へ

定期的に摂ることで手応えを実感!

リズムカルな毎日を継続する「定期便」がおすすめです!

定期便

送料¥0 常蔵凍

GG デイリーブースター  
3箱セット

セット内容・1ヶ月分  
50ml×10本×3  
No.134735 月々12,000円



定期便だと初回に  
さらに /  
1箱  
プレゼント!

定期便

送料¥0 常蔵凍

能活生活 2箱セット

セット内容・1ヶ月分  
30粒×2  
No.136959 月々14,000円



定期便だと初回に  
さらに /  
1箱  
プレゼント!

※定期便はお電話にて受け付けております。オンラインショップではお取り扱いしておりません ※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

よく買う  
ものは

定期便が断然お得!

お得

1 毎回5%の  
定期ポイント

お得

2 6回目に30%の  
ボーナスポイント

お得

3 毎回送料  
無料



※セール品・プレゼント品は十分で用意いたしておりますが、万一お品切れの際はご容赦ください ※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15面をご覧ください

●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。



# 春です！キレイを磨いて外出を！

鈴木その子は「年齢を重ねてもイキイキと暮らすことが一番幸せな人生」といい、そのためには「適度な刺激」が大切と語っていました。  
お手入れとメイクで美しさに磨きをかけて出かけることも適度な刺激になります。未来の自分のために、キレイな私を更新し続けましょう！

発売から1周年！

## 大人肌を 明るくするおす ホワイトマスク

保湿、透明感、エイジング\*のスペシャルケア「ホワイトマスク」。乾燥しがちな大人肌をたっぷりのうるおいで包み込み、みずみずしさをアップ。透明感あふれる明るさとハリを両立して、やわらかく弾む肌へ導きます。

\* 年齢に応じたスキンケア

ポイント

クレンジング、洗顔後、ローションで肌を整えてからご使用ください。



## 紫外線ケアは 3月から必須です！

### 1. UVホワイトヴェール【医薬部外品】

[SPF40/PA+++]

美白\*1、UVケア、肌色補正の3役を1本で叶え、キメ美肌に見せる薬用美白下地。

### 2. ライトアップBB

[SPF35/PA+++]

美容液成分\*277%配合。素肌感覚の軽いつけ心地ながら、優秀なカバー力で美しく。

### 3. サンプロテクト ボディ&フェイス

[SPF50+/PA++++]

肌へのやさしさと最強\*3のUVブロック力を両立。みずみずしく透明な使用感が◎。

\*1 メラニンの生成を抑え、シミ・そばかすを防ぐ  
\*2 紫外線防止成分とパウダー成分以外の成分  
\*3 自社史上

## 発売1周年記念特価

### クレンジング、洗顔、ローションにマスクをプラス

ホワイトマスク&WBセット  
各24,000円▶各**22,800円**

1,200円  
お得！

ポイント  
3%UP



クレンジングタイプ No.147821  
●WB クレンジングミルク 120mL  
●WB ホワイトニングローション【医薬部外品】170mL  
●ホワイトマスク 90g

ウォッシングタイプ No.147820  
●WB ウォッシングフォーム 100g  
●WB ホワイトニングローション【医薬部外品】170mL  
●ホワイトマスク 90g

ホワイトマスク&GGセット  
各23,000円▶各**21,850円**

1,150円  
お得！

ポイント  
3%UP



クレンジングタイプ No.147823  
●GG クレンジングクリームR 120g  
●GG モイストローション 120mL  
●ホワイトマスク 90g

ウォッシングタイプ No.147822  
●GG フォーミングウォッシュ 90g  
●GG モイストローション 120mL  
●ホワイトマスク 90g

3月は紫外線量が急上昇。  
しっかりと紫外線対策を  
始めましょう！



660円  
お得！

UVケアセット  
13,200円▶**12,540円**

ポイント  
3%UP

No.147824

【セット内容】

●UVホワイトヴェール【医薬部外品】30g  
●ライトアップBB 30g  
●サンプロテクト ボディ&フェイス 50mL

銀座店スタッフ  
高橋の  
レクチャー

## 自分に似合うカラーを見つけ、一番キレイな私でお出かけ

イキイキと美しくいるためには、自分に合うメイクを見つけることも大切です。  
自分の肌色に合うメイクで、軽やかに外出しましょう！

### まずはファンデーションの カラーをチェック

- A
- ☐ 肌色がクリーム色に近い
  - ☐ 洋服は茶色やベージュ系がなじむ
  - ☐ ゴールドのアクセサリが肌になじむ
- B
- ☐ 肌色がピンクに近い
  - ☐ 洋服は黒やグレー系がなじむ
  - ☐ シルバーのアクセサリが肌になじむ

Aが多い人→オークル系  
Bが多い人→ピンク系

### オークル系の肌には オレンジ系のリップが似合う

ふだん  
使い



シーンを選ばず、誰からも好印象のオレンジ系は普段使いにぴったり。

お出かけ



落ち着いた華やきを両立したブラウンは、パーティーにも◎！

SONOKO  
ファンデーション  
オークル  
各5,000円

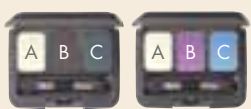
くしとりタイプ 15g No.043002  
くさっぱりタイプ 12g No.043004

セレクト  
リマナチュラル  
ピュアリップスティック  
各3,800円 常蔵凍

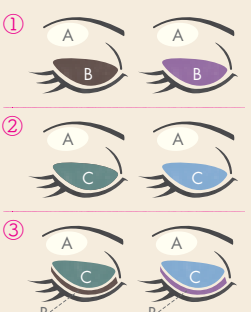
ふだん使いに  
おすすめ

お出かけに  
おすすめ

●ゴールドタン No.043965 ●チョコレート No.043964



セレクト  
リマナチュラル  
ピュアイカラー 各3,800円  
ブラウン系 No.043968 常蔵凍  
パープル系 No.043967 常蔵凍



使い方次第で3通りの  
メイクが楽しめます。

### ピンク系の肌には ローズ系のリップが映える

ふだん  
使い



やわらかな雰囲気を出す明るめのローズは、デイリーに大活躍。

お出かけ



鮮やかなワインはひと塗りでバツと華やかに。外出気分を盛り上げます。

SONOKO  
ファンデーション  
ピンク  
各5,000円

くしとりタイプ 15g No.043001  
くさっぱりタイプ 12g No.043003

セレクト  
リマナチュラル  
ピュアリップスティック  
各3,800円 常蔵凍

ふだん使いに  
おすすめ

お出かけに  
おすすめ

●ライトローズ No.043961 ●ヴィヴィットワイン No.043958

※セール品・プレゼント品は十分ご用意いたしておりますが、万一お品切れの際はご容赦ください ※価格はすべて税別です ※写真はイメージです ※セレクトは、定期便も含めてすべてポイント対象外です ※温度帯の表記のない化粧品はすべて 常蔵凍



ポイント交換で  
お得!

SONOKOデー

+10%  
Point  
ポイントの  
期限に  
ご注意を!

3/1(木)~31(土)

お手持ちのポイントも、これから貯めていただくポイントも「SONOKOデー」のポイントアイテムと交換するのが断然お得です！年に2回のこの機会、どうぞお見逃しなく！

- SONOKOデーのポイント交換について
- 1

ポイント交換アイテムは、SONOKOデー開催期間中のみ交換が可能です。開催期間以外は、1ポイント=1円でのお値引きとしてのみご利用可能です。
- 2

ポイント相当額の金額を現金やクレジットカードでのお支払いでお求めいただくこと（たとえば、10,000ポイントの代わりに現金やクレジットカードで1万円のお支払いなど）はできませんので、あらかじめご了承くださいませ。
- ポイントが付くタイミングについて
- 1

銀座店での買い物の場合は、その場でポイントが付きますので、買い物の直後にポイントを利用することが可能です。
- 2

お電話注文やオンラインショップで買い物の場合は、ポイントの付与に時間差があり、ご注文をされた時点ではなく、商品がお手元に届いた時点でポイントが付きます。（プレゼントポイントの場合は、それより後の場合もございます。詳しくはお尋ねください。）

ポイント交換アイテム

送料¥0  
単独発送  
※すべてポイント対象外

サプリメント

人気  
No.1



10,000ポイント

庄水  
2セット  
35ml×2  
No.147850  
常 蔵 凍

6,000円  
相当お得!

人気  
No.2



5,000ポイント

SONOKO  
G.G.ロゼ  
150粒  
No.147851  
常 蔵 凍

9,000円  
相当お得!



1,100円  
相当お得!

4,400ポイント

素ドリンク 月  
500ml  
No.147872  
常 蔵 凍

食品

3,500ポイント

ごはんが美味しいセット  
忙しい時こそ、カラダへの思いやり。  
さっと食べられる基本の3点セット。  
No.147866  
常 蔵 凍



【セット内容】

● 庄たまご 1パック (6個)  
● 小松菜のおみそ汁 1袋 (4.5g) x6  
● そのこごはん ササニシキ 180gx6  
※十分に注意して梱包いたしますが、たまごのヒビ割れにつきましてはご容赦ください。

2,500ポイント

洋菓子セット  
ドリームプリンをはじめ人気の  
洋菓子をセットに。  
No.147867  
常 蔵 凍



【セット内容】

● フルーツゼリー オレンジ 70gx2  
● チョコレーターケーキx2  
● ドリームプリン カスタード 78gx2  
● モーニングケーキx2

2,500ポイント

和菓子セット  
お年寄りから小さなお子様まで、  
みんな喜ぶ和菓子セット。  
No.147868  
常 蔵 凍



【セット内容】

● おはぎ 200g (4個)  
● みたらし団子 200g (5本)  
● 黒豆塩大福 220g (4個)  
● 栗まん 2個  
● せんべい ざらめ 6枚

8,000ポイント

スタンダード献立セット  
数量限定  
No.147870  
常 蔵 凍

990円  
相当お得!



佃煮が中心のスタンダードメニュー。SONOKO式献立を始めたい方におすすめです。

7,000ポイント

ボルドーワイン赤・白セット  
No.147871  
常 蔵 凍

900円  
相当お得!



【セット内容】

● ボルドーワイン赤 750ml  
● ボルドーワイン白 750ml  
● お酒は20歳になってから ※未成年者の飲酒及び未成年者への酒類の販売は法律で禁止されています ※20歳以上の年齢であることを確認できない場合には、酒類を販売しません ●通信販売酒類小売業免許を取得しています ●酒類の1回の注文数は760ml相当で2ダースまでとさせていただきます

4,000ポイント

からだバランスプレート(5種)  
No.147869  
常 蔵 凍

1,500円  
相当お得!



【セット内容】

● 真だらのカレーソースセット  
● さばの味噌焼き生姜風味セット  
● 鶏と豆腐とひじきの和風ソースハンバーグセット  
● 若鶏と4種のお豆のトマト煮込みセット  
● 豚団子の和風クリーム煮セット

1,800ポイント

ホワイトィ  
2セット  
500ml (5倍希釈) x2  
No.147863  
常 蔵 凍

1,200円  
相当お得!

1,500ポイント

板のり  
2セット  
10枚 x2  
No.147855  
常 蔵 凍

500円  
相当お得!

1,500ポイント

国産いちご  
ジャム 2セット  
150g x2  
No.147864  
常 蔵 凍

300円  
相当お得!

1,400ポイント

ダーズリン  
ティー 2セット  
2gx10袋 x2  
No.147865  
常 蔵 凍

500円  
相当お得!

化粧品・日用品

50,000ポイント

人気  
No.3



51,000円  
相当お得!

スーパー  
ビューティセット  
数量限定  
No.147862  
常 蔵 凍

【セット内容】

● エッセンス ステップ1 5mL x7  
● エッセンス ステップ2 30mL  
● スーパーモイスチャークリームR 50g  
● SONOKO GG 180粒

20,000ポイント



5,000円  
相当お得!

スーパーモイスチャークリームR  
50g  
No.147854  
常 蔵 凍

7,000ポイント



3,000円  
相当お得!

バルファム  
7mL  
No.147852  
常 蔵 凍

5,000ポイント



2,000円  
相当お得!

オードトワレスOU  
50mL  
No.147853  
常 蔵 凍

4,500ポイント



1,900円  
相当お得!

ハンド&ネイル  
トリートメント 2セット  
50g x2  
No.147859  
常 蔵 凍

3,500ポイント



1,000円  
相当お得!

マイルドコンディ  
ショニングシャンプー  
480mL  
No.147861  
常 蔵 凍

2,500ポイント



1,000円  
相当お得!

ボディクリームR  
220g  
No.147856  
常 蔵 凍

2,000ポイント



800円  
相当お得!

ボディジェル  
150g  
No.147860  
常 蔵 凍

100,000ポイント



60,000円  
相当お得!

浄水器据置タイプ  
90φ×W180×H170mm  
No.147857  
常 蔵 凍  
工事のいらない据置タイプ。  
浄水器を新設する絶好の  
チャンスです!

常 蔵 凍 常温・冷蔵・冷凍(ご利用可能な温度帯が白、ご利用できない温度帯がグレーです)

※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。



3月の新商品



常蔵凍

手づくりの米麴に酒粕を加えた、ほんのり甘い味わいが人気のSONOKOの「あま酒」。のどごしの良い擦りつぶしタイプとなり、さらに飲みやすく。より低い温度で殺菌を行うことで、米麴そのものの豊かな風味がより味わえるようになりました。

あま酒

リニューアル

12袋セット

160g(清涼飲料水)×12  
No.147744

7%UP  
+259ポイント

3,700円

6袋セット

160g(清涼飲料水)×6 No.015927

1,850円

単品

160g(清涼飲料水) No.015926

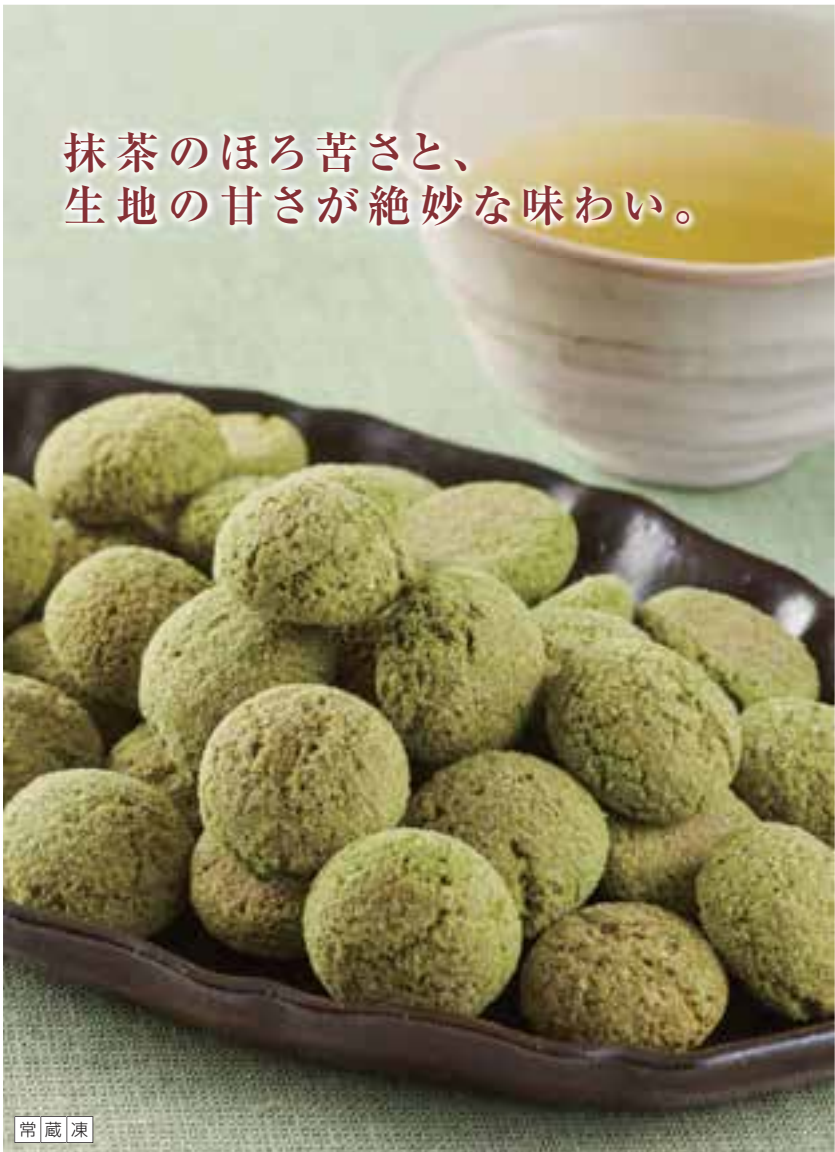
350円

今月のお得！

セットで250円お得！



3月の1週間グルメセット A・定番献立セット(スタンダード献立セットは除く)に入っています ▶ 詳細は8・9面へ



常蔵凍

人気のカシューナッツクッキーをベースに、抹茶を混ぜたぼうろ。宇治抹茶の「ほろ苦さ」と生地「甘さ」の絶妙なバランスと、サクサクとした軽い食感がお楽しみいただけます。あっさりとした食べ飽きない味わいです。

数量・期間限定

宇治抹茶ぼうろ(2袋)

50g×2  
No.147875

900円

NEW



3月の1週間グルメセット A・Bに入っています ▶ 詳細は8面へ

ワケ  
理由あって  
愛されています

SONOKO の逸品

カバーしながら  
自然な仕上がり  
SONOKO  
ファンデーション



しっとりタイプ

ピンク 15g No.043001

オークル 15g No.043002

さっぱりタイプ

ピンク 12g No.043003

オークル 12g No.043004

各5,000円

※ケースは別売です

1994年の販売開始から、愛されて23年

鈴木その子が片時も手放さないほど愛用したSONOKOファンデーション。軽やかなつけ心地ながら、シミやそばかすなどをしっかりカバー。乾燥の季節も、肌にしっとりとなじんで一日中なめらかな美肌を保持します。室内でも戸外でも、それぞれの光の中で美しく見えるように、日本人の肌色やトーンを研究し尽くした上で開発しているため、年齢を問わず多くのお客様から「肌に透明感が出た」「キレイになった」とよく言われる。など、うれしいお声をいただいています。また、「ファンデーションのもうひとつの大切な役割は、紫外線や空気の汚れなどから肌を守ること。スキンケアの最後の守りのステップとしての機能を忘れてはいけません」と鈴木その子が語るように、高いスキンケア効果も好評です。

常蔵凍 常温・冷蔵・冷凍(ご利用可能な温度帯が白、ご利用できない温度帯がグレーです)

ご注文は

お電話注文  
(通話料無料)

0120-88-7878

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

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



## 品 情 報

1～2月の新定番商品



## 有機フルーツ+野菜100

30本 190g×30本 No.015925 **7,980円** 送料Y0 単独発送

6本 190g×6本 No.015923 **1,680円**

有機JAS認証のフルーツと野菜を使い、有機JAS認証を得た工場で製造。果汁分を多くすることで飲みやすいさらりとした口あたりに仕上げました。中でもバナナを多めに配合し、とろみもあり飲みごたえ充分です。

昆布水のもと  
徳用パック120g No.013385 **2,850円**

「昆布水のもと」が約4週間分も入ったお得な徳用パック。従来よりも効率よく昆布水をつくったり手軽にお料理に使ったりできるよう、北海道産の真昆布を細切りにカットしました。

## パッケージ変更

エコに配慮してパッケージをコンパクトにしました

## ソフトクッキー チョコレート味

9枚 No.014184 **1,111円**定番に  
仲間入りしましたお得な調味料  
おまとめセット

しょうゆ 3本セット No.011026 **1,880円**

だしの素(顆粒) 3袋セット No.011025 **1,880円**

純米酢 3本セット No.011024 **2,300円**

和風ドレッシング 3本セット No.011027 **1,580円**

かつおつゆ 3本セット No.011028 **2,180円**

## 価格・内容量変更

仕入れ価格高騰により、  
4月より値上げさせていただきます

- 浄水器カートリッジ
- ・ 据置タイプ 16,000円に値上げ予定
- ・ ビルトインタイプ 31,000円に値上げ予定
- ・ パスルームタイプ 26,000円に値上げ予定

原料価格高騰により、値上げさせていただきました

- しょうゆ 680円に値上げ
- かつおつゆ 780円に値上げ
- だしの素(顆粒) 680円に値上げ
- **セレクト** 極薄削り節パック 不漁の影響により、600円に値上げ
- 純米酢 820円に値上げ
- **セレクト** 天日干したくあん 有機大根へ変更のため、475円に値上げ
- 和風ドレッシング 580円に値上げ

## パッケージ・ラベル変更

- キムチの素 瓶の仕様が変わります。内容量・中身の変更はございません
- **セレクト** オーガニック スポーツドリンク 食品表示法改定に伴い表示の一部を変更いたします
- **セレクト** カシスジャム
- アイトリートメント 現行品がなくなり次第切り替え
- ホワイトストリーム 4月切り替え予定
- エッセンス ステップ2 4月切り替え予定

リニューアル予定 ● 黒蜜風味ようかん 5月予定

なくなり次第  
販売終了

- ドリームプリン チョコ
- 荘 デイクリーム
- 荘 ナイトクリーム
- アロマストーンディフューザー

販売終了

- コーンポタージュ
- **セレクト** 大豆そぼろの味噌太郎
- 北海道産豚肉 ジンジャーソテーセット
- **セレクト** 麴ぐると
- 荘 モイストアローション
- アイブロウペンシル(グレー)
- **セレクト** クイーンズブーケ ビューティーエッセンス

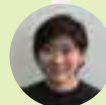
おしゃべり  
カフェ皆様からお寄せいただいた  
お声を紹介いたします。**1,000ポイント  
プレゼント!**

皆様のご投稿をお待ちしております!

## 仕事前の1本が欠かせません!

仕事がある日はGG デイリーブースターを飲むようにしていますが、飲んだ日と飲み忘れた日では頑張りが違うように感じます。飲んだ日は頑張りが増して1日中元気が長続きしますね。最初は味が甘く感じて敬遠していましたが、今ではなくてはなりません! (千葉県 奈良岡絵里様)

ありがとうございます。私もこー一番!という日や、元気がないと感じる日は必ず飲んでます。特に季節の変わり目は毎日飲みますが、やはり体調が違いますね!



代表・権藤より

## SONOKOのパンや和菓子は元気の源です!

毎月パンセットがとても楽しみです! 特に、厚切り山型パンにトーストクリームをのせて食べると幸せな気分になります。また、黒蜜風味ようかん、クロ子、栗まん、4種類のあめなどの「何度食べても飽きないやさしい甘さ」が好きで、小腹が空いた時によく食べています。(福岡県 大橋なつみ様)

パンセットやスイーツへのお声をいただきありがとうございます! 食は毎日のものなので、カラダにやさしく飽きのこないものをつくるようにしています。ぜひ一度銀座店にお出かけください!

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。

※セール品・プレゼント品は十分ご用意いたしておりますが、万一お品切れの際はご容赦ください ※価格はすべて税別です ※写真はイメージです ※**セレクト**は、定期便も含めてすべてポイント対象外です

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15面をご覧ください

●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。



3月のセットのお届けは▶4/5(木)まで

ご希望日にお届けいたします

ご注文受付日・お届け地域によりご希望日にお届けできない場合がございます

大人気、SONOKO式献立。美味しく食べて、すっきり美人！

血行を促進するスパイシーな料理で代謝を活発に！

代謝を助けるビタミンB1が豊富な豚肉料理をご用意。



数量限定

3月の1週間グルメセット A

No.147803 21,000円 常蔵凍

※「4週間完全実行献立」のご用意もございます。詳しくはお問い合わせください。

【セット内容】厚切り山型パン、カレーパン、あんまん、生パスタ、トーストクリーム×2、焼きフライ（一口ヒレカツ）、スパイシーチキン、無塩せきポークウインナー スパイシー、牛すき丼、ぶりぶり天然エビのクリームコロッケ×2、海の幸マカロニグラタン、北海の恵みごちそう丼（2袋）、ポークカレー、クリームカレー、小松菜のおみそ汁×2、ミニハンバーグと白菜のクリームスープ、国産たまごスープ、具だくさんミネストローネ、ひじきの煮物、鶏そぼろ入りうの花、ノンオイル中華 海老チリソース、ちらし寿司の素、ほうれん草としめじのおひたし、きんぴらごぼう、豆ちゃん（大豆の煮豆）、ちりめん山椒、ひじき煮（小分け）、あま酒×2、桜餅、あられ

朝 昼 間 夕 | 計 28 食  
3食+間食×7日分 | 召し上がり方の一例<メニュー表>付

プレゼント  
NEW  
宇治抹茶ぼうろ（2袋）1セット



数量限定

3月の1週間グルメセット B

No.147804 21,000円 常蔵凍

※「4週間完全実行献立」のご用意もございます。詳しくはお問い合わせください。

【セット内容】厚切り山型パン、特大白あんばん、生パスタ、カレーパン、トーストクリーム×2、焼きフライ（ハーブ豚とんかつ）、焼きフライ（コロッケ）、越後もちぶたのハンバーグ〜トマト煮込み〜、スライスハム、豚の味噌焼きセット、豚肉のシャリアピン、かつを煮、秋鮭の塩麹漬け焼き、小松菜のおみそ汁×2、エビと香りバジルのクリームパスタソース、ビーフハヤシ、玉子焼き、ほうれん草の和え物、ちらし寿司の素、切り干し大根、ほうれん草としめじのおひたし、きんぴらごぼう、ひじきの煮物、栗まん（2個）、ドリームプリン カスタード、チョコゼリーケーキ、みたらし団子、モーニングケーキ

朝 昼 間 夕 | 計 28 食  
3食+間食×7日分 | 召し上がり方の一例<メニュー表>付

プレゼント  
NEW  
宇治抹茶ぼうろ（2袋）1セット

夕食以外で取り入れられるから、ライフスタイルに合わせて手軽に実行できます。

数量限定

3月の朝昼間食セットプラス

No.147807 14,500円 常蔵凍

朝 昼 間 | 計 21 食  
2食+間食×7日分 | 召し上がり方の一例<メニュー表>付

【セット内容】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、カレーパン、生パスタ、豚肉のシャリアピン、焼きフライ（コロッケ）、スライスハム、時鮭の塩焼き×2、小松菜のおみそ汁×2、玉子焼き、ほうれん草の和え物、切り干し大根、ほうれん草としめじのおひたし、ひじきの煮物、からだバランスプレート 豚団子の和風クリーム煮セット、桜餅、モーニングケーキ

プレゼント  
豚肉のシャリアピン 1袋



常蔵凍 常温・冷蔵・冷凍（ご利用可能な温度帯が白、ご利用できない温度帯がグレーです） ※すべての献立セットに「実行記録シート」をお付けしております。「召し上がり方の一例<メニュー表>」と併せてご利用ください ※メニュー内容等を変更する場合がございます





一口ヒレカツなど、SONOKOならではのヘルシーなフライがいっぱい!

数量限定 常蔵凍

3月のごちそう詰め合わせセット No.147806 5,000円

【セット内容】焼きフライ(一口ヒレカツ)、焼きフライ(コロッケ)、焼きフライ(メンチカツ)、肉じゃが、スライスハム、チョコゼリーケーキ



今月はなんとトーストクリームが3個付いてきます!

数量限定 常蔵凍

3月のパンセット No.147805 4,000円▶ 3,800円

【セット内容】いちごメロンパン、その子チョコパン、特大白あんぱん、厚切り山型パン、トーストクリーム×3、手造りもちりナン(3枚)、ワイルドブルーベリージャム(2袋)×2

200円  
お得!

豪華なメニュー内容に、  
「素ドリンク 月」が入って  
穏やかな休息もサポート。

すっきり献立セット デラックス

No.147812 15,000円 常蔵凍

朝 昼 間 夕 間  
3食+間食+夜食×7日分 計35食  
召し上がり方の一例(メニュー表)付

ご用意いただくもの:ごはん/飲み物/キャベツ/和風ドレッシングなどの調味料、スパイス

【セット内容】ほくほくポテのクリームシチュー、ビーフハヤシ、豚肉のシャリアピン、鶏肉のやわらか煮〜オレンジ風味〜、無塩せきポークウインナー ハーブ、国産真さばの味噌煮、焼豚、秋鮭の塩麹漬け焼き、牛すき丼、真ダコとエビの黄身酢和え、鶏そぼろ入りうの花、きんぴらごぼう×2、ほうれん草の和え物、ひじきの煮物、南瓜のそぼろ煮×2、ひじき煮(小分け)、ほうれん草としめじのおひたし、小松菜のおひたし×2、板のり、豆ちゃん(大豆の煮豆)、いんげん豆の煮豆(小分け)、葉唐辛子、帆立しぐれ煮、釜揚げうどん、カレーパン、オレンジチョコパン、特大白あんぱん、北海道にんじんポタージュ、小松菜のおみそ汁、昆布水のもと、モーニングスイッチスムージー キング(いちご&トマト)、カシューナッツクッキー、黒豆塩大福、素ドリンク 月(スティックタイプ・1包)×7

プレゼント

リニューアル

あま酒 4袋

正しく食べてカラダを整える、  
SONOKO式の基本を  
1週間分の献立にしました。

すっきりスターター献立セット

No.147811 13,334円 常蔵凍

朝 昼 間 夕 間  
3食+間食+夜食×7日分 計35食  
召し上がり方の一例(メニュー表)付

ご用意いただくもの:ごはん/飲み物/和風ドレッシングなどの調味料、スパイス

【セット内容】越後もちぶたのハンバーグ〜トマト煮込み〜、クリームカレー、ポークカレー、時鮭の塩焼き、牛すき丼、八宝菜、ミートソース、国産真いわしのしょうが煮、スライスハム、ほうれん草としめじのおひたし、ほうれん草の和え物、きんぴらごぼう、板のり、乾わかめ、豆ちゃん(大豆の煮豆)、いんげん豆の煮豆(小分け)×2、ひじき煮、帆立しぐれ煮(小分け)、しらす煮、かぼちゃとしめじの2色パン、特大あんぱん、レーズンパン、生パスタ、小松菜のおみそ汁×2、昆布水のもと、フルーツゼリー オレンジ、栗まん(2個)×2、黒蜜風味ようかん

プレゼント

リニューアル

あま酒 3袋

佃煮が中心のスタンダードメニュー。

スタンダード 献立セット

No.029962 8,990円 常蔵凍

朝 昼 間 夕 間  
3食+間食×7日分 計28食  
召し上がり方の一例(メニュー表)付

ご用意いただくもの:ごはん/飲み物/昆布水のもと/わかめ/のり/和風ドレッシングなどの調味料、スパイス/夜食

【セット内容】じゃがいもゴロゴロカレー、親子どん、ビーフシチュー、おでん、牛すき丼、まぐろ煮みそ味、かつを煮、帆立しぐれ煮、節味菜、いんげん豆の煮豆、わかめ煮、フルーツゼリー オレンジ、黒蜜風味ようかん



バラエティに富んだメニュー。パン好きな方に。

その子ちゃん献立セット

No.147809 16,230円 常蔵凍

朝 昼 間 夕 間  
3食+間食×7日分 計28食  
召し上がり方の一例(メニュー表)付

ご用意いただくもの:ごはん/飲み物/キャベツ/昆布水のもと/わかめ/のり/和風ドレッシングなどの調味料、スパイス/夜食

【セット内容】バーガーバンズ×2、特大白あんぱん、カレーパン、ロールパン、かぼちゃとしめじの2色パン、レーズンパン、らーめん風、生パスタ、ワイルドブルーベリージャム(2袋)、プレミアムハンバーグ、無塩せきポークウインナー、スライスハム、鶏の白焼き、牛すき丼、時鮭の塩焼き、ミートソース、ビーフシチュー、具だくさんミネストローネ、北海道にんじんポタージュ、ほくほくポテのクリームシチュー、オムレツ、切り干し大根、鶏そぼろ入りうの花、ポテトサラダ、ひじき煮、いんげん豆の煮豆、帆立しぐれ煮(小分け)、ドリームプリン カスタード、栗まん(2個)、モーニングケーキ、フルーツゼリー オレンジ



プレゼント

リニューアル

あま酒 4袋

塩分が気になる方に。

からだバランスプレート入り献立セット

No.147810 17,000円 常蔵凍

朝 昼 間 夕 間  
3食+間食×7日分 計28食  
召し上がり方の一例(メニュー表)付

ご用意いただくもの:ごはん/飲み物/キャベツ/昆布水のもと/のり/和風ドレッシングなどの調味料、スパイス/夜食

【セット内容】からだバランスプレート(真だらのカレーソースセット、さばの味噌焼き生姜風味セット、鶏と豆腐とひじきの和風ソースハンバーグセット、若鶏と4種のお豆のトマト煮込みセット、豚団子の和風クリーム煮セット)、チキンカレー、秋鮭の塩麹漬け焼き、ビーフシチュー、親子どん、牛すき丼、焼豚、無塩せきポークウインナー、オムレツ、ほうれん草としめじのおひたし、きんぴらごぼう、ほうれん草の和え物、帆立しぐれ煮(小分け)、特大あんぱん、角食パン、レーズンパン、ワイルドブルーベリージャム(2袋)×2、小松菜のおみそ汁、北海道にんじんポタージュ、ドリームプリン カスタード、チョコゼリーケーキ、フルーツゼリー オレンジ、栗まん(2個)、黒蜜風味ようかん



プレゼント

リニューアル

あま酒 4袋

予約制

SONOKO式実行相談窓口

〈開設日時〉  
火・木・土 10時〜17時

トキノ会会員様の SONOKO 式献立実行に関するご質問やご相談を承ります。

「お電話が混み合っつながりにくい」とのご意見にお応えし、事前予約制とさせていただきます。  
ご予約後、ご案内の日時にご相談専用ダイヤルにお電話をいただきますと、お待たせせずに実行相談員が対応いたします。

※ご予約が殺到した場合、ご希望の日時にご相談をお受けできない場合がございます。※担当者のご指名はお受けいたしかねます。ご了承ください。

◆ご予約

☎0120-88-7878  
(月曜定休) 10:00〜18:00

◆ご相談専用ダイヤル(ご予約制)

0570-03-7800



ご相談窓口  
担当スタッフ 大石  
※窓口担当の1人です。

※セール品・プレゼント品は十分にご用意いたしておりますが、万一お品切れの際はご容赦ください ※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15面をご覧ください  
●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。



皆様への感謝の思いをカタチにしてお届けします！

数量・期間限定

# 謝恩BOX

どちらにも SONOKO GG (180粒) が入っています！  
ふだんは購入できない食品も盛りだくさん！

送料¥0  
単独発送

お1人様につき  
各1点限り



フレンチトースト



米粉ロールケーキ  
キャラメル (3切)



No.147849  
※ポイント対象外

常 蔵 凍



その他にも  
盛りだくさん！



焼きフライ  
(一回ヒレカツ)



ビーフハヤシ



No.147848  
※ポイント対象外

常 蔵 凍



米粉ロールケーキ  
抹茶 (3切)

数量・期間限定



## 黒毛和牛ローストビーフ

200g  
No.147771

7%UP  
4,800円  
+336ポイント

黒毛和牛のモモ肉を使用。紀州備長炭で香ばしく焼き上げました。

数量・期間限定



## 肉巻ポテト中華ソース

2セット

230g(115g(3本)×2袋)×2  
No.147785

3%UP  
2,400円

単品 230g(115g(3本)×2袋)  
No.147784

1,200円

国産ポテトを国産豚肉で包みました。中華風甘酢ソースが絶妙。小分けパックでお弁当にぴったり。



## プレミアムハンバーグ 3セット

120g×3  
No.147755

3%UP  
2,760円

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。



## 豚どんセット 2セット

豚肩ローススライス160g・タレ50g(2人前)×2  
No.147781

3%UP  
1,800円

醤油ベースの甘いタレがご飯とも相性抜群。



## 豚の味噌焼きセット 2セット

豚モモスライス160g・タレ50g(2人前)×2  
No.147782

3%UP  
1,560円

甘辛い味噌ベースのタレと赤身が美味しい豚モモ肉のセット。



## 北海道産豚肉 ケチャップソーセーセット 2セット

豚モモスライス150g・タレ30g(2人前)×2  
No.147791

3%UP  
1,600円

懐かしさを感じる甘辛いケチャップ味の豚肉のソーセー。



## 豚肉のシャリアピン 2セット

200g×2  
No.147783

3%UP  
1,800円

コクと素材の旨みを引き出した絶品ソースのシャリアピン。



## 越後もちぶたのハンバーグ 〜トマト煮込み〜 2セット

200g×2  
No.147762

3%UP  
1,800円

新潟県産豚肉を使用。その子トマトを使ったソースでじっくり煮込みました。



## 北海の恵みごちそう丼 (2袋)

186g(93g×2袋)  
No.147789

1,800円

北海道の海で獲れた海鮮をだし入り醤油で味付けしました。



## 国産真いわしのしょうが煮 3セット

73g×3  
No.147769

3%UP  
1,200円

国産しょうがを使い、くさみのない味に仕上げました。



## 八宝菜 3セット

180g×3  
No.147788

3%UP  
2,100円

8種類の具材が楽しめる、素材の食感と味わいが楽しい一品。



## 時鮭の塩焼き 2セット

80g×2  
No.147776

3%UP  
1,780円

ご飯によく合う塩加減で鮭本来の旨みをしっかり堪能。



## 本山漬 白鮭焼きほぐし 2セット

80g×2  
No.147793

3%UP  
1,300円

一尾ずつ丁寧に塩漬けし、焼き上げてほぐしました。



## 蒲鉾 2セット

200g×2  
No.147764

3%UP  
2,400円

イトヨリダイの旨みとプリッとした歯応えの蒲鉾。



## ほくほくポテのクリームシチュー 2セット

200g×2  
No.147756

3%UP  
2,000円

具たくさんでボリューム満点。とろけるクリームシチュー。



## 国産鶏のぶっかけ白湯スープ 2セット

200g×2  
No.147768

3%UP  
1,520円

鶏肉の旨みと野菜の甘みが溶け込んだ塩味ベースのスープ。



## 小松菜のおみそ汁 (5袋) 2セット

4.5g×5袋(フリーズドライ)×2  
No.147779

5%UP  
1,500円

お湯を注げばすぐできる国産小松菜のお味噌汁。

常 蔵 凍 常温・冷蔵・冷凍(ご利用可能な温度帯が白、ご利用できない温度帯がグレーです) ※ セレクト は、定期便も含めてすべてポイント対象外です

ご注文は

お電話注文  
(通話料無料)

0120-88-7878

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

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





**黄色いカレー**  
**1箱(30袋)** 常 蔵 凍  
辛さ★★★★★  
200g×30  
No.147763 送料¥0  
単独発送  
**7%UP** **22,500円**  
+1,575ポイント  
カレーの醍醐味を詰め込んだ旨みたっぷり辛口カレー。



**そのこ米ごはん**  
**1箱(36パック)** 常 蔵 凍  
ササニシキ180g×36パック  
No.147751 送料¥0  
単独発送  
**7%UP** **10,800円**  
+756ポイント  
特定農家が育んだ産地限定米の旨みをそのままパックに。電子レンジで温めるだけで、炊きたてのようなふっくらとした仕上がりに。



**北海道にんじんポタージュ 3セット**  
150g×3  
No.147790 **3%UP** **1,350円**  
にんじんと玉ねぎの甘みを引き出したクリーミーなポタージュ。



**具たくさんミネストローネ 3セット**  
150g×3  
No.147767 **3%UP** **1,350円**  
9種の野菜がたっぷり！彩りも楽しいミネストローネ。



**オムレツ(3個)** セットで400円お得！  
100g×3個  
No.147747 **3%UP** **2,000円**  
たまごを手作業でかき混ぜ、ひとつひとつ丁寧に焼き上げました。



**玉子焼き**  
10個(490g)  
No.147766 **5%UP** **1,500円**  
+75ポイント  
だしが利いた、深みのあるやさしい味わいの玉子焼き。



**数量・期間限定**  
**混ぜて炊くだけ 筍ごはん 3セット**  
150g(2合用)×3  
No.147773 **3%UP** **2,550円**  
**単品** 150g(2合用)  
No.147772 **850円**



**数量・期間限定**  
**ちらし寿司の素 3セット**  
具材50g・寿司酢20ml(1食分)×3  
No.147754 **3%UP** **1,800円**  
ニンジン・タケノコ・椎茸の食感と、まろやかな寿司酢が美味しく調和。



**納豆 2セット**  
45g×3パック×2  
No.147786 **3%UP** **776円**  
吟味した国産の良質な大豆を使用し、じっくりと発酵させた小粒納豆。



**葉唐辛子 2セット**  
100g×2  
No.147796 **3%UP** **1,300円**  
ピリッとした辛みと旨みが詰まった葉唐辛子の佃煮。



**生わかめ 2セット**  
200g×2  
No.147780 **5%UP** **1,486円**  
+74ポイント  
肉厚でしっかりした食感が特徴。素材本来の美味しさが味わえます。



**乾わかめ 2セット** 常 蔵 凍  
30g×2  
No.147765 **5%UP** **1,486円**  
+74ポイント  
なめらかな舌触りとしっかりした歯ごたえ、使いやすさが好評の一品。



**梅干し 2セット**  
100g×2  
No.147787 **3%UP** **1,800円**  
まろやかな酸味がやみつき。大粒で肉厚の紀州産南高梅。



**七色唐辛子**  
25g  
No.147778 **3%UP** **1,170円**  
陳皮の利いた七色唐辛子はSONOKOオリジナル配合。



**その子トマト 2セット**  
400g×2  
No.147752 **3%UP** **1,620円**  
凝縮したトマトの風味を楽しむ凝縮トマトピューレソース。



**だしの素(顆粒) 3セット**  
120g×3  
No.147753 **7%UP** **1,880円**  
+132ポイント  
原料は天然素材のみ。ひと振りすれば料理の味がグンとアップ。



**あんしん野菜**  
有機JAS認証の野菜7〜10種\*1  
※ポイント対象外  
※生鮮品のため、配送エリア限定です  
(北海道、九州、沖縄県、四国、離島にはお届けできません)  
送料別 単独発送 **2,300円**  
\*1 野菜の種類は毎回変わります。  
\*2 放射能物質採取検査実施。対象都県についてはホームページをご確認ください。  
土、肥料、安全\*2にこだわった契約農家から、旬の美味しい野菜をお送りします。ご注文後、約1週間でお届けします。  
詳しくはホームページをご覧ください ▶ [www.sonoko.co.jp/veggie](http://www.sonoko.co.jp/veggie)



**あま酒 12袋セット**  
160g  
(清涼飲料水)×12  
No.147744 **7%UP** **3,700円**  
+259ポイント  
より低い温度で殺菌を行い、米麴そのものの風味が楽しめるまろやかな味わいに仕上げました。



**ボルドーワイン 赤**  
750ml  
No.147757 常 蔵 凍  
**7%UP** **3,950円**  
+277ポイント  
ジロンド川の中洲「パティラ島」で栽培されたブドウを使用。メルロー種特有の芳醇でまろやかな味わいが魅力的なワインです。  
●お酒は20歳になってから ※未成年者の飲酒及び未成年者への酒類の販売は法律で禁止されています ※20歳以上の年齢であることを確認できない場合には、酒類を販売しません ●通信販売酒類小売業免許を取得しています ●酒類の1回の注文数は760ml相当で2ケースまでとさせていただきます



**ボルドーワイン 白**  
750ml  
No.147758 常 蔵 凍  
**7%UP** **3,950円**  
+277ポイント  
ステンレスタンクで自然発酵・熟成。ソーヴィニヨン・ブランを60%使用し、フレッシュな香りと爽やかな味わいに仕上げました。



**ロゼ スパークリングワイン**  
750ml  
No.147761 常 蔵 凍  
**7%UP** **3,950円**  
+277ポイント  
※外気温によっては瓶内で二次発酵が進み、開栓時に栓が勢いよく飛び出し、ケガをしたり、中身が吹き出すことがあります ※開ける前には冷蔵庫内で十分に冷やしてください ※瓶口を絶対に自分や他人の顔や体、壊れ物に向けて開栓しないでください



**有機ジンジャーりんごすとすだち**  
有機しょうがシロップ(濃縮)  
310g  
(4〜6倍希釈)  
No.147794 **3%UP** **1,500円**  
からだかポカポカ温まる生姜ドリンクの素。



**有機フルーツ+野菜100 30本** 送料¥0  
190g×30本  
No.147795 **7%UP** **7,980円**  
+559ポイント  
有機JAS認証のフルーツと野菜を使い、果汁分たっぷりの爽やかな飲み口。



**コーヒー 2セット**  
挽き豆200g×2  
No.147748 **5%UP** **2,720円**  
+136ポイント  
生豆にこだわりの焙煎を施した香り豊かなオリジナルブレンド。



**緑茶 2セット**  
5g×5袋×2  
No.147797 **3%UP** **2,000円**  
こだわり抜いた茶葉のまろやかで豊かな味わい。



**国産茶葉 ウーロン茶 2セット**  
2.5g×10袋×2  
No.147770 **3%UP** **2,400円**  
きれいな黄金色が特長。国産茶葉のウーロン茶。

※セール品・プレゼント品は十分にご用意いたしておりますが、万一一品切れの際はご容赦ください ※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15面をご覧ください

●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。



数量・期間限定



NEW

お花見スイーツセット

No.147808

3,970円 ▶ 3,500円

【セット内容】桜餅 200g(4個)、みたらし団子 200g(5本)、おはぎ 200g(4個)、ミックスポン菓子 80g、宇治抹茶ぼうろ(2袋) 50g×2

数量・期間限定



桜餅 2セット

200g(4個)×2 No.147775

1,560円

単品 200g(4個) No.147774 780円

国産のもち米と小豆を使用。生地と粒あんのバランスが絶妙です。国産の桜葉が香る上品な味わいの一品。

数量・期間限定



NEW

宇治抹茶ぼうろ(2袋)

50g×2 No.147875

900円

抹茶のほろ苦さと生地の甘さが絶妙なぼうろ。軽い食感とあっさりとした味わいが楽しめます。

数量・期間限定



本格カステラ(プレーン)

1本(12切) No.147792

2,500円

鈴木その子オリジナルレシピで仕上げた、卵の味わいが濃厚なしっとりとしたカステラ。

数量・期間限定



ミックスポン菓子 2セット

80g×2 No.147760

1,500円

単品 80g No.147759 750円

いちごパウダーと、国産の純黒糖で彩りも楽しい、ひとくちサイズ。

数量・期間限定



おはぎ 2セット

200g(4個)×2 No.147746

1,560円

単品 200g(4個) No.147745 780円

数量・期間限定



アイス

送料 ¥0 単独発送 ※ポイント対象外

バニラ(10個)

120ml×10個 No.114829

4,700円

チョコ(10個)

120ml×10個 No.114828

5,300円

バニラ&チョコ(各5個)

バニラ 120ml×5個  
チョコ 120ml×5個  
No.113660

5,000円

数量・期間限定



自然のめぐみ 国産はちみつ みかんの花

120g No.147777

1,598円

ほんのりとみかんが香る、爽やかなはちみつ。

数量・期間限定



せんべい(ごま) 2セット

6枚×2 No.147750

1,600円

醤油味おせんべいをベースに、黒ごまを練り込んで焼き上げました。

数量・期間限定



しょうが飴 3セット

50g×3 No.147749

900円

生姜パワーでノドの奥から美味しく、じんわり。

製造の都合により、お届けできるお日にちが限定されております。詳しくは下記をご覧ください。

SONOKO アイスお届けカレンダー	A 地域お届け日	B 地域お届け日
ご注文締切日	●本州 (青森県・秋田県・岩手県を除く) ●四国 ●九州 (長崎県・鹿児島県の一部地域を除く)	●北海道 ●青森県 ●秋田県 ●岩手県 ●長崎県 (一部地域を除く) ●鹿児島県 (一部地域を除く)
～ 3/6 (火) FAXの場合 3/5 (月)	3/14 (水) もしくは 3/17 (土)	3/15 (木) もしくは 3/18 (日)
～ 3/13 (火) FAXの場合 3/12 (月)	3/21 (水・祝) もしくは 3/24 (土)	3/22 (木) もしくは 3/25 (日)
～ 3/20 (火) FAXの場合 3/19 (月)	3/28 (水) もしくは 3/31 (土)	3/29 (木) もしくは 4/1 (日)
～ 3/27 (火) FAXの場合 3/26 (月)	4/4 (水) もしくは 4/7 (土)	4/5 (木) もしくは 4/8 (日)

※オンラインショップではお取り扱いしておりません  
※アイスの表示価格には保存容器・ドライアイス代が含まれています

今月だけの謝恩価格！



SONOKO GG 50粒入2袋 12,000円相当プレゼント！

SONOKO GG 6本セット+50粒入

180粒×6+50粒 No.147845 ※ポイント対象外

すべて合わせて/ 22,000円相当もお得！

120,000円 ▶ 110,000円

6本分の価格で50粒入が付いたお得なセットを特価にてご提供。さらに、50粒入を2袋プレゼントいたします！



SONOKO GG 50粒入1袋プレゼント！

SONOKO GG 3本セット

180粒×3 No.147846 ※ポイント対象外

6,000円相当もお得！ 57,000円

カラダの機能を整えるとともに、糖質を効率よく利用できるようサポート。1日を健やかに、若々しく。



+



荘水1本 8,000円分お得！

SONOKO GG 3本セット

180粒×3 No.147846 ※ポイント対象外

6,000円相当もお得！ 57,000円

カラダの機能を整えるとともに、糖質を効率よく利用できるようサポート。1日を健やかに、若々しく。

SONOKO GG 6本セット+1本

35ml×7 No.147847 ※ポイント対象外

53,000円 ▶ 45,000円

荘水をご愛用いただいている方におすすめ！ 荘水6本セットの価格で荘水1本がさらに付いてくるお得なセットです。

常蔵凍 常温・冷蔵・冷凍(ご利用可能な温度帯が白、ご利用できない温度帯がグレーです) ※セレクト は、定期便も含めてすべてポイント対象外です



## 洗顔&amp;化粧水の後にホワイトマスクを。お肌にうれしいお得なセット！

## ホワイトマスク&amp;WBセット

1,200円  
お得！

## クレンジングタイプ

- ・WB クレンジングミルク 120mL
- ・WB ホワイトニングローション【医薬部外品】170mL
- ・ホワイトマスク 90g

No.147821

3%UP

24,000円 ▶ 22,800円



## ウォッシングタイプ

- ・WB ウォッシングフォーム 100g
- ・WB ホワイトニングローション【医薬部外品】170mL
- ・ホワイトマスク 90g

No.147820

3%UP

24,000円 ▶ 22,800円

## ホワイトマスク&amp;GGセット

1,150円  
お得！

## クレンジングタイプ

- ・GG クレンジングクリームR 120g
- ・GG モイストローション 120mL
- ・ホワイトマスク 90g

No.147823

3%UP

23,000円 ▶ 21,850円



## ウォッシングタイプ

- ・GG フォーミングウォッシュ 90g
- ・GG モイストローション 120mL
- ・ホワイトマスク 90g

No.147822

3%UP

23,000円 ▶ 21,850円

660円  
お得！

## UVケアセット

- ・UVホワイトヴェール【医薬部外品】[SPF40/PA++++] 30g
- ・ライトアップBB [SPF35/PA++++] 30g
- ・サンプロテクト ボディ&フェイス [SPF50+/PA++++] 50mL

No.147824

3%UP

13,200円 ▶ 12,540円

WB  
クレンジングミルク120mL  
No.1478135%UP  
+350ポイント 定期便対象品

負担をかけにくい軽やかな感触で、汚れをオフ。

WB  
ウォッシングフォーム100g  
No.1478145%UP  
+350ポイント 定期便対象品

うるおいバランスを整えながら濃密泡で洗い上げる。

WB  
ホワイトニング  
ローション【医薬部外品】170mL  
No.1478155%UP  
+400ポイント 定期便対象品美白\*とハリを両立し透明感際立つキメ美肌へ。  
\*メラニンの生成を抑え、シミ・そばかすを防ぐWB  
トリートメントローション150mL  
No.1478165%UP  
+450ポイント 定期便対象品

肌をやわらかくし、次のスキンケアを受け入れる土台をつくる化粧液。

WB  
ホワイトニング  
エッセンス【医薬部外品】40mL  
No.1478175%UP  
+600ポイント 定期便対象品理想の輝き、明るさをもたらす薬用美白\*美容液。  
\*メラニンの生成を抑え、シミ・そばかすを防ぐWB  
モイシュアライジングミルク120mL  
No.1478185%UP  
+500ポイント 定期便対象品

モイチャーバランスを整えながら肌をやさしく包み込み、しっとりなめらかな肌へと導きます。



## WB グランクリーム

45g  
No.1478197%UP  
+1,750ポイント 定期便対象品

スキンケアの仕上げに。内側\*からあふれるようなうるおい、ハリ、透明感をもたらします。\*角質層



## SQオイル

28mL  
No.1478273%UP  
5,000円

サメ由来のスクワラン\*原料を99.95%配合した全身用美容オイル。

\*純度99.7%以上／保湿成分



## ボディクリームR

220g  
No.1478253%UP  
3,500円

保湿とトリートメント効果で、うるおいのある素肌へと導きます。



## バスエッセンス ブーケ

120mL  
No.1478263%UP  
2,800円

お湯が乳白色になるトリートメント成分を配合。スキンケア効果も。



## はみがき

100g  
No.1478313%UP  
1,800円

エナメル質を傷つけずに、白く輝く歯と健康な歯茎へと導きます。



## マウスウォッシュ

300mL  
No.1478323%UP  
1,800円

天然由来成分でできたマウスウォッシュ。お口の中を爽やかに保ちます。

## 紫外線を浴びた頭皮と髪のカケアも忘れずに！

GG ディープケア  
シャンプー

480mL No.147828

5%UP  
+195ポイント  
3,900円

うるおいとツヤのある若々しい美髪へ。地肌もスッキリと洗い上げます。

地肌・ツヤ  
ケアGG ディープケア  
トリートメント

200g No.147830

5%UP  
+225ポイント  
4,500円

すこやかな地肌とツヤのあるしなやかな美髪へ。

ハリ・コシ

GG ディープケア  
ヘアパック

180g No.147829

5%UP  
+225ポイント  
4,500円

しっとりとしたハリ・コシのある艶やかな美髪へ。

☀ 朝のお手入れ    🌙 夜のお手入れ

※セール品・プレゼント品は十分ご用意いたしておりますが、万一お品切れの際はご容赦ください ※価格はすべて税別です ※写真はイメージです ※温度帯の表記のない化粧品はすべて 常 蔵 凍

お持ちですか？  
保存版「総合カタログ」  
毎年、6月・11月発行本誌に掲載  
されていない  
すべての定番  
商品がご購入  
いただけます。ご請求はお電話または  
オンラインショップへ





# SONOKOのこだわり

今月のPICK UP!  
海藻加工品

『粗食こそ美食』。鈴木その子が40年以上前から提唱する「一汁一菜」の食事を支える海の恵み。

白米を主食に適量の副菜を。  
海藻加工品は“食卓の名脇役”です。

今から40年以上前、鈴木その子は「ご飯は炭水化物。炭水化物は脂肪になる」という理由でご飯を減らす当時のダイエット法に異を唱え、主食に白米を据えた独自の食事法を提唱しました。白米は炭水化物以外にもたんぱく質やカルシウム、リン、鉄、ナトリウム、カリウム、ビタミンB群を含む食品。その白米を主食に据え、足りない栄養は副食で補う一汁一菜の“粗食”こそが、カラダに美味しい“美食”であると説きました。そしてご飯をより美味しくいただくために、またカラダが必要とする栄養を補完するために、佃煮などの海藻加工品を毎日の食事に積極的に取り入れることを推奨しました。いまでも人気の高い「海苔佃煮」や「椎茸昆布」、「ひじき煮」、「わかめ煮」などの海藻加工品は、当時からのロングセラー商品。SONOKO式に欠かせない“食卓の名脇役”として愛され続けています。



愛され続けてきた人気のロングセラー

海藻は、“海の野菜”。  
毎日のミネラルや  
カルシウムの補給に最適。

海苔や昆布、ひじきなどの海藻類は、現代の生活で不足しがちなミネラルやカルシウム分を豊富に含んだ、“海の野菜”と呼ばれるすぐれた健康食材です。しかも、素材自体が旨みに富んでいるため、あっさりとしたシンプルな味付けで美味しくいただくことができます。SONOKOの海藻加工品は、良質の原料を厳選し、カラダの負担となる食品添加物は加えず安心の調味料だけを使用。毎日味わっていただきたいものだから、その美味しさと安心に徹底してこだわり、素材の持つ風味を生かしながら一品一品丁寧に仕上げています。ご飯の旨みや甘みを引き立てる海藻加工品は、ご飯との相性はもちろん酒の肴としても秀逸。この一品がないと食卓が物足りなく思ってしまうほどです。ぜひ毎日の食卓に“海の野菜”を取り入れて、“美食”をお楽しみください。



ひじき煮  
100g No.012307 **600円**  
常蔵凍

ほんのりと甘い、なつかしいお袋の味に仕上げました。

海苔佃煮  
110g No.012217 **760円**  
常蔵凍

国産海苔の甘みと磯の豊かな風味が味わえる逸品です。

わかめ煮  
100g No.012201 **460円**  
常蔵凍

和風だしと茎わかめの香りが口いっぱいに広がります。

椎茸昆布  
100g No.012203 **760円**  
常蔵凍

旨みたっぷりの椎茸と角切り昆布を炊き合わせた上品な佃煮。

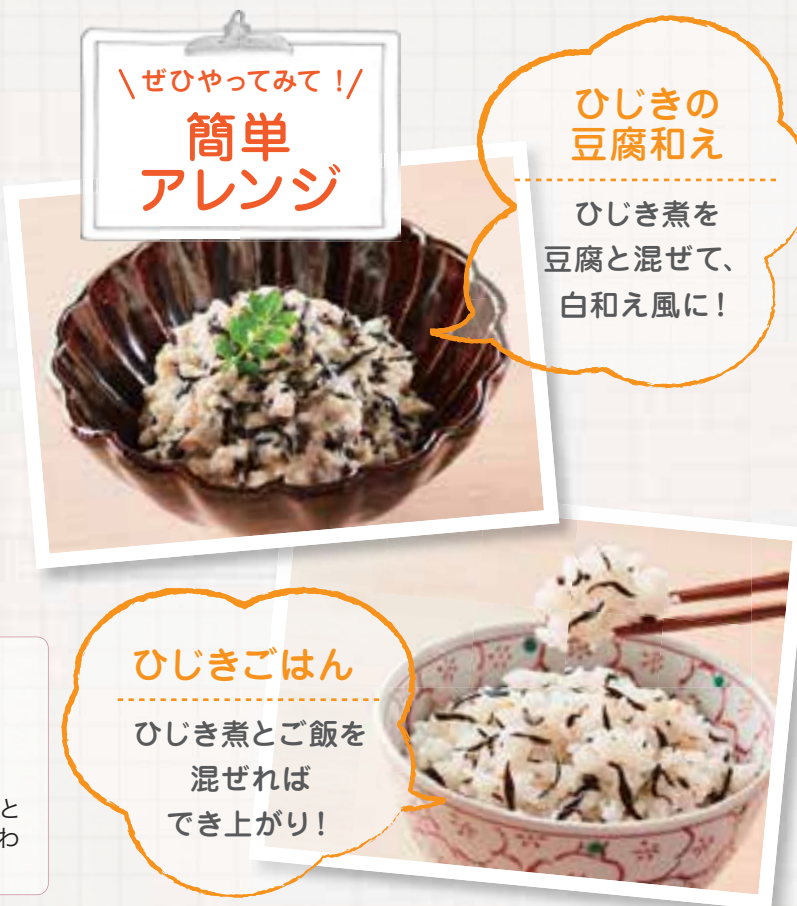
＼ぜひやってみて！/  
**簡単アレンジ**

ひじきの豆腐和え

ひじき煮を豆腐と混ぜて、白和え風に！

ひじきごはん

ひじき煮とご飯を混ぜればでき上がり！



常蔵凍 常温・冷蔵・冷凍（ご利用可能な温度帯が白、ご利用できない温度帯がグレーです） ※セレクト は、定期便も含めてすべてポイント対象外です ※価格はすべて税別です ※写真はイメージです

ご注文は

お電話注文  
(通話料無料)

**0120-88-7878**

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

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



# 送料値上げの お詫びとお知らせ

いつもSONOKOをご愛顧いただきまして、誠にありがとうございます。  
このたび、当社が利用している運送会社の送料値上げに伴い、  
当社の送料についても見直しをする運びとなりました。お客様へは  
ご負担をおかけし大変心苦しく感じておりますが、今後も快くご利用  
いただけますよう、より一層の努力を続けて参ります。何卒ご理解を  
賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

株式会社SONOKO 代表取締役社長 権藤 嘉江子

変更前	全国一律660円(1個口につき)
変更後	全国一律780円(1個口につき)

送料無料の合計金額設定に変更ございません

## 【変更適用日】 2018年4月1日(日)～

オンラインショップは、4月1日  
00:00以降のご注文から改定後の  
送料が適用されます。

### アレンジレシピ大募集!

SONOKOの食品を使った  
素敵なアイデアと写真を募集中。  
掲載された方には、  
**2,000ポイントプレゼント!**

＼ご応募はこちらまで!／  
〒107-0062  
東京都港区南青山3-1-3  
スプライン青山東急ビル4F  
SONOKO「アレンジレシピ」係

おしゃべりカフェ  
応募葉書を  
ご利用いただけます!

### “通販メルマガ”の ご案内

お電話注文のみのお得な情報を、  
いち早くメールでお届け。  
登録方法は簡単!下記のメールアドレスに  
必要情報を送るだけ。

宛先▼  
**info-sonoko@sonoko.co.jp**

【ご連絡いただく情報】  
①氏名 ②会員番号 ③メールアドレス  
※メールの配信は不定期となります  
※メルマガでの特典は、お電話でのご注文に限りです

毎月1回、  
不定期でお届け!

素敵な  
プレゼント案内も  
あります!

### あたまたの体操 3面の答え

左の列の文字に『ロ』を付け、  
その漢字を訓読みすると...

+	→	田	→	た
-	→	日	→	ひ
=	→	目	→	め
ル	→	四	→	よん

答えは『よん』

## ポイントサービスのご案内 | 特価品やセレクト品及び先様送りのご注文はポイント対象外です

### 通常購入時 <通常購入時に付くポイント早見表> 『定期便サービス』気軽に続けられる!続けるほどお得

前年度累計 購入金額(税別)	パール会員 (20万円未満)	プラチナ会員 (20万円以上)
通常購入時ポイント 食品・サプリメント・ 化粧品・日用品・ 浄水器(本体・カートリッジ)	<b>1%</b> (購入ポイント のみ)	<b>3%</b> (購入ポイント1% + 商品ポイント2%)
送料サービス 特典		月に1回、 <b>送料無料でお届け!</b> WEB(オンラインショップ) でのご注文は対象外です。 (税別30,000円未満のお買い上げで 代金引換の場合は、 代引手数料300円を申し受けます。)

■パール会員様からプラチナ会員様への切り替え時期はお買い上げ累計  
金額が20万円以上に達した翌月からの変更になります。

### 定期便購入時 <定期便購入時に付くポイント早見表>

前年度累計 購入金額(税別)	パール会員 (20万円未満)	プラチナ会員 (20万円以上)
定期購入時ポイント 定期便対象の 食品・サプリメント・ 化粧品	<b>6%</b> (購入ポイント1% + 定期ポイント5%)	
	<b>6回継続ごとに30%分のボーナスポイントが 付きます。</b>	
送料サービス特典	<b>毎回送料無料でお届け!</b> (税別30,000円未満のお買い上げで代金引換の場合は、 代引手数料300円を申し受けます。)	

※申込・変更・休止・解約はお電話にて、次回お届け指定日の2週間前までにご連絡ください。  
(お米の定期は3週間前、野菜通販はお届け日の10営業日前までにご連絡ください。)

### 定期便サービス 3大特典

お買い上げ毎に  
定期ポイント

**5%**

6回継続で  
ボーナスポイント

**30%**

送料無料

●お届け日変更OK ●ご都合に応じてお休みOK

### ポイントの有効期限について

4月1日から翌年3月31日までの間に商品のご購入があれば有効期限は自動的に延長となります。  
●毎年3月31日の時点で過去1年間にご購入がないとお手持ちの保有ポイントは、すべて失効します。  
●ポイントのみでのお買い上げの場合は、自動延長の対象外となります。

## ご利用方法

ご注文方法

電話

**0120-88-7878**

受付時間/  
10:00～18:00(月曜定休)

IP電話・国際電話等ご利用の場合 TEL:03-4335-7750

FAX

**0120-48-7717**

通信料無料  
24時間受付

郵便

〒107-0062 東京都港区南青山3-1-3 スプライン青山東急ビル4F  
SONOKO「通信販売」係

オンライン  
ショップ

24時間いつでもご注文!  
**www.sonoko.co.jp**

1個口 送料 無料

毎月10・20・30日は  
**2%**ポイント  
UP

オンライン限定の  
Sale

合計1万円(税別)以上で オンラインショップだけ 不定期で実施

### 代金引換

商品配達時に代金をお支払いいただく方法です。  
商品合計金額**30,000円(税込32,400円)**未満の代金  
引換につきましては、個数口ごとに代引手数料として  
300円を申し受けますのでご了承ください。1件\*のお届け  
が30,000円以上の場合、代引手数料・送料ともに  
SONOKOが負担いたします。  
\*1件とは、「1住所」への「1回のお荷物」をさします。  
※複数のお届け先のお支払いを1件の代金引換金額に  
合算することはできません。(詳しくはお尋ねください)

### クレジットカード (ご本人名義)

各クレジットカード会員契約に基づきお客様のご指定の口座より自動的にご利用代金を引き落とす方法です。  
〔お支払い回数〕一括／リボ・2回分割・ボーナス払い・分割払いからお選びください。  
※ご注文のつど「①カード会社②カード番号③有効期限」を確認させていただきます。お電話でご注文の場合、クレジットカードをあらかじめお手元にご用意の上、  
ご確認くださいませようお願いいたします。尚、カードはご本人名義に限らせていただきます。

ご利用いただけるカード	SONOKO VISA	VISA	Master	JCB	AMEX	Diners	Nicos
一括／リボ	○	○	○	○	○※一括のみ リボ不可	○	○
2回分割 ※1	○	○	○	○	-	-	○
ボーナス払い※1,2	○	○	○	-	-	-	-
分割払い※1,3	○	○	○	○	○	-	○

※1:1万円以上お買い上げの場合ご利用可  
※2:3/1～6/15及び8/1～11/15の期間ご利用可  
※3:分割回数は3、5、6、10、12、15、18、20、24回より

### 宅配便にてお届けいたします。

### 配達日・時間指定

ご注文時にお申し付けください。  
ご都合に合わせて曜日・配達日・時間等をご指定いただけます。  
一部時間帯指定不可地域がございます。

### 送料 全国一律 660円

(1個口につき)

お電話注文は1件\*のお届け商品合計が**30,000円(税別)**以上、  
オンラインショップは1個口の合計が**10,000円(税別)**以上で送料無料となります。  
\*1件とは、「1住所」への「1回のお荷物」をさします。 ※詳しくは、ご注文時にSONOKOスタッフへお尋ねください。

### お支払い方法

音声ガイダンスの後、専任担当におつなぎいたします。  
①ご注文された荷物の確認、返品・交換に関するお問い合わせ  
②住所変更などの会員登録内容に関するご連絡、各種お手続き  
③SONOKO式実行、製品に関するお問い合わせ  
④個人情報に関するお問い合わせ・その他お問い合わせ

**0120-07-7878** 受付時間/10:00～18:00(月曜定休)

※IP電話・国際電話等で上記電話番号がご利用いただけない場合は  
TEL:03-4335-7750

※プッシュ音が選択できない電話機(ダイヤル回線など)の方は、操作をせずそのままお待ち  
ください。自動的に④にお繋ぎいたします。担当者にご用件をお申し付けください。

### 返品・交換方法

返品・交換に際しましては事前に左記のお問い合わせ電話番号にご連絡ください。

※返品・交換は製品到着後7日以内とさせていただきます。  
※お客様都合による返品・交換につきましては返送料(運送会社の実費)・再送料をご負担いただきますのでご了承ください。

右記の場合は返品・交換を  
お受けできません。

- サプリメント
- 食品
- 開封された製品
- お買い上げレシートや納品書がないもの
- 一度ご使用になった製品
- 製品到着後8日以上経過した製品
- 配達後お客様が破損、汚損されたもの
- セット製品・プレゼント付き製品の一部返品
- 書籍・DVD・ビデオ
- 受注生産品・限定品 など

ご返金について

※返品現品が当社に到着・確認後、銀行振込等にてご返金いたします。  
※クレジットカードでお求めの場合は手続き上、ご指定の口座より一旦引き落とされる場合もございます。  
その場合、クレジット会社より翌月ご返金いたします。





銀座店の最新情報やSO CAFEの  
お得なクーポンを配信中です。

LINE  
ぜひ登録ください！



Facebookで銀座店の耳より情報を  
随時配信中！こちらでも登録を！

# 銀座店のご案内

営業時間 11:00～19:30(月曜定休)

3/14(水)2F 14:00まで 3/17(土)2F 18:00まで 3/18(日)18:00まで

3/24(土)1F 16:00まで/2F 終日休業

3/25(日) 会員様貸切営業 3/27(火)2F 終日休業 ※化粧品・サブリは1Fにてお求めいただけます。

〒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

## 銀座店 開店20周年記念 春祭り

開店20周年を記念した春祭り。  
皆様のお越しをスタッフ一同お待ちしております！

3/25<日> 11:00～17:00(受付 10:00～)

当日1Fにて、  
特製焼きそばを無料で  
ご用意いたします。

食品  
お1人様  
3点まで



常温でふっくら  
美味しい伝説の

特大あんぱん  
371円

食品最大  
50%OFF

食品以外にも  
サプリメントや化粧品など  
人気の製品を大特価で  
ご用意しております！



チキンカレー2袋セット  
1,300円▶**650円**



ミートソース2袋セット  
1,420円▶**710円**



牛すき丼2袋セット  
1,500円▶**750円**



ビーフシチュー2袋セット  
1,600円▶**800円**



おでん2袋セット  
1,160円▶**580円**



国産真さばの味噌煮2袋セット  
960円▶**480円**



トキノのり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**

※当日は冷凍・冷蔵のお品物はご配送のみのお取り扱いとなりますので、あらかじめご了承くださいませようお願いいたします  
※SO CAFEは休業させていただきます、ご試食をご用意いたします

## SO CAFE

menu

『春のお楽しみプレート』  
1,600円



1日10食  
特別  
プレート♪

春のお楽しみプレート内容

●スパイシーチキン サラダ添え ●ごはん または ナンのチョイス  
●貝だくさんミネストローネ ●ミニデザート ●コーヒーまたは紅茶

月末の金曜日は  
ぜひ銀座店へ

3/30<金> 11:00～19:30

プレミアムフライデー特別企画

対象商品

カフェメニュー

**30%OFF! 10%OFF!**

## お楽しみ付き販売

3/16<金>～18<日>

## トキノ会定例会 3/18<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。※一部カフェメニューの変更がございます

## 名古屋・大阪 「定例会」のご案内

●定例会 13:00～14:00 ※受付開始は12:30～  
●販売会 14:00～16:30(受付終了) ●閉場 17:00

### 3/10<土>名古屋会場

[会場] アパホテル<名古屋錦> EXCELLENT 4F 伊吹  
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

### 3/11<日>大阪会場

[会場] 大阪マルビル 大阪第一ホテル 6F モナーク  
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

3/1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	4/1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	
				定休日					● 名古屋定例会		定休日						● トキノ会定例会	定休日							● 銀座店 開店20周年 春祭り	定休日				● プレミアムフライデー 特別企画		定休日							定休日						
									● 大阪定例会																																				
																																								</					

お楽しみ付き  
販売

2018  
3

## THE NORIKO トキノ会便り 編集長 瀧本範子の「ノリコ手帖」

VOL.9

多忙を極めた鈴木その子にとって「心癒やしてくれる存在」であり、「好きなもの」として皆様に唯一公言していたものがお人形です。とりわけ、3月3日の雛祭りは誰よりも鈴木その子本人が楽しんでいただいているように思います。5段飾りの雛人形、伝統的な日本人形の市松さん、フランスのビスクドール、スイスの愛らしい子どもたちの木彫りの人形、思い返すだけでもあらゆるお人形が浮かんできます。また、会員の皆様には「赤猿の福ちゃん」や「荘ちゃんのぬいぐるみ」などをオリジナルで制作して、自ら背負って披露する場面も。童心に帰ってつづぐ姿こそ、鈴木その子にとっての安らぎだったのだと、今は理解できます。

ある講演でふと「もしかしたら、私は寂しがり屋なのかもしれない」と自問自答するように漏らしたことがありました。その言葉を聞かされた時に、「先生は孤独だったんだなあ」と思わずにはいられません。でもその言葉の後に、「私には皆がいる。トキノ会の皆がいる。だから寂しくないのよ」ときっぱり。

今も会員の皆様のもとには鈴木その子が愛したお人形がいっぱいあることなのでしょう。私も、3月3日にはまた取り出して偲んでみたいと思っています。



**トキノ会便りのご案内** プラチナ会員様に年4回(1月・4月・7月・10月予定)『トキノ会便り』にて鈴木その子の思いをお届けいたします。



SONOKOは「プライバシーマーク」制度に基づき、  
個人情報を安全に管理しています。

「プライバシーマーク」は、個人情報の取り扱いに関して適切な保護措置を講じていると認められた民間企業  
に対し、経済産業省の外郭団体である(財)日本情報処理開発協会によって付与されるマークで、この制度は  
平成10年4月に創設されたものです。SONOKOは、その「プライバシーマーク」の付与・認定を受けています。