

2024

6

THE SONOKO

VOL.363

SO SAFE
SO HEALTHY
SO HAPPY

半期に一度の大特価!

お得だらけの夢の1カ月が今年も到来!

夏のサンクス
セール人気のサプリメント・化粧品・食品が
今だけの大特価 & スペシャルポイントアップ!「おまとめセット」や「均一特価」
大好評の「ドリームセット」もお見逃しなく!

数量限定

お買い上げ金額毎に \ 選べてうれしい/
サンクスプレゼント

6/1(土) ~ 6/30(日)

5万円
(税別)

お買い上げ金額毎に

A B から1つ選べる!



80g×6

完熟マンゴーゼリー
果肉入り 6個

190g×8

有機フルーツ+
野菜100本10万円
(税別)

お買い上げ金額毎に

C D E から1つ選べて、SONOKOエコバッグがもらえる!



80g×2

完熟マンゴーゼリー
果肉入り 2個

190g×3

有機フルーツ+
野菜100本

100g×2

プレミアムコーヒー
エメラルドマウンテン2袋

50粒

TOKINO G.G
50粒入 1袋

50粒

SONOKO GG
50粒入 1袋SONOKOエコバッグ
詳細は▶14面

■1回のご注文金額(税別)が対象となります。銀座店では、1日のお買い上げ金額の合算が対象となります。■ポイントを利用した場合もプレゼントの対象となります。■オンラインショップは上記とは別のプレゼント企画をご用意しております。詳しくはオンラインショップをご確認ください。■以下はプレゼント対象外です。○定期便などのご予約品 ○単独発送となる別送品(ご予約販売品) ○先様送りギフト ○浄水器本体 ○浄水器工事費、メンテナンス費 ○寝具など一部のSONOKOセレクト品…他 ※詳しくはお電話にてお問い合わせください。

「もう一人の自分を健やかに働かせるためのGG」

from STAFF



TOKINO G.G. 常凍

6本 180粒×6 No.56151

※ポイント対象外

114,000円▼

93,000円 税込 100,440円

27,000円
お得!
TOKINO G.G.
50粒入1袋

30年前にGGが誕生した
ときに、開発者鈴木その子が言い
続けた「GGは何のためにあるのか」の答え
が上記です。多くの会員様がこぞって愛用し、
私も喜んで飲み始めました。おかげさまで
今も元気で健康に、安心して暮ら
せています。一生ものの健康の
相棒に出会えたことを心から
感謝しています。

トキノ会便利
編集長 瀧本

本来のあなたを助けるための頼れる味方です

from STAFF



SONOKO GG 常凍

6本 180粒×6 No.56148

※ポイント対象外

114,000円▼

93,000円 税込 100,440円

27,000円
お得!
SONOKO GG
50粒入1袋

地球環境の変化に伴う異常気
象、絶えない社会問題など、身の回りの
気がかりは増えつつあります。定まらない気
温と梅雨のジメジメした季節に始まり、猛暑
日が待ちかまえている真夏に今年も備えま
しょう。GGはカラダ全体を見渡すこと
から生まれています。本来備わって
いる自身のコンディションを助け
る、素晴らしく頼れる味方です!

コールセンター
大石3本
180粒×3 No.56152
※ポイント対象外

57,000円▼

48,000円 9,000円
税込 51,840円 お得!


1本 180粒 No.56150

20,000円 税込 21,600円

5%UP
+1,000ポイント


50粒入 2袋 50粒×2 No.56158

12,000円 税込 12,960円

3%UP
3本
180粒×3 No.56149
※ポイント対象外

57,000円▼

48,000円 9,000円
税込 51,840円 お得!


1本 180粒 No.56147

20,000円 税込 21,600円

5%UP
+1,000ポイント


50粒入 2袋 50粒×2 No.56157

12,000円 税込 12,960円

3%UP


TOKINO G.G. 6本 & 荘水 7本セット

- TOKINO G.G. 180粒×6
- 荘水 35ml×7

No.56142

常凍



167,000円▼

123,000円 税込 132,840円

44,000円
お得!

SONOKO GG 6本 & 荘水 7本セット

- SONOKO GG 180粒×6
- 荘水 35ml×7

No.56140

常凍



167,000円▼

123,000円 税込 132,840円

44,000円
お得!

きちんと食べてきちんと摂って

＼皆様のご期待に今回もお応え！／
SONOKOのサブリ
全11種のセットです

ぜ～んぶ試せる



ソノコサブリドリームセットは、SONOKOの
サブリ全11種類が入ってとってもお得な夢のようなセット！
夏は暑さによるお悩みだけでなく、冷房がきいた部屋など
心地よく過ごせない、朝からなんだかいまいち…など、
さまざまな気がかりが増える時季。
ひとつでも思い当たる方は特におすすめです。まだ全部試した
ことがないという方もこの機会にぜひお試しください。

from STAFF

お試しにもストックにも!

ソノコサブリドリームセット 常凍 No.56165

- TOKINO G.G. 180粒
- SONOKO GG 180粒
- 荘水 35ml
- SONOKO G.G.ロゼ 150粒
- YUTAKAMI 機能性表示食品 135粒×2
- 能活生活 30粒
- ありがとう乳酸菌 10ml (液体タイプ)×15包
- がんばれ善玉菌 5.5g (粉末タイプ)×30包
- 素ドリンク透 500ml
- 素ドリンク月 500ml
- SO ENERGIE 1箱10本 (50ml×10)

117,400円▼

77,777円 税込 83,999円

39,623円
お得!


銀座店 店長 高橋

いつまでも美しくいたい方や
忙しくても元気をキープしたい方に



SONOKO G.G.ロゼ 3本 & SO ENERGIE 20本セット

- SONOKO G.G.ロゼ 150粒×3
- SO ENERGIE 2箱20本 (50ml×20)

No.56139 常凍

48,000円▼

40,000円 税込 43,200円

8,000円
お得!

常凍 常温・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 ※温度帯の表記のない化粧品はすべて

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 1F 11:00～20:00
2F 11:00～19:00
お問い合わせ 03-4335-7878
詳しくは銀座店にお問い合わせください。

体内の大半を占める水を、カラダが喜ぶ水に！



荘水 常凍
7本 35ml×7 No.56156
※ポイント対象外
53,000円▼

11,000円
お得!

42,000円
税込 45,360円

from STAFF
SONOKO入社前、東南アジアの国での3週間の滞在中、ずっと体調が気になっていたことがあります。原因は水と食べ物であると後でわかりました。飲んだ方がよい水(元気な水)と飲まない方がよい水は明らかに違い、カラダが教えてくれます。ペットボトルの水に「荘水」を15滴ほど入れてシェイクすると、泡やスクリーウを見ることができ、浸透力・溶解力が高く、マイナス電位でミネラルが多い水へと変化していることがわかります。私たちのカラダの50～90%を満たす水は、食べ物と同じくらい大事です。だからこそ私は生涯「荘水」を取り入れます。



SONOKO代表
宇田川

1本 35ml No.56155 **8,000円** 税込 8,640円

5%UP
+400ポイント



SONOKOの定番ロングセラー3品がお得!

TOKINO G.G & SONOKO GG & 荘水 2本セット

- TOKINO G.G 180粒 ●SONOKO GG 180粒
- 荘水 35ml×2

56,000円▶ **48,000円** 税込 51,840円

8,000円
お得!



旅行先や外出先でもGGを忘れずに!

TOKINO G.G & SONOKO GGセット

- TOKINO G.G 50粒入 ●SONOKO GG 50粒入

No.56159 常凍 **12,000円** 税込 12,960円

3%UP



エアコンなどによる部分的な冷えが気になりませんか？



from STAFF
夏の室内はエアコンなどによる部分的な冷えが特に気になります。「YUTAKAMI」のカメリアサポニンB₂は毛細血管を流れる血流を改善して末梢部位の体温を回復。さらに植物の成長に必要な栄養を蓄えた健康素材エンドウ芽エキスのサポート成分が、皆様の毎日のお悩みに役立てられればと思います。



食品担当
宇都宮

こんな方に /

末梢部位の
血流が気になる

手指の
冷えが気になる

ツバキ種子エキスの
機能性関与成分を
しっかり摂りたい

YUTAKAMI 機能性表示食品

4袋 180日分

135粒×4 No.56144 常凍

48,000円 税込 51,840円



8,000円
お得!

2袋 90日分

135粒×2 No.56143 常凍

24,000円

税込 25,920円

7%UP
+1,680ポイント



1袋 45日分

135粒 No.56145 常凍

12,000円

税込 12,960円

5%UP
+600ポイント



【届出表示】本品にはカメリアサポニンB₂が含まれます。カメリアサポニンB₂は、末梢部位の血流を改善することにより、気温や室温が低い時などの冷えにより低下した末梢部位の体温を回復する機能があることが報告されています。食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。本品は、疾病の診断、治療、予防を目的としたものではありません。本品は国の許可を受けたものではありません。

6/1(土)～6/30(日)

夏のサックスセール

よい夏を! SONOKO式サプリメント



露出の多い季節も美しく麗しく

SONOKO G.Gロゼ & 素ドリンク 透セット

- SONOKO G.Gロゼ 150粒
- 素ドリンク 透 500ml

No.56138 常凍

19,800円▼

15,000円
税込 16,200円

4,800円
お得!



美容の気がかりが
増えてきた方に

SONOKO G.Gロゼ

150粒 No.56146 常凍

5%UP
+700ポイント

14,000円
税込 15,120円



「何だかぼんやり」「いまいち冴えない」方に

能活生活 2箱

30粒×2
No.56160

14,000円 税込 15,120円

7%UP
+980ポイント



「乳酸菌生成エキス」で身体環境を健やかに

ありがとう乳酸菌 2箱

10ml(液体タイプ)×15包×2
No.56163

11,600円 税込 12,528円

5%UP
+580ポイント



選りすぐりの美容成分が
若々しい美しさをサポート

素ドリンク 透 2本

500ml×2 No.56162

常凍

11,600円
税込 12,528円

10%UP
+1,160ポイント

夜をゆったり心地よく
朝をすっきり気持ちよく

素ドリンク 月 2本

500ml×2 No.56161

常凍

11,600円
税込 12,528円

10%UP
+1,160ポイント



暑い日や忙しい日を元気に乗り切るために

SO ENERGIE 常凍



3箱30本
50ml×30
No.56154

7%UP
+840ポイント

12,000円
税込 12,960円



SO ENERGIE
2本

1箱10本
50ml×10
No.56153

3%UP

4,000円
税込 4,320円

水溶性植物繊維やオリゴ糖をバランスよく配合

がんばれ善玉菌 2箱

5.5g(粉末タイプ)×30包×2
No.56164

6,000円 税込 6,480円

5%UP
+300ポイント



※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 ※写真はイメージです ※体験には個人差があります

お届けは ①送料全国一律779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す。

／ 美しさをお得に ／

肌の大敵が勢ぞろいする夏！

全品にクイーンオブホワイト®*1 配合
夏肌輝くSONOKO最高峰スキンケア



ザ・ソノコ 全12点

from STAFF

ザ・ソノコ ドリームセットは、美白*2とエイジングケア*3目的や、その両方の肌悩みがある方こそぜひ体感していただきたいです！私のおすすめは、「ザ・ソノコ セラム」と「ホワイトマスク」です！「特別な日のために」とたまにしか使わないほうがもったいない。毎日をお肌にとって特別な日にしてあげることで、美肌づくりをお手伝いするSONOKO最高峰の基礎化粧品です。ライン使いが一番の近道です。



コールセンター
染谷

ザ・ソノコ 3点セット

リペアタイプ No.56353

- ザ・ソノコ リペアローション 120mL
- ザ・ソノコ セラム 30mL
- ザ・ソノコ グランクリーム 45g

ホワイトニングタイプ No.56352

- ザ・ソノコ ホワイトニングローション【薬用美白化粧水】120mL
- ザ・ソノコ セラム 30mL
- ザ・ソノコ グランクリーム 45g

各 54,200円 税込 59,620円

10%UP
ポイント
+5,420ポイント

化粧水3本+新製品「アイゾーンクリーム」入りで超お得！

ザ・ソノコ ドリームセット 全12+1点



リペアタイプ No.56167

- ザ・ソノコ グランクリーム 45g
- ザ・ソノコ セラム 30mL
- **NEW** ザ・ソノコ アイゾーンクリーム【薬用シワ改善部分用クリーム】20g
- ザ・ソノコ クレンジングウォーター 145mL
- ザ・ソノコ クレンジングクリーム 120g
- ザ・ソノコ ウォッシングフォーム 100g
- ザ・ソノコ ホワイトマスク 90g
- ザ・ソノコ リペアローション 120mL×2
- ザ・ソノコ ホワイトニングローション【薬用美白化粧水】120mL
- ザ・ソノコ リペアエッセンス【薬用シワ改善美容液】30mL
- ザ・ソノコ ホワイトニングエッセンス【薬用美白美容液】30mL
- ザ・ソノコ バランシングミルク 80mL

ホワイトニングタイプ No.56166

- ザ・ソノコ グランクリーム 45g
- ザ・ソノコ セラム 30mL
- **NEW** ザ・ソノコ アイゾーンクリーム【薬用シワ改善部分用クリーム】20g
- ザ・ソノコ クレンジングウォーター 145mL
- ザ・ソノコ クレンジングクリーム 120g
- ザ・ソノコ ウォッシングフォーム 100g
- ザ・ソノコ ホワイトマスク 90g
- ザ・ソノコ リペアローション 120mL
- ザ・ソノコ ホワイトニングローション【薬用美白化粧水】120mL×2
- ザ・ソノコ リペアエッセンス【薬用シワ改善美容液】30mL
- ザ・ソノコ ホワイトニングエッセンス【薬用美白美容液】30mL
- ザ・ソノコ バランシングミルク 80mL

142,600円▼

各 99,999円 税込 109,998円

42,601円
お得！

夏こそ欠かさず続けたい！ご愛用のアイテムをたっぷりお得に

クイーンオブホワイト®*1を
シリーズ最高濃度で配合

ザ・ソノコ セラム
【高機能美容液】

30mL No.56168

7%UP
ポイント
+1,540ポイント 22,000円 税込 24,200円



ザ・ソノコ
セラム 4.5mL

艶めくハリ肌を育む
SONOKO最高峰のクリーム
ザ・ソノコ グランクリーム
【高機能クリーム】

45g No.56176

7%UP
ポイント
+1,750ポイント 25,000円 税込 27,500円



できてしまったシワを改善
ふっくらしっとり明るい目元へ

ザ・ソノコ アイゾーンクリーム
【薬用シワ改善部分用クリーム】

2本 20g×2 No.56187

3%UP
ポイント 20,000円 税込 22,000円



ザ・ソノコ
アイゾーンクリーム
0.5g 2個

心地よくみずみずしいテクスチャー
ザ・ソノコ クレンジングウォーター
【クレンジング】2本

7%UP
ポイント
+980ポイント 145mL×2 No.56177 14,000円 税込 15,400円



美白*2有効成分トラネキサム酸配合
ザ・ソノコ ホワイトニングローション
【薬用美白化粧水】2本

7%UP
ポイント
+1,008ポイント 120mL×2 No.56171 14,400円 税込 15,840円



美白*2有効成分ビタミンC誘導体*5配合
ザ・ソノコ ホワイトニングエッセンス
【薬用美白美容液】2本

7%UP
ポイント
+1,680ポイント 30mL×2 No.56173 24,000円 税込 26,400円



とろりとなじむリッチなテクスチャー
ザ・ソノコ クレンジングクリーム
【クレンジング】2本

7%UP
ポイント
+980ポイント 120g×2 No.56178 14,000円 税込 15,400円



うるおいみなぎる輝くハリ肌へ
ザ・ソノコ リペアローション
【化粧液】2本

7%UP
ポイント
+1,008ポイント 120mL×2 No.56172 14,400円 税込 15,840円



シワを改善、色素沈着も予防*2
ザ・ソノコ リペアエッセンス
【薬用シワ改善美容液】2本

7%UP
ポイント
+1,680ポイント 30mL×2 No.56174 24,000円 税込 26,400円



クリーミーな濃密泡が汚れを吸着
ザ・ソノコ ウォッシングフォーム
【洗顔料】2本

7%UP
ポイント
+980ポイント 100g×2 No.56170 14,000円 税込 15,400円



にぎり*4をオフしてクリアな美しさへ
ザ・ソノコ ホワイトマスク
【多機能フェイシャルパック】2本

7%UP
ポイント
+1,260ポイント 90g×2 No.56169 18,000円 税込 19,800円



もっちり弾むうるおい美肌へ
ザ・ソノコ バランシングミルク
【乳液】2本 80mL×2 No.56175

7%UP
ポイント
+1,400ポイント 20,000円 税込 22,000円



ザ・ソノコ
バランシング
ミルク 10mL

*1 混合植物エキス（保湿・整肌成分） *2 メラニンの生成を抑え、シミ・そばかすを防ぐ *3 年齢に応じたスキンケア *4 汚れや古い角質による *5 L-アスコルビン酸2-グルコシド

常 凍

常温・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 ※ 温度帯の表記のない化粧品はすべて

常 凍

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 1F 11:00～20:00
2F 11:00～19:00
お問い合わせ 03-4335-7878
詳しくは銀座店にお問い合わせください。

SONOKO式スキンケアが応援

6/1(土)～6/30(日)

夏のサックスール

「これがないと困る!」と
皆様に愛されるロングセラー

SONOKO ファンデーション

しっとりタイプ 15g

● ピンク No.56195 ● オークル No.56194

さっぱりタイプ 12g

● ピンク No.56193 ● オークル No.56192

3%UP 各**5,000円** 税込 **5,500円**

※ファンデーションケースは別売です

2色お使いの方はもちろん
ポーチ用としてもおすすめ

ファンデーションケース

1個(スポンジ付き) No.56200
※ファンデーションは別売です

2%UP **1,500円**
税込 **1,650円**

汗や皮脂の季節は
頻りに洗って清潔に

スポンジ 10個 No.56191

7%UP
5,000円
税込 **5,500円**

化粧崩れ
防止にも!

微粒子パウダーが
美しい肌を演出

フェイスパウダー

2個 30g(パフ付き)×2
No.56196

7%UP **9,000円**
税込 **9,900円**
+630ポイント

ひと塗りで光を放つような美肌へ

ライトアップBB SPF35/PA+++

明るく華やかな印象の肌に
ブライトピンク 2本
30g×2 No.56198

ナチュラルなツヤ・ハリ肌に
ナチュラルオークル 2本
30g×2 No.56199

7%UP 各**9,000円**
税込 **9,900円**
+630ポイント

顔もボディもお得にUV対策

日焼け止めセット

No.56180

- UVホワイトヴェール【薬用美白下地】
SPF40/PA+++ 30g
- UVスキンプロテクター
【薬用日焼け止め乳液】
SPF50+/PA++++ 45mL×2

12,900円▼
12,000円 **900円**
税込 **13,200円** お得!

強い日差しやエアコンで
乾燥しやすい肌をぷるぷるに

スーパーモイスター クリームR

50g No.56190

7%UP **25,000円**
+1,750ポイント 税込 **27,500円**

みずみずしいうるおいも
澄みわたる明るさ*も

ホワイトストリーム 2本

30mL×2 No.56197

7%UP **26,000円**
+1,820ポイント 税込 **28,600円**

*6 肌にハリ・うるおいがあり、キメの整ったツヤのある状態

紫外線は衣類も通過するから
全身のUV対策を抜かりなく!

UVスキンプロテクター

【薬用日焼け止め乳液】
SPF50+/PA++++
2本 45mL×2 No.56188

3%UP **8,000円** 税込 **8,800円**

ぷるぷるの形状記憶ジェルでピン!と引き締まった肌へ

独自の3D成分や植物由来の美容成分を複合的に
配合したぷるぷるのジェルを、フェイスラインに沿っ
て引き上げるようにつけることで、うるおいに満ちた
すっきり引き締まった肌へ。

もとの状態に戻る
形状記憶ジェル



3Dデザインセラム 2個

30g×2 No.56189

5%UP **18,000円**
+900ポイント 税込 **19,800円**

3Dデザイン
セラム 2g

サラリとした肌に整える
男性にも人気の1品

ACNローション 2本

60mL×2 No.56186

5%UP
5,000円
+250ポイント 税込 **5,500円**

世界的なオーガニック認証

「COSMOS ORGANIC」を
取得した原料を99.5%使用

セレクト

ネイチャーズフォー
オーガニックモイストリップ
3.6g No.56224

1%UP **1,050円**
税込 **1,155円**

口紅の下地や
仕上げのグロスにも◎

セレクト

ローズラボ
ローズリップ美容液
7g No.56225

1%UP **2,500円**
税込 **2,750円**

HISTORY

“自分の肌は自分のもの”

「年をとってからの美しさ」を
つねに考え、正しいスキンケ
アを日々積み重ねることの
大切さを説いた鈴木その子
が世に送り出したのが、「荘シリーズ」でし
た。当時の会報紙には「爆発的な勢い」
で皆様に支持されたと記されています。



揺らぎがちな肌に贈る
おだやかに整えるケア

荘 5点セット

No.56179

4,000円
お得!

41,000円▼
37,000円
税込 **40,700円**

- 荘 クレンジングクリーム 120g
- 荘 ウォッシングフォーム 90g
- 荘 モイシュアローション 120mL
- 荘 デイクリーム 40mL
- 荘 ナイトクリーム 40g

荘シリーズが全品
7%ポイントUP

荘 クレンジングクリーム 2本

120g×2 No.56185

+840ポイント
12,000円 税込 **13,200円**

荘 ウォッシングフォーム 2本

90g×2 No.56181

+840ポイント
12,000円 税込 **13,200円**

荘 モイシュアローション 2本

120mL×2 No.56182

+980ポイント
14,000円 税込 **15,400円**

荘 デイクリーム 2本

40mL×2 No.56183

+1,260ポイント
18,000円 税込 **19,800円**

荘 ナイトクリーム 2本

40g×2 No.56184

+1,820ポイント
26,000円 税込 **28,600円**

※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 ※写真はイメージです ※体験には個人差があります



お届けは

① 送料全国一律779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す。

美しさをお得に

髪もボディも丸ごと麗しく清潔に

紫外線を浴びやすい髪と頭皮を徹底ケア



豊かな泡ですっきり洗浄

ユタカミ YUTAKAMI シャンプー 2本

7%ポイントUP 400mL×2 No.56221
7,800円 税込 8,580円
+546ポイント



毛髪の内部補修 ダメージを中から補修

ユタカミ YUTAKAMI ヘアパック 2本

7%ポイントUP 180g×2 No.56223
9,600円 税込 10,560円
+672ポイント



毛髪の外部補修 傷んだ髪をコーティング

ユタカミ YUTAKAMI コンディショナー 2本

7%ポイントUP 400mL×2 No.56222
9,000円 税込 9,900円
+630ポイント



from STAFF

毎日の髪のお手入れの最後は、大好きな「YUTAKAMI コンディショナー」をたっぷりと手に取り、頭皮から毛先までなじませます。5分ほどすると、しっとりつるんと素晴らしい手触りに。乾かした後は艶やかにまとまります。



銀座店
岩生

染めながら
トリートメント

お風呂で簡単
白髪ケア



ヘアカラー
トリートメント

● ブラック 2本
200g×2 No.56206

● ダークブラウン 2本
200g×2 No.56205

7%ポイントUP 各 6,000円
税込 6,600円
+420ポイント

家族みんなの素肌を守りながら清潔に

リンス不要の時短ケア

マイルド
コンディショニング
シャンプー 2本

480mL×2
No.56207

7%ポイントUP
+630ポイント
9,000円
税込 9,900円



やさしく洗って
素肌を守る

マイルドボディ
シャンプー 2本

500mL×2
No.56212

7%ポイントUP
+462ポイント
6,600円
税込 7,260円



クリーミーな泡で全身スッカリ

せっけん 9個

80g×9 No.56209

10%ポイントUP
+495ポイント
4,950円
税込 5,445円

せっけん 1個

鈴木その子による
こだわりの配合処方

歯周病予防 歯肉炎予防

薬用はみがき
5本

100g×5 No.56202

7%ポイントUP
+630ポイント
9,000円
税込 9,900円



100%天然由来成分で
さわやかに口臭を予防

マウスウォッシュ
3本

300mL×3
No.56201

7%ポイントUP
+378ポイント
5,400円
税込 5,940円



手肌や爪先まで
エイジングケア*

ハンド&ネイル
トリートメント
2本

50g×2 No.56211

7%ポイントUP
+448ポイント
6,400円
税込 7,040円



美容成分配合で
保湿しながら殺菌

殺菌 抗炎症

薬用ハンドウォッシュ
2本

200mL×2 No.56208

7%ポイントUP
+140ポイント
2,000円
税込 2,200円



*年齢に応じたスキンケア

「自分のためにつける香り」で もう一人の自分を健やかに

香りと健康は関係しているという鈴木その子の
哲学から生まれた香りは、一日を心地よく整えるためのもの。
暑さや湿気などが気になる夏も、健やかに過ごしましょう。

夜の
リラックスタイムに

日中の
リフレッシュに

寝る前にまとめて
夜を優雅な気分で
パルファム

7mL No.56204 ※ポイント対象外

10,000円 ▶ 8,000円
税込 8,800円

2,000円
お得!

いきいきと弾むような
グリーン系の香り

オードトワレ SOU

50mL No.56203 ※ポイント対象外

7,000円 ▶ 5,600円
税込 6,160円

1,400円
お得!

健やかな夜へとつながる
バスタイムをゆったりと

バスエッセンス
ブーケ 2本

120mL×2 No.56210

5%ポイントUP
+280ポイント
5,600円
税込 6,160円



常 凍 常温・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 ※温度帯の表記のない化粧品はすべて 常 凍

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 1F 11:00~20:00

2F 11:00~19:00

お問い合わせ 03-4335-7878

詳しくは銀座店にお問い合わせください。

大人気の美味が勢ぞろい!

たっぷりお得! おまとめセット

6/1(土)~6/30(日)

夏のサックスセール

カレー

ノンオイル調理 黄色いビーフカレー

じゃがいも
ゴロゴロカレー

ポークカレー

4種のカレー20袋セット

常凍

ノンオイル調理 黄色いビーフカレー
200g×5 辛さ★★★★☆
ノンオイル調理 マイルドチキンカレー
200g×5 辛さ☆☆☆☆☆
じゃがいもゴロゴロカレー
230g×5 辛さ☆☆☆☆☆
ポークカレー
200g×5 辛さ★★★★☆

No.56228
※ポイント対象外

2,400円
お得!

14,900円 ▶ 12,500円
税込 13,500円

数量限定



さらにもう1袋/
プレゼント
ノンオイル調理
タイレッドカレー 1袋

ノンオイル調理
タイレッドカレー 10袋
200g×10 辛さ★★★★☆ No.56234

7,800円
税込 8,424円

数量限定



さらにもう1袋/
プレゼント
ノンオイル調理
キーマカレー 1袋

ノンオイル調理
キーマカレー 10袋
120g×10 辛さ★★★☆☆ No.56235

7,000円
税込 7,560円

ノンオイル調理
黄色いビーフカレー
30袋 常凍

200g×30

辛さ★★★★☆

No.56229

23,400円
税込 25,272円

さらにもう1袋/
プレゼント
ノンオイル調理 黄色い
ビーフカレー1袋



ノンオイル調理
マイルドチキンカレー
30袋 常凍

200g×30

辛さ★★★☆☆

No.56233

21,000円
税込 22,680円

さらにもう1袋/
プレゼント
ノンオイル調理 マイルド
チキンカレー1袋



じゃがいも
ゴロゴロカレー
20袋 常凍

230g×20

辛さ★★★☆☆

No.56230

16,000円
税込 17,280円

さらにもう1袋/
プレゼント
じゃがいもゴロゴロ
カレー1袋



チキンカレー
30袋

常凍

200g×30

辛さ★★★☆☆

No.56231

21,000円
税込 22,680円

さらにもう1袋/
プレゼント
チキンカレー
1袋



ポークカレー
30袋

常凍

200g×30

辛さ★★★★☆

No.56232

21,000円
税込 22,680円

さらにもう1袋/
プレゼント
ポークカレー
1袋



氷温熟成® そのこ米ごはん
1箱 36パック

ササニシキ180g×36

No.56244

送料¥0
単独発送 常凍

7%UP 10,800円
+756ポイント 税込 11,664円



さらにもう1袋/
プレゼント
極みナン
1枚

極みナン 9枚
100g×9
常凍 No.56271

3,000円
税込 3,240円

副菜など

焼海苔 12袋

10枚×12

常凍 No.56238

7%UP 15,360円
+1,075ポイント 税込 16,588円



数量限定
やわらか紀州
梅干し1.2kg

常凍 No.56243

5%UP 10,800円 ▶ 8,555円
+427ポイント 税込 9,239円



からだ想いの
鶏スープ 30袋

200g×30

常凍 No.56237

7%UP 22,800円
+1,596ポイント 税込 24,624円



昆布水のもと
徳用パック 2袋

120g×2

常凍 No.56242

7%UP 5,700円
+399ポイント 税込 6,156円



万能だしの素
9袋

常凍

120g×9 No.56241

7%UP 5,640円
+394ポイント 税込 6,091円



国産小松菜の
みそ汁 30袋

常凍

4.5g(フリーズドライ)×30

No.56236

さらにもう3袋/
プレゼント
国産小松菜の
みそ汁 3袋

4,500円
税込 4,860円



淡路島玉葱と
国産野菜のだし
スープ 9袋 常凍

50g×9 No.56240

10%UP 6,120円
+612ポイント 税込 6,609円



素麺&便利つゆ
セット 常凍

素麺 300g(50g×6束)×3

便利つゆ 300ml

No.56227

7%UP 3,720円
+260ポイント 税込 4,017円

※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 ※写真はイメージです ※体験には個人差があります

お届けは ①送料全国一律779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す。

＼ 大好評のドリームセットも! / 半期に



冷凍ドリームセット

常凍 No.56254 数量限定 お一人様2点まで

NEW 鶏とマッシュルームのマカロニグラタン 320g
海の幸マカロニグラタン 300g
焼きフライ 極旨メンチカツ 85g
焼きフライ エビフライ 58g
クリームカレー 200g
白いカレー 200g
国産たらこクリームパスタソース 110g
海老と香りバジル
クリームパスタソース 92g

揚げないむねとりから 150g(6個)
ノンオイル中華 肉餃子 216g(18g×12個)
極みチョコチップパン 1個
米粉ロールケーキ キャラメル 1箱(3切)

全12点で
この価格!

11,111円
税込 11,999円



常温ドリームセット

常凍 No.56253 数量限定 お一人様2点まで

国産牛の極旨牛すき 180g
国産肉100%照り焼きソースハンバーグ 240g
国産牛とゴロゴロ野菜のビーフシチュー 200g
思い出のやさしいミートソース 140g
金華さばのスマーク風味 85g
国産真さばの味噌煮 83g
国産真いわしのしょうが煮 73g
ノンオイル調理 タイレッドカレー 200g
ノンオイル調理 黄色いビーフカレー 200g
ノンオイル調理 マイルドチキンカレー 200g
チキンカレー 200g
ポークカレー 200g
ノンオイル中華 中華丼 180g
ノンオイル中華 万能肉味噌 110g

具だくさんミネストローネ 150g
からだ想いの鶏スープ 200g
国産具材の筑前煮 115g
その子ブレンド浅煎り珈琲 挽き豆200g
ドリームプリン カスタード 78g
プチゼリー葡萄 352g(16個)

3,569円
お得!

11,111円
税込 11,999円

とりにく大好きセット

通常価格 4,500円

520円
お得!

常凍 No.56259

揚げないむねとりから 150g(6個)
揚げないむねとりから 150g(6個)
蒸し鶏のガーリック風味 120g
鶏肉のやわらか煮～オレンジ風味～ 200g



ウィンナー&ハム&焼豚セット

通常価格 4,660円

680円
お得!

常凍 No.56258

焼豚 120g
スライスハム 80g×2
無塩せきポークウィンナー
スパイシー 100g(4本)
無塩せきポークウィンナー
ハーブ 100g(4本)



ドリンク



その子珈琲 アイスブレンドコーヒー 6本

1000ml×6
No.56252

5%UP
+390ポイント
7,800円
税込 8,424円

香り高いアラビカ種100%にこだわったオリジナルブレンド。しっかり濃厚なコクとすっきりクリアな後味。



数量限定 レモンサイダー 24本

200ml×24
No.56251

8,160円
送料 ¥0
単独発送
7,344円
税込 7,931円

国産レモン果汁とこだわりの天然水を使った、すっきり爽やかな飲み口。



ホワイティ 15本

500ml
(5倍希釈)×15
No.56248

7%UP
+1,575ポイント
22,500円
税込 24,300円

安定剤無添加でつくった、爽やかな甘みの乳性飲料。凍らせてシャーベットに。

たっぷりお得!



有機フルーツ+ 野菜100 1箱30本

常凍 190g×30 No.56249

送料 ¥0
単独発送
798円
7,182円
税込 7,756円



銀座でその子 ビール 12本

常凍 330ml×12 No.56245

7%UP
+546ポイント
7,800円
税込 8,580円

●お酒は20歳になってから ※20歳未満の飲酒及び20歳未満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

常凍 常温・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 ※温度帯の表記のない化粧品はすべて 常凍

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 1F 11:00~20:00
2F 11:00~19:00
お問い合わせ 03-4335-7878
詳しくは銀座店にお問い合わせください。

1度だけの 均一 特価

6/1(土)～6/30(日)

夏のサックスセール

ディナーセット

通常価格 5,680円

常凍 No.56255

700円
お得!

数量限定

牛肉と春雨のチャブコギ 180g
国産牛の極旨牛すき丼 180g
国産肉100%直火焼きハンバーグ 120g
揚げないむねとりから 150g(6個)
揚げないとりから 150g(6個)



常凍 No.56256

ミニハンバーグと白菜のクリームスープ 250g
豚どんセット 豚肩ローススライス 160g・タレ50g(2食分)
豚の味噌焼きセット
豚モモスライス160g・タレ50g(2食分)×2
焼豚 120g
無塩せきソーウインナー スパイシー 100g(4本)



とんとんセット

通常価格 5,700円

720円
お得!

4,980円

税込 5,378円

均一

にぎわい中華セット

常凍 No.56257

通常価格 5,830円

850円
お得!

ノンオイル中華 肉ワンタン 177g
(ワンタン15個・スープ2袋・2～3食分)
ノンオイル中華 肉焼売 192g(24g×8個)
ノンオイル中華 海老チリソース 170g
ノンオイル中華 肉餃子 216g(18g×12個)×2
ノンオイル中華 中華丼 180g



洋総菜セット

通常価格 3,370円

390円
お得!

常凍 No.56260
ミニハンバーグと
白菜のクリームスープ 250g
国産肉100%
直火焼きハンバーグ 120g
国産牛とゴロゴロ野菜の
ビーフシチュー 200g
焼きフライ 極旨メンチカツ
85g



2,980円

税込 3,218円

均一

佃煮セット

通常価格 3,450円

470円
お得!

常凍 No.56262
トキノ海苔の佃煮 110g
ちりめん山椒 50g
椎茸昆布 100g
しらす煮 50g
節味楽 50g



野菜のスープセット

通常価格 2,470円

490円
お得!

1,980円

税込 2,138円

均一

数量限定

常凍 No.56264

具だくさんミネストローネ 150g×2
北海道かぼちゃの
デザートポタージュ 160g
北海道にんじんポタージュ 150g
国産小松菜のみそ汁
4.5g(フリーズドライ)×4



魚総菜セット

通常価格 3,610円

630円
お得!

常凍 No.56261
国産真いわしのしょうが煮 73g×2
国産真さばの味噌煮 83g×2
金華さばのスモーク風味 85g×2
まぐろ煮みそ味 100g



常凍 No.56263

国産具材の筑前煮 115g
鶏そぼろ入りうの花 50g
和膳ひじきの煮物 50g
和膳きんぴらごぼう 50g
ごぼうの甘酢ゆず風味 50g



通常価格 2,410円

430円
お得!

和総菜セット

おまとめ セット

スイーツ



緑茶 5袋

5g×5個×5

No.56247

常凍

7%ポイントUP

+350ポイント

5,000円

税込 5,400円



ほうじ茶 5袋

2g×10個×5

No.56246

常凍

7%ポイントUP

+297ポイント

4,250円

税込 4,590円



米麹と酒粕のあま酒 12袋

160g×12

No.56250

常凍

7%ポイントUP

+294ポイント

4,200円

税込 4,536円



お中元

数量限定 栗あんみつ 6個

265g×6

No.56269

常凍

7%ポイントUP

+294ポイント

4,200円

税込 4,536円

一口食べて違いがわかると評判の、
上品な美味しさです。



ドリームプリン カスタード 8個

常凍

78g×8

No.56266

3,200円

税込 3,456円

さらにもう1個 /

プレゼント

ドリームプリン
カスタード1個

フルーツゼリー 温州みかん 8個

常凍

85g×8

No.56267

2,880円

税込 3,110円

さらにもう1個 /

プレゼント

フルーツゼリー
温州みかん1個

アーモンドと蜂蜜の リエージュ風ワッフル 8個

常凍

No.56268

3,200円

税込 3,456円

さらにもう1個 /

プレゼント

アーモンドと蜂蜜の
リエージュ風ワッフル1個

※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 ※写真はイメージです

●箱入のギフト包装は、箱代110円(税込)を頂戴します。●栗あんみつセットの箱代は無料です。

お届けは ①送料全国一律779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す。

食品

食品

NEW



数量限定

6月のごちそう 詰め合わせセット

NEW 鶏とマッシュルームのマカロニグラタン 320g
焼きフライ ハーブ豚とんかつ 135g
北海の恵みごちそう丼
186g (93g×2食分)
焼きフライ 海老クリームコロッケ
140g (2個)
焼きフライ コロッケ 110g (2個)

常 凍

6,000円

税込 6,480円

No.56273



数量限定

6月のパンセット

フレンチトースト 1袋 (2切)
極みチョコチップパン 1個
極みメロンパン 1個
極みコナッツパン 1個
極みカレーパン 1個
極みロールパン 1袋 (2個)
トーストクリーム 30g×3

常 凍

4,500円

税込 4,860円

No.56274

夏季販売お休みのため
トーストクリームは今月まで!



焼きフライ 極旨メンチカツ 10個

85g×10 No.56265

7%UP 5,980円
+418ポイント 税込 6,458円

国産の牛肉と豚肉、玉葱、卵などのシンプルな素材をしょうゆと和風だしで仕上げ、特製パン粉をまぶして焼き上げました。肉好きの方にはたまらない贅沢感とサクサクした食感を楽しめる食べごたえたっぷりの一品です。



国産牛の極旨牛すき丼 10袋

180g×10 No.56275

8,800円
税込 9,504円

さらにもう1袋! /
プレゼント



国産牛の
極旨牛すき丼 1袋

国産黒毛和牛のもも肉を中心とした赤身肉を使用し、脂身のできる限りカット。甘辛い特製のタレは、椎茸と昆布の旨みを加え、日本酒ではなく赤ワインで味を調えています。ごはんには本当に合う逸品です。1袋180g入で食べ応えもたっぷり。



鶏とマッシュルームのマカロニグラタン 2個

320g×2 No.56280

3%UP

3,700円
税込 3,996円

スタッフおすすめ!

濃厚ホワイトソースが胸肉と絡み
合って本当に美味しいです! 上部に
塗った味噌ダレがポイントでリピート
間違いなしです。ボリュームも
あって大満足の逸品です。



SONOKOスタッフ 島田

鶏肉、玉葱、マッシュルーム、アクセントのパセリも国産。マカロニのボリューム感もうれしいグラタンです。



揚げないとりから 2袋

150g (6個)×2 No.56293

3%UP 2,600円
税込 2,808円

鶏もも肉をコク深いタレに漬け、衣の配合を工夫し、蒸し焼きにすることで、油で揚げたような食感に。



揚げないむねとりから 2袋

150g (6個)×2 No.56294

3%UP 2,600円
税込 2,808円

国産の鶏むね肉の皮や脂身を取り除きタレに漬け、衣をまわして蒸し焼きに。竜田揚げ風のサクサク食感。



国産肉100% 照り焼きソースハンバーグ 5袋

240g×5 No.56290

5,400円
税込 5,832円

さらにもう1袋! /
プレゼント



国産肉100%照り焼き
ソースハンバーグ 1袋

国産の牛肉・豚肉を使用。和風だし薫るまろやかな照り焼きソースが美味。



国産肉100% 直火焼きハンバーグ 5個

120g×5 No.56291

4,600円
税込 4,968円

さらにもう1袋! /
プレゼント



国産肉100%直火焼き
ハンバーグ 1個

脂身の少ない国産の牛肉と豚肉で肉本来の旨みを引き出した逸品。



国産牛とゴロゴロ野菜の ビーフシチュー 5袋

200g×5 No.56276

4,000円
税込 4,320円

トマトとビーフイオンを基本に、味噌でコクを加えました。



越後もちぶたのハンバーグ 〜トマト煮込み〜 2袋

200g×2 No.56277

5%UP 1,800円
+90ポイント 税込 1,944円

粗挽きのもちぶた挽き肉とトマトソースの絶品ハーモニー。



ミニハンバーグと白菜の クリームスープ 3袋

250g×3 No.56295

5%UP 2,700円
+135ポイント 税込 2,916円

国産豚の旨みと白菜の甘さが際立つ、中華だしベースのスープ。



豚どんセット 2袋

豚肩ローススライス160g・タレ50g (2食分)×2 No.56292

3%UP 1,800円
税込 1,944円

しょうゆベースの甘いタレがご飯とも相性抜群。



スライスハム 2袋

80g×2 No.56289

3%UP 1,480円
税込 1,598円

放牧豚の内もも肉を使用。適度な噛み応えと豚肉本来の旨み。



鶏肉のやわらか煮 〜オレンジ風味〜 2袋

200g×2 No.56278

5%UP 2,400円
+120ポイント 税込 2,592円

しっとりジューシーな鶏肉はお箸で切り分けられるやわらかさ。



北海の恵みごちそう丼 2袋

186g (93g×2食分)×2 No.56286

2%UP 4,400円
税込 4,752円

ほたて、たこ、いくら、いかを、かつお節や昆布エキスのきいただし入りしょうゆで味付けしました。

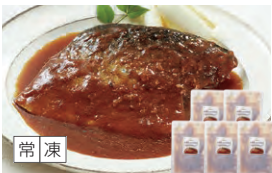


金華さばの スモーク風味 5袋

85g×5 No.56283

5%UP 3,250円
+162ポイント 税込 3,510円

金華さばをかつおエキスを燻して風味付け。和洋どちらにも。



国産真さばの 味噌煮 5袋

83g×5 No.56285

5%UP 2,400円
+120ポイント 税込 2,592円

SONOKOの生味噌を生かした味噌ダレで風味豊かに。

常 凍

 常温・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 ※ 温度帯の表記のない化粧品はすべて

常 凍

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 営業時間 1F 11:00~20:00 2F 11:00~19:00 お問い合わせ 03-4335-7878 詳しくは銀座店にお問い合わせください。



常凍

国産真いわしのしょうが煮 5袋
73g×5 No.56284 **5%UP** **2,000円**
+100ポイント 税込 2,160円

素朴な味付けでいわし本来の旨みを凝縮。骨まで食べられるやわらかさ。



常凍

かつを煮 3袋
100g×3 No.56287 **3%UP** **2,700円**
税込 2,916円

噛めば噛むほど味がしみて出る風味豊かなかつをの角煮。



常凍

まぐろ煮みそ味 3袋
100g×3 No.56288 **3%UP** **1,650円**
税込 1,782円

やさしい甘さと食べやすさがお子様にも人気の一品。



セレクト

にしん甘露煮 2袋
80g(2枚)×2 No.56282 **1%UP** **1,360円**
税込 1,468円

北海道で獲れた希少なにしんを上品に味付けた甘露煮。



セレクト

鮭の昆布巻き 3本
180g×3 No.56226 **3%UP** **2,340円**
税込 2,527円

北海道産の秋鮭を、根室産1等級の厚葉昆布と栃木県産かんぴょうで包み、直火炊きました。



常凍

思い出のやさしいミートソース 3袋
140g×3 No.56279 **3%UP** **2,130円**
税込 2,300円

野菜と挽き肉を煮込み、旨みを凝縮した本格派の味。



常凍

小麦香る生パスタ 3袋
100g×3 No.56281 **3%UP** **1,080円**
税込 1,166円

甘みのある小麦本来の風味、コシがあってもちもちの食感を堪能。



常凍

ノンオイル中華 海老チリソース 2袋
170g×2 No.56303 **5%UP** **2,560円**
+128ポイント 税込 2,764円

自然な食感を残した海老を辛すぎないチリソースで。



常凍

だしが美味しいおでん 3袋
400g×3 No.56315 **3%UP** **2,190円**
税込 2,365円

あっさり風味のだしは、万人に愛される味わい。冷やしも◎！



常凍

国産具材の筑前煮 3袋
115g×3 No.56316 **5%UP** **2,190円**
+109ポイント 税込 2,365円

国産具材の食感や旨みを活かすため真空調理法で仕上げました。



常凍

生わかめ 3袋
200g×3 No.56302 **3%UP** **2,229円**
税込 2,407円

肉厚で歯ごたえのあるシャキシャキ塩蔵わかめ。



常凍

乾わかめ 3袋
30g×3 No.56301 **3%UP** **2,229円**
税込 2,407円

味噌汁やスープにそのまま入れても美味しい一品です。



常凍

トキノのり 3袋
乾燥生のり50g×3 No.56298 **7%UP** **9,840円**
+688ポイント 税込 10,627円

サクサク食感と香ばしさを存分に味わえる乾燥生のり。



常凍

焼海苔 2袋
10枚×2 No.56239 **3%UP** **2,560円**
税込 2,764円

パリッとした食感と磯の香り豊かな板のり。



常凍

いんげん豆の煮豆 3袋
200g×3 No.56307 **5%UP** **1,650円**
+82ポイント 税込 1,782円

ホクホクとした食感で、ねっとり甘く豆の豊かな風味が美味。



常凍

節味楽 2袋
50g×2 No.56296 **2%UP** **1,020円**
税込 1,101円

唐辛子をピリリと利かせたさば節と胡麻のふりかけ。



常凍

ちりめん山椒 2袋
50g×2 No.56297 **2%UP** **1,360円**
税込 1,468円

爽やかな山椒の香りとにじみ出る旨みが絶品。



常凍

帆立しぐれ煮 3袋
100g×3 No.56310 **3%UP** **3,000円**
税込 3,240円

国産の帆立を炊き上げ、旨みと風味をたっぷり凝縮。



常凍

茎わかめ煮 2袋
100g×2 No.56309 **5%UP** **920円**
+46ポイント 税込 993円

コリッとした食感と和風だしがしっかり染み、ごはんのお供に◎



常凍

トキノ海苔の佃煮 2個
110g×2 No.56308 **3%UP** **1,700円**
税込 1,836円

「トキノのり」を贅沢に使用。甘い味付けでごはんが進む。



常凍

葉唐からし 3袋
70g×3 No.56311 **5%UP** **2,100円**
+105ポイント 税込 2,268円

佃煮特有の甘辛い味付け、ピリッとした辛みと歯応えのある食感が◎



常凍

杵つき餅 2袋
500g(10個)×2 No.56314 **5%UP** **2,340円**
+117ポイント 税込 2,527円

杵つきならではの粘りとコシの強さ、なめらかさが自慢。



常凍

そのこの御赤飯 9パック
150g×9 No.56312 **5%UP** **4,050円**
+202ポイント 税込 4,374円

希少な魚沼産有機栽培のもち米(こがねもち)と小豆(ときあかり)を使用。



常凍

自家製粉そば粉のなま蕎麦 3袋
200g(2食分)×3 No.56313 **5%UP** **2,340円**
+117ポイント 税込 2,527円

挽き立てのそば粉を用いた生タイプならではの風味とのだし。



極みナン
3枚 100g×3 No.56270 **5%UP** **1,000円**
+50ポイント 税込 1,080円
1枚 100g No.56272 **2%UP** **380円**
税込 410円
1枚あたり約334円
スタッフおすすめ！
甘くてフワモチで娘が大好きで、会報誌で見つけるとせがまれます。ミートソースやはちみつをかけ、軽くトーストして朝食にしています。
SONOKOスタッフ鈴木



常凍

追い麴仕立ての生味噌 2個
500g×2 No.56299 **2%UP** **1,900円**
税込 2,052円

一度仕上がった味噌に米麴を加え再発酵。旨みと甘みをアップ。



常凍

再仕込み醤油 3本
360ml×3 No.56304 **3%UP** **2,180円**
税込 2,354円

丸大豆・小麦・塩を2年間じっくり熟成。豊かなコクと旨み。



常凍

便利つゆ 3本
300ml×3 No.56306 **2%UP** **2,180円**
税込 2,354円

吟味した素材の旨みを丸ごと引き出した濃縮つゆ。



常凍

和風ノンオイルドレッシング 3本
200ml×3 No.56300 **3%UP** **1,580円**
税込 1,706円

どんな素材とも相性抜群な、醤油ベースのノンオイルドレッシング。



常凍

純米酢 3本
500ml×3 No.56305 **2%UP** **2,480円**
税込 2,678円

昔ながらの製法で醸造。ツンとした酸味がなく、まろやか。



常凍

有機すだちポン酢 2本
180ml×2 No.56317 **5%UP** **2,100円**
+105ポイント 税込 2,268円

すだちの果汁を贅沢に使った香り豊かなポン酢。



常凍

その子トマト 3本
400g×3 No.56327 **5%UP** **2,490円**
+124ポイント 税込 2,689円

完熟したトマトの風味を楽しめるトマトピューレソース。



常凍

天日干しの海の塩 2袋
100g×2 No.56328 **2%UP** **1,440円**
税込 1,555円

ミネラルを含んだギリバス共和国の海水を約3カ月間自然乾燥。

※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、万一一品切れの際はご容赦ください ※写真はイメージです

お届けは **①送料全国一律779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。



**その子ブレンド
浅煎り珈琲 3袋**
挽き豆200g×3
No.56323

5%UP **4,620円**
+231ポイント 税込 **4,989円**

浅煎りなのに贅沢なコクと香り。6種類の豆それぞれの美味しさを引き出すために、単独で焙煎した後にブレンドしました。



**その子珈琲
深煎りブレンド 3袋**
挽き豆200g×3
No.56324

5%UP **5,400円**
+270ポイント 税込 **5,832円**

アラビカ種の豆が織りなす、ほどよいコクと苦味、豊かな香り、クリアな後味をじっくりご堪能ください。SONOKOオリジナルブレンドです。



数量限定
レモンサイダー 6本
200ml×6 No.56325

3%UP **2,040円**
税込 **2,203円**

国産レモン果汁とこだわりの天然水を使った、すっきり爽やかな飲み口。



**有機ジンジャー
りんごすだち 3本**
有機しょうがシロップ(濃縮)
310g(4〜6倍希釈)×3
No.56326

500円お得!
4,500円 ▶ 4,000円
税込 **4,320円**

すべて有機原料を使用した生姜ドリンクの素。



その子酒 3本
720ml×3
清酒 アルコール分17度
No.56320

5%UP **13,140円**
+657ポイント 税込 **14,454円**

鈴木その子が美容を考えてつくった濃厚な純米原酒。米と米麹のみを昔ながらの製法で醸造しました。



その子美ワイン
赤 750ml No.56321
白 750ml No.56322

500円お得!
各4,500円 ▶ 4,000円
税込 **4,400円**

深みと余韻を楽しめる赤と、フレッシュな白。どちらもボルドー産です。



宇治抹茶ぼうろ 2袋
50g×2
No.56347

900円
税込 **972円**

抹茶のほろ苦さと生地の甘さが絶妙なぼうろ。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。



数量限定
桜葉薫る道明寺 2袋
200g(4個)×2 No.56334

5%UP **1,560円**
+78ポイント 税込 **1,684円**

国産のもち米と小豆を使用し、香り高い桜葉で巻きました。



その子のどら 6個
No.56332

3%UP **2,340円**
税込 **2,527円**

特製粒あんを、油脂無配合で焼いた生地で挟んだ冷凍どら焼き。



栗まん 6袋
1袋(2個)×6 No.56333

3%UP **1,980円**
税込 **2,138円**

しっとりした生地とやさしい甘さの白あん、栗の甘露煮が好相性。



**ドリームプリン
カスタード 3個**
78g×3 No.56331

2%UP **1,200円**
税込 **1,296円**

卵の味わいにリキュールでコクをプラス。カラメルソース付。



アイス **常 凍** **送料 ¥0 単独発送**
※ポイント対象外
白いコーヒー10個
120ml×10 No.26741

5,000円
税込 **5,400円**

バニラ10個
120ml×10 No.10372

4,700円
税込 **5,076円**

チョコ10個
120ml×10 No.10359

5,300円
税込 **5,724円**

バニラ&チョコ各5個
バニラ120ml×5
チョコ120ml×5 No.9264

5,000円
税込 **5,400円**

①キャンセルの場合は、お届け希望日の2週間前までにご連絡ください(月曜定休)。なお、製品の性質上、お客様のご都合による返品・交換はお受けできません。②沖縄県など一部お届けできない地域がございます。詳しくは15面のご利用方法(お届け方法)をご覧ください。

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 ●FAX 注文は前日締切です。



**フルーツゼリー
温州みかん 3個**
85g×3 No.56330

2%UP **1,080円**
税込 **1,166円**

愛媛県産温州みかんの上品な甘みと爽やかな酸味を堪能。
ホーム／雑貨



**アーモンドと蜂蜜の
リエージュ風ワッフル 6個**
No.56329

5%UP **2,400円**
+120ポイント 税込 **2,592円**

リエージュワッフルをSONOKO風にアレンジ。絶妙な食感で香味が広がる!



カカオ飴 5袋
50g×5 No.56318

5%UP **1,650円**
+82ポイント 税込 **1,782円**

カカオの風味が濃厚な大人も満足な手づくり飴。



ちゅらしお飴 5袋
50g×5 No.56319

5%UP **1,650円**
+82ポイント 税込 **1,782円**

宮古島産の塩を手早く練り込みました。甘じょっぱさがクセに。

NY 発の洗練されたデザインとジャパンメイドの快適なかけ心地



**偏光サングラス
KIO YAMATO EYEWEAR**

跳ね上げ式と
わかりにくいデザイン

●光の反射を遮る効果が高い偏光レンズ
●UVカット率99%
●横からの紫外線も軽減する大きめレンズ

フィット感がよく
肌にやさしいセリシンパッド



カーキグレー
No.56811

ローズブラウン
No.56812

各 34,000円
税込 **37,400円**

眼鏡で名高い鯖江の技術で製造。見やすい偏光レンズ、レンズを素早く上下できる跳ね上げ式、セリシンパッドの採用など、こだわりが詰まっています。

その子美ワイン：ヴィンテージはご指定できません ※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
●お酒は20歳になってから ※20歳未満の飲酒及び20歳未満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
常 凍 常温・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 ※温度帯の表記のない化粧品はすべて **常 凍**



美味しく、しっかり食べて、スッカリ美人に！

良質な素材を吟味し、不要な食品添加物や油脂を使わずに調理をする。
そんな「SONOKO式食養理論」をご自宅の手軽に実践できるようにと開発されたのが「SONOKO式献立セット」。
バラエティー豊かな美味しいメニューを通じて、バランスよく栄養を摂りながら、理想のボディメイクを目指しましょう。

献立実行部
おすすめ

ひと足お先にスッカリ！

SONOKO
奇跡の
献立実行部

献立

数量限定 6月の4週間完全実行献立セット

78,000円 税込84,240円 常凍

召し上がり方の一例
(メニュー表)付き

3食+間食+夜食 ×7日分×4週間=計140食

浅煎りコーヒータイプ または ウーロン茶タイプ 送料¥0 単独発送

お届け期間	本州	北海道・九州・沖縄県等一部地域
第1週	6/1(土)～6/15(土)	6/2(日)～
第2週	6/8(土)～6/22(土)	6/9(日)～
第3週	6/15(土)～6/29(土)	6/16(日)～
第4週	6/22(土)～7/6(土)	6/23(日)～

お申し込み受付期間
6/11(火)まで

※お届け日は、ご注文日・お届け地域によりご希望に沿えない場合がございます。何卒ご了承ください。※原則的に途中キャンセルはできません。やむを得ず途中キャンセルされた場合は実費をご請求させていただきます。あらかじめご了承ください。

ご用意いただくもの：ごはん／キャベツ／和風ノンオイルドレッシングなどの調味料、スパイス

プレゼント



トキノのり 1袋
その子珈琲アイスブレンドコーヒー 1本



新製品の鶏とマッシュルームのマカロニグラタン入り！

常凍

数量限定 6月の1週間グルメセットA No.56337

21,000円 税込22,680円

3食+間食 ×7日分=計28食 召し上がり方の一例(メニュー表)付き



【セット内容】国産牛100%プレミアムミートローフ、焼きフライ ハーブ豚とんかつ、無塩せきポークウインナー スパイシー、**NEW**鶏とマッシュルームのマカロニグラタン、手ごねなんこつ入りつくね、北海の恵みごちそう丼、秋鮭の塩麹漬け焼き、真だらの味噌漬焼き、国産真いわしのしょうが煮、ウイズポーンチキンカレー、北海道かぼちゃのデザートポタージュ、貝だくさんミネストローネ、ノンオイル中華 中華丼、和膳切り干し大根、和膳ひじきの煮物、和膳きんぴらごぼう、ごぼうの甘酢ゆず風味、和膳さざみ昆布の土佐煮、4種のきのこの煮びたし、ほうれん草としめじのおひたし、豆ちゃん(大豆の煮豆)、味見子、帆立しぐれ煮(小分け)、極みメロンパン、極み厚切り山型パン、トーストクリーム×2、らーめん風、カシューナッツクッキー、その子のどら1個、プチゼリー葡萄
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／和風ノンオイルドレッシングなどの調味料、スパイス／夜食

プレゼント



米粉ロールケーキチョコ 1箱



桜葉薫る道明寺 1袋

大山どりのローストチキンもスパイシーチキンも！

常凍

数量限定 6月の1週間グルメセットB No.56338

21,000円 税込22,680円

3食+間食 ×7日分=計28食 召し上がり方の一例(メニュー表)付き



【セット内容】大山どりのローストチキン、スパイシーチキン、牛肉と春雨のチャブコギ、国産肉100%照り焼きソースハンバーグ、スライスハム、海の幸マカロニグラタン、天然鯛入り鮎かけしんじょう、焼きフライ 海老クリームコロッケ、金華さばのスモーク風味、国産帆立のボンゴレ風パスタソース、小麦香る生パスタ、貝だくさんミネストローネ、国産小松菜のみそ汁、国産具材の筑前煮、国産豚肉100%ミートオムレツ、鶏そぼろ入りうの花、和膳きんぴらごぼう、和膳さざみ昆布の土佐煮、4種のきのこの煮びたし、すずまる納豆、帆立しぐれ煮(小分け)、そのこの御赤飯、バーガーパンズ、極みカレーパン、極みロールパン×2、トーストクリーム×2、宇治抹茶ぼうろ、せんべい ざらめ、フレンチトースト、その子のどら1個、フルーツゼリー温州みかん、アーモンドと蜂蜜のリエージュ風ワッフル
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／和風ノンオイルドレッシングなどの調味料、スパイス／夜食

プレゼント



米粉ロールケーキ 抹茶 1箱



桜葉薫る道明寺 1袋

夜はご家族と同じ食事を取りたい方、お子様の朝食やお弁当にも



※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 ※写真はイメージです ※セット内容は変更される場合がございますので予めご了承ください ※グルメセットA・B、朝昼間食セットのお届けは翌月5日まで

数量限定 6月の朝昼間食セットプラス

No.56336 14,500円 税込15,660円 常凍

2食+間食 ×7日分=計21食 召し上がり方の一例(メニュー表)付き

【セット内容】大山どりのローストチキン、牛肉と春雨のチャブコギ、そのまま美味しい肉まるくん、**NEW**鶏とマッシュルームのマカロニグラタン、北海の恵みごちそう丼、焼きフライ エビフライ、国産真さばの味噌煮、北海道ごぼうポタージュ、和膳きんぴらごぼう、ほうれん草としめじのおひたし、帆立しぐれ煮(小分け)、らーめん風、極みチョコチップパン、極み厚切り山型パン、トーストクリーム×2、カシューナッツクッキー、栗まん、アーモンドと蜂蜜のリエージュ風ワッフル
※和風ノンオイルドレッシングや付け合わせ(わかめ・のり)、夜食、昆布水などはセットに含まれません。

プレゼント



焼きフライ
ハーブ豚とんかつ 1個

お届けは

①送料全国一律779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外となります。

朝食

夕食

昼食

間食&夜食

1日分の食事例

写真はイメージです。実際とは異なる場合がございます。

エビデンスも取得!

2カ月全56日間の集中献立で、美味しく食べて本気やせダイエット!

8週間ダイエット献立セット

常凍

送料¥0
単独発送

3食+間食+夜食×7日分×8週間=計280食

召し上がり方の一例(メニュー表)付き

150,000円 税込 162,000円

ご利用いただくもの:ごはん/キャベツ/和風ノンオイルドレッシングなどの調味料、スパイス

1日3食+間食+夜食の栄養バランスのよい食事を8週間続けることで、しっかり食べながら健康的なダイエット*ができる献立セットです。面倒なカロリー計算や調理の手間いらず。ダイエット*中に我慢することでストレスのもととなる甘いおやつも毎日食べられるので、成功を目指しやすいのもポイントです。

※お届け日は、ご注文・お届け地域によりご希望に添えない場合がございます。何卒ご了承ください。原則的に途中キャンセルはできません。やむを得ず途中キャンセルされた場合は実費をご請求させていただきます。あらかじめご了承ください。*8週間ダイエット献立セットの調査方法:20歳以上59歳以下でダイエットを希望する健康な男女を対象として、プログラムを開始する前と8週間後の体構造を比較する単群のオープン試験を実施。(2018年、一般財団法人日本臨床試験協会(JACTA)調べ) バランスの良い食事とは1日1400kcalに加え、たんぱく質17%、脂質13%、炭水化物70%のバランスをとった献立のことです。※結果には個人差があり、効果を保証するものではありません。

S・Hさん
(47歳)※当時

After

Before

体重 体脂肪率 BMI ウエスト

ウエスト -12cm

91.0cm 37.1% 66.1kg 25.8

86.0cm 35.7% 64.7kg 25.3

79.0cm 33.9% 62.1kg 24.3

START 8週間後

常温で保管できるSONOKOの人気総菜にサプリもプラス

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)付き

常温グルメ献立セット

No.56414

19,800円 税込 21,384円

常凍

常温グルメ献立セット そのこ米ごはん付

単独発送

氷温熟成*そのこ米ごはん19食

No.56415

22,800円 税込 24,624円

常凍

【セット内容】国産肉100%照り焼きソースハンバーグ、国産牛の極旨牛すき丼、国産牛とゴロゴロ野菜のビーフシチュー、金華さばのスモーク風味、国産真さばの味噌煮、国産真いわしのしょうが煮、まぐろ煮みそ味、ノンオイル調理 キーマカレー、チキンカレー、思い出のやさしいミートソース、小麦香る生パスタ×2、からだ想いの鶏スープ、具だくさんミネストローネ、国産小松菜のみそ汁×2、ノンオイル中華 中華丼、ノンオイル中華 万能肉味噌、国産具材の筑前煮、昆布水のもと、乾わかめ、焼海苔、いんげん豆の煮豆、味見つ、トキノ海苔の佃煮、帆立しぐれ煮(小分け)、ひじき煮(小分け)、ドリームプリン カスタード×2、フルーツゼリー温州みかん、プチゼリー葡萄、アーモンドと蜂蜜のリエージュ風ワッフル×2、素ドリンク 月 スティックタイプ 5包、ありがとう乳酸菌 7包

ご利用いただくもの:ごはん(ごはんなしセットのみ)/キャベツ/和風ノンオイルドレッシングなどの調味料、スパイス

パンを中心に、和洋中とバラエティー豊かなメニュー。パンや麺がお好きな方におすすめ

その子ちゃん献立セット

No.55063

16,230円 税込 17,528円

3食+間食×7日分=計28食

召し上がり方の一例(メニュー表)付き

【セット内容】国産肉100%直火焼きハンバーグ、揚げないむねとりから、国産牛とゴロゴロ野菜のビーフシチュー、国産牛の極旨牛すき丼、ミニハンバーグと白菜のクリームスープ、焼豚、無塩せきポークウインナー スパイシー、秋鮭の塩麹漬け焼き、海老と香りバジルクリームパスタソース、国産具材の筑前煮、極みチョコチップパン、バーガーパンズ×2、極みスイートレーズンパン×2、極みロールパン2個×3、極み特大粒あんぱん、極みカレーパン、スパゲッティ、らーめん風、具だくさんミネストローネ、北海道にんじんポタージュ、国産小松菜のみそ汁、南瓜のそぼろ煮、鶏そぼろ入りうの花、和膳切り干し大根×2、ほうれん草としめじのおひたし、国産豚肉100%ミートオムレツ、北海道産小豆のゆであずき、ひじき煮、栗まん、ドリームプリン カスタード、フルーツゼリー温州みかん、アーモンドと蜂蜜のリエージュ風ワッフル

ご利用いただくもの:ごはん/飲み物/キャベツ/昆布水のもと/わかめ/のり/和風ノンオイルドレッシングなどの調味料、スパイス/夜食

豪華な内容で食べ応えのあるメニュー。美味しくSONOKO式を実行できる人気の献立

すっきり献立セット デラックス

No.56412

15,000円 税込 16,200円

常凍

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)付き

【セット内容】焼きフライ コロッケ、国産肉100%直火焼きハンバーグ、国産牛の極旨牛すき丼、鶏肉のやわらか煮〜オレンジ風味〜、焼豚、無塩せきポークウインナー ハーブ、国産真さばの味噌煮、かつを煮、秋鮭の塩麹漬け焼き、北海道にんじんポタージュ、国産小松菜のみそ汁、極みチョコチップパン、極み特大粒あんぱん、極みカレーパン、ノンオイル中華 海老チリソース、南瓜のそぼろ煮、鶏そぼろ入りうの花×2、和膳切り干し大根×2、和膳ひじきの煮物、ごぼうの甘酢ゆず風味、和膳さざみ昆布の土佐煮、4種のきのこの煮びたし、ほうれん草としめじのおひたし×3、真ダコとエビの黄身酢和え、昆布水のもと、焼海苔、豆ちゃん(大豆の煮豆)、いんげん豆の煮豆(小分け)、トキノ海苔の佃煮、ひじき煮(小分け)、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 7包

ご利用いただくもの:ごはん/飲み物/キャベツ/和風ノンオイルドレッシングなどの調味料、スパイス

献立に必要なものが揃っているのでごはんと飲み物を用意するだけで手軽にスタート!

すっきりスター献立セット

No.56413

13,334円 税込 14,400円

常凍

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)付き

【セット内容】越後もちぶたのハンバーグ 〜トマト煮込み〜、国産牛の極旨牛すき丼、スライスハム、国産真いわしのしょうが煮、金華さばのスモーク風味、秋鮭の塩麹漬け焼き、クリームカレー、ポークカレー、思い出のやさしいミートソース、具だくさんミネストローネ、ノンオイル中華 中華丼、極みチョコチップパン、極みスイートレーズンパン×2、極み特大粒あんぱん、スパゲッティ、らーめん風、ひじき煮、国産小松菜のみそ汁、和膳切り干し大根、ごぼうの甘酢ゆず風味、ほうれん草としめじのおひたし×2、昆布水のもと、乾わかめ、焼海苔、豆ちゃん(大豆の煮豆)、いんげん豆の煮豆(小分け)×2、しらす煮、栗まん×2、黒蜜風味ようかん、フルーツゼリー温州みかん

ご利用いただくもの:ごはん/飲み物/和風ノンオイルドレッシングなどの調味料、スパイス

SONOKO式献立の原点。規則正しい食生活を送れるシンプル献立

スタンダード献立セット

No.50994

8,990円 税込 9,709円

常凍

3食+間食×7日分=計28食

召し上がり方の一例(メニュー表)付き

【セット内容】国産牛の極旨牛すき丼、国産牛とゴロゴロ野菜のビーフシチュー、じゃがいもゴロゴロカレー、だし薫るかき玉風親子丼、だしが美味しいおでん、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、茎わかめ煮、フルーツゼリー温州みかん、黒蜜風味ようかん

ご利用いただくもの:ごはん/飲み物/昆布水のもと/わかめ/のり/和風ノンオイルドレッシングなどの調味料、スパイス/夜食

※画像は1日分の食事イメージです

10万円(税別)

お買い上げ毎にもらえる!

6月のHAPPY

SONOKOエコバッグ

サイズ 使用時 横幅約45×高さ約37cm
収納時 約8×6×3cm、
素材 ナイロン・アルミニウム、個装形態 ポリ袋入

ありがとう乳酸菌の内袋が変わりました

この部分の形状が変更になりました

新定番商品	
● 極み特大粒あんぱん	● 鶏とマッシュルームのマカロニグラタン
● 天然鯛入り鮎かけしんじょう	● その子珈琲深煎りブレンド
● 濃厚ガトーショコラ	
名称・パッケージリニューアル	
● 無塩せきポークウインナー プレーン(旧: 無塩せきポークウインナー)	
● 具だくさんミネストローネ	● 北海道にんじんポタージュ
● 焼海苔(旧: 板のり)	● 有機ジンジャーりんごすだち
価格変更	
● セレクト にしん甘露煮(2023/12/1より)	626円 → 680円(税込734円)
● セレクト XYZ 単品価格(2024/2/1より)	238円 → 260円(税込280円)
● セレクト XYZ ケース価格(2024/2/1より)	5,712円 → 6,240円(税込6,739円)
価格変更(4/1より)	
● ノンオイル中華 肉焼売	900円 → 950円(税込1,026円)
● ノンオイル中華 肉餃子	900円 → 950円(税込1,026円)
● ノンオイル中華 肉ワンタン	900円 → 920円(税込993円)
● チキンカレー	680円 → 700円(税込756円)
● ポークカレー	680円 → 700円(税込756円)
● ノンオイル調理 マイルドチキンカレー	680円 → 700円(税込756円)

● 純米酢	820円 → 880円(税込950円)
● 純米酢 3本セット	2,300円 → 2,480円(税込2,678円)
価格変更(5/1より)	
● 素麺	940円 → 980円(税込1,058円)
● 無塩せきポークウインナー スパイシー	800円 → 840円(税込907円)
● 無塩せきポークウインナー ハーブ	800円 → 840円(税込907円)
● スライスハム	700円 → 740円(税込799円)
● ひじき煮	630円 → 660円(税込712円)
● モーニングスイッチスムージー ベビー(オレンジ&ザクロ) 5袋	2,250円 → 2,500円(税込2,700円)
● モーニングスイッチスムージー ナイト(ブルーベリー&生姜) 5袋	2,250円 → 2,500円(税込2,700円)
● モーニングスイッチスムージー キング(いちご&トマト) 5袋	2,250円 → 2,500円(税込2,700円)
販売停止	
● その子美ワインスパークリング白(5〜10月販売停止、次回は11月)	
● 国産有機みかんジュース(原材料の不足により)	
なくなり次第終了	
● サンプロテクト ボディ&フェイス	
販売終了	
● 国産大豆の絹豆腐 4個	

常凍 常温・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

※セール品・プレゼント品は十分ご注意ください。万一口品切れの際はご容赦ください ※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 1F 11:00〜20:00
2F 11:00〜19:00
お問い合わせ 03-4335-7878
詳しくは銀座店にお問い合わせください。

SONOKO サロン

お客様とSONOKOをつなぐコミュニケーションの場です。皆様からお寄せいただいたお声や写真を紹介いたします。

お写真やエピソード大募集!

おハガキまたはメールにて、エピソード、ご住所、お名前、会員番号、ご年齢をご記入の上お写真とともに送ってください。

1000Pプレゼント

こちらのハガキで応募ください!

郵送

104-0045

東京都中央区築地4-4-12
築地OSビル7F
(株)SONOKO 「THE SONOKO 編集部」

メール thesonoko@sonoko.co.jp

お便り・メールには、会員番号とお名前もお知らせください。

SONOKO CAFEで元気をもらいました!

千葉県 原田清美様

何年かぶりにSONOKO CAFEに行きました。「1階が混んでいるので2階にご案内します」とのことです。2階に行ったら、その子先生の写真や絵が飾られていて、ほっとくつろぎました。見たことのあるスタッフの竹内さんの変わらぬ姿に懐かしさがこみ上げました。私は不真面目な会員ですが、とても元気をもらいました。レジで声をかけようと思ったらご不在で、お忙しくされているようです。次回ご来店の際にはぜひ原田様と先生の思い出話に花を咲かせたいと楽しみにしております。原田様のまたのお越しを心よりお待ちしております。

うれしいお声をありがとうございます。私は今年で入社25年になります。GG・荘水・ありがとう乳酸菌・頑張れ善玉菌などを愛飲しているおかげで、以前と変わらずに元気に働き続けることができていると感じております。次回ご来店の際にはぜひ原田様と先生の思い出話に花を咲かせたいと楽しみにしております。原田様のまたのお越しを心よりお待ちしております。

銀座店 竹内

産後のカラダにSONOKOの食品がしみわたりました

静岡県 原田真美子様

産後、実家で過ごしていました。母が用意してくれるお昼ごはんは、もっぱらSONOKO!カレーや中華丼など、冷凍のストックをたくさん食べさせてくれました。SONOKOといえば普段は化粧品ばかり使っている私には、初めて食べるものもたくさんありました。どれも本格的な味ですね!産後の疲れたカラダにしみわたる美味しさでした。シャリアピンソースとカレーが特に美味しくて、またリピートしたいです!

お葉書ありがとうございます。SONOKOの食品は、ノンオイル調理で口当たりも軽く食べることができますが、味を単調にしないよう調味や食感に工夫を凝らしています。出産前後は体調も自身ではコントロールしづらく変化いたしますので、SONOKO食品をうまく食卓に取り入れて活用いただき、簡便にかつしっかりエネルギー補給をすることで、心身ともに健康維持に役立ててください。

食品担当 宮路

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。

定期便のご案内

●セレクト品・直送品を除く全商品が対象です。
●1梱包、1温度帯の合計金額1万円(税別)以上でご利用可能です。
●定期購入品と通常購入商品は同梱できません。

毎日の健康や美容維持のため 定期便が便利です

●お届けのサイクルは1カ月に1回または2カ月に1回となります。
●お申し込み後6回以上の継続をお願いしております。
(途中解約の場合はお申し込みプランの1カ月分を請求させていただきます。)

●送料無料でお届けします。
詳しくはお問い合わせください。

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	前年度累計 購入金額	[パール会員] 20万円(税別)未満	[プラチナ会員] 20万円(税別)以上
	ポイント	1%	3%
	送料サービス	779円*1(税込)	月1回無料*2

※1 30,000円(税別)未満のご購入の場合、1個口につき ※2 オンラインショップでのご注文は対象外
■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	前年度累計 購入金額	[パール会員] 20万円(税別)未満	[プラチナ会員] 20万円(税別)以上
	定期ポイント	1~12回・10% 13~24回・15% 25回~・20%	
	送料サービス	いつでも無料	

※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、お届け日の10営業日前までにご連絡ください。)
※定期購入の場合、ポイントは付かず定期ポイントのみ付与されます。
※お届け日などの変更は電話にて承ります。2回連続してのお休みはできません。そのこ米の定期便のみ1万円以下で承ります。
※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。

ポイントの有効期限について

●最終ご注文から1年間ご購入がないと、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

ご注文ダイヤル(通話料無料)

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 104-0045 東京都中央区築地4-4-12 築地OSビル7F
(株)SONOKO 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

SONOKO銀座店
104-0061 東京都中央区銀座5-9-1 銀座幸ビル1F・2F
TEL:03-4335-7878
営業時間 / 1F 11:00~20:00
2F 11:00~19:00
詳しくは銀座店にお問い合わせください。

店舗

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

商品・サービスの 利用形態に伴う税率	食品・サプリメント	化粧品・日用品	SONOKO CAFE
	8%	10%	店内でのご飲食・10% お持ち帰り・8%

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(税別)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(税込)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。
*銀座店でのご購入時のみご利用になれます(お電話注文、オンラインショップでのご購入の場合、ボーナス払いはご利用になれません)。
※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。
割賦販売法の一部改正に伴い、ご注文時のクレジットカードの決済方法が一部変更になりました。
販売方法により、初回ご登録時にお客様側での操作が必要になる場合もございますので、スタッフの案内に沿ってお手続きください。
※2回目以降につきましては、ご登録済みのクレジットカード番号の下4桁と有効期限のみお伝えいただければお買い物が可能となります。

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	○	○	○	○	-	-	○
分割払い ※1,2	○	○	○	○	○	-	○
ボーナス払い* ※1,3	○	○	○	-	-	-	-

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

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。
15時までのご注文は翌日出荷いたします。
一部時間帯指定不可地域がございます。

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、各種手続き
③ SONOKO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におつなぎいたします。
担当者にご用件をお申し付けください。

送料 (1個口につき) 全国一律 779円(税込)

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。

お問い合わせ

返品・交換方法

返品・交換に際しましては事前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。

SONOKO式実行相談窓口

〈開設日時〉火・木・土 10時~17時

「お電話が混み合ってつながりにくい」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。

イベントのお知らせ

7/14(日) 名古屋

会場 東京第一ホテル錦
3階ドルチェ

愛知県名古屋市中区錦3-18-21
地下鉄「東山線」名城線栄駅から徒歩約2分
TEL:052-955-1001



開場・受付 11:45 定例会 12:15~13:45 販売会 13:45~15:30
受付終了 15:15 閉場 15:30 ※11:45~12:15もお買い物ができます

事前ご予約特典

**「うれしい」
ご来場プレゼント**

**当日は会場限定の
お買い得商品が満載!**

お問い合わせ・お申し込み先 **0120-88-7878**

7/15(月・祝) 大阪

会場 ホテルグランヴィア大阪
20階 桐の間

大阪市北区梅田3丁目1番1号
JR大阪駅中央口を出て、右へ徒歩約1分
TEL:0570-06-1235



開場・受付 11:45 定例会 12:15~13:45 販売会 13:45~15:30
受付終了 15:15 閉場 15:30 ※11:45~12:15もお買い物ができます

数量限定販売

極みメロンパン
(なくなり次第終了)

締切
6月15日(土)
まで

※ご予約なしでのご来場でも定例会参加やお買いものはお楽しみいただけます。なくなり次第終了の商品もございます。ご希望の方はお早目にご来場ください。

4月名古屋・大坂定例会レポート



トキノ会便り編集長 瀧本

例年よりゆるやかに綻んでいた桜の花がちょうど満開を迎える頃、トキノ会定例会を名古屋・大坂で開催いたしました。

今回のご来場プレゼントはなんとYUTAKAMIシャンプーまるごと1本! ウェルカムドリンクで喉をうるおしつつ、当日限りのお得が満載の特設コーナー(最大50%OFF!)を巡ってお買い物を楽しまれ、さまざまなお話を花を咲かせる光景があちこちに見られました。

代表の宇田川は、創業50周年の節目を迎えるにあたってのさまざまな取り組みをご紹介。鈴木その子の講演VTRの上映に続き、トキノ会便り編集長瀧本が鈴木その子愛用のサングラスをかけて皆様にご挨拶しました。

美容スペシャリスト SAY☆GOが全国に先駆けて新製品「アイゾーンクリーム」をお披露目した後、実際に試していただくと、「すぐに使いたい!」とお声が続き。入荷次第すぐのお届けを承りました。

皆様お楽しみのご試食は「天然鯛入り 餡かけしんじょう」「濃厚ガトーショコラ」、さらに「極みココナッツパン」と盛りだくさん。美味しさに頬をゆるませる皆様のようなすが印象的でした。

見て触れて味わえる、定例会ならではの楽しみを7月もいろいろと企画しております。また皆様にお目にかかれまことをスタッフ一同心より楽しみにお伺いしますので、ぜひお気軽に遊びにいらしてくださいませ!

銀座店のご案内

営業時間 1F CAFE 11:00~20:00 ※営業時間は変更する場合がございます。詳しくはスタッフまでお問い合わせください。
2F 11:00~19:00

6/6(木)、10(月) 2F 終日CLOSE 6/7(金) 1F CAFE 15:00CLOSE 2F 終日CLOSE
6/8(土)、9(日)【夏の大感謝祭】特別販売会のため営業時間変更/CAFE休業 6/14(金) 2F 終日CLOSE
6/23(日)【トキノ会定例会】1F 11:00~13:00まで会員様貸切営業 2F 終日会員様貸切営業

夏の大感謝祭 6/8(土)・9(日) 10:00~18:00

- 来場するだけでもれなくもらえる!
豪華来場プレゼント
- 銀座店限定!
夏の大感謝祭特別セット
- 人気の商品が!
サブリ 最大**30%OFF**
化粧品 最大**20%OFF**
食品 最大**30%OFF**
- 宝飾逸品販売会
SONOKO選りすぐりの
宝飾の数々を
ご用意いたします。
- スペシャルゲストによるトークショー!
- CAFE:2日間限りの
夏の大感謝祭特別メニューが登場

SONOKO セタフェア

7/1(月)~7(日)

~セタの笹飾りで短冊に願い事を書いて飾ろう~
願い事を書く
**CAFEオリジナル
セタスイーツ**がもらえる♪

人気のアイテムが
最大30%OFF!
お得なお値段で登場

**「はずれなし!」
お買物1万円(税別)ごとに
ガチャチャンス!**

※セール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 ※写真、イラストはイメージです

銀座店のお問い合わせ・お申し込み先 **03-4335-7878** 11:00~20:00 または銀座店店頭

SONOKO CAFE

menu

**1日10食
限定**



**「特別プレート」/
【夏野菜と国産肉100%の和風ハンバーグ
~ジンジャーソース~】 1,800円(税込)**

限定プレート内容
●ごはん ●なめこのお味噌汁

販売期間 6/1(土)~30(日)
※写真はイメージです。実際の内容と異なる場合がございます。

6/21(金)~23(日) お楽しみ付き販売
6/23(日) 6月のトキノ会定例会

ゲスト講師:スポーツ医科学アドバイザー
土屋未来氏

予定 7/19(金)~21(日) お楽しみ付き販売
7/21(日) 7月のトキノ会定例会

ゲスト講師:腸内フローラアドバイザー
初登壇 坂上 圭氏

2024
6

THE NORIKO

トキノ会便り 編集長 瀧本範子の「ノリコ手帖」

VOL.84

それはいつからだったのか。6月は「鈴木その子全国講演会開催」が毎年のお約束になりました。1992年『奇跡のダイエット』を出版。以来、鈴木その子は精力的に様々な角度から自らの理論を展開。年一冊以上のペースで本を出していきました。それらは世の人々が抱く常識とされていた「美と健康法」に対し、その矛盾や錯覚を鋭く指摘していく世直しの作業ともいえました。

「私は世直しおばさんでいい。間違った情報や考え方を信じて騙される人を一人でも多く救いたいよ」と、自らに言い聞かせるように語っていた姿が浮かんで来ます。

年々多忙を極める中で出版の月を5月としていたのは、鈴木その子の深い思いがありました。5月の10日は敬愛する父上のお誕生日、そして尊敬する母に寄せる母の日が続き、さらに最愛のご長男の命日の月にあたるからです。

そしていよいよ全国の会員の皆様に直接お会いし、出版の深意を伝えるための講演会を6月に開催するのが鈴木その子にとっての大きな使命となっていきます。一方、当時の鈴木その子のスケジュールといえは起床は共に生活していた直弟子のスタッフ達の誰よりも早く朝食をつくり、ときには会社のスタッフの分の昼食にお弁当(鈴木その子特製おにぎらず)をつくって届けさせるなど、まるで母親のように皆を守ってくれていました。

もちろん社長として押し寄せる案件を決裁し、自身は自らが広告塔になり少しでも「トキノ」と鈴木式理論を世に広めようと、来る日も来る日もトキノの料理をつくり、

取材やテレビ出演などで深夜まで寝る間も削っての日々が2000年のその日まで続いていったのです。

「大阪の御堂会館で握手していただいた手の温かさを忘れません」「名古屋市公会堂で先生にサインしていただきました」「新聞で講演会を知り出かけたときから会員です。あのご縁がなかったら今の私はいません」など、各地の販売定例会に何うと必ず当時の講演会に参加されたという皆様のお話をお聞きします。どなたも口を揃えて、あのときあの場所に行けたことから始まり今に繋がっている不思議なご縁を感慨深く語ってくださいます。講演会の広い会場を埋め尽くして鈴木その子の話を熱心に耳を傾けてくださった皆様が今もこうしてお元気に集う姿をもし鈴木その子が見たならどんなに喜ぶだろうと、皆様の晴れやかな顔を拝見しながら思っている私です。

「共に元気に、幸せになりましょうね」。そんな鈴木その子の声が聞こえてきた気がしました。



トキノ会便りのご案内 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。