

2024

9

THE SONOKO

VOL.366

SO SAFE
SO HEALTHY
SO HAPPY50
SONOKO
50th ANNIVERSARY SEPTEMBER 2024

50th ANNIVERSARY CELEBRATION

幸せをつくる生き方を、これからも



出会い、過ごした時間、よろこびと感謝

今も鈴木その子と共に

贈られし珠玉の言葉ときらめき

自信を持った人生を

Memorial



New!

黒毛和牛のビーフハヤシ

具材はすべて国産!
ごはんにもパンにも
よく合うコク旨ソースHAPPYが続く50周年
9月のHAPPY50周年記念
莊能子コインペンダント
【18Kイエローゴールド製】やさしさをたたえた
美しい横顔をコインに描きました
お守りがわりとしても
身に着けていただけます

詳しくは▶16面へ



肌も心も幸せで満たす

秋夜の贅沢美容

秋のSONOKOデー ポイント交換で断然お得

出会い、過ごした時間、よろこびと感謝 今も鈴木その子と共に



鈴木その子、そしてトキノとの出会い

瀧本 鈴木その子の料理に魅了された私は、六本木のレストランに頻繁に通いながら、講習会などにも参加していました。その後、体調を崩したのを機に献立を実行し、鈴木その子の下で働くようになりました。

大石 栄養学を学んでいた私は、教科書の理論に疑問を抱くこともありました。それが『やせたい人は食べなさい』を読み、スーッと霧が晴れるかのように疑問が解けていきました。感激してはがきを送ったらお電話をいただき、当時住んでいた和歌山から岡山の講演会に参加しました。先生は40代でしたが、20代のように輝いていたのを覚えています。それからご縁を深め、社員になった当初は先生が初めてつくられたスーパーフーズショップ「トキノ」(松坂屋銀座店内)に勤務することになりました。

竹内 お仕事が早い大石さんのレジに必ず並ぶと私は決めていました(笑)

保科 私は2冊目の著書が出会い。その料理を学びたく、手紙を出し、1年後の1982年に入社。その子先生が同志の弟子8名とレストランを再出発した年です。瀧本さんが来店していた頃、私はあの伝説の豊田さんも一緒に修行中でした。

竹内 私は娘の摂食障害に深く悩んで著書に出会いました。これまで娘が辿ってきた方針と真逆の内容だったので、実は憤慨して電話をしたんです。すると「一度いらしてください」と社員の方に言われ、訪問したらたまたま定

例会の日。その子先生の姿を見たらなぜか涙が出てきてしまい、皆さんもやさしくて…。献立のおかげで、あんな状態だった娘はすっかり健康に。今は高齢出産もして元気に暮らしています。

瀧本 トキノでは、私が一番よく叱られていましたね(笑)前職からの習慣ともいえる言葉遣いを直しなさいという指導をいただいたこともあります。

大石 言葉遣いには厳しかったですね。人に何かしてもらったら社員同士でも「ありがとう」の言葉を欠かさない「感謝の心」を忘れない教えを学びました。

保科 トキノは会社というよりも「同じ志の人が集まる塾」のようでした。

竹内 私はその子先生がおそれ多くて近寄れませんでした。が、「甘い考えではだめ。その場だけではなく会社全体を考えなさい」という教えをよく覚えています。

瀧本 鈴木その子がそう映ったのは、竹内さんへの愛情ゆえ。きちんと見つめていたからこそ厳しさですよ。

鈴木その子の働く姿勢や生き方

保科 他の弟子たちと4年ほどその子先生と寝食を共にした私が知るその子先生は、努力を重ねる方でした。早朝から深夜まで人の何倍も働いていました。

瀧本 鈴木その子直筆のサイン本には「仕事は自分のためにすること 正しい心ですること」とあります。それを体現するように、テレビ出演や執筆が増えても、料理や研究は決して手をゆるめなかった。

保科 人との縁も大切にされていました。皆様やスタッフなど500人以上を家に泊め、料理をふるまい、話す時間を常につくっていました。弟子が食事の用意するのが普通なのに、その子先生は逆。忙しかったあの時代、私たちがどんなに働いても元気でいられたのは、その子先生がいつも食事をつくって食べさせてくれたからだと思います。あの伝説の豊田さんの変わりようも間近で見ました。

大石 社員一人ひとりのことを、言葉はそれほど交わさずとも何を考えているのかとてもよくわかってくださっていました。松坂屋銀座店で働いていた当時、美味しい夕食を届けてくださっていた深いやさしさと心配りも忘れられません。一人ひとりに合わせた食事を用意くださり、渡し間違えると叱られていたというのも懐かしいエピソードです。

竹内 私は皆さんよりその子先生とのご縁が遅いので、そんな逸話に感動するばかりです。私が記憶しているその子先生は、常にたくさんのことに気づかれる方で、その場ですぐに指導してくださる方でした。

鈴木その子を思い出す印象深い品

瀧本 「鈴木その子やトキノといえど」という品は誰にでもあると思いますが、私にとってはGGですね。

「多くの人に影響を与えたSONOKOを象徴するサプリメント」とスタッフに語り継がれています

TOKINO G.G



6本
180粒×6 No.57346 常凍
114,000円 税込 123,120円



荘水 1本
TOKINO G.G
50粒入



3本
180粒×3 No.57347 常凍
57,000円 税込 61,560円



TOKINO G.G
50粒入

SONOKO GG



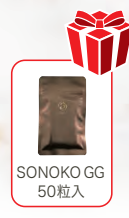
6本
180粒×6 No.57349 常凍
114,000円 税込 123,120円



荘水 1本
SONOKO GG
50粒入



3本
180粒×3 No.57350 常凍
57,000円 税込 61,560円



SONOKO GG
50粒入

TOKINO G.G 1本 No.57348 50袋入 No.57361

SONOKO GG 1本 No.57351 50袋入 No.57360

▶ 9面へ

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。

「『荘水』とGGは、車の両輪。」



大石 同じくGGです。私自身が摂り続けているということもありますが、いろいろな方が元気になったのを目の当たりにしていますし、もう一人の自分の存在を知り、その子先生の著書で自分の疑問がとけた衝撃や感動がすべてGGにつながっています。

保科 私の場合は品物ではないのですが、その子先生にご縁をつくっていただいた「夫」です(笑)私の性格をすべて把握した上で、私への遺言は「彼を大切にするのよ」でした。

竹内 娘の健康を取り戻すきっかけになったスタンダード献立は、私にとってその子先生とのかかわりの原点ともいえます。そしてGGです。最初のうちはGGをすすめられたことはなかったのですが、娘の状態が落ち着いた頃にすすめていただき、摂るようになったらすっと調子が整ったんです。

私にとって鈴木その子という存在

瀧本 鈴木その子を「第二の母」と慕う人が多いのは、さまざまな教えや愛を授けてくれたから。私にとっては「愛の心で生きる」姿を教えていただいた人生の師匠にほかなりません。

大石 普通なら見落としてしまうような物事の原点を捉える力とすぐれた推察力があり、万能な方であると同時にとても愛情の深い方でした。

保科 太陽のような存在です。たくさんのエネルギーを与えてくださいました。細いお身体からは想像できないほど手が温かく、ハートも熱かったです。嫁入り道具をはじめ多くのものをいただきましたが、それ以上に「目には見えない大切なもの」を教わりました。亡くなられたときは太陽が沈んだ寒さを感じました。

竹内 娘が辛かった頃、わが家は本当にひどい状態でした。先生にはひと言では言い表せないほど感謝でいっぱい、神様のような方だと思っています。

今、鈴木その子に話したいこと、聞きたいこと

瀧本 もし今も鈴木その子が存命だったら、留守の間のすべてを報告し、現在の状況についてもすべて指南を受けたいです。以前と同じように。

大石 「21世紀は大変な時代になるよ」とその子先生が話していたとおり、世界は紛争や異常気象など不安定な状況にあります。幸せに生きるその時々を知恵などをさらに深く仰ぎたいです。

保科 ご存命なら92歳。理論も時代とともに進化しているはずですから、糖質制限を信じる人にどんなメッセージを送るかも含めて、最新の理論をうかがいたいですね。それから私は自分のカラダで実験をしていて、50代でフルマラソンに挑戦し、64歳の今も進化と成長をしていると感じています。ハーフ

マラソンで1時間56分の自己ベストも出せました。その子先生の“妥協しない行動学”とSONOKO式による健康があるからこそできたことだと思っていますが、これについてその子先生からご教示をいただきたいです。

大石 たしかに保科さんは今も本当に元気です。

竹内 販売員として私の残りの時間をどのように皆様のお役に立てることができるのかをご指導いただきたいです。



左から コールセンター 保科・トキノ会便り 編集長 瀧本・コールセンター 大石・銀座店 竹内

これからの自分の在り方と皆様へのメッセージ

瀧本 鈴木その子は21世紀の状況をまるで見通していたかのようで、今まさに“答え合わせ”をしている最中。大変な時代ですが、鈴木その子が伝えてきた本質は変わりません。それを受け継ぎ、安心して食べることができ、使うことができるSONOKOの製品を通して皆様に幸せを届けなければと胸に刻んでいます。先日より誓い新たに献立実行を始めたところです。

大石 「生きることは変わること」「5年先10年先を考える」というその子先生の教えを日々思い出しています。これからも、著書を読んだときに私が思い描いていた未来の自分を忘れずに、SONOKO式を実践していきます。そして、人生の基盤となる健康を守ることの重さと、それが巡り世の中すべてにつながる大切さを伝えたいと思います。

保科 その子先生の願いは「自分の理論を多くの人に知ってほしい」「理論に賛同してくれる人の社会的認知」「SONOKOや社員の未来が盤石である礎をつくりたい」でした。それを叶えるため、小さなことにも妥協しませんでした。その子先生の姿勢とものづくりの根幹をこれからも大切にしたいです。

竹内 SONOKOの代弁者の一人として、私の娘と同じような状態の方はもちろん、親御さんやご家族の方のために少しでも力になればと思い、銀座店で頑張っています。今は主に金土日 に在店していますので、私でよければ気軽にお声がけください。もちろん化粧品のことでも喜んでご案内します。

瀧本 激動の世の中にあって、私たちには幸せなことにSONOKOが残されています。守りと攻勢の両輪を大切に、いかに皆様のよき未来へつなぐかが私たちの課題であり使命だと考えています。

健康な毎日の生活必需品です」(大石)

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

9月のHAPPY

選ぶプレゼント

No.57342

TOKINO GG 50粒入
SO ENERGIE 4本

or

No.57341

SONOKO GG 50粒入
SO ENERGIE 4本

荘水 常凍

6本 35ml×6

各**45,000円**

税込 **48,600円**

2本 35ml×2 No.57343

5%UP **16,000円** 税込 **17,280円**

+800ポイント

「カロリーを気にする方にもパンを楽しんでいただきたい」という想いから誕生



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

その子ちゃん献立セット 常凍 No.58386

【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、無塩せきポークウィンナー、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、貝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、和膳鶏そぼろ入りうの花、和膳切り干し大根×2、和膳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

5%UP **16,230円**

+811ポイント 税込 **17,528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

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。

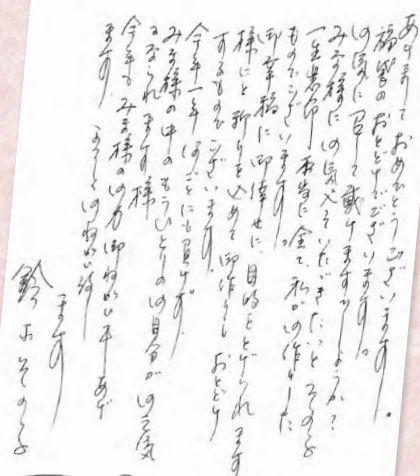
自信を持った人生を *Memorial*



トキノ会便り 編集長 瀧本のジュエリーボックス。
上段中央は八葉蓮華の指輪。鈴木その子はこの
モチーフ5枚からなる大きな花の指輪を着用



トキノ会便り 編集長
瀧本が鈴木その子から
譲られたサングラス



福袋に入っていた
オーストリッチのバッグ

鈴木その子を知るスタッフが口を揃えて証言するように、彼女は皆様を喜ばせるのが大好きでした。献立には食べる方に合わせたお便りをつけ、福袋はお届けする方にぴったりの品々を選んでメッセージもご用意。そしてスタッフには体調に合わせた食事を用意するだけでなく、そのときどきの想いをイラストとともに直筆で伝えることもしばしば。メッセージは「自信を持った人生を」のような端的な指針のこともあれば、四季折々の丁寧な挨拶のこともあり。個性豊かなイラストは、時代を経ても瀟洒な作品としかいいようがないほど見事。手元にあった紙にさらりと描くので、いわゆる“裏紙”を使うことも少なくありませんでしたが、鈴木その子からの大切な贈り物として今も多くが保管されています。これらのエピソードについて、トキノ会便り 編集長の瀧本は、「皆様を想って世話を焼かずにはいられない性格」や、周囲から“第二の母”と慕われた深い愛がうかがえる」と語ります。「その子先生にお嫁に出してもらった」と話すスタッフ保科の結婚式の媒酌人は、鈴木その子。着物から家具までたくさんの品々を揃えてもらいました。鈴木その子のそばで執筆や広報活動のサポートを担当していたトキノ会便り 編集長の瀧本は、大きな仕事を終えた後に節目の記念として装飾品を贈られることも多く、鈴木その子の審美眼がうかがえる美しいきらめきは、こんにちもイベントなどで皆様の目を楽しませています。



対談には思い出の品々を身に着けて集合。左から、鈴木その子が百貨店で仕立てた服と大きなカメオ（保科）、パールのロングネックレス（瀧本）、「一目見た瞬間に魅せられた」クレオパトラのブローチ（大石）、「涙を吸い込んでくれると先生がおっしゃっていた」水晶の涙モチーフのペンダント（竹内）

対談参加者4名が選んだ昔懐かしい品々

昔から変わらないSONOKOの基本の味をどうぞ

昔懐かし食品セット

No.57942 常 凍

- 椎茸昆布 100g
- 節味菜 50g
- 豆ちゃん(大豆の煮豆) 200g
- やわらか紀州梅干し 100g
- かつを煮 100g

定価 3,780円▼

3,300円 **480円**
税込 3,564円 **お得!**



鈴木その子の香りへの
こだわりが詰まった品々

昔懐かし 香りセット

常 凍

No.57943

- オードトワレSOU 50mL
- パルファム 7mL
- バスエッセンス ブーゲ 120mL

定価 19,800円▶ **15,000円**
税込 16,500円 **お得!**



懐かしさを感じるほんのり塩味と
粒感が絶妙なあんぱん



数量限定 この価格は今月まで

極み特大粒あんぱん

3個 No.57521 常 凍

1,650円 **1,782円**
税込 1,782円 **1%UP**



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。

\ 具材はすべて国産! / コク旨ビーフハヤシ、できました

ごはんが美味しくなる秋、新しいメニュー「黒毛和牛のビーフハヤシ」が登場します。リニューアルした「焼きフライ 海老クリームコロッケ」もお楽しみください。もちろんどちらも調理に油脂を使わないノンオイル調理です。

NEW

和洋さまざまな素材が 織りなすコク深きソース

主役のお肉は、やわらかくきめ細かな肉質の国産黒毛和牛。もも肉を中心とした赤身から、脂身をできるだけ取り除きました。玉葱もマッシュルームも国産。トマトの酸味は控えめに、ブラウンルウのコクを生かし、味噌や醤油、「淡路島玉葱と国産野菜のだしスープ」、カナダ産メープルシロップなどで風味に広がりを出し、バターや食用植物油を使わずにおつくりした、深い味わいハヤシソースをご堪能ください。ごはんにはもちろん、パンにもパスタにもよく合います。

国産黒毛和牛の 食べごたえもうれしい!

黒毛和牛の ビーフハヤシ

2袋 180g×2 No.57389

2袋 180g×2 No.57389 **2%UP** 2,160円 税込 2,332円

1袋 180g No.56934

1袋 180g No.56934 1,080円 税込 1,166円

淡路島玉葱と 国産野菜のだしスープ

「黒毛和牛のビーフハヤシ」「焼きフライ 海老クリームコロッケ」の隠し味は、さまざまな野菜の旨みをぎゅっと閉じ込めた「淡路島玉葱と国産野菜のだしスープ」。コクが出て、より奥行のある味わいに仕上がりました。

揚げてないのにサクサク! お子様にもおすすめ

焼きフライ 海老クリームコロッケ 2袋

100g (2個)×2 No.57398 常凍

2%UP 1,960円 税込 2,116円

やさしい味わいのコロッケが 食べやすいサイズになりました

自然でやさしい味わいのまろやかなクリームソースは、味噌と「淡路島玉葱と国産野菜のだしスープ」と「万能だしの素」が隠し味。海老の自然な食感やSONOKO特製のパン粉のサクサク感もお楽しみください。

ごはんを美味しくするお肉のレトルトが大集合!

肉も楽しむ レトルトセット

- **NEW** 黒毛和牛のビーフハヤシ 180g
- 国産牛の極旨牛すき丼 180g
- だし薫るかき玉風親子丼 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

No.57466

4,190円 税込 4,525円

氷温熟成®
そのこ米ごはん
2パック

揚げてないのにフライ感たっぷりの逸品が勢ぞろい 数量限定

こだわり 焼きフライセット

- 焼きフライ ハーブ豚とんかつ 135g
- 焼きフライ エビフライ 58g
- 焼きフライ コロッケ 110g (2個)
- 焼きフライ 極旨メンチカツ 85g
- 焼きフライ 海老クリームコロッケ 100g (2個)

No.57464

4,700円 税込 5,076円



私の逸品

焼きフライ

海老澤紀代子様

“大好きなコロッケがリニューアルしてうれしいです”

SONOKOの焼きフライはパン粉ひとつとってもよいもので、安心感があり、何より美味しいです。鈴木その子さんもおっしゃるように、食事は自然のものから摂るのが大切だと思います。素材や製法にこだわっている分、安定した供給が難しいのかもしれませんが、大好きな海老クリームコロッケがリニューアルで戻ってきて本当にうれしいです。

パスタもすすむ! 素材が豊かに香るSONOKOのパスタソース

バジルが爽やかに香るソースは
白身魚にかけても美味

海老と香りバジル クリームパスタソース 3袋

92g×3 No.57404 常凍

5%UP 2,640円 +132ポイント 税込 2,851円

野菜とひき肉をコトコト
煮込んで旨みを凝縮

思い出の やさしいミートソース 3袋

140g×3 No.57402 常凍

5%UP 2,130円 +106ポイント 税込 2,300円

炊き込みごはんにしても◎
そうめんや冷製パスタ風も!

国産帆立の ボンゴレ風パスタソース 3袋

100g×3 No.57401 常凍

5%UP 2,130円 +106ポイント 税込 2,300円

手づくりのクリームソースに
たらこのぷちぷち食感

国産たらこ クリームパスタソース 3袋

110g×3 No.57403 常凍

5%UP 2,310円 +115ポイント 税込 2,494円

素材が香るパスタセット

思い出のやさしいミートソース 140g×2
国産帆立のボンゴレ風パスタソース 100g×2
小麦香る生パスタ 100g×4

No.57465 常凍

定価 4,400円 ▼
4,000円 税込 4,320円400円
お得!

※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。

パスタフェア

Pasta
Fair

肌も心も幸せで満たす 秋夜の贅沢美容

季節の変わり目は、肌の乾燥や揺らぎが気になる時季です。そんなときは、いつもより丁寧な夜の贅沢美容を。肌も心も幸せなうおいで満たしましょう。



秋夜の贅沢美容 STEP 1

ザ・ソノコ セラム

肌が冴えないと感じたら、ローションから後のケアを入念に。鈴木その子が開発した美容液ステップ1とステップ2のコンセプトを1本に受け継いだSONOKO最高峰の美容液を肌にとろ〜り、たっぷりと届けましょう。年齢肌のコンディションに着目したシャルドネ果実エキス*などを配合。深呼吸したくなるようなシトラスフローラルグリーンの香りがふわりと広がって心まで満たし、輝く美しさを育みます。

〈ご使用方法〉
クレンジング・洗顔・ローションの後に
顔全体と首筋やデコルテにまでのばす

〈1回分の使用目安〉
2〜3プッシュ



ポイント 気になる部分にはもう1プッシュを

ザ・ソノコ セラム

30mL No.57367

9月のHAPPY

今月だけ! / 幸せポイントアップ

22,000円
税込 24,200円

+2,200ポイント

*ブドウ果実エキス(整肌成分)



秋夜の贅沢美容 STEP 2

ザ・ソノコ グランクリーム

ハリとツヤが足りない肌にぜひ与えたいのが、コクのあるリッチなテクスチャーがうるおいの膜で包みこむような「グランクリーム」。乾燥小じわを目立たなくする効果が効能評価試験で検証されています。夜のお手入れは、その後のメイクを気にせず、たっぷり塗るのがコツ。まずは顔全体をゆっくりハンドプレスするようにつけたら、気になる部分に重ねづけを。立ち上る優雅な香りがお手入れの時間を贅沢に彩ります。

〈ご使用方法〉
手のひらで温めてから顔全体を包みこむようにしてやさしくなじませる

〈1回分の使用目安〉
大パール2粒



ポイント 気になる目元や口元、首筋などに重ねづけを

ザ・ソノコ グランクリーム

9月のHAPPY

45g No.57377

今月だけ! / 幸せポイントアップ

25,000円
税込 27,500円

+2,500ポイント



秋夜の贅沢美容 STEP 3

ザ・ソノコ アイゾーンクリーム

「最近、顔の印象がなんだか違う」と感じるのは、目元が原因かもしれません。できてしまったシワを改善する有効成分ナイアシンアミドをはじめ、年齢を重ねた肌に届けたい美容・保湿成分もふんだんに配合した「アイゾーンクリーム」で、目元に凛とした自信と輝きを。コクがありながらも心地よくのびるテクスチャーは、デリケートな目の周りの肌に負担をかけにくく、気になる口元などにも軽やかになじみます。

〈ご使用方法〉
お手入れの最後に適切な量を指先にとりまぶたの上下に置いて目頭から目尻へ

〈両目1回分の使用目安〉
パール粒程度2粒

片目1粒
約7mm



ポイント エイジングが気になる口角やおでこにも

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.57371

2%UP

20,000円
税込 22,000円

ザ・ソノコ
ホワイトニング
エッセンス 4.5mL

秋の夜長に私をいたわる ラグジュアリーなセット

リペアローション(現品)も
付いてくる!



9月のHAPPY

- ザ・ソノコ
リペアローション 120mL
- SONOKO
ドライフェイスシート
1セット 6枚

さらに/
パステル
キルトポーチも!

秋の贅沢美容
コレクション No.57366

- ザ・ソノコ セラム 30mL
- ザ・ソノコ グランクリーム 45g
- 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

57,000円 税込 62,700円

ピンク

※色は選べません
サイズ(約):縦9.5×横13×幅4cm/
素材:ナイロン・ポリエステル

ブルー

使用例

美容寿命講座

Lesson 17 |
秋のエイジングケア*



美容スペシャリスト
SAY★GO

悩みの多い目元の肌のケアに「ナイアシンアミド」*

夏に受けたダメージが現れ、空気の乾燥や不安定な気候などと相まって肌悩みが深くなる秋。未来の美しさのためにぜひおすすしたい成分が「ナイアシンアミド」*です。「シワ改善」と「くすみ予防」*を同時に叶えるので、特に悩みの多い目元のケア

にはうってつけ。特にこの時季は「アイゾーンクリーム」で早めの対策を。顔全体にはSONOKO最高峰の美容液「ザ・ソノコ セラム」や乾燥小じわを目立たなくする効果が効能評価試験で検証された「グランクリーム」の併用をおすすめします。

*1 肌力のある肌を長く保つこと *2 年齢に応じたスキンケア *3 有効成分
*4 メラニンの生成を抑え、シミ・そばかすを防ぐ

常 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。



子どもと楽しむ / SONOKOの簡単ごはん



大好きなSONOKOの副菜を入れた
おにぎりを自分で握って誇らしそうです

3歳の娘はごはんが大好き! 食べ物の好き嫌いができましたが、副菜を入れたおにぎりなら喜んで食べてくれるので、副菜にとっても助けられています。欠かさず常備している「ごはんを食べ菜彩」「トキノ海苔の佃煮」「ひじき煮」「しらす煮」の中でも一番のお気に入りには、「ごはんを食べ菜彩」を入れたおにぎりです。彩りが可愛く、適度な塩味も好みのようで、「今日はお野菜にして!」とリクエストされます。「お手伝い」をしたい年頃なので、自分で混ぜて自分で握ることもあり、そんなときは誇らしそうに食べています。

SONOKOスタッフ 松原



ワンポイント

娘は「すずまる納豆」も大好きで、おやつとして食べるほど。納豆の色が変わるのが楽しいようで、「トキノ海苔の佃煮」を混ぜることもあります。

温めて詰めるだけの簡単六段重だから
娘と盛り付けを楽しむ余裕があります

今年の運動会のお弁当は、昨年の五段重からボリュームアップ! 新春に登場した「オレンジ重」を加えて六段重をつくりました。どんなにたくさんのおかずも、SONOKOの食品なら温めるだけなので気持ちは楽です。お肉、焼売、筑前煮、玉子焼...と順番に温めるだけ。その合間にホットサンドや野菜を準備して、最後にパスタを温めればできあがり。娘と一緒に旗やスティックを選びながら、盛り付けも楽しく♪当日は仲よしのご家族と一緒に美味しくいただきました。娘は大好きな「揚げないとりから」を真っ先に食べていました。

SONOKOスタッフ 鈴木



ワンポイント

SONOKOの重箱は毎年楽しみ! 彩りが華やかで、つくりおきや保存にも便利なので、子どものイベントだけでなくホームパーティーでも大活躍です。

彩りがたちまちアップ!
お弁当にも大活躍します

混ぜて美味しい副菜セット 常凍

●やわらか紀州梅干し 100g ●ごはんを食べ菜彩 30g
●しらす煮 50g ●節味菜 50g ●ひじき煮 100g
No.57450



320円
お得!

定価 3,200円 ▶ **2,880円** 税込 3,110円

お弁当のごはんに変化を
出したいときにいかがですか

そのこの御赤飯

15パック 常凍

150g×15 No.57557

7%UP 6,750円
税込 7,290円
+472ポイント

かみしめると大豆本来の旨みと
甘みを感じられる品のよい味わい

すずまる納豆 2セット 常凍

40g×3パック×2 No.57437

2%UP 760円 税込 820円



肉好きさんに大好评!
サクサク食感もお楽しみください

焼きフライ

極旨メンチカツ 常凍

10個

85g×10 No.57400

7%UP 5,980円
税込 6,458円
+418ポイント

6個

85g×6 No.57399

3%UP 3,980円 税込 4,298円



アレンジや飾りつけがしやすく
お子様にも不動の人気

数量限定

そのまま美味しい
肉まるくん 常凍

3袋

114g(12個)×3
No.57409

5%UP 2,280円 税込 2,462円
+114ポイント

1袋 114g(12個) No.57410

760円 税込 820円



SONOKOデー

9/1(日)~30(月)

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!

ポイント
交換で
お得!

● SONOKOデーのポイント交換について

- 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。
- 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

- 銀座店での買い物の場合
 - その場でポイント付与
 - お電話注文やオンラインショップでの買い物の場合
 - 商品が届いた時点でポイント付与
- ※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。
● オンラインショップではご利用いただけません

ポイント交換アイテム 数量限定

275,000 ポイント

ザ・ソノコウォーター

THE SONOKO BATHWATER

【浴室用浄水器】

No.57529 常凍

サイズ:幅23×奥行14×高さ38cm(ジョイントA付き)/付属品:シャワーホース・フィルター・シャワーヘッド・プレホース(ジョイントB付き)・バックン予備(2個)・取扱説明書



23,000円
相当お得!

単独発送

170,000 ポイント

ザ・ソノコウォーター

THE SONOKO WATER

【キッチン用浄水器】

No.57528 常凍

サイズ:幅18.4×奥行6.9×高さ23.1cm/付属品:切替コック・切替コック取付用アダプター・給水ホース2本・ミネラルボックス・ミネラルボックスカバー・カートリッジ・ITB・取扱説明書※ミネラルボックス・ミネラルボックスカバー・カートリッジ・ITBは本体ユニット内にセットされています



10,000円
相当お得!

単独発送

27,000 ポイント

ザ・ソノコ セラム & ホワイトマスクセット

●ザ・ソノコ セラム 30mL
●ザ・ソノコ ホワイトマスク 90g
No.57530 常凍



4,000円
相当お得!

21,600 ポイント

YUTAKAMI 2袋

機能性表示食品 90日分

135粒×2 No.57527 常凍



2,400円
相当お得!

21,300 ポイント

スーパー
モイスチャー
クリームR

50g No.57531 常凍



3,700円
相当お得!

17,800 ポイント

常温グルメ献立セット

詳しくは14面へ

No.57532 常凍



2,000円
相当お得!

11,500 ポイント

SONOKO
G.Gロゼ

150粒 No.57535 常凍



2,500円
相当お得!

10,000 ポイント

ホワイトストリーム

30mL No.57541 常凍



3,000円
相当お得!

7,000 ポイント

パルファム

7mL No.57536 常凍



3,000円
相当お得!

6,600 ポイント

3Dデザインセラム

30g No.57537 常凍



2,400円
相当お得!

5,000 ポイント

オードトワレSOU

50mL No.57538 常凍



2,000円
相当お得!

5,000 ポイント

TOKINO G.G
50粒入

50粒 No.57534 常凍

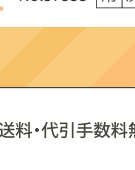


1,000円
相当お得!

5,000 ポイント

SONOKO GG
50粒入

50粒 No.57533 常凍



1,000円
相当お得!

1,750 ポイント

からだ想いの
鶏スープ 3袋

200g×3 No.57539 常凍

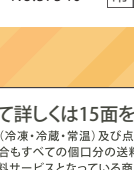


530円
相当お得!

1,300 ポイント

有機フルーツ+
野菜100 6本

190g×6 No.57540 常凍



380円
相当お得!

※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。

化粧品

秋の夜長に肌と心を幸せなうるおいで満たす
ラグジュアリーなスキンケアを

秋の贅沢美容コレクション

ザ・ソノコ セラム 30mL
ザ・ソノコ グランクリーム 45g
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

No.57366 57,000円
税込 62,700円



※色は選べません
サイズ(約):縦9.5×横13×幅4cm/
素材:ナイロン・ポリエステル

使用例

ピンク

ブルー

SONOKOが誇る最高峰の美容液

ザ・ソノコ セラム

30mL
No.57367

9月のHAPPY

10%UP
+2,200ポイント
22,000円
税込 24,200円

長年支持されてきたSTEP1とSTEP2の美容成分を受け継ぎながら、クイーンオブホワイト®をシリーズ最高濃度で配合。さまざまな肌悩みに応えます。

SONOKO 最高峰の
エイジングケア美容クリーム

ザ・ソノコ グランクリーム

45g
No.57377

9月のHAPPY

10%UP
+2,500ポイント
25,000円
税込 27,500円

クイーンオブホワイト®をはじめ、美容成分を惜しみなく配合。乾燥による小じわを目立たなくする効果が効能評価試験にて検証された美容クリームです。

真皮まで深く効いて
そのシワを改善!

ザ・ソノコ
アイゾーンクリーム
2本

プレゼント

ザ・ソノコ
ホワイトニング
エッセンス
4.5mL

【薬用シワ改善部分用クリーム】
20g×2 No.57371

2%UP
20,000円
税込 22,000円

年齢を感じやすい目元の
エイジングケアにフォーカ
スしたクリームで表情ま
で明るくいきいきと。



プレゼント

ザ・ソノコ
ホワイトニング
エッセンス
4.5mL

ザ・ソノコ
クレンジングクリーム 2本

120g×2 No.57369
8%UP
+1,120ポイント
14,000円
税込 15,400円

とろけるように肌になじんで毛穴に
入り込み、メイクや皮脂をするり。



プレゼント

ザ・ソノコ
ホワイトニング
エッセンス
4.5mL

ザ・ソノコ
ウォッシングフォーム 2本

100g×2 No.57370
2%UP
14,000円
税込 15,400円

濃密泡が古い角質や汚れをしっ
かりオフ。洗い上がりはしっとり。



プレゼント

ザ・ソノコ
バランシング
ミルク
10mL

ザ・ソノコ
ホワイトニングローション 2本

【薬用美白化粧水】120mL×2 No.57373
2%UP
14,400円
税込 15,840円

高い保湿力の薬用美白化
粧水で、みずみずしい肌へ。



プレゼント

ザ・ソノコ
バランシング
ミルク
10mL

ザ・ソノコ
リペアローション 2本

120mL×2 No.57374
2%UP
14,400円
税込 15,840円

美容成分を複合的に配合。肌をうるおい、
次に使うスキンケアを浸透しやすく。

白く輝く肌のケアは
秋こそ抜かりなく!

プレゼント

ザ・ソノコ
バランシング
ミルク
10mL

ザ・ソノコ
ホワイトニングエッセンス 2本

【薬用美白美容液】
30mL×2 No.57375
2%UP
24,000円
税込 26,400円

明るく肌へ導くビタミンC誘導体*1を配合。べたつかない
さらりとした使い心地で、みずみずしく輝く美しさへ。



プレゼント

ザ・ソノコ
ホワイトニング
エッセンス
4.5mL

ザ・ソノコ
リペアエッセンス 2本

【薬用シワ改善美容液】30mL×2 No.57368
3%UP
24,000円
税込 26,400円

2つの有効成分*2が多角的にアプロ
チ。シワを改善して美しいハリ肌へ。



プレゼント

ザ・ソノコ
ホワイトニング
エッセンス
4.5mL

ザ・ソノコ
バランシングミルク 2本

80mL×2 No.57376
2%UP
20,000円
税込 22,000円

3種類のセラミド配合*3。豊かなうるお
いで肌を包み込み、もっちりハリ肌へ。



プレゼント

ザ・ソノコ
バランシング
ミルク
10mL

ザ・ソノコ
ホワイトマスク 2本

90g×2 No.57372
2%UP
18,000円
税込 19,800円

乾燥や古い角質による大人のくすみやに
ごり肌に、うるっと艶めく輝きのケアを。



ACNローション

60mL No.57381
3%UP
2,500円
税込 2,750円

皮脂をケアしベタつきのないサラリとし
た肌へ。化粧水の前にお使いください。



＼どれを買ってももらえる／

プレゼント

UVスキン
プロテクター
1mL

SONOKOファンデーション

さっぱりタイプ 12g No.57362
しっとりタイプ 15g No.57365
2%UP
各 5,000円
税込 5,500円



ボディクリームR 2本

220g×2 No.57379
5%UP
+350ポイント
7,000円
税込 7,700円

保湿とトリートメント効果が、うるおい
のある素肌に。乾燥予防にもおすすめ。



ボディジェル 2本

150g×2 No.57380
5%UP
+280ポイント
5,600円
税込 6,160円

うるおいで満たしながら、さらっとみずみ
ずしいつけ心地のジェルタイプクリーム。

バスエッセンス
ブーケ 2本

120mL×2 No.57378
5%UP
+280ポイント
5,600円
税込 6,160円

薬用ハンド
ウォッシュ 2本

200mL×2 No.57388
5%UP
+100ポイント
2,000円
税込 2,200円

鈴木その子のこだわりが詰まった
優雅で上質な香りの品々

昔懐かし香りセット

オードトフレSOU 50mL
パルファム 7mL
バスエッセンス ブーケ 120mL
No.57943

19,800円
15,000円
4,800円も
お得!
税込 16,500円

ふっくら艶めく
ぷるぷるの唇へ

NEW



セレクト ※写真はリッチレッドです

エポラーシェ
モイスチャーリップ

ピンクベージュ No.57854
リッチレッド No.57855

各 3,800円
税込 4,180円

ハーブやヒアルロン酸な
どを配合。荒れやすい方
にもおすすめ。

ユタカミ
YUTAKAMIシリーズ

プレゼント

YUTAKAMI
シャンプー
10mL 2袋

シャンプー 2本

400mL×2 No.57385
7,800円
税込 8,580円

髪と頭皮に刺激の少ない
成分ですっきり洗浄。



プレゼント

YUTAKAMI
ヘアパック
10g 2袋

ヘアパック 2本

180g×2 No.57387
9,600円
税込 10,560円

髪と頭皮の内部*4に浸透
してダメージを補修。



プレゼント

YUTAKAMI
コンディショナー
10mL 2袋

コンディショナー 2本

400mL×2 No.57386
9,000円
税込 9,900円

キューティクルをコーティ
ング補修してツヤ美髪に。

マイルド
コンディショニング
シャンプー 2本

480mL×2 No.57384
3%UP
9,000円
税込 9,900円

ノンシリコン、弱酸性で家族で
使えるリンス不要のシャンプー。

ヘアカラー
トリートメント

※写真は
ダークブラウンです
ダークブラウン 2本
200g×2 No.57382
ブラック 2本
200g×2 No.57383

5%UP
+300ポイント
各 6,000円
税込 6,600円

※エイジングケアとは年齢に応じたスキンケアのこと ※美白・白くとはメラニンの生成を抑え、シミ・そばかすを防ぐこと ※浸透とは角質層まで ※クイーンオブホワイト®とは混合植物エキス / 保湿・整肌成分のこと
*1 L-アスコルビン酸2-グルコシド(有効成分) *2 ナイアシナミド、グリチルリチン酸ジカリウム *3 セラミドAP/セラミドNG/セラミドNP(保湿成分) *4 頭皮は角質層まで

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 0120-88-7878

(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

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。

サプリメント

TOKINO G.G 常凍
6本 180粒×6 No.57346
114,000円
税込 123,120円

プレゼント
1本あたり **19,000円**
1本 1本
TOKINO G.G
50粒入

3本 常凍
180粒×3 No.57347
57,000円
税込 61,560円

プレゼント
TOKINO G.G
50粒入

1本 常凍
180粒 No.57348
20,000円
5%UP +1,000ポイント 税込 21,600円

50粒入 常凍
50粒 No.57361
6,000円
税込 6,480円

プレゼント
SO ENERGIE
2本

SONOKO GG 常凍
6本 180粒×6 No.57349
114,000円
税込 123,120円

プレゼント
1本あたり **19,000円**
1本 1本
SONOKO GG
50粒入

3本 常凍
180粒×3 No.57350
57,000円
税込 61,560円

プレゼント
SONOKO GG
50粒入

1本 常凍
180粒 No.57351
20,000円
5%UP +1,000ポイント 税込 21,600円

50粒入 常凍
50粒 No.57360
6,000円
税込 6,480円

プレゼント
SO ENERGIE
2本

SONOKO G.G口ゼ 常凍
3本 150粒×3 No.57357
40,000円
5%UP +2,000ポイント 税込 43,200円

9月のHAPPY
選ぶプレゼント
1本あたり **7,500円**
1本 1本
各 **45,000円**
税込 48,600円

2本 35ml×2 No.57343
16,000円
5%UP +800ポイント 税込 17,280円

荘水&能活生活セット 常凍
荘水 35ml
能活生活 30粒 No.57344
15,000円
7%UP +1,050ポイント 税込 16,200円

荘水&ありがとう乳酸菌セット 常凍
荘水 35ml
ありがとう乳酸菌 10ml(液体タイプ)×15包 No.57345
13,800円
7%UP +966ポイント 税込 14,904円

YUTAKAMI 常凍 機能性表示食品
2袋 90日分 135粒×2 No.57355
24,000円
税込 25,920円

プレゼント
トキノのり 1袋

1袋 45日分 135粒 No.57356
12,000円
3%UP 税込 12,960円

SO ENERGIE 常凍
3箱30本 50ml×30 No.57359
12,000円
7%UP +840ポイント 税込 12,960円

1箱10本 50ml×10 No.57358
4,000円
3%UP 税込 4,320円

能活生活 2箱 常凍
30粒×2 No.57352
14,000円
5%UP +700ポイント 税込 15,120円

記憶する力「脳内物質」に着目。
冴えとひらめきにアプローチ。

ありがとう乳酸菌 2箱 常凍
10ml(液体タイプ)×15包×2 No.57353
11,600円
5%UP +580ポイント 税込 12,528円

「乳酸菌生成エキス」が理想的な身体環境に整えます。

がんばれ善玉菌 2箱 常凍
5.5g(粉末タイプ)×30包×2 No.57354
6,000円
5%UP +300ポイント 税込 6,480円

善玉菌のエサとなる栄養素をSONOKO独自のバランスで配合。

食品

数量限定 9月のごちそう 詰め合わせセット
高知県産うなぎの蒲焼(たれ・山椒付き) 70g
海の幸マカロニグラタン 300g
焼きフライ ハーブ豚とんかつ 135g
米粉ロールケーキ チョコ 1箱(3切)
常凍 No.57519
6,700円
税込 7,236円

数量限定 9月のパンセット
極みメロンパン 1個
極みコナッツパン 1個
フレンチトースト 1袋(2切)
極み厚切り山型パン 3枚切
極みカレーパン 1個
極みナン 1枚 100g
常凍 No.57520
3,000円
税込 3,240円

数量限定 放牧豚のしゃぶしゃぶ肉セット(ごまだれ付き)
ももスライス200g・ローススライス150g・ごまだれ200g No.57411
2,900円
5%UP +145ポイント 税込 3,132円

安心・安全な飼料で育てられた豚肉と特製ごまだれが好相性。

数量限定 牛肉と春雨のチャプコギ 2袋
180g×2 No.57415
2,640円
3%UP 税込 2,851円

国産の牛もも肉と野菜、春雨をキムチちゃんを用いたタレで味付け。

数量限定 そのままで美味しい肉まるくん
3袋 114g(12個)×3 No.57409
2,280円
5%UP +114ポイント 税込 2,462円

1袋 114g(12個) No.57410
760円 税込 820円

焼きフライ 極旨メンチカツ 10個 85g×10 No.57400
5,980円
7%UP +418ポイント 税込 6,458円

6個 85g×6 No.57399
3,980円
3%UP 税込 4,298円

常凍 国産肉100% 照り焼きソースハンバーグ 2袋
240g×2 No.57413
2,240円
3%UP 税込 2,419円

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。

常凍 国産肉100% 直火焼きハンバーグ 2個
120g×2 No.57414
1,920円
3%UP 税込 2,073円

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ました。

常凍 国産牛の極旨牛すき丼 2袋 180g×2 No.57408
1,760円
2%UP 税込 1,900円

国産黒毛和牛の赤身肉を使用。甘い特製のタレはごはんによく合う逸品。

常凍 ミニハンバーグと白菜のクリームスープ 2袋
250g×2 No.57470
1,800円
3%UP 税込 1,944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。

常凍 豚どんセット 2袋
2食分(豚肩ローススライス160g・タレ50g)×2 No.57412
1,800円
3%UP 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。

常凍 豚の味噌焼きセット 2袋
2食分(豚モモスライス160g・タレ50g)×2 No.57416
1,560円
3%UP 税込 1,684円

甘辛味噌ダレが豚モモ肉の赤身の美味しさを引き出します。

常凍 焼豚 2袋 120g×2 No.57417
3,000円
2%UP 税込 3,240円

脂身の少ない部位を使用。甘さほどよい焼豚。

常凍 スライスハム 2袋 80g×2 No.57421
1,480円
2%UP 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。

※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

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。



和洋さまざまな素材が織りなす
コク旨ビーフハヤシが完成

黒毛和牛のビーフハヤシ

2袋 180g×2 No.57389 **2%UP** **2,160円** 税込 **2,332円**
1袋 180g No.56934 **1,080円** 税込 **1,166円**

主役のお肉は、国産黒毛和牛の赤身肉。玉葱もマッシュルームも国産です。トマトの酸味は控えめに、味噌や醤油、「淡路島玉葱と国産野菜のだしスープ」、メープルシロップなどで風味に広がりを出しました。

無塩せき ポークウイナー

プレーン 2袋 100g(4本)×2 No.57405
スパイシー 2袋 100g(4本)×2 No.57406
ハーブ 2袋 100g(4本)×2 No.57407
各定価 **1,680円**▼
1,400円 税込 **1,512円** **280円** お得!



鶏とマッシュルームの マカロニグラタン 2個

320g×2 No.57390 **3%UP** **3,700円** 税込 **3,996円**
鶏肉、玉葱、マッシュルーム、アクセントのバセリも国産。マカロニのボリューム感もうれしいグラタンです。



鶏肉のやわらか煮 ～オレンジ風味～ 2袋

200g×2 No.57432 **3%UP** **2,400円** 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。



手こねなんこつ入り つくね 2袋

120g×2 No.57420 **3%UP** **1,200円** 税込 **1,296円**
材料のこねから成形まで手づくり。みっちりとした食感が魅力。



だし薫るかき玉風親子丼 30袋 200g×30 No.57419 **22,500円** 税込 **24,300円**
だし薫るかき玉風親子丼 1袋

3袋 200g×3 No.57418 **3%UP** **2,250円** 税込 **2,430円**



北海の恵みごちそう丼 3袋 2食分(93g×2)×3 No.57396 **3%UP** **6,600円** 税込 **7,128円**

1袋 2食分(93g×2) No.57397 **2,200円** 税込 **2,376円**



数量限定 こだわり 焼きフライセット

焼きフライ ハーブ豚とんかつ 135g
焼きフライ エビフライ 58g
焼きフライ コロッケ 110g(2個)
焼きフライ 極旨メンチカツ 85g
焼きフライ 海老クリームコロッケ 100g(2個)
4,700円 税込 **5,076円**



焼きフライ 海老クリームコロッケ 2袋

100g(2個)×2 No.57398 **2%UP** **1,960円** 税込 **2,116円**

まるやかなクリームソースを手作業で分割して、自然な食感を残した海老を入れて手包みした、サクサク食感の焼きフライ。



秋鮭の塩麹漬け焼き3切

210g(3切) No.57425 **2%UP** **1,500円** 税込 **1,620円**
北海道で獲れた秋鮭を塩麹で味付け。やわらかく旨みたっぷり。



真だらの味噌漬け焼き3切

210g(3切) No.57426 **2%UP** **1,500円** 税込 **1,620円**
北海道で獲れた真だらを生味噌とみりんで調味。甘辛さが絶妙。



国産真さばの 味噌煮 3袋

83g×3 No.57424 **3%UP** **1,440円** 税込 **1,555円**
SONOKOの生味噌を生かした味噌ダレで風味豊かに。



国産真いわしの しょうが煮 3袋

73g×3 No.57423 **3%UP** **1,200円** 税込 **1,296円**



数量限定 バーガーセット

焼きフライ コロッケ 110g(2個)
国産肉100%
直火焼きハンバーグ 120g
金華さばのスモーク風味 85g
バーガーパンズ 3個
3,000円 税込 **3,240円**



肉も楽しむ レトルトセット

NEW 黒毛和牛のビーフハヤシ 180g
国産牛の極旨牛すき丼 180g
だし薫るかき玉風親子丼 200g
ノンオイル調理 黄色いビーフカレー 辛さ★★★★ 200g
ノンオイル調理 マイルドチキンカレー 辛さ☆☆☆☆ 200g
4,190円 税込 **4,525円**
氷温熟成® そのこ米ごはん 2パック



ノンオイル調理 タイレッドカレー 2袋

辛さ★★★★☆ 200g×2 No.57428 **2%UP** **1,560円** 税込 **1,684円**
7種類のスパイスをブレンドした奥深い味わい。



ノンオイル調理 キーマカレー 2袋

辛さ★★★★☆ 120g×2 No.57427 **2%UP** **1,400円** 税込 **1,512円**
国産の豚肉や玉葱など、のべ30種類以上の食材による奥深い味。



クリームカレー 2袋

200g×2 No.57472 **2%UP** **1,800円** 税込 **1,944円**
スパイシーなオリジナルブレンドのカレー粉と鶏もも肉の旨みが絶妙。



白いカレー 2袋

200g×2 No.57471 **2%UP** **1,800円** 税込 **1,944円**
11種のスパイスをバランスよくブレンドしたスパイシーなカレー。



ノンオイル調理 黄色い ビーフカレー 2袋

200g×2 No.57429 **2%UP** **1,560円** 税込 **1,684円**



ノンオイル調理 マイルドチキンカレー

30袋 200g×30 No.57431 **21,000円** 税込 **22,680円**
2袋 200g×2 No.57430 **2%UP** **1,400円** 税込 **1,512円**



ポーク カレー 2袋

200g×2 No.57469 **2%UP** **1,400円** 税込 **1,512円**



チキン カレー 2袋

200g×2 No.57468 **2%UP** **1,400円** 税込 **1,512円**



素材が香る パスタセット

思い出のやさしいミートソース 140g×2
国産帆立のボンゴレ風パスタソース 100g×2
小麦香る生パスタ 100g×4
4,400円▶**4,000円** 税込 **4,320円**



海老と香りバジルクリーム パスタソース 3袋

92g×3 No.57404 **5%UP** **2,640円** +132ポイント 税込 **2,851円**
香りのよいバジルと海老とまろやかなソースの美味しいハーモニー。



国産たらこクリーム パスタソース 3袋

110g×3 No.57403 **5%UP** **2,310円** +115ポイント 税込 **2,494円**
ソースのクリーミーな舌ざわりとたらこのぶちぶち食感がたまらない!



思い出のやさしい ミートソース 3袋

140g×3 No.57402 **5%UP** **2,130円** +106ポイント 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。



国産帆立のボンゴレ風 パスタソース 3袋

100g×3 No.57401 **5%UP** **2,130円** +106ポイント 税込 **2,300円**
国産帆立や野菜にkokのあるソースを絡めました。

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



北海道かぼちゃの
デザートポタージュ
3袋 160g×3 No.57460
5%UP **1,440円**
+72ポイント 税込 1,555円

ほっくり肉厚の北海道産えびすかぼちゃを丁寧に裏ごしたなめらかな口あたり。



北海道ごぼうポタージュ
3袋 160g×3 No.57461
5%UP **1,440円**
+72ポイント 税込 1,555円

バターは使わず、味噌を隠し味に、ごぼう本来の素朴な味わいに。



からだ想いの鶏スープ
30袋 200g×30 No.57476
22,800円
税込 24,624円

2袋 200g×2 No.57477
2%UP **1,520円**
税込 1,641円



国産具材の筑前煮
2袋 115g×2 No.57438
2%UP **1,460円**
税込 1,576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。



具だくさんミネストローネ
3袋 150g×3 No.57458
5%UP **1,350円**
+67ポイント 税込 1,458円

9種の野菜がたっぷり！彩り鮮やかなトマトベースのスープ。



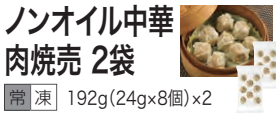
北海道にんじんポタージュ 3袋
150g×3 No.57459
5%UP **1,350円**
+67ポイント 税込 1,458円

にんじんと玉葱の甘みを引き出したクリーミーなポタージュスープ。



国産小松菜のみそ汁
60袋 4.5g(フリーズドライ)×60 No.57462
900円お得!
定価 9,000円 ▶ **8,100円**
税込 8,748円

お湯を注げばすぐできる国産小松菜のおみそ汁。



ノンオイル中華肉焼売 2袋
192g(24g×8個)×2 No.57452
3%UP **1,900円**
税込 2,052円



ノンオイル中華中華丼 3袋
180g×3 No.57453
3%UP **2,340円**
税込 2,527円



だしが美味しいおでん
2袋 400g×2 No.57439
2%UP **1,460円**
税込 1,576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◎！



国産具材の筑前煮
2袋 115g×2 No.57438
2%UP **1,460円**
税込 1,576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。



思い出のやさしい玉子焼 2袋
10個(500g)×2 No.57433
3%UP **3,100円**
税込 3,348円

国産鶏卵の風味を生かした甘く素朴な味付け。



和膳真ダコとエビの黄身酢和え 2袋
50g×2 No.57435
2%UP **900円**
税込 972円

サッパリとした味わいの黄身酢和え。



和膳ほうれん草としめじのおひたし 2袋
50g×2 No.57434
2%UP **900円**
税込 972円

具材の味わいを引き立てる深みのあるだして味付け。



すずまる納豆 2セット
40g×3パック×2 No.57437
2%UP **760円**
税込 820円

小粒で癖がないすずまるの納豆、大豆本来の旨みと甘みを味わえます。



昆布水のもと 2袋
30g×2 No.57455
3%UP **1,560円**
税込 1,684円

細切りカットの北海道産の真昆布。昆布水やお料理のだしに便利。



生わかめ 2袋 常凍
200g×2 No.57436
2%UP **1,700円**
税込 1,836円

乾わかめ 2袋 常凍
30g×2 No.57454
2%UP **1,700円**
税込 1,836円



トキノり 2袋
乾燥生のり 50g×2 No.57456
5%UP **6,560円**
+328ポイント 税込 7,084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。



トキノ海苔の佃煮 2個
110g×2 No.57451
3%UP **1,700円**
税込 1,836円

「トキノのり」を贅沢に使用。甘辛い味付けでごはんが進む。



いんげん豆の煮豆 2袋
200g×2 No.57449
3%UP **1,160円**
税込 1,252円

しらす煮 2袋 常凍
50g×2 No.57447
2%UP **1,300円**
税込 1,404円



混ぜておいしい副菜セット
やわらか紀州梅干し 100g
ごはんを食べ菜彩 30g
しらす煮 50g
節味菜 50g
ひじき煮 100g
常凍 No.57450
定価 3,200円 ▶ **2,880円**
税込 3,110円



帆立しぐれ煮 2袋 常凍
100g×2 No.57448
3%UP **2,000円**
税込 2,160円



茎わかめ煮 2袋 常凍
100g×2 No.57445
2%UP **920円**
税込 993円



椎茸昆布 2袋 常凍
100g×2 No.57446
2%UP **1,520円**
税込 1,641円



北海道産小豆のゆであずき 2個
常凍 190g×2 No.57473
3%UP **1,560円**
税込 1,684円



昔懐かし食品セット
椎茸昆布 100g
節味菜 50g
豆ちゃん(大豆の煮豆) 200g
やわらか紀州梅干し 100g
かつを煮 100g
常凍 No.57942
定価 3,780円 ▶ **3,300円**
税込 3,564円



氷温熟成® そのこ米ごはん
1箱 36パック 常凍
送料 ¥0 単独発送
ササニシキ180g×36 No.57443
5%UP **10,800円**
+540ポイント 税込 11,664円



ササニシキ 3パック
ササニシキ180g×3 No.57444
2%UP **900円**
税込 972円



そのこの御赤飯 15パック
150g×15 No.57557
7%UP **6,750円**
+472ポイント 税込 7,290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。



極み特大粒あんぱん 3個
No.57521
1%UP **1,650円**
税込 1,782円

ほんのり塩味と粒感が絶妙な粒あんが大好評。



小麦香る生パスタ 3袋
100g×3 No.57440
3%UP **1,170円**
税込 1,263円

甘みのある小麦本来の風味、コシがあってももちもちの食感を堪能。



らーめん風 6袋 常凍
230g(特製スープ付き)×6 No.57442
5%UP **2,600円**
+130ポイント 税込 2,808円



釜揚げうどん 6袋 常凍
250g×6 No.57441
5%UP **1,600円**
+80ポイント 税込 1,728円



自家製粉そば粉のなま蕎麦 3袋
100g×3 No.57392
3%UP **1,280円**
税込 1,382円

1袋 100g No.57391
1%UP **480円**
税込 518円



追い麴仕立ての生味噌 2個
500g×2 No.57457
3%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。



万能だしの素 6袋
120g×6 No.57475
5%UP **3,760円**
+188ポイント 税込 4,060円

あさり風味が効いただしの素。ひと振りすれば料理の味がグンとアップ。



再仕込み醤油 3本 常凍
360ml×3 No.57489
3%UP **2,180円**
税込 2,354円

便利つゆ 3本 常凍
300ml×3 No.57491
2%UP **2,180円**
税込 2,354円



和風ノンオイルドレッシング 3本 常凍
200ml×3 No.57474
2%UP **1,580円**
税込 1,706円

その子トマト 2本 常凍
400g×2 No.57490
5%UP **1,660円**
+83ポイント 税込 1,792円



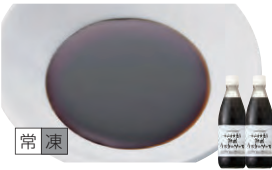
キムチちゃん 2個 155g×2 No.57492
5%UP **1,800円**
+90ポイント 税込 1,944円

銀座店 寺田

ISONOKOオリジナルレシピ/
イワシとキムチのピリ辛和風パスタ
【キムチちゃんレシピ】
①便利つゆ(10ml)、淡路島産玉葱だしスープ(5g)、
純米酢(5ml)、キムチちゃん(7g)、ハーブソルト、黒胡椒、
七色唐辛子・各適量を混ぜ合わせる
②真いわしの生煮(1袋)をほぐす ③下処理した大葉
(1枚)を千切りにする
④①と②をボウルで混ぜ合わせ、茹でたスパゲッティ
(1袋)とあえる
⑤④をお皿に盛り、仕上げに大葉をのせて完成

※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

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。



スパイス香る熟成
ウスターソース 2本

360mlx2 No.57494 **3%UP** **1,460円**
税込 1,576円

野菜の旨みと甘みを凝縮。
料理の隠し味にも活躍。



国産小麦粉 2袋

1kg×2 No.57493 **7%UP** **1,160円**
+81ポイント 税込 1,252円

産地が明確な国産小麦100%。
小麦本来の味わいで料理に最適。



七色唐辛子 2個 常凍

25g×2 No.57496 **2%UP** **2,340円**
税込 2,527円

あらびき
黒こしょう 2個 常凍

30g×2 No.57495 **2%UP** **1,460円**
税込 1,576円



季節のめぐみ
国産いちごジャム 2個

150g×2 No.57504 **3%UP** **1,960円**
税込 2,116円

国産とちおとめを蒸気釜
で丁寧に煮詰めました。



北海道
みるくジャム 2個 常凍

150g×2 No.57502 **3%UP** **1,960円**
税込 2,116円

北海道
みるくジャム チョコ 2個 常凍

150g×2 No.57503 **3%UP** **2,160円**
税込 2,332円



緑茶 2袋 常凍

5g×5個×2 No.57510 **3%UP** **2,000円**
税込 2,160円

ほうじ茶 2袋 常凍

2g×10個×2 No.57511 **3%UP** **1,700円**
税込 1,836円



その子ブレンド
浅煎り珈琲 2袋

挽き豆200g×2 No.57507 **3%UP** **3,080円**
税込 3,326円

風味を生かすため、6種類の豆ごとに
焙煎。浅煎りなのに贅沢なコクと香り。



その子珈琲
深煎りブレンド 2袋

挽き豆200g×2 No.57508 **3%UP** **3,600円**
税込 3,888円

ほどよいコクと苦み、クリアな後味
のSONOKOオリジナルブレンド。



その子珈琲アイスブレンド
コーヒー 6本

1000ml×6 No.57509 **5%UP** **7,800円**
+390ポイント 税込 8,424円

香り高いアラビカ種コーヒー豆100%。
濃厚なコクとクリアな後味。



数量限定
レモンサイダー 24本 常凍

200ml×24 No.57500 **10%UP** **8,160円**
+816ポイント 税込 8,812円

6本 200ml×6 No.57501 **2%UP** **2,040円**
税込 2,203円



米麴と酒粕のあま酒 12袋 常凍

160g×12 No.57506 **5%UP** **4,200円**
+210ポイント 税込 4,536円

6袋 160g×6 No.57505 **3%UP** **2,100円**
税込 2,268円



国産茶葉
ウーロン茶 2袋 常凍

2.5g×10個×2 No.57513 **3%UP** **2,400円**
税込 2,592円

国産茶葉
プーアル茶 2袋 常凍

2.5g×10個×2 No.57512 **3%UP** **2,400円**
税込 2,592円



有機ジンジャー
りんごとすだち 2本

有機しょうがシロップ(濃縮)
310g(4〜6倍希釈)×2 No.57498 **7%UP** **3,000円**
+210ポイント 税込 3,240円

すべて有機原料を使用した生姜ドリンクの素。



有機フルーツ+野菜100
6本 常凍

190g×6 No.57497 **5%UP** **1,680円**
+84ポイント 税込 1,814円

果汁84%で、飲みやすくさ
らりとした口当たりです。



本格麦焼酎力松 2本 常凍

720ml×2 No.57514 **5%UP** **5,800円**
+290ポイント 税込 6,380円

国産の二条大麦と麦麴、地下深
層水を使用。キレの良い味わい。



銀座でその子ビール 6本 常凍

330ml×6 No.57515 **5%UP** **3,900円**
+195ポイント 税込 4,290円

国産の麦とホップを使用した、苦味
と深いコクのピルスナービール。



セレクト 常凍
XYZ(サイズダウン) 1箱 24本

500ml×24 No.57499 **1%UP** **6,240円**
税込 6,739円

水の分子集団をサイズダウンさせ
た天然水をカラダのすみずみに。



数量限定
ミックスポン菓子 2袋 常凍

80g×2 No.57483 **5%UP** **1,580円**
+79ポイント 税込 1,706円

1袋 80g No.57484 **3%UP** **790円**
税込 853円



数量限定
せんべい ごま 2袋 常凍

6枚×2 No.57481 **3%UP** **1,760円**
税込 1,900円

1袋 6枚 No.57482 **880円**
税込 950円



せんべい しょうゆ 2袋 常凍

6枚×2 No.57480 **3%UP** **1,760円**
税込 1,900円

伝統の製法で焼き上げた
香ばしいしょうゆせんべい。



せんべい ざらめ 2袋 常凍

6枚×2 No.57479 **3%UP** **1,760円**
税込 1,900円

しょうゆだれが引き立てる
懐かしいざらめの甘さ。



数量限定
桜葉薫る道明寺 2袋 常凍

200g(4個)×2 No.57487 **3%UP** **1,560円**
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。



濃厚ガトーショコラ 2個 常凍

No.57393 **3%UP** **3,200円**
税込 3,456円

カカオを55%も使った、苦みと
甘みのバランスのよさをご堪能
いただける国産クーベルチュ
ールが主役。膨張剤や油脂
を加えず、すべての工程で細や
かな工夫を重ね、生チョコのよ
うな口どけに仕上げました。



その子のどら 4個 常凍

No.57486 **3%UP** **1,560円**
税込 1,684円

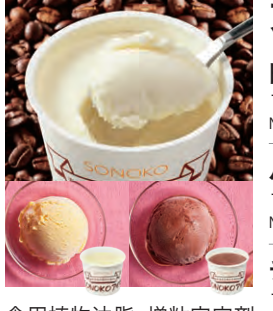
特製粒あんを、油脂無配合で焼
いた生地で挟んだ冷凍どら焼き。



栗まん 6袋 常凍

1袋(2個)×6 No.57488 **3%UP** **2,040円**
税込 2,203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。



アイス 常凍

白いコーヒー10個 120ml×10 No.26741 **5,000円**
税込 5,400円

パニラ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

パニラ&チョコ各5個 パニラ120ml×5 チョコ120ml×5 No.9264 **5,000円**
税込 5,400円

●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。●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。

※オンラインショップでの取扱いはございません ※アイスの表示価格には保冷容器・ドライアイス代が含まれています



みたらし団子 3袋 常凍

200g(5本)×3 No.57485 **7%UP** **2,280円**
+159ポイント 税込 2,462円

国産うるち米を使用。風味豊かな
団子に、甘辛いタレをたっぷり。



黒蜜風味ようかん 2袋 常凍

240g(20g×12本)×2 No.57478 **3%UP** **1,600円**
税込 1,728円

国産小豆を3種類の砂糖で
炊いた、コク深い味わいです。

●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」をご自宅で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 9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	9/1(日)～ 9/15(日)	9/2(月)～
第2週	9/8(日)～ 9/22(日・祝)	9/9(月)～
第3週	9/15(日)～ 9/29(日)	9/16(月・祝)～
第4週	9/22(日・祝)～10/6(日)	9/23(月・振)～

お申し込み受付期間
9/11(水)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。

プレゼント



その子珈琲
アイスブレンドコーヒー 2本

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



お肉も海の幸も大充実!黒毛和牛のビーフハヤシも!

常凍

数量限定 9月の1週間グルメセットA No.57522

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】スパイシーチキン、焼きフライ ハーブ豚とんかつ、国産肉100%直火焼きハンバーグ、**NEW** 黒毛和牛のビーフハヤシ、鶏とマッシュルームのマカロニグラタン、スライスハム、手ごねなんこつ入りつくね、焼きフライ エビフライ、秋鮭の塩麹漬け焼き、国産真さばの味噌煮、思い出のやさしいミートソース、国産帆立のボンゴレ風パスタソース、北海道かぼちゃのデザートポタージュ、国産豚肉100%ミートオムレツ、和膳鶏そぼろ入りうの花、和膳切り干し大根、和膳ひじきの煮物、和膳さんびらごぼろ、和膳4種のきのこの煮びたし、和膳ほうれん草としめじのおひたし、やわらか紀州梅干し、豆ちゃん(大豆の煮豆)、帆立しぐれ煮(小分け)、極みメロンパン、バーガーパンズ、極みロールパン、極みカレーパン、小麦香る生パスタ、フレンチトースト、ミックスポン菓子、桜葉薫る道明寺、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
キャラメル 1箱

うなぎ、メンチカツ、海老クリームコロッケ入り!

常凍

数量限定 9月の1週間グルメセットB No.57523

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】牛肉と春雨のチャブコギ、焼きフライ 極旨メンチカツ、無塩せきポークウインナー プレーン、蒸し鶏のガーリック風味、高知県産うなぎの蒲焼(たれ・山椒付き)、北海の恵みごちそう丼、真だらの味噌漬け焼き、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、ウイズボンチキンカレー、北海道ごぼうポタージュ、ノンオイル中華 肉焼売、ちらし寿司の素、南瓜のそぼろ煮、和膳切り干し大根、和膳ごぼうの甘酢ゆず風味、和膳さざみ昆布の土佐煮、和膳4種のきのこの煮びたし、いんげん豆の煮豆(小分け)×2、帆立しぐれ煮(小分け)、ひじき煮(小分け)、極みココナッツパン、極みチョコチップパン、極み厚切り山型パン、らーめん風、せんべい ごま、その子のどら1個、ドリームプリン カスタード、プチゼリー葡萄、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

食欲の秋だからこそ、献立で食生活を整えませんか



※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 ※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 9月の朝昼間食セットプラス

No.57524 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】スパイシーチキン、**NEW** 黒毛和牛のビーフハヤシ、越後もちふたのハンバーグ へトマト煮込み、スライスハム、高知県産うなぎの蒲焼(たれ・山椒付き)、真だらの味噌漬け焼き、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、ノンオイル調理 タイレッドカレー、北海道かぼちゃのデザートポタージュ、国産具材の筑前煮、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、釜揚げうどん、ミックスポン菓子、せんべい ごま、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

※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、昆布水等はセットに含まれません

プレゼント



スパイシーチキン 1袋

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。

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

3食+間食+夜食×7日分×8週間=計280食

常凍

送料¥0
単独発送可

150,000円 税込 162,000円

召し上がり方の一例(メニュー表)付き

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

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週間後の体構成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 91.0cm 37.1% 66.1kg 25.8 64.7kg 25.3

体脂肪率 BMI ウエスト

ウエスト -12cm

START 8週間後

常温で保管できるSONOKOの人気総菜にサブプリもプラス

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

単独発送可

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、金華そばのスモーク風味、国産真そばの味噌煮、国産真いわしのしょうが煮、まぐろ煮きそ味、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、味見っ子、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

ご用意いただくもの: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.58386

5%UP
+811ポイント

16,230円 税込 17,528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、和膳鶏そぼろ入りうの花、和膳切り干し大根×2、和膳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

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

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、国産真そばの味噌煮、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、和膳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、和膳ごぼうの甘酢ゆず風味、和膳さざみ昆布の土佐煮、和膳4種のきのこの煮びたし、和膳ほうれん草としめじのおひたし×3、和膳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

ご用意いただくもの: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

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】越後もちふたのハンバーグ〜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、金華そばのスモーク風味、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、和膳ごぼうの甘酢ゆず風味、和膳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

ご用意いただくもの: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

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、まぐろ煮きそ味、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

新商品・リニューアル情報



黒毛和牛のビーフハヤシ 常凍 180g No.56934 1,080円 税込 1,166円

食べごたえたっぶりの国産黒毛和牛が主役。ブラウンルウのコク旨ソースはパンにもパスタにもよく合います。

- 新定番商品
- 黒毛和牛のビーフハヤシ ●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
 - 焼きフライ 海老クリームコロッケ ●極み特大粒あんぱん
 - 濃厚ガトーショコラ ●その子珈琲深煎りブレンド
 - セレクト エポラーシェ モイスチャールップ ピンクベージュ
 - セレクト エポラーシェ モイスチャールップ リッチレッド
- 名称・パッケージ・内容量リニューアル
- 焼豚
 - 無塩せきポークウインナー プレーン 100g(旧:無塩せきポークウインナー 160g)
 - 具だくさんミネストローネ ●北海道にんじんポタージュ
 - 自家製粉そば粉のなま蕎麦(9月より1食分の包装に変わります)
 - 和膳真ダコとエビの黄身酢和え(旧:真ダコとエビの黄身酢和え)
 - 和膳鶏そぼろ入り卵の花(旧:鶏そぼろ入りうの花)
 - 和膳ごぼうの甘酢ゆず風味(旧:ごぼうの甘酢ゆず風味)
 - 和膳4種のきのこの煮びたし(旧:4種のきのこの煮びたし)
 - 和膳ほうれん草としめじのおひたし(旧:ほうれん草としめじのおひたし)
 - 焼海苔(旧:板のり) ●手延べそうめん(旧:素麺)
 - 有機ジンジャーりんごすだち
 - セレクト ソーダ マルチスパークルII専用カートリッジ24本入

価格変更	
●セレクト にしん甘露煮	580円 → 680円(税込734円)
●セレクト XYZ 単品価格	238円 → 260円(税込280円)
●セレクト XYZ ケース価格	5,712円 → 6,240円(税込6,739円)
●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)
●手延べそうめん(旧:素麺)	940円 → 980円(税込1,058円)
●無塩せきポークウインナー プレーン	1,250円 → 840円(税込907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)
●セレクト ソーダ マルチスパークルII専用カートリッジ24本入	1,980円 → 2,296円(税込2,525円)

価格変更(8/1より)	
漁業従事者の担い手不足により気仙沼を中心とした三陸産わかめの収量が低下する中、昨今記録的な不作により価格が高騰し、これまでの価格で当社独自の品質基準を守りながら製品をご提供することが困難な状況となっております。誠に心苦しい限りではございますが、8月1日のご注文分よりわかめ2製品の価格を改定させていただきますこととなりました。SONOKO式の食卓に欠かせない大切なわかめ製品を今後も末永くご愛顧いただけるよう、市場が安定した折には再度販売価格の見直しを検討してまいります。ご不便をお掛けいたしますが、何卒ご理解を賜りますようお願い申し上げます。	
●生わかめ	743円 → 850円(税込918円)
●乾わかめ	743円 → 850円(税込918円)

●国産肉100%照り焼きソースハンバーグ	1,080円 → 1,120円(税込1,209円)
●国産肉100%直火焼きハンバーグ	920円 → 960円(税込1,036円)
●ノンオイル中華 万能肉味噌	680円 → 710円(税込766円)
●和膳鶏そぼろ入り卵の花(旧:鶏そぼろ入りうの花)	420円 → 450円(税込486円)
●和膳切り干し大根	420円 → 450円(税込486円)
●和膳ひじきの煮物	420円 → 450円(税込486円)
●和膳さんびらごぼう	420円 → 450円(税込486円)
●和膳ごぼうの甘酢ゆず風味(旧:ごぼうの甘酢ゆず風味)	420円 → 450円(税込486円)
●和膳さざみ昆布の土佐煮	420円 → 450円(税込486円)
●和膳4種のきのこの煮びたし(旧:4種のきのこの煮びたし)	420円 → 450円(税込486円)
●和膳ほうれん草としめじのおひたし(旧:ほうれん草としめじのおひたし)	420円 → 450円(税込486円)
●いんげん豆の煮豆	550円 → 580円(税込626円)
●セレクト ひじき白和えの素	330円 → 380円(税込410円)
●栗まん	350円 → 380円(税込410円)
●栗まん 3袋	990円 → 1,020円(税込1,101円)
●せんべい しょうゆ	800円 → 880円(税込950円)
●せんべい ざらめ	800円 → 880円(税込950円)

価格変更(9/1より)	
●自家製粉そば粉のなま蕎麦 2袋 780円 → 1袋 480円(税込518円) 3袋 1,280円(税込1,382円)	

価格変更(10/1より)	
●極みロールパン2個	320円 → 340円(税込367円)
●極みロールパン2個×3	830円 → 890円(税込961円)
●極みスイートレーズンパン	430円 → 450円(税込486円)
●極み角食パン	550円 → 570円(税込615円)
●極み特大粒あんぱん	550円 → 570円(税込615円)
●極みカレーパン	550円 → 570円(税込615円)
●昆布水のもと	780円 → 830円(税込896円)
●昆布水のもと徳用パック	2,850円 → 3,000円(税込3,240円)
●やわらか紀州梅干し	900円 → 960円(税込1,056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)	

なくなり次第終了	
●ハンド&ネイルトリートメント(リニューアル予定)	●サンプロテクト ボディ&フェイス
●セレクト ローズラボ ローズリップ美容液	●セレクト ヘアワックス ザ・プロダクト

販売終了	
●国産大豆の絹豆腐 4個	
●セレクト 国産有機みかんジュース(原材料の不足により)	
●セレクト ソーダ マルチスパークルII専用カートリッジ24本入 6セット	

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

SONOKO 棚卸による出荷停止期間のご案内

この度、SONOKOでは決算棚卸を予定しております。期間中は通販出荷作業が停止、銀座店においては営業を休業をいたします。そのため、ご注文品をお届けができない日がございます。お急ぎのものはお早めにご注文賜りますようお願い申し上げます。お客様にはご不便をおかけして大変申し訳ございません。何卒、ご理解とご協力をいただけますようよろしくお願い申し上げます。

● 出荷休止期間：10/1(火)

● 銀座店休業：10/1(火)

お届けについて

9/27(金) 18:00までのご注文
⇒ 9/28(土) 出荷、翌日／翌々日お届け

9/27(金) 18:00以降のご注文
⇒ 10/2(水)以降順次出荷、翌日／翌々日以降のお届け

定期便のご案内

毎日の健康や美容維持のため 定期便が便利です

- 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。
- 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

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

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。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支払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。

17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。

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。



いつの時代にも愛されるコインモチーフ

鈴木その子の愛と慈しみをお守りに

よいものを選ぶことの大切さを語っていた鈴木その子は、身に着けるものとしてゴールドをすすめ、コインはお守りであり資産でもあるとも伝えていました。流行に左右されず楽しめるゴールドのコインペンダントは、未来の資産にもなります。

数量限定

50周年記念 荘能子コインペンダント

よく知られている正面から見た笑顔の「鈴木その子」ではなく、実際にお会いになった方だけが知っている、厳しさの中にもやさしさをたたえたまなざしの「鈴木その子」をイメージ。やわらかな曲線で描きました。身に着けた方に「鈴木その子に守られている」と感じていただきたい一品です。

50周年記念荘能子 コインペンダントトップ

No.58135 **250,000円**
税込 275,000円

直径約19mm／重さ約8g

50周年記念荘能子 コインペンダントトップシンプル

No.58137 **180,000円**
税込 198,000円

直径約15mm／重さ約5g

素材：18Kイエローゴールド製
※チェーンは別売りです

常 凍 送料 ¥0
単独発送

イベントのお知らせ

10/13(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

10/14(月・祝) 大阪

会場 ハートンホテル北梅田
3階もえぎ

大阪府大阪市北区豊崎3丁目12-10
中津駅4番出口から徒歩約2分
JR大阪駅・各線梅田駅から徒歩圏内
TEL:06-6377-0810

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

数量限定販売

極みメロンパン
(なくなり次第終了)

予約締切
9月15日(日) まで

当日は会場限定のお買い得商品が満載!

※ご予約なしでのご来場でも定例会参加や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。ご希望の方は早目にご来場ください。

お問い合わせ・お申し込み先 0120-88-7878

銀座店のご案内

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

9/5(木)・6(金)・9(月) 2F 終日CLOSE 6(金) 1F 15:00 CLOSE
9/7(土)・8(日)【SONOKO50周年創業記念祭】特別販売会のため営業時間変更/CAFE休業
9/22(日・祝)【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

SONOKO 50周年創業記念祭

9/7(土)・8(日)

SONOKO創業を記念した特別販売会を開催いたします

スペシャルゲストによるトークショー!

2日間限りの創業祭特別メニューが登場

豪華来場プレゼント

来場するだけでもれなくもらえる!

銀座店限定ラッキーBOX

50周年創業記念祭当日2日間限り

倍額入ってお得!

コスメ・サブリのミックスBOX

10万円相当

5万円BOX

50周年内外ビューティーBOX

人気の食品&サブリBOX(冷凍)

10万円相当

5万円BOX

50周年ミックスグルメBOX

お一人様各1点まで

特別販売 大好き♪常温パン

SONOKO特製 常温パンを2日間限定で販売します

50周年記念 荘能子コインペンダント

SONOKO 50周年を記念した鈴木その子 K18コイン&ペンダント あなただけのオリジナルカスタマイズも可能!

※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/
青森県産帆立の
ボンゴレ風ピラフと彩り野菜プレート

限定プレート内容
●ボンゴレ風ピラフ、サラダ、ピンチョス、ミネストローネ
販売期間 9/1(日)～30(月)
※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。

2,200円(税込)

9/20(金)～22(日) お楽しみ付き販売

9/22(日) 9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 10/18(金)～20(日) お楽しみ付き販売

10/20(日) 10月のトキノ会定例会

2025年おせちのご紹介:製品事業部 宇都宮

2024

9 THE NORIKO

トキノ会便り 編集長 瀧本範子の「ノリコ手帖」

VOL.87

ついに最高気温が40度を超えたのはまだ梅雨が開けない7月初旬のこと。一体どこまで気温は上昇するのか、不安と共に想像を絶する猛暑が始まった今夏。特に今年は4年に一度開催のオリンピックの夏。首都東京の顔を決める都知事選挙も行われ、その熱気は否が応でも高まりました。

選挙といえば思い出すのが鈴木その子の言葉「ゲー、チョキ、パー理論」。世の中の仕組みの一端を教えるこの意味は「市民(ゲー)は会社(パー)に弱い。生活権を握られているから。会社(パー)は、権力者、議員(チョキ)に弱い。そして権力を持つ議員(チョキ)は、選挙権を持つ市民(ゲー)に弱い」と。市民に与えられた唯一の権利、一票の選挙権。本来、正しく使えばこれ以上の力はないはず。しかしいつしか、その有効性を信じる気配が人々に薄くなっているように思うのは私だけでしょうか。

もちろんその要因は多岐にわたりますが、忘れてならないのは選挙権という権利は当たり前にあるのではなく、先人のたゆまぬ努力で勝ち取ったものであるという事実。鈴木その子は誰よりもその権利の貴重さを熟知しており、選挙の際はどんなに多忙であっても自身はもちろん社員には必ず投票に行くようにと厳しく伝えていました。

そんな鈴木その子がブームを巻き起こしたのは90年代終盤の98年末。あるテレビ出演がきっかけでそのキャラクターが注目され、美白の女王として認知された鈴木その子は瞬間に世の中に認知され引っ張りだこに。その美しさと若々しさ、華やかで上品、ユーモアと機知にとんだ会話センスに人々の目は奪われました。しかもその人は真の美をもたらす化粧品をつくり上げ、健康でスリムになる食品を開発し、それらの価値を自ら体現している女性実業家であるという認識も浸透します。

ブームという波の凄まじさは途方もなく早いスピードで襲いかかり、本来の仕事に加えて一つひとつに真剣勝負で臨む姿は、それまで見たことのない新たな鈴木その子の顔でした。思えばダイエットの革命的理論を打ち立てた鈴木その子にとって、二度と起こらない25年目の奇跡でした。そして鈴木その子は、いよいよ自身の目標に向かってスピードを上げて実行に移していくのです。

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。