2026
10

THE SONOKO

VOL.391

SO SAFE
SO HEALTHY
SO HAPPY

おせちを囲む時間まで
ごちそうになる
そんな幸せも贈ります

いよいよあわただしい日々に
なってまいります。
同時に鈴木式（現SONOKO式）の
食事ができにくい時期ともなります。
季節の変わり目で
お付き合いやパーティが重なり
そのうえ、師走の忙しさで
きちんと食事ができなくなると
すぐに体調を崩してしまう
ことになります。
どんなに忙しくても
できる限りしっかり食事だけは
守ってほしいものです。
お忙しい方のために、
おせち料理も
限定販売されます。
お早目にお申込みください。

――鈴木その子

1985年「トキノ会報」より抜粋

10月限定
先行予約スタート

超早割

ご予約は今月限定の超早割で！

おせちがお得！早便をお見逃しなく！

すっきり習慣献立セット

Renewal

すっきり習慣を始める
献立ができました！

＼ しあわせ一杯、いただきます！ ／

SONOKOの丼カタログ

秋の夜、RilaMin（リラミン）
質のよい眠りで
私をいたわりましょう

クイーンオブホワイト®を
正しい順番で
肌に届けていますか？

Renewal

今月のご予約が一番お得！ 早便ならさらにお得！

おせち&グルメセット

2027 超早割

先行予約スタート

「一年の計は元旦にあり」と鈴木その子は繰り返し述べていました。元日からしっかりSONOKO式を味わいながら、新年も健康にそしてお幸せにお過ごしいただきたいとの想いを込めておつくりしたおせちを今年も謹んでお届けいたします。

おしながき

❶伊勢海老
❷伊達巻
★ ❸鯛真丈（たれ付き）
❹足赤海老と蓮根の黄身酢和え
❺錦玉子鶏そぼろ
❻イサギ献珍焼き
❼金目鯛木の芽焼き
❽まながつお西京焼き
❾いくら醤油漬け
❿青梅甘露煮
⓫鮑含め煮
⓬紫花豆
★ ⓭裏白椎茸
⓮帆立の山椒煮
⓯炙り栗の甘露煮
⓰梅肉百合根

特選和の重

伊勢海老、足赤海老、鮑、鯛…贅を尽くした海の幸を存分に

❸ 鯛真丈（たれ付き）★
上品な旨みがしみわたる鯛のすり身をしっとりみずみずしい口当たりに仕上げました。蓮根の心地よい食感もアクセント。

⓫ 鮑含め煮
国産の鮑をやわらかく炊き上げました。噛むほどに広がる旨みとしっとりなめらかな口当たりをお楽しみください。

⓭ 裏白椎茸★
椎茸の旨みと食感を引き立てるよう、卵白を入れたすり身の配合を見直し、より美味しくふんわりと仕上げました。

特選和洋二段重 常凍 No.68298

超早割 10% OFF　早便なら 300P

5,200円 お得！
店頭販売価格 52,000円▼
10月限定特価 **46,800円**
税込 50,544円

サイズ：縦21×横21×高さ14.5cm

特選和の重 常凍 No.68297

超早割 10% OFF　早便なら 300P

4,000円 お得！
店頭販売価格 40,000円▼
10月限定特価 **36,000円**
税込 38,880円

サイズ：縦21×横21×高さ8cm

和洋二段重 常凍 No.68296

超早割 10% OFF　早便なら 300P

3,700円 お得！
店頭販売価格 37,000円▼
10月限定特価 **33,300円**
税込 35,964円

サイズ：縦21×横21×高さ14.5cm

和の重 常凍 No.68295

超早割 10% OFF　早便なら 300P

2,500円 お得！
店頭販売価格 25,000円▼
10月限定特価 **22,500円**
税込 24,300円

サイズ：縦21×横21×高さ8cm

「美味しい」だけでは伝わらない！新しくなったローストビーフをぜひ！

クリスマス1週間グルメセット 常凍 No.68299

24日のローストチキンを皮切りに、リニューアルしたローストビーフ、人気のグラタン、ミートローフ…。贅沢な夕食を連日味わいながら、ガトーショコラやロールケーキも！ごちそう尽くしの至福の1週間をお楽しみいただけます。

【セット内容】リニューアル 黒毛和牛のローストビーフ、大山どりのローストチキン、国産牛100%プレミアムミートローフ、北海道産豚ヒレのペッパースモーク、海の幸マカロニグラタン、北陸甘エビのビスクスープ、極み厚切り山型パン、トーストクリーム、濃厚ガトーショコラ、米粉ロールケーキ カスタード など

超早割 10% OFF

店頭販売価格 26,000円▼
10月限定特価 **23,400円**
税込 25,272円
2,600円 お得！

年越しそば、おせち、お餅、鯛の姿焼きなど年末年始のご褒美がいっぱい

おせち重入り1週間グルメセット 常凍 No.68300

ゆく年を年越しそばで、くる年をおせちやお餅や鯛で。日本の年末年始に欠かせないごちそうをふんだんにお入れしました。「このグルメセットがなければ年を越せない」という皆様も多い、毎年大人気のセットです。

【セット内容】★和の重、国産天然真鯛の姿焼き、旨味まぐろの醤油漬け、旨味数の子の再仕込み醤油漬け、自家製粉そば粉のなま蕎麦、杵つき餅、お雑煮の素、田作り、紅白なます、鶏とマッシュルームのマカロニグラタン など

超早割 10% OFF
早便なら 300P

店頭販売価格 34,000円▼
10月限定特価 **30,600円**
税込 33,048円
3,400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）　※温度帯の表記のない化粧品はすべて 常凍　※店頭販売価格・合計価格はオンラインショップなどでの公式価格　※ セレクト は定期便も含めてすべてポイント対象外です

先行予約受付 10/1(木)～31(土)

オンラインショップでは、先行ご予約の商品は通常販売商品と別々にご注文ください。
※他の注文品と同送できませんのでご了承ください ※代金引換の際、個数ごとに手数料300円がかかります

お届け・店頭お渡し
- クリスマス1週間グルメセット …… 12/10(木)～25(金)
- おせち重各種・おせち重入り1週間グルメセット …… 12/10(木)～28(月)12時まで

数量・期間限定

常 凍 ※ポイント対象外 送料¥0 単独発送

おせちがお得！早便をお見逃しなく！ 12/10(木)～20(日)までにおせち重のお届けをご希望の方に **早便(はやびん)ポイントをプレゼント！** ※ポイントは翌月に付与

和の重

新たなる美味が加わり さらにグレードアップ

❷ 足赤海老含め煮
四国近海で獲れる足赤海老を使い、国産大豆と米からつくった白味噌を加え、特有の甘みとやわらかさを生かしました。

❼ 鶏味噌松風★
国産鶏肉に豆腐を練り込み、味噌のまろやかなコクとほのかな香りを加え、職人の技でふんわりと焼き上げました。

⓮ 鯛真砂寄せ★
ほどよい粒感の鯛の真子を丁寧にほぐし、生姜をきかせた魚類だしとともにしなやかな食感の煮こごりにしました。

おしながき
❶金時芋金団
❷足赤海老含め煮
❸伊達巻
❹小鯛黄身酢和え
❺丹波黒豆
❻鰤の酒粕漬け焼き
★❼鶏味噌松風
❽蛸のポン酢餡かけ
❾イサギ献珍焼き
❿まながつお西京焼き
⓫金時芋レモン煮
⓬紅白八朔なます
⓭紫花豆
★⓮鯛真砂寄せ
⓯冬菇椎茸旨煮
⓰金柑蜜煮
⓱栗の甘露煮
⓲帆立の山椒煮
⓳梅肉百合根

洋の重

肉料理も魚介もたっぷり味わえる お子様にも人気のオードブル重

❼ 鶏むね肉のシャンピニオンソースかけ★
低温調理でしっとりやわらかく仕上げた鶏むね肉と、マッシュルームが香るコクのあるソースがよく合う逸品です。

❽ 三色テリーヌ★
ほうれん草、カリフラワー、人参を美しく重ねた彩り美しいテリーヌ。爽やかな香りととろけるような口当たりです。

❾ あか牛のローストビーフ
国産あか牛の赤身肉をじっくり加熱してやわらかく仕上げました。醤油やワインを使ったこだわりのソースでどうぞ。

おしながき
❶鶏団子の中華ソース
❷太刀魚酢和え
❸みやじ豚の和風ミートローフ
❹焼き鰆のエスカベッシュ
❺豚ほほ肉の角煮
❻鴨ロース温州みかんソース
★❼鶏むね肉のシャンピニオンソースかけ
★❽三色テリーヌ
❾あか牛のローストビーフ
❿ハムのムース
⓫スモークサーモン甘酢
⓬阿波尾鶏黄金焼き

ホリデーシーズンも年末年始もず～っとSONOKO式で！

クリスマス&おせち重入り年末年始グルメセット

常 凍 No.68301

「黒毛和牛ローストビーフ」や「大山どりのローストチキン」で美味しいホリデーシーズンを過ごしたら、年越しそばやおせちでごちそう尽くしの年末年始を。冬休みを利用して実行できる豪華な献立で、わくわくしながらカラダを整えましょう。

吟味した黒毛和牛をじっくり丁寧に焼き上げたローストビーフは、肉の旨みとしっとりなめらかな食感が格別！クリスマスの逸品がまた一つ増えました。

献立実行中でもおせちを3日間で計画的に堪能できるのはSONOKO式ならでは！もちろん年末年始の日本の食を存分に味わっていただけます。

【セット内容】
リニューアル クリスマス1週間グルメセット、おせち重入り1週間グルメセット

超早割 20%OFF 早便なら300P

合計価格60,000円▼

10月限定特価 **48,000円** 税込51,840円

12,000円お得！

3種類のお重入り！とにかく豪華でお得です

GG付き特選和洋二段重&年末年始グルメセット

いちばんお得！

常 凍 No.68302

特選和の重

洋の重

GGも付いてくる！

【セット内容】
リニューアル クリスマス1週間グルメセット、特選和洋二段重、おせち重入り1週間グルメセット、TOKINO G.G 180粒

早割 約34%OFF

早便なら 600P

＼なんと／ 45,000円お得！

合計価格132,000円▼

10月限定特価 **87,000円** 税込93,960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

★：リニューアルしたお品です

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。

これまでの習慣をリセットしてすっきり整えたい方に！

すっきり習慣を始める献立、できました！

長年愛された「すっきり献立セットデラックス」と「すっきりスターター献立セット」が、鈴木その子の食養理論やバランスを受け継ぎながら「すっきり習慣献立」にリニューアル！献立に必要な「昆布水のもと」や「焼海苔」などがセットされているので、ごはんと飲み物を用意するだけで始められて、とってもお得。人気の「焼きフライ コロッケ」や「黒毛和牛のビーフハヤシ」をはじめ、中華メニュー、パン、間食など、バラエティ豊かな品々で、ノンオイル調理*の真髄もボリューム感もご堪能いただけます。初めての方もお久しぶりの方も、1週間のすっきり習慣でカラダを整えてください。

リニューアル

しっかり食べて楽しく味わう1週間！献立の価値を改めてお確かめください

数量限定 すっきり習慣献立セット 常 凍 No.69052

3食＋間食＋夜食 ×7日分 ＝ 計35食セット（召し上がり方の一例〈メニュー表〉付き）

18,800円 税込 20,304円

詳しくは▶14面へ

焼きフライ コロッケ、黒毛和牛のビーフハヤシ、黒毛和牛の極旨牛すき丼、越後もちぶたのハンバーグ～トマト煮込み～、無塩せきポークウインナー プレーン、揚げないとりから、秋鮭の塩麹漬け焼き、国産真さばの味噌煮、国産真いわしのしょうが煮、ノンオイル調理 マイルドチキンカレー、具だくさんミネストローネ、国産小松菜のみそ汁、ノンオイル中華 海老チリソース、国産具材の筑前煮、和膳切り干し大根、和膳ひじきの煮物、和膳ほうれん草としめじのおひたし、昆布水のもと、焼海苔、トキノ海苔の佃煮、乾わかめ、いんげん豆の煮豆、帆立しぐれ煮（小分け）、ひじき煮（小分け）、スパゲッティ、極みロールパン、極み特大粒あんぱん、極みカレーパン、その子のどら 1個、栗まん、黒蜜風味ようかん、ドリームプリン カスタード、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／和風ノンオイルドレッシングなどの調味料、スパイス

リニューアル記念

そのこの御赤飯 3パック

＊調理に油脂を使わないこと

常温で保管できる人気メニューにサプリもプラス

常温グルメ献立セット 常 凍 No.69050

3食＋間食＋夜食 ×7日分 ＝ 計35食

詳しくは▶14面へ

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

3%ポイントUP

21,800円
税込 23,544円

パンや麺がお好きな方に！豪華なメニューも人気です

その子ちゃん献立セット 常 凍 No.69051

3食＋間食 ×7日分 ＝ 計28食

詳しくは▶14面へ

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／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

2%ポイントUP

18,800円
税込 20,304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） ※温度帯の表記のない化粧品はすべて 常 凍 ※店頭販売価格・合計価格はオンラインショップなどでの公式価格 ※ セレクト は定期便も含めてすべてポイント対象外です

ご注文は
お電話注文（通話料無料） 0120-88-7878
受付時間（月曜定休）10：00～18：00 ※IP電話・国際電話等ご利用の場合は Tel.03-4335-7750
オンラインショップ www.sonoko.co.jp
Shop 銀座店 営業時間 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。

しあわせ一杯
＼いただきます！／

SONOKOの井カタログ

主食をしっかり食べることを大切にするSONOKOでは、バラエティ豊かな井メニューをご用意しています。もちろん、調理に油脂を使わないノンオイル調理を徹底。吟味を重ねた素材を使い、火加減や調理時間を工夫して、SONOKOならではの味をつくりあげています。ぜひお気に入りを見つけてください。

うな丼

“3回焼き”の香ばしさに舌鼓

数量限定

高知県産うなぎの蒲焼（たれ・山椒付き） 常 凍

2袋 70g×2 No.68470
3%UP ポイント 5,600円 税込6,048円

1袋 70g No.68469
2,800円 税込3,024円

牛そぼろ風丼

甘辛くて滋味深いごちそう丼

黒毛和牛と実山椒の佃煮 2袋 常 凍 90g×2 No.68475
3%UP ポイント 3,300円 税込3,564円

思い出のやさしい玉子焼 2袋 常 凍 10個（500g）×2 No.68478
5%UP ポイント 3,100円 +155ポイント 税込3,348円

中華丼

油脂を加えなくてもこのコクと深み！

ノンオイル中華 中華丼 常 凍

6袋 180g×6 No.68472
7%UP ポイント 5,040円 +352ポイント 税込5,443円

3袋 180g×3 No.68471
3%UP ポイント 2,520円 税込2,721円

九宝あんかけ丼

9種類もの具をとろ～り美味しく

数量限定

ノンオイル中華 九宝あんかけ 常 凍

6袋 180g×6 No.68489
7%UP ポイント 7,680円 +537ポイント 税込8,294円

3袋 180g×3 No.68488
3%UP ポイント 3,840円 税込4,147円

海老チリ丼

マイルドな辛さがお子様にも好評！

ノンオイル中華 海老チリソース 常 凍

6袋 170g×6 No.68484
7%UP ポイント 8,100円 +567ポイント 税込8,748円

2袋 170g×2 No.68483
3%UP ポイント 2,700円 税込2,916円

牛すき丼

玉葱、ごぼう、くずきりも饗宴

黒毛和牛の極旨牛すき丼 常 凍

6袋 180g×6 No.68481
7%UP ポイント 5,280円 +369ポイント 税込5,702円

3袋 180g×3 No.68480
3%UP ポイント 2,640円 税込2,851円

親子丼

ふんわりとろとろかきたま風

だし薫るかき玉風親子丼 常 凍

6袋 200g×6 No.68474
7%UP ポイント 4,500円 +315ポイント 税込4,860円

3袋 200g×3 No.68473
3%UP ポイント 2,250円 税込2,430円

ロコモコ丼

ハワイ気分も召し上がれ♪

国産肉100%直火焼きハンバーグ 3個 常 凍 120g×3 No.68491
5%UP ポイント 2,880円 +144ポイント 税込3,110円

思い出のやさしいミートソース 3袋 常 凍 140g×3 No.68482
5%UP ポイント 2,190円 +109ポイント 税込2,365円

万能ハーブガーリックソルト 2個 常 凍 35g×2 No.68490
3%UP ポイント 1,800円 税込1,944円

今日の「食べたい！」はどれ？

数量限定

秋のどんぶりセット 常 凍 No.68476

- ノンオイル中華 九宝あんかけ 180g
- 国産肉100%直火焼きハンバーグ 120g
- 黒毛和牛の極旨牛すき丼 180g
- 黒毛和牛と実山椒の佃煮 90g
- だし薫るかき玉風親子丼 200g
- 思い出のやさしいミートソース 140g
- ノンオイル中華 海老チリソース 170g
- ノンオイル中華 中華丼 180g
- NEW 国産具材のやさしい豚汁 250g

960円お得！

合計価格9,160円▼
8,200円 税込8,856円

美味しい温スープで冷える季節もぽかぽかに！

数量限定

あったかスープセット 常 凍 No.68486

- 北海道かぼちゃのデザートポタージュ 160g×2
- 北海道ごぼうポタージュ 160g×2
- 北海道にんじんポタージュ 150g×2
- 具だくさんミネストローネ 150g×2
- からだ想いの鶏スープ 200g
- 淡路島玉葱と国産野菜のだしスープ 50g

合計価格5,260円▶4,500円 税込4,860円

760円お得！

ぽかぽか根菜セットもご用意しています。 詳しくは▶11面へ

※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せん。

17の効能・効果 ― 疲れた私に夜のご褒美

花々香るナイトバスエッセンス誕生

長年愛されてきた「バスエッセンス」が、17の効能・効果をもつ医薬部外品としてリニューアル。鈴木その子が手がけたパルファムの優雅で甘い香りの世界観や贅沢な使用感を大切に受け継ぎながら進化しました。

Renewal

Point 1 Wの薬用有効成分配合 カラダも心もときほぐす

コメ胚芽油とグリチルレチン酸ステアリル、2つの有効成分を配合した薬用入浴剤。温浴効果を高め、疲労回復、冷え症、荒れ性・肩のこり、腰痛などのお悩みをやわらげます。

医薬部外品として認められた17の効能・効果

あせも・荒れ性・うちみ（打ち身）・肩のこり（肩の凝り）・くじき・神経痛・しっしん（湿しん）・しもやけ・痔・冷え症・腰痛・リウマチ・疲労回復・ひび・あかぎれ・産前産後の冷え症・にきび

Point 2 まるで上質な美容液のよう! つかりながら全身スキンケア

薬用有効成分に加え、厳選した4種類の美容成分を贅沢に配合。手の届きにくい背中などまで全身をうるおいのヴェールで包み、肌荒れや乾燥をケアしながら、しっとりなめらかな肌を育みます。

オリーブ果実油（エモリエント剤）

トウモロコシ油（エモリエント剤）

レチノール
（ビタミンA油／コンディショニング剤）

ヨクイニンエキス（保湿剤）

Point 3 優雅に香る乳白湯がとろり 心を満たす極上のスパ体験

これまでのローズやジャスミンの気品あふれる香りをおだやかに仕上げました。湯船に入れると、なめらかでとろみのある乳白色に変化*したお湯から芳香が立ち上り、まるでスパのような空間に。

*テトラオレイン酸ポリオキシエチレンソルビット（乳化剤）による

Point 4 毎日の8プッシュが続けやすい 片手で押すだけのポンプ容器

手が濡れていても、片手でも、8プッシュ押すだけでOK! 1回分の適量である約8mL（お湯約200L当たり）を計量せずお使いいただけるよう、ワンハンドタイプのポンプ容器を採用しました。

リニューアル

医薬部外品の入浴液になりました
ナイトバスエッセンス【薬用入浴液】

1本 150mL No.64855
3,600円 税込3,960円

2本 150mL×2
No.68306
7,200円
税込7,920円

2本買うと もらえる
中身が外から確認できる!
フリルシアーポーチ 1個
サイズ：約16×16cm
素材：ポリエステル

鈴木その子の香りの哲学

香りを楽しむことを大切にしていた鈴木その子が考える「よい香り」は、自分の美と健康を育む香りでした。「ナイトバスエッセンス」には、鈴木その子が並々ならぬ情熱で完成させた気品あるやさしい香りが息づいています。

ナイトバスエッセンス新登場&オードパルファム1周年記念 入浴中も湯上りも寝るときも「いつもいい香りをまとう人」へ

至福の香りセット No.68307
- リニューアル ナイトバスエッセンス【薬用入浴液】150mL
- オードパルファム 30mL

2,000円お得!
合計価格 12,600円▼
10,600円
税込11,660円

クイーンオブホワイト®を正しい順番で肌に届けていますか?

SONOKOの最高峰エイジングケアシリーズであるザ・ソノコには、全品に独自配合成分クイーンオブホワイト®を採用しています。クイーンオブホワイト®は、鈴木その子が化粧品を開発していた頃から使っていた成分を中心に選りすぐり、絶妙なバランスで配合した成分。各アイテムを正しい順番と方法で使えば、いくつもの保湿成分や整肌成分で肌が満たされていき、輝きが増します。

全品にクイーンオブホワイト®を配合

★ベーシックスキンケアセット リペアタイプに含まれています

正しいステップで使って 美肌を育む成分を肌へ

ベーシックスキンケアセット リペアタイプ
No.68348
- ザ・ソノコ リペアローション 120mL（現品）
- ザ・ソノコ リペアエッセンス【薬用シワ改善美容液】30mL（現品）
- ザ・ソノコ バランシングミルク 80mL（現品）

合計価格 29,200円▼
25,000円 税込27,500円
4,200円お得!

- ザ・ソノコ グランクリーム 4.5g
- ザ・ソノコ セラム 4.5mL
- 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】0.5g
- SONOKOドライフェイスシート 1袋6枚

ホワイトニングタイプもご用意しています。 詳しくは▶8面へ

※クイーンオブホワイト®とはカンゾウ根エキス、オウゴン根エキス、ユキノシタエキス、ビルベリー葉エキス、スサビノリエキス、アルニカ花エキス、ハマメリス葉エキス、セイヨウキズタ葉／茎エキス、セイヨウオトギリソウ花／葉／茎エキス、ブドウ葉エキス、セイヨウトチノキ種子エキス（すべて保湿・整肌成分）

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） ※温度帯の表記のない化粧品はすべて 常 凍 ※店頭販売価格・合計価格はオンラインショップなどでの公式価格 ※ セレクト は定期便も含めてすべてポイント対象外です

睡眠の質（眠りの深さ）を向上*2

疲労感*1をやわらげる*2

ストレス*1をやわらげる*2

リラミン

RilaMin

秋の夜、ストレス*1の悩みから解放され質のよい眠りで私をいたわりましょう

家事や仕事が忙しくて大変、ストレス*1を感じている、ぐっすり眠れていない気がする…。「RilaMin（リラミン）」は、そんな悩みに寄り添うドリンクタイプのサプリメントです。仕事や勉強、家事による一時的な疲労感やストレスをやわらげる、睡眠の質（眠りの深さ）の向上に役立つ機能性関与成分GABAの原材料として"大麦乳酸発酵液ギャバ"を採用。コンディションを整えるETAS®(アスパラガス抽出物)も配合しました。澄みわたる明日へと誘います。

コールセンター 大石

SONOKO式で重要な睡眠を、いつも意識しています。新製品「RilaMin（リラミン）」を摂り始めたところ、睡眠の質がよくなり、眠りが深くなったようで、あっという間に朝を迎えている感じです。健康に何よりも大切な眠りを毎日守ってくれ、安らぎを届けてくれています。

SONOKOスタッフ 登

日常のストレス*1、睡眠の質や眠りの深さが気になっていました。りんご果汁などで甘く仕上げているので飲みやすい味で、就寝前の新しいケア習慣として無理なく続けられます。手軽に体調管理を始められるのが魅力で、今後のよい変化にも期待しています。

銀座店 店長 高橋

日々の忙しさで帰宅後も抜けない日中のストレスをリセットしたくて試してみました。飲むと心地よくオフモードへと切り替わり、落ち着いた時間を過ごせています。おかげで朝も気持ちよくスムーズにスタートできるようになりました。

疲労感*1・ストレス*1ケア＋睡眠サポートのGABAを配合。上質な休息を支えます。

NEW **RilaMin**（リラミン）

機能性表示食品

常 凍

2箱 8g×30包×2 No.68350

ポイント 3%UP **15,000円**

税込 16,200円

1箱 8g×30包 No.68351

ポイント 2%UP **7,500円**

税込 8,100円

【機能性表示】本品にはGABAが含まれます。GABAには、睡眠の質（眠りの深さ）の向上に役立つ機能、仕事や勉強、家事による一時的な疲労感やストレスを和らげる機能があることが報告されています。本品は、特定保健用食品と異なり、機能性及び安全性について国による評価を受けたものではありません。届け出られた科学的根拠等の情報は消費者庁のウェブサイトで確認できます。食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。

＊1 仕事や勉強、家事などによる一時的なもの　＊2 GABAの機能

美しさもあきらめたくないあなたに、摂るインナービューティーケア

秋からもハリのある毎日を送りたい。夏の過酷な暑さを駆け抜けた自分をいたわりたい。「SONOKO G.Gロゼ」は、そんなあなたのキレイと元気をサポート。カラダ本来のコンディションを引き出すというSONOKOならではの視点を大切に、天然由来の有用成分を選びました。咲き誇るように美しく麗しい明日を育みます。

SONOKO G.Gロゼ 3本＆荘水1本セット

常 凍 No.68357

- SONOKO G.Gロゼ 150粒×3
- 荘水 35ml

合計価格 48,000円▼

40,000円

税込 43,200円

8,000円 お得!

SONOKO GG ロゼ

常 凍 No.68369

1本 150粒

ポイント 3%UP

14,000円

税込 15,120円

AC-11（エーシーイレブン）

南米アマゾンに自生するキャッツクローの樹皮から抽出。若々しい印象を保ちたい方に役立つ有用成分カルボキシアルキルエステルを含有。

発酵黒ニンニク

ポリフェノールを高含有。元気がほしい方におすすめします。

カキ肉エキス

大切なエネルギー源となるグリコーゲン、20種類以上のアミノ酸、亜鉛などの必須ミネラルを含有。健康にも美容にも役立ちます。

ビタミンB群

毎日欠かせない栄養素。いきいきとした美しさを育みます。

葉酸

ビタミンB群の一種。健やかなリズムをサポートします。

※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　※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せん。

化粧品

鈴木その子のこだわりと美学を肌へ

ベーシックスキンケアセット

※写真はリペアタイプです

ホワイトニングタイプ No.68347
ザ・ソノコ ホワイトニングローション【薬用美白化粧水】120mL(現品)
ザ・ソノコ ホワイトニングエッセンス【薬用美白美容液】30mL(現品)
ザ・ソノコ バランシングミルク 80mL(現品)

リペアタイプ No.68348
ザ・ソノコ リペアローション 120mL(現品)
ザ・ソノコ リペアエッセンス【薬用シワ改善美容液】30mL(現品)
ザ・ソノコ バランシングミルク 80mL(現品)

プレゼント
ザ・ソノコ グランクリーム 4.5g
ザ・ソノコ セラム 4.5mL
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】0.5g
SONOKOドライフェイスシート 1袋6枚

合計価格 各29,200円▶ **25,000円** 税込27,500円 4,200円お得！

ザ・ソノコ グランクリーム
45g No.68316
25,000円 税込27,500円
乾燥小じわを目立たなくする*1エイジングケアクリームで艶めくハリ肌を。
プレゼント：ザ・ソノコ グランクリーム 4.5g 2個

ザ・ソノコ アイゾーンクリーム 2本
【薬用シワ改善部分用クリーム】
20g×2 No.68317
20,000円 税込22,000円
深く効いてシワを改善。ふっくらしっとり明るい目元へ。
プレゼント：ザ・ソノコ グランクリーム 4.5g 2個

ザ・ソノコ クレンジングウォーター
145mL No.68308
7,000円 税込7,700円
ザ・ソノコ リペアエッセンス【薬用シワ改善美容液】4mL

ザ・ソノコ クレンジングクリーム
120g No.68309
7,000円 税込7,700円
ザ・ソノコ リペアエッセンス【薬用シワ改善美容液】4mL

ザ・ソノコ ウォッシングフォーム
100g No.68310
7,000円 税込7,700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 リペアエッセンス【薬用シワ改善美容液】4mL

ザ・ソノコ ホワイトニングローション
【薬用美白化粧水】
120mL No.68311
7,200円 税込7,920円
ザ・ソノコ リペアエッセンス【薬用シワ改善美容液】4mL

ザ・ソノコ リペアローション
120mL No.68312
7,200円 税込7,920円
ザ・ソノコ リペアエッセンス【薬用シワ改善美容液】4mL

ザ・ソノコ ホワイトニングエッセンス
【薬用美白美容液】
30mL No.68313
12,000円 税込13,200円
明るい肌へ導くビタミンC誘導体*2と高い保湿力で、輝く肌へ。
プレゼント：ザ・ソノコ リペアエッセンス【薬用シワ改善美容液】4mL

ザ・ソノコ リペアエッセンス
【薬用シワ改善美容液】
30mL No.68314
12,000円 税込13,200円
豊かなうるおいで満たしながらシワを改善して美しいハリ肌へ。
プレゼント：ザ・ソノコ リペアエッセンス【薬用シワ改善美容液】4mL

ザ・ソノコ バランシングミルク
80mL No.68315
10,000円 税込11,000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 リペアエッセンス【薬用シワ改善美容液】4mL

荘 クレンジングクリーム 2本
120g×2 No.68341
5%ポイントUP +600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.68342
5%ポイントUP +600ポイント **12,000円** 税込13,200円

荘 モイスチュアローション 2本
120mL×2 No.68343
5%ポイントUP +700ポイント **14,000円** 税込15,400円

荘 デイクリーム 2本
40mL×2 No.68344
5%ポイントUP +900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.68345
5%ポイントUP +1,300ポイント **26,000円** 税込28,600円

3Dデザインセラム
30g No.68319
3%ポイントUP **9,000円** 税込9,900円
形状記憶ジェルで、ピンッと引き締まったハリ肌に整えます。

スーパーモイスチャークリームR
50g No.68320
7%ポイントUP +1,750ポイント **25,000円** 税込27,500円
豊かなうるおいで赤ちゃんのようなふっくらぷるぷる肌へ。

ネイチャーズフォー オーガニック モイストリップ 2本
セレクト
3.6g×2 No.68321
1%ポイントUP **2,100円** 税込2,310円

薬用ハンドウォッシュ
200mL No.68338
3%ポイントUP **1,000円** 税込1,100円

SONOKO ファンデーション
※ファンデーションケースは別売です

しっとりタイプ 15g
ピンク No.68322 / オークル No.68323

さっぱりタイプ 12g
ピンク No.68324 / オークル No.68325

3%ポイントUP 各**5,000円** 税込5,500円

イルミナージュ フェイスパウダー
7g No.68326
2%ポイントUP **4,000円** 税込4,400円

フェイスパウダー用パフ 3個
No.68340
※旧品サイズですが現品にも入ります
800円お得！
合計価格 2,400円▶ **1,600円** 税込1,760円

リペアボディセラム 2本
【薬用ボディ用美容液】
200mL×2 No.68336
敏感肌パッチテスト済み
5%ポイントUP +700ポイント **14,000円** 税込15,400円
ボディの肌のためのエイジングケア美容液で、シワ改善も美白も。

モイスチュアボディクリーム 2本
【薬用ボディ用保湿クリーム】
200mL×2 No.68337
敏感肌パッチテスト済み
3%ポイントUP **7,800円** 税込8,580円
肌荒れを防ぐ2つの有効成分*4配合。保湿しながら未来の肌を守る。

SQオイル
20mL No.68335
3%ポイントUP **3,800円** 税込4,180円
肘や膝、かかと、髪の毛まで、全身丸ごとうるおす美容オイル。

UVスキンプロテクター
【薬用日焼け止め乳液】
SPF50+/PA++++
45mL No.68339
3%ポイントUP **4,000円** 税込4,400円

シルクハンドクリーム 2本
【薬用美容ハンドクリーム】
45g×2 No.68334
3%ポイントUP **6,600円** 税込7,260円

17の効能・効果をもつ 医薬部外品の入浴液になりました

リニューアル

ナイトバスエッセンス
【薬用入浴液】

2本
150mL×2 No.68306
7,200円 税込7,920円

フリルシアーポーチ 1個
サイズ：約16×16cm
素材：ポリエステル

1本
150mL No.64855
3,600円 税込3,960円

Wの薬用有効成分を配合。温浴効果を高め、疲労回復、冷え症、肩のこり、腰痛などをやわらげます。また、贅沢に配合した美容成分が全身をスキンケア。気品ある香りに包まれる優雅なバスタイムをお楽しみください。

入浴中も湯上りも寝るときも！「いつもいい香りをまとう人」へ

至福の香りセット

リニューアル ナイトバスエッセンス【薬用入浴液】150mL
オードパルファム 30mL
No.68307

2,000円お得！
合計価格 12,600円▶ **10,600円** 税込11,660円

YUTAKAMI シャンプー
400mL No.68328
3%ポイントUP **3,900円** 税込4,290円

YUTAKAMI ヘアパック
180g No.68329
3%ポイントUP **4,800円** 税込5,280円

YUTAKAMI コンディショナー
400mL No.68330
3%ポイントUP **4,500円** 税込4,950円

YUTAKAMI モイスト リペアオイル 2本
58mL×2 No.68327
5%ポイントUP +300ポイント **6,000円** 税込6,600円

オードパルファム
30mL
No.68346
5%ポイントUP +450ポイント **9,000円** 税込9,900円
鈴木その子が完成させた「パルファム」の甘くやさしい香りとその世界観を大切に受け継いで、丁寧に再現しました。

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 200g No.68331
ブラック 200g No.68332

3%ポイントUP 各**3,000円** 税込3,300円

マイルドコンディショニングシャンプー
480mL No.68333
3%ポイントUP **4,500円** 税込4,950円

薬用はみがき 2本
100g×2 No.68318
3%ポイントUP **3,600円** 税込3,960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・色素沈着を防ぐとはメラニンの生成を抑え、シミ・そばかすを防ぐこと ※クイーンオブホワイト®とはカンゾウ根エキス、オウゴン根エキス、ユキノ シタエキス、ビルベリー葉エキス、スサビノリエキス、アルニカ花エキス、ハマメリス葉エキス、セイヨウキズタ葉/茎エキス、セイヨウオトギリソウ花/葉/茎エキス、ブドウ葉エキス、セイヨウトチノキ種子エキス(保湿・整肌成分) ※パッチテスト済みとはすべての人に刺激が起こらないというわけではありません ＊1 効能評価試験済み ＊2 L-アスコルビン酸2-グルコシド(有効成分) ＊3 ＊セラミドAP/セラミドNG/セラミドNP(保湿成分) ＊4 ヘパリン類似物質(保湿成分)、グリチルリチン酸ジカリウム(肌荒れ防止成分)

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) ※温度帯の表記のない化粧品はすべて 常 凍 ※店頭販売価格・合計価格はオンラインショップなどでの公式価格 ※ セレクト は定期便も含めてすべてポイント対象外です

サプリメント

TOKINO G.G 6本 常凍
180粒×6
No.68367
TOKINO G.G 50粒入 3袋
114,000円 税込123,120円

TOKINO G.G 3本 & 荘水 1本セット
TOKINO G.G 180粒×3
荘水 35ml
常凍 No.68354
8,000円お得！
合計価格 65,000円▶57,000円 税込61,560円

TOKINO G.G 1本 & 荘水 1本セット
No.68355
常凍 TOKINO G.G 180粒、荘水 35ml
3,000円お得！ 合計価格 28,000円▶25,000円 税込27,000円

TOKINO G.G 50粒入 常凍
50粒 No.68368
7%ポイントUP +420ポイント 6,000円 税込6,480円

SONOKO GG 6本 常凍
180粒×6
No.68365
SONOKO GG 50粒入 3袋
114,000円 税込123,120円

SONOKO GG 3本 & 荘水 1本セット
SONOKO GG 180粒×3
荘水 35ml
常凍 No.68352
8,000円お得！
合計価格 65,000円▶57,000円 税込61,560円

SONOKO GG 1本 & 荘水 1本セット
No.68353
常凍 SONOKO GG 180粒、荘水 35ml
3,000円お得！ 合計価格 28,000円▶25,000円 税込27,000円

SONOKO GG 50粒入 常凍
50粒 No.68366
7%ポイントUP +420ポイント 6,000円 税込6,480円

季節の変わり目も揺らがず元気に

TOKINO G.G & SONOKO GG & 荘水セット
TOKINO G.G 180粒
SONOKO GG 180粒
荘水 35ml
常凍 No.68356
8,000円お得！
合計価格 48,000円▶40,000円 税込43,200円

SONOKO G.Gロゼ 3本 & 荘水 1本セット
SONOKO G.Gロゼ 150粒×3
荘水 35ml
常凍 No.68357
8,000円お得！
合計価格 48,000円▶40,000円 税込43,200円

SONOKO G.Gロゼ
常凍 150粒 No.68369
3%ポイントUP 14,000円 税込15,120円
カラダのコンディションを整えることで、ハリのある若々しい毎日へ。

荘水 7本
荘水 35ml×7
常凍 No.68358
8,000円お得！
合計価格 53,000円▶45,000円 税込48,600円

YUTAKAMI（ユタカミ）
機能性表示食品 常凍
2袋 90日分
135粒×2 No.68372
5%ポイントUP +1,200ポイント
24,000円 税込25,920円
1袋 45日分
135粒 No.68373
3%ポイントUP 12,000円 税込12,960円
【届出表示】本品にはカメリアサポニンBが含まれます。カメリアサポニンB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。

NEW くつろぎの時間とよい眠りで私をいたわる新習慣

RilaMin（リラミン）
機能性表示食品 常凍

2箱
8g×30包×2 No.68350
3%ポイントUP 15,000円 税込16,200円

1箱
8g×30包 No.68351
2%ポイントUP 7,500円 税込8,100円

仕事や勉強、家事による一時的な疲労感やストレスをやわらげる、睡眠の質（眠りの深さ）の向上に役立つ機能性関与成分GABAを採用。くつろぎに寄り添うETAS®（アスパラガス抽出物）も配合しました。

【機能性表示】本品にはGABAが含まれます。GABAには、睡眠の質（眠りの深さ）の向上に役立つ機能、仕事や勉強、家事による一時的な疲労感やストレスを和らげる機能があることが報告されています。本品は、特定保健用食品と異なり、機能性及び安全性について国による評価を受けたものではありません。届け出られた科学的根拠等の情報は消費者庁のウェブサイトで確認できます。食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。

SO LIFTIE（ソーリフティ） 常凍

5箱50本 30ml×50 No.68364
7%ポイントUP +1,750ポイント 25,000円 税込27,000円
SO LIFTIE 1箱10本

3箱30本 30ml×30 No.68363
5%ポイントUP +750ポイント 15,000円 税込16,200円
SO LIFTIE 5本

1箱10本 30ml×10 No.68362
5,000円 税込5,400円
SO LIFTIE 2本

機能性表示食品
【届出表示】本品にはサケ鼻軟骨由来プロテオグリカンが含まれます。サケ鼻軟骨由来プロテオグリカンには肌弾力を維持し、肌の健康に役立つ機能、また、膝関節の不快感を持つ方の軟骨成分の分解を抑え、関節軟骨の保護に役立ち、膝関節の可動性、日常生活における膝の動き（階段の上り下り、歩く、立ち上がる、落ちたものを拾う、座っている）の改善に役立ち、起床時の膝の違和感を軽減する機能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。

YUTAKAMIサプリ&ヘアケアセット（ユタカミ）
YUTAKAMI 機能性表示食品 45日分 135粒
YUTAKAMI シャンプー 400mL
YUTAKAMI ヘアパック 180g
YUTAKAMI コンディショナー 400mL
YUTAKAMI モイストリペアオイル 58mL
常凍 No.68349
6,000円お得！
合計価格 28,200円▶22,200円 税込24,420円

SO ENERGIE（ソーエナジー） 常凍

5箱50本 50ml×50 No.68361
7%ポイントUP +1,400ポイント 20,000円 税込21,600円
SO ENERGIE 1箱10本

3箱30本 50ml×30 No.68360
5%ポイントUP +600ポイント 12,000円 税込12,960円
SO ENERGIE 5本

1箱10本 50ml×10 No.68359
4,000円 税込4,320円
SO ENERGIE 2本

能活生活 2箱 常凍
30粒×2 No.68370
5%ポイントUP +700ポイント 14,000円 税込15,120円
ホタテ由来のプラズマローゲン配合。勉強や仕事を頑張る方に。

ありがとう乳酸菌 2箱 常凍
10ml（液体タイプ）×15包×2 No.68371
5%ポイントUP +580ポイント 11,600円 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。

食品

数量限定 10月のごちそう詰め合わせセット
国産牛100%プレミアムミートローフ 120g
スパイシーチキン 150g
焼きフライ コロッケ 110g（2個）
北海道産豚ヒレのペッパースモーク 150g
黒毛和牛のビーフハヤシ 180g
焼きフライ エビフライ 58g
常凍
No.68375
6,000円 税込6,480円

数量限定 10月のパンセット
極みメロンパン 1個
極みココナッツパン 1個
極みチョコチップパン 1個
極み厚切り山型パン 3枚切
トーストクリーム 30g×3
トーストクリーム再開！
常凍
No.68374
3,300円 税込3,564円

数量限定 牛肉と春雨のチャプコギ 3袋
常凍
180g×3 No.68386
3%ポイントUP 4,350円 税込4,698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。

国産肉100% 照り焼きソースハンバーグ 3袋
常凍
240g×3 No.68391
5%ポイントUP +168ポイント 3,360円 税込3,628円
国産ぶなしめじなどが入った和風だしのソースで煮込んだ逸品。

国産肉100% 直火焼きハンバーグ 3個
常凍
120g×3 No.68491
5%ポイントUP +144ポイント 2,880円 税込3,110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。

焼きフライ 極旨メンチカツ
常凍

10個
85g×10 No.68390
1個あたり618円
7%ポイントUP +432ポイント 6,180円 税込6,674円

6個
85g×6 No.68389
1個あたり約689円
3%ポイントUP 4,130円 税込4,460円

黒毛和牛のビーフハヤシ
常凍

6袋 180g×6 No.68388
7%ポイントUP +453ポイント 6,480円 税込6,998円

3袋
180g×3 No.68387
3%ポイントUP 3,240円 税込3,499円

黒毛和牛の極旨牛すき丼
常凍

6袋 180g×6 No.68481
7%ポイントUP +369ポイント 5,280円 税込5,702円

3袋
180g×3 No.68480
3%ポイントUP 2,640円 税込2,851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

食品

常 凍

黒毛和牛と実山椒の佃煮 2袋

90g×2 No.68475

3%UP ポイント **3,300円** 税込3,564円

黒毛和牛に実山椒と赤ワインを加え、甘辛く炊き上げました。

常 凍

国産牛とゴロゴロ野菜のビーフシチュー 3袋

200g×3 No.68385

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

トマトとビーフブイヨンを基本に、味噌でコクを加えました。

数量限定

常 凍

北海道産豚ヒレのペッパースモーク

150g No.68402

5%UP ポイント **1,560円** +78ポイント 税込1,684円

北海道産豚ヒレ肉をオリジナルのタレにじっくり漬け込み、桜のチップでスモーク。仕上げに粗挽きペッパーをまぶしました。

数量限定

調

常 凍

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・ロススライス150g・ごまだれ200g

No.68401

10%UP ポイント **2,900円** +290ポイント 税込3,132円

北海道の大地で放牧飼育した豚肉は、適度な噛みごたえと旨みが自慢。好相性の特製ごまだれ付き。

数量限定

常 凍

放牧豚のボロニアソーセージ 2袋

80g×2 No.68410

3%UP ポイント **1,560円** 税込1,684円

枝豆とトマト入りのしっとり食感のソーセージ。

常 凍

越後もちぶたのハンバーグ～トマト煮込み～ 2袋

200g×2 No.68384

3%UP ポイント **1,800円** 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。

常 凍

ミニハンバーグと白菜のクリームスープ 3袋

250g×3 No.68383

5%UP ポイント **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。

常 凍

国産豚肉100%ミートオムレツ 6個

100g×6 No.68412

7%UP ポイント **4,000円** +280ポイント 税込4,320円

卵、玉葱、人参なども国産。やさしい風味が人気です。

調

常 凍

豚どんセット

2食分(豚肩ロススライス160g・タレ50g)

No.68485

2%UP ポイント **900円** 税込972円

しょうゆベースの甘いタレがご飯とも相性抜群。

常 凍

焼豚 2袋

120g×2 No.68411

2%UP ポイント **3,000円** 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 3袋

80g×3 No.68404

3%UP ポイント **2,220円** 税込2,397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。

無塩せきポークウインナー 常 凍

プレーン 2袋 100g(4本)×2 No.68407

スパイシー 2袋 100g(4本)×2 No.68408

ハーブ 2袋 100g(4本)×2 No.68409

3%UP ポイント 各**1,680円** 税込1,814円

常 凍

鶏肉のやわらか煮～オレンジ風味～ 3袋

200g×3 No.68392

5%UP ポイント **3,600円** +180ポイント 税込3,888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。

揚げないとりから 2袋 常 凍

150g(6個)×2 No.68405

3%UP ポイント **2,600円** 税込2,808円

揚げないむねとりから 2袋 常 凍

150g(6個)×2 No.68406

3%UP ポイント **2,600円** 税込2,808円

常 凍

手ごねなんこつ入りつくね 3袋

120g×3 No.68403

5%UP ポイント **1,800円** +90ポイント 税込1,944円

材料のこねから成形まで手づくり。みっしりとした食感が魅力。

常 凍

だし薫るかき玉風親子丼

6袋 200g×6 No.68474

7%UP ポイント **4,500円** +315ポイント 税込4,860円

3袋 200g×3 No.68473

3%UP ポイント **2,250円** 税込2,430円

数量限定

常 凍

高知県産うなぎの蒲焼(たれ・山椒付き)

2袋 70g×2 No.68470

3%UP ポイント **5,600円** 税込6,048円

1袋 70g No.68469

2,800円 税込3,024円

引き締まった身ながら、ふっくらしたやわらかさ。上品な旨みが格別です。

常 凍 盛り付け例

天然鯛入り餡かけしんじょう 3袋

120g×3 No.68393

3%UP ポイント **3,450円** 税込3,726円

上品な旨みの天然鯛や野菜のつみれに、やさしい風味の餡を絡めました。

常 凍

焼きフライ 海老クリームコロッケ 2袋

100g(2個)×2 No.68399

2%UP ポイント **1,960円** 税込2,116円

まろやかなクリームソースをサクサクの衣で包みました。

常 凍

秋鮭の塩麹漬け焼き3切 2袋

210g(3切)×2 No.68397

5%UP ポイント **3,900円** +195ポイント 税込4,212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。

常 凍

真だらの味噌漬け焼き3切 2袋

210g(3切)×2 No.68398

5%UP ポイント **3,700円** +185ポイント 税込3,996円

北海道産の真だらの旨みを閉じ込めてふっくら焼き上げました。

NEW

人気の味を食べ比べてください

数量限定 秋のどんぶりセット

ノンオイル中華 九宝あんかけ 180g
国産肉100%直火焼きハンバーグ 120g
黒毛和牛の極旨牛すき丼 180g
黒毛和牛と実山椒の佃煮 90g
だし薫るかき玉風親子丼 200g
思い出のやさしいミートソース 140g
ノンオイル中華 海老チリソース 170g
ノンオイル中華 中華丼 180g
NEW 国産具材のやさしい豚汁 250g

960円お得！

合計価格 9,160円 ▶ **8,200円** 税込8,856円

常 凍 No.68476

国産真さばのスモーク風味 2袋 常 凍

85g×2 No.68396

3%UP ポイント **1,300円** 税込1,404円

国産真さばの味噌煮 2袋 常 凍

83g×2 No.68395

3%UP ポイント **960円** 税込1,036円

国産真いわしのしょうが煮 2袋 常 凍

70g×2 No.68394

3%UP ポイント **800円** 税込864円

まぐろ煮みそ味 2袋 常 凍

100g×2 No.68400

3%UP ポイント **1,100円** 税込1,188円

数量限定

常 凍

ノンオイル調理 タイレッドカレー 3袋

辛さ★★★☆ 200g×3 No.68418

3%UP ポイント **2,340円** 税込2,527円

7種類のスパイスをブレンドした奥深い味わい。

数量限定

常 凍

ノンオイル調理 キーマカレー 3袋

辛さ★★☆☆☆ 120g×3 No.68417

3%UP ポイント **2,100円** 税込2,268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。

常 凍

ノンオイル調理 黄色いビーフカレー 3袋

辛さ★★★★★ 200g×3 No.68416

3%UP ポイント **2,340円** 税込2,527円

牛肉や3種類の国産野菜、ライスミルクが溶け込んだ辛口カレー。

常 凍

ポークカレー 3袋

辛さ★★★☆

200g×3 No.68413

3%UP ポイント **2,190円** 税込2,365円

かつおだしやしょうゆ、練り胡麻の隠し味でコクを出しました。

常 凍

ノンオイル調理 マイルドチキンカレー 3袋

辛さ★☆☆☆☆ 200g×3 No.68415

3%UP ポイント **2,190円** 税込2,365円

フルーツのコクと酸味も複雑に溶け込んだ風味豊かなカレー。

常 凍

チキンカレー 3袋

辛さ★☆☆☆☆

200g×3 No.68414

3%UP ポイント **2,190円** 税込2,365円

多彩なスパイスでチキンと野菜からコクと旨みを引き出しました。

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) ※温度帯の表記のない化粧品はすべて 常 凍 ※店頭販売価格・合計価格はオンラインショップなどでの公式価格 ※ セレクト は定期便も含めてすべてポイント対象外です

常 凍

海老と香りバジルクリームパスタソース 3袋

92g×3 No.68424

ポイント 5%UP **2,820円** +141ポイント 税込 3,045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。

常 凍

国産たらこクリームパスタソース 2袋

110g×2 No.68423

ポイント 5%UP **1,680円** +84ポイント 税込 1,814円

ソースのクリーミーな舌ざわりとたらこのぷちぷち食感がたまらない!

常 凍

思い出のやさしいミートソース 3袋

140g×3 No.68482

ポイント 5%UP **2,190円** +109ポイント 税込 2,365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

国産帆立のボンゴレ風パスタソース 2袋

100g×2 No.68422

ポイント 5%UP **1,460円** +73ポイント 税込 1,576円

国産帆立や野菜にコクのあるソースを絡めました。

からだ想いの鶏スープ 2袋

常 凍

200g×2 No.68487 ポイント 3%UP **1,520円** 税込 1,641円

数量限定

北海道かぼちゃのデザートポタージュ 2袋

常 凍

160g×2 No.68420 ポイント 3%UP **960円** 税込 1,036円

北海道にんじんポタージュ 2袋

常 凍

150g×2 No.68419 ポイント 3%UP **900円** 税込 972円

具だくさんミネストローネ 2袋

常 凍

150g×2 No.68421 ポイント 3%UP **900円** 税込 972円

数量限定

あったかスープセット

北海道かぼちゃのデザートポタージュ 160g×2
北海道ごぼうポタージュ 160g×2
北海道にんじんポタージュ 150g×2
具だくさんミネストローネ 150g×2
からだ想いの鶏スープ 200g
淡路島玉葱と国産野菜のだしスープ 50g

常 凍 No.68486 760円お得!

合計価格 5,260円 ▶ **4,500円** 税込 4,860円

常 凍

淡路島玉葱と国産野菜のだしスープ 6袋

50g×6 No.68427

ポイント 7%UP **4,200円** +294ポイント 税込 4,536円

スープとして、旨みと甘みがぐんとアップする調味料としても◎

NEW

常 凍

国産豚肉の旨みと野菜の甘みが溶け込んだコク深い一杯

国産具材のやさしい豚汁 2袋

250g×2 No.68440

ポイント 2%UP **1,560円** 税込 1,684円

豚肉、里芋、大根、玉葱、にんじん、ごぼうはすべて国産。そうだかつお節やさば節などの合わせだしを手作業で丁寧に引いた風味豊かな一番だしに、やさしくまろやかな白味噌を合わせ、奥深い味わいに仕上げました。

調

数量限定

ノンオイル中華セット

ノンオイル中華 九宝あんかけ 180g
ノンオイル中華 海老チリソース 170g
ノンオイル中華 肉焼売 192g(24g×8個)
ノンオイル中華 肉餃子 216g(18g×12個)
ノンオイル中華 肉ワンタン
177g・2〜3食分(ワンタン15個・スープ2袋)
ノンオイル中華 中華丼 180g
ノンオイル中華 万能肉味噌 110g

常 凍 No.68493 940円お得!

合計価格 6,940円 ▶ **6,000円** 税込 6,480円

数量限定

常 凍

ノンオイル中華 九宝あんかけ

6袋 180g×6 No.68489

ポイント 7%UP **7,680円** +537ポイント 税込 8,294円

3袋 180g×3 No.68488

ポイント 3%UP **3,840円** 税込 4,147円

9種類もの具を鶏肉や魚介や野菜のだしでとろ〜り美味しく煮込みました。

常 凍

ノンオイル中華 海老チリソース

6袋 170g×6 No.68484

ポイント 7%UP **8,100円** +567ポイント 税込 8,748円

2袋 170g×2 No.68483

ポイント 3%UP **2,700円** 税込 2,916円

常 凍

ノンオイル中華 肉焼売 2袋

192g(24g×8個)×2 No.68430

ポイント 3%UP **1,900円** 税込 2,052円

肉と野菜の旨みがぎっしり。そのままでも美味しい醤油ベースの味付け。

常 凍

ノンオイル中華 肉餃子 2袋

216g(18g×12個)×2 No.68431

ポイント 3%UP **1,900円** 税込 2,052円

ニラの風味が利いた豚肉と鶏肉のノンオイル調理餃子。

調

常 凍

ノンオイル中華 肉ワンタン 2袋

177g・2〜3食分(ワンタン15個・スープ2袋)×2 No.68429

ポイント 3%UP **1,840円** 税込 1,987円

具材の食感も楽しめる、ボリューム満点の肉ワンタン。

常 凍

ノンオイル中華 中華丼

6袋 180g×6 No.68472

ポイント 7%UP **5,040円** +352ポイント 税込 5,443円

3袋 180g×3 No.68471

ポイント 3%UP **2,520円** 税込 2,721円

常 凍

ノンオイル中華 万能肉味噌 3袋

110g×3 No.68428

ポイント 3%UP **2,130円** 税込 2,300円

八丁味噌とやさしい麹味噌をブレンドし、深みのある味わいに。

だしが美味しいおでん 3袋

常 凍 400g×3 No.68435

ポイント 3%UP **2,190円** 税込 2,365円

思い出のやさしい玉子焼 2袋

常 凍 10個(500g)×2 No.68478

ポイント 5%UP **3,100円** +155ポイント 税込 3,348円

すずまる納豆 2セット

常 凍

40g×3パック×2 No.68437

ポイント 2%UP **760円** 税込 820円

南瓜のそぼろ煮 2袋

常 凍

60g×2 No.68439

ポイント 3%UP **1,460円** 税込 1,576円

数量限定

ぽかぽか根菜セット

北海道ごぼうポタージュ 160g×2
国産具材の筑前煮 115g×2
和膳きんぴらごぼう 50g×2
和膳ごぼうの甘酢ゆず風味 50g×2
和膳きざみ昆布の土佐煮 50g×2

常 凍 No.68477 860円お得!

合計価格 5,360円 ▶ **4,500円** 税込 4,860円

数量限定

常 凍

ちらし寿司の素

3セット
1食分(具材50g・寿司酢20ml)×3 No.68434

ポイント 3%UP **2,100円** 税込 2,268円

1セット
1食分(具材50g・寿司酢20ml) No.68433

700円 税込 756円

白いごはんに混ぜるだけ!にんじん・タケノコ・椎茸の食感と、まろやかな寿司酢が美味しく調和します。

常 凍

和膳きざみ昆布の土佐煮 2袋

50g×2 No.68438

ポイント 2%UP **980円** 税込 1,058円

昆布、ごぼう、えのきの歯ごたえが楽しめます。

トキノのり

常 凍

乾燥生のり50g No.68426

ポイント 2%UP **3,480円** 税込 3,758円

トキノ海苔の佃煮 2個

常 凍

110g×2 No.68432

ポイント 3%UP **1,860円** 税込 2,008円

常 凍

五種野菜の旨み漬 2袋

150g×2 No.68382

ポイント 3%UP **1,520円** 税込 1,641円

国産野菜の自然な味わいと食感を生かしました。

常 凍

節味楽 2袋

50g×2 No.68425

ポイント 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

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.68479 送料¥0 単独発送 1パックあたり380円

ポイント 3%UP **13,680円** 税込 14,774円

5パック
ササニシキ180g×5 No.68458

ポイント 3%UP **2,100円** 税込 2,268円

常 凍

そのこの御赤飯

9パック
150g×9 No.68460

ポイント 5%UP **4,770円** +238ポイント 税込 5,151円

3パック
150g×3 No.68459

ポイント 3%UP **1,590円** 税込 1,717円

常 凍

小麦香る生パスタ 3袋

100g×3 No.68461

ポイント 3%UP **1,170円** 税込 1,263円

甘みのある小麦本来の風味、コシがあってもちもちの食感を堪能。

常 凍

自家製粉そば粉のなま蕎麦 6袋

100g×6 No.68462

ポイント 3%UP **2,560円** 税込 2,764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ど越し。

※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せん。

食品

数量限定

常 凍

ほっくり甘いかぼちゃあんを手作業で包み黒ごまをトッピングしました

極み特大 かぼちゃあんぱん

1個　No.68378

570円 税込615円

風味がよい北海道産の完熟かぼちゃをじっくり蒸した後、白いんげん豆の生あんと合わせておつくりしたあんを、小麦が香る生地で包みました。

なくなり次第終了

数量限定

肉まん あんまんセット

国産豚ヒレ肉の
もっちり肉まん 3個
北海道産小豆の
もっちりあんまん 3個

常 凍

No.68494

3,420円 税込3,693円

常 凍

極みカレーパン 2個

No.68454　ポイント2%UP 1,140円 税込1,231円

コクのあるカレーペーストを包み、さっくり焼き上げました。

常 凍

便利つゆ 3本

300ml×3　No.68457

ポイント2%UP 2,250円 税込2,430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

その子トマト 2本

400g×2　No.68455

ポイント3%UP 1,760円 税込1,900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

スパイス香る熟成ウスターソース 2本

360ml×2　No.68451

ポイント3%UP 1,520円 税込1,641円

5種類の有機野菜と果実の恵みが生きています。

キムチちゃん 2個

常 凍　155g×2　No.68456

ポイント5%UP +90ポイント 1,800円 税込1,944円

2種の唐辛子やりんごなどを使った、旨みのある辛さが魅力。

万能ハーブガーリックソルト 2個

常 凍　35g×2　No.68490

ポイント3%UP 1,800円 税込1,944円

マヌカハニー セレクト MGO573/UMF16

常 凍　250g　No.68445

ポイント1%UP 11,000円 税込11,880円

※蜂蜜は製品の特性上、加熱殺菌をしておりませんので、1歳未満の乳児には与えないでください

常 凍

その子珈琲 浅煎りブレンド 2袋

挽き豆200g×2　No.68442

ポイント3%UP 3,880円 税込4,190円

6つの産地の豆を丁寧に焙煎して長所を引き出しました。

常 凍

その子珈琲 深煎りブレンド 2袋

挽き豆200g×2　No.68441

ポイント3%UP 4,280円 税込4,622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。

常 凍

その子珈琲 アイスブレンドコーヒー

6本　1000ml×6　No.68444

ポイント5%UP +408ポイント 8,160円 税込8,812円

2本　1000ml×2　No.68443

ポイント2%UP 3,200円 税込3,456円

数量限定

常 凍

レモンサイダー 24本

送料¥0 単独発送

200ml×24　No.68450

ポイント10%UP +816ポイント 8,160円 税込8,812円

6本　200ml×6　No.68449

ポイント2%UP 2,040円 税込2,203円

常 凍

ホワイティ 2本

500ml(5倍希釈)×2　No.68446

ポイント3%UP 3,000円 税込3,240円

安定剤無添加でつくった、さわやかな甘みの乳性飲料。

有機フルーツ+野菜100 6本

常 凍　190g×6　No.68447

ポイント5%UP +90ポイント 1,800円 税込1,944円

有機ジンジャー りんごとすだち 3本

常 凍

有機しょうがシロップ(濃縮) 310g(4~6倍希釈)×3　No.68448

ポイント10%UP +450ポイント 4,500円 税込4,860円

数量限定

深まる秋に甘いひと休み

和菓子セット

桜葉薫る道明寺 200g(4個)
栗まん 1袋(2個)×3
黒豆塩大福 220g(4個)
黒蜜風味ようかん 240g(20g×12本)
みたらし団子 200g(5本)

常 凍　No.68377

540円お得!

合計価格 4,840円▶4,300円 税込4,644円

数量限定

常 凍

桜葉薫る道明寺 2袋

200g(4個)×2　No.68463

ポイント3%UP 2,080円 税込2,246円

生地の食感と粒あんが相性抜群。国産のもち米と小豆を使用し、香り高い国産の桜葉で巻きました。

数量限定

常 凍

せんべい ごま 2袋

6枚×2　No.68466　ポイント3%UP

1,760円 税込1,900円

1袋 6枚 880円 No.68465 税込950円

常 凍

せんべい しょうゆ 2袋

6枚×2　No.68467　ポイント3%UP

1,760円 税込1,900円

常 凍

せんべい ざらめ 2袋

6枚×2　No.68468　ポイント3%UP

1,760円 税込1,900円

数量限定

常 凍

カシューナッツ クッキー プレーン 2袋

90g×2　No.68379　ポイント2%UP 1,560円 税込1,684円

カシューナッツを贅沢に使用したサクサククッキー。※カシューナッツ44%以上配合

数量限定

常 凍

カシューナッツ クッキー 珈琲 2袋

80g×2　No.68380　ポイント2%UP 1,560円 税込1,684円

有機栽培コロンビア産アラビカ種の香ばしさとほろ苦さ。

常 凍

黒豆塩大福 2袋

220g(4個)×2　No.68492

ポイント5%UP +104ポイント 2,080円 税込2,246円

黒豆入りのやわらかな生地と粒あんの上品な甘さが絶品。

常 凍

みたらし団子 2袋

200g(5本)×2　No.68464

ポイント5%UP +94ポイント 1,880円 税込2,030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と。

お茶の時間を彩る甘やかな饗宴

米粉ロールケーキ&ガトーショコラセット

米粉ロールケーキ カスタード 1本
濃厚ガトーショコラ 1個

常 凍　No.68376

270円お得!

合計価格 3,250円▶2,980円 税込3,218円

常 凍

米粉ロールケーキ カスタード 2本

No.68381

ポイント2%UP 3,300円 税込3,564円

北海道の恵みをふんだんに使い手作業で包みました。

カカオ飴 3袋

常 凍　50g×3　No.68495

ポイント3%UP 990円 税込1,069円

ちゅらしお飴 3袋

常 凍　50g×3　No.68496

ポイント3%UP 990円 税込1,069円

食用植物油脂、増粘安定剤不使用。20年前から変わらない製法と吟味した卵や牛乳を使いやさしい甘さに仕上げました。

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

❶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。❷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。

A 地域お届け日 ●本州(青森県・秋田県・岩手県を除く) ●四国 ●九州(長崎県・鹿児島県の一部地域を除く)	B 地域お届け日 ●北海道 ●青森県 ●秋田県 ●岩手県 ●長崎県(一部地域を除く) ●鹿児島県(一部地域を除く)	ご注文締切日
10/14(水)もしくは10/17(土)	10/15(木)もしくは10/18(日)	10/6(火)まで
10/21(水)もしくは10/24(土)	10/22(木)もしくは10/25(日)	10/13(火)まで
10/28(水)もしくは10/31(土)	10/29(木)もしくは11/1(日)	10/20(火)まで
11/4(水)もしくは11/7(土)	11/5(木)もしくは11/8(日)	10/27(火)まで

※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存容器・ドライアイス代が含まれています

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) ※温度帯の表記のない化粧品はすべて 常 凍 ※店頭販売価格・合計価格はオンラインショップなどでの公式価格 ※ セレクト は定期便も含めてすべてポイント対象外です

美味しく、しっかり食べて、整うカラダへ

献立実行部おすすめ

ひと足お先にスッキリ！ SONOKO 奇跡の献立実行部

良質な素材を吟味し、不要な食品添加物や油脂を使わない食事を、規則正しく。
鈴木その子の食養理論を受け継いだ「SONOKO式献立セット」を、生活やお好みに合わせて実行しませんか。
栄養バランスを考えたバラエティー豊かな美味しいメニューで、内側から輝くような健やかなカラダをめざしましょう。

数量限定 10月の4週間完全実行献立セット

82,000円 税込88,560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 ほうじ茶タイプ　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	10/1(木)～10/15(木)	10/2(金)～
第2週	10/8(木)～10/22(木)	10/9(金)～
第3週	10/15(木)～10/29(木)	10/16(金)～
第4週	10/22(木)～11/5(木)	10/23(金)～

お申し込み受付期間
10/14(水)まで

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

ありがとう乳酸菌 2箱

※お届け日は、お届け地域や天候、交通事情によりご希望に添えない場合がございます。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

ミートローフにスパイシーチキン、ペッパースモークも！

数量限定 10月の1週間グルメセットA

No.68303 **22,000円** 税込23,760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100%プレミアムミートローフ、スパイシーチキン、北海道産豚ヒレのペッパースモーク、国産肉100%照り焼きソースハンバーグ、無塩せきポークウインナー ハーブ、揚げないとりから、海の幸マカロニグラタン、焼きフライ エビフライ、真だらの味噌漬け焼き、国産真さばの味噌煮、ノンオイル調理 タイレッドカレー、海老と香りバジルクリームパスタソース、NEW 国産具材のやさしい豚汁、ちらし寿司の素、和膳きんぴらごぼう、和膳ごぼうの甘酢ゆず風味、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、トキノ海苔の佃煮、いんげん豆の煮豆（小分け）×2、帆立しぐれ煮（小分け）、小麦香る生パスタ、極みココナッツパン、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 珈琲、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

国産牛100%プレミアムミートローフ 1個

うなぎの蒲焼、とんかつ、ロールケーキに舌鼓♪

数量限定 10月の1週間グルメセットB

No.68304 **22,000円** 税込23,760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】高知県産うなぎの蒲焼（たれ・山椒付き）、牛肉と春雨のチャプコギ、焼きフライ ハーブ豚とんかつ、焼きフライ コロッケ、黒毛和牛と実山椒の佃煮、鶏とマッシュルームのマカロニグラタン、天然鯛入り餡かけしんじょう、秋鮭の塩麹漬け焼き、ノンオイル中華 海老チリソース、ノンオイル中華 肉餃子、ノンオイル中華 万能肉味噌、国産具材の筑前煮、和膳切り干し大根、和膳ごぼうの甘酢ゆず風味、和膳きざみ昆布の土佐煮、和膳ほうれん草としめじのおひたし、いんげん豆の煮豆（小分け）、帆立しぐれ煮（小分け）、ひじき煮（小分け）、らーめん風、極みチョコチップパン、極みスイートレーズンパン×2、極み角食パン、トーストクリーム×2、せんべい ごま、米粉ロールケーキ カスタード

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

国産牛100%プレミアムミートローフ 1個

揺らぎやすい季節の変わり目、バランスを整えて健やかに過ごしましょう

数量限定 10月の朝昼間食（あさひるかんしょく）セットプラス

No.68305 **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】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、北海道産豚ヒレのペッパースモーク、国産肉100%芳醇デミグラスハンバーグ、鶏とマッシュルームのマカロニグラタン、だし薫るかき玉風親子丼、焼きフライ 海老クリームコロッケ、真だらの味噌漬け焼き、国産真さばの味噌煮、からだ想いの鶏スープ、和膳ひじきの煮物、釜揚げうどん、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、せんべい ごま、カシューナッツクッキー 珈琲

※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 極旨メンチカツ 2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　※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せん。

献立

エビデンス*1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*2献立セット

常 凍

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

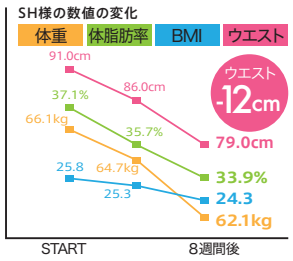
送料¥0 単独発送

160,000円 税込 172,800円

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*2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*2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。

SH様
(47歳)※当時



※お届け日は、お届け地域や天候、交通事情によりご希望に添えない場合がございます。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　＊1 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21人（年齢41.7± 8.6歳）が対象として、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して、1日の摂取エネルギーをおよそ1400kcal、たんぱく質17%・脂質13%・炭水化物70%で摂取する食事プログラムによる。期間は8週間。体重5.94±2.71kg（77.76±15.25kgから71.81±14.19kg）に有意に減少。※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　＊2 ダイエットは1日1400kcalに制限することによる

常温で保管できるSONOKOの人気総菜にサプリもプラス

常温グルメ献立セット

No.69050　3%ポイントUP　**21,800円** 税込 23,544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】国産肉100%照り焼きソースハンバーグ、黒毛和牛の極旨牛すき丼、国産牛とゴロゴロ野菜のビーフシチュー、国産真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／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

パンや麺がお好きな方におすすめのバラエティ豊かな献立

その子ちゃん献立セット

No.69051　2%ポイントUP　**18,800円** 税込 20,304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、黒毛和牛の極旨牛すき丼、ミニハンバーグと白菜のクリームスープ、国産豚肉100%ミートオムレツ、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、極みバーガーバンズ×2、極みスイートレーズンパン×2、極みロールパン×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、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

リニューアル

これまでの習慣をリセットしてすっきり整えたい方に

すっきり習慣献立セット

No.69052　**18,800円** 税込 20,304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、黒毛和牛のビーフハヤシ、黒毛和牛の極旨牛すき丼、越後もちぶたのハンバーグ～トマト煮込み～、無塩せきポークウインナー プレーン、揚げないとりから、秋鮭の塩麹漬け焼き、国産真さばの味噌煮、国産真いわしのしょうが煮、ノンオイル調理 マイルドチキンカレー、具だくさんミネストローネ、国産小松菜のみそ汁、ノンオイル中華 海老チリソース、国産具材の筑前煮、和膳切り干し大根、和膳ひじきの煮物、和膳ほうれん草としめじのおひたし、昆布水のもと、焼海苔、トキノ海苔の佃煮、乾わかめ、いんげん豆の煮豆、帆立しぐれ煮（小分け）、ひじき煮（小分け）、スパゲッティ、極みロールパン、極み特大粒あんぱん、極みカレーパン、その子のどら 1個、栗まん、黒蜜風味ようかん、ドリームプリン カスタード、アーモンドと蜂蜜のリエージュ風ワッフル

プレゼント

そのこの御赤飯 3パック

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

SONOKO式の原点で食生活を規則正しく

スタンダード 献立セット

No.62728　**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】黒毛和牛の極旨牛すき丼、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、節味楽、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　※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

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した。
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

新製品・リニューアル情報

リニューアル

ナイトバスエッセンス　常 凍

【薬用入浴液】
150mL　No.64855

3,600円 税込 3,960円

Wの薬用有効成分を配合。温浴効果を高め、疲労回復、冷え症、肩のこり、腰痛などをやわらげます。ローズやジャスミンの気品あふれる香りに包まれる優雅なバスタイムを。

新定番品

- 国産肉100%芳醇デミグラスハンバーグ
- 国産具材のやさしい豚汁
- 五種野菜の旨み漬
- その子珈琲浅煎りブレンド
- 発酵かさねあまさけ 2袋
- 米粉ロールケーキ カスタード
- RilaMin（リラミン）
- ザ ソノコ UVホワイトヴェール
- イルミナージュフェイスパウダー
- YUTAKAMI モイストリペアオイル
- セレクト ルアモ ナチュラルアイカラー セージグリーン
- セレクト ルアモ ナチュラルアイカラー グレージュ

名称・パッケージ・内容量リニューアル

- 国産真いわしのしょうが煮 73g→70g（内容量変更）
- カシューナッツクッキー プレーン（名称・パッケージ変更）
- セレクト ルアモ ナチュラルチークカラー コーラル（パール感変更）
- セレクト ルアモ ナチュラルチークカラー ローズ（パール感変更）
- セレクト ルアモ ナチュラルアイカラー モーヴピンク（パール感変更）
- セレクト ルアモ ナチュラルアイカラー シャインオレンジ（パール感変更）

なくなり次第終了・販売終了

- セレクト カシスジャム
- フェイスパウダー
- バスエッセンスブーケ
- セレクト ルアモ ナチュラルアイカラー キャラメルブラウン
- セレクト ファーメンステーション アウトドアスプレー レモングラス
- 常温グルメ献立セット そのこ米ごはん付（販売終了）
- すっきり献立セット デラックス（販売終了）
- すっきりスターター献立セット（販売終了）
- その子ブレンド浅煎り珈琲（販売終了）
- 米麹と酒粕のあま酒（販売終了）
- 米粉ロールケーキ プレーン 1箱3切（販売終了）
- UVホワイトヴェール（販売終了）
- セレクト KENT ヘアブラシ ふつう（販売終了）

価格変更

コシヒカリ 5kg	6,980円 → 8,300円（税込8,964円）
定期便コシヒカリ 5kg	6,400円 → 7,800円（税込8,424円）
コシヒカリ小分けパック 450g	730円 → 830円（税込896円）
定期便コシヒカリ小分けパック 450g×10	6,400円 → 7,800円（税込8,424円）
ササニシキ 5kg	5,980円 → 8,300円（税込8,964円）
定期便ササニシキ 5kg	5,000円 → 7,800円（税込8,424円）
ササニシキ小分けパック 450g	590円 → 830円（税込896円）
定期便ササニシキ小分けパック 450g×10	5,000円 → 7,800円（税込8,424円）
セレクト 特別栽培米魚沼産こしひかり	6,400円 → 8,300円（税込8,964円）
杵つき餅	1,260円 → 1,380円（税込1,490円）
トキノのり	3,280円 → 3,480円（税込3,758円）
焼海苔	1,280円 → 1,400円（税込1,512円）
氷温®熟成そのこ米ごはん	380円 → 420円（税込453円）
氷温®熟成そのこ米ごはん 1箱36パック	12,600円 → 13,680円（税込14,774円）
セレクト 味の母	925円 → 1,000円（税込1,080円）
セレクト 麹屋甚平・浅漬の素	490円 → 560円（税込604円）
セレクト オーガニックシュガーシロップ 2袋	590円 → 640円（税込691円）
その子の御赤飯 3パック	1,350円 → 1,590円（税込1,717円）
その子の御赤飯 1パック	480円 → 560円（税込604円）
黒豆塩大福	880円 → 1,040円（税込1,123円）
みたらし団子	760円 → 940円（税込1,015円）
セレクト 九州産らっきょう漬け	630円 → 700円（税込756円）
鶏とマッシュルームのマカロニグラタン	1,880円 → 1,950円（税込2,106円）
天然鯛入り餡かけしんじょう	1,100円 → 1,150円（税込1,242円）
海老と香りバジルクリームパスタソース	900円 → 940円（税込1,015円）
国産たらこクリームパスタソース	800円 → 840円（税込907円）
ノンオイル中華 海老チリソース	1,300円 → 1,350円（税込1,458円）
昆布水のもと	900円 → 1,150円（税込1,242円）
昆布水のもと 徳用パック	3,200円 → 4,200円（税込4,536円）
セレクト 果物野菜洗い	900円 → 990円（税込1,089円）
あらびき黒こしょう	780円 → 800円（税込864円）
セレクト オーガニックスポーツドリンク	180円 → 190円（税込205円）
その子珈琲深煎りブレンド	1,940円 → 2,140円（税込2,311円）
トキノ海苔の佃煮	880円 → 930円（税込1,004円）

価格変更（10/1より）

有機フルーツ+野菜100 6本	1,680円 → 1,800円（税込1,944円）
有機フルーツ+野菜100 1箱30本	7,980円 → 8,550円（税込9,234円）
ひじき煮	700円 → 750円（税込810円）
豆ちゃん（大豆の煮豆）	730円 → 770円（税込831円）
いんげん豆の煮豆	580円 → 620円（税込669円）
8週間ダイエット献立セット	150,000円 → 160,000円（税込172,800円）
4週間献立セット	78,000円 → 82,000円（税込88,560円）
1週間グルメセットA・B	21,000円 → 22,000円（税込23,760円）
常温グルメ献立セット	19,800円 → 21,800円（税込23,544円）
その子ちゃん献立セット	16,230円 → 18,800円（税込20,304円）
せっけん	650円 → 850円（税込935円）
自然のめぐみ 国産はちみつ	1,650円 → 2,200円（税込2,376円）
ノンオイル中華 中華丼	780円 → 840円（税込907円）
真だらの味噌漬け焼き	620円 → 670円（税込723円）
真だらの味噌漬け焼き 3切	1,600円 → 1,850円（税込1,998円）
秋鮭の塩麹漬け焼き	620円 → 700円（税込756円）
秋鮭の塩麹漬け焼き 3切	1,600円 → 1,950円（税込2,106円）
再仕込み醤油	810円 → 880円（税込950円）
再仕込み醤油 3本セット	2,250円 → 2,480円（税込2,678円）

総合カタログをお持ちですか?

会報誌に掲載のないすべての定番品を掲載した保存版総合カタログをお届けします。ご注文の際に会報誌と一緒にご活用ください。
カタログをご希望の方はお電話またはオンラインショップへ。オンラインショップではデジタルカタログもご覧いただけます。

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）※店頭販売価格・合計価格はオンラインショップなどでの公式価格　※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（木）、2（金）**
- **銀 座 店 休 業：10/1（木）**

お届けについて

9/29（火）18:00までのご注文
⇒ 9/30（水）出荷、翌日／翌々日お届け

9/29（火）18:00以降のご注文
⇒ 10/3（土）以降順次出荷、翌日／翌々日以降のお届け

SONOKOのポイントサービス

■ ポイントを貯める

パール会員様は 1%、プラチナ会員様は 3%のポイントがお買物のたびに貯まります

- 一部ポイント対象外の製品がございます。詳しくはスタッフにお問い合わせください。
- 有効期限は最終購入日から 1 年間で、お買物のたびに自動延長されます。
- ご返品された場合、相当分のポイントを差し引かせていただきます。

■ ポイントを使う

貯まったポイントは次回以降のお買物で 1 ポイント＝1 円としてご利用いただけます

- ポイントを使ったご注文も有効期限の自動延長の対象となります。
- 送料・代引き手数料にポイントをご利用いただくことはできません。
- ご本人様以外へのポイントの譲渡や合算、現金への換金はできません。

会員ステージについて

ランクアップするとポイント付与率がアップ！さまざまな特典もご用意しています

パール会員	プラチナ会員			
ポイント付与 1%	ポイント付与 3%	年２回 スペシャル プラチナクーポン	選べる お誕生日 プレゼント	月1回 送料無料 FREE

※前年度または今年度内のご購入金額が20万円（税別）に達すると、翌月からプラチナ会員にランクアップします
前年度：2025年4月1日～2026年3月31日、今年度：2026年4月以降
※定期便・福袋・サービス・イベント参加費も含むすべての購入が累計金額に合算されます
※オンラインショップは月1回送料無料の対象外です

定期便について

長く続けるほどにご愛用のお品がどんどんお得になる便利なサービスです

定期購入時			
毎回 10% ポイント付与 1～12回目	毎回 15% ポイント付与 13～24回目	毎回 20% ポイント付与 25回目～	全国どこでも 毎回送料無料 FREE

※変更・休止・解約は、お電話にて承ります。次回お届けの 1 週間前まで（そのこ米定期便は20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
※ 2 回連続のお休みはできません

ご利用ガイド

ご注文

電話 受付時間 /10:00～18:00（月曜定休）

0120-88-7878 ● IP電話・固定電話をご利用の場合 TEL.03-4335-7750

FAX 受付時間 / 24時間受付・通信費無料

FAX 0120-48-7717

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

SONOKO銀座店 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

104-0061東京都中央区銀座5-9-1 銀座幸ビル1F・2F
TEL.03-4335-7878

オンラインショップ 受付時間 / 24時間受付

www.sonoko.co.jp

お支払い

クレジットカード

- お支払いは**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。
- 初めてのご登録の際は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ので、あらかじめクレジットカードをお手元にご用意ください。
- クレジット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がございますので、スタッフの案内に沿ってお手続きください。

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	○	○	○	○	ー	ー	○
分割払い ※1・2	○	○	○	○	○	ー	○
ボーナス払い* ※3	○	○	○	ー	ー	ー	ー

＊銀座店でのご購入時のみご利用になれます
※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の番号の下４桁と有効期限のみお伝えください
※１：１万円以上のお買い上げの場合ご利用可能
※２：分割回数は３、５、６、10、12、15、18、20、24回より
※３：3/1～6/15、8/1～11/15の期間ご利用可能

代金引換

- 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、個数口ごとに代金手数料として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（税別）以上の場合、代引き手数料・送料ともに SONOKO が負担いたします。
- 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。 ※1件とは、『1 住所』への『1 回のお荷物』をさします

お届け

お届け方法

宅配便にてお届けいたします。

- 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時までのご注文で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。

誠に恐れ入りますが、福島県の一部地域（下記掲載）はアイスセットのお届け再開の目処が立っておりません、何卒ご了承くださいませ。
[1] 全域で集荷・配達を停止している地区 双葉郡大熊町・双葉町 [2] 一部で集荷・配達を停止している地区 双葉郡葛尾村葛尾字野行地区・字柏原地区・字小出谷地区・大堀地区・井出地区・小丸地区・末森地区・室原地区・羽附地区・双葉郡浪江町酒井地区津島地区・下津島地区・南津島地区・赤宇木地区・川房地区・昼曽根地区・双葉郡富岡町桜地区・夜ノ森北地区・夜ノ森南 1 丁目・夜ノ森南 2 丁目・小良ヶ浜字深谷 808 番地の 1 を除く区域・大菅の一部地区・本岡の一部地区・相馬郡飯舘村長泥地区・南相馬市小高区金谷地区

送料

全国一律 779円（税込） 1個口につき

- お電話注文は 1 件のお届け商品合計が 30,000 円（税別）以上で送料無料。
- 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。
- 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。

※1件とは、『1 住所』への『1 回のお荷物』をさします

お問い合わせ

お問い合わせ

音声ガイダンスの後、専任担当におつなぎいたします。

① ご注文された荷物の確認、返品・交換に関するお問い合わせ
② 住所変更などの会員登録内容に関するご連絡、各種お手続き
③ SONOKO式実行、製品に関するお問い合わせ
④ 個人情報・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

返品・交換方法

返品・交換に関しましては事前に左記のお問い合わせ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（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

返品・交換をお受けできないもの

■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
■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お手続きの上、ご指定の口座より一旦引き落とし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。

イベントのお知らせ

10/11(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

10/12(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)

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

お問い合わせ・お申し込み先 0120-88-7878

\ご予約制/

SONOKO ミニイベント

普段なかなかお目に掛かる機会のない会員様へ、様々なお話や体験を直接お届けにまいります。
事前ご予約制・少人数でのアットホームなイベントです。
ぜひお気軽にご参加ください！

【開催予定】
- 10月3日(土)…… 広島
- 10月4日(日)…… 姫路
- 10月31日(土)…… 鹿児島
- 11月1日(日)…… 福岡
- 11月28日(土)…… 岐阜
- 11月29日(日)…… 豊橋
- 1月31日(日)…… 町田
- 2月27日(土)…… 仙台
- 2月28日(日)…… 宇都宮

※該当地域にお住まいの会員様へは、会場や開催時間など改めてハガキやメールマガジン等でご案内いたします
※その他の地域でも順次開催を予定しております
詳しくはお気軽にお問い合わせください

超早割＋早便でさらにお得

お得な おせちの早便をお見逃しなく！

12/10(木)〜20(日)までのお届けをご希望の方に 1台毎に300P 早便ポイント プレゼント！

物流量が集中する年末年始に、物流業者様の負荷を減らす取り組みが進んでいます。昨年、おせち重とおせち重を含むセットを対象に「早便」制度をスタートしたところ、多くの方がご利用くださり、評価のお声もいただきました。今年も12月10日(木)から20日(日)までのお届けをご希望の方に、感謝を込めてポイントをプレゼントいたします。ぜひ「早便」をご利用ください。

早便の対象

- ◆特選和洋二段重…… 超早割10%OFF 早便なら 300P
- ◆特選和の重…… 超早割10%OFF 早便なら 300P
- ◆和洋二段重…… 超早割10%OFF 早便なら 300P
- ◆和の重…… 超早割10%OFF 早便なら 300P
- ◆おせち重入り1週間グルメセット…… 超早割10%OFF 早便なら 300P
- ◆クリスマス＆おせち重入り年末年始グルメセット…… 超早割20%OFF 早便なら 300P
- ◆GG付き特選和洋二段重＆年末年始グルメセット…… 超早割約34%OFF 早便なら 600P

詳しくは2･3面へ！

銀座店のご案内

営業時間 1F CAFE 11:00〜20:00
2F 11:00〜19:00
※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

10/1(木) 棚卸のため終日CLOSE
10/18(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
10/26(月) システムメンテナンスにつき終日休業

SONOKO ハロウィン

10/23(金)〜31(土)
※26日(月)はお休みです

1. CAFEオリジナルスイーツの販売
2. ハロウィン限定商品やお買い得商品をご用意
3. \はずれなし！/ ハロウィンガチャ〜10,000円毎に1回〜

SONOKO CAFE

menu 1日10食 限定

\特別プレート/
揚げない むねとりからの みぞれ餡かけ
2,400円(税込)

限定プレート内容
●さつまいもとひじきの炊き込みごはん
●わかめとねぎの味噌汁

販売期間 10/2(金)〜31(土)

会員様ご本人に限り CAFEメニュー 20%OFF

※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

ひと足お先にスッキリ！ SONOKO 奇跡の献立実行部

献立実行部 秋の4週間献立実行キャンペーン

銀座店限定お得な特典が付いてくる！

特典1
銀座店献立実行部4献チャレンジ申し込みで割引または豪華プレゼントの特典付き♪

特典2
実行中、CAFEご来店時、壮水入りドリンクとGG(5粒)をサービス！(1日1回まで)

特典3
週に1回(計4回)間食をCAFE特製スイーツにチェンジ！

特典4
実行達成したらCAFEお食事券(1回分)をプレゼント♪

SONOKO 銀座店28周年アニバーサリー

2026/11/14(土)・15(日)
受付開始 10:00〜
販売時間 10:30〜18:00
場所 銀座店1・2F
会員様限定貸切

銀座店開店28周年を記念した特別販売会イベント(会員様貸切イベント)を開催いたします

1. 豪華来場プレゼント 来場するだけでもれなくもらえる！
2. 銀座店限定！アニバーサリー特別セット
3. 人気のサプリが最大30%OFF 化粧品が最大20%OFF 食品30%OFF
4. スペシャルゲストによるトークショー！
5. CAFE：2日間限りの特別メニューが登場

※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

10/16(金)〜18(日) お楽しみ付き販売
10/18(日) 10月のトキノ会定例会
2027年おせちのご紹介：製品事業本部 宇都宮

予定 11/6(金)〜8(日) お楽しみ付き販売
11/8(日) 11月のトキノ会定例会
ゲスト講師：SO ENEGIE共同企画者 鈴木宏昌氏

2026 10

THE NORIKO

トキノ会便り 編集長 瀧本範子の「ノリコ手帖」 VOL.112

猛暑の夏を乗り越えて気がつけば10月に。今年も残り100日を切りました。年初に見た今年の干支「丙午」の運勢によると、大波乱の年、世の中が大転換される年とあったことを思い出しました。日本はもとより、世界中が何か見えない力で掻き回されているような異変が起きていると感じます。

「失われた30年」という言葉を目にすることが多くなり、30年前を振り返ってみると、1996年に当たります。その当時の鈴木その子はまさにブームを呼び起こす直前の熱量が高まっている状態でした。誰よりも社会の動きを敏感に察知し、一歩も二歩も先手を打ってトキノを大きく成長させた鈴木その子にとって、この時期こそ一気に勝負に出る時と定めて決断を下します。それがTV番組のCM提供です。まだ知る人ぞ知る存在だった「トキノと鈴木その子」を全国に知らしめるべく、名乗りをあげたのです。

CM提供への進出は、ある朝、鈴木その子からの電話で始まりました。「CM提供をやります。全国番組に流します。大至急、手配をしてください」と。広告代理店を決定し、CMの内容も検討し、いよいよ撮影の日。鈴木その子は「鈴木その子です。このファンデーションは私がつくりました」というシーンをにこやかに撮り終えました。

当時は、提供主が自社のCMに出演することに厳しい規制があり、30秒のCMなら10秒以内に収めることとなっていました。そんな中、鈴木その子は悠々と存在感のあるコメントを残したのです。

当初は週1回放映の夜のドラマへの提供でしたが、その反響は驚くほど。その後は朝のワイドショー番組にも提供し、お茶の間の認知度も上がっていきました。

そして1998年の夏、当時ウイング高輪にあったトキノにテレビ局の制作担当者から電話が入ります。これが後の美白ブームを巻き起こす「その子の花園」のご縁の始まりでした。

世の中は、失われた30年へと進んでいましたが、鈴木その子はこの暗い時代の始まりを、日本中に「トキノ」の存在を知らせる時へと変えていたのです。

テレビ番組の監督が、鈴木その子に興味を持ったのはCMで語る鈴木その子を見たことがきっかけだったと後に明かしていました。2000年までの3年間を、ブームという形で、一気に知名度を上げてみせた鈴木その子の手腕にはただただ見事という言葉しか見当たりません。

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。