

2021

11

THE SONOKO

Vol.332

SO SAFE
SO HEALTHY
SO HAPPY

半期に一度の大特価!

\うつくしむ暮らし応援/

冬のサンクス
セール

日頃の感謝を込めて、半期に一度の大特価&スペシャルポイントアップ!

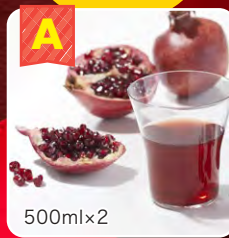
断然お得な「均一特価」や「おまとめセット」もご用意しました。

人や物を大切にすること、その思いを「うつくしむ」といいます。
自分と向き合い、自分や大切な人の健康や幸せに思いを馳せて「うつくしむ」。上質なものでカラダや肌をいたわる
心豊かな「うつくしむ暮らし」をサンクスセールが応援します。先行予約がお得! 早割&プレゼントも!
豪華和洋おせち二段重

11月だけ! ポイントUP

一年頑張った肌をうつくしむ
クリスマスコフレ
2021しっかり殺菌、消毒と
やさしさを両立
SONOKO薬用ハンドウォッシュ

NEW

お買い上げ金額毎に **うれしい!** サンクスプレゼント **数量限定**5万円
(税別)お買い上げ毎に
A B C から1つ選べる!美ざくるジュース
2本ざくる果汁100%の
贅沢なジュース。ざくる
本来の甘みが、口
いっぱい広がります。ドリームプリン
カスタード 8個SONOKO
薬用はみがき 1本パッケージ
リニューアルプレミアムコーヒー ブルーマウンテンNO.1 1袋
ドリームプリン カスタード 3個バスエッセンス
ブーケ 1本

■1回のご注文金額(税別)が対象となります。銀座店では、1日のお買い上げ金額の合算が対象となります。■ポイントを利用した場合もプレゼントの対象となります。

■オンラインショップは上記とは別のプレゼント企画をご用意しております。詳しくはオンラインショップをご確認ください。

■以下はプレゼント対象外です。○定期便などのご予約品 ○単独発送となる別送品(ご予約販売品) ○先様送りギフト ○浄水器本体 ○浄水器工事費、メンテナンス費 ○SONOKOセレクト品…他 ※詳しくはお電話にてお問い合わせください。

吟味した素材で丁寧に作った **カラダを思い、美と**

鈴木その子が全身全霊をかけて開発したサプリメント。初代誕生から四半世紀以上変わらぬコンセプト

発売から30年余り。ずっと飲み続けてきて、G.Gが世界でただ一つのサプリだと実感

ずっと良好な体調をキープ。唯一無二のGGを知っていることが、何よりの財産です!



トキノ会便り 編集長
瀧本 範子

鈴木その子が開発したサプリメントを100%信頼し、発売時から愛飲。仕事が忙しい時でも元気が持続し、自分の中の弱点が改善されていきました。いつも心に留めているのは、サプリメントは補助食品として摂るという感覚。食事の時に必ず飲むのがベストだと思います。飲んですぐに手応えがなくても、飲み続けるのは食べ続けることと思えば、ある時、ご自身の中で良い変化を必ず感じられると思います。

from STAFF



SONOKO代表
宇田川 裕昭

SONOKOで働くご縁がきっかけで、GGを飲み始めた2018年11月以来、ずっとカラダのコンディションが良好です。最近、カラダを守ることに、より意識される方が増えておりますが、その子先生は何十年も前から「もう一人の自分」の尊さについて話されておりました。そして、既に私たちはGGによる体調の変化も実感しています。唯一無二のGGを知っていることが、何よりの財産だと思っています。

from STAFF



TOKINO G.G 常蔵凍

6本セット

180粒×6 No.43122 ※ポイント対象外

114,000円▼

93,000円

税込 100,440円

実質 **27,000円**
お得!



SONOKO.GG
50粒入1袋

3本セット 180粒×3 No.43121 ※ポイント対象外

57,000円 ▶ **48,000円**

税込 51,840円

9,000円
お得!

1本 180粒 No.43120 **20,000円** 税込 21,600円

5%UP
+1,000ポイント



SONOKO GG 常蔵凍

6本セット

180粒×6 No.43119 ※ポイント対象外

114,000円▼

93,000円

税込 100,440円

実質 **27,000円**
お得!



SONOKO.GG
50粒入1袋

3本セット 180粒×3 No.43118 ※ポイント対象外

57,000円 ▶ **48,000円**

税込 51,840円

9,000円
お得!

1本 180粒 No.43117 **20,000円** 税込 21,600円

5%UP
+1,000ポイント

50粒入 50粒 No.43123 **6,000円** 税込 6,480円

5%UP
+300ポイント

体調や目的に合うサプリを上手に取り入れ、うつくしむ暮らしを楽しむ /

健やかなキレイを目指す人に

朝の目覚めから快調で、元気が続く！
美容の調子にも良いと、妻もファンに



常蔵凍

SONOKO G.Gロゼ 3本セット

150粒×3 No.43126
※ポイント対象外

40,000円▼

32,000円

税込 34,560円

8,000円
お得!

SONOKO G.Gロゼ

150粒 No.43127

14,000円

税込 15,120円

5%UP
+700ポイント

夜ゆっくりできて、翌朝の目覚めからスッキリするのを感じます。私の変化を見て妻も飲み始めましたが、カラダが軽やかに感じられるため、活動的で気持ちまで前向きに。美容面も好調と喜んでます。

化粧品担当 登 謙太郎

from STAFF

身体環境を整えたい人に

自分に合った飲み方を発見！
身体環境が整うと、気分もスッキリ



ありがとう乳酸菌 2箱 常蔵凍

10ml(液体タイプ)×15包×2
No.43130

11,600円

税込 12,528円

5%UP
+580ポイント

健康のためには身体環境を整えることが大切だと思ひ、3年前から飲み始めました。スッキリが気になる時は、まず3日連続で飲み、その後は1日おきに飲むのがおすすめ。体調が良いと気分まで明るく!

銀座店 岩生 愛

from STAFF

健康を維持したい人に

カラダ内側から健やかに。
自信を持っておすすめしています



がんばれ善玉菌 2箱 常蔵凍

5.5g(粉末タイプ)×30包×2
No.43131

6,000円

税込 6,480円

5%UP
+300ポイント

身体環境を整えるサプリメントに初めて出会い、発売時から愛飲中。今は週に3回欠かさず飲んでいますが、体調をより良くキープできるように。自分が感じた変化をお客様にもしっかりお伝えしています。

銀座店 竹内 洋子

from STAFF

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

ご注文は

お電話注文
(通話料無料)

0120-88-7878

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

オンラインショップ

www.sonoko.co.jp

Shop

銀座店

営業時間 1F・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。

健康を支えるサプリが大特価!

冬のサンクスセール
11/1月 ~ 11/30火
サプリメント

こそ、“本物”の証です。SONOKOが誇るサプリの大特価&ポイントアップをお見逃しなく!

飲み比べ、併用におすすめ

TOKINO G.GとSONOKO GGを飲み比べて、
自分に最適な飲み分け、併用法を見つけて



GGセット
常蔵凍 ※ポイント対象外

- TOKINO G.G 180粒×2
- SONOKO GG 180粒×2

No.43128

77,000円 ▶ **68,000円**
税込 73,440円

SONOKO GG 50粒入1袋

実質 **15,000円** お得!

一緒に摂りたいサプリセット

SONOKOサプリメントの真髓を体感!
双方の力を引き出し、カラダの底力をUP



TOKINO G.G + SONOKO GG + 荘水セット 常蔵凍

- TOKINO G.G 180粒
- SONOKO GG 180粒
- 荘水 35ml

No.43382

48,000円 ▶ **43,200円**
税込 46,656円

3%UP ポイント +400ポイント

4,800円 お得!

荘水とGGはバッグに入れ、常に携帯。
カラダも美容面もコンディションがアップ!



コールセンター
大石慈子

1999年の発売時から、ずっと飲み続けています。リズムが良くなるためか、例え忙しくても元気になるのが早く、美容面のコンディションも良くなっているのを感じます。飲み忘れると、何となくカラダがスッパリしないため、食卓など常に目に付くところに置いて、飲み物や食べ物、炊飯時の水など水分のある物に滴下しています。GGなどのサプリを飲む時の水にも、必ず入れる習慣をつけるのがおすすめです。



from STAFF

荘水 6本セット 常蔵凍

35ml×6 No.43124
※ポイント対象外

45,000円 ▶ **31,500円**
税込 34,020円

13,500円 お得!

荘水 常蔵凍 35ml No.43125 **8,000円** 税込 8,640円

5%UP ポイント +400ポイント

冴えた毎日を送りたい人に

前向きな気持ちになれば、
仕事や家事に対して積極的に



能活生活 2箱

常蔵凍

30粒×2 No.43129

14,000円
税込 15,120円

5%UP ポイント +700ポイント

積極的にどんどん仕事や家事をこなし、前向きな気持ちになれば、考えが整理されるのを実感。ネガティブな時に一度お試しいただいたら、いつの間にか次々と予定をこなしている自分に驚くと思います。

食品担当 宮路敦子

from STAFF

ハリのある毎日を送りたい人に

食生活が乱れがちな時も
透を飲んでという安心感が!



素ドリンク 透 (スティックタイプ) 2箱 常蔵凍

8g×30包×2 No.43132

11,600円
税込 12,528円

5%UP ポイント +580ポイント

植物由来の成分でつくられているので、安心感があり、カラダに良い物を摂っているという気持ちに。後味がスッパリして飲みやすく、美味しいのも魅力です。炭酸水で割ったり、お酒に入れて飲むのも◎。

食品担当 宇都宮隆靖

from STAFF

カラダをいたわり休みたい人に

ゆっくりとくつろげ、
翌朝の目覚めからスッカリ



素ドリンク 月 (スティックタイプ) 2箱 常蔵凍

8g×30包×2 No.43133

11,600円
税込 12,528円

5%UP ポイント +580ポイント

子どもが小さく、なかなかくつろげませんでしたが、月を飲み始めてからはゆっくりできるようになり、朝の目覚めからスッカリ。荘水とありがとう乳酸菌を入れた水で、GGを飲む時に一緒に飲んでます。

コールセンター 池尻有希子

from STAFF

※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。

角質層の透明感を磨き、明るいキメ美肌へ

WB クレンジングミルク

120mL No.43082
7,000円 7%ポイントUP
税込 7,700円 +490ポイント

WB ホワイトニングローション

【薬用美白¹化粧水】
170mL No.43087
8,000円 5%ポイントUP
税込 8,800円 +400ポイント

WB ウォッシングフォーム

100g No.43083
7,000円 7%ポイントUP
税込 7,700円 +490ポイント

WB トリートメントローション

150mL No.43084
9,000円 5%ポイントUP
税込 9,900円 +450ポイント

WB ホワイトニングエッセンス

【薬用美白¹美容液】
40mL No.43088
12,000円 7%ポイントUP
税込 13,200円 +840ポイント

WB モイスチュアライジング

ミルク
120mL No.43085
10,000円 5%ポイントUP
税込 11,000円 +500ポイント

WB グランクリーム

45g No.43086
25,000円 5%ポイントUP
税込 27,500円 +1,250ポイントエレガントな
美しさを湛える姿様

以前はホワイトビューティーシリーズを使っていましたが、2014年のリニューアル後からWBシリーズを愛用しています。一番のお気に入り理由は、高い保湿効果でお肌がしっとりすること。お友達にも美容師さんにも「お肌が透き通るようにキレイですね」といってもらえるし、驚かれます。コロナ禍のマスク生活で隠れているのがもったいないくらい、本当に良くお肌を褒めていただけるのが嬉しいです。元々の肌色はどちらかというとオークル系のタイプですが、WBシリーズを使い続けてきたおかげか、いつの間にか顔色が明るく、透明感がアップ。その子先生のおっしゃっていた「お肌をいじめない」を実践し、洗顔の泡立てや、ローションもきちんと量を守って使用し、重ねづけも。乳液やクリームも慌てずに丁寧になじませてつけるなど、基本のスキンケア方法を守ってきたからだだと思います。とても気に入っているシリーズです。

埼玉県 湊美都子様 (77歳)

お客様の声

WB 6点セット

No.43079 ※ポイント対象外

53,000円▼

46,000円

税込 50,600円

7,000円
お得!ザ・ソノコ
セラム 4.5mL3,298円
相当

- WB クレンジングミルク 120mL
- WB ウォッシングフォーム 100g
- WB ホワイトニングローション【薬用美白¹化粧水】 170mL
- WB トリートメントローション 150mL
- WB ホワイトニングエッセンス【薬用美白¹美容液】 40mL
- WB モイスチュアライジングミルク 120mL

敏感肌をいたわり続ける
ロングセラーシリーズ

荘 5点セット

No.43081 ※ポイント対象外

41,000円▶

36,900円

税込 40,590円

4,100円
お得!

- 荘 クレンジングクリーム 120g
- 荘 ウォッシングフォーム 90g
- 荘 モイスチャーローション 120mL
- 荘 デイクリーム 40mL
- 荘 ナイトクリーム 40g

外的刺激から徹底ガード
刺激を受けにくい健やかな肌へ

荘 クレンジングクリーム 2本
120g×2 No.43093
7%ポイントUP
12,000円 税込 13,200円
+840ポイント

荘 ウォッシングフォーム 2本
90g×2 No.43094
7%ポイントUP
12,000円 税込 13,200円
+840ポイント

荘 モイスチャーローション 2本
120mL×2 No.43095
7%ポイントUP
14,000円 税込 15,400円
+980ポイント

荘 デイクリーム 2本
40mL×2 No.43096
5%ポイントUP
18,000円 税込 19,800円
+900ポイント

荘 ナイトクリーム 2本
40g×2 No.43097
5%ポイントUP
26,000円 税込 28,600円
+1,300ポイント

HISTORY

デリケートな肌にも
どなたでも使える化粧品を

どのような肌質の方にもお使いいただける化粧品づくりに注力した鈴木その子。しかし、それでもまだ肌が敏感に感じるといふ方のために研究に研究を重ね、誕生したのが「荘シリーズ」です。肌への刺激が強い成分はもちろん、アレルギーなどを起こしやすい成分や、製品の安定性にも充分配慮。極力空気に触れないようにするために、チューブタイプのパッケージを採用するなど、鈴木その子のこだわりが詰まったシリーズです。



鈴木その子

のこだわり

が詰まった

シリーズです。

スキンケア編 肌の状態や悩みに最適なスペシャルケアを!

年齢肌の悩みを多面的にケア*2 鈴木その子が提唱した理想の肌へ

お客様の声

入会歴29年。その子先生の食と美肌理論、そして「本物を見極める力を持つ」という哲学を先生に教えていただきました。「化粧品は、お顔から首までつけなさい」、「20年後30年後を考えて化粧品を使いなさい」とおっしゃっていた先生の教えを守り続けてきました。初代ステップ1、2から愛用していましたが、今回、ザ・ソノコ セラムを初めて使用したときに、まずその香りが非常に良く、香りにもこだわったその子先生の考えが受け継がれている証だと思いました。「これぞ先生の香り」と思います。使用感もとても良く、朝晩これ1本というのも便利。今までのSONOKOの美容液の中で一番気に入りました。これまで30年近くSONOKOの化粧品を愛用してきましたが、ザ・ソノコ セラムを使用し、さらにお肌の調子が良くなったと実感し、自分でも驚いています。ファンデーションの色がとても映えるメイクの仕上がりになります。これからも使い続けるのが楽しみです。

東京都 鳥越 留美子様 (65歳)

美しさにより磨きがかかった
現在の鳥越様



29年前の
想い出深い一枚

ザ・ソノコ セラム

30mL No.43099
22,000円
税込 24,200円



ザ・ソノコ
セラム 4.5mL

3,298円
相当

POINT
お手入れの仕上げは
WB グランクリームで

冬のサンクスセール
11/1月 ~ 11/30火
化粧品・雑貨

肌の美しさが際立つ
おしゃれな栗原様



会員歴35年。ずっとSONOKOを愛用し、スキンケア、スペシャルケアも使い続けてきました。ホワイトマスクもずっと愛用していましたが、今回、ザ・ソノコ ホワイトマスクを使用したところ、肌に透明感が出てキメが細くなってびっくりしました。これまでもSONOKO化粧品を愛用してきましたが、さらにキレイになれるとは驚きです。購入後、毎日の夜のお手入れに使用しています。今までと同じメイクでも肌の色が明るく、透明感が高まってキレイな仕上がりに。明らかな変化で、うれしく思います。

東京都 栗原 節子様 (73歳)



肌にごり*までオフして 澄み渡るようなクリアな肌へ ザ・ソノコ ホワイトマスク

90g No.43098 **3%UP** 9,000円
税込 9,900円

重力に負けないハリ肌感! 3Dデザインセラム

30g No.43100 **9,000円** **5%UP**
税込 9,900円 +450ポイント



スキンケアと発光白肌ベースメイクを同時に ナチュラルなツヤ・ハリ肌に

ライトアップBB ナチュラルオークル 2本
SPF35/PA+++
30g×2 No.43110

ライトアップBB 2本
SPF35/PA+++
30g×2 No.43109

お得なこの機会、お見逃しなく 憧れのアイテムも 愛用品もポイントUP

お試し、おまとめ買いのチャンス



ハリ、弾力を高め 年齢サインに喝! サインズエッセンス

20g No.43101 **5%UP** 10,000円
+500ポイント 税込 11,000円

透明感を磨き みずみずしい美肌へ ホワイトストリーム

30mL No.43102 **5%UP** 13,000円
+650ポイント 税込 14,300円



ヘアケア編 髪と頭皮のエイジングケア*2も抜かりなく

頭皮環境を整えてハリ、ツヤのある美髪を育む

お客様の声

GG ディープケア シャンプー 2本

480mL×2 No.43103
5%UP 7,800円
+390ポイント 税込 8,580円

GG ディープケアシャンプーは、香りがきつ過ぎず、頭皮の脂も取り過ぎることなく、とても考えられた処方に感動します。髪を乾かした後、ふわっと仕上がるのもとてもうれしいです。今後も使い続けます。三重県 佐藤 紀子様

GG ディープケアの商品ご購入でもプレゼント



GG ディープケアトリートメント 25g

GG ディープケア トリートメント 2本

200g×2 No.43104
5%UP 9,000円
+450ポイント 税込 9,900円

1,125円
相当

GG ディープケア ヘアパック 2本

180g×2 No.43105
5%UP 9,000円
+450ポイント 税込 9,900円

お風呂でなじませるだけ

しっかり染まる、 簡単白髪ケア



ヘアカラー トリートメント 2本

200g×2 No.43106
3%UP 6,000円
税込 6,600円

ボディケア・雑貨編 家族みんなで気持ちよく使えます!

豊かな泡立ちで 全身スッカリ せっけん 3個

80g×3 No.43107
1,650円
税込 1,815円

10%UP
+165ポイント



パッケージ
リニューアル

薬用認証取得! 歯周病予防にも

SONOKO 薬用はみがき 3本

100g×3 No.43108
5%UP 5,400円
+270ポイント 税込 5,940円



厚手の冬物も清潔にリフレッシュ 衣料用消臭ミスト 2本

300mL×2 No.43116 **5%UP** 3,200円
常蔵凍 +160ポイント 税込 3,520円



薬用ハンドウォッシュが新登場! 帰宅後すぐの手洗いで殺菌・消毒

菌やウイルスが気になる時代に合わせて、殺菌有効成分と抗炎症有効成分をダブルで配合した薬用ハンドウォッシュが誕生! 美容成分配合で肌にやさしい処方なので、ご家族みんなでお使いいただけます。

肌にやさしく
手荒れを予防
美容成分配合で
肌のうるおいUP。
手荒れに悩んでいる方
にもおすすめ!

手指をしっかり
殺菌、消毒
殺菌にも肌荒れにも
有効性が認証済み。
手指を守りながら
しっかりと殺菌。



SONOKO薬用ハンドウォッシュ 常蔵凍

2本 200mL×2 No.43114 **3%UP** 2,000円 税込 2,200円

1本 200mL No.42459 1,000円 税込 1,100円

貝殻を使った多彩な模様と輝きが美しい!

NEW セレクト ※ポイント対象外
モザイクシェル ソープディスペンサー
No.43793 5,500円 税込 6,050円 常蔵凍

サイズ 横10.2cm 幅6cm 高さ16.4cm 容量 350ml 素材 本体 ポリレジン、MOP(マザーオパール) ポンプ部分 ステンレス ベトナム製

*2 年齢に応じたスキンケア *3 汚れや古い角質 ※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

数量限定

11月中のご予約が

早割 断然お得!!

特典 **一律7%UP** ポイント

毎年完売続出! 11月の予約が一番お得です!

クリスマスコフレ2021

何かと我慢が多かった一年だからこそ、心ときめくクリスマスコフレで笑顔いっぱい。
頑張った肌をうつくしむ丁寧なケアタイムで、心身ともに豊かに美しく、新しい年へ向かきましょう。

※代金引換の際、個数ごとに手数料300円がかかります。

※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一緒にご注文いただくことはできません。

◆先行予約

11/1(月)~30(火)

◆お届け

12/2(木)~12/25(土)

◆店頭お渡し

12/28(火) 18時まで

クリームで価格でWBシリーズの3品と
SONOKO最高峰美容液が試せる!

プレミアムコレクション

各**25,000円** 税込 27,500円 **+1,750ポイント**

総合的な年齢肌^{※1}ケアを望む方に
GCタイプ No.43238
●WB グランクリーム 45g(現品)

高保湿を極めたい方に
SMCタイプ No.43239
●スーパーモイスタークリームR 50g(現品)

- 《2タイプ共通》
- WB ホワイトニングローション【薬用美白^{※2}化粧水】20mL
 - WB ホワイトニングエッセンス【薬用美白^{※2}美容液】4mL
 - ザ・ソノコ セラム 4.5mL ●WB モイスタチャーライジングミルク 20mL×2
 - WB グランクリーム 4g ●SONOKOスパチュラ
 - 北欧デザインブランケット サイズ 縦90cm 横120cm 素材 ポリエステル

ローションパックで濃密にうるおす
大好評のドライフェイスシート付!

WBベーシックコレクション

No.43240 **18,000円** 税込 19,800円 **+1,260ポイント**

- WB ホワイトニングローション【薬用美白^{※2}化粧水】170mL(現品)
- WB モイスタチャーライジングミルク 120mL(現品)
- WB ホワイトニングエッセンス【薬用美白^{※2}美容液】4mL
- 3Dデザインセラム 2g ●WB グランクリーム 4g
- SONOKOドライフェイスシート 6枚
- リボングローブ(スマホ対応)
サイズ 全長約24cm(レディースフリー)
素材 ポリエステル・綿・ポリウレタン混、ポリウレタン

4,020円
相当お得!

お得なセットで、おうち時間の
ボディ磨きをバックアップ!

ボディコレクション

No.43241 **15,800円**▶**10,000円**
税込 11,000円 **+700ポイント**

- ハンド&ネイルトリートメント 50g(現品)
- ボディジェル 150g(現品)
- 3Dデザイン フォーボディ 200mL(現品)
- SONOKO薬用はみがき 100g(現品)
- SONOKO薬用ハンドウォッシュ 200mL(現品)
- おやすみ保湿手袋
サイズ 全長約19cm(レディースフリー) 素材 綿・ポリウレタン混

5,800円も
お得!

ハンド&ネイル
トリートメント+
手袋で
就寝時に手指しっとり

特製スパチュラ付き!



10,978円
相当お得!



NEW

SONOKO最高峰の美容液と
クリームで、究極の年齢肌^{※1}ケア
ラグジュアリー コレクション

No.43243 **47,000円**▶**40,000円**
税込 44,000円 **+2,800ポイント**

- ザ・ソノコ セラム 30mL(現品)
- WB グランクリーム 45g(現品)
- ザ・ソノコ セラム 4.5mL
- ブラック&ゴールドパニティ
サイズ 横21cm 幅17cm 高さ14.5cm
素材 ポリエステル

7,000円も
お得!



※中身は別売です

さらに
3,298円
相当お得!

肌も唇も徹底保湿でうるぷるに。
携帯時も素敵なエコバッグをセット

GGエッセンスコレクション

No.43242 **15,500円**▶**13,000円**
税込 14,300円 **+910ポイント**

- GG エッセンスR 30mL(現品)
- リップトリートメントR 10g(現品)
- コサーージュ風エコバッグ
サイズ 使用時: 縦31cm 横34cm(間口33cm)
収納時: φ12cm 高さ4cm
素材 ポリエステル

2,500円
お得!

つけたまま
スマホの操作OK!



お出かけ応援大特価で、キレイを磨く!

ベースメイクコレクション

ナチュラルメイク派 **5,300円**も
お得!

ふわっと軽やかな、薄つきベースメイクに
BBセット **15,300円**▶**10,000円** **+700ポイント**
税込 11,000円

ライトアップBBの色をお選びください

- ライトアップBB ナチュラルオークル + SONOKOファンデーション(さっぱり)
- ライトアップBB ナチュラルオークル 30g SPF35/PA+++ (現品)
- SONOKOファンデーション(現品)
- さっぱりタイプ オークル 12g No.43244

- ライトアップBB + SONOKOファンデーション(さっぱり)
- ライトアップBB 30g SPF35/PA+++ (現品)
- SONOKOファンデーション(現品)
- さっぱりタイプ ピンク 12g No.43245

《4タイプ共通》 ●フェイスパウダー 30g パフ付き(現品) ●ファンデーションケース ピンク スポンジ付き 1個(現品)

しっかりメイク派 **5,700円**も
お得!

肌悩みをカバーして、つややかなキメ美肌に
UVセット **15,700円**▶**10,000円** **+700ポイント**
税込 11,000円

ファンデーションの色をお選びください

- UVホワイトヴェール + SONOKOファンデーション(しっとり)
- UVホワイトヴェール【UV薬用美白^{※2}下地】30g(現品)
- SPF40/PA+++
- SONOKOファンデーション(現品)
- しっとりタイプ オークル 15g No.43246
- しっとりタイプ ピンク 15g No.43247

*1 年齢に応じたスキンケア *2 メラニンの生成を抑え、シミ・そばかすを防ぐ

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

ご注文は お電話注文 **0120-88-7878**

オンラインショップ **www.sonoko.co.jp**

Shop 銀座店 営業時間 1F・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。

先行予約
限定
割引

早割もプレゼントも、 今月ならまだ間に合う!

◆ 先行予約受付: 11/1(月)~30(火)

◆ お届け・店頭お渡し:
クリスマス1週間グルメセット...12/15(水)~25(土)

おせち重・年末年始グルメセット...12/22(水)~28(火)12時まで

※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。
※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。

数量・期間限定

常蔵凍
※ポイント対象外

送料¥0
単独発送

濃厚な甘味が特長の希少な足赤海老など日本の食文化を大切にしたおせち料理を堪能

一の重

一の重 おしながき

- ① 鯛の西京焼き
- ② 鮭柚庵焼き
- ③ 金柑蜜煮
- ④ むかご石垣玉子
- ⑤ 一口昆布巻
- ⑥ 帆立の昆布煮
- ⑦ 百合根梅肉和え
- ⑧ 菜の花
- ⑨ 伊達巻
- ⑩ 足赤海老含め煮
- ⑪ 鶏松風
- ⑫ 蛤柚子煮
- ⑬ このしる紀州和え
- ⑭ 日の出帖巻
- ⑮ 丹波黒豆
- ⑯ いくら醤油漬
- ⑰ 金時芋金団
- ⑱ 栗甘露煮



肉料理を中心に、魚介のごちそうも味わえる
豪華なオードブルは、祝い酒にもぴったり!

二の重 おしながき

- ⑲ チキンボールマトソース煮
- ⑳ 鶏ときのこのパテ
- ㉑ 豚角煮
- ㉒ 帆立のクリーム煮
- ㉓ ローストビーフ
- ㉔ ハムのムース
- ㉕ 阿波尾鶏照焼き
- ㉖ 穴子の甘露煮
- ㉗ くるみの飴炊き
- ㉘ ローストポーク
- ㉙ スモークサーモンロール

二の重

豪華和洋おせち二段重

No.43252



31,800円 ▼
11月限定特価

30,210円
税込 32,626円

先行予約
5%OFF

1,590円
お得!

おせち重

No.43253



22,800円 ▼
11月限定特価

21,660円
税込 23,392円

先行予約
5%OFF

1,140円
お得!



先行予約
3%OFF

【セット内容】ローストチキン、黒毛和牛ローストビーフ、海の幸マカロニグラタン、国産牛100%プレミアムミートローフ、北陸甘エビのビスクスープ、ショコラリッチなど

クリスマス
1週間グルメセット No.43254

22,000円 ▶ 11月限定特価
21,340円
税込 23,047円



先行予約
3%OFF

【セット内容】おせち重、国産天然真鯛の姿焼き、自家製粉そば粉のなま蕎麦、杵つき餅、国産牡蠣のまるごとグラタン、お雑煮の素 など

おせち重入り
1週間グルメセット No.43255

30,000円 ▶ 11月限定特価
29,100円
税込 31,428円

価格も特典も超お得なセット!



先行予約
5%OFF

豪華和洋おせち二段重& クリスマス1週間グルメセット

【セット内容】
豪華和洋おせち二段重...31,800円
クリスマス1週間グルメセット...22,000円

先行予約限定プレゼント付き
No.43249 11月限定特価
53,800円 ▶ 51,110円
税込 55,198円 1,690円
お得!



先行予約
5%OFF

おせち重& クリスマス1週間グルメセット

【セット内容】
おせち重...22,800円
クリスマス1週間グルメセット...22,000円

先行予約限定プレゼント付き
No.43251 11月限定特価
44,800円 ▶ 42,560円
税込 45,964円 2,240円
お得!



先行予約
5%OFF

クリスマス&おせち重入り 年末年始グルメセット

【セット内容】
クリスマス1週間グルメセット...22,000円
おせち重入り1週間グルメセット...30,000円

先行予約限定プレゼント付き
No.43250 11月限定特価
52,000円 ▶ 49,400円
税込 53,352円 2,600円
お得!



先行予約限定
プレゼント付き!



- 厚切り山型パン1袋
- トーストクリーム3個

先行予約限定
プレゼント付き!



- SONOKO GG 50粒入1袋
- 厚切り山型パン1袋
- トーストクリーム3個



SONOKO GG付 豪華和洋おせち二段重 & 年末年始グルメセット

【セット内容】
豪華和洋おせち二段重...31,800円
クリスマス1週間グルメセット...22,000円
おせち重入り1週間グルメセット...30,000円

先行予約
5%OFF

先行予約限定プレゼント付き

No.43248

83,800円 ▼

11月限定特価

79,610円

税込 85,978円

4,190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

お届けは ①送料全国一律779円(1箱につき) ②代引手数料300円(1箱につき) ③【お電話注文】1件のお届け商品合計が30,000円(税別)以上で、送料・代引手数料無料
【オンラインショップ】1個口の合計が10,000円(税別)以上で送料無料、30,000円(税別)以上で代引手数料が無料

ご利用について詳しくは15面をご覧ください
●ご注文品の性質上(冷凍・冷蔵・常温)及び点数などによりお届け荷物が
複数に分かれた場合もすべての個口分の送料が無料となります。
●別送品やすでに送料サービスとなっている商品等は対象外となります。

大好評! 半期に1度の均一特価

洋総菜セット

常蔵凍 No.43215

越後もちぶたのハンバーグ
〜トマト煮込み〜 200g
ぶりぶり天然エビのクリームコロッケ
140g(2個)
プレミアムハンバーグ 120g
ほくほくポテトのクリームシチュー
200g

通常価格 3,720円

740円
お得!



常蔵凍 No.43217

金華さばのスマーク風味 85g
国産真さばの味噌煮 83g
国産真いわしのしょうが煮 73g
まぐろ煮みそ味 100g
秋鮭の塩麹漬け焼き 70g
真だらの味噌漬け焼き 70g
セレクト にしん甘露煮 80g(2枚)

魚総菜セット

通常価格 3,700円

720円
お得!



パスタセット

常蔵凍 No.43221

国産帆立のボンゴレ風パスタソース 100g
思い出のやさしいミートソース 140g
国産たらこのクリームパスタソース 110g
エビと香りバジルのクリームパスタソース 92g
スパゲティ3袋 200g×3

通常価格 3,730円

750円
お得!



レトルトセット

常蔵凍 No.43216

黄色いカレー 200g **辛さ★★★★**
チキンカレー 200g **辛さ★★☆☆**
ポークカレー 200g **辛さ★★★★**
ビーフシチュー 200g
だし薫るかき玉風親子丼 200g

通常価格 3,600円

620円
お得!



2,980円 均一

※ポイント対象外 税込 3,218円

ウイナー&ハムセット

常蔵凍 No.43218

無塩せきポークウイナー 160g(4本)
無塩せきポークウイナー スパイシー
100g(4本)
無塩せきポークウイナー ハーブ
100g(4本)
スライスハム 80g

通常価格 3,550円

570円
お得!



佃煮セット

常蔵凍 No.43222

帆立しぐれ煮 100g
茎わかめ煮 100g
葉唐からし 70g
海苔佃煮 110g
椎茸昆布 100g

通常価格 3,680円

700円
お得!



プリン・ゼリーセット

常蔵凍 No.43219

ドリームプリン カスタード 78g×3
フルーツゼリー オレンジ 70g×3
プチゼリー葡萄 352g(16個)×2

通常価格 3,640円

660円
お得!



ジャムセット

常蔵凍 No.43220

季節のめぐみ国産いちごジャム
150g×2
北海道みるくジャム
150g
北海道みるくジャム チョコ
150g

通常価格 3,700円

720円
お得!



からあげセット

常蔵凍 No.43213

揚げないとりから 150g(6個)
から揚げ風チキン 180g(6個)

通常価格 2,500円

520円
お得!



副菜セット

常蔵凍 No.43214

ひじきの煮物 50g
切り干し大根 50g
きんぴらごぼう 50g
ほうれん草としめじのおひたし 50g
ほうれん草の和え物 55g
ごぼうの甘酢ゆず風味 50g
鶏そぼろ入りうの花 50g

通常価格 2,660円

680円
お得!



スープセット

常蔵凍 No.43212

北海道にんじんポタージュ 150g
具だくさんミネストローネ 150g
国産小松菜のみそ汁
4.5g(フリーズドライ)×10

通常価格 2,400円

420円
お得!



ティーバッグセット

常蔵凍 No.43211

国産茶葉プーアル茶 2.5g×10個
国産茶葉ウーロン茶 2.5g×10個

通常価格 2,400円

420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

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

冬のサンクスセール
11/1月 ~ 11/30火
食品

人気の食品がお買い得に。この機会にぜひ！

断然 **お得!** おまとめセット



NEW
常蔵凍
そのこの御赤飯 9パック
150g×9
No.43160
ポイント5%UP +202ポイント
4,050円
税込 4,374円
希少な魚沼産有機栽培こがねもちと、ときあかりを使用。特別な美味しさをいつものお弁当やランチにも。



常蔵凍
氷温熟成[®]そのこ米ごはん 1箱(36パック)
送料¥0 単独発送
ササニシキ180g×36
No.43151
ポイント5%UP +540ポイント
10,800円
税込 11,664円
吟味したササニシキの旨みをそのままパックに。氷温熟成[®]で甘みや粘りを引き出した美味しさは格別。



常蔵凍
黄色いカレー 30袋
辛さ★★★★
200g×30
No.43156
送料¥0 単独発送
ポイント5%UP +1,125ポイント
22,500円
税込 24,300円
カレーの醍醐味を存分に味わえる旨みたっぷりのカレー。なめらかな食感と辛さで一番人気!



常蔵凍
板のり 12袋
10枚×12
No.43159
ポイント5%UP +600ポイント
12,000円
税込 12,960円
パリッとした食感と磯の香り豊かな板のり。際立つ香味は、一度食べたならやみつきに。



常蔵凍
万能だしの素 3袋
120g×3
No.43153
ポイント5%UP +94ポイント
1,880円
税込 2,030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。幅広い料理に大活躍!



常蔵凍
淡路島玉葱と国産野菜のだしスープ 3袋
50g×3
No.43154
ポイント5%UP +102ポイント
2,040円
税込 2,203円
8種類の野菜の旨みカキエキスパウダー、和風だしが絶妙に溶け合う、旨みたっぷりの本格派スープ。



常蔵凍
便利つゆ 3本
300ml×3
No.43155
ポイント5%UP +109ポイント
2,180円
税込 2,354円
吟味した素材の旨みを丸ごと引き出した濃縮つゆ。料理の味が決まりやすく、1本あると重宝します。



常蔵凍
再仕込み醤油 3本
360ml×3
No.43152
ポイント5%UP +94ポイント
1,880円
税込 2,030円
国産丸大豆・小麦・塩を2年かけてじっくり熟成した、濃厚な再仕込み醤油。ふくよかな香り旨みが◎。



数量限定
常蔵凍
やわらか紀州梅干し 1.2kg
1.2kg
No.43157
ポイント5%UP +427ポイント
8,555円
税込 9,239円
2,245円お得!
10,800円▼
まるやかな酸味と、とろけるような美味しさがたまらないと大人気。大粒で肉厚の紀州産南高梅を使用。



常蔵凍
その子のどら 10個
10個
No.43149
ポイント7%UP +273ポイント
3,900円
税込 4,212円
北海道産の小豆を用いた特製の粒あんを、油脂を配合せずに焼き上げた生地で挟みました。



常蔵凍
アーモンドと蜂蜜のリエージュ風ワッフル 10個
10個
No.43150
ポイント7%UP +273ポイント
3,900円
税込 4,212円
リエージュワッフルをSONOKO風にアレンジ。しっかりとした食べ応えで、アーモンドと蜂蜜の風味が口中に広がります。



常蔵凍
有機フルーツ+野菜100 30本
送料¥0 単独発送
190g×30
No.43158
ポイント7%UP +558ポイント
7,980円
税込 8,618円
有機JAS認証のフルーツと野菜を使用。果汁84%で、飲みやすくさらりとした口当たりです。



数量限定
常蔵凍
レモンサイダー 24本
送料¥0 単独発送
200ml×24
No.43188
ポイント7%UP +537ポイント
7,680円
税込 8,294円
国産レモン果汁使用。こだわりの天然水を使用した、スッキリ爽やかな飲み口を満喫できます。



常蔵凍
銀座でその子ビール 6本
330ml×6
No.43186
ポイント5%UP +195ポイント
3,900円
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。力強い味が楽しめます。

ゴージャスなのに丈夫で扱いやすい! 日常使いで食卓をセンスアップ



数量限定 ※ポイント対象外 常蔵凍

クラシカルなダイヤモンドカットが大人気。短めのステムで使いやすく、幅広い食卓と好相性!
①ビレロイ&ボッホ シャンパングラス 4個セット
サイズ 高さ15.5cm 直径5.3cm 容量 150ml
素材 クリスタルガラス ドイツ製
食器洗浄器対応 電子レンジ使用不可
No.43787
10,000円▼
8,000円 2,000円お得!
税込 8,800円

カット模様が美しく、安定感も抜群。扱いやすく、ジュースや水にも最適で、毎日の食卓で大活躍!
②ビレロイ&ボッホ ワイングラス 2個セット
サイズ 高さ12cm 直径8cm 容量 220ml
素材 クリスタルガラス ドイツ製
食器洗浄器対応 電子レンジ使用不可
No.43788
3,000円
税込 3,300円

ガラスのような美しいプレートで食卓を豪華に。軽くて丈夫なもの◎
③トライタン樹脂ディナープレート
サイズ (大)直径28cm 高さ1.9cm (小)直径23.6cm 高さ2.1cm
素材 トライタン樹脂 日本製 食器洗浄器対応 電子レンジ使用不可
※ナイフのご使用で傷がつくことがありますのでご注意ください。
A.ゴールド大 No.43789 各**3,000円**
B.シルバー大 No.43791 税込 3,300円
C.ゴールド小 No.43790 各**2,800円**
D.シルバー小 No.43792 税込 3,080円

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

お届けは ①送料全国一律779円(1箱につき) ②代引手数料300円(1箱につき) ③【お電話注文】1件のお届け商品合計が30,000円(税別)以上で、送料・代引手数料無料
【オンラインショップ】1個口の合計が10,000円(税別)以上で送料無料、30,000円(税別)以上で代引手数料が無料
ご利用について詳しくは15面をご覧ください
●ご注文品の性質上(冷凍・冷蔵・常温)及び点数などによりお届け荷物が複数に分かれた場合もすべての個口分の送料が無料となります。
●別送品やすでに送料サービスとなっている商品等は対象外となります。

食品

数量限定
11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
焼きフライ(コロッケ) 110g(2個)
ノンオイル調理キーマカレー 120g **辛さ★★★★☆**
国産肉100%
照り焼きソースハンバーグ 250g
ビーフシチュー 200g
ぶりぶり天然エビのクリームコロッケ 140g(2個)
トーストクリーム 30g×2

5,800円
税込 **6,264円**

常蔵凍 No.43228

数量限定
11月のパンセット

国産豚ヒレ肉のもっちり肉まん 1個
北海道産小豆のもっちりあんまん 1個
フレンチトースト 1袋(2切)
極みメロンパン 1個
極みレーズンパン 2個
極みカレーパン 1個
厚切り山型パン 3枚
トーストクリーム 30g×2

常蔵凍 No.43227

4,000円
税込 **4,320円**

数量限定

放牧豚の しゃぶしゃぶ肉セット (ごまだれ付)

ももスライス200g・
ローススライス150g・
ごまだれ200g

No.43191

5%UP **2,900円**
+145ポイント 税込 **3,132円**

調 常蔵凍

自然の中でのびのび過ぎ安心・安全な飼料で育った豚肉と特製ごまだれが好相性。

数量限定

国産肉100% 照り焼きソースハンバーグ

5袋 250g×5 No.43195 **5,400円** 税込 **5,832円**

3袋 250g×3 No.43196 **3%UP** **3,240円** 税込 **3,499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。

常蔵凍

数量限定

北海の恵みごちそう丼

2袋 186g(93g×2食分)×2 No.43139 **3%UP** **3,600円** 税込 **3,888円**

1袋 186g(93g×2食分) No.43138 **1,800円** 税込 **1,944円**

北海道の海で獲れた海鮮をだし入り醤油で味付け。

常蔵凍

数量限定

国産真さばの味噌煮 3袋

83g×3 No.43200 **5%UP** **1,440円** +72ポイント 税込 **1,555円**

国産真さばをSONOKO「追い麹仕立ての生味噌」を活かしたシンプルなみそで風味豊かに仕上げました。

常蔵凍

数量限定

国産真いわしのしょうが煮 3袋

73g×3 No.43201 **5%UP** **1,200円** +60ポイント 税込 **1,296円**

素朴な味付けでいわし本来の旨みを凝縮。骨まで食べられる柔らかさ。

常蔵凍

数量限定

プレミアムハンバーグ

5個 120g×5 No.43197 **4,600円** 税込 **4,968円**

3個 120g×3 No.43198 **3%UP** **2,760円** 税込 **2,980円**

脂身の少ない国産の牛肉と豚肉を用いて、肉本来の旨みを引き出しました。

常蔵凍

数量限定

ぷりぷり天然エビのクリームコロッケ 2袋

140g(2個)×2 No.43189 **5%UP** **1,800円** +90ポイント 税込 **1,944円**

とろりとクリーミーなソースにぷりっとしたエビを合わせました。衣のサクサク感もたまらない、ノンオイル調理のコロッケです。

常蔵凍

数量限定

国産帆立のボンゴレ風パスタソース 2袋

100g×2 No.43174 **3%UP** **1,420円** 税込 **1,533円**

濃厚な帆立の旨みと野菜のやさしい香り、味わいが絶妙で、一度食べるとクセになること間違いなし! スッキリとシンプルな塩味ですが、吟味した素材の個性が最大限に引き出され、パスタ、ごはん、パン、薄めてスープとしてもおすすめです。

常蔵凍 ※調理例

数量限定

ノンオイル中華 万能肉味噌 2袋

110g×2 No.43206 **3%UP** **1,360円** 税込 **1,468円**

コクのある八丁味噌とやさしい甘みのある麹味噌をブレンドし、深みのある味わいに。

常蔵凍

数量限定

エビと香りバジルのクリームパスタソース 2袋

92g×2 No.43176 **3%UP** **1,640円** 税込 **1,771円**

香りの良い国産生バジルとエビとの相性が抜群。

常蔵凍 ※調理例

数量限定

高知県産うなぎの蒲焼 (たれ・山椒付) 2袋

70g×2 No.43210 **3%UP** **5,600円** 税込 **6,048円**

1袋 70g No.37508 **2,800円** 税込 **3,024円**

高知の養鰻場にて稚魚から出荷まで一括管理の下で育てた希少なうなぎを使用。餌は無薬飼料にこだわり、稚魚時に抗生物質や抗菌剤は使用しておりません。加工前にはきれいな地下水で締め、臭みや余分な脂を取り除き、風味豊かな肉質に。

常蔵凍

数量限定

北海道かぼちゃのデザートポタージュ 3袋

160g×3 No.43162 **3%UP** **1,440円** 税込 **1,555円**

肉厚でホクホクとした食味が特長の、北海道産えびすかぼちゃを使用。素材の旨みを活かした濃厚な味をお楽しみいただけます。丁寧に裏ごしすることで、口あたりもなめらか。デザートにもなりそうな甘いポタージュ。

常蔵凍

数量限定

スパゲッティ 3袋

200g×3 No.43177 **3%UP** **780円** 税込 **842円**

レンジ加熱もできる加熱済みタイプ。モチモチの食感が楽しめます。

常蔵凍

数量限定

手造りもちりナン 3枚

100g×3 No.43179 **3%UP** **980円** 税込 **1,058円**

専用釜で焼き上げたノンオイル調理ナン。表面は香ばしく中はモチモチ。

常蔵凍

数量限定

ミニハンバーグと白菜のクリームスープ 2袋

250g×2 No.43199 **5%UP** **1,800円** +90ポイント 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。

常蔵凍

数量限定

ミニハンバーグと白菜のクリームスープ 2袋

250g×2 No.43199 **5%UP** **1,800円** +90ポイント 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。

常蔵凍

数量限定

エビと香りバジルのクリームパスタソース 2袋

92g×2 No.43176 **3%UP** **1,640円** 税込 **1,771円**

香りの良い国産生バジルとエビとの相性が抜群。

常蔵凍 ※調理例

数量限定

エビと香りバジルのクリームパスタソース 2袋

92g×2 No.43176 **3%UP** **1,640円** 税込 **1,771円**

香りの良い国産生バジルとエビとの相性が抜群。

常蔵凍 ※調理例

数量限定

エビと香りバジルのクリームパスタソース 2袋

92g×2 No.43176 **3%UP** **1,640円** 税込 **1,771円**

香りの良い国産生バジルとエビとの相性が抜群。

常蔵凍 ※調理例

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

ご注文は お電話注文 (通話料無料) **0120-88-7878** 受付時間 (月曜定休) 10:00~18:00 ※IP電話・国際電話等ご利用の場合は Tel.03-4335-7750

オンラインショップ **www.sonoko.co.jp**

Shop 銀座店 営業時間 1F・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。



だしが美味しいおでん 3袋
400g×3 No.43203
5%UP **2,190円**
+109ポイント 税込 2,365円
あっさり風味のだしは、万人に愛される味わい。お腹も心もぽかぽかに！



真ダコとエビの黄身酢和え 2袋
50g×2 No.43208
3%UP **900円**
税込 972円
サッパリとした味わいの黄身酢和え。



第2水曜から10日間の販売
とうふ 2丁 300g×2 No.43137
5%UP **860円**
+43ポイント 税込 928円
1丁 300g No.43136
2%UP **555円**
税込 599円
一丁あたり 430円



すずまる納豆 2セット
40g×3パック×2 No.43204
2%UP **760円**
税込 820円
小粒で癖がない品種・すずまるの納豆。大豆本来の旨みと甘みを味わえます。



2種のすり身の無リンかまぼこ 2本
200g×2 No.43207
5%UP **1,980円**
+99ポイント 税込 2,138円
無リンすり身を贅沢に使用。食感が◎！



NEW
希少な魚沼産×有機栽培のもち米と小豆を使用した贅沢な御赤飯
コシのあるもち米の甘みとうま味、香り豊かな小豆の美味しさがそのまま口の中に広がります。お目出たい日も、普通の日も、温めても、冷めても、美味しい特別な御赤飯です。
そのこの御赤飯 スタッフおすすめ！
ひとくち食べてその透き通るような美味しさの虜になりました。お赤飯好きで普段から頻りに食べていますが、こんなに美味しい御赤飯が常備できれば、もう他のものは食べられません。
SONOKOスタッフ 鈴木

9パック 150g×9 No.43160
5%UP **4,050円**
+202ポイント 税込 4,374円
3パック 100g×3 No.43161
3%UP **1,350円**
税込 1,458円



数量限定
うぐいす豆の煮豆 2袋 200g×2 No.43135
3%UP **1,360円**
税込 1,468円
1袋 200g No.43134
680円
税込 734円



豆ちゃん(大豆の煮豆) 3袋 常蔵凍
200g×3 No.43169
3%UP **2,040円**
税込 2,203円
いんげん豆の煮豆 3袋 常蔵凍
200g×3 No.43170
3%UP **1,560円**
税込 1,684円



北海道産小豆のゆであずき 2個
190g×2 No.43205
2%UP **1,420円**
税込 1,533円
国産の良質な小豆本来の風味を最大限に引き出した粒あんです。



やわらか紀州梅干し 3パック
100g×3 No.43178
3%UP **2,700円**
税込 2,916円
まるやかな酸味がやみつき。大粒で肉厚の紀州産南高梅。



生わかめ 2袋
200g×2 No.43192
5%UP **1,486円**
+74ポイント 税込 1,604円
肉厚で歯ごたえのあるシャキシャキ塩わかめ。



乾わかめ 2袋
30g×2 No.43193
5%UP **1,486円**
+74ポイント 税込 1,604円
しっかりとした食感と香り、使いやすいさが好評の一品。



スパイス香る熟成ウスターソース 2本
360ml×2 No.43175
3%UP **1,420円**
税込 1,533円
野菜の旨みと甘みを凝縮。料理の隠し味にも活躍。



数量限定
グレード1 モカ 2セット 10g×10袋×2 No.43165
3%UP **3,300円**
税込 3,564円
1セット 10g×10袋 No.43166
1,650円
税込 1,782円
エチオピア・イルガチエ地区で少量しか採れない希少なコーヒー豆。華やかでフルーティな味わいと、柑橘系の爽やかな香り、スッキリとした上品な酸味をお楽しみください。



その子ブレンド浅煎り珈琲 2袋
挽き豆200g×2 No.43167
3%UP **2,720円**
税込 2,937円
6種類の豆の風味を活かすために豆ごとに焙煎したSONOKOオリジナルコーヒー。



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.43194
5%UP **3,000円**
+150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。



数量限定
レモンサイダー 24本 常蔵凍
200ml×24 No.43188
7%UP **7,680円**
+537ポイント 税込 8,294円
送料 ¥0 単独発送
1本 常蔵凍 3%UP **320円**
200ml No.43187 税込 345円



NEW
創業130年の伝統が詰まった、オーガニック認証ヌーボー
数量限定 セレブ 11/1(月)よりご注文承ります
ボジョレー・ヌーボー・オーガニック アンリ・フェッシ 常蔵凍
750ml No.43078 **3,200円** 税込 3,520円
手摘み収穫と伝統的な醸造方法にこだわった、パリのブラスリーなどでも人気のボジョレー・ヌーボー。ブラックベリーのような果実味豊かな味わいと心地よいコク、丸いタンニンが魅力です。
11/13(土)16:00までのご注文で、解禁日11/18(木)にお届けが可能です。詳しくは14面をご覧ください



11月より常温配送もできます
その子美ワインスパークリング白
750ml No.43182
5%UP **3,950円**
+197ポイント 税込 4,345円
スタッフおすすめ！
ブルゴーニュ産シャルドネ100%でシャンパンと同じ瓶内二次発酵製法で作られた、華やかでコスパに優れた一本です。辛口で普段の食事にも合わせやすく、ストッパーを使用すれば数日は持つので気軽にお楽しみください。
ソムリエ資格保有 SONOKOスタッフ 宇賀神



その子酒
720ml 清酒 アルコール分17度 No.43180
5%UP **4,080円**
+204ポイント 税込 4,488円
鈴木その子が美容を考えて作った米と米麴の純米原酒。濃厚な風味。



ローズスパークリングワイン
750ml No.43183
5%UP **3,950円**
+197ポイント 税込 4,345円
ぶどう本来の香りとやわらかな泡立ち。甘くすっきりとした味わい。



その子美ワイン白
750ml No.43185
5%UP **3,950円**
+197ポイント 税込 4,345円
複雑で豊かな味わいに。亜硫酸塩の含有量が10mg/lと極限に抑えた安心なワインです。



その子美ワイン赤
750ml No.43184
5%UP **3,950円**
+197ポイント 税込 4,345円
有機栽培ブドウを使用。フルーティでまろやかな味わいと上品なスパイスの香りが楽しめます。



本格麦焼酎カ松 2本 プレゼント
720ml×2 焼酎乙類(麦) アルコール分25度 No.43181
5,600円
税込 6,160円
国産の二条大麦と麦麹、宮崎県の清流・祝子川の地下深層水を使用し、伝統製法で醸造した本格麦焼酎。※環境保全の観点から外箱を廃止しました

その子美ワイン:年毎にヴィンテージが変わります。スパークリングワイン:外気温によっては瓶内で二次発酵が進み、開栓時に栓が勢よく飛び出し、ケガをしたり、中身が吹き出すことがあります ※開ける前は冷蔵庫内で十分に冷やしてください ※瓶口を絶対に自分や他人の顔や体、壊れ物に向けて開栓しないでください
●お酒は20歳になってから ※未成年者の飲酒及び未成年者への酒類の販売は法律で禁止されています ※20歳以上の年齢であることを確認できない場合には、酒類を販売しません ●通信販売酒類小売業免許を取得しています ●酒類の1回の注文数は760ml相当で2ケースまでとさせていただきます
※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

ご利用について詳しくは15面をご覧ください
●ご注文品の性質上(冷凍・冷蔵・常温)及び点数などによりお届け荷物が複数に分かれた場合もすべての個口分の送料が無料となります。
●別送品やすでに送料サービスとなっている商品等は対象外となります。

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



コクのあるリッチな味わい。
カラダ思いの極上スイーツ

数量限定

本格カステラ入り お菓子セット

ショコラリッチ 1個
米粉ロールケーキ チョコ 1箱(3切)
チョコゼリーケーキ 2個
本格カステラ(プレーン) 1本(12切)
その子のどら 2個

常蔵凍

※ポイント対象外
No.43202

5,000円
税込 5,400円



ソフトクッキー
チョコレート味 2袋

9枚×2 3%UP 2,222円
No.43168 税込 2,399円

まるやかな口溶けと濃厚なカカオのコクが美味。



カシューナッツ
クッキー

2袋 90g×2 3%UP 1,500円
No.43140 税込 1,620円

1袋 90g 750円
No.43141 税込 810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40%以上配合



数量限定

しっとり、ふわっふわ
昔ながらの味わいが◎

本格カステラ
(プレーン)

1本(12切) 2,500円
No.43209 税込 2,700円

創業者のレシピで仕上げた、卵の味わいが濃厚なしっとりとしたカステラ。



アーモンドと蜂蜜の
リエージュ風ワッフル

10個 7%UP 3,900円
No.43150 +273ポイント 税込 4,212円

2個 2%UP 780円
No.43148 税込 842円

リエージュワッフルをSONOKO風にアレンジ。しっかりとした食べ応えで、アーモンドと蜂蜜の風味が口中に広がります。



その子のどら

10個 7%UP 3,900円
No.43149 +273ポイント 税込 4,212円

2個 2%UP 780円
No.43147 税込 842円



黒豆塩大福 2袋

220g(4個)×2 5%UP 1,760円
No.43190 +88ポイント 税込 1,900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。



おせんべい本来の
美味しさを堪能!

数量限定

おせんべいセット

せんべい しょうゆ 6枚
せんべい ざらめ 6枚
せんべい ごま 6枚

常蔵凍

No.43146

720円
お得!
2,400円 ▶ 1,680円
税込 1,814円



せんべい
しょうゆ 2袋

6枚×2 1,600円 ▶ 1,120円
No.43142 税込 1,209円

※ポイント対象外
伝統の製法で焼き上げた香ばしいしょうゆせんべい。



トーストクリームが
存分に味わえる特別セット

数量限定

トーストクリームセット

トーストクリーム 30g×4
厚切り山型パン 3枚
極みロールパン 2個×2
北海道産小豆のゆであずき 190g

常蔵凍

No.43383

3,700円
税込 3,996円



数量限定

せんべい ごま

2袋 ※ポイント対象外 480円
6枚×2 1,600円 ▶ 1,120円
No.43144 税込 1,209円

1袋 6枚 800円 税込 864円
No.43145

スタッフおすすめ!

黒ごまの量がほどよく、醤油だれの香ばしさが後をひくおせんべいです。1枚がほどよいサイズで歯切れが良く、個包装なのでお出かけ時にバッグに1枚入れておくと便利です!
SONOKOスタッフ 櫻井



せんべい
ざらめ 2袋

6枚×2 1,600円 ▶ 1,120円
No.43143 税込 1,209円

※ポイント対象外
しょうゆだれが引き立てる懐かしいざらめの甘さ。



手作り生姜飴
3袋

50g×3 3%UP 900円
No.43171 税込 972円

生姜パワーで喉の奥から美味しく、じんわり。



手作り黒飴
3袋

50g×3 3%UP 900円
No.43173 税込 972円

黒糖のコクと風味が広がる昔ながらの黒あめ。



手作り塩飴
3袋

50g×3 3%UP 900円
No.43172 税込 972円

甘みの中にほんのり塩味。昔懐かしい手づくりあめ。



アイス 常蔵凍

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

食用植物油、乳化剤や安定剤など一切不使用。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。

●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。

A 地域お届け日		B 地域お届け日		ご注文締切日
●本州(青森県・秋田県・岩手県を除く)	●四国・九州(長崎県・鹿児島県の一部地域を除く)	●北海道・青森県・秋田県・岩手県	●長崎県(一部地域を除く)・鹿児島県(一部地域を除く)	
11/10(水) もしくは 11/13(土)	11/11(木) もしくは 11/14(日)	11/11(木) もしくは 11/14(日)	11/11(木) もしくは 11/14(日)	11/2(火) まで
11/17(水) もしくは 11/20(土)	11/18(木) もしくは 11/21(日)	11/18(木) もしくは 11/21(日)	11/18(木) もしくは 11/21(日)	11/9(火) まで
11/24(水) もしくは 11/27(土)	11/25(木) もしくは 11/28(日)	11/25(木) もしくは 11/28(日)	11/25(木) もしくは 11/28(日)	11/16(火) まで
12/1(水) もしくは 12/4(土)	12/2(木) もしくは 12/5(日)	12/2(木) もしくは 12/5(日)	12/2(木) もしくは 12/5(日)	11/23(火・初) まで
12/8(水) もしくは 12/11(土)	12/9(木) もしくは 12/12(日)	12/9(木) もしくは 12/12(日)	12/9(木) もしくは 12/12(日)	11/30(火) まで

※オンラインショップでの取扱いとは異なります ※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



北海道みるくジャム
2個

150g×2 3%UP 1,800円
No.43163 税込 1,944円

北海道の大地の恵みが詰まった濃厚ミルクジャム。



北海道みるくジャム
チョコ 2個

150g×2 3%UP 2,000円
No.43164 税込 2,160円

生チョコのように濃厚。贅沢なチョコレートジャム。

反響のお声続々!!

食やせたい人は食べなさい。

鈴木その子式 やせたい人は食べなさい。

No.40227 ※ポイント対象外 1,400円
常蔵凍 税込 1,540円

鈴木その子式食養理論を、現代の生活習慣や食生活に合わせアップデートし、36のルールにまとめました。

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

11月のセットのお届けは▶ 12/4(土)まで

ご希望日にお届けいたします ご注文受付日・お届け地域によりご希望日にお届けできない場合がございます



美味しく、しっかり食べて、スッキリ美人に!



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。

数量限定

11月の4週間完全実行献立セット

送料¥0 単独発送

78,000円 税込84,240円 常蔵凍 コーヒータイプ または ウーロン茶タイプ

お届け期間	本州	北海道・九州・沖縄県等一部地域
第1週	10/30(土)～11/13(土)	10/31(日)～
第2週	11/6(土)～11/20(土)	11/7(日)～
第3週	11/13(土)～11/27(土)	11/14(日)～
第4週	11/20(土)～12/4(土)	11/21(日)～

プレゼント



お申し込み受付期間 11/10(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。

人気のグラタンやしゃぶしゃぶなど、味わい豊かにお届け

常蔵凍

数量限定 11月の1週間グルメセットA No.43225 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



【セット内容】クリーミーグラタンごろごろチキン、放牧豚のしゃぶしゃぶ肉セット(ごまだれ付)、牛肉と春雨のチャブコギ、北海の恵みごちそう丼、ちらし寿司の素、手ごねなんこつ入りつくね、無塩せきポークウインナー ハーブ、国産豚ヒレ肉のもっちり肉まん、ぷりぷり天然エビのクリームコロッケ、真だらの味噌漬焼き、うぐいす豆の煮豆、トーストクリーム×2、小麦香る生パスタ、極みチョコチップパン、シヨコリッチ、その子のどら1個、秋鮭の塩麹漬焼き、国産真いわしのしょうが煮、国産小松菜のみそ汁、ほうれん草の和え物×2、4種のきのこの煮びたし、すき昆布の土佐煮、きんぴらごぼう、ほうれん草としめじのおひたし、鶏そぼろ入りうの花、切り干し大根、角食パン、葉唐からし、ごはんを食べ菜彩、帆立しぐれ煮(小分け)、フルーツゼリー オレンジ、ドリームプリン カスタード、せんべい ざらめ

プレゼント 国産豚ヒレ肉のもっちり肉まん 1個 北海道産小豆のもっちりあんまん 1個

特別感のある肉料理を中心に、お腹も心も満たす充実セット

常蔵凍

数量限定 11月の1週間グルメセットB No.43226 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



【セット内容】ウィズボーンチキンカレー、焼きフライ(一口ヒレカツ)、国産牛100%プレミアムミートローフ、国産牡蠣のまるごとグラタン、焼きフライ(コロッケ)、金華さばのスマーク風味、秋鮭の塩麹漬焼き、北海道産小豆のもっちりあんまん、ノンオイル中華 万能肉味噌、白いカレー、思い出のやさしいミートソース、国産具材の筑前煮、極みメロンパン、厚切り山型パン、トーストクリーム×2、ミックスポン菓子、スライスハム、かつを煮、手焼きオムレツ、切り干し大根、ひじき煮(小分け)、きんぴらごぼう、ほうれん草の和え物、すき昆布の土佐煮、ほうれん草としめじのおひたし、ごぼうの甘酢ゆず風味、鶏そぼろ入りうの花、4種のきのこの煮びたし、釜揚げうどん、バーガーパンズ、いんげん豆の煮豆(小分け)×2、帆立しぐれ煮(小分け)、ソフトクッキー チョコレート味、プチゼリー葡萄

プレゼント 国産豚ヒレ肉のもっちり肉まん 1個 北海道産小豆のもっちりあんまん 1個

お一人でのお食事の際も手軽に。ライフスタイルに合わせて楽しく実行!



数量限定 11月の朝昼間食セットプラス

No.43229 14,500円 税込15,660円 常蔵凍

●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

【セット内容】ウィズボーンチキンカレー、国産牛100%プレミアムミートローフ、北海の恵みごちそう丼、国産牡蠣のまるごとグラタン、真だらの味噌漬焼き、国産真いわしのしょうが煮、ノンオイル中華 肉ワンタン、ノンオイル中華 中華丼、国産小松菜のみそ汁、ごぼうの甘酢ゆず風味、ほうれん草としめじのおひたし、手焼きオムレツ、らーめん風、厚切り山型パン、トーストクリーム×2、極みメロンパン、極み粒あんぱん、ミックスポン菓子、チョコゼリーケーキ、その子のどら1個、モーニングケーキ、フルーツゼリー オレンジ、ドリームプリン カスタード

プレゼント 牛肉と春雨のチャブコギ 1袋

※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外となります。



1日分の食事イメージです

オンラインショップでも販売開始!

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

召し上がり方の一例(メニュー表)付

ご用意いただくもの:ごはん/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、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。

送料¥0
単独発送
150,000円
税込162,000円

常 蔵 凍

SONOKOを代表するメイン総菜にサプリもプラス。常温で便利

●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 数量限定



1日分の食事イメージです

常温グルメ献立セット

No.43231 19,800円 税込21,384円 常 蔵 凍

常温グルメ献立セット そのこ米ごはん付

氷温熟成*そのこ米ごはん19食

単独発送 No.43232 22,800円 税込24,624円 常 蔵 凍

【セット内容】特製つゆ仕込みの国産牛すき丼、金華さばのスマーク風味、国産真いわしのしょうが煮、国産肉100%照り焼きソースハンバーグ、国産真さばの味噌煮、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、ビーフシチュー、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、からだ想いの鶏スープ、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、ひじき煮(小分け)、小麦香る生パスタ×2、いんげん豆の煮豆、味見っ子、海苔佃煮、帆立しぐれ煮(小分け)、昆布水のもと、板のり、乾わかめ、ドリームプリン カスタード、プチゼリー葡萄、ソフトクッキー チョコレート味、フルーツゼリー オレンジ、ありがとう乳酸菌×7包、素ドリンク月スティックタイプ×5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



プレゼント
だしが美味しいおでん1袋

パンを中心に、和洋中とバラエティ豊かなメニュー。パンや麺好きな方におすすめ

その子ちゃん献立セット

No.40701 16,230円 税込17,528円

●3食+間食×7日分=計28食 召し上がり方の一例(メニュー表)付



1日分の食事イメージです

【セット内容】プレミアムハンバーグ、蒸し鶏のガーリック風味、特製つゆ仕込みの国産牛すき丼、無塩せきポークウインナー、スパイシー、スライスハム、秋鮭の塩麹漬け焼き、思い出のやさしいミートソース、ビーフシチュー、極みレーズンパン、極みロールパン2個×3、極み粒あんぱん、極みカレーパン、極みチョコチップパン、バーガーパンズ×2、らーめん風、スパゲッティ、具だくさんミネストローネ、北海道にんじんポタージュ、ほくほくポテトのクリームシチュー、国産小松菜のみそ汁、手焼きオムレツ、2種のすり身の無リンかまぼこ、きんぴらごぼう、南瓜のそぼろ煮、ほうれん草の和え物、切り干し大根、鶏そぼろ入りうの花×2、ひじき煮、北海道産小豆のゆであずき、ドリームプリン カスタード、栗まん(2個)、モーニングケーキ、フルーツゼリー オレンジ

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

No.40376 15,000円 税込16,200円 常 蔵 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



1日分の食事イメージです

【セット内容】特製つゆ仕込みの国産牛すき丼、鶏肉のやわらか煮~オレンジ風味~、豚肉のシヤリアピン、焼豚、無塩せきポークウインナー ハーブ、国産真さばの味噌煮、秋鮭の塩麹漬け焼き、国産肉100%照り焼きソースハンバーグ、真ダコとエビの黄身酢和え、国産小松菜のみそ汁、北海道にんじんポタージュ、ほくほくポテトのクリームシチュー、極みカレーパン、極み粒あんぱん、極みチョコチップパン、釜揚げうどん、ひじきの煮物、きんぴらごぼう×2、ほうれん草としめじのおひたし、ほうれん草の和え物、小松菜のおひたし×2、南瓜のそぼろ煮、鶏そぼろ入りうの花×2、ひじき煮(小分け)、いんげん豆の煮豆(小分け)、昆布水のもと、豆ちゃん(大豆の煮豆)、2種のすり身の無リンかまぼこ、海苔佃煮、板のり、モーニングスイッチスムージー キング(いちご&トマト)、黒豆塩大福(4個)、カシューナッツクッキー、素ドリンク 月(スティックタイプ1包)×7

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&飲み物を用意するだけで手軽にスタート! すっきりスター献立セット

No.40377 13,334円 税込14,400円 常 蔵 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



1日分の食事イメージです

【セット内容】越後もちぶたのハンバーグ~トマト煮込み~、特製つゆ仕込みの国産牛すき丼、スライスハム、秋鮭の塩麹漬け焼き、国産真いわしのしょうが煮、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、ノンオイル中華 中華丼、極みレーズンパン、極み粒あんぱん、極みチョコチップパン、らーめん風、スパゲッティ、2種のすり身の無リンかまぼこ、きんぴらごぼう、ほうれん草としめじのおひたし、ほうれん草の和え物×2、しらす煮、いんげん豆の煮豆(小分け)×2、国産小松菜のみそ汁、乾わかめ、ひじき煮、昆布水のもと、豆ちゃん(大豆の煮豆)、板のり、栗まん(2個)×2、フルーツゼリー オレンジ、黒蜜風味ようかん(12本)

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 シンプルな献立 スタンダード 献立セット

No.41430 8,990円 税込9,709円 常 蔵 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



1日分の食事イメージです

【セット内容】じゃがいもゴロゴロカレー、だし薫るかき玉風親子丼、ビーフシチュー、だしが美味しいおでん、特製つゆ仕込みの国産牛すき丼、まぐろ煮みそ味、かつを煮、帆立しぐれ煮、節味菜、いんげん豆の煮豆、さわかめ煮、フルーツゼリー オレンジ、黒蜜風味ようかん(12本)

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

11月の新商品

薬用ハンドウォッシュが新登場! 帰宅後すぐの手洗いで殺菌・消毒!

SONOKO 薬用ハンドウォッシュ

常 蔵 凍 1,000円 200mL No.42459 税込1,100円

菌やウイルスが気になる時代に合わせて、殺菌有効成分と抗炎症有効成分をダブルで配合した薬用ハンドウォッシュが誕生! 美容成分配合で肌にやさしい処方なので、ご家族みんなでお使いいただけます。

モザイクセル ソープディスペンサー 5,500円

常 蔵 凍 No.43793 ※ポイント対象外 税込6,050円

サイズ 横10.2cm 幅6cm 高さ16.4cm 容量350ml 素材 本体 ポリレジン、MOP(マザオパール) ポンプ部分 ステンレス ベトナム製 マザーオパールを手作業で加工。多彩な模様や輝きが装飾のように美しいソープ入れ。

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

創業130年の伝統が詰まった、オーガニック認証ヌーボー



11/1(月)よりご注文承ります 11/18(木)解禁
セレクト
ボジョレー・ヌーボー
オーガニック アンリ・フェッシ

常 蔵 凍 3,200円 750ml No.43078 税込3,520円

手摘み収穫と伝統的な醸造方法にこだわった、パリのブラスリーなどでも人気のボジョレー・ヌーボー。ブラックベリーのような果実味豊かな味わいと心地よいコク、丸いタンニンが魅力です。

11/13(土)16:00までのご注文で11/18(木)にお届けが可能です ※お電話注文・オンラインショップともに、その他ご注文の商品と同梱の場合は全て11/18(木)以降のお届け、その他ご注文の商品を11/17(水)以前にお届けご希望の場合、ボジョレー・ヌーボーは(別送)単独発送となります。

表示変更

そのこ米の精米表示が変更となります。詳しくはコールセンターへお問い合わせください。

【旧表示】	【新表示】
21年産 21.11.01	21年産 21.11上旬A

新定番商品

- そのこの御赤飯
- 極みスイートレーズンパン
- 国産帆立のボンゴレ風パスタソース
- 本格麦焼酎力松
- その子美ワインスパークリング白
- プチゼリー葡萄
- ザ・ソノコセラム
- ザ・ソノコ ホワイトマスク
- SONOKO薬用はみがき

名称・パッケージリニューアル

一目で商品の特徴をお伝えできるよう、パッケージのデザインと商品名を変更いたしました。味や原材料など中身は変わりませんので、ご安心ください。

● 万能だしの素(旧だしの素)

内容量変更

原材料高騰により内容量を変更させていただきます。(順次切替予定)

- 国産肉100%照り焼きソースハンバーグ 250g → 240g

温度帯変更

● その子美ワインスパークリング白は11~4月常温・冷蔵、10~5月冷蔵でお届けいたします。

なくなり次第終了

- フルーツゼリーオレンジ(リニューアル)
- エッセンス ステップ2
- はみがき
- セレクト グリーンノートヘアカラーファンデーション ライトブラウン
- セレクト パスタオル ページュ

販売終了

- あんしん野菜
- ミニフルーツゼリーりんご
- マイルドハンドソープ
- セレクト フェースインシスト ラメラ カラープレスド
- セレクト フェイスタオル ナチュラル

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



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



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



こちらのハガキで応募ください！



郵送 136-0075 東京都江東区新砂1-12-39 日本通運(株)新砂3号倉庫内2F事務所 (株)SONOKO 「THE SONOKO 編集部」 メール thesonoko@sonoko.co.jp

お便り・メールには、会員番号とお名前もお知らせください。

おしゃべりカフェ

洗髪にせっけんを使用。ハリ・コシUPで大満足

千葉県 田中恵美子様

夫(83歳)は固形石鹸で頭とカラダを洗い、いくらすすめでもシャンプーを使いません。細い髪の毛がほわっと立つ感じが気に入り、もしかしてと思い、SONOKOのせっけんを使ってもらうことにしました。3個ほど使い終わる頃には、白髪の髪がふさふさとしてきて、夫も笑顔で満悦の様子。やったあ〜ですね! 本当にありがとうございました。感謝致します。

せっけんの違いを体感したお書葉ありがとうございます。せっけんは見た目は分かりにくいのですが、洗浄力の強さ、保湿成分などさまざまな違いがあり

ます。SONOKOのせっけんは昔から伝わる製法に、月桃エキスやコラーゲンを配合した肌にやさしい設計ですので、頭皮にその違いが表れたことと思います。これからもSONOKOのせっけんをよろしくお願致します。化粧品担当 登



化粧品担当 登

豊田さんを懐かしみ 今後の生き方と思う

昨日トキノ新聞が届き、その子先生のお便りを拝見しました。懐かしい豊田きみ子さんのことが書かれていて、思わず「お母さん」と声を上げてしまいました。トキノを退いてからの晩年をずっと見ていましたが、確かにわがままで可愛い老婆でした。老婆とは思えずに喧嘩をしたり、なだめたり。今



豊田さん

思うと、私にも少し曖昧さがあつたらと思ひ、今日先生の便りを拝見しました。後悔先に立たずですが、老婆になった今の私に、省してこれからは生きようと思われされる良きチャンスでした。ありがとうございました。お盆も近いので、豊田家の墓参りをしようと思ひます。また、SONOKOが先生の時代に戻つたこと、私たちが会員もとても幸せに思ひます。豊田さんは沢山のの人に愛されましたね。(招き猫のようでした)60歳で鈴木その子に出会い、半分に痩せ、それまでの武勇伝多き人生からいつも着物姿で日本一(!?)最高齢のOLに大変身を遂げました。素直にその子先生を信じた結果です。その子先生亡き後、最期まで金井さんの家族同然のサポートに感謝いたします。私も近いうちにお墓参りに行こうと思ひます。コールセンター 保科



コールセンター 保科

献立アレンジレシビ

SONOKOの定番献立には、より美味しさを追求したアレンジレシビがいっぱい! ぜひお試しください。

肉味噌うどん



ご用意するもの

- ・ノンオイル中華 万能肉味噌 ・釜揚げうどん
- ・乾わかめまたは生わかめ ・板のりまたはトキノノリ

つくり方

- ①うどんは調理し、万能肉味噌は温めておく。
- ②わかめの準備をする。(乾わかめは戻し、生わかめは洗って少し湯がき食べやすいようにカットする。)
- ③調理したうどんを器に盛り、温めた万能肉味噌をかける。
- ④準備したわかめ、のりをのせて熱々をお召し上がりください。

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

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

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% 25回~・20%	13~24回・15% いつでも無料
	送料サービス	いつでも無料	

*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。

※申込・変更・休止・解約はお電話にて、次回お届け指定日の2週間前までにご連絡ください。
(お米の定期は3週間前、野菜通販はお届け日の10営業日前までにご連絡ください。)
※定期購入の場合、ポイントは付かず定期ポイントのみ付与されます。

ポイントの有効期限について ●最終ご注文から1年間ご購入がないと、お手持ちの保有ポイントはすべて失効します。●ポイントのみでのお買い上げの場合は自動延長の対象外となります。

ご利用方法

ご注文ダイヤル (通話料無料) 電話 0120-88-7878 受付時間 / 10:00~18:00 (月曜定休) IP電話・国際電話等ご利用の場合 TEL.03-4335-7750

FAX 0120-48-7717 通信料無料 24時間受付

郵便 136-0075 東京都江東区新砂1-12-39 日本通運(株)新砂3号倉庫内2F事務所 (株)SONOKO SONOKO「通信販売」係

24時間いつでもご注文! www.sonoko.co.jp

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

1個口 送料無料 FREE 毎月10・20・30日は 2%ポイントUP オンライン限定の Sale 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持ちにご用意の上、ご確認くださいませようお願いいたします。尚、カードはご本人名義に限らせていただきます。
割賦販売法の一部改正に伴い、ご注文時のクレジットカードの決済方法が一部変更になりました。販売方法により、初回ご登録時にお客様側の操作が必要になる場合もございますので、スタッフの案内に沿ってお手続きください。
※2回目以降につきましては、ご登録済みのクレジットカード番号の下4桁と有効期限のみお伝えいただければお買い物が可能となります。

ご利用いただけるカード	SONOKO VISA	VISA	Master	JCB	AMEX	Diners	Nicos
一括/リボ	○	○	○	○	○	○	○
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。

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。

誠に恐れ入りますが、福島県の一部地域(下記掲載)はアイスセツ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・字小谷地区・大堀地区・井出地区・小丸地区・未森地区・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・赤字木地区・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・小長ヶ浜字深谷808番地の1を除く区域・大宮の一部地区・本岡の一部地区・相馬郡飯館村長泥地区・南相馬市小高区金谷地区

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 ③SONOKO式実行、製品に関するお問い合わせ ④個人情報に関するお問い合わせ・その他お問い合わせ 0120-07-7878 受付時間 / 10:00~18:00(月曜定休) ※IP電話・国際電話等で上記電話番号がご利用いただけない場合は TEL:03-4335-7750 ※プッシュ音が選択できない電話機(ダイヤル回線など)の方は、操作をせずそのままお待ちください。自動的に④におつなぎいたします。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。 ※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 ※セツト製品・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 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 「お電話が混み合つてつながりにくい」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。

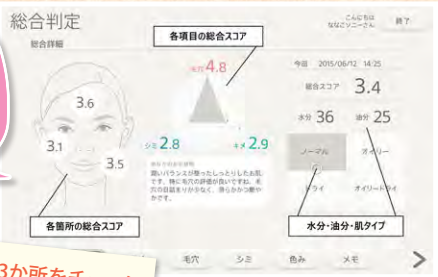


お肌のSOSサイン 見逃していませんか? 銀座店で「肌分析」実施中!

SAY★GOおすすめ!

長引くマスク生活により、マスク性敏感肌の方が急増しています。またメイク機会も減り、肌ストレスも高くなり、お肌は自覚症状が無い中で、トラブルが急増しているかもしれません。

判定結果が
ケータイで
いつでも
確認できます!



- 額・頬・口元の3か所をチェック
- 水分量と油分量が直ぐに判定
- 毛穴・キメ・シミ・色みが測定
- お持ちのスマホと連動で、結果をいつでも閲覧可能

肌分析は完全予約制です。
ご予約は銀座店まで。
03-4335-7878

摂食障害でお悩みの方 ご相談ください

摂食障害により長男を亡くしたことをきっかけに、鈴木その子がSONOKOを創業してから「この悲劇を二度と起こしてはならない」という強い想いを受け継ぎ、SONOKOでは実際に克服された方々の体験談やSONOKO式食養理論をもとに、皆様に寄り添って一緒に解決を目指す場となることを願っております。



お気軽にご相談ください

電話 ●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

メール info@sonoko.co.jp

銀座店 スタッフへお気軽にお声がけください

詳しくはこちら



オンラインショップをまだ ご利用されていないお客様へ お知らせです!

オンラインショップご利用の前にメールアドレスの登録が必要となります。登録ご希望の場合には、以下をご連絡ください。

必要情報



- 会員番号
- お名前
- 電話番号
- 登録希望のメールアドレス

連絡先

メール info-sonoko@sonoko.co.jp

電話 ☎ **0120-88-7878**
(月曜定休) 10:00~18:00

※感染症の状況により変更となる場合がございます。予めご了承ください。

銀座店のご案内

営業時間 1F・2F 11:00~19:00

11/14(日) 1F 11:00~13:00まで会員様貸切営業 / 2F 終日会員様貸切営業

11/18(木)・19(金) 2F 終日クローズ 11/19(金) 1F 15:00まで

11/20(土)・21(日) 1F/2F 終日会員様貸切営業 11/22(月) 2F 終日クローズ

総合カタログをお持ちですか?



本誌に掲載されていないすべての定番商品がご購入いただけます。ご請求はお電話または銀座店店頭にて。



オンラインショップからPDFをご覧いただけます。

銀座店23周年アニバーサリー

~anniversary 23rd~

2021/11/20(土)・21(日) 受付開始 10:00~ 販売時間 10:30~18:00 会員様 限定貸切

- 豪華来場プレゼント**
(来場でもれなく人気のSONOKO商品がもらえる)
- CAFE:アニバーサリー 特別メニュー**
- 特別販売会 (雑貨・宝飾)**
- アニバーサリー 特別セットの販売**
- その他、人気のサブりが最大30%OFF、化粧品が最大20%OFF、食品30%OFF**

※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

12/18(土) クリスマスパーティー

SONOKOの食材をふんだんに使ったフルコース料理をご堪能いただけます。

開場:17:30 開宴:18:00
会場:コートヤード・マリOTT 銀座東武ホテル 3F 龍田の間
会費:25,000円(税込) お土産付き
催し物:当日のお楽しみ!

メモリアルツアー

今年も会員の皆様とともに創業者・鈴木その子の墓所へお参りして偲びたいと思います。

12月4日(土)
場所:成田メモリアルパーク
参加費:6,000円(税込) 特製ランチ付き

SONOKO CAFE

menu

北海道産豚ヒレ肉の黒胡椒スパイスソースモーク ~カシソース添え~
1,800円(税込) **1日10食 限定**

限定プレート内容
●厚切り山型パン、サラダ、スープ付き
販売期間 11/1(月)~30(火)
※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。

11/12(金)~14(日) お楽しみ付き販売

11/14(日) トキノ会定例会
ゲスト講師:お水の博士 堀道道氏

予定 12/10(金)~12(日) お楽しみ付き販売

予定 12/12(日) 12月のトキノ会定例会
ゲスト講師:土屋未来氏

THE NORIKO トキノ会便り 編集長 瀧本範子の「ノリコ手帖」

VOL.53

SONOKO銀座店は、11月23日に23回目の誕生日を迎えます。東京銀座の中心にあって、さまざまな時の変化を乗り越えてこられたことに深い感慨を覚えますと共に、何があっても支え続けてくださったトキノ会の皆様に心から感謝申し上げます。「10年ひと昔」というなら、すでにふた昔以上の時が経っていますが、振り返ればあという間のようにも思える時の感覚。「トキノ」と名付けた創業者の思いは今、SONOKOの変わらぬ指針として脈々と受け継がれています。

先日のこと。テレビから流れてきた生命保険のCMの一節を耳にした時、鈴木その子の「今日の私が一番若い!」との言葉が浮かんできました。初めてこの言葉を聞いたのは、少なくとも40年位前だったと記憶しています。

今現在を、過去から見れば一番年を重ねて老いているとなるが、未来から現在を見れば、今が一番若くなる。未来へ視点を転換させたのです。過去をないがしろにというのではなく、とすれば過去に

引きずられがちな人生の捉え方を180度変えてくれた言葉として私は衝撃を受けたのです。これこそ鈴木その子の哲学の骨格を成す根本的なポジティブ力であると確信しているのです。近年多くの識者、文化人が、鈴木その子のこの言葉を、自らの考え方として語っているのを見るにつけ、改めて鈴木その子の先見性を誇りに思っています。

今年もいよいよ年末に向けて、コロナ禍の傷を修正しようと世の中全体が動き出しました。未だかつて経験したことのないコロナ禍の日々の記憶を明日に繋げていけるよう、一人一人が考え、前を向いて行動していきたいと決意しています。

11月は銀座店の誕生月。明るく未来に向けて、皆様にお喜びいただける、楽しい企画を心を込めてご用意しております。私も皆様にお会いしようとさらに頑張ってお返ししております。どうぞお楽しみに。



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。