

2022

5

THE SONOKO

VOL.338

SO SAFE
SO HEALTHY
SO HAPPY

アレンジレシピ

美味しい時間を、おうちでもお外でも

いつものお総菜を 詰めて楽しむ 簡単アレンジ術

5月の紫外線量は真夏並み!?

始めていますか?

本気美白^{*1}とUV対策

皆様のお声にお応えしました

人気のヘアカラートリートメントに
ツヤめくブラックがついに完成!

のどごし快適な栄養サポート飲料で

元気とキレイを素早くチャージ

New!

待望の
ブラックが
新登場使いやすい
細かい粒に
なりました

Renewal!

クリスマス島から届いた海の塩

天日干しの
海の塩太陽と海風の力だけでじっくり自然乾燥させた
まるやかな味わいが食材の味を引き立てます

SONOKOのこだわり 鈴木その子の健康への願いから生まれた サプリメント

*1 メラニンの生成を抑え、シミ・そばかすを防ぐ

詰めるだけで素敵に変身! BENTO

歌舞伎観劇会のSONOKO銀座店オリジナルのお重をヒントにしたアレンジや、毎日のお弁当にも役立つ
どのレシピも、盛り付けや彩りをひと工夫して詰めるだけ。いつもの食卓が華やきます。もちろん“お外ランチ”



毎年お届けしている新春詰め合わせ重の
重箱をぜひご活用ください!

とりからのオープンサンド

【レシピ】ロールパンを半分にカットし、断面に切り込みを入れる。とりから(1/2個)とレタス(適量)を入れ、ミートソースを添える。

定番品に仲間入り!

極みロールパン 2個 常蔵凍
2個 No.40280 320円 税込 345円

揚げないとりから 2袋 常蔵凍
150g(6個)×2 No.45352 2,600円 税込 2,808円 3%UP



11面に
6個も掲載
しています

いちごあずきサンド

【レシピ】モーニングケーキ(1/6個)を半分の薄さに切り、いちごジャム(小さじ1/2)、ゆであずき(大きじ1)、スライスしたいちご(適量)をはさむ。



モーニングケーキ 2個 常蔵凍
2個 No.45924 1,000円 税込 1,080円 2%UP

季節のめぐみ
国産いちごジャム 2個 常蔵凍
150g×2 No.45923 1,800円 税込 1,944円 2%UP

北海道産小豆の
ゆであずき 2個 常蔵凍
190g×2 No.45922 1,420円 税込 1,533円 2%UP

NEW

ノンオイル中華
海老チリソース 2袋 常蔵凍
170g×2 No.45362 2,560円 税込 2,764円 2%UP

思い出のやさしい
ミートソース 2袋 常蔵凍
140g×2 No.45378 1,420円 税込 1,533円 2%UP

氷温熟成[®]そのこ米ごはん

1箱(36パック) 常蔵凍
ササニシキ180g×36
No.45384 10,800円 7%UP
税込 11,664円 +756ポイント

5パック 常蔵凍
ササニシキ180g×5
No.45383 1,500円 2%UP
税込 1,620円

そのこの御赤飯 3パック 常蔵凍
150g×3 No.45918 1,350円 2%UP
税込 1,458円

花野菜おにぎり

【レシピ】ごはん(各適量)をラップで包み、丸く握る。塩もみして薄くスライスした野菜をお花のように乗せ、もう一度ラップで包んでおにぎりの曲面になじませる。胡麻や小さく刻んだ玉子焼きを花芯に見立てて散らす。型抜きした野菜をトッピングするとさらに華やかに。

にんじんのラペ

【レシピ】はちみつ(9.5g)と純米酢(8g)を混ぜ、塩もみした千切りにんじん(65g)に和える。パセリはお好みで。

自然のめぐみ 国産はちみつ
常蔵凍 160g No.45412 1,650円 税込 1,782円 2%UP

純米酢 3本 常蔵凍
500ml×3 No.45920 2,300円 2%UP
税込 2,484円

数量限定 これは便利! 炊く・煮る・沸かすがこれ1つのできるマルチポット



ドイツのクラフトマンシップから生まれたマルチポット。厳選された約30種類の天然鉱石でできた硬くて丈夫なミネラル素材は、遠赤外線効果が高く、熱伝導や保温性にもすぐれています。炊く・煮る・ゆでる・沸かす・焼くなど、さまざまな調理で大活躍させてください。

少量の調理にちょうどいいコンパクトサイズ
豚どん・ワンタンスープ・麺類にも大活躍

WMFフュージョンテック
ミネラルマルチポット 常蔵凍

サイズ内寸14cm、外寸15.65cm、外寸(取っ手込み)22.5cm、全高(フタ込み)17cm、深さ11.4cm、重さ1.3kg、容量1.7L、素材 本体 ホーロー用銅板、取っ手・フタつまみ フェノール樹脂、フタ強化ガラス、オール熱源対応(HH・ガス対応)、食器洗浄機対応、ドイツ製



ローズクォーツ
No.45609

ダークプラス
No.45608

各16,000円 税込 17,600円

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。

スタイルでお総菜を手間なく美しく

アレンジをご紹介します。
としてもお楽しみください。

蕎麦と素麺の手毬風

【レシピ】ゆでた蕎麦と素麺(各適量)を冷水でしめた後、丸めながら盛る。すだちや紫蘇、型抜きした野菜やかまぼこをトッピング。便利つゆ、海老チリソース、ミートソースを添える。

自家製粉そば粉の
なま蕎麦 2袋 **常蔵凍**
200g(2食分)×2 No.45409

1,560円▼
1,400円
税込1,512円 **3%UP**

価格変更

素麺 2袋 **常蔵凍**
300g(50g×6束)×2 No.45921
1,880円 税込 2,030円 **2%UP**

便利つゆ 3本 **常蔵凍**
300ml×3 No.45919
2,180円 税込 2,354円 **2%UP**

160円
お得!

詰めて楽しむ
お弁当総菜セットで
お楽しみいただけます

2種のすり身の
無リンかまぼこ

ノンオイル中華
海老チリソース/
思い出のやさしい
ミートソース!

華やかなメニューがすぐに完成!
可愛い「抜型」をプレゼント

数量限定

詰めて楽しむ お弁当総菜セット

No.45654 **常蔵凍**

【セット内容】

- 手ごねなんこつ入りつくね 120g
- スライスハム 80g
- 2種のすり身の無リンかまぼこ 200g
- 玉子焼き 10個(490g)
- ひじき煮 100g
- プチゼリー・葡萄 352g(16個)

5,240円▼

3,990円 税込 4,309円

1,250円
お得!



南瓜のそぼろ煮

2袋 **常蔵凍**
60g×2 No.45925

1,460円
税込 1,576円 **2%UP**



タンドリーチキン

5月のごちそう
詰め合わせセット
▶9面へ

カレーセット
▶10面へ



ハム巻きスティック

【レシピ】いんげんはゆで、つくねと玉子焼き(各適量)はスティック状にカットする。つくねといんげん、玉子焼きといんげんを組み合わせ、スライスハムで巻き、爪楊枝を刺してから切る。



手ごね
なんこつ入り
つくね

+

玉子焼き

+

スライス
ハム

詰めて楽しむ
お弁当総菜セットで
お楽しみいただけます

玉子焼きのひじきサンド

【レシピ】玉子焼き(1/2個)に切り込みを入れ、ひじき煮(大さじ1)を入れる。



玉子焼き ひじき煮

詰めて楽しむ
お弁当総菜セットで
お楽しみいただけます

花爛漫ちらし寿司(2人前)

【レシピ】ちらし寿司(ごはん360gとちらし寿司の素2袋)を重箱に詰める。型抜きした野菜やかまぼこを乗せる。

数量限定

ちらし寿司の素 **常蔵凍**
2セット 具材50g・寿司酢20ml(1食分)×2
No.45363

1,200円 税込 1,296円 **2%UP**

1セット 具材50g・寿司酢20ml(1食分)
No.10392

600円 税込 648円

2種のすり身の
無リンかまぼこ

詰めて楽しむ
お弁当総菜セットで
お楽しみいただけます

北欧風ミートボール

【レシピ】いちごジャム(大さじ2)に水(大さじ1)を加え、レンジで1分半加熱した後、素ドリンク 透(1包)を混ぜていちごベリーソースをつくる。肉まるくに添える。

数量限定

そのまま美味しい肉まるくん

常蔵凍 114g(12個) No.45356

680円 税込 734円 **3%UP**

季節のめぐみ
国産いちごジャム 2個

常蔵凍 150g×2 No.45923

1,800円 税込 1,944円 **2%UP**

素ドリンク 透(スティックタイプ)

常蔵凍 8g×30包 No.45350

5,800円 税込 6,264円 **5%UP**
+290ポイント



いちごベリー
ソース!

数量限定 お食事タイムが楽しみになるカラフルなお弁当箱のセット

カチッと1回押すだけでラクラク開閉!
スライドできる斜めの仕切り付きです。

ワンタッチランチBOX 3点セット **常蔵凍**

●ピーチ No.45610 ●ピスタチオ No.45614

- 〈セット内容〉
- ①[ワンタッチランチBOX] サイズ 縦15.5cm 横12cm 高さ5.5cm、容量 約600ml、付属品 仕切 シリコンパッキン付、素材 フタAS樹脂、本体 PET・ABS樹脂、仕切 ポリプロピレン、電子レンジ対応(フタ非対応)、食器洗浄機対応(フタ非対応)、日本製
 - ②[箸&スプーンセット] サイズ ケース 縦18.9cm 横5.7cm 高さ2cm、箸・スプーン 約18cm、素材 フタ・本体 ABS樹脂、箸・スプーン 天然木、日本製(スプーンをのぞく)
 - ③[抗菌巾着袋] サイズ 縦17.5cm 横18cm 幅11cm、素材 ポリエステル・綿、日本製



各4,700円
税込 5,170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

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。

5月の紫外線量は真夏並み!?!

始めていますか? 本気美白*1とUV対策

紫外線量が急増する5月。まだ始めていない方は、一刻も早い美白*ケアと紫外線対策を。SONOKOが厳選した美白*有効成分や保湿成分で、明るい輝きだけでなく、ハリやうるおいに満ちた肌を育みましょう。

白*美肌の土台をつくる スキンケア

薬用美白*化粧水

みずみずしいうるおいで満たして
クリアな輝きも湧き上がるハリも

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.45310
7,200円
税込 7,920円



ザ・ソノコ ホワイトニングローション 10mL
SONOKOドライフェイシート 6枚入

薬用美白*美容液

ローションとは違う
アプローチでシミ予防
白く*明るい美肌へ

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.45312
12,000円
税込 13,200円



本当に凄い!! やわらかな使い心地、高い浸透力*2への驚きはローションも同様で、肌の明るさやメイクのりが断然アップ。自分の肌にわくわくし、今後さらに良くなると思うと幸せです。

武藤 秀子様 (70代)



ザ・ソノコ
ホワイトニング
エッセンス
4.5mL

マスクケース
として使え!



母の日プレゼント

ポケット付きフラワーポーチ (抗菌加工)
サイズ等の詳細は8面をご覧ください

年齢肌総合ケアクリーム

紫外線やエアコンで乾く肌に
うるおいと美容成分を補給

WB グランクリーム
45g No.45317
25,000円
税込 27,500円



母の日プレゼント

フラワースクエアバッグ
サイズ等の詳細は
8面をご覧ください



お客様の声

SAY★GOさんのアドバイスで、朝のお手入れにホワイトニングローションとホワイトニングエッセンスを取り入れてから、数日で肌がもちもちに。使い続けるのが楽しみです。

栗原 節子様 (70代)



ザ・ソノコ ホワイトニング ローション&エッセンスセット

●ザ・ソノコ ホワイトニングローション
【薬用美白化粧水】 120mL
●ザ・ソノコ ホワイトニングエッセンス
【薬用美白美容液】 30mL
No.45308 **19,200円**
税込 21,120円



ザ・ソノコ ホワイトニング
ローション 10mL 2本
ザ・ソノコ ホワイトニング
エッセンス 4.5mL 2本

UVケア商品の活用術 教えます!

おうち時間 室内にも届く紫外線からガード
庭やベランダでも油断なく!

ゴミ出し 洗濯物を干す 宅配便の受け取り

from STAFF

UVホワイトヴェールを塗るだけで肌が明るくなり、透明感がアップ。ベタつかずさらっとした使い心地なのに、1日中しっかりと保てるので、メイクをしない日も紫外線を防ぎながら心地よく過ごせます。

銀座店 店長 高橋 亜矢子



高いUVカット力と
美白*力で美肌を守り抜く

UVホワイトヴェール
【UV薬用美白下地】 2本
SPF40/PA+++
30g×2 No.45307 **3%UP**
9,800円 税込 10,780円



ザ・ソノコ
ホワイトニングローション
10mL

ちょっとすぐそこまでの外出も
ご近所 ささっとUVケアして美肌に

犬の散歩 スーパー 送り迎え

from STAFF

少量でもカバー力があり、明るくツヤのある肌に仕上がるところが気に入っています。手軽に使えるのに、UVケアしながら美肌見せまでできるので、ちょっとした外出におすすめ。私の必需品です。

銀座店 岩生 愛



UVカット、保湿、ほんのりメイクを1本で

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.45320



明るく華やかな印象の肌に
ライトアップBB
2本
SPF35/PA+++
30g×2 No.45319 **3%UP**
各**9,000円** 税込 9,900円

ライトアップBB
ナチュラルオークル
サシェ 1袋

おでかけ

全身のUVカットと
美肌ファンデでさあ出発!

出勤 ドライブ 久しぶりの女子会

肌悩みをカバーして
なめらかな美肌に

SONOKO
ファンデーション

しっとりタイプ 15g
●ピンク No.45337
●オークル No.45336

さっぱりタイプ 12g
●ピンク No.45335
●オークル No.45334

※ファンデーションケースは別売です
各**5,000円** 税込 5,500円



3Dデザインセラム 2g
スポンジ 1個

各**5,000円** 税込 5,500円

*1メラニンの生成を抑え、シミ・そばかすを防ぐ *2角質層まで

お客様の声

朝晩、必ず使い続けるうちに肌の調子が整い、ツヤやかな肌に。先に使った美容液などの美容成分にヴェールをかけて閉じ込めている安心感があり、もう手放せません!

内貴 裕美子様 (50代)



from STAFF

5月の紫外線量は真夏に匹敵するので、日焼け止めはもちろん、ファンデーションのしっとりさとさっぱりを重ねづけ。ヴェールで覆い、ダメージから守っています。

コールセンター 染谷 沙織



顔も首もボディも
しっかりUVカット

UVケアセット

●UVホワイトヴェール
【UV薬用美白下地】
SPF40/PA+++ 30g
●サンプロテクト ボディ&フェイス
SPF50+/PA++++ 50mL

No.45305 **8,700円** 税込 9,570円 **5%UP**
+435ポイント



私の逸品 UVホワイトヴェール

HM様 (50代)

“肌にやさしい使用感が大好き。子どももお気に入り!”

初めて使った時、UV下地にありがちなさしめや「塗りました感」とは一線を画すなめらかな感触に感動しました。子どもにもその違いははっきりわかるようで、市販の日焼け止めを使わせていた小学生の娘も「コレがいい」とカラダに塗るように。SONOKOの商品なら子どもにも心配なく使えます。かかりつけのクリニックでも、UVホワイトヴェールの成分を見て「これは素晴らしい。僕も使いたいです」と大絶賛! 普段から肌に負担をかけない商品選びやケア方法を厳しく指導されている中での大絶賛はうれしく、クリニック仲間も愛用中です。

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 ※温度帯の表記のない化粧品はすべて 常 蔵 凍 ※個人の感想であり、効果を保証するものではありません。

ご注文は お電話注文 (通話料無料) **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。

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

バスタイムに白髪ケア
使う前よりツヤさら美髪

お待たせしました! 皆様のお声にお応えしてついに完成

大人気のヘアカラートリートメントに 待望のツヤめくブラックが新登場!

刺激の少ない染料や植物由来の染毛成分を使ったSONOKOのヘアカラートリートメント。

「髪と頭皮をいじめない」というコンセプトはそのままに、従来のダークブラウンに加え、ブラックがついに完成。

髪色やお好みに合うカラーをお選びいただけるようになりました。

最初は3日間連続で、髪の色が安定したら3日に1回のペースで使うのがおすすめです。

＼ New! /

ブラック



from STAFF

楽しみにしていた新色ブラックを使いました。気になる白髪が自然な黒髪に染まるだけでなく、トリートメント効果でツヤのある仕上がりになったので、気に入っています。生え際や分け目の色持ちも良いです。シャンプーの後につけるだけで、洗い流しも楽なので、使い方も簡単。お風呂タイムで白髪ケアとトリートメントが一度にできて、とても便利です。

銀座店 平野 婦美子

髪の表面と内側を
＼ダブルでカラーリング! /

落ち着いたブラック、明るめのダークブラウン
染まり方を参考にお好みでお選びください



- 美容室に行く回数を減らしたい
- 髪や頭皮のダメージが気になる
- 生え際や分け目はこまめに染めたい

ジアミン系染料不使用
タール系色素不使用
過酸化水素水不使用

ダーク
ブラウン

NEW

ヘアカラー
トリートメント
ブラック

200g No.45331

3,000円

税込 3,300円

プレゼント
ブラシ&コムで
全体にも生え際にも
塗りやすい!

プレゼント

ヘアカラー
トリートメント
(ダークブラウン)

200g No.45330

3,000円

税込 3,300円

プレゼント
ヘアカラーブラシ
1本

2色を試したい方や
＼ご家族で使い分けたい方に /

数量限定

ヘアカラー2色セット NEW

- ヘアカラートリートメント 200g
- ヘアカラートリートメント ブラック 200g

No.45332 6,000円 税込 6,600円

プレゼント
ヘアカラーブラシ
1本

GG ディープケアシャンプー 28mL
GG ディープケアトリートメント 25g

髪と頭皮環境を整えて 年齢を感じない元気な美髪に!

ヘアカラートリートメントはGG ディープケア シャンプーの後に、ヘアカラートリートメントを使わない日はGG ディープケアトリートメントやヘアパックがおすすめ。髪と頭皮をトータルにケアしましょう。



GG ディープケア
シャンプー

480mL No.45327

3%UP

3,900円

税込 4,290円



GG ディープケア
トリートメント

200g No.45328

3%UP

4,500円

税込 4,950円



GG ディープケア
ヘアパック

180g No.45329

3%UP

4,500円

税込 4,950円

GG ディープケアなどの商品ご購入でも GG ディープケアシャンプー 28mL プレゼント

※セール品・プレゼント品は十分ご用意いたしておりますが、万一お品切れの際はご容赦ください ※写真はイメージです

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(冷蔵・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なりません。

＼のどごし快適な栄養サポート飲料で／

元気とキレイを素早くチャージ

汗ばむ季節、乾いたのどにもうれしい飲料タイプのサプリメント。保存料や合成甘味料、一時的な変化を体感させるカフェインなどは一切使わず、吟味した素材の栄養を詰め込みました。お悩みに合わせてお選びください。併用もおすすめです。

元気がほとばしる
日々へ

Power

＼1日1本／の新習慣

高麗人参が入ってパワーアップ

イキイキと動ける
カラダづくりを応援

世界の400種類以上の植物を研究してとり着いたオレアビータ、アスパラガスエキス、イノシトール、ショウガエキスや、サポニンやアミノ酸を含む高麗人参を配合。元気不足になりがちな梅雨や夏も、土台からコンディションを整えて乗り切りましょう。

ソ- エナジー
SO ENERGIE 常蔵凍

3箱 30本
50ml×30
No.45347 **3%UP**
12,000円
税込 12,960円



1箱 10本
50ml×10 No.45346
4,000円
税込 4,320円



クリアな美しさを

Morning

選りすぐりの美容成分が
みずみずしい輝きを育む

生命力豊かな野草や野菜、果物など61種類の原材料を発酵熟成させたエキスを配合。吸収しやすい形で含まれる必須アミノ酸、さらに天然のアルブチンを含有するリンゴンベリー抽出物や6種のベリー混合エキスが、美しくハリのある暮らしを応援します。

植物の恵み100%素ドリンクシリーズで健康的な美しさを!

価格変更

素ドリンク 透

500ml
No.45348 常蔵凍
5%UP **5,800円**
+290ポイント 税込 6,264円

素ドリンク 透
(スティックタイプ)

8g×30包
No.45350 常蔵凍
5%UP **5,800円**
+290ポイント 税込 6,264円

心地よい朝を
サポート

Night

ゆったりとしたくつろぎで
心身をリフレッシュ

植物発酵エキスに、忙しい毎日に役立つETAS®(アスパラガス抽出エキス)、大麦乳酸発酵のGABAをプラス。心までほっとするようなやさしい風味に仕上げました。日々のコンディションを整え、ゆったりとした毎日をもたらし、翌朝の元気をバックアップします。

価格変更

素ドリンク 月

500ml
No.45349 常蔵凍
5%UP **5,800円**
+290ポイント 税込 6,264円

素ドリンク 月
(スティックタイプ)

8g×30包
No.45351 常蔵凍
5%UP **5,800円**
+290ポイント 税込 6,264円

＼スタッフの家族もみんな大好き!／ 美味しく飲んで、毎日快調です!

SONOKOのサプリメントは、カラダに必要な成分だけをぎゅっと凝縮。中でもドリンクタイプは美味しさにもこだわり、ジュース感覚で飲め、ノンカフェインなので、お子様にもおすすめです。ご家族の健康づくりにぜひお役立てください。

ソ- エナジー
**毎朝1本のSO ENERGIEが
前向きな就活をバックアップ**

就職活動中の娘は、午前中に適性試験の勉強、午後は企業訪問やリモート企業説明会、夜はエントリーシートの作成と日々奮闘中。心身共にフル回転ですが、朝、SO ENERGIEを飲むと頑張りがきくようです。韓国好きなので、高麗人参の有効性は知っていて、興味もあるよう。また、今はリモート面接も多いため、カメラ映りも気になるらしく、いつもUVホワイトヴェールでUVケアと美白[®]を心がけています。



SONOKOスタッフ
島田 暉子

忙しい就活の
強い味方!



**素ドリンク 透と月で乾杯!
父と息子の密かな楽しみ**

3歳になる息子は、妻がお風呂に入ると、にやにやしながら人差し指で「しい〜」と合図。「ジュース飲も〜」と走って冷蔵庫まで行き、素ドリンク透と月を持ち出します。小さいカラダで2つの瓶を抱え、満面の笑みで「今日はケイト君がピンク、パパは青」と言いながらコップに半分注いで水を足し、「かんぱ〜い」するのが寝る前の楽しみに。飲んだコップが置きっぱなしなので、妻にはバレておりますが(笑)



SONOKO代表
宇田川 裕昭



パパと
かんぱ〜い

**一日の終わりの習慣で
ゆったり心地よい毎日へ**

塾の内容が難しくなるにつれ、学習に必須のパソコンの使用時間が増えたこともあり、小学生の娘の生活リズムが崩れていました。夕食後もテレビを見たりずっと遊んでいたりするため、素ドリンク月をすすめたところ、甘くフルーティな味わいに「美味しい!」とすっかりお気に入り。その後も「これを飲むとゆっくりできるの」と、喜んで飲み続けています。少量なので飲みやすく、今では朝が苦手な母も一緒に飲んでます。



SONOKOスタッフ
北爪 文代



お揃いのカップで
飲んでます

*1 メラニンの生成を抑え、シミ・そばかすを防ぐ

※体験には個人差があります

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

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。



SONOKOのこだわり

今月のPICK UP!
サプリメント

「もっと多くの人の健康づくりを助きたい」という
鈴木その子の強い信念から生まれた良質なサプリメント
今もその願いと品質を継承して開発



徹底的に吟味した原料だけを配合した初代GG

人間の食事は、生きるために不可欠なエネルギーを取り入れることが目的です。鈴木その子は『やせたい人は食べなさい』などの著書の中で、誰も気付かなかった「もう一人の自分」により人間の体内の工場が働いていることをわかりやすく紐解き、エネルギー源となる糖質(ブドウ糖)の大切さを説いてきました。

その考えを具現化した、主食のごはんを中心とする献立は、多くの人に健康をもたらしました。そして、献立を実行するカラダをさらにサポートすることで多くの人を救いたいという想いで開発したのが、人間のカラダの中の働きを中心においてつくられた初代GGです。

凝縮した成分を継続して摂取するのがサプリメント。だからこそ、安心できる品質を徹底的に追求しました。その姿勢は、懸念や疑問をわずかでも抱いたら完成直前でも開発をストップしたというエピソードに象徴されています。

原料として選んだのは、ブドウ糖の集合体ともいえるグリコーゲンが豊富で、亜鉛や鉄分などもバランスよく含む牡蠣。産地はもちろん、収穫時期や保管方法などに至るまで、すべてを自身の目で確認しました。そして、鈴木その子が長年の研究を経て初代GGが1990年に生まれました。今に至るまで、皆様から厚い信頼をいただいています。

良質な水を摂ってほしいという願いで「荘水」を開発

鈴木その子のこだわりは、食材や栄養だけでなく、水にも及んでいました。人間のカラダは約60%^{*1}の水分で構成されており、1日に約2.5L^{*1}もの水分を飲み物や食べ物から取り入れる必要があるとされています。忘れられがちですが、私たちは食材や料理からも多量の水分を摂取し

ています。例えば、牛ヒレ肉の約64%、大根の約94%は水分。鈴木その子は「野菜を飲む」という表現をしていたほどです。

体内を健やかに整えるために、できるだけ良質な水を摂取してほしい。そんな考えから生まれたのが「荘水」です。配合されているケイ素は、骨や歯、肌や髪などを構成する大切な必須ミネラル。「荘水」を混ぜた水は、「TOKINO G.G」を飲むときに適しているのはもちろん、食材の下処理や調理にも役立ち、コンディション調整をサポートする“水サプリメント”として皆様の生活とカラダを満たしています。

栽培方法の確認や残留農薬検査で品質を徹底的に追求

SONOKOのサプリメントの研究開発には、「もっと多くの人の健康づくりを助きたい」「納得できない製品はお届けしない」という鈴木その子の願いが今も脈々と受け継がれています。

初代GGのレシピを基本に進化を重ねた「SONOKO G.G」は、グリコーゲンへのこだわりを大切に守り、良質な牡蠣として名高い瀬戸内海産に限定。グリコーゲンの量が最も増える時期に収穫されたものだけを使用。生活習慣や美容をサポートする3種類の植物エキスも加えました。

その他にも、多くの方の健康維持に役立てていただけるよう、身体環境や脳内物質に着目した製品開発を重ねています。

2022年1月に登場した「SO ENERGIE」は、“めぐるエネルギー”を追求した栄養サポート飲料。配合したオレアビータ(オリーブ葉抽出エキス)は、世界中の400種類以上もの植物エキスをスクリーニングしてたどり着いた成分。高麗人参エキスは、高麗人参の栽培方法の確認に加え、エキス化した後の残留農薬検査も実施するなど、品質への徹底したこだわりが息づいています。

コールセンター 大石慈子



食品担当 宮路敦子



愛されてロングセラー!
SONOKOの品質をぜひ体感ください

5月サブリセット

No.45962

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

48,000円
税込51,840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

*1 「健康のため水を飲もう」HP(厚生労働省)



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(冷蔵・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

母の日におすすめ! 大人肌を輝かせるクリーム&美容液

WB グランクリーム
45g No.45317

スキンケアの仕上げに、内側*1からあふれるようなうるおい、ハリ、透明感をもたらします。

スーパーモイスチャー クリームR
50g No.45318

豊かなうるおいで赤ちゃんのようなぷるぷる肌へ。ロングセラーの美容クリーム。

各 **25,000円** 税込 **27,500円**

母の日プレゼント



フラワー スクエアバッグ

サイズ 約 縦23cm 横25cm 幅11cm、素材 ポリエステル、ポリウレタン 間口マグネット仕様 ※柄の出方が写真と異なる場合があります。

お買い上げごとに1つプレゼント

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.45312 **12,000円**
税込 **13,200円**

明るい肌へ導くビタミンC誘導体*2を配合。美白*3力と保湿力で、うるおい肌へ。

母の日プレゼント



ザ・ソノコ ホワイトニング エッセンス 4.5mL

ポケット付き フラワーポーチ (抗菌加工)

サイズ 約 縦13cm 横20cm、素材 外生地 ポリエステル 内生地 ポリエステル(抗菌加工) ※柄の出方が写真と異なる場合があります。

ハリも美白*3もうるおいも! ライン使いならではの圧倒的な手応え



ザ・ソノコ 5月の5点セット

ザ・ソノコ ウォッシングフォーム 100g
ザ・ソノコ ホワイトニングローション 【薬用美白化粧水】 120mL
ザ・ソノコ リペアローション 120mL
ザ・ソノコ ホワイトニングエッセンス No.45316 【薬用美白美容液】 30mL
ザ・ソノコ パランシングミルク 80mL

プレゼント
ザ・ソノコ セラム 4.5mL
WB グランクリーム 4g

独自配合成分クイーンオブホワイト®*4を全品に配合した「THE SONOKO」シリーズから、洗顔料、化粧水、エイジングケア*5化粧液、美容液、乳液が新発売。

5%UP **43,400円**
+2,170ポイント 税込 **47,740円**

白く*3明るい 美肌へ



ザ・ソノコ ホワイトニング ローション&エッセンスセット

ザ・ソノコ ホワイトニングローション 【薬用美白化粧水】 120mL
ザ・ソノコ ホワイトニングエッセンス 【薬用美白美容液】 30mL

プレゼント
ザ・ソノコ ホワイトニング ローション 10mLx2
ザ・ソノコ ホワイトニング エッセンス 4.5mLx2

19,200円
税込 **21,120円**

プレゼント
ザ・ソノコ ホワイトニング ローション 10mL
SONOKOドライフェイス シート 6枚

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.45310

税込 **7,920円**
高い保湿力の薬用美白*3化粧水で、透明感あふれるみずみずしい肌へ。

ザ・ソノコ リペア ローション 10mL

ザ・ソノコ ウォッシングフォーム
100g No.45309 **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。

ザ・ソノコ パランシング ミルク 10mL

ザ・ソノコ ホワイトマスク
90g No.45314 **9,000円**
5%UP +450ポイント 税込 **9,900円**

大人肌のにごり*6までやさしくオフする多機能フェイシャルマスク。

ザ・ソノコ リペア ローション 10mL

ザ・ソノコ リペアローション
120mL No.45311 **7,200円**
税込 **7,920円**

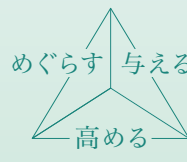
美容成分を複合的に配合。肌をうるおし、次に使うスキンケアを浸透*1しやすく。

ザ・ソノコ セラム 4.5mL

ザ・ソノコ セラム
30mL No.45315 **22,000円**
5%UP +1,100ポイント 税込 **24,200円**

クイーンオブホワイト®*4を贅沢に配合*7。美しい肌の土台づくりを。

形状記憶ジェルが多角的にアプローチ「めぐらす」「与える」「高める」の3アクションで全方向にエイジングケア*5を



3Dデザイン セラム 2g

3Dデザイン セラム 30g No.45325 **9,000円**
3%UP 税込 **9,900円**

形状記憶ジェルが、ハリ不足の肌にアプローチ。すみずみ*1までうるおいで満たし、弾むようなハリ感で、ぐんと引き締まった印象へ導きます。

ザ・ソノコ パランシング ミルク 10mL

ザ・ソノコ パランシングミルク
80mL No.45313 **10,000円**
税込 **11,000円**

3種類のセラミド配合*8。豊かなうるおいで肌を包み込み、もっちりハリ肌へ。

GGコスメ

クレンジング クリームR 2本 120gx2 No.45323 **13,000円**
5%UP +650ポイント 税込 **14,300円**

エッセンスR 30mL No.45321 **13,000円**
3%UP 税込 **14,300円**

クリーム 30g No.45322 **10,000円**
3%UP 税込 **11,000円**

ホワイトストリーム 30mL No.45326 **13,000円**
3%UP 税込 **14,300円**

肌をみずみずしく保湿し、透明感のある美肌へ導くジェル状美容液。

UVケアセット

UVホワイトヴェール 【UV薬用美白下地】 SPF40/PA+++ 30g
サンプロテクト ボディ&フェイス SPF50+/PA++++ 50mL
No.45305 **8,700円**
5%UP +435ポイント 税込 **9,570円**

美白*3、肌色補正もする化粧下地と、全身用日焼け止めで徹底UVケア。

ザ・ソノコ ホワイトニング ローション 10mL

UVホワイトヴェール 2本
【UV薬用美白下地】 SPF40/PA+++ 30gx2 No.45307 **9,800円**
3%UP 税込 **10,780円**

美白*3、UVケア、肌色補正の3役を1本で叶える日中用化粧下地。

どれを買ってももらえるプレゼント

ライトアップBB ナチュラルオークル 2本
SPF35/PA+++ 30gx2 No.45320

ライトアップBB 2本
SPF35/PA+++ 30gx2 No.45319 **各9,000円** 税込 **9,900円**

光の反射マジックで、肌を自然に美しく見せるBBクリーム。

SONOKO ファンデーション

しっとりタイプ 15g No.45337
さっぱりタイプ 12g No.45335
各 **5,000円**
税込 **5,500円**

*ファンデーションケースは別売です

フェイスパウダー

30g(パフ付) No.45338 **4,500円**
3%UP 税込 **4,950円**

キメ細かなパウダーでやわらかく上質な質感を演出。

3Dデザイン セラム 2g

ボディクリーム&ジェルセット
ボディクリームR 220g
ボディジェル 150g No.45306 **6,300円**
5%UP +315ポイント 税込 **6,930円**

GGディーブケアシリーズ

シャンプー 480mL No.45327 **3,900円**
3%UP 税込 **4,290円**

トリートメント 200g No.45328 **4,500円**
3%UP 税込 **4,950円**

ヘアパック 180g No.45329 **4,500円**
3%UP 税込 **4,950円**

3Dデザイン セラム 2g

3Dデザイン フォーボディ
200mL No.45324 **7,000円**
3%UP 税込 **7,700円**

素肌の気になる部分にアプローチ。なめらかで上質なボディへ。

ザ・ソノコ リペア ローション 10mL

バスエッセンス ブーケ
120mL No.45333 **2,800円**
税込 **3,080円**

華やかな香りとう美容成分がバスタイムを優雅に演出。しっとり肌へ。

ザ・ソノコ リペア ローション 10mL

パルファム
7mL No.45339 **10,000円**
2%UP 税込 **11,000円**

優雅な女性をイメージしたロングセラーの甘くやさしい香り。

*1 角質層まで *2 L-アスコルビン酸2-グルコシド *3 メラニンの生成を抑え、シミ・そばかすを防ぐ *4 混合植物エキス/保湿・整肌成分 *5 年齢に応じたスキンケア *6 汚れや古い角質 *7 自社比 *8 セラミドAP/セラミドNG/セラミドNP/保湿成分

待望のツヤめくブラックが新登場!

ラインがシルバー
ラインがゴールド

NEW
ヘアカラー トリートメント ブラック
200g No.45331

ブラシ&コムで
全体にも生え際にも
塗りやすい!

ヘアカラー トリートメント (ダークブラウン)
200g No.45330

プレゼント
ヘアカラーブラシ 1本

3%UP
各3,000円 税込3,300円

NEW
数量限定
ヘアカラー 2色セット
ヘアカラートリートメント ブラック 200g
ヘアカラートリートメント 200g
No.45332

6,000円
税込6,600円

刺激の少ない染料や植物由来の染毛成分を使用。「髪と頭皮をいじめない」というコンセプトはそのままに、新たにブラックが加わりました。シャンプー後の「ついで染め」で白髪ケアしながら、ハリコシのあるツヤさら美髪へ。

プレゼント
ヘアカラーブラシ1本
GG ディープケアシャンプー 28mL
GG ディープケアトリートメント 25g

パッケージ
リニューアル

カラダにやさしい
成分はそのまま
パッケージが
新しくなりました

マウスウォッシュ 2本
300mL×2 No.45941

3%UP
3,600円
税込3,960円

すっきりとしたお口を保つ、天然由来成分でできたマウスウォッシュ。

TOKINO G.G 3本セット
常蔵凍
180粒×3 No.45341

57,000円
税込61,560円

初代G.Gのレシピをより抽出精度の高まったカキ肉エキスをを用いて再現しました。

プレゼント
SO ENERGIE 1箱10本

SONOKO GG 3本セット
常蔵凍
180粒×3 No.45340

57,000円
税込61,560円

カラダが本来持っている可能性を引き出し、整え、正しく働かせるように考えた万能サプリメント。

プレゼント
SO ENERGIE 1箱10本

SONOKO G.G口ゼ 3本セット
常蔵凍
150粒×3 No.45342

40,000円
税込43,200円

カラダのコンディションを整えることで、イキイキとハリのある若々しい毎日へ。

プレゼント
SO ENERGIE 1箱10本

庄水 常蔵凍
6本セット
35mL×6 No.45344

45,000円
税込48,600円

プレゼント
庄水1本

常蔵凍
2本
35mL×2 No.45343

16,000円
税込17,280円

プレゼント
SO ENERGIE 3本

5月サプリセット 常蔵凍
TOKINO G.G 180粒
SONOKO GG 180粒
庄水 35mL No.45962

48,000円
税込51,840円

SONOKOを代表する元気のお守りサプリ。コンディションを整え、若々しい毎日へ。

プレゼント
ありがとう乳酸菌 1箱

ソー エナジー
SO ENERGIE
3箱30本 50mL×30 No.45347

12,000円
税込12,960円

3%UP

さらに/
プレゼント
SO ENERGIE 6本

1箱10本 50mL×10 No.45346

4,000円
税込4,320円

さらに/
プレゼント
SO ENERGIE 2本

能活生活 常蔵凍
30粒 No.45345

7,000円
税込7,560円

3%UP

記憶する力「脳内物質」に着目。冴えとひらめきにアプローチしポジティブに。

価格変更
素ドリンク 透
常蔵凍 500mL No.45348

5,800円
税込6,264円

5%UP
+290ポイント

スティック
タイプ 常蔵凍
8g×30包 No.45350

5,800円
税込6,264円

5%UP
+290ポイント

価格変更
素ドリンク 月
常蔵凍 500mL No.45349

5,800円
税込6,264円

5%UP
+290ポイント

スティック
タイプ 常蔵凍
8g×30包 No.45351

5,800円
税込6,264円

5%UP
+290ポイント

数量限定
5月のごちそう
詰め合わせセット
タンドリーチキン 1本
国産牛100%
プレミアムミートローフ 120g
そのまま美味しい肉まるくん 114g(12個)
ぶりぶり天然エビのクリームコロッケ 140g(2個)
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

常蔵凍
No.45452

5,500円
税込5,940円

数量限定
5月のパンセット
フレンチトースト 1袋(2切)
極みチョコチップパン 1個
極み厚切り山型パン 3枚切
トーストクリーム 30g×2
極みカレーパン 1個
バーガーパンズ 1個
極みロールパン 2個
手造りもっちりナン3枚 100g×3

常蔵凍
No.45453

4,500円
税込4,860円

数量限定
お肉大好きセット
そのまま美味しい肉まるくん 114g(12個)
国産肉100%
直火焼きハンバーグ 120g
揚げないとりから 150g(6個)
豚肉のシャリアピン 200g

常蔵凍
No.45357

3,800円 ▶ 3,400円
税込3,672円

400円
お得!

常蔵凍
国産肉100%
照り焼きソースハンバーグ 2袋
240g×2 No.45354

2,160円
税込2,332円

3%UP

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
国産肉100%
直火焼きハンバーグ 2個
120g×2 No.45355

1,840円
税込1,987円

3%UP

脂身の少ない国産の牛肉と豚肉で肉本来の旨みを引き出した逸品。

数量限定
そのまま美味しい
肉まるくん
114g(12個) No.45356

680円
税込734円

3%UP

国産の豚肉をシンプルに味付け。肉の旨みが際立つ蒸しタイプのミートボールです。

常蔵凍
揚げないとりから 2袋
150g(6個)×2 No.45352

2,600円
税込2,808円

3%UP

国産の鶏もも肉を蒸し焼きにし、油で揚げたようなサクサク食感に。

常蔵凍
鶏肉のやわらか煮
~オレンジ風味~ 2袋
200g×2 No.45364

2,400円
税込2,592円

2%UP

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。

常蔵凍
手ごねなんこつ
入りつくね 3袋
120g×3 No.45372

1,800円
税込1,944円

3%UP

材料のこねから成型まで手づくり。みっちりとした食感が魅力の一品。

常蔵凍
豚肉のシャリアピン 2袋
200g×2 No.45425

1,800円
税込1,944円

3%UP

コクと素材の旨みを引き出した絶品ソースのシャリアピン。

常蔵凍
蒸し鶏の
ガーリック風味
2個 No.45374

1,400円
税込1,512円

3%UP

常蔵凍
スライス
ハム 2袋
80g×2 No.45373

1,400円
税込1,512円

2%UP

常蔵凍
無塩せきポーク
ウインナー 2袋
160g(4本)×2 No.45367

2,500円
税込2,700円

3%UP

常蔵凍
無塩せきポークウインナー
スパイシー 2袋
100g(4本)×2 No.45368

1,600円
税込1,728円

3%UP

常蔵凍
無塩せきポークウインナー
ハーブ 2袋
100g(4本)×2 No.45369

1,600円
税込1,728円

3%UP

※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。



常蔵凍

ぷりぷり天然エビの クリームコロッケ 2袋

140g(2個)×2 No.45437
5%UP **1,800円**
+90ポイント 税込 1,944円

クリーミーなソースとぷりっとしたエビが絶妙なハーモニー。



常蔵凍

金華さばの スモーク風味 2袋

85g×2 **3%UP** **1,300円**
No.45353 税込 1,404円

金華さばをかつおエキスで燻して風味付け。和洋どちらにもマッチ。



常蔵凍

国産真さばの 味噌煮 3袋

83g×3 **3%UP** **1,440円**
No.45366 税込 1,555円

SONOKOの生味噌を生かしたみそだれで風味豊かに。



常蔵凍

国産真いわしの しょうが煮 3袋

73g×3 **3%UP** **1,200円**
No.45365 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

かつを煮 2袋

100g×2 **2%UP** **1,800円**
No.45370 税込 1,944円

噛めば噛むほど味がしみ出る風味豊かなかつをの角煮。



常蔵凍

秋鮭の塩麹漬け焼き3切

210g(3切) No.45432
2%UP **1,440円**
税込 1,555円

北海道で水揚げされた秋鮭を塩麹で味付け。やわらかく旨みたっぷり。



生タイプ 常蔵凍

真だらの味噌漬け3切

270g(3切) No.45431
2%UP **1,260円**
税込 1,360円

洗い流しなどの手間がなく焼くだけ。より香ばしくやわらかな食感。



数量限定

カレーセット

タンドリーチキン 1本
焼きフライ(一口ヒレカツ) 90g(3個)
ノンオイル調理キーマカレー 120g **辛さ★★★★☆**
クリームカレー 200g **辛さ★★★★★**
白いカレー 200g **辛さ★★★★★**

常蔵凍 **4,800円**
No.45360 税込 5,184円



常蔵凍 ※調理例

思い出のやさしい ミートソース 2袋

140g×2 **2%UP** **1,420円**
No.45378 税込 1,533円

野菜と挽き肉を煮込み、旨みを凝縮した本格派の味。



常蔵凍 ※調理例

国産たらこのクリーム パスタソース 2袋

110g×2 **2%UP** **1,420円**
No.45379 税込 1,533円

クリーミーで濃厚なソースと、つぶつぶのたらこの食感が絶妙!



常蔵凍 ※調理例

エビと香りバジルの クリームパスタソース 2袋

92g×2 **2%UP** **1,640円**
No.45380 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

国産帆立のボンゴレ風 パスタソース 2袋

100g×2 **2%UP** **1,420円**
No.45381 税込 1,533円

肉厚の帆立と野菜、グリルトマトの旨みと甘み、コクがたまらない!



数量限定 常蔵凍

小麦香る 生パスタ 2袋

100g×2 **2%UP** **720円**
No.45382 税込 777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。



NEW

ノンオイル中華セット

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 中華丼 180g

常蔵凍 **460円**
No.45359 **お得!**
3,860円 ▶ 3,400円
税込 3,672円



NEW

まろやかな酸味のチリソースに 自然な食感を楽しめる海老がごろり

火加減を繊細に調節することで、保水剤を使わずに、海老本来の食感を残した歯ごたえのある海老が主役。有機トマトのケチャップをベースに、国産玉ねぎで甘さを、豆板醤でほどよい辛みを、じゃがいものでんぷんで自然なとろみを加え、辛すぎないチリソースをつくりました。ごはんにはもちろん、麺類にもよく合います。

常蔵凍

ノンオイル中華 海老チリソース

2袋 170g×2 No.45362 **2%UP** **2,560円**
税込 2,764円



常蔵凍

ノンオイル中華 肉餃子 2袋

216g(18g×12個)×2 No.45400
2%UP **1,800円**
税込 1,944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。



常蔵凍

ノンオイル中華 肉焼売 2袋

192g(24g×8個)×2 No.45399
2%UP **1,800円**
税込 1,944円

肉と野菜の旨みがぎゅー。そのままでも美味しい醤油ベースの味付け。



常蔵凍

ノンオイル中華 肉ワンタン 2袋

177g(ワンタン15個・スープ2袋・2~3食分)×2 No.45401
2%UP **1,800円**
税込 1,944円

具材の食感も楽しめる、ボリューム満点の肉ワンタン。



常蔵凍

ノンオイル中華 中華丼 2袋

180g×2 No.45403
2%UP **1,560円**
税込 1,684円

濃厚なあんこ、贅沢に用いた6種の国産具材の食感、旨みを堪能。



常蔵凍

ノンオイル中華 万能肉味噌 2袋

110g×2 **2%UP** **1,360円**
No.45402 税込 1,468円

コクのある八丁味噌とやさしい甘みの味噌を混ぜ、深みのある味わいに。



常蔵凍

ほくほくポテトの クリームシチュー 2袋

200g×2 **5%UP** **2,000円**
No.45405 +100ポイント 税込 2,160円

具だくさんでボリューム満点。とろけるクリームシチュー。



常蔵凍

からだ想いの 鶏スープ 3袋

200g×3 **3%UP** **2,280円**
No.45371 税込 2,462円

鶏肉の旨みと野菜の甘みが溶け込んだ塩味ベースのスープ。



常蔵凍

淡路島玉葱と 国産野菜のだしスープ

50g No.45375 **5%UP** **750円**
+37ポイント 税込 810円

野菜の旨みと和風だしが絶妙に溶け合い、格別な美味しさに。



常蔵凍

具だくさん ミネストローネ 2袋

150g×2 **2%UP** **900円**
No.45391 税込 972円

国産小松菜のみそ汁 10袋

4.5g(フリーズドライ)×10 常蔵凍
2%UP **1,500円**
No.45404 税込 1,620円



常蔵凍

国産具材の筑前煮 2袋

115g×2 No.45398
2%UP **1,360円**
税込 1,468円

国産具材の食感や旨味を活かすため真空調理で仕上げました。



常蔵凍

南瓜の そぼろ煮 2袋

60g×2 **2%UP** **1,460円**
No.45925 税込 1,576円



常蔵凍

ほうれん草としめじの おひたし 2袋

50g×2 **2%UP** **760円**
No.45386 税込 820円

具材の味わいを引き立てる深みのあるだしで味付け。



常蔵凍

とうふ 2T

300g×2 **5%UP** **860円**
No.45395 +43ポイント 税込 928円

1T 300g **2%UP** **555円**
No.45394 税込 599円



常蔵凍

2種のすり身の 無リンかまぼこ 2本

200g×2 **5%UP** **1,980円**
No.45389 +99ポイント 税込 2,138円

スケトウダラとイトヨリダイの無リンすり身を贅沢に使用。



常蔵凍

手焼きオムレツ 3個

100g×3 **2%UP** **2,000円**
No.45388 税込 2,160円

たまごを手作業でかき混ぜ、一つ一つ丁寧に焼き上げました。



常蔵凍

玉子焼き 2袋

10個(490g)×2 No.45387
3%UP **3,100円**
税込 3,348円

だしが効いた、深みのあるやさしい味わい。個包装で便利。

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

数量限定
詰めて楽しむ お弁当総菜セット
手ごねなんこつ入りつくね 120g
スライスハム 80g
2種のすり身の無リンかまぼこ 200g
玉子焼き 10個(490g)
ひじき煮 100g
プチゼリー葡萄 352g(16個)
No.45654
常蔵凍 **5,240円 ▶ 3,990円**
税込 4,309円

プレゼント
野菜抜型 3個セット

1,250円 お得!

おでん入り 総菜セット
だしが美味しいおでん 400g
国産真いわしのしょうが煮 73g
やわらか紀州梅干し 100g
いんげん豆の煮豆 200g
しらす煮 50g
椎茸昆布 100g
No.45358
常蔵凍 **490円 お得!**
3,990円 ▶ 3,500円
税込 3,780円

数量限定
ちらし寿司の素 2セット
具材50g・寿司酢20ml (1食分)×2 No.45363
2%UP 1,200円
税込 1,296円

1セット 具材50g・寿司酢20ml (1食分) No.10392
600円 税込 648円

氷温熟成® そのこ米ごはん 1箱(36パック)
常蔵凍 送料Y0 単独発送
ササニシキ180g×36 No.45384
7%UP 10,800円
+756ポイント 税込 11,664円

5パック 常蔵凍
ササニシキ180g×5 No.45383
2%UP 1,500円
税込 1,620円

そのこの御赤飯 3パック
150g×3 No.45918
2%UP 1,350円
税込 1,458円

希少な魚沼産有機栽培のもち米と小豆を用いた、上品な美味しさを堪能。

杵つき餅
500g(10個) No.45430
2%UP 1,170円
税込 1,263円

国産のもち米を100%使用。こだわりの本杵つき餅。

釜揚げうどん 3袋
250g×3 No.45429
2%UP 780円
税込 842円

国産小麦粉を使用。配合や製法にこだわってさらにコシ、弾力のある食感に。

自家製粉そば粉の なま蕎麦 2袋
200g(2食分)×2 No.45409
3%UP 1,560円 ▶ 1,400円
税込 1,512円

160円 お得!

価格変更
素麺 2袋
300g(50g×6束)×2 No.45921
2%UP 1,880円
税込 2,030円

のどごしがよく深い味わい。無油製法の手延べの乾麺。

定番品に仲間入り!
小麦本来の自然な甘みと 香りを満喫
常蔵凍

極みロールパン 6個
No.45646 **830円**
税込 896円

2個あたり 約277円

2個 No.40280 **320円**
税込 345円

こだわりの製法はそのままに、原材料を一部見直すことで、外側はさっくり香ばしく、中はふんわりきめ細やかに。ほのかな甘さとソフトな口当りもお楽しみください。

昆布水のもと 2袋
30g×2 No.45408
2%UP 1,560円
税込 1,684円

細切りカットの北海道産の真昆布。朝の昆布水やお料理のだしに。

生わかめ 2袋
常蔵凍
200g×2 No.45392 **2%UP 1,486円**
税込 1,604円

乾わかめ 2袋
常蔵凍
30g×2 No.45393 **2%UP 1,486円**
税込 1,604円

板のり 2袋
常蔵凍
10枚×2 No.45424 **3%UP 2,000円**
税込 2,160円

やわらか 紀州梅干し 2パック 常蔵凍
100g×2 No.45436 **3%UP 1,800円**
税込 1,944円

トキノり
乾燥・生のり50g No.45407
3%UP 2,920円
税込 3,153円

サクサク食感と香ばしさを存分に味わえる乾燥生のり。

北海道産小豆の ゆであずき 2個
190g×2 No.45922 **2%UP 1,420円**
税込 1,533円

国産の良質な小豆を丹念に煮上げた粒あん。小豆本来の風味を最大限に引き出しました。

価格変更
いんげん豆の煮豆 2袋
200g×2 No.45396
2%UP 1,100円
税込 1,188円

ホクホクとした食感で、かみしめるとねっとりとした甘豆の豊かな風味が広がります。

しらす煮 2袋
常蔵凍
50g×2 No.45397 **2%UP 1,300円**
税込 1,404円

茎わかめ煮 2袋
常蔵凍
100g×2 No.45377 **3%UP 920円**
税込 993円

葉唐からし 2袋
70g×2 No.45376
3%UP 1,400円
税込 1,512円

佃煮特有の甘辛い味付けが、ピリッとした辛みと歯応えのある食感に。

帆立しぐれ煮 2袋
100g×2 No.45406
2%UP 2,000円
税込 2,160円

国産の帆立を炊き上げ、旨みと風味をたっぷり凝縮。

椎茸昆布 2袋
100g×2 No.45433
2%UP 1,520円
税込 1,641円

旨みたっぷりの椎茸と角切り昆布の上品な佃煮。

リニューアル
太陽と海風が育てた塩が 使いやすい細かい粒に!

天日干しの海の塩
100g No.45983 **720円**
税込 777円

美しい青い海が一面に広がるクリスマス島から、昔ながらの天日干しの塩が届きました。海水を塩田に引き込み、ふり注ぐ太陽の光と海をわたる風の力だけで3カ月かけて自然乾燥させた塩は、食材の美味しさを引き立てるまろやかな味わい。ミル挽きしなくてもお使いいただけるよう、細かく粉砕してお届けします。

便利つゆ 3本
300ml×3 No.45919
2%UP 2,180円
税込 2,354円

吟味した素材の旨みを丸ごと引き出した濃縮つゆ。

和風ノンオイル ドレッシング 2本
200ml×2 No.45390 **2%UP 1,160円**
税込 1,252円

どんな素材とも相性抜群な、醤油ベースのノンオイルドレッシング。

純米酢 3本
常蔵凍
500ml×3 No.45920 **2%UP 2,300円**
税込 2,484円

その子トマト 2本 常蔵凍
400g×2 No.45427 **2%UP 1,620円**
税込 1,749円

キムチちゃん 2個
155g×2 No.45434
2%UP 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。

その子美ワイン: ヴィンテージはご指定できません。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。※開ける前には冷蔵庫内で十分に冷やしてください。※瓶口を絶対に自分や他人の顔や体、壊れ物に向けて開栓しないでください。
●お酒は20歳になってから ※20歳未満の飲酒及び20歳未満への酒類の販売は法律で禁止されています ※20歳以上の年齢であることを確認できない場合には、酒類を販売しません ●通信販売酒類小売業免許を取得しています ●酒類の1回の注文数は760ml相当で2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

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

新茶ができました!

5/14(土)より販売開始

新茶 数量限定 常蔵凍

5袋 5,000円
5g×5個×5 No.45441 税込 5,400円

1袋 1,000円
5g×5個 No.46015 税込 1,080円

選りすぐりの茶葉を丹念に加工した、さわやかな香りとまろやかな口当たり。



5袋 お買い上げで プレゼント!

せんべいごま 1袋

ほうじ茶 2袋 常蔵凍

2g×10個×2 No.45413 3%UP 1,700円 税込 1,836円

その子ブレンド 浅煎り珈琲 2袋 常蔵凍

挽き豆200g×2 No.45438 3%UP 2,720円 税込 2,937円



数量限定

グレード1 マンデリン ドリップバッグコーヒー 10g×10袋 No.30328 1,650円 税込 1,782円

高品質を誇るグレード1の豆を使用し、独自の方法で焙煎したスペシャルティコーヒー。



あま酒 6袋

160g(清涼飲料水)×6 No.45423 2%UP 1,850円 税込 1,998円

米麴の風味とやさしい甘みを大切に粒感を残して仕上げました。



ホワイティ 2本

500ml(5倍希釈)×2 No.45439 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。

数量限定

レモンサイダー 24本 常蔵凍

200ml×24 No.45440 7%UP 7,680円 +537ポイント 税込 8,294円

1本 320円 200ml No.26269 税込 345円



有機ジンジャー りんごすとすだち 2本

有機しょうがシロップ(濃縮) 310g(4~6倍希釈)×2 No.45448 10%UP 3,000円 +300ポイント 税込 3,240円



有機フルーツ+野菜100 30本 常蔵凍

190g×30 No.45447 10%UP 7,980円 +798ポイント 税込 8,618円

6本 1,680円 190g×6 No.45446 2%UP 税込 1,814円

数量限定



6個 No.32590

1,050円 税込 1,134円

北海道産の小豆を使い、丹念に煮上げた粒あんをさつくりと軽い皮ではさんだ、上品な甘さの最中です。

丁寧に焼いた薄皮と あんが絶妙にマッチ

最中

お届けは 5月12日(木) までご注文はお早目に!

数量限定



宇治抹茶ぼうろ 2袋 50g×2 No.45418 2%UP 900円 税込 972円

抹茶のほろ苦さと生地の甘さが絶妙。軽い食感とあっさりとした味わい。



数量限定

母の日 ティータイムセット

米粉ロールケーキ 抹茶 1箱(3切) ショコラリッチ 1個 チョコゼリーケーキ 1個 フルーツゼリー温州みかん 85g×2 ドリームプリン カスタード 78g×2

No.45411 常蔵凍 4,200円 税込 4,536円



アーモンドと蜂蜜の リエージュ風ワッフル 2個 No.45410 3%UP 780円 税込 842円

リエージュワッフルをSONOKO風にアレンジ。絶妙な食感で香味が広がる!

数量限定



200g(4個)×2 No.45414 2%UP 1,560円 税込 1,684円

国産のもち米と小豆を使用し、香り高い桜葉で巻きました。

適度な食感の生地と 粒あんが相性抜群!

桜葉薫る道明寺 2袋

200g(4個)×2 No.45414 2%UP 1,560円 税込 1,684円

国産のもち米と小豆を使用し、香り高い桜葉で巻きました。

数量限定



せんべいごま 2袋 6枚×2 No.45415 480円 お得! 1,600円 ▶ 1,120円 税込 1,209円

1袋 6枚 No.10840 800円 税込 864円



モーニングケーキ 2個 No.45924 2%UP 1,000円 税込 1,080円

ノンオイル調理でしっとりふわふわのスポンジケーキ。



フルーツゼリー 温州みかん 6個 85g×6 No.45416 3%UP 2,160円 税込 2,332円

ドリームプリン カスタード 6個 78g×6 No.45428 3%UP 2,400円 税込 2,592円



季節のめぐみ 国産いちごジャム 2個 150g×2 No.45923 2%UP 1,800円 税込 1,944円

国産とちおとめを蒸気釜で丁寧に煮詰めました。



黒豆塩大福 2袋 220g(4個)×2 No.45419 5%UP 1,760円 +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。



黒蜜風味 ようかん 2袋 常蔵凍 No.45420 2%UP 1,560円 税込 1,684円

みたらし団子 2袋 常蔵凍 200g(5本)×2 No.45417 5%UP 1,520円 +76ポイント 税込 1,641円



カカオ飴 3袋 常蔵凍 50g×3 No.45421 2%UP 900円 税込 972円

ちゅらしお飴 3袋 常蔵凍 50g×3 No.45422 2%UP 900円 税込 972円

炊く・煮る・沸かすがこれ1つでできるマルチポット 数量限定 WMFフュージョンテック ミネラルマルチポット

常蔵凍 各16,000円 税込 17,600円

遠赤外線効果が高く、熱伝導や保温性にすぐれ、あらゆる調理をこなします。

ローズクォーツ No.45609 ダークプラス No.45608

サイズ 内寸14cm 外寸15.65cm 外寸(取っ手込み)22.5cm 全高(フタ込み)17cm 深さ11.4cm、重さ1.3kg、容量1.7L、素材 本体 ホーロー用鋼板、取っ手・フタつまみ フェノール樹脂、フタ 強化ガラス、オール熱源対応(IH・ガス対応)、食器洗浄機対応、ドイツ製

お食事タイムが楽しみになるカラフルなお弁当箱のセット 数量限定 ワンタッチランチBOX3点セット 常蔵凍

各4,700円 税込 5,170円

カチッと1回押すだけでラクラク開閉!スライドできる斜めの仕切り付きです。

① ピーチ No.45610 ② ③ ビスタチオ No.45614

セット内容
①【ワンタッチランチBOX】サイズ 縦15.5cm 横12cm 高さ5.5cm、容量 約600ml、付属品 仕切り、シリコンパッキン付、素材 フタ AS樹脂、本体 PET・ABS樹脂、仕切り ポリプロピレン、電子レンジ対応(フタ非対応)、食器洗浄機対応(フタ非対応)、日本製 ②【箸&スプーンセット】サイズ ケース縦18.9cm 横5.7cm 高さ2cm、箸・スプーン 約18cm、素材 フタ・本体 ABS樹脂、箸・スプーン 天然木、日本製(スプーンをのぞく) ③【抗菌巾着袋】サイズ 縦17.5cm 横18cm 幅11cm、素材 ポリエステル・綿、日本製

自然のめぐみ 国産はちみつ

常蔵凍 160g No.45412 2%UP 1,650円 税込 1,782円

蜜蜂が有機や自然農法の農家の受粉を助けながら濃縮させた花の蜜。

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 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5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)	●北海道	●青森県	●秋田県	
●四国	●九州(長崎県・鹿児島県の一部地域を除く)	●長崎県(一部地域を除く)	●鹿児島県(一部地域を除く)	5/11(水)もしくは 5/14(土)
5/18(水)もしくは 5/21(土)	5/19(木)もしくは 5/22(日)	5/10(火) まで	5/10(火) まで	5/25(水)もしくは 5/28(土)
5/26(木)もしくは 5/29(日)	5/17(火) まで	6/1(水)もしくは 6/4(土)	6/2(木)もしくは 6/5(日)	5/24(火) まで
6/8(水)もしくは 6/11(土)	6/9(木)もしくは 6/12(日)	5/31(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

「正しく食べること」の大切さを伝えます

鈴木その子式 やせたい人は 食べなさい。

常蔵凍 No.40227 ※ポイント対象外 1,400円 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。

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

5月のセットのお届けは▶ **6/4(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

5月の4週間完全実行献立セット

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	4/30(土)～5/14(土)	5/1(日)～
第2週	5/7(土)～5/21(土)	5/8(日)～
第3週	5/14(土)～5/28(土)	5/15(日)～
第4週	5/21(土)～6/4(土)	5/22(日)～

送料 ¥0 単独発送

プレゼント



お申し込み受付期間

5/11(水)まで

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

鶏、豚、牛の肉料理に人気のパンも多彩にラインナップ

常蔵凍

数量限定 5月の1週間グルメセットA No.45449 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】タンドリーチキン、焼きフライ(一口ヒレカツ)、そのまま美味しい肉まるくん、牛肉と春雨のチャブコギ、極みメロンパン、極み厚切り山型パン、フレンチトースト、ショコラリッチ、ぷりぷり天然エビのクリームコロッケ、国産真さばの味噌煮、真だらの味噌漬焼き、思い出のやさしいミートソース、ほくほくポテトのクリームシチュー、北海道にんじんポタージュ、チョコゼリーケーキ、その子のどら 1個、蒸し鶏のガーリック風味、国産真いわしのしょうが煮、きんぴらごぼう、国産具材の筑前煮、ほうれん草としめじのおひたし、手焼きオムレツ、切り干し大根、ほうれん草の和え物、すき昆布の土佐煮、4種のきのこの煮びたし、小麦香る生パスタ、極みチョコチップパン、極み粒あんぱん、帆立しぐれ煮(小分け)、いんげん豆の煮豆(小分け)×2、ひじき煮(小分け)、モーニングスイッチスムージー キング(いちご&トマト)、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

プレゼント



肉と魚のメニューがバランスよくお楽しみいただけます

常蔵凍

数量限定 5月の1週間グルメセットB No.45450 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】焼きフライ(メンチカツ)、タンドリーチキン、揚げないとりから、焼きフライ(エビフライ)、北海の恵みごちそう丼、ノンオイル調理キーマカレー、ちらし寿司の素、宇治抹茶ぼうろ、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、金華さばのスモーク風味、秋鮭の塩麹漬焼き、からだ想いの鶏スープ、真ダコとエビの黄身酢和え、極みチョコチップパン、フルーツゼリー温州みかん、無塩せきボークウインナー、スライスハム、国産たらこのクリームパスタソース、すずまる納豆、ひじきの煮物、きんぴらごぼう、4種のきのこの煮びたし、ほうれん草の和え物、金揚げうどん、手造りもちりナン(1枚)、極みロールパン2個×2、極みスイートトースト×2、モーニングスイッチスムージー キング(いちご&トマト)、ドリームプリンカスタード、モーニングケーキ、ソフトクッキー チョコレート味

プレゼント



夕食は家族と楽しみ、マイペースに朝、昼、間食で整えたい方に!



数量限定 5月の朝昼間食セットプラス

No.45451 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】焼きフライ(メンチカツ)、タンドリーチキン、NEW ノンオイル中華 海老チリソース、ちらし寿司の素、フレンチトースト、宇治抹茶ぼうろ、特製つゆ仕込みの国産牛すき丼、国産真さばの味噌煮、かつを煮、ノンオイル中華 中華丼、からだ想いの鶏スープ、貝だくさんミネストローネ、極みチョコチップパン、極みメロンパン、極みカレーパンほうれん草の和え物、いんげん豆の煮豆(小分け)×2、ひじき煮(小分け)、らーめん風、モーニングスイッチスムージー ナイト(ブルーベリー&生姜)、黒豆塩大福、アーモンドと蜂蜜のリエージュ風ワッフル

プレゼント



※セール品・プレゼント品は十分ご用意いたしておりますが、万一お品切れの際はご容赦ください ※写真はイメージです

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。



エビデンスも取得! **2カ月間集中献立で、本気痩せを実現!**

8週間ダイエット献立セット 常蔵凍 **150,000円** 税込 **162,000円**

●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

【セット内容】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事です。※結果には個人差があり、効果を保証するものではありません。

SONOKOを代表するメイン総菜にサプリーもプラス。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

常温グルメ献立セット No.45988 **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

●3食+間食+夜食×7日分=計28食 召し上がり方の一例(メニュー表)付

その子ちゃん献立セット No.45455 **16,230円** 税込 **17,528円** 常蔵凍

【セット内容】特製つゆ仕込みの国産牛すき丼、金華さばのスモーク風味、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、トキノ海苔の佃煮、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、フルーツゼリー温州みかん、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

【セット内容】特製つゆ仕込みの国産牛すき丼、金華さばのスモーク風味、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、トキノ海苔の佃煮、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、フルーツゼリー温州みかん、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

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.45454 **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

【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〜、国産肉100%照り焼きソースハンバーグ、豚肉のしゃりアピン、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、秋鮭の塩麹漬焼き、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、トキノ海苔の佃煮、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

【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、極みスイートレーズンパン2個、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、フルーツゼリー温州みかん、黒蜜風味ようかん(12本)



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!

すっきり献立セット No.45456 **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

【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、極みスイートレーズンパン2個、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、フルーツゼリー温州みかん、黒蜜風味ようかん(12本)



SONOKO式献立の原点。

規則正しい食生活を送れる

シンプル献立

スタンダード献立セット No.45457 **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

【セット内容】じゃがいもゴロゴロカレー、だし薫るかき玉親子丼、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、節味あん、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(12本)



5月の新商品

ヘアカラー トリートメント ブラック 常蔵凍

100g **720円** No.45983 税込 **777円**

200g **3,000円** No.44554 税込 **3,300円**

クリスマス島でじっくりと自然乾燥させた塩が使いやすい細かい粒になりました。

シャンプー後の“ついで染め”で白髪ケアしながら、ハリコシのある美髪へ。

3Dデザインセラム 常蔵凍

30g **9,000円** No.20517 税込 **9,900円**

マウス ウオッシュ 常蔵凍

300mL **1,800円** No.24640 税込 **1,980円**

ジェルがすくいやすいようにスパチュラが大きくなり、パッケージも新しく!

天然由来成分100%で刺激の少ない洗口液はそのままに、容器をリニューアル。

新定番商品

- そのこの御赤飯 ●極みスイートレーズンパン ●極みロールパン2個 ●七色唐辛子
- 国産帆立のポンゴレ風パスタソース ●からだ想いの鶏スープ
- ノンオイル中華 海老チリソース ●トキノ海苔の佃煮 ●しらす煮
- 本格焼酎カキ ●その子美ワインスパークリング白
- フルーツゼリー温州みかん ●プチゼリー葡萄 ●カカオ粒 ●ちゅらしお鮎
- SO ENERGIE ●ザ・ソノコ ウォッシングフォーム ●ザ・ソノコ ホワイトマスク
- ザ・ソノコ ホワイトニングローション ●ザ・ソノコ リペアローション
- ザ・ソノコ ホワイトニングエッセンス ●ザ・ソノコ セラム
- ザ・ソノコ バランシングミルク ●薬用ハンドウォッシュ
- ヘアカートリートメント ブラック ●セレクト ルアモ アイカラー6色
- セレクト ルアモ ナチュラルチークカラー2色
- セレクト ルアモ ナチュラルハイライター ●セレクト ルアモ 木製パレット2種
- セレクト モザイクシェル ソープディスペンサー

内容量変更

- 国産肉100%照り焼きソースハンバーグ 250g → 240g

価格変更(5/1より)

- 素麺 890円 → 940円(税込1,015円)
- 極みスイートレーズンパン 400円 → 430円(税込464円)
- 極み角食パン 500円 → 530円(税込572円)
- 極み粒あんぱん 430円 → 460円(税込496円)
- 極みカレーパン 500円 → 530円(税込572円)
- 手造りもちりナン3枚 980円 → 1,000円(税込1,080円)
- 豆ちゃん(大豆の煮豆) 680円 → 710円(税込766円)
- いんげん豆の煮豆 520円 → 550円(税込594円)
- ひじき煮 600円 → 630円(税込680円)
- 素ドリンク透(瓶タイプ) 5,500円 → 5,800円(税込6,264円)
- 素ドリンク月(瓶タイプ) 5,500円 → 5,800円(税込6,264円)

極みロールパン変更(5/1より)

- 6個 800円(税込866円) 販売終了
- 2個×3 830円(税込896円) 定番販売開始
- 2個 320円(税込345円) 定番販売開始

献立やセットでのみお楽しみいただいていた2個入りが定番品に仲間入りしました。*税込価格は軽減税率にて計算しております。

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。

- 極み角食パン(旧:角食パン)
- 極み厚切り山型パン(旧:厚切り山型パン)
- 万能だしの素(旧:だし)
- 天日干し海の塩
- 国産肉100%直火焼きハンバーグ(旧:プレミアムハンバーグ)
- 国産牛とゴロゴロ野菜のビーフシチュー(旧:ビーフシチュー)
- 具だくさんミネストローネ
- 3Dデザインセラム
- 薬用はみがき
- マウスウォッシュ
- セレクト 有機胡麻ドレッシング(キャップ色変更)

なくなり次第終了

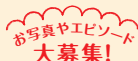
- 手作りカカオ飴
- WB ウォッシングフォーム
- WB トリートメントローション
- GG ウォッシングフォームR
- 手作り生姜飴
- WB ホワイトニングローション
- WB ホワイトニングエッセンス
- GG モイスチャーローションR

販売終了

- から揚げ風チキン
- あんしん野菜
- ミニフルーツゼリーりんご
- 手作り黒飴
- GG デイリーブースター
- トキノ クレンジングクリーム
- トキノ ナイトクリーム
- ホワイトマスク
- はみがき
- セレクト フェースインシスト ラメラ カラープレスト
- 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 ベージュ
- セレクト フェイスタオル ナチュラル
- 海苔佃煮
- フルーツゼリーオレンジ
- 手作り塩飴
- WB モイスチュアライジングミルク
- トキノ モイスチャーローション
- エッセンス ステップ2
- マイルドハンドソープ



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

※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

しっとりツヤ肌で化粧崩れも軽減 ザ・ソノコ セラム最高です!

千葉県 長谷部加津枝様

ザ・ソノコ セラム、発売とともに早速購入させていただきました。今までのお肌にもSONOKO化粧品を使わせていただき、シミを予防しつつ、透明感あふれるしっとり肌を

これらに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。

保ってきました。さらにザ・ソノコ セラムでお手入れしていくことで、保湿感が増して、化粧崩れもしにくく、ツヤ感も高まったようです。つけ心地もとても気持ちよくて、毎日手にとるのが楽しみです。マスク生活で化粧崩れがちですが、お肌がしっとりしているせいか、以前よりキレイな仕上がりが長持ちするようになりました。ずっと使い続けていきたいと思

うしいお声をありがとうございます。マスクの中は摩擦や多湿などで、肌に過酷な環境。人に見えないのでおろそかになりがちですが、スキンケアは欠かせません。ザ・ソノコ セラムは、クイーンオブホワイト®配合により、保湿やツヤだけでなく肌を総合的にサポートするので、マスクケアにも最適です。ぜひ、今後も使い続けてください。



化粧品担当 登

献立アレンジレシピ

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ピがいっぱい!ぜひお試しください。

シャリアピンパスタ

ご用意するもの

- 豚肉のシャリアピン
- 小麦香る生パスタまたはスパゲッティ
- お好みでキノコのりや板のり、刻みネギや七色唐辛子など



作り方

- ①小麦香る生パスタまたはスパゲッティと豚肉のシャリアピンを温める。
- ②小麦香る生パスタまたはスパゲッティは温めたら器に盛る。
- ③②に温めた豚肉のシャリアピンをかける。
- ④お好みでキノコのりや板のり、刻みネギや七色唐辛子などをかけてお召し上がりください。

定期便対象商品変更のお知らせ(4月1日より)

日頃より定期便をご利用いただき、誠にありがとうございます。さらなるサービス向上を目指し4/1(金)より定期便購入の対象商品を拡大いたします。

変更1

合計金額が1万円(税別)以上で、定期便サービスのご利用が可能になります。(梱包箱1個口に入る範囲に限らせていただきます。詳しくはお問い合わせください)

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

変更2

食品・サプリメント・化粧品・雑貨のすべての商品が定期便対象となります。(セレクト商品は対象外とさせていただきます)

- すでに定期便商品をご契約のお客様はそのまま継続が可能。
- ポイントUPサービスに変更はございません。ご購入の回数が増えるほどお得になります。(最大20%) 詳しくは店頭スタッフまたはお電話にてお問い合わせください。

ポイントサービスのご案内

特価品やセレクト品及び先様送りのご注文はポイント対象外です

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

*1 30,000円(税別)未満のご購入の場合、1個口につき *2 オンラインショップでのご注文は対象外
■パール会員様からプラチナ会員様への切り替え時期はお買い上げ累計金額が20万円以上に達した翌月からの変更になります。

定期便購入時	前年度累計購入金額	[パール会員] 20万円(税別)未満	[プラチナ会員] 20万円(税別)以上
	定期ポイント	1~12回・10% 25回~・20%	13~24回・15% 25回~・20%
	送料サービス	いつでも無料	いつでも無料

※申込・変更・休止・解約はお電話にて、次回お届け指定日の2週間前までにご連絡ください。(お米の定期は3週間前、お届け日の10営業日前までにご連絡ください。)
※定期購入の場合、ポイントは付かず定期ポイントのみ付与されます。
※お届け日などの変更は電話にて承ります。2回連続してのお休みはできません。そのお米の定期便のみ1万円以下で承ります。
●ポイントのみでのお買い上げの場合は自動延長の対象外となります。

ポイントの有効期限について

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

ご利用方法

ご注文方法	電話	ご注文ダイヤル(通話料無料) 0120-88-7878	受付時間 / 10:00~18:00 (月曜定休)	オンラインショップ	24時間いつでもご注文!	1個口送料無料で合計1万円(税別)以上	毎月10・20・30日は2%ポイントUP	オンライン限定の不定期で実施
	FAX	0120-48-7717	通信料無料 24時間受付	店舗	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。		
	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						
	税率について	商品・サービスの利用形態に伴う税率	食品・サプリメント 8%	化粧品・日用品 10%	SONOKO CAFE 店内でのご飲食・10% お持ち帰り・8%			

代金引換

商品配達時に代金をお支払いいただく方法です。

商品合計金額30,000円(税別)未満の代金引換につきましては、個数口ごとに代引手数料として300円(税込)を申し受けますのでご了承ください。1件*のお届けが30,000円以上の場合、代引手数料・送料ともにSONOKOが負担いたします。

- *1件とは、「1住所」への「1回のお荷物」をさします。
- ※複数のお届け先のお支払いを1件の代金引換金額に合算することはできません。(詳しくはお尋ねください)

クレジットカード(ご本人名義)

各クレジットカード会員契約に基づきお客様のご指定の口座より自動的にご利用代金を引き落とす方法です。[お支払い回数]一括/リボ・2回分割・ボーナス払い*・分割払いからお選びください。

*銀座店でのご購入時のご利用にのみご利用いただけます(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の上、ご確認くださいます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。

- 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。

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)以上で送料無料でとなります。

*1件とは、「1住所」への「1回のお荷物」をさします。 ※詳しくは、ご注文時にSONOKOスタッフへお尋ねください。

返品・交換に際しましては事前に左記のお問い合わせ電話番号にご連絡ください。

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

右記の場合は返品・交換をお受けできません。

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

ご返金について

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

SONOKO式実行相談窓口 <開設日時>火・木・土 10時~17時

「お電話が混み合ってつながりにくい」とのご意見にお応えし、事前予約制とさせていただきます。ご予約後、ご案内の日時にご相談専用ダイヤルにお電話をいただきますと、お待たせせずに実行相談員が対応いたします。 ※ご予約が殺到した場合、ご希望の日時にご相談をお受けできない場合がございます。※担当者のご指名はお受けいたしかねます。ご了承ください。

◆ご予約 **0120-88-7878** (月曜定休) 10:00~18:00

◆ご相談専用ダイヤル(ご予約制) 0570-03-7800

ご相談窓口 担当スタッフ 大石

※窓口担当の1人です。



食材を引き立てるやさしい味わいです

太陽と海風が育てた塩が
使いやすい細かな粒に!

美しい青い海が
一面に広がるクリスマス島から、
昔ながらの天日干しの塩が
届きました。

太陽と海風の力だけで
海水を3カ月かけて自然乾燥
しています。強い塩辛さがなく、
まるやかな味わいを
お楽しみいただけます。

天日干しの海の塩 常蔵凍
100g No.45983 **720円** 税込 777円

はずれなし!
5/1(日)~11(木)
**SONOKO製品が
もれなく当たる!**

お電話注文限定 ☎0120-88-7878 10:00~18:00(月曜定休)

1等 ザ・ソノコ セラム
2等 ザ・ソノコ ホワイトニング エッセンス
3等 薬用 はみがき

期間中、お買い上げ合計**1万円(税別)ごとに、1枚。**
引換期間:5月5日(木・祝)~22日(日) なくなり次第終了
詳しくはお電話にてお問い合わせください。

※数量限定の為期間中でもなくなり次第終了となります。 ※引換商品は5月中発送のご注文品と同梱になります。 ※定期便・単独発送品・予約品・ギフト・浄水器関連品には同梱できません。

※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。

営業時間 1F CAFE (日~水) 11:00~19:00 (木~土) 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。

銀座店のご案内
5/15(日) 1F 11:00~13:00まで会員様貸切営業 / 2F 終日クローズ
6/2(木)・3(金)・6(月) 2F 終日クローズ 6/4(土)・5(日) 1F/2F 会員様貸切営業

GWフェア 4/29(金・祝) ~ 5/8(日)

お楽しみ1 人気のアイテムをお得にご用意!
その他人気の商品が**最大30%OFF**

お楽しみ2 銀座店限定特別セット(冷凍)
なかなか手に入らない人気の
お総菜MIXを特別価格でご用意!

お楽しみ3 期間中、1万円(税別)ごとに
1回ガチャチャンス!
人気の製品が当たるかも?!

※写真はすべてイメージです

夏の大感謝祭 6/4(土)・5(日) 10:00~18:00

1 来場するだけでもれなくもらえる!
豪華来場プレゼント

2 銀座店限定!夏の大感謝祭特別セット各種

3 人気の商品が!
サブリ **最大30%OFF**
化粧品 **最大20%OFF**
食品 **30%OFF**

4 **スペシャルトークショー!**
①瀧本によるトークイベント
②SAY★GOによるビューティートークイベント

5 CAFE:2日間限りの夏の大感謝祭特別メニューが登場

5/13(金)~15(日) お楽しみ付き販売
5/15(日) トキノ会定例会
ゲスト講師:黒田恵美子氏 健康運動指導士

予定 6/17(金)~19(日) お楽しみ付き販売
6/19(日) 6月のトキノ会定例会
ゲスト講師:土屋未来氏

※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

SONOKO CAFE

menu **1日10食限定** 特別プレート!
筍の炊き込みごはん
と エビクリーム
コロケプレート
1,800円(税込)
限定プレート内容
●筍の炊き込みごはん、
エビクリームコロケ、
サラダ、みそ汁

販売期間:5/1(日)~31(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。

SONOKO CAFE × コートヤード・マリオット 銀座東武ホテル
チョコレートムースTSUKI

昨年のクリスマスパーティーで大好評だったチョコレートケーキをさらにアレンジ。銀座店限定で味わえます。

パッションフルーツのジュレを、素ドリリンク月を使ったチョコレートムースで包み濃厚なチョコレートでコーティング。チョコ好きにはたまらない、贅沢でリッチなケーキです。

2,200円(税込) 数量限定 販売期間:5月下旬まで

2022 **5** **THE NORIKO** トキノ会便り 編集長 瀧本範子の「ノリコ手帖」 **VOL.59**

5月10日はトキノ会の日。今年も皆様と一緒に迎えられることを幸せに思います。そして5月の第二日曜日といえば「母の日」です。世間には実の母だけでなくさまざまな母がいますが、トキノ会の皆様には鈴木その子を母と慕う人が多いのではないのでしょうか。私にとっても人生の師匠であり、母であると断言できます。鈴木その子にとっては、料理こそ最晩年までトキノ会の皆様に作り続けるほどの生き甲斐だったと思えてなりません。

ある時「私の手は長年農業、漁業に携わってききましたので～」と取材する記者に答えていました。その言葉にびっくりして思わず「えっ、いつですか」と聞き返した私に「料理は魚や野菜を、水を使って洗いつくりますから同じですよ」とニコリ。鈴木その子のその手を見ると、がっしりとたくましく、包丁が当たる指には固いタコができて一回り太くなっていました。定例会でも、両手を広げ右手を突き出し「これが私の勲章です。本当につくっているということなんです」と誇らしげに語っていた姿が浮かんできます。

「肌を美しく保つには、いじめないこと」とSONOKOの美肌理論を提唱する鈴木その子にとって、手だけはいじめざるを得ないものだったのだとSONOKOの食事をいただく時に思います。

かつて私は、鈴木その子と同姓の料理研究家を取材したことがあります。穏やかな語り口で、昔から日本の家庭で食べてきた料理を教えている、まさに日本の母の一人でした。その方が晩年のインタビューで「料理をつくり続けているので手はゴツゴツしていますが、お呼ばれなど何かの折には赤いマニキュアをつけるんですよ」と答えていました。その時、鈴木その子が着物やドレスの盛装で公の場に出る時は、赤いマニキュアをつけていたことを思い出したのです。「母」という存在のありがたさは、ふとした時に懐かしさと共に蘇ります。生涯、私たちのために真心の料理をつくり続けた鈴木その子がつくったもう一つの宝物、それがトキノ会であると心から感謝しています。



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