

2022

8

THE SONOKO

Vol.341

SO SAFE
SO HEALTHY
SO HAPPY

献立を基本に、GGでサポート!



きっかけは『やせ食べ』でした
GGに出会えて
よかった!

鈴木その子との出会いや思い出、GGの魅力を
長年のご愛飲者様にお聞きしました

あなたの“推し”を見つけてください

2022夏 カレー選手権 開催!



甘さとコクが自慢の
ニューフェイス!
お子さまにもおすすめ

カレーをお得に
味わえる
セットもご用意

早くも大人気!
甘くて辛い
タイレッドカレー



New!

ノンオイル調理 マイルドチキンカレー

フルーツのコクと酸味が絡む複雑な甘みが絶妙

スキンケア発想の
エイジングケア*を
髪と頭皮にも!



ハリツヤ
美髪へ!

SONOKOのこだわり

夜も働き続けるカラダのために摂りたい 栄養サポート飲料

8月限定 \ 今月は超おトク! /

2万円以上お買い上げでプレゼント

数量限定



北海道かぼちゃのデザートポタージュ160g 1袋と
北海道ごぼうポタージュ160g 1袋をプレゼント

■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もプレゼント対象です! ■以下はプレゼント対象外です。○定期便などのご予約品○単独発送となる別送品(ご予約販売品)○先様送りギフト○浄水器本体○浄水器工事費、メンテナンス費○寝具など一部のSONOKOセレクト品…他 ※詳しくは電話にてお問い合わせください。

鈴木その子先生の著書に出会い 「え、食べてもいいの!？」と驚きました

— 皆様が鈴木その子先生やGGに出会ったのはいつ頃ですか? (高橋)

武藤 30年ほど前でしょうか。夫の食事管理がきっかけです。いろんな方法を試しましたが、食事を我慢するものばかり。ある日、鈴木その子先生の著書に出会い、「食べてもいいの!？」と驚きました。そして献立でみるみる結果を出した夫を見て、私も実行してみることに。でも、キウイや焼き芋ばかり食べる自己流の食生活を続けていたせいか、最初ははじめませんでした。そこで、献立をサポートするためにGGと一緒に摂ることにしたんです。

内貴 私も約30年前です。長男を妊娠中によくないものも食べてしまい、「ずっとこのままなのかな」と心配になっていた頃、著書を読みました。次男を妊娠した時、「今度は調子がよいままで出産しよう!」と決意して、「妊娠中ですがGGを摂ってもいいですか?」と電話でお聞きしたんです。すると「食品ですから大丈夫です!」と言ってくださって、それ以来、信頼しています。

アテテダイエ 38年前、高校時代です。スッキリしたいと思い悩んでいた私にとって、先生の著書は衝撃的で目からうろこ。早速、フッ素樹脂加工のフライパンを買って、鈴木式の調理を始めましたね。献立を初めて実行したのは4年前で、健康的なままで驚くほどの結果が出ました。その後、ツライ春先を快適に乗り切るためにGGと荘水も始めました。

若い頃は体調が気になることが多くて 実家の母によく来てもらっていたほどでした

— SONOKOのサプリメントを続けられて、体感はいかがですか?

武藤 献立実行がスムーズになりましたね。GGとGGロゼを朝と夜に2粒ずつ

つ摂るのが習慣で、仕事が忙しくなると夜のGGを5粒に増やします。急に仕事を休むこともなく、私は周囲の人の様子と比べると元気だなと感じつつ、お陰様で無事に定年を迎えます。

内貴 朝昼夜に2粒ずつをずっと続けてきてきました。ですが数年前、銀座店のイベントで長男と一緒に献立を実行した時に、「もっとちゃんと摂ろう」と思いました。荘水と一緒にGGをたくさん摂ったら、献立の結果も体調もよかったです。今はGGとGGロゼを基本に、能活生活などを合わせて、1日10粒になるように摂っています。体調が気になったら、元気を実感するまでGGを増やしていきます。

アテテダイエ 以前は元気が続かず、玄関で靴を脱ぐと「ここで横になりたい」とコートを着たまま思っていたくらいでした。家に帰ったら、食事・歯磨き・お風呂のどれか一つをするだけで精一杯だったのに、いつしか「今日はこまではやっておきたいな」ということが全部こなせるようになり、生活のリズムが整いました。体調が気になっていた春も、いつもと違って本当に気持ちよく過ごせたんです。だからGGをやめようとは思えません。

内貴 私も自分のカラダで実績を感じているので、やめられません。若い頃は体調が気になることが多くて、実家の母によく来てもらっていました。昔の私を知っている夫は、仕事を休まず続けている私を見て、「意外と元気だね」と笑います。50歳前後の気になる時期を健康に過ごせたのは、GGとGGロゼを摂っていたお陰もあると思います。

アテテダイエ 今は朝の3~4粒が習慣ですが、お二人のように体調に合わせて増やす摂り方もよさそうですね。

— 皆様のカラダや生活が変わられたご様子がよくわかります。

皆様が荘水もご愛飲されていますが、どのように飲まれていますか?

武藤 荘水が登場してから、献立の結果がさらに出やすくなりました。外側の影響を感じないカラダになれる気がします。

内貴 お米を炊く水やコーヒーを入れる水にも使うと、美味しく感じませんか? それから、味噌汁に使うといいと聞いて、なるほどと思いました。荘水を滴下した水を飲まない家族の健康にも役立ちそうです。

武藤 旅行にも欠かせません。旅行中はよく動くし食べ物も変わりますよね。荘水とGGを持参して、しっかり摂って旅を元気に楽しめます。

内貴 週末に旅行の予定があるんです! 私も持って行きますね。

アテテダイエ 私は朝の昆布水と夜に飲むお水、外出時に持ち歩く水筒に入れて摂っています。いろいろな料理で使う方法、参考にしたいです。

鈴木その子との出会いから振り返る 私を変えたGG

献立やGGなどでコンディションを整えながら
素敵に歳を重ねていらっしゃるご愛飲者様に、
鈴木その子との出会いや
SONOKO製品やその魅力について
銀座店の高橋亜矢子がお聞きしました。



銀座店 店長
高橋亜矢子

GGは私のカラダに欠かせない存在
命ある限り続けていきます

【これも私のお気に入り】

- ・毎月の1週間グルメセット
- ・あま酒
- ・能活生活
- ・ありがとう乳酸菌
- ・パルファム

武藤喜世美様
59歳



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

その子先生のように人のために力を尽くせるような エネルギーや健康を維持したいです

— 鈴木その子先生にまつわる印象的なエピソードがあれば教えてください。

武藤 一人で始発に乗って、先生に会いに行くのが楽しみでした。私の手を取って「こういうふうにならないとね」とカラダを触らせてくださったり、新しくなった白いパンを試食させてくださったりしたのは大切な思い出です。

アテテダイエ 私も先生にお会いしたくて、銀座に通っていました。「大丈夫よ、キレイになれるわよ」と私のカラダに触れてくださいましたね。その当時から化粧品をずっと愛用しています。

武藤 パリコレから戻られたばかりでとてもお疲れなのにレストランのフロアにいらした姿も覚えています。「私は皆さんのカラダに結果を出す責任があります」とおっしゃっていたと、先ほど教えていただき、強い使命感が先生を突き動かしていたのだと納得しました。

内貴 私は子育ての真っ最中で、残念ながら先生と実際にお会いできる機会はありませんでした。今日は貴重なエピソードを聞けてうれしいです。

— 皆様はこれからどんなふうに歳を重ねていきたいとお考えですか？

武藤 「今日の私が一番若い」という先生の言葉をよく思い出します。GGをはじめとするSONOKOのサプリメントは私にとって欠かせない存在なので、命ある限り続けていきます。

内貴 一番の財産は健康だと感じています。何事も一回壊れてしまうとなかなか元に戻せませんよね。まだまだ旅行もお洒落も楽しみたいので、健康を守るためにSONOKOのサプリメントを続けます。

アテテダイエ 何かをするエネルギーがある健康状態って、素晴らしいことだと思うんです。おこがましい言い方ですが、人のために力を尽くしていらしゃったその子先生の姿を思い描きながら、誰かに何かを提供できるようなエネルギーあふれる健康な自分を維持したいです。献立を基本に、サプリメントでサポートして、コンディションよく生きるのが理想です。

内貴 そうやって整えた上で何かの変化があるのは仕方ないと思えますよね。

アテテダイエ そうなんです。ベストを尽くした結果ですよ。

— 本日はいろいろなお話をありがとうございました。皆様が今後もSONOKOと一緒に美しくお元気にお過ごしいただけると信じています。

(敬称略)

一番の財産である健康を守るために
これからもSONOKOを頼りにしています

人に何かを提供できるような
エネルギーのある状態で生きたいです

【これも私のお気に入り】

- ・4週間完全実行献立セット
- ・ソエナジー
- ・SO ENERGIE
- ・THE SONOKOシリーズ
- ・UV ホワイトヴェール
- ・SONOKOファンデーション
- ・GG ディープケアシリーズ

内貴裕美子様
58歳



【これも私のお気に入り】

- ・4週間完全実行献立セット
- ・極み粒あんぱん
- ・ありがとう乳酸菌
- ・SONOKOフェイスパウダー

アテテダイエゆかり様
56歳



鈴木その子が開発したレシピを再現!

TOKINO G.G
3本セット
180粒×3
No.46515
常蔵凍
6,000円相当
お得!
57,000円 税込 61,560円
SONOKO GG
50粒入 1袋

1本 180粒 No.46514 常蔵凍 20,000円 税込 21,600円 5%UP ポイント +1,000ポイント

TOKINO G.G
荘水セット
●TOKINO G.G 180粒
●荘水 35ml
No.46516 常蔵凍
28,000円 税込 30,240円
ソエナジー
SO ENERGIE
5本

カキ肉エキスに亜鉛や葉酸もプラス

SONOKO GG
3本セット
180粒×3
No.46520
常蔵凍
6,000円相当
お得!
57,000円 税込 61,560円
SONOKO GG
50粒入 1袋

1本 180粒 No.46519 常蔵凍 20,000円 税込 21,600円 5%UP ポイント +1,000ポイント

50粒入 50粒 No.46979 常蔵凍 6,000円 税込 6,480円 3%UP ポイント

SONOKO GG
荘水セット
●SONOKO GG 180粒
●荘水 35ml
No.46521 常蔵凍
28,000円 税込 30,240円
ソエナジー
SO ENERGIE
5本

カキ肉エキスに複数の美容成分も配合

SONOKO GGロゼ
3本セット
150粒×3 No.46518
常蔵凍
4,000円相当
お得!
40,000円 税込 43,200円
ソエナジー
SO ENERGIE 1箱10本

1本 150粒 No.46517 常蔵凍 14,000円 税込 15,120円 5%UP ポイント +700ポイント

料理や飲み物に混ぜて手軽に健康づくり

荘水 7本セット
35ml×7 No.46522
常蔵凍
8,000円相当
お得!
53,000円▼
45,000円 税込 48,600円 3%UP ポイント

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

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

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

ノンオイル調理で勢ぞろい

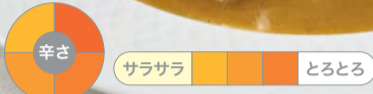
カレー選手権 開催!

このたび新登場の「ノンオイル調理 マイルドチキンカレー」
SONOKOのカレーがこんなに結集するのはまたない機会。

ただ甘いだけじゃない! コクと酸味も絡み合う奥深さ

国産の鶏もも肉をメインに、ノンオイル調理でソテーした国産玉ねぎ、国産にんじんを使用。北海道産の甜菜糖でつくった糖蜜、りんご果汁、デーツ果汁、マンゴーやパイナップルのフルーツチャツネなどで味に奥行きを出し、ただ甘いだけに終わらない、コクや酸味も味わえるカレーに仕上げました。

NEW



スパイス香る辛口の旨みと豊かなコク

黄色いカレー 常蔵凍

30袋 200g×30 No.46615
1袋あたり625円!
4,500円 相当お得!
22,500円▼
18,750円 税込 20,250円

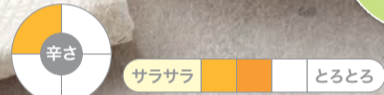
5袋 200g×5 No.46614
3%UP
3,750円 税込 4,050円



とにかく辛いカレーならこれ!
創業者のレシピが生きた味

白いカレー 5袋

200g×5 No.46613 常蔵凍
3%UP
4,500円 税込 4,860円



甘口派にもお子さまにもおすすめ!

ノンオイル調理 マイルドチキンカレー

5袋 200g×5 No.46605 1袋 200g No.46512
3%UP
3,400円 税込 3,672円 680円 税込 734円



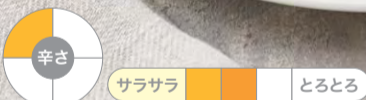
from STAFF
「辛いカレーが苦手になってきた」というお声が開発のきっかけ。「SONOKOにしかできない、お子様にも大人にも愛される至高のカレーをつくりたい!」という想いで、何度も何度も試食して完成しました。4歳の息子も「このカレー、おいしいね!」と太鼓判です(笑) SONOKO代表 宇田川



揚げていないから
カレーパンなのに軽やか!

極みカレーパン 2個

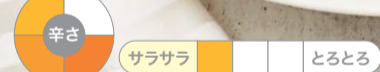
No.46641 常蔵凍
2%UP
1,060円 税込 1,144円



とにかく具たくさん! 野菜も楽しみたい方に
じゃがいもゴロゴロカレー

20袋 230g×20 No.46617
1袋あたり640円!
4,000円 相当お得!
16,000円▼
12,800円 税込 13,824円

5袋 230g×5 No.46616
3%UP
4,000円 税込 4,320円



ごはんによく合う和風味。
カレーうどんにも!

ポークカレー

30袋 200g×30 No.46609
1袋あたり550円!
3,650円 相当お得!
19,500円▼
16,500円 税込 17,820円

今月のおすすめ あれもこれもお得に楽しむ

数量限定 常蔵凍 No.46600 1袋あたり 約570円!
7種のカレーバラエティーセット

- ノンオイル調理 マイルドチキンカレー 200g×3 辛さ☆☆☆☆
- ノンオイル調理 タイレッドカレー 200g×3 辛さ☆☆☆☆
- ノンオイル調理 キーマカレー 120g×3 辛さ☆☆☆☆
- 黄色いカレー 200g×3 辛さ☆☆☆☆
- じゃがいもゴロゴロカレー 230g×3 辛さ☆☆☆☆
- ポークカレー 200g×3 辛さ☆☆☆☆
- チキンカレー 200g×3 辛さ☆☆☆☆

14,940円▶ **11,950円** 税込 12,906円 **2,990円 お得!**

この夏をカレー三昧にするうれしいセットをご用意しました

ウィズボーンチキンカレーも入って
大人の辛口カレー派におすすめ

数量限定
真夏のカレーセット
No.46611 常蔵凍
3,800円 税込 4,104円

- ウィズボーンチキンカレー 味付鶏肉:1本 ソース:100g
- クリームカレー 200g 辛さ☆☆☆☆
- 白いカレー 200g 辛さ☆☆☆☆
- 手造りもちりナン3枚 100g×3



カレーと一緒に楽しみたい
メインと副菜を選りすぐり

数量限定
カレーにぴったりセット
No.46610 常蔵凍
3,000円 税込 3,240円

- 焼きフライ ハーブ豚とんかつ 135g
- 焼きフライ コロッケ 110g(2個)
- ごぼうの甘酢ゆず風味 50g
- 茎わかめ煮 100g
- ひじきの煮物 50g

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**

オンラインショップ **www.sonoko.co.jp**

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

あなたの“推し”を見つけてください

をはじめ、数量限定の味やロングセラーの味など、食べ比べを楽しみながら、お気に入りを見つけてください。



美味しさの秘密

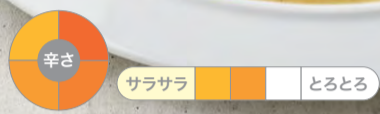
こしょう 味噌 おろしんにく

美味しさの秘密

こしょう 味噌 ターメリック(うこん) 不使用

美味しさの秘密

ココナッツミルク ココナッツミルククリーム 豆乳



ごろごろ入った
ジューシーな鶏肉を堪能
クリームカレー 5袋

甘くて辛いまるかやなコクと旨み
数量限定 ノンオイル調理 タイレッドカレー

200g×5 No.46612 常蔵凍
3%UP 4,500円 税込4,860円

常蔵凍
30袋
200g×30 No.46604
5%UP 22,500円 +1,125ポイント 税込24,300円

5袋
200g×5 No.46603
3%UP 3,750円 税込4,050円

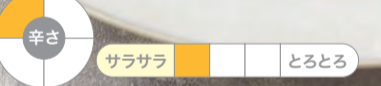


美味しさの秘密

練りごま ウスターソース かつおだし

美味しさの秘密

しょうゆ ウスターソース かつおだし



チキンと野菜の豊かな風味を
味わいたい方に

のべ30種以上の食材による奥深い味
数量限定 ノンオイル調理 キーマカレー

チキンカレー 常蔵凍
30袋
200g×30 No.46607
1袋あたり550円!
3,650円 相当お得!
19,500円▼
16,500円 税込17,820円

常蔵凍
30袋
120g×30 No.46602
5%UP 21,000円 +1,050ポイント 税込22,680円

5袋
120g×5 No.46601
3%UP 3,500円 税込3,780円

主食を変えればカレーの美味しさが2倍に!



カレーの風味をさらに引き立てる
炊き立てのササニシキの旨み
氷温熟成®そのこ米ごはん

手でのばして焼いたもちもちのナンは
SONOKOのカレーと相性ばっちり!
手造りもちりナン

1箱(36パック) 常蔵凍
ササニシキ 180g×36 No.46622
5%UP 送料 ¥0 単独発送 +540ポイント
10,800円 税込11,664円

5パック 常蔵凍
ササニシキ 180g×5 No.46621
3%UP 1,500円 税込1,620円

常蔵凍
3枚 100g×3 No.46618
1枚あたり 約334円!
5%UP 1,000円 +50ポイント 税込1,080円

1枚 100g No.46619
3%UP 380円 税込410円



止まらなくなる
シャキシャキ食感
セレクト
鳥取砂丘産らっきょう漬
130g No.46620 常蔵凍
1%UP 630円 税込680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。

髪と頭皮に スキンケア発想 のエイジングケア^{*1}

美しく輝く髪は、若々しく素敵に見せてくれます。髪も頭皮もエイジングケア^{*1}して、ハリツヤあふれる健やかな美髪を育みましょう。



トキノ会 編集長 瀧本



お客様の声

「GG ディープケアヘアトリートメント」と「GG ディープケアヘアパック」、どちらも愛用しています。ヘアパックは頭皮と髪にたっぷり塗って5分以上置くと、毛穴がキュッと引き締まるのを実感。次の日は髪がふんわり立ち上がって、とてもいい感じに仕上がります。

内貴裕美子様 58歳

髪のツヤをお褒めいただくことが多いのはSONOKOのヘアケア製品のお陰です

from STAFF

コシのなさ、抜け毛、白髪など、加齢にともなう髪の悩みは尽きません。原因の一つは頭皮の乾燥で、乾燥が進むと毛穴が開き、髪がへたれ、抜けやすくなります。髪と肌肌を保湿できる「GG ディープケアシリーズ」は私も愛用中で、コシのある健やかな髪を実感しています。



美容スペシャリスト SAY★GO



私の髪には、どっちが必要!?

トリートメント or ヘアパック!

皮脂や汚れをすっきりオフ! 美髪を育む土台の頭皮を清浄に

髪と頭皮のためにマイルドなアミノ酸系由来成分を選び、スキンケアにも使われるグリチルリチン酸2K^{**}、ミネラルを含むフランス産の海塩^{**}なども配合。きめ細かなもっちり泡が頭皮と髪の汚れを包み込んですっきりと洗い落とします。頭皮を指の腹でほぐすようにして洗えば、汚れ落ちもよくなります。

GG ディープケア シャンプー 2本 480mLx2 No.46547



7,800円 税込8,580円 3%UP



GG ディープケア シャンプー 28mL 3個

うるおいを与えるデイリーケアで 健やかなツヤ髪に導きます

うるおいを与えるデイリーケア

コシやボリュームが足りない髪に

毛穴に入り込んだ汚れを吸着

サンフラワーセラミド^{**}やフランス産の海塩^{**}など、パサついたツヤのない髪にうれしいエイジングケア^{*1}成分を配合。さらに、毛穴に入り込んだ汚れや皮脂を吸着する沖縄海底のマリンシルト^{**}もプラスしました。頭皮環境を整えながらうるおいを補給し、キューティクルを保護。健やかなツヤ髪へと導くデイリーケアとしてお使いください。



うるおいで 保護

GG ディープケア トリートメント 2本 200gx2 No.46548

9,000円 税込9,900円 3%UP



GG ディープケア トリートメント 28mL 3個

エイジングが気になる髪や傷んだ髪を 集中ケアで内外から補修します

傷みが気になる方は毎日のヘアケアに

週に1~2回のスペシャルケアとしても

髪を整える加水分解ケラチン配合^{*5}

「ハリやコシが減ってきた」「髪に元気がない」といった年齢髪の習慣にしたいのが、傷みを内外から補修する集中ケア。加水分解ケラチン^{**}、ツバキ種子油^{**}などが傷んだ髪をケアすることで、思わず触りたくなるような煌めく美髪を育みます。リッチでしっとりした使用感ながら、重くなりすぎない仕上がり。



リッチに 補修

GG ディープケア ヘアパック 2本 180gx2 No.46549

9,000円 税込9,900円 3%UP



GG ディープケア シャンプー 28mL 3個

ダメージを補修して なめらかな髪に導く ツバキ種子油^{**}も配合

ささっとお手軽ケア でさらに美髪

天然成分で抜け毛対策・育毛

頭皮環境を健やかに保ち、豊かな髪を育てる

セレクト 薬用リープトニック 髪皇【医薬部外品】

250mL・約1カ月分 No.46553 常 蔵 凍

※オンラインショップでの取扱いがございます

お得です!

1%UP

14,288円

税込 15,716円



お出かけ前の白髪隠し

広範囲の白髪や薄毛をふんわり自然にカバー

数量限定 セレクト

グリーンノート ヘアカラーファンデーション

12g 常 蔵 凍 ※髪表面を着色するものです

ブラック No.46551 ● ダークブラウン No.46552 ● ライトブラウン No.46550

お得です!

1%UP

各3,600円

税込 3,960円



銀座店 竹内

バスタイムのトリートメントで白髪染め

髪と地肌にマイルドな染毛成分で、髪の表面と内側をダブルでカラーリング

ブラック ヘアカラー トリートメント 200g No.46546

ダークブラウン ヘアカラー トリートメント 200g No.46545

各3,000円 税込 3,300円



GG ディープケア シャンプー 28mL 2個

ワンタッチで装着して若々しく!

最先端の技法と素材から誕生した、まるで地毛のような自然な印象のウィッグ

SONOKOウィッグ kaola[®] 常 蔵 凍

※ポイント対象外

ダークブラウン No.37754 ● ブラウン No.37755 ● ライトブラウン No.37756

※色玉・画像はイメージです。実際のものとは異なる場合がございます。ご試着希望の方は、SONOKO銀座店へお気軽にお問い合わせください。

スタンダード 各125,000円 税込 137,500円



※写真は ブラウンです

トリートメントやヘアパックを 音波振動でムラなく広げる

トリートメントなどを音波振動で毛先まで広げながらからまりをやさしくときほぐす



お風呂で 使用OK!

数量限定 常 蔵 凍

サロンセンス 300 トリートメントコム

No.47249

3,619円 税込 3,980円

詳しくは同梱のチラシをご覧ください

夏は美白と保湿でエイジングケア

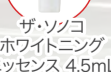
夏肌のくすみやにごり^{*3}は、紫外線の影響だけでなく、うるおい不足が原因の場合もあります。洗顔では、汚れや古い角質をオフするとともに、保湿成分が浸透しやすい肌を整えることが大切。ホワイトマスクでくすみやにごり^{*3}をケアしたら、ローションで透明感とみずみずしさあふれる肌を育みましょう。

うるおいキープセット No.46544

- ザ・ソノコ ウォッシングフォーム 100g
- ザ・ソノコ ホワイトマスク 90g
- ザ・ソノコ ホワイトニングローション 【薬用美白化粧水】 120mL

3,480円 お得!

23,200円 ▶ 19,720円 税込 21,692円



ザ・ソノコ ホワイトニング エッセンス 4.5mL

*1メラニンの生成を抑え、シミ・そばかすを防ぐ *2年齢に応じたスキンケア、ヘアケア *3汚れや古い角質による *4角質層まで

夏のクリームは、肌にうれしいことだらけ!

夏は紫外線やエアコンで肌が乾燥しやすいのに加え、汗が肌荒れを招く原因にもなり、保湿ケアを怠ることさらに乾燥しやすくなります。クリームは、夏肌に必要な水分と美容成分を浸透^{*4}させ、ヴェールで包み込んで密封。透明感とハリに満ちた肌へ導きます。

from STAFF

1年中毎日、朝晩欠かさず愛用しています! 朝起きるとピンとハリが出て、夕方になっても乾きやすい目元もやわらか。汗やエアコンで不安定になりがちな夏こそおすすめです。

銀座店 店長 高橋

WB グランクリーム

45g No.46528

25,000円 税込 27,500円

+1,750ポイント



WB グランクリーム 4g

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



SONOKOのこだわり

今月のPICK UP!
栄養サポート
飲料

夜も絶え間なく働き続ける 「もう一人の自分」のために摂りたい 発酵のちからやお米の栄養が生きた飲料



よい休息*の重要性を説いた鈴木その子

「あなたはなぜ寝床に入るのですか?」と問われると、「カラダを休ませるため」と答える方も多いのではないのでしょうか。鈴木その子は、それを「錯覚」であると著書で指摘しています。人間の体内の工場は、「もう一人の自分」により、昼夜の別なく絶え間なく働いていることを伝えたかったからです。

鈴木その子は、食べることの大切さや正しい食のあり方を提唱すると同時に、夜の休息*は食べることと同様に大事であり、健康や美しさにつながることも説いています。そのため、心くつろぐ状態を整えてよい休息*に導くことや、夜の間も稼働する体内の工場に必要なエネルギー源を適切な夜食できちんと補給することなどを推奨していました。

鈴木その子が開発に取り組んだ「その子酒」

休息*への準備として多くの方にご愛飲いただいている「その子酒」は、30年以上前からのロングセラー。お米中心の食事を追求する鈴木その子の「美容によいお酒をつくりたい」という思いに、明治時代から続く酒蔵が共鳴してくださり、元禄時代の文献を元に生まれました。通常の本酒よりもお米の栄養をできるかぎり残して精米。水よりお米の割合が高いのも特長で、お米の栄養が存分に生きた独特の甘みととろりとした濃厚な飲み口は、本酒が苦手な方にもご好評をいただいています。おちょこ一杯を目安に、小さなリフレッシュの時間をお楽しみください。

ゆったりとしたくつろぎをコンセプトに開発した「素ドリンク月」は、植物の

恵みがぎゅっと詰まったドリンクです。計61種類もの野草・野菜・果物などの発酵物に、忙しい毎日に役立つETAS®(酵素処理のアスパラガス抽出物)や大麦乳酸発酵のGABAなども加え、爽やかな酸味と甘みが絶妙な梅風味に仕上げました。1日の終わりにお摂りいただければ、心までほっとする美味しい時間をもたらすと同時に、翌朝の元気をサポートします。

米麴と酒粕の栄養と風味が生きた「あま酒」

夜食や1/2の間食としておすすめしたいのが、「あま酒」です。米麴か酒粕のどちらかを原料にした甘酒が多い中、SONOKOの「あま酒」はどちらも使っているのが大きな特長。米麴と酒粕でできた甘酒は、忙しい毎日を送る人の健康づくりに役立つとして研究が進んでいます。

SONOKOでは、手づくりの米麴とお米を主原料に、香り豊かな酒粕を加えて、ほんのり甘く、味わい深く。麴の粒をつぶしながらも、食感を絶妙な加減で残すことで、飲み心地も追求しました。米麴の豊かな風味をできるだけ損なわないよう、SONOKOならではの工夫を製法にも取り入れています。

夏の季語でもある甘酒は、その昔は暑い季節を元気に乗り切るための栄養飲料でした。寝苦しい熱帯夜には解凍してそのまま、エアコンの寒さが気になる日や新秋の涼しさを感じる夜には温めて、夜を美味しく健やかに過ごしてください。



クセになる方も多い
独特で奥深い風味

その子酒 常蔵凍

720ml 清酒 アルコール分17度
No.46628

5%UP +204ポイント
4,080円
税込 4,488円



植物の美味しい恵みで
上質なりフレッシュを

素ドリンク月 常蔵凍

500ml No.46927

3%UP
5,800円
税込 6,264円

生姜やレモン汁を入れても美味!

あま酒 常蔵凍

12袋 160g(清涼飲料水)×12

No.46652

5%UP +185ポイント
3,700円
税込 3,996円

6袋 160g(清涼飲料水)×6 No.46651

2%UP
1,850円
税込 1,998円



その子酒



あま酒

どネモノノンカフェイン!
素ドリンク月

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

* カラダをリフレッシュすること

※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。

サプリメント

TOKINO G.G 3本セット 180粒×3 No.46515
 1本 180粒 No.46514
 57,000円 税込61,560円
 20,000円 税込21,600円
 プレゼント SONOKO GG 50粒入1袋
 6,000円相当お得!

TOKINO G.G 荘水セット 常蔵凍
 TOKINO G.G 180粒 荘水 35ml No.46516
 28,000円 税込30,240円
 プレゼント SO ENERGIE 5本

SONOKO GG 3本セット 常蔵凍
 180粒×3 No.46520
 57,000円 税込61,560円
 プレゼント SONOKO GG 50粒入1袋
 6,000円相当お得!

1本 180粒 No.46519
 20,000円 税込21,600円
 50粒入 50粒 No.46979
 6,000円 税込6,480円
 プレゼント SONOKO GG 50粒入1袋

SONOKO GG 荘水セット 常蔵凍
 SONOKO GG 180粒 荘水 35ml No.46521
 28,000円 税込30,240円
 プレゼント SO ENERGIE 5本

SONOKO G.G.ロゼ 3本セット 150粒×3 No.46518
 1本 150粒 No.46517
 40,000円 税込43,200円
 14,000円 税込15,120円
 プレゼント SO ENERGIE 1箱10本
 4,000円相当お得!

荘水 7本セット 常蔵凍
 35ml×7 No.46522
 53,000円 ▶ 45,000円 税込48,600円
 プレゼント SONOKO GG 50粒入1袋
 8,000円相当お得!

素ドリンク 月 500ml No.46927
 5,800円 税込6,264円
素ドリンク 透 500ml No.46926
 5,800円 税込6,264円

能活生活 30粒 No.46524
 7,000円 税込7,560円
ありがとう 乳酸菌 10ml(液体タイプ)×15包 No.46523
 5,800円 税込6,264円

化粧品

保湿と美白*1のダブルで 夏肌エイジングケア*2 うるおいキープセット
 ザ・ソノコ ウォッシングフォーム 100g
 ザ・ソノコ ホワイトマスク 90g
 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.46544
 23,200円 ▶ 19,720円 税込21,692円
 プレゼント ザ・ソノコ ホワイトニング エッセンス 4.5mL
 3,480円相当お得!

ザ・ソノコ ウォッシングフォーム 100g No.46537
 7,000円 税込7,700円
 濃密泡が古い角質や汚れをしっかりとオフ。洗い上がりはしっとり。

ザ・ソノコ ホワイトマスク 90g No.46542
 9,000円 税込9,900円
 大人肌のにごり*3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 ホワイトニングローション 【薬用美白化粧水】120mL No.46538
 7,200円 税込7,920円
 高い保湿力の薬用美白*1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 120mL No.46539
 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*4しやすく。

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.46540
 12,000円 税込13,200円
 3%UP
 明るい肌へ導くビタミンC誘導体*5を配合。美白*1力と保湿力で、うるおい肌へ。

ザ・ソノコ セラム 30mL No.46543
 22,000円 税込24,200円
 3%UP
 クイーンオブホワイト*6を贅沢に配合*7。美しい肌の土台づくりを。

ザ・ソノコ バランシングミルク 80mL No.46541
 10,000円 税込11,000円
 3%UP
 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。

WB グランクリーム 45g No.46528
 25,000円 税込27,500円
 7%UP +1,750ポイント
 スキンケアの仕上げに、肌に浸透*4し、透明感・うるおい・ハリをもたらします。

GG クレンジングクリームR 2本 120g×2 No.46529
 13,000円 税込14,300円
 7%UP +910ポイント
 メイクや毛穴の汚れを肌に負担をかけずに取り除くクレンジング。

9月リニューアル予定
GG エッセンスR 2本 30mL×2 No.46530
 26,000円 税込28,600円
 7%UP +1,820ポイント
 ハリ・弾力・透明感をもたらすスペシャルエイジングケア*2美容液。

GG クリーム 2本 30g×2 No.46531
 20,000円 税込22,000円
 7%UP +1,400ポイント
 リッチな使用感でありながらベタつかずにうるおいをキープする美容クリーム。

荘 クレンジングクリーム 2本 120g×2 No.46534
 12,000円 税込13,200円
 3%UP
 デリケートな肌にやさしく、メイクをしっかりと落とすクレンジング。

荘 ウォッシングフォーム 2本 90g×2 No.46533
 12,000円 税込13,200円
 3%UP
 必要なうるおいは残しながらマイルドに肌を洗浄する洗顔料。

9月リニューアル予定
サインズエッセンス 20g No.46532
 10,000円 税込11,000円
 7%UP +700ポイント
 乾燥、ハリ不足などあらゆる年齢サインに立ち向かい、若々しい肌へ。

3Dデザインセラム 30g No.46535
 9,000円 税込9,900円
 3%UP
 形状記憶ジェルが多角的にアプローチ。「めぐらす*9」ケアで引き締まった肌へ。

SQオイル 28mL No.46536
 5,000円 税込5,500円
 3%UP
 サメ由来のスクワラン*原料を99.95%配合。しっとりうるおす全身美容オイル。
 *純度99.7%以上/保湿成分

ライトアップBB ナチュラルオークル SPF35/PA+++ 30g No.46526
 4,500円 税込4,950円
 5%UP +225ポイント
 自然なカバー力でナチュラルなツヤ肌を演出。

ライトアップBB SPF35/PA+++ 30g No.46527
 4,500円 税込4,950円
 5%UP +225ポイント
 透明感のある明るく華やかな印象の肌を演出。

サンプロテクト ボディ&フェイス SPF50+/PA++++ 50mL No.46525
 3,800円 税込4,180円
 5%UP +190ポイント
 強い紫外線ブロック力を備えながら肌にやさしい、全身・日焼け止め乳液。

3Dデザインフォーボディ 200mL No.46555
 7,000円 税込7,700円
 3%UP
 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。

マイルドボディシャンプー 2本 500mL×2 No.46557
 6,600円 税込7,260円
 3%UP
 弱酸性、アミノ酸系洗浄成分配合の、やさしく洗えるボディソープ。

薬用ハンドウォッシュ 2本 200mL×2 No.46558
 2,000円 税込2,200円
 3%UP
 しっかり殺菌・消毒とやさしさを両立。

*1 メラニンの生成を抑え、シミ・そばかすを防ぐ *2 年齢に応じたスキンケア *3 汚れや古い角質 *4 角質層まで *5 L-アスコルビン酸2-グルコシド(有効成分) *6 混合植物エキス/保湿・整肌成分 *7 自社 *8 セラミドAP/セラミドNG/セラミドNP/保湿成分 *9 成分を肌にくめらせること

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

プレゼント



GG ディープケア
シャンプー 28mL 3個

**GG ディープケア
シャンプー 2本**
480mLx2 No.46547

3%UP 7,800円
税込 8,580円

頭皮や髪にやさしい使い心地で、
汚れや老廃物をスッキリとオフ。

プレゼント



GG ディープケア
シャンプー 28mL 3個

**GG ディープケア
トリートメント 2本**
200gx2 No.46548

3%UP 9,000円
税込 9,900円

美容液発想で髪と頭皮に美容
成分を届け、新生毛をサポート。

プレゼント



GG ディープケア
シャンプー 28mL 3個

**GG ディープケア
ヘアパック 2本**
180gx2 No.46549

3%UP 9,000円
税込 9,900円

髪と頭皮のダメージを補修して、
ハリのあるつややかな美髪へ導く。

プレゼント



GG ディープケア
シャンプー 28mL 3個
3Dデザインセラム 2g

**GG ディープケア
トリートメント &
ヘアパックセット**
GG ディープケアトリートメント 200g
GG ディープケアヘアパック 180g No.46861

3%UP 9,000円
税込 9,900円

プレゼント



GG ディープケア
シャンプー 28mL 2個

**ヘアカラー
トリートメント
ブラック**
200g No.46546

2%UP 3,000円
税込 3,300円

白髪ケアしながらツヤめく美し
い黒髪へ。男性にも好評です。

プレゼント



GG ディープケア
シャンプー 28mL 2個

**ヘアカラー
トリートメント
ダークブラウン**
200g No.46545

2%UP 3,000円
税込 3,300円

分け目や生え際に自然になじ
む明るめのダークブラウン。

**マイルド
コンディショニング
シャンプー 2本**
480mLx2 No.46556

3%UP 9,000円
税込 9,900円

ノンシリコン、弱酸性で家族で
使えるリンス不要のシャンプー。

セレクト



常蔵凍

**薬用
リーブトニック 髪皇**
250mL・約1ヵ月分 No.46553

1%UP 14,288円
税込 15,716円

今ある髪を育てる・維持する・健
やかにするホームケア用トニック。
※オンラインショップでの取扱いはございません

数量限定 セレクト



**グリーンノート
ヘアカラー
ファンデーション**
12g 常蔵凍

●ブラック No.46551
●ダークブラウン No.46552
●ライトブラウン No.46550

1%UP 各3,600円
税込 3,960円

白髪や薄毛をふんわり隠します。

**薬用はみがき
2本**
100gx2 No.46554

3%UP 3,600円
税込 3,960円

**マウスウォッシュ
2本**
300mLx2 No.46559

3%UP 3,600円
税込 3,960円



**ミニディフューザーが登場!
詳しくは同梱チラシへ**

エッセンシャルオイル

#5 Floral(フローラル) No.46701
#9 Citrus(シトラス) No.46702
#12 Green(グリーン) No.46703

各5mL 常蔵凍

2%UP 各3,000円
税込 3,300円

人工香料を一切使用していない
100%天然の精油をブレンド。

数量限定



**8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
海の幸マカロニグラタン 300g
そのまま美味しい肉まるくん 114g(12個)
北海の恵みごちそう丼 186g(93gx2人前)
シヨコラリッチ 1個

常蔵凍 No.46659

6,000円
税込 6,480円

数量限定



8月のパンセット
フレンチトースト 1袋(2切)
極みメロンパン 1個
極みチョコチップパン 1個
極みスイートレーズンパン 2個
極み粒あんぱん 1個
極みカレーパン 1個
手造りもちもちナン 100gx3

常蔵凍 No.46660

3,500円
税込 3,780円

総菜



常蔵凍

**国産肉100%
照り焼きソースハンバーグ 2袋**
240gx2 No.46567

3%UP 2,160円
税込 2,332円

和風だしのまるやかな照り焼き
ソースが美味。きのこたっぷり。



常蔵凍

**国産肉100%
直火焼きハンバーグ 2個**
120gx2 No.46566

3%UP 1,840円
税込 1,987円

脂身の少ない牛肉と豚肉で肉
本来の旨みを引き出した逸品。



常蔵凍

**越後もちぶたのハンバーグ
〜トマト煮込み〜 2袋**
200gx2 No.46569

3%UP 1,800円
税込 1,944円

粗挽きのもちぶた挽き肉とトマ
トソースの絶品ハーモニー。

数量限定



常蔵凍

**豚肉の旨みが際立つ
蒸したミートボール**

**そのまま美味しい
肉まるくん**
2袋 114g(12個)x2 No.46578

3%UP 1,360円
税込 1,468円

1袋 114g(12個) **680円**
税込 734円



常蔵凍

揚げないとりから 2袋
150g(6個)x2 No.46625

3%UP 2,600円
税込 2,808円

国産鶏もも肉を蒸し焼きにし、
油であげたようなサクサク食感に。

リニューアル

**コクまろクリーミーソースと
サクサク衣の絶品ハーモニー**



常蔵凍

焼きフライ 海老クリームコロッケ 2袋
140g(2個)x2 No.46562

3%UP 1,800円
税込 1,944円

オリジナルのパン粉を使った衣に包まれているのは、コ
クとまろやかさが楽しめるクリームソース。味噌と「淡路
島玉葱と国産野菜のだしスープ」が隠し味で、ごはんにも
パンにもよく合います。クリームソースの中には、自然
な食感を残した海老が入っています。大人も子どもも笑
顔になる、幸せのコロッケです。
*SONOKO製品

数量限定



常蔵凍

**国産牛肉を使った
ごはんが進む一品**

**牛肉と春雨の
チャプコギ 2袋**
180gx2 No.46576

3%UP 2,560円
税込 2,764円

国産の牛もも肉と野菜、春雨をキ
ムチちゃんを用いたタレで味付け。



常蔵凍

**蒸し鶏の
ガーリック風味 2個**
120gx2 No.46575

3%UP 1,400円
税込 1,512円

しっとりやわらかな食感。シンプルな
味付けにガーリックがアクセント。



常蔵凍

**手ごねなんこつ入り
つくね 2袋**
120gx2 No.46568

3%UP 1,200円
税込 1,296円

材料のこねから成形まで手づく
り。みっちりとした食感が魅力。



常蔵凍

**金華さばの
スモーク風味 2袋**
85gx2 No.46565

3%UP 1,300円
税込 1,404円

金華さばをかつおエキスで燻して
風味づけ。和洋どちらにもマッチ。



常蔵凍

**国産真さばの
味噌煮 2袋**
83gx2 No.46560

3%UP 960円
税込 1,036円

SONOKOの生味噌を生か
した味噌ダレで風味豊かに。



常蔵凍

**国産真いわしの
しょうが煮 2袋**
73gx2 No.46561

3%UP 800円
税込 864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

**まぐろ煮みそ味
2袋**
100gx2 No.46563

3%UP 1,020円
税込 1,101円

やさしい甘さと食べやすさ
がお子様にも人気の一品。

※セール品・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

NEW 甘いだけじゃない! フルーツのコクと酸味も複雑に溶け込んだ風味豊かなカレー



常蔵凍

ノンオイル調理 マイルドチキンカレー 辛さ☆☆☆☆

5袋 200g×5 No.46605 **3%UP** 3,400円 税込3,672円

1袋 200g No.46512 **680円** 税込734円

国産の鶏もも肉をメインに、ノンオイル調理でソテーした国産玉ねぎ、国産にんじんを使用。北海道産の甜菜糖でつくった糖蜜、りんご果汁、デーツ果汁、マンゴーやパイナップルのフルーツチャツネで奥行きを出しました。コクや酸味も楽しめる風味豊かなカレーをぜひ一度ご堪能ください。

リニューアル ココナッツミルクと豆乳が隠し味 旨くて甘くて、じわじわ辛い!



常蔵凍

数量限定 ノンオイル調理 タイレッドカレー 辛さ★★★★☆

30袋 200g×30 No.46604 **5%UP** 22,500円 税込24,300円 +1,125ポイント

5袋 200g×5 No.46603 **3%UP** 3,750円 税込4,050円

脂身を丁寧に取り除いた国産鶏もも肉、国産玉ねぎと国産なすで、食べ飽きない食感に。7種類のスパイスをブレンドしたルーには、ココナッツミルククリームで香りとコクを、豆乳でやさしい風味を加えた、奥行きのある味わいのカレーです。

さらにもう1袋! **プレゼント** チキンカレー1袋

チキンカレー 辛さ☆☆☆☆

30袋 200g×30 No.46607 **19,500円** ▶ **16,500円** 税込17,820円

5袋 200g×5 No.46606 **3%UP** 3,250円 税込3,510円

さらにもう1袋! **プレゼント** ポークカレー1袋

ポークカレー 辛さ★★★★☆

30袋 200g×30 No.46609 **19,500円** ▶ **16,500円** 税込17,820円

5袋 200g×5 No.46608 **3%UP** 3,250円 税込3,510円

数量限定 **7種のカレーバラエティーセット**

ノンオイル調理 マイルドチキンカレー 200g×3
 ノンオイル調理 タイレッドカレー 200g×3
 ノンオイル調理 キーマカレー 120g×3
 黄色いカレー 200g×3
 じゃがいもゴロゴロカレー 230g×3
 ポークカレー 200g×3
 チキンカレー 200g×3

常蔵凍 No.46600 **14,940円** ▶ **11,950円** 税込12,906円

1袋あたり約570円 **2,990円** お得!

人気の辛口カレーともっちりナンを一緒に

数量限定 **真夏のカレーセット**

ウィズボンチンカレー 味付鶏肉 1本 ソース 100g
 クリームカレー 200g
 白いカレー 200g
 手造りもちりナン 100g×3

常蔵凍 No.46611 **3,800円** 税込4,104円

数量限定 **さらにもう1袋!** **プレゼント** ノンオイル調理 キーマカレー1袋

ノンオイル調理 キーマカレー 辛さ★★★★☆

30袋 120g×30 No.46602 **5%UP** 21,000円 税込22,680円 +1,050ポイント

5袋 120g×5 No.46601 **3%UP** 3,500円 税込3,780円

さらにもう1袋! **プレゼント** 黄色いカレー1袋

黄色いカレー 辛さ★★★★☆

30袋 200g×30 No.46615 **22,500円** ▶ **18,750円** 税込20,250円

5袋 200g×5 No.46614 **3%UP** 3,750円 税込4,050円

数量限定 **カレーにぴったりセット**

焼きフライ ハーブ豚とんかつ 135g
 焼きフライ コロッケ 110g(2個)
 ごぼうの甘酢ゆず風味 50g
 茎わかめ煮 100g
 ひじきの煮物 50g

常蔵凍 No.46610 **3,000円** 税込3,240円

さらにもう1袋! **プレゼント** じゃがいもゴロゴロカレー1袋

じゃがいもゴロゴロカレー 辛さ☆☆☆☆

20袋 230g×20 No.46617 **16,000円** ▶ **12,800円** 税込13,824円

5袋 230g×5 No.46616 **3%UP** 4,000円 税込4,320円

常蔵凍 **極みカレーパン** 2個 No.46641

2個 **2%UP** **1,060円** 税込1,144円

コクのあるカレーペーストを包み、さっくり焼き上げました。

SONOKOの **カレーと相性◎** **手造りもちりナン** 3枚

100g×3 No.46618 **1枚あたり約334円**

1枚 100g **3%UP** **380円** 税込410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 **鳥取砂丘産 らっきょう漬**

130g No.46620 **1%UP** **630円** 税込680円

収穫から漬け込みまで全て手作業の一品。

常蔵凍 **スパゲッティ** 3袋

200g×3 No.46583 **3%UP** **780円** 税込842円

レンジ加熱もできる加熱済みタイプ。モチモチの食感です。

常蔵凍 **からだ想いの鶏スープ** 2袋

200g×2 No.46584 **3%UP** **1,520円** 税込1,641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 **からだ想いの鶏スープ** 2袋

200g×2 No.46584 **3%UP** **1,520円** 税込1,641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 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**

オンラインショップ **www.sonoko.co.jp**

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



自然な食感の
海老がごろり

**ノンオイル中華
海老チリソース
2袋**

170g×2 No.46573
3%UP 2,560円
税込 2,764円

自然な歯ごたえの海老を辛すぎないチリソースで。



肉と野菜の
旨みがぎっしり

**ノンオイル中華
肉焼売 2袋**

192g(24g×8個)×2 No.46570
3%UP 1,800円
税込 1,944円

そのままでも美味しい醤油ベースの味付け。お弁当にも。



**ノンオイル中華
肉餃子 2袋**

216g(18g×12個)×2 No.46571
3%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。



**国産具材の
筑前煮 3袋**

115g×3 No.46585
3%UP 2,040円
税込 2,203円

国産具材の食感や旨みを活かすため真空調理で仕上げました。



**だしが美味しい
おでん 3袋**

400g×3 No.46586
3%UP 2,190円
税込 2,365円

あっさり風味のだしは、万人に愛される味わい。冷やしおでんもおすすめ!



**大豆本来の
甘みと香り
とうふ 2丁**

300g×2 No.46597
5%UP 860円
+43ポイント 税込 928円

1丁 300g No.46598
3%UP 555円
税込 599円

大豆の甘みと香りが口に広がる国産丸大豆使用の特製とうふ。



玉子焼き

10個(490g) No.46592
3%UP 1,550円
税込 1,674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。



9月リニューアル予定
第2水曜から10日間の販売

**白いごはん
混ぜるだけ!**

**ちらし寿司の素
2セット**

具材50g・寿司酢20ml(1食分)×2 No.46574
2%UP 1,200円
税込 1,296円

にんじん・タケノコ・椎茸の食感と、まるやかな寿司酢が美味しく調和。



**大豆本来の
甘みと香り
とうふ 2丁**

300g×2 No.46597
5%UP 860円
+43ポイント 税込 928円

1丁 300g No.46598
3%UP 555円
税込 599円

大豆の甘みと香りが口に広がる国産丸大豆使用の特製とうふ。



**国産具材の
筑前煮 3袋**

115g×3 No.46585
3%UP 2,040円
税込 2,203円

国産具材の食感や旨みを活かすため真空調理で仕上げました。



**大豆本来の
甘みと香り
とうふ 2丁**

300g×2 No.46597
5%UP 860円
+43ポイント 税込 928円

1丁 300g No.46598
3%UP 555円
税込 599円

大豆の甘みと香りが口に広がる国産丸大豆使用の特製とうふ。



**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.46622
5%UP 10,800円
+540ポイント 税込 11,664円

5パック 常蔵凍
ササニシキ180g×5 No.46621
3%UP 1,500円
税込 1,620円



玉子焼き

10個(490g) No.46592
3%UP 1,550円
税込 1,674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。



**大豆本来の
甘みと香り
とうふ 2丁**

300g×2 No.46597
5%UP 860円
+43ポイント 税込 928円

1丁 300g No.46598
3%UP 555円
税込 599円

大豆の甘みと香りが口に広がる国産丸大豆使用の特製とうふ。



**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.46622
5%UP 10,800円
+540ポイント 税込 11,664円

5パック 常蔵凍
ササニシキ180g×5 No.46621
3%UP 1,500円
税込 1,620円



釜揚げうどん 3袋

250g×3 No.46582
3%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.46589
3%UP 1,560円
税込 1,684円

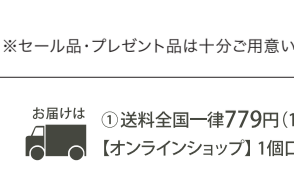
挽き立てのそば粉を使用した生タイプならではの風味とど越し。



素麺 3袋

300g(50g×6束)×3 No.46588
3%UP 2,820円
税込 3,045円

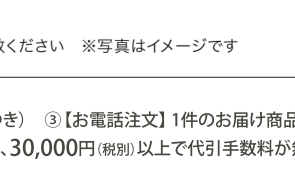
のどごしがよく深い味わい。無油製法の手延べの乾麺。



玉子焼き

10個(490g) No.46592
3%UP 1,550円
税込 1,674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。

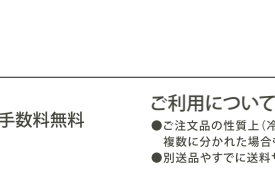


**大豆本来の
甘みと香り
とうふ 2丁**

300g×2 No.46597
5%UP 860円
+43ポイント 税込 928円

1丁 300g No.46598
3%UP 555円
税込 599円

大豆の甘みと香りが口に広がる国産丸大豆使用の特製とうふ。



**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.46622
5%UP 10,800円
+540ポイント 税込 11,664円

5パック 常蔵凍
ササニシキ180g×5 No.46621
3%UP 1,500円
税込 1,620円

玉子焼き

10個(490g) No.46592
3%UP 1,550円
税込 1,674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。

**大豆本来の
甘みと香り
とうふ 2丁**

300g×2 No.46597
5%UP 860円
+43ポイント 税込 928円

1丁 300g No.46598
3%UP 555円
税込 599円

大豆の甘みと香りが口に広がる国産丸大豆使用の特製とうふ。

**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.46622
5%UP 10,800円
+540ポイント 税込 11,664円

5パック 常蔵凍
ササニシキ180g×5 No.46621
3%UP 1,500円
税込 1,620円

玉子焼き

10個(490g) No.46592
3%UP 1,550円
税込 1,674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。

**大豆本来の
甘みと香り
とうふ 2丁**

300g×2 No.46597
5%UP 860円
+43ポイント 税込 928円

1丁 300g No.46598
3%UP 555円
税込 599円

大豆の甘みと香りが口に広がる国産丸大豆使用の特製とうふ。

**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.46622
5%UP 10,800円
+540ポイント 税込 11,664円

5パック 常蔵凍
ササニシキ180g×5 No.46621
3%UP 1,500円
税込 1,620円

玉子焼き

10個(490g) No.46592
3%UP 1,550円
税込 1,674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。

**大豆本来の
甘みと香り
とうふ 2丁**

300g×2 No.46597
5%UP 860円
+43ポイント 税込 928円

1丁 300g No.46598
3%UP 555円
税込 599円

大豆の甘みと香りが口に広がる国産丸大豆使用の特製とうふ。

**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.46622
5%UP 10,800円
+540ポイント 税込 11,664円

5パック 常蔵凍
ササニシキ180g×5 No.46621
3%UP 1,500円
税込 1,620円

玉子焼き

10個(490g) No.46592
3%UP 1,550円
税込 1,674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。

**大豆本来の
甘みと香り
とうふ 2丁**

300g×2 No.46597
5%UP 860円
+43ポイント 税込 928円

1丁 300g No.46598
3%UP 555円
税込 599円

大豆の甘みと香りが口に広がる国産丸大豆使用の特製とうふ。

**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.46622
5%UP 10,800円
+540ポイント 税込 11,664円

5パック 常蔵凍
ササニシキ180g×5 No.46621
3%UP 1,500円
税込 1,620円

玉子焼き

10個(490g) No.46592
3%UP 1,550円
税込 1,674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。

**大豆本来の
甘みと香り
とうふ 2丁**

300g×2 No.46597
5%UP 860円
+43ポイント 税込 928円

1丁 300g No.46598
3%UP 555円
税込 599円

大豆の甘みと香りが口に広がる国産丸大豆使用の特製とうふ。

**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.46622
5%UP 10,800円
+540ポイント 税込 11,664円

5パック 常蔵凍
ササニシキ180g×5 No.46621
3%UP 1,500円
税込 1,620円

玉子焼き

10個(490g) No.46592
3%UP 1,550円
税込 1,674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。

**大豆本来の
甘みと香り
とうふ 2丁**

300g×2 No.46597
5%UP 860円
+43ポイント 税込 928円

1丁 300g No.46598
3%UP 555円
税込 599円

大豆の甘みと香りが口に広がる国産丸大豆使用の特製とうふ。

**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.46622
5%UP 10,800円
+540ポイント 税込 11,664円

5パック 常蔵凍
ササニシキ180g×5 No.46621
3%UP 1,500円
税込 1,620円

玉子焼き

10個(490g) No.46592
3%UP 1,550円
税込 1,674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。

**大豆本来の
甘みと香り
とうふ 2丁**

300g×2 No.46597
5%UP 860円
+43ポイント 税込 928円

1丁 300g No.46598
3%UP 555円
税込 599円

大豆の甘みと香りが口に広がる国産丸大豆使用の特製とうふ。

**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.46622
5%UP 10,800円
+540ポイント 税込 11,664円

5パック 常蔵凍
ササニシキ180g×5 No.46621
3%UP 1,500円
税込 1,620円

玉子焼き

10個(490g) No.46592
3%UP 1,550円
税込 1,674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。

**大豆本来の
甘みと香り
とうふ 2丁**

300g×2 No.46597
5%UP 860円
+43ポイント 税込 928円

1丁 300g No.46598
3%UP 555円
税込 599円

大豆の甘みと香りが口に広がる国産丸大豆使用の特製とうふ。

**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.46622
5%UP 10,800円
+540ポイント 税込 11,664円

5パック 常蔵凍
ササニシキ180g×5 No.46621
3%UP 1,500円
税込 1,620円

玉子焼き

10個(490g) No.46592
3%UP 1,550円
税込 1,674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。

**大豆本来の
甘みと香り
とうふ 2丁**

300g×2 No.46597
5%UP 860円
+43ポイント 税込 928円

1丁 300g No.46598
3%UP 555円
税込 599円

大豆の甘みと香りが口に広がる国産丸大豆使用の特製とうふ。

**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.46622
5%UP 10,800円
+540ポイント 税込 11,664円

5パック 常蔵凍
ササニシキ180g×5 No.46621
3%UP 1,500円
税込 1,620円

玉子焼き

10個(490g) No.46592
3%UP 1,550円
税込 1,674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。

**大豆本来の
甘みと香り
とうふ 2丁**

300g×2 No.46597
5%UP 860円
+43ポイント 税込 928円

1丁 300g No.46598
3%UP 555円
税込 599円

大豆の甘みと香りが口に広がる国産丸大豆使用の特製とうふ。

**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.46622
5%UP 10,800円
+540ポイント 税込 11,664円

5パック 常蔵凍
ササニシキ180g×5 No.46621
3%UP 1,500円
税込 1,620円

玉子焼き

10個(490g) No.46592
3%UP 1,550円
税込 1,674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。

**大豆本来の
甘みと香り
とうふ 2丁**

300g×2 No.46597
5%UP 860円
+43ポイント 税込 928円

1丁 300g No.46598
3%UP 555円
税込 599円

大豆の甘みと香りが口に広がる国産丸大豆使用の特製とうふ。

**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.46622
5%UP 10,800円
+540ポイント 税込 11,664円

5パック 常蔵凍
ササニシキ180g×5 No.46621
3%UP 1,500円
税込 1,620円

玉子焼き

10個(490g) No.46592
3%UP 1,550円
税込 1,674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。

**大豆本来の
甘みと香り
とうふ 2丁**

300g×2 No.46597
5%UP 860円
+43ポイント 税込 928円

1丁 300g No.46598
3%UP 555円
税込 599円

大豆の甘みと香りが口に広がる国産丸大豆使用の特製とうふ。

**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.46622
5%UP 10,800円
+540ポイント 税込 11,664円

5パック 常蔵凍
ササニシキ180g×5 No.46621
3%UP 1,500円
税込 1,620円

玉子焼き

10個(490g) No.46592
3%UP 1,550円
税込 1,674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。

**大豆本来の
甘みと香り
とうふ 2丁**

300g×2 No.46597
5%UP 860円
+43ポイント 税込 928円

1丁 300g No.46598
3%UP 555円
税込 599円

大豆の甘みと香りが口に広がる国産丸大豆使用の特製とうふ。

**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.46622
5%UP 10,800円
+540ポイント 税込 11,664円

5パック 常蔵凍
ササニシキ180g×5 No.46621
3%UP 1,500円
税込 1,620円

玉子焼き

10個(490g) No.46592
3%UP 1,550円
税込 1,674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。

**大豆本来の
甘みと香り
とうふ 2丁**

300g×2 No.46597
5%UP 860円
+43ポイント 税込 928円

1丁 300g No.46598
3%UP 555円
税込 599円

大豆の甘みと香りが口に広がる国産丸大豆使用の特製とうふ。

**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.46622
5%UP 10,800円
+540ポイント 税込 11,664円

5パック 常蔵凍
ササニシキ180g×5 No.46621
3%UP 1,500円
税込 1,620円

ドリンク

米麴と酒粕の豊かな風味と甘み

あま酒
12袋 160g(清涼飲料水)×12 No.46652

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

6袋 160g(清涼飲料水)×6 No.46651

2%UP **1,850円**
税込 **1,998円**

常蔵凍

その子酒
720ml
清酒 アルコール分17度 No.46628

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。

常蔵凍

本格麦焼酎カ松
720ml
焼酎乙類(麦) アルコール分25度 No.46655

3%UP **2,800円**
税込 **3,080円**

国産の二条大麦と麦麴、地下深層水を使用。キレの良い味わい。

常蔵凍

その子美ワイン 赤
750ml No.46627 常蔵凍

その子美ワイン 白
750ml No.46626 常蔵凍

スパークリング白
750ml No.46629 常蔵凍

5%UP 各 **3,950円**
+197ポイント 税込 **4,345円**

数量限定

その子ブレンド 浅煎り珈琲 2袋
挽き豆200g×2 No.46631

3%UP **2,720円**
税込 **2,937円**

6種類の豆を別々に焙煎。浅煎りなのに深いコクと香りが贅沢。

常蔵凍

数量限定

その子美ワイン 赤
750ml No.46627 常蔵凍

その子美ワイン 白
750ml No.46626 常蔵凍

スパークリング白
750ml No.46629 常蔵凍

5%UP 各 **3,950円**
+197ポイント 税込 **4,345円**

数量限定

銀座でその子ビール 6本
330ml×6 No.46624

5%UP **3,900円**
+195ポイント 税込 **4,290円**

国産の麦とホップを使用した、苦味と深いコクのピルスナービール。

常蔵凍

数量限定

スペシャルブレンド 深煎りドリップバッグ コーヒー 2セット
10g×10袋×2 No.46632

3%UP **2,720円**
税込 **2,937円**

4種類の生豆を2通り方法で焙煎した後にブレンド。

常蔵凍

数量限定

ホワイティ 2本
500ml(5倍希釈)×2 No.46633

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。

常蔵凍

数量限定

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.46653

5%UP **3,000円**
+150ポイント 税込 **3,240円**

有機原料を使用した生姜ドリンクの素。

常蔵凍

数量限定

有機フルーツ+野菜100 6本
190g×6 No.46630

5%UP **1,680円**
+84ポイント 税込 **1,814円**

果汁84%で、飲みやすくさらりとした口当たりです。

常蔵凍

数量限定

その子ブレンド 浅煎り珈琲 2袋
挽き豆200g×2 No.46631

3%UP **2,720円**
税込 **2,937円**

6種類の豆を別々に焙煎。浅煎りなのに深いコクと香りが贅沢。

常蔵凍

数量限定

アーモンドと蜂蜜のリエージュ風ワッフル 4個
No.46639

5%UP **1,560円**
+78ポイント 税込 **1,684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!

常蔵凍

数量限定

ドリームプリン カスタード 6個
78g×6 No.46643

3%UP **2,400円**
税込 **2,592円**

卵の味わいにリキュールでコクをプラス。カラメルソース付。

常蔵凍

菓子

プチゼリー葡萄 2袋
352g(16個)×2 No.46638

2%UP **1,360円**
税込 **1,468円**

ぶどう果汁そのもののようなやさしい甘さと香り。

常蔵凍

数量限定

フルーツゼリー 温州みかん 6個
85g×6 No.46644

3%UP **2,160円**
税込 **2,332円**

愛媛県産温州みかんの上品な甘みと爽やかな酸味を堪能。

常蔵凍

数量限定

アイス 白いコーヒー10個
120ml×10 No.26741

5,000円
税込 **5,400円**

数量限定

アイス バニラ10個
120ml×10 No.10372

4,700円
税込 **5,076円**

数量限定

アイス チョコ10個
120ml×10 No.10359

5,300円
税込 **5,724円**

数量限定

アイス 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、お客様のご都合による返品・交換はお受けできません。●沖縄県など一部お届けできない地域がございます。詳しくは15面のご利用方法(お届け方法)をご覧ください。

製造の都合により、お届けできるお日にちが限定されております。詳しくは下記をご覧ください。

SONOKOアイスお届けカレンダー ●FAX注文は前日締切です。

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)	
8/10(水) もしくは 8/13(土)	8/11(水) もしくは 8/14(日)	8/2(火) まで		8/2(火) まで
8/17(水) もしくは 8/20(土)	8/18(木) もしくは 8/21(日)	8/9(火) まで		8/9(火) まで
8/24(水) もしくは 8/27(土)	8/25(木) もしくは 8/28(日)	8/16(火) まで		8/16(火) まで
8/31(水) もしくは 9/3(土)	9/1(木) もしくは 9/4(日)	8/23(火) まで		8/23(火) まで
9/7(水) もしくは 9/10(土)	9/8(木) もしくは 9/11(日)	8/30(火) まで		8/30(火) まで

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

数量限定

和菓子セット
桜葉薫る道明寺 200g(4個)
栗まん 2個
その子のどら 2個
みたらし団子 200g(5本)
せんべい ごま 6枚

常蔵凍 No.46636

470円 お得!

3,470円 ▶ **3,000円**
税込 **3,240円**

数量限定

あんこざんまいセット
桜葉薫る道明寺 200g(4個)
その子のどら 2個
黒豆塩大福 220g(4個)
極み粒あんぱん 1個
北海道産小豆のゆであずき 190g

常蔵凍 No.46637

610円 お得!

3,610円 ▶ **3,000円**
税込 **3,240円**

数量限定

その子のどら 4個
No.46654

3%UP **1,560円**
税込 **1,684円**

北海道産小豆の特製粒あんを、油脂無配合の生地で挟みました。

常蔵凍

数量限定

ちゅらしお飴 2袋
50g×2 No.47268

3%UP **600円**
税込 **648円**

やさしい甘さと絶妙な塩味が、クセになると評判。

常蔵凍

数量限定

北海道みるくジャム チョコ 2個
150g×2 No.46640

3%UP **2,000円**
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。

常蔵凍

数量限定

カカオ飴 2袋
50g×2 No.47267

3%UP **600円**
税込 **648円**

カカオの風味が濃厚な大人も満足な手づくり飴。

常蔵凍

数量限定

その子のどら 4個
No.46654

3%UP **1,560円**
税込 **1,684円**

北海道産小豆の特製粒あんを、油脂無配合の生地で挟みました。

常蔵凍

数量限定

その子のどら 4個
No.46654

3%UP **1,560円**
税込 **1,684円**

北海道産小豆の特製粒あんを、油脂無配合の生地で挟みました。

常蔵凍

数量限定

その子のどら 4個
No.46654

3%UP **1,560円**
税込 **1,684円**

北海道産小豆の特製粒あんを、油脂無配合の生地で挟みました。

常蔵凍

数量限定

その子のどら 4個
No.46654

3%UP **1,560円**
税込 **1,684円**

北海道産小豆の特製粒あんを、油脂無配合の生地で挟みました。

常蔵凍

数量限定

その子のどら 4個
No.46654

3%UP **1,560円**
税込 **1,684円**

北海道産小豆の特製粒あんを、油脂無配合の生地で挟みました。

常蔵凍

数量限定

その子のどら 4個
No.46654

3%UP **1,560円**
税込 **1,684円**

北海道産小豆の特製粒あんを、油脂無配合の生地で挟みました。

常蔵凍

数量限定

その子のどら 4個
No.46654

3%UP **1,560円**
税込 **1,684円**

北海道産小豆の特製粒あんを、油脂無配合の生地で挟みました。

常蔵凍

セレクト

フェルピレカロール
【医薬部外品】 250mL No.46666

1%UP **1,900円**
税込 **2,090円**

網戸やベッドを害虫から守る天然の虫除け+殺虫スプレー。

常蔵凍

セレクト

衣料用 消臭ミスト
300mL No.46664

3%UP **1,600円**
税込 **1,760円**

樹木から抽出した植物精油で消臭&リフレッシュ。

常蔵凍

簡単に髪の毛のボリュームアップ!
一気に若々しく華やかな印象に!

SONOKOウィッグ kaola® 常蔵凍 ※ポイント対象外

●ダークブラウン No.37754 ●ブラウン No.37755 ●ライトブラウン No.37756

※色玉・画像はイメージです。実際のものとは異なる場合がございます。

スタンダード 各 **125,000円** 税込 **137,500円**

※写真はブラウンです

※試着、ご購入希望の方は、SONOKO銀座店へお気軽にお問い合わせください。

「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。

No.40227 ※ポイント対象外

1,400円 税込 **1,540円**

鈴木その子式養食理論を、現代の生活習慣や食生活に合わせてアップデート。

「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。

No.40227 ※ポイント対象外

1,400円 税込 **1,540円**

鈴木その子式養食理論を、現代の生活習慣や食生活に合わせてアップデート。

数量限定

その子のどら 4個
No.46654

3%UP **1,560円**
税込 **1,684円**

北海道産小豆の特製粒あんを、油脂無配合の生地で挟みました。

常蔵凍

その子美ワイン:ヴァ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 ※開栓の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

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

今月のセットのお届けは▶ **9/3(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

8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	7/30(土)~8/13(土)	7/31(日)~
第2週	8/6(土)~8/20(土)	8/7(日)~
第3週	8/13(土)~8/27(土)	8/14(日)~
第4週	8/20(土)~9/3(土)	8/21(日)~

プレゼント



板のり 1袋



ショコラリッチ 1個



お申し込み受付期間
8/10(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。

※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。

和洋中がバランスよく勢ぞろい! 人気のパンも楽しめます

常蔵凍

数量限定 8月の1週間グルメセットA No.46656 **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】**NEW**ノンオイル調理 マイルドチキンカレー、焼きフライ ハーブ豚とんかつ、国産牛100%プレミアムミートロース、中華風鶏のうま煮、焼きフライ コロック、蒸し鶏のガーリック風味、海の幸カカロニグラタン、ノンオイル中華 海老チリソース、秋鮭の塩麹漬焼き、ちらし寿司の素、ほうれん草としめじのおひたし×2、極みカレーパン、極みチョコチップパン、桜葉薫る道明寺、アーモンドと蜂蜜のリエージュ風ワッフル、チョコゼリーケーキ、国産真いわしのしょうが煮、真だらの味噌漬焼き、玉子焼き、切り干し大根×2、4種のきのこの煮びたし、ごぼうの甘酢ゆず風味、すき昆布の土佐煮、鶏そぼろ入りうの花、らーめん風、極み角食パン、ひじき煮(小分け)、帆立しぐれ煮(小分け)、いんげん豆の煮豆(小分け)×2、極み粒あんぱん、フルーツゼリー温州みかん

プレゼント



ノンオイル調理 キーマカレー 1袋

人気のスパイシーチキンやフレンチトーストで大満足!

常蔵凍

数量限定 8月の1週間グルメセットB No.46657 **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】スパイシーチキン、焼きフライ エビフライ、北海の恵みごちそう丼、フレンチトースト、牛肉と春雨のチャブコギ、揚げないとりから、特製つゆ仕込みの国産牛すき丼、そのまま美味しい肉まるくん、ノンオイル調理キーマカレー、北海道かぼちゃのデザートポターージュ、手焼きオムレツ、鶏そぼろ入りうの花、極みメロンパン、その子のどら、プチゼリー葡萄、フルーツゼリー温州みかん、国産真さばの味噌煮、かつを煮、貝だくさんミネストローネ、切り干し大根、ほうれん草としめじのおひたし、真ダコとエビの黄身酢和え、4種のきのこの煮びたし、ひじき煮(小分け)、ごぼうの甘酢ゆず風味、豆ちゃん(大豆の煮豆)、やわらか紀州梅干し、帆立しぐれ煮(小分け)、釜揚げうどん、極みスイートレーズンパン、極みロールパン2個、バーガーパンズ、モーニングスイッチスムージー ベビー(オレンジ&ザクロ)、チョコゼリーケーキ、アーモンドと蜂蜜のリエージュ風ワッフル×2、モーニングケーキ

プレゼント



ノンオイル調理 タイレッドカレー 1袋

ライフスタイルに合わせて、朝、昼、間食で手軽に実行



数量限定 8月の朝昼間食セットプラス

No.46658 **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】中華風鶏のうま煮、焼きフライ ハーブ豚とんかつ、**NEW**ノンオイル調理 マイルドチキンカレー、国産牛100%プレミアムミートロース、ちらし寿司の素、カシューナッツクッキー、極みチョコチップパン、金華さばのスマーク風味、秋鮭の塩麹漬焼き、国産帆立のボンゴレ風パスタソース、北海道かぼちゃのデザートポターージュ、ノンオイル中華 海老チリソース、ほうれん草としめじのおひたし、手焼きオムレツ、国産具材の筑前煮、極み厚切り山型パン、小麦香る生パスタ、極みスイートレーズンパン×2、栗まん、ドリームプリンカスタード、フルーツゼリー温州みかん

プレゼント



白いカレー 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(冷蔵・冷凍・常温)及び点数などによりお届け荷物が複数に分かれた場合もすべての個口分の送料が無料となります。
●別送品やすでに送料サービスとなっている商品等は対象となりません。

献立



エビデンスも取得! **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

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歳以下59歳以下でダイエットを希望する健康な男女を対象として、プログラムを開始する前と8週間後の体構成を比較する単群のオープン試験を実施。(2018年、一般財団法人日本臨床試験協会(JACTA)調べ) バランスの良い食事とは1日1400kcalに加え、たんぱく質17%、脂質13%、炭水化物70%のバランスをとった献立のことです。※結果には個人差があり、効果を保証するものではありません。

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 常蔵凍

常温グルメ献立セット No.46414 **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 No.46415 **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、国産牛とゴロゴロ野菜のビーフシチュー、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

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

パンを中心に、和洋中とバラエティ豊かなメニュー。パンや麺好きの方におすすめ

その子ちゃん献立セット No.46661 **16,230円** 税込 **17,528円** 常蔵凍

●3食+間食×7日分=計28食 常蔵凍

【セット内容】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、国産肉100%直火焼きハンバーグ、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、国産牛とゴロゴロ野菜のビーフシチュー、極みスイートレーズンパン×2、極みロールパン2個×3、極み粒あんぱん、極みカレーパン、極みチョコチップパン、バーガーパン×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、ミニハンバーグと白菜のクリームスープ、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、ほうれん草としめじのおひたし、南瓜のそぼろ煮、切り干し大根×2、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、フルーツゼリー温州みかん

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.46662 **15,000円** 税込 **16,200円** 常蔵凍

●3食+間食+夜食×7日分=計35食 常蔵凍

【セット内容】焼きフライ コロッケ、国産肉100%照り焼きソースハンバーグ、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~、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、北海道にんじんポタージュ、国産小松菜のみそ汁、釜揚げうどん、極みチョコチップパン、極み粒あんぱん、極みカレーパン、ノンオイル中華 海老チリソース、南瓜のそぼろ煮、鶏そぼろ入りうの花×2、切り干し大根、ひじきの煮物、ごぼうの甘酢ゆず風味、すき昆布の土佐煮、4種のきのこの煮びたし、ほうれん草としめじのおひたし×3、真ダコとエビの黄身酢和え、2種のすり身の無リンかまぼこ、昆布水のもと、板のり、豆ちゃん(大豆の煮豆)、いんげん豆の煮豆(小分け)、トキノ海苔の佃煮、ひじき煮(小分け)、モーニングスイーツスモージー キング(いちご&マト)、カシューナッツクッキー、黒豆塩大福、素ドリンク月 スティックタイプ×7包

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

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

すっきりスター献立セット No.46663 **13,334円** 税込 **14,400円** 常蔵凍

●3食+間食+夜食×7日分=計35食 常蔵凍

【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、極みスイートレーズンパン×2、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、切り干し大根、ほうれん草としめじのおひたし×2、ごぼうの甘酢ゆず風味、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)

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

SONOKO式献立の原点。規則正しい食生活を送れる

シンプル献立 スタンダード 献立セット No.46413 **8,990円** 税込 **9,709円** 常蔵凍

●3食+間食×7日分=計28食 常蔵凍

【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、国産牛とゴロゴロ野菜のビーフシチュー、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、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)

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

商品情報

NEW フルーツのコクと酸味が絡む奥深い甘みのルーが絶妙



ノンオイル調理 マイルドチキンカレー No.46512 **680円** 税込 **734円** 常蔵凍

200g 辛さ☆☆☆☆

国産の鶏もも肉をメインに、ノンオイル調理でソテーした国産玉ねぎ、国産にんじんを使用。北海道産の甜菜糖でつくった糖蜜、りんご果汁、デーツ果汁、マンゴーやパイナップルのフルーツチャツネで奥行きを出しました。ただ甘いだけに終わらない、風味豊かなカレーです。

- 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
 - 焼きフライ 海老クリームコロッケ
 - 国産帆立のボ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
 - 本格麦焼酎カサ
 - 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
 - カカオ飴
 - ちゅらしお飴
 - 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
- 献立やセットのみでお楽しみいただいていた2個入り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:だしの素)
 - 天日干し海塩
 - 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
 - GG ディープケアシャンプー(ポンプ変更)
 - 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)

- なくなり次第リニューアル**
- 国産たらこのクリームパスタソース
 - エビと香りバジルのクリームパスタソース
 - とうふ
 - WBクレンジングミルク
 - WB克蘭クリーム
 - GG クレンジングクリームR
 - GG エッセンスR
 - GG クリーム
 - サイズエッセンス

- なくなり次第終了**
- きんぴらごぼう
 - ほうれん草の和え物
 - ロゼスパークリングワイン
 - WB ウォッシングフォーム
 - WB ホワイトニングローション
 - WB トリートメントローション
 - WB ホワイトニングエッセンス
 - GG ウォッシングフォームR
 - 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
 - 豚肉のシャリアピン
 - ほくほくポテトのクリームシチュー
 - 海苔佃煮
 - あんしん野菜
 - フルーツゼリーオレンジ
 - ミニフルーツゼリーりんご
 - 手作り塩飴
 - 手作り黒飴
 - 手作りカカオ飴
 - 手作り生菓飴
 - GG デイリープースター
 - WB モイスチュアライジングミルク
 - トキノ クレンジングクリーム
 - トキノ モイスチャーローション
 - トキノ ナイトクリーム
 - エッセンス ステップ2
 - ホワイトマスク
 - マイルドハンドソープ
 - 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

SONOKO サロン

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

お写真やエピソード大募集!

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



こちらのハガキで
ご応募ください!



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。

SONOKOの製品はやっぱり美味しいですね!

埼玉県 大橋智恵様



久しぶりに「カカオ餡」を注文しました。ケーキでも何でも、SONOKOの製品はやっぱり美味しいし、安心感があるし、カラダに良いし、最高だなと思います。幸せな気持ちで美味しくいただいています。いつも楽しいイベントを企画していただいて、毎月ワクワクして会報誌を待っています。暗い話が多いですが、SONOKOの製品で健康を保って、前向きに生きていようと思います。

いつもご愛顧くださりありがとうございます。カカオ餡は2月にリニューアルを行い、今までよりさらに風味の良いカカオを選定し、試作を重ね、カカオの量を入れられるぎりぎりの量まで入れてお作りしています。香料を使わず素材本来の風味を生かしたSONOKOならではの餡を今後もご愛食いただければ幸いです。SONOKO製品が皆様のお健やかな日々の一助となりますよう心より願っております。



今は頭皮のかゆみが気になりません

愛知県 小田島あさみ様



「GG ディープケアシャンプー」と「GG ディープケアトリートメント」を使い続けた結果、頭皮のかゆみが気にならなくなりました。まず汚れをよく落としてからシャンプーすると、セミロングの髪でもワンプッシュでよく泡立つようになりました。

うれしいお声ありがとうございます。GG ヘアケアシリーズは、シャンプー、トリートメント、ヘアパックを含め、頭皮環境を最重要視して設計されています。シャンプーはマイルドな洗浄成分が使われているため、泡立ちはやや控えめです。そんな中、使い続けることにより頭皮のかゆみや泡立ちも工夫で良くなったとのこと。素晴らしいです! これからもSONOKOをご愛顧いただけますと幸いです。



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

定期便のご案内

毎日の健康や美容維持のため 定期便が便利です

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

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

- 送料無料でお届けします。詳しくはお問い合わせください。

ポイントサービスのご案内

特価品やセレクト品及び先様送りのご注文はポイント対象外です

通常購入時	前年度累計 購入金額	[パール会員] 20万円(税別)未満	[プラチナ会員] 20万円(税別)以上
	ポイント		1%
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%
送料サービス		25回以上・20%	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、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) IP電話・国際電話等ご利用の場合 TEL.03-4335-7750	オンラインショップ	24時間いつでもご注文! www.sonoko.co.jp	1個口 送料無料 合計1万円(税別)以上	毎月10・20・30日は 2%ポイントUP オンラインショップだけ	オンライン限定の Sale 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					

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

代金引換

商品配達時に代金をお支払いいただく方法です。

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

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

クレジットカード(ご本人名義)

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

*銀座店でのご購入時の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元にご用意の上、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での操作が必要になる場合もございますので、スタッフの案内に沿ってお手続きください。
※2回目以降につきましては、ご登録済みのクレジットカード番号の下4桁と有効期限のみお伝えいただければお買い物が可能となります。

ご利用いただけるカード	SONOKO VISA	VISA	Master	JCB	AMEX	Diners	Nicos
一括/リボ	○	○	○	○	○ ※一括のみ リボ不可	○	○
2回分割 ※1	○	○	○	○	-	-	○
分割払い ※1,2	○	○	○	○	○	-	○
ボーナス払い* ※1,3	○	○	○	-	-	-	-

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

宅配便にてお届けいたします。

配達日・時間指定

ご注文時に お申し付けください。ご都合に合わせて曜日・配達日・時間等をご指定いただけます。

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、各種お手続き
 - ③ SONOKO式実行、製品に関するお問い合わせ
 - ④ 個人情報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。



お電話注文限定プレゼント

暑中お見舞い申し上げます。暑いこの時期こそ、お役立ていただきたいSONOKO商品をお買い上げ金額ごとに期間限定プレゼント。

ご注文期間 8月2日(火)～8月10日(水)

お届け期間 8月14日(日)まで

お買い上げ
1万円(税別)



フルーツゼリー
温州みかん 1個

お買い上げ
3万円(税別)



ホワイト
1本

お買い上げ
5万円(税別)



ボディジェル
1本

※予約品・単独発送品・定期便・ギフト・浄水器関連商品は対象外となります。詳しくはご注文時にお尋ねください。 ※お電話注文限定プレゼントです。 ※会報誌掲載の2万円以上お買い上げプレゼントにプラスしてのプレゼントになります。



SAY★GOおすすめ!

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!

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



※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 11:00～20:00 ※営業時間は変更する場合がございます。詳しくはスタッフまでお問い合わせください。
2F 11:00～19:00
8/21(日) 営業時間 1F 11:00～19:00
1F 11:00～13:00まで会員様貸切営業 / 2F 終日会員様貸切営業

銀座店のご案内

お盆フェア

8/11(木・祝)～16(火)

人気の食品
最大30%OFF!

1万円(税込)購入毎に
ガチャチャンス!

CAFEで
お盆特別メニューをご用意

SONOKO 48周年創業記念祭

9/3(土)・4(日) 受付 10:00～ 販売会 10:30～18:00

SONOKO創業を記念した特別販売会イベント
(会員様貸切イベント)を開催いたします

- 特典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** A or B
- 特典2 **銀座店限定!創業記念祭特別セット**
- 特典3 人気のサプリ 化粧品 食品
最大30%OFF 最大20%OFF 30%OFF
- 特典4 スペシャルゲストによるトークショー!
- 特典5 CAFE 2日間限りの創業記念祭特別メニューが登場

SONOKO CAFE

menu

1日10食限定

特別プレート/
【エスニック風 揚げないとりから～スイートチリソース～】 1,800円(税込)

限定プレート内容
●グリーン野菜&揚げないとりから、レモングラスとチキンの冷製スープ、サラダ、ごはん

販売期間 8/1(月)～31(水)

※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。

※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

8/19(金)～21(日) お楽しみ付き販売



予定 9/16(金)～18(日) お楽しみ付き販売



8/21(日) 8月のトキノ会定例会

ゲスト講師:堀 浩道氏(水の博士) 講師:SAY★GO(新製品のご紹介)

9/18(日) 9月のトキノ会定例会

ゲスト講師:土屋 未来氏

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ご覧いただけます。

2022
8

THE NORIKO トキノ会便り 編集長 瀧本 範子の「ノリコ手帖」

VOL.62

夏になると食べたくなるものは多々ありますが、日本人のソウルフードともいえるカレーもその一つでしょう。鈴木その子のカレー好きは有名で、「レストランのメニューにどうしてこんなにカレーが多いのですか」と聞かれるほど、さまざまな種類のカレーを提供していました。

カレーは油が多い料理で、さらさらしているインド風のカレーもそのイメージに反してたくさんの油が使われています。鈴木その子はハイカロリーになりがちなカレーをノンオイル調理でつくることに力を注ぎました。美味しいカレーがあればごはんをしっかり食べることができ、汗をかくことで代謝もよくなります。鈴木その子のカレーは、一般的なカレーと違って、重たくなることもありませんでした。

健康によくて美味しいと評判の鈴木その子の料理に魅せられ、大勢の人が六本木のレストランを訪れましたが、今は亡き大御所の女優さんもよくいらっしやいました。料理を大層気に入った彼女は、取材を受けた際にこう話していたのを今でも覚えています。「一度食べてみてもらいなさい。普通のカレーを食べるとお皿がベタベタになるでしょう?でもその子さんのカレーを食べた後のお皿は、水で洗うとすつと流れて落ちるのよ。油を使っていなくて健康にいいのに、普通のカレー以上に美味しいのよ」と。

カレーが大好きで、「3食すべてカレーを食べたい」と公言していた男性が、鈴木そ

の子のカレーを食べ続けてすると結果を出したことも記憶に残っています。

このように人々を魅了した鈴木その子のカレーには、実は英国での経験も生きていました。英国留学したお子様に同行した際、お子様が授業を受けている屋間に、名だたる欧風カレーの店を巡り、さまざまなカレーを食して研究し尽くしていたのです。

鈴木その子が生み出した独自のカレーを私が初めて口にしたとき、懐かしくて美味しく、言葉にはできないほどの至福の味に衝撃を受けたものです。感動したのは私だけではありません。後に黄色いカレーとして完成する“まかないカレー”をふるまわれた取材陣も「あのカレーが忘れられない」と後で話題にしていました。鈴木その子のカレーには数々のエピソードが残っているのです。

安心安全で美味しくなければという想いで鈴木その子が開発した数々のカレー、黄色いカレーのもとになったまかないカレー、「美白のその子だから」というリクエストに応じて考案した白いカレー。それらが今も受け継がれ、今も変わらず食することができることに、喜びを感じずにはいられません。



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