

2022

12

THE SONOKO

Vol.345

SO SAFE
SO HEALTHY
SO HAPPY

健康への願いも込めた SONOKOだけのごちそう

大切な人と囲む年末年始の食卓だからこそ



Renewal!

大山どりのローストチキン

引き締まった肉質と旨みがたまらない
大山どりをじっくり直火焼き



New!

甘エビと白エビの
紅白昆布め

昆布でめて甘みと旨みを引き出した
晴れの日ぴったり紅白エビ



Renewal!

旨味まぐろの
醤油漬け



Renewal!!

旨味数の子の再仕込み
醤油漬け

今年も“ちょい足し”お重をご用意しました

新春詰め合わせ(重箱付き)



福袋
2023

裏表紙を
ご覧ください

毎年大人気の充実セット
お見逃しなく!

おせち& グルメセット



この冬一番のときめきと
煌めきを詰め込みました

クリスマスコフレ 2022



出張 美寿講座 発毛・育毛が期待される5つの成分



**食卓の主演はこれ！
お肉も魚介も勢揃い
にぎわい逸品セット**

- **リニューアル**
大山どりのローストチキン 1本
- 国産牡蠣のまるごとグラタン 2個
- 国産牛100%
プレミアムミートローフ 120g
- 北海道産豚ヒシの
ペッパーズモーク 150g
- **セレクト**
秋鮭スモークスライス 80g

No.48257 **6,000円**
常蔵凍 税込 6,480円

大山どりのローストチキン

大山どりでさらに美味しくなりました

ほどよい肉の締まりとやわらかさ、バランスのよいしっとり感と旨み、臭みの少なさが、大山どりの特長です。脂身や皮を手作業で取り除き、タレが奥までしみ込む工夫を加え、醤油ベースの和風ダレに漬け込み、じっくりと直火焼きしました。骨の周りのお肉までがふりと味わってください。

食品担当 宮路

淡い色みの上質なキャビアを
アンデスの岩塩で味付け

セレクト ※ポイント対象外

瀬戸内キャビア

15g No.48275 **7,500円**
常蔵凍 税込 8,100円

12月15日(木)よりお届け可能

from STAFF

せっかくのご褒美だからこそ、安心できる美味をいただきたいものです。とろける食感、上品な香りと旨み、そして余韻！肉・魚・ごはん・パンにオンしてお楽しみください。

SONOKO代表 宇田川

紀州備長炭で焼き上げた
黒毛和牛のもも肉

**黒毛和牛
ローストビーフ** 常蔵凍

200g No.48280 **4,800円**
税込 5,184円

※外箱廃止(ギフトは対応) 詳しくは▶13面

プレゼント

バーガーパンズ 1個 トーストクリーム 1個

数量限定

「大切な人に正しい食をふるまい

大切な人と囲む年末年始の食卓に、より一層の笑顔を。ロングセラー

北海道産の希少な
にしんを上品に味付け

セレクト ※ポイント対象外

にしん甘露煮 定番

80g(2枚) No.48302 常蔵凍

1%UP **580円** 税込 626円



NEW

エビと昆布の甘みと旨みがとろ〜り濃厚!

セレクト ※ポイント対象外

**甘エビと白エビの
紅白昆布**

- 昆布×甘エビ 90g
- 昆布×白エビ 70g

No.48272 **3,000円**
常蔵凍 税込 3,240円

挽き立てのそば粉を使った
生タイプならではの風味

**自家製粉そば粉の
なま蕎麦** 定番 常蔵凍

2袋 200g(2食分)×2 No.48304

3%UP **1,560円** 税込 1,684円

1袋 200g(2食分) No.48303 **780円** 税込 842円



年末年始の特別な日にふさわしい味わいです

「富山湾の宝石」と称される白エビと日本海で獲れた甘エビを、北海道産の真昆布と薄削った白板昆布で包みました。エビの水分が昆布に吸われ、同時に昆布の旨みがエビにしみわたることで、とろりとした舌ざわりと濃厚な味わいに仕上がっています。どちらのエビも甘みをお楽しみいただけますが、白エビのほうが甘みが強く、甘エビは旨みを感じられます。そのままでも、エビと白板昆布を「板のり」に巻いておつまみにするのもおすすめです。

食品担当 宮路



とろける食感と
自然で素朴な甘さ

セレクト ※ポイント対象外

あんぽ柿 常蔵凍

150g(3~4玉) No.48276 **750円**
税込 810円

たっぷりのボリュームと
上品な甘みが好評!

セレクト ※ポイント対象外

ずわい蟹の棒肉 常蔵凍

400g No.48278 **9,000円** 税込 9,720円



年末年始まとめてお得

味わい深い鶏肉と
野菜だしが上品な料亭風

お雑煮の素 常蔵凍 ※杣つき餅は別売です

10袋 170g(1食分)×10 No.48256 **825円** 税込 5,049円
5,500円▶**4,675円** お得!

5袋 170g(1食分)×5 No.48255 **275円** 税込 2,673円
2,750円▶**2,475円** お得!

1袋 170g(1食分) No.48254 **550円** 税込 594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



SONOKOの
クリスマスケーキ

甘みと酸味、さまざまな食感、
ベリーとチョコとバニラの共演

フランボワーズ・ショコラ・
アイスケーキ 常蔵凍

1台 約22×8.5×5cm
柵のオーナメント付き
No.19538 **4,667円**
税込 5,040円

※オンラインショップでは、お取り扱っておりません。※製造
工場から直送のため、単独・後日発送となります。※ご注文後
のキャンセル・返品・交換はできません。※沖縄県など一部お届け
できない地域がございます。詳しくはお問い合わせください。

クリスマス前のお届けをご希望の方は
12月6日(火)までに
ご注文ください。

送料 ¥0
単独発送
▶詳細は10面へ

まるで生チョコのように
しっとりリッチで濃厚
ショコラノアール

1台 直径約15.5cm
No.48349 **2,850円**
税込 3,078円
常蔵凍

北海道沖で獲れた秋鮭を
国産ナラ材でスモーク
秋鮭スモークスライス
バーガーセット

- セレクト
秋鮭スモークスライス 80g×2
- バーガーパンズ 1個
- トーストクリーム 30g

No.48274 **1,600円**
税込 1,728円
常蔵凍 ※ポイント対象外

牛肉本来の美味しさを
存分に味わう贅沢セット
未来十勝牛
サイコロステーキと
すき焼き用肉セット(割下付)

- 肩ロースサイコロステーキ 200g
- 肩ローススライス 200g
- すき焼きのたれ 300g

No.48281 **3,800円**
税込 4,104円
常蔵凍 調

「たい」という心を受け継いだ美味づくし

の逸品も、新しい美味しさも、健康への変わらぬ願いを込めて今年もおつくりしました。

お寿司のネタを扱うように
職人が手切りしています

脂質が少なくあっさりした旨みの
キハダマグロを使用。職人がまぐろ
の筋目に対して直角方向に包丁を
入れ、厚すぎず薄すぎず中心まで
しっかり味がしみこむ絶妙な厚さ
に切り揃えています。国産生姜の搾
り汁と丸大豆醤油の味わい深いタ
レに漬け込み、年代問わず愛され
る美味しさに仕上げました。ごはん
にのせれば簡単まぐろ丼に、「トキ
ノり」や刻んだネギをのせて「万
能だしの素」を入れただし汁をかけ
てお茶漬けにも。



食品担当 豊田



リニューアル

国産のキハダマグロを
生姜が香る醤油ダレで

旨味まぐろの醤油漬け 常蔵凍

2袋 115g×2 No.48286 **2,600円**
税込 2,808円
1袋 115g No.48287 **1,300円**
税込 1,404円
2%UP



調理例

2尾めは「便利つゆ」と「万能だしの
素」で鯛めしにするのもおすすめ!

選び抜いた国産真鯛を
丹念に焼き上げた逸品

国産天然真鯛の姿焼き

常蔵凍 ※飾りは付いていません

2尾 No.48283 **6,000円**
税込 6,480円
6,600円
600円
お得!



そのこの御赤飯
1パック

1尾 No.48282 **3,300円**
税込 3,564円
5%UP
+165ポイント



入荷
しました

不漁続きで希少ないくらは
今年も完売必至!

セレクト ※ポイント対象外

北海道産いくら醤油漬

250g No.48277 **4,850円**
税込 5,238円
常蔵凍

奈良県産の希少な本葛粉で
心もカラダもぽかぽかに

ほっと葛湯 常蔵凍

3袋 6個×3 No.48284 **2,400円**
税込 2,592円
2%UP
1袋 6個 No.48285 **800円**
税込 864円

*全体の5%使用

※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

※写真はすべて盛り付け例です

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。
●別送品やすべて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。

数量限定

(定番品を除く)

SONOKOのおせちをもっと味わいたい方のために

今年も“ちよい足し”お重をご用意しました

「ちょっとずつ詰めて楽しい」

新春詰め合わせ(重箱付き) 常蔵凍

No.48258
12,170円▶**11,500円**
税込 12,650円

※商品はお重の中にはセットされておりません

- 国産具材の筑前煮 115g
- 栗入り金時芋のきんとん 330g
- 伊達巻 380g(18cm)
- リニューアル**
旨味数の子の再仕込み醤油漬け 2本
- 2種のすり身の無リンかまぼこ 200g
- 丹波の黒豆 120g
- 田作り 35g
- 紅白なます 80g
- セレクト** 鮭の昆布巻き 180g

しょうじょうひ
「猩々緋」という名前の
深みのある美しい赤色です。

別売**3,500円**(税別)の
和モダン重箱(赤)もプレゼント



置くだけで華やか食卓に!
内側は上品なパールホワイト
※サイズなど詳細は下部をご覧ください

670円
お得!

「家族の好物は多めに欲しい」にお応えします!

上品に香る風味豊かなだしと
数の子の歯ごたえがたまらない

旨味数の子の再仕込み 醤油漬け 常蔵凍

2袋 2本×2
No.48288
2,800円
税込 3,024円

1袋 2本
No.48289
1,400円
税込 1,512円

from STAFF

希少な国産の数の子に
丁寧な下ごしらえを施し、コクのある
再仕込み醤油とかつおだしがほのかに
香る、口当たりのよいSONOKOならではの
調味液にじっくり漬け込みました。
味わい豊かで安心できる一品です。

コールセンター 大石



あふれる魚介の旨みと
弾力あるプリッとした食感

2種のすり身の 無リンかまぼこ 常蔵凍 定番

3本 200g×3
No.48306
260円お得
3,240円▶**2,980円**
税込 3,218円

1本 200g
No.48305
1,080円
税込 1,166円

具材本来の食感や
旨みを生かす上品な風味

国産具材の 筑前煮 常蔵凍 定番

2袋 115g×2
No.48300
2%UP
1,360円
税込 1,468円

1袋 115g
No.48299
680円
税込 734円



丁寧な調理法で炊き上げた
ふっくらツヤのある黒豆

丹波の黒豆 常蔵凍

3袋 120g×3
No.48291
2%UP
2,700円
税込 2,916円

1袋 120g
No.48290
900円
税込 972円

鳴門金時芋と大粒栗の
ハーモニーは毎年大人気!

栗入り金時芋のきんとん

常蔵凍
330g
No.48296
3,300円
税込 3,564円

厚葉昆布と北海道産秋鮭の
箸が止まらない美味しさ

鮭の昆布巻き セレクト ※ポイント対象外 常蔵凍

180g
No.48279
600円
税込 648円

昔ながらの石臼製法で
お菓子のようなふんわり感

伊達巻 常蔵凍

2本 380g(18cm)×2
No.48295
3%UP
5,900円
税込 6,372円

1本 380g(18cm)
No.48294
2,950円
税込 3,186円

米酢のやさしい酸味と
野菜のほどよい食感が美味

紅白なます 常蔵凍

2袋 80g×2
No.48298
2%UP
1,060円
税込 1,144円

1袋 80g
No.48297
530円
税込 572円

おつまみにもぴったり!
食べやすいドライ仕立て

田作り 常蔵凍

2袋 35g×2
No.48293
2%UP
1,460円
税込 1,576円

1袋 35g
No.48292
730円
税込 788円

家族の分も揃えませんか? 食卓に並べて華やか! ランチボックスにも! **数量限定**



和モダン重箱(赤)

サイズ 縦15cm 横15cm 高さ6.4cm、
素材 ABS樹脂 ウレタン塗装、食器洗浄機・電子レンジ 使用不可、日本製

No.49026
常蔵凍
3,500円
税込 3,850円

買い足して
二重重としても!



重箱用パッキン

サイズ 縦15cm 横15cm 高さ0.9cm、
素材 PE樹脂、食器洗浄機・電子レンジ 使用不可、日本製

No.44056
常蔵凍
330円
税込 363円

ランチボックス
として使うなら!

私の逸品



おせち重入り 1週間グルメセット

湊 美都子様 78歳

その子先生の頃から毎年ずーっと購入しています。大晦日の美味しい年越し蕎麦から始まり、元旦のおせち重で新しい年をスタート。おせち重が1週間のメニューに組み込まれているので、食べすぎることなく、快調に新年をスタートできます。全部が美味しいですが、特に好きなのは鯛の姿焼き。伊達巻も毎年心待ちにしています!

*体験には個人差があります。

おせちや鯛の祝膳を 味わいながら献立も実行!

和の重に加え、年越しに食べたい蕎麦やお正月の食卓に欠かせない杣つき餅や田作りなども入った、バラエティ豊かでボリュームたっぷりのお得なセット。年末年始の食の楽しみをしっかりと味わいながらSONOKO式献立をきちんと実行したい方におすすめします。



数量・期間限定

【セット内容】★和の重、国産天然真鯛の姿焼き、自家製粉そば粉のなま蕎麦、杣つき餅、国産牡蠣のまるごとグラタン、★旨味数の子の再仕込み醤油漬け、★旨味まぐろの醤油漬け、お雑煮の素など

おせち重入り1週間グルメセット

No.48370 常蔵凍
31,000円 税込 33,480円

送料¥0
単独発送



そのこの御赤飯
3パック

★はリニューアルしたお品です

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

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**

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は、
年末年始もご注文のみ
承っております。

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。



年末年始に向けて、



お得なセット をご用意しました



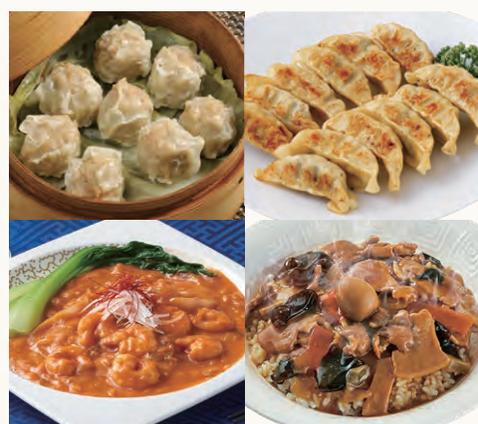
数量限定
にぎわい逸品セット
リニューアル 大山どりのローストチキン 1本
国産牡蠣のまるごとグラタン 2個
国産牛100%プレミアムミートローフ 120g
北海道産豚ヒレのペッパーズモーク 150g
セレクト 秋鮭スモークスライス 80g
No.48257 **6,000円**
税込 6,480円
鳥取県の大江山麓で育った旨みのある大山どりをじっくり直火焼きしたローストチキンをはじめ、人気のお肉や魚介をたっぷりご堪能ください。



数量限定 **お雑煮の素**
10袋 170g(1食分)×10
No.48256 **5,500円 ▶ 4,675円**
税込 5,049円 **825円お得!**
5袋 170g(1食分)×5
No.48255 **2,750円 ▶ 2,475円**
税込 2,673円 **275円お得!**
1袋 170g(1食分)
No.48254 **550円** 税込 594円
用意するのはお餅だけ! 上品な風味の料亭風のお雑煮を手軽にどうぞ。



数量限定 **カレーセット**
●チキンカレー 200g 辛さ★★★★☆
●ポークカレー 200g 辛さ★★★★☆
●じゃがいもゴロゴロカレー 230g 辛さ★★★☆☆
●ノンオイル調理 マイルドチキンカレー 200g 辛さ★★★☆☆
●ノンオイル調理 タイレッドカレー 200g 辛さ★★★★☆
常蔵凍 No.48259 **3,590円 ▶ 3,000円**
税込 3,240円 **590円お得!**



ノンオイル中華セット
●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 海老チリソース 170g
●ノンオイル中華 中華丼 180g
常蔵凍 No.48260 **3,860円 ▶ 3,400円**
税込 3,672円 **460円お得!**



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.48262 送料 ¥0 単独発送 **3%UP** **10,800円**
+324ポイント 税込 11,664円
吟味したササニシキの旨みをそのままパックにしました。氷温熟成®で甘みや粘りを引き出した美味しさは格別です。



そのこの御赤飯 常蔵凍
12パック 150g×12
No.48263 **7%UP** **5,400円**
+378ポイント 税込 5,832円
3パック 150g×3
No.48264 **3%UP** **1,350円**
税込 1,458円
コシのあるもち米の甘みと旨み、小豆の豊かな香りが口の中に広がります。



常備食セット 常蔵凍 No.48261
2,960円 **お得!**
11,960円 ▶ 9,000円
税込 9,720円

●ノンオイル調理 マイルドチキンカレー 200g 辛さ★★★☆☆
●ポークカレー 200g 辛さ★★★★☆
●じゃがいもゴロゴロカレー 230g 辛さ★★★☆☆
●ノンオイル中華 中華丼 180g
●だし薫るかき玉風親子丼 200g
●国産肉100% 照り焼きソースハンバーグ 240g
●金華さばのスモーク風味 85g
●国産真いわしのしょうが煮 73g
●国産真さばの味噌煮 83g
●国産小松菜のみそ汁 4.5g(フリーズドライ)×10
●やわらか紀州梅干し 100g
●カカオ飴 50g
●プチゼリー 葡萄 352g(16個)
●黒蜜風味ようかん 240g(20g×12本)
●ホワイティ 500ml(5倍希釈)



数量限定 **レモンサイダー**
24本 常蔵凍
200ml×24 No.48341 送料 ¥0 単独発送 **5%UP** **7,680円**
+384ポイント 税込 8,294円
1本 常蔵凍 **2%UP** **320円**
200ml No.48340 税込 345円
国産レモン果汁使用。こだわりの天然水を使用した、すっきり爽やかな飲み口をお楽しみください。



セレクト **XYZ(サイズダウン)**
常蔵凍 1箱(500ml×24) No.48271
送料 ¥0 単独発送 **1%UP** **5,712円**
税込 6,168円
立山連峰で採水した水です。独自の改水技術で分子集団を小さくし、体内への浸透性や吸水性をアップ。



銀座でその子ビール
12本 330ml×12 No.48267 **7%UP** **7,800円**
+546ポイント 税込 8,580円
6本 330ml×6 No.48268 **3%UP** **3,900円**
税込 4,290円



その子酒
清酒 アルコール分17度
6本 720ml×6 No.48265 送料 ¥0 単独発送 **7%UP** **24,480円**
+1,713ポイント 税込 26,928円
2本 720ml×2 No.48266 **3%UP** **8,160円**
税込 8,976円



本格麦焼酎カ松
焼酎乙類(麦) アルコール分25度
6本 720ml×6 No.48269 送料 ¥0 単独発送 **7%UP** **16,800円**
+1,176ポイント 税込 18,480円
2本 720ml×2 No.48270 **3%UP** **5,600円**
税込 6,160円

●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 ※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。

数量限定

この冬一番のときめきと煌めきを詰め込みました クリスマスコフレ2022

お届け
12/2(金)~25(日)
店頭お渡し
12/28(水)17:00まで

※代金引換の際、個数ごとに手数料300円がかかります。

SONOKO最高峰のクリームとセラムも！ シリーズ全品を使えるスペシャルなセット

お得度 **No.1**



ザ・ソノコ コレクション

No.48375

54,000円 ▶ **47,000円**

税込 51,700円

**7,000円
お得!**

〈セット内容〉

- ザ・ソノコ ウォッシングフォーム 100g (現品)
- ザ・ソノコ セラム 30mL (現品)
- ザ・ソノコ グランクリーム 45g (現品)
- ザ・ソノコ クレンジングウォーター 3mL
- ザ・ソノコ ホワイトニングローション [薬用美白化粧水] 10mL
- ザ・ソノコ リペアローション 10mL
- ザ・ソノコ ホワイトニングエッセンス [薬用美白美容液] 4.5mL
- ザ・ソノコ セラム 4.5mL
- ザ・ソノコ リペアエッセンス [薬用シワ改善美容液] 4mL
- ザ・ソノコ バランシングミルク 10mL
- ザ・ソノコ グランクリーム 4.5g
- グリッターポーチ

サイズ 縦9cm 横17cm 幅7cm、素材 ポリエステル・レーヨン・綿・再生繊維(セルロース)混

肌が求めているのは、エイジングケア？ 保湿？ お好きなクリームを選べるうれしいセット



使用例



人気 **No.1**

プレミアムコレクション

肌のオーラを呼び覚ます最高峰^{※3}クリーム
GCタイプ No.48371

ザ・ソノコ グランクリーム 45g (現品)

豊かなうるおいでぶるぶるの肌へ
SMCタイプ No.48372

スーパーモイスタチャークリームR
50g (現品)

〈2タイプ共通〉

- ザ・ソノコ グランクリーム 4.5g
- ザ・ソノコ ホワイトニングローション [薬用美白化粧水] 10mL
- ザ・ソノコ ホワイトニングエッセンス [薬用美白美容液] 4.5mL
- ザ・ソノコ セラム 4.5mL
- ザ・ソノコ バランシングミルク 10mL
- SONOKOスパチュラ
- ミラー付きコスメポーチ サイズ 縦10cm 横16cm 幅5cm、素材 本体 ポリエステル、鏡 ガラス

各**25,000円** 税込 27,500円

※1 年齢に応じたスキンケア ※2 2021年 クリスマスコフレのスキンケアコレクション販売個数 ※3 SONOKO内スキンケアにおける

ザ・ソノコをまだ使ったことがない方にもおすすめ!



使用例



お得度 **No.1**

〈2タイプ共通〉

- ザ・ソノコ バランシングミルク 80mL (現品)
- ザ・ソノコ クレンジングウォーター 3mL
- ザ・ソノコ グランクリーム 4.5g
- SONOKOドライフェイスシート 1セット 6枚
- ブラックコスメポーチ

サイズ 縦9cm 横19cm 幅3.5cm、素材 ポリエステル

ベーシックコレクション

なめらかなもちりハリ肌へ
リペアタイプ No.48374

- ザ・ソノコ リペアローション 120mL (現品)
- ザ・ソノコ リペアエッセンス [薬用シワ改善美容液] 4mL

**4,241円
相当お得!**

透明感あふれる澄みわたる肌へ
ホワイトニングタイプ No.48373

- ザ・ソノコ ホワイトニングローション [薬用美白化粧水] 120mL (現品)
- ザ・ソノコ ホワイトニングエッセンス [薬用美白美容液] 4.5mL

**4,441円
相当お得!**

各**17,200円**
税込 18,920円

ヘアターバンとタオルが付いた 至福のおうちスパタイムセット



ピンクグレーの
どちらが癒しか
お楽しみに!

※色は指定できません

ボディコレクション

No.48380

15,800円 ▶ **10,000円**

税込 11,000円

**5,800円
お得!**

〈セット内容〉

- ハンド&ネイルトリートメント 50g (現品)
- ボディジェル 150g (現品)
- 3Dデザイン フォーボディ 200mL (現品)
- 薬用はみがき 100g (現品)
- 薬用ハンドウォッシュ 200mL (現品)
- ミニタオル&ターバンセット

サイズ タオル 縦・横30cm、ヘアターバン 長さ19cm 幅9cm (レディースプリー)、素材 ポリエステル・ナイロン混



お出かけが増えるシーズンにうれしい! 輝くツヤ美肌セット ベースメイクコレクション

ふわっと軽やかな、薄づきベースメイクに
BBセット

15,300円 ▶ **10,000円** 税込 11,000円

**5,300円
お得!**

ライトアップBBの色をお選びください
ライトアップBB ナチュラルオークル 30g SPF35/PA+++ (現品) No.48376

ライトアップBB 30g SPF35/PA+++ (現品) No.48377

SONOKOファンデーション さっぱりタイプ オークル 12g (現品)

SONOKOファンデーション さっぱりタイプ ピンク 12g (現品)

肌悩みをカバーして、つややかなキメ美肌に
UVセット

15,700円 ▶ **10,000円** 税込 11,000円

**5,700円
お得!**

ファンデーションの色をお選びください
UVホワイトヴェール [UV薬用美白下地] 30g SPF40/PA+++ (現品) No.48378

UVホワイトヴェール [UV薬用美白下地] 30g SPF40/PA+++ (現品) No.48379

SONOKOファンデーション しっとりタイプ オークル 15g (現品)

SONOKOファンデーション しっとりタイプ ピンク 15g (現品)

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

※ライトアップBBまたはUVホワイトヴェールどちらかのセットになります。

常 蔵 凍 帯 温・冷 蔵・冷 凍 (◎利用可能な温度帯が白、ご利用できない温度帯がグレーです) ※温度帯の表記のない化粧品はすべて 常 蔵 凍

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**

オンラインショップは、**年末年始もご注文のみ承っております。**

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。

化粧品

ホワイトストリーム
30mL No.48248
3%UP **13,000円**
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。

形状記憶ジェルが多角的にアプローチ「めぐらす*1」「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*2を

3Dデザインセラム
30g No.48236
5%UP **9,000円**
+450ポイント 税込 9,900円

形状記憶ジェルが多角的にアプローチ。「めぐらす*1」ケアで引き締まった肌へ。

ライトアップBB
SPF35/PA+++ 30g No.48249
3%UP **4,500円**
税込 4,950円

透明感のある明るく華やかな印象の肌を演出。

ライトアップBB ナチュラルオークル
SPF35/PA+++ 30g No.48250
3%UP **4,500円**
税込 4,950円

自然なカバー力でナチュラルなツヤ肌を演出。

フェイスパウダー
30g(パフ付) No.48237
3%UP **4,500円**
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。

ボディクリームR
220g No.48246
3%UP **3,500円**
税込 3,850円

肌のバリア機能を助けるセラミド*3配合。大人からお子様まで、お風呂上がりに。

マイルドボディシャンプー
500mL No.48247
3%UP **3,300円**
税込 3,630円

弱酸性、アミノ酸系洗浄成分配合の、やさしく洗いながら素肌を守るボディソープ。

SQオイル
28mL No.48244
3%UP **5,000円**
税込 5,500円

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用美容オイル。
*純度99.7%以上/保湿成分

バスエッセンス ブーケ
120mL No.48245
3%UP **2,800円**
税込 3,080円

華やかな香りと美容成分がバスタイムを優雅に演出。しっとり肌へ。

GG ディープケアシリーズ
どれを買ってももらえるプレゼント

シャンプー 480mL No.48238 3%UP **3,900円** 税込 4,290円
頭皮や髪にやさしい使い心地で、汚れや老廃物をオフ。

トリートメント 200g No.48239 3%UP **4,500円** 税込 4,950円
頭皮環境を整え、うるおいハリ・コシをサポート。

ヘアパック 180g No.48240 3%UP **4,500円** 税込 4,950円
頭皮と髪のダメージを補修して、つややかな美髪へ。

ヘアカラー トリートメント ダークブラウン
200g No.48241 3%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。

ヘアカラー トリートメント ブラック
200g No.48242 3%UP **3,000円** 税込 3,300円

白髪ケアしながらツヤめく美しく黒髪へ。男性にも好評です。

薬用ハンドウォッシュ 2本
200mLx2 No.48243 3%UP **2,000円** 税込 2,200円

しっかり殺菌・消毒しながら、手肌しっとり。

SONOKO TOOTH PASTE

歯周病・歯周炎を予防して 口の中から健康に

薬用はみがき 2本
100gx2 No.48234 3%UP **3,600円** 税込 3,960円

薬用認定取得!低刺激でやさしくみがいてすっきりと。

マウスウォッシュ 2本
300mLx2 No.48235 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。

サプリメント

本来の健やかさを引きだして 体の環境を整える基本のサプリメント

TOKINO G.G 常蔵凍
6本セット ※ポイント対象外 180粒x6 No.48223
実質 **20,000円** お得!
114,000円 税込 123,120円

カキ肉エキスに3種の植物エキス配合 美容が気になる方にも

SONOKO GG 常蔵凍
6本セット ※ポイント対象外 180粒x6 No.48222
実質 **20,000円** お得!
114,000円 税込 123,120円

常蔵凍 荘水 6本セット
35mlx6 ※ポイント対象外 No.48227
実質 **8,000円** お得!
45,000円 税込 48,600円

カラダのバランス調整に必要な微量ミネラルを配合。飲み物や食べ物に混ぜて摂れる液状タイプです。

TOKINO G.G 常蔵凍
3本セット 180粒x3 No.48226
実質 **6,000円** お得!
57,000円 税込 61,560円

鈴木その子が開発に携わった初代GGの復刻版。抽出精度の高まったカキ肉エキスをうい、初代GGのレシピを再現。

SONOKO GG 常蔵凍
3本セット 180粒x3 No.48225
実質 **6,000円** お得!
57,000円 税込 61,560円

カキ肉エキスに、若々しさをサポートする3種類の国産植物エキスを配合。いきいきした毎日を応援。

常蔵凍 SONOKO GG ロゼ 3本セット
150粒x3 No.48224
実質 **4,000円** お得!
40,000円 税込 43,200円

カラダのコンディションを健やかに整えることで、美しさを引き出し、ハリのある若々しい毎日へ。

ソー エナジー **SO ENERGIE 常蔵凍**
3箱30本 50mlx30 No.48233
7%UP **12,000円** +840ポイント 税込 12,960円

1箱10本 50mlx10 No.48232
3%UP **4,000円** 税込 4,320円

高麗人参配合。1日の元気のために毎日1本。カラダの土台へアプローチ。

ありがとう 乳酸菌 2箱 常蔵凍
10ml(液体タイプ)x15包x2 No.48230
11,600円 税込 12,528円

「乳酸菌生成エキス」が悪玉菌の住みづらい身体環境を整えます。

がんばれ 善玉菌 2箱 常蔵凍
5.5g(粉末タイプ)x30包x2 No.48231
6,000円 税込 6,480円

善玉菌のエサとなる栄養素をSONOKO独自のバランスで配合。

素ドリンク 透 常蔵凍
500ml No.48229
5,800円 税込 6,264円

植物由来の美容成分を配合した、フルーティーな甘さの美容ドリンク。

素ドリンク 月 常蔵凍
500ml No.48228
5,800円 税込 6,264円

乱れがちな心身のバランスを整え、くつろぎをサポート。

*1 成分を角質層にめぐらせること *2 年齢に応じたスキンケア *3 セラミド3/保湿成分

※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

総菜
数量限定



黒毛和牛ローストビーフ
200g No.48280
4,800円
税込 5,184円

脂が少なく味のしっかりした黒毛和牛のもも肉のみを使用。紀州備長炭で香ばしく焼き上げました。サラダにするのもおすすめです。

※外箱廃止
詳しくは▶13面

常蔵凍

プレゼント



バーガーパンズ1個
トーストクリーム1個

数量限定



未来十勝牛サイコロステーキとすき焼き用肉セット(割下付)
肩ロースサイコロステーキ200g、肩ローススライス200g、すき焼きのたれ300g No.48281
3,800円
税込 4,104円

飼育環境・方法にこだわった安心な牛肉が400gも入ったお得なセット。

常蔵凍

数量限定



旨味まぐろの醤油漬け
2袋 115g×2 No.48286
2,600円
税込 2,808円

1袋 115g No.48287
1,300円
税込 1,404円

キハダマグロを職人が手切りし、国産生姜が香る醤油ダレに漬け込み、味わい深く仕上げました。

常蔵凍

数量限定



NEW

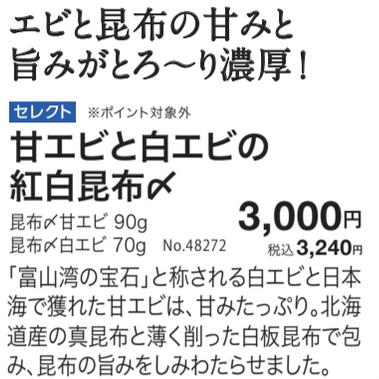
エビと昆布の甘みと旨みがとろ〜り濃厚!

甘エビと白エビの紅白昆布
昆布×甘エビ 90g No.48272
昆布×白エビ 70g No.48272
3,000円
税込 3,240円

「富山湾の宝石」と称される白エビと日本海で獲れた甘エビは、甘みたっぷり。北海道産の真昆布と薄く削った白板昆布で包み、昆布の旨みをしみわたらせました。

常蔵凍

数量限定



瀬戸内キャビア
15g No.48275
7,500円
税込 8,100円

淡い色味が美味の証! アンデスの岩塩で味付けしました。

常蔵凍

数量限定



秋鮭スモークスライスバーガーセット
秋鮭スモークスライス 80g×2
バーガーパンズ1個
トーストクリーム 30g No.48274
1,600円
税込 1,728円

12月15日(木)よりお届け可能

常蔵凍

数量限定



秋鮭スモークスライス(単品)
80g ※ポイント対象外 No.48273
800円
税込 864円

数量限定



希少な国産を今年もご用意

12月15日(木)よりお届け可能

常蔵凍

数量限定



国産天然真鯛の姿焼き ※飾りは付いていません
2尾 No.48283
6,600円 ▶ 6,000円
税込 6,480円

プレゼント
そのこの御赤飯 1パック

1尾 No.48282
3,300円
税込 3,564円

常蔵凍

数量限定



海の幸のごちそうセット
北陸甘エビのビスクスープ 180g
海の幸マカロニグラタン 300g No.48492
3,400円
税込 3,672円

プレゼント
極みロールパン 2個

常蔵凍

数量限定



ずわい蟹の棒肉
400g No.48278
9,000円
税込 9,720円

カナダ産のずわい蟹です。殻むき不要で解凍してそのままお召上がりいただけます。

常蔵凍

数量限定



たっぷり入って食べごたえも◎

常蔵凍

数量限定



北海道産いくら醤油漬
250g No.48277
4,850円
税込 5,238円

鮭の魚醤の調味液に漬けた旨い味味が自慢です。

常蔵凍

数量限定



旨味数の子の再仕込み醤油漬
2袋 2本×2 No.48288
2,800円
税込 3,024円

1袋 2本 No.48289
1,400円
税込 1,512円

常蔵凍

数量限定



伊達巻
2本 380g(18cm)×2 No.48295
5,900円
税込 6,372円

1本 380g(18cm) No.48294
2,950円
税込 3,186円

昔ながらの石臼製法で、良質な魚肉と鶏卵を使い、職人が丁寧に巻き上げました。スイーツのようなふんわり感としっとり感。

常蔵凍

数量限定



丹波の黒豆
3袋 120g×3 No.48291
2,700円
税込 2,916円

1袋 120g No.48290
900円
税込 972円

希少な丹波の黒豆をじっくり炊き上げました。ふっくら艶やかで、見た目にも美味しい一品です。

常蔵凍

数量限定



お雑煮の素
10袋 170g(1食分)×10 No.48256
5,500円 ▶ 4,675円
税込 5,049円

5袋 170g(1食分)×5 No.48255
2,750円 ▶ 2,475円
税込 2,673円

1袋 170g(1食分) No.48254
550円
税込 594円

常蔵凍

数量限定



栗入り金時芋のきんとん
330g No.48296
3,300円
税込 3,564円

ほくほく甘い鳴門金時芋と大粒の国産栗の甘露煮のハーモニー。

常蔵凍

数量限定



鮭の昆布巻き
180g No.48279
600円
税込 648円

北海道産秋鮭を根室産1等級の厚葉昆布とかんぴょうで包みました。

常蔵凍

数量限定



田作り
2袋 35g×2 No.48293
1,460円
税込 1,576円

1袋 35g No.48292
730円
税込 788円

常蔵凍

数量限定



紅白なます
2袋 80g×2 No.48298
1,060円
税込 1,144円

1袋 80g No.48297
530円
税込 572円

常蔵凍

数量限定



あんぼ柿
150g(3~4玉) No.48276
750円
税込 810円

和歌山県産・奈良県産の種無し柿のとろけるような食感が絶品。

常蔵凍

数量限定



ほっと葛湯
3袋 6個×3 No.48284
2,400円
税込 2,592円

1袋 6個 No.48285
800円
税込 864円

奈良県産の貴重な本葛粉を全体の5%使い、ほのかな甘さに仕上げました。温かい一杯で心もカラダもぽかぽかに。

常蔵凍

数量限定



あま酒 12袋
160g(清涼飲料水)×12 No.48301
3,700円
税込 3,996円

米麴と酒粕を加えた味わい深い人気の逸品。

常蔵凍

数量限定



杵つき餅 2袋
500g(10個)×2 No.48323
2,340円
税込 2,527円

国産のもち米を1%使用。こだわりの本杵つき餅。

常蔵凍

数量限定



こしあん
2袋 400g×2 No.48318
2,040円
税込 2,203円

1袋 400g No.48319
1,020円
税込 1,101円

常蔵凍

数量限定



価格変更

常蔵凍

数量限定



常蔵凍

数量限定



常蔵凍

数量限定



常蔵凍

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**

オンラインショップは、年末年始もご注文のみ承っております。

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。

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



自家製粉そば粉のなま蕎麦
 2袋 200g(2食分)×2 No.48304
3%UP 1,560円 税込 1,684円
 1袋 200g(2食分) No.48303 **780円** 税込 842円

挽き立てのそば粉を用いた生タイプならではの風味とど越し。



そのこの御赤飯
 12パック 150g×12 No.48263
7%UP 5,400円 +378ポイント 税込 5,832円
 3パック 150g×3 No.48264
3%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。



2種のすり身の無リンかまぼこ
 3本 200g×3 No.48306
5%UP 260円お得! +149ポイント
 3,240円 ▶ **2,980円** 税込 3,218円
 1本 200g No.48305 **1,080円** 税込 1,166円

国産具材の筑前煮 2袋
 2袋 115g×2 No.48300
2%UP 1,360円 税込 1,468円
 1袋 115g No.48299 **680円** 税込 734円

数量限定
牛肉と春雨のチャプコギ 2袋
 180g×2 No.48322
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。

まぐろ煮みそ味 2袋
 100g×2 No.48336
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。

セレクト
にしん甘露煮
 80g(2枚) No.48302
1%UP 580円 税込 626円

北海道で獲れた希少なにしんを上品に味付けした甘露煮。

数量限定
北海道かぼちゃのデザートポタージュ 3袋
 160g×3 No.48308
2%UP 1,440円 税込 1,555円

北海道えびすかぼちゃの旨みを活かした濃厚な味わい。

からだ想いの鶏スープ 3袋
 200g×3 No.48307
3%UP 2,280円 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。

国産牛とゴロゴロ野菜のビーフシチュー 2袋
 200g×2 No.48332
3%UP 1,600円 税込 1,728円

トマトとビーフイオンを基本に、味噌でコクを加えました。

数量限定
12月のパンセット
 フレンチトースト 1袋(2切)
 国産豚しゃぶ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
 トーストクリーム 30g×3
 極みロールパン 2個
 極みカレーパン 1個
 パーガーパンズ 1個
 No.48354 **3,500円** 税込 3,780円

常蔵凍
手造りもちりナン 3枚
 1枚あたり 約334円
 100g×3 No.48342
7%UP 1,000円 +70ポイント 税込 1,080円
 1枚 100g No.48343 **380円** 税込 410円

常蔵凍
国産たらこクリームパスタソース 2袋
 110g×2 No.48330
3%UP 1,540円 税込 1,663円

ソースのクリーミーな舌ざわりとたらこのぷちぷち食感がたまらない!

常蔵凍
海老と香りバジルクリームパスタソース 2袋
 92g×2 No.48331
3%UP 1,760円 税込 1,900円

香りのよいバジルと海老とまるやかなソースの美味しいハーモニー。



だしが美味しいおでん 3袋
 400g×3 No.48327
2%UP 2,190円 税込 2,365円

煮干し、かつお、昆布、薄口醤油、みりんなどのシンプルな材料で仕上げたあっさり風味のだしは、誰からも好まれる味わい。ごろっとした6種の具で、食べごたえもたっぷり。

常蔵凍
国産大豆の絹豆腐 4個
 150g×4 No.48328
3%UP 860円 税込 928円

国産の中でもやわらかく甘みがある大豆を100%使用。

常蔵凍
真ダコとエビの黄身酢和え 2袋
 50g×2 No.48329
2%UP 900円 税込 972円

サッパリとした味わいの黄身酢和え。

常蔵凍
すずまる納豆 2セット
 40g×3パック×2 No.48326
3%UP 760円 税込 820円

小粒で癖がないすずまるの納豆。大豆本来の旨みと甘みを味わえます。

常蔵凍
昆布水のもと徳用パック 2袋
 120g×2 No.48314
2%UP 5,700円 税込 6,156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便利。

常蔵凍
北海道産小豆のゆであずき 3個
 190g×3 No.48320
3%UP 2,130円 税込 2,300円

国産小豆を丹念に煮上げ、本来の風味を引き出した上品な味わい。

常蔵凍
板のり 12袋
 10枚×12 No.48310
5%UP 12,000円 +600ポイント 税込 12,960円

パリッとした食感と磯の香り豊かな板のり。

数量限定
常蔵凍
やわらか紀州梅干し 1.2kg
 No.48321
7%UP 10,800円 +756ポイント 税込 11,664円

まるやかな酸味と、とろける美味しさがやみつきに。

常蔵凍
生わかめ 2袋
 200g×2 No.48313
2%UP 1,486円 税込 1,604円

肉厚で歯ごたえのあるシャキシャキ塩蔵わかめ。

常蔵凍
乾わかめ 2袋
 30g×2 No.48312
2%UP 1,486円 税込 1,604円

味噌汁やスープにそのまま入れても美味しい一品です。

常蔵凍
トキノのり 2袋
 乾燥・生のり50g×2 No.48335
5%UP 5,840円 +292ポイント 税込 6,307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。

調味料
常蔵凍
追い麴仕立ての生味噌 2個
 500g×2 No.48309
2%UP 1,900円 税込 2,052円

一度仕上がった味噌に米麴を加え再発酵。旨みと甘みをアップ。

常蔵凍
万能だしの素 6袋
 120g×6 No.48311
5%UP 3,760円 +188ポイント 税込 4,060円

あさり風味が効いただしの素。ひと振りすれば料理の味が◎

常蔵凍
再仕込み醤油 3本
 360ml×3 No.48315
3%UP 2,040円 税込 2,203円

丸大豆・小麦・塩を2年間じっくり熟成。濃厚なコクと旨み。

常蔵凍
便利つゆ 3本
 300ml×3 No.48317
3%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。

常蔵凍
純米酢 3本
 500ml×3 No.48316
3%UP 2,300円 税込 2,484円

昔ながらの製法で醸造。ツンとした酸味がなく、まるやか。

常蔵凍
天日干しの海の塩 2袋
 100g×2 No.48333
3%UP 1,440円 税込 1,555円

ミネラルを含んだキリバス共和国の海水を3カ月間自然乾燥。

※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

菓子
数量限定

チョコ好きにはたまらない
しっとりリッチな口福



常蔵凍

ショコラノアール
1台 直径約15.5cm No.48349
2,850円
税込 3,078円

クーベルチュール・チョコレートを23%配合。大量生産ではできないこのリッチな配合が、生チョコのようなしっとりとした濃厚な味わいを生み出します。

華やぐ季節の食卓に、心躍るスイーツを!

数量限定

冬のオーナメント付き

常蔵凍

アイス ※ポイント対象外 送料 ¥0 単独発送

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

12/6(火) までのご注文でクリスマス前にお届け可能

フランボワーズ・ショコラ・アイスクーキ
1台 約22x8.5x5cmオーナメント付き No.19538
4,667円
税込 5,040円

白いコーヒ 10個 5,000円
税込 5,400円

バニラ 10個 4,700円
税込 5,076円

チョコ 10個 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

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・岩手県	●長崎県	12/14(水) もしくは 12/17(土)	12/15(木) もしくは 12/18(日)
●四国	●九州 (長崎県・鹿児島県の一部地域を除く)	●長崎県	●鹿児島県 (一部地域を除く)	12/21(水) もしくは 12/24(土)	12/22(木) もしくは 12/25(日)
				12/28(水)	12/29(木)
				1/7(土)	1/8(日)

●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。
※オンラインショップでは、お取扱いておりません ※製造工場から直送のため、単独・後日発送となります
※アイスの表示価格には保存容器・ドライアイス代が含まれています

数量限定



常蔵凍

桜葉薫る道明寺 2袋
200g(4個)×2 No.48345
1,560円
税込 1,684円

国産のもち米を丁寧に洗って蒸してから乾燥させて挽いた道明寺粉を使用。国産小豆の粒あんを包み、香り高い国産の桜葉を手作業で巻きました。

数量限定



常蔵凍

ミックスポン菓子 2袋
80g×2 No.48346
1,500円
税込 1,620円

プレーン、いちご、黒糖の3種類の味と彩りも楽しい、昔懐かしいお菓子です。国産のお米を使い、食べやすいひと口サイズに仕上げました。ほどうく食べごたえのある食感も◎

数量限定



常蔵凍

数量限定



常蔵凍

数量限定



常蔵凍

黒蜜風味 ようかん 2袋
240g(20g×12本)×2 No.48334
1,560円
税込 1,684円

国産小豆を3種類の砂糖で炊いた、コク深い味わいです。

数量限定



常蔵凍

スペシャルブレンド ドリップバッグコーヒー
10g×10袋 No.49027
1,360円
税込 1,468円

コーヒー器具がなくても手軽に本格的な1杯が楽しめるドリップバッグ。

数量限定



常蔵凍

ル・ブルー アッサムブレンド
2.2g×12個 No.48347
1,000円
税込 1,080円

アッサムの魅力を引き出してブレンド。まろやかなコクと香り、口当たりのよさが魅力。

ホーム／雑貨

深みのある「猩々緋」の赤色が美しい重箱で
新年の食卓を華やかに!

買い足して二段重としても!

内側は上品なパールホワイト



数量限定

和モダン重箱(赤)
サイズ 縦15cm 横15cm 高さ6.4cm、
素材 ABS樹脂 ウレタン塗装、食器洗浄機・電子レンジ
電子レンジ 使用不可、日本製
No.49026 ※ポイント対象外
常蔵凍 3,500円
税込 3,850円

重箱用パッキン
サイズ 縦15cm 横15cm
高さ0.9cm、素材 PE樹脂、
食器洗浄機・電子レンジ
使用不可、日本製
No.44056 ※ポイント対象外
常蔵凍 330円
税込 363円

外側の「猩々緋」という名前の深い赤色と内側の上品なパールホワイトのコントラストが美しい重箱。新年の食卓や来客時にはもちろん、ご家族の分も揃えれば日常使いにも◎パッキンを使えばランチボックスとしても活躍します。

果実の香りが生きた
個性豊かな味わい
その子美ワイン

赤 2本 750ml×2 No.48351

白 2本 750ml×2 No.48352

スパークリング白 2本 750ml×2 No.48350

5%UP 各 8,200円
+410ポイント 税込 9,020円

あらいぐまシリーズ 年末の大掃除に大活躍

いつもきれいに
バス&トイレセット

手肌にやさしい
キッチンセット

着心地やわらか
お洗濯セット



あらいぐま
バスクリナー
300mL
No.48251 3%UP 2,400円
税込 2,640円

あらいぐま
キッチンクリナー
300mL
No.48252 3%UP 2,400円
税込 2,640円

あらいぐま
洗濯用石けん
600mL×2
No.48253 3%UP 3,600円
税込 3,960円

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

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

オンラインショップは、年末年始もご注文のみ承っております。

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。

●クリスマス1週間グルメセット

◆お届け・店頭お渡し: 12/15(木)~25(日)

●おせち重入り1週間グルメセット ●おせち重

◆お届け・店頭お渡し: 12/22(木)~28(水)12時まで

※他の注文品と同送できませんのでご了承ください
※代金引換の際、個数ごとに手数料300円がかかります
※お届け最終受付: 12/24(土)14時まで(北海道・九州・沖縄は12/22(木)まで)
※クリスマス1週間グルメセットのご注文は12/23(金)16時まで

新春の食卓に笑顔を広げる、こだわりの美味が詰まった豪華おせち重

★リニューアル

特選
和の重

NEW



特選和の重
おしながき

- ① 鶏味噌松風
- ★② 鱈山椒焼き
- ★③ 金目鯛
木の芽焼き
- ④ 金柑蜜煮
- ★⑤ まながつお
西京焼き
- ⑥ 梅肉百合根
- ★⑦ 紫花豆
- ★⑧ 伊勢海老
- ★⑨ 鮑含め煮
- ★⑩ 炙り栗の甘露煮
- ⑪ このしる紀州和え
- ★⑫ 真蛸酢和え
- ⑬ 伊達巻
- ⑭ いくら醤油漬
- ★⑮ 帆立のやわらか煮

洋の重

リニューアル



洋の重 おしながき

- ★⑯ 阿波尾鶏黄金焼き
- ⑰ サーモンロール
- ⑱ 鶏ときのこのパテ
- ⑲ チキンポールトマト煮
- ⑳ 豚ほほ肉の角煮
- ㉑ ハムのムース
- ★㉒ 和牛の八幡巻き
- ★㉓ みやじ豚の塩麹漬焼き
- ㉔ 帆立のクリームソース
- ★㉕ みやじ豚の
和風ミートローフ
- ㉖ 穴子巻き
- ㉗ 胡桃の飴炊き

和の重

リニューアル



和の重 おしながき

- ★㉘ 冬菇椎茸旨煮
- ★㉙ 鱈山椒焼き
- ★㉚ まながつお西京焼き
- ⑳ 梅肉百合根
- ㉑ 金柑蜜煮
- ★㉒ 金時芋レモン煮
- ★㉓ 紫花豆
- ★㉔ 鯛の真子旨煮
- ㉕ 菜の花
- ㉖ このしる紀州和え
- ★㉗ 紅白柿なます
- ㉘ 足赤海老含め煮
- ⑳ 鶏味噌松風
- ㉑ 真蛸の柚子煮
- ㉒ 伊達巻
- ㉓ 丹波黒豆
- ㉔ いくら醤油漬
- ㉕ 金時芋金団
- ㉖ 栗の甘露煮

伊勢海老やあわびなど海の幸を堪能できる「特選和の重」と肉料理も魚介のごちそうも楽しめる「洋の重」

伝統的なおせち料理が詰まった「和の重」と洋風メニューも充実の「洋の重」の組み合わせ

長年愛される定番のおせち重をベースに新メニューが加わってグレードアップ

数量限定

特選和洋
二段重

No.48368 常蔵凍

50,000円
税込54,000円

送料 ¥0
単独発送

特選和の重
洋の重

数量限定

和洋
二段重

No.48367 常蔵凍

33,800円
税込36,504円

送料 ¥0
単独発送

和の重
洋の重

数量限定

和の重

No.48366 常蔵凍

23,800円
税込25,704円

送料 ¥0
単独発送



リニューアル

大山どりで
さらに美味しく!

【セット内容】★大山どりのローストチキン、黒毛和牛ローストビーフ、越後もちぶたのハンバーグ〜トマト煮込み〜、蒸し鶏のガーリック風味、スライスハム、海の幸マカロニグラタン、国産牛100%プレミアムミートローフ、北陸甘エビのビスクスープ、★旨味まぐろの醤油漬、焼きフライ 海老クリームコロッケ、国産真いわしのしょうが煮、真だらの味噌漬焼き、具だくさんミネストローネ、国産小松菜のみそ汁、ちらし寿司の素、ごぼうの甘酢ゆず風味、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×2、手焼きオムレツ、いんげん豆の煮豆(小分け)×2、帆立しぐれ煮(小分け)、ひじき煮(小分け)、小麦香る生パスタ、極み厚切り山型パン、極みロールパン2個×2、極みメロンパン、トーストクリーム×2、その子のどら、そのこの野菜菓子、チョコゼリーケーキ、ショコラリッチ、プチゼリー葡萄

数量限定 ローストチキンがさらに絶品にリニューアル

クリスマス1週間グルメセット

ぜひ味わっていただきたいのが、リニューアルした「大山どりのローストチキン」。きれいな空気と水で知られる鳥取県の大山山麓で育った旨みのある大山どりをじっくり直火焼きしました。ショコラリッチ、ちらし寿司の素、旨味まぐろの醤油漬など豪華メニューも大充実のセットです。

送料 ¥0
単独発送
常蔵凍 No.48369
23,000円
税込24,840円



プレゼント

ショコラリッチ 1個

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



【セット内容】★和の重、スパイスチキン、国産牛とゴロゴロ野菜のビーフシチュー、無塩せきポークウインナー ハーブ、国産天然真鯛の姿焼き、★旨味まぐろの醤油漬、★旨味数の子の再仕込み醤油漬、国産牡蠣のまるごとグラタン、秋鮭の塩麹漬焼き、お雑煮の素×2、具だくさんミネストローネ、ノンオイル中華 万能肉味噌、ちらし寿司の素、紅白なます×2、田作り、国産具材の筑前煮、ひじきの煮物、4種のきのこの煮びたし、すき昆布の土佐煮、ほうれん草としめじのおひたし×2、こしあん、杵つき餅、釜揚げうどん、自家製粉そば粉のなま蕎麦、極み厚切り山型パン、極みチョコチップパン、トーストクリーム×2、せんべい しょうゆ、フルーツゼリー温州みかん、アーモンドと蜂蜜のリエージュ風ワッフル

数量限定 おせちや鯛の祝膳を味わいながら献立も実行!

おせち重入り1週間グルメセット

和の重に加え、年越しに食べたい蕎麦やお正月の食卓に欠かせない杵つき餅や田作りなども入った、バラエティ豊かでボリュームたっぷりのお得なセット。年末年始の食の楽しみをしっかりと味わいながらSONOKO式献立をきちんと実行したい方におすすめです。

送料 ¥0
単独発送
常蔵凍 No.48370
31,000円
税込33,480円



プレゼント

そのこの御赤飯 3パック

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。

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

今月のセットのお届けは▶ 1 / 5 (木) 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 12月の4週間完全実行献立セット 送料 ¥0 単独発送

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

お届け期間	本州	北海道・九州・沖縄県等一部地域
第1週	11/30(水)~12/15(木)	12/1(木)~
第2週	12/7(水)~12/22(木)	12/8(木)~
第3週	12/14(水)~12/28(水)	12/15(木)~
第4週	12/21(水)~1/5(木)	12/22(木)~

お申し込み受付期間
12/10(土)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。



朝、昼、間食で気軽に献立を実行したい方や初めての方にもおすすめ



数量限定 12月の朝昼間食セットプラス

●2食+間食×7日分=計21食 No.48353 **14,500円** 税込 15,660円

召し上がり方の一例(メニュー表)付

【セット内容】ウイズボンチキンカレー、牛肉と春雨のチャブコギ、北海道産豚ヒレのペッパーズモーク、焼きフライ コロック、国産牡蠣のまるごとグラタン、ちらし寿司の素、極みメロンパン、トーストクリーム×2、蒸し鶏のガーリック風味、秋鮭の塩麹漬け焼き、具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、いんげん豆の煮豆(小分け)×2、帆立しぐれ煮(小分け)、ひじき煮(小分け)、らーめん風、極み厚切り山型パン、極みロールパン2個、桜葉薫る道明寺、ミックスポン菓子、ドリームプリン カスタード



エビデンスも取得! 2か月全56日間の集中献立で、おいしく食べて本気やせダイエット!



8週間ダイエット献立セット

●3食+間食+夜食×7日分×8週間=計280食 送料 ¥0 単独発送

召し上がり方の一例(メニュー表)付 **150,000円** 税込 162,000円

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

1日3食+間食+夜食の栄養バランスのよい食事を8週間続けることで、しっかり食べながら健康的なダイエット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。



常温で保管できるSONOKOの人気総菜にサプリもプラス

●3食+間食+夜食×7日分=計35食 召し上がり方の一例(メニュー表)付



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

氷温熟成®そのこ米ごはん19食 単独発送 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、味見うま、トクノ海苔の佃煮、国産肉100%照り焼きソースハンバーグ、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

パンを中心に、和洋中とバラエティ豊かなメニュー。

●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.47275 **16,230円** 税込 17,528円



【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、スライスハム、国産肉100%直火焼きハンバーグ、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

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.46814 **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】焼きフライ コロック、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、焼豚、無塩せきポークウインナー、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種のきのこの煮ひたし、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)、トクノ海苔の佃煮、ひじき煮(小分け)、モーニングスイッチスムージー キング(いちご&トマト)、カシューナッツクッキー、黒豆塩大福、素ドリンク月スティックタイプ×7包

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

献立に必要なものが揃っているので

ごはん/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.49028 **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、秋鮭の塩麹漬け焼き、国産真いわしのしょうが煮、クリームカレー、ノンオイル中華、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、極みカレーパン、極みロールパン、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)、ドリームプリン カスタード

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。

シンプルな献立で規則正しく

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 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、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

※画像は1日分の食事イメージです

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

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**

オンラインショップは、年末年始もご注文のみ承っております。

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。

新商品情報



大山どりのローストチキン 1本

にぎわい逸品セット(2面・5面)とクリスマス1週間グルメセット(11面)に入っています。

引き締まった肉質に旨みあふれる大山どりを和風ダレに漬け込み、じっくり直火焼きしました。



旨味まぐろの醤油漬

1,300円

115g No.12285 税込 1,404円

国産キハダマグロを職人が丁寧に手切りし、国産生姜と丸大豆醤油の味わい深いタレに漬け込みました。

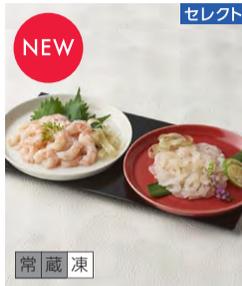


旨味数の子の再仕込み醤油漬

1,400円

2本 No.16620 税込 1,512円

しっかりした食感の北海道数の子を丁寧に処理して、濃すぎない上品な風味のタレに漬けて24時間寝かせました。



甘エビと白エビの紅白昆布

3,000円

見布×甘エビ 90g 見布×白エビ 70g No.48638 税込 3,240円

富山産の白エビと日本海で獲れた甘えびを昆布で包みました、とろりとした舌ざわりと濃厚な味わいが格別です。

SONOKOのエコへの取り組み

余分な資源を使わないために、製品の外箱や能書などをできる限りなくし、製品まわりを簡潔に変更していきます。何卒ご理解のほどよろしくお願い致します。

●黒毛和牛ローストビーフ(外箱廃止)
環境保全の観点から、ローストビーフの外箱を廃止いたします。なお内容量については変更ございません。また、ギフトご希望のお客様は外箱をお付けすることが可能です。お手数ですがスタッフまでお申し出ください。

なくなり次第終了

- WB クレンジングミルク
- WB ホワイトニングエッセンス
- GG クレンジングクリームR
- GG クリーム
- WB ホワイトニングローション
- WB グランクリーム
- GG エッセンスR
- リップトリートメントR

総合カタログが新しくなりました

会報誌に掲載のないすべての定番商品をご購入いただける総合カタログをお届けします。商品をご注文される際に会報誌と一緒に活用ください。また、お手元において保存ください。ご請求はお電話またはオンラインショップへ



オンラインショップからPDFをご覧いただけます。

※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。

イベントのお知らせ

※感染症対策のため事前予約となります。ご了承ください。

名古屋・大阪「定例会」のご案内

- 開場・受付 12:30
- 定例会 13:00~14:30
- 販売会 14:30~15:30(受付終了)
- ※12:30~13:00もお買い物ができます。
- 閉場 16:00

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

銀座店のご案内

12/11(日) 営業時間 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
27(火)・28(水) 2F 終日CLOSE 12/29(木) 1F 15:00 CLOSE / 2F 終日CLOSE
12/30(金)・31(土)・1/1(日)・祝・2(月)・休 1F / 2F 休業 1/4(水) 2F 終日CLOSE

クリスマスパーティー 12/17(土)

SONOKOの食材をふんだんに使ったフルコース料理をご堪能いただけます。初めての方もどうぞご参加ください。

12月17日(土) 開場 17:30 開宴 18:00
会場:コートヤード・マリOTT 銀座東武ホテル 桜の間
会費:27,500円(税込) 豪華お土産付き

メモリアルツアー

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

12月3日(土)

日程:銀座店集合→成田メモリアルパーク→銀座店にてランチ&スイーツ
参加費:6,000円(税込) 特製ランチ付き

SONOKO CAFE

1日10食限定

特別プレート / 【大山どりの骨付きローストチキンとグリル野菜〜オニオンマスタードソース〜】 2,500円(税込)

限定プレート内容
●ローストチキン ●ミネストローネ ●グリル野菜
●ライスまたはパン 販売期間 12/1(木)~29(木)

※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。

2023 新春初売り

2023年1/3(火) 10:30~18:00 受付 10:00~17:30

※SONOKO CAFEは休業とさせていただきます 会員様限定貸切

- 豪華来場プレゼント 来場でもれなく人気のSONOKO商品がもらえる
- CAFE お正月特別メニュー
- トークショー 1月発売の新製品のご紹介 製品事業部 宮路
- 初売りセット特価 Aセット Bセット Cセット
- お買得品 人気のサプリ 化粧品 食品 最大30%OFF 最大20%OFF 最大30%OFF

※セール品は十分ご用意いたしておりますが、万一お品切れの際はご容赦ください ※写真、イラストはイメージです

■各イベントのお問い合わせ・お申し込み先 03-4335-7878 11:00~20:00 または銀座店店頭

12/9(金)~11(日) お楽しみ付き販売
12/11(日) 12月のキノ会定例会
ゲスト講師:スポーツ医学アドバイザー 土屋未来氏

予定 1/20(金)~22(日) お楽しみ付き販売
1/22(日) 1月のキノ会定例会
ゲスト講師:橋爪謙一郎氏 一般社団法人グリーンサポート研究所代表

2022 12 THE NORIKO トキノ会便り 編集長 瀧本範子の「ノリコ手帖」 vol.66

2022年も最後の月になりました。この1年余りの間に、世の中でも、個人においても、本当に想定外の出来事が次々に起きたとの思いを強くしています。「先生のおっしゃっていた以上に21世紀は大変な時代です」と何度先生に心の中で伝えたことでしょうか。

そして今年の12月5日は、鈴木その子の23回忌です。毎年この日を迎えるたび、メモリアルで墓参に向うたびに、SONOKOを遺してくださったことへの感謝で一杯になります。22年という歳月は、私自身気がつけば鈴木その子と共にあった日々の記憶が遠いものになっていくような気になるほど、長い時間が経っていることを実感する時間でもあります。しかしそれ以上に、今もトキノ会の皆様とお会いし、明るく元気に生きていく喜びを確認しあえる幸福をいただいていることに改めて胸一杯になります。1年間という時間が、年々短くなっているように感じます。特に12月は、師走というように皆が忙しい月。SONOKOも例外ではありませんが、今年は以前にも増して皆様と一緒に1年を締めくくる伝統の行事を楽しく開催していきたいと思っています。こうした行事を最も大切にしていた鈴木その子は、会員の皆様と共にいる時が一番元気で幸せだったのだと、後年になって気がつきました。

皆様との「ご縁」について鈴木その子は「同時代に生きる全ての人々の中で、一人の人間が生きて一体何人の人と知り合うのだろう。しかもその人々の中で深い絆で関わりあう人とは、どれほど強いご縁なのだろうか。考えれば考えるほどトキノ会の皆様とは目には見えない強い縁で結ばれている方々である」と皆様への愛を綴っています。さらに本当に大切なこととして、「初めて出た結果を忘れず、

心変わらず、人の言に惑わされず、淡淡と信じて実行されている方」が最も尊く素晴らしい方ですよ。と言っていた姿が浮かんで来ます。

全国でお会いするトキノ会の皆様がまさにその言葉の通り、20年、30年とSONOKOを続けていらっしゃるのです。お会いするたび、心から感謝せずにはいられません。

この数年、コロナ禍で変わった生活スタイルに慣れてしまった感もある私たちの暮らし。一方で多くの人が当たり前の日常の大切さに気づいたといえます。その中で始まった私の処方献立実行の旅も1年半が経過しました。完璧実行が難しかった季節もありましたが、改めて実感したことがありました。それは、忘れていた当たり前の生活に最も適している食が、処方献立のメニューを食べること。

このわずか1年半、人生の大人の階段を上るに際して思いもよらぬ伏兵が、現れることを身を以て経験しましたが、その時こそSONOKOの食事が何にも勝る予防と守りになることを知ったのです。現在、-12kgをキープしている

ことをこの1年の実行報告といたします。新年もSONOKOのおせちから始めて、新たな気持ちで実行の旅を続けていく決意です。

この1年のご愛顧を心より感謝申し上げます。皆様どうぞ良いお年をお迎えください。



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。

※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。



発毛・育毛が期待される5つの成分

「髪の悩みはどうしようもない」と思っていないですか？ 実は、育毛・発毛効果で注目される成分がいくつもあります。今回は、太く豊かな髪を取り戻したい人におすすめの成分をご紹介します。

宮路：「細くなった」「毛の量が減った」「うねる」など、男性も女性も、歳を重ねるとともに髪のトラブルが深くなります。特に女性は、人に相談しづらい上、改善できる成分が見つけれない方が多く、髪にまつわるお悩みをお聞きすることもよくあります。



SONOKO 食品担当 宮路



開発責任者 岡田

岡田：顔の印象のうち髪が占める割合は3割とも4割ともいわれています。豊かな髪や元気でツヤのある髪は、若々しさの象徴でもあり、自信にもつながります。「薄毛は年齢だから仕方がない」とあきらめる方も多いのですが、毎日の生活習慣の改善や有用成分の摂取で髪の状態が変わるケースは珍しくありません。まず、健康な髪を育む基本は、規則正しい食事、血行を促す入浴、質のよい睡眠などで、身体を中から整えることです。さらに、1本の髪が経る成長期・退行期・休止期というサイクルを正常化したり、頭皮の血流を改善して髪の成長に必要な栄養を届けたりする成分の摂取も重要です。

今回ご紹介するのは、育毛や発毛に役立つ成分の研究が進む中、特に注目されている5成分。植物の生育に欠かせない栄養を蓄えた種子や根の部分に存在する成分が多く、発芽や成長を促す働きがあるのが特長といえます。

エンドウ芽エキス

ポリアミン含有米胚芽抽出物

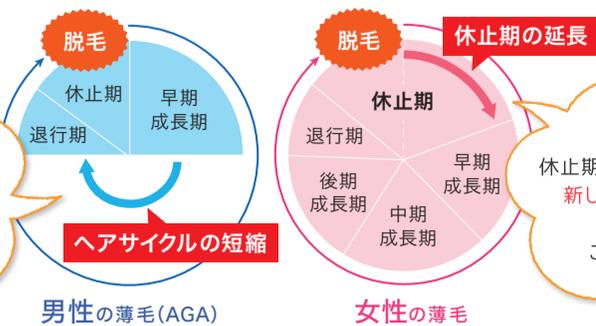
POINT 1 ヘアサイクルを整える

宮路：SONOKO式の食事を支える食材としてまず挙げられるのが、お米です。お米の中には、やがて成長して芽になる「胚芽」がありますが、栄養が豊富であるものの、硬いので精米で削られやすい部分。実はこの胚芽にも、育毛・発毛に効果がある成分が含まれています。

岡田：お米の成長に重要な胚芽という部分に存在する成分であるポリアミンは、医薬品として使われる育毛成分と同等の働きがあります。2016年ノーベル生理学・医学賞を受賞したオートファジーの研究で一躍注目され、細胞を元気にするエイジングケア効果も期待されるようになりました。育毛・発毛にかかわる遺伝子をオンにする働きもあり、ヘアサイクルを整えて長く長い髪を育てるほか、キューティクル修復作用も期待できます。ポリアミン含有米胚芽抽出物の摂取は、精米で取り除かれがちな胚芽の栄養を摂ることにつながるため、白米の栄養を丸ごと食べたいという方にもおすすめです。

宮路：エンドウ豆の新芽から抽出した水溶性エキス末であるエンドウ芽エキス(アナゲインNu)も、ヘアサイクルに効果的に働きかける成分です。

岡田：エンドウ芽エキス(アナゲインNu)は、まだご存じでない方も多いかもしれません。育毛・発毛にかかわる遺伝子に働きかけ、毛母細胞を増殖。そして、休止期を短くして成長期に早く移行させることで、発毛を促します。



男性の薄毛は、成長期が短縮することによって太く長い毛が育たなくなることが原因です。

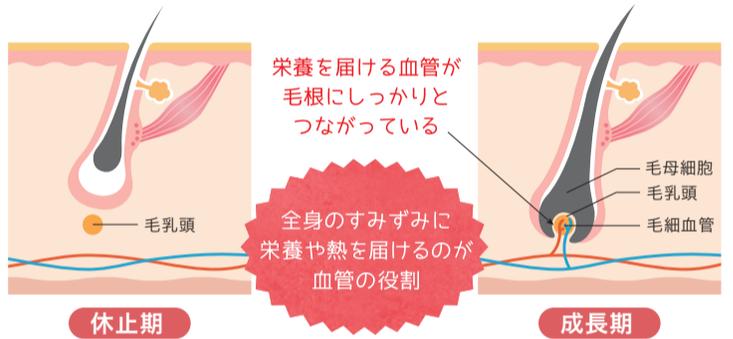
女性の薄毛は、休止期が長引くことによって新しい毛が生える前に脱毛してしまうことが原因です。

POINT 2 血流を改善する

ツバキ種子エキス

宮路：頭皮の血流を改善する働きにより育毛・発毛を促すことがわかってきたのが、ツバキ種子エキスです。豊かな髪を育てるカギを握っているのは、カメリアサポニンB₂という成分です。

岡田：育毛や発毛には、成長期の毛根にしっかり血管がつながった状態であることが重要です。なぜなら、髪に必要な栄養は血管を通して届けられるからです。ツバキ種子エキスに含まれるカメリアサポニンB₂は、手足や頭皮の血流量を増加させる機能が確認されています。頭皮の血流が促進されると、毛根に栄養が届き、豊かで元気な美髪が育つことから、ツバキ種子エキスは育毛剤としての特許を取得しています。育毛・発毛を促すには、カメリアサポニンB₂の含有量をできるかぎり高めることが重要です。また、ツバキ種子エキスには、コラーゲンやヒアルロン酸の産生を促す美肌効果や抗糖化作用などもあるので、美容が気になる方にもうれしい成分です。



POINT 3 髪の成長に必要な栄養を摂取する

宮路：大豆胚芽抽出物(大豆イソフラボン)やガニアシ(昆布仮根)も育毛・発毛に有用な成分です。

岡田：女性に必要というイメージが強い大豆イソフラボンですが、実は薄毛が気になる男性にとっても大切です。女性ホルモンには髪の成長を促進する作用があり、男性ホルモンの量が多くなると、薄毛や抜け毛が進行するからです。そのため、女性ホルモンの不足を補う働きをする大豆胚芽抽出物(大豆イソフラボン)は、薄毛・抜け毛の対策として効果的です。

ガニアシ(昆布仮根)は、岩にはりついた昆布の根の下の部分。昔から髪によいとされてきた昆布の2倍のミネラルをはじめ、1.7倍のアルギン酸、フコイダン、多糖類、食物繊維など、栄養が豊富に含まれています。

男女問わず頭皮の血流を改善して毛根に栄養を届けヘアサイクルを整えることが

大豆胚芽抽出物(大豆イソフラボン)

薄毛解消への近道なんじゃ!

ガニアシ(昆布仮根)

※写真はイメージです

開運福袋2023

お申し込み受付期間

12/1(木)~15(木)

※お届けは新年1月2日(月・休)です。
※一部の宝飾は福袋と別送で後日お届けいたします。

送料・代引手数料無料

※ポイント付与・ご利用の対象外となります。
※福袋は性質上、返品・交換できませんので何卒ご了承ください。
※オンラインショップでは、10万円までの福袋をご注文いただけます。
※オンラインショップでは、カスタマイズや別送品を含む福袋はお求めいただけません。

送料¥0
単独発送

常蔵凍

すべての福袋に
2023 SONOKO
オリジナル
卓上カレンダー入り!



数量限定

掲載は商品の一例です。
さらに盛りだくさんの
内容でお届けします!

毎年、「価値ある本物」を厳選して福袋をおつくりしていた鈴木その子。
その意志を受け継ぎ、皆様のもとへ1年の福を呼び込むように心を込めてご用意しました。

60万円相当
30万円
ミックス + カスタマイズ

ノンオイル調理 マイルドチキンカレー
金華さばの スモーク風味
ザ・ソノコ ホワイトマスク
国産牛とゴロゴロ野菜の ビーフシチュー
TOKINO G.G
SONOKO GG
ザ・ソノコ セラム
ザ・ソノコ グランクリーム
スーパーモイスチャー クリームR

30万円福袋 ミックス+カスタマイズ
食品 補助食品 化粧品 No.48365 税込 330,000円

60万円相当
30万円
ミックス + 宝飾

① 珊瑚ネックレス Pt900、ダイヤモンド:0.39ct、珊瑚径:1.1cm チェーン:Pt850 38.5cm
② ドリームプリン カスタード
③ ポークカレー
④ ソフトクッキー チョコレート味
⑤ じゃがいも ゴロゴロカレー
⑥ 国産牛とゴロゴロ野菜の ビーフシチュー
⑦ TOKINO G.G
⑧ SONOKO GG
⑨ ザ・ソノコ セラム
⑩ ザ・ソノコ グランクリームx2
⑪ 薔水

30万円福袋 ミックス+宝飾 ①~⑩の中から一点お選びいただけます。
宝飾 食品 補助食品 化粧品 No.48364 税込 330,000円

40万円相当
20万円
ミックス + 宝飾

① 珊瑚リング 珊瑚:横0.8cm 縦1.1cm、Pt900 ダイヤモンド:0.40ct、サイズ:12号
② ダイヤリング ダイヤモンド:0.306ct クラリティ SI-1
③ ゴールドピアス/ゴールドブレスレット [ピアス]K18、ダイヤモンド:0.20ct [ブレスレット]K18、ダイヤモンド:0.20ct 全長:20cm(調節幅3mm)
④ ピンクゴールドピアス/ピンクゴールドブレスレット [ピアス]K18PG、ダイヤモンド:0.20ct [ブレスレット]K18PG、ダイヤモンド:0.20ct 全長:20cm(調節幅3mm)

20万円福袋 ミックス+宝飾 ①~④の中から一点お選びいただけます。
宝飾 食品 補助食品 化粧品 No.48363 税込 220,000円

20万円相当
10万円
ミックス

ノンオイル調理 マイルドチキンカレー
帆立しぐれ煮
ザ・ソノコ セラム
フルーツゼリー温州みかん
ドリームプリン カスタード
TOKINO G.G
ザ・ソノコ グランクリーム
SONOKO GG
ザ・ソノコ ホワイトマスク
薔水

10万円福袋 ミックス
食品 補助食品 化粧品 No.48361 税込 110,000円

20万円相当
10万円
ミックス + 宝飾

① ダイヤピアス Pt900、ダイヤモンド:0.30ct
② ルビーネックレス K18、ルビー:0.15ct、ダイヤモンド:0.24ct チェーン:45cm アジャスター付き
③ 牛革ショルダーバッグ サイズ:上部40cm 底部31cm 高さ29cm 横11cm 素材:牛革(色:トープ)、ステッチの色:オレンジ 中身の色:薄めの茶
④ 牛革二つ折り財布 サイズ:縦10cm 横11cm 素材:牛革、一部クロコダイル クロコダイルの色:ブロンズ 中の色:ブロンズ
⑤ SO ENERGIE 1箱10本
⑥ 常温グルメ献立セット

10万円福袋 ミックス+宝飾 ①~⑥の中から一点お選びいただけます。
宝飾 食品 補助食品 化粧品 雑貨 No.48362 税込 110,000円

10万円相当
5万円
化粧品

ザ・ソノコ セラム
ザ・ソノコ ホワイトマスク
ザ・ソノコ グランクリーム
3Dデザイン セラム
GG ディープケア トリートメント
アイトリートメント
SQオイル

5万円福袋 化粧品
化粧品 No.48360 税込 55,000円

10万円相当
5万円
ミックス

① ブチゼリー葡萄
② ノンオイル調理 マイルドチキンカレー
③ 国産牛とゴロゴロ野菜の ビーフシチュー
④ TOKINO G.G
⑤ ザ・ソノコ ホワイトマスク
⑥ 薔水
⑦ GG ディープケア シャンプー

5万円福袋 ミックス
食品 補助食品 化粧品 No.48359 税込 55,000円

6万円相当
3万円
食品 & サプリ

① じゃがいも ゴロゴロカレー
② 万能だしの素
③ 国産真さばの 味噌煮
④ 北海道にんじん ポターージュ
⑤ ありがとう 乳酸菌
⑥ ありがとう 乳酸菌
⑦ TOKINO G.G
⑧ 薔水x2

3万円福袋 食品&サプリ
食品 補助食品 No.48357 税込 32,400円

2万円相当
1万円
食品

① だしが美味しいおでん
② トキノのり
③ だし薫る かき玉風親子丼
④ ドリームプリン カスタード
⑤ 帆立しぐれ煮
⑥ じゃがいも ゴロゴロカレー

1万円福袋 食品
食品 No.48355 税込 10,800円

カスタマイズ福袋

SONOKO厳選の上質なジュエリーからお好みの一品を。さらに、お好きな食品やサプリメント、化粧品、雑貨もお選びいただける、すべてカスタマイズできる福袋です。宝飾なしでもおつくりいたします。
詳しくはお電話にてお問い合わせください。

宝飾 アクセサリー 雑貨
食品 補助食品 化粧品

6万円相当
3万円
ミックス

① 具だくさん ミネストローネ
② SONOKO GG 50粒入
③ 板のりx2
④ ホワイト ストリーム
⑤ ハンド&ネイル トリートメント
⑥ TOKINO G.G
⑦ 薔水

3万円福袋 ミックス
食品 補助食品 化粧品 No.48358 税込 33,000円

2万円相当
1万円
ミックス

① ノンオイル調理 マイルドチキンカレー
② フルーツゼリー 温州みかん
③ マイルド コンディショニング シャンプー
④ UV ホワイトヴェール
⑤ SONOKO GG 50粒入

1万円福袋 ミックス
食品 補助食品 化粧品 No.48356 税込 11,000円

50万円 カスタマイズ
80万円 カスタマイズ
100万円 カスタマイズ

購入された方のお声
自分の好きなものばかりが入っていて大満足です。また購入したいと思います。

※個人の感想です

※ミックス:食品・補助食品・化粧品の入った商品です。※カスタマイズ:食品の一部をカスタマイズいただける商品です。※1万円~30万円福袋の掲載画像は内容の一例です。他にも盛りだくさんの内容でお届けします。 ※写真はイメージです