

2023

5

# THE SONOKO

vol.350

SO SAFE  
SO HEALTHY  
SO HAPPY

おうちで楽しむ

SONOKO

世界を旅する  
アレンジレシピ

## 総菜でパパッと簡単 美味しい世界旅行

お手軽アレンジ術



Renewal!  
国産豚肉100%ミートオムレツ

Renewal!  
国産牛の極旨牛すき丼

卵と具材の風味を  
生かした素朴な味わい

黒毛和牛が  
入って美味しく  
ボリュームアップ!

New!  
セレクト 国産有機みかんジュース



2本  
付きで  
お得!

再会や旅行の前に!

8週間あれば、きちんと痩せられます!/  
8週間ダイエット献立セット

### 夏までに、そのボディをスッキリ!

紫外線にも乾燥にも要注意の季節なのに

### グランクリームを さぼっていませんか?



SONOKOのこだわり

こだわりの有機野菜や果実を惜しみなく使った **ウスターソース・その子トマト**



SONOKOスタッフが紹介! /

### 子どもの大好物はコレです!

SONOKO

世界を旅する

アレンジ  
レシピ

# 訪れた国も、行きたい国も / 世界の

総菜をささっとアレンジするだけで完成する世界のごちそうをご紹介します

【レシピ】千切りキャベツ、ペビーリーフなど好みの野菜(各適量)をリースのように丸く盛り付け、刻んだ玉子焼をミモザに見立ててトッピング。最後にドレッシングをかける。

**香るみかんのドレッシング**  
みかんジュースと純米酢(各50ml)、すり下ろした玉ねぎ(大さじ3)、砂糖(大さじ1)、塩(小さじ1/2)、ハーブソルト(小さじ1/4)を混ぜる。

**思い出のやさしい玉子焼 2袋**  
10個(500g)×2 No.50378 常蔵凍

3%UP **3,100円** 税込 3,348円

詳しくは 5面  
でご紹介

**NEW セレクト**  
国産有機みかんジュース 常蔵凍

3本 610g×3 No.50376

1%UP **3,450円** 税込 3,726円

1本 610g No.50898  
**1,150円** 税込 1,242円



**万能ハーブ ガーリックソルト 2個**  
35g×2 No.50968 常蔵凍

3%UP **1,800円** 税込 1,944円

**純米酢 3本**  
500ml×3 No.50427 常蔵凍

2%UP **2,300円** 税込 2,484円



その子美ワイン 赤

ご購入は 12面へ



華やかミモザの  
ニース風リースサラダ

たらとビスクスープの  
ブイヤベース風

夏野菜のラタトゥーユソース  
オムレツ添え

【レシピ】小さくカットしたズッキーニ、なす、じゃがいも(各20g)にハーブソルト(小さじ1/2)、水(100ml)を加え、柔らかくなるまで煮る。ミネストローネ(1/2袋)を加え、汁気がなくなるまで煮込み、最後にその子トマト(大さじ1/2)を入れたらソースが完成。オムレツにかける。スライスして軽くトーストしたロールパンを添えて。

**国産豚肉100% ミートオムレツ** 常蔵凍

3個 100g×3 No.50375  
2%UP **2,000円** 税込 2,160円

1個 100g No.51056  
**800円** 税込 864円

**具だくさん ミネストローネ 2袋** 常蔵凍

150g×2 No.50384  
2%UP **900円** 税込 972円

**その子トマト**

「ウスターソース & その子トマト セット」に含まれています▶7・9面



【レシピ】じゃがいも(1/2個)を2ミリ厚の銀杏切りにして電子レンジで加熱(500Wで1分)。真だら(1切)、ビスクスープ(1袋)、じゃがいも、水(50ml)、オリーブ(適量)を鍋で5~6分煮込む。

**真だらの味噌漬け焼き**

3切 焼きタイプ 価格変更  
210g(3切) No.50393 常蔵凍  
2%UP **1,500円** 税込 1,620円

**北陸甘えびのビスクスープ**

「5月のごちそう詰め合わせセット」に含まれています▶9面



【レシピ】ハーブソルト(小さじ1)、純米酢(100ml)、砂糖(大さじ1/2)、水または昆布水(100ml)を合わせ、千切りキャベツ(紫・緑各15g)を15分浸し、電子レンジにかけ(600Wで3分)、冷ます。加熱したソーセージに添える。お好みで黒こしょうを。



ザワークラウト風千切りキャベツとソーセージの盛り合わせ



ベトナムの屋台を思い出す  
バインミー風牛すきサンド



ポルトガルのカンジャ風  
チキンスープごはん

【レシピ】ごはん(360g)で俵型おにぎりを6個作り、スライスしたミートローフ(1袋)を乗せ、板のりを巻く。ごはんにはトーストクリームを塗るとさらに美味。アボカドや玉子焼も乗せてカラフルに!

**国産牛100% プレミアム ミートローフ**

「5月のごちそう詰め合わせセット」に含まれています▶9面

**板のり 2袋** 価格変更

10枚×2 No.50431 常蔵凍  
3%UP **2,560円** 税込 2,764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 ※温度帯の表記のない化粧品はすべて 常蔵凍

ご注文は

お電話注文

0120-88-7878

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。

# 料理で、旅行気分もいただきます!

紹介します。いつもとは違う美味しさも、旅する気分も楽しみませんか。

**銀座でその子ビール**  
ご購入は12画へ

**無塩せきポークウィンナー 2袋**  
160g(4本)×2 No.50500 常蔵凍  
3%UP **2,500円** 税込 2,700円

**無塩せきポークウィンナーハーブ 2袋**  
100g(4本)×2 No.50501 常蔵凍  
3%UP **1,600円** 税込 1,728円

**【レシピ】ロールパン(2個)に切れ目を入れ、牛すき丼とごぼう(各1袋)、千切り人参やパクチーやライムなどお好みの野菜(適量)を挟む。詳しくは5面でご紹介**

**国産牛の極旨牛すき丼**  
2袋 180g×2 No.50374 常蔵凍  
2%UP **1,760円** 税込 1,900円

1袋 180g No.49496 **880円** 税込 950円

**ごぼうの甘酢ゆず風味 2袋**  
50g×2 No.50498 常蔵凍  
2%UP **840円** 税込 907円

**極みロールパン 6個** 常蔵凍  
2個×3 No.50508  
1%UP **830円** 税込 896円

**【レシピ】ごはん(180g)をお皿に入れ、スライスレモンを乗せ、温めたチキンスープ(1袋)をかける。お好みでハーブを。時間がたっても美味しく、夏は氷を入れて冷製おじや風にしても。**

**からだ想いの鶏スープ 3袋**  
200g×3 No.50383 常蔵凍  
3%UP **2,280円** 税込 2,462円

**氷温熟成®そのこ米ごはん**

1箱(36パック) 送料¥0 単独発送  
ササニシキ180g×36 No.50443 常蔵凍  
7%UP **10,800円** 税込 11,664円 +756ポイント

5パック  
ササニシキ180g×5 No.50442 常蔵凍  
2%UP **1,500円** 税込 1,620円

**彩リトロピカル! スпам風おにぎり**

**つまんで楽しむアフタヌーンティー**

**プチビクトリアンケーキ**

**しっとりサバラン**

**あずきサンドクッキー**

**フルーツゼリー温州みかん 6個**  
85g×6 No.50462 常蔵凍  
3%UP **2,160円** 税込 2,332円

**その子酒 2本** 常蔵凍  
720ml×2 清酒 アルコール分17度 No.50493  
3%UP **8,760円** 税込 9,636円

**アーモンドと蜂蜜のリエージュ風ワッフル 2個**  
No.50461 常蔵凍  
2%UP **800円** 税込 864円

**【レシピ】みかんゼリーを耐熱容器に入れて電子レンジで加熱(600Wで1分)。その子酒(50ml)と砂糖(大さじ2)を混ぜ、みかんゼリーが熱いうちにワッフルを浸す。お好みのフルーツやミントを添える。**

**【レシピ】クッキーにゆであずき(適量)を挟む。**

**数量限定 カシューナッツクッキー 2袋**  
90g×2 No.50496 常蔵凍  
2%UP **1,500円** 税込 1,620円

**北海道産小豆のゆであずき 2個**  
190g×2 No.50435 常蔵凍  
2%UP **1,420円** 税込 1,533円

**セレクト ル・ブルー アッサムブレンド**  
ご購入は12画へ

**【レシピ】鍋で沸騰させたお湯に餃子(1袋)を冷凍のまま入れて約5分間茹でておく。ミートソース(1袋)を耐熱容器に入れ、スライスしたプチトマト(2個分)を乗せて電子レンジで加熱(600Wで1分)した後、餃子にかけ、お好みでイタリアンパセリを。**

**ノンオイル中華 肉餃子 2袋**  
216g(18g×12個)×2 No.50398 常蔵凍  
2%UP **1,800円** 税込 1,944円

**思い出のやさしいミートソース 2袋**  
140g×2 No.50386 常蔵凍  
2%UP **1,420円** 税込 1,533円

**【レシピ】スライスしたレモン(1個分)を乗せたとりから(計12個)を耐熱容器に入れ、ラップをして電子レンジで加熱(600Wで4分)して皿に移す。湯せんで解凍したバジルソース(1パック)とお湯(30ml)を混ぜ、とりからにかけ、お好みでハーブや黒こしょうを。**

**揚げないむねとりから 2袋**  
150g(6個)×2 No.50377 常蔵凍  
3%UP **2,600円** 税込 2,808円

**揚げないとりから 2袋**  
150g(6個)×2 No.50373 常蔵凍  
3%UP **2,600円** 税込 2,808円

**【レシピ】スライスしたレモン(1個分)を乗せたとりから(計12個)を耐熱容器に入れ、ラップをして電子レンジで加熱(600Wで4分)して皿に移す。湯せんで解凍したバジルソース(1パック)とお湯(30ml)を混ぜ、とりからにかけ、お好みでハーブや黒こしょうを。**

**あらびき黒こしょう 2個**  
30g×2 No.50423 常蔵凍  
2%UP **1,460円** 税込 1,576円

**海老と香りバジルクリームパスタソース 2袋**  
92g×2 No.50388 常蔵凍  
2%UP **1,760円** 税込 1,900円

**【レシピ】スライスしたレモン(1個分)を乗せたとりから(計12個)を耐熱容器に入れ、ラップをして電子レンジで加熱(600Wで4分)して皿に移す。湯せんで解凍したバジルソース(1パック)とお湯(30ml)を混ぜ、とりからにかけ、お好みでハーブや黒こしょうを。**

※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 ●お酒は20歳になってから ※20歳未満の飲酒及び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袋までとさせていただきます

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

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

再会や旅行の前に!

8週間

ダイエット献立  
セット

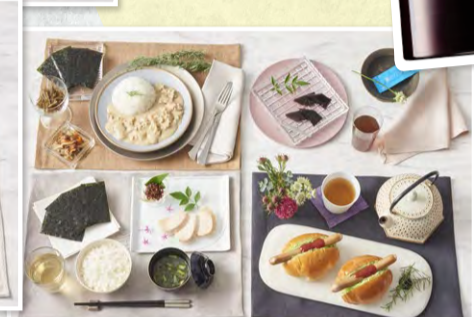
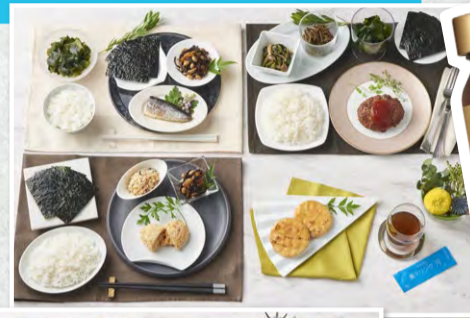
# \ 8週間あれば、きちんと痩せられます! / 夏までに、そのボディをスッキリ!

1日3食+間食+夜食(1日の摂取カロリーは1400kcalにセーブ)を楽しみながら健康的に痩せることをめざし、第三者機関によるエビデンス\*も取得した「8週間ダイエット献立セット」。栄養成分を単純に調整しているだけでなく、食事の組み合わせ方や分量、前日から翌日へのつながりなど、カラダと食事の関係をさまざまな角度から見つめ、8週間で無理なく結果を出せるよう設計しています。今すぐ始めて、スッキリ美しいボディで夏を迎えましょう!

7月の  
4週間献立の  
前にもおすすめ

決められた  
メニューをきっちり  
食べるだけ!

ある日の例(朝・昼・間食・夜・夜食)



今月だけ/  
GG 2本  
付き!



または



※写真はイメージです。内容は変更になる可能性があります。

本気で痩せたい!

平均で体重-5.9kg、ウエスト-9cm

しっかり食べても\*2  
ダイエットできる! /  
開発のこだわり

エビデンス\*を取得

第三者機関のモニターテストで効果検証を行い、医学誌にも掲載された、信頼度の高いダイエットに特化したセットです。

健康的に美しく

カラダの正しい仕組みを重視したSONOKO式食養理論が基本だから、健康的に美しく痩せるダイエットをめざしています。

食べる楽しみもたっぷり

おやつを含めて1日計5食も! 5月にお申し込みいただくと新メニューの「国産豚肉100%ミートオムレツ」も楽しめます\*2

キツくなったお気に入りの洋服がスッキリ入るようになりました!

「実行すれば5kg減る」は  
本当でした!

歳とともに洋服のサイズが上がり、お気に入りの洋服が入らなくなりました。自己流のダイエットでは思うように体重が減りません。スタイルを戻したいと思い、「8週間ダイエット献立セット」に挑戦。「真面目に実行すれば5kg減る」と事前に聞いていた通り、本当に5kg痩せてびっくりしました。

思い通りにスッキリ!  
キレイなボディになりました

具体的な変化としては、目標体重にまで減らすことができ、着こなしもスッキリ! カラダも軽くなり、そのおかげか毎日がラクな感じに。献立を続けるうちに、1日や1食に必要な食事が自分でわかるようになったのもうれしいです!



from STAFF

SONOKOスタッフ 風見

※体験には個人差があります

\*1 8週間ダイエット献立セットの調査方法:20歳以上59歳以下でダイエットを希望する健康な男女を対象として、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。\*2 ダイエットは1日1400kcalに制限することによる ※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。

4週間献立×2カ月分より 断然お得!



TOKINO G.G 2本付き  
8週間ダイエット献立セット

●8週間ダイエット献立セット ●TOKINO G.G 180粒×2



SONOKO GG 2本付き  
8週間ダイエット献立セット

●8週間ダイエット献立セット ●SONOKO GG 180粒×2

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

各190,000円▶ 140,000円 50,000円  
税込 151,200円 お得!

※原則的に途中キャンセルはできません。やむを得ず途中キャンセルされた場合は実費をご請求させていただきます。あらかじめご了承ください。

1週間ごとに1箱を、送料・代引手数料無料でご希望日にお届けいたします。 常蔵凍

送料¥0 単独発送

\ この時季にうれしいドリンクタイプのサプリで / 元気とキレイを美味しくチャージ

元気がみなぎるアクティブなカラダへ

うるおいあふれる美しい毎日へ

ゆったりと心地よい毎日へ

ソーエナジー

**SO ENERGIE 常蔵凍**  
3箱30本 50ml×30 No.50333  
7%ポイントUP 12,000円 税込 12,960円  
+840ポイント

1箱10本 50ml×10 No.50332  
3%ポイントUP 4,000円 税込 4,320円

素ドリンク 透

500ml No.50334 常蔵凍

スティックタイプ  
8g×30包 No.50336 常蔵凍

5%ポイントUP 各5,800円  
+290ポイント 税込 6,264円

素ドリンク 月

500ml No.50335 常蔵凍

スティックタイプ  
8g×30包 No.50337 常蔵凍

5%ポイントUP 各5,800円  
+290ポイント 税込 6,264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 ※温度帯の表記のない化粧品はすべて常蔵凍

ご注文は

お電話注文 (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。

試食でも大人気!  
5月の新製品

# 大人もお子様もうれしい新メニュー

人気の総菜がさらに美味しくリニューアル! 喉ごしのよいジュースもお届けできるようになりました。



リニューアル

## 国産黒毛和牛がたっぷり入って 美味しくボリュームアップ!

赤身肉の旨みと具材によくしみ込んだ特製のタレがごはん本当に合う逸品が完成しました。国産黒毛和牛のもも肉を中心とした赤身肉の脂身をできる限りカットし、玉葱、ごぼう、葛切りも使用。甘辛い特製のタレは、椎茸と昆布の旨みを加え、日本酒ではなく赤ワインで味を調えています。これまでの「特製つゆ仕込みの国産牛すき丼」より60gも増量した食べ応えもお楽しみください。

5月の  
献立セットでも  
味わえます\*

具材は国産だけ! 赤身肉のしっかり食感と  
葛切りの滑らか食感のコントラストも◎

国産牛の極旨牛すき丼 常蔵凍

2袋 180g×2 No.50374

ポイント  
2%UP 1,760円 税込 1,900円

1袋 180g No.49496

880円 税込 950円



リニューアル

## 素朴でやさしい味わいの秘密は 「淡路島玉葱と国産野菜のだしスープ」

5月の  
献立セットでも  
味わえます\*

鶏卵をはじめ、豚肉、玉葱、にんじんはすべて国産。卵本来の甘さを生かして、「淡路島産玉葱と国産野菜のだしスープ」で旨みと奥行きを加え、やさしい風味に。ガス火でしっかり焼き上げながらも、中身はふわっとした食感に仕上げました。ごはんにもパンにもよく合い、お弁当のおかずにもぴったりです。

国産豚肉100%

ミートオムレツ 常蔵凍

3個 100g×3 No.50375

ポイント  
2%UP 2,000円  
税込 2,160円

1個 100g No.51056

800円  
税込 864円

NEW



## みかん本来の甘さを楽しめる さっぱりした後味のジュース

国産有機栽培の温州みかんを使った有機JAS認証のジュースです。外皮をむいてから果汁を搾っているので、外皮の苦みや油分が入らず、みかんの果汁そのものの味わい。美味しい果汁を厳選してブレンドすることで、苦みやえぐみの少ない甘くて美味しいジュースに仕上げました。

セレクト 国産有機みかんジュース 常蔵凍

3本 610g×3 No.50376

ポイント  
1%UP 3,450円 税込 3,726円

1本 610g No.50898

1,150円 税込 1,242円



SONOKOスタッフが紹介! / 子どもの大好物はコレです!



### 「揚げないとりから」入りのお弁当は残さずに食べます

4歳の息子はSONOKO食品が大好きで、特にリクエストが多いのは「揚げないとりから」と「国産肉100%直火焼きハンバーグ」です。好きなものしか食わず、好きな順番に食べていくので、好みがわかりやすく、保育園の遠足に持って行くお弁当には、「揚げないとりから」を入れておけば残さず綺麗に食べてくれます。また、同年代のお友達が家に遊びに来たときには、「美味しいから一緒に食べよ!」「ほら、美味しいでしょ?」と、SONOKOの食品を一生懸命に宣伝してくれています。



SONOKO代表  
宇田川

お友達にも  
すすめてます

### 「肉まるくん」がなくなるとブーイング(笑)されます

小学校1年生の次男は「そのまま美味しい肉まるくん」が大好き! 毎週土曜日につくるお弁当のおかず「入れて」と必ずリクエストされ、在庫を切らすとブーイングがくるほど(笑)。チンしてお弁当箱へポンと入れるだけで、私も楽なので助かります。サッカーの練習や試合には、「肉まるくん」を入れて「板のり」を巻いた特大おにぎりを持たせると大喜び! 「その子トマト」と「スパイス香る熟成ウスターソース」でアレンジしても美味しいですが、子どもたちはそのまがが一番なんだそうです。



SONOKOスタッフ  
奥山

そのまま食べる  
のが一番好き!



お子様に大人気の総菜が大集合!  
もちろん大人にもおすすめします

数量限定

お子様大好き総菜セット 常蔵凍

No.50424

- 国産肉100%直火焼きハンバーグ 120g
- そのまま美味しい肉まるくん 114g(12個)
- 揚げないとりから 150g(6個)
- ミニハンバーグと白菜のクリームスープ 250g
- リニューアル 思い出のやさしい玉子焼 10個(500g)

5,350円▶4,900円 税込 5,292円

450円  
お得!

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

\*5月の4週間完全実行献立セットなどでお楽しみいただけます

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

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

肌トラブル警報発令中!

紫外線にも乾燥にも要注意の季節なのに

# グランクリームをさぼっていませんか?

日差しによる乾燥や、汗や皮脂のトラブルに悩む季節。今こそ「グランクリーム」で美容成分を補給して、もっちりハリ肌へ!

年齢肌に毎日届けたい

SONOKO最高峰のクリーム

「グランクリーム」は、乾燥による小じわを目立たなくする効果が効能評価試験にて検証されたエイジングケア<sup>\*1</sup>美容クリーム。「ザ・ソノコ」シリーズ全品に配合されているクイーンオブホワイト<sup>®\*2</sup>を基本に、しっかりうるおす3種類のセラミド<sup>\*3</sup>、スキンケア成分として名高いフラーレン<sup>\*4</sup>やリンゴ幹細胞エキス<sup>\*5</sup>もプラス。輝くような艶めき肌を育みます。ハリ不足が気になる目元や口元には重ね塗りを。



これまでとは全く違う  
もっちり感とハリ感!

from STAFF

銀座店 寺田

朝晩の最終仕上げに「グランクリーム」は絶対欠かせません! 今までのクリームとは全然違います。濃厚ながら、肌にす〜となじんで入り<sup>\*6</sup>、つけた後のもっちり感とハリ感は、肌がイキイキとよこんでいるような感覚です。毎日乾燥知らず! 心地よい優しい香りに包まれ、お手入れが楽しくなります♪

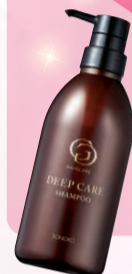
今月だけ! / 母の日

数々のスキンケア成分を  
惜しみなく配合

ザ・ソノコ  
グランクリーム

45g No.50347

25,000円  
税込 27,500円



スペシャル  
プレゼント  
GGディープケア  
シャンプー  
480mL  
3,900円  
お得!

さらに!

なりたいキレイに合わせて  
選べるローションでうるおいを補給

美肌を育む基本の3ステップ



美白<sup>\*7</sup>ケア

透明感あふれる肌へ

ザ・ソノコ  
ホワイトニングローション  
【薬用美白化粧水】

2本 120mLx2 No.50666

14,400円  
税込 15,840円

6,596円  
相当お得!



ザ・ソノコ  
セラム  
4.5mL 2本

1本 120mL No.50339 **3%UP** 7,200円 税込 7,920円

エイジング<sup>\*1</sup>ケア

弾むようなハリ肌へ

ザ・ソノコ  
リペアローション

2本 120mLx2 No.50667

14,400円  
税込 15,840円

6,596円  
相当お得!



1本 120mL No.50340 **3%UP** 7,200円 税込 7,920円



UVケアだけ  
じゃない!

## UVホワイトヴェールで欲ばり美容

UVケアはもちろん、美白<sup>\*7</sup>、スキンケア、美肌見せまで! 「UVホワイトヴェール」で欲ばり美容を始めましょう!

私の  
激愛アイテム!

from STAFF

銀座店 店長  
高橋

外出しない休日も  
365日手放せません!

1年中欠かすことなく愛用している「UVホワイトヴェール」は、紫外線からしっかり守ってくれるだけでなく、同時に美白<sup>\*7</sup>ケアもできるすぐれもの!ひと塗りするだけで透明感が増し、まるで薄いヴェールをかけたように肌色がワントーン明るくなり、しっとりうるおいも保ってくれるので、一日中乾燥を気にせず過ごせます。油断しがちな首元までしっかり塗って、余った分は手の甲にも! 外出しない休日も365日手放せません。

UVケア

紫外線からしっかり守る  
SPF40/PA+++なのに  
紫外線吸収剤フリー

美肌見せ

明るい肌色に演出しながら  
小じわや毛穴をカバー &  
ソフトフォーカス<sup>\*8</sup>

美白<sup>\*7</sup> & スキンケア

日焼けを防ぎながら  
肌をしっとりうるおして  
健やかに!



UVホワイトヴェール【薬用美白下地】

SPF40/PA+++ 2本

30gx2 No.50352 **2%UP**  
9,800円 税込 10,780円



スーパー  
モイスタチャー  
クリームR 1g  
2袋

UVホワイトヴェールと日傘で  
紫外線対策を強化!

UVホワイトヴェール &  
ファンデーションセット

UVホワイトヴェール【薬用美白下地】 **常 蔵 凍**  
SPF40/PA+++ 30g

SONOKOファンデーション  
さっぱりタイプ 12g

オークル No.50353    ピンク No.50354

しっとりタイプ 15g

オークル No.50355    ピンク No.50356

各 9,900円  
税込 10,890円

母の日

スペシャル  
プレゼント



フラワーガーデン  
晴雨兼用折り畳み傘

シルバー  
コーティング

晴雨  
兼用

遮熱効果  
あり

遮断率  
96%

遮光率  
97%

色は選べません  
サイズ 全長 52.5cm 折時 23cm、骨 50cm 6本骨、  
生地 ポリエステル、中樑・骨 鉄、グラスファイバー 亜鉛合金、  
ハンドル ポリプロピレン

\*1 年齢に応じたスキンケア \*2 混合植物エキス(保湿・整肌成分) \*3 セラミドAP/セラミドNG/セラミドNP/保湿成分 \*4 整肌成分 \*5 リンゴ果実培養細胞エキス(保湿成分) \*6 角質層まで \*7 メラニンの生成を抑え、シミ・そばかすを防ぐ \*8 メイクアップ効果による

**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** ※ 体験には個人差があります

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。



# SONOKOのこだわり

今月のPICK UP!  
ウスターソース  
その子トマト



## こだわりの有機野菜や果実を 惜しみなく使ったSONOKOの調味料

### 農薬などの化学物質に警鐘を鳴らした鈴木その子

鈴木その子が初の著書である『やせたい人は食べなさい』で、農薬などの化学物質への警鐘を鳴らしたのは40年以上も前のことです。

栽培方法にまで気を配って農産物を選ぶ人が増え、有機やオーガニックという言葉が身近になった今でも、有機農業の割合はごくわずか。有機JAS認証を受けるには、農薬や化学調味料を使わないことを基本とした有機的な栽培を3年以上続けることが条件で、畑の管理はもちろん書類や機械の細かいチェックが必要です。有機栽培を始めた後も、天候不良や病害などにより、安定した収穫が見込めるわけではありません。

このように農家さんにとって効率がよいとはいえない有機栽培で生産された、とても貴重な農産物をふんだんに使ったSONOKOの調味料が、「スパイス香る熟成ウスターソース」や「その子トマト」です。

### 5種類の野菜と果実の恵みが生きたウスターソース

料理にかけるだけでなく、料理を風味豊かに仕上げる隠し味としても活躍する「スパイス香る熟成ウスターソース」には、国内の契約農家が栽培した5種類の有機野菜と果実の恵みが生きています。

原料の中で大量に確保するのが最も難しいのが、有機トマト。手間ひまかけて育てても、3分の2は収穫できないといわれるほど栽培が難しく希少です。SONOKOのソースに使っている有機トマトは、支柱を立てずに地這いという方法で育て、真っ赤に熟してから収穫しています。地面を這わせるようにしてトマトを生育させる地這いは、地面は湿気が多く手入れもしづらいのですが、地這いこそがトマト本来の自然な状態ともいえます。

ソースに入れる果物として一般的なりんごではなく、有機みかんを使っているのもSONOKOなら

では。みかんとりんごは糖度や酸味のレベルは似ているものの、みかんを入れると味のバランスがぐんとよくなることに気づいたからです。

このようなこだわり素材が持つ自然な旨みと甘みを大切に生かし、化学調味料やエキスを使わず、のべ11種類のスパイスで味を引き締めたのが、「スパイス香る熟成ウスターソース」です。粉碎されたスパイスは時間とともに酸化し香りが弱まりますが、原形のまま仕入れ、製造の直前に粉碎して入れるので、香りのよい状態でソースにブレンドされるのが特長。じっくり熟成させることで素材同士が仲よくなじみ、やさしい風味の中にもスパイスが香り立つSONOKOだけのウスターソースが完成します。

### 希少な有機トマトを80%以上も使ったケチャップ

希少な素材である完熟した有機トマトを80%以上も使った「その子トマト」は、トマトの凝縮された旨みと甘みの中にやさしい酸味が漂う、SONOKOならではのケチャップです。何度も試作を重ね、トマトの自然の美味しさを損なわないよう、理想的な調合バランスを追求しました。

トマトを丁寧に裏ごしたペーストやピューレは、とてもなめらかな舌ざわりが自慢。寝かせておくことで旨みを引き出した有機玉ねぎと有機にんにくを合わせ、天日で乾燥させた原塩や国内産の粗糖と麦芽水飴を加え、のべ9種類をオリジナルブレンドしたスパイスでコクと香りを出しました。

有機トマトの栽培事情は常に変化しているため、品種や産地の定期的な見直しが欠かせません。さまざまな産地の情報に気を配り、ブレンドを調整しながら、美味しい調味料をいつも変わらずお届けできるよう努めています。

調味料そのものが  
\ ぞちそう級! /  
1:1の割合で  
\ 混ぜても美味! /

### そのままかけても 料理の隠し味にも! ウスターソース& その子トマトセット

- スパイス香る熟成ウスターソース 360ml
- その子トマト 400g

No.50661 常蔵凍

ポイント  
2%UP  
1,560円  
税込 1,684円



### かけるとさらに美味しい 人気の総菜がずらり 数量限定 ソースにびったりセット

- 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)
- 国産肉100%直火焼きハンバーグ 120g
- 焼きフライ エビフライ 58g



No.50659

常蔵凍

4,500円  
税込 4,860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なりません。





サプリメント

初代GGのレシピを再現しつつ進化。



**TOKINO G.G**  
3本セット **常蔵凍**

180粒×3  
No.50328



**57,000円**  
税込 **61,560円**

鈴木その子が開発に携った初代GGの復刻版。抽出精度の高まったカキ肉エキスを使い、初代GGのレシピを再現しています。

有用成分を助け、元気度アップ!



**SONOKO GG**  
3本セット **常蔵凍**

180粒×3  
No.50327



**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。

数量限定

**荘水** **常蔵凍**



6本セット  
35ml×6 No.50331  
**45,000円**  
税込 **48,600円**



カラダ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。若々しい印象のカラダづくりを応援します。

2本セット  
35ml×2 No.50330  
**16,000円**  
税込 **17,280円**



ユタカミ **YUTAKAMI**  
**常蔵凍** 機能性表示食品

3カ月分  
2袋 135粒×2 No.50325



**24,000円**  
税込 **25,920円**

ツバキ種子エキスに含まれる、機能性関与成分カメリアサポニンB<sub>2</sub>を配合。摂取により末梢部位の血流増加が確認されています。男性にも女性にもおすすめです。

【届出表示】本品にはカメリアサポニンB<sub>2</sub>が含まれます。カメリアサポニンB<sub>2</sub>は、末梢部位の血流を改善することにより、気温や室温が低い時などの冷えにより低下した末梢部位の体温を回復する機能があることが報告されています。食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。本品は、疾病の診断、治療、予防を目的としたものではありません。本品は国の許可を受けたものではありません。



**SONOKO G.G.ロゼ** 3本セット

150粒×3 **常蔵凍**  
No.50326 **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  
50ml×30 No.50333  
**7%UP** **12,000円**  
+840ポイント 税込 **12,960円**

1箱10本  
50ml×10 No.50332  
**3%UP** **4,000円**  
税込 **4,320円**

**素ドリンク 透**

**常蔵凍**  
500ml  
No.50334

**5%UP** **5,800円**  
+290ポイント 税込 **6,264円**

スティックタイプ

**常蔵凍**  
8g×30包  
No.50336

**5%UP** **5,800円**  
+290ポイント 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.50335

**5%UP** **5,800円**  
+290ポイント 税込 **6,264円**

スティックタイプ

**常蔵凍**  
8g×30包  
No.50337

**5%UP** **5,800円**  
+290ポイント 税込 **6,264円**

ゆらぎがちな毎日を整え、心地よくつづける毎日へサポート。



**能活生活** **常蔵凍**

30粒  
No.50329  
**3%UP** **7,000円**  
税込 **7,560円**

良質な「ホタテ・プラズマローゲン」を使用。冴えたポジティブな毎日を応援します。

食品

**数量限定**  
**5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  
牛肉と春雨のチャブコギ 180g  
焼きフライ コロッケ 110g(2個)  
海の幸マカロニグラタン 300g  
北陸甘エビのビスクスープ 180g

**常蔵凍**  
No.50415 **6,500円**  
税込 **7,020円**

**数量限定**  
**5月のパンセット**  
フレンチトースト 1袋(2切)  
極みメロンパン 2個  
極みチョコチップパン 1個  
極みカレーパン 1個  
極み厚切り山型パン 3枚切  
バーガーパンズ 1個

**常蔵凍**  
No.50414 **3,300円**  
税込 **3,564円**

**リニューアル**  
**国産黒毛和牛が入って美味しくボリュームアップ!**  
**赤身肉のしっかり食感と葛切りの滑らか食感が◎**

**常蔵凍**  
No.50374 **1,760円**  
税込 **1,900円**

1袋  
180g  
No.49496 **880円**  
税込 **950円**

国産黒毛和牛のもも肉を中心とした赤身肉を使用し、脂身をできる限りカット。甘辛い特製のタレは、椎茸と昆布の旨みを加え、日本酒ではなく赤ワインで味を調えています。ごはんにも本当によく合う逸品です。1袋180g入で食べ応えもたっぷり。

**数量限定**  
**北海道産豚ヒレのペッパーズモーク**  
2袋

150g×2 No.50403  
**3%UP** **3,000円**  
税込 **3,240円**

豚ヒレ肉をオリジナルのタレに漬け込み、桜チップでじっくりスモーク。粗挽き胡椒のスパイシーな香りが口に広がります。

**常蔵凍**

**数量限定**  
**そのまま美味しい肉まるくん**

3袋 114g(12個)×3 No.50371  
**3%UP** **2,040円**  
税込 **2,203円**

1袋 114g(12個) No.50370  
**680円** 税込 **734円**

**数量限定**  
**ソースにぴったりセット**

焼きフライ ハーフ豚とんかつ 135g  
焼きフライ コロッケ 110g(2個)  
国産肉100%直火焼きハンバーグ 120g  
焼きフライ エビフライ 58g

**常蔵凍**  
No.50659 **4,500円**  
税込 **4,860円**

**数量限定**  
**ウスターソース&その子トマトセット**

スパイス香る熟成ウスターソース 360ml  
その子トマト 400g

**常蔵凍** No.50661  
**2%UP** **1,560円**  
税込 **1,684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。





リニューアル 素朴でやさしい味わいの秘密は「淡路島玉葱と国産野菜のだしスープ」

国産豚肉100%ミートオムレツ

3個 100g×3 No.50375 2,000円 (税込2,160円) 1個 100g No.51056 800円 (税込864円)

鶏卵をはじめ、豚肉、玉葱、にんじんはすべて国産。卵本来の甘さを生かして、「淡路島玉葱と国産野菜のだしスープ」で旨みと奥行きを加え、やさしい風味に。ガス火でしっかり焼き上げながらも、中身はふわっとした食感に仕上げました。

なくなり次第終了 2種のすり身の無リンかまぼこ 2本 200g×2 No.50379 1,980円 (税込2,138円) スケトウダラとイトヨリダイの無リンすり身を贅沢に使用。食感が◎

氷温熟成® そのこ米ごはん 1箱(36パック) 送料¥0 単独発送 常蔵凍 ササニシキ180g×36 No.50443 10,800円 (税込11,664円) 5パック 常蔵凍 ササニシキ180g×5 No.50442 1,500円 (税込1,620円)

そのこの御赤飯 3パック 150g×3 No.50410 1,350円 (税込1,458円) 希少な魚沼産有機栽培のもち米(こがねもち)と小豆(ときあかり)を使用。

釜揚げうどん 3袋 250g×3 No.50444 800円 (税込864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.50446 1,400円 (税込1,512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との越し。

素麺 2袋 300g(50g×6束)×2 No.50411 1,880円 (税込2,030円) のどごしがよく深い味わい。無油製法の手延べの乾麺。

リニューアル 国産鶏卵の風味を生かした甘く素朴な味付け 思い出のやさしい玉子焼 2袋 10個(500g)×2 No.50378 3,100円 (税込3,348円) 国産鶏卵の風味を生かし、砂糖、食塩、醸造酢などで味付けした素朴な味わい。家庭でつくるのと同じように、ガスの直火で何度も返しながら丁寧に焼き上げました。

極みロールパン 6個 2個×3 No.50508 830円 (税込896円) 外側は香ばしく中はふんわりした食感。ほのかに甘いソフトな口当たり。

昆布水のもと 2袋 30g×2 No.50432 1,560円 (税込1,684円) 細切りカットの北海道産の真昆布。朝の昆布水やお料理のだしに便利。

生わかめ 2袋 200g×2 No.50447 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。

数量限定 お子様大好き総菜セット 国産肉100%直火焼きハンバーグ 120g そのままで美味しい肉まるくん 114g(12個) 揚げないとりから 150g(6個) ミニハンバーグと白菜のクリームスープ 250g 思い出のやさしい玉子焼 10個(500g) 450円お得! 5,350円 (税込5,292円)

価格変更 板のり 2袋 10枚×2 No.50431 2,560円 (税込2,764円) パリッとした食感と磯の香り豊かな板のり。

やわらか紀州梅干し 2パック 100g×2 No.50441 1,800円 (税込1,944円) まるやかな酸味と、とろける美味しさがやみつきに。

北海道産小豆のゆであずき 2個 190g×2 No.50435 1,420円 (税込1,533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。

いんげん豆の煮豆 2袋 200g×2 No.50437 1,100円 (税込1,188円) ホクホクとした食感で、ねっとり甘く豆の豊かな風味が美味。

しらす煮 2袋 50g×2 No.50438 1,300円 (税込1,404円) 国産のしらすを鉛煮にしたしっとり甘い佃煮。

葉唐からし 2袋 70g×2 No.50436 1,400円 (税込1,512円) 佃煮特有の甘辛い味付け、ピリッとした辛みと歯応えのある食感が◎

帆立しぐれ煮 2袋 100g×2 No.50439 2,000円 (税込2,160円) 国産の帆立を炊き上げ、旨みと風味をたっぷり凝縮。

椎茸昆布 2袋 100g×2 No.50440 1,520円 (税込1,641円) 旨みたっぷりの椎茸と角切り昆布の上品な佃煮。

便利つゆ 3本 300ml×3 No.50428 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。

淡路島玉葱と国産野菜のだしスープ 6袋 50g×6 No.50395 4,080円 (税込4,406円)

和風ノンオイルドレッシング 3本 200ml×3 No.50429 1,580円 (税込1,706円)

あらびき黒こしょう 2個 30g×2 No.50423 1,460円 (税込1,576円)

その子酒 2本 720ml×2 清酒 アルコール分17度 No.50493 8,760円 (税込9,636円) 鈴木その子が美容を考えて作った米と米麴の濃厚な純米原酒。

価格変更 プレゼント 本格麦焼酎カシロ 2本 720ml×2 焼酎乙類(麦) アルコール分25度 No.50419 5,800円 (税込6,380円) 国産の二条大麦と麦麴、地下深層水を使用。キシの良い味わい。

純米酢 3本 500ml×3 No.50427 2,300円 (税込2,484円)

キムチちゃん 2個 155g×2 No.50434 1,800円 (税込1,944円)

万能ハーブガーリックソルト 2個 35g×2 No.50968 1,800円 (税込1,944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ケースまでとさせていただきます ※セール品・プレゼント品は十分ご用意いたしておりますが、万一お品切れの際はご容赦ください ※写真はイメージです

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

ご利用について詳しくは15面をご覧ください ●ご注文品の性質上(冷凍・冷蔵・常温)及び点数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。





# 美味しく、しっかり食べて、スッカリ美人に!

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。



献立

数量限定

## 5月の4週間完全実行献立セット

78,000円 税込84,240円 常蔵凍

コーヒータイプ または ウーロン茶タイプ

送料 ¥0 単独発送

お届け期間	本州	北海道・九州・沖縄県等一部地域
第1週	4/29(土)～5/13(土)	4/30(日)～
第2週	5/6(土)～5/20(土)	5/7(日)～
第3週	5/13(土)～5/27(土)	5/14(日)～
第4週	5/20(土)～6/3(土)	5/21(日)～

お申し込み受付期間  
5/11(木)まで

プレゼント



※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。



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

## 新メニューとリニューアル品が3つも入って大充実!

常蔵凍

数量限定 5月の1週間グルメセットA No.50473 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】中華風鶏のうま煮、北海道産豚ヒレのペッパーズモーク、**リニューアル** 国産牛の極旨牛すき丼、**NEW** 揚げないむねとりから、海の幸マカロニグラタン、北海の恵みごちそう丼、国産真さばの味噌煮、国産真いわしのしょうが煮、まぐろ煮みそ味、真だらの味噌漬焼、ノンオイル中華 肉ワンタン、**リニューアル** 国産豚肉100%ミートオムレツ、国産具材の筑前煮、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、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)、ひじき煮(小分け)、らーめん風、フレンチトースト、極厚切り山型パン、極みチョコチップパン、トーストクリーム×2、モーニングスウィッチスモーギー キング(いちご&トマト)、桜葉薫る道明寺、ドリームプリン カスタード、フルーツゼリー温州みかん、アーモンドと蜂蜜のリエージュ風ワッフル  
ご用意いただくもの: ごはん/飲み物/キャベツ/昆布水のもと/わかめ/のり/和風ノンオイルドレッシングなどの調味料、スパイス/夜食

プレゼント



## 「極みメロンパン」など人気メニューがたっぷり!

常蔵凍

数量限定 5月の1週間グルメセットB No.50474 21,000円 税込22,680円

●3食+間食×7日分=計28食 召し上がり方の一例(メニュー表)付



【セット内容】ウィズボーンチキンカレー、スパイシーチキン、焼きフライ ハーブ豚とんかつ、牛肉と春雨のチャポギ、そのまま美味しい肉まるくん、焼きフライ エビフライ、金華さばのスモーク風味、秋鮭の塩麹漬焼、思い出のやさしいミートソース、国産小松菜のみそ汁、**リニューアル** 国産豚肉100%ミートオムレツ、国産具材の筑前煮、切り干し大根、ごぼうの甘酢ゆず風味、4種のきのこの煮びたし×2、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、すき昆布の土佐煮、2種のすり身の無リンかまぼこ、すずまる納豆、帆立しぐれ煮(小分け)、そのこの御赤飯、小麦香る生パスタ、極み角食パン、極みメロンパン、極み粒あんぱん、トーストクリーム×2、モーニングスウィッチスモーギー ベビー(オレンジ&ザクロ)、その子のどら1個、ショコラリッチ、ドリームプリン カスタード、プーチゼリー葡萄、モーニングケーキ  
ご用意いただくもの: ごはん/飲み物/キャベツ/昆布水のもと/わかめ/のり/和風ノンオイルドレッシングなどの調味料、スパイス/夜食

プレゼント



## 「国産牛の極旨牛すき丼」や「揚げないむねとりから」を楽しみながら献立を手軽に



## 数量限定 5月の朝昼間食セットプラス

No.50475 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】スパイシーチキン、北海道産豚ヒレのペッパーズモーク、焼きフライ コロッケ、**リニューアル** 国産牛の極旨牛すき丼、**NEW** 揚げないむねとりから、海の幸マカロニグラタン、金華さばのスモーク風味、具だくさんミネストローネ、ノンオイル中華 万能肉味噌、ごぼうの甘酢ゆず風味、4種のきのこの煮びたし、釜揚げうどん、極みロールパン2個×2、バーガーパンズ、極みチョコチップパン、トーストクリーム×2、黒豆塩大福、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、モーニングケーキ

プレゼント



※和風ノンオイルドレッシングや付け合わせ(わかめ/のり、夜食、昆布水などはセットに含まれません。)

※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、万一一品切れの際はご容赦ください ※写真はイメージです ※セット内容は変更される場合がございますので予めご了承ください ※グルメセットA・B、朝昼間食セットのお届けは翌月5日まで

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。





お電話  
注文限定

## ゴールデンウィークプレゼント

「日頃ご愛顧の感謝をこめて、  
お買い上げ金額ごとに期間限定プレゼント」

ご注文期間 5月2日(火)～5月9日(火)

お届け期間 5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)

具だくさんミネストローネ 1袋  
北海道にんじんポタージュ 1袋  
国産小松菜のみそ汁 2袋



お買い上げ  
5万円(税別)

ハンド&ネイルトリートメント  
1本

※予約品・単独発送品・定期便・ギフト・浄水器関連品・入荷待ち品は対象外となります。ご注文時にお尋ねください。※お電話注文限定のプレゼントです。



## 春の感謝祭レポート



3月初旬、春らしい穏やかな陽気に恵まれた中、銀座店では今年も春の感謝祭を開催いたしました。新型コロナへの規制も解け、約3年ぶりにお越しくださった方や、遠方からいらっしゃる方などたくさんの方がお越しください、お元気な姿にお会いすることができました。SAY★GOによる「春のトキメキビューティー講座」は2日間とも大盛況で、初日は立ち見が出るほどの盛り上がり。まもなくマスクが外れるこの時期におすすめ、銀座店限定で新発売した「ロゴナリップスティック」を

SAY★GOがお一人お一人に似合う色をお選びし塗って差し上げると、皆様キラキラと笑顔で溢れていたのがとても印象的でした。森田農園のとろける蜜たっぷり焼き芋も大盛況で、ご満足のお声をたくさんいただけるなどスタッフも皆様にお会いできうれしい思いの2日間でした。



### 銀座店にて発売中

#### ロゴナリップスティック

敏感な唇だからこそ、こだわりの原材料で。植物エキスやオイル配合でうるおいを保ち、乾燥による小じわも防ぎ、メイクするたびにエイジングケア\*! コハク・水晶・アメジストの成分が輝きプラス。ふっくらクリーミーにうるおう口紅です。

\*年齢に応じたスキンケア



01 コッパー 02 ブラッサム 03 ストロベリー 04 ハイビスカス 05 ローズウッド  
各3,000円(税込 3,300円)

## 銀座店のご案内

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。  
2F 11:00～19:00 詳しくはスタッフまでお問い合わせください。  
5/14(日) 1F 11:00～13:00まで会員様貸切営業/2F 終日会員様貸切営業  
6/1(木)・2(金)・5(月) 2F 終日CLOSE  
6/3(土)・4(日) 【夏の大感謝祭】特別販売会のため営業時間変更/CAFE休業

### GWフェア 4/28(金)～5/7(日)

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

**お楽しみ2** 期間中、1万円(税別)ごとに1回ガチャチャンス! 人気の製品が当たるかも!?

**お楽しみ3** CAFEにて特別メニューをご用意!

※写真はすべてイメージです

### 夏の大感謝祭 6/3(土)・4(日) 10:30～18:00

- 来場するだけでももちろんもらえる! **豪華来場プレゼント**
- 銀座店限定! **夏の大感謝祭特別セット**
- 人気の商品が! サプリ最大30%OFF 化粧品最大20%OFF 食品30%OFF
- 特別販売会 **「YOU DO」**
- スペシャルゲストによるトークショー!
- CAFE: 2日間限りの**夏の大感謝祭特別メニュー**が登場

### SONOKO CAFE

1日10食限定

**特別プレート/【牛肉と春雨のチャブコギ丼】**

限定プレート内容 1,800円(税込)  
●サラダ ●スープ付き  
販売期間 5/1(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。

5/12(金)～14(日) お楽しみ付き販売  
5/14(日) 5月のトキノ会定例会  
ゲスト講師:健康運動指導士 黒田恵美子氏

予定 6/16(金)～18(日) お楽しみ付き販売  
6/18(日) 6月のトキノ会定例会  
ゲスト講師:スポーツ医科学アドバイザー 土屋未来氏

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

■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

2023  
5

# THE NORIKO

トキノ会便り 編集長 瀧本範子の「ノリコ手帖」

VOL.71

春のある日、初めて聞いた歌が、妙に胸の奥に刺さりました。あっという間に過ぎる人生、その時間をしっかり生きていますか?と問われた気分になったからです。

この数年のコロナ禍を経験して、世の中も人の暮らし方も考え方も大きく変わりました。その中で多くの方が何気ない当たり前の日々の営みの大切さを知ったと言います。時間の有限が見えてきた人が増えたと思えるのです。1日1日を大事に丁寧に生きてと誓っていたはずの私に、改めて鈴木その子に「しっかりしなさい」と喝をいれられた思いになりました。

思えば「時」の大切さを誰よりも言い続けたのは鈴木その子でした。会社を「時の(トキノ)」と名付けた鈴木その子にとって、時こそが一番の課題であり有限の時をいかに無駄にせず価値あるものを生み出せるか、いつも心を占めていたのは時間との戦いだったと今更ながら思い至ります。「私には時間がない」と、事あるごとに言い、自らを鼓舞していた声がよくかえります。

ある取材に「人生をもう一度やり直せるなら、全財産と引き換えても構わない。それほど人生は価値あるもので、今以上に頑張る生きる自信がある」と冗談のように、しかし眼差しは真剣に語っていた姿が忘れられません。時を寸分も無駄にできないと考えていた鈴木その子に、休みはありませんでした。

5月は亡き父上の誕生日である10日をトキノ会の日として、毎年この日を中心に様々なイベントを企画しました。鈴木式を実行して、結果を出された皆様に体験を語っていただく「体験セミナー」。平成に入って完成した製品について開発者として講義する「化粧品説明会」、鈴木式を始めたばかりの方や興味を持っていた方に理論を分かりやすく教える「初心者講習会」など、毎日、毎週と、マイクを持って登壇し、鈴木その子の情熱を込めた貴重な講演を行いました。それは間違いなく命を削る日々でもあったと思います。

鈴木その子はSONOKO(トキノ)を守るため、できる限りの努力をして邁進することに全てを捧げました。一生は一瞬、命を燃やしているか?これこそ鈴木その子だ、と。真の生きる意味、生きている仕組み、生きる素晴らしさを私たちに残すため、懸命に命を燃やした姿を忘れない誓いを立てる感謝の月が、5月なのです。



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