

2024

7

THE SONOKO

vol.364

SO SAFE
SO HEALTHY
SO HAPPY



満天の星よりきらめく私へ

天の川のような輝きと透明感を、SONOKOの内外美容で



星降る夜に、ずらり幸せ 七夕晚餐セット



Bon appetit

サマーコレクション2024



パサつきと退色の原因です
髪も今すぐ
紫外線対策!



Renewal

高知県産うなぎの
蒲焼(たれ・山椒付き)

銀座店 店長 高橋が完全実行! 私の献立実行レポート



ここが大好き! だからよろこぶ!

「うちの子の押しドリンクをご紹介します」



SONOKOのこだわり

太陽が昇る前に沖へ出て収穫し丁寧な洗浄を繰り返して出荷するわかめ

HAPPYが続く50周年

5万円(税別)以上お買い上げの方に

プレゼント



7月のHAPPY
鈴木その子
アクリルスタンド
ピンク

ふっくらした身と上品な旨みが 格別なうなぎが四万十から届きました

SONOKOの夏を代表する「高知県産うなぎの蒲焼」がリニューアルしました。育ったのは、清流として名高い四万十川の支流の河川流域。水温が24℃以下にならないように保ち、土がない水槽の中では水流に工夫をこらして水質にもこだわり、通常よりも深い1.6mの水深でのびのびと動き回ったうなぎは、引き締まったしなやかな身ながら、ふっくらやわらか。川魚特有のくせがなく、上品な風味も自慢です。うなぎ本来の旨みを大切にしながら、2種類の焼きタレを使ってじっくり丁寧に焼き上げ、奥行きのある味わいに仕上げました。爽やかに香り立つ国産100%の山椒もお楽しみください。

盛り付け例



リニューアル

さらなる美味しさを求めて
SONOKOの夏の定番がリニューアル

数量限定

高知県産うなぎの蒲焼
(たれ・山椒付き) 蔵凍

2袋
70g×2 No.56610

3%UP **5,600円**
税込 6,048円



1袋
70g No.56609 **2,800円** 税込 3,024円

7月の
献立セットでも
味わえます

GG付き4週間献立セット
3・13面へ
1週間グルメセットB
朝昼間食セットプラス
13面へ

トキノのりも牛すき丼も!
大好評のセットが今年も登場

数量限定

トキノのり付き うな牛セット 蔵凍

No.56611

- **リニューアル** 高知県産うなぎの蒲焼 (たれ・山椒付き) 70g
- 国産牛の極旨牛すき丼 180g×2
- トキノのり 乾燥生のり 50g

3,280円
お得!

7,840円 ▶ **4,560円**
税込 4,924円



うなぎと相性のよい玉子焼と
楽しみたい方はこちらです

数量限定

トキノのり付き うな玉セット 蔵凍

No.56612

- **リニューアル** 高知県産うなぎの蒲焼 (たれ・山椒付き) 70g
- 思い出のやさしい玉子焼 10個 (500g)
- トキノのり 乾燥生のり 50g

3,280円
お得!

7,630円 ▶ **4,350円**
税込 4,698円



七夕晚餐セット

星に願いを託す夜にぴったりの
ごちそう尽くしの晚餐です

Bon appétit

数量限定

七夕晚餐セット 常凍

No.56613

- 大山どりのローストチキン 2本
- 鶏とマッシュルームの
マカロニグラタン 320g×2
- **セレクト** 秋鮭スモークスライス 80g
- 極みロールパン 1袋(2個)
- 米粉ロールケーキ キャラメル 1箱(3切)

7,700円 税込 8,316円

「鶏とマッシュルームのマカロニグラタン」入り!

鶏肉をはじめとする具材の美味しさ、ルーからつくったホワイトソースの風味、マカロニのボリューム感が大好評のグラタン。チーズのような風味を出すための隠し味として、白味噌やしょうゆを使っています。



常凍 常温・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 常凍

ご注文は

お電話注文 **0120-88-7878**

(通話料無料) 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。

4週間完全実行献立セット

銀座店 店長 高橋が 完全実行!

トーストクリームの朝は
至福の時間!

私の献立実行レポート

SONOKO製品のすべてを愛用。でも基本はやっぱり食事! 献立を何度も実行してきた銀座店 店長 高橋が、体感やモチベーション、素晴らしさをたっぷりお伝えします。



ウィズボンチキンの日は夜が楽しみ

銀座店
店長 高橋

私にとって献立は、生活リズムのリセット

入社して間もなく、初めて献立を実行したときのことを今もよく覚えています。それまでいかに偏食だったかに気づくと同時に、今日何を食べようかと迷わなくていいことがこんなにラクだなんて!と驚きました。その後、4週間献立を初めて実行した際は、せっかくやる

お弁当箱は
その日の気分で♪

ですが、忙しい日々が続くと使いやすいものや好きなメニューに偏りがちに。そんなときこそ献立を実行すると、いろんなものをバランスよく摂れる上、メニュー表通りに実行すれば規則正しい食事時間も意識するので、生活リズムも整い、すっきり気持ちよく過ごすことができます。



トキノのりをたっぷりかけて

私にとって4週間献立は生活リズムのリセット。いつでも基本に立ち戻ることができ、心身が整いリフレッシュできる大切な時間です。キレイに健康に歳を重ねていきたいのでこれからも献立を続けます。



ワンプレートで簡単おうちランチ

ならさっちゃんり逃げたいと思い、時間帯や食べ方を忠実に実行したところ、「しっかり食べているのにこんなにすっきり気持ちがいいなんて!」と感動し、改めて『口から入るものがカラダをつくる』という当たり前のことを実感しました。献立実行以外の普段の食事でもSONOKO食品



生わかめを付け合わせに

サプリは
毎日の
ルーティン!

朝

「荘水」を
たっぷり入れた浄水で /

「TOKINO GG」と「SONOKO GG」を6粒ずつ「SONOKO G.G.ロゼ」と「YUTAKAMI」を3粒ずつ「ありがとう乳酸菌」と「がんばれ善玉菌」1包ずつ「SO ENERGIE」1本

日中

仕事でも摂りたいから
ロッカーに常備 /「荘水」
「がんばれ善玉菌」飲み物に入れて
デスク仕事のお供にあと少し
頑張りたいとき

寝る前

「荘水」を
たっぷり入れた浄水で /

「TOKINO GG」と「SONOKO GG」を3粒ずつ「SONOKO G.G.ロゼ」を2粒

カラダに入る水は浄水
「THE SONOKO WATER」

教えて! 高橋店長

SONOKOスタッフ
鈴森

石川

Q. 実行中にどうしても別のものを食べたくなることはありますか?

A. 私はSONOKO以外のものを食べたくなることは基本的にありません。せっかくカラダにいいことをしているのに邪魔をしたくないと思っています。「今日は(SONOKOの)カレーの気分」と思っても、さまざまな計算の上につくられた献立のバランスのすばらしさを崩すことはしたくありません。

Q. 高橋店長が一番好きなメニューは何ですか?

A. 「ウィズボンチキンカレー」と「海の幸のマカロニグラタン」の日は夕食が楽しみ。「極み厚切り山型パン」と「トーストクリーム」の朝は、ゆっくり味わいたいのですいつもより少し早起きをして朝食時間を楽しみます。

Q. 献立を実行する頻度やスパン、飽きを感じたときの工夫を知りたいです

A. 銀座店献立実行部の月である4・7・10・1月は皆様と一緒に4週間献立を。コンディションが気になったときや食事がワンパターンになってきたときも実行します。実行するたびに自分のカラダの状態がわかり整えることができるので、何度実行しても飽きることはありません。毎回わくわくしながら前向きにスタートします。

Q. 献立実行中の外食やイベント、旅行時の工夫を教えてください

A. 献立の途中で泊まりの出張があるときは、食事回数分のレトルトとパックごはんを持参。やむを得ない外食のときは、食事に行く前に「黒蜜風味ようかん」や「栗まん」を食べ、食事量をコントロール。サプリも普段より多めに摂るようにしています。

お申し込み受付期間 / 7/11(木)まで

数量限定

1週間ごとに送料・代引手数料無料で
ご希望日にお届けいたします。送料 ¥0
単独発送TOKINO G.G.付き
7月の4週間完全実行献立セット

●7月の4週間完全実行献立セット ●TOKINO G.G. 180粒

SONOKO GG付き
7月の4週間完全実行献立セット

●7月の4週間完全実行献立セット ●SONOKO GG 180粒

飲み物のタイプをお選びいただけます

コーヒータイプ または ほろじ茶タイプ

朝 昼間 夕 夜

3食+間食+夜食×7日分×4週間

計140食 召し上がり方の一例
(メニュー表)付き〈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
詳しくは▶13面

定価 各98,000円▼

78,000円 20,000円
税込 84,240円 お得!

献立と併せて摂りたいサプリメント

体調に合わせて増やして摂ってOKです

TOKINO G.G. 常凍
3本 180粒×3 No.5659757,000円
税込 61,560円 7%UP
+3,990ポイント

SONOKO GG 3本 No.56596

詳しくは▶9面



頑張りたいあなたをサポート

ソー エナジー

SO ENERGIE 常凍

3箱30本

50ml×30 No.56593

12,000円
税込 12,960円7%UP
+840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となりません。

\ パサつきと退色の原因です / 髪も今すぐ紫外線対策!

肌と同じように紫外線によるダメージを受けやすい夏の髪。
パサつきやヘアカラーの退色を防ぐ簡単なコツをご紹介します!



お悩み① パサつき

コンディショナー + ヘアパックで しっとりまとまるツヤ髪に

YUTAKAMI まとまりやすさを検証

シャンプーのみの場合と、その後にコンディショナーやヘアパックを使った場合の髪の状態を比較しました。

<p>実験 1</p>  <p>シャンプーのみ</p>  <p>髪の広がり幅: 約5.5cm 髪同士のもつれ: あり 髪のツヤ: なし</p> <p>強い日差しによる乾燥でパサついて広がる髪は、「老け見え」することも。ヘアパックやコンディショナーを使わないと、髪が広がり、髪同士がもつれ合う原因に。</p> <p><small>(試験条件) 洗いすぎ1回 / 使用量 半プッシュ / すすぎの湯量 500mL / 湯温度 45度 / 攪拌回数 60回</small></p>	<p>実験 2</p>  <p>シャンプー & コンディショナー</p>  <p>髪の広がり幅: 約2.9cm 髪同士のもつれ: 若干あり 髪のツヤ: 若干あり</p> <p>コンディショナーを使うと、毛髪の表面がコーティングされてなめらかになり、ツヤ感も出て、もつれの目立たない髪に。</p> <p><small>(試験条件) 洗いすぎ2回(シャンプー1回+コンディショナー1回) / 使用量 シャンパー 半プッシュ、コンディショナー 半プッシュ / すすぎの湯量 500mL / 湯温度 45度 / 攪拌回数 60回</small></p>	<p>実験 3</p>  <p>シャンプー & ヘアパック & コンディショナー</p>  <p>髪の広がり幅: 約2.2cm 髪同士のもつれ: なし 髪のツヤ: あり</p> <p>ヘアパックもコンディショナーも使うと、毛髪にうるおいが届けられるため、髪の広がりが抑えられ、髪同士の絡まりも減り、しっとりまとまる髪に。</p> <p><small>(試験条件) 洗いすぎ3回(シャンプー1回+ヘアパック1回+コンディショナー1回) / 使用量 シャンパー 半プッシュ、ヘアパック10円玉大、コンディショナー 半プッシュ / すすぎの湯量 500mL / 湯温度 45度 / 攪拌回数 60回</small></p>
---	--	--

こんなにしっとり!

※上記は弊社ラボにて試験した結果ですが、効果を保証するものではありません。効果には個人差があります

お悩み② ヘアカラーの退色

髪の表面をコーティングする コンディショナーでカラーをキープ!

YUTAKAMI 色もちを検証

ヘアカラートリートメントのみの場合と、そのあとにコンディショナーも使った場合の色もちの違いを比較しました。

<p>実験 4</p>  <p>シャンプー & ヘアカラートリートメント</p>  <p>刺激の少ない染料や植物由来の染毛成分に加え、トリートメント成分も配合しているのがヘアカラートリートメントの特長。分子の小さい染料が毛髪内部に浸透してキューティクルをコーティングし、色をつけながら補修ケアも。</p> <p><small>(試験条件) 洗いすぎ4回(ヘアカラートリートメントのすすぎ1回+シャンプーのすすぎ3回) / ヘアカラートリートメント使用量 500円玉程度 / ヘアカラートリートメント放置時間 5分間 / シャンパー使用量 半プッシュ / すすぎの湯量 500mL / 湯温度 45度 / 攪拌回数 60回</small></p>	<p>実験 5</p>  <p>シャンプー & ヘアカラートリートメント & コンディショナー</p>  <p>夏は紫外線によってヘアカラーが退色しやすく、色落ちした髪は「老け見え」の原因に。ヘアカラートリートメントの後にコンディショナーも使うと、コンディショニング成分が毛髪を包み込んでコーティング効果により退色しづらくなり、ハリやコシを与えます。</p> <p>コンディショナーを5分間浸透させるとさらに効果的!</p> <p><small>(試験条件) 洗いすぎ8回(ヘアカラートリートメントのすすぎ1回+シャンプーのすすぎ3回+コンディショナーのすすぎ4回) / ヘアカラートリートメント使用量 500円玉程度 / ヘアカラートリートメント放置時間 5分間 / シャンパー使用量 半プッシュ / ヘアコンディショナー使用量 500円玉程度 / すすぎの湯量 500mL / 湯温度 45度 / 攪拌回数 60回</small></p>
--	--

色もちがこんなに違う!

※上記は弊社ラボにて試験した結果ですが、効果を保証するものではありません。効果には個人差があります

見惚れるようなしっとりツヤ美髪に!

ツヤ髪セット

No.57293
YUTAKAMI ヘアパック 180g
YUTAKAMI コンディショナー 400mL
3%UP 9,300円 税込 10,230円



from STAFF
絶対にヘアパックも使うべき!

「YUTAKAMI ヘアパック」は、髪の毛1本1本のハリ、ツヤ、コシを体感でき、しっとり美しい黒髪になり、若々しい印象になる気がします。「YUTAKAMI コンディショナー」はサラサラで気分よし。加齢で髪にも気になることが増えますが、お褒めいただくことが多く、うれしいです。



コールセンター 保科

美しい髪色をキープしながらハリ・コシも

色もちセット

● **ダークブラウンタイプ** No.56738
ヘアカラートリートメント ダークブラウン 200g
YUTAKAMI コンディショナー 400mL
.....
● **ブラックタイプ** No.56739
ヘアカラートリートメント ブラック 200g
YUTAKAMI コンディショナー 400mL
3%UP 各 7,500円 税込 8,250円



from STAFF
絶対にコンディショナーも使うべき!

「ヘアカラートリートメント」は、自分のペースで自宅で白髪ケアができて楽なのでずっと愛用しています。すぐに洗い流せて手軽な「YUTAKAMI コンディショナー」を毎日使うようになってから、色の入りがより綺麗になった気がします。色もちもぐんとよくなったように感じます。



銀座店 平野

豊かな泡で頭皮からすっきり洗浄

ユタカミ
YUTAKAMI シャンパー 2本
400mL x 2 No.56559
7,800円
税込 **8,580円**
YUTAKAMI シャンパー 10mL

内部補修* 例えるなら、髪と頭皮**の美容液

ユタカミ
YUTAKAMI ヘアパック 2本
180g x 2 No.56561
9,600円
税込 **10,560円**
YUTAKAMI ヘアパック 10g

外部補修* 表面をコーティング補修

ユタカミ
YUTAKAMI コンディショナー 2本
400mL x 2 No.56560
9,000円
税込 **9,900円**
YUTAKAMI コンディショナー 10mL

いたわりながら白髪をカラーリング

ヘアカラー トリートメント
● **ダークブラウン 2本**
200g x 2 No.56590
.....
● **ブラック 2本**
200g x 2 No.56591
各 6,000円
税込 **6,600円**
YUTAKAMI コンディショナー 10mL

常 常温・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 常凍 *1 毛髪に *2 頭皮は角質層まで

この夏は涼やかに美しく サマーコレクション2024

肌を清らかに磨き上げた後は、お好きなローションでたっぷりうるおし、ミルクと日焼け止めで肌を守りましょう。
 白く可憐な花が彩る日傘は、日差しをしっかり防ぐだけでなく、佇まいまで美しく引き立てます。



数量限定 サマーコレクション2024

美白*1・肌荒れ予防*2

ホワイトニングタイプ

- ザ・ソノコ ウォッシングフォーム 100g (現品)
- 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)
- UVスキンプロテクター【薬用日焼け止め乳液】SPF50+/PA++++ 45mL (現品)
- ザ・ソノコ パランシングミルク 10mL
- ブランフルール晴雨兼用折り畳み傘*

ハリ・ツヤ・うるおい

リペアタイプ

- ザ・ソノコ ウォッシングフォーム 100g (現品)
- ザ・ソノコ リペアローション【薬用美白化粧水】120mL (現品)
- UVスキンプロテクター【薬用日焼け止め乳液】SPF50+/PA++++ 45mL (現品)
- ザ・ソノコ パランシングミルク 10mL
- ブランフルール晴雨兼用折り畳み傘*

各18,200円▼

14,200円 税込 15,620円

7月のHAPPY

4,000円もお得!

白い花で縁どられた
晴雨兼用折り畳み傘

さらに/
1,250円
相当お得!



UV遮蔽率 99%以上 遮光率 99%以上

内側ブラックコーティング

または

パープル

ブラック

本体サイズ 収納時 全長約22cm 骨長50cm 6本骨、
素材 ポリエステル スチール ポリプロピレン
※色は選べません

※写真はホワイトニングタイプです

*1 メラニンの生成を抑え、シミ・そばかすを防ぐ *2 ザ・ソノコ ホワイトニングローションとUVスキンプロテクターに配合のグリチルリチン酸ジカルウムによる

夏の肌悩み別 / SONOKO 美容液の選び方

年齢を感じやすい目元のシワを改善! 透明感も!

目元のシワ

加齢とともに深くなる肌悩みに向き合って開発した、目元のエイジングケア*1にフォーカスしたクリーム。有効成分ナイアシンアミドが深く効いてシワを改善します。さらに、美容・保湿成分もふんだんに配合。ハリやうるおい不足、くすみ*2が気になる方にもおすすめします。

ザ・ソノコ アイゾーンクリーム

【薬用シワ改善部分用クリーム】2本
20g×2 No.56568

3%UP **20,000円**
税込 **22,000円**

ザ・ソノコ アイゾーンクリーム 0.5g

朝も夜も輝く美肌を育む 最高峰*3の高機能美容液

エイジングケア*1

未来の美しさを育む夜の美容液STEP1と、メイクをしたときにより一層の美しさを演出する朝の美容液STEP2。2つのコンセプトや成分を受け継いで生まれた、「ザ・ソノコ セラム」には、シリーズ最高濃度のクイーンオブホワイト®*4を配合。使うほど美しく輝く肌へ導きます。

ザ・ソノコ セラム

30mL No.56570

3%UP **22,000円**
税込 **24,200円**

ザ・ソノコ グランクリーム 4.5g

ピン!と引き締まったハリ肌へ

ハリ 弾力不足

「なんだか元気がない」「顔の印象がさえない」という夏肌を、ぶるぶるの形状記憶ジェルがみずみずしく整えながらハリと弾力を与えます。

3Dデザインセラム 2個

30g×2 No.56569

3%UP **18,000円** 税込 **19,800円**

3Dデザインセラム 2g

透明感*5あふれるうるおい美肌へ

くすみ*2・乾燥

夏の乾燥によるごわつきやくすみ*2が気になる肌に、ジェル状の美容液がひんやりと心地よいうるおいを与え、透明感と明るさを引き出します。

ホワイトストリーム 2本

30mL×2 No.56570

3%UP **26,000円** 税込 **28,600円**

スーパーモイスタークリームR 1g

*1 年齢に応じたスキンケア *2 乾燥によるくすみ *3 SONOKO内スキンケアにおける *4 混合植物エキス(保湿・整肌成分) *5 保湿により肌が明るく見えること

私の逸品

ザ・ソノコ アイゾーンクリーム

栗原節子様 70代

「アイゾーンクリーム」は柔らかくて伸びがよいテクスチャーで、肌なじみもよく、保湿感もしっかりとあり、とにかく心地がよいので、とても気に入っています。夜はもちろん、朝のメイクの前もたっぷりと使っています。香りも優雅で心地よいです。

使い始めて1か月くらい経った頃には、肌のハリ感が出てきたように感じました。これからの肌に期待が持てます。使い続けるのが楽しみです。

※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 ※体験には個人差があります

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

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

ここが大好き! だからよろこぶ!

「うちの子の推しドリンクをご紹介します」

お子様が家で過ごす時間が増える夏休み。美味しくて原材料にも製法にもこだわったSONOKOのドリンクを用意しませんか?



from STAFF

スーパーに売ってる あの炭酸飲料より好き!

小6の息子は「スーパーに売ってる炭酸飲料よりこっちのほうが好き! スポーツの後にちょうどいい」。小3の娘も「とっても爽やかで美味しい。暑い日は学校から帰ったら毎日飲みたいなあ」とお気に入り。不要な添加物を使っていないSONOKOの飲み物はお子様にもおすすめしたいです。

SONOKOスタッフ 田島

数量限定

レモンサイダー 常凍
24本 200mL×24 No.56698

10%UP ポイント
8,160円
税込 8,812円
+816ポイント

6本 200mL×6 No.56697

2%UP ポイント
2,040円 税込 2,203円



送料 ¥0
単独発送



from STAFF

娘と息子が仲よく乾杯! 1人1缶なら喧嘩もしません

缶の可愛いイラストに惹かれた娘が「飲んでみたい!」と一言。適度なとろみで、もぐもぐごごく…。「とっても美味しいじゃーん」とすっかり虜に。次男と一緒に乾杯して仲よく飲んでます。1人1缶なので量のことで争うこともなく、有機フルーツと野菜汁100%で安心感があります。

コールセンター 奥山

有機フルーツ+野菜100
1箱30本 常凍

190g×30 No.56700

7%UP ポイント
7,980円
税込 8,618円
+558ポイント

6本 190g×6 No.56701

2%UP ポイント
1,680円 税込 1,814円



送料 ¥0
単独発送

家族みんなで愛飲中 ヒットは豆乳割りです

子どもが気に入っているので、子どもに「ジュースが飲みたい!」と言われたときは、原材料に安心感のある「ホワイティ」をあげています。水や豆乳など、割り方でいろいろと楽しめるので、子どもだけでなく家族みんなで愛飲しています。こってりしている豆乳割りがヒットでした。

SONOKOスタッフ 栢原

ホワイティ 2本 常凍

500ml(5倍希釈)×2
No.56699

3%UP ポイント
3,000円
税込 3,240円



from STAFF

小学生の娘は炭酸水で パパはビールで割って♪

市販の炭酸飲料は原材料の視点からあまり飲みたくないの、「有機ジンジャーりんごとすだち」をソーダスパークルでつくった炭酸水で割っています。小学生の娘は「ジンジャーエールだ!」と喜んでおり、パパはビールで割ってシャンディガフのカクテルとして楽しんでいます。

SONOKOスタッフ 鈴木

有機ジンジャー
りんごとすだち 2本 常凍

有機しょうがシロップ(濃縮)
310g(4~6倍希釈)×2
No.56702

7%UP ポイント
3,000円
税込 3,240円
+210ポイント



from STAFF



from STAFF

アイスコーヒー好きの祖母に 「ばばちやま、どうぞ」

アイスコーヒーが大好きな私の母は、SONOKOの味が一番のお気に入り。息子の保育園のお迎えをして習い事と公園へ行ってからわが家へ連れ帰ると、息子が満面の笑顔で「ばばちやま、アイスコーヒーどうぞ。僕はホワイティソーダね」とコップいっぱいに注ぎ、二人で乾杯するそうです。

SONOKO 代表 宇田川

その子珈琲
アイスブレンドコーヒー 6本 常凍

1000ml×6
No.56705

5%UP ポイント
7,800円
税込 8,424円
+390ポイント



from STAFF

“あま酒シャーベット”を 子どもたちがつくることも♪

野球部の練習後の汗だく&腹ペコの小学4年生の息子があつという間に飲みきります。つぶつぶ感をカミカミしながら飲むのが好きだそう。小学1年生の娘は、「お母さんいつもあま酒飲んでるよね? 私も飲む!」とごごく。おやつに“あま酒シャーベット”を自分たちでつくることもあります。

銀座店 佐藤

米麹と酒粕の
あま酒 6袋 常凍

160g×6
No.56708

3%UP ポイント
2,100円
税込 2,268円



数量限定 部活の後や勉強の合間に美味しい1杯をどうぞ



推しドリンクセット 常凍

No.56740

- レモンサイダー 200ml×3
- 有機フルーツ+野菜100 190g×3
- ホワイティ 500ml(5倍希釈)
- 有機ジンジャー りんごとすだち
- 有機しょうがシロップ(濃縮) 310g(4~6倍希釈)
- その子珈琲アイスブレンドコーヒー 1000ml

6,360円 ▶ 5,700円 660円
税込 6,156円 お得!

夏休みのおやつもSONOKOで用意しませんか?



お子様大好き
おやつセット 常凍

No.56741

- フルーツゼリー温州みかん 85g×2
- ドリームプリン カスタード 78g×2
- プチゼリー葡萄 352g(16個)
- アーモンドと蜂蜜の
リエージュ風ワッフル 2個
- カカオ飴 50g

3,330円 ▶ 3,000円 330円
税込 3,240円 お得!

常凍 常温・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。

ここが
ミン!

SONOKOのこだわり

今月のPICK UP!
わかめ



太陽が昇る前に沖へ出て収穫し 丁寧な洗浄を繰り返して出荷するわかめ

三陸の荒波にもまれた風味豊かな肉厚わかめ

鈴木その子が提唱した食事法を受け継ぎ、SONOKOでは風味にも品質にもこだわったわかめをご用意しています。現在お届けしているのは、気仙沼を中心とした三陸地方産。朝の港に水揚げされたばかりのわかめを手にとると、その肉厚さと深い色に驚かされ、さっとお湯にくぐらせただけでもごちそうになるほど絶品です。

この美味しさをできる限りそのまま味わっていただけるよう、きっと皆様想像される以上の手間ひまをかけてお届けしているSONOKOのわかめについて、詳しくご紹介します。

地球温暖化や後継者不足で深刻な減産



後継者不足で漁師さんが
どんどん減る中、早朝から
わかめ漁船を出す近藤さん

近年のわかめ漁を語る上で欠かせないのが、収穫量の減少です。

SONOKOのわかめの生産地である気仙沼を中心とする三陸地方では、種を手で巻きつけた糸を6月頃に用意。10月になると種糸を挟んだロープを海に下ろし、芽が出てきたら海面近くにロープを上げて光合成を促します。寒い年は種つけを早めればよいというわけではありません。水温が15℃の頃にロープを下ろし、4℃の冬場を経て7~8℃の春先を迎えるという条件の中で十分に成育期間をとるのが、美味しく育つ理想の環境なのです。

ところが昨今は地球温暖化により成育時期がずれる年が多く、人手不足も深刻で、三陸地方における収穫量は減少の一途を辿っています。

種付けから出荷まで驚くほど多くの人の手を経て出荷

わかめの収穫が始まるのは厳寒の12月。太陽が顔を出すと波が起き

るので、漁師さんはまだ暗い早朝から船を出します。沖に浮かぶ漁船に冷たい海風が吹き付ける中、漁師さんは海底のほうへと成長したわかめを引き上げ、鎌で一株ずつ手刈りします。

収穫したら、熱した海水でボイルした後、冷却を繰り返し、海水と同じ温度にまで下げます。このとき使うのは、ポンプでくみ上げてろ過し、さらに紫外線の力で殺菌された清浄な海水です。次に、塩



海中で1.5mほどに伸びた
ずっしり重いわかめを引き上げて
鎌で手刈りして収穫



わかめ漁を終えた
漁船からフォーク
リフトで港へおろ
したばかりの新鮮
なわかめ



ろ過装置と紫外線殺菌装置を
搭載したポンプでくみ上げた海水で
種れたばかりのわかめをボイル

に漬けて脱水したら、手作業で茎と葉に切り分けながら、食感がよくない部分や海産物にはつきものの小さな異物を除去。さらに、強い水流で回る海水の力で微細な付着物を飛ばし、タンクに張った海水の中で手洗いし、最後に目視検品をするなど、細心の注意を払って「生わかめ」になります。

「乾わかめ」の工程はまだ続き、裁断したら最後に真水で洗い、熱風で乾燥。軽量の付着物を吹き飛ばすために強い風を当て、色彩選別などの厳しい確認を経てからようやく出荷に至ります。

肉厚で美味しいだけでなく、すぐに調理できる便利なSONOKOのわかめは、昼夜を問わない漁師さんの苦勞と生産者さんの緻密な作業のため。風味を生かして調理した「茎わかめ煮」もどうぞご賞味ください。



食感がよくない部分や異物を
手作業で除去した後も洗浄や
チェックを繰り返して出荷



わかめ漁師 近藤さん

何もつけずに食べても美味しいほど 肉厚で風味豊かな三陸の海の恵み

生乾わかめセット

- No.56677 常凍
- 生わかめ 200g×2
- 乾わかめ 30g×2



「生わかめ」「乾わかめ」は
8/1より価格変更

5%UP 2,972円
+148ポイント 税込 3,209円



SONOKO 式の食生活に欠かせない わかめや海苔をご用意しました

くろぐる海藻セット No.56678 常凍

- 生わかめ 200g
- 乾わかめ 30g
- 茎わかめ煮 100g
- トキノり 乾燥生のり 50g
- 焼海苔 10枚

「生わかめ」「乾わかめ」は
8/1より価格変更

6,506円 ▶ 5,000円
税込 5,400円

1,506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

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。

化粧品

基本のスキンケアと日傘でこの夏を涼やかに美しく!



内側ブラックコーティング

UV遮蔽率 **99%**以上 遮光率 **99%**以上

さらに **1,250円**相当お得!

さらに **3%**ポイントUP

さらにも **4,000円**もお得!

各18,200円▼ **14,200円** 税込 **15,620円**

7月のHAPPY

数量限定 サマーコレクション2024

ホワイトニングタイプ

No.56557

ザ・ソノコ ウォッシングフォーム 100g(現品)

ザ・ソノコ ホワイトニングローション【薬用美白化粧品】120mL(現品)

UVスキンプロテクター【薬用日焼け止め乳液】SPF50+/PA++++ 45mL(現品)

ザ・ソノコ バランシングミルク 10mL

ブランフルール晴雨兼用折り畳み傘*

リペアタイプ

No.56558

ザ・ソノコ ウォッシングフォーム 100g(現品)

ザ・ソノコ リペアローション120mL(現品)

UVスキンプロテクター【薬用日焼け止め乳液】SPF50+/PA++++ 45mL(現品)

ザ・ソノコ バランシングミルク 10mL

ブランフルール晴雨兼用折り畳み傘*

真皮まで深く効いてそのシワを改善!



ザ・ソノコ アイゾーンクリーム 2本

【薬用シワ改善部分用クリーム】20g×2 No.56568

3%ポイントUP **20,000円** 税込 **22,000円**

年齢を感じやすい目元のエイジングケア*1にフォーカスしたクリームで表情まで明るくいきいきと。



プレゼント

ザ・ソノコ アイゾーンクリーム 0.5g



ザ・ソノコ クレンジングウォーター 145mL

No.56566

3%ポイントUP **7,000円** 税込 **7,700円**

とろみのあるテクスチャーが汚れを包み込み、洗い流しもスムーズ。



プレゼント

ザ・ソノコ バランシングミルク 10mL



ザ・ソノコ ウォッシングフォーム 100g

No.56565

3%ポイントUP **7,000円** 税込 **7,700円**

濃密泡が古い角質や汚れをしっかりオフ。洗い上がりはしっとり。



プレゼント

ザ・ソノコ バランシングミルク 10mL



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.56563

3%ポイントUP **12,000円** 税込 **13,200円**

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



プレゼント

ザ・ソノコ アイゾーンクリーム 0.5g 2袋



ザ・ソノコ リペアエッセンス

【薬用シワ改善美容液】30mL No.56564

3%ポイントUP **12,000円** 税込 **13,200円**

2つの有効成分*4が多角的にアプローチ。シワを改善して美しいハリ肌へ。



プレゼント

ザ・ソノコ アイゾーンクリーム 0.5g 2袋



ザ・ソノコ セラム

30mL No.56567

3%ポイントUP **22,000円** 税込 **24,200円**

クイーンオブホワイト®*5を賢くに配合*6。美しい肌の土台づくりを。



プレゼント

ザ・ソノコ グランクリーム 4.5g



ザ・ソノコ グランクリーム

45g No.56562

3%ポイントUP **25,000円** 税込 **27,500円**

乾燥小じわを目立たなくする*7エイジングケア*1クリームで艶めくハリ肌を。



プレゼント

ザ・ソノコ セラム 4.5mL



ホワイトストリーム 2本

30mL×2 No.56570

3%ポイントUP **26,000円** 税込 **28,600円**

肌をみずみずしく保湿*8し、透明感のある美肌へ導くジェル状美容液。



プレゼント

スーパーモイスチャークリームR 1g



3Dデザインセラム 2個

30g×2 No.56569

3%ポイントUP **18,000円** 税込 **19,800円**

形状記憶ジェルで、ピンッと引き締まったハリ肌に整えます。



プレゼント

3Dデザインセラム 2g



スーパーモイスチャークリームR

50g No.56572

5%ポイントUP **25,000円** +1,250ポイント 税込 **27,500円**

豊かなうるおいで赤ちゃんのようなふっくらぶる肌へ。



プレゼント

スーパーモイスチャークリームR 1g



荘 クレンジングクリーム

120g No.56583

3%ポイントUP **6,000円** 税込 **6,600円**

荘 ウォッシングフォーム

90g No.56586

3%ポイントUP **6,000円** 税込 **6,600円**

す〜っとのびて心地よく守る全身用日焼け止め乳液



UVスキンプロテクター 2本

【薬用日焼け止め乳液】SPF50+/PA++++ 45mL×2 No.56571

3%ポイントUP **8,000円** 税込 **8,800円**

塗り心地うっとり、紫外線防御はしっかり。炎症を防ぐ有効成分*9や、保湿成分を配合。

持ち歩いてありますか?



SONOKOファンデーション

さっぱりタイプ 12g No.56574

しっとりタイプ 15g No.56576

ピンク No.56574 オークル No.56573

ピンク No.56576 オークル No.56575

※ファンデーションケースは別売です

どれを買ってももらえる/プレゼント



ザ・ソノコ アイゾーンクリーム 0.5g

各 **5,000円** 税込 **5,500円**

ライトアップBB

ブライトピンク SPF35/PA+++ 30g No.56581

ナチュラルオークル SPF35/PA+++ 30g No.56582



各 **4,500円** 税込 **4,950円**

荘 デイクリーム

40mL No.56585

3%ポイントUP **9,000円** 税込 **9,900円**



荘 ナイトクリーム

40g No.56584

3%ポイントUP **13,000円** 税込 **14,300円**



うっとり見惚れるようなしっとりツヤ美髪に!



ツヤ髪セット

YUTAKAMI ヘアパック 180g

YUTAKAMI コンディショナー 400mL

No.57293

3%ポイントUP **9,300円** 税込 **10,230円**

どちらも使うと、絡まりにくく、さらにしっとりまとまる髪に。



プレゼント

YUTAKAMI ヘアケアキット 2セット

美しい髪色をキープしながらハリ・コシも



色もちセット

● **ダークブラウン** No.56738

ヘアカラートリートメント ダークブラウン 200g

YUTAKAMI コンディショナー 400mL

● **ブラック** No.56739

ヘアカラートリートメント ブラック 200g

YUTAKAMI コンディショナー 400mL

※写真はダークブラウンです



プレゼント

YUTAKAMI ヘアケアキット

各 **7,500円** 税込 **8,250円**

ボディジェル 2本

150g×2 No.56578

3%ポイントUP **5,600円** 税込 **6,160円**



3Dデザインフォーボディ 2本

200mL×2 No.56580

3%ポイントUP **14,000円** 税込 **15,400円**



3Dデザインセラム 2g

ハンド&ネイルトリートメント 2本

50g×2 No.56589

7%ポイントUP **6,400円** +448ポイント 税込 **7,040円**



マイルドボディシャンプー 2本

500mL×2 No.56579

3%ポイントUP **6,600円** 税込 **7,260円**



YUTAKAMI シャンプー 2本

400mL×2 No.56559

7,800円 税込 **8,580円**

髪と頭皮に刺激の少ない成分ですっきり洗浄。



プレゼント

YUTAKAMI シャンプー 10mL



YUTAKAMI ヘアパック 2本

180g×2 No.56561

9,600円 税込 **10,560円**

髪と頭皮の内部*10に浸透してダメージを補修。



プレゼント

YUTAKAMI ヘアパック 10g



YUTAKAMI コンディショナー 2本

400mL×2 No.56560

9,000円 税込 **9,900円**

キューティクルをコーティング補修してツヤ美髪に。



プレゼント

YUTAKAMI コンディショナー 10mL



ヘアカラートリートメント

● **ダークブラウン 2本** 200g×2 No.56590

● **ブラック 2本** 200g×2 No.56591

各 **6,000円** 税込 **6,600円**

※写真はダークブラウンです



プレゼント

YUTAKAMI コンディショナー 10mL

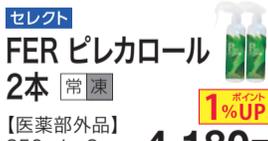


オードトワレスOU

50mL No.56577

3%ポイントUP **7,000円** 税込 **7,700円**

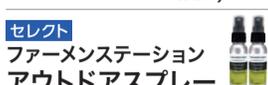
洗練された爽やかな香り。男性にもおすすめ。



FER ピレカロール 2本

【医薬部外品】250mL×2 No.56588

1%ポイントUP **4,180円** 税込 **4,598円**



ファーマンステーション アウトドアスプレー レモングラス 2本

80mL×2 No.56587

1%ポイントUP **4,300円** 税込 **4,730円**

*1 年齢に応じたスキンケア *2 L-アスコルビン酸-2-グルコシド(有効成分) *3 メラニンの生成を抑え、シミ・そばかすを防ぐ *4 ナイアシンアミド、グリチルリチン酸ジカリウム *5 混合植物エキス(保湿・整肌成分) *6 自社比

*7 乾燥による小じわを目立たなくする(効能評価試験済み) *8 保湿により肌が明るくみえること *9 グリチルリチン酸ジカリウム(抗炎症有効成分) *10 頭皮は角質層まで

常凍 常温・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凍

ご注文は 0120-88-7878

オンラインショップ www.sonoko.co.jp

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。

サプリメント

TOKINO G.G
3本 180粒×3 No.56597 **1本あたり 19,000円**
7%UP **57,000円**
+3,990ポイント 税込 61,560円

1本 180粒 No.56600 **5%UP** **20,000円**
+1,000ポイント 税込 21,600円

常凍

SONOKO GG
3本 180粒×3 No.56596 **1本あたり 19,000円**
7%UP **57,000円**
+3,990ポイント 税込 61,560円

1本 180粒 No.56599 **5%UP** **20,000円**
+1,000ポイント 税込 21,600円

常凍

SONOKO G.G口ゼ
3本 150粒×3 No.56598 **1本あたり 約13,334円**
40,000円
税込 43,200円

プレゼント
SO ENERGIE 1箱10本

1本 150粒 No.56601 **5%UP** **14,000円**
+700ポイント 税込 15,120円

常凍

荘水 6本
35ml×6 No.56606 **プレゼント**
SO ENERGIE 2箱20本

45,000円
税込 48,600円

常凍

カラダのバランス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。

YUTAKAMI
2袋 **90日分**
135粒×2 No.56595 **5%UP** **24,000円**
+1,200ポイント 税込 25,920円

1袋 **45日分**
135粒 No.56594 **3%UP** **12,000円**
税込 12,960円

常凍 機能性表示食品

【届出表示】本品にはカメリアサロニンBが含まれます。カメリアサロニンB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。

SO ENERGIE 常凍
3箱30本 50ml×30 No.56593 **7%UP** **12,000円**
+840ポイント 税込 12,960円

1箱10本 50ml×10 No.56592 **3%UP** **4,000円**
税込 4,320円

素ドリンク 透
2本 常凍
500ml×2 No.56605 **10%UP** **11,600円**
+1,160ポイント 税込 12,528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
2本 常凍
500ml×2 No.56604 **10%UP** **11,600円**
+1,160ポイント 税込 12,528円

ゆらぎがちなコンディションを整え、くつろぎをサポート。

能活生活
2箱 30粒×2 No.56603 **5%UP** **14,000円**
+700ポイント 税込 15,120円

1箱 30粒 No.56602 **2%UP** **7,000円**
税込 7,560円

常凍

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。

ありがとう乳酸菌 常凍
2箱 10ml(液体タイプ)×15包×2 No.56608 **5%UP** **11,600円**
+580ポイント 税込 12,528円

「乳酸菌生成エキス」が理想的な身体環境に整えます。

がんばれ善玉菌 常凍
2箱 5.5g(粉末タイプ)×30包×2 No.56607 **5%UP** **6,000円**
+300ポイント 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。

食品

数量限定
7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
ウイズボンチキンカレー
味付鶏肉 1本、ソース 100g
牛肉と春雨のチャブコギ 180g
焼きフライ 極旨メンチカツ 85g
海の幸マカロニグラタン 300g

常凍 **5,800円**
No.56614 税込 6,264円

数量限定
7月のパンセット
極みチョコチップパン 1個
極みココナッツパン 1個
極みカレーパン 1個
バーガーパンズ 1個
フレンチトースト 1袋(2切)
極みナン 3枚

常凍 **3,500円**
No.56615 税込 3,780円

メンチカツ&ハンバーグセット
焼きフライ 極旨メンチカツ 85g×2
国産肉100%直火焼きハンバーグ 120g×2

常凍 **3,340円** **340円お得!**
No.57200 **3,000円**
税込 3,240円

数量限定
そのまま美味しい肉まるくん
2袋 114g(12個)×2 No.56633 **3%UP** **1,460円**
税込 1,576円

1袋 114g(12個) No.56632 **730円**
税込 788円

この価格は今月まで
国産肉100% 照り焼きソースハンバーグ 2袋
240g×2 No.56626 **3%UP** **2,160円**
税込 2,332円

国産の牛肉・豚肉を使用。和風だし薫るまろやかな照り焼きソースが美味。

国産肉100% 直火焼きハンバーグ 2個
120g×2 No.56627 **3%UP** **1,840円**
税込 1,987円

脂身の少ない国産の牛肉と豚肉で肉本来の旨みを引き出した逸品。

焼きフライ 極旨メンチカツ
10個 85g×10 No.56630 **7%UP** **5,980円**
+418ポイント 税込 6,458円

6個 85g×6 No.56629 **3%UP** **3,980円**
税込 4,298円

2個 85g×2 No.57199 **3%UP** **1,500円**
税込 1,620円

常凍
国産牛の極旨牛すき丼
2袋 180g×2 No.56624 **3%UP** **1,760円**
税込 1,900円

国産黒毛和牛の赤身肉を使用。甘い特製のタレはごはんによく合う逸品です。

常凍
国産牛とゴロゴロ野菜のビーフシチュー 2袋
200g×2 No.56628 **3%UP** **1,600円**
税込 1,728円

トマトとビーフブイオンを基本に、味噌でコクを加えました。

越後もちふたのハンバーグ
〜トマト煮込み〜
3袋 常凍 200g×3 No.56625 **5%UP** **2,700円**
+135ポイント 税込 2,916円

豚どんセット
2袋 常凍 調 No.56635 **2%UP** **1,800円**
税込 1,944円

豚肩ローススライス160g、タレ50g(2食分)×2

常凍
無塩せきポーク ウィナー
プレーン 2袋 100g(4本)×2 No.56649 **5%UP** **1,680円**
+84ポイント 税込 1,814円

スパイシー・ハーブと同じサイズになりました

常凍
無塩せきポーク ウィナー
スパイシー 2袋 No.56650
ハーブ 2袋 No.56651
各100g(4本)×2 **5%UP** 各 **1,680円**
+84ポイント 税込 1,814円

常凍
蒸し鶏のガーリック風味
2個 120g×2 No.56631 **3%UP** **1,400円**
税込 1,512円

手ごねなんこつ入り つくね
2袋 常凍 120g×2 No.56634 **3%UP** **1,200円**
税込 1,296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。

サプリメント/食品

大山どりとグラタンが2個ずつ！ ごちそう尽くしのセットです

数量限定
七夕晚餐セット

「鶏とマッシュルームの
マカロニグラタン」入り！

大山どりのローストチキン 2本
鶏とマッシュルームのマカロニグラタン 320g×2
セレクト 秋鮭スモークスライス 80g
極みロールパン 1袋(2個)
米粉ロールケーキ キャラメル 1箱(3切)

No.56613
7,700円
税込 **8,316円**

リニューアル
ふっくら美味しいうなぎが
四万十から届きました

数量限定
高知県産うなぎの蒲焼(たれ・山椒付き)

2袋 70g×2 No.56610	3%UP 5,600円 税込 6,048円	1袋 70g No.56609	2,800円 税込 3,024円
--------------------------------	--	------------------------------	-----------------------------------

SONOKOの夏を代表する味がさらに美味しくなりました。育ったのは、清流として名高い四万十川の支流の河川流域。水質や水温にこだわった環境でのびのびと動き回ったうなぎは、引き締まったしなやかな身ながら、ふっくらやわらか。上品な風味もお楽しみいただけます。

数量限定
**トキノのり付き
うな牛セット**

リニューアル 高知県産うなぎの蒲焼(たれ・山椒付き) 70g
国産牛の極旨牛すき丼 180g×2
トキノのり 乾燥・生のり 50g

常凍 No.56611

7,840円▼
4,560円 **3,280円** **お得!**
税込 **4,924円**

数量限定
**トキノのり付き
うな玉セット**

リニューアル 高知県産うなぎの蒲焼(たれ・山椒付き) 70g
思い出のやさしい玉子焼 10個(500g)
トキノのり 乾燥・生のり 50g

常凍 No.56612

7,630円▼
4,350円 **3,280円** **お得!**
税込 **4,698円**

常凍 盛り付け例

**天然鯛入り
館かけしんじょう 2袋**

120g×2 No.56616

2%UP **2,160円**
税込 **2,332円**

上品な旨みの天然鯛や野菜などを入れたつみれに、やさしい風味の館を絡めました。

常凍

**秋鮭の塩麹漬け焼き3切
2袋** 210g(3切)×2 No.56648

3%UP **3,000円**
税込 **3,240円**

北海道で獲れた秋鮭を塩麹で味付け。やわらかく旨みたっぷり。

常凍

**真だらの味噌漬け焼き3切
2袋** 210g(3切)×2 No.56647

3%UP **3,000円**
税込 **3,240円**

北海道で獲れた真だらを生味噌とみりんで調味。甘辛さが絶妙。

常凍

**金華さばの
スモーク風味 3袋**

85g×3 No.56644

3%UP **1,950円**
税込 **2,106円**

金華さばをかたおエキスで燻して風味付け。和洋どちらにも。

常凍

**国産真さばの
味噌煮 3袋**

83g×3 No.56645

3%UP **1,440円**
税込 **1,555円**

SONOKOの生味噌を生かした味噌ダレで風味豊かに。

常凍

**国産真いわしの
しょうが煮 3袋**

73g×3 No.56646

3%UP **1,200円**
税込 **1,296円**

素朴な味付けでいわし本来の旨みを凝縮。骨まで食べられるやわらかさ。

**かつを煮
2袋** **常凍**

100g×2 No.56652

2%UP **1,800円**
税込 **1,944円**

**まぐろ煮みそ味
2袋** **常凍**

100g×2 No.56653

2%UP **1,100円**
税込 **1,188円**

常凍 ※調理例

にしん甘露煮 2袋

80g(2枚)×2 No.56643

1%UP **1,360円**
税込 **1,468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

**ノンオイル調理
タイレッドカレー**

辛さ★★★★☆

2袋 200g×2 No.56622

3%UP **1,560円**
税込 **1,684円**

1袋 200g No.56623 **780円**
税込 **842円**

数量限定

**ノンオイル調理
キーマカレー**

辛さ★★★☆☆

2袋 120g×2 No.56620

3%UP **1,400円**
税込 **1,512円**

1袋 120g No.56621 **700円**
税込 **756円**

常凍

**ノンオイル調理
黄色いビーフカレー 2袋**

辛さ★★★★☆ 200g×2 No.56618

3%UP **1,560円**
税込 **1,684円**

牛肉や3種類の国産野菜、ライスミルクが溶け込んだ辛口カレー。

常凍

**ノンオイル調理
マイルドチキンカレー 2袋**

辛さ★★★☆☆ 200g×2 No.56619

3%UP **1,400円**
税込 **1,512円**

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

**海老と香りバジルクリーム
パスタソース
2袋** **常凍**

92g×2 No.56642

3%UP **1,760円**
税込 **1,900円**

**国産たらこクリーム
パスタソース
2袋** **常凍**

110g×2 No.56641

3%UP **1,540円**
税込 **1,663円**

この価格は今月まで

常凍

**小麦香る生パスタ
2袋** 100g×2 No.56659

2%UP **720円**
税込 **777円**

甘みのある小麦本来の風味、コシがあってもちもちの食感を堪能。

数量限定

**北海道かぼちゃの
デザートポタージュ
2袋**

160g×2 No.56640

3%UP **960円**
税込 **1,036円**

1袋 160g No.56639 **480円**
税込 **518円**

数量限定

**北海道さぼうポタージュ
2袋**

160g×2 No.56638

3%UP **960円**
税込 **1,036円**

1袋 160g No.56637 **480円**
税込 **518円**

常凍

**からだ想いの
鶏スープ 2袋**

200g×2 No.56636

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。

常凍

極みナン 3枚

No.56617

5%UP **1,000円**
+50ポイント 税込 **1,080円**

専用釜で焼いたノンオイル調理ナン。表は香ばしく中はモチッ。

**淡路島玉葱と国産野菜の
だしスープ
3袋** **常凍**

50g×3 No.56667

3%UP **2,040円**
税込 **2,203円**

**国産小松菜のみそ汁
30袋** **常凍**

4.5g(フリーズドライ)×30 No.56707

7%UP **4,500円**
+315ポイント 税込 **4,860円**

**ノンオイル中華
海老チリソース
2袋** **常凍**

170g×2 No.56658

5%UP **2,560円**
+128ポイント 税込 **2,764円**

**ノンオイル中華
肉焼売 2袋** **常凍**

192g(24g×8個)×2 No.56655

5%UP **1,900円**
+95ポイント 税込 **2,052円**

**ノンオイル中華
肉餃子 2袋** **常凍**

216g(18g×12個)×2 No.56654

5%UP **1,900円**
+95ポイント 税込 **2,052円**

**ノンオイル中華
中華丼 2袋** **常凍**

180g×2 No.56657

5%UP **1,560円**
+78ポイント 税込 **1,684円**

この価格は今月まで

常凍

**ノンオイル中華
万能肉味噌 2袋**

110g×2 No.56656

5%UP **1,360円**
+68ポイント 税込 **1,468円**

八丁味噌とやさしい味噌をブレンドし、深みのある味わいに。

常凍

**だしが美味しいおでん
2袋**

400g×2 No.56682

2%UP **1,460円**
税込 **1,576円**

あっさり風味のだしは、万人に愛される味わい。冷やしも◎!

常凍

**国産豚肉100%
ミートオムレツ 6個**

100g×6 No.56664

3%UP **4,000円**
税込 **4,320円**

卵、玉葱、にんじんなども国産。やさしい風味が人気です。

常凍 常温・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 常凍

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。



国産具材の筑前煮 2袋 115g×2 No.56660 **3%UP** 1,460円 税込 1,576円

国産具材の食感や旨みを活かすため真空調理法で仕上げました。



鶏そぼろ入りうの花 2袋 50g×2 No.56950 **2%UP** 840円 税込 907円

おからにだしがよくしみ込んで、お母さんの手づくりのような味わい。



和膳切り干し大根 2袋 50g×2 No.56954 **2%UP** 840円 税込 907円

具材の風味を生かして丁寧に炊き上げた、ほどよい甘さと塩味。



和膳ひじきの煮物 2袋 50g×2 No.56951 **2%UP** 840円 税込 907円

ひじき、大豆、切り干し大根、刻み昆布など、6種類の具材はすべて国産です。



和膳きんぴらごぼう 2袋 50g×2 No.56665 **2%UP** 840円 税込 907円

ごぼうやにんじんの風味を生かして、上品なだしで味つけしました。



ごぼうの甘酢ゆず風味 2袋 50g×2 No.56955 **2%UP** 840円 税込 907円

国産のごぼう、だいこん、昆布、えのきをゆず風味の甘酢であえました。

この価格は今月まで



三陸の恵みは肉厚で風味豊かな生乾わかめセット

生わかめ 200g×2 乾わかめ 30g×2 No.56677 **5%UP** 2,972円 +148ポイント 税込 3,209円



生わかめ 2袋 200g×2 No.56675 **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。



和膳さざみ昆布の土佐煮 2袋 50g×2 No.56952 **2%UP** 840円 税込 907円

昆布、ごぼう、えのきの歯ごたえが楽しめます。



4種のきのこの煮びたし 2袋 50g×2 No.56953 **2%UP** 840円 税込 907円

かつお昆布のだしがいっています。



ほうれん草としめじのおひたし 2袋 50g×2 No.56956 **2%UP** 840円 税込 907円

具材の味わいを引き立てる深みのあるだしで味付け。

この価格は今月まで



くるぐろ海藻セット

生わかめ 200g 乾わかめ 30g 茎わかめ煮 100g トキノり 乾燥生のり 50g 焼海苔 10枚 No.56678 **1,506円** お得! **6,506円** ▶ **5,000円** 税込 5,400円



乾わかめ 2袋 30g×2 No.56676 **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。



茎わかめ煮 2袋 100g×2 No.56674 **5%UP** 920円 +46ポイント 税込 993円

コリコリとした食感と和風だしがしっかり染み、ごはんのお供に◎



トキノりのり 2袋 乾燥生のり50g×2 No.56670 **5%UP** 6,560円 +328ポイント 税込 7,084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。



焼海苔 3袋 10枚×3 No.56669 **5%UP** 3,840円 +192ポイント 税込 4,147円

パリッとした食感と磯の香り豊かな板のり。

この価格は今月まで



ちらし寿司の素 3セット 具材50g・寿司酢20ml(1食分)×3 No.56662 **3%UP** 1,800円 税込 1,944円

1セット 具材50g・寿司酢20ml(1食分) No.56661 **600円** 税込 648円 白いごはんには混ぜるだけ! 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します。



すずまる納豆 2セット 40g×3パック×2 No.56683 **2%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。



やわらか紀州梅干し 3パック 100g×3 No.56685 **3%UP** 2,700円 税込 2,916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.56680 **3%UP** 1,560円 税込 1,684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.57197 **3%UP** 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。



ごはんを食べ菜彩 2袋 常凍 30g×2 No.56666 **3%UP** 960円 税込 1,036円



しらす煮 2袋 常凍 50g×2 No.56681 **3%UP** 1,300円 税込 1,404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 No.56686 **5%UP** 10,800円 +540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。



自家製粉そば粉のなま蕎麦 3袋 200g(2食分)×3 No.56687 **3%UP** 2,340円 税込 2,527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。



手延べそうめん 2袋 300g(50g×6束)×2 No.57201 **3%UP** 1,960円 税込 2,116円

のどごしがよく深い味わい。無油製法の手延べの乾麺。



追い麴仕立ての生味噌 2個 常凍 500g×2 No.56663 **2%UP** 1,900円 税込 2,052円



万能だしの素 3袋 常凍 120g×3 No.56668 **3%UP** 1,880円 税込 2,030円



便利つゆ 3本 常凍 300ml×3 No.56672 **2%UP** 2,180円 税込 2,354円



天日干しの海の塩 2袋 常凍 100g×2 No.56673 **2%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約3カ月間自然乾燥。



その子ブレンド 浅煎り珈琲 2袋 常凍 挽き豆200g×2 No.56695 **3%UP** 3,080円 税込 3,326円

風味を生かすため、6種類の豆ごとに焙煎。浅煎りなのに贅沢なコクと香り。



その子珈琲 深煎りブレンド 2袋 常凍 挽き豆200g×2 No.56696 **3%UP** 3,600円 税込 3,888円

ほどよいコクと苦み、クリアな後味のSONOKOオリジナルブレンド。



その子珈琲アイスブレンド コーヒー 6本 常凍 1000ml×6 No.56705 **5%UP** 7,800円 +390ポイント 税込 8,424円

香り高いアラビカ種コーヒー豆100%。濃厚なコクとクリアな後味。



オーガニック シュガーシロップ 4袋 セレクト 120g(8個)×4 No.56706 **1%UP** 1,180円 税込 1,274円

有機栽培サトウキビのやさしく自然な甘み。

※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
押しドリンクセット
レモンサイダー 200ml×3
ホワイトィ 500ml(5倍希釈)
有機フルーツ+野菜100 190g×3
有機ジンジャー りんごすだち
有機しょうがシロップ(濃縮)
310g(4~6倍希釈)
その子珈琲アイスブレンドコーヒー
1000ml
常凍 No.57339 **660円お得!**
6,360円 ▶ 5,700円
税込 6,156円

数量限定
レモンサイダー
24本
200ml×24 No.56698 **送料 ¥0 単独発送**
10%UP **8,160円**
+816ポイント 税込 8,812円
6本 200ml×6 No.56697
2%UP **2,040円**
税込 2,203円

数量限定
有機フルーツ+野菜100
1箱30本
190g×30 No.56700 **送料 ¥0 単独発送**
7%UP **7,980円**
+558ポイント 税込 8,618円
6本 190g×6 No.56701
2%UP **1,680円**
税込 1,814円

数量限定
ホワイトィ 2本
500ml(5倍希釈)×2 No.56699
3%UP **3,000円**
税込 3,240円
安定剤無添加でつくった、さわやかな甘みの乳性飲料。

数量限定
有機ジンジャー りんごすだち 2本
有機しょうがシロップ(濃縮)
310g(4~6倍希釈)×2 No.56702
7%UP **3,000円**
+210ポイント 税込 3,240円
すべて有機原料を使用した生姜ドリンクの素。

数量限定
米麴と酒粕のあま酒 6袋
160g×6 No.56708
3%UP **2,100円**
税込 2,268円
米麴の食感をそのまま楽しめます。飲みごたえたっぷり。

数量限定
本格麦焼酎カサネ 2本
720ml×2 焼酎乙類(麦) アルコール分25度
No.56692
5%UP **5,800円**
+290ポイント 税込 6,380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。

数量限定
銀座でその子ビール 6本
330ml×6 No.56691
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。

数量限定
その子美ワイン 赤
750ml No.56689
3%UP **4,500円**
税込 4,950円
その子美ワイン 白
750ml No.56690
3%UP **各 4,500円**
税込 4,950円

数量限定
XYZ(サイズダウン) 1箱 24本
500ml×24 No.56703 **送料 ¥0 単独発送**
1%UP **6,240円**
税込 6,739円
水の分子集団をサイズダウンさせた天然水をカラダのすみずみに。

数量限定
オーガニックスポーツドリンク 1箱 24本
280ml×24 No.56704 **送料 ¥0 単独発送**
1%UP **4,320円**
税込 4,665円
水分・ミネラルの補給に。

数量限定
お子様大好きおやつセット
フルーツゼリー温州みかん 85g×2
ドリームプリン カスタード 78g×2
プチゼリー葡萄 352g(16個)
アーモンドと蜂蜜のリエージュ風ワッフル 2個
カカオ飴 50g
常凍 No.56741
330円お得!
3,330円 ▶ 3,000円
税込 3,240円

数量限定
夏のデザート盛り合わせセット
栗あんみつ 265g×3
ドリームプリン カスタード 78g×3
フルーツゼリー温州みかん 85g×3
常凍 No.56694
380円お得!
4,380円 ▶ 4,000円
税込 4,320円

数量限定
栗あんみつ 4個
265g×4 No.56714
5%UP **2,800円**
+140ポイント 税込 3,024円
一口食べて違いがわかると評判の、上品な美味しさ。

数量限定
その子のどら 4個
常凍 No.56716
2%UP **1,560円**
税込 1,684円
アーモンドと蜂蜜のリエージュ風ワッフル 2個
常凍 No.56709
3%UP **800円**
税込 864円

数量限定
栗まん 6袋
1袋(2個)×6 No.57284
3%UP **1,980円**
税込 2,138円
しっとりした生地とやさしい甘さの白あん、栗の甘露煮が好相性。

数量限定
米粉ロールケーキセット
米粉ロールケーキ チョコ 1箱(3切)
米粉ロールケーキ キャラメル 1箱(3切)
米粉ロールケーキ 抹茶 1箱(3切)
米粉ロールケーキ プレーン 1箱(3切)
常凍 No.56693
5,500円
税込 5,940円

数量限定
桜葉薫る道明寺 2袋
200g(4個)×2 No.56715
5%UP **1,560円**
+78ポイント 税込 1,684円
国産のもち米と小豆を使用し、香り高い桜葉で巻きました。

数量限定
カシューナッツクッキー 2袋
90g×2 No.56710
3%UP **1,500円**
税込 1,620円
1袋 90g No.56711 750円
税込 810円

この価格は今月まで
せんべい しょうゆ 2袋
常凍 6枚×2 No.57285
5%UP **1,600円**
+80ポイント 税込 1,728円
せんべい ごま 2袋
常凍 6枚×2 No.57337
5%UP **1,600円**
+80ポイント 税込 1,728円
1袋 6枚 No.57338 800円
税込 864円

この価格は今月まで
せんべい しょうゆ 2袋
常凍 6枚×2 No.57285
5%UP **1,600円**
+80ポイント 税込 1,728円
せんべい ごま 2袋
常凍 6枚×2 No.57337
5%UP **1,600円**
+80ポイント 税込 1,728円
1袋 6枚 No.57338 800円
税込 864円

この価格は今月まで
アイス 常凍 **送料 ¥0 単独発送**
*ポイント対象外
白いコーヒー10個
120ml×10 No.26741 **5,000円**
税込 5,400円
バニラ10個
120ml×10 No.10372 **4,700円**
税込 5,076円
チョコ10個
120ml×10 No.10359 **5,300円**
税込 5,724円
バニラ&チョコ各5個
バニラ120ml×5 チョコ120ml×5 No.9264 **5,000円**
税込 5,400円

この価格は今月まで
せんべい しょうゆ 2袋
常凍 6枚×2 No.57285
5%UP **1,600円**
+80ポイント 税込 1,728円
せんべい ごま 2袋
常凍 6枚×2 No.57337
5%UP **1,600円**
+80ポイント 税込 1,728円
1袋 6枚 No.57338 800円
税込 864円

数量限定
ドリームプリン カスタード 6個
常凍 78g×6 No.56712
5%UP **2,400円**
+120ポイント 税込 2,592円
フルーツゼリー温州みかん 6個
常凍 85g×6 No.56713
5%UP **2,160円**
+108ポイント 税込 2,332円

数量限定
カカオ飴 3袋
常凍 50g×3 No.56718
3%UP **990円**
税込 1,069円
ちゅらしお飴 3袋
常凍 50g×3 No.56717
3%UP **990円**
税込 1,069円

数量限定
アイス 常凍 **送料 ¥0 単独発送**
*ポイント対象外
白いコーヒー10個
120ml×10 No.26741 **5,000円**
税込 5,400円
バニラ10個
120ml×10 No.10372 **4,700円**
税込 5,076円
チョコ10個
120ml×10 No.10359 **5,300円**
税込 5,724円
バニラ&チョコ各5個
バニラ120ml×5 チョコ120ml×5 No.9264 **5,000円**
税込 5,400円

数量限定
アイス 常凍 **送料 ¥0 単独発送**
*ポイント対象外
白いコーヒー10個
120ml×10 No.26741 **5,000円**
税込 5,400円
バニラ10個
120ml×10 No.10372 **4,700円**
税込 5,076円
チョコ10個
120ml×10 No.10359 **5,300円**
税込 5,724円
バニラ&チョコ各5個
バニラ120ml×5 チョコ120ml×5 No.9264 **5,000円**
税込 5,400円

数量限定
ドリームプリン カスタード 6個
常凍 78g×6 No.56712
5%UP **2,400円**
+120ポイント 税込 2,592円
フルーツゼリー温州みかん 6個
常凍 85g×6 No.56713
5%UP **2,160円**
+108ポイント 税込 2,332円

数量限定
カカオ飴 3袋
常凍 50g×3 No.56718
3%UP **990円**
税込 1,069円
ちゅらしお飴 3袋
常凍 50g×3 No.56717
3%UP **990円**
税込 1,069円

数量限定
ドリームプリン カスタード 6個
常凍 78g×6 No.56712
5%UP **2,400円**
+120ポイント 税込 2,592円
フルーツゼリー温州みかん 6個
常凍 85g×6 No.56713
5%UP **2,160円**
+108ポイント 税込 2,332円

数量限定
カカオ飴 3袋
常凍 50g×3 No.56718
3%UP **990円**
税込 1,069円
ちゅらしお飴 3袋
常凍 50g×3 No.56717
3%UP **990円**
税込 1,069円

数量限定
アイス 常凍 **送料 ¥0 単独発送**
*ポイント対象外
白いコーヒー10個
120ml×10 No.26741 **5,000円**
税込 5,400円
バニラ10個
120ml×10 No.10372 **4,700円**
税込 5,076円
チョコ10個
120ml×10 No.10359 **5,300円**
税込 5,724円
バニラ&チョコ各5個
バニラ120ml×5 チョコ120ml×5 No.9264 **5,000円**
税込 5,400円

数量限定
アイス 常凍 **送料 ¥0 単独発送**
*ポイント対象外
白いコーヒー10個
120ml×10 No.26741 **5,000円**
税込 5,400円
バニラ10個
120ml×10 No.10372 **4,700円**
税込 5,076円
チョコ10個
120ml×10 No.10359 **5,300円**
税込 5,724円
バニラ&チョコ各5個
バニラ120ml×5 チョコ120ml×5 No.9264 **5,000円**
税込 5,400円

数量限定
ドリームプリン カスタード 6個
常凍 78g×6 No.56712
5%UP **2,400円**
+120ポイント 税込 2,592円
フルーツゼリー温州みかん 6個
常凍 85g×6 No.56713
5%UP **2,160円**
+108ポイント 税込 2,332円

数量限定
カカオ飴 3袋
常凍 50g×3 No.56718
3%UP **990円**
税込 1,069円
ちゅらしお飴 3袋
常凍 50g×3 No.56717
3%UP **990円**
税込 1,069円

その子美ワイン: ヴィンテージはご指定できません ※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
常凍 常温・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 常凍



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。



献立

TOKINO G.G付き 数量限定
7月の4週間完全実行献立セット
●7月の4週間完全実行献立セット ●TOKINO G.G 180粒

SONOKO GG付き 数量限定
7月の4週間完全実行献立セット
●7月の4週間完全実行献立セット ●SONOKO GG 180粒

常凍 定価各 ~~98,000円~~ ▶ **78,000円** 税込 **84,240円**

3食+間食+夜食 ×7日分×4週間 = 計**140食**

【コーヒータイプ】または【ほうじ茶タイプ】
召し上がり方の一例(メニュー表)付き

お申し込み受付期間
7/11(木)まで

送料 ¥0 単独発送 **20,000円** お得!

お届け期間	本州	北海道・九州・沖縄県等一部地域
第1週	7/1(月)～7/15(月・祝)	7/2(火)～
第2週	7/8(月)～7/22(月)	7/9(火)～
第3週	7/15(月・祝)～7/29(月)	7/16(火)～
第4週	7/22(月)～8/5(月)	7/23(火)～

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

早くも人気の鶏とマッシュルームのマカロニグラタン入り

数量限定 7月の1週間グルメセットA No.56721 **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)付き



【セット内容】国産牛100%プレミアムミートローフ、焼きフライ 極旨メンチカツ、焼きフライ コロッケ、スライスハム、鶏とマッシュルームのマカロニグラタン、北海の恵みごちそう丼、天然鯛入り鮎かげしんじょう、真だらの味噌漬焼き、金華さばのスマーク風味、ウィズポーンチンカレー、国産小松菜のみそ汁、ノンオイル中華 海老チリソース、国産具材の筑前煮、思い出のやさしい玉子焼、和膳切り干し大根、和膳さざみ昆布の土佐煮、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、いんげん豆の煮豆(小分け)×2、ごはんを食べ野菜、ひじき煮(小分け)、帆立しぐれ煮(小分け)、らーめん風、極みココナツパン、極みチョコチップパン、極み特大粒あんぱん、極みロールパン、桜葉薫る道明寺、その子のどら1個、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

リニューアルした高知県産うなぎの蒲焼をお楽しみください

数量限定 7月の1週間グルメセットB No.56722 **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)付き



【セット内容】牛肉と春雨のチャブコギ、そのまま美味しい肉まるくん、焼きフライ ハーブ豚とんかつ、国産肉100%直火焼きハンバーグ、無塩せきポークウインナー プレーン、揚げないとりから、**リニューアル** 高知県産うなぎの蒲焼(たれ・山椒付き)、焼きフライ 海老クリームコロッケ、秋鮭の塩麹漬焼き、国産真いわしのしょうが煮、ノンオイル調理 タイレッドカレー、具だくさんミネストローネ、国産小松菜のみそ汁、国産具材の筑前煮、真だことエビの黄身酢ええ、鶏そぼろ入りうの花、和膳切り干し大根、和膳さざみ昆布の煮びたし、ほうれん草としめじのおひたし、やわらか紀州梅干し、北海道産小豆のゆであずき、帆立しぐれ煮(小分け)、ひじき煮(小分け)、そのこの御赤飯、釜揚げうどん、極みメロンパン、極み厚切り山型パン、せんべいしょうゆ、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×2

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

今月は同時購入が断然お得!

数量限定 7月の1週間グルメセットA・B同時購入で **10% OFF**

【セットA】
7月の1週間グルメセットA No.56721
42,000円 ▶ **37,800円** 税込 **40,824円**

【セットB】
7月の1週間グルメセットB No.56722
42,000円 ▶ **37,800円** 税込 **40,824円**

送料 ¥0 単独発送 **4,200円** お得!

プレゼント: その子珈琲アイスブレンドコーヒー 1本

夜は外食が多い方、夏休み中のお子様と一緒に食生活を整えたい方にも



数量限定 7月の朝昼間食セットプラス

No.56719 **14,500円** 税込 **15,660円** 常凍

2食+間食 ×7日分 = 計**21食** 召し上がり方の一例(メニュー表)付き

【セット内容】**リニューアル** 高知県産うなぎの蒲焼(たれ・山椒付き)、スパイシーチキン、国産牛100%プレミアムミートローフ、スライスハム、鶏肉のやわらか煮～オレンジ風味～、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、ノンオイル調理 キーマカレー、思い出のやさしい玉子焼、らーめん風、極みチョコチップパン、極み厚切り山型パン、その子のどら 2個、せんべいざらめ、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

※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

プレゼント: 焼きフライ 極旨メンチカツ 2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外となります。

献立

エビデンスも取得! **2カ月全56日間の集中献立で、美味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 常凍 送料 ¥0 単独発送

3食+間食+夕食 ×7日分×8週間=計**280食**
 召し上がり方の一例(メニュー表)付き **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+夕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*が出来る献立セットです。面倒なカロリー計算や調理の手間いらず。ダイエット*中に我慢することでストレスのもととなる甘いおやつも毎日食べられるので、成功を目指しやすいのもポイントです。

※お届け日は、ご注文・お届け地域によりご希望に添えない場合がございます。何卒ご了承ください。原則的に**途中キャンセルはできません**。やむを得ず途中キャンセルされた場合は実費をご請求させていただきます。あらかじめご了承ください。*8週間ダイエット献立セットの調査方法:20歳以上59歳以下でダイエットを希望する健康な男女を対象として、プログラムを開始する前と8週間後の体構成を比較する単群のオープン試験を実施。(2018年、一般財団法人日本臨床試験協会(JACTA)調べ) バランスの良い食事とは1日1400kcalに加え、たんぱく質17%、脂質13%、炭水化物70%のバランスをとった献立のごことです。※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。

S・Hさん (47歳) ※当時

Before **After**

体重 91.0cm → 86.0cm
 体脂肪率 37.1% → 35.7%
 BMI 66.1kg → 64.7kg
 ウエスト **-12cm**
 25.8 → 25.3
 33.9% → 24.3
 62.1kg

START 8週間後

常温で保管できるSONOKOの人気総菜にサブ日もプラス

3食+間食+夕食 ×7日分=計**35食** 召し上がり方の一例(メニュー表)付き

常温グルメ献立セット 常凍
 No.56414 **19,800円** 税込**21,384円**

常温グルメ献立セット そのこ米ごはん付 単独発送
 No.56415 **22,800円** 税込**24,624円**
 氷温熟成*そのこ米ごはん19食

【セット内容】国産肉100%照り焼きソースハンバーグ、国産牛の極旨牛すき丼、国産牛とゴロゴロ野菜のビーフシチュー、金華さばのスマーク風味、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、ノンオイル調理 キーマカレー、チキンカレー、思い出のやさしいミートソース、小麦香る生パスタ×2、からだ想いの鶏スープ、具だくさんミネストローネ、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、昆布水のもと、乾わかめ、焼海苔、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)、ひじき煮(小分け)、ドリームプリン カスタード×2、フルーツゼリー温州みかん、プチゼリー葡萄、アーモンドと蜂蜜のリエージュ風ワッフル×2、素ドリンク 月 スティックタイプ 5包、ありがとう乳酸菌 7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ー豊かなメニュー。パンや麺がお好きな方におすすめ

その子ちゃん献立セット 常凍
 No.55063 **16,230円** 税込**17,528円**

3食+間食 ×7日分=計**28食** 召し上がり方の一例(メニュー表)付き

【セット内容】国産肉100%直火焼きハンバーグ、揚げないむねとりから、国産牛とゴロゴロ野菜のビーフシチュー、国産牛の極旨牛すき丼、ミニハンバーグと白菜のクリームスープ、焼豚、無塩せきポークウインナー、スパイシー、秋鮭の塩麹漬け焼き、海老と香りバジルクリームパスタソース、国産具材の筑前煮、極みチョコチップパン、バーガーパン×2、極みスイートレーズンパン×2、極みロールパン 2個×3、極み特大粒あんぱん、極みカレーパン、スパゲッティ、らーめん風、具だくさんミネストローネ、北海道にんじんポタージュ、国産小松菜のみそ汁、南瓜のそぼろ煮、鶏そぼろ入りうの花、和膳切り干し大根×2、ほうれん草としめじのおひたし、国産豚肉100%ミートオムレツ、北海道産小豆のゆであずき、ひじき煮、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、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/夕食

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 常凍
 No.56412 **15,000円** 税込**16,200円**

3食+間食+夕食 ×7日分=計**35食** 召し上がり方の一例(メニュー表)付き

【セット内容】焼きフライ コロック、国産肉100%直火焼きハンバーグ、国産牛の極旨牛すき丼、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、かつを煮、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、極みチョコチップパン、極み特大粒あんぱん、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、和膳切り干し大根×2、和膳ひじきの煮物、ごぼうの甘酢ゆず風味、和膳さざみ昆布の土佐煮、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、昆布水のもと、焼海苔、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、ごはん和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 常凍
 No.56413 **13,334円** 税込**14,400円**

3食+間食+夕食 ×7日分=計**35食** 召し上がり方の一例(メニュー表)付き

【セット内容】越後もちふたのハンバーグ～トマト煮込み～、国産牛の極旨牛すき丼、スライスハム、国産真いわしのしょうが煮、金華さばのスマーク風味、秋鮭の塩麹漬け焼き、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、具だくさんミネストローネ、ノンオイル中華 中華丼、極みチョコチップパン、極みスイートレーズンパン×2、極み特大粒あんぱん、スパゲッティ、らーめん風、ひじき煮、国産小松菜のみそ汁、和膳切り干し大根、ごぼうの甘酢ゆず風味、ほうれん草としめじのおひたし×2、昆布水のもと、乾わかめ、焼海苔、豆ちゃん(大豆の煮豆)、いんげん豆の煮豆(小分け)×2、しらす煮、栗まん×2、黒蜜風味ようかん、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/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 常凍
 No.55994 **8,990円** 税込**9,709円**

スタンダード献立セット

3食+間食 ×7日分=計**28食** 召し上がり方の一例(メニュー表)付き

【セット内容】国産牛の極旨牛すき丼、国産牛とゴロゴロ野菜のビーフシチュー、じゃがいもゴロゴロカレー、だし薫るかき玉玉親親子丼、だしが美味しいおでん、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

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/夕食

※画像は1日分の食事イメージです

新商品・リニューアル情報



数量限定
高知県産うなぎの蒲焼 (たれ・山椒付き)
 常凍 **2,800円** 税込**3,024円**
 70g No.37508

ふっくらした身と上品な旨みが格別うなぎが、四万十から届きました。うなぎ本来の旨みを大切にしながら、2種類の焼きタレを使って丁寧に焼き上げています。

- 新定番商品**
- 極み特大粒あんぱん
 - 天然鯛入り鮎かけしんじょう
 - 濃厚ガトーショコラ
 - 鶏とマッシュルームのマカロニグラタン
 - その子珈琲深煎りブレンド

- 名称・パッケージ・内容量リニューアル**
- 焼豚
 - 無塩せきポークウインナー プレーン 100g(旧:無塩せきポークウインナー 160g)
 - 具だくさんミネストローネ ● 北海道にんじんポタージュ
 - 和膳真ダコとエビの黄身酢和え(旧:真ダコとエビの黄身酢和え)
 - 和膳鶏そぼろ入り卵の花(旧:鶏そぼろ入りうの花)
 - 和膳ごぼうの甘酢風味(旧:ごぼうの甘酢風味)
 - 和膳4種のきのこの煮びたし(旧:4種のきのこの煮びたし)
 - 和膳ほうれん草としめじのおひたし(旧:ほうれん草としめじのおひたし)
 - 焼海苔(旧:板のり)
 - 有機ジンジャーりんごすだち ● 手延べそうめん(旧:素麺)

- 価格変更**
- **セレクト** にしん甘露煮(2023/12/1より) 580円 → 680円(税込734円)
 - **セレクト** XYZ 単品価格(2024/2/1より) 238円 → 260円(税込280円)
 - **セレクト** XYZ ケース価格(2024/2/1より) 5,712円 → 6,240円(税込6,739円)

- 価格変更(4/1より)**
- ノンオイル中華 肉焼売 900円 → 950円(税込1,026円)
 - ノンオイル中華 肉餃子 900円 → 950円(税込1,026円)
 - ノンオイル中華 肉ワンタン 900円 → 920円(税込993円)
 - チキンカレー 680円 → 700円(税込756円)
 - ポークカレー 680円 → 700円(税込756円)
 - ノンオイル調理 マイルドチキンカレー 680円 → 700円(税込756円)
 - 純米酢 820円 → 880円(税込950円)
 - 純米酢 3本セット 2,300円 → 2,480円(税込2,678円)

- 価格変更(5/1より)**
- 手延べそうめん(旧:素麺) 940円 → 980円(税込1,058円)
 - 無塩せきポークウインナー プレーン 1,250円 → 840円(税込907円)
 - 無塩せきポークウインナー スパイシー 800円 → 840円(税込907円)
 - 無塩せきポークウインナー ハーブ 800円 → 840円(税込907円)
 - スライスハム 700円 → 740円(税込799円)
 - ひじき煮 630円 → 660円(税込712円)
 - モーニングスイッチスムージー ベビー(オレンジ&ザク口)5袋 2,250円 → 2,500円(税込2,700円)
 - モーニングスイッチスムージー ナイト(ブルーベリー&生薑)5袋 2,250円 → 2,500円(税込2,700円)
 - モーニングスイッチスムージー キング(いちご&トマト)5袋 2,250円 → 2,500円(税込2,700円)

価格変更(8/1より)

漁業従事者の担い手不足により気仙沼を中心とした三陸産わかめの収量が低下する中、昨今の記録的な不作により価格が高騰し、これまでの価格で当社独自の品質基準を守りながら製品をご提供することが困難な状況となっております。誠に心苦しい限りではございますが、8月1日のご注文分よりわかめ2製品の価格を改定させていただくこととなりました。SONOKO式の食卓に欠かせない大切なわかめ製品を今後も未永くご愛顧いただけるよう、市場が安定した折には再度販売価格の見直しを検討してまいります。ご不便をお掛けいたしますが、何卒ご理解を賜りますよう宜しくお願い申し上げます。

- 生わかめ 743円 → 850円(税込918円)
- 乾わかめ 743円 → 850円(税込918円)

- 国産肉100%照り焼きソースハンバーグ 1,080円 → 1,120円(税込1,209円)
- 国産肉100%直火焼きハンバーグ 920円 → 960円(税込1,036円)
- ノンオイル中華 万能肉味噌 680円 → 710円(税込766円)
- 和膳鶏そぼろ入り卵の花(旧:鶏そぼろ入りうの花) 420円 → 450円(税込486円)
- 和膳切り干し大根 420円 → 450円(税込486円)
- 和膳ひじきの煮物 420円 → 450円(税込486円)
- 和膳さんびらごぼう 420円 → 450円(税込486円)
- 和膳ごぼうの甘酢風味(旧:ごぼうの甘酢風味) 420円 → 450円(税込486円)
- 和膳さざみ昆布の土佐煮 420円 → 450円(税込486円)
- 和膳4種のきのこの煮びたし(旧:4種のきのこの煮びたし) 420円 → 450円(税込486円)
- 和膳ほうれん草としめじのおひたし(旧:ほうれん草としめじのおひたし) 420円 → 450円(税込486円)
- いんげん豆の煮豆 550円 → 580円(税込626円)
- **セレクト** ひじきの白和えの素 330円 → 380円(税込410円)
- 栗まん 350円 → 380円(税込410円)
- 栗まん 3袋 990円 → 1,020円(税込1,101円)
- せんべい しょうゆ 800円 → 880円(税込950円)
- せんべい ざらめ 800円 → 880円(税込950円)

販売停止

- その子美ワインスパークリング白(5~10月販売停止、次回は11月)
- 国産有機みかんジュース(原材料の不足により)

なくなり次第終了 **販売終了**

- サンプルトクト ボディ&フェイス ● 国産大豆の絹豆腐 4個

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

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お送りください。

こちらのハガキで
1000Pプレゼント
ご応募ください!

郵送 104-0045

東京都中央区築地4-4-12

築地OSビル7F

(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。

少しずつ濃く染まりながら、ツヤツヤしっとり髪!

愛媛県 西原由美様

他のヘアカラートリートメントを使ったときは、髪がパサパサしたり静電気で髪が浮き上がったりツヤがなくなったり…。たくさん試してみたけど、思うようなものに出会えませんでした。そこでSONOKOならきつとしっかりした製品だろうと思い購入しました。使ったその日から髪がツヤツヤでしっとり。手触りもスルスルで、「やっぱりSONOKOは違うな」と感じています。髪の染まりも少しずつ濃くなっているので安心感があります。しっかり続けて使います。

うれしいお便りをありがとうございます。トリートメント成分を豊富に配合しているため、製品にご満足いただけてよかったです。YUTAKAMIシリーズも合わせてお試しいただけますと幸いです。今後もよりよい製品をお届けいたします。

化粧品担当
高橋

美味しい「栗あんみつ」が毎年楽しみです

東京都 大久保久子様

SONOKOの「栗あんみつ」が大好きです。今年の「栗あんみつ」は寒天がしっかりしていて、とても美味しいいただきました。SONOKOの方や製造して下さる方々が改良に改良を重ねてつくって下さっている印象を受けました。美味しい「栗あんみつ」をつくっていただき、ありがとうございます。来年の「栗あんみつ」を今から楽しみにしています。

いつもご愛顧いただき、またともううれしいお手紙をありがとうございます。「栗あんみつ」は、小倉あんのみずみずしさを引き出すために他社では珍しい白蜜が選ばれたと聞いております。ボリュームもあり、食べた後は幸せな気持ちになれますよね。夏にはアイスに乗せたクリームあんみつもぜひお楽しみください!

コールセンター
染谷

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

- 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。

毎日の健康や美容維持のため 定期便が便利です

- 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	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
	ポイント	1%	3%		定期ポイント	1~12回・10% 13~24回・15% 25回~・20%	
送料サービス	779円*1(税込)	月1回無料*2	送料サービス	いつでも無料			

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

※申込・変更・休止・解約はお電話にて、次回お届け指定日の2週間前までにご連絡ください。(お米の定期は3週間前、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 IP電話・国際電話等ご利用の場合 TEL.03-4335-7750 (月曜定休)	オンラインショップ 24時間いつでもご注文! www.sonoko.co.jp	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 11:00~20:00 2F 11:00~19:00 詳しくは銀座店にお問い合わせください。
	FAX	0120-48-7717 通信料無料 24時間受付		
	郵便	104-0045 東京都中央区築地4-4-12 築地OSビル7F (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なります(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、ご確認くださいませようお願いいたします。尚、カードはご本人名義に限らせていただきます。

割賦販売法の一部改正に伴い、ご注文時のクレジットカードの決済方法が一部変更になりました。販売方法により、初回ご登録時にお客様側の操作が必要になる場合もございますので、スタッフの案内に沿ってお手続きください。※2回目以降につきましては、ご登録済みのクレジットカード番号の下4桁と有効期限のみお伝えいただければお買い物が可能となります。

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

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

宅配便にてお届けいたします。

配達日・時間指定

ご注文時に
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。

15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・交換方法

返品・交換に際しましては事前に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。

誠に恐れ入りますが、福島県の一部地域(下記掲載)はアイスセットの届け再開の目処が立っておりません。何卒ご了承くださいませ。
[1] 全域で集荷・配達を停止している地区 双葉郡大熊町・双葉町
[2] 一部で集荷・配達を停止している地区 双葉郡葛尾村葛尾字野行地区・字柏原地区・字小谷地区・大塚地区・井出地区・小丸地区・未森地区・室原地区・羽附地区・双葉郡浪江町酒井地区津島地区・下津島地区・南津島地区・赤宇木地区・川房地区・昼曽根地区・双葉郡富岡町桜地区・夜ノ森地区・夜ノ森南1丁目・夜ノ森南2丁目・小良ヶ浜字深谷808番地の1を除く区域・大管の一部地区・本岡の一部地区・相馬郡飯館村長泥地区・南相馬市小高地区金谷地区

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。



イベントのお知らせ

7/14(日) **名古屋**

会場 東京第一ホテル錦
3階ドルチェ
愛知県名古屋市中区錦3-18-21
地下鉄「東山線」名城線栄駅から徒歩約2分
TEL:052-955-1001



開場・受付 11:45 定例会 12:15~13:45 販売会 13:45~15:30
受付終了 15:15 閉場 15:30 ※11:45~12:15もお買い物ができます

事前ご予約特典

「うれしい/
ご来場プレゼント」

当日は会場限定の
お買い得商品が満載!

お問い合わせ・お申し込み先 0120-88-7878

7/15(月・祝) **大阪**

会場 ホテルグランヴィア大阪
20階 桐の間
大阪市北区梅田3丁目1番1号
JR大阪駅中央口を出て、右へ徒歩約1分
TEL:0570-06-1235



数量限定販売

極みメロンパン
(なくなり次第終了)

※ご予約なしでのご来場でも定例会参加やお買いものはお楽しみいただけます。なくなり次第終了の商品もございます。ご希望の方はお早目にご来場ください。

今日はどちらの気分ですか? メンチカツ派? ハンバーグ派?



焼きフライ 極旨メンチカツ

- 国産の牛肉と豚肉を使用
- 中種を先に加熱してしっかりと食感と旨みを閉じ込めた後、専用のパン粉をまぶしてから焼き上げたサクサク食感
- “肉らしさ”たっぷり!

メンチカツ&
ハンバーグセット

焼きフライ 極旨メンチカツ 85g×2
国産肉100%直火焼きハンバーグ 120g×2

常凍 No.57200
3,340円▼
3,000円 340円お得!
税込 3,240円

国産肉100%直火焼きハンバーグ

- 国産の牛肉と豚肉を使用
- 肉本来の旨みをお楽しみいただけるよう、塩・こしょう・ナツメグで素朴な味わいに
- 丁寧に成形して直火焼きのオープンでこんがりふっくら

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

銀座店のご案内

7/21(日)【トキノ会定例会】1F 11:00~13:00まで会員様貸切営業
2F 終日会員様貸切営業

SONOKO セタフェア

7/1(月)~7(日)

~セタの笹飾りで短冊に願い事を書いて飾ろう~
願い事を書くと
CAFEオリジナル
セタスイーツがもらえる♪

人気のアイテムが
最大30%OFF!
お得なお値段で登場

はずれなし!
お買物1万円(税別)ごとに
ガチャチャンス!



献立実行部 夏の4週間献立 実行キャンペーン

今なら4週間完全実行献立を銀座店にてご注文いただくと、
お得な特典が付いてくる!

特典1

CAFEご来店時、荘水入りドリンクと
TOKINO G.G(5粒)をサービス!(1日1回まで)

特典2

献立実行部割引キャンペーンでお得に実行!

特典3

週に1回(計4回)CAFEオリジナル間食、
特製スイーツをご用意!

特典4

4週間実行達成したら
CAFEお食事券(1回分)をプレゼント!



※セール品は十分ご注意くださいですが、万一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

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

SONOKO CAFE

menu



特別プレート/

【高知県産うなぎの彩りちらし
~だし香るさっぱりジュレ仕立て~】

2,500円(税込)

限定プレート内容

●薬味 ●お吸い物

販売期間 7/1(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。

7/19(金)~21(日) お楽しみ付き販売

7/21(日) 7月のトキノ会定例会

ゲスト講師:腸内フローラアドバイザー

【初登壇】坂上 圭氏



予定 8/16(金)~18(日) お楽しみ付き販売

8/18(日) 8月のトキノ会定例会

特別講演:歌手・女優

ロミ・山田氏



2024

7

THE NORIKO

トキノ会便り 編集長 瀧本範子の「ノリコ手帖」

VOL.85

桜の季節も瞬間に過ぎ、若葉の5月、梅雨の6月と季節は進み、あっという間に7月。初夏から盛夏に向かうこれからは、従来どおりの気象予報や注意報は当てはまらなくなってくる気がします。近年、特に深刻な問題となっているのが、熱中症の急増。すでに春頃から熱中症注意報が出され、ついに今後は「気象災害」として認定されると報じられています。

熱中症になるのは日光を浴びる場にはいなければ安心安全と思われがちですが、室内にいても危険性があり、日傘、手袋、サングラス、帽子の着用、水分のこまめな補給、ミニ扇風機や冷感グッズなどが欠かせない備えになります。太陽を浴びて日焼けすることがおしやれで健康的とされた世代としては隔世の感があります。

しかしもはやそれはおとぎ話。90年代半ば頃から、しばしば世界各地の猛暑の話題が伝えられ、ある猛暑の夏はフランスで老年女性が自宅で次々に亡くなったというニュースが報じられました。

先進国のフランスでそんなに簡単に亡くなるのは?と思っていた当時、フランスから帰国されたばかりのジャーナリストの方が鈴木その子を取材される機会がありました。「日本中どこでもクーラーがあり暑さのげますが、フランスの農村などの地方ではクーラーのない家も多いんです」という彼の説明を鈴木その子は静かに聞きながら、「日本も昔はそうだったんです。今はそうした点は恵まれています。でもこれからは気温がどこまで上昇するかわかりません。もっと恐ろしい状況が起きる可能性もあります」と厳しいまなざしで話したのです。

90年代から2000年代に入り、気候変動が地球規模の問題となっていたにもかかわらず多くの方がまだ真剣に捉えていなかった一方、紫外線の危険性への関心は身近な問題として高まってきました。鈴木その子が化粧品開発当初から最も重要視していたのが紫外線の影響や活性酸素の問題です。

あの多忙を極めた日々の中でいつそれを行っていたのか。「荘水」をはじめとする製品が完成するたびに、鈴木その子の深い洞察力による「カラダに負担をかけず本来の自分自身の健やかさや美しさを引き出すもの」であったことを知りました。そして30数年後の今も、私たちがその恩恵にあずかっています。

気象状況が大きく変わり、これまで脈々と続いてきた自然の営みに危険信号が灯っている21世紀四半の今、私たちのこれからを真剣に考えなくてはなりません。創業50周年を迎えたSONOKOは創業の想いを原点に、変化する時代を過たずに見据えて進化し、皆様のために役立つ製品をお届けすることを約束いたします。



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