

2025

9

THE SONOKO

vol.378

SO SAFE
SO HEALTHY
SO HAPPY

しなやかに美しく
秋からも揺らがない私



もう一人の私もご機嫌な秋へ
内側からも健やかに輝く私は、
晴れ、ときどき曇らない！



2タイプを上手に使いこなして
SONOKOファンデーションで
たちまち美肌*



イベントも毎日のお昼も
詰めてラクラク弁当

秋のSONOKOデー ポイント交換で断然お得

SONOKOのこだわり

バターを使わずホワイトルウから手づくりした
コクのある風味豊かな **クリームパスタソース**

Debut



New!
全身を上質な
やさしいうるおいで包み込む
**モイスチュア
ボディクリーム誕生**



*メイクアップ効果による

もう一人の私もご機嫌な秋へ / 内側からも健や

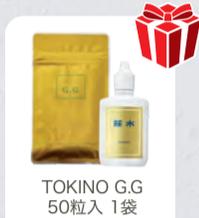
秋を迎えるカラダに欠かせない グリコーゲンが豊富なカキ肉エキス

暑さ厳しい夏を乗り切った私たちのカラダ。鈴木その子は、秋のコンディションにつねに警鐘を鳴らしていました。季節の変わり目を健やかに過ごし、寒い冬も元気を維持するには、カラダに必要な栄養をきちんと摂ることが重要です。鈴木その子がさまざまな原料を検証して完成させた初代GGに配合したのは、エネルギー源となるグリコーゲンが豊富なカキ肉エキスでした。「TOKINO G.G」には、抽出精度を高めたカキ肉エキスを採用。「SONOKO GG」には、カキ肉エキスに加え、トラクタージュコンプレックスを配合しています。

TOKINO G.G



6本
180粒×6 No.62643 常凍
114,000円 税込 123,120円
1本あたり 19,000円



TOKINO G.G
50粒入 1袋
荘水 1本



3本
180粒×3 No.62642 常凍
57,000円 税込 61,560円
1本あたり 19,000円



TOKINO G.G
50粒入 1袋

TOKINO G.G 1本 No.62641 TOKINO G.G 50粒入 No.62644 ▶ 9面へ

SONOKO GG パッケージリニューアル



6本
180粒×6 No.62639 常凍
114,000円 税込 123,120円
1本あたり 19,000円



SONOKO GG
50粒入 1袋
荘水 1本



3本
180粒×3 No.62638 常凍
57,000円 税込 61,560円
1本あたり 19,000円



SONOKO GG
50粒入 1袋

SONOKO GG 1本 No.62637 SONOKO GG 50粒入 No.62640 ▶ 9面へ

GGと一緒に続ける方が多い 元気なカラダづくりの必需品

毎日飲む水の品質にもこだわった鈴木その子が開発した「荘水」は、大切な必須ミネラルケイ素も含有。GGなどのサプリメントを摂る水にはもちろん、お米を炊くときに、昆布水や味噌汁などに滴下してください。

荘水の実験でわかること 「荘水」には水の抗酸化力を高める力があります



0日 40日後 0日 40日後
水道水 「荘水」入り水道水

水道水と「荘水」を入れた水道水のそれぞれにクリップを入れて40日後、水道水は水が黄色く変化してクリップが錆びていたのに対し、「荘水」入りの水道水は変色せずクリップも錆びないままでした。「荘水」には、水の酸化を防ぐ力、つまり抗酸化力が備わっていることがわかります。

※ピーカー内の実験であり、体内の作用ではありません

荘水 常凍

6本 35ml×6 No.62632

45,000円 税込 48,600円



ソーリフトイ
SO LIFTIE
1箱10本

2本 35ml×2 No.62633



5%UP
+800ポイント
16,000円 税込 17,280円



パッケージが
新しくなりました

Balance

トラクタージュ
コンプレックス

「SONOKO GG」のために選び抜いた3種類の国産植物エキス(ツバキ種子エキス末、紫菊花粉末、サクラの花抽出物)をブレンドした、SONOKO独自の複合成分を配合。明日の美しさを支え、いきいきと健やかに過ごしたい方に役立ちます。



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 (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。

かに輝く私は、晴れ、ときどき曇らない!



体内物質
プラズマ
ローゲンに
注目!



人生100年時代のこれからを 前向きに生き続けたい方に

「能活生活」には、国産ホタテから抽出したプラズマローゲンを配合。DHAやEPAなどの有用成分も含まれています。勉強や仕事に頑張る方やポジティブに生きる方をサポートし、明るく心弾む人生を支えます。

from STAFF

「ありがとう乳酸菌」と「がんばれ善玉菌」を昆布水に入れて摂るのが毎朝の習慣。その後はGGタイム。そして「今日も一日クリアに頑張ろう」という気合いを込めながら「能活生活」も摂っています。

コールセンター 大石



from STAFF

もともとは未来の私のために撮っていた「能活生活」を、受験シーズンの息子と一緒に撮るようになりました。いつか息子にとってお守り的な存在になり、中学生になった今の自信にもつながっています。

銀座店 寺田



from STAFF

歳を重ねた自分のことを真剣に考えることが増え、少しでも備えておきたいと思ったのが、「能活生活」を摂り始めたきっかけです。いつまでも心豊かな自立した毎日を送ってほしいと、両親にも贈っています。

SONOKOスタッフ 加藤



from STAFF

10月に揃って64歳になる両親にプレゼントしたら、すっかり気に入って愛飲してくれています。2人に合っているようで、うれしい体感だったと話しています。このまま元気に続けたいと喜んでます。

銀座店 印宮



能活生活 2箱

30粒×2 No.62634 常凍

14,000円
税込 15,120円

5%UP
+700ポイント



“私の菌”に心地よい環境を 増やして育てて応援する

「善玉菌をとにかく摂ればいい」と思っていないですか? 大切なのは、水溶性食物繊維やオリゴ糖で仲間を増やしてあげること。そして、古くからいる体内菌はよそ者を受け入れないので、乳酸菌を個別に届けるのではなく、16種類の乳酸菌が分泌する乳酸菌生成エキスで仲間を応援することです。善玉菌の特性を知り、いくつものアプローチで健やかなカラダを育みましょう。



仲間が
つくったエキスは
“私の菌”と
相性がいい



水溶性
食物繊維や
オリゴ糖で
仲間を助ける



私の菌活セット No.62631 常凍

ありがとう乳酸菌 10ml(液体タイプ)×15包×2
がんばれ善玉菌 5.5g(粉末タイプ)×30包

合計価格 14,600円▼

13,000円
税込 14,040円

1,600円
お得!

私の逸品



ありがとう乳酸菌
がんばれ善玉菌

田辺菜穂子様 50代

“全身の健康にもかかわるので、毎日続けています”

松坂屋銀座店の頃、開店前に並んで購入した1週間献立を実行し、スッキリするのを感じて驚いたのを覚えています。GGと「荘水」は発売当初から摂り、12年間しっかりSONOKO式を続け、30代40代を元気に過ごせました。「ありがとう乳酸菌」「がんばれ善玉菌」は以前からときどき摂っていましたが、50代になって健康の気付きが増えたこともあり、よい身体環境の大切さを実感したので、毎日摂っています。食事、GGや「荘水」と併せて続けることが大切だと思っています。

※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 ※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。

全身をやさしいうるおいで包み込む モイスチュアボディクリーム誕生

Wの薬用有効成分で 未来の肌を守るボディケア

年齢とともにボディの肌も皮脂やセラミドが減少して乾燥が進み、かさつきやごわつき、肌荒れなどのトラブルが現れやすくなります。SONOKOではこのようなエイジングサインを見つめ、肌荒れを予防する医薬部外品として2つの薬用有効成分を配合した「モイスチュアボディクリーム」を開発しました。コクがあるのに軽やかにのびて肌に上質なるおいをもたらし、上品なシトラスフローラルグリーンの香りが心までみずみずしく満たします。

保水有効成分 ヘパリン類似物質

水の分子を引き寄せて抱え込む性質があり、すぐれた保水力が特長。そのため、肌の水分量が増えて、ラメラ構造*が整うことで、外部刺激の影響を受けにくい健やかな状態へ導きます。

* 油分と水分の層で構造化された角質層のこと



〈イメージ図〉

肌荒れ防止有効成分 グリチルリチン酸ジカリウム

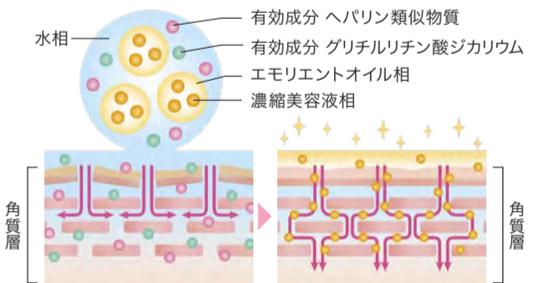
マメ科の植物「甘草」から抽出したグリチルリチン酸をもとにつくられた成分。肌荒れを防ぎ、健やかな肌を保ちます。

保湿の仕組みが異なるさまざまな種類の成分を配合

水分をキャッチする、抱え込む、挟み込む、ふたをするなど、保湿にはさまざまな仕組みがあります。「モイスチュアボディクリーム」には、しっかりうるおう肌を育むために、ヒアルロン酸*1やコラーゲン*2、セラミド*3、スクワラン*4など、いくつもの保湿成分を組み合わせて配合。カプセルにギュッと閉じ込め、角質層のすみずみに届けるデリバリーシステムを採用しました。

*1 アセチル化ヒアルロン酸ナトリウム(保湿成分) *2 水溶性コラーゲン液(保湿成分) *3 バイナッパルセラミド、ユズセラミド、コムカスフィンゴ糖脂質(保湿成分) *4 植物性スクワラン(保湿成分)

〈複数の成分をすみずみに届けるデリバリーシステム〉



まず外側の水が肌に触れて美容成分が浸透しやすい土台をつくり、有効成分が肌荒れを防ぐ。

美容液が肌に浸透していくとともに、エモリエントオイル相が肌の皮脂膜を補って覆うことでしっかり守る。

〈イメージ図〉

*角質層まで

こんな気になる肌に /

膝下や肘の乾燥がひどくてカサカサ

肌荒れやごわつきを防ぎたい

季節や刺激で敏感になりやすい

保湿したいけどベタつくのは苦手

家族で使えるボディケアアイテムがほしい



Debut

「リペアボディセラム」とのW使用で みずみずしいうるおいうるおいも美しい輝きも

SONOKOにはさまざまなボディケアアイテムがありますが、それぞれに目的やアプローチが異なります。シワを改善して輝く白さをもたらす「リペアボディセラム」と深く浸透して保湿するとともに肌荒れを予防する「モイスチュアボディクリーム」のW使用は、SONOKOが考えるボディの肌のエイジングケアの基本。お風呂上がりや朝の習慣にしてください。

美容液+クリームで ボディの肌もエイジングケア

ボディもエイジングケアセット

No.62653

NEW モイスチュアボディクリーム
【薬用ボディ用保湿クリーム】200mL
リペアボディセラム
【薬用ボディ用美容液】200mL



数量限定
スケルトン
ミニート
バッグ 1個

10,900円
税込 11,990円

サイズ:約18×18×5cm/素材:ポリ塩化ビニル・ポリエステル

スパやジムで
大活躍!

〈使用例〉

敏感肌パッチテスト済み ※すべての人に刺激が起こらないというわけではありません

ご使用方法

入浴後などの清潔な肌に適量をやさしくなじませます。フェイスケア同様に朝晩お使いください。昼間もお使いいただけます。片腕1〜2プッシュ、片足2〜3プッシュが目安です。

美白・シワ改善

リペア
ボディセラム
【薬用ボディ用美容液】

保湿・肌荒れ防止

モイスチュア
ボディクリーム
【薬用ボディ用保湿クリーム】

パーツケア

SQオイル

UV対策

朝は
UVスキン
プロテクター
【薬用日焼け止め乳液】

首元やデコルテに顔用のアイテムを使う場合は、その後にボディケアアイテムをお使いください



NEW モイスチュアボディクリーム 【薬用ボディ用保湿クリーム】

2本
200mL×2 No.62651

2%UP 7,800円 税込8,580円

1本
200mL No.60361

3,900円 税込4,290円



リペアボディセラム 【薬用ボディ用美容液】

2本
200mL×2
No.62652

5%UP 14,000円
+700ポイント 税込15,400円

敏感肌パッチテスト済み ※すべての人に刺激が起こらないというわけではありません

※エイジングケアとは年齢に応じたスキンケアのこと ※美白・白く・色素沈着を防ぐとはメラニンの生成を抑え、シミ・そばかすを防ぐこと ※浸透とは角質層まで

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

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。

2タイプを上手に使いこなして

SONOKOファンデーションでたちまち美肌*

使うファンデーションを1つに決めていませんか? 美肌度*が格段にアップするSONOKOファンデーションの使いこなし方をご紹介します! *メイクアップ効果による

美容スペシャリスト SAY★GO



しっとりタイプは置くように、さっぱりタイプは滑らせて

しっとりタイプもさっぱりタイプも、頬などの広い部分から始めてフェイスラインに近くなるほど薄づきにするのがポイントです。しっとりタイプは塗るというよりスポンジを置くように、さっぱりタイプはスポンジを滑らすようなイメージで。おでこから鼻筋、小鼻、あごなどの細かい部分は、おでこから始めて上から下へと塗っていくと自然に仕上がります。また、しっかり密着してカバー力の高いしっとりタイプは、肝斑やシミ、クマなどを隠すコンシーラーとしてもおすすめ。さっぱりタイプはベースメイクを仕上げるフィニッシングパウダーのようにも使えます。このように、しっとりタイプとさっぱりタイプを使いこなせば、肌にすうとなじんで気になる部分をカバーすることで、たちまち美肌に。化粧崩れを防ぎ、キレイな状態もキープできます。

Before After
銀座店 平野 50代

より美しい肌にするポイント

しっとりタイプ コンシーラー代わりに



肝斑やシミなどにトントんと軽いタッチでなじませます。肌なじみがよいので頬や目の周りなど広範囲につけてもOK!

さっぱりタイプ ブラシ塗りで / パウダー代わりに



さっぱりタイプをブラシになじませ、顔全体を軽くさっと払うようにふわり乗せると、薄づきでナチュラルな仕上がりに。

さっぱりタイプ 外出先でのメイク直しに



荷物を少なくしたい日は、メイク直し用としてさっぱりタイプをチョイス。厚塗りにならずにささっとカバーできます。

使いこなせば簡単にベースメイク上級者!

しっとり&さっぱりファンデセット

ピンク No.62840

- SONOKOファンデーション しっとりタイプ ピンク 15g
- SONOKOファンデーション さっぱりタイプ ピンク 12g

オークル No.62839

- SONOKOファンデーション しっとりタイプ オークル 15g
- SONOKOファンデーション さっぱりタイプ オークル 12g

合計価格 各10,000円 税込11,000円

※ファンデーションケースは別売です

携帯にも便利なキャップ付き



さっぱりタイプを塗るのにぴったりのブラシがもらえる

数量限定 コンパクトメイクブラシ 1本

サイズ:φ2×10cm/素材:アルミニウム・ポリエステル

他は使えない!という皆様に愛されてロングセラー

SONOKOファンデーション

しっとりタイプ 15g

No.62665 ●ピンク No.62666 ●オークル

さっぱりタイプ 12g

No.62663 ●ピンク No.62664 ●オークル

各5,000円 税込5,500円

※ファンデーションケースは別売です



UVスキンプロテクター【薬用日焼け止め乳液】1mL 2袋

SONOKOデー

9/1(月)~30(火)

お手持ちのポイントも、これから貯めていただくポイントも「SONOKOデー」のポイントアイテムと交換するのが断然お得です! 年に2回のこの機会、どうぞお見逃しなく!

ポイント交換でお得!

●SONOKOデーのポイント交換について

- ポイント交換アイテムは、SONOKOデー開催期間中のみ交換が可能です。開催期間以外、1ポイント=1円でのお値引きとしてのみご利用可能です。
- ポイント相当額の金額を現金やクレジットカードでのお支払いでお求めいただくこと(たとえば、10,000ポイントの代わりに現金やクレジットカードで1万円のお支払いなど)はできませんので、あらかじめご了承くださいませ。

●ポイントが付くタイミングについて

銀座店でのお買物の場合

その場でポイント付与

お買物の直後からご利用いただけます

お電話注文やオンラインショップでのお買物の場合

商品が届いた時点でポイント付与

商品がお手元に届き次第ご利用いただけます

※プレゼントポイントの場合は、それより後の場合もごさいませ。詳しくはお尋ねください

●オンラインショップではご利用いただけません

ポイント交換アイテム 数量限定

送料¥0

※すべてポイント対象外

275,000ポイント

ザ・ソノコ バスウォーター

THE SONOKO BATHWATER

【浴室用浄水器】

No.62789 常凍

サイズ:幅23×奥行14×高さ38cm(ジョイントA付き) / 付属品:シャワーホース・フィルター・ターレット・浴槽用フレキホース(ジョイントB付き)・パッキン予備(2個)・取扱説明書

23,000円相当お得!

単独発送

170,000ポイント

ザ・ソノコ ウォーター

THE SONOKO WATER

【キッチン用浄水器】

No.62788 常凍

サイズ:幅18.4×奥行6.9×高さ23.1cm / 付属品:切替コック・切替コック取付用アダプター・給水ホース2本・ミネラルボックス・ミネラルボックスカバー・カートリッジ・ITB・取扱説明書 ※ミネラルボックス・ミネラルボックスカバー・カートリッジ・ITBは本体ユニット内にセットされています

10,000円相当お得!

単独発送

39,000ポイント

ザ・ソノコ セラム & グランクリームセット

- ザ・ソノコ セラム 30mL
- ザ・ソノコ グランクリーム 45g

No.62803

常凍

8,000円相当お得!



27,000ポイント

ザ・ソノコ セラム & ホワイトマスクセット

- ザ・ソノコ セラム 30mL
- ザ・ソノコ ホワイトマスク 90g

No.62802

常凍

4,000円相当お得!



21,600ポイント

ユタカミ

YUTAKAMI 2袋

機能性表示食品 90日分

135粒×2 No.62798 常凍



2,400円相当お得!

21,300ポイント

スーパーモイスチャークリームR

50g No.62795

常凍



3,700円相当お得!

17,800ポイント

常温グルメ献立セット

詳しくは14面へ No.62790

常凍



2,000円相当お得!

11,500ポイント

SONOKO G.G口ゼ

150粒 No.62801

常凍



2,500円相当お得!

10,000ポイント

ホワイトストリーム

30mL No.62791

常凍



3,000円相当お得!

6,600ポイント

3Dデザインセラム

30g No.62797

常凍



2,400円相当お得!

5,000ポイント

TOKINO G.G 50粒入

50粒 No.62800

常凍



1,000円相当お得!

1,750ポイント

からだ想いの鶏スープ3袋

200g×3 No.62794

常凍



530円相当お得!

7,000ポイント

パルファム

7mL No.62792

常凍

3,000円相当お得!

5,000ポイント

オードトワレSOU

50mL No.62793

常凍

2,000円相当お得!

5,000ポイント

SONOKO GG 50粒入

50粒 No.62799

常凍

1,000円相当お得!

1,300ポイント

有機フルーツ+野菜100 6本

190g×6 No.62796

常凍

380円相当お得!

※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外となります。

＼だしは鶏肉と魚介と野菜の奥深い旨み／

9種類もの具をとろ～り美味しく煮込みました

白菜、鶏の挽き肉、ヤリイカ、れんこん、にんじん、丹波しめじ、うずら卵、海老、きくらげ。一皿で9種類もの具材を楽しめる贅沢な逸品をおつくりしました。鶏肉の風味を引き出すため、塩麴に漬け込んでから投入。チキンブイヨンと魚醤に、「淡路島玉葱と国産野菜のだしスープ」「万能だしの素」も合わせ、いくつかの素材を重ねた奥行きのある塩味ベースのだしで煮込んでいます。増粘剤や加工でんぷんは使わず、タピオカでんぷんでなめらかなとろみをつけ、口当たりよく仕上げました。どこかほっとするようなやさしい味わいに舌鼓を打ってください。



おかずとしてはもちろん
ごはんや麺にかけるのも◎

NEW ノンオイル中華 九宝あんかけ 常凍

2袋 180g×2 No.63262
3%UP ポイント 2,560円 税込 2,764円



1袋 180g No.63369 1,280円 税込 1,382円

9月の
献立やセットでも
味わえます

9月の献立
13面へ

9月のごちそう
詰め合わせセット
9面へ



＼イベントも毎日のお昼も／ 詰めてラクラク弁当



詰めるだけ! 5分でできるから 忙しい朝でも苦になりません

息子の小学校が休みの間は、学童に行く日に持たせるお弁当を用意しています。メインはもちろんSONOKOの総菜。日替わりで詰めて、揚げないとりから弁当、ハンバーグ弁当、メンチカツ弁当、ソーセージ弁当、海老クリームコロッケ弁当などをつくっています。甘いものは、「プチゼリー葡萄」「フルーツゼリー温州みかん」「ドリームプリン カスタード」のいずれか。お弁当箱を空にして帰ってくるのがうれしいです。一番好きなのはハンバーグ弁当だそうです。

SONOKO 代表 宇田川

切れているからお弁当に入れやすい! 「思い出のやさしい玉子焼」

ワンポイント
「思い出のやさしい玉子焼」や野菜は毎日入れる定番。メインの総菜を変えるだけなので、簡単です。ごはんには「しらす煮」などをかけて栄養をプラス。

豪華な九段重が簡単に完成! SONOKOの食品に感謝です

中学校に入ると運動会に保護者が参加できないので、小学校最後の運動会は気合を入れて九段重に挑戦! パパも初めて参加でき、じいじとばあば、お友達も一緒にぎやかなお弁当タイムを楽しみました。人気だったのは「揚げないとりから」や「焼きフライ海老クリームコロッケ」、「しらす煮」を混ぜたおにぎりです。「筑前煮」「南瓜のそぼろ煮」「黒豆塩大福」は特に祖父母に好評でした。もしぜんぶの素材を買い集めて一からつくっていたら2日間はおかかっていたと思うので、SONOKOがあって本当によかったです!

SONOKOスタッフ 鈴木

ワンポイント
娘が真っ先に食べていたのはパスタです!

SONOKOの重箱は毎年楽しみ! 彩りが華やかで、つくりおきや保存にも便利なので、子どものイベントだけでなくホームパーティーでも大活躍です。

彩りも栄養もアップ! 子どもに人気の副菜が大集合

混ぜて美味しい副菜セット 常凍

- やわらか紀州梅干し 100g
- 調味菜 50g
- ごはんを食べ菜彩 30g
- しらす煮 50g
- ひじき煮 100g

No.62787



合計価格 3,260円 ▶ **2,900円** 360円
税込 3,132円 お得!

ごはんに変化を出したいときや イベントの日のお弁当にも!

そのこの御赤飯

15パック 常凍

150g×15 No.62699

7%UP ポイント 6,750円
税込 7,290円 +472ポイント



甘い風味と美味しそうな黄色で お子様の表情もお弁当も明るく!

思い出のやさしい玉子焼 2袋

10個 (500g)×2 No.62682 常凍

5%UP ポイント 3,100円 税込 3,348円
+155ポイント



ぎっしりの肉とサクサク食感 大人にもお子様にも大人気!

焼きフライ 極旨メンチカツ 常凍

10個 85g×10 No.62704

1個あたり 618円
7%UP ポイント 6,180円
税込 6,674円 +432ポイント



6個 85g×6 No.62703

1個あたり 約689円
3%UP ポイント 4,130円 税込 4,460円



アレンジや飾りつけがしやすく お子様にも不動の人気

数量限定

そのまま美味しい肉まるくん 常凍

3袋 114g (12個)×3 No.62710

5%UP ポイント 2,280円 税込 2,462円
+114ポイント



1袋 114g (12個) No.62709

760円 税込 820円

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。

ここが
ミン!

SONOKOのこだわり

今月のPICK UP!
クリーム
パスタソース

バターを使わずホワイトルウから手づくりした コクのある風味豊かなクリームパスタソース



ミートソーススパゲティを松坂屋銀座店「トキノ」で提供

鈴木その子の著書が脚光を浴びた頃の日本では、パスタはスパゲティと呼ばれ、今のようにさまざまなメニューを食べる機会ほとんどありませんでした。身近な料理になったのは、好景気とともに訪れたイタリア料理のブーム以降といえるでしょう。

そんな時代、松坂屋銀座店のスーパーフードショップ「トキノ」のイートインスペースのオープンに合わせて鈴木その子が完成させたのは、デュラムセモリナ粉100%にこだわった冷凍のスパゲティと、Delicious Dinnerと書かれた袋に入った冷凍のミートソース。“戻し方”にこだわったわかめに和風ドレッシングをかけたサラダも大好評でした。

また、油脂やバターを使わなくても、旨みのある素材を入れて工夫し、不要な食品添加物を使わずに独自の製法で美味しく仕上げたホワイトソースは、チキンや鮭のソースやクリームシチューとして楽しまれ、スパゲティのソースとしてバリエーションが展開されました。



松坂屋銀座店「トキノ」の店頭にて

油脂もバターも増粘剤も使わないホワイトソース

イタリア料理やパスタはすっかり私たちの食生活になじんだものの、オリーブオイルやバター、チーズをふんだんに使うメニューも多く、健康なカラダづくりを心がける方には避けられることも少なくありません。しかしSONOKOでは、2種類の麺と4種類のパスタソースをご用意。「我慢しないとイケない」と思っていたのに、献立でパスタを食べられるなんて」と感激する方もいます。

SONOKOの厳しい基準のひとつに「調理に油脂やバターを加えない」があります。ホワイトソースでおつくりしたクリームパスタソースも、その基準を

守り、鈴木その子オリジナルの製法を継承しています。

本格的なホワイトソースの基本となるホワイトルウは、バターを使うのが普通ですが、SONOKOでは小麦粉を生クリームで練り、コクや深みを出すために、煮詰める時間や配合量を細かく調整して試作を重ね、風味豊かなホワイトソースにたどり着きました。さらに、増粘剤ではなく家庭料理と同じように小麦粉を使い、SONOKOの「小麦香る生パスタ」や「スパゲティ」に絡みやすいほどよいとろみをつけました。

肉や野菜をリッチに仕上げるソースとしても活躍

現在SONOKOでは、独自のホワイトソースを生かした2種類のパスタソースをお届けしています。ぶちぶち食感をご好評の「国産たらこクリームパスタソース」は、北海道産すけとうだらのたらこが主役。着色料や発色剤でたらこのピンク色を強調するのではなく、たらこ本来の色合いを大切にしています。また、たらこの生臭さを消してぶちぶち感を出すために、工程は増えてしましますが、ホワイトソースに合わせる前にたらこを焼いています。国産玉葱のやさしい甘みを添え、まろやかで奥深いソースに仕上げました。

袋を開けた瞬間からバジルの香りを感じられる「海老と香りバジルクリームパスタソース」には、バジルの爽やかな香りをしっかりご堪能いただきたいから、乾燥バジルではなく生鮮バジルを選びました。にんにくの量はちよっぴり控えめにしつつ、隠し味のクल्ミでコクをプラス。バジルによる美しい緑色を損なわないよう、そして保水材不使用の海老が硬くならないよう、ベストな火加減や加熱時間を徹底的に追求しています。

「国産たらこクリームパスタソース」も「海老と香りバジルクリームパスタソース」も、パスタソースとしてだけでなく、肉、魚、野菜をリッチに仕上げるソースとしても大活躍。工夫と手間が随所に詰まったSONOKOだけの贅沢なクリームパスタソースを、いろいろな食し方でお楽しみください。



麺によく絡むクリーミーなソースを食べ比べてください

こだわりクリームパスタセット 常凍

- 国産たらこクリームパスタソース 110g×2
- 海老と香りバジルクリームパスタソース 92g×2
- 小麦香る生パスタ 100g×4

No.62981

合計価格 4,960円▼

4,500円
税込 4,860円

460円
お得!

たらこのぶちぶち食感がたまらないと大人気

国産たらこ クリームパスタソース 3袋 常凍

110g×3 No.62757

7%UP **2,400円** 税込 2,592円
+168ポイント



自然な食感の海老と香り立つバジルがリッチ

海老と香りバジル クリームパスタソース 3袋 常凍

92g×3 No.62758

7%UP **2,700円** 税込 2,916円
+189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。

化粧品

SONOKO 最高峰のエイジングケア美容クリーム



ザ・ソノコ グランクリーム

45g No.62678

5%UP 25,000円 +1,250ポイント 税込 27,500円



プレゼント ザ・ソノコ セラム 4.5mL 2個

クイーンオブホワイト®をはじめ、美容成分を惜しみなく配合。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美容クリームです。

肌本来が持つリズムに着目 輝きあふれる美肌へ



ザ・ソノコ セラム

30mL No.62667

5%UP 22,000円 +1,100ポイント 税込 24,200円



プレゼント ザ・ソノコ グランクリーム 4.5g 2個

長年支持されてきたSTEP1とSTEP2の美容成分を受け継ぎながら、クイーンオブホワイト®をシリーズ最高濃度で配合*1。さまざまな肌悩みに応えます。

真皮まで深く効いて できてしまったシワを改善



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.62668

5%UP 20,000円 +1,000ポイント 税込 22,000円



プレゼント ザ・ソノコ ホワイトニング エッセンス【薬用美白美容液】 4.5mL

シワを改善する有効成分ナイアシンアミドをはじめ、目元に届けたい美容・保湿成分もふんだんに配合。年齢が現れやすい目元に、ハリとうるおいと透明感を。



ザ・ソノコ クレンジングウォーター 2本

145mL×2 No.62671 5%UP 14,000円 +700ポイント 税込 15,400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。



ザ・ソノコ クレンジングクリーム 2本

120g×2 No.62672 5%UP 14,000円 +700ポイント 税込 15,400円

とろけるように肌になじんで毛穴に入り込み、メイクや皮脂をすする。



ザ・ソノコ ウォッシングフォーム 2本

100g×2 No.62673 5%UP 14,000円 +700ポイント 税込 15,400円

濃密泡が古い角質や汚れをしっかりオフ。洗い上がりはしっとり。



ザ・ソノコ ホワイトニングローション 2本

【薬用美白化粧水】120mL×2 No.62674 5%UP 14,400円 +720ポイント 税込 15,840円

高い保湿力の薬用美白化粧水で、みずみずしい肌へ。



ザ・ソノコ リペアローション 2本

120mL×2 No.62675 5%UP 14,400円 +720ポイント 税込 15,840円

美容成分を複合的に配合。肌をうるおし、次に使うアイテムを浸透しやすく。



ザ・ソノコ ホワイトマスク 2本

90g×2 No.62669 5%UP 18,000円 +900ポイント 税込 19,800円

乾燥や古い角質による大人のくすみやにがり肌に、うるっと艶めく輝きのケアを。



ザ・ソノコ ホワイトニングエッセンス 2本

【薬用美白美容液】30mL×2 No.62676 5%UP 24,000円 +1,200ポイント 税込 26,400円

明るい肌へ導くビタミンC誘導体*2と高い保湿力で、輝く肌へ。



ザ・ソノコ リペアエッセンス 2本

【薬用シワ改善美容液】30mL×2 No.62670 5%UP 24,000円 +1,200ポイント 税込 26,400円

2つの有効成分*3が多角的にアプローチ。シワを改善して美しいハリ肌へ。



ザ・ソノコ バランシングミルク 2本

80mL×2 No.62677 5%UP 20,000円 +1,000ポイント 税込 22,000円

3種類のセラミド配合*4。豊かなうるおいで肌を包み込み、もちもちハリ肌へ。



ルアモ マルチパレットセット

NEW 7,300円 税込 8,030円



ルアモ ナチュラルアイカラー

1,200円 税込 1,320円



ルアモ ナチュラルチークカラー

各 1,250円 税込 1,375円

2タイプを上手に使いこなして 簡単にベースメイク上級者!



しっとり&さっぱり ファンデセット

- ピンク No.62840 SONOKOファンデーション しっとりタイプ ピンク 15g SONOKOファンデーション さっぱりタイプ ピンク 12g
- オークル No.62839 SONOKOファンデーション しっとりタイプ オークル 15g SONOKOファンデーション さっぱりタイプ オークル 12g

各 10,000円 税込 11,000円



コンパクトメイクブラシ 1本 サイズ:φ2×10cm/ 素材:アルミニウム・ポリエステル

Wの有効成分*5と複数の保湿成分が やさしくうるおして未来の肌を守る



NEW モイストチュア ボディクリーム

【薬用ボディ用保湿クリーム】 2本 200mL×2 No.62651 2%UP 7,800円 税込 8,580円 1本 200mL No.60361 3,900円 税込 4,290円

肌荒れを予防する2つの薬用有効成分*5を配合した、コクがあるのに軽やかにのびるクリーム。年齢とともに皮脂やセラミドが減少して乾燥が進み、かさつきやごわつき、肌荒れなどのトラブルが現れやすくなるボディの肌を、みずみずしいうるおいで満たします。

美容液+クリームで うるおいても輝きも



NEW ボディもエイジングケアセット

【NEW】モイストチュアボディクリーム【薬用ボディ用保湿クリーム】200mL リペアボディセラム【薬用ボディ用美容液】200mL

10,900円 税込 11,990円



数量限定 スケルトン ミニトートバッグ 1個 サイズ:約18×18×5cm/ 素材:ポリ塩化ビニル・ポリエステル

モイストチュアボディクリームとリペアボディセラムは敏感肌パッチテスト済み ※すべての人に刺激が起こらないというわけではありません。

SONOKOファンデーション

- しっとりタイプ 15g 2%UP 各 5,000円 税込 5,500円
- さっぱりタイプ 12g 2%UP 各 5,000円 税込 5,500円



UVスキンプロテクター【薬用日焼け止め乳液】1mL 2袋

リペアボディセラム【薬用ボディ用美容液】

2本 200mL×2 No.62652 5%UP 14,000円 +700ポイント 税込 15,400円

有効成分ナイアシンアミド配合。ボディの肌に、保湿だけに終わらないエイジングケアを。

シルクハンドクリーム

【薬用美容ハンドクリーム】 2本 45g×2 No.62655 7%UP 6,600円 +462ポイント 税込 7,260円

ACN ローション

60mL No.62679 3%UP 2,500円 税込 2,750円

YUTAKAMIヘアケア



シャンプー 2本 400mL×2 No.62660 3%UP 7,800円 税込 8,580円



ヘアパック 2本 180g×2 No.62662 3%UP 9,600円 税込 10,560円



コンディショナー 2本 400mL×2 No.62661 3%UP 9,000円 税込 9,900円



ヘアカラー トリートメント

●ダークブラウン 2本 200g×2 No.62657 ●ブラック 2本 200g×2 No.62658 5%UP 各 6,000円 +300ポイント 税込 6,600円



マイルド コンディショニング シャンプー 2本

480mL×2 No.62659 3%UP 9,000円 税込 9,900円

ノンシリコン、弱酸性で家族で使えるリンス不要のシャンプー。

バスエッセンス ブーケ 2本

120mL×2 No.62654 5%UP 5,600円 +280ポイント 税込 6,160円

薬用ハンド ウォッシュ 2本

200mL×2 No.62656 5%UP 2,000円 +100ポイント 税込 2,200円

この価格は今月まで!

セレクト FER ピレカロール

【医薬部外品】250mL No.62650 1%UP 2,090円 税込 2,299円

網戸やベッドを害虫から守る虫除け+殺虫スプレー。

*エイジングケアとは年齢に応じたスキンケアのこと ※美白・白く・色素沈着を防ぐとはメラニンの生成を抑え、シミ・そばかすを防ぐこと ※透明感とは保湿により肌が明るく見えること ※浸透とは角質層まで ※クイーンオブホワイト®とはカンゾウ根エキス、オウゴン根エキス、ユキノシタエキス、ビルベリー葉エキス、スサビノリエキス、アルニカ花エキス、ハマメリス葉エキス、セイヨウキズタ葉/茎エキス、セイヨウトチノキ種子エキス(すべて保湿・整肌成分) *1 自社比 *2 L-アスコルビン酸2-グルコシド(有効成分) *3 ナイアシンアミド、グリチルリチン酸ジカリウム *4 セラミドAP/セラミドNG/セラミドNP(保湿成分) *5 ヘパリン類似物質(保湿成分)、グリチルリチン酸ジカリウム(肌荒れ防止成分)

【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】

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

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



プレゼント
TOKINO G.G. 50粒入 荘水 1本

1本あたり 19,000円

6本 180粒×6 No.62643 **114,000円**
税込 123,120円

3本 常凍 1本あたり 19,000円
180粒×3 No.62642 **57,000円**
税込 61,560円

1本 常凍 7%UP **20,000円**
No.62641 +1,400ポイント 税込 21,600円

50粒入 常凍 50粒 No.62644 **6,000円**
税込 6,480円

プレゼント
SO LIFTIE 2本

パッケージリニューアル



プレゼント
SONOKO GG 50粒入 荘水 1本

1本あたり 19,000円

6本 180粒×6 No.62639 **114,000円**
税込 123,120円

3本 常凍 1本あたり 19,000円
180粒×3 No.62638 **57,000円**
税込 61,560円

1本 常凍 7%UP **20,000円**
No.62637 +1,400ポイント 税込 21,600円

50粒入 常凍 50粒 No.62640 **6,000円**
税込 6,480円

プレゼント
SO LIFTIE 2本



SONOKO G.G.口ゼ 3本 常凍
150粒×3 No.62645 **40,000円**
+2,800ポイント 税込 43,200円



YUTAKAMI 常凍 機能性表示食品
2袋 90日分 135粒×2 No.62635 **24,000円**
+1,680ポイント 税込 25,920円

1袋 45日分 135粒 No.62636 **12,000円**
+300ポイント 税込 12,960円

【表示】本品にはカメリアサボンB2が含まれます。カメリアサボンB2は、末梢部の血流を改善することにより、気温や室温が高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。



ソー エナジー SO ENERGIE 常凍
3箱30本 50ml×30 No.62649 **12,000円**
+840ポイント 税込 12,960円

1箱10本 50ml×10 No.62648 **4,000円**
+300ポイント 税込 4,320円



ソーリフティ SO LIFTIE 常凍 機能性表示食品
3箱30本 30ml×30 No.62647 **15,000円**
+1,050ポイント 税込 16,200円

1箱10本 30ml×10 No.62646 **5,000円**
+300ポイント 税込 5,400円

【表示】本品にはサケ魚由来プロテオグリカンが含まれます。サケ魚由来プロテオグリカンは筋力増進を維持し、肌の弾力に役立つ働き、腸胃の不快感を軽減する働き、関節痛の軽減に役立つ働き、膝関節の可動性、日常生活における膝の動き（階段の上り下り、歩く、立ち上がる、落ちたものを拾う、座っている）の改善に役立つ働き、起立時の違和感を軽減する働き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。



能活生活 2箱 常凍
30粒×2 No.62634 **14,000円**
+700ポイント 税込 15,120円

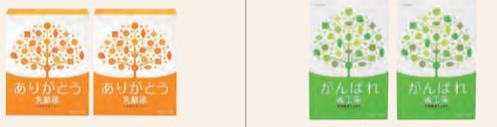
脳内物質に目を向けてつくりました。国産の帆立貝から特殊な方法で抽出した良質な「ホタテ・プラズマローゲン」を使用。ポジティブで生き生きとした毎日をサポートします。

“私の菌”に心地よい環境を応援

私の菌活セット
ありがとう乳酸菌 10ml(液体タイプ)×15包×2
がんばれ善玉菌 5.5g(粉末タイプ)×30包

常凍 No.62631 **1,600円** **お得!**

合計価格 **14,600円 ▶ 13,000円**
税込 14,040円



ありがとう乳酸菌 2箱 常凍
10ml(液体タイプ)×15包×2 No.62629 **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 2箱 常凍
5.5g(粉末タイプ)×30包×2 No.62630 **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。



数量限定
9月のごちそう詰め合わせセット
焼きフライ ハーブ豚とんかつ 135g
そのまま美味しい肉まるくん 114g(12個)
焼きフライ 極旨メンチカツ 85g
北海の恵みごちそう丼 2食分(93g×2)
北陸甘エビのビスコース 180g
NEW! ノンオイル中華 九宝あんかけ 180g

常凍 No.62759 **5,500円**
税込 5,940円



数量限定
9月のパンセット
極みフレンチトースト 1袋(2切)
極みメロンパン 1個
極みチョコチップパン 1個
極み厚切り山型パン 3枚切
極みカレーパン 1個
極みナン 1枚 100g

常凍 No.62760 **3,000円**
税込 3,240円



数量限定
牛肉と春雨のチャプコギ 3袋
180g×3 No.62715 **4,200円**
税込 4,536円

国産の牛もも肉、玉ねぎ、にんじん、春雨、にらを、「キムチちゃん」を用いたオリジナルのタレで味付けした、ごはんが進む一品。



数量限定
そのまま美味しい肉まるくん
3袋 114g(12個)×3 No.62710 **2,280円**
+114ポイント 税込 2,462円

1袋 114g(12個) No.62709 **760円** 税込 820円



数量限定
国産肉100% 照り焼きソースハンバーグ 2袋
240g×2 No.62713 **2,240円**
+300ポイント 税込 2,419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。



数量限定
国産肉100% 直火焼きハンバーグ 2個
120g×2 No.62714 **1,920円**
+300ポイント 税込 2,073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ました。



数量限定
焼きフライ 極旨メンチカツ
10個 85g×10 No.62704 **6,180円**
+432ポイント 税込 6,674円

1個あたり 618円

6個 85g×6 No.62703 **4,130円**
+300ポイント 税込 4,460円

1個あたり約 689円



黒毛和牛のビーフハヤシ 2袋
180g×2 No.62701 **2,160円**
+200ポイント 税込 2,332円

ごはんにもパンにも、パスタにもよく合うコク旨ソース。



黒毛和牛の極旨牛すき丼 2袋
180g×2 No.62708 **1,760円**
+200ポイント 税込 1,900円

「国産牛」の50%以下しか流通していない「和牛」の中でも人気の「黒毛和牛(黒毛和種)」は、きめ細かくやわらかな肉質で、ほどよく締まった赤身の肉の味わいが特長。「黒毛和牛の極旨牛すき丼」には、赤身肉の脂身をできるかぎり取り除き、1袋あたり59g(生肉換算)も使っています。玉葱とごぼうも国産、葛切りは原材料の馬鈴薯でんぷんと本葛粉まで国産。それぞれの具材の異なる食感が美味しく楽しいハーモニーを奏でます。甘辛い特製のタレは、砂糖とみりんをベースに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ました。



国産牛とゴロゴロ野菜のビーフシチュー 2袋
200g×2 No.62837 **1,600円**
+300ポイント 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。



ミニハンバーグと白菜のクリームスープ 2袋
250g×2 No.62814 **1,800円**
+300ポイント 税込 1,944円

国産豚の旨みと白菜の甘さが際立つ、中華だしベースのスープ。

※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



数量限定

みんな大好き 焼きフライセット

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)
焼きフライ 極旨メンチカツ 85g×2
焼きフライ 海老クリームコロッケ 100g(2個)

常凍 No.62786

4,500円
税込 **4,860円**



数量限定

まんぷく バーガーセット

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 極旨メンチカツ 85g
極みバーガーパンズ 3個

常凍 No.62785

3,000円
税込 **3,240円**



数量限定

放牧豚のポロニアソーセージ 2袋

80g×2 No.62700

ポイント **3%UP** **1,560円**
税込 **1,684円**

北海道産の放牧豚の赤身肉を使い、枝豆とドライトマトを入れ、独自の製法でなめらかな食感に仕上げました。



豚どんセット 2袋

2食分(豚肩ローススライス160g・タレ50g)×2
No.62712

ポイント **3%UP** **1,800円**
税込 **1,944円**

しょうゆベースの甘いタレがご飯とも相性抜群。



豚の味噌焼きセット 2袋

2食分(豚モモスライス160g・タレ50g)×2
No.62716

ポイント **3%UP** **1,560円**
税込 **1,684円**

甘辛味噌ダレが豚モモ肉の赤身の美味しさを引き出します。



焼豚 2袋

120g×2 No.62717

ポイント **2%UP** **3,000円**
税込 **3,240円**

脂身の少ない部位を使用。甘さほどよい焼豚。



スライスハム 2袋

80g×2 No.62719

ポイント **2%UP** **1,480円**
税込 **1,598円**

放牧豚の内もも肉を使用。適度な噛み応えと豚肉本来の旨み。



無塩せきポーク ウィナー 常凍

プレーン 2袋 100g(4本)×2 No.62705
スパイシー 2袋 100g(4本)×2 No.62706
ハーブ 2袋 100g(4本)×2 No.62707

合計価格 **各1,680円 ▶ 1,400円**
税込 **1,512円**

280円お得!



鶏とマッシュルームのマカロニグラタン 2個

320g×2 No.62702

ポイント **3%UP** **3,760円**
税込 **4,060円**

鶏肉、玉葱、マッシュルーム、アクセントのパセリも国産。マカロニのボリューム感もうれしい。



鶏肉のやわらか煮 ~オレンジ風味~ 2袋

200g×2 No.62780

ポイント **3%UP** **2,400円**
税込 **2,592円**

しっとりジューシーな鶏肉はお箸で切り分けられるやわらかさ。



蒸し鶏のガーリック風味 2個

120g×2 No.62835

ポイント **3%UP** **1,400円**
税込 **1,512円**

しっとりやわらかな食感、シンプルな味付けにガーリックがアクセント。



揚げないとりから 2袋

150g(6個)×2 No.62833

ポイント **3%UP** **2,600円**
税込 **2,808円**

国産鶏もも肉を蒸し焼きにし、油であげたようなサクサク食感に。



揚げないむねとりから 2袋

150g(6個)×2 No.62834

ポイント **3%UP** **2,600円**
税込 **2,808円**

塩麹で中はしっとりやわらかく。外はサクサク食感に仕上げました。



手ごねなんこつ入り つくね 2袋

120g×2 No.62718

ポイント **3%UP** **1,200円**
税込 **1,296円**

材料のこねから成形まで手づくり。みっちりとした食感が魅力。



だし薫るかき玉風親子丼 30袋

200g×30 No.62680

ポイント **3%UP** **22,500円**
税込 **24,300円**

さらにもう1袋! だし薫るかき玉風親子丼 1袋

3袋 200g×3 No.62681

ポイント **3%UP** **2,250円**
税込 **2,430円**



北海の恵み ごちそう丼 2袋

2食分(93g×2)×2 No.62748

ポイント **5%UP** **4,800円**
+240ポイント 税込 **5,184円**

1袋 2食分(93g×2) No.62747

2,400円
税込 **2,592円**

ほたて、たこ、いくら、いかを、かつお節や昆布エキスのきいただし入りしょうゆで味付けしました。



天然鯛入り 館かけしんじょう 3袋

120g×3 No.62832

ポイント **3%UP** **3,300円**
税込 **3,564円**

天然真鯛のほぐし身、国産の筍、椎茸、にんじんのつみれに、だしが香るやさしい風味のあんを絡めました。



焼きフライ 海老クリームコロッケ 3袋

100g(2個)×3 No.62746

ポイント **3%UP** **2,940円**
税込 **3,175円**

まるやかなクリームソースをサクサクの衣で包みました。



秋鮭の塩麹漬け焼き 3切

210g(3切) No.62751

ポイント **2%UP** **1,600円**
税込 **1,728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。



真だらの味噌漬け焼き 3切

210g(3切) No.62752

ポイント **2%UP** **1,600円**
税込 **1,728円**

北海道産の真だらの旨みを閉じ込めてふっくら焼き上げました。



国産真さばの味噌煮 2袋

83g×2 No.62750

ポイント **3%UP** **960円**
税込 **1,036円**

SONOKOの生味噌を生かした味噌ダレで風味豊かに。



国産真いわしのしょうが煮 2袋

73g×2 No.62749

ポイント **3%UP** **800円**
税込 **864円**

素朴な味付けでいわし本来の旨みを凝縮。骨まで食べられるやわらかさ。



かつを煮 2袋

100g×2 No.62730

ポイント **2%UP** **1,800円**
税込 **1,944円**

噛めば噛むほど味がしみ出る風味豊かなかつをの角煮。



ノンオイル調理 タイレッドカレー 2袋

200g×2 No.62776

辛さ★★★★☆

ポイント **2%UP** **1,560円**
税込 **1,684円**

ココナッツミルククリームと豆乳が隠し味。旨くて甘くてじわじわ辛い、奥行きのある味わいです。



ノンオイル調理 キーマカレー 10袋

120g×10 No.62775

ポイント **2%UP** **7,000円**
税込 **7,560円**

さらにもう2袋! ノンオイル調理 キーマカレー 2袋

2袋 120g×2 No.62774

ポイント **2%UP** **1,400円**
税込 **1,512円**



白いカレー 2袋

200g×2 No.62815

辛さ★★★★

ポイント **2%UP** **1,800円**
税込 **1,944円**

11種のスパイスをバランスよくブレンドしたスパイシーなカレー。



クリームカレー 2袋

200g×2 No.62816

辛さ★★★★

ポイント **2%UP** **1,800円**
税込 **1,944円**

スパイシーなオリジナルブレンドのカレー粉と鶏モモ肉の旨みが絶妙。



ノンオイル調理 黄色いビーフカレー 2袋

200g×2 No.62777

辛さ★★★★

ポイント **2%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。



ノンオイル調理 マイルドチキンカレー 30袋

200g×30 No.62779

辛さ☆☆☆☆

ポイント **2%UP** **21,900円**
税込 **23,652円**

さらにもう1袋! ノンオイル調理 マイルドチキンカレー 1袋

2袋 200g×2 No.62778

ポイント **2%UP** **1,460円**
税込 **1,576円**



極みナン 9枚

100g×9 No.62743

ポイント **10%UP** **3,000円**
+300ポイント 税込 **3,240円**

3枚 100g×3 No.62742

ポイント **5%UP** **1,000円**
+50ポイント 税込 **1,080円**

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



こだわりクリーム パスタセット

国産たらこクリーム
パスタソース 110g×2
海老と香りバジルクリーム
パスタソース 92g×2
小麦香る生パスタ
100g×4

常凍 No.62981
合計価格
4,960円 ▶ **4,500円**
税込 4,860円



国産たらこクリーム パスタソース 3袋

110g×3 No.62757
7%UP **2,400円**
+168ポイント 税込 2,592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!



海老と香りバジルクリーム パスタソース 3袋

92g×3 No.62758
7%UP **2,700円**
+189ポイント 税込 2,916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。



思い出のやさしい ミートソース 3袋

140g×3 No.62756
5%UP **2,190円**
+109ポイント 税込 2,365円
野菜と挽き肉を煮込み、旨
みを凝縮した本格派の味。



国産帆立のボンゴレ風 パスタソース 3袋

100g×3 No.62755
5%UP **2,190円**
+109ポイント 税込 2,365円
国産帆立や野菜にココの
あるソースを絡めました。



北海道かぼちゃの デザートポタージュ 3袋

160g×3 No.62763
5%UP **1,440円**
+72ポイント 税込 1,555円
ほっくり肉厚の北海道産えびすかぼちゃ
を丁寧に裏ごししたなめらかな口あたり。



北海道ごぼう ポタージュ 3袋

160g×3 No.62764
5%UP **1,440円**
+72ポイント 税込 1,555円
バターは使わず、味噌を隠し味に、ご
ぼう本来の素朴な味わいに。



北海道にんじん ポタージュ 3袋

150g×3 No.62762
5%UP **1,350円**
+67ポイント 税込 1,458円
にんじんと玉葱の甘みを引き出し
たクリーミーなポタージュスープ。



NEW 鶏肉や魚介の奥深い旨みのだしで 9種類もの具をとりりと煮込みました

常凍
ノンオイル中華
九宝あんかけ
2袋 180g×2 No.63262
3%UP **2,560円**
税込 2,764円
1袋 180g No.63369 **1,280円**
税込 1,382円
具材は、白菜、鶏の挽き肉、ヤリイカ、れんこん、にん
じん、丹波しめじ、うずら卵、海老、きくらげの9種類。
チキンブイヨンと魚醤、「淡路島玉葱と国産野菜の
だしスープ」「万能だしの素」も合わせ、いくつもの素材
を重ねた奥行きのある塩味ベースのだしで煮込み
ました。増粘剤や加工でんぷんは使わず、タピオカ
でんぷんでなめらかなとろみをつけ、口当たりよく仕
上げています。どこかほっとするようなやさしい味わ
いの逸品に舌鼓を打ってください。



具だくさんミネストローネ 3袋

150g×3 No.62761
5%UP **1,350円**
+67ポイント 税込 1,458円
9種の野菜がたっぷり! 彩り鮮
やかなトマトベースのスープ。



この価格は今月まで

常凍
国産小松菜のみそ汁
60袋 4.5g(フリーズドライ)×60
No.62765
合計価格
10,200円 ▶ **9,200円**
税込 9,936円
お湯を注げばすぐできる
国産小松菜のおみそ汁。



からだ想いの鶏スープ 30袋

200g×30 No.62767
22,800円
税込 24,624円
2袋 200g×2 No.62766
2%UP **1,520円**
税込 1,641円



ノンオイル中華 海老チリソース 2袋

170g×2 No.62738
3%UP **2,600円**
税込 2,808円
有機ケチャップをベースにや
さしい辛みに仕上げました。



ノンオイル中華 肉焼売 2袋

192g(24g×8個)×2 No.62739
5%UP **1,900円**
+95ポイント 税込 2,052円
挽き肉は豚もも肉と鶏むね肉に限
定し、しょうゆベースで味付け。



ノンオイル中華 中華丼 2袋

180g×2 No.62740
5%UP **1,560円**
+78ポイント 税込 1,684円
濃厚なあん、贅沢に用いた6種
の国産具材の食感・旨みを堪能。



思い出のやさしい 玉子焼 2袋

10個(500g)×2 No.62682
5%UP **3,100円**
+155ポイント 税込 3,348円
国産鶏卵の風味を生かし
た甘く素朴な味付け。



すずまる納豆 2セット

40g×3パック×2 No.62686
2%UP **760円**
税込 820円
南瓜のそぼろ煮
2袋 常凍
60g×2 No.62836
3%UP **1,460円**
税込 1,576円



和膳真ダコとエビの 黄身酢和え

2袋 常凍
50g×2 No.62684
2%UP **980円**
税込 1,058円
和膳ほうれん草としめじの
おひたし 2袋
常凍
50g×2 No.62683
2%UP **980円**
税込 1,058円



だしが美味しい おでん 2袋

常凍 400g×2 No.62688
2%UP **1,460円**
税込 1,576円
国産具材の
筑前煮 2袋
常凍 115g×2 No.62687
2%UP **1,460円**
税込 1,576円



昆布水のもと 2袋

30g×2 No.62741
3%UP **1,800円**
税込 1,944円
細切りカットの北海道産の真昆
布。昆布水やお料理のだしに便利。



生わかめ 2袋

200g×2 No.62685
2%UP **1,700円**
税込 1,836円
乾わかめ
2袋 常凍
30g×2 No.62689
2%UP **1,700円**
税込 1,836円



混ぜて美味しい 副菜セット

やわらか紀州梅干し 100g
節味菜 50g
ごはんを食べる野菜 30g
しらす煮 50g
ひじき煮 100g
常凍 No.62787
合計価格
3,260円 ▶ **2,900円**
税込 3,132円



いんげん豆の煮豆 2袋

200g×2 No.62735
3%UP **1,160円**
税込 1,252円
ホクホクとした食感で、ねっとり
と甘く豆の豊かな風味が美味。



トキノのり 2袋

乾燥生のり 50g×2 No.62744
3%UP **6,560円**
税込 7,084円
トキノ海苔の
佃煮 2個
常凍 110g×2 No.62736
3%UP **1,760円**
税込 1,900円



やわらか紀州梅干し 2パック

100g×2 No.62729
3%UP **1,920円**
税込 2,073円
まるやかな酸味がやみつき。
大粒で肉厚の紀州産南高梅。



黒毛和牛と実山椒の 佃煮 2袋

90g×2 No.62781
3%UP **3,300円**
税込 3,564円
黒毛和牛に実山椒と赤ワインを
加え、甘辛く炊き上げました。



味見っ子 2袋

100g×2 No.62754
3%UP **1,900円**
税込 2,052円
まぐろ削り節そぼろ、胡麻、細
切り昆布の甘口のふりかけ。



しらす煮 2袋

50g×2 No.62733
3%UP **1,300円**
税込 1,404円
国産のしらすを鮎煮にした
しっとり甘辛い佃煮。



帆立しぐれ煮 2袋

100g×2 No.62734
3%UP **2,000円**
税込 2,160円
国産の帆立を炊き上げ、旨
みと風味をたっぷり凝縮。

※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

食品

この価格は今月まで!



常凍

ひじき煮 2袋
100g×2 No.62690

2%UP **1,320円**
税込 1,425円

食欲をそそるひじき煮はほんのり甘いお袋の味。



常凍

茎わかめ煮 2袋
100g×2 No.62731

3%UP **920円**
税込 993円

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◎

椎茸昆布 2袋 常凍
100g×2 No.62732

3%UP **1,520円**
税込 1,641円

セレクト **調**

ひじき 白あえの素 2袋 常凍
60g×2 No.62838

1%UP **660円**
税込 712円



常凍

氷温[®]熟成そのこ米ごはん 1箱36パック
ササニシキ 180g×36 No.62697

送料 ¥0 単独発送

1パックあたり350円

12,600円
税込 13,608円

3パック ササニシキ180g×3 No.62698

2%UP **1,140円**
税込 1,231円



常凍

そのこの御赤飯 15パック 150g×15 No.62699

7%UP **6,750円**
+472ポイント 税込 7,290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。



常凍

極み特大粒あんぱん 3個 No.62753

1%UP **1,710円**
税込 1,846円

丁寧に発酵させた生地と、ほんのり塩味と粒感が絶妙なあん。

らーめん風 6袋 常凍
230g(特製スープ付き)×6 No.62692

7%UP **2,600円**
+182ポイント 税込 2,808円

スパゲッティ 6袋 常凍
200g×6 No.62694

7%UP **1,600円**
+112ポイント 税込 1,728円



常凍

自家製粉そば粉のなま蕎麦 2袋
100g×2 No.62695

2%UP **960円**
税込 1,036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。



常凍

追い麹仕立ての生味噌 2個
500g×2 No.62745

3%UP **1,900円**
税込 2,052円

一度仕上がった味噌に米麹を加え再発酵。旨みと甘みをアップ。

この価格は今月まで!



常凍

万能だしの素 6袋 120g×6 No.62825

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グンとアップ。



常凍

再仕込み醤油 3本 360ml×3 No.62828

3%UP **2,180円**
税込 2,354円

丸大豆・小麦・塩を2年間じっくり熟成。豊かなコクと旨み。

釜揚げうどん 6袋 常凍
250g×6 No.62693

7%UP **1,600円**
+112ポイント 税込 1,728円

小麦香る生パスタ 3袋 常凍
100g×3 No.62696

3%UP **1,170円**
税込 1,263円

自家製粉そば粉のなま蕎麦 2袋 常凍
100g×2 No.62695

2%UP **960円**
税込 1,036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。

追い麹仕立ての生味噌 2個 常凍
500g×2 No.62745

3%UP **1,900円**
税込 2,052円

一度仕上がった味噌に米麹を加え再発酵。旨みと甘みをアップ。

この価格は今月まで!



常凍

万能だしの素 6袋 120g×6 No.62825

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グンとアップ。



常凍

再仕込み醤油 3本 360ml×3 No.62828

3%UP **2,180円**
税込 2,354円

丸大豆・小麦・塩を2年間じっくり熟成。豊かなコクと旨み。

この価格は今月まで!



常凍

便利つゆ 3本 300ml×3 No.62830

2%UP **2,180円**
税込 2,354円

吟味した素材の旨みを丸ごと引き出した濃縮つゆ。



常凍

和風ノンオイルドレッシング 3本 200ml×3 No.62824

2%UP **1,580円**
税込 1,706円

どんな素材とも相性抜群な醤油ベースのドレッシング。



常凍

有機すだちポン酢 2本 180ml×2 No.63488

3%UP **2,100円**
税込 2,268円

すだちの果汁を贅沢に使った香り豊かなポン酢。



常凍

その子トマト 2本 400g×2 No.62829

5%UP **1,660円**
+83ポイント 税込 1,792円

凝縮したトマトの風味を楽しめるトマトピューレソース。



常凍

スパイス香る熟成ウスターソース 2本 360ml×2 No.62827

3%UP **1,460円**
税込 1,576円

野菜の旨みと甘みを凝縮。料理の隠し味にも活躍。

キムチちゃん 2個 常凍
155g×2 No.62831

5%UP **1,800円**
+90ポイント 税込 1,944円

国産小麦粉 2袋 常凍
1kg×2 No.62826

7%UP **1,160円**
+81ポイント 税込 1,252円

季節のめぐみ 国産いちごジャム 2個 常凍
150g×2 No.62823

3%UP **2,060円**
税込 2,224円

北海道みるく ジャムチョコ 2個 常凍
150g×2 No.62822

3%UP **2,360円**
税込 2,548円



常凍

その子ブレンド 浅煎り珈琲 2袋 挽き豆200g×2 No.62772

3%UP **3,360円**
税込 3,628円

6種類の豆ごとに焙煎。浅煎りなのに贅沢なコクと豊かな香り。

この価格は今月まで!



常凍

その子珈琲 深煎りブレンド 2袋 挽き豆200g×2 No.62773

3%UP **3,680円**
税込 3,974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。



常凍

その子珈琲 アイスブレンドコーヒー 6本 1000ml×6 No.62771

7%UP **7,800円**
+546ポイント 税込 8,424円

数量限定



常凍

レモンサイダー 24本 200ml×24 No.62819

10%UP **8,160円**
+816ポイント 税込 8,812円

6本 200ml×6 No.62820

2%UP **2,040円**
税込 2,203円

北海道みるくジャム 2個 常凍
150g×2 No.62821

3%UP **2,060円**
税込 2,224円

セレクト

オーガニック シュガーシロップ 2袋 120g(8個)×2 No.62737

1%UP **590円**
税込 637円



常凍

その子ブレンド 浅煎り珈琲 2袋 挽き豆200g×2 No.62772

3%UP **3,360円**
税込 3,628円

6種類の豆ごとに焙煎。浅煎りなのに贅沢なコクと豊かな香り。

この価格は今月まで!



常凍

その子珈琲 深煎りブレンド 2袋 挽き豆200g×2 No.62773

3%UP **3,680円**
税込 3,974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。



常凍

その子珈琲 アイスブレンドコーヒー 6本 1000ml×6 No.62771

7%UP **7,800円**
+546ポイント 税込 8,424円

数量限定



常凍

レモンサイダー 24本 200ml×24 No.62819

10%UP **8,160円**
+816ポイント 税込 8,812円

6本 200ml×6 No.62820

2%UP **2,040円**
税込 2,203円



常凍

有機ジンジャー りんごすとすだち 3本 有機しょうがシロップ(濃縮) 310g(4〜6倍希釈)×3 No.62768

10%UP **4,500円**
+450ポイント 税込 4,860円

すべて有機原料を使用した生姜ドリンクの素。



常凍

本格麦焼酎カ松 2本 720ml×2 焼酎乙類(麦)アルコール分25度 No.62817

5%UP **5,800円**
+290ポイント 税込 6,380円

国産の二条大麦と麦麹、地下深層水を使用。キレの良い味わい。



常凍

銀座でその子ビール 6本 330ml×6 No.62818

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。

セレクト **常凍**

XYZ(サイズダウン) 1箱24本 500ml×24 No.62769

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。



常凍

アイス 白いコーヒー10個 120ml×10 No.26741

5,000円
税込 5,400円

バナナ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

バナナ&チョコ各5個 バナナ120ml×5 チョコ120ml×5 No.9264

5,000円
税込 5,400円

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。

数量限定



常凍

アイス 白いコーヒー10個 120ml×10 No.26741

5,000円
税込 5,400円

バナナ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

バナナ&チョコ各5個 バナナ120ml×5 チョコ120ml×5 No.9264

5,000円
税込 5,400円

数量限定



常凍

ミックスポン菓子 2袋 80g×2 No.63245

1,580円
税込 1,706円

1袋 80g No.63246

790円
税込 853円



常凍

みたらし団子 2袋 200g(5本)×2 No.63242

5%UP **1,520円**
+76ポイント 税込 1,641円

国産うるち米を使用。風味豊かな団子に、甘辛いタレをたっぷり。

数量限定



常凍

せんべい ごま 2袋 6枚×2 No.63243

1,760円
税込 1,900円

1袋 6枚 No.63244

880円
税込 950円



常凍

濃厚ガトーショコラ 2個 No.62691

5%UP **3,200円**
+160ポイント 税込 3,456円

生チョコのような口どけとカカオの香り。

●キャンセルの場合は、お届け希望日の2週間前までにご連絡ください(月曜定休)。なお、製品の性質上、お客様のご都合による返品・交換はお受けできません。●沖縄県など一部お届けできない地域がございます。詳しくは5面のご利用方法(お届け方法)をご覧ください。

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

SONOKOアイスお届けカレンダー ●FAX注文は前日締切です。

A 地域お届け日		B 地域お届け日		ご注文締切日
●本州(青森県・秋田県・岩手県を除く)	●四国・九州(長崎県・鹿児島県の一部地域を除く)	●北海道・青森県・秋田県・岩手県	●長崎県(一部地域を除く)・鹿児島県(一部地域を除く)	
9/10(水) もしくは 9/13(土)	9/17(水) もしくは 9/20(土)	9/11(木) もしくは 9/14(日)	9/18(木) もしくは 9/21(日)	9/2(火) まで
9/17(水) もしくは 9/20(土)	9/24(水) もしくは 9/27(土)	9/18(木) もしくは 9/21(日)	9/25(木) もしくは 9/28(日)	9/9(火) まで
10/1(水) もしくは 10/4(土)	10/8(水) もしくは 10/11(土)	9/16(火) もしくは 9/19(金)	9/23(火) もしくは 9/26(金)	9/16(火) まで
10/7(水) もしくは 10/10(土)	10/14(水) もしくは 10/17(土)	10/2(木) もしくは 10/5(日)	10/9(木) もしくは 10/12(日)	9/23(火) まで
10/14(水) もしくは 10/17(土)	10/21(水) もしくは 10/24(土)	10/9(木) もしくは 10/12(日)	10/16(木) もしくは 10/19(日)	9/30(火) まで

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

●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



美味しく、しっかり食べて、整うカラダへ

献立実行部
おすすめ

ひと足先にスッキリ!
SONOKO
奇跡の
献立実行部

良質な素材を吟味し、不要な食品添加物や油脂を使わない食事を、規則正しく。
鈴木その子の食養理論を受け継いだ「SONOKO式献立セット」を、生活やお好みに合わせて実行しませんか。
栄養バランスを考えたバラエティー豊かな美味しいメニューで、内側から輝くような健やかなカラダをめざしましょう。

数量限定 9月の4週間完全実行献立セット

78,000円 税込84,240円 常凍

召し上がり方の一例
(メニュー表)付き

3食+間食+夜食 x 7日分 x 4週間 = 計140食

浅煎りコーヒータイプ 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	9/1(月) ~ 9/15(月・祝)	9/2(火) ~
第2週	9/8(月) ~ 9/22(月)	9/9(火) ~
第3週	9/15(月・祝) ~ 9/29(月)	9/16(火) ~
第4週	9/22(月) ~ 10/6(月)	9/23(火・祝) ~

お申し込み受付期間
9/11(木)まで

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



*お届け日は、地域や天候・交通情報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 ※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) ※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

プレミアムミートローフが大好きな方は迷わずこちら!

常凍

数量限定 9月の1週間グルメセットA No.62720 21,000円 税込22,680円

3食+間食 x 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 コロケ、無塩せきポークウインナー ハーブ、鶏とマッシュルームのマカロニグラタン、手ごねなんこつ入りつくね、北海の恵みごちそう丼、焼きフライ エビフライ、秋鮭の塩麹漬け焼き、真だらの味噌漬け焼き、ノンオイル調理 キーマカレー、具だくさんミネストローネ、からだ想いの鶏スープ、**NEW**ノンオイル中華 九宝あんかけ、国産具材の筑前煮、和膳切り干し大根、和膳ひじきの煮物、和膳きんぴらごぼう、和膳ざざみ昆布の土佐煮、和膳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、いんげん豆の煮豆、葉唐からし、極みメロンパン、極み厚切り山型パン、極みチョコチップパン、極みスイートレーズンパンx2、らーめん風、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



辛口派さんに人気の品々やうなぎもお楽しみください

常凍

数量限定 9月の1週間グルメセットB No.62721 21,000円 税込22,680円

3食+間食 x 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】スパイシーチキン、牛肉と春雨のチャブコギ、焼きフライ 極旨メンチカツ、国産肉100%直火焼きハンバーグ、国産豚肉100%ミートオムレツ、蒸し鶏のガーリック風味、高知県産うなぎの蒲焼(たれ・山椒付き)、天然鯛入り餡かけしんじょう、焼きフライ 海老クリームコロケ、国産真いわしのしょうが煮、国産真さばのスモーク風味、かつを煮、白いカレー、思い出のやさしいミートソース、国産小松菜のみそ汁、**NEW**ノンオイル中華 九宝あんかけ、和膳切り干し大根、和膳ごぼうの甘酢ゆず風味、和膳ざざみ昆布の土佐煮、和膳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)x2、帆立しぐれ煮(小分け)、ひじき煮(小分け)、極みココナッツパン、極み特大粒あんぱん、極み角食パン、金揚げうどん、カシューナッツクッキー、その子のどら1個、ドリームプリン カスタード、フルーツゼリー温州みかんx2

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



秋から冬にかけてのコンディションづくりに手軽に取り組みませんか



数量限定 9月の朝昼間食セットプラス

あさひるかんしゆく

No.62722 14,500円 税込15,660円 常凍

2食+間食 x 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】焼きフライ 極旨メンチカツ、黒毛和牛の極旨牛すき、越後もちぶたのハンバーグ ~トマト煮込み~, 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、秋鮭の塩麹漬け焼き、国産真さばの味噌煮、北海道かぼちゃのデザートポタージュ、からだ想いの鶏スープ、**NEW**ノンオイル中華 九宝あんかけ、和膳ごぼうの甘酢ゆず風味、極み厚切り山型パン、極みチョコチップパン、小麦香る生パスタ、黒豆塩大福、ドリームプリン カスタード、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

*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 ※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・常凍)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。

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*1 献立セット 常凍

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)付き **150,000円** 税込 **162,000円** 送料¥0 単独発送

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*1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*1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。

SH様の数値の変化

項目	START	8週間後
体重	66.1kg	54.1kg
体脂肪率	37.1%	33.9%
BMI	25.8	24.3
ウエスト	91.0cm	79.0cm

※1 ダイエットは1日1400kcalに制限することによる ※2 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21人(年齢41.7±8.6歳)を対象として、プログラムを開始する前と8週間後の体構造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して、1日の摂取エネルギーをおよそ1400kcal、たんぱく質17%・脂質13%・炭水化物70%で摂取する食事プログラムによる。期間は8週間、体重5.94±2.71kg(77.76±15.25kgから71.81±14.19kg)に有意に減少。※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

常温で保管できるSONOKOの人気総菜にサブリもプラス

3食+間食+夜食 ×7日分=計35食 常凍

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.62860 **19,800円** 税込 **21,384円**

常温グルメ献立セット そのこみごはん付 常凍

水溫*熟成そのこみごはん19食 No.62861 **22,800円** 税込 **24,624円**

【セット内容】国産肉100%焼く焼きソースハンバーグ、黒毛和牛の極旨牛すき丼、国産牛とゴロゴロ野菜のビーフシチュー、国産真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(ごはんはセットのみ)/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

パンを中心にスパゲッティやらーめん風も! 和洋中とバラエティ豊かなメニューもうれしい

3食+間食 ×7日分=計28食 常凍

召し上がり方の一例(メニュー表)付き

その子ちゃん献立セット No.60274 16,230円 税込 17,528円 常凍

【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、黒毛和牛の極旨牛すき丼、ミニハンバーグと白菜のクリームスープ、国産豚肉100%ミートオムレツ、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、バーガーパンズ×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、和膳鶏そぼろ入りうの花、和膳切り干し大根×2、和膳ほうれん草としめじのおひたし、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/夜食

豪華な内容で食べ応えのあるメニュー。美味しくSONOKO式を実行できる人気の献立

3食+間食+夜食 ×7日分=計35食 常凍

召し上がり方の一例(メニュー表)付き

すっきり献立セット デラックス No.62858 15,000円 税込 16,200円 常凍

【セット内容】焼きフライ コロケ、国産肉100%直火焼きハンバーグ、黒毛和牛の極旨牛すき丼、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、和膳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、和膳ごぼうの甘酢ゆず風味、和膳さしみ昆布の土佐煮、和膳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×3、和膳真ダコとエビの真身酢和え、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がごはんと飲み物を用意するだけで手軽にスタート!

3食+間食+夜食 ×7日分=計35食 常凍

召し上がり方の一例(メニュー表)付き

すっきりスター献立セット No.62859 13,334円 税込 14,400円 常凍

【セット内容】越後もちふたのハンバーグ へトマト煮込み、黒毛和牛の極旨牛すき丼、スライスハム、国産真いわしのしょうが煮、国産真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、和膳ごぼうの甘酢ゆず風味、和膳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

3食+間食 ×7日分=計28食 常凍

召し上がり方の一例(メニュー表)付き

スタンダード献立セット No.60275 8,990円 税込 9,709円 常凍

【セット内容】黒毛和牛の極旨牛すき丼、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、だし薫るかき玉風親子丼、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、節味煮、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/夜食

新製品・リニューアル情報

NEW **モイストチュアボディクリーム**
【薬用ボディ用保湿クリーム】 **3,900円**
常凍 200mL No.60361 税込 **4,290円**

Wの有効成分*と複数の保湿成分がやさしくうるおして未来の肌を守ります。

*ヘパリン類似物質(保湿成分)、グリチルリチン酸ジカルシウム(肌荒れ防止成分)

SONOKO GG
常凍 180粒 No.59680 税込 **21,600円**

配合成分はそのままに、「TOKINO G.G」と同じガラスボトルになりました。

NEW **ノンオイル中華 九宝あんかけ**
常凍 180g No.63369 税込 **1,382円**

9種類もの具を、鶏肉や魚介や野菜のだしととろ〜り美味しく煮込みました。

新定番商品

- 国産真さばのスマーク風味 ●ノンオイル中華 海老チリソース(リニューアル)
- ピュアモイスト クレンジングジェル ●ピュアモイスト ウォッシングフォーム
- ピュアモイスト ローション(旧:ピュアモイスト モイストチュアローションR)
- ピュアモイスト クリーム(旧:ピュアモイスト デイクリームR/ナイトクリームR)

名称・パッケージ・内容量リニューアル

- 黒毛和牛の極旨牛すき丼(旧:国産牛の極旨牛すき丼)
- だし薫るかき玉風親子丼(パッケージ) ●国産小松菜のみそ汁(パッケージ)
- その子酒(パッケージ) ●本格麦焼酎力ニユ(パッケージ)
- SQオイル(価格・パッケージ・内容量リニューアル)
- セレクト ネイチャーズフォー オーガニックモイストリップ(パッケージ)

なくなり次第終了・休売

- 金華さばのスマーク風味(休売) ●その子ワイン 赤・白・スパークリング
- セレクト KENTヘアブラシ やわらかめ

販売終了

- セレクト 鳥取砂丘産らっきょう漬 ●素ドリンク 透
- 素ドリンク 透 スティックタイプ ●素ドリンク 月
- 3Dデザインフォーボディ

価格変更

- コシヒカリ 5kg 6,555円 → 6,980円(税込7,538円)
- 定期便コシヒカリ 5kg 5,900円 → 6,400円(税込6,912円)
- コシヒカリ小分けパック 450g 660円 → 730円(税込788円)
- 定期便コシヒカリ小分けパック 450g×10 5,900円 → 6,400円(税込6,912円)
- ササニシキ 5kg 5,000円 → 5,980円(税込6,458円)
- 定期便ササニシキ 5kg 4,500円 → 5,000円(税込5,400円)
- ササニシキ小分けパック 450g 500円 → 590円(税込637円)
- 定期便ササニシキ小分けパック 450g×10 4,500円 → 5,000円(税込5,400円)
- 氷温熟成*その子米ごはん 300円 → 350円(税込378円)
- 焼きフライ極旨メンチカツ 10個 5,980円 → 6,180円(税込6,674円)
- 焼きフライ極旨メンチカツ 6個 3,980円 → 4,130円(税込4,460円)
- 焼きフライ極旨メンチカツ 1個 750円 → 780円(税込842円)
- 淡路島玉葱と国産野菜のだしスープ 3袋 2,040円 → 2,100円(税込2,268円)
- 淡路島玉葱と国産野菜のだしスープ 1袋 750円 → 780円(税込842円)
- トキノ海苔の佃煮 850円 → 880円(税込950円)
- 北海道産小豆のゆであずき 780円 → 860円(税込928円)
- 季節の恵み国産いちごジャム 980円 → 1,030円(税込1,112円)
- 北海道みるくジャム 980円 → 1,030円(税込1,112円)
- その子のどら 2個 780円 → 860円(税込928円)
- セレクト カシスジャム 500円 → 620円(税込669円)
- 秋鮭の塩麹漬け焼き3切 1,500円 → 1,600円(税込1,728円)
- 秋鮭の塩麹漬け焼き1切 580円 → 620円(税込669円)
- 真だらの味噌漬焼き3切 1,500円 → 1,600円(税込1,728円)
- 真だらの味噌漬焼き1切 580円 → 620円(税込669円)
- 海老と香りバジルクリームパスタソース 880円 → 900円(税込972円)
- 国産たらこクリームパスタソース 770円 → 800円(税込864円)
- ノンオイル中華 海老チリソース 1,280円 → 1,300円(税込1,404円)
- ドリームプリン カスタード 400円 → 420円(税込453円)
- セレクト マスカハニー MG0573/UMF16 10,000円 → 11,000円(税込11,880円)
- セレクト 麴屋甚平・浅漬けの素 460円 → 490円(税込529円)
- 鶏とマッシュルームのマカロニグラタン 1,850円 → 1,880円(税込2,030円)
- 天然鯛入り鮎かけしんじょう 1,080円 → 1,100円(税込1,188円)
- ポークカレー 700円 → 730円(税込788円)
- ノンオイル調理 マイルドチキンカレー 700円 → 730円(税込788円)
- チキンカレー 700円 → 730円(税込788円)
- 国産帆立のボンゴレ風パスタソース 710円 → 730円(税込788円)
- 思い出のやさしいミートソース 710円 → 730円(税込788円)
- 国産小松菜のみそ汁 15袋 2,250円 → 2,550円(税込2,754円)
- 国産小松菜のみそ汁 5袋 800円 → 900円(税込972円)

- 和膳真ダコとエビの真身酢和え 450円 → 490円(税込529円)
- 和膳鶏そぼろ入りうの花 450円 → 490円(税込529円)
- 和膳切り干し大根 450円 → 490円(税込529円)
- 和膳ひじきの煮物 450円 → 490円(税込529円)
- 和膳さしみ昆布 450円 → 490円(税込529円)
- 和膳ごぼうの甘酢ゆず風味 450円 → 490円(税込529円)
- 和膳さしみ昆布の土佐煮 450円 → 490円(税込529円)
- 和膳4種のきのこの煮びたし 450円 → 490円(税込529円)
- 和膳ほうれん草としめじのおひたし 450円 → 490円(税込529円)
- 昆布水のもと 830円 → 900円(税込972円)
- 昆布水のもと徳用パック 3,000円 → 3,200円(税込3,456円)
- 杣つき餅 1,170円 → 1,260円(税込1,360円)
- その子ブレンド 浅煎り珈琲 1,540円 → 1,680円(税込1,814円)
- その子珈琲 深煎りブレンド 1,800円 → 1,840円(税込1,987円)
- セレクト ミソカ歯ブラシ4色 各1,000円 → 各1,200円(税込1,320円)

価格変更(7/1より)

- 氷温*熟成そのこみごはん 350円 → 380円(税込410円)
- あらびき黒こしょう 730円 → 780円(税込842円)
- 北海道みるくジャム チョコ 1,080円 → 1,180円(税込1,274円)
- 豆ちゃん(大豆の煮豆) 710円 → 730円(税込788円)

価格変更(10/1より)

- 万能だしの素 3袋 1,880円 → 1,950円(税込2,106円)
- 万能だしの素 1袋 680円 → 710円(税込766円)
- 再仕込み醤油 3本 2,180円 → 2,250円(税込2,430円)
- 再仕込み醤油 1本 780円 → 810円(税込874円)
- 便利つゆ 3本 2,180円 → 2,250円(税込2,430円)
- 便利つゆ 1本 780円 → 810円(税込874円)
- 和風ノンオイルドレッシング 3本 1,580円 → 1,650円(税込1,782円)
- 和風ノンオイルドレッシング 1本 580円 → 610円(税込658円)
- 有機すだちポン酢 1,050円 → 1,080円(税込1,166円)
- スパイス香る熟成ウスターソース 730円 → 760円(税込820円)
- その子トマト 830円 → 880円(税込950円)
- かつを煮 900円 → 920円(税込993円)
- 国産小松菜のみそ汁 15袋 2,550円 → 2,700円(税込2,916円)
- 国産小松菜のみそ汁 5袋 900円 → 950円(税込1,026円)
- 味見っ子 950円 → 980円(税込1,058円)
- ひじき煮 660円 → 700円(税込756円)
- 帆立しぐれ煮 1,000円 → 1,250円(税込1,350円)
- その子ブレンド浅煎り珈琲 1,680円 → 1,780円(税込1,922円)
- その子珈琲深煎りブレンド 1,840円 → 1,940円(税込2,095円)
- その子珈琲アイスブレンドコーヒー 6本 7,800円 → 7,900円(税込8,532円)
- その子珈琲アイスブレンドコーヒー 1,500円 → 1,600円(税込1,728円)
- セレクト FER ビレカロール 2,090円 → 2,200円(税込2,420円)
- セレクト エンバランス バランスラップ 450円 → 600円(税込660円)
- 据置タイプカートリッジ SONOKO浄水器 16,000円 → 19,000円(税込20,900円)

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 棚卸による出荷停止期間のご案内

この度、SONOKOでは決算棚卸を予定しております。期間中は通販出荷作業が停止、銀座店においては営業を休業をいたします。そのため、ご注文品をお届けができない日がございます。お急ぎのものはお早めにご注文賜りますようお願い申し上げます。お客様にはご不便をおかけして大変申し訳ございません。何卒、ご理解とご協力をいただけますようお願い申し上げます。

● 出荷休止期間：10/1(水)、2(木)

● 銀座店休業：10/1(水)

お届けについて

9/28(日) 18:00までのご注文
⇒ 9/30(火) 出荷、翌日/翌々日お届け

9/28(日) 18:00以降のご注文
⇒ 10/3(金)以降順次出荷、翌日/翌々日以降のお届け

定期便のご案内

毎日の健康や美容維持のため 定期便が便利です

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

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

- 送料無料でお届けします。詳しくはお問い合わせください。

ポイントサービスのご案内

特価品やセレクト品及び先様送りのご注文はポイント対象外です

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

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

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

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

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

ご利用方法

ご注文方法	電話	ご注文ダイヤル(通話料無料) 0120-88-7878 受付時間 / 10:00~18:00 (月曜定休) IP電話・国際電話等ご利用の場合 TEL.03-4335-7750	オンラインショップ	24時間いつでもご注文! www.sonoko.co.jp	1個口 送料無料 合計1万円(税別)以上で	毎月10・20・30日は 2%ポイントUP オンラインショップだけ	オンライン限定の 不定期で実施
	FAX	0120-48-7717 通話料無料 24時間受付	店舗	SONOKO銀座店 104-0061 東京都中央区銀座5-9-1 銀座幸ビル1F・2F TEL:03-4335-7878 営業時間 / 1F 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。			
	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	○	○	○	○	○ ※一部のみのり不可	○	○
2回分割 ※1	○	○	○	○	-	-	○
分割払い ※1,2	○	○	○	○	○	-	○
ボーナス払い ※1,3	○	○	○	-	-	-	-

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

宅配便にてお届けいたします。

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

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。

送料 (1個口につき) 全国一律 **779円(税込)**

お電話注文は1件*のお届け商品合計が30,000円(税別)以上、オンラインショップは1個口の合計が10,000円(税別)以上で送料無料でとなります。

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

誠に恐れ入りますが、福島県の一部地域(下記掲載)はアイスセットのお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・末森地区・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・夜ノ森北地区・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・南相馬市小高区金谷地区

音声ガイドの後、専任担当におつなぎいたします。

- ① ご注文された荷物の確認、返品・交換に関するお問い合わせ
- ② 住所変更などの会員登録内容に関するご連絡、各種手続き
- 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。

返品・交換方法

返品・交換に際しましては事前に左記のお問い合わせ電話番号にご連絡ください。

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

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

ご返金について

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

SONOKO式実行相談窓口 <開設日時>火・木・土 10時~17時

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

◆ ご予約 **0120-88-7878**

(月曜定休) 10:00~18:00

◆ ご相談専用ダイヤル(ご予約制) 0570-03-7800

ご相談窓口
担当スタッフ 大石
※窓口担当の1人です。



イベントのお知らせ

10/12(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もお買い物できます

事前ご予約特典

うれしい/
ご来場プレゼント

10/13(月・祝) **大阪**

会場 ハートンホテル北梅田
3階もえぎ

大阪府大阪市北区豊崎3丁目12-10
中津駅4番出口から徒歩約2分
JR大阪駅・各線梅田駅から徒歩圏内
TEL:06-6377-0810



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もお買い物できます

数量限定販売

極みメロンパン
(なくなり次第終了)

予約締切
9月16日(火)
まで

当日は会場限定の
お買い得商品が満載!

※ご予約なし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

お問い合わせ・お申し込み先 0120-88-7878

ご予約制/

SONOKOミニイベント

普段なかなかお目に掛かる機会のない会員様へ、様々なお話や体験を直接お届けにまいります。事前ご予約制・少人数でのアットホームなイベントです。ぜひお気軽にご参加ください!

【開催予定】

- 9月14日(日).....徳島
- 9月15日(月・祝).....神戸
- 10月4日(土).....松山
- 10月5日(日).....広島

※該当地域にお住まいの会員様へは、会場や開催時間など改めてハガキやメールマガジン等のご案内いたします
※その他の地域でも順次開催を予定しております
詳しくはお気軽にお問い合わせください

特別なお得と幸せがいっぱい/ SONOKOプラチナ会員

前年度または今年度*内のご購入金額が20万円(税別)に達すると、翌月からプラチナ会員にランクアップ。さまざまな特典をご用意しています。
※前年度は2024年4月1~2025年3月31日、今年度は2025年4月1日以降

特典1 **スペシャルプラチナクーポン**

年に2回、プラチナ会員様のためだけの特別なクーポンをお届けいたします。SONOKOでのお買物をたっぷりお得にお楽しみください。

※クーポン発行時点でプラチナ会員の方が対象です

特典2 **選べるお誕生日プレゼント**

輝きに満ちた1年を願い、お誕生日に素敵なプレゼントをご用意しています。SONOKOの人気アイテムの中から好きな一品をお選びいただけます。

※お誕生日中に銀座店にご来店いただくか、お電話注文の際にお申し付けください

特典3 **月1回 送料無料**

お電話注文の際、月に1回の送料が無料になります。「ストックが思ったより早くなくなった」「追加したくなった」などのときにご活用ください。

特典4 **付与ポイントが3%**

通常購入時の付与ポイントが3%と、パール会員様よりぐんとお得です。普段のお買物のほか年に2回にSONOKOデーでもお使いいただけます。

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。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

9/4(木)・8(月) 2F 終日CLOSE 9/5(金) 1F 15:00 CLOSE 2F 終日CLOSE

9/6(土)・7(日)【創業記念祭】特別販売会のため営業時間変更/CAFE休業

9/21(日)【トキノ会定例会】1F 11:00~13:00まで会員様貸切営業

SONOKO 51周年創業記念祭 9/6(土)・7(日)

SONOKO創業を記念した特別販売会を開催いたします

会場 10:00~ 販売会 10:30~18:00

特典1 **豪華来場プレゼント**

来場するだけで
もれなくもらえる!

A or B

特典2 **銀座店限定! 創業祭特別セット**

特典3 **人気のサブ最大30%OFF
化粧品最大20%OFF
食品30%OFF**

特典4 **スペシャルトークショー**

特典5 **2日間限りの創業祭特別メニューが登場**

特別販売
常温パン販売

ご好評につき/
両日販売

数量限定 常温極みメロンパン

両日10:00より整理券を配布します
なくなり次第終了となります

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

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

1日10食
限定

特別プレート/
**北海道産豚ヒレのペッパーズモーク
〜レモンマスタードソース〜**

2,400円(税込)

限定プレート内容
●彩り野菜 ●ポテトグラタン
●ロールパン2個またはライス

販売期間 9/1(月)~30(火)
※写真はイメージです。実際の内容と異なる場合がございます

会員様
ご本人に限り
CAFEメニュー
20%OFF

9/19(金)~21(日) お楽しみ付き販売
9/21(日) 9月のトキノ会定例会
ゲスト講師:スポーツ医学科アドバイザー
土屋未来氏

予定 10/17(金)~19(日) お楽しみ付き販売
10/19(日) 10月のトキノ会定例会
2026年おせちのご紹介:食品事業部
宇都宮

2025

9

THE NORIKO

トキノ会便り 編集長 瀧本範子の「ノリコ手帖」

VOL.99

9月の祝日は、日本生まれの記念日「敬老の日」があり、「長年にわたり社会に尽くしてきた老人を敬愛し長寿を祝う日」とされています。老人福祉法では9月15日を「老人の日」として「老人が自らの生活の向上に努める意欲を促す日」、9月15日から一週間を「老人週間」と定めています。「敬老の日」はみんなでお祝いする日であり、「老人の日」は老人を理解して助け共に頑張る日としています。お年寄りを敬い元気に長生きしてもらい、誰もが幸せに暮らせる社会をめざそうという考え方は共通です。

今や65歳以上の日本の高齢者人口は総人口の3割を占め、人生100年はおろか、100歳超えも珍しくない日本の長寿者。「私はお年寄りが大好き。その方の人生はかけがえのない宝物。生きてきた道は、二人として同じ経験はありません。学ぶべき人生の先生です」。折に触れてお年寄りを敬う大切さを語った鈴木その子は、その言葉どおり、いつもお年寄りに寄り添い、やさしいまなざしで楽しく談笑していました。さらに「歳をとることは、本当は悲しいこと。でも、それは自分の心の持ちよう、逆転させることができる。そのために若いうちから私は考えてきたんです」とも話していました。

私たちは今、トキノ会の先輩方のお話を伺う機会に恵まれています。長年SONOKO式を実践されてきた皆様の美しく凛として生きる姿。まさに人生の学校の先生たちに教わっているのだと感動します。

敬老の日だけでなく、いつも毎日が敬老でなくてはいけない、という声も上がります。しかし「老人」が年々マジョリティになっていくこれからは、「若者」に対して老人が、その各々が蓄えてきた知恵や生き方を伝えていかなくてはもったいないと思うのです。一生懸命に生きる中で得た知恵、考え方。困難に立ち向かい乗り越えた体験、育児、子育て等々、1人の経験と学びが誰かの役に立つ、それを伝えていける機会が今、日常生活の中で欠けている気がするのです。

話が違って、聖地巡礼。地方に随行した場合、鈴木その子を招待する席が設けられることがありました。その多くは、通常の庶民には敷居が高い場所。テレビ出演で名古屋に前日入りしたときは、名古屋市内の老舗高級料亭でした。庭を廻る長い廊下の先に通された客室は、広々とした和室。中央に設えたテーブルがあるというお殿様状態です。招いてくださったのは鈴木その子の昔からの知人で、老舗の名物料理をとの粋な計らいでした。

次々に登場する本格的で繊細な和食を淡々といただく鈴木その子。その隣で私もお相伴します。最後に登場したのが、主役の鍋でした。鍋に入っているのが何の肉なのかわからない私が、ゴツゴツした肉の切れ端をおそろおそろ口に入れた瞬間、「それはすっぽんですよ」と鈴木その子の声。びくりにして呑み込んでしまいましたが、私には食わず嫌いが多く、すっぽんはほとんど縁のない食べ物でした。

そのお店を代表する看板料理の美味しさをわからないまま会食を終えて以来数十年、すっぽんを食べていませんが、「すっぽんですよ」という鈴木その子の声だけがいつまでも記憶に残り、何度も名古屋を訪れてはいたものの、料亭の名前や場所は忘れてしまっていました。

ところが最近、「白」がつく地名、そして店名が偶然にわかったのです。名古屋を代表する老舗高級料理のお店でした。あのときの鈴木その子は、すべての料理をエレガントにいただいていたが、私には冷汗三斗の随同行の記憶の1つとなっています。聖地巡礼といっても気軽に行けるところではなさそうですが、古い記憶のピースがしっかりと埋まった気がします。古い記憶を振り返るのも老いの楽しみかもしれません。

敬老の日、老いも若きも敬う日にしたいと切に願っています。



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