

2026

6

# THE SONOKO

vol.387

SO SAFE  
SO HEALTHY  
SO HAPPY

半期に一度の大特価!

「待ちました!」の  
ご期待にお応えします

## 夏のサンクス セール

今月だけの大特価 & ポイントアップ!  
大好評のセットが盛りだくさん!  
あの新製品もお得にお求めいただけます

ご購入いただけるように  
なりました

# SALE

10% POINT UP  
7% POINT UP  
ドリーム  
セット  
おまとめ  
& 均一

6/1月 ~ 6/30火

数量限定 \選べてうれしい/  
サンクスプレゼント

5万円  
(税別)

お買い上げ毎に  
A B から1つ選べる!

<b>A</b> 50g カカオ飴 1袋	<b>B</b> 常凍 50g ちゅらしお飴 1袋	2.5gx 10個 国産茶葉 ウーロン茶 1袋	190gx8 有機フルーツ+ 野菜100 8本
-------------------------------	------------------------------------	----------------------------------	-------------------------------

10万円  
(税別)

お買い上げ毎に  
C D E から1つ選べる!

<b>C</b> 常凍 190gx5 有機フルーツ+ 野菜100 5本	352g(16個) プチゼリー-葡萄 1袋	240g(20gx 12本)x2 黒蜜風味ようかん 2袋	500ml (5倍希釈)x2 ホワイト 2本	<b>D</b> 50粒 TOKINO G.G 50粒入 1袋	<b>E</b> 50粒 SONOKO GG 50粒入 1袋
--	-----------------------------	---------------------------------------	---------------------------------	--	---

■1回のご注文金額(税別)が対象となります。銀座店では、1日のお買い上げ金額の合算が対象となります。■ポイントを利用した場合もプレゼントの対象となります。■オンラインショップは上記とは別のプレゼント企画をご用意しております。詳しくはオンラインショップをご確認ください。■以下はプレゼント対象外です。○定期便などのご予約品 ○単独発送となる別送品(ご予約販売品) ○先様送りギフト ○浄水器本体 ○浄水器工事費、メンテナンス費 ○寝具など一部のSONOKOセレクト品...他 ※詳しくはお電話にてお問い合わせください。

うれしい破格値

SONOKOからの感謝

SONOKO式を実行する  
皆様を支えるロングセラー

ご愛用者様のお声

子どもたちの健康づくりに、「TOKINO G.G」とSONOKOの化粧品、食品に、言葉にしきれないほど助けられました。今も欠かさず摂り、「THE SONOKO WATER」の水で毎日料理をつくっています。お陰様で毎日元気に過ごさせています。

YS様

食生活が偏りがちな方や  
外出が多い方におすすめ

ご愛用者様のお声

20年以上続けており、定期便を利用して10年目です。年齢の節目ごとに粒数を増やしながらか、毎朝摂り、1日を元気に過ごしています。世の中にサプリはたくさんありますが、安心感のある「SONOKO GG」は絶対に欠かせません。

MY様 62歳

TOKINO G.G 常凍

6本  
180粒×6 No.66651

合計価格 114,000円▼

93,000円

21,000円  
お得!

1本あたり  
15,500円

税込 100,440円



SONOKO GG 常凍

6本  
180粒×6 No.66647

合計価格 114,000円▼

93,000円

21,000円  
お得!

1本あたり  
15,500円

税込 100,440円



3本 180粒×3 No.66650

1本あたり 16,000円

店頭販売価格 57,000円▼

48,000円

税込 51,840円

9,000円  
お得!

税込 51,840円



1本 180粒 No.66649

20,000円 税込 21,600円

5%UP  
+1,000ポイント

50粒入 2袋 50粒×2 No.66652

12,000円 税込 12,960円

3%UP



3本 180粒×3 No.66646

1本あたり 16,000円

店頭販売価格 57,000円▼

48,000円

税込 51,840円

9,000円  
お得!

税込 51,840円



1本 180粒 No.66645

20,000円 税込 21,600円

5%UP  
+1,000ポイント

50粒入 2袋 50粒×2 No.66648

12,000円 税込 12,960円

3%UP



TOKINO G.G 6本 & 荘水 7本セット

- TOKINO G.G 180粒×6
- 荘水 35ml×7

常凍 No.66638



44,000円  
お得!

合計価格  
167,000円▶

123,000円

税込 132,840円

SONOKO GG 6本 & 荘水 7本セット

- SONOKO GG 180粒×6
- 荘水 35ml×7

常凍 No.66636



44,000円  
お得!

合計価格  
167,000円▶

123,000円

税込 132,840円

気になる膝\*1と肌\*2をサポートする成分を1本に!



\*1 膝関節の不快感 \*2 肌の弾力

【届出表示】本品にはサケ鼻軟骨由来プロテオグリカンが含まれます。サケ鼻軟骨由来プロテオグリカンには肌弾力を維持し、肌の健康に役立つ機能、また、膝関節の不快感を持つ方の軟骨成分の分解を抑え、関節軟骨の保護に役立ち、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)の改善に役立ち、起床時の膝の違和感を軽減する機能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だけではありません。

ソーリフティ  
SO LIFTIE 機能性表示食品



3箱30本 30ml×30 No.66643

7%UP  
+1,050ポイント

15,000円

税込 16,200円

1箱10本 30ml×10 No.66642

5,000円 税込 5,400円

3%UP



エーシーレブ  
AC-11や黒ニンニクを配合! 男性にもどうぞ

SONOKO G.G口ゼ

150粒

常凍 No.66644

14,000円 税込 15,120円

5%UP  
+700ポイント



心までいきいきと弾むようなハリのある毎日を応援

SONOKO G.G口ゼ 3本 & SO LIFTIE 20本セット

- SONOKO G.G口ゼ 150粒×3
- SO LIFTIE 機能性表示食品 30ml×20

常凍 No.66635



合計価格  
50,000円▼

40,000円

税込 43,200円

10,000円  
お得!

常凍 常温・冷蔵(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) ※温度帯の表記のない化粧品はすべて常凍 ※店頭販売価格・合計価格はオンラインショップなどでの公式価格 ※セレクト は定期便も含めてすべてポイント対象外です

ご注文は

お電話注文 (通話料無料) 0120-88-7878

受付時間(月曜定休) 10:00~18:00 ※IP電話・国際電話等ご利用の場合は Tel.03-4335-7750

オンラインショップ  
www.sonoko.co.jp

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

6/1月~6/30火

# を込めたお得が勢ぞろい



カラダの中から健やかに  
みずみずしく整えたい方に

**ご愛用者様のお声**

毎朝、毎晩、「庄水」を飲んで  
います。90歳になりますが、と  
ても調子がよく、朝から気持ち  
よく健やかに過ごしています。  
「庄水」は素晴らしい!これか  
らもうずっと愛飲します。

YH様 90歳



エアコンがフル稼働する  
季節の冷え\*対策に

\*冷えにより低下した末梢部位の体温

**ご愛用者様のお声**

発売当初から「YUTAKAMI」  
を摂り続けています。手先が冷  
たい感じだったのが、摂り始め  
てしばらくして、温かく感じる  
ようになってきました。続けて  
いるうちに最近は周りの人か  
ら褒められることも増え、うれ  
しいです。

MO様

庄水 常凍  
7本  
35ml×7 No.66658



合計価格 53,000円▼

**42,000円** 税込 45,360円

1本あたり  
6,000円

**11,000円**  
お得!

1本  
35ml No.66657



5%UP  
+400ポイント  
**8,000円**  
税込 8,640円

ユタカミ  
YUTAKAMI  
機能性表示食品 常凍

4袋 180日分  
135粒×4 No.66895



合計価格 48,000円▼

**36,000円** 税込 38,880円

**12,000円**  
お得!

2袋 90日分 135粒×2 No.66654



**24,000円**  
税込 25,920円

10%UP  
+2,400ポイント

1袋 45日分 135粒 No.66653

**12,000円** 税込 12,960円

5%UP  
+600ポイント

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

SONOKOを代表する3品、  
常備していますか?  
TOKINO G.G &  
SONOKO GG &  
庄水 2本セット



常凍 No.66637

- TOKINO G.G 180粒
- SONOKO GG 180粒
- 庄水 35ml×2

合計価格 56,000円▼

**48,000円** 税込 51,840円

**8,000円**  
お得!

まとめてお得! ご家族でシェアする方も多数!

SONOKOのサプリ 全10種のセットです  
ソノコサプリドリームセット 常凍 No.66639

- TOKINO G.G 180粒
- SONOKO GG 180粒
- SONOKO G.Gロゼ 150粒
- 庄水 35ml
- YUTAKAMI 機能性表示食品 135粒×2 90日分
- SO LIFTIE 機能性表示食品 30ml×10
- SO ENERGIE 50ml×10
- 能活生活 30粒
- ありがとう乳酸菌 10ml(液体タイプ)×15包
- がんばれ善玉菌 5.5g(粉末タイプ)×30包

**33,800円**  
お得!

合計価格 **110,800円**▶ **77,000円** 税込 83,160円

ご愛用者様のお声

いつも愛用しているすべてのサプリがとってもお得になってうれしいです。半期に一度のごほうびセットとして購入しています。美と健康づくりに欠かせないアイテムが全部揃って、まさに「ドリームセット」ですね。サクスセール、いつも楽しみです。



栗原節子様



夏に負けないみなぎる元気をごくごく美味しくチャージ



ソー エナジー  
SO ENERGIE 常凍

3箱30本 50ml×30 No.66641

**12,000円** 税込 12,960円

10%UP  
+1,200ポイント

1箱10本 50ml×10 No.66640

**4,000円** 税込 4,320円

5%UP  
+200ポイント

ご愛用者様のお声

現在はポーランド女子1部リーグに所属し、日々のトレーニングに励んでいます。元気を保ち、コンディションを維持するために、「SO ENERGIE」を毎日欠かさず摂っています。



プロサッカー選手 木崎あおい様

勉強や仕事に頑張る方の心弾む人生を応援

能活生活 2箱

30粒×2

常凍 No.66659

**14,000円** 税込 15,120円

7%UP  
+980ポイント



“私の菌”と相性がよい仲間を補給

ありがとう乳酸菌 2箱

10ml(液体タイプ)×15包×2

常凍 No.66655

**11,600円** 税込 12,528円

5%UP  
+580ポイント



仲間を増やして助けてスムーズにリズムよく

がんばれ善玉菌 2箱

5.5g(粉末タイプ)×30包×2

常凍 No.66656

**6,000円** 税込 6,480円

5%UP  
+300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外となります。

# いつものスキンケアもあのス

## SONOKO最高峰! 輝きのエイジングケア

ザ・ソノコ 全13点



心まで輝くエイジングケアを  
たっぷりご堪能ください

### ザ・ソノコ ドリームセット No.66660

- ザ・ソノコ グランクリーム 45g
- ザ・ソノコ セラム 30mL
- 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】20g
- 【NEW】ザ・ソノコ UVホワイトヴェール
- 【薬用UV美白下地】SPF40/PA+++ 30g
- ザ・ソノコ クレンジングウォーター 145mL
- ザ・ソノコ クレンジングクリーム 120g
- ザ・ソノコ ウォッシングフォーム 100g
- ザ・ソノコ ホワイトニングローション
- 【薬用美白化粧水】120mL
- ザ・ソノコ リペアローション 120mL
- ザ・ソノコ ホワイトマスク 90g
- ザ・ソノコ ホワイトニングエッセンス
- 【薬用美白美容液】30mL
- ザ・ソノコ リペアエッセンス
- 【薬用シワ改善美容液】30mL
- ザ・ソノコ バランシングミルク 80mL

合計価格 140,600円 ▼

**99,000円**

税込108,900円

**41,600円**  
お得!

3Dデザインセラム  
2g 5個



ストックを欠かしたくない  
美肌を育む基本のセット

### ザ・ソノコ 3点セット

リペアタイプ  
No.66662

- ザ・ソノコ グランクリーム 45g
- ザ・ソノコ セラム 30mL
- ザ・ソノコ リペアローション 120mL

※写真はリペアタイプです

ホワイトニングタイプ  
No.66661

- ザ・ソノコ グランクリーム 45g
- ザ・ソノコ セラム 30mL
- ザ・ソノコ ホワイトニングローション
- 【薬用美白化粧水】120mL

**10% UP**

+5,420ポイント

各**54,200円**

税込 59,620円

どちらを買っても  
もらえる!



ザ・ソノコ  
グランクリーム  
4.5g 2個

### ご愛用者様のお声

香りがよく、心地よくて、自分自身がとてもリフレッシュできます。肌のキメも整うよう  
で、シリーズのすべてを愛用しています。特に「ザ・ソノコ ホワイトマスク」がお気に入り  
。保湿にもハリ感にも透明感\*にも満足しています。 \*ハリ・うるおいがありツヤのある状態

MM様

## 朝のスキンケアの必需品! 大人肌のためのUV下地

### ご愛用者様のお声

銀座店の先行販売で購入し、手に乗せたときのしなやかな感触にまず驚きました。メイクの仕上がりが格段によくなったように感じて自信を持てます。知人からも肌の輝きをほめられました。



鳥越留美子様 70代

NEW

ザ・ソノコ  
UVホワイトヴェール  
【薬用UV美白下地】  
SPF40/PA+++ 2本  
30g×2 No.66686

**5% UP**  
10,400円  
+520ポイント 税込 11,440円

## 目元の気になるシワ対策には 専用のアイクリームが必須です



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.66687

**7% UP**  
20,000円  
+1,400ポイント 税込 22,000円

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】  
0.5g 2袋

## 夏こそ濃厚クリームで 保湿 & 小ジワ対策\*



\*乾燥による小ジワを  
目立たなくする  
効能評価試験済み

ザ・ソノコ  
グランクリーム  
【高機能クリーム】  
45g No.66689

**7% UP**  
25,000円  
+1,750ポイント 税込 27,500円

## ハリツヤ不足の大人肌を 24時間美容\*でケア



\*朝晩のスキンケア

ザ・ソノコ  
セラム  
【高機能美容液】  
30mL No.66692

**7% UP**  
22,000円  
+1,540ポイント 税込 24,200円

ザ・ソノコ  
セラム  
4.5mL 2個

2本が  
お得!  
**7%  
ポイントUP**

どの2本セットでも  
2個プレゼント!



3Dデザインセラム  
2g 2個

ご愛用アイテムをお得にまとめ買い!  
今なら豪華なプレゼント付きです

心地よくみずみずしいテクスチャー  
ザ・ソノコ クレンジングウォーター  
【クレンジング】2本  
145mL×2 No.66690 **+980ポイント**  
**14,000円** 税込 15,400円

しっかり落としてうるおいは残す濃密泡  
ザ・ソノコ ウォッシングフォーム  
【洗顔料】2本  
100g×2 No.66688 **+980ポイント**  
**14,000円** 税込 15,400円

輝きとうるおいに満ちたハリ肌へ  
ザ・ソノコ リペアローション  
【化粧液】2本  
120mL×2 No.66698 **+1,008ポイント**  
**14,400円** 税込 15,840円

豊かなうるおいと弾けるようなハリ感を  
ザ・ソノコ リペアエッセンス  
【薬用シワ改善美容液】2本  
30mL×2 No.66697 **+1,680ポイント**  
**24,000円** 税込 26,400円

とろりとなじむリッチなテクスチャー  
ザ・ソノコ クレンジングクリーム  
【クレンジング】2本  
120g×2 No.66691 **+980ポイント**  
**14,000円** 税込 15,400円

みずみずしくうるおしながら美白ケア  
ザ・ソノコ ホワイトニングローション  
【薬用美白化粧水】2本  
120mL×2 No.66695 **+1,008ポイント**  
**14,400円** 税込 15,840円

つるんと輝くゆでたまごみたいな肌へ  
ザ・ソノコ ホワイトマスク  
【多機能フェイシャルパック】2本  
90g×2 No.66696 **+1,260ポイント**  
**18,000円** 税込 19,800円

うるおいバランスを整えるコクまろ乳液  
ザ・ソノコ バランシングミルク  
【乳液】2本  
80mL×2 No.66693 **+1,400ポイント**  
**20,000円** 税込 22,000円

※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 ※エイジングケアとは年齢に応じたスキンケアのこと

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) ※温度帯の表記のない化粧品はすべて 常 凍 ※店頭販売価格・合計価格はオンラインショップなどでの公式価格 ※セレクト は定期便も含めてすべてポイント対象外です

ご注文は

お電話注文 (通話料無料) **0120-88-7878**

受付時間(月曜定休) 10:00~18:00 ※IP電話・国際電話等ご利用の場合は Tel.03-4335-7750

オンラインショップ  
**www.sonoko.co.jp**

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

6/1月~6/30火

# ペシャルケアもまとめてお得

なめらかにのびて肌悩みをカバー

**SONOKO ファンデーション**

しっとりタイプ 15g  
 ● No.66671 ピンク ● No.66670 オークル

さっぱりタイプ 12g  
 ● No.66669 ピンク ● No.66668 オークル

※ファンデーションケースは別売です

**3%UP** 各**5,000円** 税込**5,500円**

メイク直し用にも2色の使い分けにも

**ファンデーションケース**  
 1個(スポンジ付き) No.66704  
 ※ファンデーションは別売です

**2%UP** **1,500円** 税込**1,650円**

ご愛用者様のお声

粉が肌に残らず、つけているかわからないほどナチュラルに仕上がります。粉に光沢があり、白浮きを感じず、ハイライトを使う必要もなくなりました。化粧崩れも気にならず、化粧直しも忘れるほどです。

AH様 57歳

たおやかな光をまとった真珠肌\*へ

**イルミナーージュフェイスパウダー 2個**  
 7g×2 No.66683

**7%UP** **8,000円** 税込**8,800円**  
 +560ポイント

\*メイクアップ効果による/真珠粉末(パール光沢剤)

汗や皮脂の季節は頻りに洗って清潔に

**スポンジ 10個** No.66701

**7%UP** **5,000円** 税込**5,500円**  
 +350ポイント

**フェイスパウダー用パフ 5個** No.66705

**7%UP** **4,000円** 税込**4,400円**  
 +280ポイント

「イルミナーージュフェイスパウダー」の付属パフよりも大きいサイズですが容器に入られます

スキンケアしながら発光美白\*肌メイク

**ライトアップBB SPF35/PA+++**

明るく華やかな印象の肌に

**ブライトピンク 2本**  
 30g×2 No.66714

ナチュラルなツヤハリ肌に

**ナチュラルオークル 2本**  
 30g×2 No.66713

**7%UP** 各**9,000円** 税込**9,900円**  
 +630ポイント

\*メイクアップ効果による

顔も首も手足も全身丸ごとスキンケアしながらUVカット

**日焼け止めセット** No.66665

- **NEW** ザ・ソノコ UVホワイトヴェール【薬用UV美白下地】 SPF40/PA+++ 30g
- UVスキンプロテクター【薬用日焼け止め乳液】 SPF50+/PA++++ 45mL×2

合計価格**13,000円**▼  
**12,000円** 税込**13,200円**  
**1,000円** お得!

紫外線は衣類を通過するから露出しない部位にも忘れずに

**UVスキンプロテクター**  
 【薬用日焼け止め乳液】 SPF50+/PA++++ 2本 45mL×2 No.66672

**7%UP** **8,000円** 税込**8,800円**  
 +560ポイント

やさしさを追求したケアで揺らぎにくいすこやかな肌へ

**荘5点セット** No.66663

- 荘 クレンジングクリーム 120g
- 荘 ウォッシングフォーム 90g
- 荘 モイスチュアローション 120mL
- 荘 デイクリーム 40mL
- 荘 ナイトクリーム 40g

合計価格**41,000円**▼  
**37,000円** 税込**40,700円**  
**4,000円** お得!

3Dデザインセラム 2g 5個

どの2本セットでも2個プレゼント

**2本がお得!**  
**7%UP** ポイント

3Dデザインセラム 2g 2個

**荘 モイスチュアローション 2本**  
 120mL×2 No.66720 **+980ポイント**  
**14,000円** 税込**15,400円**

**荘 クレンジングクリーム 2本**  
 120g×2 No.66717 **+840ポイント**  
**12,000円** 税込**13,200円**

**荘 ウォッシングフォーム 2本**  
 90g×2 No.66716 **+840ポイント**  
**12,000円** 税込**13,200円**

**荘 デイクリーム 2本**  
 40mL×2 No.66718 **+1,260ポイント**  
**18,000円** 税込**19,800円**

**荘 ナイトクリーム 2本**  
 40g×2 No.66719 **+1,820ポイント**  
**26,000円** 税込**28,600円**

日差しやエアコンで乾燥する夏肌にとろりと気持ちよくなじんで保湿

**スーパーモイスチャークリームR**  
 50g No.66700

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

スーパーモイスチャークリームR 1g 2袋

ぷるぷるの形状記憶ジェルでピン!と引き締まった肌へ

**3Dデザインセラム 2個**  
 30g×2 No.66666

**2%UP** **18,000円** 税込**19,800円**

3Dデザインセラム 2g 2個

ひんやりみずみずしいジェルで透明感\*あふれる澄みわたる肌へ

**ホワイトストリーム 2本**  
 30mL×2 No.66708

**7%UP** **26,000円** 税込**28,600円**  
 +1,820ポイント

\*ハリ・うるおいがありツヤのある状態

肌をサラリと整えながら保湿 男性のご愛用者も多い1本

**ACNローション 2本**  
 60mL×2 No.66667

**7%UP** **5,000円** 税込**5,500円**  
 +350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。

# ご家族の分も! 夏のボディやヘアに惜しみなく!

ボディの肌にも  
輝きとハリを!

## 夏の ボディケアセット

No.66664

- リペアボディセラム  
【薬用ボディ用美容液】200mL
- 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

合計価格

10,900円▼

9,000円

1,900円  
お得!

税込 9,900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

露出が増える季節の肌を  
美白&エイジングケア

## リペアボディセラム

【薬用ボディ用美容液】2本

200mLx2 No.66715

7%ポイントUP  
14,000円  
税込 15,400円  
+980ポイント

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



### ご愛用者様のお声

お風呂上りに毎日使っています。保湿されて、シワが目立たなくなったように感じます。その子先生が保湿の大切さを教えてくれたときからずっとボディ専用のアイテムを使っています。



AH様 70代

気づきにくい夏の乾燥肌に  
みずみずしいうるおいのケア

## 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

200mLx2 No.66712

7%ポイントUP  
7,800円  
税込 8,580円  
+546ポイント

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



年齢を感じやすい手肌の  
シワを改善&美白ケアも

## シルクハンドクリーム

【薬用美容ハンドクリーム】2本

45gx2 No.66699

7%ポイントUP  
6,600円  
税込 7,260円  
+462ポイント



太陽も見惚れる  
つやめき美髪へ



紫外線や汗で傷みやすい  
夏の髪と頭皮を健やかに

豊かな泡ですみずみまですっきり洗浄

## YUTAKAMI シャンプー 2本

400mLx2 No.66674

7%ポイントUP  
7,800円  
税込 8,580円  
+546ポイント



毛髪の内部補修 ダメージを中から補修

## YUTAKAMI ヘアパック 2本

180gx2 No.66675

7%ポイントUP  
9,600円  
税込 10,560円  
+672ポイント



毛髪の外部補修 傷んだ髪をコーティング

## YUTAKAMI コンディショナー 2本

400mLx2 No.66673

7%ポイントUP  
9,000円  
税込 9,900円  
+630ポイント



### ご愛用者様のお声

くせ毛の広がりやうねりが悩みでした。モイストリペアオイルはシャンプーの後に1プッシュ使うだけで朝のまとまり感が違います。朝もブラッシング時に使い、サラサラ髪を1日キープできるように感じます。コストパフォーマンスもよいと思います。



高桑江美様

## YUTAKAMI モイストリペアオイル 3本

58mLx3 No.66676

10%ポイントUP  
9,000円  
税込 9,900円  
+900ポイント



上質な香りでリフレッシュしていますか?  
落ち着きの時間が美しさと健康を育みます

## オードパルフラム

30mL No.66685

店頭販売価格  
9,000円▼  
900円  
お得!  
8,100円  
税込 8,910円



匿名希望様

### ご愛用者様のお声

「オードパルフラム」は心安らぐ気持ちよい香りです。夜は落ち着かない気持ちで過ごすことが多かったのですが、「オードパルフラム」でよい時間を過ごしています。

男性のご愛用者も多い  
グリーン系の香り

## オードトワレ SOU

50mL No.66684

店頭販売価格  
7,000円▼  
1,400円  
お得!  
5,600円  
税込 6,160円



健やかな夜へとつながる  
バスタイムをゆったりと

## バスエッセンス ブーケ 2本

120mLx2 No.66703

5%ポイントUP  
5,600円  
税込 6,160円  
+280ポイント



リンス不要の時短ケア

## マイルドコンディショニング シャンプー 2本

480mLx2 No.66709

7%ポイントUP  
9,000円  
税込 9,900円  
+630ポイント



うるおいを守ってすっきり洗浄

## マイルド ボディシャンプー 2本

500mLx2 No.66710

7%ポイントUP  
6,600円  
税込 7,260円  
+462ポイント



分け目や生え際の白髪がキラリと  
明るい日差しで目立ちやすい季節  
ヘアカラートリートメント

●  
ダークブラウン 2本  
200gx2 No.66706

●  
ブラック 2本  
200gx2 No.66707

7%ポイントUP  
各 6,000円  
税込 6,600円  
+420ポイント



全身に心地よいクリーミーな泡  
せっけん 9個

80gx9  
No.66702

4,950円  
税込 5,445円



歯周病予防 歯肉炎予防

鈴木その子の配合処方  
そのまま受け継ぎました

## 薬用はみがき 5本

100gx5 No.66721

7%ポイントUP  
9,000円  
税込 9,900円  
+630ポイント



100%天然由来成分の  
洗口液でこまめに口臭ケア

## マウスウォッシュ 3本

300mLx3 No.66711

7%ポイントUP  
5,400円  
税込 5,940円  
+378ポイント



殺菌 抗炎症

美容成分配合で  
保湿しながら殺菌

## 薬用ハンドウォッシュ 2本 200mLx2 No.66722

7%ポイントUP  
2,000円  
税込 2,200円  
+140ポイント



※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 ※エイジングケアとは年齢に応じたスキンケアのこと

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) ※温度帯の表記のない化粧品はすべて 常 凍

※店頭販売価格・合計価格はオンラインショップなどでの公式価格 ※セレクト は定期便も含めてすべてポイント対象外です

ご注文は

お電話注文 (通話料無料) **0120-88-7878**

受付時間(月曜定休) 10:00~18:00 ※IP電話・国際電話等ご利用の場合は Tel.03-4335-7750

オンラインショップ **www.sonoko.co.jp**

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

大人気の美味が勢ぞろい！

## たっぷりお得！おまとめセット

6/1月～6/30火

## カレー

ノンオイル調理  
黄色いビーフカレーノンオイル調理  
マイルドチキンカレー

## 4種のカレー20袋セット

常凍 No.66769

ノンオイル調理 黄色いビーフカレー  
200g×5 辛さ★★★★★  
ノンオイル調理 マイルドチキンカレー  
200g×5 辛さ★★★☆☆  
じゃがいもゴロゴロカレー 230g×5 辛さ★★★☆☆  
ポークカレー 200g×5 辛さ★★★★★

2,700円  
お得!合計価格  
15,200円 ▶ 12,500円  
税込 13,500円

数量限定

ノンオイル調理  
タイレッドカレー 10袋常凍 辛さ★★★★☆  
200g×10 No.6677610%UP  
7,800円  
+780ポイント 税込 8,424円

数量限定

ノンオイル調理  
キーマカレー 10袋常凍 辛さ★★★☆☆  
120g×10 No.6677510%UP  
7,000円  
+700ポイント 税込 7,560円ノンオイル調理  
黄色いビーフカレー  
30袋常凍  
辛さ★★★★★  
200g×30 No.6677810%UP  
+2,340ポイント  
23,400円  
税込 25,272円ノンオイル調理  
マイルドチキンカレー  
30袋常凍  
辛さ★★★☆☆  
200g×30 No.6677710%UP  
+2,190ポイント  
21,900円  
税込 23,652円じゃがいも  
ゴロゴロカレー  
20袋常凍  
辛さ★★★☆☆  
230g×20 No.6677210%UP  
+1,600ポイント  
16,000円  
税込 17,280円氷温®熟成  
そのこ米ごはん  
1箱 36パック常凍 1パックあたり380円  
ササニシキ180g×36  
No.667917%UP  
+957ポイント  
13,680円  
税込 14,774円

## 新登場



数量限定

## 新作セレクション

国産肉100%芳醇デミグラスハンバーグ 200g  
カシューナッツクッキー 珈琲 80g  
発酵かさねあまさけ 2袋 160g×2  
その子珈琲浅煎りブレンド 挽き豆200g  
米粉ロールケーキ カスタード 1本

常凍  
No.66767合計価格6,190円 ▶ 5,700円  
税込 6,156円490円  
お得!

## 副菜など



焼海苔 12袋

常凍 10枚×12 No.66789

7%UP  
16,800円  
+1,176ポイント 税込 18,144円

数量限定

やわらか紀州  
梅干し1.2kg

常凍 No.66782

店頭販売価格  
11,520円 ▶ 9,000円  
税込 9,720円2,520円  
お得!国産小松菜の  
みそ汁 30袋常凍  
4.5g(フリーズドライ)×30 No.667877%UP  
5,400円  
+378ポイント 税込 5,832円からだ想いの鶏スープ  
10袋 常凍

200g×10 No.66771

7%UP  
7,600円  
+532ポイント 税込 8,208円

7%UP

昆布水のもと  
徳用パック 2袋

常凍 120g×2 No.66788

7%UP  
8,400円  
+588ポイント 税込 9,072円

万能だしの素 9袋

常凍  
120g×9 No.667927%UP  
5,850円  
+409ポイント 税込 6,318円

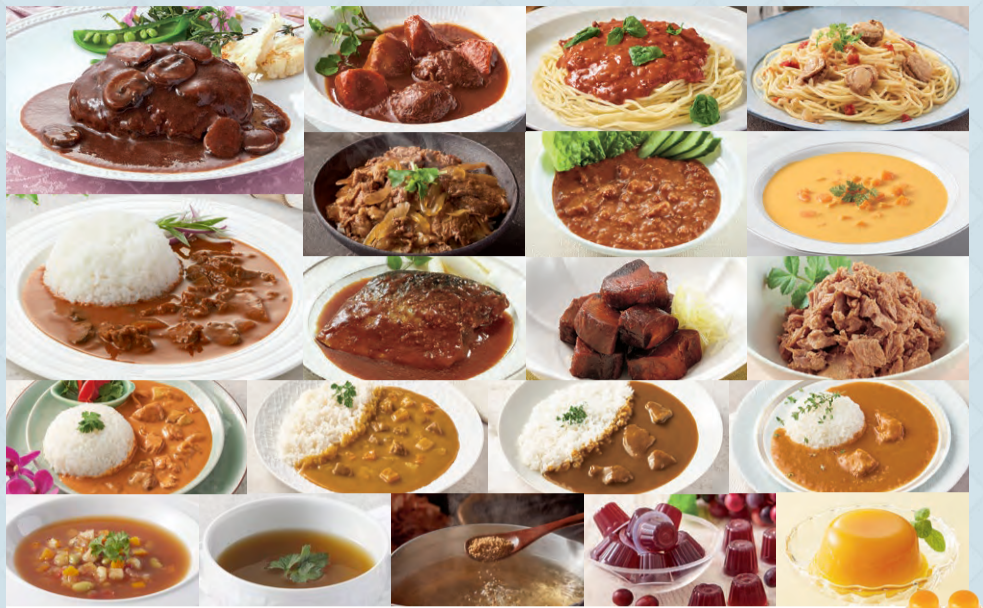
7%UP

※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。

# 大好評のドリームセットも!

# 半期に



収納時  
花柄保冷バッグ 1個  
サイズ: 使用時 約30×28×18.5cm (間口44.5cm)、収納時 約14×18×3cm / 素材: ポリエステル、アルミ蒸着フィルム、ポリプロピレン

## 数量限定 冷凍ドリームセット 常凍 No.66768

- 焼きフライ ハーブ豚とんかつ 135g
- 海の幸マカロニグラタン 300g
- ノンオイル中華 九宝あんかけ 180g
- そのまま美味しい肉まるくん 114g(12個)
- 鶏とマッシュルームのマカロニグラタン 320g
- 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
- 無塩せきポークウインナー スパイシー 100g(4本)
- 揚げないとりから 150g(6個)
- 揚げないむねとりから 150g(6個)
- 極みメロンパン 1個
- 栗まん 1袋(2個)
- 完熟マンゴーゼリー 果肉入り 80g×2

**11,000円**  
税込 11,880円

全13点でこの価格!

## 数量限定 常温ドリームセット 常凍 No.66765

- 国産肉100%芳醇デミグラスハンバーグ 200g
- 黒毛和牛のビーフハヤシ 180g
- 国産牛とゴロゴロ野菜のビーフシチュー 200g
- 思い出のやさしいミートソース 140g
- 国産帆立のボンゴレ風パスタソース 100g
- 黒毛和牛の極旨牛すき丼 180g
- ノンオイル中華 万能肉味噌 110g
- 北海道にんじんポタージュ 150g
- 国産真さばの味噌煮 83g
- かつを煮 100g
- まぐろ煮みそ味 100g
- ノンオイル調理 タイレッドカレー 200g 辛さ★★★★☆
- ノンオイル調理 黄色いビーフカレー 200g 辛さ★★★★☆
- ポークカレー 200g 辛さ★★★★☆
- ノンオイル調理 マイルドチキンカレー 200g 辛さ☆☆☆☆
- 貝だくさんミネストローネ 150g
- 淡路島玉葱と国産野菜のだしスープ 50g
- 万能だしの素 120g
- プチゼリー 葡萄 352g(16個)
- 完熟マンゴーゼリー 果肉入り 80g×2

合計価格 **15,050円**  
**4,050円** お得!  
**11,000円**  
税込 11,880円

### とりにく大好きセット

合計価格 **4,500円**

**500円** お得!

- 常凍 No.66798
- 揚げないとりから 150g(6個)
  - 揚げないむねとりから 150g(6個)
  - 蒸し鶏のガーリック風味 120g
  - 鶏肉のやわらか煮～オレンジ風味～ 200g



### ウインナー&ハムセット

数量限定 合計価格 **4,700円**

**700円** お得!

- 常凍 No.66795
- 放牧豚のボロニアソーセージ 80g
  - 焼豚 120g
  - スライスハム 80g
  - 無塩せきポークウインナー スパイシー 100g(4本)
  - 無塩せきポークウインナー ハーブ 100g(4本)



**4,000円** 均一  
税込 4,320円

### ドリンク



#### その子珈琲 アイスブレンドコーヒー 6本 常凍 1000ml×6 No.66773

**7%UP**  
+571ポイント  
**8,160円**  
税込 8,812円



数量限定 **レモンサイダー 24本** 常凍  
200ml×24 No.66783 送料 ¥0 単独発送  
店頭販売価格 **8,160円** ▶ **7,344円** 税込 7,931円 **816円** お得!

**ホワイティ 15本** 常凍  
500ml(5倍希釈)×15 No.66781  
**7%UP**  
+1,575ポイント **22,500円**  
税込 24,300円

数量限定 **有機フルーツ+野菜100 1箱30本** 常凍  
190g×30 No.66793 送料 ¥0 単独発送  
店頭販売価格 **7,980円** ▶ **7,182円** 税込 7,756円 **798円** お得!

数量限定 **発酵かさねあまさけ 12袋** 常凍  
160g×12 No.66790  
**7%UP**  
+294ポイント **4,200円**  
税込 4,536円

### たっぷりお得!

数量限定 **緑茶 5袋** 常凍  
5g×5個×5 No.66794  
**7%UP**  
+350ポイント **5,000円**  
税込 5,400円

数量限定 **ほうじ茶 5袋** 常凍  
2g×10個×5 No.66780  
**7%UP**  
+297ポイント **4,250円**  
税込 4,590円

数量限定 **銀座でその子ビール 12本** 常凍  
330ml×12 No.66785  
**10%UP**  
+780ポイント **7,800円**  
税込 8,580円

●お酒は20歳になってから ※20歳未満の飲酒及び20歳未満への酒類の販売は法律で禁止されています ※20歳以上の年齢であることを確認できない場合には、酒類を販売しません ●通信販売酒類小売業免許を取得しています ●酒類の1回の注文数は760ml相当で2ケースまでとさせていただきます  
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) ※温度帯の表記のない化粧品はすべて 常凍 ※店頭販売価格・合計価格はオンラインショップなどでの公式価格 ※セレクト は定期便も含めてすべてポイント対象外です

# 1度だけの 均一 特價

6/1月 ~ 6/30 火

## ディナーセット

常凍 No.66797

- 牛肉と春雨のチャブコギ 180g
- 黒毛和牛の極旨牛すき丼 180g
- 焼きフライ 海老クリームコロッケ 100g(2個)
- 国産牛とゴロゴロ野菜のビーフンチャー 200g
- 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

数量限定 合計価格 **5,850円**

850円  
お得!



常凍 No.66799

数量限定

880円  
お得!

- ミニハンバーグと白菜のクリームスープ 250g
- 越後もちぶたのハンバーグ〜トマト煮込み〜 200g
- 豚どんセット 2食分(豚肩ローススライス160g・タレ50g)
- 北海道産豚ヒレのペッパーズモック 150g
- 放牧豚のポロニアソーセージ 80g
- 無塩せきポークウィンナー スパイシー 100g(4本)

## とんとんセット

合計価格 **5,880円**

# 5,000円

均一  
税込5,400円

## にぎわい中華セット

常凍 No.66800

合計価格 **5,900円**

- ノンオイル中華 肉ワンタン 177g・2〜3食分(ワンタン15個・スープ2袋)
- ノンオイル中華 肉焼売 192g(24g×8個)
- ノンオイル中華 海老チリソース 170g
- ノンオイル中華 肉餃子 216g(18g×12個)×2
- ノンオイル中華 中華丼 180g

900円  
お得!

## 洋総菜セット

合計価格 **3,440円** 440円  
お得!

常凍 No.66802

- 国産肉100%直火焼きハンバーグ 120g
- 国産牛とゴロゴロ野菜のビーフンチャー 200g
- ミニハンバーグと白菜のクリームスープ 250g
- 焼きフライ 極旨メンチカツ 85g

# 3,000円

均一  
税込3,240円

## 和膳セット

合計価格 **2,450円**

常凍 No.66803

- 和膳真ダコとエビの黄身酢和え 50g
- 和膳鶏そぼろ入りうらの花 50g
- 和膳ひじきの煮物 50g
- 和膳きんぴらごぼう 50g
- 和膳ごぼうの甘酢ゆず風味 50g

450円  
お得!

# 2,000円

均一  
税込2,160円

合計価格 **2,670円**

670円  
お得!

## 佃煮セット

合計価格 **3,480円**

常凍 No.66796

- トキノ海苔の佃煮 110g
- 節味菜 50g
- ちりめん山椒 50g
- しらす煮 50g
- 椎茸昆布 100g

480円  
お得!

## 魚総菜セット

常凍 No.66804

- 国産真さばのスモーク風味 85g
- 国産真さばの味噌煮 83g×2
- 国産真いわしのしょうが煮 70g
- かつを煮 100g
- まぐろ煮みそ味 100g

合計価格 **3,480円**

常凍 No.66801

- 北海道かぼちゃのデザートポタージュ 160g
- 北海道にんじんポタージュ 150g
- 国産小松菜のみそ汁 4.5g(フリーズドライ)
- 淡路島玉葱と国産野菜のだしスープ 50g
- からだ想いの鶏スープ 200g

数量限定

## 野菜のスープセット

# おまとめセット



数量限定 **栗あんみつ 6個** 常凍  
265g×6 No.66786

7%ポイントUP **4,380円**  
+306ポイント 税込 **4,730円**

昔ながらの製法の寒天、国産小豆の粒あん、自然な色合いを生かした艶やかな栗。SONOKO自慢の涼菓です。

## スイーツ



数量限定 **完熟マンゴーゼリー 果肉入り 8個** 常凍  
80g×8 No.66784

7%ポイントUP **3,840円**  
+268ポイント 税込 **4,147円**

キングオブマンゴーとも呼ばれるアルフォンソ種の濃厚な甘みを生かし、ゲル化剤を使わずゼリーにしました。



**ドリームプリン カスタード 8個** 常凍  
78g×8 No.66774

7%ポイントUP **3,360円**  
+235ポイント 税込 **3,628円**



**フルーツゼリー 温州みかん 8個** 常凍  
85g×8 No.66779

7%ポイントUP **2,880円**  
+201ポイント 税込 **3,110円**



**アーモンドと蜂蜜のリエージュ風ワッフル 8個**

常凍 No.66770 7%ポイントUP **3,200円**  
+224ポイント 税込 **3,456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

ギフト包装は箱代110円(税込)にて承ります

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。

さらにもう1袋/が大集合

# プラス1セール

国産肉100%  
照り焼きソース  
ハンバーグ 5袋

常凍  
240g×5  
No.66809  
**5,600円**  
税込 6,048円



国産肉100%  
芳醇デミグラスハンバーグ  
5袋 常凍

200g×5 No.66811  
**5,600円**  
税込 6,048円



国産肉100%  
直火焼き  
ハンバーグ 5個

常凍  
120g×5  
No.66810  
**4,800円**  
税込 5,184円



黒毛和牛の  
極旨牛すき丼 5袋

常凍 180g×5 No.66815  
**4,400円** 税込 4,752円



黒毛和牛と  
美山椒の佃煮 5袋

常凍 90g×5 No.66813  
**8,250円** 税込 8,910円



黒毛和牛の  
ビーフハヤシ  
5袋 常凍

180g×5  
No.66814  
**5,400円**  
税込 5,832円



SONOKOのハンバーグシリーズはどれもお気に入りですが、今回のデミグラスハンバーグも期待を裏切らない逸品でした。コク深く濃厚なソースとハンバーグの相性が抜群で、ボリュームもあり食べ応え十分。それでいてしつこさがなく、最後まで美味しくいただけて大満足です。さすがSONOKOさんと改めて感じました！

鈴木真由美様

国産牛と  
ゴロゴロ野菜の  
ビーフシチュー 5袋

常凍 200g×5  
No.66808  
**4,000円**  
税込 4,320円



揚げないむねとりから  
5袋 常凍 150g(6個)×5  
No.66816  
**6,500円** 税込 7,020円



ポークカレー  
5袋 常凍 200g×5  
No.66806  
辛さ★★★★☆  
**3,650円** 税込 3,942円



チキンカレー  
5袋 常凍 200g×5  
No.66805  
辛さ★★★☆☆  
**3,650円** 税込 3,942円



乾わかめ 5袋

常凍 30g×5 No.66807  
**4,250円** 税込 4,590円



黒蜜風味ようかん  
5袋 常凍

240g(20g×12本)×5 No.66812  
**4,000円** 税込 4,320円



## 今月のおトク情報

食品



数量限定  
6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  
焼きフライ コロッケ 110g(2個)  
国産肉100%芳醇デミグラスハンバーグ 200g  
海の幸マカロニグラタン 300g  
焼きフライ 海老クリームコロッケ 100g(2個)  
常凍 No.66763  
**6,000円**  
税込 6,480円



数量限定  
6月のパンセット  
極みフレンチトースト 1袋(2切)  
極みチョコチップパン 1個  
極みココナッツパン 1個  
極みロールパン 1袋(2個)  
トーストクリーム 30g×2  
常凍 No.66764  
**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  
3袋  
80g×3 No.66761  
**5%UP 2,340円**  
+117ポイント 税込 2,527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。

北海道産豚ヒレの  
ペッパーズモーク  
2袋  
150g×2 No.66762  
**5%UP 3,120円**  
+156ポイント 税込 3,369円  
北海道産豚ヒレ肉をオリジナルのタレにじっくり漬け込み、桜のチップでスモーク。仕上げに粗挽きペッパーをまぶしました。

常凍  
焼きフライ 極旨メンチカツ  
10個 85g×10 No.66753  
**5%UP 6,180円**  
+309ポイント 税込 6,674円  
1個あたり 618円  
3個 85g×3 No.66752  
**2%UP 2,340円**  
税込 2,527円

常凍  
越後もちぶたのハンバーグ  
〜トマト煮込み〜 2袋  
200g×2 No.66740  
**5%UP 1,800円**  
+90ポイント 税込 1,944円  
粗挽きのもちぶた挽き肉とトマトソースの絶品ハーモニー。

常凍  
ミニハンバーグと白菜の  
クリームスープ 3袋  
250g×3 No.66739  
**5%UP 2,700円**  
+135ポイント 税込 2,916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。

常凍  
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.66759  
**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。

常凍  
スライスハム 2袋  
80g×2 No.66729  
**3%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。

常凍  
鶏とマッシュルームの  
マカロニグラタン 2個  
320g×2 No.66744  
**3%UP 3,900円**  
税込 4,212円  
ボリューム感がうれしい、国産の鶏むね肉のグラタン。玉葱、マッシュルーム、アクトセントのパセリも国産。

常凍  
鶏肉のやわらか煮  
〜オレンジ風味〜 2袋  
200g×2 No.66745  
**5%UP 2,400円**  
+120ポイント 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。

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) ※温度帯の表記のない化粧品はすべて 常凍 ※店頭販売価格・合計価格はオンラインショップなどでの公式価格 ※セレクト は定期便も含めてすべてポイント対象外です

ご注文は お電話注文 (通話料無料) **0120-88-7878**

オンラインショップ **www.sonoko.co.jp**

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



**国産真さばの  
スモーク風味 5袋**  
85g×5 No.66748  
5%UP **3,250円**  
+162ポイント 税込 3,510円

日本近海で水揚げされた新鮮な真さばを使用。



**国産真さばの  
味噌煮 5袋**  
83g×5 No.66749  
5%UP **2,400円**  
+120ポイント 税込 2,592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 5袋**  
70g×5 No.66747  
5%UP **2,000円**  
+100ポイント 税込 2,160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 3袋**  
100g×3 No.66728  
3%UP **2,760円**  
税込 2,980円

噛めば噛むほど味がしみて出る風味豊かなかつをの角煮。



**まぐろ煮みそ味  
3袋** 100g×3 No.66738  
5%UP **1,650円**  
+82ポイント 税込 1,782円

やさしい甘さと食べやすさがお子様にも人気の一品。



**にしん甘露煮 2袋**  
80g(2枚)×2 No.66821  
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  
2袋**  
辛さ★★★★☆  
200g×2 No.66819  
3%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。



**数量限定**  
**ノンオイル調理 キーマカレー  
2袋**  
辛さ★★★☆☆  
120g×2 No.66818  
3%UP **1,400円**  
税込 1,512円

SONOKOのカレーはどれも好きですが、中でもスパイスの効いたカレーがお気に入り。キーマカレーはトマトベースコクのある味わいで、ドライカレー風にしていただけます。定例会で知った、ボンゴレ風パスタソースと合わせたレシピも美味しいです。 田辺菜穂子様

じっくり煮込んだ国産の豚肉や玉葱など、のべ30種類以上の食材による奥深い味わい。



**思い出のやさしい  
ミートソース 3袋**  
140g×3 No.66817  
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。



**数量限定**  
**ノンオイル中華  
九宝あんかけ  
3袋**  
180g×3 No.66737  
5%UP **3,840円**  
+192ポイント 税込 4,147円

鶏肉や魚介などいくつもの素材を重ねた奥深い旨みのだしで9種類もの具をとると煮込みました。



**だしが美味しいおでん  
3袋** 400g×3 No.66733  
3%UP **2,190円**  
税込 2,365円

あっさり風味のだしは、万人に愛される味わい。冷やしも◎



**国産具材の筑前煮  
3袋** 115g×3 No.66746  
3%UP **2,190円**  
税込 2,365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。



**生わかめ 3袋**  
200g×3 No.66755  
3%UP **2,550円**  
税込 2,754円

肉厚で歯ごたえのあるシャキシャキ塩蔵わかめ。



**焼海苔 3袋**  
10枚×3 No.66754  
5%UP **4,200円**  
+210ポイント 税込 4,536円

パリッとした食感と磯の香り豊かな板のり。



**トキノのり**  
乾燥生のり50g No.66735  
3%UP **3,480円**  
税込 3,758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。



**この価格は今月まで!**  
**トキノ海苔の佃煮 2個**  
110g×2 No.66736  
3%UP **1,760円**  
税込 1,900円

「トキノのり」を贅沢に使用。甘辛い味付けでごはんが進む。



**数量限定**  
**うぐいす豆の煮豆  
2袋**  
200g×2 No.66727  
3%UP **1,460円**  
税込 1,576円

青えんどう豆をふっくら、まるやかな甘さに炊き上げました。



**1袋** 200g No.66726 **730円**  
税込 788円

ふっくらとしたやわらかさとやさしい甘さが人気の煮豆。



**豆ちゃん(大豆の煮豆)  
2袋** 200g×2 No.66758  
3%UP **1,460円**  
税込 1,576円

ふっくらとしたやわらかさとやさしい甘さが人気の煮豆。



**いんげん豆の煮豆  
3袋** 200g×3 No.66725  
5%UP **1,740円**  
+87ポイント 税込 1,879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。



**節味楽 3袋**  
50g×3 No.66756  
7%UP **1,530円**  
+107ポイント 税込 1,652円

唐辛子をピリリと利かせたさば節と胡麻のふりかけ。



**ちりめん山椒 2袋**  
50g×2 No.66734  
3%UP **1,360円**  
税込 1,468円

国産イワシと山椒の実を素朴な風味のタレで炊き上げました。



**帆立しぐれ煮 2袋**  
100g×2 No.66760  
3%UP **2,500円**  
税込 2,700円

国産の帆立を炊き上げ、旨みと風味をたっぷり凝縮。



**茎わかめ煮 2袋**  
100g×2 No.66743  
3%UP **920円**  
税込 993円

コリッ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**  
100g×2 No.66757  
3%UP **1,520円**  
税込 1,641円

旨みたっぷりの椎茸と角切り昆布の上品な佃煮。



**葉唐からし 3袋**  
70g×3 No.66822  
5%UP **2,100円**  
+105ポイント 税込 2,268円

佃煮特有の甘辛い味付け、ピリッとした辛みと歯ごたえのある食感が◎



**氷温®熟成そのこ米ごはん  
5パック**  
ササニシキ180g×5 No.66820  
5%UP **2,100円**  
+105ポイント 税込 2,268円

吟味したササニシキの旨みをそのままパックに。



**そのこの御赤飯  
9パック**  
150g×9 No.66730  
5%UP **4,770円**  
+238ポイント 税込 5,151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。



**杵つき餅 3袋**  
500g(10個)×3 No.66742  
5%UP **4,140円**  
+207ポイント 税込 4,471円

杵つきならではの粘りとコシの強さ、なめらかさが自慢。



**数量限定**  
**山型パン入り  
トーストクリーム  
セット**  
トーストクリーム 30g×8  
極厚切り山型パン 3枚切  
極み角食パン 6枚切  
常凍 No.66766 **3,600円**  
税込 3,888円

夏季販売お休みのためトーストクリームは今月まで!



**小麦香る生パスタ  
3袋** 常凍  
100g×3 No.66751  
3%UP **1,170円**  
税込 1,263円

自家製粉そば粉のなま蕎麦 6袋 常凍 100g×6 No.66750 5%UP 2,560円 +128ポイント 税込 2,764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 ※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。



**追いつけ仕立ての生味噌 2個**  
500g×2 No.66833 **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。



**再仕込み醤油 3本**  
360ml×3 No.66828 **3%UP** **2,250円**  
税込 2,430円

じっくりつくった生醤油を、丸大豆や小麦に加えて再び熟成。



**和風ノンオイルドレッシング 3本**  
200ml×3 No.66832 **3%UP** **1,650円**  
税込 1,782円

どんな素材とも相性抜群な、醤油ベースのノンオイルドレッシング。



**有機すだちポン酢 2本** 180ml×2 No.66829 **3%UP** **2,160円**  
税込 2,332円

すだちの果汁を贅沢に使った香り豊かなポン酢。



**その子トマト 3本** 400g×3 No.66830 **5%UP** **2,640円**  
+132ポイント 税込 2,851円

完熟したトマトの風味を楽しめるトマトピューレソース。



**オーガニックシュガーシロップ 4袋** 120g(8個)×4 No.66831 **1%UP** **1,280円**  
税込 1,382円

有機栽培サトウキビのやさしく自然な甘み。



**その子珈琲 浅煎りブレンド 2袋**  
挽き豆200g×2 No.66732 **3%UP** **3,880円**  
税込 4,190円

豆の種類や比率にこだわり抜いた鈴木その子の想いを大切に継承。6つの産地の豆の長所を引き出すよう丁寧に焙煎しました。



**有機ジンジャーりんごとすだち 3本**  
有機しょうがシロップ(濃縮)310g(4~6倍希釈)×3 No.66835 **500円お得!**  
合計価格 4,500円 ▶ **4,000円**  
税込 4,320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**  
**レモンサイダー 6本** 200ml×6 No.66834 **3%UP** **2,040円**  
税込 2,203円

国産レモン果汁とこだわりの天然水を使った、すっきり爽やかな飲み口。



**その子酒 3本** 720ml×3 清酒 アルコール分17度 No.66836 **5%UP** **13,140円**  
+657ポイント 税込 14,454円

鈴木その子が美容を考えてつくった米と米麹の濃厚な純米原酒。



**甘さ控えめでスッキリ爽やか! レモンサイダー 6本** 200ml×6 No.66834 **3%UP** **2,040円**  
税込 2,203円

国産レモン果汁とこだわりの天然水を使った、すっきり爽やかな飲み口。



**発酵かさねあまさけ 2袋** 160g×2 No.66864 **2%UP** **700円** 税込 756円

**ご愛用者様のお声**  
粒々感もありつつ、さらっとした飲み心地で、甘さもやさしくてとても美味しいです。暑い夏には冷たくしていただきます。ちょっぴりお酢をたらして飲むのもお気に入りです。 稲垣京子様

米麹と酒粕、2つの発酵素材の旨みを重ねた豊かな風味。



**完熟マンゴーゼリー 果肉入り 2個** 80g×2 No.66741 **2%UP** **960円** 税込 1,036円

**ご愛用者様のお声**  
そのままでも美味ですが、冷凍にしてシャーベット風にするのが暑い時季はお気に入り。果物の風味が豊かで美味しく、安心して食べることができます。 山本敬子様

濃厚な甘みのアルフォンソ種のマンゴーを使用しました。



**数量限定**  
**カシューナッツクッキー 珈琲 2袋** 80g×2 No.66826 **2%UP** **1,560円**  
税込 1,684円

小麦粉の代わりにカシューナッツを使ったサクサク食感と、香ばしくてほろ苦い珈琲の風味をお楽しみいただけます。



**数量限定**  
**桜葉薫る道明寺 2袋** 200g(4個)×2 No.66823 **180円お得!**  
合計価格 2,080円 ▶ **1,900円**  
税込 2,052円

生地の食感と粒あんが相性抜群。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。



**その子のどら 6個** No.66825 **3%UP** **2,580円**  
税込 2,786円

特製粒あんを、油脂無配合で焼いた生地で挟んだ冷どら焼き。



**栗まん 6袋** 1袋(2個)×6 No.66824 **140円お得!**  
合計価格 2,040円 ▶ **1,900円**  
税込 2,052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。



**ホーム/雑貨**  
**あらいぐまシリーズ** 常凍 **こちらの商品すべて10%UP**



**米粉ロールケーキカスタード 2本** No.66827 **2%UP** **3,300円**  
税込 3,564円

甘みとももち感が特長の北海道産ゆめぴりかの米粉、旨みとコクが自慢の北海道あべ養鶏場の下川六〇酵素卵などを使用。



**アイス** 常凍 **送料Y0 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

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、やさしい甘さに仕上げました。



**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



**洗濯用石けん 2本** 600ml×2 No.66682 **2,400円**  
+240ポイント 税込 2,640円

**洗濯用仕上げ剤 2本** 600ml×2 No.66681 **2,400円**  
+240ポイント 税込 2,640円

**食器用石けん 3本** 300ml×3 No.66680 **3,600円**  
+360ポイント 税込 3,960円

**キッチンクリーナー 3本** 300ml×3 No.66677 **3,600円**  
+360ポイント 税込 3,960円

**バスクリーナー 3本** 300ml×3 No.66679 **3,600円**  
+360ポイント 税込 3,960円

**トイレクリーナー 3本** 300ml×3 No.66678 **3,600円**  
+360ポイント 税込 3,960円



**ホーム/雑貨**  
**あらいぐまシリーズ** 常凍 **こちらの商品すべて10%UP**



**カカオ飴 5袋** 50g×5 No.66837 **5%UP** **1,650円**  
+82ポイント 税込 1,782円

カカオの風味が濃厚な大人も満足な手づくり飴。

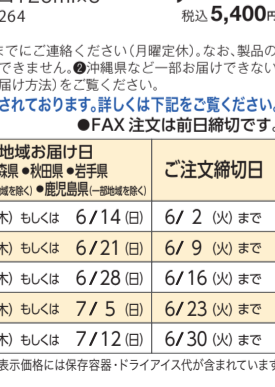
**ちゅらしお飴 5袋** 50g×5 No.66838 **5%UP** **1,650円**  
+82ポイント 税込 1,782円

宮古島産の塩を手早く練り込みました。甘じょっぱさがグセに。

●キャンセルの場合は、お届け希望日の2週間前までにご連絡ください(月曜定休)。なお、製品の性質上、お客様のご都合による返品・交換はお受けできません。●沖縄県など一部お届けできない地域がございます。詳しくは15面のご利用方法(お届け方法)をご覧ください。  
製造の都合により、お届けできるお日にちが限定されております。詳しくは下記をご覧ください。  
SONOKOアイスお届けカレンダー ●FAX注文は前日締切です。

A 地域お届け日		B 地域お届け日		ご注文締切日
●本州(青森県・秋田県・岩手県を除く)	●北海道・青森県・秋田県・岩手県	6/10(水) もしくは 6/13(土)	6/11(木) もしくは 6/14(日)	6/2(水)まで
●四国・九州(長崎県・鹿児島県の一部地域を除く)	●長崎県(一部地域を除く)・鹿児島県(一部地域を除く)	6/17(水) もしくは 6/20(土)	6/18(木) もしくは 6/21(日)	6/9(水)まで
		6/24(水) もしくは 6/27(土)	6/25(木) もしくは 6/28(日)	6/16(水)まで
		7/1(水) もしくは 7/4(土)	7/2(木) もしくは 7/5(日)	6/23(水)まで
		7/8(水) もしくは 7/11(土)	7/9(木) もしくは 7/12(日)	6/30(水)まで

※オンラインショップでの取扱いとは異なります ※アイスの表示価格には保冷容器・ドライアイスが含まれています



**ホーム/雑貨**  
**あらいぐまシリーズ** 常凍 **こちらの商品すべて10%UP**



**FERピレカロール 2本** 常凍 **【防除用医薬部外品】**  
防虫・殺虫スプレー 250ml×2 No.66723 **1%UP** **4,400円**  
税込 4,840円



**なくなり次第終了**  
**ファームステーション セレクト アウトドアスプレー レモングラス 2本** 常凍 80ml×2 No.66724 **1%UP** **4,600円**  
税込 5,060円

●お酒は20歳になってから ※20歳未満の飲酒及び20歳未満への酒類の販売は法律で禁止されています ※20歳以上の年齢であることを確認できない場合には、酒類を販売しません ●通信販売酒類小売業免許を取得しています ●酒類の1回の注文数は760ml相当で2ダースまでとさせていただきます  
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) ※温度帯の表記のない化粧品はすべて 常凍 ※店頭販売価格・合計価格はオンラインショップなどでの公式価格 ※セレクトは定期便も含めてすべてポイント対象外です



# 美味しく、しっかり食べて、整うカラダへ

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。

献立実行部  
おすすめ



献立

## 数量限定 6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	6/1(月)~6/15(月)	6/2(火)~
第2週	6/8(月)~6/22(月)	6/9(火)~
第3週	6/15(月)~6/29(月)	6/16(火)~
第4週	6/22(月)~7/6(月)	6/23(火)~

お申し込み受付期間  
6/10(水)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

## チャプコギやスパイシーチキンなどお肉のごちそうが充実

常凍

数量限定 6月の1週間グルメセットA No.66840 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】牛肉と春雨のチャプコギ、スパイシーチキン、焼きフライ 極旨メンチカツ、黒毛和牛のビーフハヤシ、国産豚肉100%ミートオムレツ、焼豚、海の幸マカロニグラタン、天然鯛入り餡かけしんじょう、秋鮭の塩麹漬け焼き、国産真さばの味噌煮、国産真いわしのしょうが煮、からだ想いの鶏スープ、国産小松菜のみそ汁、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、和膳さざみ昆布の土佐煮、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)、らーめん風、極みココナッツパン、極み厚切り山型パン、極みカレーパン、トーストクリームx2、完熟マンゴーゼリー 果肉入り、その子のどら2個、せんべいしょうゆ、フルーツゼリー温州みかん、アーモンドと蜂蜜のリエージュ風ワッフル  
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



## お肉もお魚も麺類も! バラエティー豊かな口福がぎっしり

常凍

数量限定 6月の1週間グルメセットB No.66841 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ス、大山どりの中華風うま煮、黒毛和牛と実山椒の佃煮、国産牛とゴロゴロ野菜のビーフシチュー、無塩せきポークウインナー ハーブ、鶏とマッシュルームのマカロニグラタン、焼きフライ エビフライ、真だらの味噌漬け焼き、国産真さばのスモーク風味、国産たらこクリームパスタソース、具だくさんミネストローネ、ノンオイル中華 海老チリソース、うぐいす豆の煮豆、国産具材の筑前煮、和膳切り干し大根、和膳ひじきの煮物、和膳さびらごぼう、和膳ごぼうの甘酢ゆず風味、和膳4種のきのこの煮ひたし、和膳ほうれん草としめじのおひたし、茎わかめ煮、釜揚げうどん、極みチョコチップパン、極みカレーパン、極み角食パン、トーストクリームx2、完熟マンゴーゼリー 果肉入り、黒豆塩大福、ドリームプリン カスタード、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



## 夜はご家族と同じ食事を楽しみながら手軽に実行できる献立です



## 数量限定 6月の朝昼間食セットプラス

あさひるかんしゆく

No.66839 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】牛肉と春雨のチャプコギ、焼きフライ ハーブ豚とんかつ、北海道産豚ヒレのペッパーズモーク、黒毛和牛の極旨牛すき丼、鶏とマッシュルームのマカロニグラタン、真だらの味噌漬け焼き、国産真さばの味噌煮、国産帆立のボンゴレ風パスタソース、国産小松菜のみそ汁、国産具材の筑前煮、和膳ひじきの煮物、ノンオイル中華 九宝あんかけ、小麦香る生パスタ、極みメロンパン、極み角食パン、トーストクリームx2、カシューナッツクッキー コffee、その子のどら1個、プチゼリー葡萄  
※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 ※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)以上で送料無料で、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\*2 献立セット 常凍

送料 ¥0 単独発送

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

※お届ける日は、お届け地域や天候、交通事情によりご希望に添えない場合がございます。原則的に途中キャンセルはできません。やむを得ず途中キャンセルされた場合は実費をご請求させていただきます。あらかじめご了承ください。\*1 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。\*2 ダイエットは1日1400kcalに制限することによる。

SH様 (47歳) ※当時

Before

After

SH様の数値の変化

項目	START	8週間後
体重	66.1kg	62.1kg
体脂肪率	37.1%	33.9%
BMI	25.8	24.3
ウエスト	91.0cm	79.0cm
ウエスト	86.0cm	79.0cm

【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、極みバーガーパンズ×2、極みスイートレーズンパン×2、極みロールパン×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

※お届ける日は、お届け地域や天候、交通事情によりご希望に添えない場合がございます。原則的に途中キャンセルはできません。やむを得ず途中キャンセルされた場合は実費をご請求させていただきます。あらかじめご了承ください。\*1 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。\*2 ダイエットは1日1400kcalに制限することによる。

### 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

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 No.62723 **19,800円** 税込21,384円 常凍

### 常温グルメ献立セット そのこ米ごはん付 No.62724 **22,800円** 税込24,624円 常凍

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、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、からだいたい鶏スープ、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、味見つき、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

※お届ける日は、お届け地域や天候、交通事情によりご希望に添えない場合がございます。原則的に途中キャンセルはできません。やむを得ず途中キャンセルされた場合は実費をご請求させていただきます。あらかじめご了承ください。\*1 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。\*2 ダイエットは1日1400kcalに制限することによる。

### パンを中心に、和洋中とバラエティー豊かなメニュー。

## その子ちゃん献立セット No.62727 **16,230円** 税込17,528円 常凍

3食+間食 ×7日分=計28食 召し上がり方の一例(メニュー表)付き

【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、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、極みバーガーパンズ×2、極みスイートレーズンパン×2、極みロールパン×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

※お届ける日は、お届け地域や天候、交通事情によりご希望に添えない場合がございます。原則的に途中キャンセルはできません。やむを得ず途中キャンセルされた場合は実費をご請求させていただきます。あらかじめご了承ください。\*1 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。\*2 ダイエットは1日1400kcalに制限することによる。

### 豪華な内容で食べ応えのあるメニュー。

## 美味しくSONOKO式を実行できる人気の献立

### すっきり献立セット デラックス No.62725 **15,000円** 税込16,200円 常凍

3食+間食+夜食 ×7日分=計35食 召し上がり方の一例(メニュー表)付き

【セット内容】焼きフライ コロッケ、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、和膳ごぼうの甘酢ずみ風味、和膳さだめ昆布の土佐煮、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モージー 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

※お届ける日は、お届け地域や天候、交通事情によりご希望に添えない場合がございます。原則的に途中キャンセルはできません。やむを得ず途中キャンセルされた場合は実費をご請求させていただきます。あらかじめご了承ください。\*1 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。\*2 ダイエットは1日1400kcalに制限することによる。

### 献立に必要なものが揃っているので

## ごはんと飲み物を用意するだけで手軽にスタート!

### すっきりスター献立セット No.62726 **13,334円** 税込14,400円 常凍

3食+間食+夜食 ×7日分=計35食 召し上がり方の一例(メニュー表)付き

【セット内容】越後もちぶたのハンバーグ〜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、和膳ごぼうの甘酢ずみ風味、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

※お届ける日は、お届け地域や天候、交通事情によりご希望に添えない場合がございます。原則的に途中キャンセルはできません。やむを得ず途中キャンセルされた場合は実費をご請求させていただきます。あらかじめご了承ください。\*1 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。\*2 ダイエットは1日1400kcalに制限することによる。

### SONOKO式献立の原点。

## 規則正しい食生活を送れる

### シンプルな献立

### スタンダード 献立セット No.62728 **8,990円** 税込9,709円 常凍

3食+間食 ×7日分=計28食 召し上がり方の一例(メニュー表)付き

【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

※お届ける日は、お届け地域や天候、交通事情によりご希望に添えない場合がございます。原則的に途中キャンセルはできません。やむを得ず途中キャンセルされた場合は実費をご請求させていただきます。あらかじめご了承ください。\*1 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。\*2 ダイエットは1日1400kcalに制限することによる。

### 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しまう」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

### 新製品・リニューアル情報

セレクト ルアモ ナチュラルアイカラー

セージグリーン No.67241 常凍

グレージュ No.67242 各**1,250円** 税込1,375円

やわらかなセージグリーンと気品あるグレージュが新登場。また、まぶたへのなじみややすさはそのままに、チークカラーとアイカラーのパール感が変わりました。

### 新定番品

- 国産肉100%芳醇デミグラスハンバーグ
- その子珈琲浅煎りブレンド
- 発酵かきねあまさけ
- 米粉ロールケーキ カスタード
- ザ ソノコ UVホワイトヴェール
- イルミネージュフェイスパウダー
- YUTAKAMI モイストリペアオイル

### なくなり次第リニューアル終了

- 国産真いわしのしょうが煮 73g→70g(内容量変更)
- UVホワイトヴェール ●フェイスパウダー
- セレクト ルアモ ナチュラルチークカラー コーラル(パール感変更)
- セレクト ルアモ ナチュラルチークカラー ローズ(パール感変更)
- セレクト ルアモ ナチュラルアイカラー モーヴピンク(パール感変更)
- セレクト ルアモ ナチュラルアイカラー シャインオレンジ(パール感変更)
- セレクト KENT ヘアブラシ ふつう
- セレクト ファーマメンステーション アウトドアスプレー レモンガラス

### 販売終了

- その子ブレンド浅煎り珈琲
- 米麹と酒粕のあま酒
- 米粉ロールケーキ プレーン 1箱3切

### 価格変更

- コシヒカリ 5kg 6,980円 → 8,300円(税込8,964円)
- 定期便コシヒカリ 5kg 6,400円 → 7,800円(税込8,424円)
- コシヒカリ小分けパック 450g 730円 → 830円(税込896円)
- 定期便コシヒカリ小分けパック 450gx10 6,400円 → 7,800円(税込8,424円)
- ササニシキ 5kg 5,980円 → 8,300円(税込8,964円)
- 定期便ササニシキ 5kg 5,000円 → 7,800円(税込8,424円)
- ササニシキ小分けパック 450g 590円 → 830円(税込896円)
- 定期便ササニシキ小分けパック 450gx10 5,000円 → 7,800円(税込8,424円)
- セレクト 特別栽培米魚沼産こしひかり 6,400円 → 8,300円(税込8,964円)
- 杵つき餅 1,260円 → 1,380円(税込1,490円)
- トキノのり 3,280円 → 3,480円(税込3,758円)
- 焼海苔 1,280円 → 1,400円(税込1,512円)
- 氷温\*熟成そのこ米ごはん 380円 → 420円(税込453円)

- 氷温\*熟成そのこ米ごはん 1箱36パック 12,600円 → 13,680円(税込14,774円)
- セレクト 味の母 925円 → 1,000円(税込1,080円)
- セレクト 麴屋甚平・浅漬の素 490円 → 560円(税込604円)
- セレクト オーガニックシュガーシロップ 2袋 590円 → 640円(税込691円)
- その子の御赤飯 3パック 1,350円 → 1,590円(税込1,717円)
- その子の御赤飯 1パック 480円 → 560円(税込604円)
- 黒豆塩大福 880円 → 1,040円(税込1,123円)
- みたらし団子 760円 → 940円(税込1,015円)
- セレクト 九州産らっきょう漬 630円 → 700円(税込756円)
- 鶏とマッシュルームのマカロニグラタン 1,880円 → 1,950円(税込2,106円)
- 天然鯛入り鮎かけしんじょう 1,100円 → 1,150円(税込1,242円)
- 海老と香りバジルクリームパスタソース 900円 → 940円(税込1,015円)
- 国産たらこクリームパスタソース 800円 → 840円(税込907円)
- ノンオイル中華 海老チリソース 1,300円 → 1,350円(税込1,458円)
- 昆布水のもと 900円 → 1,150円(税込1,242円)
- 昆布水のもと 徳用パック 3,200円 → 4,200円(税込4,536円)
- セレクト 果物野菜洗い 900円 → 990円(税込1,089円)

### 価格変更(6/1より)

- あらびき黒こしょう 780円 → 800円(税込864円)
- セレクト オーガニックスポーツドリンク 180円 → 190円(税込205円)

### 価格変更(7/1より)

- その子珈琲深煎りブレンド 1,940円 → 2,140円(税込2,311円)
- トキノ海苔の佃煮 880円 → 930円(税込1,004円)

総合カタログをお持ちですか?

会報誌に掲載のないすべての定番品を掲載した保存版総合カタログをお届けします。ご注文の際に会報誌と一緒にご利用ください。

カタログをご希望の方はお電話またはオンラインショップへ。オンラインショップではデジタルカタログもご覧いただけます。

## 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いたします。

## お写真やエピソード大募集!

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

1000P  
プレゼント  
こちらの葉書で  
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 info-sonoko@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。

## 長年GGに支えられ、今はだしの素を愛用しています

兵庫県 三木光代様

長い間、SONOKOのGGにはお世話になりました。支えられました。おかげで退職まで働き続けることができました。そして今は年金暮らし。GGを買うことはなくなりましたが、SONOKOの「万能だしの素」は大事に使っております。市販のカレールーを使うとき、6人分に小さじ1の「万能だしの素」を入れるととても美味しくなり、家族に好評です。味噌汁やその他の料理にも少し足しますと味が決まり、とても重宝しております。ありがとうございます。

このたびは心のこもったお葉書をありがとうございます。長い間GGをご愛用いただき、お仕事を続ける日々の中で支えになっていたとのこと、大変うれしく拝読いたしました。現在も「万能だしの素」を大切にお使いいただき、ご家族のお食事にお役立ていただいていることに心より感謝申し上げます。これからも日々のお料理にお役立ていただけたらうれしく思います。



食品担当  
大井

## YUTAKAMIのおかげで美容院で大変ほめられました

千葉県 長谷部加津枝様

こんにちは。いつも素敵な製品をありがとうございます。先日美容院へ行ったら、スタイリストの方に髪を大変ほめていただきました。私はロングヘアを数十年伸ばしていますが、この長さで毛先まで艶を保っていることがすごいこととってもらいました。髪が細いので傷みやすいのですが、SONOKOのYUTAKAMIの全品を使っています。日々のお手入れのおかげなんだと感じています。使い始めてから頭皮が健やかになりコシも出ているよう思います。64歳という年齢にしたら髪を美しく保っていると、お礼のお手紙書きました。

温かいお言葉、ありがとうございます。美容師様に褒めていただいたというエピソード、開発担当として大変うれしく拝読しました。YUTAKAMIは、日々変化する髪のコンディションを健やかに整え、艶やかな輝きを保つ処方こだわっています。世代を問わず、凛としたしなやかな髪をめざす皆様のためにこれからも力を尽くしてまいります。



化粧品担当  
高橋

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。

## SONOKOのポイントサービス

## ■ ポイントを貯める

パール会員様は1%、プラチナ会員様は3%のポイントがお買物のたびに貯まります

- 一部ポイント対象外の製品がございます。詳しくはスタッフにお問い合わせください。
- 有効期限は最終購入日から1年間で、お買物のたびに自動延長されます。
- ご返品された場合、相当分のポイントを差し引かせていただきます。

## ■ ポイントを使う

貯まったポイントは次回以降のお買物で1ポイント=1円としてご利用いただけます

- ポイントを使ったご注文も有効期限の自動延長の対象となります。
- 送料・代引き手数料にポイントをご利用いただくことはできません。
- ご本人様以外へのポイントの譲渡や合算、現金への換金はできません。

## 👑 会員ステージについて

ランクアップするとポイント付与率がアップ! ささまざまな特典もご用意しています

パール会員	プラチナ会員
ポイント付与 <b>1%</b>	ポイント付与 <b>3%</b> 年2回 スペシャル プラチナクーポン 選べる お誕生日 プレゼント 月1回 送料無料

※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します

前年度:2025年4月1日~2026年3月31日、今年度:2026年4月以降

※定期便・福袋・サービス・イベント参加費も含むすべての購入が累計金額に合算されます

※オンラインショップは月1回送料無料の対象外です

## 🚚 定期便について

長く続けるほどにご愛用のお品がどんどんお得になる便利なサービスです

定期購入時			
毎回 <b>10%</b> ポイント付与 1~12回目	毎回 <b>15%</b> ポイント付与 13~24回目	毎回 <b>20%</b> ポイント付与 25回目~	全国どこでも 毎回送料無料

※変更・休止・解約は、お電話にて承ります。次回お届けの1週間前まで(そのご米定期便は20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

※2回連続のお休みはできません

## ご利用ガイド



受付時間 / 10:00 ~ 18:00 (月曜定休)

**0120-88-7878** ● IP電話・固定電話をご利用の場合  
TEL.03-4335-7750



受付時間 / 24時間受付・通信費無料

**FAX 0120-48-7717**



**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



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

**104-0061 東京都中央区銀座5-9-1 銀座幸ビル1F・2F**  
**TEL.03-4335-7878**



受付時間 / 24時間受付

**www.sonoko.co.jp**



## ご注文

## お支払い

## 👉 クレジットカード

- お支払いは一括/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。
- 初めてのご登録の際は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ので、あらかじめクレジットカードをお手元にご用意ください。
- クレジット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決済方法が一部変更になりました。

販売方法により、初回ご登録時にお客様側での操作が必要になる場合がございますので、スタッフの案内に沿ってお手続きください。

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

\*銀座店でのご購入時のみご利用になれます

※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の番号の下4桁と有効期限のみお伝えください

※1: 1万円以上のお買い上げの場合ご利用可能

※2: 分割回数は3、5、6、10、12、15、18、20、24回より

※3: 3/1~6/15、8/1~11/15の期間ご利用可能

## 💰 代金引換

- 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、個数口ごとに代金手数料として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(税別)以上の場合、代引き手数料・送料ともにSONOKOが負担いたします。
- 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。 ※1件とは、『1住所』への『1回のお荷物』をさします

## 📦 お届け方法

宅配便にてお届けいたします。

- 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時までのご注文で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。

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・字小出谷地区・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・赤十字地区・川房地区・層根地区・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

## 🚚 送料

全国一律**779円(税込)** 1個口につき

- お電話注文は1件のお届け商品合計が30,000円(税別)以上で送料無料。
- 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。
- 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。 ※1件とは、『1住所』への『1回のお荷物』をさします

## 👤 お問い合わせ

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、各種手続き
- ③SONOKO式実行、製品に関するお問い合わせ
- ④個人情報・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・交換に関しましては事前に左記のお問い合わせ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(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

返品・交換をお受けできないもの

- 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
- 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お手続きの上、ご指定の口座より一旦引き落としされる場合がございます。その場合、クレジット会社より翌月ご返金いたします。

## お問い合わせ

## イベントのお知らせ

7/18(土) 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

7/19(日) 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もお買い物ができます

数量限定販売

極みメロンパン  
ご予約承ります



締切  
6月16日(火)  
まで

※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。ご希望の方は早目にご来場ください

## 4月ミニイベントレポート

桜前線が北上するなか、年度初めのミニイベントは浜松からのスタートとなりました。「浜松で開催されるなら」と毎回お越しくださる方々や、献立を実行し始めたご主人様がぜひ参加されたいと一緒におみえの方、初めてお越しくださった方などたくさんの方々が集まりくださり、終始和やかな会となりました。ミニイベントのテーマは「SONOKOを五感で楽しんでいただくこと」。

美容スペシャリストSAY★GOによる丁寧なアドバイスを交えた頭皮・肌診断やメイク体験、季節に合わせたビューティー講座、鈴木その子先生の講演VTR上映などを通じて体感・実感していただいたあとは、SONOKO式に欠かせない「おやつタイム」。新製品の「カシューナッツクッキー 珈琲」をはじめ、人気の間食を盛り合わせ、お好みのドリンクとともにゆったりとお楽しみいただきました。

さらにイベントでは、お買い物も一番お得に。最安値のGGセットをはじめ、化粧品や食品もたくさんのお値引き品を配送手配いたします。

今後も、全国各地の皆様にお会いすることを楽しみに伺っています。今度も、全国各地の皆様にお会いすることを楽しみに伺っています。今度も、全国各地の皆様にお会いすることを楽しみに伺っています。



## ご予約制/ SONOKO ミニイベント

普段なかなか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】

- 6月14日(日).....札幌①
- 6月15日(月).....札幌②
- 7月4日(土).....福島
- 7月5日(日).....盛岡
- 9月12日(土).....金沢
- 9月13日(日).....富山
- 10月3日(土).....広島
- 10月31日(土).....鹿児島
- 11月1日(日).....福岡

※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でご案内いたします。※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

## 銀座店のご案内

営業時間 1F CAFE 11:00~20:00 ※営業時間に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

6/4(木)、8(月) 2F終日CLOSE 6/5(金) 1F CAFE 15:00 CLOSE、2F 終日CLOSE  
6/6(土)、7(日) 【夏の大感謝祭】特別販売会のため営業時間変更/CAFE休業  
6/21(日) 会員様貸切営業 1F 11:00~13:00まで会員様貸切営業

### 夏の大感謝祭 6/6(土)・7(日)

10:30~18:00  
受付 10:00~17:30

**その1**  
来場するだけで  
もれなくもらえる! **豪華来場プレゼント**

**その2**  
銀座店限定! 夏の大感謝祭特別セット

**その3**  
人気の商品が!  
サブリ **最大30%OFF**  
化粧品 **最大20%OFF**  
食品 **最大30%OFF**

**その4**  
特別販売会  
SONOKO選りすぐりの  
宝飾の数々を  
ご用意いたします。

**その5**  
スペシャルゲストによる  
トークショー!

**その6**  
2日間限りの夏の大感謝祭  
特別メニューが登場

## SONOKO 七夕フェア

7/1(水)~7(火)

**その1**  
~七夕の笹飾りで短冊に願い事を書いて飾ろう~  
願い事を書く  
**CAFEオリジナル  
七夕スイーツ**がもらえる♪

**その2**  
人気のアイテムが  
**最大30%OFF!**  
お得なお値段で登場

**その3**  
はずれなし!  
お買物1万円(税別)ごとに  
**ガチャチャンス!**

## SONOKO CAFE

menu

1日10食  
限定

\特別プレート/  
【国産たらことアボカドのクリームパスタ】

2,400円(税込)

限定プレート内容  
● サラダ ● わかめスープ

販売期間 6/1(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

6/19(金)~21(日) お楽しみ付き販売  
6/21(日) 6月のキノ会定例会  
ゲスト講師: スポーツ医学アドバイザー 土屋未来氏

予定 7/10(金)~12(日) お楽しみ付き販売  
7/12(日) 7月のキノ会定例会  
ゲスト講師: サプリメントアドバイザー【能活生活】 坂上 圭氏

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

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

2026

6

# THE NORIKO

トキノ会便り 編集長 瀧本範子の「ノリコ手帖」

VOL.108

6月を迎えるとよみがえるのは、毎年この時季に全国各地で開催した「鈴木その子講演会」の思い出です。鈴木その子は毎年必ず5月に向けて自らの鈴木式(現SONOKO式)食養理論を説く著書出版しており、「一人でも多くの方に直接お会いして、健康に美しく生きるための真実の食のあり方、そして幸せな人生を生きるための心構えをお伝えしたい」との一心から企画されたものでした。

1980年の『やせたい人は食べなさい』の出版から10年後の1990年には『新・やせたい人は食べなさい』を、そして1992年には『奇跡のダイエット』を上梓。それまで謎に包まれていた、鈴木式を世に出すに至ったご自身の心情をカミングアウト。ダイエットのみならず、摂食障害に悩む方たちの救世主として一気に注目を集めることになりました。

「この本は摂食障害の方のためだけに書いたものではありません。間違った食事の考え方がいかに恐ろしいものかを知らせたかったからです。食事は生きるために食べるものです。ところが近年間違った食事の考え方を信じ込んでいる人たちが多く、それが社会問題にもなる世の中へ警鐘を鳴らすために書きました。特に私の家族にまつわる体験を明らかにすることで、私の想いは真実であると信じてもらえると。これは私の使命と思っているからです」。執筆の動機を聞かれ、そう答えていた鈴木その子の厳しい眼差しが忘れられません。

ある本の出版記念講演会が東京永田町で開催されたときのことでした。会場周辺は物々しい雰囲気、しかも当日は大雨。そんな中でも、道を尋ねながら大勢の皆様が来場くださり、熱心に講演に耳を傾けてくださいました。そして講演の後の控室に、トキノの関係者ではない、一見すると尊大な風貌の見慣れない年配の背広姿の男性たちと共に鈴木その子が入ってきました。鈴木その子は彼らとしばし談笑していましたがその一行は

すぐに部屋を後にされました。どちら様?と不思議に思っていた私を見て、鈴木その子が静かに微笑みながら話しました。「親戚ですよ。皆、大手の企業の役付きだから偉そうでしょう。私がトキノを始めたとき、彼らはこそっとくちさがない言葉で私を非難していた人たちです。でも今日の私の講演を聞いて驚いたようで、初めて『よかった、感心した』と言っていましたよ」

どれほどの屈辱を受けていらしたことだろうか。このときの鈴木その子の言葉は、無責任な彼らの悪意を完膚なきまでに打ち砕いた勝利宣言だったと理解したことを鮮明に覚えています。「同調圧力」は日本人の国民性ともいわれますが、物事の真偽を確かめず、皆と同じに無責任な発言や行動をすることはありがちです。それは個人に限らず、社会や世の中も同じです。「より多くの人にわかってもらうために私は本を書き、話をしていきたい。しかし本当に大切なことは、鈴木式を実行してご自分を健康に美しく変えた方々の姿、つまり証明です。事実を超える証明はありません」

鈴木その子は、最後までさまざまな敵と戦いながら話し、書いたものを残してくれました。今も講演ビデオの中で、心血を注いだ著書の中で、会報の巻頭言の中からも、正しく生きるための知恵を私たちに教えています。もしこれらが存在していなかったとしたら、一体私たちはどうなっていたのか。考えれば考えるほど感謝の思いが込み上げてくるのです。



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