



わたしのママくらし Vol.6

「キッチンぶらす」
のこと
紹介します！



時短に
おすすめ
パルシステムの
キッチン雑貨を使ってみました

毎週届く別カタログ「キッチンぶらす」をご存じですか？
便利そう♪と感じた商品を、女性職員が実際に試してみました。

まずは
これ！

ごはん作りをラクにする
グッズ その1

ステンレス製
幅7cm
「クックスプーン」
ナイロン樹脂製

お玉と違って、柄が斜めについているからとってもすくいやすいの。
すくう部分も大きすぎないから、離乳食を作るような小さな鍋でも使いやすいよ

絶妙なサイズと角度だから、お鍋を傾けなくても、具がきれいにすくえた～

見て！

産直担当 吉田

これで炒めたり混ぜたりの調理にも使えるし、盛り付けにも便利。形もかわいいからサーブスプーンとして食卓にも出せるね

取り分けしやすく、子どものいるおうちにいいでしょ

ごはん作りをラクにする
グッズ その2

「とろけるチーズdeトースターボウル」

オーブントースターに一度に3つ入っちゃう

こちらもおすすめ。
3個組みで、まとめて焼けるから、朝食やちょっとしたおかずを作るのに大活躍

マヨ焼きやみそ焼きなど、器の中で味付けできるからバリエーションが広がるね

ふたつはおとな用に、ひとつを子ども用にして、子ども用だけ食材をこまかくぎんやり、味付けを薄くすることもできて便利

システム担当 渡辺

ひと口大に切ったアボカドにマヨネーズとチーズをのせ、7～8分焼く。

じゃがいも、玉ねぎ、パブリカを電子レンジで加熱し、カレーフレークとチーズをのせて7～8分焼く。

スープボウルや小鉢としてもちょうどいいサイズで◎！

同時にお届けしている
「キッチンぶらす」カタログも見てね！

「キッチンぶらす」の商品はすべてネットで注文できるようになりました。

※利用には、オンラインパルへの登録が必要です。

パルシステム 注文 検索

クックスプーン
 とろけるチーズdeトースターボウル 3色組

次回は4月4回
季節の変わり目に気になる
スキンケアの特集です！

わたしのママくらしkids (3～8歳の子どもがいるママ向け) ▶ 190837
わたしのママくらしpre (妊娠中のプレママ向け) ▶ 190811
わたしのくらし (ひとり暮らし、夫とふたり暮らしの女性向け) ▶ 190802

※引き続きお届けを希望される場合は、記入不要です。※重複してご登録いただいた場合は、「kids」→「baby」→「pre」→「わたしのくらし」の順で、1種類のみの登録となります。ご了承ください。※「タベソダ」に切り替えられた場合、チラシが配付されません。ご了承ください。※配付停止はどちら、190845

パルシステムでは生活雑貨も
食品と同じように、商品の成分や
材質の基準を設けています。

たとえば、燃やすとダイオキシンを
発生するものもあると指摘されてい
る塩ビ系材質は使いません。また、
口や食品に触れるものだから、「食品
衛生法」をクリアしたものだけを扱
うなど、安全性について厳しい目で
チェックします。

ママ友づきあい どうして?

学生時代からの友人関係や、
仕事上の人づきあいとはまたちょっと
違う気がする「ママ友」とのおつきあい。
1026件のアンケートから、
ママたちの意見を聞いてみました。

〈アンケート方法〉
「わたしのくらし・わたしのママくらし」に登録している方
の中から、オンラインパル登録をしている組合員に昨
年11月11日(金)~27日(日)
の期間でアンケートを実施。

お互い小さな子ども
がいるので、集まると
きはドタキャン・遅刻
オッケーにしている

夫が週末仕事でいない
場合が多いのですが、
同じようなママ友と知
り合ったら悩まずにす
むようになった

流行っている病気や
予防接種、地域のイベ
ントや行事など、ママ
目線の情報を知ること
ができるように

お世話になったと
きの御礼は必ずす
ぐに伝える

お互いの子どもの
ベースを大切にする

ふたり目を妊娠したと
き、ママ友が上の子を見
てくれたり、公園で遊ん
てくれてとても助かった

子ども同士のけがや
病気はお互いさまざま
と思っています

何組かで集まるとき
は、お座敷や子ども
向けメニューがある
お店をチョイス

ママ友づきあい、
みんなのコツ紹介

○○ちゃんママ
ではなく、下の名
前で呼んでます

人の悪口を言わないの
はもちろん、誰かの悪
口にも乗らない。そんな
な話題のときは聞き役
に徹して受け流す

相手のプライベートに
は踏み込まない。わた
しは広く浅く、のおつき
あいでいいかな

同じことを再び聞かない
ように、子どもの誕生日
などはメモしておく

おうちにおじゃまするとき
は、気を使わせない数百円程
度の手みやげを持っていく

「うちの子だけなぜ?」と思
っていることを「うちもだよ
~」と言ってもらえて、不安
に思うことが減りました。マ
マ友がいてよかった

ちょっとしたお礼として、お
子さんへお菓子を小さな袋
に詰めて渡すようにしてい
る。パルシステムのカタログ
で小分けの袋菓子を数種類
ストックしている

ママ友づきあい、わたしたちの『いま』

●お子さんを介したママ友づきあいはありますか?
(ベビーママ&キッズママの回答から)

YES 87.3%

NO
12.7%

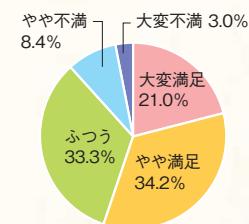
とくに「ママ友」が
必要とは思わない、
という意見も

●そのママ友とは

どこで知り合いましたか?
(ベビーママ&キッズママで
YESの人の回答から(複数回答))

保育園・幼稚園	63.8%
支援センター	39.5%
児童館	24.6%
公園	21.1%
病院や産院	17.4%
その他	25.6%

●現在の友だち関係に満足?
(ベビーママ&キッズママの
回答から)



保育園や幼稚園、支援センターなどが、ママ友づくりスポットといえそう。送り迎えの時間に顔を合わせる人の「子どもの名前」を覚えておいて、その子に「○○ちゃん、またね~」と話しかけると、親近感がわいて親しくなるチャンスに。

ママ友のつくり方、つきあい方、こうしています

●どんな話題から入った?
(全体の回答から(複数回答))

居住地域の話	47.7%
趣味の話	42.1%
出身地の話題	36.3%
最近の悩み	22.0%
仕事の話題	13.9%
その他	21.6%

●どんなふうに誘った?
(全体の回答から(複数回答))

カフェなどに誘う	44.9%
自分からは誘わない	37.1%
イベントに誘う	18.3%
自宅に招待する	13.6%
その他	8.1%

「相手のご主人と同郷だった(30代)」「地
元が近いと思ったら、相手のパパが後輩
だった(30代)」なんてことも。

「ちょっとおしゃれなカフェなどに誘うの
が気楽」という意見に対して、「自分から
は誘わない」という人も多数。

ママ友との『これから』、こんなつきあい方をしたいな

●今後深めていきたいこと(ベビー&キッズママの回答から(複数回答))

緊急・災害時の子どものお世話や連絡	61.8%
保育園・幼稚園・小学校情報の共有	57.6%
悩み相談や近況の共有	56.7%
習い事の情報共有	46.8%
自宅や友だち宅での交流	40.7%
カフェ・レストランでの食事	36.6%
公園や児童館での遊び	34.4%

「緊急時など、困ったときに頼れる関係」「子育ての情報を共有できる関係」のほか、「子連れでいっしょに遊べる関係」を求めている結果に。子どもの成長に合わせて、情報交換からいっしょに楽しむ関係にシフトしているようです。