



baby 0歳～2歳

pal\*system 2017年3月3回

# わたしのママくらし Vol.6

短時間に  
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

「キッチンぶらす」  
のこと  
紹介します！

ぶらす  
さん



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。

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

この角度が  
ポイント

「クック  
スプーン」

幅7cm

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  
いからサブスプーンと  
して食卓にも出せるね

取り分けしやすくて、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  
ども用だけ具材をこまかく  
さんだり、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。

スープボウルや  
小鉢としても  
ちょうどいい  
サイズで◎！

▼じゃがいも、玉ねぎ、パ  
プ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。



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、オンラインパルヘ  
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



ライフステージを  
変えたい方へ。

今回は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歳の子どものママ向け) ▶ 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種類のための登録となります。ご了承ください。※「タペンダ」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。※配付停止はこちら ▶ 190845



# ママ友づきあい どうしてる？

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  
登録をされている組合員に昨  
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  
目録の情報を知ること  
ができるように

お互いの子どもの  
ペースを大切に

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  
でくれてとても助かった

お世話になったと  
きの御礼は必ずす  
ぐに伝える

子ども同士のけがや  
病気はお互いさまだ  
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

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  
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  
きあいでもいいかな

うちにおじゃมาすとき  
は、気を使わせない数百円程  
度の手みやげを持ていく

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

「うちの子だけなぜ？」と思  
っていることを「うちだよ  
～」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atalog  
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』

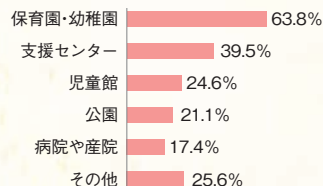
●お子さんを介したママ友づきあいはありますか？  
(ベビーママ&キッズママの回答から)

YES 87.3%

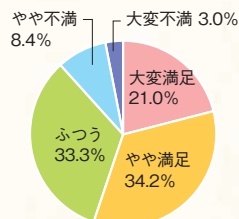
NO 12.7%

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))



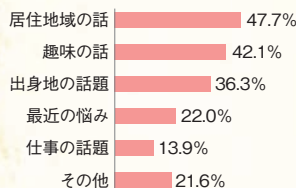
●現在の友だち関係に満足？  
(ベビーママ&キッズママの  
回答から)



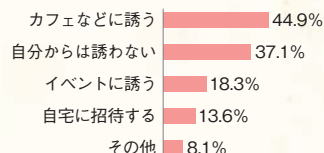
保育園や幼稚園、支援センターなどが、ママ友づくりスポットといえそう。送り迎えの時間に顔を合わせる人の「子どもの名前」を覚えておいて、その子に「○○ちゃん、またね～」と話しかけると、親近感がわいて親しくなれるチャンスに。

## 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))



●どんなふうに誘った？  
(全体の回答から(複数回答))

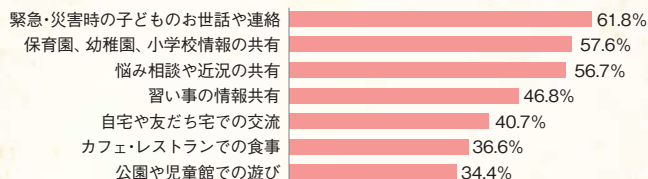


「相手のご主人と同郷だった(30代)」 「地  
元が近いと思ったら、相手のパパが後輩  
だった(30代)」なんてことも。

「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。