



junior 6歳~

Vol.14

# わたしのママくらし

子どもが  
喜ぶ！

## 持ち寄りアイデア

いよいよパーティーシーズン到来！今回は「わたしのママくらし」ママスタッフ  
おすすめの、冷凍食品や缶詰を使った“手軽でちょっとおしゃれなメニュー”を集めました。

### ホスト側なら…

#### 豪快！塩釜焼き

食材を包むときに、模様を描いたりかわいい形にするとぐっとパーティ感アップ。子どもといっしょに作っても楽しいですよ！

パカン！と  
トンカチで  
割る瞬間は  
盛り上がります



内臓をとった魚（ブロック肉でもOK）に酒をまぶして、水分をふきとる。塩1.5kgと卵白2~3個分を混ぜたペーストを作り、アルミ箔を敷いた天板に1/4程度を広げる。その上に魚を乗せて、残りのペーストで包む。180℃に熱したオーブンで50分、きつね色になるまで焼く。



#### パエリア

フライパンひとつで簡単にできて、見た目も華やか。パエリア用にセットになった具材を使ったり、シードミックスや肉を使っても。



#### 寒い季節はこんなおもてなしも／＼

#### あったかスープ

少量のお湯と粉末のコーンスープ、牛乳、缶詰のコーンを鍋で温めるだけ。ほかにも野菜とベーコンを入れたコンソメスープなども喜ばれます。



型抜きした  
人参などを  
のせても



『鹿児島若鶏ローストチキン  
(骨付モモ)』

### ゲスト側なら…

#### アレンジしやすさが◎

#### アボカド ツナディップ

アボカドにツナ缶やまぐろの刺し身、マヨネーズ、塩・こしょうを混ぜるだけで万能ディップが完成！カナッペやサンドイッチ、そのままおつまみにも。



#### 甘めなら子どもも 食べやすい

#### カラフルピクルス

少しでも野菜を食べさせたいというときにおすすめ。漬け込み液を作ると「酢を少なめ、砂糖を多め」にすると子どもも食べやすい味に。



▲ガラスの保存容器だと  
そのまま出しておしゃれ♪

#### その場で作れて持ち寄りも楽

#### フルーツ缶デザート

ヨーグルトや生クリーム、フルーツ缶を持参して「フルーツサラダ」を現地で作っても。透明なカップに盛りつけいちごを飾ったりしてもかわいいです。



昨年の11月号でも  
「持ち寄りほめられメニュー」を紹介しています！

「わたしのくらし」  
「わたしのママくらし (pre, baby, kids)」  
全ステージのパックナンバーが  
Webで見られます！

詳しくはこちら！▶



# ママのための時短メイク術

## 基本の3ステップ

### 1 ベースは薄づきでOK!

化粧は「アイテム数を減らす」「厚塗りしない」のがコツ!



アズキ粒大をとって、「5点おき」がポイント!

厚く重ねない方が  
くずれにくく  
化粧直しの手間も  
省けます!



化粧水のあと、  
これ1本で完了!  
「レクティ BBクリーム」

指2本の腹を使って滑らせるよう一気に広げます。内側から外側へのぼし、顔の中心をカバーできればOKです。(クマが気になる方は、指でポンポンと目の下に追加して塗ります)



### 参加者の声

何十年スパンの悩み「まゆげ」!  
どうしても上手くかけない眉毛の悩みが解決できました。やさしそうでナチュラルに見え、上品な印象の眉毛になりましたので教えてもらってよかったです!



雑誌などは基本的に匂なものを取り上げがちなので、自分の骨格に合わせたメイクテクニックを教えてもらえて大変勉強になりました。

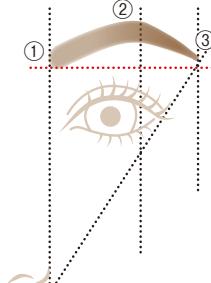


子育てで大変だけれど、メイクをするとリフレッシュできるし幸せになります! ちょっとした外出のときに、早速やってみます。



### 2 まゆ(アイブロウ)で印象アップ!

ペンシルとパウダーがセットになったアイブロウなら自然な仕上がりに



まず3点の位置にペンシルで軽く印をつけて②→③を先に描き足していく。次に②→①の方へペンシルで形を整えたら、最後にパウダーで②→①をぼかす。



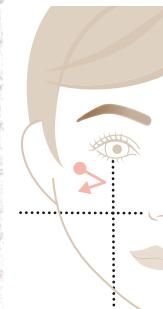
(株)ジャパンビューティプロダクト  
原田あゆみさん

教えてくれたのは…

### 3 チークで顔色を明るく!

チークを入れるだけで顔が華やかに

「レクティ チークパクト」



ブラシにたっぷり色をのせて一度ティッシュでトントンと落とします。耳の横のほお骨の始まりから黒目の中、頬の一番高い所に向かってひと塗りし、スタート地点まで戻るようにひと塗り。これだけ。

余裕があればリップをさっと塗って。  
基本の3ステップだけでも子どものお迎えや買い物には充分です。



△きれいに仕上がる時短ワザに参加者のみなさまも盛り上がりでした。

バッと均一に広がる幅広ブラシがおすすめ



ほかにも肌にやさしい化粧品を扱っています

### オリジナルハンドクリームが新登場!

『わたしのママくらし』のママ職員が開発に参加したハンドクリームが登場。同時配付の「素肌時間」をチェックしてください!

- 子どもが触れても安心な成分
- 柚子の精油を配合した癒される香り
- ベタつかない使用感



「リラックスハンドクリーム (柚子の時間)」



ライフステージを変えたい方へ。

わたしのママくらしpre&baby (プレママ、0歳の子どもがいるママ向け) ▶ 190811

わたしのママくらしkids (1~5歳の子どもがいるママ向け) ▶ 190829

次回は12月3回

テーマは「おせち・ごちそう“以外”的”お正月はん。冬休みの子どもとの過ごし方もりサーチします!」

※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「junior」→「kids」→「pre&baby」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。※配付停止はこちら・190845

