



# 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…

手軽に作れてボリュームもGOOD

#### レンジミートローフ

まだ濃い味付けの料理は避けたい年齢の子がいて、ピザやフライドチキンはちょっと……というときにおすすめ。味付けを薄くして、おとなはこしょうやケチャップをかけて、あらかじめ切り分けておけば、取り分けも楽です。



▲オートミール（パン粉でもOK）と牛乳、ミックスベジタブル、ひき肉、片栗粉、塩、こしょうを加えてよく混ぜ、ラップで包んで棒状にのばし、端をねじってレンジで3分加熱。裏返して2分加熱。



#### 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、シーフ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ンソース、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。



▲ガラスの保存容器だと  
そのまま出してもおしゃれ♪

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！▶



同時配付の  
「クリスマス  
早期割引チラシ」  
もチェック！！

# 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!

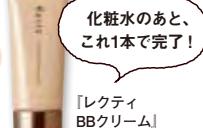
化粧は「アイテム数を減らす」「厚塗りしない」のがコツ!



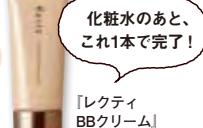
アズキ粒大をとって、「5点おき」がポイント!



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!



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)

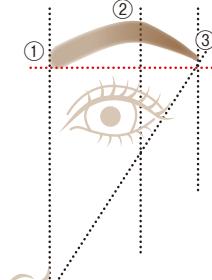


化粧水のあと、  
これ1本で完了!



### 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。



教えてくれたのは…

(株)ジャパンビューティプロダクツ  
原田あゆみさん

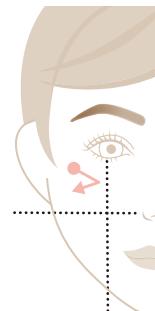


△きれいに仕上がる時短ワザに  
参加のみなさんも盛り上がりでした。

### 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下、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。

## 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  
するとい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。



## 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)」



ほかにも  
肌にやさしい化粧品を  
扱っています

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junior (6歳~の子どもがいるママ向け) ▶ 190837

※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。※「タバソダ」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

次回は12月3回  
テーマは「おせち・ごちそう  
“以外の”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!」

