

特大付録

レタスアタラシ

豪華料理本つき夏の特大号

なんと!
52ページ

さらに
簡単
すぎる!

笠原将弘の

和食

ウチ

豪華料理本!

さらにさら
簡単なんて

昨年にも続く
大好評
シリーズ!

毎日和食を
食べてほしいから、
「僕が試作と味みを
何度もしたレシピ」

代謝アップ!

冷え、むくみに効いて、やせ効果も!

しょうが



SNOOPY™の
エブリデイサンド
© 2015 Peanuts Worldwide LLC
www.snoopy.co.jp

日もちする!アレンジいろいろ
枝元なほみさんの
トマトストック



毎日の家事が
グンとラクになる!
「捨て家事」
レッスン

スペシャル
オト
NB



ポウルも型もなくOK♪
ポリ袋で夏おやつ

半期に一度、見直しの時期で
今こそ、お金防衛術

1日3分でペタンコおなかに!

骨盤ダイナミック ストレッチで おなかやせ



初めてでも失敗なし!
帯アレンジも
ゆかたの着付け

はずせる保存版

広沢京子さんがご案内
話題の福岡・糸

Lettuce Pickup!

GOODS

みんなで涼しく流しそうめんしよう!

用意するものは、ゆでたそうめんとお好みの具材。
夏の食卓やホームパーティーが盛り上がりそう。

グリーンハウスの「流しそうめん器 GH-SOMENAシリーズ」

水を入れてスイッチを押すとスクリュウが回り、涼しい水流が生まれます。お好みの量のそうめんを入れて、1~2人用のコンパクトサイズなので、収納にも便利です。つゆ鉢2個、薬味トレイつき。幅23×奥行17.4×高さ8cm ¥1,648/グリーンハウス☎03(5421)2255

タカラミーアーツの「超ヒエヒエ 北極流しそうめん しろくまファウンテン」

しろくま形の中に水を入れて凍らせてからセット。器に水を入れてスイッチを押すと、しろくまの口から循環した水が流れ、しっかりと冷えた流しそうめんが楽しめます。かわいい動物形の製氷器つき。直径37×高さ32cm ¥6,500/タカラミーアーツお客様相談室☎0570-041173

ハックの「流しそうめん 風流」

家庭でも本格的な流しそうめん気分が味わえるこちら。組み立て式の、竹をつなげたようなデザインを生かし、流れてくるそうめんを途中ですくって。幅約64×奥行31×高さ44cm(組み立て時のサイズ) オープン価格/ハック☎0120-976-089



かわいい自転車グッズでお出かけを楽しく

サイクリングが気持ちいい季節。
見た目にかわいく、機能的なアイテムをご紹介します。

Bike Capの「サドルカバー (シティーサイクル用)」

オランダ生まれの自転車グッズブランド。キュートなデザインで自転車を簡単にドレスアップ。はっ水加工生地なので、雨や汚れにも安心。ピンクドット(上)、ブロック(下)縦30×横26×マチ8cm 各¥1,900/インタープレス☎03(5490)8222

niccoの「ベビーヘルメット」

幼児用のヘルメット。外側は超高耐衝撃性グレードのABS樹脂、内側は複合発泡衝撃ライナーを採用。写真のピンクほか、全7色。頭まわり46~50cm(12カ月~2歳くらい)、47~52cm(12カ月~3歳くらい) 各¥3,800/クミカ工業☎0586(62)7101



ギザプロダクツの「ズーニマルライト USB」

ハンドルにぶら下がるようなフォルムが愛らしい動物形のLEDライト。USB充電タイプで両目が光ります。写真のシロネコとモンキーのほか、ハムスターも。充電用USBケーブルつき。幅3.6×奥行4×高さ6.5cm 各¥3,000/マルチ☎078(451)2742



くるりの「扇子 カモメ 昼」

数羽のカモメが飛ぶ様子を、扇骨で表現した人気シリーズ。扇面には、昼の海をイメージしたイエローやグリーンをカラーリングしました。扇面はポリエステル100%、扇骨は竹製。長さ約21×幅38.5cm(広げたとき) ¥2,500/のレン <http://www.noren-net.jp>

洋服にも合う、乙女な扇子

夏の暑さ対策には、持ち運びも便利な扇子がスマート。
さらりとした麻素材から香りつきまで、バラエティー豊か!

山岡白竹堂の「真麻日和 こんべいとう扇子セット」

肌触りのいい手織りの麻100%。麻ならではの風合いに、ころんとしたシェル形のフォルム、和モダンな柄がすてきです。がまぐち型の扇子袋つき。長さ約21×幅約26cm(広げたとき) 袋の長さ約24cm ¥4,200/山岡白竹堂☎075(221)1206



BOUDAIの「ほんのり香るフルーツ柄の扇」

創業430年の老舗「西川庄六商店」が手がける扇子ブランド。扇面の表と裏にフルーツの絵をプリントし、あおぐとほんのりフルーツの香りが。写真の「すいか」「キウイ」ほか全6種。キリ箱入り。長さ約20×幅約35cm(広げたとき) 各¥3,200/メルクロス☎03(3273)7765