

いいね♡がもらえる Instagoodなルームウェア

おしゃれなパジャマパーティーを開いたら、ハッシュタグをつけて拡散♡ みんなのいいねをいただきます!!

インスタ映えには小物も重要!!

ブランケット

ワイヤー入りで巻きつけられるヒーター入りのブランケット。ふわふわファーとしっぽが可愛い♡ ルルド ふわボカ ハク ¥4860/アテックス

アイマスク

女子力高めな写真を撮りたい♡は必須のアイテム♡ フリルつきやアニマルモチーフなどガーリーなものが多め。アイマスク ¥1167/dazzy

クッション

色やデザインで写真のフレイクが変わる!! スワンクッション ¥2808、香水びん形クッション ¥2808、L ¥4104/以上 コクーニスト

ライト

ハイセンスなインテリアをさりげなく入れて写真を撮るのがコツ♡ フラミンゴライト ¥5800、ハートライト ¥4800/ともにプランプラン

話題はやっぱり
大好きな人のこと

オノロコーデで

#パジャマパーティー

イロチや形違いのオノロアイテムで、仲のよさをアピール♡ キラキラホロを使ったメイクをそえるのも◎。

キャラによって色や形を使い分け



冬は #マシュマロ素材 で

あったか

マシュマロみたいなやわらか素材は、着ているだけで気持ちいい♡ ふわモコの見た目もあったかそうで冬っぽさバツグンだよね♡



右・ワンピース ¥4320、スリッパ ¥1404/ともにチュチュアンナ
ヘアバンド ¥324/パリスキッズ原宿本店 左・カーディガン ¥4644、ショートパンツ ¥3240、ソックス (3足セット) ¥1080/以上 チュチュアンナ バレッタ ¥324/パリスキッズ原宿本店



やっぱり女のこは #ピンク が好き

やっぱり、ピンクのアイテムの人気の高め! 甘いイメージの色だけど、素材やデザイン次第で女っぽくもなるよ♡

右・ワンピース ¥7020/ラヴィジュール ルミネエスト新宿店
ヘアゴム ¥324/パリスキッズ原宿本店 サンドル ¥1699/グレイル 左・セットアップ ¥7452/ラヴィジュール ルミネエスト新宿店
カーディガン ¥6400/フォーマイダーリン ヘアゴム ¥324/パリスキッズ原宿本店
ルームシューズ ¥5292/ダチュラ渋谷109店



キュートな #アニマルモチーフ

耳つきのアニマルモチーフのルームウェアでなりきり! 動物っぽいポーズを取って写れば、いいねの数も増えそう!

④じつは、みちよのコーデはルームブーツまで同じ柄! 全身そろえて完成度を高めちゃおう★ 右・オールインワン ¥5292/エメフィール スリッパ ¥2700/コクーニスト
左・パーカ ¥3024、ショートパンツ ¥2052、ルームブーツ ¥1728/以上チュチュアンナ

プチプラだから何コでも欲しくなる

#GUパジャマ

テロツとしたパジャマ、なのがポイント★ いろんな素材があるし、キャラものも充実してる!



コットン素材で肌ざわりもいい! 不思議の国のアリス柄!! パジャマセット ©Disney ¥2689/GU(店舗によって完売している可能性があります) アイマスク ¥1512/コクーニスト

冬のあるある太リグセ 骨盤を整える体幹リセット -5kg以上やせたコたちがやっていたこと ネクストトレンド予想は“肛筋”と“代謝力”

「寒くて動くのだからい」「イベント続きで食べすぎちゃう」

おデブの危険がいっぱいな冬本番を迎えるまえに体づくりを始めなきゃ!

やせる! Popteen

きょうのガマンは
あしたの
可愛いへの第一歩。
(なちよす)

ジュースは飲むな、
飲んでいいのは
黒フーロン茶だけ。
(きよーちゃん)

なちよすみたいな
愛されモテBODY

ダイエットは
幸せになるためのもの。
ストレスをためて
心がやせる方法は絶対ダメ!!
(のあにゃん)

ダイエット
体重よりもシルエット
(たくぼん)

ダイエット＝
体重を落とすこと
ではない!
(みちよば)

ドレス各¥3999、パンプス各¥5999/ともにdazzy

私たちがいまなりたいたいののは

or

みちよばみたいな
憧れメリハリBODY

どんなにおいしいものを
食べてもやせてるっていう快感
にはかなわない。
(ちゃんえな)

この階段は
可憐くなるためのもの!
がんばったあとには
幸せが訪れる♡
(めるる)

POPモデル&メンモ
から愛ある
ダイエット格言!

モデルだって体型キープのために努力中!
みんなのモチベーションを集めたから、この言葉を胸にやる気をUPさせて♡

だれかのためではない。
そう、自分のため。
(らにゃ)

徳本夏実
●19歳



冬太りの心配ナシ!

寒くなってきた、ぐうたらしたり、甘いものを食べすぎる冬太り注意報が発令中〜! そんな冬デブ予備軍のみんなのために、話題のダイエット法から成功テク、次のブーム予想まであらゆるヤセネタをそろえたよ★

撮影/伊藤翔[P.99、102]、清水通広(f-me)[P.100、101、103] ヘアメイク/五十嵐タチ(Nord)[P.99] デザイン/栄山博貴(Flamingo Studio) 取材・文/安藤陽子 編集/太田綾乃 ●掲載商品の問い合わせ先はP.144にあります。※健康に注意して、過度な減量は行わないようにご注意ください。

幸せを食べて
生きる♡
(ゆらゆら)