

presented by
5力5
会场限定本

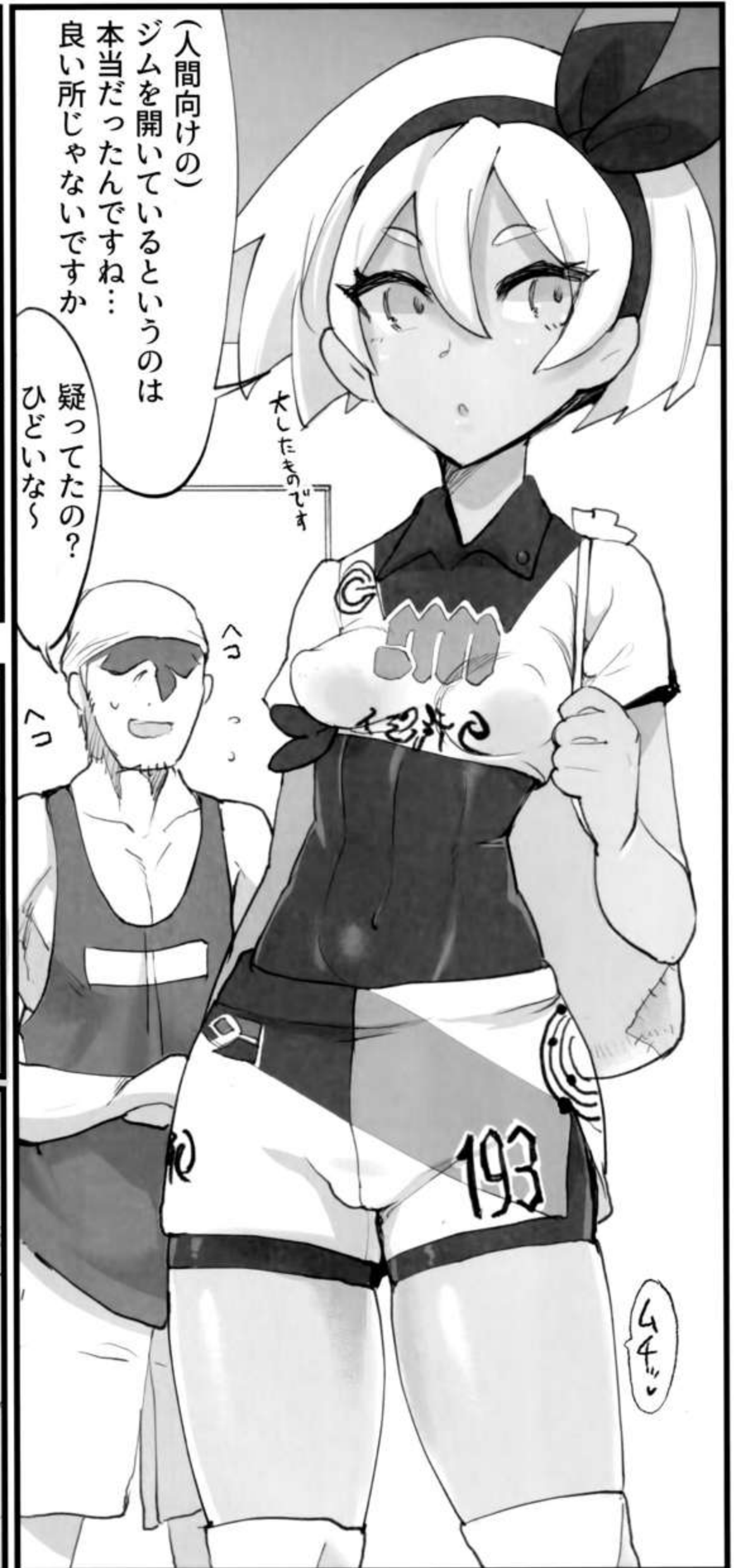
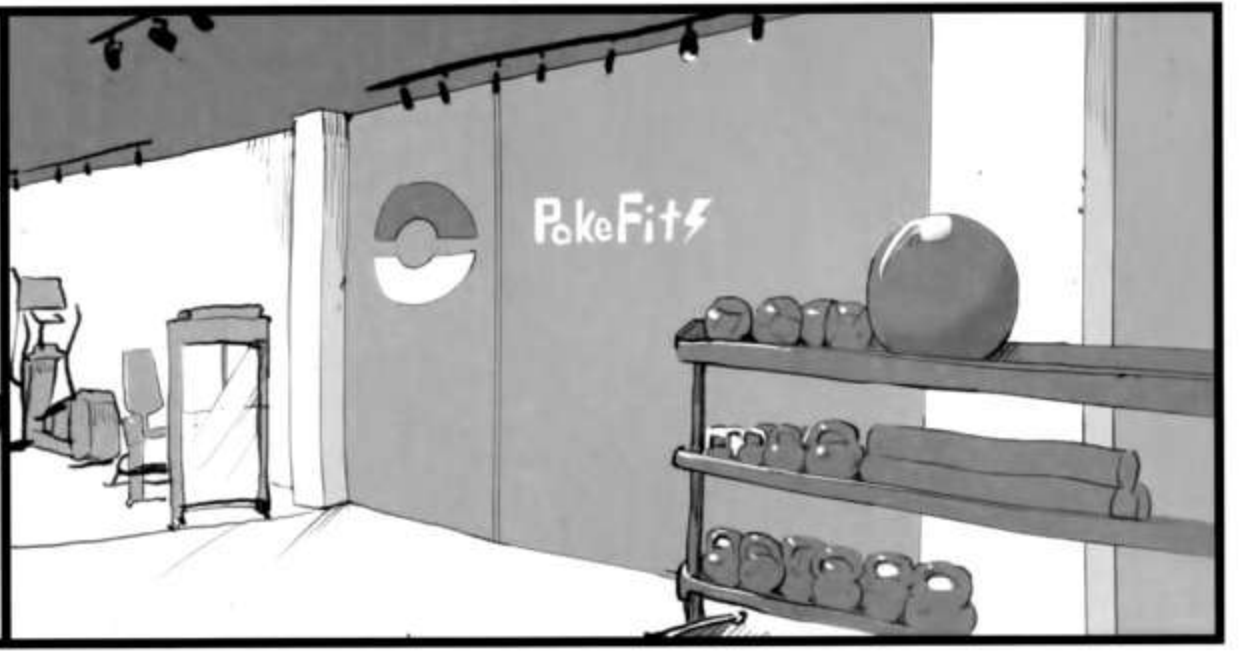
**超
起**



**女
上
女
一
女**

**一
一
一**

FOR
R18
ADULT ONLY



も…戻れ
スリープ!



一本!
勝者はジムリーダー
サイトウ選手!

エスパークタイプ
有利属性で
その程度とは…

「俺が勝ったら付き合ってくれ」
なんて大言を吐く以上、それなりの
腕と期待していたのですが

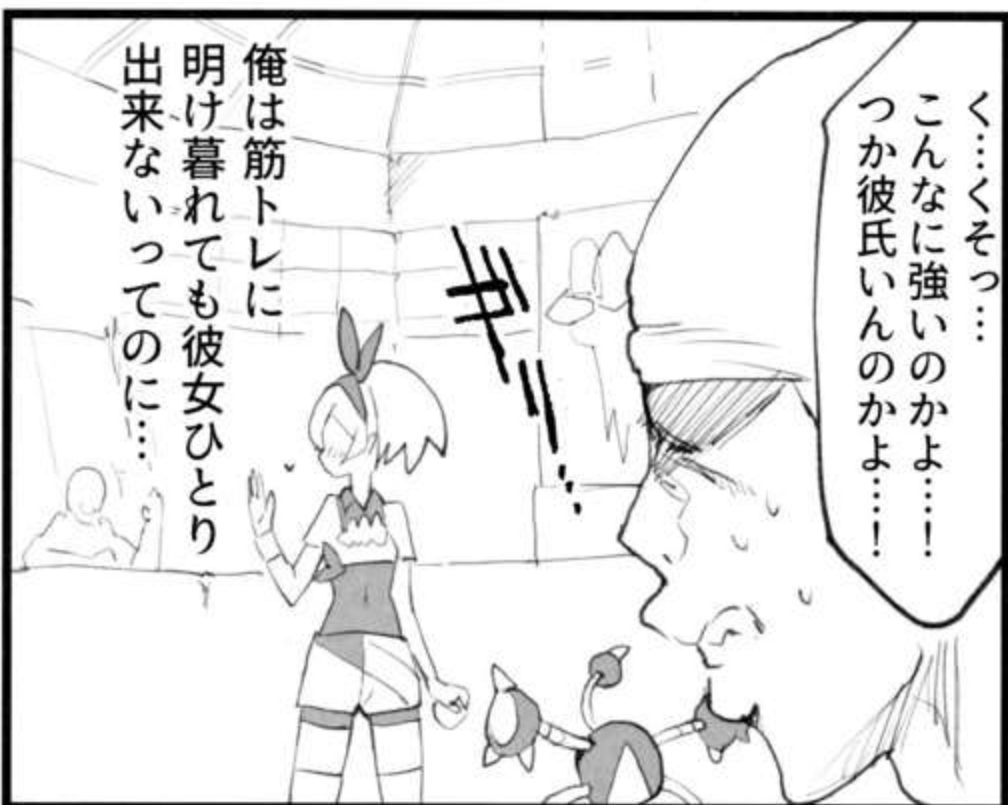


基礎の基礎すら
出来ていない。
論外です。



あと私
彼氏いるので。

く…くそっ…
こんなに強いのかよ…!!
つか彼氏いんのかよ…!!



俺は筋トレに
明け暮れても彼女ひとり
出来ないってのに…

流石サイトウちゃん!
お詫びに今度ウチのジム
遊びに来てよ!
サービスするんで

ジム…?
ポケモンじゃない
人間のジムですか

それならまあ…
今度時間が空いたら
お邪魔します





彼が心配するので
一時間ほどで
おいとましますね。

ええまあ...

ツ!!!

あ、あぁ...
大丈夫だよ...



サイトウちゃん
今日はどの部位を
トレーニングする日?

昨日脚トレをしたので
今日は上半身ですね...

あ、ちよっと
失礼。

あ、もしかして
彼氏から?w



リア充許せねえ...!!
頼むぞスリッ!

スリッ



クソッ...!!
なくにがストイックだよ...
筋トレで火照った体のまま
彼氏だけに見せるメス顔で
夜のダブルスプリットと
洒落込むつもりなんだろ...!!

※画像はイメージです

※ダブルスプリット..日に二回トレーニングすること。またはセックス。



こ…こんな感じで
いいんでしょうか

そうそう
流石サイトウちゃん

ただ
ローラーだけじゃ奥まで
ほぐしきれないから

あ…ちよッ…

最後は指でほぐして
いこうねえ♡

おほッ
モチモチ…♡
ノーパン直履きインナー
たまんねえッ!

リラックスして
だいくぶほぐれてきたねえ…
君がポケモンだったら捕まり
やすい状態だよお…

そろそろ
やるか…

なにを言って…

今だ
スリープッ!!

しまッ

ほッ

はい
こっちはほつくん
催眠完了了♡

これからみっちり
パーソナルオマンコ
してやるから覚悟しろよ♡

ほらいつもしてる
アレだよサイトウちゃん

フゥッ

フゥッ

まずは
念願の…

?

?

?

?

おっほ…ほっそい腰に
マン肉プニップニ♡
早くドチュリてえ

193



年取ると尻の方が
良くなるって本当だな
ずっと思われてるわ

んー



あゝ両手に収まるこの感じ♥
ゲームボーイ世代にはたまんねえわ

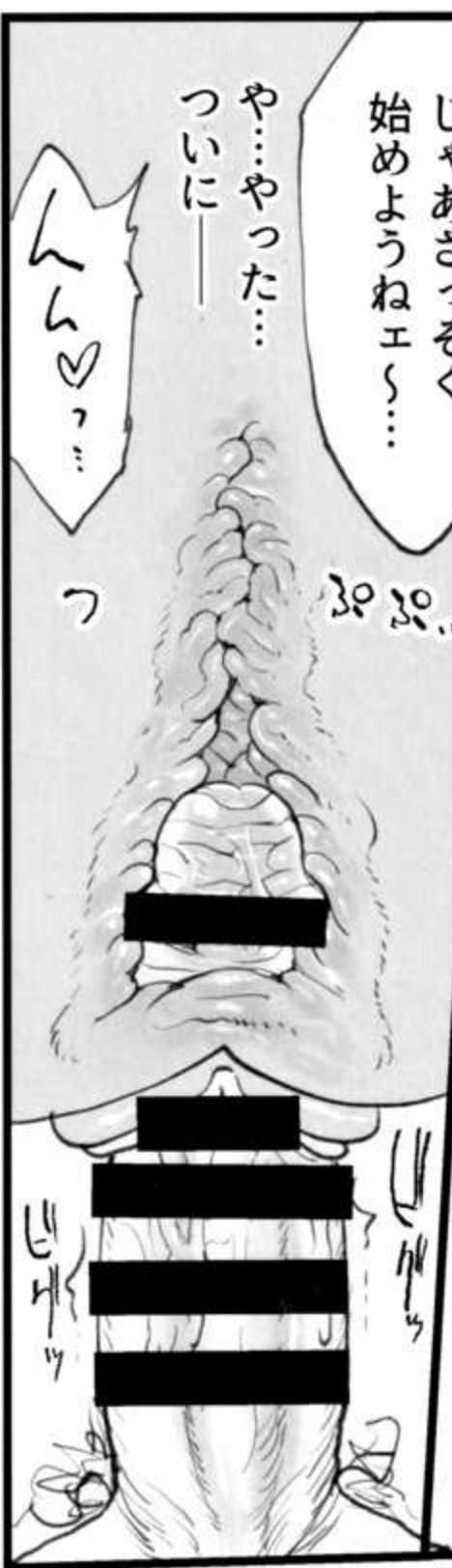
ガラル名物
ちっぱいプニりながらの
ベロキスねぶり♥

これは何の…？

臆トレだよ臆トレ
いつもやってるだろ？

じゃあさっそく
始めようねエ…

や…やった…
ついに—



サイトウちゃん
ゲットおっ♡



これだからエスパー使いは
やめらんねえ…

あの凛々しい美人格闘家の
サイトウちゃんですら

一瞬でハメ放題の
トロ腔おまんこポケモンに
変えちまうんだから♥



あく射精る
イツ…♥



やべっ…
腔マン締めまり過ぎて
もう…ッ!



おらッ孕めッ♥
元氣な赤ちゃん産めッ♥

最高のバトルだったぜ
サイトウちゃん：
おっほ大量♥ 記念写真
いっぱい撮ろうね...♥



もしデキてたら
彼氏くんによろしく♥

おほ：♥上手になったねえ
サイトウちゃん：ジムリーダーの
回影ゼロだなもう
スケベすぎるわ



そうそう
唾液いっぱい使って
舐め上げて…ッ



あゝそれ好き
カリ責め上手っ♥

もう何処に出しても
恥ずかしくないな
黒帯だよ



おほ...すっごい引き
引いてる引いてる

これがホントの
すごい釣り竿って
やかましいわ



あーいい...そろそろ
イカせる動きして...



くお...出た...ッ
最高にスケベなコイキング
パキュームフェラ



射精るぞ〜そろそろ
準備しろっ

オラっ舌出せ♥
顔で受け止める…うッ♥



褐色肌に精液が「映え」るわ…
トレ後はザーメンでタンパク質
補給せんとな♥



ほら使用したあとの器具は
ちゃんと綺麗にして…
そうそう…♥

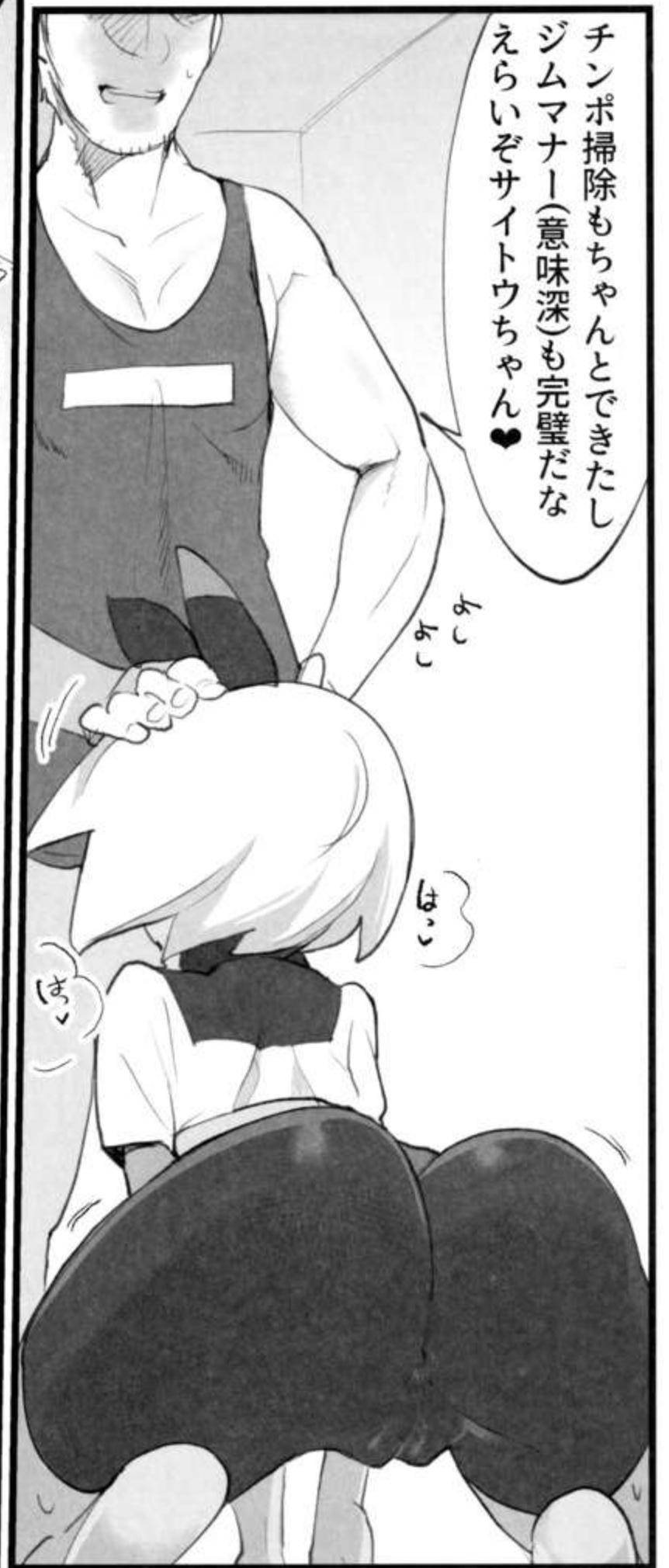


おほっ…
敏感チンポに
キク…っ♥





…ってさっきのフェラで
すっかりおマンコモードだな…
ほらスパッツ剥いて穴出せ♥



チンポ掃除もちゃんとできたし
ジムマナー(意味深)も完璧だな
えらいぞサイトウちゃん♥



なッ…何故なんだ
スリープ…

いやー





ウヌの稚拙な
戦法によって惨敗し続け

奴隷の如く
酷使され続けた屈辱の日々…

こ…心当たりが
ありすぎる…ッ



スリーパー…ッ

フン…知れた事

進化して姿は変われど
決して忘れはせぬぞ
(※念話)



ここね…

人気ジムリーダー・サイトウの失踪が
ガラル全体を揺るがすニュースとなって
一週間後—

彼女を探して一人のトレーナーが
ワイルドエリアへ足を踏み入れた



ま、待ってくれ
サイトウちゃん…ッ

さらばだ
マスター…



サイトウちゃん、前に
ワールドエリアで修行してたって
聞いて来てみたけど…

どう簡単にはいがないが…ん？



野生のスリーパー!?
ガラルにはいないはず…
激レアじゃん!!

み、見失う前に
とにかくゲットだ



…



やっと
気づきましたか



私が彼の
ポケモン...♡



変態...いや
サイトウちゃん!?

サイトウちゃん!?!

アリンツッ

まったく...静かに暮らしたいだけなのに
失踪だなんだと嗅ぎまわられて
いい迷惑です。

すー...

ポケモンごっこの
サイトウ が あらわれた!



スリーパーって人を誘拐
することがあるんでしょ!?
サイトウちゃんも操られて...

誘拐ではないし
催眠術にもかかってませんよ
悪いトレーナーに騙されていた
私を彼が救ってくれたんです

そう
今は...



ポケモンと
そんな関係
なんて…!

此处では
まま見る光景ですよ

人間の男より遥かに
遅しいオスばかり
ですからね…♥



わっ…すごい勃起♥
ここまでのズル剥けは
初めて見ました…♥

メスの客人の前で
興奮しているの
ですね…

では折角ですし
「観戦」していかれ
ますか…?
私たちの本気交尾♥

ぶつといの
キタ...っの

ど♥どうですかっ♥
人間の力レでは出来ない
ケダモノチンポ交尾っ♥







SNEAKERS FREAKS

唐突にスニーカーのコーナー。
当方は筋トレが趣味、というか絵を描いてない時はだいたい
トレしてる悟空みたいな生活を送ってるのですが、
そのためジムは第二の職場みたいなものなので
いい加減な格好はできないわけです。

とりわけジムウェアにおいて「靴」は
男にとっての車くらいのイキリ要素が
込められているので、若いトレーニーは
みな思い思いのスニーカーをはいてトレに
臨んでいます。

その足元の多彩さがフィットネスを
スケボーのようなユースカルチャーに昇華して
くれている感じがして好きなんですよね。
俺はこの靴でイクゼ！みたいな。

よってここからは今お気に入りのスニーカーを
ご紹介したいと思います。

NIKE AIR FOAMPOSITE Pro GOLD



品の良いゴールドに
一目ぼれして購入。
スニーカーは2サイズ
大きめをはいているのですが、
その理由は足をつっこむだけで
着脱できるから。デザインがよくても
着脱しづらい靴って履かなくなっちゃうんですが、
その点この靴は履きやすすぎて最高。

サイトウちゃんっぽい
オレンジの靴が欲しい！
と思い購入。
JustDoItが全身に刻まれた
般若心経のようなモデル。
かなりタイトな作りで
2サイズUPでジャスト
でした。うーん。でも可愛い
から許す。



NIKE AIR MAX SE JDI ORANGE

NIKE JORDAN PROTO-MAX720 BLACK



男の子ってプロトタイプ、好きでしょう…？
はい、大好きです。
プロト系、「実験体」って感じの雰囲気
あって好きなんですよね。プロトリアクトとか
脳みそみたいなソール形状してるし。
こちらは赤いソールにジューシーな
クリアレッドのエアー、しかし本体はナイロン地の
ブラック、という攻撃性と堅実さを併せ持った逸品。
ソールだけが赤いスニーカーは意外と珍しいので、
悪目立ちもせずほどよくキマリそう。

ON CLOUD X BLACK



でた殿堂入りのやつ。
ONのスニーカーはとにかく
軽い、そしてメッシュ地の
通気性がありながらデフォで
防水、と中々のハイテクぶり。
実はランニングシューズ
ですが、その軽さから携行性
もバッチリ、デザインもモード
なので普段使いでもいけます。

HOKA ONEONE RECOVERY SLIDE



番外編ということで夏こればっか履いてた
サンダル、ホカオネオネ。
みかけたらとりあえず履いてみて下さい。
サンダルじゃないわこれ、ってなるので。

NIKE X AMBUSH X SAITO

サイトウちゃん
しれっとNIKEのモデル仕事
とかこなしてそう。
ポケモン世界では
ジムリーダーって時点で
カリスマなので
こういう仕事も
普通にあるん
だろうなあ。

最近出たNIKE X AMBUSH
のジャケット、モチーフが
なんと「法被」！
このブランドのコラボ、
毎回狙いどころが
フリーキーすぎて
最高。サイズも
ユニセックス展開
なので当方でも
着れるし。

え、さっそく法被を
着てみた所、とても
正気とは思えない
佇まいに…。
しかも重くて
動きづらい。
あわや金ドブかと
思いきや、間に
スニーカーを挟んだら
めっちゃ垢抜けた
感じに！
スポーティかつ和風、
しかもトレンドの
ビッグシルエットも
おさえたこの感じ
最強なのは…？
しかも挿色にオレンジを
添えてバランスもいい
サイトウちゃんカラー。
ハイローの達磨一家
気分も味わえて
最高なので
みなさんもぜひ。

筋トレギア・ゼットンセレクションズ

筋トレYouTuberの話題、某筋トレアニメの好評などフィットネスブームが盛り上がりつつある昨今、10年の当方が愛用するアイテムの数々を独断と偏見でご紹介します。

プロテイン編：餌がなければ筋肉は育ちようがない！お気に入りのプロテインを3選。



ニトロテック ミルクチョコレート

豊富なP(たんぱく質)にBCAA,グルタミンまで入った高品質オールインワンプロテイン。味も素晴らしく水溶けも良い(超重要)ので、ずっと愛用しています。アイハーブで購入可能。これを作っているマッスルテックは非常に信頼性の高いメーカーなので安心感がすごい。これのイチゴ味もさっぱり飲めるので夏とかにオススメ。



マイフュージョン

ぶっちゃけそこまで凄いわけでもないんだけど、牛乳に溶かして飲んだ時の美味しさが異常だったので暫定2位。ちょっとダメになりやすいので電動シェイカー推奨。



ザバス アクア

こちらはP含有量ははっきりいって平均以下なのですが、異常な溶けやすさと軽やかなグレープフルーツ味、そしてクエン酸が仕込まれているので、似た味のBCAAやEAA、グリコCCD(トレ中のエネルギーとなる炭水化物)と混ぜて運用しやすい点がオンリーワン。プロテインはカタボリック(筋分解)抑制の観点からトレ後よりトレ前がマイブーム。

BCAA,EAA,プレワークアウト編：筋トレの疲労は生活の大敵。疲労を防ぎトレのパフォーマンスを上げるのがこれらのアイテム。懐に余裕があったら是非



アミノラスト BCAA

リカバリー系のBCAAとしてトレ前後だけでなく1日中飲んでいたいBCAA。トレを始めた頃の頃、ハードな背中トレをしたあとにBCAAを飲み忘れ、翌日マジで動けなかったことが…それ以来BCAAは欠かさずに飲むようにしています。味はダントツで好きだったオレンジマンゴーが製造終了してしまったので、今は他の製品と混ぜて調合しやすいレモン味を愛用中。フルーツポンチ味も普通に美味しいです。ただ、結構古いアイテムなので類似品の成分を精査すれば上位互換的なやつがあるかも。でも好きなんだよなあこれが…



C4アルティメット プレワークアウト

トレ前にプチ込んでおくべき栄養が入りまくったヤベーやつ。減茶苦茶良いけどお値段がすごいので、高重量を扱う日や長めのトレーニングに際して使用するようにしています。パンプ感も強し。



アルファアミノ プレワークアウト、EAA

↑の廉価版みたいなやつ。BCAAと書いてるけど実質EAA。パンプ感はそのままで得られないので、アグマチンなどを別途足して使用しています。スイカ味がおいしい。



パースルラース EAA

空前のEAAブームを引き起こした立役者。ただ上記アイテムに比べて高すぎるのと、個人的に効果が体感し辛かったので、今は家でカタボリック防止用に飲む使い方をしています。



カフェイン プレワークアウト、ファットバーナー

プレワークアウトの原点にして頂点。最近ではあらゆるプレワークアウトにカフェインが入っているので不要かもですが、こちらの錠剤は素手で半分に分れるタイプなので使い勝手が良い。

プロテインバー編：液体ばかりじゃ飽きてしまう。おやつ感覚でPFCバランスを整える4選。



パワークランチ トリプルチョコレート味

プロテインバーというよりもはや普通にお菓子。ネットリ触感のものが多いプロテインバー界隈において、サクサクのウェハースタイプは貴重な逸材。夏は溶けやすいので冷蔵庫で冷やして食べます。F(脂質)が13gとやや多いので、減量中はたまのご褒美としてどうぞ。



MET-RX スーパークッキークランチ味【増量期向け】

超高カロリー高タンパクな化け物プロテインバー。もはやメシ。ヤバすぎて増量期にしか食べないけど、この味、固いチョコケーキみたいでめっちゃ好きなんですよね…



プロテインクリスプ 塩タフィープレッツェル味

いわずと知れたサクサク系プロテインバーの金字塔。サクサクの粒をチョコで固めてあり、カミナリおこしみたいな触感で普通にお菓子として美味しい。



inBAR グラノーラ味【減量期向け】

まさかのチョイスと思われるかもしれないけど「脂質がほぼゼロ」なプロテインバーとしてはオンリーワンの製品なのでランクイン。減量中の夕食後、今日はもう脂質は取れないけどたんぱく質足りてないので摂りたい…という時の調整に使うと便利。

ウェア編：ジムでのファッションもフィットネスの醍醐味。中でも機能的で高コスパなものを4選。



ナイキスロ ノースリーブコンプレッション

トレーニングウェアは毎度洗う必要があるので洗濯&トレ中の乾きやすさ、何より消耗品としての揃えやすさ、買い替え安さ(コスパ)が重要。鍛えているからには肉体が目標に向けて仕上がっているか、パンプしているかも確認しながらトレしたい…！という上記のワガママすべてに答えてくれる逸品がこちら。乳首対策もバッチリ。コンプレッションとうたいながらも締め付け感はなく、ボディに優しくフィットしてくれます。ただボディラインは露骨に出してしまうので、あまりお腹が出てない人にオススメ。当方は肩トレが好きなのでノースリーブですが、肩は出たくない！という方は普通のシャツタイプもありますのでそちらをぜひ。



ビベター

Amazonでそこそこ人気のウェアメーカー。ナイキプロよりワキや胸まわりの開口部が広く、ゆとりのあるサイズ感。こちらの写真のタイプは生地がサラサラで軽く、とにかく着心地がいいです。常にセールしてるのでコスパも良好。



ミズノ ナヒドライ

とにかく軽い、涼しい、そして速乾！「良い」というよりは、「何もかもが楽」って感じ。付き合っていてストレスがありません。「マッチョの普段着」として最高の一枚。デザインがちょっと…という方はルームウェアとしてぜひ。



メチーエン グ ハーフパンツ

夏場が一番はいてるかもしれないのがこれ。当方は大きめが好きなので、2サイズ大きい2XLを着用しています。ジムでは器具を拭くウェットティッシュとかをしのばせておく都合上、ポケット付きが断然便利。

■オクツケ

令和元年12月30日
コミックマーケット97初版発行

発行 SHIS
編集 Zトン
印刷 株式会社 栄光
連絡 zeyas005@yahoo.co.jp
PIXIV ID: id=14168

↑既刊同人誌 多数公開中!

twitter: ztn0555
PASS: sss(そのうち何かに使うかも?)

■最近の同人誌【とら&メロン委託中】

- ・1【COMITIA122既刊・創作】ボーイッシュ娘本『メスダチ』(FANZA&DL.Site電子書籍版あり)



- ・2【COMITIA124既刊・創作】ヤンデレ娘本『メスダチ改』(FANZA&DL.Site電子書籍版あり)



- ・3【C94既刊・創作】メスダチ3P本『メスダチSUN』(FANZA&DL.Site電子書籍版あり)



■最近の商業活動

- ・アニメ敵キャラクターデザイン
(phantom in the twilight: クリーチャーデザイン
怪獣娘: クリーチャーデザイン)
- ・ソーシャルゲーム敵キャラクターデザイン
(DMM御城プロジェクトRE: 雑魚敵兜・中ボス兜デザイン&その他監修)
- ・ソーシャルゲーム美少女キャラクターデザイン
(DMMオトギフロンティア: ヘンゼル&グレーテル線画) ほかに準備中
- ・商業フィギュアデザイン
(玩拓 1/5フィギュア『馬将戦姫 緋閃』)ほかに準備中
- ・ライトノベルイラスト&TVアニメ
(ダッシュエックス文庫: モンスター娘のお医者さん1~7続刊中)
2020年アニメ化決定!
- ・コミカライズ
(メダロットガールズミッション前後編(完結))
- ・イラスト案件
(ウルトラ怪獣擬人化計画: パワードゼットン&パワードバルタン
ガーゴルゴン) ほかに準備中
- ・商業単行本
『こんな體(カラダ)でいいのなら』(書籍・電子書籍とも発売中)

- ・4【COMITIA128既刊・創作】糸目のデカ女先輩本『メスダチfour糸目のデカ女先輩パイ』(FANZA&DL.Site電子書籍版あり)



- ・同人誌実写化『メスダチ 向井藍』



- 『メスダチ改 有村のぞみ・向井藍』



■注意 WARNING

本作の未成年の閲覧及びweb上(同人誌アップロードサイト等)への無断転載は厳禁です。

No reproduction or republication without written permission.

■アトガキ

サイトウちゃんがドツポだったので一週間で描いた前回夏コミの本にスリーブがアレしてアレする感じの流れを描き足した完全版です。一応予定通りの展開ですが、サイトウちゃんが予言通り彼氏持ち?だったとは…まあでも可愛い子はどんなにストイックでも彼氏いますからね。 それにしても剣盾本編のポケモンごっこちゃん(敵トレーナー)は晴天の霹靂でしたね…まさに今回の展開にピッタリだったので、サイトウちゃんは悪墜ちならぬポケモンごっこ墜ちさせてみました。モブ戦闘員みたいで無様エロい…すき…。表紙はボディスーツのイメージでしたがエロをする都合上ボディペイントにしてみました。真面目にスリーパーコスをするために耳を作って体に色を塗るサイトウちゃん…すき…。あ、イラスト担当してます「モンスター娘のお医者さん」アニメ化するので見てね～ ではまた!



注意 warning

本作の未成年の閲覧及びweb上(全人誌アップロードサイト等)への無断転載は厳禁です。

no reproduction or republication without written permission.

伊吹