

むちむちJKを  
**SEX**ダイエツト。  
する？

DOJIN  
**R18**  
成人向け  
18歳未満の  
購入・閲覧禁止

This book is adult-only.  
This is a fan book of Miyako Seto.





**むちむちJKとSEXダイエット、する？**

**むちむちJKとSEXダイエット、する？**

---



うーん  
……

太ったな

むっちい



10月には  
リアイベあるし  
このお腹は  
マズいよな…

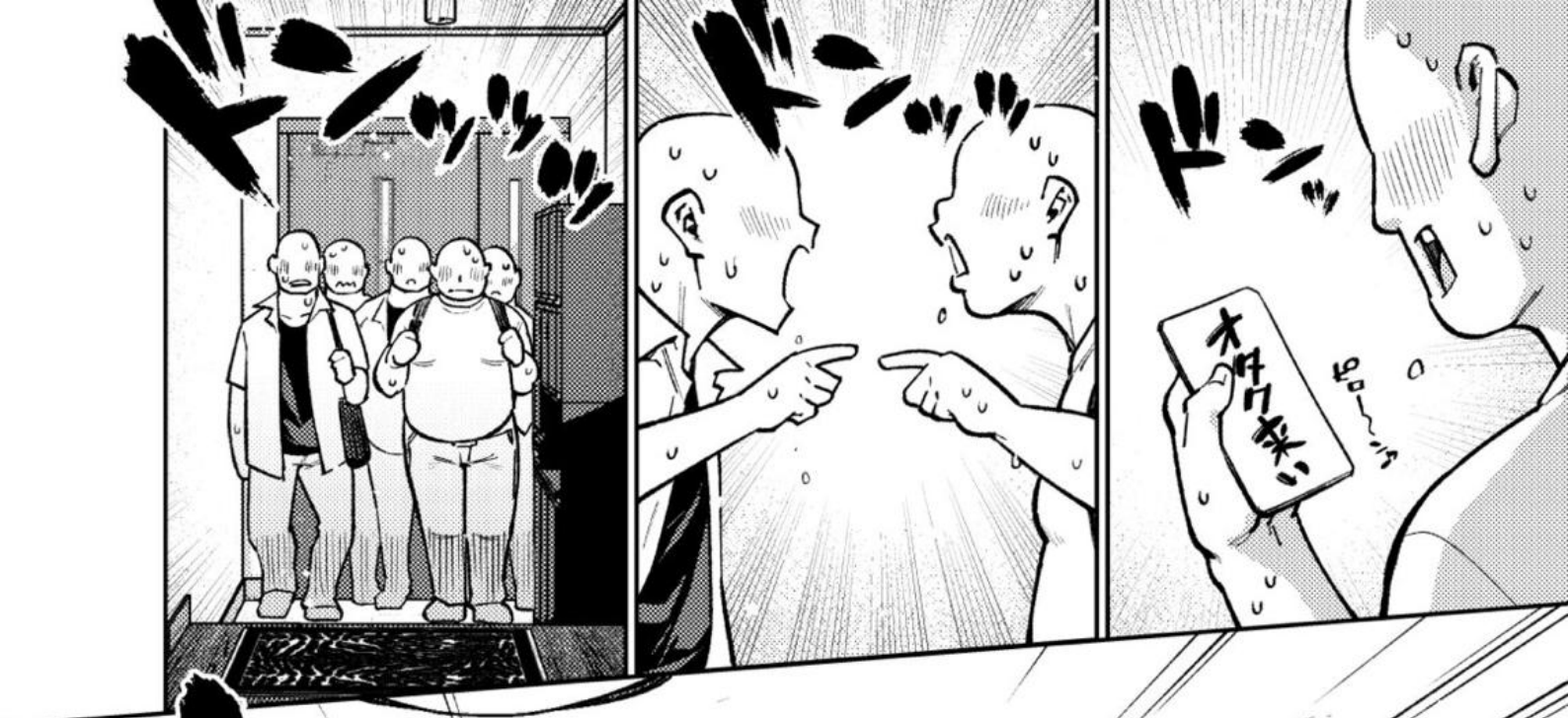
フタクンは  
ぼっちやり  
可愛いよとか  
言うんかな？

いやでもそれ  
オタクに言われたら  
負けた気になるから  
悔しいよな…ん？

20







今日みんなを呼んだのはね

ダイエット手伝ってほしいなって

美夜子の家だ!!

なんかいい匂いする……っ!!

にじフェス  
リアイベまでに  
痩せたいんだよね

ドゥア  
やっぱオタクにいい格好見せたいじゃない?

えっ  
もう会っちゃったじゃん……

違うのっ!!  
女の子にとつて  
ステージは  
特別なもの  
なんだよ!?

はあ……

それにオタクもさ

だらしない身体してんだからいい機会じゃん

うっ

美夜子と運動しようよ

というわけで一緒にダイエットがんばろー!!

お……  
お……





オタク  
めっちゃ  
汗かきじゃん

スゴ〜

ま美夜子も  
びしょびしょ  
なんだけどw

この部屋  
絶対ヤバい匂い  
してるよね

ねえ  
オタク

美夜子  
くさくない？

むわっ





そつ  
そんなこと  
ないよ

全然臭く  
ないし!?

推しの匂いを  
意識すまいと  
頭は働くが

ほんとに?  
何も感じない?

.....  
おかしいなあ

実際それは  
ひどく扇情的で

キキキキキ

こんなに  
誘ってるのに

あきらかな  
メスの匂いを  
していた

め  
あ

美夜子  
ちよっ!?

あ  
あ  
あ

.....  
っ!?



オタクほんと  
鈍いよね♡

脱  
脱  
脱

運動のためだけに  
家にまで呼ぶわけ  
ないじゃん？

ほら脱いで  
裸になって

セックス  
ダイエット  
しよっ♡

わっ!!  
あよ

わっ!!  
あよ

わっ!!  
あよ

わっ!!  
あよ

わっ!!  
あよ

わっ!!  
あよ

PAPA







童貞卒業  
おめでと♡

オタクちんちん  
挿入っちゃった  
ね……♡♡

あ



あ♡



んっ♡



みっ

美夜子の中  
ヤバい……っ

ぬるぬるせ  
気持ちよすぎん  
……っツツ!!

あっ。

カク  
カク







私の腋臭いだけで  
勃起する変態に  
調教したげるから♡

この一週間で  
みんなの性癖も



私さ体臭って  
好きなんだよね

男と女のニオイが  
混ざり合うのって  
エッチじゃない？



1日目終了

**瀬戸美夜子**  
体重 0.2kg減  
クリサイズ 6mm  
膣感度 5%増

**オタク**  
体重 0.6kg減  
陰茎サイズ 10.8cm  
全員童貞卒業

射精する





ただいま

ゴミ出し  
お疲れ様ー

美夜子は？

ん



今は料理当番に  
ご褒美中だよ

おふあえり



うわエツロ：  
俺もフェラして  
もらおうかな

オタクたちが  
家事手伝って  
くれるから  
たすかるわ

私どうしても  
苦手であ

チン嗅ぎ

お礼にフェラで  
お返しして  
あげるね

こっちは  
得意だから

タマ舐め

フェラ経験 増  
自慰経験 増

連続フェラ抜き

体重 0.4kg減





は〜〜  
めっちゃ出た

それじゃ仕事  
行ってくるね  
美夜子

お仕事  
頑張って

帰ってきたら  
いっぱいしよ♡

よっしや  
頑張る!!

あー夜勤  
疲れたーっ

あっ  
入れ替わりの  
手ごボ来た



キンタマいっぱい  
精液溜まるまで  
仕事お疲れ様♡

口ですなっ?  
手ですなっ?

それとも  
おまんこっ?  
.....♡

4日目

なんか美夜子  
乳首敏感に  
なった…？

陥没乳首ずっと  
勃ちっぱなしに  
なってるし

いじってる時の  
美夜子から  
メスのフェロモン  
すっごい感じる♡

ん♡

ちよつと前まで  
童貞だったのに  
どんどんエッチが  
上手くなって  
きてる…

まあ私のが上  
なんだけど

早い…

たしかにちよつと  
気持ちいいけど  
イカされる程じゃ  
ないな♡



そう思ってた  
時期が私にも  
ありました

オタク

陰茎サイズ 14.3cm  
合宿前より3.5cm増

筋肉量 45%増加  
射精量 125%増加  
全員推しを絶頂済み

瀬戸美夜子

絶頂回数 8回増  
クリサイズ 2mm増  
膣感度 243%増



うあ……♡  
違……そんな  
はずじゃ  
……♡

この前まで  
短小で  
童貞だった  
……♡

オタクチンポに  
負けるわけ  
……♡

はあ  
はあ  
はあ

はあ  
はあ  
はあ



そんなじゃ  
次はバックで  
お願い美夜子

筋トレの効果と  
童貞を卒業し  
女を知ったこと

ま……  
待っ……

さらには推しを  
絶頂させたことで  
彼らの自信は  
完全に開花した



心が  
変われば、

運命が  
変わる。



トレーニングで  
筋肉が太く強く  
なったように

オスの身体は  
女の弱点を  
突けるよう変化し

メスの身体は  
男を悦ばせる  
ためのものに  
成長していた

そして  
心も

子宮  
やっば♡

意識トぶっ♡  
快樂墮ちって  
これなんだ♡

ねえオタクう  
もう…意地  
張らないから…  
めちやくちやに  
して欲しい…♡

オタクの  
チンポも♡

オタクのことも  
大好きなのっ♡

おしりの穴まで  
私のぜんぶ  
愛してえ♡

ほお  
あ



素直になつて  
しまえば

それは  
ありえないほど  
気持ちよかつた



好きな人ので  
満たされる  
セックスは最高で

オオオオ



6日目

何度もイキ続け  
気がつけば  
朝になっていた

—が  
それで終わる  
わけもなく



美夜子の腋  
すごい匂い♡

言ってた通り  
臭いでるだけで  
勃起止まんないや

オタワ  
だってえ

腋も♡

チンたま  
もっ♡

臭っすぎ  
イ…っグ♡

そんな急に  
締め付けたら  
…ウツ!!

オタワの  
おつきくなった  
チンポすっご♡

子宮へ♡

この体位  
一生イク♡

ゴムして良かった  
絶対妊娠するって  
こんなの…♡

チン長 18cm

子宮チンポで  
突かれるの  
好き？

乳首を  
いじられたり

おしりの穴  
挿入られ  
るのは？

ぬる  
たわわ

トんじやうっ  
おかしく  
なつちやう

だめえ♡  
これ以上は  
…♡つ♡♡



トビとっ  
見てるねっ

美夜子の  
全部みせて!!

配信じゃ  
みせられない顔  
全部みせてっ

大好きだよ  
美夜子っ!!

ありや…  
美夜子  
寝ちゃった

寝顔  
かわいい

いや…  
そうかな…  
そうかなあ？

しまった  
やりすぎた





瀬戸美夜子

SEXダイエット  
1週間の成果

総絶頂回数 239回  
総射精回数 72回

わーっ  
体重 ~~10~~kg減  
目標達成

…ねえ  
オタク？

まだ1日  
空いてるよね



■奥付■

誌名…むちむちJKとセックスダイエット、する？

発行…雪陽炎

作者…KANZUME

初版…2022/08/14

コミックマーケット100

感想…@yukikagerou (twitter)

印刷…プリントマウス様 (会場)

サングループ様 (書店)

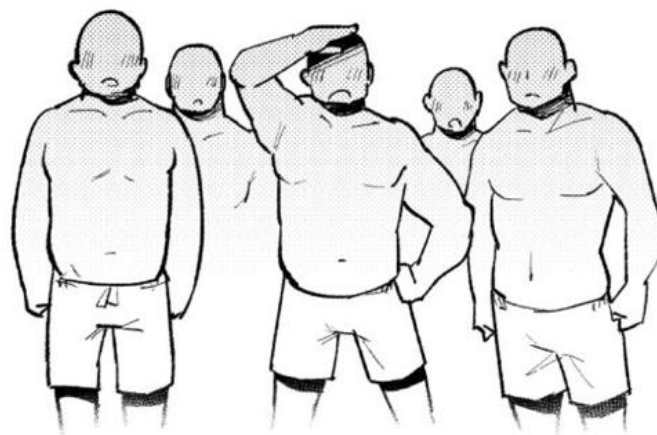
推し…瀬戸美夜子 (にじさんじ)

※無断転載、18歳未満の閲覧購入を禁止します。


※この作品の内容はすべてフィクションです。

※推しに本書への意見をコメントしないようにお願いします。

感想は作者まで。踊って喜びます！







いつも  
付き合っ  
て

ありがとね♡





# 雪陽炎



瀬戸美夜子  
体重 0.2kg  
クリサイズ  
腹感度 5%