

# もくもく!

まんが:じつく

## ～第3話 美と健康のかわいいサポーター♡～

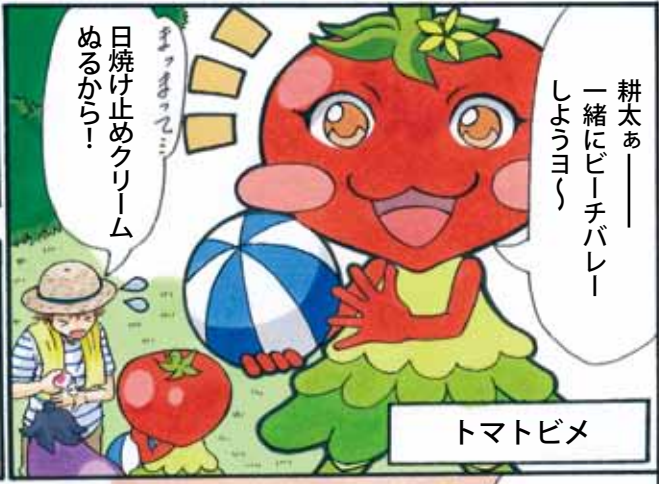
主人公の岩井耕太君は、現在地元の小学校に通う男の子。将来新聞記者になるため、地元の農畜産物の魅力について、勉強中です。農業にはまだまだ知られていないことがたくさん！今月はトマトビメが登場。美しさの秘訣は内側から。トマトの魅力、教えちゃいます！



そばかす  
できやすくて  
ささ  
他にも  
何か対策  
できない  
かな



体質改善を  
取り入れるのは  
どうかな？  
体質改善!?



耕太あ——  
一緒にビーチバレー  
しようよ

日焼け止めクリーム  
ぬるから！

トマトビメ



また  
食べる

夜

リコピン  
とるぞー!

日中の紫外線  
対策は  
これでバッチリ

約8時間かけて  
体中に  
いきわたる

リコピンが  
体に入っている!

朝

そして  
続けることが  
大切だよ!

特にそばかすが  
気になる耕太は  
夕食にトマトを  
食べるのがオススメ☆

リコピンによる  
抗酸化作用で体内から



シミ・ソバカスを  
予防し  
美肌を保つ



老化の原因  
シワ・タルミを  
予防!

生活習慣病や  
ガンにも効果中  
あると研究中

トマトに含まれる  
赤色成分のリコピンで  
体の中からも対策しちゃお——って  
ことだよ!

なるほど!



今が旬のトマト!  
ぜひみなさんの  
美と健康を  
サポートさせて  
くださいネ♡



体の外側は  
日焼け止めクリームを  
内側は  
トマトの効果で  
夏もバッチリだね!



リコピンは生よりも  
熱や油を加えた方が  
良くとれるから  
上手に料理してネ  
ミートソースに  
酢やぶた!  
ジュースもOK  
JAいわて平泉の  
トマトジュースは  
うれしい無添加!