

# 吹雪

が教えてくれる

いい子になる方法

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



鎮守府の模範たる立派な艦娘になるためにはどうすればよいでしょう？ それにはまず、生活習慣から入るべきだと思いますので

1番艦である私、吹雪が鎮守府で編み出した知恵を教えましょう

朝は血圧が下がってやる気が出ませんよね？ そんな時は歯を磨きながら気を引き締めましょう

そうだ！ お口の匂いを防ぐために舌も一緒に磨くことをお忘れなく

お口の中がさわやかになって同時に気分も爽快になりますよ

歯を磨くにもコツがありますよ



自分に合った  
歯ブラシの選択も  
大事です

合わない  
歯ブラシだと  
キズが  
ついちゃいます

前歯を  
磨くときには  
力を入れずに…

ブラシの先で  
ちよつとずつ  
拭くようにするのです

磨きにくい奥歯は  
歯ブラシを口の中の  
奥まで入れて…

ま…

ちゅっ♡

ほお

歯ぐきまで  
当たるようにし  
て細かく磨きま  
す

ツヤツヤ

ツヤツヤ

ツヤツヤ

ちよつと  
キツくても  
ガマンガマン

吹雪  
いくぞ！

!?

すすいだ水は  
こぼさないこ





夜も



もちろん、  
朝食の後も、  
歯みがきします



昼も



私も毎日する  
習慣がついて  
うまくなりました

私は駆逐艦  
ですから  
遠征によく  
行きます



基本的に  
遠征は  
一度出たら  
戻れない為…



仲間に迷惑を  
かけるわけには  
いきませんから



トイレは先に  
行ってきます







遠征から帰った  
入渠をします



綺麗に  
洗わないと  
疲れが  
取れません

髪も丁寧に  
洗って…

どんっ…





汗がよく出る  
ところは  
気をつけて  
洗うように  
しましょう

手が  
届かなかつたら、





遠征に行く  
と立ってばかり  
になり  
ますから  
足のマツサー  
ジも  
欠かせません



お風呂から出  
て  
マツサージも  
終  
わり  
まし  
たら



固い棒を  
回しながら  
押し  
すと  
良い  
です  
よ



保湿の  
為に  
ロー  
シヨ  
ンも  
塗  
り  
ま  
し  
よ  
う



もう、  
こんな  
時間で  
明日の  
ために  
休みます

枕はあまり  
硬いのも  
柔らかいのも  
よくありません  
自分に合った  
枕を探して  
みましょう

私は買ったばかりの  
このシマシマの枕が  
お気に入りです





邪魔な服は  
脱いじやい  
ましよう



楽に寝る  
ために...



い司令官!?  
ちよ...  
やめ...だせ...



いいですか?

服を着たまま  
寝たら熟睡  
できませんよ?





それでは寢床に  
つきましよう

身体のを  
抜いて  
ゆつくりと



ん……シ

やぎ

姿勢が原因で  
痛かったり  
しませんか



ズンズン



眠気が  
来るまで  
待ちましよう

人は寝ている間に  
2、30回の寝返りを  
打つそうです



皆さんも  
お気に入りの  
寝姿勢に  
なるまで...



気持ち良い  
姿勢に  
なるまで…

あん

ん

ん

体を  
動かして  
もいい  
ですよ

しっ  
れい  
かん!!

ぽろ

ぽろ

ぽろ

ト  
ク  
ニ  
ル  
ス  
ニ  
ル  
ス

そうすると  
いつの間にか  
身体が溶けるように  
力がぬけて…



満足できる  
眠りが  
取れたはずですが



また朝に  
なりました



いけない子



早く起きて！  
寝坊するのは  
いけない子です



# 後書

おはようございます 反骨MAXです。  
私を覚えてくれた方ありがとうございます。  
初めての方にはどうも初めまして  
同人活動は今回が初めてですが期待より恐れがさらに増してます。

私は今回同人活動を通じて、  
私自らがどのような絵を描いた人だったかを 忘れるほど、  
自らの力量に限界を感じました。

自分自身に失望をしました。  
でも、皆さんが私達の本を好きでいられます様に努力しましたので  
その心がよく伝わることを願います。  
この本を購入してくださった皆さんにもう一度頭を下げて感謝いたします。  
これからもよろしくお願いします。

# 奥付

発行日: 8月13日  
発行: SHIOHAMA  
発行者: 反骨MAX

twitter: cgornotcg  
email: cgornotcg@gmail.com  
pixiv: 1585286

※この本は18歳未満の方は閲覧、購入できません  
無断掲載、無断複製を禁止します

*FUBUKIGA OSHIETE KURERU  
IHKONI NARU H♥H♥*