

もくもく!

まんが:じっく

～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!