

第23代 たっぷり100質で 5人のことまるわかり

新モキヤブ立ち

今年の新モはかわいいだけじゃない！
かなり濃いキャラ。そるってます♡
5人で合計100質問！ 趣味から性
格、いろんな好みまで一挙公開！
みんなが推せる新モ、探してね。

Photo/Ito Shio Stylist/Yamashita Arisa Hair&Make/Akagawa Megumi
Models/Kurosaki Rina, Hamano Saki, Tanaka Minami, Ota Shizuka,
Kawamura Kaho, Kondo Yara, Yoshioka Yana
Text/Yamazaki Emiko Design/Londonz
※クレジットのないものは
全て私物です。

小6 河村果歩
(カホ)

小5 吉岡優奈
(ユナ)

中1 太田雫
(シズク)

小6 近藤結良
(ユラ)

中1 田中みなみ
(ミナミ)

とびっきりの 美少女5人が ニコラに仲間入り♡

誕生日 2008年7月1日
星座 かに座
血液型 B型 出身地 大阪府
身長 164.5cm 体重 39.5kg
ファンレの宛先
〒150-0011
東京都渋谷区東1-13-14渋谷
松永ビル3F
スターダストプロモーション
「吉岡 優奈」あて

誕生日 2006年12月5日
星座 いっせ
血液型 A型 出身地 愛知県
身長 158cm 体重 33kg
ファンレの宛先
〒141-0021
東京都品川区上大崎3-1-1
JR東急品川ビル16F
レゴエンタテインメント
「太田 雫」あて

誕生日 2007年6月17日 星座 ふたご座
血液型 A型 出身地 岐阜県
身長 152cm 体重 35kg
ファンレの宛先
〒107-8577
東京都港区南青山3-1-30 エイベックスビル6F
AMG新人発掘育成ユニット「河村 果歩」あて

誕生日 2007年6月22日
星座 かに座
血液型 A型 出身地 愛知県
身長 155cm 体重 34.1kg
ファンレの宛先
〒107-0061
東京都港区北青山3-6-7
青山/パラシオタワー 5F
オスカープロモーション
「近藤 結良」あて

誕生日 2007年1月12日
星座 やぎ座
血液型 ? 出身地 東京都
身長 159cm 体重 39kg
ファンレの宛先
〒107-0062
東京都港区南青山2-27-20
VORT外苑前II 6F
エヴァーグリーン・エンタテイメント
「田中 南」あて

ユナ・シズク・ミナミ・ユラ・カホの5人、それぞれが「ニコラ」の編集部で活躍しています。それぞれの趣味や性格、好きなものまで、一挙公開！

最近、「一人になる」と意味もなく涙が出てきます。中3の女子高生です。

最近涙もろいというか泣くことを我慢できないことが多いです。疲れた時、具合が悪い時、生理前、生理中など、特に一人になると泣きたくなります。今私は受験生なので、今までいじめ、差別、暴力、スクールセクハラ、集団無視など色々あったので、そのせいかと思います。泣いている間は、そのことを考えているわけではなく、ただ泣いているだけです。

泣くことは悪いことではないよ。泣いて自分を癒やしてあげて。

疲れている時や体の具合が悪い時は、感情がいつもより大きく動きやすくて、ちょっとしたことで泣いてしまったり、ささいなことで怒ったり、大げさな表情で笑ってしまったりするのは誰にでもあることです。感情はホルモンと関係があると考えられています。ホルモンバランスが乱れている時に、感情がコントロールしにくくなるのだと思います。特に「思春期」のホルモン分泌が安定していない時期なので、余計に感情が強く出るかもしれません。

胸を小さく見せたい。中3の女子高生です。

私は中3なのに胸がEカップもあります。まわりは普通のBカップの子が多いので、胸を小さく見せたい。小さくする方法はありますか？

胸を強調しない下着があるよ。

思春期はホルモンの影響で乳房がふくらみ、乳房全体がふくらみます。でもその変化の仕方によって、乳期は人それぞれです。胸は小さくても大きくても、それだけ個性があります。なかには、胸がふくらむと目体に抵抗を感じている人もいますが、自分の体に変化を受け入れるには時間がかかるかもしれません。自分の体を受け入れることが、いつか自分の体を受け入れることができると思います。まずは、自分自身を愛おしくして、他の人の体のことを考えたり、外見で人を判断することは避けたいです。

ブラジャーは自分がつけていて心地よいものを選びましょう。胸を小さくする方法はありませんが、なるべく胸の大きさを強調しない下着があります。昔から胸を強調する下着は、胸を締めつけるようなデザインで、胸を強調する効果があります。最近では、胸を強調しない下着が増えています。胸を強調しない下着は、胸を締めつけるようなデザインで、胸を強調する効果があります。最近では、胸を強調しない下着が増えています。

さらしタイプのブラ ワイヤー入りのブラ

ニコラ保健室への相談の送り方
ニコラ保健室では、ひとに相談しにくい体や心の悩み・疑問に答えます！なんでも相談してね。郵送のほか、FAX、メールでも受け付けてるよ。編集部から直接連絡がいくことはありますが、命や犯罪にかかわる重大な相談の場合のみ連絡をすることがありますので、住所・電話番号・学年・本名・ペンネームを一応書いてね。他の人(家族)にもは絶対に秘密を話しません。安心してね。

お手紙 〒162-8711 東京都新宿区矢来町71 新潮社 ニコラ編集部 保健室係
FAX 03-3266-5576 ※紙の一番上に「保健室係」と大きく書いてね!!
メール http://www.nicola.jp の トップページから送れるよ
ケータイ・スマホからも相談できるよ! メール送信には「ニコラ保健室」と忘れずに書いてね! メール本文に本名、ペンネーム、住所、電話番号、学年を書いてこのアドレスに投稿してね!
health@nicola.jp

その他にもこんなお手紙募集!
がんばれLETTER & MAIL 募集!!
あて先は上の相談と同じだよ!
同じ悩みを持った人、乗り越えた人からのメッセージを大募集!

がんばれLETTER 同じ悩みを持って乗り越えたコからのアドバイスだよ!!

私(小5)のシズクちゃんと同じ悩みをかかえているあまみちゃん。鼻の毛穴、確かに気になるけど、私(小5)は洗顔を毎日しているから、毛穴はそんなに気にならない。シズクちゃんのように洗顔を毎日しているから、毛穴はそんなに気にならない。シズクちゃんのように洗顔を毎日しているから、毛穴はそんなに気にならない。

お悩みに答えてくれた先生
細野 久美子先生 医療法人弘仁会 藤田医院 産婦人科医
遠見 才希子先生 ニックネームは「えんみちゃん」。性に関する講演会を700以上の学校で開催している。1歳の女の子のママとしても奮闘中。



〜い手足にキュートな笑顔！
おしゃれでしっかり者の最年少

吉岡 優奈

Q12 初めてのコスメは？
Q13 オート合宿って聞いたときどんな気持ちだった？
Q14 今までのニコラで印象に残っているのは？
Q15 特技は？
Q16 好きなブランドは？
Q17 憧れのニコラは？
Q18 体型キープの方法は？
Q19 どこにお買い物行ってる？
Q20 かわいくするためにやってること？



ふれ出すおしゃれ感は唯一無二！
ちよいオタ♥なギャップにも注目

田中 南

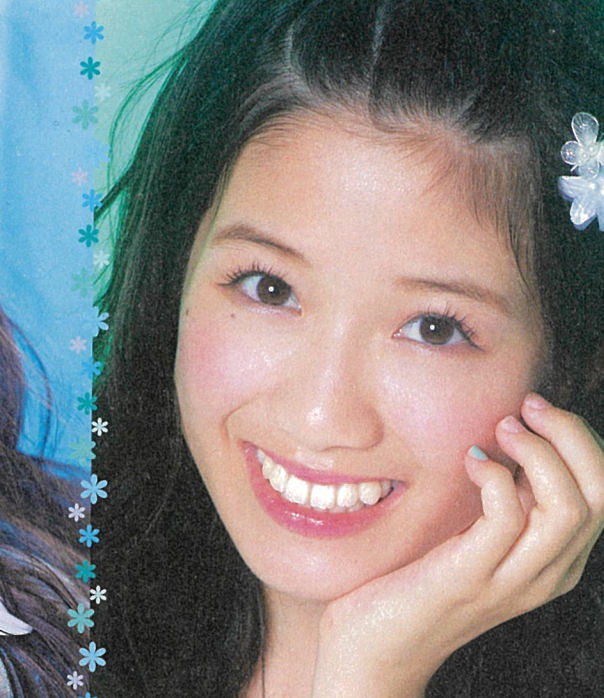
Q12 好きなヘアアレンジは？
Q13 好きなブランドは？
Q14 おすめの美容ケアは？
Q15 ファッションで参考にしているものは？
Q16 オートは何度目ですか？
Q17 苦手なことは？
Q18 憧れのニコラは？
Q19 体型キープの方法は？
Q20 かわいくするためにやってること？



こんな美少女が変顔
いろんな

太田 雫

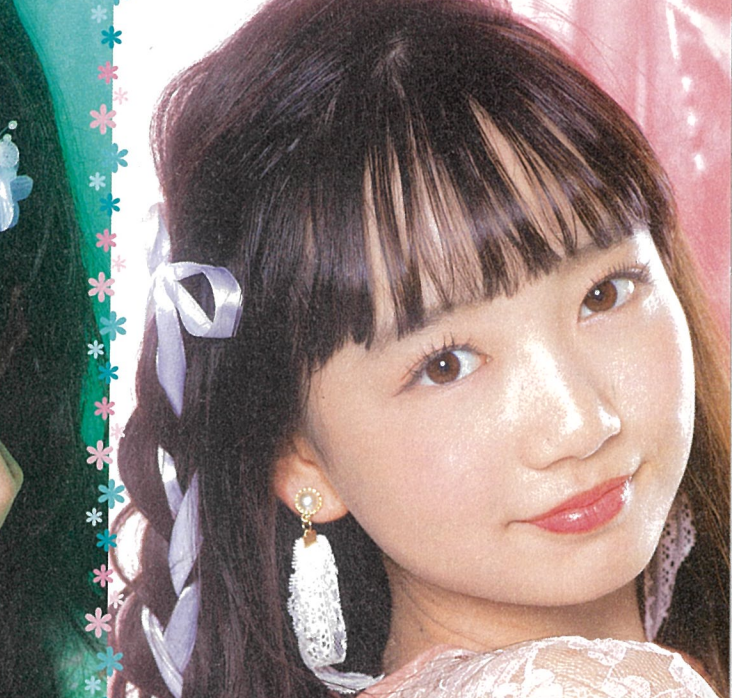
Q12 好きなヘアアレンジは？
Q13 好きなブランドは？
Q14 おすめの美容ケアは？
Q15 ファッションで参考にしているものは？
Q16 オートは何度目ですか？
Q17 苦手なことは？
Q18 憧れのニコラは？
Q19 体型キープの方法は？
Q20 かわいくするためにやってること？



も最強って！！
期待値∞

河村 果歩

Q12 ニコラの第一印象は？
Q13 憧れのニコラは？
Q14 特技は？
Q15 オートで印象に残っているのは？
Q16 アピールポイント？
Q17 ニコラで叶えた夢は？
Q18 おすめの美容ケアは？
Q19 体型キープの方法は？
Q20 かわいくするためにやってること？



〜っつしたい小動物系女子は
おしゃべり大好きムードメーカー！

近藤 結良

Q12 憧れのニコラは？
Q13 好きなブランドは？
Q14 おすめの美容ケアは？
Q15 ファッションで参考にしているものは？
Q16 オートは何度目ですか？
Q17 苦手なことは？
Q18 憧れのニコラは？
Q19 体型キープの方法は？
Q20 かわいくするためにやってること？

これから応援 よろしくねー！

一生懸命でニコラが大好きな5人は、力強い新報力になるって確信！みんな応援してね！

その後もおしゃべり キョリ縮めたよ♥

12人とも新市と仲良くなりたいうって必死！笑 すきあは隣に座って話しかけて〜！

自ら実技指導

お手本を見せる2人、ポーズのバリエーションを新市に教えてみた！

困ってる

お手本を見せる2人、ポーズのバリエーションを新市に教えてみた！

新市には

〜1分30秒を前にポーズに回る新市に歩み寄り顔に合わせたポーズを具体的に教えてみた！

撮影は熱血指導するよー！

高！黒坂那那 (りな)

やばい！

高！黒坂那那 (りな)

本物天使だ

高！黒坂那那 (りな)

会長リナ&副会長サキが 新市初撮影に密着！

高！黒坂那那 (りな)