

唇と舌の性感開発・キス完全マニュアル

イラスト版……

カバーイラスト

早川あかり

マンガ

仲村ユキトシ

挿絵イラスト

ありまなつぼん

大山樹奈

只野さとる

とろ
キス
TORO KISS

セブンベスト Books

由良橋 勢

重ねて、絡めて、吸いまくれ!

キス
キスでオトして
キスでイカせる

テクニック!

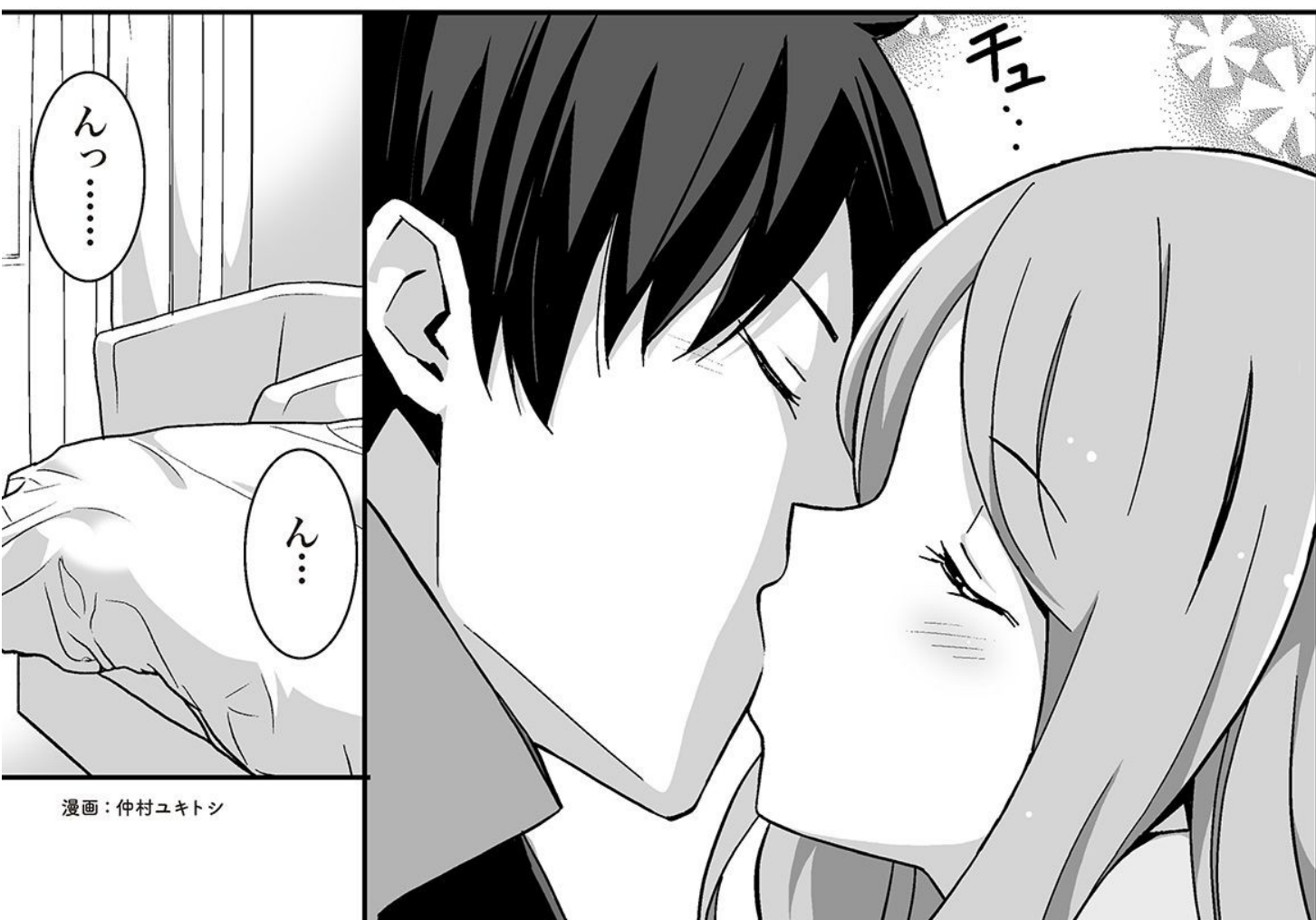
セブン新社

【ご利用前に必ずお読みください】

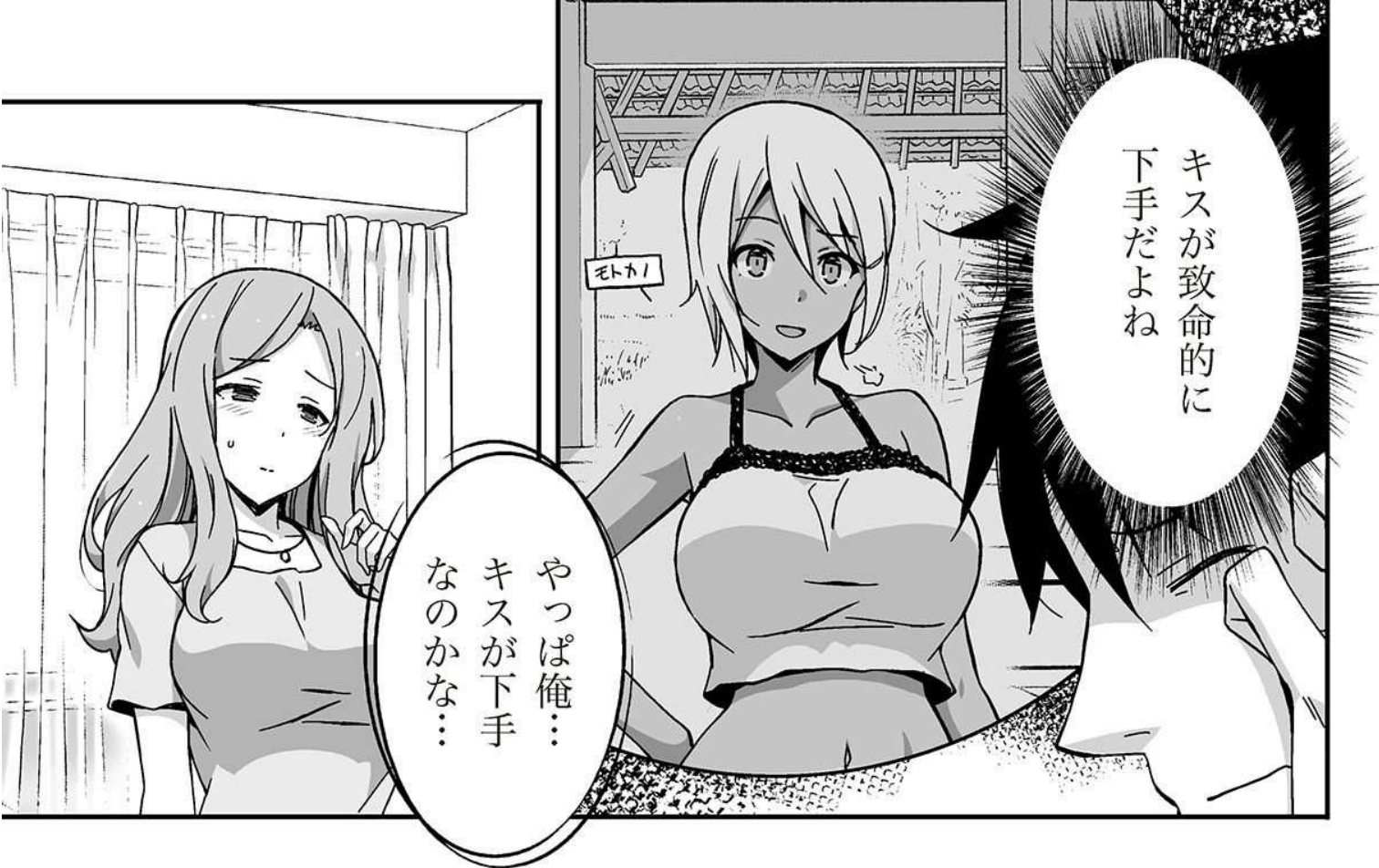
- 本書は株式会社データハウスより刊行の紙書籍『キス教本』および株式会社笠倉出版社より配信の電子書籍『キス教本』に漫画と大判イラストを追加したものです。
- 誌面内の目次やページ表記などは紙版のものです。一部の記事は電子版では掲載されない場合がございます。
また、掲載している全ての情報は、紙版の発売日時点での情報となっております。電子版をご覧になった時には、販売が終了している商品や、価格が変更になっている商品がございますので、その旨ご理解ください。
- 一部マスキングしている写真、掲載順が違うページ等がある場合がございます。
- 電子版からは応募できないプレゼントやアンケート、クーポンなどがございます。

以上をご理解のうえ、ご購入、ご利用ください。

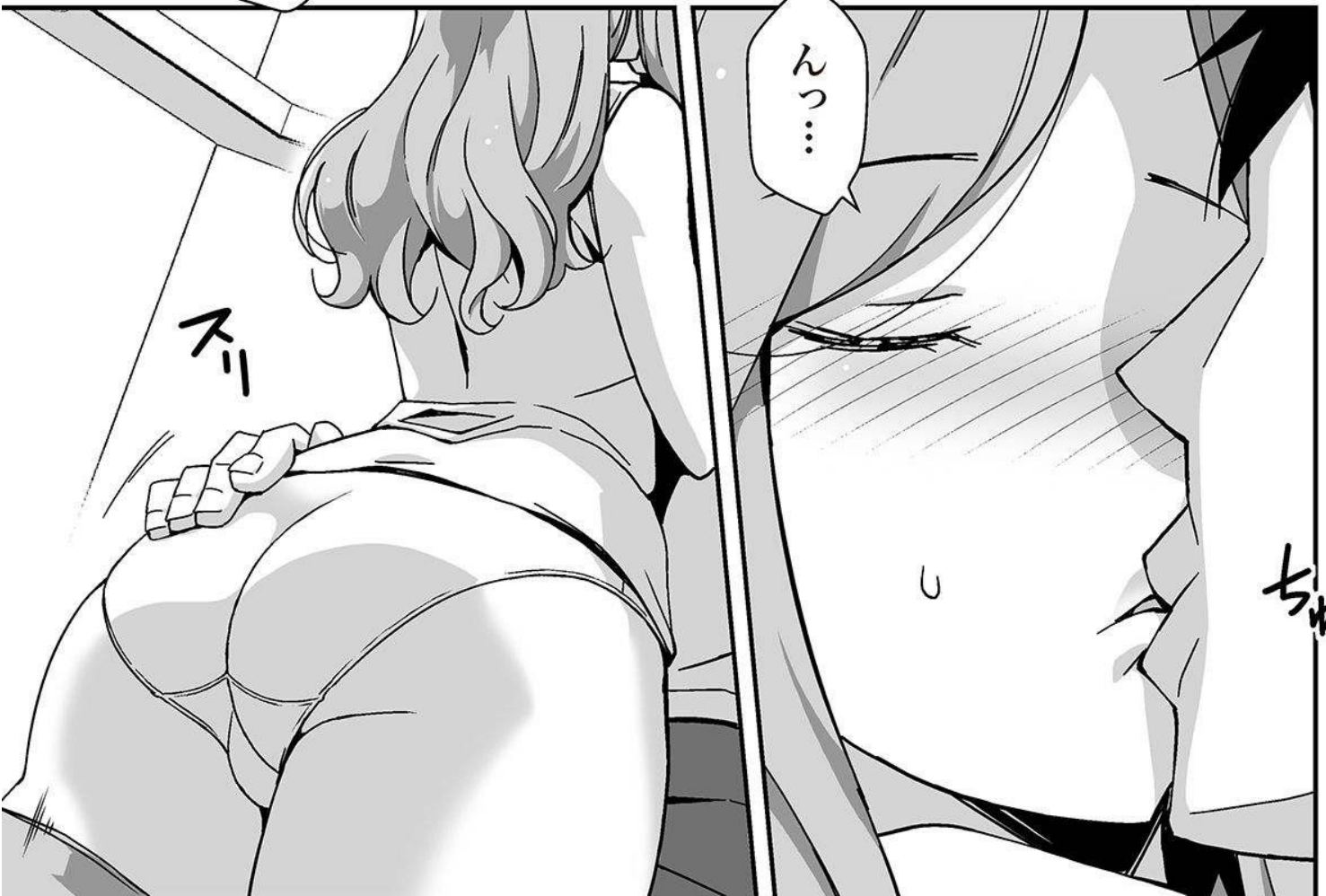
株式会社 セブン新社
編集部













あつ…

はあつ…

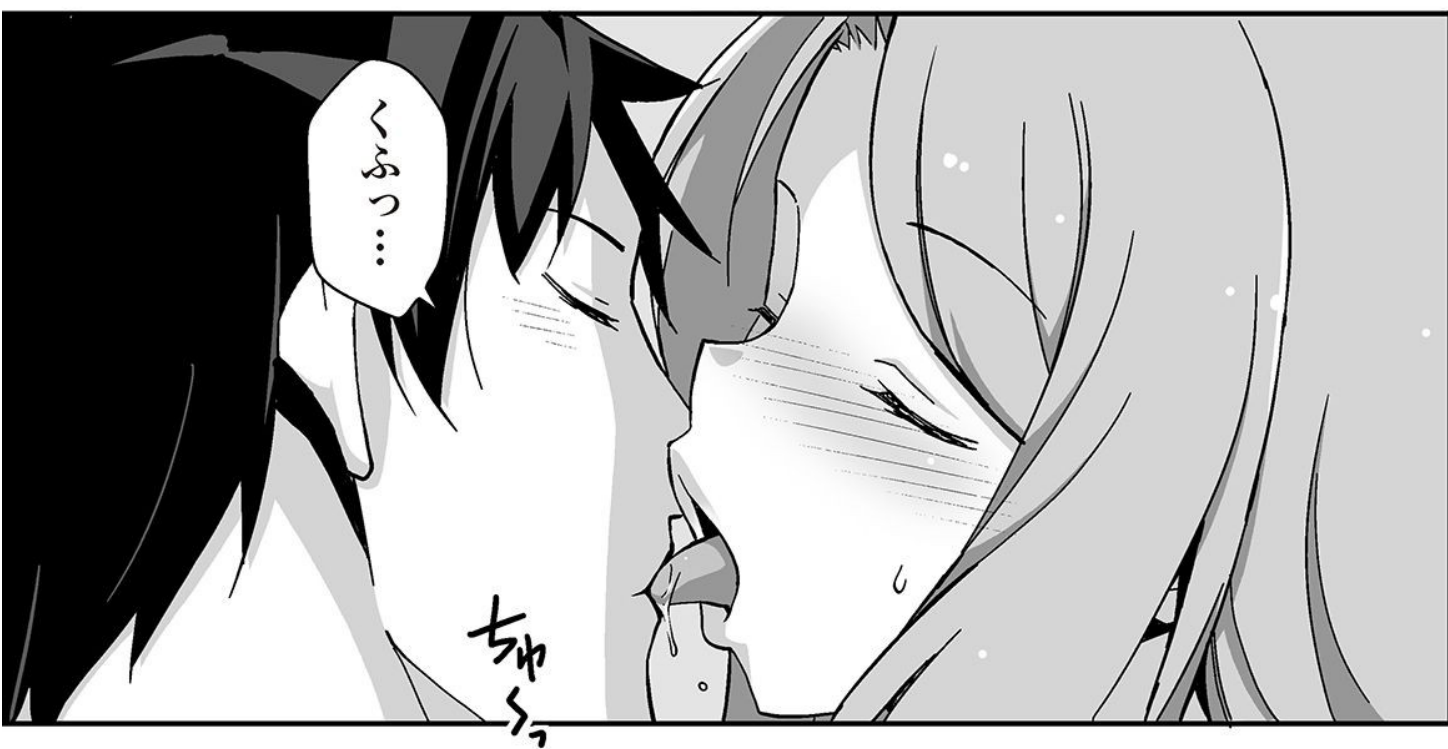
ん…

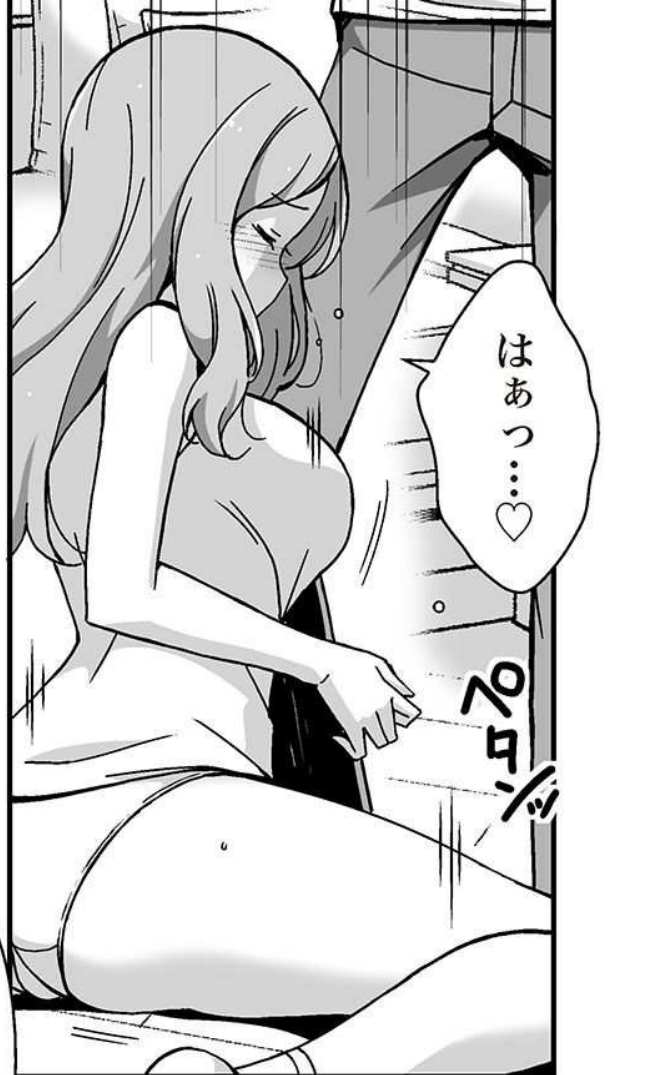
あつ…

なにや

ふん

あんっ…♡







Contents

とろキス漫画①	1
第1章 ソフト系	
01 ソフト基本型	14
02 清純派式	18
03 ウッドペッカー	20
04 表面接触	22
05 押しくらまんじゅう	24
06 唇ついばみ	28
07 フルカバー	30
Column 01 姿勢・体勢：基本篇	32
第2章 ディープ系	
01 ディープ基本型	34
02 舌先×舌先	38
03 三点接触	42
04 縦スジ	46
05 裏スジ	48
06 オン・ジ・エッジ	50
07 舌先甘噛み	52
08 密閉ディープ	54

09	舌先固定	58
----	------	----

10	首振り運動	60
----	-------	----

11	歯列なぞり	62
----	-------	----

12	歯茎舐め	64
----	------	----

Column 02	リードする方／される方・判断方法	66
-----------	------------------	----

第3章 ギミック系

01	ランデブー	68
----	-------	----

02	メンソール	72
----	-------	----

03	物体口移し	74
----	-------	----

04	スクイズ	78
----	------	----

05	吸引&送風	80
----	-------	----

06	ねじ込みドリル	82
----	---------	----

07	液体口移し	84
----	-------	----

Column 03	姿勢・体勢：応用篇	88
-----------	-----------	----

第4章 超ディープ系

01	数の子天井	92
----	-------	----

02	蜜壺攪拌 かくはん	94
----	--------------------------	----

03	ほほ裏粘膜	96
----	-------	----

04	舌フェラ	100
----	------	-----

05	ピストン運動	102
06	サンドイッチ	106
07	トルネード	108
08	バキューム	110
09	顔面69	112
10	唇ベタ舐め	114
11	唾液ローション	116
Column 04	唇や舌以外へのキス	118
	とろキス漫画②	119

第1章

ソフト系

01

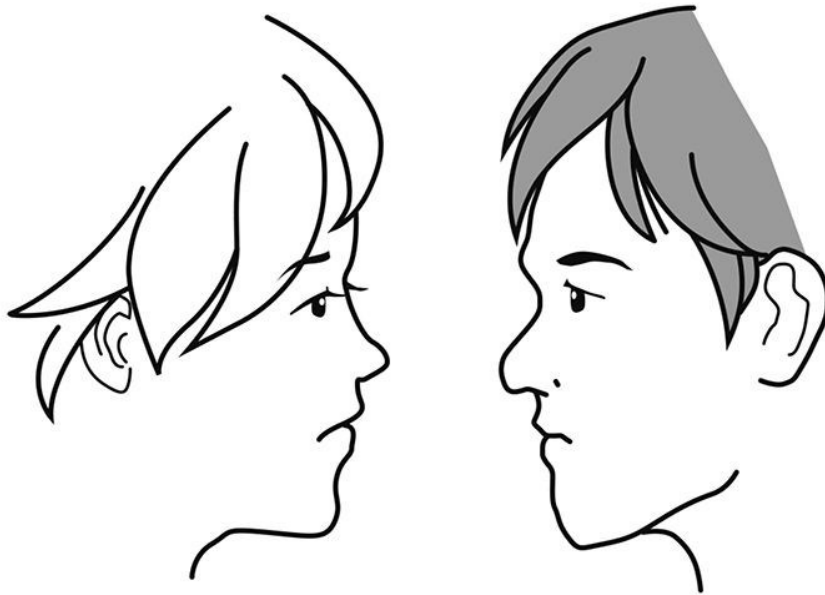
すべてのキスはここにはじまる

ソフト基本型

正面で向かい合ったら互いに唇を閉じ、ゆっくりと顔を近づけ合って閉じた唇と閉じた唇を重ね合う、もっともオーソドックスな、キスの基本型。顔を近づけながら、双方が同方向に（右側へ傾けるなら二人とも右側へ、左側へ傾けるなら二人とも左側へ）首をかしげるように頭を軽く傾け（角度にして20〜30度）、同時に目を閉じてゆく。つまり、①顔を近づける、②首をかしげる、③目を閉じる、という3つの動きをシークロさせながら行うわけだ。

このキスの目指すところは唇の温もりと息づかいを至近距離で感じることであり、唇粘膜への愛撫ではない。そのため、唇同士が触れあつたら、あまり強く圧迫せず、唇がひしゃげすぎない適度な位置で近づけるのをやめ、そのまま動きを止める。首や唇を含む身体に無理がかからないため、動かずに長い間触れ合う長時間キスにも対応しやすい。

ソフトイメージなキスのため、目を開けたま



1

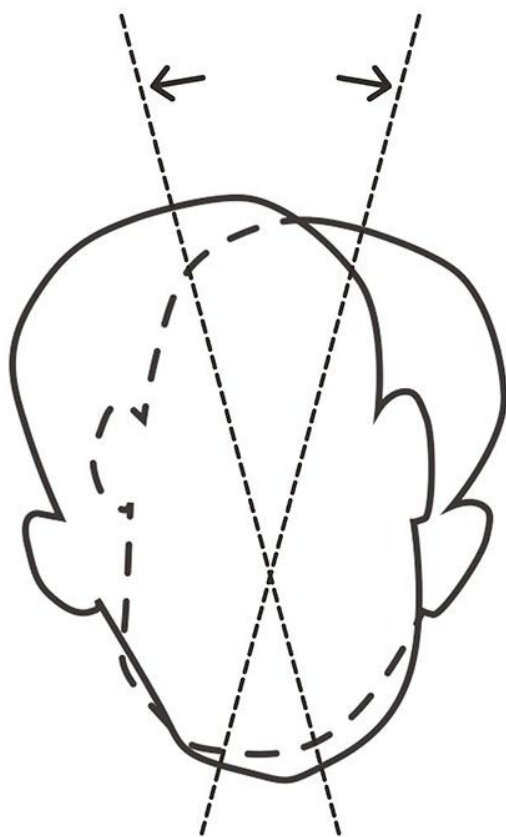
口を自然に閉じた状態で正対し、ゆっくりと顔を近づけ合う。

までするのはNGだが、動作を起こす前や向かい合った時点でいきなり目を閉じてしまうと、互いに相手の唇の位置を確認できず、唇同士を重ね合うのは至難の業となるので、ゆつくりと顔同士を近づけながら顔の位置を調整し、「あとはこのまま真っ直ぐ前に顔を突き出せば、ピッタリと唇同士が触れあう」という位置になるまで薄く目を開けておく。

動作を始める直前や、顔同士を近づけている間に、どちらがリードし、どちらがリードされるかを互いに瞬時に判断し、リードする方は唇同士が接触する寸前まで薄目を開けて接触位置を調整し続けるという方法もある。

この場合、リードされる方は早めに目を閉じて、完全に受け身になることをアピールすると、雰囲気が高まるだけでなく、リードする方にその自覚を与える効果もある。

リードする側・される側を見極めることも大切よ



2

近づけながら双方が同方向に軽く首を傾ける。



3

①目を閉じながら、②顔を傾けつつ、③顔を接近させて、キスの完成。3つの動きがキレイにシンクロすると傍目^{はため}にも美しいキスとなる。



上から見るとこうなる。顔を傾けるのは、互いの鼻がぶつかからないよう、このように横に逃がす目的のため。



清纯派式

あくまでも軽く爽やか、それゆえに初心者にも抵抗感是小

身体を密着させず、少なくとも40センチ以上の距離を開けた位置で正対し（正面同士で向き合い）、軽く前のめりになって顔を突き出しながら、閉じた唇同士を重ね合わせる。

首はかしげず顔は真っ直ぐのまま、なるべくほかの部位は触れ合わず（顔や後頭部に手を添えたりはせず）、唇だけを合わせる。

昭和時代の青春ドラマや学園モノで、純血を守るヒロインがしばしば行ってきたスタイル。

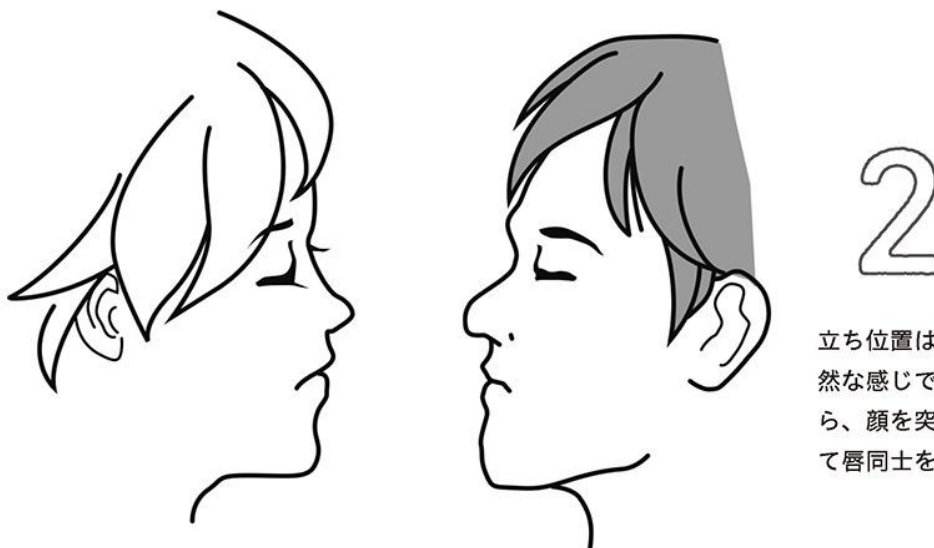
①距離を置いて正対し↓②口を閉じたら↓③立ち位置はそのままに目を閉じながら↓④顔だけを近づけてゆき↓⑤唇だけで触れ合う、という流れ。

正面を向き合ったまま顔を傾けずにするため、鼻がじゃまになりがちだが、その場合、アゴを上げ気味にすると鼻の衝突を回避できる。

立ち位置が離れていれば離れているほど、キスをする際に前のめりになる角度が大きくなり、角度が大きくなるほど自然とアゴも高く上げる



真正面で向き合い距離を置いた位置に立つ。



立ち位置はそのままに、自然な感じでアゴを上げながら、顔を突き出すようにして唇同士を接近させる。

ことになるので、思い切って立ち位置を離してみたい。

立ち位置が離れるとキスの際に足を踏み出してしまいがちだが、立ち位置を動かないようぐっと踏ん張ってこらえたい。

唇は心持ち突き出し気味にすることでも鼻の衝突は回避できるが、この場合、唇をすぼめて丸くはせず、あくまでもナチュラルに閉じた形態を保つよう心がけたい。

〈ソフト基本型〉よりも密着度は低い。

軽く前のめりになったりアゴを上げ気味にする必要があるため、首筋などへの負担がやや大きく、長時間キスにも不向き。

しかし、それゆえ逆に、キスに対して抵抗感や忌避感を抱くキス初心者や奥手な者にも挑戦しやすいスタイルと言える。

初めてキスをする
カップルにもおすすめ！



3

鼻がぶつからないように注意しながら顔を近づけてゆき、唇だけで触れ合う。



唇はあまり突き出さず、できるだけ自然に閉じた状態を保つ。

03

ウッドペッカー

「チュッ！ チュッ！」と音を立てながら連続で

お互いに唇を吸盤状にして突き出し、吸盤と吸盤を吸い付けるイメージで触れ合わせる。

まず、〈清纯派式〉のように二人の身体を密着させず、ある程度距離を開けて立つ。立ち位置を動かずに前のめりになるようにして顔だけを相手の方に差し出して唇を合わせると、キスの直後に唇を離しやすいからだ。

立ち位置が決まったら、唇を吸盤状（あるいは漫画のタコの口や、ひよっとこの口元）にするイメージで、すばめて丸めて突き出す。

唇を作ったら、パートナー寄りに踏み出したらず、立ち位置はそのままに、顔だけを相手側に差し出すようにして唇を合わせる。

重ね方としては、吸盤面の中心と中心でピッタリと唇を合わせるのがポイント。この際、相手の唇粘膜を吸ったり、すばめた唇の小さなすき間から素早く小さく息を吸って「チュッ！」という音を出すのもいい。また、1度の接触で終えるよりも、キツツキ（ウッドペッカー）が

木の幹をくちばしで叩くように、小さい動きで細かく何度も、連続して行くと雰囲気はさらに高まる。連続して行う際は、ニワトリやハトのように頭を前後に水平に動かして、首を前に出してキスし、キスした瞬間に頭を後ろに引いて唇をすぐに離し……と、これを何度も繰り返す。慣れてきたら、唇は事前に吸盤状にするのではなく、シンク口技に挑戦したい。首を前に出しながら唇をすばめて作り、キスする瞬間に（瞬間にだけ）完全な吸盤状にして、首を引いて顔を離しながら唇を自然な形に戻すのだ。

このシンク口技を体得すれば、パートナーが薄目を開けていたりギャラリーがいたとしても、ひよっとこの顔で首を前後に動かすという間抜けな姿や表情を見られることなく、美しいキス姿を披露できもする。

小刻みにキスすると
よりムードが高まるわよ



唇の吸盤面と吸盤面がピッタリと密着するように重ねる。



斜め横から見ると口元はこのようなになる。



唇は丸めるようにすばめて突き出す。漫画に出てくるタコの口元やひよっとこの口元のイメージで。図は前から見たところ。



04

表面接触

唇の粘膜と粘膜を擦り合わせるイメージで

唇同士を表面だけで、擦り合わせるように触れ合うキス。

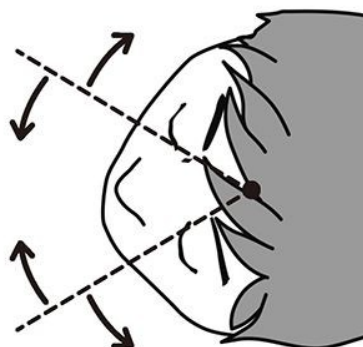
唇は尖^{とが}らせて接触面積を狭めると、パートナーの味わう感触は強くハッキリとしたものとなり、平面で触れて接触面積を広げると感触は優しくマイルドなものになる。同様に、唇周辺にチカラを込めて接触部分を硬くすると感触は強くなり、唇のチカラを抜いて柔らかくすればするほど感触もソフトになる。唇を尖らせて硬くすると、パートナーに加わる刺激は強くなるが、自分にとっては微妙な接触を知覚しにくくなるという面もあるので、あまりチカラを入れないように気を付けたい。

唇を作ったら、お互いの唇は触れるか触れないかのぎりぎりの距離で、かするように擦り合わせる。

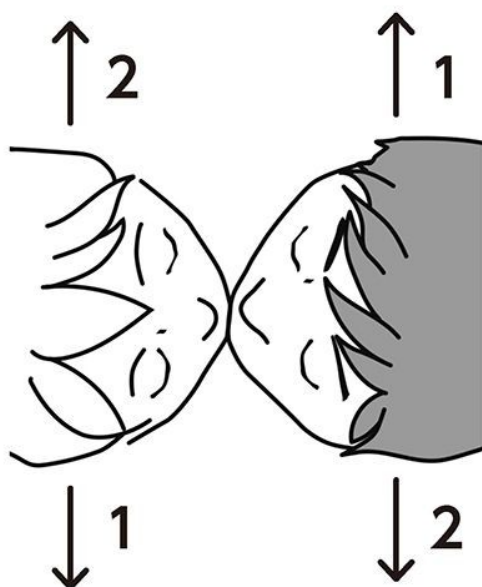
圧迫や密着はしないのが基本だが、こちらも慣れてきたら、ほとんど触れていない状態からある程度摩擦感が味わえる密着度合いまで、圧



開始時点での体勢は＜清纯派式＞と同じ。鼻が接触しないよう軽くアゴを上げ、自然に閉じた状態の唇同士を重ねる。＜清纯派式＞と異なるのは、重ねたこの後に擦過運動^{さっか}をする点。



動かし方・その1
回転振り



動かし方・その2
平行振り

着具合を変化させながら楽しんでもみたい。

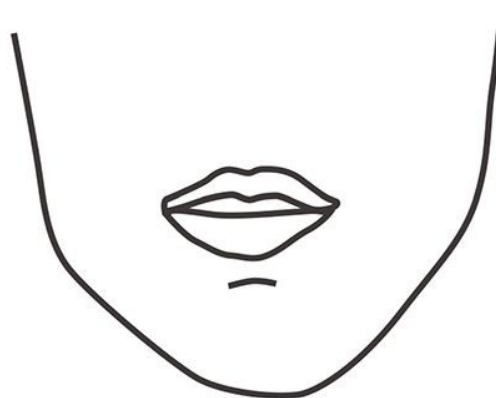
擦り合わせる際の首の動かし方には2種類。

脳天を軸に頭部を回転させるように振る方法と、顔を相手の顔に平行に向き合ったまま、左右に平行移動する方法とがある。

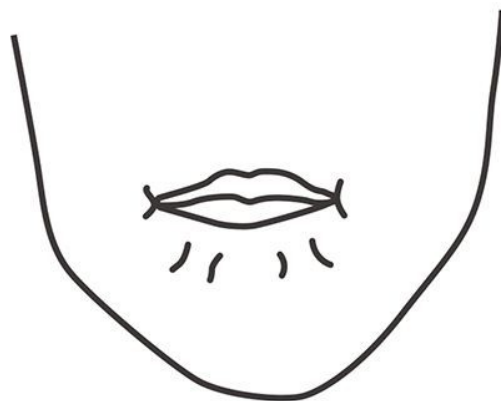
回転振りが平行振りは、雰囲気や相手の動きに合わせて適宜使い分ければよいが、遵守したいのは、動きを付ける際、相手が右（相手にとっての右＝自分から見て左側）へ動かしたら自分も右（自分にとっての右側）へ、相手が左へ動かしたら自分も左へ動かすこと。

互いに頭を動かすのが基本だが、一方は頭を動かさず、他方だけがくすぐるように一方的に動かすというやり方もある。攻め手と受け手という立場が明確になり、対等に行う時とはまた違った趣が味わえることだろう。

唇のチカラを抜いて
微妙な感触を楽しんで



唇は自然に閉じた状態で、極力チカラを抜くのが基本。この際、やや唇が開いてしまっても可。



パートナーに加える刺激を強めたいければ口元にチカラを込めて、唇を硬くするのもよい。この際も＜表面接触＞独特の感触を味わいたいなら、できれば＜ウッドベッカー＞のように尖らせたりはせず、横一文字に閉じた状態で行いたい。

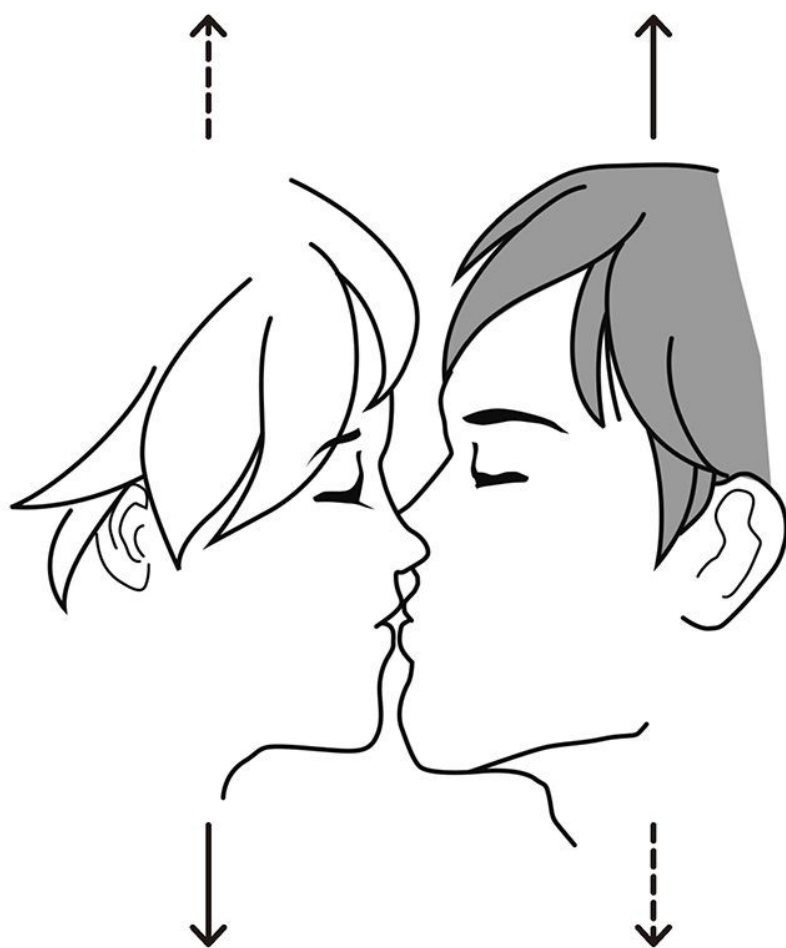
押しくらまんじゅう

唇同士で「押しくらまんじゅう」をするように唇と唇を強く押し合い、こねるように揉み合うことで、唇の柔らかさや唇周辺の肉の弾力感、顔面の皮膚の柔軟性を楽しむキス。

唇は自然に閉じるだけでよい。ただし、あまりに強く押し付けたり、あるいは強く押し付けられたりすると、人によっては前歯や周辺の歯茎が後になってじんわりと痛むこともあるので、その心配がある場合は、強く押し付け合う前に口元の筋肉にチカラを込めて硬くして、前歯周辺を防御するとよい。

唇を作ったら、重ねる。こね合うために激しく動けば、頭の角度も大きく動いてしまうので、とっかかりは〈ソフト基本型〉のように顔を傾けて重ねても、〈清纯派式〉のように垂直のまま重ねても、どちらでもよい。

いずれにしても注意したいのは、唇同士を決して離さないようにすること。常に触れ合った状態を保つように心がけたい。



押しくらアクション①

上下

こね合う動きは、①上下、②左右、③斜め、④回転、⑤前後（圧迫力を強めたり弱めたり）の5パターン。

① 上下は顔を上下に昇降させて。② 左右は〈表面接触〉のように、脳天を軸に頭部を回転させるように振る方法と、顔を相手の顔に平行に向き合ったまま、左右に平行移動する方法とがある。③ 斜めは、パートナーの顔面に自分の顔を正対したまま斜め右上／右下／左上／左下と顔を平行移動する。④ 回転は、重ねたパートナーの唇の上で、唇で「の」の字を描くイメージで。⑤ 前後は、唇同士が離れない範囲内で「ウッドペッカー」のように顔を前後に動かして、唇の圧着力を（押し付けて）強めたり、（顔を引いて）弱めたりする。

これら5種の動きをランダムに組み合わせて繰り返し合うと、互いの唇が意外なひしやげ方をして楽しい。

途中で唇を離さないのが
このテクニックのポイントよ



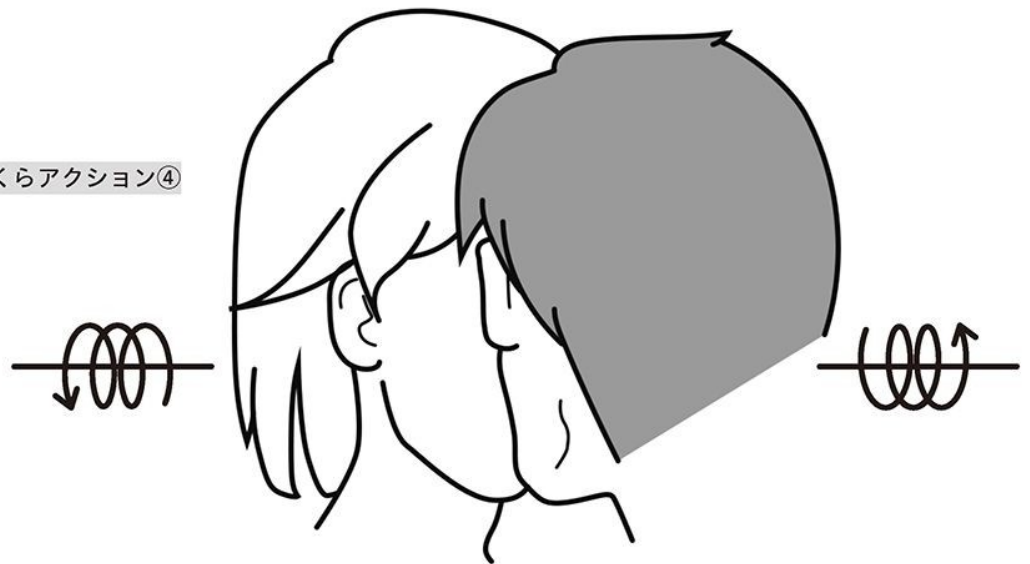
押しくらアクション②
左右



押しくらアクション③
斜め

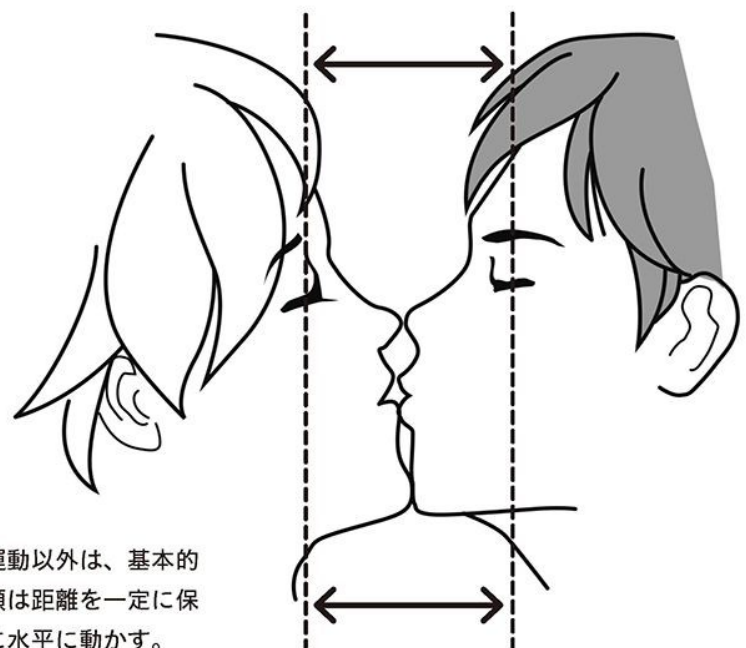
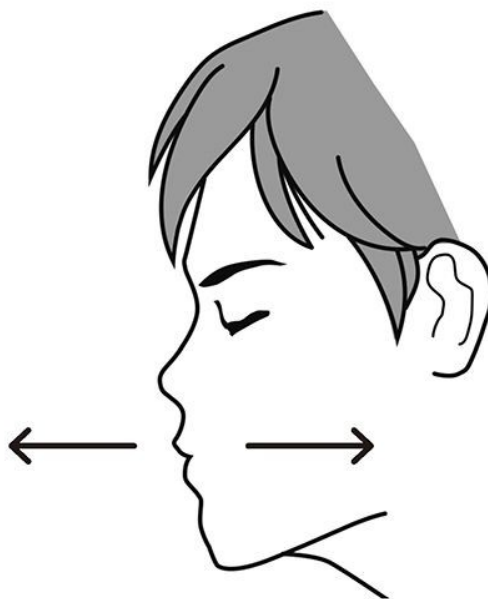
押しくらアクション④

回転



押しくらアクション⑤

前後



⑤の前後運動以外は、基本的に二人の顔は距離を一定に保ち、相互に水平に動かす。



06

唇の内と外、Wの触れ合いで密着感倍増

唇つっぱみ

パートナーの唇を、唇の先でつっぱむことで、唇の内側と外側の両面が同時に触れ合うことになり、唇表面同士だけを重ねるキスよりも高い密着感を味わえるキス。

やり方は、①お互いに唇を閉じたまま重ね合い、②重ねた後に一方のみが唇を薄く開き、③パートナーの閉じた唇に上唇もしくは下唇を潜り込ませ、④そのままパートナーの上唇もしくは下唇をつっぱむ、という流れ。

攻撃側がパートナーの唇を、小鳥がエサをつっぱむように、唇の先で軽く圧迫したり引っ張るのだ。

この際、受け身となる方はパートナーが攻めやすくなるよう、唇をしっかりと閉じたりはせず、なるべく口元からチカラを抜いておき、されるがままに身を（唇を）まかせるとよい。

発展技として、互いの唇を同時につっぱみ合うことも可。

〈相互つっぱみ〉の手順は次の通り。

①互いに薄く唇を開いて向き合う。②そのまま唇を重ねる。この時、唇はピッタリと重ね合わさず、上下で微妙にずれるように重ね、互いの薄く開いた唇のすき間に相手の唇が互い違いにはさまるようにする。

つまり、相手のすき間に自分の上唇がはさまったら、自動的に自分のすき間には相手の下唇がはさまることになる。もちろん、その逆も可。③互いの唇が互い違いに噛み合ったら（例えば自分の上唇／相手の上唇／自分の下唇／相手の下唇、というような4層になる）、パートナーの唇をつっぱみながら、同時に自分の唇をつっぱまれる感触を味わう。

〈相互つっぱみ〉の型が完成して一定時間が経過したら、上唇をつっぱまれている方（つまり下唇をつっぱんでいる方）が、今度は相手の上唇をつっぱんだりと適宜上下を入れ替えると、よりダイナミックな動きが楽しめる。



互いに唇を
つっぱみ合う
応用パターンもあるわよ
こちらも試してみてね



一方のみがついばむ<唇ついばみ>。攻撃側と受け手側の立場≡主従関係が明確になる。



<相互ついばみ>では、お互いが攻撃側であると同時に受け手側ともなる。

07

パートナーの唇全体を薄く開いた唇で包み込む フルカバー

パートナーの閉じた唇全体を、適度に開いた唇でスッポリと包み込むように覆^おうキス。パートナーの唇の厚みや肉厚感が楽しめる。流れは次の通り。

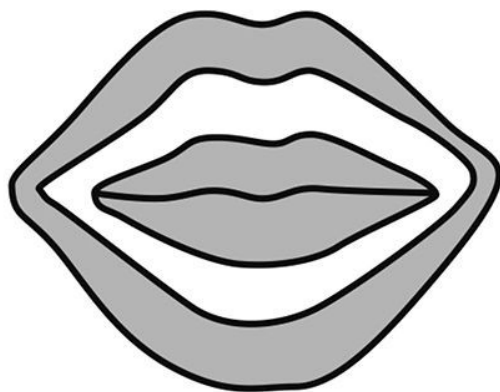
- ①お互いに唇を自然に閉じた状態で向き合う。
- ②そのままゆっくりと顔を近づけ合う。③顔を近づけながら、覆う方（攻撃側）は徐々に唇を開く。覆われる方（受け手側）は唇を自然に閉じたままにいる。顔同士が十分に接近したら、
- ④攻撃側は受け手側の唇をすっぽりと開いた口で覆い隠す。

これでキスは完成。あとはそのまま身じろぎもせず、お互いの吐息を感じるもよし、攻撃側は受け手側の唇を覆ったまま、あむあむと唇でパートナーの口全体を揉みこねるように咬^かんでもよし。

②で顔を近づけ合う際は、〈ソフト基本型〉のように近づけながら首をかしげるか、〈清纯派式〉のように顔は傾けず真っ直ぐのまま唇を



受け手側の唇を攻撃側が開いた唇ですっぽりと包み込む。



攻撃側の口の中から見たとすると、このような状態になる。

さりげなく鼻で呼吸すれば
息苦しくならずにすむわよ



呼吸を維持するよう心がけたい。

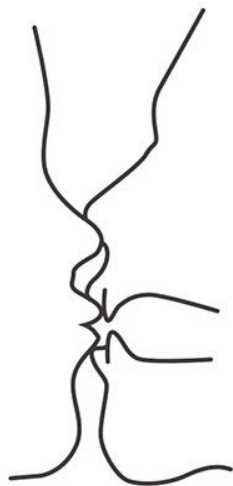
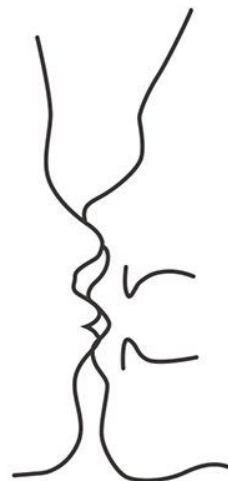
なお、このキスの際には口呼吸は不適切。鼻呼吸を維持するよう心がけたい。

また、④で唇を覆う際は、攻撃側はあくまでも唇だけを使うよう心がける。攻撃側の歯が受け手側の唇に触れるほど深く吸引はせず、あくまでも軽く優しく、パートナーの口元をふわりと包み込むイメージで。

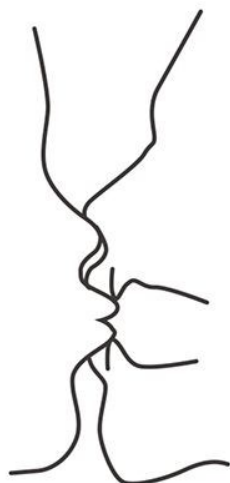
型が完成した後に「あむあむ」とこねる際にも歯は使わず、あくまでも唇のみで優しく揉むように咬むよう心がけたい。



よい例。攻撃側は唇だけで覆い、受け手側の唇は攻撃側の歯に触れてもいない。



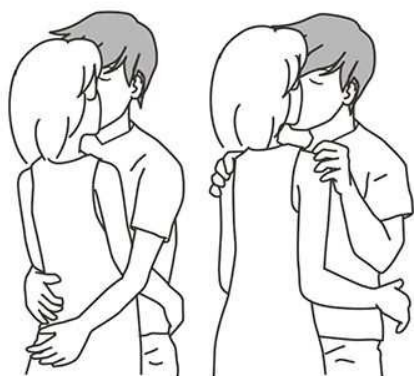
やや悪い例。唇だけで覆っているが、深追いしたため受け手の唇が攻撃側の歯に触れている。受け手がキスに不慣れだったり潔癖な場合、嫌悪感を与えてしまう可能性も。



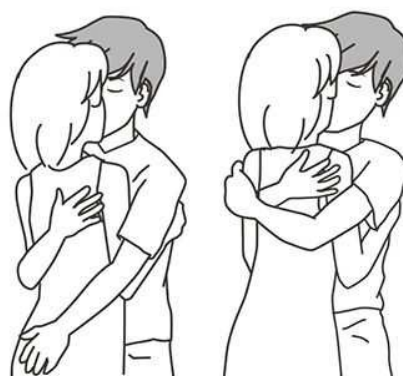
悪い例。攻撃側は受けて側の唇を完全に歯で噛んでしまっている。

姿勢・体勢：基本篇

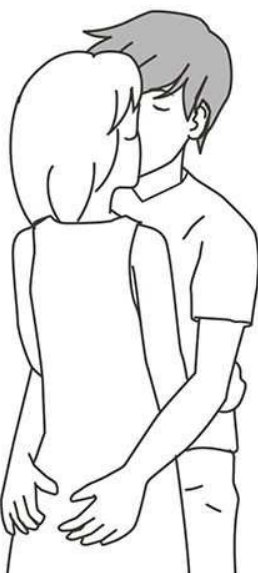
座った状態や寝ころんだ状態でもキスは可能だが、基本姿勢は直立状態。立ってすれば、近づいたり離れたりという二人の距離の微調整も、格段にしやすいからだ。キスを行う際、一番問題になるのが手のやり場。もっとも自然なのは、パートナーの肩にかけたり、腰に回したりというもの。親密度を高めたいなら、肩や腰に回しつつ、そのまま抱きしめたり、さりげなく臀部^{でんぶ}に回したりするとよい。



空いた手はパートナーの肩にかけたり、腰に回したりするのがもっとも自然。双方が同時に腰に回し合うのもよい。



肩にかけたり腰に回したりした腕^{しほ}を絞り込むように締めれば、そのまま自然とハグになる。密着度は最上級。



空いた手はさり気なく臀部に添える方法もある。この状態で密着度を高めると、下半身を重点的に押し付け合う形となる。ほかにもキスしながら空いた手で、乳房や股間を撫でさすり合う方法も。



パートナーを両手ではさみ込むように、自然に開いた手のひらを添えるのもよい。



手のひらで包み込むように後頭部に触れるのもよい。頭髪を撫でながら、その流れでキスに持ち込める利点がある。

第2章

ディープ系

ディープ基本型

唇を開いた状態で重ねて舌をからめ合う、もともとオーソドックスなディープキス。

動作の流れは、①正対し、②ゆっくりと顔を近づけ合いながら互いに同方向に首をかしげる（右へ傾けるなら二人それぞれにとっての右へ、左へ傾けるならそれぞれにとっての左へ首をかしげる）。③首をかしげながら同時に目を閉じ、④さらに同時に口を少しずつ開いてゆき、⑤顔と顔の距離が詰まったら開いた状態で唇を重ね、⑥唇のすき間から互いに舌を差し出して、⑦唇が触れ合ったまま舌をからめ合う。

かしげる首の角度は、一人当たり20度から45度までの範囲で任意に。一人当たりの首への負担が軽減されるので、二人で公平にかしげること。唇の接触開始時点での口の開きは、首の傾斜角20度で1〜2センチ、45度でも2〜3センチで充分。舌をからめ合うと自然と口が開くが、それはそれでかまわない。

顔を近づける速度と、目を閉じる動作に首を



鼻がぶつからないよう首を傾けて唇を重ねる。口を薄く開いてゆく以外、重なるまでの手順は＜ソフト基本型＞と同じ流れ。

かしげて角度を決める動作、そして口を薄く開く動作がシンクロして、唇が接触する時点で最終的な形になると、「ソフト基本型」と同様、傍目にも美しいキスとなる。

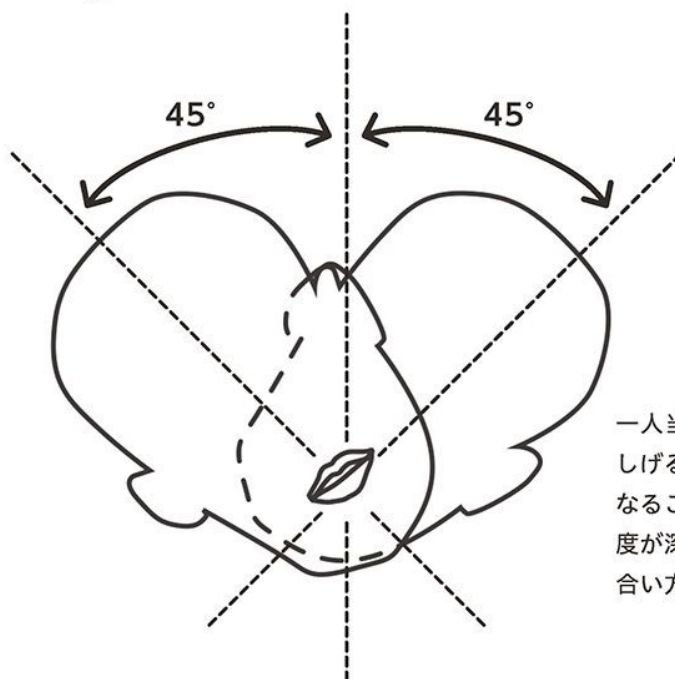
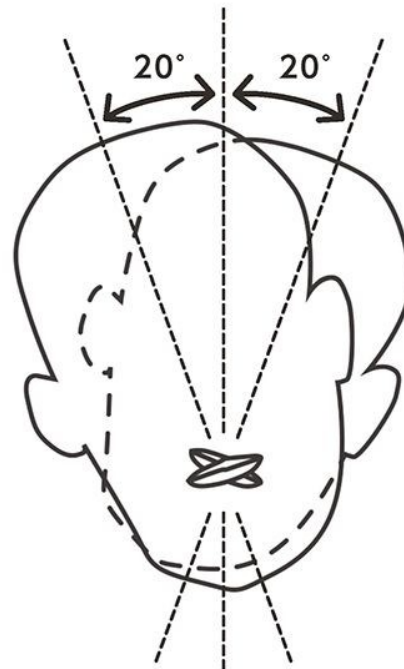
⑦で舌をからめる際は、お互いに舌を鉤型に曲げるのが基本。相手の舌に引っかけて引っ張り合うようなイメージでからめ合う。その際、曲げっぱなしにするのではなく、からめ合った状態で何度も曲げたり伸ばしたりと、動きを付けたい。

舌の動きにはさらに、「かすかに触れる程度で強く押し付けるように」や「ゆっくり／素早く」という変化も付けたい。早く・軽く動かしたいなら舌先だけを動かすイメージで、ゆっくり・強く動かしたいなら舌の付け根から動かすイメージで行うと、求める動きを実現しやすい。

鉤型に曲げた舌同士で
引っ張り合うイメージね



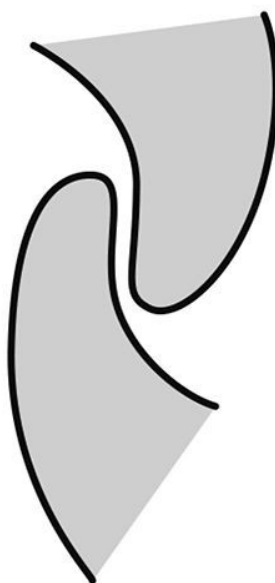
一人当たり 20 度首をかしげるとこのような感じに。



一人当たり最大の 45 度でかしげると、唇同士は直角で重なることになる。かしげる角度が深くなるほど、唇の噛み合い方も深まる。



直角で重ねると、一方の尖った唇の先端がもう一方の口角にはまり込み、お互いの唇の凹凸が見事に噛み合う。



舌は先端をくると丸めるイメージで鉤型にしてからめ合うと、ディープな印象を高められる。



舌先×舌先

上下／左右／回転の舌の動き基本3態のトレーニングにも

お互いに口を開いて舌を出し、舌先だけで互いの舌先を刺激し合うキス。

口は意識的に大きく開く必要はない。露出させたい舌の長さに応じて（短く出せば開き方は小さくなり、長く出そうとすれば大きくなるはず）、自然に開けばよい。唇が開ききらず舌と触れていても問題はない。

舌の出し方は、真っ直ぐ前方へ差し出すようにするのが基本だが、動かし始めて角度が変わる分には問題ない。舌を出すと舌先は自然に尖って硬くなるので、舌先に力を込めるなど特別な意識も必要ない。

舌を軽く出すだけなら、顔と顔の距離が縮まり親密感が高まり、舌を長く伸ばせば、それだけ舌先の動きも大きくでき、ダイナミックなアクションが可能になる。

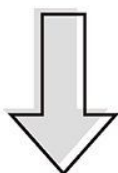
舌の動きは3パターン。

①上下にチロチロと動かす。

②左右にチロチロと動かす。



口を自然に開き、前方へ突き出すようなイメージで舌を出す。

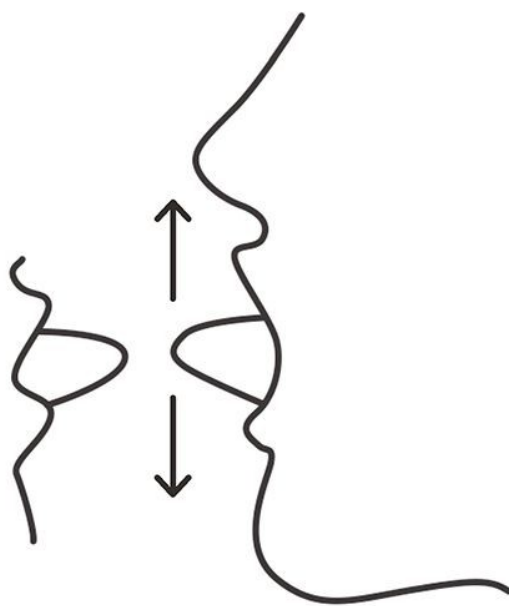


舌先と舌先を触れ合わせる。舌先だけで触れ合うことで舌先に意識と感覚が集中する。

③クルクルと小さく回転させる。

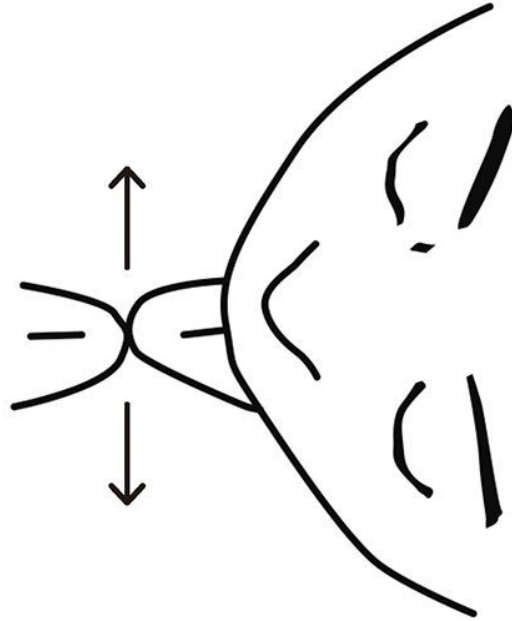
この三つの動きは舌を活用するキスでは基本の動きとなるので、是非とも習得しておきたい。額と額、あるいは鼻の頭と鼻の頭など、顔の一部を触れ合わせた状態で行うと、舌尖同士の間隔を一定に保ちやすく、舌を動かすうちに舌尖同士が離れてしまうアクシデントを防ぐことができる。顔の一部を触れ合わせるほか、一方が相手のほほや後頭部に手を添えた状態で行うことでも、互いの距離を一定に保つことが可能。ただし、一定の距離が保てずに舌尖が時々離れてしまっても、それはそれでゲーム性が味わえて楽しい。

上下、左右、回転の
3種類の舌の動きを
マスターしておく
応用が利くわよ！

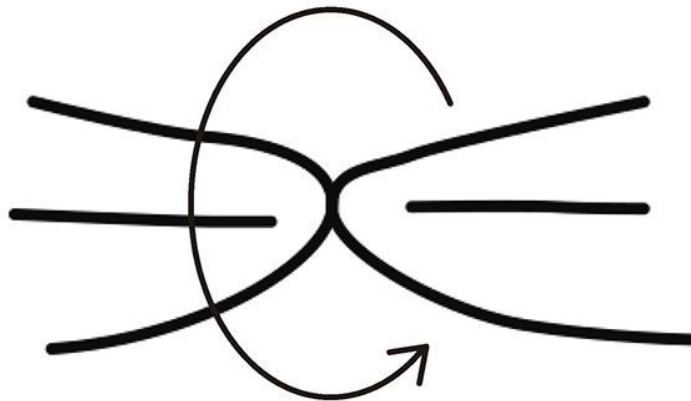


舌の動かし方・基本その1

上下にチロチロと動かす。動かす幅を小さくするほど素早く動かせる。



舌の動かし方・基本その2
左右に水平に動かす。



舌の動かし方・基本その3
クルクルと回転させる。舌先で円を描くイメージで。



03

三点接触

上唇／舌先／下唇の先端でピンポイントに触れ合う

上唇／舌先／下唇の三点を同時に、ピンポイントで接触するキス。

動作の流れは、①お互いに頭を垂直にして正対する。②顔を近づけながらゆっくり目を閉じてゆき、同時に口を開いてゆく。③口を開きながら同時に、互いに舌先を差し出す。④パートナーの上唇には上唇を、下唇には下唇を重ねながら、差し出した舌先でパートナーの舌先に触れる。⑤舌先を動かして刺激し合えば、キスの完成。

②で顔を接近させる際は、顔は傾けず、あくまでも顔は真っ直ぐのままに。

③から④で開く口の大きさは、最終的には3〜4センチ程度。開口幅が最大になると唇同士が接触するタイミングを、ピッタリと合わせるのが理想。

また③〜④で差し出す舌先は、自然に口の外へのぞく程度で充分。極端に長く突き出す必要はない。なお、触れ合った舌先を⑤で動かす

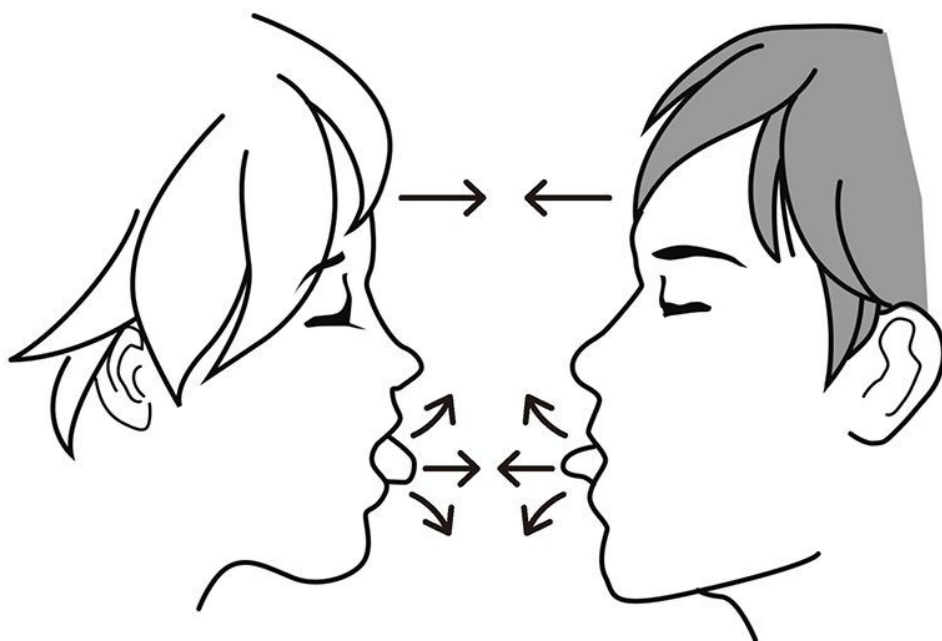
際は、前項〈舌先×舌先〉のスタイルを基に、小刻みに。

一方が他方の唇をこじ開けて行う方法もある。具体的には、①正対し、②お互いに唇を閉じたまま重ね合う。この時、攻撃側は唇をぴったり閉じて受け手側の唇のすき間へ潜り込ませ、受け手側は口元のチカラを抜いて攻撃側の唇が侵入しやすいようにする。③受け手側の口のすき間へ唇を侵入させたら、攻撃側は口を開く。そうして攻撃側は唇で受け手側の口を開くのだ。受け手側はここでも口元のチカラを意識的に抜いて、パートナーの攻めに身を任せる。④攻撃側によって受け手側の唇がこじ開けられたら、互いに舌を差し出し、⑤上下の唇が触れ合う状態を保ちながら舌先同士も触れ合い、完成。

この後、攻撃側はさらに受け手側の唇を開こうとしたり、その逆に受け手側は攻撃側の口を閉じるべく口元に軽くチカラを込めて、攻防戦を繰り広げるのも楽しい。



一方が相手の唇を
こじ開ける
攻撃側×受け手側の
パターンもあるわよ



正対したら顔を近づけ合いつつ、口を開いて舌先を出してゆく。



そして上唇／舌先／下唇の三点で触れ合う。唇が触れ合う瞬間に口の開きが必要最大に達し、同時に必要なだけ舌先が露出しきると、傍目にも美しい。

攻撃側と受け手側に分かれる場合。まず攻撃側（右の人物）が受け手側（左の人物）の唇のすき間へ閉じた唇を侵入させる。



侵入させた状態で攻撃側が口を開き、受け手側の口を割るように広げる。



十分に口が開いたら、お互いに舌先を差し出して触れ合う。





縦スジ

舌表面の中心線をなぞるようにスーッと舐める

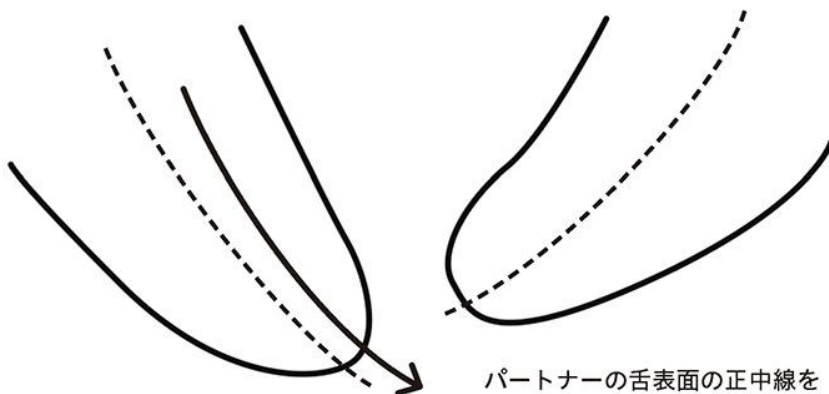
①受け手側が舌を差し出し、②ピンと真っ直ぐ伸ばす。③攻撃側も同時に口から舌を長く差し出し、速度や圧迫力に変化を付けながら、④硬く尖らせた舌先で受け手側の舌表面の中心線をスーッとなぞるように刺激する。

①では、できるだけ長く口の外へ伸ばすよう心がける。舌の露出度が上がれば上がるほど（＝長ければ長いほど）、攻撃側の舌先の移動距離は長くなり、刺激しやすくなる。

②では、前方へ水平に真っ直ぐ伸ばすやり方と、「あかんべー」のように下へ向けて伸ばす方法とがある。

③では、攻撃側は長さにこだわりすぎると舌（とくに根本部分）の柔軟性が落ち、コントロールしにくくなるので注意。

④では、正中線以外の部分へはなるべく触れないようにしながら、なおかつ正中線にもできるだけ狭い面積で触れるよう心がけたい。そのためには舌先をできるだけ尖らせるとよい。



パートナーの舌表面の正中線をスーッとなぞるように舐める。



オーソドックスに口を開けて舌を出す方法。口を大きく開けば開くほど長く、楽に舌を伸ばせるようになる。

舐める際の、攻撃側の動きは2種類。一つは、
《ディープ基本型》のようなオーソドックスな
組み合わせ方で、舌だけの動きでなぞるやり方。
とっかかりの動きや組み合わせ方はオーソドックス
だが、しかし、舌先で探りながらすることに
なるので、どちらかというと上級者向き。相手
の舌も口腔内へ収まったままⅡつまり丸まって
いるので、正中線をなぞりにくいからだ。

そこで初心者におすすめしたいのが、もう一
つの、攻撃側が受け手側の顔に対して横向きに
顔を差し出して、つむじ（脳天）を軸に頭を左
右に回転するように振りながら舐めるやり方。
舌はピンと伸ばしたままで動かさず、頭部だ
けを回転するように動かして正中線をなぞるの
だ。これならばスーッと真っ直ぐ、滞りなく一
筆でスムーズに一直線を描きやすい。

舌の動きをコントロールしやすいため、速度
変化や圧迫力の調整をしやすくなる利点もある。

正面から攻める方法は
上級者向けね



一方、唇をピッタリ閉じた状態
で舌だけを口の外へ伸ばして差
し出す方法もある。人によって
はこちらの方が、半端に口を開
くよりも楽かも知れない。



初心者におすすめの組み合わせ方。攻撃側
は脳天を軸に頭部を回転させるイメージ
で頭を動かす。この時、舌はピンと伸ば
したままで固定しておく。

裏スジ

舌裏面の中心線をなぞるようにスーッと舐める

パートナーの舌裏の、中心を走るラインの上を舌先でなぞるように舐めて刺激する、〈縦スジ〉の裏面バージョン。

①受け手側が舌を差し出して、②ピンと伸ばし、同時に③攻撃側も舌を長く差し出し、速度や圧迫力に変化を付けながら、④硬く尖らせた舌先で受け手側の舌裏の中心線をスーッとなぞるように刺激する、というように流れの基本は〈縦スジ〉と同様。

異なる点は、舌の裏表のほかに二つ。一つは、受け手側の舌の差し出し方。〈縦スジ〉では顔の前方へ真っ直ぐ差し出すが、「あかんべー」をするように下へ向けて伸ばすが、こちらでは鼻の頭を舐める勢いで舌先を突き上げるように舌全体を差し出す。こうすることで攻撃側となるパートナーの方に舌裏が向けられるため、自動的に攻撃側が裏スジを舐めやすくなる。

もう一つの相違点は、二人の組み合わせ方。〈縦スジ〉では攻撃側が受け手側の顔に対して横向

きに顔を差し出す方法もあるが、〈裏スジ〉では対面して受け手側が舌を差し出した時点で、正対する攻撃側に裏スジが向けられているので、攻撃側が頭の角度を変える必要はない。受け手側は舌を突き上げ、攻撃側は舌先を前方にピンと差し出したら、お互いにそのまま顔を近づけ合うだけでよいのだ。

顔面同士が充分に接近して裏スジと舌先が触れ合ったら、あとは速度や圧迫力に変化を付けながら、攻撃側が裏スジをなぞるだけ。

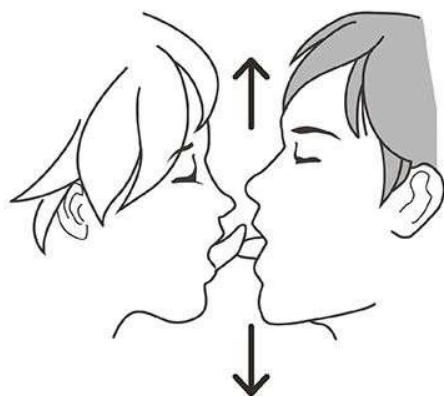
裏スジを舐める際の攻撃側の動きは、舌だけを上下に動かす方法と、舌はピンと伸ばしたまま固定して顔を上下に動かす方法の2種類。

前者の方が細かく素早い動きを実現しやすく、後者はダイナミックな動きになるため淫靡な雰囲気（いんぴな）を盛り上げるのに向く。

ききに顔を差し出す方法もあるが、〈裏スジ〉では対面して受け手側が舌を差し出した時点で、正対する攻撃側に裏スジが向けられているので、攻撃側が頭の角度を変える必要はない。受け手側は舌を突き上げ、攻撃側は舌先を前方にピンと差し出したら、お互いにそのまま顔を近づけ合うだけでよいのだ。

受け手側の舌の出し方も

重要なポイントよ



裏スジのなぞり方・その2

舌はピンと前方へ伸ばしたまま動かさず、そのまま顔を上下に動かしてラインを舐める。



裏スジのなぞり方・その1

舌だけを上下に動かして舐める。





受け手側は長めに差し出しながら、中程から折り曲げて、突き上げるように舌を差し出す。こうすると攻撃側が裏スジを捉えやすくなる。このキスの成否は受け手側の舌の差し出し方にかかっている。

06

オン・ジ・エッジ

正中線や裏スジに次いで敏感な舌の縁を集中攻撃

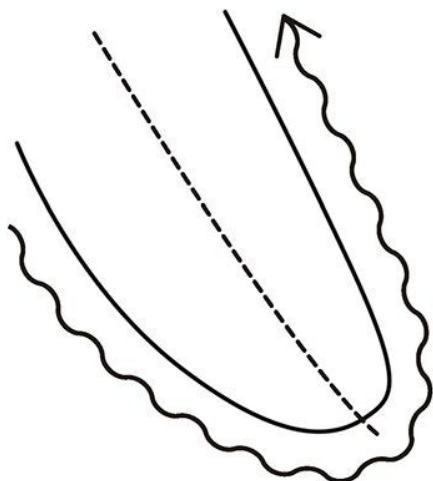
舌の部位の中でも表面や裏面の中心線に次いで敏感な、縁（エッジ）を集中的に刺激するキス。強く触れ合えばいい意味での異物感が、軽いタッチで触れ合うとくすぐったさにも似たエロティックな気分が高まる。

基本のやり方は、①正対して、②お互いに舌を露出し、③攻撃側が舌先で受け手側の舌のエッジをなぞるように舐める、という流れ。

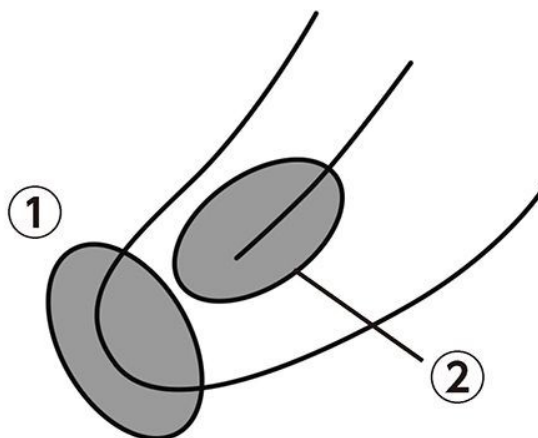
接触面積が狭いほど圧着力は高まり、くっつけてる感が高まる分だけ快感も高まる。

その逆に密着感を高めたいなら、攻撃側は舌先ではなく舌表面の中央部で舐めてもよい。こうすると舌同士は接触面積が広がるだけでなく、勢い顔同士も接触することになるからだ。

お互いに舌を口から露出させ口腔の外ですると、攻撃側は受け手側の舌の縁を確認しやすいという利点があるが、さらなる密着感を得たいのなら、〈ディープ基本型〉の状態で、お互いの舌を口腔内へ収めたままでもいい。



舌の外周部分は意外に敏感。左右はもちろん先から付け根まで、舌全体にあるので攻撃範囲が広いのもうれしいところ。



攻撃側は舌尖（①）で刺激するのがオーソドックスな方法だが、密着感を高めたいなら舌表面の中央（②）で舐めてもいい。

触れ合う強さと面積によって
感じ方がかなり変わるわよ



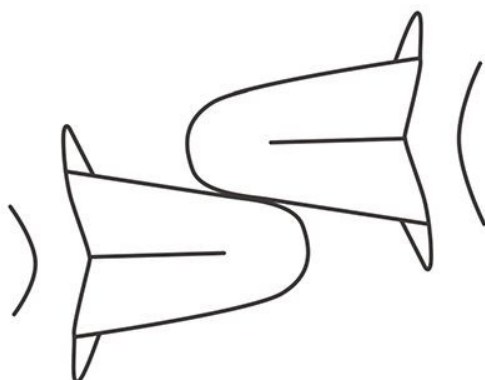
ただし、中である場合、当然目視はできず舌の感覚だけでエッジを捉えなくてはならない難しさがある。縁を的確に捉える感覚が養われるまでは、舌を出して口の外でするとよい。

舌のエッジ同士を擦り合わせるという発展技もある。

攻撃側はパートナーのエッジだけでなく、攻めることで同時に自分自身のエッジをも刺激することになり、縁刺激ならではの快感が双方向的に得られることになる。

この場合、お互いの舌縁は、平行／斜め／直交の、3種類のやり方で擦り合わせることができる。

縁と縁を触れ合わせる方法



その1
平行に触れ合う



その2
斜めに擦り合わせる



その3
直交させる

舌先甘噛み

柔らかい舌の先端をそっと優しく噛んでみる

攻撃側が受け手側の舌先を、軽いチカラでややわたと優しく噛むことで、攻撃側はプルプルと柔らかい舌の感触を、受け手側は軽やかな圧迫感を味わえるキス。

手順は、①正対して、②受け手側が口の外へ舌を差し出し、③攻撃側が差し出された舌先を上下の歯ではさみ、④ややわたと軽く噛む。

攻撃側は、小刻みにアゴを動かして素早く噛んだり、あるいは大きくアゴを動かすことでゆっくり噛んだり、加えるチカラや速度に変化を付けながら行いたい。

また、オーソドックスに①アゴを上下に開け閉めして噛む、というやり方のほかに、②噛み合わせたままアゴのチカラを入れたり抜いたりして噛んだり、③噛み合わせたまま上下のアゴを左右に水平に動かしてこねるように噛む、といったように噛み方を微妙に変えることで変化を付ける方法もある。

受け手側は、舌をできるだけ長く突き出した

い。そうすれば攻撃側が噛みやすくなり、さらに噛む位置（噛まれる位置）にもある程度のバリエーションを付けられる。

このキスでは攻撃側・受け手側の双方とも、首はかしげず、顔は真っ直ぐのままを保つこと。この方がやりやすいうえに、舌と歯先が平面で当たるので、受け手の舌表面に不意なチカラが加わってダメージを与える危険が少ないからだ。

舌は思いのほかデリケートで、またアゴのチカラは意外に強いもの。攻撃手本人にとっては冗談で少々チカラを入れただけのつもりでも、歯の当たり具合によっては簡単に舌が切れて、出血してしまうこともある。

受け手側の舌がダメージを被らないよう、攻撃側は噛む際のチカラ加減に充分注意したい。



柔らかな舌の感触を
存分に味わって♪
噛むチカラ加減には
気をつけてね



受け手側の差し出した舌先を、
攻撃側は軽く前歯を剥き出すよ
うにして優しく噛む。

攻撃側は前歯を軽く剥き出して
噛む以外にも、唇で覆われたま
まの状態で噛むやり方もある。



「噛み合わせたまま上下のアゴを左右に水平に動かしてこねる
ように噛む」とはこういうこと。歯ぎしりするようなイメージ
で下アゴのみを左右に動かすとよい。

密閉デープ

お互いの唇をピッタリとすき間なく重ねて、二人の口腔を外気から完全に遮断された密閉空間にし、その中で舌をからめ合うデープキス。

唇がすき間なく重なることで密着度が高まるのはもちろんのこと、お互いの吐息の温度が外気に触れてクールダウンしてしまうことがないため、その分二人の熱気も高まり、なおかつ唾液が外気に触れないため、オーソドックスなデープキスほどニオイも立ち上らず、普段唾液のニオイが気になる人にも抵抗なくデープキスを楽しめるという利点がある。

唇同士をピッタリと組み合わせるのが、密閉空間を作る最大のポイント。

そのためには、お互いに唇を“鳥のクチバシ”のイメージで軽く突き出すように作る。そうすると、上下とも唇の中央が凸状に突き出て、その分、口角が凹状にへこんだ状態となり、正面から見ると菱形に近い口元となる。

そうしてできた菱形の口元を、お互いに首を

45度ずつかしげて顔面同士が直交する位置で重ねると、一方の凹がもう一方の凸に上手く組み合わせることになる。

具体的には、右に首を傾けた場合、一方（Aとする）の上唇中央先端がもう一方（Bとする）の左の口角にはまり込むと同時に、Aの下唇中央先端がBの右口角にはまり込み、さらに同時にBの上唇中央先端がAの左の口角にはまり込みながら、Bの下唇中央先端がAの右口角にはまり込むことになるわけだ（首を左へ傾けると唇の上下と口角の左右は逆になる）。

菱形の唇がお互いの凹凸を消化しながらキツチリとはまり込むことで、すき間なく唇が重なるのだ。

二人の口腔が密閉空間になったら、あとは〈デープ基本型〉や〈舌先×舌先〉の技を応用して思う存分、舌をからめ合うのみ。



吐息の温度を
逃がさないから
熱気も興奮も
より高まるわよ

1

鳥のクチバシのイメージで、軽く開いた唇を菱形にして口元を作る。



2

お互いに口元を作ったら、双方が45度ずつ首をかしげながら、凹凸がピッタリと合わさるように顔を近づけ合う。

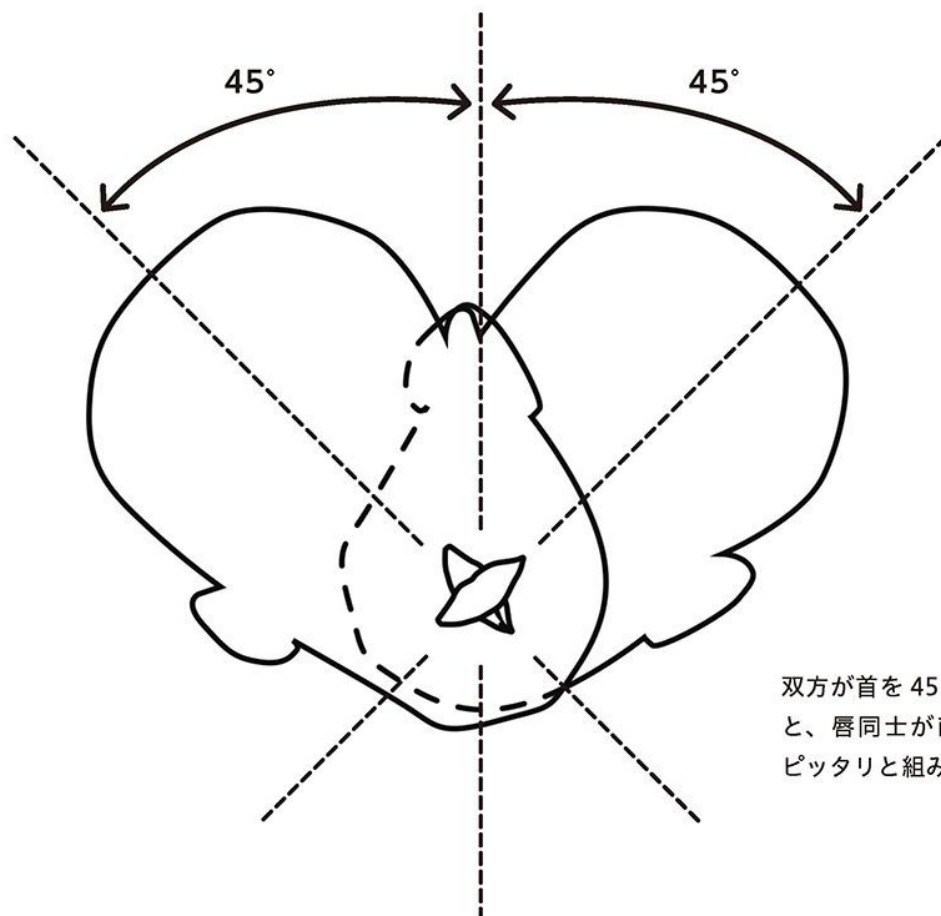
3

凹凸がかみ合って唇がすき間なく重なったら……





あとは密閉空間の中で思う存分、舌をからめ合うのみ。



双方が首を45度ずつかしげると、唇同士が直交して凹凸がピッタリと組み合う。



舌先固定

唇でパートナーの舌先をはさんで押さえ込む

相手の伸ばした舌を歯や唇で軽く噛んで固定したうえで、舌先で舌先をチロチロと刺激するキス。

攻撃側は舌先と唇の先でパートナーの舌の硬さを楽しめ、受け手側は舌先では攻撃側の舌先の硬さを、舌の中央付近ではパートナーの唇の柔らかさを楽しめる。双方が一度で二つの感触を楽しめるのだ。

さらに、攻撃側が受け手側の舌先を押さえ込んでする形になるので、攻撃側はサディスティック（加虐趣味的）な楽しみを、受け手側はマゾヒスティック（被虐趣味的）な喜びを味わうことも可能。

やり方は次の通り。

① 正対する。

② お互いに顔を近づけ合いながら目を閉じつつ、同時に受け手側が舌先を口の外へ差し出す。

③ 顔が十分に接近し、受け手側の唇と触れるまで近づいたら、攻撃側は唇を薄く開く。

④ そのままさらに顔を近づけ合い、薄く開いた唇で受け手側の舌先をくわえる。

⑤ 受け手側の舌先をくわえたら、攻撃側は唇をしっかりと閉じて、パートナーの舌先を押さえ付けるように上下の唇ではさみ込む。

⑥ 唇をはさみ込んだまま（はさみ込まれたまま）で、〈舌先×舌先〉の要領で、舌先同士を擦り合う。

攻撃側はパートナーの舌先をついばんだ状態で、時折、軽く引つ張るのも楽しい。

ただし、強く引つ張りすぎると受け手側がむせたり舌の付け根に痛みを感じたりするので、する際はあくまでもソフトに。



唇と舌先の感触を
同時に楽しみながら
加虐と被虐それぞれの
喜びも味わってみて♪

お互いに顔を近づけ合いながら、受け手側が舌を差し出す。この時、受け手側はできるだけ長く露出するように前方に真っ直ぐ舌を差し出すと、攻撃側は舌をはさみやすい。



攻撃側は差し出された舌先を唇ではさみ込み動きを封じたうえで、舌先を舌先でくすぐるように刺激する。この時、歯では噛まず、あくまでも唇だけではさんで固定する。



舌を引っ張る際は、攻撃側が頭部全体を後ろに引くようにする。

首振り運動

ピンと伸ばした舌を、首の振りだけで擦り合う

舌はピンと硬く、伸ばした状態で固定して動かさず、首の振りだけで、露出させた舌同士を擦り合うキス。

繊細な動きはできないが、逆にすべてのアクシヨンがダイナミックになるので、ワイルドな気分を味わえる。

やり方は、①正対し、②お互いに舌を出す。

③出した舌にチカラを込めて、ピンと伸ばして硬くして、④その状態をキープしながら顔を近づけ合い、⑤舌同士が触れ合う距離に接近したら、首を振って舌と舌をぶつけ合うように擦り合う。

注意点等は、各段階で次の通り。

②舌はなるべく長く出す。このキスでは繊細な動きができないため、露出部分が少ないと“空振り”率が高くなり、人によっては白けたり苛立つたりすることにもなりかねない。

③前方へ真っ直ぐ差し出すようにチカラを入れて、棒のようにピンと舌を伸ばす。舌は硬くす

るほど接触した際の“異物感”が高まり、それだけ楽しさも高まる。が、必要以上にチカラを入れすぎると舌の付け根が痺れて疲れ、ピンと伸ばす状態を持続できなくなる。異物感と持続力をバランスした、ほどほどのチカラの込め具合を見極めたい。

④未接触の段階から首振りを開始すると、接触し始めた瞬間から動きがあるという、意表をつく展開が楽しめる。

⑤首の振りは左右と上下、斜め、回転運動の4種類。それらの動きをランダムに組み合わせながら楽しみたい。

慣れないうちは、一方だけが首を振り、もう一方は首を振らず舌を出して受け止めるというのもあり。

そうしてお互いの間合いや、動きの癖を把握してから、二人で同時に首を動かすキスに進んでもいいだろう。

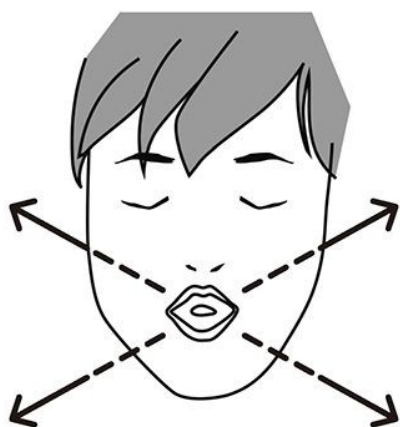


舌同士がランダムに擦れ合う、野性味のあるキスが楽しめるわよ
最初のうちは一方だけが首を振ってもいいわね

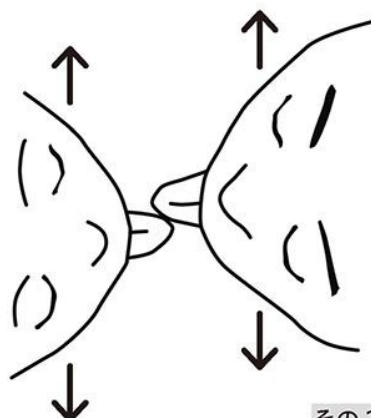
舌はチカラを込めてピンと伸ばす。長く露出した方が接触しやすく、またある程度チカラを込めて硬くした方が接触時の“異物感”もはっきりと楽しめるようになる。



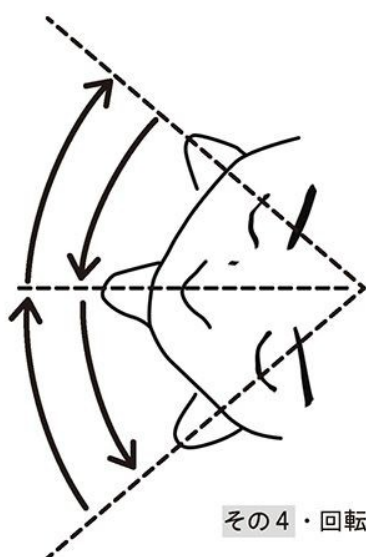
首の振り方4態



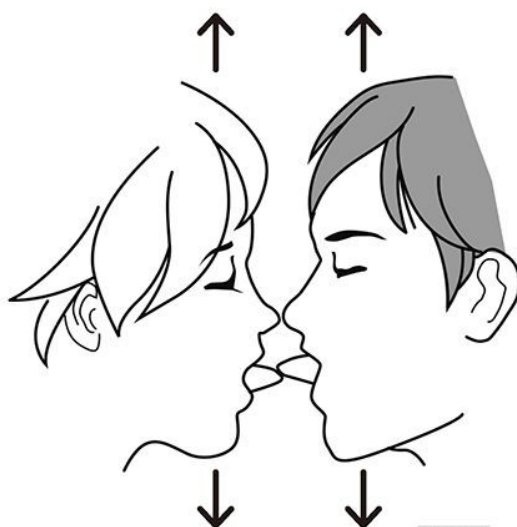
その3・斜め



その1・左右



その4・回転



その2・上下

11

歯列なぞり

粒だった歯並びの、小さな段差を舌先でなぞるように撫でる

舌先で歯の表面をなぞるように撫でることで、歯並びの段差を楽しむキス。

手順は次の通り。

①正対し、②目を閉じながら顔を近づけ合い、同時に唇を薄く開いてゆく。③顔同士が十分に接近したら、そのまま唇を重ね、④唇が密着したら攻撃側のみが舌先を差し出し、⑤受け手側の口腔内へ差し入れ、⑥歯の表側を舌先でなぞるように舐めて、キスの完成。

①から③までの前半は〈ディープ基本型〉とほぼ同じ。異なるのは後半、このキスでは舌先をパートナーの口腔内へ差し入れるのは一方のみとなる点。

〈ディープ基本型〉とはまったく異なる、〈歯列なぞり〉の方法もある。

やり方は、①正対して、②目を閉じながら顔を近づけ合い、同時に唇を薄く開いてゆく。③ある程度、顔同士が接近したら攻撃側のみが舌先を差し出し、④受け手側の口腔内へ差し入れ、

⑤歯の表側を舌先でなぞるように舐めて、完成。こちらのスタイルでは、顔や唇を触れ合わずのままの状態では歯列だけを舐める（舐められる）のがポイント。

攻撃側がやりやすいよう、歯を剥くように唇を開いてするのもいいだろう。歯を剥くようにして露出する際は、上下の歯を噛み合わせているとさらにやりやすくなる。

よりよいキスを目指すなら、攻撃側はゆっくりと舌先を動かしたい。そうすると歯列の段差をよりはっきりと確認できるからだ。

歯列をなぞる際は、アゴを開いた状態で上の歯並びと下の歯並びをそれぞれ別々に舐めてもよいし、受け手側に上下のアゴを閉じてもらい、上下一緒に舐めてもよい。

閉じた状態で上下一緒に舐めると、上下の噛み合わせの段差をも楽しめる。



ゆっくりと舐めれば
歯並びの段差を
より感じられるわよ

攻撃側が伸ばした舌の先端で、
パートナーの自然に閉じた歯列
をなぞるように舐める。



受け手側は上下の歯を軽く開
けていてもよい。開いていれ
ば攻撃側は、上下それぞれ
別々に舐めることになり、動
きに変化が付く。

受け手側は攻撃側がしやす
くなるよう、唇を剥くように開
いて歯列を露出してもよい。
その際は上下の歯を噛み合
わせて閉じると、歯列の露出が
増す。



歯茎舐め

ツルツルと滑らかな歯茎の感触を舌先で楽しむ

攻撃側が舌先で、受け手側の歯茎や唇内側の粘膜を舐めるキス。

攻撃側はツルツルと滑らかな歯茎の感触を舌先で楽しめ、受け手側は敏感な歯茎を刺激された時だけに発生する、くすぐったいような独特の気持ちよさを味わえる。

やり方は、①正対して、目を閉じながら徐々に顔を近づけ合う。②顔を近づけ合いながら、お互いに薄く唇を開いてゆく。③顔同士が充分に接近したら、そのまま唇を重ねる。④薄く開いた唇から、攻撃側のみパートナーの口の中へ舌先を差し入れる。⑤攻撃側は舌先で、パートナーの歯茎の表側と唇内側の粘膜とでできたポケットへ、舌先を差し込む。⑥攻撃側がポケットを探るように差し込んだ舌先を動かす。これでキスの完成。

①③で顔を近づけ合う際は、首をかしげても顔を真っ直ぐにしたままでも、いずれでも可。ただし、一方が傾けたら他方も傾け、一方が真っ

直ぐのままなら他方も真っ直ぐのままだと、二人の首の角度は同調させるのが原則。

また、④の時点では、受け手側は舌を動かさず大人しくしている方が、攻撃側がやりやすくなるが、攻撃側がポケットへの差し込みを完了した⑤⑥の段階では、受け手側も舌を差し出して攻撃側の舌にからませるなど、積極的に舌を動かしてみたい。

このキスは当然、上アゴと下アゴの両方へ行うことが可能。

はじめのうちは舌先を差し込みやすい上アゴの前歯周辺から馴らしてゆき、習熟するに従って下アゴの前歯周辺、さらに上アゴの奥歯方向、下アゴの奥歯方向と、行動範囲を広げてゆくとういだろう。



舐められる側は
くすぐったいような
絶妙な気持ちよさを
味わってみて

アミかけしてある部分が
“ポケット”。



攻撃側はパートナーのポケット
へ舌先を差し込んで、探るよう
に舐める。

下アゴのポケットを舐める際
は、攻撃側はアゴを引き、や
や下向き加減になって舌を下
ろすとやりやすい。



リードする方／される方・判断方法

技法によってはスムーズにキスを進行するため、リードする方（攻撃側）とリードされる方（受け手側）とを明確にしておく必要がある。先に顔を近づけ始めたり、パートナーの後頭部に手を添えて頭を引き寄せたり、またパートナーのアゴを指先で持ち上げたりすることで、攻撃側はリードする意志を表明できる。逆に、目を閉じて閉じた唇を突き出しキスを求めれば、受け手側となることができる。



パートナーのアゴ下へ人差し指を添え、キスしやすいように顔の角度を調節したり、顔を引き寄せたりすれば、攻撃側となる意思表示にもなる。人差し指だけでなく、人差し指と親指でアゴ先を軽く摘んで持ち上げるのでもよい。



パートナーの後頭部を自然に開いた手のひらで包み込むように触れて、



そのまま頭を引き寄せることでも、主従関係を明確化できる。



閉じた唇をパートナーに向かって突き出すようにアゴを持ち上げると、積極的に受け手側であることを表明できる。このとき目を閉じるとより効果的。

第3章

ギミック系

ランデブー

長い食べ物の両端から少しずつかじり合いながら接近遭遇

1本の Pasta や野菜スティック、グリコのチョコスナック（ポッキー）のように長い食べ物を、両方の端からお互いにそれぞれ食べ進みながら顔を近づけ合い、最終的にそのまま成り行きで唇を重ねるキス。

唇の触れ合う “ランデブー・ポイント” へたどり着くまでのドキドキ感を楽しめると同時に、「真ん中よりこちら寄りだった（つまりパートナーの方が多く食べた）ので、パートナーの方が焦っていた」などと相手をからかってみたりと、かじってゆく速度を調節することで、接触位置の駆け引きを楽しむこともできる。

やり方は、①まず1本のポッキーや Pasta（茹でてあるもの）など、長い食べ物を用意する。②お互いにそれぞれの端をくわえて、③スタートの合図とともに、両端からそれぞれかじり始める。④かじり合って接近し、⑤食べ物がなくなつて自動的に唇が触れ合ったら、終了。

①で用意する食べ物は、長ければ長いほど楽

しめる。

②や③で食べ物をホールドする際は、歯で噛むのではなく、必ず唇先端でついてもよいにする。唇でホールドすれば、先端をかじって少しずつ削り取っても食べ物が口から脱落しないからだ。歯で噛んでホールドしていると、かじり取った時に食べ物が脱落しやすく、最終段階の⑤に到達できない事態にしばしば陥ることになる。

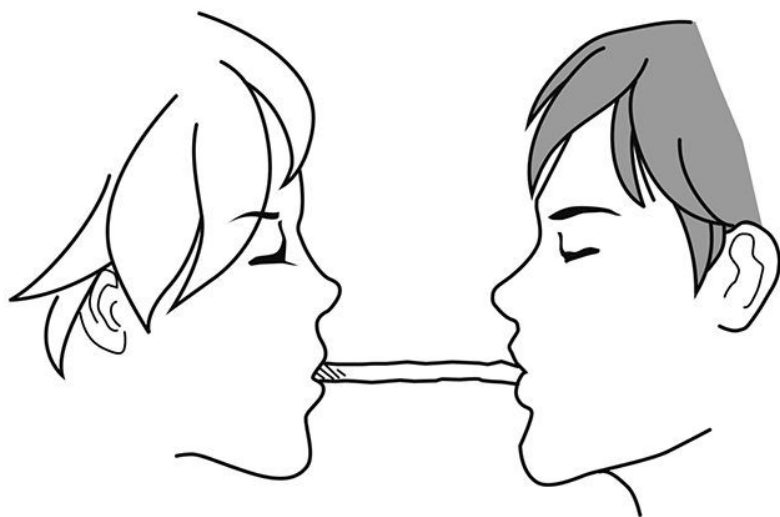
④ではお互い焦らし合うように、少しずつかじってゆくのが理想。ドッキング地点に到達するまでに時間がかかればかかるほど、それだけ気分も盛り上がる。

⑤で唇が重なったら、そのまま別のキスになだれ込んでよいだろう。

ディープ系のキスに展開するならば口の中の食べ物は完全に嚥下（えんか）しておきたいが、あえて飲み下さずに（物体口移し）（74ページ参照）になだれ込むのもいいだろう。



ゴールしたあとに
食べているものを
口移しするのも
刺激的ね♪



1

長い食べ物の端をくわえて、



2

少しずつ食べながら顔同士を
近づけ合い、

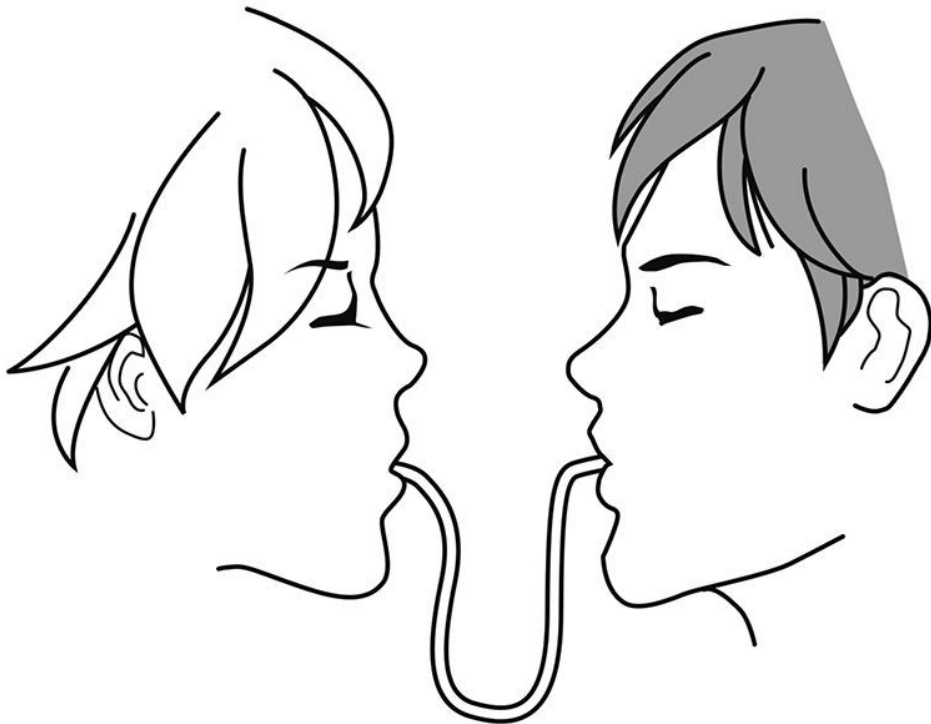


3

食べ物がなくなった時点で、
自然に唇を重ね合う。



食べ物は歯ではなく唇でつまむようにホールドする。歯はあくまでも食べ物を削り取るために機能させる。



茹でたてパスタのように柔らかい物の方がホールドしにくい分、難度は高い。「ドッキング前に食べ物を落としてしまったら、先に口から食べ物を離してしまった方の負け」とか「食べ物を手で支えるのも違反」とかとルールを定め、違反を犯した際の罰ゲームなどもあらかじめ決めておけば、“試合”はさらに盛り上がる。



メンソール配合のキャンディーやタブレットを舐めながらキスすることで、「スーツ」と気持ちいいメンソールならではの清涼感や爽快感を取り入れたキス。

手順は次の通り。

- ①どちらか一方、あるいは両方がメンソール入りのキャンディーやタブレットを口に含む。
- ②キャンディーやタブレットが溶け出して「スーッ感」が味わえるようになったら、ディープ系のキスをする。

以上のようにシンプルそのもの。

双方がキャンディーやタブレットを舐めるとメンソールの絶対量が増えるので、それだけ清涼感や爽快感は高まるが、どちらか一方だけが舐めれば舐めていない方は意外なスーッ感を味わうことになり、驚きと楽しみが高められ、それはそれで楽しいもの。

メンソール製品を舐めながら行うキスは、(第3章・ディープ系)で紹介するキスのいずれか



時折、唇のすき間を広げて、そこから外気を取り入
れると涼しいくらいのスーッ感を味わえる。

がベスト。特に、一方だけがキャンディーやタブレットを舐めて行う場合、舐めている方のメンソールを含んだ唾液が舐めていないパートナーの舌や唇、口腔粘膜に付着しなくては、舐めていない方は清涼感を楽しめないからだ。

また、メンソールはその性質上、外気に触れる面積が広がるほど清涼感がアップするので、キスをする際は口を密閉しないよう心がけ、むしろ時折、重ねた唇のすき間から外気を吸引したり、途中で〈舌尖×舌尖〉をはさむなどしたりして、意識的に唾液に濡れた粘膜や舌を外気に触れさせたいものである。

スーッとした感覚は
やみつきになるかも



キャンディーが大きくて舐めきらずに残っている場合、舌の裏側へ収納してキスをする方法もある。清涼感が落ち着いたらその都度、舌の上へ戻して唾液にメンソール成分を溶かし出せば、長時間スーッ感を楽しめる。

03

物体口移し

一つの食べ物をお互いの口へ転がし合って移し合う

固形の食べ物をパートナーへ、口移しで渡し合うキス。

口や舌で扱いやすいコンパクトな食べ物で、なおかつ、しよっぱい味の物よりも甘い物から始めると、抵抗なく楽しめるだろう。

具体的には、氷やアイス（グリコ〈アイスの実〉がオススメ）、生クリーム、マシュマロ、グミ、チョコレート（板チョコを割った物でもいいが、オススメは一粒ずつ丸められたアーモンドチョコレートの類）、イチゴをはじめとする小粒のフルーツ……などがそれ。

口移しをする際は、顔を傾けて自然に落とすか、舌で押し出す動作が基本となる。

応用技として、パートナーの口腔からバキュームで吸い出したり、カタパルトよろしく勢いを付けてパートナーの口の中へ送り出す方法もあるが、吸い出す場合も吹き出す場合も、勢い余って食べ物が自分やパートナーのノドへ飛び込んで詰まったりしないよう、かける圧力

と勢いには十分に注意したい。

慣れてきたら一つの物を行き来させるだけでなく、双方がそれぞれ一つずつ口に含んで、同時に交換し合う技にも挑戦してみたい。

その際、オレンジとグレープフルーツ、イチゴとパイナップル、またビターチョコとホワイトチョコ、生クリームとバニラアイスのように、ミックスされることで新たな味わいが生まれるようにお互いの口に含む食べ物を、マッチングを考慮した上でチョイスすると、世界は広がる。

さらに超上級者向けとして、〈ランデブー〉からこのキスになだれ込む方法もある。

歯で削り取ったポッキーやパスタを飲み込まず、口の中へ溜めておき、トロトロの状態でパートナーの口腔内へと流し込むようにして交換し合うのだ。

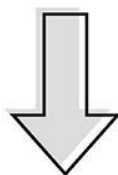


洋画のキスシーンを
彷彿とさせる
エロティックな
キスで興奮を高めて



基本動作・その1

顔を傾けて自然に落とす：食べ物を含んだ方（＝送り出す方）が下向きに口を開き、そのさらに下で受け止める方が口を開いて待つ。

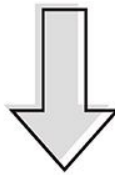


食べ物は万有引力の法則に則り、自然と落ちることで口腔間を移動する。この時、送り出す側は食べ物を置いた舌の傾斜を変えることで、落ちる角度を微調整すると、パートナーの開いた口へ食べ物をキレイに落とすことができる。この動作では、食べ物の状態にもよるが基本的にはゆっくりと落ちるので、待ちかまえる方はドキドキ感も高まるだろう。



基本動作・その2

舌で押し出す：縮めた舌の先端へ食べ物物を配置して、



舌を伸ばす動作でパートナーの口腔へ食べ物物を押し出す。この時、唇（特に下唇）はなるべくすき間のないようにピッタリと密着させておく。また送り出す方は食べ物だけでなく舌ごとパートナーの口腔へ入れると、口の横から落ちることのないキレイなパスがキメられる。



04

スクイーズ

二人の口で押し合って間にはさんだ果実を絞る

二人の口の間に果実をはさみ、果汁を絞り出すように両側から圧迫するキス。

①どちらか一方が薄く開いた唇の先で果実をくわえ、②その状態でパートナーと正対し、③ゆつくりと顔を近づけ合う。④顔を近づけ合いながら果実をくわえていない方も薄く唇を開き、⑤くわえていない方の唇にも果実が触れたら、そのまま二人の唇でジュースを絞るように果実が崩壊するまで圧迫する。

①④ではお互いに果実をくわえずに、顔を近づけ合う際や、すでに別のキスをしている最中に、どちらかが手で二人の唇の間に果実を装填するのでもかまわない。

また、⑤ではお互いが顔でパートナーの顔を押しように果実を圧搾するほか、押し合いながら同時に唇で「の」の字を描くように頭部を動かしても楽しい。

この時に注意したいのは2点。果物を歯で噛み砕かないことと、圧搾中に落とさないこと。

そうしてフルーツが充分にほぐれたら、崩壊した果実を用いて〈物体口移し〉キスに移るのもよいだろう。

使用する果実としては、イチゴや巨峰、マスカットといった小さな粒状のフルーツのほか、袋を剥いた一房のオレンジやグレープフルーツ、適度な大きさに角切りにしたマンゴーやパパイヤなども向いている。

このキスでは果汁でお互いの口元がベタベタになることは避けられないが、口の周りに付いた果汁をすすり合ったり舐め合ったりすれば、さらに盛り上がるので、果汁をたっぷり含んだフルーツを選びたい。

ただし、フルーツは個体差が激しく、物によっては意外に硬くつぶしにくいので、十分に熟した物をチョイスしたい。プチシュークリームやマシユマロといった柔らかい物で馴らしてゆくのもいいだろう。



果汁でベタベタになった口元を舐め合うのも興奮するわよ



一方が口にくわえた状態から始める場合、くわえる方はフルーツなどを歯で噛まずに軽くくわえて保持する。



二人の唇と唇でギュッと押し付け合うようにして、フルーツなどを圧迫する。受け手側も薄く口を開いておくと、果汁が口の中に流れ込むので、口元がベタベタになりすぎずによい。

吸引&送風

パートナーの吐息を吸ったり、こちらの呼気を送り込んだり

パートナーの口腔内の空気を吸い出したり、その逆にパートナーの口腔に呼気を吹き出すようにして送り込んだりすることで、お互いの息を最大限に感じ合うキス。

① 正対し、② お互いに顔を近づけ合いつつ、同時に目を閉じながら口を薄く開いてゆく。③ 顔同士が接近したら、そのまま薄く開いた唇同士を重ね、④ 唇と唇を触れ合ったままでパートナーの口の中の息を吸い出したり、あるいはパートナーの口の中に息を吹き込んだりする。

①②③は「ディープ基本型」と同じ。それゆえ、③や④の段階ではパートナーの口の中へ舌を差し入れたり、あるいは二人で舌をからめたりしてもよい。ただし、舌を長く差し出した状態では息を吸ったり、吹いたりするのは若干難しくなる。風圧や息の方向を微調整しながら、吸い出したり吹き込んだりするなら、少なくとも吸引や送風をする瞬間だけでも舌に込めた力を一旦ゆるめるとよい。こと送風時は、舌の形



＜ディープ基本型＞のように、薄く開いた唇同士を自然に重ね合いながら、優しく吸引する。



送風する場合も＜ディープ基本型＞のように自然に唇を触れ合わせ、軽やかに息を吹き込む。「フーッ」と一息長く送り込んだり、あるいは「フッ、フッ、フッ……」と連続して小刻みに送り込んだりと、リズムに変化を付けてもいい。

を変えることで呼気の吹き出し方向をコントロールすることになる。舌をからめたまま唇の形を変えて送風方向をキめる方法もあるが、第三者から見るとその顔は決して美しいものとは言えないので注意。

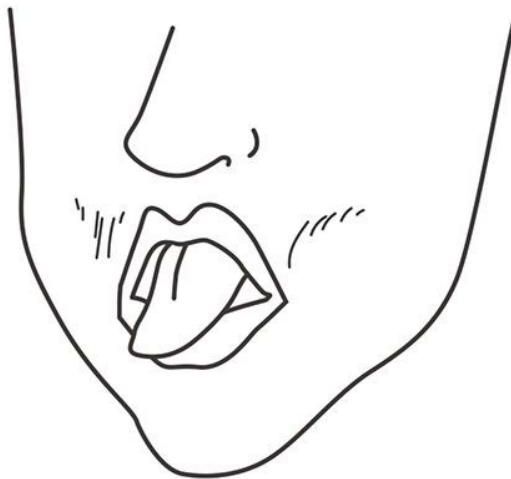
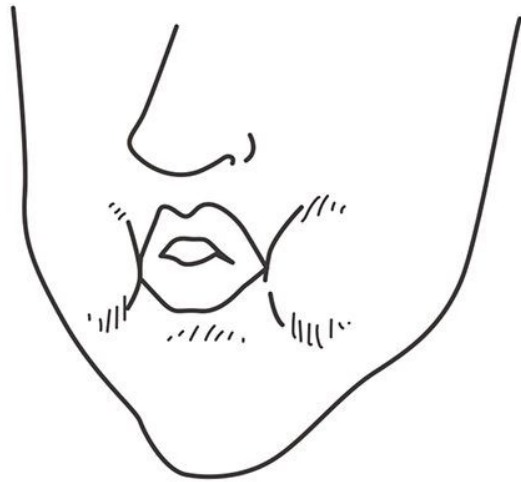
しかし本当に注意したいのは、吸引も吹き出しも、ともに強くやりすぎないこと。特に〈密閉ディープ〉のようにお互いの唇をすき間なくピッタリ密着させた状態で、強く息を吹き込んだり吸ったりすると、呼吸器系や耳、鼻などに大きなダメージが加わる可能性もあるので、絶対にしてはいけないこと。

このキスは、あくまでも軽く優しく。お互いの唇はあえてすき間が広めに開いていた方が、安心してキスに没頭できるだろう。

吸う・吹くのどちらも
ソフトに行ってね



吸引／送風ともに、唇をすぼめると空気の流れは細く鋭く、口を（特に横方向に）開き気味にすると広く緩やかになる。



舌を雨どい状に丸めて、口腔の手前や奥、側壁や舌の上などと、ピンポイントに狙いを付けて送風する方法もある。

ねじ込みドリル

一方の閉じた唇のすき間へ、もう一方が舌の先をグリグリとねじ込むキス。

やり方は次の通り。

- ①お互いに唇を閉じて正対する。
- ②受け手側となる方は、目を閉じてゆく以外はそのまま微動だにせず、攻撃側のみが目を閉じながら相手に顔を近づけてゆく。
- ③攻撃側はパートナーの顔に接近しながら、少しずつ舌を出してゆく。
- ④充分に距離が詰まったら、攻撃側は舌先を受け手側の唇のすき間へねじ込む。

み合わせて、侵入ゲームを楽しみたい。
受け手側は自然に唇を閉じるのもよいが、攻撃側の舌がすんなりと入れないよう、唇にチカラを込めてギュツと閉じると、ゲーム性が増してより楽しい。
唇にチカラを込めるほかにも、攻撃側の舌先から逃げるように唇をひねったり、入り込みつつある舌先を排除するように動かしたりと、攻撃側の侵入を阻む動きをすることで、長期攻防戦を楽しんでもいいだろう。
入れる方も入れられる方も、攻防戦を楽しんだ後には「ヌルリ」と舌が入り込む独特の触感を味わえることだろう。

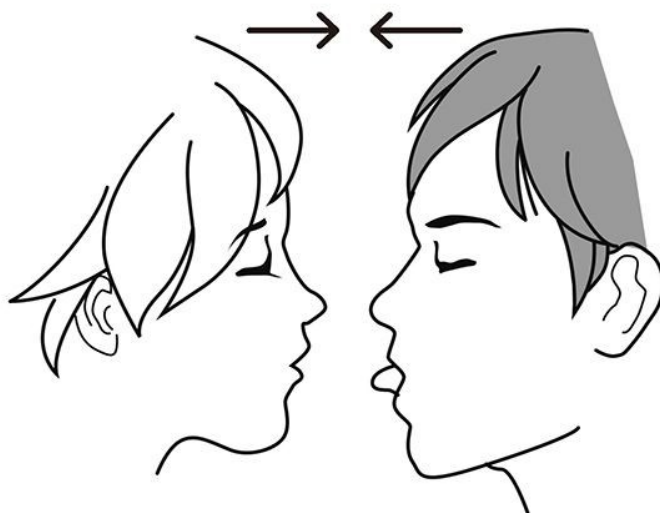
また、舌を軸に顔を回転させるように動かすと、舌先がドリルのような動きとなり、ガツチリと堅牢なまでに閉じられた唇でも割り入りがよくなる。

ほかにも、上下に波打つように舌自体を動かす手もある。回転ドリル運動と波打ち運動を組



受け手側が唇に
チカラを込めて
ガードしても
盛り上がるわよ

攻撃側のみが舌先を出し、受け手側（防御側）は自然に口を閉じたまま、顔を近づけ合う。



攻撃側の舌先が受け手側の唇に触れたらゲーム開始！ 受け手側はグッと口を食いしばって防御力を高めても楽しい。



舌先が割り入ったらゲーム終了。そのままディープ系キスに流れるもよし、再び離れて第2試合に臨むもよし。



攻撃側は硬く尖らせた舌先を、波打つように動かすと割り入りやすくなる。

液体口移し

一口分の液体をお互いの口へ転がし合って移し合う

飲み物を口移しで飲ませたり、受け渡し合うキス。

一方、あるいは両方が飲み物を口に含み、①首をかしげて自然に流したり、あるいは②吹き込むようにしてパートナーの口へ移してゆく。

①では互いに顔を地面と水平にして上下に重ねて「高きから低き」へ自然に流れるように落とすほか、顔を真っ直ぐに立てたまま上下に少しだけずらし、高い方が舌を谷折り（断面がV字になるよう）にして自然に流し落とす方法がある。

②は唇を軽くすぼめて液体を吹き付けるのだが、水圧をあまり強くしすぎると、受け手側のノド奥へ液体が飛び込んで、パートナーがむせてしまうので注意したい。

使用する飲み物は、暖かいものよりも冷たいものの方が抵抗なくできるだろう。また、長時間やっているとうるまくなったり、唾液が混ざって粘度が増したりして、人によっては飲み込むの

に抵抗感が湧いてしまうもの。

何度か交換し合ったら、いずれか、あるいは双方で分け合って飲み込んで、新たなドリンクに替えたい。

それぞれが別々のドリンクを口に含み、交換し合いながらミックスして、新たな味を作るのも楽しい。

カシス酒とオレンジジュースでカシス・オレンジを、ウォッカとグレープフルーツジュースでモスコミュールを……と、二人の口でカクテルを作るのもいいだろう。

このときに注意したいのは、口に含む分量。二人でお互いに口に含むのでミックスしたときの量が多くなりがちで、あまりに多いと口からこぼれてしまうことにもなる。

それはそれで意図的にするのなら楽しいが、こぼしたくないのであればミックスしたときの分量を考慮して最初に口に含む量を見定めたい。



お酒が呑める二人なら
共同でカクテルを
作るのもアリね



受け渡し方・その1
首をかしげて自然に流す



受け渡し方・その2
吹き込むようにして移す



受け渡し方・その3

顔を真っ直ぐに立てたまらずに、この場合、お互いに下唇を突き出し気味にしておくと、口の外へこぼさずに移すことができる。



応用技として、ジュースなどを用いずに唾液だけを交換し合う方法も。ポイントはキレイな唾液をたっぷり出して、口内へ溜めること。事前に水分をたっぷり摂ったうえで、直前にレモンなどの酸味の強い柑橘類を一舐めすると、サラサラと粘度が低くフレッシュな唾液が大量に分泌される。柑橘類を舐めなくとも、レモンや梅を思い描くだけでも効果あり。



姿勢・体勢：応用篇

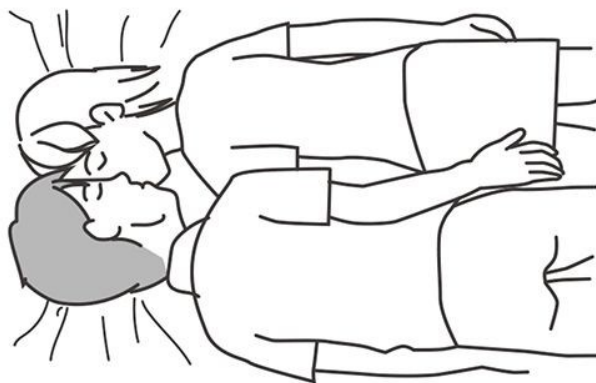
正対せずともキスはできる。非正対型の代表例は後背型。一方がパートナーを背後から抱きすくめ、抱かれた方は首をひねって後ろを向きキスをする。この形態は後背位で交接中にも応用できる。また、うつぶせや仰向けに横たわった状態でもキスは楽しめる。双方が横たわりつつ、首だけをパートナーのいる方へ90度向けて、唇を重ね合うのだ。この方法はベンチなどに横並びに座った状態でも可能。

後背型キス。抱っこちゃんスタイルからキスになだれ込むのに最適な形態。首の動きが制限されるためできるキス技は限られてくるが、身体の密着面積は圧倒的広さを誇る。



顔同士だけが重なるように側臥して（横向きに寝そべて）キスする方法も。これなら<顔面69>（112ページ参照）も楽にこなせる。

双方が寝そべった状態で、首だけをパートナーのいる真横に向けてキスをする。うつぶせでも仰向けでも可能で、なおかつ一方が仰向けでもう一方がうつぶせという変則的状态でも楽しめる。



ベンチなどへ横並びに座った状態で、首だけをパートナーのいる真横へ向けてキス。会話からキスになだれ込む際に使える。

縦一列にうつぶせに寝そべて、首だけを起こしてキス。青空の下、芝生の上ですれば青春の薫りが。



正対した状態でも変則的な雰囲気は味わえる。一方が真上を向き、そこにもう一方が顔をかぶせるようにしてキスをするのだ。身長差の大きいカップルならそのまま、そうでなければ一方がつま先立ちをしたり背伸びをしたり、あるいは足元の段差を利用したりして行くとよい。



第4章

超 デ ィ ー プ 系

01

数の子天井

くすぐったさに敏感なザラザラとした上アゴを舌先で刺激

一方が舌先で、パートナーの上アゴ天井部分をくすぐるように刺激するキス。

数の子のようにザラザラとした上アゴの天井粘膜は、くすぐったさに敏感な部分。刺激される受け手側はくすぐったさやムズ痒さ^{がゆ}に起因するセクシーな気分を味わえ、攻撃側は舌先でザラザラつぶつぶとした天井部分独特の触感を楽しめる。

流れとしては、①正対し、②ゆっくりと顔を近づけ合いながらお互いに同方向に20度から45度首をかしげる。③首をかしげながら目を閉じつつ、同時に口を少しずつ開いてゆき、④顔と顔の距離が詰まったら、開いた状態の唇を重ね合う。開始からここまでは〈ディーブ基本型〉と同様。

異なるのは、ここから先。開いた唇を重ね合ったら、⑤攻撃側のみがパートナーの口腔へ舌を差し入れ、⑥差し入れた舌先で攻撃側は、パートナーの上アゴ天井部分を舐める。これでキス

の完成。

⑥では、攻撃側は舌先をスプーン状か上向き^{かき}の鉤状にすると、天井部分を無理なく舐めやすい。このとき、舌先にチカラを込めて硬くしておくと、受け手側への刺激も強くなる。舌先が天井部分に触れたらあとは、ときに強く・激しく・素早く、ときに優しく・微かに・ゆっくりと、舌の動きにメリハリを付けながらさまざま刺激を繰り返す。

上アゴ天井部分は一般的に、手前の歯列側よりも奥まった部分ほど敏感で、くすぐったさも増すもの。敏感な部分を刺激するなら、舌をピンと伸ばすだけでなく、唇をギュッと押し付け合うように密着すると、より奥の方へ舌先が届きやすくなる。

ただし敏感な部分を強く刺激しすぎると、受け手側がむせたり吐き気を覚えたりすることもあるので、奥を舐めるなら、あくまでもソフトに優しく。



上アゴの奥は
強く刺激しないように
やさしく舐めてね



オーソドックスなディープキスの体勢から、攻撃側は舌先を受け手側の上アゴ天井部分へ伸ばし、くすぐるように舐める。



攻撃側は舌先をツンと上へ突き上げるイメージで舌を伸ばす。

蜜壺攪拌かくはん

舌の下に隠された柔らかい蜜壺を舌先でかき回す

一方が舌先で、パートナーの舌の下にある下アゴの凹み部分をかき回すキス。前項〈数の子天井〉の下アゴ版とも言える技法。

下アゴの“蜜壺”部分は上アゴ天井部分と同様、くすぐったさに敏感な部分だが、触感是对照的でフルフルと限りなく柔らかく、攻撃側は舌先で粘膜の柔らかさを楽しめる。

蜜壺には通常、唾液が溜まっているため、動作時の滑らかさも上アゴ部分よりも高い。

やり方は、①正対して、②ゆっくりと顔を近づけ合いながらお互いに同方向へ20度から45度首をかしげ、③同時に目を閉じながら口を少しずつ開いてゆき、④顔と顔の距離が詰まったら、開いた唇を重ねる。ここまでは〈ディープ基本型〉や〈数の子天井〉と同様。

薄く開いた唇を重ね合ったら、⑤攻撃側のみがパートナーの口腔へ舌を差し入れ、⑥差し入れた舌先をパートナーの舌の下へ潜らせ、⑦舌の下の凹みを攪拌するように舌先で刺激する。

これでキスの完成。

後半も、攻撃側の舌先の攻撃箇所が異なると、基本的には〈数の子天井〉と同じ動作となる。

⑥や⑦で攻撃側が舌先にチカラを込めて硬くしておく、受け手側への刺激も強くなる点や、ときに強く・激しく・素早く、ときに優しく・微かに・ゆっくりと、舌の動きにメリハリを付けるとよい点も同様。

〈数の子天井〉と異なるのは、首の角度と舌の形。

唇を重ね合う際、攻撃側は受け手側の顔に対してやや下向き加減になると、舌に過度の負担を覚えることなく、下アゴの凹みを攻められる。差し込む舌はブリッジ状に反らせたうえで、舌先だけをツンと上向きにすると、蜜壺をほじくりかき回すのにベストな形状となる。



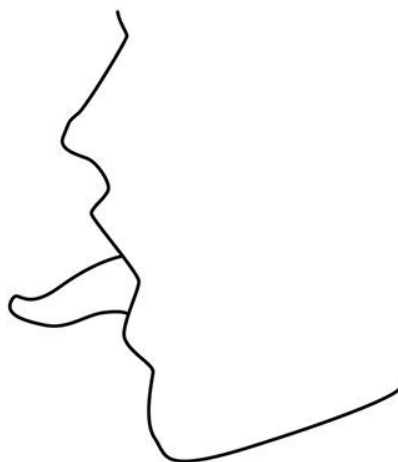
上アゴの天井と
対照的なソフトで
トロリとした感触を
楽しめるわよ



受け手側の舌の下にある凹みに、攻撃側が舌先を潜り込ませる。



受け手側は顔を垂直にしたままで、攻撃側は下向き加減にするとやりやすい。



攻撃側は舌全体をブリッジ状に反らせたうえで、舌先のみをツンと上向きにするイメージで舌を硬くすると、蜜壺をかき回すのに最適な形となる。

ほほ裏粘膜

裏側から持ち上がる柔らかいほほ肉の下に感じる舌の硬さ

一方がパートナーの口腔内へ舌を差し入れて、ほほの裏側に当たる部分の粘膜を、内側から舌先で撫で回すように舐めるキス。

やり方は、①正対して、②ゆっくりと顔を近づけ合いながら首を傾けつつ、同時に目を閉じながら口を薄く開いてゆき、③顔同士の距離が詰まったら、そのまま唇を重ね合う。開いた唇を重ねたら、④攻撃側のみがパートナーの口腔内へ舌を差し込み、⑤舌先でパートナーのほほ裏に広がる粘膜を舐めて刺激する。

かしげる首の角度は一人当たり45度、つまり二人の顔が直角に交わる状態で唇を重ね合う。そうすれば攻撃側は舌を自分の顔に対して真上の方向へ持ち上げるだけで、自動的に無理なくパートナーのほほ裏粘膜に舌を触れることができるからだ。

舌の形状に無理がかからなければ、当然、舌の動きもスポイルされることなく自由になる。普通に舌を伸ばすだけだと、唇の端から2〜

3センチ奥を舐める程度に留まるが、舌をピンと思いきり伸ばしつつ唇同士を強く密着させると、ほほ裏の中央付近まで舌先を届かせることが可能となる。

お互いの顔をずらしながら唇を重ねると、さらに、攻撃側の下唇が受け手側の口角ギリギリに引っかかるあたりにまでと、ほほ裏のより深い位置まで舌先を侵入させられる。

攻撃側はほほ裏粘膜を撫でるように舐めるほか、パートナーのほほを内側から舌先で突き上げて、盛り上げる動きもしてみたい。

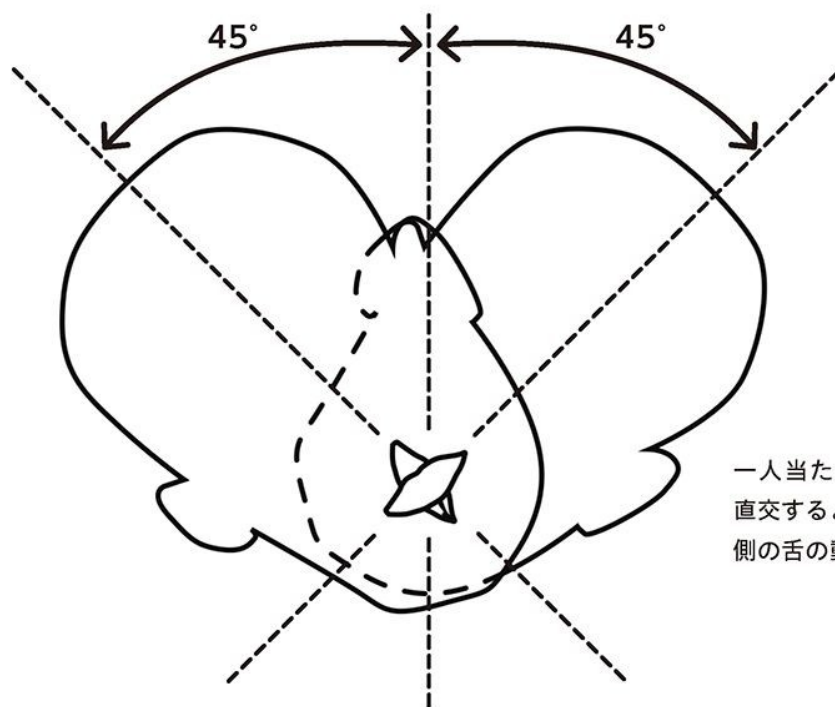
これをパートナーのほほに手を添えた状態ですれば、相手のほほが自分の舌で盛り上げられる感触を楽しめ、また受け手側がパートナーに舌先で盛り上げてもらいながら自らほほを手で触れれば、柔らかいほほ肉の下にある相手の舌の硬さを、手のひらで楽しめるだろう。



ほほに添えた手で
盛り上げられた
ほほ肉の感触を
確かめてみて

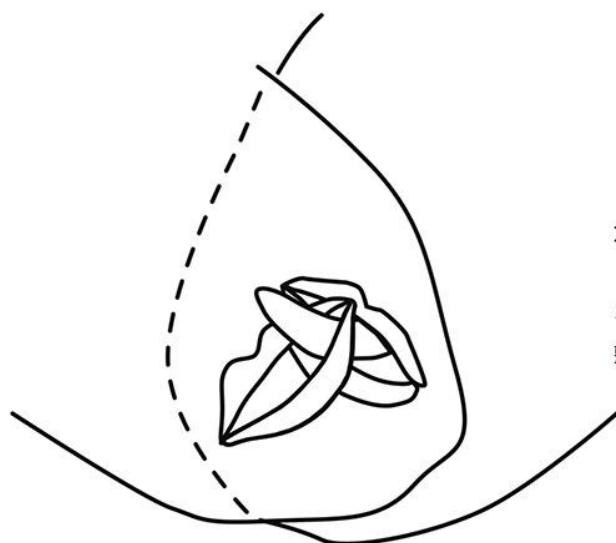
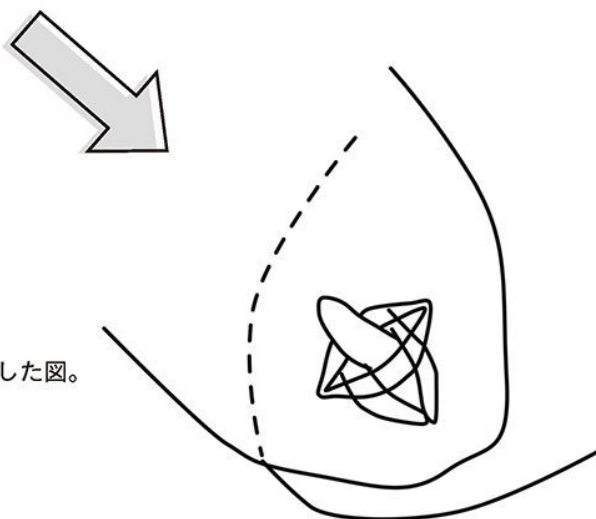


ほほの裏に広がる粘膜を舌先で愛撫。内側から押し上げて盛り上げるなどして、ほほ肉の柔らかさも楽しみたい。



一人当たり 45 度と深く首をかしげ、
直交するように唇を重ね合うと、攻撃
側の舌の動きの自由度が高まる。

口元を拡大した図。



攻撃側の下唇が受け手側の口角ギ
リギリに触れるよう、お互いの顔
をずらすと、より深い位置まで攻
撃側の舌先が届く。



04

舌フェラ

伸ばした舌をペニスに見立ててフェラチオのように口唇愛撫

一方が口腔外へ長く突き出した舌を、パートナーがすばめた唇でヌプヌプと出し入れしてしごくなど、唇と舌を使ってフェラチオをするように刺激をするキス。

手順は、①正対し、②受け手側のみが口から舌を突き出したら、③その舌を攻撃側が正面から口を含み、④唇や舌を使って愛撫する、という流れ。

攻撃側はヌプヌプと出し入れをする際、はさみ込む唇のチカラを強めるのを基本に、唇をすぼめて穴を小さくするなどして、舌への圧力 $\parallel$ 圧着感に変化を付けるとよい。

このとき、唇と舌との接触面を唾液で湿らせておくと滑りがよくなり、スムーズに出し入れができる。ただし、唾液が多すぎると出し入れして乾き始めるとかなり臭うので、塗布量には注意をしたい。

攻撃側は出し入れしながら同時に、口の中では舌先を舌先で突いたり、舌の裏スジを舌先で

なぞったり、舌全体に舌をからめたりと、舌による舌への愛撫も怠らないように。

舌を出す方の受け手側も、マグロではいけない。できるだけ長く舌を突き出すように心がけつつ、突き出した舌にチカラを込めて硬くしたり、そのチカラをゆるめて柔らかくしたりと、パートナーの攻めに応じて硬度に変化を付けてみたい。

また、長く舌を突き出すことに慣れてきたら、その状態を保ちつつ、ウネウネと表面が波打つように動かしたりもしてみたい。

攻撃側は舌を正面から口を含むほか、横笛を吹くように、側面からついばむ形で唇の先端ではさんで刺激する方法もある。

この場合、攻撃側はついばみながら舌先でチロチロとパートナーの舌に刺激を加える。受け手側はなるべく舌を動かさず、チカラを込めてピンと長く伸ばしたままにしておくのとパートナーがやりやすい。



受け手側も
舌の硬度や動きに
変化をつけて
愛撫に応えてね



受け手側（左）の差し出す舌を攻撃側（右）がくわえて口唇愛撫。



ヌプヌプと唇だけで柔らかく舌を刺激するなら、唇はこのようにすばめるとよい。



横笛を吹くように舌の横側からくわえる方法もある。この“横ぐわえ”と正面から全体を口に含むのを適宜、交互に繰り返すのもよい。

05

ピストン運動

突き出した舌の根本にチカラを込めて相手の口へ舌を出し入れ

攻撃側がパートナーの口へ、伸ばした舌を突き刺して、出し入れをするキス。

〈舌フェラ〉と動作は似ているが、攻守が入れ替わり、舌を出す方が攻撃側になり、舌をくわえる方が受け手側となる。

やり方は次の通り。

①正対する。

②お互いに目を閉じながら顔を近づけ合い、同時に攻撃側は舌を出してゆき、受け手側は口を薄く開いてゆく。

③攻撃側の舌先が受け手側の唇に触れたら、舌先を口へ差し込み、そのままディープキスの状態になる。

④攻撃側の舌が受け手側の口腔内へ収まり、唇同士が密着したら、攻撃側は舌の根本にチカラを入れて、舌だけを動かすようにして浅く深く、受け手側の口の中へ舌を出し入れする。

これでキスの完成。

出し入れの仕方はほかにも、攻撃側が舌をピ

ンと伸ばしたまま固定して、頭全体を前後に動かしてする方法もある。

舌だけを動かして出し入れをする方法なら、常に唇を重ねたままでは入れられないため、より高い密着感を味わえるメリットがあり、舌を固定して頭を動かす方法なら、常に舌を硬くしたままでは入れられないため、棒状の物体が出入りするという独特の異物感を楽しめるメリットがある。

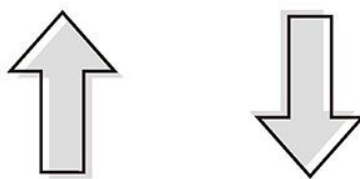
攻撃側がピストン運動を展開する一方で、受け手側も唇をやや強めに閉じたり、すぼめて穴を小さくしたりして、パートナーの舌に反作用的に加わる刺激に、微妙な変化を付けてみたい。



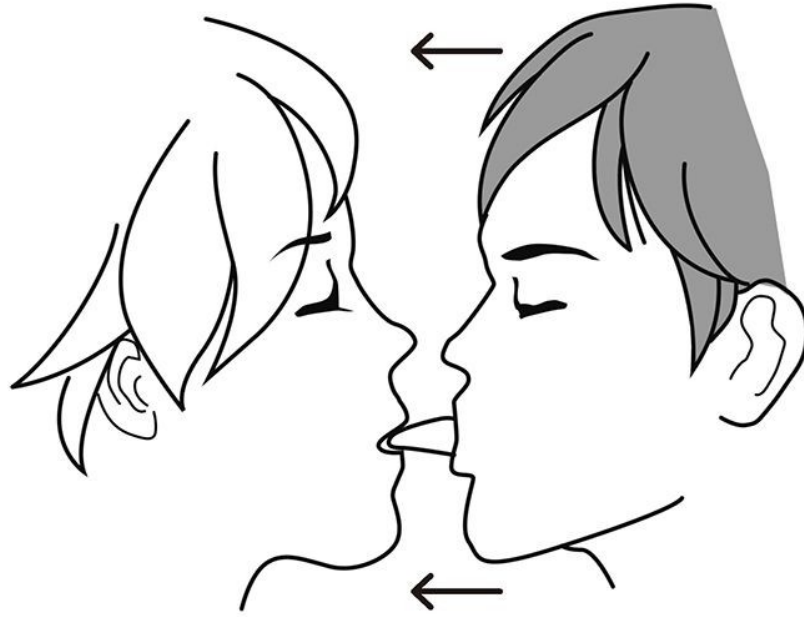
舌と頭のどちらを動かすかによってメリットが変わるわよ



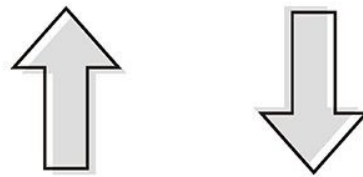
舌だけを動かして出し入れをする場合は、



深く入れているときも、引いて浅くしか入っていないときでも、唇は常に触れ合ったまま。



舌は伸ばして固定して、頭を前後に動かして出し入れする場合は、



深く入れたときにだけ唇は触れ合う。



サンドイッチ

ソフト系キス（フルカバー）に舌の動きをプラスした発展版キス。

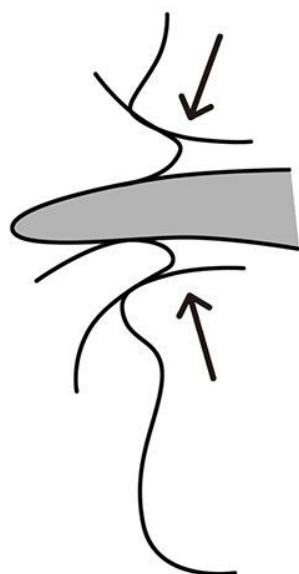
一方がパートナーの唇全体を開いた唇で覆ったうえで、口の中へ舌先を差し込み、お互いの舌と唇を交互に重ね合い、はさみ合う。お互いが唇でパートナーの唇の肉の柔らかさと舌のザラザラ・ヌプヌプを同時に味わえる。

やり方は、一方がパートナーの閉じた唇全体を、開いた唇でスッポリと覆い、その状態でパートナーの口の中へ硬くした舌先をねじ込む。そうすると上から順に、①自分の上唇、②相手の上唇、③自分の舌、④相手の下唇、⑤自分の下唇、と5重層のサンドイッチ状に互いの唇と舌が積み重なる。形ができたなら、ねじ込んだ舌を動かしたり、唇に力を入れて上下からはさみ込んだ「具材」を圧迫したりして楽しむ。

舌を出す方の攻撃側が常に、唇を一番外側にする側になるため、つまり（ピストン運動）とは違い、舌を出し入れする者が自分で舌の表裏



全体像はこう。



触れ合う口元を拡大すると、こう。この図は一方のみが舌を突き出す5重層の場合。

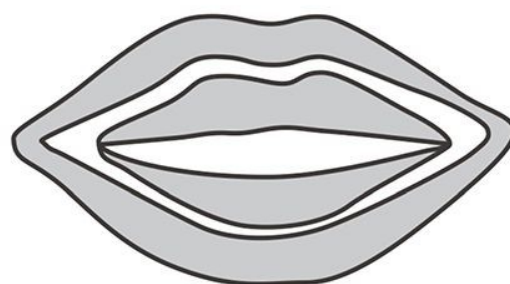
にかかる圧力を調節できることになる。

一番外側になる方は、日によって、あるいは一定時間で入れ替わってもよし、何度か試してお互いの口元と心にフィットするスタイルを探し当て、いずれかに固定してもよし。

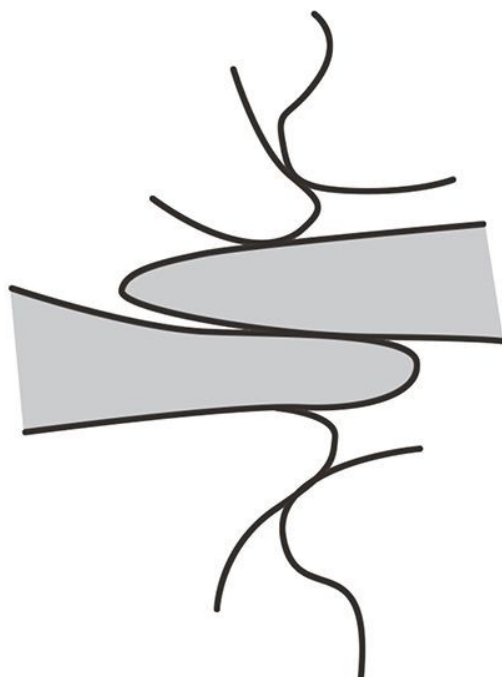
また、一方のみが舌を出せば5重層だが、お互いに舌を相手の口腔内へ差し入れることで6重層のサンドイッチにもできる。この場合、どちらの舌が上になり、どちらの舌が下になるかは好みで。

いずれにしてもサンドイッチ状にするためには、舌を平らに差し出して重ねるように心がけたい。平らに差し出して重ねれば、必ず一方の舌表面と他方の舌裏面とがペッタリと全面で密着することにもなるので、この独特の触感もしっかりと味わっておきたい。

舌の上下を入れ替えて
感触の違いを楽しんでみて



口元を正面から見るとすると、このようになる。一方の開いた口が、もう一方の口全体をスッポリと覆っている。



口元の断面拡大図。こちらの図は双方が舌を突き出す6重層の場合。

トルネード

パートナーの伸ばして突き出した舌に、クルクルと素早く回転させた舌を擦り付けるキス。

やり方は次の通り。

- ① 正対する。
- ② ゆっくりと顔を近づけ合いながら、舌を口の外へ突き出してゆく。
- ③ 舌同士がしっかりと触れ合う距離にまで接近したら、双方ともが突き出した舌にチカラを込めてピンと伸ばし、
- ④ 攻撃側となる方が舌をクルクルと回転させながら、パートナーの舌表面を舐め回す。これで完成。

舌を突き出す際は、とにかくできるだけ長く口の外へ露出させるよう心がける。

また、受け手側は特に、突き出した舌にはチカラを込めて、できるだけ長く、硬く、真っ直ぐにしておく。長い方が舌先から根本まで巻き込んでいった場合、それだけ時間がかかり、時間がかかる分だけたっぷりと楽しめるからだ。

硬くストレートにしておくのは、舐められてもブレにくくするため。ブレにくければブレにくいほど、攻撃側は舐めることに集中できる。

舌の回転運動は、舌だけの動きでも、舌を伸ばしたまま固定して首を動かすことでも、どちらでもよい。いずれにしても、パートナーの舌全体に舌先で包帯を巻くイメージ、あるいは螺旋を描くイメージでするとよい。

発展技として、双方が螺旋運動をする方法もある。この際、一方が右回りで回転していたら、もう一方は左回りでと、二人の回転方向は逆にする。

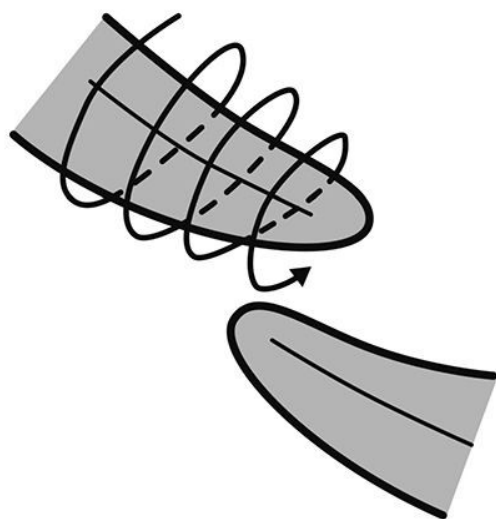
Wで回せばシングル回転時よりも単純計算で2倍の回転速度になり、高いスピード感が味わえる。

ただし、これは二人の息がかなり合っていないと不可能。二人の愛が試されるキスとも言える。

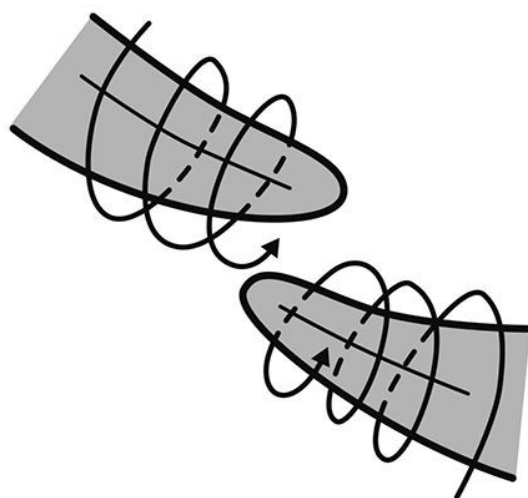


舌の運動能力も問われる
ちよつと高度な
テクニクよ

回転運動を舌でするか首を動かしてするかは各人の好みだが、舌先をなぞるときと根本をなぞるときとは、適宜顔同士の距離を離したり近づけたりと調節すること。



一方（図では右側）のみが回転する場合、パートナーの舌先から根本までクルクルと回転する舌先を移動させながらまんべんなく刺激したい。



双方が螺旋運動をする場合、一方が右巻きならもう一方は左巻きにと回転方向を違える。

真空ポンプのように強気に吸気して相手の舌を吸い出す

唇をピッタリと重ね合わせながら強力に息を吸い、パートナーの舌を吸い出すキス。

手順は、①正対し、②目を閉じてゆきながら首をかしげつつ顔を近づけ合い、同時に口を開いてゆく。③顔同士が充分に接近し、そのまま距離が詰まったら唇を重ね合い、④ピッタリと唇を合わせてすき間をなくしたら、⑤攻撃側が強めに息を吸い込み、パートナーの舌を吸い出す。受け手側の舌が吸い出されて、攻撃側の口腔内へ移動したら成功。

①④は〈密閉ディープ〉の流れと同じ。ということはつまり、開いた口の形は菱形に、首の傾斜角は一人当たり45度で唇が直交するように唇を重ねる。

⑤で息を吸い込む際には、攻撃側は舌を谷折り状にして（断面をV字にするイメージですばめて）、受け手側の舌の下側へ差し入れ、カタパルトのガイドラインのようにするとスムーズに吸い出せるだろう。

吸い出される方の受け手側は、舌にチカラを入れないこと。リキンでいるといつまでも吸い出されないの、むしろ意識的にチカラを抜いてガラリと横たえておくよう心がける。

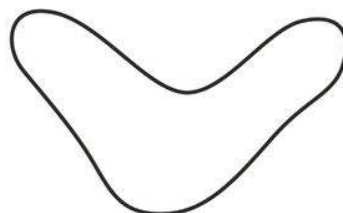
吸い出す動作自体は、正対する時点からでも慣れればものの2〜3秒と一瞬で終わってしまふ。この後、別の技に移行するのもよいが、吸い出しをメインに楽しみたいなら、吸い出したらパートナーの口腔内へ舌先で押し戻して再度吸い出し、「吸い出す↓押し戻す」というセツトを何度か繰り返してもいいだろう。

舌をスムーズに吸い出すためには、唇同士はすき間なくピッタリと密着しておくのが基本だが、あえてすき間を開けたままするのも一つの方法。

すき間が開いていると「ズボボボボ……」と音がするが、カップルによってはその音が野性味や淫靡な雰囲気演出する材料にもなるからだ。上級者は是非、すき間アリも試されたい。



受け手側が舌をリラックスさせるのが成功のコツね



カタパルトのガイドラインよろしく、受け手側の舌の下へ攻撃側が舌を差し込めると、よりスムーズに吸い出せる。その際、差し込む舌は断面がV字になるイメージで谷折りにしておくのがベスト。

<密閉ディープ>の体勢で、唇同士をすき間なく
ピッタリと密着。唇同士を密着した状態で強く息を
吸い、受け手側の舌を攻撃側が吸い出す。



09

顔面69

舌の表面同士が完全密着、顔でするシックスサイン

顔面だけでシックスサインをするイメージで、お互いの顔が上下互い違いの状態です。唇を重ね合うキス。

舌の表面と表面を、ベッタリと全面で密着させ合うことが可能となり、ほかにはない粘膜の密着感と、舌表面ならではの味蕾のザラザラ感をたっぷり味わえる。

当然の事ながらこのキスは、普通に立ったり座ったりという正対した状態ではできない。

一方が、座ったパートナーの背後に立ち、パートナーの頭の真上から顔をのぞき込むように頭を下げて向き合うか、あるいは双方の顔が上下互い違いになるように横向きに寝ころび、顔同士を重ねることで可能となる。

そうして①顔同士を上下互い違いの状態です。面できたら、②口を開き、③舌を差し出し、④舌の表面同士を密着させる。

③で舌を差し出す際は、舌表面を全面でピタリと密着させるために、双方とも舌の形状はで

きるだけ平らにしておく。

接触し合う舌の表面が広がれば広いほど、またベッタリとすき間なく密着していれば密着しているほど、お互いに味蕾のザラザラをハッキリ感じることができる。

④で舌を密着させたら、舌を前後に動かして擦り合わせると、ザラザラ感はさらに高まる。もちろん舌は動かす際も、できる限りフラットな状態をキープする。

舌を動かすほかにも、舌は伸ばしたままチカラを込めて固定したうえで、顔を前後に動かして舌表面を擦り合わせる方法もある。

ただし、頭を前後に動かす場合、慣れないうちは距離感がつかめず、歯や鼻をぶつけてしまいがちなので注意。

ディープ系〈首振り運動〉キスで頭部を動かすことに慣れていても、顔が上下互い違いになっていると距離感はまた変わってくるので注意したい。



最初は距離感がつかみにくいから頭を動かす際は気を付けて



顔を上下互い違いに重ねた状態で、舌の表面同士を摩擦し合う。
あまりノドの深くまで舌尖を差し込みすぎると、(双方ともが)
むせたりえづいたりするので、ここにも加減が必要。



舌の前面と前面を密着させて擦り合わせる方法としては、お互いに
「あかんべー」をするように舌を大きく下方向に出し、その状態で
正対したまま舌を前面同士で合わせる方法もある。これにはかなり
長く舌を露出する必要がある、傍目にはかなり奇異に映るので、人
前でのプレイはオススメできない。

唇ベタ舐め

ぷるぷるの唇とプリプリの舌先のコントラストを楽しめる

一方がもう一方の唇を、舌表面でべっとりと舐めるキス。

舐める方は舌表面でパートナーの唇の柔らかさを、舐められる方は唇表面でパートナーの舌のプリプリとした感触や味蕾のザラザラ感を味わえる。

攻撃側が露出した舌で、受け手側の唇を自然に舐めれば、それでよい。①正対して、②顔を近づけ合いながら攻撃側のみが舌を出し、③顔同士の距離が充分に詰まったら、そのまま自然に攻撃側が受け手側の唇を舐める。

双方の顔は若干の距離を開けたまま、つまり舌と唇以外の部分は触れ合わずに舐める（舐められる）ことになり、必然的に舐めている舌先や舐められている唇表面にプレイヤーの意識が集中するのが特長。

閉じた唇の全面をべろりと舐める（舐められる）のもよし、唇の上下いずれかのみをペロリと舐めるのもよし。攻撃側が舌をたつぷりの唾

液で湿らせた状態で舐めれば、ウェットで滑らかな触感となり、舌がドライな状態で舐めると、唇表面の凹凸や舌のザラザラ感をはっきりと知覚できる摩擦感の高いキスが楽しめる。

また、舌先を押し当てる圧力も、強くしたり弱めたりと変化を付けたい。圧力が強いと摩擦感も強くなり、軽くするとより素速い動きが可能となって、なめらかさもアップする。

いずれにしても、攻撃側の舌先は、小さく円を描くように動かすのが基本。塗布した唾液をパートナーの唇にすり込むように舐め回すのだ。

攻撃側はパートナーの唇に対して横方向に舐めるやり方と、縦方向に舐めるやり方がある。時間をかけてじっくりと焦らすように舐めるのには、絶対距離が長い分だけ横方向の方が有利。異物感Ⅱ舐めたり舐められている実感を強く味わいたいなら、段差が大きい分だけ縦方向へ舐める方が向いている。



舐める部分、湿り気、
舌先の圧力、
舐める方向など
色々試してみてね



唇全面をべろりと舐めるやり方
なら高い密着間を味わえる。

一部分を集中的に舐める際は、
攻撃側は舌先にチカラを込めて
尖らせると接触面積は狭くな
り、ピンポイント攻撃の効果が
さらに高まる。この場合、受け
手側は唇を開いてもいい。



ソフト系キス<フルカバー>の発展版
とでも言うべきやり方もある。受け手
側の自然に閉じた唇全体を攻撃側が開
いた口ですっぽりと覆い、その状態の
まま攻撃側が受け手側の唇をべろりと
舐める。<フルカバー>→<唇ベタ舐
め>→<サンドイッチ>と展開すると
自然な流れでキスを深められる。

唾液ローション

ぬるぬると粘り気のある潤いで唇摩擦をよりなめらかに

双方がお互いに唇を唾液でぬるぬると濡らしたうえで、唇同士をすべらせるように擦り合う技法。ソフト系（表面接触）キスのウェット版とも言えるべきキス。

唇の濡らし方には4種類。

①双方がお互いに自分で自分の唇を舐め、自分の唾液で唇を濡らす。

②一方のみが自分で自分の唇を舐め、自分の唾液で唇を濡らす。この場合、もう一方の唇は乾いたまま。

③双方が相手の唇を舐め合い、パートナーの唾液で唇を濡らす。

④一方のみがパートナーに唇を舐めてもらい、パートナーの唾液で唇を濡らす。この際、舐める方の唇は乾いたまま。

双方が濡らせば、唾液の量は単純に2倍になるので、それだけ潤滑効果も高まる。一方のみが濡らせば、攻撃側と受け手側という主従関係が自然と明確になるため、心理戦に持ち込んで

駆け引きを楽しむものにも向いている。また、パートナーの唇を舐めて濡らす場合、舐める方は〈唇ベタ舐め〉の要領で。

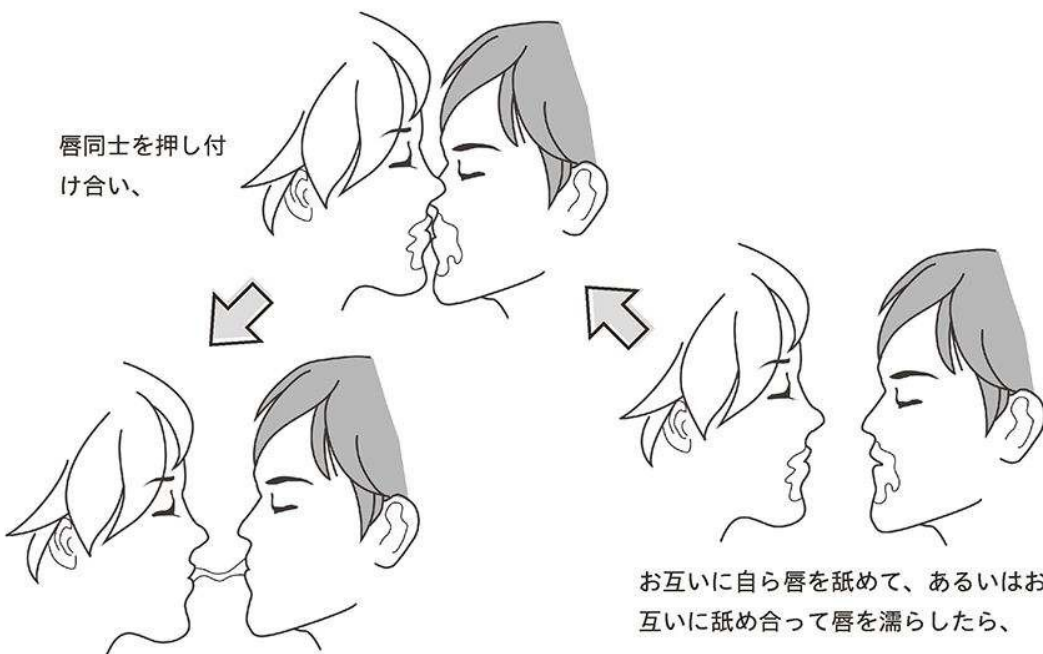
上級者なら、擦り合わせる合間に唇を時々わざと離して、唾液で糸を引かせる小技も折り込みたい。唇をたっぷりの唾液でまみれさせて押し付け合った後、若干（5ミリから2〜3センチ）唇同士を離せば、それだけで唾液が糸を引くはず。必要に応じて途中で唾液を“補充”しつつ、「まみれさせ↓押し付け合い↓離して糸引き」を何度も繰り返すと、唾液の粘度は高まり、次第に糸の粘りも高まってゆく。これを心から楽しめるようになったなら、そのカップルの心は完全に一つになったものと考えてよい。

セックスを盛り上げる
キスと言えばコレね！



唇同士を押し付け合い、

そっと離すと唾液が糸を引く。

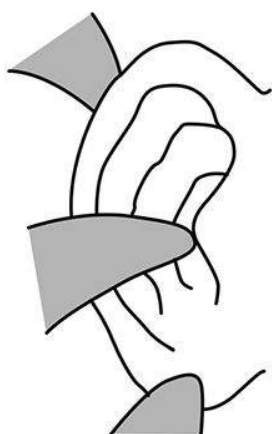


お互いに自ら唇を舐めて、あるいはお互いに舐め合って唇を濡らしたら、



唇や舌以外へのキス

広い意味で捉えれば、一方が唇か舌を使ってさえいればキスと解釈することもできる。唇や舌との触れ合いに馴染みやすい部位は、上から順に並べると、おでこ、まぶた、耳（表／穴／裏）、耳たぶ、首筋、胸元、胸、乳首、脇の下、へそ（穴／周辺）、脇腹となる。下半身も同様に、太ももの付け根、太もも表面、ヒザ、ヒザ裏、尻、尻の割れ目、そして性器……と、ポイントは多数。



耳は表面のみならず、穴を舌先でほじくったり、耳裏へ唇を這わせたり、耳たぶをついばんでみると、ポイントも攻め方もいろいろ。



耳から首筋、さらには胸元へと下ろしてゆきながら唇や舌を這わせると自然。途中、敏感な脇の下を攻めて羞恥心を煽るのもよし。

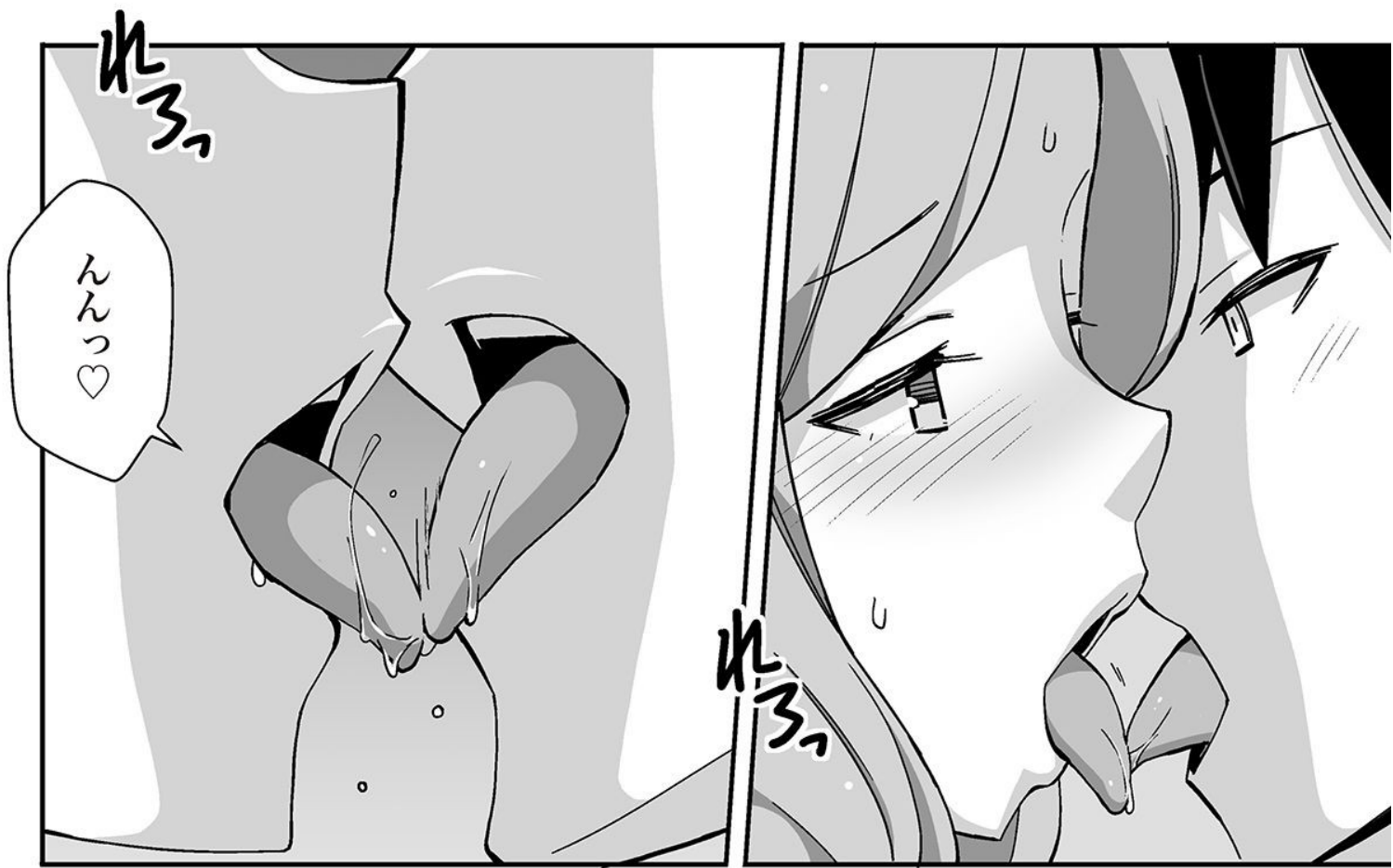


手や足にも感じるポイントは多い。指先や指の股、手の甲や足の甲、さらには手のひらに足裏と、部位によって受け手側は感じ方も大きく異なる。

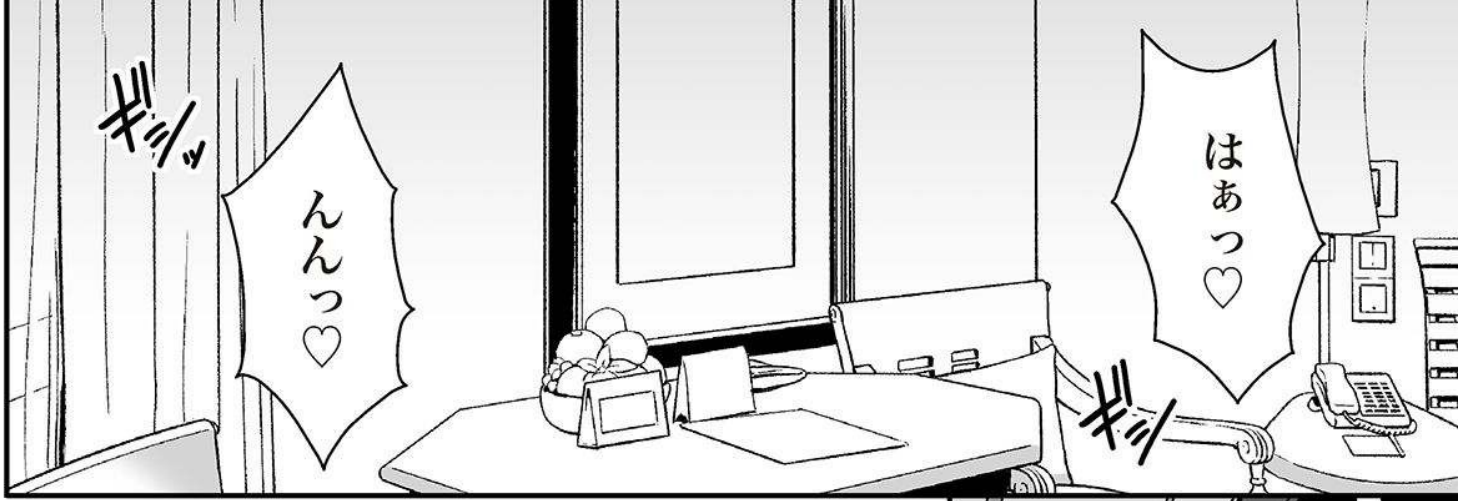


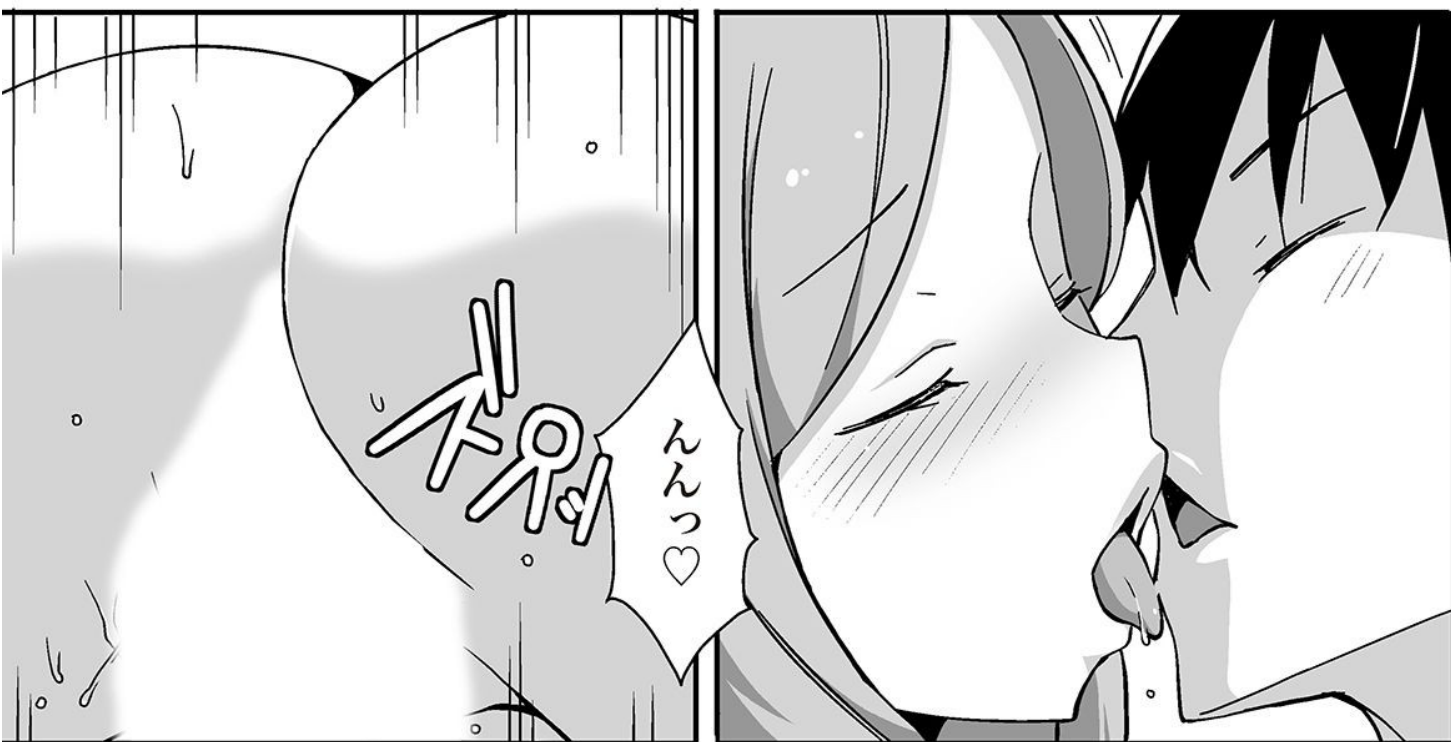
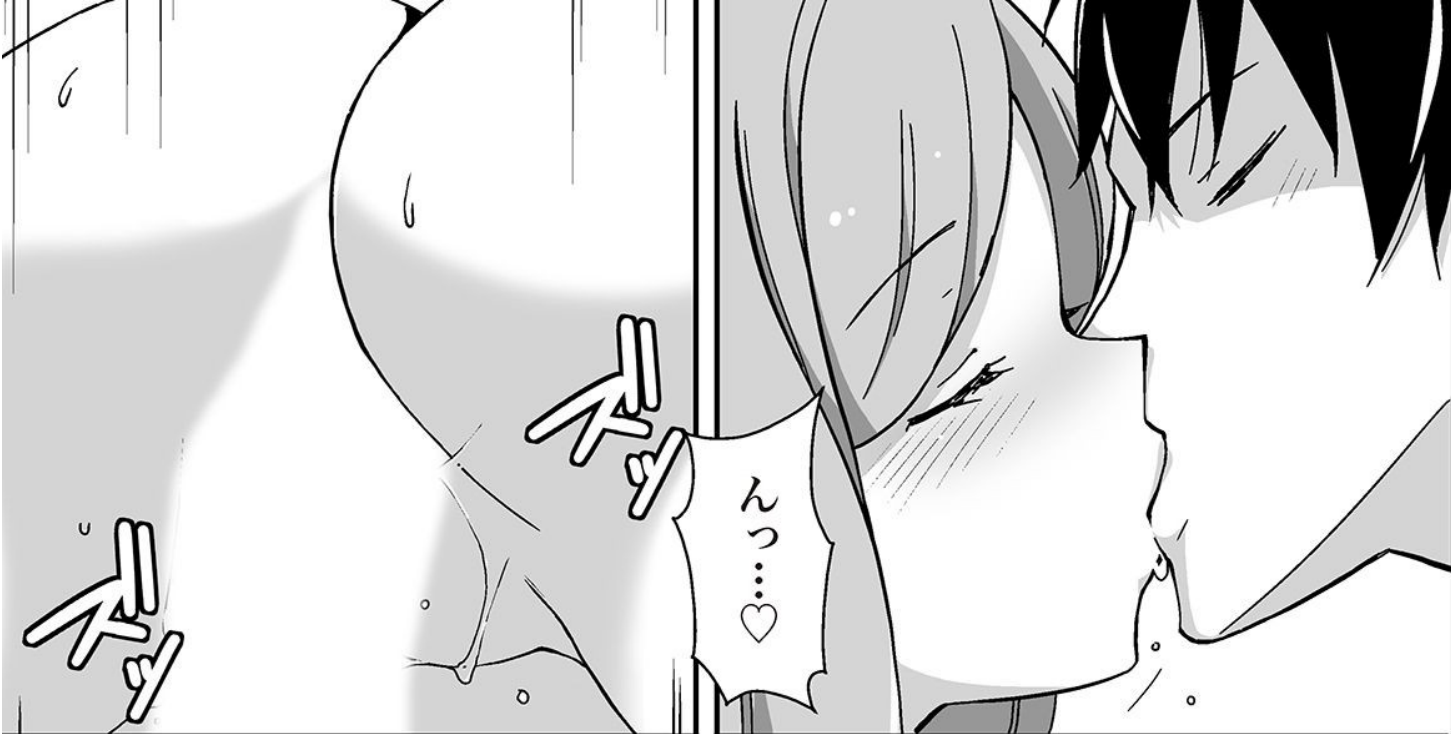
ボディ裏面もじっくりと刺激してみたい。首元、背筋、腰元と敏感なポイントも多い。











キスで
エッチ…

んっ

んっ

キスしながら
エッチするの…

すっ
ちゅ

頭がトロけ
ちやいそうつ…♡

はあっ♡

萌っ…!
俺もうつ…

♡

んっ♡

んっ♡

あはあっ♡
キ…キスっ♡

キスで
イっちゃっよおおっ♡





すごく
感じちゃった…



今日は…

ねえ…



そんなエッチな顔
されたらできないなんて
言えないじゃん！

きやつ♡

キス♡

キス♡



おっ…

俺も萌がいつもより
エロいから何度も
出そうになったよ！

ガッパツ



まだぐきゅっ…

大樹くん…

【著者】

由良橋 勢 Ikio Yurahashi

ゆらはし・いきお◎性風俗研究家／文筆家

SEXテクニック解説から、国内外の性風俗や性風習に関するルポまで、性をテーマに幅広く執筆。

雑誌やテレビ／ラジオではコメンテーター／インストラクターとしても活躍。

膨大な取材データを基に書き上げられるSEXマニュアルは、技術解説に徹したスタイルが特徴で、「実践的でわかりやすく、それでいて濃厚」と、性別や年齢を越えた幅広い層の支持を集める。

著書に『キス教本』、『フェラチオ教本』、『Hが10倍気持ちよくなる 膣挿入&ピストン運動教本』、『陰核愛撫・クリイキ教本』、『10倍気持ちいい！ 男のための絶頂SEX教本』、『Hが10倍気持ちよくなる 膣内射精・中出し教本』、『処女喪失・ロストヴァージンSEX教本』、『クニニリングス教本』、『男の自慰教本』、『女のコのひとりエッチ 完全マニュアル』、『女性が必ずイク体位・オーガズム48手 完全マニュアル』、『野外羞恥プレイ・露出青姦 完全マニュアル』、『アナル性感開発・お尻エッチ 完全マニュアル』、『ガイドブック』には絶対に載らない裏アジア潜入記』など多数。

また、大ヒット作『膣性感開発・中イキ 完全マニュアル』では“中イキ”の一大ブームを巻き起こす。



【カバーイラスト】

早川あかり



【漫画】

仲村ユキトシ



【挿絵】

ありまなつぼん



【挿絵】

大山樹奈



【挿絵】

只野さとり



【SDイラスト】

ハチノ

【図解イラスト】

JO／角 愼作（データハウス版オリジナル）

本書に記載した各技法は、安全性が完全に確認されたものとは限りません。
実行に移す際は、各人の判断と責任のもとで行なって下さい。
万が一トラブルが生じた場合も、本書は一切の責任を負いかねることを、あらかじめご了承ください。

本書は株式会社データハウスより刊行の紙書籍『キス教本』および
株式会社笠倉出版社より配信の電子書籍『キス教本』に
漫画と大判イラストを追加したものです。

セブンベストBooks

唇と舌の性感開発・キス完全マニュアル イラスト版……

とろキス

発行日 2021年9月20日 初版発行

著者 由良橋 勢

カバーイラスト 早川あかり

漫画 仲村ユキトシ

挿絵 ありまなつぼん/大山樹奈/只野さとり

SDイラスト ハチノ

図解イラスト JO

発行人 笠倉伸夫

発行所 株式会社セブン新社
〒110-0015 東京都台東区東上野2-8-7 笠倉ビル
営業・広告部 0120-984-164

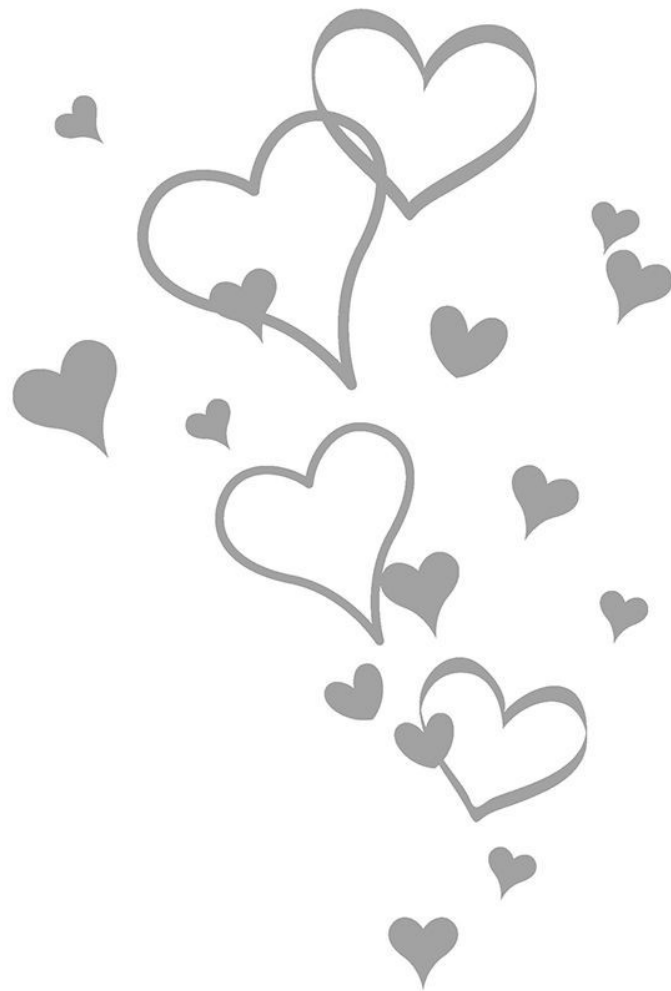
編集 有限会社スタジオエクレア

ISBN 978-4-88185-331-3

※本書の内容の全部または一部を無断で掲載、転載することを禁じます。

© Ikio Yurahashi

© 株式会社セブン新社 Printed in Japan





キスをおろそかにするものは キスに泣く！

どんなにセックスに長けていても、
キスが下手だと嫌われるのが男女のリアル。
交際初期から深い関係になるまで、
ステップごとに使えるテクニックを厳選公開！

セブンベストBooks

©2022年9月

©Ikio Yurahashi

©株式会社セブン新社 Printed in JAPAN