

病気療養する子どもたちに “生きる力”を

2024年度 年次報告書

認定NPO法人ポケットサポート

2024年4月～2025年3月

病気を理由に子どもたちが 将来を諦めない社会に

未来に向かい、無限の可能性を秘めている子どもたち。
日々、たくさんのことを学び、会話し、体験する。

すべての子どもたちには、平等に学ぶ権利がある。
子どもらしく笑い、遊び、時には友達とケンカしたり…

慢性疾病のある子どもたちも、ひとりの子ども。
病気を理由に学ぶ時間や、機会不足があってはならない。

大切な人生の1ページである子ども時間を守るのが
私たち大人が果たすべき使命ではないだろうか。

Contents

- 01 必要とされている支援
- 02 ポケットサポートの活動内容
- 03 数字で見る2024年度の活動成果
- 04 利用者からの嬉しいメッセージ
- 05 2024年度の活動資金
- 06 寄付金の使い道
- 07 信頼できる団体であるために
- 08 未来に向けた挑戦
- 09 活動への多様な関わり方

Support needed

必要とされている支援

01

- 病気療養する子どもたちの現状
- 長期療養が学習・経験に与える影響
- 子どもたちへ支援を届けるための課題

**あなたの身近に病気療養している
お子さんはいますか？**

病気療養する子どもたちの現状

医療の進歩により救われる命が増え、岡山県内の小学生～高校生においては
病気を理由とした長期欠席児童・生徒は増加傾向である。

病気による長期欠席児童・生徒数

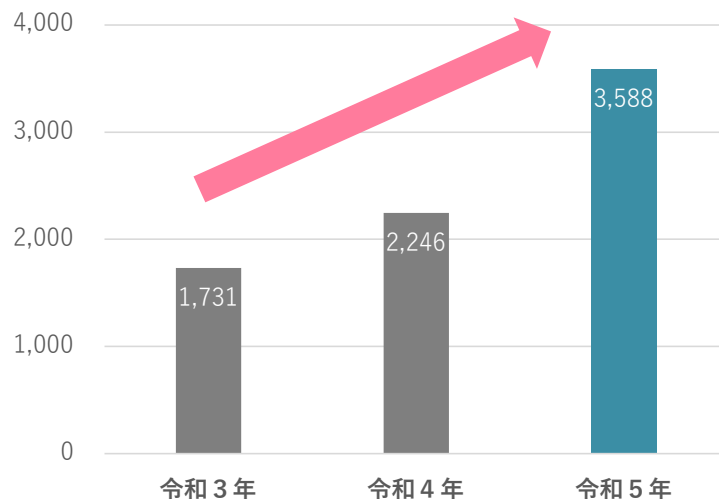
3,588人

岡山県内の小学校～高等学校
児童・生徒数

197,948人

病気を理由とした長期欠席者数

岡山県内の小学校～高等学校



※令和 5 年度児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査結果より引用

長期療養が学習・経験に与える影響

小児がんや心臓病などの慢性疾病のある子どもたちは

長期の入院や治療により、**学習の遅れ、集団行動や社会体験が不足**する傾向にある。

学習への影響

Learning

- ・ 学校の授業に参加できないため
学習が遅れる傾向
- ・ 感染対策のため家族や友だちと
離れることによる**孤立感**
- ・ 進学や**受験への焦り**、不安
- ・ 両親へ迷惑をかけないよう
子どもながらに**我慢する**傾向

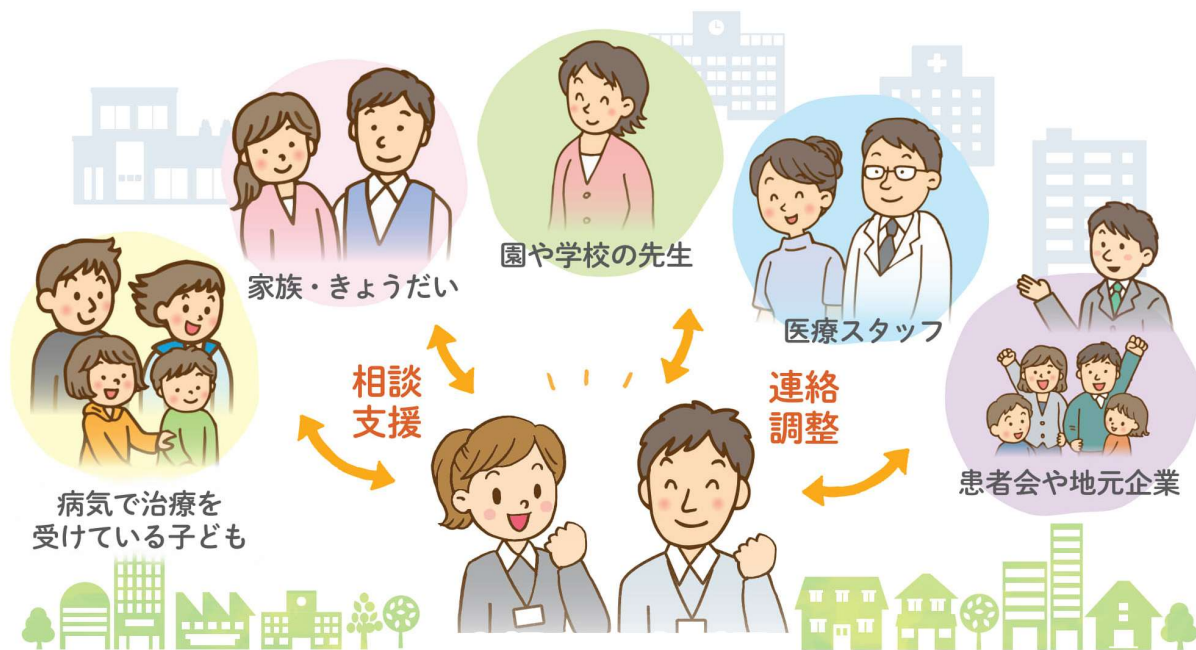
経験への影響

Experience

- ・ 学校行事に参加できず
学生時代の**思い出作りに影響**
- ・ 集団行動やコミュニケーション等
社会体験の不足
- ・ **将来の職業選択**に影響
- ・ **自尊心、自己肯定感の低下**

子どもたちへ支援を届けるための課題

病気のある子どもへの支援は成長発達に応じて、医療や教育など多職種連携が必要。
日々の状況、不安や悩みに応じて**専門職同士をつなぐ役割（ハブ）**が求められている。



Pocket Support Activities

ポケットサポートの 活動内容

- 入院中から退院後も継続的に支える取り組み
- 子どもたちの学びを支える活動
- 病気療養する仲間と出会える交流イベント
- 病気のある子どもたちを地域みんなで支える

02

病気と共に生きる慢性疾病のある子どもたち

岡山県内在住で小児がんや心臓病などの小児慢性疾病のある子どもときょうだい、家族が支援の主な対象。オンラインでの個別相談＆講演依頼は全国から寄せられている。

小児慢性特定疾病医療費受給者

1,724人

(岡山県内在住の対象児童・生徒)



小児慢性特定疾病児童等自立支援員

小児慢性特定疾病の対象疾病

801疾病に

2025年4月より**拡大**

小児慢性特定疾病児童自立支援事業とは

長期の療養を必要とする子どもたちの健やかな育ちや将来のために、小児慢性特定疾病児童等自立支援員やボランティア等がご家族からの相談や、必要な情報の提供、関係機関との連絡調整を行う事業です。(略して小慢事業)

入院中から退院後も継続的に支える取り組み

子どもと家族に向けた**復学支援**、同じように病氣療養する仲間とつながる**交流支援**、地域で多職種連携を広げるためのネットワークづくりを目的とした**支援拡充事業**がある。

病氣療養する子どもとその家族に向けて

復学支援

学習支援や
ピアサポート
個別相談受付

交流支援

病氣を経験した
仲間とつながる
交流イベント開催

地域の支援者に向けて

支援拡充

ボランティア育成
多職種での連携を
広げる啓発活動

子どもたちの学びを支える活動

入院中の孤立解消や学習の遅れを補い、**地元の学校への復学をスムーズにする。**
就学に向けての不安や悩み、友だちへの病気の伝え方など**ピアサポート相談も実施する。**

復学支援

週3回の病棟支援・交流拠点開設



病室や自宅とオンラインで学習やゲーム交流を実施
「ひとりじゃない」と感じてもらい、孤立解消につなげる

ピアサポート相談

対面・電話・メール・LINE・WEBチャットで対応



幼少期に病気療養を経験したスタッフが対応
学校生活や治療に関することなどの悩み解消につなげる

病気療養する仲間と出会える交流イベント

岡山県内の各地に出張して、公民館・ホール等で様々な交流イベントを開催する。
科学工作、ボードゲーム、プログラミングなどの他に、職業体験ワークショップも開催。



プラネタリウム体験



岡山フィルハーモニック管弦楽団鑑賞



お金の仕組み講座



謎解き防災講座



地球温暖化・環境学習



プログラミング体験

病気のある子どもたちを地域みんなで支える

病気のある子どもたちに関わる医療や教育、行政などの多機関・多職種へ
子どもたちの思いや事例の共有、スキルアップ研修などを実施して支援の輪を広げる。

支援者向け講演会やワークショップ



全国から支援者が集まるワークショップや講演会を主催
多職種との連携を広げ、1人でも多くの子どもの家族へ
情報と支援を届けられるようにYouTube配信も実施

認知を広げる啓発冊子制作



支援事例や自立支援員を紹介するハンドブックを制作
県内の学校だけでなく県外の保健所や教育委員会にも配布
全国的な支援ネットワークづくりにも取り組む

Activity Results for FY2024 by the Numbers

数字で見る 2024年度の活動成果

03

- 交流拠点や病棟で子どもたちと関わる
- 退院後も闘病仲間とつながれる交流イベント
- 多職種とともに学び、つながる機会づくり
- 岡山県内全域に支援エリアが拡大

交流拠点や病棟で子どもたちと関わる

2024年度より倉敷市からの受託事業が開始し、**岡山県全域に支援エリアが拡大。**

岡山大学病院から徒歩5分の場所へ移転することで、交流支援拠点としての機能を拡充。

復学支援

小児病棟や交流拠点の利用実績

支援できた子どもたちの人数

延べ **189** 人

小児慢性特定疾病児童等自立支援事業の実施回数

岡山県内において年間延べ293回

ピアサポート相談

子どもたちやその家族、関係者からの相談実績

相談受付した件数

148 件

岡山県小児慢性特定疾病児童等
自立支援員相談等支援事業の開所日数

年間239日開所

退院後も闘病仲間とつながれる交流イベント

子どもたちの年齢や興味関心に合わせて楽しめるイベントを企画・実施。

治療を続けている仲間と出会えることで「ひとりじゃない」と感じられる場にしたい。

実施イベント回数

岡山県内の市町に出張してイベント開催

2024年度

合計 **19** 回

岡山市、倉敷市、井原市、総社市、和気町等で
体験学習、防災講座、職業体験、宿題会等を実施

イベント参加人数

病気のある子ども・きょうだい・家族

2024年度

延べ **160** 人

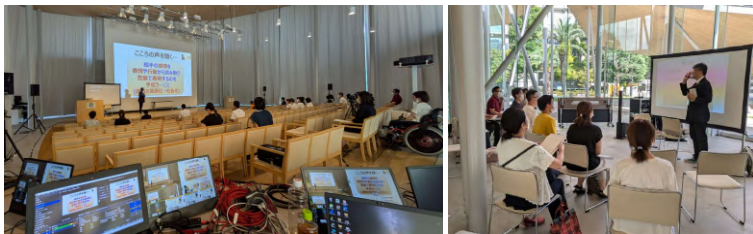
未就学～高校・大学生まで、きょうだいや
家族みんなで楽しめる音楽鑑賞やマジックショーも実施

全国が多職種とともに学び、つながる機会づくり

病気のある子どもたちの支援は個別性が高く、事例共有されにくい現状がある。
支援者同士が意見交換や事例共有でき、スキルアップにつながる講演会等を毎年2回開催。

2024年8月18日開催：病気療養児支援者スキルアップ

「病気と共に生きる子どもたちが教えてくれたこと」



2025年2月23日開催：病気療養児支援・多職種連携フォーラム

「子どもたちの心の声に寄り添う」



多職種連携イベント参加人数

延べ **389** 人

参加者アンケートの満足度
「とても良かった」

回答率 **84** %

2024年度より岡山県内全域に支援エリアが拡大

岡山県内4つの医療機関の小児病棟と連携。医療関係者とは貸出中のiPadを活用してMicrosoft Teamsでセキュアに日程調整や支援内容などの連絡調整を実現している。

交流支援拠点



岡山市北区春日町7-21-103号室

ポケットサポート事務所

岡山大学病院から徒歩5分圏内

支援先の医療機関 4施設

独立行政法人国立病院機構

岡山医療センター

岡山済生会総合病院

公益財団法人 大原記念倉敷中央医療機構

倉敷中央病院

一般財団法人 津山慈風会

津山中央病院

Happy messages from users

利用者からの 嬉しいメッセージ

04



ずっと支え続けてくれて 元気と勇気をもらえた

ポケサポの皆さまに出会ったのは6年前の中1の頃、病気の治療での体調不良で悩んでいる時でした。

三好さんを始めスタッフの方々が
親身に相談に乗ってくださり、
とてもホッとしたのを覚えています。

その後も入退院の繰り返しやコロナで
なかなか外出もできませんでしたが、
オンラインイベント等で僕たちを
ずっと支え続けてくださり、
その度に**元気と勇気**をいただけてきました。

また進路で悩んでいる時にも
相談に乗ってくださり**本当に感謝しています。**

これからも、いま頑張っている子達が
たくさんの笑顔になれますように！

家族みんなで安心して 楽しめるイベントでした

たくさんの方々にサポートして頂ける体制で
とても安心感がありました。

HPやメルマガなどで活動内容を知っていましたが、
中々、踏み入るきっかけがなく、保健所からの
広報によって参加してみようかなと思った次第です。

三好さんを始め、サポートされている方々が
とても柔らかな雰囲気で、気さくに話しかけて下さり
嬉しかったです。

退院後5年経過しますが、中々、本人が参加しやすい
イベントや活動が少なく、参加しても親がたくさん
介入しないといけなことがあります。

今回は事前たくさんのご準備、ご配慮のおかげで
本人も親も家族みんなで楽しめました！

本当にありがとうございます。

ピアサポート相談が 心の支えになりました

その節は色々と本当に力になっていただき
ありがとうございました。

おかげ様で、**高校を卒業**することができました。

あの時ご相談をさせていただけたおかげで
心の支えとなっていたことに
感謝の気持ちでいっぱいです。

入学当時いただいた色紙は、
今も子も母も励みとなっており、
大切に飾らせていただいています。

春からは福祉系の大学に進み、
これからは**誰かのためになること**を見つけたいと
考えているようです。

本当にありがとうございました。

家族みんなで過ごせる Xmasの思い出になった

予期せぬプレゼントに**家族一同感動**しております。

クリスマスは病院で過ごすことも多かったのですが、成長するにつれて入院も減ってきました。

毎年、クリスマスは家で過ごせるかなとドキドキしていますが、今年は家で家族そろって過ごすことができ、

こんなプレゼントまで届いて本当に**感謝の気持ち**でいっぱいです。

いつも応援してくださり本当にありがとうございます。

これからも病気と向き合っていく必要がありますが、**笑顔で前向きに頑張っていこう**と思います。

Funding for activities in FY2024

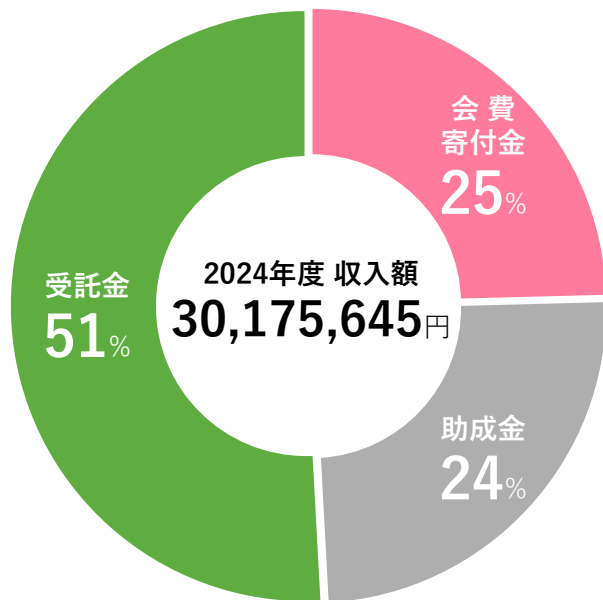
2024年度の活動資金

- 支援活動を継続するための3つの収入源
- 年間支出の9割は支援活動に活用
- クラファン寄付で支援拠点を移転拡充

05

支援活動を継続するための3つの収入源

岡山県・岡山市・倉敷市からの委託事業や、民間助成金の他に、
皆様からの**ご寄付**が支援活動を維持・継続していくための**大切な活動資金**となっている。



会 費

684,000円

寄付金

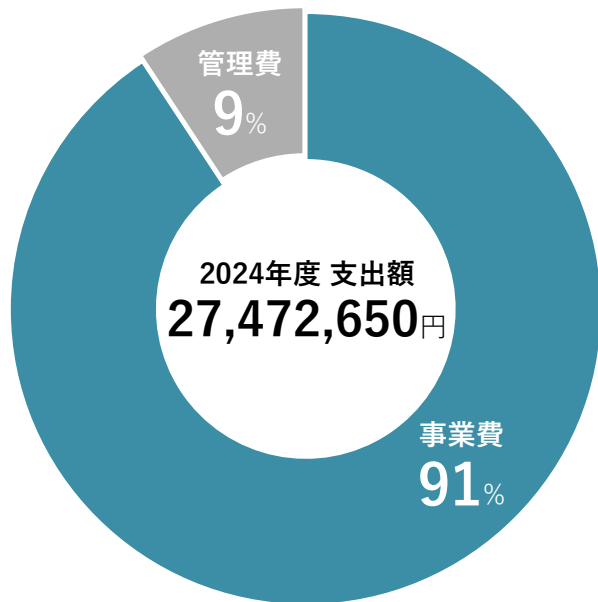
6,498,948円

2024年度助成事業（順不同）

- ・ 赤い羽根 ポスト・コロナ社会に向けた福祉活動応援キャンペーン
重症児等とその家族に対する支援活動応援助成
- ・ 田辺三菱製薬 手のひらパートナープログラム
- ・ 公益財団法人橋本財団 福祉助成
- ・ 中国労働金庫「働く人と子どもの明日を応援プロジェクト2024」
- ・ フコク生命 THE MUTUAL 基金
- ・ MDRT Foundation Japan
- ・ 中村窈窕子基金

年間支出の9割は支援活動に活用

1円でも多く子どもたちの支援に活用できるよう管理コストは最小限に抑える努力。
ICTを活用した業務効率化、ゆうメールによる郵送コスト削減など物価上昇にも対応。



事業費 内訳

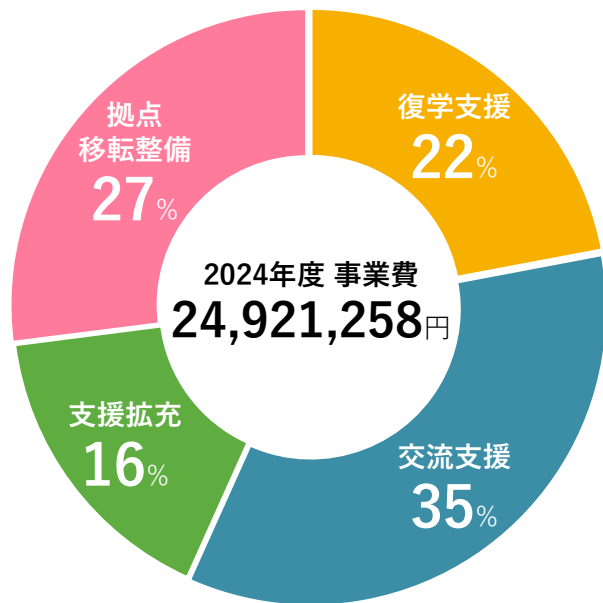
人件費	8,455,712円
その他経費	16,465,546円

管理費 内訳

人件費	1,333,547円
その他経費	1,217,845円

クラファン寄付 & 助成金で支援拠点を移転拡充

2024年度の重点目標であった交流支援拠点の移転拡充を実施。民間助成金345万円とクラファンによるご寄付136.6万円を活用して内装工事費や引越費用、備品費用を賄う。



支援総額
1,366,000円

寄付者数
124名

赤い羽根 ポスト・コロナ社会に向けた福祉活動応援キャンペーン



重症児等と
その家族に対する
支援活動応援助成

社会福祉法人 中央共同募金会

助成総額
4,500,000円

改装費用、引越費用、備品、
拠点での交流イベント
開催資金として活用

How donations are used

寄付金の使い道

- 子どもらしい思い出や時間を届ける
- 病気のある子どもたちに”生きる力”を
- あなたの思いを子どもたちに届ける

06

当たり前の子どものらしい思い出や時間を届ける

皆様からのご寄付は日々の支援活動の維持・継続だけでなく

Xmasプレゼントや卒業祝い、ボランティア育成などの子どもらしい時間づくりにも活用。

クリスマスプレゼント配布

闘病中の子どもたちやきょうだい、院内学級へも寄贈



Amazonほしい物リストを通じて全国の支援者から届いたクリスマスプレゼントを子どもたちや院内学級へ贈る

ボランティア育成・研修

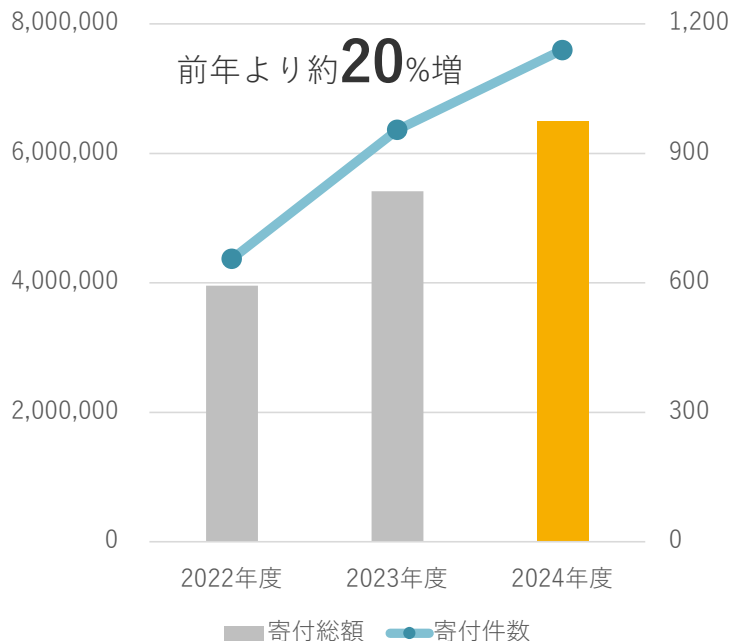
教育・医療・福祉などを学ぶ高校生～大学生が参加



参加する前の心構え、子どもたちへの声掛け練習、チームビルディング研修などを通じて支援の質を向上

病気のある子どもたちに”生きる力”を

活動エリアの拡大とともに交流イベント参加者、相談件数、寄付受付件数も年々増加。
一人でも多くの子どもたちへ支援を届けるため、皆様の応援が支援活動の原動力に。



2024年度 寄付金総額

6,498,948 円

2024年度 寄付受付件数

1,140 件

あなたの思いを子どもたちに届ける

「もっと早くポケットサポートと出会いたかった」という声を無くすためにも、寄付者一人ひとりの思いを大切に、子どもたちとその家族へ支援を届ける。

1人の寄付者が増えたら

1回の寄付金額
平均 **5,700**円

年間寄付回数
1人平均 **3.64**回

年間寄付額
平均 **20,748**円

約 **1.58** 人の子どもたちに
学習支援やピアサポート相談
体験交流イベントを提供できる

定期的に子どもたちの様子など
メルマガやニュースレターでご報告

確定申告の寄付金控除として
所得税や住民税の税制優遇あり

To be a trustworthy organization

信頼できる 団体であるために

- 岡山市より認められた認定NPO法人
- 関係するすべての皆様に信頼と安心を
- 利用者・支援者・寄付者への情報発信
- 個人情報保護と情報セキュリティ

07

岡山市より認められた認定NPO法人

ポケットサポートは2018年4月に岡山市より認定NPO法人として認定を受ける。

全国にあるNPO法人50,000団体のうち、認定NPO法人はNPO法人全体の約2%だけ。

認定NPO法人として認定を受けるための主な条件

広く一般から
寄付を受けているか
(支持を受けているか)

全国の寄付者から
年間1,200件以上の
寄付実績

活動や組織運営が
適切に行われているか

理事会の議事録作成
設立目的に沿った
支援活動の実施

法人に関する情報を
きちんと公開しているか

WEBや郵送にて
日々の活動報告や
収支決算を公開

関係するすべての皆様に信頼と安心を

非営利組織の信頼性・透明性を評価する「**グッドガバナンス認証**」を岡山県内で初取得。
地元行政からの事業受託など、**利用者だけでなく寄付者にも安心いただける組織**を目指す。

第三者評価

非営利組織の信頼性・透明性の証し



公益財団法人日本非営利組織評価センター
「グッドガバナンス認証」を岡山県内で初取得

助成 & 受託実績

助成金等を活用した事業立ち上げ、課題解決に取り組む



民間助成金の他に岡山県・岡山市・倉敷市からの
受託事業や備前県民局との協働事業実績あり

ポケットサポートを利用しているご家族はもちろん、
支援者や寄付者の皆様にも活動内容や成果をキャッチしやすい様々な方法で発信。

ニュースレター



日々の交流イベントや
ボランティア研修の様子などを
定期的にニュースレターで
寄付者や支援者にご報告

メールマガジン



約2,200名が登録している
「ポケサポメール便」を通じて
最新の活動報告やイベント情報を
リアルタイムに発信

ホームページ・SNS



公式ホームページだけでなく
活動報告ブログを立ち上げ
コラム記事やゲーム紹介など
支援に役立つコンテンツを掲載

個人情報保護と情報セキュリティ

利用者や寄付者に関する様々な情報や履歴をSalesforce（セールスフォース）に集約。
停電時の無停電電源装置、不正アクセスやランサムウェアに対抗するUTMを導入。

個人情報の一元管理

すべての利用者・寄付者・支援者とのつながりを把握



利用者や寄付者の情報をすべて一元管理。
利用するためには本人確認の**多要素認証が必須**。
NPO Salesforce活用共有会で表彰実績あり

クラウドサービス活用

難病のある職員の在宅ワークにも柔軟かつセキュアに対応



在宅でもメールや電話での対応ができるように
複数のクラウドサービスをフル活用。
セキュリティを維持しながら**柔軟な働き方を実現**。

Challenges for the Future

未来に向けた挑戦

08

- 解消すべき3つの重点課題
- 1人でも多く子どもたちに支援を届ける
- 子どもたちと一緒に目指したい未来予想図

解消すべき3つの重点課題

行政担当者からのヒアリングや当事者への実態調査から**3つの重点課題を抽出**。

支援や情報を求めている1人でも多くの**子どもたちとつながり**、認知を広めていく。

病気のある子どもと家族へのニーズ調査&実態調査から見てきたこと

岡山県内においても
ポケットサポートや
小慢自立支援員の
認知度が低い



広報ツールや出張支援

様々な広報施策や保健所等へ
受給者証更新時に出張しての
相互交流イベント開催など

就園・就学の不安や
高校・大学への
進学に関する悩みを
感じている回答が多い



就学・進学支援

学校や友達への病気の伝え方
特別支援学校の検討など
支援学校と連携した相談会開催

合理的配慮や遠隔授業等
教育と医療・行政を
横断した調整役が
求められている



多職種連携支援

医療と教育・行政をつなぎ
当事者である子ども本人の
気持ちに寄り添った支援実践

1人でも多くの子どもたちに支援を届ける

病気や治療・学校生活のことを相談するのは、誰しも**心理的に高いハードルがある**。
同じように**病気で療養経験のあるピア**(仲間)である**安心感**をキーワードに訴求していく。

認知する



様々な支援活動やサポートがあることを知ってもらうためWEB/SNS、広報ツールの制作
ブース出展などを実施

つながる



交流イベントへの参加や
ピアサポート個別相談支援
学習支援等を通じてつながる
仲間や支援者と知り合う

安心する



支援者のための赤鼻ワーク（副島 賢和先生）

子どもたちの成長に合わせて
学校や医療機関、患者団体等と
情報共有・連携しながら
様々な悩みや不安を解消する

知ってもらう機会を増やし、安心してイベント参加や相談できるポケサポへ

病気のある子どもたちと 一緒に目指したい未来予想図

今、この瞬間も闘病を続ける子どもたち。

「どうして自分だけ・・・」

「両親やきょうだいにも迷惑かけている・・・」

先の見えない不安や、学習や進学への焦り。

わがままを言ってはいけないという家族への遠慮。

そんな君の気持ち。ポケサポの仲間なら話せるかも。

「きっと大丈夫、ひとりじゃないよ」

Diverse involvement in activities

活動への 多様な関わり方

09

- 子どもの学び応援サポーターになる
- 都度寄付や現物寄付で活動を支える
- 毎月支払う電気料金の一部で活動を応援する
- Yogiboの購入金額から5%が団体に届く
- メルマガ購読 & SNSシェアで活動を応援する

子どもの学び応援サポーターになる

毎月2,000円の継続寄付で、子どもたちの学びを応援するサポーター制度。
1日66円の寄付で年間約1.6人の支援につながる。確定申告による寄付金控除対象。

あなたの思いと
“できること”

病気の子どもたちが
安心して学べるように
一緒に届けませんか？



スマホから簡単申込



都度寄付や現物寄付で活動を支える

入学や卒業、クリスマスなど季節に応じて都度寄付や必要な物品を現物寄付で受付中。
お気持ちに合わせて様々な寄付方法から、病気のある子どもたちを応援できる。

都度寄付

銀行振込・クレジットカード・郵便払込にて受付中



各種カードブランドでのご寄付に対応。
決済日の翌月末に寄付金受領証明書を
郵送にてお送りしています。



現物寄付

Amazonほしいもののリストを通じて受付中



衛生用品や学習用品、事務用品等や
交流イベントで楽しむゲーム類を
現物寄付で受け付けています。



毎月支払う電気料金の一部で活動を応援する

自然エネルギー100%の電力供給で地球温暖化の解決に取り組む「ハチドリ電力」

毎月の電気料金1%がポケットサポートの活動資金として寄付される仕組み。

ハチドリ電力がお得な理由

1

電気料金の上乗せ利益0円

ハチドリ電力はたくさん電気を使っても、500円の利益しかいただきません。

2

市場価格の安い時に電気を買える

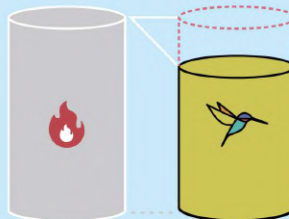
大手電力会社の固定料金とは異なり、市場価格が下がっている時間帯は電気料金が安くなります。

3

燃料調整費0円

ハチドリ電力は自然エネルギー100%の電気のみを提供しているため、燃料調整費がかかりません。

大手電力会社より
安い料金プラン!



大手電力会社

ハチドリ電力



今の電力会社への
解約手続きは
不要です!※



初期費用0円!
工事も
必要ありません!



ハチドリ電力は
いつ解約しても
違約金なし!

※引越し先の電気をお申込みの場合は解約のご連絡が必要です

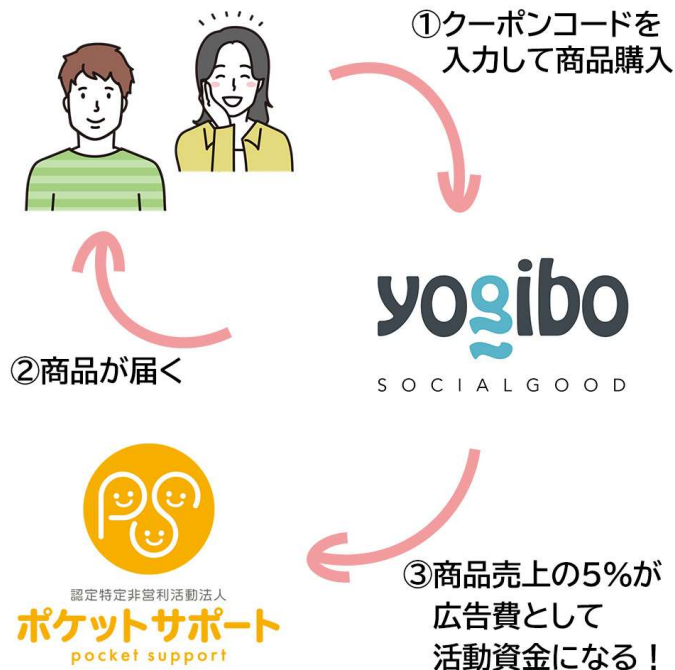
ハチドリ電力HPで
詳細をご確認ください



Yogiboの購入金額から5%が団体に届く

快適すぎて動けなくなる魔法のビーズソファ『Yogibo』（ヨギボー）

購入金額の5%が団体の活動資金として届く「Yogibo Social Goodクーポン」



右記のQRコードから購入する
商品をカートに追加します。

決済方法選択の画面の4桁の
クーポンコードを入力して
「クーポンコードを適用」を
クリックしてください。



認定NPO法人ポケットサポート
専用クーポンコード

PKSP

クーポンコード適用後に「PKSP」と
表示されていることをご確認ください。

メルマガ購読 & SNSシェアで活動を応援する

ポケットサポートの活動報告やイベント情報を写真付きメルマガでいち早くGET。
よく使っているSNSで「いいね」「シェア」することでたくさんの人に情報を届ける。

無料メルマガ購読

定期的にお送りするメルマガ・3つの特典あり

無料

＼読者2,000人以上／

メールマガジン登録者だけの**3つの特典**

メリット 1

最新イベント
情報をお届け！



メリット 2

お役立ち冊子
無料PDF配布



メリット 3

過去イベント
見逃し視聴可

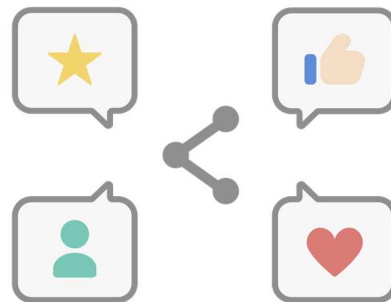


右記のQRコードから簡単登録できます。
最新情報を写真付きで分かりやすく、
スマホでも読みやすい形式で配信。



SNSシェア応援

支援や情報を必要としている人に届けるために



Facebook、X (twitter)、インスタ (Instagram)
YouTubeにて情報発信を行っています。皆さんの
いいね、シェア拡散が子どもたちの力になる！

**あなたの応援する気持ちが
病気のある子どもとその家族の
希望につながる。**

未来を生きる子どもたちを 地域みんなで応援する社会に

病気のある子どもたちが将来に希望を持ち、
自分らしく暮らせる社会にしたい。

私たちの活動は医療者や教育関係者・行政の協力はもちろん
地域や寄付者の皆様によって支えられている。

子どもたちの願いは
「学校の友達と同じように遊びたい、勉強したい」

病気のある子どもたちとその家族にとって
みなさんの想いと応援が支えとなり“生きる力”につながる。

pocket support

発行日：2025年6月2日

制 作：認定NPO法人ポケットサポート

問合せ：岡山県岡山市北区春日町7-21-103号

電話：086-289-8528 メール：info@pokesapo.com

©2025 certified NPO organization Pocket Support.

※本冊子の無断複製および無断編集を禁じます。転載・転用はご相談ください。

