第122回輸液・栄養管理研修会参加者アンケート集計結果

開催日時: 2018年9月11日(火) 19:00~21:00

開催場所: ウェスタ川越2階 市民活動室1

情報提供: 「高齢者の栄養剤について」

(株) テルモ 首都圏学術 大塚 亜紀子 先生

講演 1: 「ワンポイントレクチャー」

埼玉医科大学総合医療センター 薬剤部 井上 芳洋

講演2:「薬剤師が行う高齢者のポリファーマシー対策と栄養支援」

新潟南病院 薬剤部 武藤 浩司 先生

総合評点 3.3 (4件尺度)

| 研修者数 | アンケート提出数 | アンケート回収率 | アンケー ト意見あ り(枚) |
|------|----------|----------|----------------------|
| 83 | 76 | 92% | 22 |

評価記入---4. とても適切 3. 適切 2. やや不適切 1. 全く不適切

1. 本研修会の開催をどこで知ったか

| 郵送されたポスター | 送信されたFAX | メール | HP | メルマガ | その他 |
|-----------|----------|-----|----|------|-----|
| 16 | 24 | 7 | 18 | 5 | 5 |

2. メールマガジンを知っているか

| 知っている | 知らない | 無回答 |
|-------|------|-----|
| 43 | 27 | 6 |

| 登録済み | 登録していない | 無回答 |
|------|---------|-----|
| 22 | 12 | 42 |

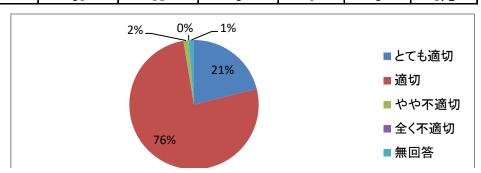
3. 性別と年代

| 男 | 女 | 無回答 |
|----|----|-----|
| 36 | 35 | 5 |

| 20代 | 30代 | 40代 | 50代 | 60歳以上 | 無回答 |
|-----|-----|-----|-----|-------|-----|
| 39 | 20 | 7 | 6 | 1 | 3 |

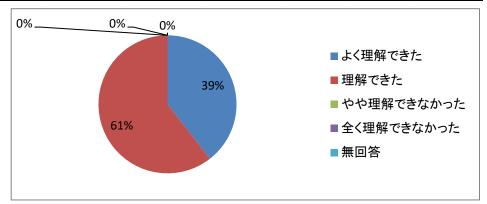
4. ワンポイントレクチャーについて

| 4 | とても適切 | 適切 | やや不適切 | 全く不適切 | 無回答 | 平均 |
|---|-------|----|-------|-------|-----|------|
| | 16 | 58 | 1 | 0 | 1 | 3. 2 |



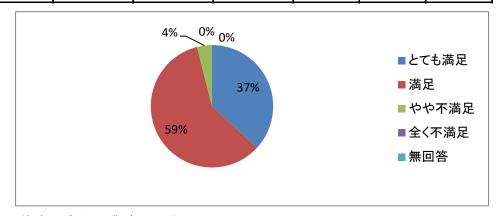
5. 「薬剤師が行う高齢者のポリファーマシー対策と栄養支援」の内容について

| 5 | よく理解できた | 理解できた | やや理解でき なかった | 全く理解できなかった | 無回答 | 平均 |
|---|---------|-------|----------------|------------|-----|------|
| | 30 | 46 | 0 | 0 | 0 | 3. 4 |



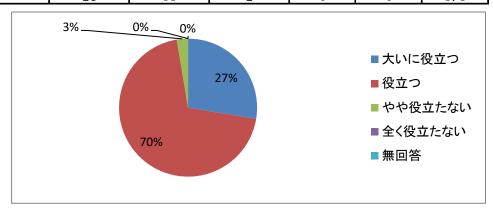
6. 本研修会の印象について

| 1 7/12 | | | | | | |
|--------|-------|----|-------|-------|-----|------|
| 6 | とても満足 | 満足 | やや不満足 | 全く不満足 | 無回答 | 平均 |
| | 28 | 45 | 3 | 0 | 0 | 3. 3 |



7. 本研修会は今後の業務に役立つか

| 1 1 1911 2 21 | S 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 | $\mathcal{N} = \mathcal{N} = \mathcal{N}$ | | | | |
|---------------|---|---|---------|-------------|-----|------|
| 7 | 大いに役立つ | 役立つ | やや役立たない | 全く役立た ない | 無回答 | 平均 |
| | 21 | 53 | 2 | 0 | 0 | 3, 3 |



アンケート意見(22枚)

4. ワンポイントレクチャーについて もっと分かりやすいスライドにしてほしかった 6. 本研修会の印象について

一般的なことばかりで具体例などをもっと知りたかった

8. 今後取り上げてほしいテーマについて

小児の栄養について

| がん栄養管理について 1 病態別の栄養の基本 1 低栄養の対策について 1 がん、感染症状況下での栄養管理の実際や問題点 1 栄養管理における地域連携 1 栄養療法の有害事象 1 激変している肺がんの病態と標的分子の検査方法 1 非ベングジアゼピン系の使い方 1 酢酸リンゲル 1 好酸球増加症 1 9.本研修会で気づいたこと・質問・希望 1 有意義な研修会だった 1 大変面白い研修会だった 1 栄養療法とポリファーマシーに関して、介入していく方法が学べてよかった。増田先生のABCDEは参考になった 1 ボリファーマシーについて学ぶことができてよかった。薬が嚥下困難につながるという考えを知らなかったので、今後参考にしていきたいと思う最近輪液にもバリエーションが増えてきており、本当に世の中に必要な輪液なのかをベースに、最近の知見や使い勝手を知りたい検査値をラベル印刷しているのは素晴らしいと思った 1 加算など、薬剤師のお金の稼ぎ方をもっと知りたいと思った 1 加算など、薬剤師のお金の稼ぎ方をもっと知りたいと思った 1 がきってほしい 1 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ | | |
|---|-------------------------------|---|
| 低栄養の対策について がん、感染症状況下での栄養管理の実際や問題点 栄養管理における地域連携 栄養療法の有害事象 激変している肺がんの病態と標的分子の検査方法 非ベンゾジアゼピン系の使い方 酢酸リンゲル 好酸球増加症 有意義な研修会だった 大変面白い研修会だった 栄養療法とポリファーマシーに関して、介入していく方法が学べてよかった。増田先生のABCDEは参考になった ボリファーマシーについて学ぶことができてよかった。薬が嚥下困難につながるという考えを知らなかったので、今後参考にしていきたいと思う 最近輸液にもバリエーションが増えてきており、本当に世の中に必要な輸液なのかをベースに、最近の知見や使い勝手を知りたい検査値をラベル印刷しているのは素晴らしいと思った 加算など、薬剤師のお金の稼ぎ方をもっと知りたいと思った がテライトをやってほしい サテライトをやってほしい 縦長の会場でややスクリーンが見にくかった字の小さいスライドは配布資料としてくれると助かる会員で登録されていることが明らかであるのに、非会員扱いにな | がん栄養管理について | 1 |
| がん、感染症状況下での栄養管理の実際や問題点 1 栄養管理における地域連携 1 栄養療法の有害事象 1 激変している肺がんの病態と標的分子の検査方法 1 非ベンゾジアゼピン系の使い方 1 酢酸リンゲル 1 好酸球増加症 1 9.本研修会で気づいたこと・質問・希望 1 有意義な研修会だった 1 大変面白い研修会だった 1 大変面白い研修会だった 1 栄養療法とポリファーマシーに関して、介入していく方法が学べてよかった。増田先生のABCDEは参考になった 1 ボリファーマシーについて学ぶことができてよかった。薬が嚥下困難につながるという考えを知らなかったので、今後参考にしていきたいと思う 最近輸液にもバリエーションが増えてきており、本当に世の中に必要な輸液なのかをベースに、最近の知見や使い勝手を知りたい 1 検査値をラベル印刷しているのは素晴らしいと思った 1 加算など、薬剤師のお金の稼ぎ方をもっと知りたいと思った 1 参加型の研修をやってほしい 1 サテライトをやってほしい 1 様長の会場でややスクリーンが見にくかった 2 字の小さいスライドは配布資料としてくれると助かる 1 会員で登録されていることが明らかであるのに、非会員扱いにな | 病態別の栄養の基本 | 1 |
| 栄養管理における地域連携 1 栄養療法の有害事象 1 激変している肺がんの病態と標的分子の検査方法 1 非ベンゾジアゼピン系の使い方 1 酢酸リンゲル 1 ウ酸球増加症 1 9.本研修会で気づいたこと・質問・希望 1 有意義な研修会だった 1 栄養療法とポリファーマシーに関して、介入していく方法が学べてよかった。増田先生のABCDEは参考になった 1 ポリファーマシーについて学ぶことができてよかった。薬が嚥下困難につながるという考えを知らなかったので、今後参考にしていきたいと思う最近輸液にもバリエーションが増えてきており、本当に世の中に必要な輸液なのかをベースに、最近の知見や使い勝手を知りたいを思ったまいまたいと思った。 1 検査値をラベル印刷しているのは素晴らしいと思った 1 が型の研修をやっていの研修をやってほしい 1 が加型の研修をやってほしい 1 が担めの研修をやっている場所をあった。ことが明らかったまのいた。非会員扱いになまらいスライドは配布資料としてくれると助かる会員で登録されていることが明らかであるのに、非会員扱いになまた。非会員扱いになまたないまたが表します。 1 | 低栄養の対策について | 1 |
| 栄養療法の有害事象 1 激変している肺がんの病態と標的分子の検査方法 1 非ベンゾジアゼピン系の使い方 1 9.本研修会で気づいたこと・質問・希望 1 有意義な研修会だった 1 大変面白い研修会だった 1 栄養療法とポリファーマシーに関して、介入していく方法が学べてよかった。増田先生のABCDEは参考になった 1 ボリファーマシーについて学ぶことができてよかった。薬が嚥下困難につながるという考えを知らなかったので、今後参考にしていきたいと思う最近輪液にもバリエーションが増えてきており、本当に世の中に必要な輪液なのかをベースに、最近の知見や使い勝手を知りたいたと思う最近輪液にもバリエーションが増えてきており、本当に世の中に必要な輪液なのかをベースに、最近の知見や使い勝手を知りたいたでき値をラベル印刷しているのは素晴らしいと思ったまかからであるの稼ぎ方をもっと知りたいと思ったなかからであるの稼ぎ方をもっと知りたいと思ったまかからなかかりであるの様をやってほしいサテライトをやってほしいサテライトをやってほしい様長の会場でややスクリーンが見にくかったまかりないスライドは配布資料としてくれると助かる会員で登録されていることが明らかであるのに、非会員扱いにな | がん、感染症状況下での栄養管理の実際や問題点 | 1 |
| 激変している肺がんの病態と標的分子の検査方法 1 非ベンゾジアゼピン系の使い方 1 酢酸リンゲル 1 好酸球増加症 1 9.本研修会で気づいたこと・質問・希望 1 有意義な研修会だった 1 大変面白い研修会だった 1 栄養療法とポリファーマシーに関して、介入していく方法が学べてよかった。増田先生のABCDEは参考になった 1 ポリファーマシーについて学ぶことができてよかった。薬が嚥下困難につながるという考えを知らなかったので、今後参考にしていきたいと思う 1 最近輪液にもバリエーションが増えてきており、本当に世の中に必要な輸液なのかをベースに、最近の知見や使い勝手を知りたい検査値をラベル印刷しているのは素晴らしいと思った 1 が査値をラベル印刷しているのは素晴らしいと思った 1 が重など、薬剤師のお金の稼ぎ方をもっと知りたいと思った 1 が型の研修をやってほしい 1 サテライトをやってほしい 1 が長の会場でややスクリーンが見にくかった 2 字の小さいスライドは配布資料としてくれると助かるのに、非会員扱いにな 1 会員で登録されていることが明らかであるのに、非会員扱いにな 1 | 栄養管理における地域連携 | 1 |
| 激変している肺がんの病態と標的分子の検査方法 1 非ベンゾジアゼピン系の使い方 1 酢酸リンゲル 1 好酸球増加症 1 9.本研修会で気づいたこと・質問・希望 1 有意義な研修会だった 1 大変面白い研修会だった 1 栄養療法とポリファーマシーに関して、介入していく方法が学べてよかった。増田先生のABCDEは参考になった 1 ポリファーマシーについて学ぶことができてよかった。薬が嚥下困難につながるという考えを知らなかったので、今後参考にしていきたいと思う 1 最近輪液にもバリエーションが増えてきており、本当に世の中に必要な輸液なのかをベースに、最近の知見や使い勝手を知りたい検査値をラベル印刷しているのは素晴らしいと思った 1 が査値をラベル印刷しているのは素晴らしいと思った 1 が重など、薬剤師のお金の稼ぎ方をもっと知りたいと思った 1 が型の研修をやってほしい 1 サテライトをやってほしい 1 が長の会場でややスクリーンが見にくかった 2 字の小さいスライドは配布資料としてくれると助かるのに、非会員扱いにな 1 会員で登録されていることが明らかであるのに、非会員扱いにな 1 | 栄養療法の有害事象 | 1 |
| 非ベンゾジアゼピン系の使い方 1 酢酸リンゲル 1 好酸球増加症 1 9.本研修会で気づいたこと・質問・希望 1 有意義な研修会だった 1 大変面白い研修会だった 1 栄養療法とポリファーマシーに関して、介入していく方法が学べてよかった。増田先生のABCDEは参考になった 1 ポリファーマシーについて学ぶことができてよかった。薬が嚥下困難につながるという考えを知らなかったので、今後参考にしていきたいと思う最近輸液にもバリエーションが増えてきており、本当に世の中に必要な輸液なのかをベースに、最近の知見や使い勝手を知りたい検査値をラベル印刷しているのは素晴らしいと思った 1 検査値をラベル印刷しているのは素晴らしいと思った 1 加算など、薬剤師のお金の稼ぎ方をもっと知りたいと思った 1 参加型の研修をやってほしい 1 サテライトをやってほしい 1 縦長の会場でややスクリーンが見にくかったまからな場でややスクリーンが見にくかったまからないスライドは配布資料としてくれると助かるまからないスライドは配布資料としてくれると助かるまからないスライドは配布資料としてくれると助かるまからないスライドは配布資料としてくれると助かるまからないスライドは配布資料としてくれると助かるまからないようないスライドは配布資料としてくれると助かるまからないスライドは配からないであるのに、非会員扱いにないますと表現を表すると表現を表現していることが明らかであるのに、非会員扱いにないないますと表現していることが明らかであるのに、非会員扱いにないますと表現していることが明らかであるのに、非会員扱いにないますと表現していることが明らかであるのに、非会員扱いにないますと表現していることが明らかであるのに、非会員扱いにないますと表現していることが明らかであるのに、非会員扱いにないますと表現していることが明らかであるのに、非会員扱いにないますと表現していることが明らかであるのに、非会員扱いにないますと表現していることが明らかであるのに、非会員扱いにないますと表現していることが明らかであるのに、非会員扱いにないますと表現していることが明られていることが明らかであるのに、非会員扱いにないますと思いますとないますと思いますと表現していることが明らかであるのに、非会員扱いにないますと思いますと思いますと思いますと表現していることが明らかであるのに、非会員扱いにないますと思いますと思いますと思いますと思いますと思いますと思いますと思いますと思 | 激変している肺がんの病態と標的分子の検査方法 | 1 |
| 酢酸リンゲル 好酸球増加症 9.本研修会で気づいたこと・質問・希望 有意義な研修会だった 大変面白い研修会だった 栄養療法とポリファーマシーに関して、介入していく方法が学べてよかった。増田先生のABCDEは参考になった ポリファーマシーについて学ぶことができてよかった。薬が嚥下困難につながるという考えを知らなかったので、今後参考にしていきたいと思う最近輸液にもバリエーションが増えてきており、本当に世の中に必要な輸液なのかをベースに、最近の知見や使い勝手を知りたい検査値をラベル印刷しているのは素晴らしいと思った 検査値をラベル印刷しているのは素晴らしいと思った 加算など、薬剤師のお金の稼ぎ方をもっと知りたいと思った 参加型の研修をやってほしい サテライトをやってほしい 縦長の会場でややスクリーンが見にくかった 字の小さいスライドは配布資料としてくれると助かる会員で登録されていることが明らかであるのに、非会員扱いにな | | 1 |
| 好酸球増加症 1 9.本研修会で気づいたこと・質問・希望 1 有意義な研修会だった 1 大変面白い研修会だった 1 栄養療法とポリファーマシーに関して、介入していく方法が学べてよかった。増田先生のABCDEは参考になったポリファーマシーについて学ぶことができてよかった。薬が嚥下困難につながるという考えを知らなかったので、今後参考にしていきたいと思う最近輸液にもバリエーションが増えてきており、本当に世の中に必要な輸液なのかをベースに、最近の知見や使い勝手を知りたい検査値をラベル印刷しているのは素晴らしいと思ったカウェスに、薬剤師のお金の稼ぎ方をもっと知りたいと思ったカウェスを表別でいるのでであるのであるのであるのであるのであるのであるのであるのに、非会員扱いにな会員で登録されていることが明らかであるのに、非会員扱いになます。 | | 1 |
| 9.本研修会で気づいたこと・質問・希望 1 有意義な研修会だった 1 大変面白い研修会だった 1 栄養療法とポリファーマシーに関して、介入していく方法が学べてよかった。増田先生のABCDEは参考になった 1 ポリファーマシーについて学ぶことができてよかった。薬が嚥下困難につながるという考えを知らなかったので、今後参考にしていきたいと思う最近輸液にもバリエーションが増えてきており、本当に世の中に必要な輸液なのかをベースに、最近の知見や使い勝手を知りたい検査値をラベル印刷しているのは素晴らしいと思った 1 地査値をラベル印刷しているのは素晴らしいと思った。か算など、薬剤師のお金の稼ぎ方をもっと知りたいと思った。か加型の研修をやってほしいまかってほしいが表しているのは表現でややスクリーンが見にくかった。空の小さいスライドは配布資料としてくれると助かる会員で登録されていることが明らかであるのに、非会員扱いにな 1 | | 1 |
| 有意義な研修会だった 大変面白い研修会だった 栄養療法とポリファーマシーに関して、介入していく方法が学べてよかった。増田先生のABCDEは参考になった ポリファーマシーについて学ぶことができてよかった。薬が嚥下困難につながるという考えを知らなかったので、今後参考にしていきたいと思う最近輸液にもバリエーションが増えてきており、本当に世の中に必要な輸液なのかをベースに、最近の知見や使い勝手を知りたい検査値をラベル印刷しているのは素晴らしいと思った 検査値をラベル印刷しているのは素晴らしいと思った 加算など、薬剤師のお金の稼ぎ方をもっと知りたいと思った 参加型の研修をやってほしい サテライトをやってほしい 縦長の会場でややスクリーンが見にくかった 字の小さいスライドは配布資料としてくれると助かる会員で登録されていることが明らかであるのに、非会員扱いにな | | 1 |
| 大変面白い研修会だった 1 栄養療法とポリファーマシーに関して、介入していく方法が学べてよかった。増田先生のABCDEは参考になった 1 ポリファーマシーについて学ぶことができてよかった。薬が嚥下困難につながるという考えを知らなかったので、今後参考にしていきたいと思う 最近輸液にもバリエーションが増えてきており、本当に世の中に必要な輸液なのかをベースに、最近の知見や使い勝手を知りたい 検査値をラベル印刷しているのは素晴らしいと思った 1 加算など、薬剤師のお金の稼ぎ方をもっと知りたいと思った 1 かテライトをやってほしい 1 サテライトをやってほしい 2 縦長の会場でややスクリーンが見にくかった 2 字の小さいスライドは配布資料としてくれると助かる 1 会員で登録されていることが明らかであるのに、非会員扱いにな | | 1 |
| 栄養療法とポリファーマシーに関して、介入していく方法が学べてよかった。増田先生のABCDEは参考になった ポリファーマシーについて学ぶことができてよかった。薬が嚥下困難につながるという考えを知らなかったので、今後参考にしていきたいと思う最近輸液にもバリエーションが増えてきており、本当に世の中に必要な輸液なのかをベースに、最近の知見や使い勝手を知りたい検査値をラベル印刷しているのは素晴らしいと思った 1 加算など、薬剤師のお金の稼ぎ方をもっと知りたいと思った 1 参加型の研修をやってほしい 1 サテライトをやってほしい 1 縦長の会場でややスクリーンが見にくかった 2 字の小さいスライドは配布資料としてくれると助かる 会員で登録されていることが明らかであるのに、非会員扱いにな | | 1 |
| てよかった。増田先生のABCDEは参考になった ポリファーマシーについて学ぶことができてよかった。薬が嚥下 困難につながるという考えを知らなかったので、今後参考にしていきたいと思う 最近輸液にもバリエーションが増えてきており、本当に世の中に必要な輸液なのかをベースに、最近の知見や使い勝手を知りたい 検査値をラベル印刷しているのは素晴らしいと思った 加算など、薬剤師のお金の稼ぎ方をもっと知りたいと思った か加型の研修をやってほしい サテライトをやってほしい 1 縦長の会場でややスクリーンが見にくかった 字の小さいスライドは配布資料としてくれると助かる 会員で登録されていることが明らかであるのに、非会員扱いにな | | - |
| ポリファーマシーについて学ぶことができてよかった。薬が嚥下 困難につながるという考えを知らなかったので、今後参考にして 1 いきたいと思う 最近輸液にもバリエーションが増えてきており、本当に世の中に 必要な輸液なのかをベースに、最近の知見や使い勝手を知りたい 検査値をラベル印刷しているのは素晴らしいと思った 1 加算など、薬剤師のお金の稼ぎ方をもっと知りたいと思った 1 参加型の研修をやってほしい 1 サテライトをやってほしい 1 縦長の会場でややスクリーンが見にくかった 2 字の小さいスライドは配布資料としてくれると助かる 1 会員で登録されていることが明らかであるのに、非会員扱いにな | | 1 |
| いきたいと思う 最近輸液にもバリエーションが増えてきており、本当に世の中に 必要な輸液なのかをベースに、最近の知見や使い勝手を知りたい 検査値をラベル印刷しているのは素晴らしいと思った 加算など、薬剤師のお金の稼ぎ方をもっと知りたいと思った か加型の研修をやってほしい サテライトをやってほしい 1 縦長の会場でややスクリーンが見にくかった 字の小さいスライドは配布資料としてくれると助かる 会員で登録されていることが明らかであるのに、非会員扱いにな | ポリファーマシーについて学ぶことができてよかった。薬が嚥下 | |
| いきたいと思う 最近輸液にもバリエーションが増えてきており、本当に世の中に 必要な輸液なのかをベースに、最近の知見や使い勝手を知りたい 検査値をラベル印刷しているのは素晴らしいと思った 加算など、薬剤師のお金の稼ぎ方をもっと知りたいと思った か加型の研修をやってほしい サテライトをやってほしい 1 縦長の会場でややスクリーンが見にくかった 字の小さいスライドは配布資料としてくれると助かる 会員で登録されていることが明らかであるのに、非会員扱いにな | | 1 |
| 最近輸液にもバリエーションが増えてきており、本当に世の中に 必要な輸液なのかをベースに、最近の知見や使い勝手を知りたい 検査値をラベル印刷しているのは素晴らしいと思った 1 加算など、薬剤師のお金の稼ぎ方をもっと知りたいと思った 1 参加型の研修をやってほしい 1 サテライトをやってほしい 1 縦長の会場でややスクリーンが見にくかった 2 字の小さいスライドは配布資料としてくれると助かる 会員で登録されていることが明らかであるのに、非会員扱いにな | | |
| 必要な輸液なのかをベースに、最近の知見や使い勝手を知りたい 1 検査値をラベル印刷しているのは素晴らしいと思った 1 加算など、薬剤師のお金の稼ぎ方をもっと知りたいと思った 1 参加型の研修をやってほしい 1 サテライトをやってほしい 1 縦長の会場でややスクリーンが見にくかった 2 字の小さいスライドは配布資料としてくれると助かる 1 会員で登録されていることが明らかであるのに、非会員扱いにな | | |
| 検査値をラベル印刷しているのは素晴らしいと思った1加算など、薬剤師のお金の稼ぎ方をもっと知りたいと思った1参加型の研修をやってほしい1サテライトをやってほしい1縦長の会場でややスクリーンが見にくかった2字の小さいスライドは配布資料としてくれると助かる1会員で登録されていることが明らかであるのに、非会員扱いにな | | 1 |
| 加算など、薬剤師のお金の稼ぎ方をもっと知りたいと思った 1 参加型の研修をやってほしい 1 サテライトをやってほしい 1 縦長の会場でややスクリーンが見にくかった 2 字の小さいスライドは配布資料としてくれると助かる 1 会員で登録されていることが明らかであるのに、非会員扱いにな | | 1 |
| 参加型の研修をやってほしい1サテライトをやってほしい1縦長の会場でややスクリーンが見にくかった2字の小さいスライドは配布資料としてくれると助かる1会員で登録されていることが明らかであるのに、非会員扱いにな | | 1 |
| サテライトをやってほしい 1 縦長の会場でややスクリーンが見にくかった 2 字の小さいスライドは配布資料としてくれると助かる 1 会員で登録されていることが明らかであるのに、非会員扱いにな | | 1 |
| 縦長の会場でややスクリーンが見にくかった 2字の小さいスライドは配布資料としてくれると助かる 1会員で登録されていることが明らかであるのに、非会員扱いにな | | 1 |
| 字の小さいスライドは配布資料としてくれると助かる 1 会員で登録されていることが明らかであるのに、非会員扱いにな | | 2 |
| 会員で登録されていることが明らかであるのに、非会員扱いにな | | 1 |
| | 会員で登録されていることが明らかであるのに、非会員扱いにか | |
| $\omega \sim 100 \text{ GeV}$ and $\omega \sim 100 \text{ GeV}$ and $\omega \sim 100 \text{ GeV}$ | | 1 |
| ドを忘れないように気を付けようと思う | | • |