

GOOD MORNING

倫理経営実践塾

学びと実践を加速する2つの塾

後継者倫理塾

p.1-3「ぜひみなさんにこの体験をしてほしい」

後継者倫理塾植松幸塾生(江戸川区倫理法人会会員)

p.4-6「ここは倫理の特殊部隊。これまでは無免許運転の経営者ようだった。」倫理経営実践塾

丸山和博塾生(霞が関倫理法人会副会長)

ぜひみなさんにこの体験をしてほしい

後継者倫理塾 植松 幸 塾生(江戸川区倫理法人会会員)



後継者倫理塾に入って気づいたこと

後継者倫理塾が令和6年度も13名でスタートしました。後継者倫理塾は創業者の精神を引き継ぎ、倫理経営を正しく理解、実践する後継者の育成を目指します。入塾の条件は事業を承継する予定の者、とありますが、未来を担う25～50歳までの会員で入塾にご興味のある方は、ぜひ運営や卒塾生にご相談ください。10ヶ月間を通して、自分自身や親祖先を通して向き合い、経営者として家庭人として人間力を養っていきます。

今期18期生として入塾した江戸川区会員の植松幸さんに、現時点での学びや気づきについて伺いました。植松さんの姉である求由美江戸川区相談役も13期生として学んでいます。

(詳しくはGOOD MORNING1月号にて)

一倫理法人会への入会、後継者倫理塾へ入塾のきっかけは何でしたか？

もともと姉の会社が入会していたので、モーニングセミナーにはたびたび参加していました。姉が後継者倫理塾13期生で学んだ後、江戸川区の会長にもなり、どんどん変わっていき、距離が離れていくような感覚がありました。

昨年5月に倫理法人会に入会しましたが、私も何か決意しなきゃいけないん

だな、と思いつつ、決心もできず、変わり方もわからず、これは強制的に何かをしなきゃいけない、と感じていました。すると、後継者倫理塾の情報をやたらと目にするようになりました。そんな時に、下原塾長から姉のところに塾生を探していると電話がきました。私はちょうど隣にいて「これ、チャンスだな!」と入塾を即決して返事をしました。姉はその返事にとても驚いていました。周りの人にも「私、変わりますから」と宣言して入りました。

一実際に塾に入っているいかがですか？

第18期生は女性私1人で、知らない人たちばかり、不安ばかりで、1日目近づいてくるほど不安は増していきました。当日はすごい過密スケジュールの上に、やったこともないことをやる、い

ろいろと大変でした。ただ、不思議と楽しさみたいなものもありました。これはすごく嫌だけど楽しまいとやってられない、と言い聞かせるように過ごし、終わった後はもうへとへとに疲れてました。

そして、朝起きの実践をすることになりました。ただ、そもそも何時に起きるのが朝起きなのか、モーニングセミナーに行く日は起きるけど、何もないのに起きて何をすればいいのかわからない、塾生同士でグループLINEで報告し合う中で、朝早く起きて葉を読みます、という人がいたので真似をすることにしました。しかし、早く起きても、二度寝三度寝してしまう日が続いていました。

それでも、とりあえずなんとか起きてぼんやりしていると、朝日が昇ってきて、その時の朝焼けがすごい綺麗で、「ああ、この朝日を見られるだけでいいかもしれない」と、朝焼けに合わせて起きる



ことにしました。そのうち、朝焼けを毎日見ると拝まずにいられなくなって起きたらとりあえず「おはようございます」「お父さん、お母さん、ありがとうございます」「私も今日も1日がばります」「私に関わっているみなさんが元気で幸せでありますように」て言って、「これでよし!」ということにしました。

単会で小林良子東京都会長に「親の前に先祖だよ」と教えていただいたので、ご先祖様から感謝を始めるようにしました。そのうち「朝起きて、朝日に向かって手を合わせることを毎日できる。なんてありがたいんだろう」という感謝が生まれて、日に日に全てのものに感謝ができるようになってきました。自転車の通勤中、太陽を見て、青空と緑の中を走りながら、とてつもなく幸せを感じました。そして、「本当の感謝ってこういうことなんだ。感謝は感じる心から湧き出てくるんだな」と身に染みしました。

一その後、塾での学びはいかがでしょう

2回目も、やっぱり行く前は嫌なんです。でも、一緒に参加している人とも話せるようになると楽しくなってきました。気が張ってるのは前回と一緒にです。ただ、疲れ具合にも余裕が出たというか、ちょっとメリハリがつけられるようになってきました。

次の実践は「トイレ掃除」をすることにしました。けれども、なかなかできません。トイレに入るたびに思い出しますが、できないんです。運営委員の人から「実践できてますか」と連絡をいただくので、できるだけやるようにしています。毎日やる、というのはたいへんだなあ、と痛感しています。

後継者倫理塾での「葉」の勉強をしてから、モーニングセミナーでいろんな方からのお話を聞いていると、「良いことも悪いことも、言われたら受け入れる」ということが腑に落ちてきたんです。今

までは姉と話していても腹が立つことがあると言いつつ返してたんなんです。でも、今はとりあえずは1回は受け入れるよう心がけています。ただ、心構えをしているときはいいのですが、突発的にくるとつい言い返してしまう。でも、受け入れる実践を続けるうちに、ちゃんと話を最後まで聞けるようになってきました。姉も驚いているようです。「できるかできないか、ではなく、やるかやらないか」実践につながる場面は生活の中にたくさんあって、今何ができる、と意識するようになりました。

3回目は「富士高原研修所（以下、富士研）」に行き、ものすごい気づきをたくさんいただきました。今までの気づきは表面的な気づきだったというか、今回、もっと奥深いところで感じるできるようになりました。

富士研から帰ってきたら、全身筋肉痛のようになって体が動かなくなったんです。それで、お風呂に入って体をさすっていると、富士研の先生が言っていた「自分体はご先祖さまのDNAで出来ているよ」との言葉が自分に深くググッと入ってきて「私の体って自分の体じゃないんだ、この体はギフトでこの地球上に出てきたんじゃないか、私がここにいるのはすごい奇跡なんじゃないか」と思えてきました。いままで自分の体を粗末に扱ってきたな、と反省して、倫理の仲間がよく言う「自分を大切にしろ」という意味が腑に落ちました。それから、いろんなものの見方がすごく変わりました。「自分は生きてるんじゃないかって生かされている。相手がいることもその出会いも1つ1つが奇跡の塊なんだ」ということが心から実感できたのです。

一他にも何か体験はありましたか？

家族に対する気持ちが変わりました。私は、幼い頃に両親が離婚し、父と暮らしていました。小さい時は育児放棄に



似たような感じでお誕生日のプレゼントや何かを買ってもらう、ということもなかったんです。それでも、私にとって1人の父親。やさしい面もあって、自立してから誕生日になると「お金がないからプレゼントはできないけど、誕生日おめでとう」と電話してきてくれていました。その後、一緒に暮らしてないとはいえ、近くには住んでいて、父に介護が必要になってきました。母にはもう別の家庭もあるし、姉は離れた所に住んでいたのでもう誰にも相談できず、自分の貯金を崩して面倒を見ていました。いよいよたいへんになってきて、姉にその状況を相談をしたら、父が生活保護を受けられることになったんです。ただ、生活保護を受けるには今まで住み慣れた所から引っ越さないといけない。父はすごく嫌がったんですが、無理やりのような感じで引っ越しをさせたら、2週間後に亡くなったんです。それにはすごく後悔して、「ごめんね」しか言えなかったです。最後は言葉を交わすこともなく逝ってしまいました。だから、周りから父がすごく感謝していた、ということを知っても、私には「ありがとう」ではなく「ごめんね」という言葉しかでてこなかったんです。

しかし、富士研で瞑想していたら、菩提樹の下に父が立っていたんです。

そして、「すべてわかったでしょう、名前の意味がわかったでしょう」という言葉を言って消えていったんです。私は自分の名前の「幸」というのは一時ひらがなにしていた時もあったくらい嫌いだし

た。幸せにならないとね、などと言われることがすごく嫌だったんです。自分が思い描く幸せはパートナーがいることでしたが、現状そうではないので。でも、父が「お前が幸せだと感じる事が出来ればそれが幸せなんだよ」ということを教えてくれたのかな、それを伝えたくて出てきたんだな、と思いました。それから、幸せの基準が変わりました。ちょっとしたことで幸せを感じる事ができるようになりました。日常の中で幸せっていっぱいあるし、それを感じられるかは自分自身だと思うんです。今まで人は人と思う幸せとか物理的なモノを考えていたんですが、見えないところに幸せがあるんだな、と感じ方ひとつだな、と。だから、いまはすごく幸せです。

また、この先「100日実践」が始まるんですが、私は母とつながりたいと思っています。富士研の瞑想の時に「大切な人とつながってください」と言われた時に、母が出てこなかったんです。自分から思い出さないと出てこなくて。先ほど話した富士研の後のお風呂で、自分はギフトだと思った時は母にも父にもすごく感謝ができました。ただ、わだかまり

が何かちょっと残ってるんです。私が幼い頃に離婚し、母の側にはいつも別の男性がいました。けれど、別の男性と一緒にいる時の母はやさしくて、そのやさしい母は好きでした。だから、お母さんを取られたような感情がありながら我慢をしてました。このわだかまりを取り除いて私自身が母につながる必要があるし、そこにつながると私は一気に変わっていくんじゃないか、と思います。100日実践で母に手紙を書くことにしたことは、まだ誰にも言っていないんですが、敢えて誰にも言わずに始めようと思っています。

そして、後継者倫理塾が終わるころには少しでも姉に近づきたい、という思いがあります。姉は経営者として、私と目線が全然違うんです。会社や社員のことをこんなにも思っているのか、ここまで世の中のこと見てるんだと痛感します。姉にどうしたらそうなるのかと聞くと、倫理のおかげでこういう見方ができるようになった、と言うんです。だから、塾での学びと実践を通じて少しでも近づきたいです。



一塾での学びはまだまだ続きます、参加を迷われている方に何かメッセージがありますか

後継者倫理塾の条件に合う人は、どんな状況であっても行ってほしいと思います。この塾での学びは他に勝るものはないと感じました。最初は本当に行きたくなかったんです。でも、行って実践をしてみると気づく角度が変わってきて、今までと違うところを気づいたりするんです。日常の1つ1つの出来事がありがたいな、とを感じるのです。例えば、富士研の先生が話されていた「自分の排泄物に対してもそこにすら感謝ができるようになります」と聞いて、私もトイレで感謝できるようになったんです。見過ごしてきたことがたくさんあるんだな、全てのものにお役があつて無駄なものは1つもないんだと感じました。ぜひ、みんなにこの体験をしてほしいです。



ここは倫理の特殊部隊。 これまでは無免許運転の 経営者のようだった。

倫理経営実践塾丸山和博塾生(霞が関倫理法人会副会長)



2つの塾での学びと実践で本とつながる

・倫理経営実践塾とは？

先行き不透明な時代、経営者は経営に関わる全ての人の物心両面の幸せを実現するためには、どんな環境にあらうとも、あらゆる方法を駆使し経営を継続し、発展させる役割と責任があります。倫理経営実践塾は、純粋倫理を基底に経営者としての資質も磨きつつ、本質的な経営力と実践力を養う場です。主に倫理経営、自社財務構造の理解を中心とした計数管理、マーケティングとイノベーション理論に基づくブルーオーシャン戦略策定を学んだ上で、経営計画書を作成し、社員、家族、関係者に向け経営計画発表会を行い、時代の変化に左右されない力強い経営者の養成を目指します。



講師：株式会社古田土会計古田土満氏



北陸大学客員教授武田幸男氏

塾生は、毎月1泊2日10ヵ月間のプログラムを共に学び、過ごすことで切磋琢磨し、また講師、運営スタッフとの結び付きも深め、お互いに経営の悩みを相談するなど、卒業後においてもかけがえのない仲間ができます。

3期生：令和6年3月より募集開始
受講期間：令和6年9月～令和7年6月（7月は経営計画発表会）

●倫理経営実践塾塾生募集ページ
<https://jissen-tokyo.hp.peraichi.com/>

霞が関倫理法人会の副会長、丸山和博さん（以下、丸山塾生）は父が下町の荒川区町屋に創業した空調設備会社の株式会社三企（以下、三企）に、長男として生まれ育ちました。前期は後継者倫理塾で学び、今期は倫理経営実践塾へと進んだ丸山塾生。

一見何不自由なく育ち、後継者としても会社を發展させています。しかし、今に至るまでには様々な苦難がありました。倫理と出会い2つの塾での学びを通じ、自己革新に挑戦することで見えた希望と、今後の展望について伺いました。

・創業者の息子として

小さいころから会社の職人さんを見て育ち、専門学校を経て大手サブコンで施工管理業務に従事していました。しかし、当時の社長であった父親が病氣になったことを機に、三企に入社しました。

前職で学んだ管理のノウハウで、社内の業務改善を試みました。しかし、子供の頃から丸山塾生を知るベテラン社員との関係がうまく行かず悪戦苦闘。15年をかけて、パソコンを使った設計や現場調査もできる、小さな工務店の社長あるいは、サービスエンジニアのような社員を多く育てます。

一方で、私生活では結婚式直前に大病を患い、生死の境を彷徨いながらも奇跡の生還を果たしました。その後、4人の子宝にも恵まれて温かい家庭を築きました。

また、日本青年会議所（以下、JC）でも精力的に活動するなど、公私共に絵に描いたような幸せを手にしていました。

・苦難、倫理との出会い

しかし、そんな日々は突然の終わりを迎えます。ある日、宿泊研修から帰宅

すると、家には誰にもいません。妻子が財産とともに、別の男性のもとに出て行ってしまったのです。本当に突然のことで、丸山塾生は食欲もなくなり、見違えるほど体重が落ちました。

そんな苦難の真ただ中で声をかけてくれたのが、JCで親しくしていた山本莉那さん（初代霞が関倫理法人会会長、当時は会長予定者。以下、山本会長）でした。

当時、山本会長は霞が関倫理法人会の立ち上げのために動き始めていました。そして、丸山塾生に「今こそ純粋倫理の学びが必要であり、一緒に会の立ち上げに協力してほしい」と伝えました。信頼していた山本会長の言葉を信じ、丸山塾生は倫理法人会へ入会し、さらに霞が関倫理法人会の副会長になりました。

・落ちこぼれから成長した後継者倫理塾

ある日、後継者倫理塾に誘われた丸山塾生。日帰り研修だと思い、軽い気持ちで申し込みました。初日の集合場所で基本10か月の合宿制のプログラムと知り愕然としました。それでも、その後の塾には通いましたが、出される課題は取り組まない。覚悟ゼロスタートだったので、本当にポンコツ（劣等生）だったと丸山塾生本人も言います。

そんな丸山塾生が大きく心を揺さぶられたのは、富士高原研修所での合宿でした。自分の過去の体験の意義を知ることができたのです。また、伊勢修養団では真冬の五十鈴川に入ったり、100日実践で毎日仏壇に向き合い、父と心の中で対話ができるようになったりするなど様々な体験をしました。

丸山塾生にとって、この塾は「倫理のSWAT（特殊部隊）」と感じるようになりました。厳しい訓練に食らいついでいく中で、体験とともに純粋倫理の基本を着実に学んでいきました。

・倫理経営実践塾への興味

後継者倫理塾プログラムの後半、倫理経営実践塾の高嶋民雄塾頭が講師として登壇されました。講義の中で、「分かっていない経営者が多すぎるんだよ」という一言に丸山塾生はハッとしました。売上げと粗利以外がどんぶり勘定になりがちな中小企業の経営者を評価した言葉でした。世間より早く父親が亡くなった丸山塾生にとって、ストレートに厳しい言葉を言ってくれる人の愛情の深さは印象深いものでした。また、自分自分も分かっていない経営者だと感じ、倫理経営実践塾に入塾を決めました。

・点と点が線につながる

丸山塾生の入社当時、三企は下請けが中心でした。どんなに魅力的なサービスを提供しても、最後は価格で決まるレッドオーシャン、しかも空調の切り替えは20年に1回程度。いくら潜在顧客と関係性を構築しても、次の発注は遠い。そこで、下請け脱却と顧客と接点を作るため、粗品販売の小売り事業に進出。美容おしぼり musubi はマスコミにも取り上げられ、上場企業との直接取引も実現。また、ストレス緩和の音響システムは、音という空気の振動で空間をプロデュースしています。

長い試行錯誤が、実践塾で企業ドメイン（どんな価値を提供しているか）として言語化されるなど、勘に頼っていた新規事業の挑戦が裏付けられていきま

した。

そして、三企の創業当時の父の思いとつながったことを丸山塾生は感じます。なぜなら、空調設備は創業当時、最新のビジネスで、正に新規事業、ブルーオーシャンでした。経営者として、自分と父は同じことをしている。果敢に挑戦するだけでなく、倫理を併用して学ぶことで、初めて父の創業の思いと、つながっているのだと感じられるようになりました。

・倫理の学びと実践で変わったこと

「後継者倫理塾で会社が変わったのは、従業員ではなく、自分だった。」と言う丸山塾生。課題として取り組んだ万人幸福の葉の研究で「万物生成」の条に向き合い、気付いたことがあります。

何もかも整っていなかった創業当時。会社の従業員、工事車両や様々な専門工具、事務所の備品は、父や母がゼロから集めて育て、吟味して購入し今がある。そして、現在、会社の経理を担う会長である母の日頃の言葉の真意を知り、「心から感謝が沸き上がってきた。そして、家族を失い行き所のなくなった愛情を、従業員に注げるようになったかも」と、丸山塾生ははにかみながら話してくれました。また、家庭で苦難があった中で、後継者倫理塾で学び、実践に挑戦したことで希望が見えてきたとも言います。自身で倫理のSWAT部隊と言うほど厳しかった、心のあり方を



中心にした後継者倫理塾を修了後に、倫理経営実践塾に進んだのは、経営者としてさらに成長し続けるため、学びと実践を継続する覚悟と情熱からでした。

・むすび

～塾での学びを通じて得たもの、これからの夢を丸山塾生に語っていただきました～

今、多くの仲間とともに学んでいます、おそらく私こそ、ここで学ぶべき人間だという思いを強くしています。挑戦や挫折を経営のなかで活発に実践をしているものの、マーケティングや財務会計という経営者に必要なマインド・ノウハウ・スキルの柱を、実体験からの感覚的に行っており、言うなれば無免許運転で経営を行っている様な経営者でした。このまま進むほど未来に大きなリスクを負い、社員やその家族を不安にさせる代表的な経営者だったのかもしれないと感じました。

そんな技や武器を伝えてくれる倫理経営実践塾のカリキュラムは、財務などの計数管理とブランディング・戦略を含めたマーケティングが中心ですが、ベースには純粋倫理があります。毎回、2日間の合宿の終わりには、倫理研究所からの講師の方に経営をする意味を問われ、厳しくも温かく叱咤激励されます。その度に、心が洗われ、しっかりと心に響き、なぜ経営しているのだろうと考えます。

塾で心の経営をする経営者の方々と共に学ぶ意義はとても大きいです。家族、従業員の幸せを考えているかが問われます。車で言うなら、前輪が社員・後輪が経営者。幸せな社員がお客様を

幸せにし、社員がその通りと感じていなければ経営は上手いきません。

目の前にいる社員がどれほど大切な存在であるか。以前の私は軽薄でした。社員に報連相を求めていましたが、義務のように求めても本当のことを言ってもらえません。

従業員が大事だったらどうするか？大事さを証明するためにどんな行動をするか？塾の課題に迫られている時には、分かりませんでした。先に実践、実行して学ぶことは多いです。モーニングセミナーだけではわからなかったことが、後継者倫理塾からの倫理経営実践塾で色濃く分かりました。強制的な方が私にとっては分かりやすかったです。

売り上げが1.5倍になると現場の労力も1.5倍になり大変さもすごいので、それをどうするか。自分が変わると相手も変わります。倫理経営実践塾で学び、新規事業と本業のビジネスとしてのつながりを理解し、本業と一見かけ離れた新規事業になぜ取り組むのかを語れるようにもなりました。そのため、以前に比べて今では、従業員との関係性がぐっと良くなり、つながれたようにも感じます。

倫理経営実践塾では経営の技術も学ぶことができる上に、倫理法人会が目指す日本創生、日本をよくする国力となるための学びもできます。国というスケールまではまだ見えませんが、会社の夢・業界の夢、地域に貢献し、縁のある人に貢献できるような器の人間でありたいです。

町屋は下町で、いろんな諸事情を抱えている人がいます。みんながみんなディズニelandや六本木ヒルズに行けるわけではありません。そんな中で、1本の木から始めたイルミネーションは、地域の方々に喜んでもらえました。たった1本の木の電気でも癒されると思う



と、1本が2本になり、ついに200本のイルミネーションになり、今では町の名物になりました。

こんなことをやりながら、自分が何をできるか、いろんなことがわかっていないといけない。私が動けるということは社員も一緒に動ける。知らないのは罪として知ろう。自分の得意なことばかりしていると、反省することもあります。天が人の痛みがわかる経験くれた。「イタイ人」は世の中にたくさんいますが、少しでもその人たちの救いになり、役に立てるような人になりたいです。わかるだけではだめで、実践する、声をかける、思いを寄せる、関わるんだよね、と自分に言い聞かせています。

目的や目標を叶えるためには、実践や学びが必要です。しかし、苦しい実践をするためには、まず、自分を満たさなければならず、それには自己愛が必要です。

1962年に創業した三企が100年企業になるような会社になりたいという目標があります。多くの経営者は経営計画を作らずに経営しています。自分は奇抜なことをしてきましたが、個性的なやり方は継承できません。ですから、経営計画・マニュアル・人事評価制度があって、という仕組みで会社を回す必要があります。次の経営者もできるマニュアルを作り、経営計画を託していきます。

東京都倫理法人会の皆様へ

安心のサービスをご提供いたします。

葬祭業安心度調査AAAの東京葬祭が
明瞭なお見積りと豊富な経験・実績でお応えします。

倫理法人会ご優待内容

- ・葬儀基本セット **30%OFF**
- ・供花(御葬家分) **10%OFF**
- ・仏壇、仏具、墓石 **各種割引**

葬祭業安心度調査
AAA
全葬連
全葬連安心度調査AAA連続取得

ご葬儀は安心して任せられる
東京葬祭

もしもの時は、セレモニーコールセンターへ。

0120-88-6111 年中無休 24時間受付

お問合せの際は「倫理法人会会員」とお伝えください。

フラワーデザイナーとつくる
世界でたったひとつの **花葬儀**

はなそうぎ 検索

東京・神奈川・千葉・埼玉
約800式場で対応しています

通話無料 24時間365日対応

0120-181-087

株式会社LIVENT
[活動報告] 甲子年2023 オブザイヤー最優秀賞受賞!

YouTube 動画配信中 /

どこでも出張バーベキュー!

食材 備品 焼肉

手ぶらで 3,850円 (税込)

食料のみの配達・大型案件も対応しております。

ご予約 ☎ 03-5879-4503 東京都江東区中央 2-31-10-103 880太郎 営業時間 年中無休

[営業時間] AM10:00~PM21:00

満員御礼 講演会好評でした



感謝を込めて公開!
聞くだけで
経営の神様が
降りてくる
伝説の音声(フル)を
プレゼント

佐藤康行

「今に生きる」
今がチャンスだ。今が最善。
今の中に過去のすべてが入っている。
今の中に未来のすべてが入っている。
今を変えれば過去のすべてが変わる。
今を変えれば未来のすべてが変わる。
今を変えれば周りのすべてが変わる。
今に生かれば生命が活動する。
今に生かれば魂が輝く。
今こそチャンスだ。
今ここに縁がある。
自己を変えるチャンスは今しかない。
今、今、今の中にすべてがある。
今、決意せよ。今、行動せよ。
今、すぐ変われ。
人生とは今のことというのだ。
過去のこととをグズグズ悩むな。
過去はどこのものもないのだ。
未来のこととを心配するな。
未来はどこのものもないのだ。
今の心の中に過去も未来もあるのだ。
今に感謝せよ。今を愛せよ。
すべてが完全なのだ。
今とは宇宙のことをいうのだ。
ありがたう。ありがたう。
今に感謝。

〒135-0033 東京都江東区栗川1丁目5-5 義徳ビル5階
Y&Sコンサルティング株式会社 TEL 070-8450-9462 事務局直通(平日6時~18時) メール info@ys-consultant.com まで

中央シャッター代表取締役
市川慎次郎の新刊

人生100年時代。
働き方の意識も時代とともに変わります。
超高齢時代の先端を行く中央シャッター。
かんき出版からオファーがあり、
この度、新刊出版が実現しました。
お手に取っていただけますと幸いです。



絶賛発売中

全国の手書店、
Amazonからも購入できます。

QRコード

(株)中央シャッター
(株)中央デント

公式 LINE 公式 Facebook 公式 YouTube 公式 Instagram

東京都倫理法人会
公式アカウント
ぜひ登録を!