# No.423 2025





### アフリカと西アジアは慢性的な飢餓

今年の国連5機関の報告によると、2024年に飢餓に直 面した人は、世界人口の約8.2%、およそ6億7,300万人と 推定され2022年の8.7%から減少しています。

しかし、残念なことにアフリカと西アジアでは慢性的な 飢餓が着実に増加、アフリカでは3億700万人(5人に 1人)を超え、西アジアでは人口の12.7%に当たる3.900 万人が飢餓に直面しました。

慢性的な飢餓に苦しむ人々だけではなく、一定期間十 分な食料が手に入らなかった人々は、2024年に約23億人、 世界人口の28%となっています。

この傾向が続けば10年後には慢性的な栄養不足に陥 る人が5億8,200万人、そのうち半数以上がアフリカで起 こるとこの報告書は警告しています。この予測は2030年ま でに「飢餓をゼロに」という持続可能な開発目標(SDGs)が 採択された2015年の水準に近く、目標の達成に大きな後 れを取っているのが現状です。

### 私1人のささかやな支援を信じて

飢餓の主な要因である紛争、気候変動、景気後退など によって食料価格が高騰し、低所得の人々にとって特に深 刻な打撃を与えていることは、近年日本の私たちも経験し ていることです。すべての人が安全で栄養のある食料を十 分に手に入れることができ、子どもが健やかに夢を持って 成長できる社会を目指していくために、私たちに何ができ るでしょうか。

これだけ多くの人が飢餓・貧困に苦しんでいる中で私1人 のささやかな支援がどれだけ役立つのか、と思う方もいる でしょう。しかし1人が1人を助けることで、支援を受けた人 の家族の生活が変わり、子どもが教育を受けることで地域、 ひいては世界をも変えることができるのです。

### 全人的な取り組みこそ未来を開く

ハンガーゼロは皆さんのご支援を頂いて、飢餓に苦しむ 隣人に緊急的な支援を行うと共に、教育、農業、保健衛生、 リーダー育成、相容れない人々どうしの和解への取り組み の手助けをしています。そして人々が支援に頼ることなく自 分たちの力で困難を克服し、未来を担う子どもたちを育て ていくことができるよう励まし、支え続けています。

今年も世界食料デーのイベント (P.5)が様々な形で開催 されます。是非参加して現地の報告に耳を傾けてください。

世界人口:2024年4月推計81億1900万人

国連5機関:国連食糧農業機関(FAO)

国連食糧計画 (WFP)

国連児童基金 (ユニセフ)

国連農業開発基金 (IFAD)

世界保健機関(WHO)

#### 備蓄をしながら社会貢献





皆様から回収された救缶鳥は 各地に飛んでいきました!

食料が不足している、 国内外の豪雨・地震等の災害被災地や、 海外の飢餓地域等へ送られました。



おいしさと夢をお届けします。 株式会社パン・アキモト

パンの缶詰 since 1995

〒329-3147 栃木県那須塩原市東小屋295-4 TEL 0287-65-3351

パン・アキモト

### 2024世界食料デー募金使途報告

Chain Reaction

昨年の世界食料デーの募金 は、目標2,000万円に対して 総額は1.855万円となりまし た。尊いご寄付と皆様のご協力 に心からの感謝を申し上げる とともに、募金の使途を報告さ せて頂きます。



# 連鎖で支援プロジェクト応援!

### 【コンゴ民主共和国】 ハンズ・オブ・ラブ・コンゴ

プウェトでは、元々そこにある資源を活用して自ら成長し 続けるコミュニティを目指して13の村が地域変革に参加し ています。農業や畜産を通して、どの村も5年前と比べて

大きく生活が改善しました。

育てた農作物を用いて栄 養バランスの取れた食事を 1日2食以上とれるようにな りました。農作物を販売し て得たお金で、ムエロ湖の



魚を買って食べられるようになり、子どもたちを学校に通わ せることもできています。

キンシャサとルブンバシでは、子どもたちへの給食の提 供を継続し、栄養状態、通学率、生活状況の改善に寄与 することができました。カレミでは「Spaces for Peace」の 取り組みを通して、対立していた部族の間に和解と平和的 な共生が進められています。

### 【ケニア】 FHケニア

ケニアでも特に貧困率の高い(72%)乾燥・半乾燥地域 の遊牧民のコミュニティで、子どもたちの栄養状態を改善 し、栄養と農業について保護者の知識と技術を高めるため、 サンブルカウンティのレテティ・マーシー小学校にモデル農 園を設立しました。(9月号に報告記事)

### 【エチオピア】FHエチオピア

子どもたちの身体と脳の発達にとって、生まれてから最 初の2000日をどう過ごすかはとても重要です。しかし、エ チオピアの農村部では施設が整っておらず、幼児教育を受



けられる子どもが限られています。そこで、オロミア州の農 村部の幼児教育センターに「子どもに優しい空間」を整備し、 保護者や教育関係者を対象とした研修を実施しました。

### 【フィリピン】ハンズ・オブ・ラブ・フィリピン (HOLPFI)

2016年から VOC (ビジョン・オブ・コミュニテイ)を実施 してきたアルサビ村は、2022年6月に HOLPFI の支援の手 を離れましたが、その後も自分たちのビジョンに向かって 進み続けていけるように、定期的に訪問して関係をつなぎ、 モニタリングしています。 初めて小学校を卒業した 22名の うち14名が教育支援を受けて中学校に通っています。

新たに VOC を実施する西ミンドロ州のサリダンコミュニ ティでは、関係構築とリーダートレーニングの ための訪問が HOLPFI スタッフによって実施さ れています。※2025世界食料デーテーマ動画で紹介



2024年世界食料デー募金総額 18,556,801円	支出金額
コンゴ民主共和国:リーダー育成、平和構築他	4,772,000
ケニア:子どもの栄養改善(モデル農園)	1,323,000
エチオピア:幼児教育センターの整備	1,293,000
フィリピン:住民主体の地域変革	3,723,000
インドネシア:小規模農家と母子(栄養改善)	1,273,000
南スーダン:給食、学校農園支援	599,000
モザンビーク:農業を通したコミュニティ支援	249,000
ザンビア:農業を通したコミュニティ支援	366,000
シエラレオネ:農業を通したコミュニティ支援	509,000
ガーナ:農業を通したコミュニティ支援	480,000
ジンバブエ:農業を通したコミュニティ支援	370,000
ニジェール:農業を通したコミュニティ支援	343,000
ボリビア:かんがい整備、果樹など栽培支援	617,000
パキスタン:教育支援	384,000
パキスタン:女性と子どものクリニック運営	639,000
印刷・発送関係費	1,070,000
動画制作費	266,000
事務経費	280,801
計	18,556,801

WFD 募金総額は、世界食料デー各大会募金額とその他世界食料デー指定募金の合計額

FH=国際飢餓対策機構



# 2025 世界食料デー Living with you

~つながろう、世界の家族~

世界食料デー 主な支援プロジェクト

コンゴ民主: 地域リーダー育成、平和構築

ケ ニ ア :農業支援

ザンビア:地域リーダー育成、教育支援

フィリピン : 地域リーダー育成、教育支援

インドネシア : 妊産婦の栄養改善、農業支援

Zambia

子どもたちを守り、将来の希望を与えたい

# 住民の地域変革が広がる

ハンガーゼロは、現地パートナー Ainote ザンビ アのVOCファシリテーターであるマイクとレオナ ルドと協力し、ザンビア南部のカラング村でビ ジョン・オブ・コミュニティ (VOC)の研修を行い、 住民主体の地域開発を支援しています。

世界で学校に通えて いない子どもはサハラ 以南のアフリカが最も多 く、5人に1人は小学校 に通えていません。そ のうち卒業できるのは約 60%です。カラング村で



も一番近い学校は11kmも先で、途中の川には橋がなく雨 が降って水かさが増すと危険なため、雨季に何日も休んで 授業についていけなくなり学校を辞める子どもがたくさん います。ある日学校帰りに雨が降り出し、村の子どもの1 人が川を渡ろうとして急流に流され亡くなりました。

### 自分たちの手で校舎を建てよう

それまで諦めていた村人たちも子どもの命には代えられ ないと立ち上がり、村に住む女性がボランティアで先生に なって幼稚園クラスを始めました。村のリーダーたちはセメ ントで小さな校舎を建て、村にある材料を使って遊具も作 りました。VOC 研修を受けた人が増えるにつれて「自分た ちの手で村に学校を!」という思いが広がり、小学3年生ま で通える学校にしようと自作の日干しれんがを持ち寄って もう1つ校舎を建てています。

ボランティアの先生は通信教育で勉強し、首都までスクー





リングに行って小学 3年生まで教えること ができる教育課程修了証 書取得を目指しています。先生は これまでずっと無償で働いていま したが、政府が村人たちの努力を 認めて3年生まで通える学校になれ ば教師の給料を出してくれることにな りました。

### サッカーを通じて若者の仲間づくり



もう1つの大きな課題は、小学校を卒業していない若者 たちです。生計を立てるための知識や技術を身に着ける機 会もなく仕事に就くことができません。将来に希望を見出 せず、村には娯楽もなく、やりきれない人生から逃げたく て麻薬やアルコールに溺れる若者が少なくありません。 そこでレオナルドは、村のリーダーたちと話し合いサッカー チームを作りました。皆で汗をかいてボールを追いかける のが楽しくて、仲間がどんどん増えていきました。サッカー に集まる若者たちに、自分たちは学校が遠くて卒業まで通 えなかったけど、今の子どもたちには同じ思いをさせないよ うに学校建設を手伝おうと呼びかけると、徐々に皆が変わっ ていきました。体力のある若者たちが加わることで学校建 設はどんどん進んできています。

ハンガーゼロは、こうした住民主体の地域変革を他の地 域にも広げていきたいと願っています。活動はハンガーゼ ロサポーター支援ならびに世界食料デー募金によって支え られています。皆様のご支援をお願いいたします。

# 2025 世界食料デー大会及び関連イベント一覧 [9/25 現在]

地区	大	会	事務局TEL	開催日	時間	主な内容	会場/運営方式/他				
北海道	札	幌	011-683-5523	10月 1~31		※全道内のキリスト教会に動画配布 「札幌大会講演会」10月24日19:00~20:30 会場:札幌エルプラザ 講演:ハンガーゼロ田村治郎 音楽ゲスト:木村範子(ハンガーゼロアンバサダー)	札幌エルプラザ https://www.sl-plaza.jp				
千葉		葉北 (八千代聖書教会) 10/18 金 14:00		14:00	講演:FH インドネシア・エフェンディ・アリトナンチャイルドサポーター報告:櫻谷杏美氏(湖北白ばら幼稚園)その他:動画上映、グループトークなど	アミュゼ柏プラザ https://shalom.pw/WorldFoodDay-ChibaNorthConvention/					
<b>禁</b> 川	横浜		調整中								
愛知	'Y 4 15 1		052-265-7101 (ハンガーゼロ愛知)	10/25 🕀	14:00 16:00	講演:FH インドネシア・エフェンディ・アリトナン 音楽ゲスト:SALOA (アカペラグループ) 動画上映ほか調整中	名古屋文化短期大学 https://www.nfcc-nagoya.com				
兵庫	宝	塚	0797-73-6076	10/25	14:00 ~ 15:30	現地報告:ボリビア/小西小百合 講演:ハンガーゼロ申 玉澈 音楽:みんなで歌いましょう。	宝塚栄光教会 https://www.takara-eikou.com				
大阪	東力	大阪	072-964-5144	終了		世界食料デー関連・展示ブース	大阪シオン教会 https://osakazion.net/				
		<b>大阪</b> フェスタ】	0725-22-3585	終了	10:00 16:30	講演:ハンガーゼロ申 玉澈 ゲスト:ゴスペル亭パウロ親善大使(落語) 他:フェアトレード商品販売	南大阪聖書教会 https://www.sobc.biz/				
沖縄	沖縄	北部	03-3518-0781 (ハンガーゼロ東京)	終了	14:00 16:00	講演: ハンガーゼロ田村治郎 音楽:幸田ゆい氏(マリンバ)	名護栄光幼稚園ホール				
	沖縄	南部	03-3518-0781 (ハンガーゼロ東京)	終了	15:00 ~ 16:30	講演:ハンガーゼロ田村治郎 音楽:幸田ゆい氏 (マリンバ)	那覇バプテスト教会ナザレホール				
	沖縄(親子		03-3518-0781 (ハンガーゼロ東京)	終了	15:00 16:30	講演: ハンガーゼロ田村治郎 音楽: ワイワイ手話ソング+花かっぱ 砂川たかゆき氏	宮古バプテスト教会				
	沖縄	中部	03-3518-0781 (ハンガーゼロ東京)	終了	15:00 ~ 16:30	講演:ハンガーゼロ田村治郎 音楽:幸田ゆい (マリンバ)	白い家フェローシップチャーチ				
地区	催事	ほか	事務局TEL	開催期間	時間	主な内容ほか	会場/運営方式/他				
全国	世界 デー (キリス	礼拝	03-3518-0781 (ハンガーゼロ東京)	9月~12月	世界の飢餓・貧困に苦しむ人々を覚え、お祈り下さい。また礼拝の中で「聖書から語る飢餓についてのメッセージ動画」、「教会学校向け子どもメッセージ動画」、「祈りの課題(PDF画像)」などをお用い下さい。また礼拝前後には「テーマ動画」や「世界食料デー講演動画」などもご利用頂けます。詳しくは世界食料デー事務局(東京事務所)までお問い合わせ下さい。現在までに123 団体から申し込み。						
おか	●大会	●大会毎に運営方式が異なります。ホームページ (公開中) 又は事務局 TEL.03-3518-0781 にご確認ください。									

- ●東京地区「Tokyo WFD + Gospel 」は 2026年の開催を予定しています。
- ●大会や催事の開催スケジュールは主催者の都合で変更される場合があります。随時ホームページでお知らせします。

募金方法は…



ハンガーゼロ支援国での活動に使わせて頂きます~

①郵便振替 00170-9-68590

一般財団法人日本国際飢餓対策機構「世界食料デー募金」と明記 ②ハンガーゼロホームページ世界食料デー特集ページから募金











# **Of Supporter**

8月7~14日までアフリカ・ウガンダ の支援地を訪問されたサポーターの 皆さまの声をお届けいたします。

🍱 ウガンダ

ウガンダのナムトゥンバ地域にあるマガダ、イジランゴビの2つの地 区での12年間にわたる支援活動が2025年9月末で終了します。 8月13日に現地で支援終了式典が持たれ、これまでの活動に参加 した子どもたちとその家族、地域住民、指導者たちが集まり、共に 成果を称え合い、新たな門出を祝いました。これまで温かいご支援 をいただきました皆様に、心から感謝申し上げます。

# 支援終了地域全体で新たな門出を祝う





### 貧困から卒業する姿を実感

支援が子どもの学用品だけではなく、彼らの家族、居住 地域の支援にも充てられていることを知りました。例として

よく聞いたのが、先ず は一匹の山羊を買い、 そこから頭数を増や して売却し、家計を満 たし現金収益としてい く。さらにコミュニティ で貯蓄グループ、農業 協同組合(農協)を組



織するまでに拡大しているとのこと。自分たちが育てた農 作物や家畜を誇らしげに我々に見せて下さる様子を目の当 たりにし、地域が貧困から卒業するというのはこういう姿を 指すのかと実感することができました。(家入聖子)

日本が衛生面、技術、インフラ等すべての面でどれだけ 恵まれているかを実感しました。この技術を日々向上させ ながら、ほかの国も助ける。そういう国にしたいと思いまし た。(高校生 Y.K)



### 私たちは貧しくない

FHのスタッフがこの地域のために一番よく働いてくださっ ていることに気が付きました。どこの村に行っても村の人々 がFHの方々を歓迎しているのを見て、しっかりと関係を築 きながらサポートをしていることがすごいと思いました。

(中学生 M.K)

「人々の考え方を変える」。現地で何度も聞いた言葉で すが、決して簡単なことではありません。現地のディレク ターが、「私たち(彼ら)は貧しくない、土地もあるし、働く ことのできる手もある。私たちは貧しくない」と穏やかに、 でも毅然と話す姿が忘れられません。人々の考え方は確か に変えられていました。種や家畜を支給され、今はご自分 たちでそれを管理し増やし生計を立て子どもたちに教育を 受けさせ、協力しながら奮闘しておられました。(H.K)

### 支援とは互いに励まし合うもの

数年間支援を続けてきたチャイルド、アネット。これまで 写真や手紙を通してしか知らなかったアネットが目の前に 立ち、笑顔で迎えてくれたとき、言葉にできない喜びが溢 れました。現地では、FHスタッフやボランティアの方々が

ヤギや豚、牛などの家 畜を援助し、貧困家庭 が少しずつ自立してい く姿を目の当たりにし ました。支援とは一方 的に与えるものではな く、互いに学び合い、 励まし合うものなのだ



#### FH=国際飢餓対策機構

と実感しました。現地の方々の強さと優しさに触れ、私自身 もまた多くの気づきと新たな視点をいただいたことを心か ら感謝しています。(N.K.)

弾けんばかりの笑顔のナムトゥンバのたくさんの子ども たち、下の子をずっとおんぶしている子、決して綺麗ではな い服、裸足でも元気に走り回っている子…できるだけ多くの



子どもたちに励ましの思いをこめて肩をポンポンして、ハイタッチして、一緒に笑いました。彼らの心に私たちの訪問と交流の時が刻まれて、彼らのこれからの世界に何らかのインパクトをもたらすこととなれば嬉しいです。(近藤千絵)

### 「世界は変わる」は本当だった

現時点という横軸で見たら、「自分1人が1人を助けても世界は変わらない」。だけど、未来という縦軸で見たら、「自分が1人を助けて、その子が医者に



なったら、その子を通して助かる命がある。その子が先生になったら、その子を通して教育を受けられる子どもたちが出てくる。自分が支援をして教育を受けられたカレブ君の感謝が伝わる。父親も自分が支援したことで、牛を飼うことができ、その牛乳は家族(カレブ君は8人兄弟)の栄養となり、収入も得ることもできるようになり、彼の家族も変わった。「1人が1人を助ければ、世界は変わる」は本当だったのだ。その事実を今回、身をもって知ることができた。

### (最上裕恵)

### ようやく支援チャイルドに会えた

今回のハイライトは、やはり サポートを通じてやり取りして きたチャイルドとの実際の対 面である。当日は学校の試験 があり、試験の合間にわざわ ざ戻って来てくれ、「ようやく 会えた!」という喜びの思いが 溢れ、握手をして抱き合った 時は感無量だった。彼の叔父 がFHを通じて行われた農業 指導や教育資材の購入、牛の



繁殖について語ってくれた。小さな働きでも、遠い国で誰かの人生を変える一助となる。今回の訪問でその事実を知れたことが、何よりの喜びであった。 (福島雄樹)

### 教科書の「貧困問題」がリアルに

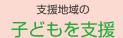
ウガンダの職業構成比を調べてみると、7割が農林漁業に従事し、次に多いのは2割を占める管理職だった。政府関係者とその他、といったように職業が二極化している印象を受けた。国際協力・開発学の授業で学んだ、「経済成長があっても、その恩恵が不均等に分配されれば貧困は残り続ける」という学説を思い出し、富がもっと公平に行き渡



ればよいのにと思った。これまで教科書やメディアを通して 得た「知識」にすぎなかった貧困の問題が、ウガンダでの 経験を通じて現実味を帯びた。(大学生 北田綾子)







### チャイルドサポーター

月々4,000円

支援地域の特定の子どもとつながり、 地域で行われる活動をご支援頂きま す。サポートチャイルドと手紙による 交流が可能です。



2つの支援の方法

**Classification**Supporter

### フィールドサポーター 1.000円から

支援地域の

環境を改善

月々または自由なタイミングで支援できます。サポートチャイルドとの交流はありませんが、現地での活動の様子のレポートをお送りします。



7 05 T 20 T

ハンガーゼロ (日本国際飢餓対策機構) は、イエス・キリストの精神に基づいて活動する非営利の民間海外協力団体 (NGO) です。 1981年に誕生して以来、世界の貧困・飢餓問題の解決のために、自立開発協力、教育支援、緊急援助、海外スタッフ派遣、飢餓 啓発を行っています。現在は、国際飢餓対策機構連合(Food for the Hungry International Federation)の一員として、20ヵ国、国 内外の80のパートナーと協力し、アジア、アフリカ、中南米の開発途上国で、「こころとからだの飢餓」に応える活動をしています。



新理事長に沖胡氏就任

9月5日開催の一般財団法人日 本国際飢餓対策機構の「定例評議 員会・理事会」において、清家弘 久理事長の任期満了による退 任と沖胡一郎新理事長(元評議 員)の就任が決議されました。

### ●沖胡理事長より就任挨拶

このたび理事長に就任しまし た沖胡一郎です。前任者の歩み に感謝しつつ、皆さまからの信 頼を大切に、共に歩んでいける よう努めてまいります。「隣人を

愛しなさい|という聖書の言葉 に沿う団体として、つながりを 大切にしてまいります。今後とも よろしくお願いいたします。

#### 〈清家前理事長より退任挨拶〉

1993年に飢餓対策機構に加えて いただき、これまで世界の飢餓を ゼロにすることを目標に努めてまい りました。このたび、理事長を退 任しハンガーゼロから離職いたし ます。しかし、世界の飢餓を無く す思いは今も変わっていません。 これからもハンガーゼロの1人の 支援者として応援をしていきます。

### ハンガーゼロ海外駐在員短信

●小西小百合 (ボリビア)

現在一時帰国中。世界食料 デーなどで活動報告をします。

●王楠穎 (ウクライナ)

現地で国内避難民や隣国チェコ に逃れた難民に物心両面での支援 を継続中。HP に活動報告掲載。



ハンガーゼロな暮らし

### オリジナルチョコを商品化

キングダムビジネスから

アフリカ・ブルンジ産の蜂蜜 をふんだんに使った蜂蜜入り ハンガーゼロオリジナルチョコ レート(60g)を新発売中です。

種類はビターホワイトチョコ レートとミルクチョコレートの2 種。とても濃厚な味わいです。 1個450円送料別、6個セット 2,400円 (送料込)です。 開催中の世界食料デーや催事 で販売する機会もあります。

### 【お申込み】

ウェブでのご注文 QRコードから▶



www.kingdombusiness.jp クレジットカードも使えます。

電話注文 / お問合せ:

080-9126-7701

(株)キングダムビジネス

横浜事務所 代表:水野行生



貸したい時も、借りたい時も。不動産賃貸のご相談は一

株式会社 オクダコーポレーション

〒197-0003 東京都福生市熊川447-9 042(552)0102 ネットでお部屋探し https://okuda-re.co.jp



サポーターお申込み欄 FAX072-920-2155

託	名							
(TEL)								
住	所	T						
申记	78	年	月	В	NL423号			
✓	下記から希望されるものをお申し込みください							
	ハンガーゼロサポーターとして協力します。 ①毎月( ) ロ (1 ロ 1,000 円) ②一時募金として 円協力します。							
	. — .	売募金(JIFI 目( )[			:して協力し () 円)	ます。		
					毎月 4,000F  介して下さし			
	郵值	更自動引落し	)申込書	を送って	下さい。			
	70	の他の銀行白	動引落1,	由込書を	送って下さい			

上の申込書をコピーして、必要事項を記入の上、FAX又は郵送にて大阪事務所まで お送りください。確認書類等を送らせていただきます。お電話やウエブサイトでも

ハンガーゼロサポーター 現在…5318口

- ■発 行 者 沖胡一郎
- ■発 行 所 一般財団法人 日本国際飢餓対策機構



Webサイトアドレス http://www.hungerzero.jp eメールアドレス

※各種方法で随時受付中、詳しくは電話やウエブサイトで ■募金方法 ①郵便振替 00170-9-68590 一般財団法人日本国際飢餓対策機構 ②他の金融機関からの自動振替③クレジット、デジタルコンビ











●Vポイントを利用して「南スーダン・マブイ小学校給食支援」ができます。 【本紙の送付についてのお問合せは】 左記eメールアドレス、Webサイトの 現在までに1,845,299ポイント(円)のご協力(26,796件)がありました。 お問い合わせ、または大阪事務所までご連絡ください。

大 阪 〒581-0032 八尾市弓削町 3-74-1

(広島/沖縄) TEL (072)920-2225 FAX (072)920-2155

東 京 〒101-0062 千代田区神田駿河台2-1 OCC ビル 517 号室 (東北) 阻(03)3518-0781 队(03)3518-0782 愛 知 〒460-0004 名古屋市中区新栄町 2-3 YWCA ビル 6F

TEL (052)265-7101 FAX (052)265-7132

USA Ainote International c/o Mr. Takehiko Fujikawa III (510)568-4939 アメリカ合衆国の方は **国施** HP又QRからお申込下 jifh.ainote@gmail.com JITI.ainoteeginali.com さい。クレジット決済が HP https://ainote.org 可能になりました。





