

セボネ

タガヤ ランティア ットワーク

Setagaya Volunteer Network

特集

P.2-7

世田谷での災害ボランティアの活動拠点
マッチングセンターとサテライトの開設準備を進めよう



おたがいさまビュー P.8-P.11

【第二報】北沢ボランティアビューロー改修工事に伴う長期休館のお知らせ
ボランティア募集、講座・イベント・その他お知らせ

世田谷での災害ボランティアの活動拠点 マッチングセンターとサテライトの開設準備を進めよう

世田谷ボランティア協会は、首都直下地震が発生したときに備えて、2015年10月に、世田谷区での特徴的なボランティア受入れ体制を提唱しました。その内容は世田谷区地域防災計画に取り入れられ、「世田谷方式」とも称されています。「その日」に備えて目指すべき形は固まっています。この方式を機能させるためには、事前の準備を整えながら、運営訓練を継続していく必要があります。しかし、実情としてはまだまだ道半ばです。

この特集では、災害時のボランティア活動の充実のために世田谷方式を採る理由、そして整備を急がなければならない現在の課題についてご説明します。

災害ボランティアが

被災地にもたらす新しい風

大きな自然災害が起きると、災害ボランティア活動に時間を割いてくれる人たちが全国から被災地に集結します。その人たち、災害ボランティアが果たす役割は、とても明確です。突然の自然の猛威によって生活を打ち砕かれて茫然とする人たちのために、一人ひとりの僅かな力を寄せ集めて、生活の再建・復興の手助けとなることを行います。その想いと活動によって、被災した人や地域に希望

と勇氣という新しい風を送り込んでくれるのです。

災害ボランティア活動は、復興に向けた活動としての物理的な規模や経済的支援力という点では、いわゆる公助の活動とは比べものにもなりません。しかし、被災者の心を支える力、人と人とのつながりという点では、何にも代えがたいものを持っています。

ボランティア活動には拠点が必要

災害発生地でボランティア活動が実践されるためには、ある条

件が整っていることが必要です。それは、ボランティア活動の拠点となる場所が開設され、運営されることです。その拠点では、ボランティアの支援を受けたと思う人からの支援要請（ニーズ）を受け付け、そのニーズに応えるために集まってくれたボランティアにニーズを割り当てて、活動を依頼するという営みが行われます。

各地でいろいろな災害が発生していますが、被災地にはそのたびにボランティア活動の拠点（通例では、「災害ボランティアセンター」と名付けられています）が一定期間開設され、必要な活動を展開しているのです。

人口密集都市・世田谷が

必要とするボランティア支援

世田谷区には約93万人もの人々が密集して暮らしています。このような大都市に直下型の地

<表紙写真>
石川六水町の災害ボランティアセンターで活動する
世田谷区の災害ボランティアのみなさん

そのような混乱の中で、多くの人が何とか今までの居住地域に留まって生活再建を図ろうとするでしょう。しかし、すべての区民が被災するうえに、その中には高齢者世帯、少人数世帯も多く、被災者には様々な困難がのしかかります。

そうすると、ボランティアに対するニーズはさまざまに増加し、その件数は大きく膨らむでしょう。しかも区内全域から上がってきます。このような広域多発のニーズにどうすれば応えられるのでしょうか。

世田谷方式による ボランティア拠点の設置

そこで生まれたのが、区内くまなく、必要なだけのボランティア拠点を置くという発想です。そうすることによって、漏れなくニーズを受け止めて、ボランティア

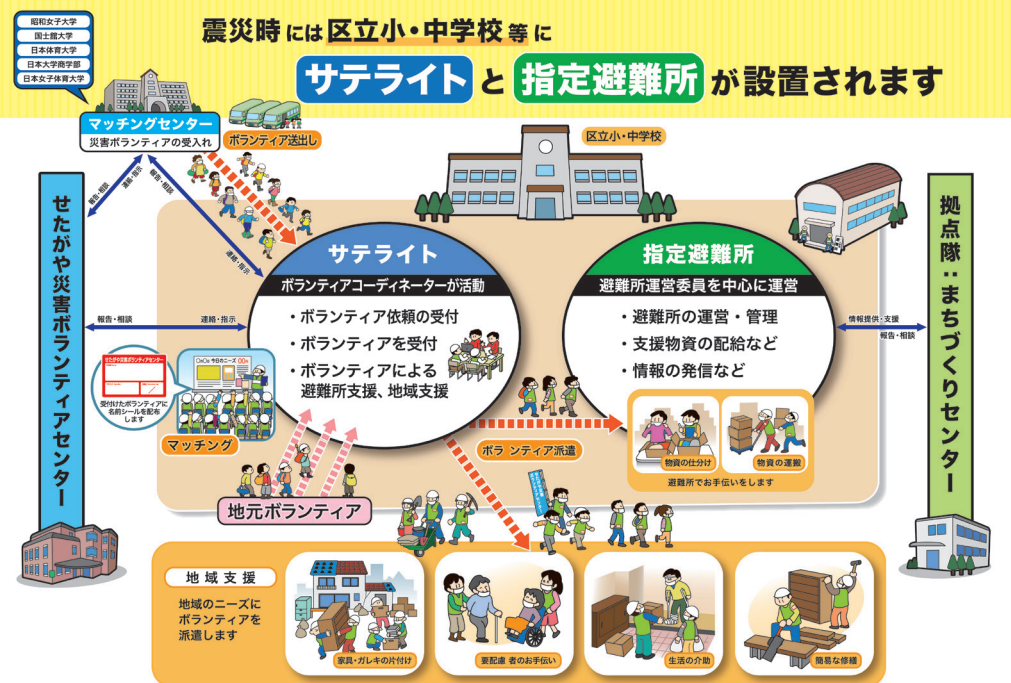
ア支援につなげていきます。

問題は、どこに拠点を置くのか、どうすれば必要な数の拠点を確保できるのかということ。着目したのは指定避難所が開設される予定の小中学校です。そこにボランティア拠点も併設すれば、一点の拠点が担当するエリアも適切な広さとなり、予測されるニーズ数に対応できるボランティア人数も確保できると考えました。

もう一つの問題は、全国からのボランティアの受入れ方法です。ボランティアが、どの小中学校に行くかを自分で決めて各拠点に向かうとすると、どの拠点に行けばよいのか決めるべく、結果的

震災時には区立小・中学校等に

サテライトと**指定避難所**が設置されます



にボランティアが偏在してしまうことになってしまいます。また、拠点ごとにボランティア受入れのための事務手続きをしなければならず、かなり煩雑になります。

この問題を解決する方法として、ボランティアはまず区内五方所の提携大学の一つに行つてボランティア登録を受ける、そこから各自が小中学校の拠点を指定され、まとまって移動するという方法を採用することとしました。

この五大学に置く受付拠点を「マツチングセンター」と名付け、そこではボランティアの一斉受付と、ボランティア保険加入の確認、そして活動上の注意事項の説明だけを行つて、傘下のサテライトに受付済みボランティアを送り出します。また、小中学校に置く活動拠点を「サテライト」と名付け、そこでは最初に説明したとおりニーズの受付、ボランティアへの活動割当てなどを行います。マツチングセンターは、世田谷、北沢、玉川、砧、烏山の各地域に1カ所ずつとし、それぞれの地域内のサテライトを傘下に置くという形になります。

サテライトと避難所の併設にも意味がある

サテライトと避難所の併設には、いくつかの利便性があります。例えば、指定避難所においてボランティア支援を必要とするとき、すぐにサテライトに要請して支援方法を相談することができます。サテライト側も、避難所生活者の様子や自宅への帰還状況などを把握することによって、必要な支援を想定しやすくなります。

避難所とサテライトは、その地域においては災害時の地域連携、いわゆる共助活動の拠点ともなりますので、様々な連携を生み出すことも可能となるでしょう。

サテライトの運営イメージ

サテライトについて、具体的な活動状況をイメージしてみましょう。

う。左記のイラストを見てください。このイラストは、サテライトの具体的なモデルとして、屋内事務スペースと屋外ボランティアスペースにおいて実際にどのような活動が展開されるのかを描いたものです。

左側に位置する屋内事務スペースでは、拠点運営に携わるコーディネーターが、支援を要請するためにサテライトに向いた人を迎え入れて、ニーズを聴き取り、支援活動の内容を相談しています。その隣のスペースでは、コーディネーターが受け付けたニーズについての活動日と活動内容などを確定する作業や、活動予定を支援要請者に伝えるための連絡をしている様子などを描いています。なお、この「コーディネーター」とは、拠点運営を担う地元ボランティアの呼び名で、この後に詳しく説明します。

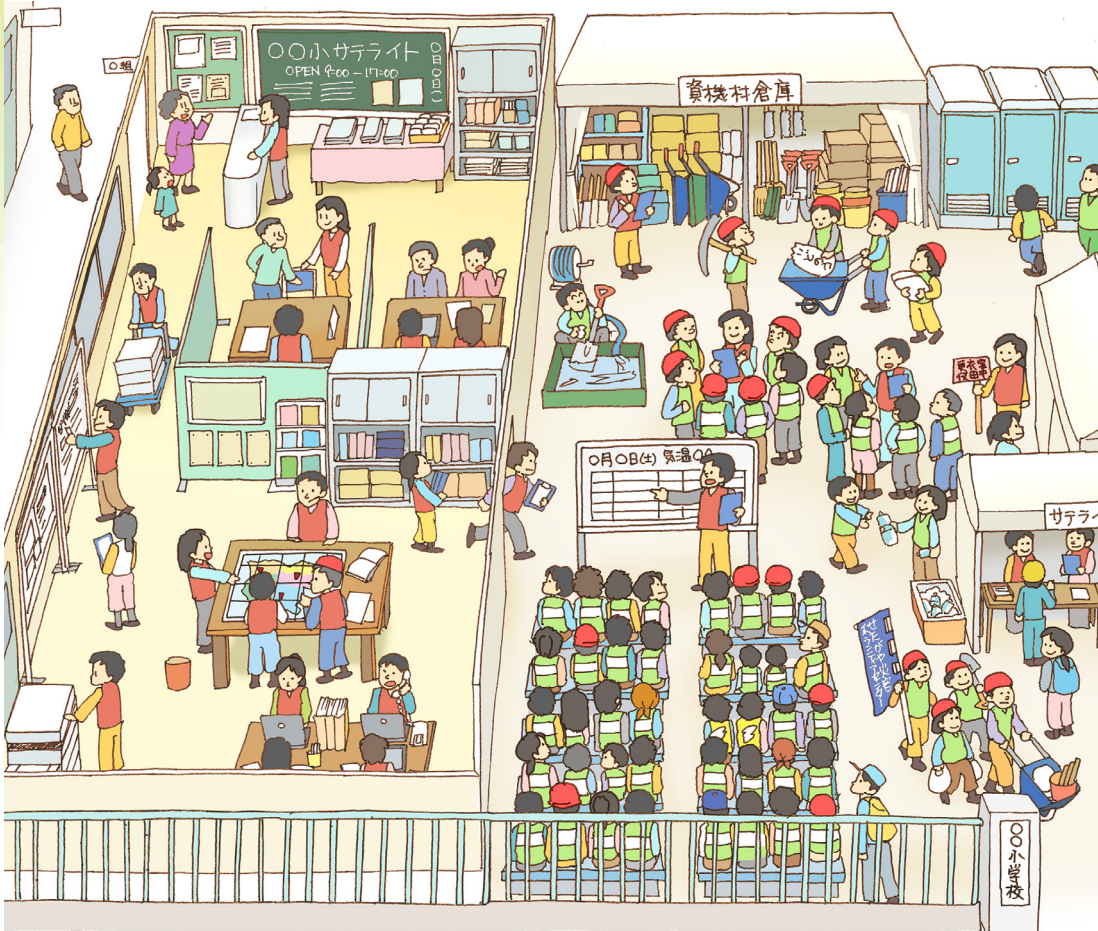


また屋外のボランティアスペースでは、ボランティアを迎え入れ、支援活動の概要を説明してチーム編成をし、チームごとに活動の詳細や注意事項を詳しく説明し、必要な用具を貸し出し、活動チームを通用口から送り出している様子などを描いています。

ボランティア拠点での活動を担う「コーディネーター」は、研修を受けた地元ボランティア

ボランティア拠点の運営は、世田谷ボランティア協会の養成講座で訓練を受け、登録されたコーディネーターの役割です。世田谷区からボランティア拠点の運営を委ねられている世田谷ボランティア協会では、世田谷に住み、世田谷で働き、学ぶ人たちのうち、災害時には地元ボランティアとしてボランティア拠点の運営を支えたいという意欲を持つ人を募集して登録し、継続的な養成プログラムのもとで拠点運営のための研修を続けています。

このようなコーディネーター



サテライトの具体的なモデル

が、すべてのマッティングセンターとサテライトの運営に必要なだけ揃って、はじめて円滑な拠点運営ができることになります。拠点の整備とコーディネート・養成の両方が揃ってこそ、被災地での災害ボランティア活動を支えていくことができるのです。

サテライトの開設準備を急ごう

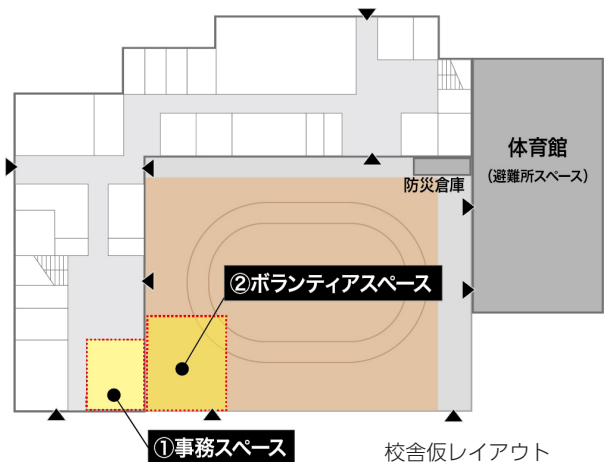
現状では、マッティングセンターについては各大学との協議により開設場所が決まり、またはその選定作業が進んでいます。一方、サテライトについては、半数近くが校内のどこに開設するのか未定です。サテライトの場所を決定するには、学校側、避難所運営委員会、そして運営を担う世田谷ボランティア協会の三者間で協議・合意することが必要となりますが、各校の避難所運営委員会でもサテライトの開設場所を早急に決めようとする動きが出てきていますので、これからは場所を確定する作業が進展すると見込まれます。

サテライトは、開設場所さえ指定されていれば、仮にその他の準備

が遅れていても、災害発生後に急いで準備を整えて立ち上げることはできるでしょう。しかし、その場所指定がないままに防災を迎えてしまうと、混乱の中で開設場所が確保できず、サテライトというボランティア受入れ拠点がないという事態となりがねません。災害ボランティアの支援が行き届かない地域となってしまうことを避けるためにも、サテライト開設場所の決定こそ緊急の課題だと言えます。

サテライトの具体的な開設場所

これから開設場所を決定する場合の参考として、どういう場所がサテライトに適しているのか、避難所や学校の都合にも配慮しながら考えてみましょう。選定のポイントとしては、①学校や避難所の運営をできるだけ圧迫しないこと、②屋内の事務スペースと、屋外のボランティアスペースはなるべく近い距離にあるのが好ましいこと、④ボランティアスペースは学校の出入り口に近いところが好



ましいことの四点を指摘することができます。

右記の見取り図は、学校の通用口に近い校庭の一部がボランティアスペースとされ、その横の建物内に事務スペースが置かれる一例を示しています。

拠点整備と人材養成とは相関係係に

拠点の整備は進めば進むほど、

コーディネーター人材の養成にも有益です。マッチングセンターやサテライトがいつまでも机上のイメージに留まって現実性をもたないとすれば、コーディネーター養成活動も実践性を欠くことになり、拠点運営を体で感じて覚えていくことができません。逆に、拠点の整備が進めば、発災時の拠点開設作業や拠点でのさまざまな活動訓練も実際の現場で行うことができるようになります、コーディネーターの人たちの



スキルアップ研修の様子

モチベーションが高まるうえに、その訓練の成果も確かなものとなるでしょう。
その意味でも、ボランティア拠点の具体的な整備を実現することは、現時点での最大の課題となっています。

拠点整備によって拡がる

地域コミュニティの繋がり

いま、すべての人に求められ



コーディネーター養成講座（基礎編）の様子

るのは、それぞれの「本気度」なのではないでしょうか。さまざまな課題を見つけ、それを放置しないで本気で解決しようとする思いです。課題を解決するためには、様々な立場の人がお互いに本気で取り掛かり、壁を乗り越えていかなければなりません。それができるたびに、地域コミュニティとしてのつながりが深まり、世田谷が災害に強いまちになっていくでしょう。



地域での防災講座にて

小学校3年生といっしょに勉強をしてくれる女性募集中

駒沢公園近くにお住まいの小学校3年生の女の子が特に漢字で苦戦しています。明るい女の子です。宿題などに楽しく取り組めるように、女の子のペースに合わせて一緒に勉強をしてくれる方、ご連絡お待ちしております。詳細はお問い合わせください。

- 日時／月・火・木・金曜の16時～17時（月2～4回 1回1時間）
- 場所／自宅 ●交通／東急田園都市線駒沢大学駅
- 条件／女性（数名）、交通費応相談
- 問合せ／玉川ボランティアビューロー 担当 市古 TEL：03-3707-3528
メール：tamabora@otagaisama.or.jp

10/25(土)開催の奥沢福祉園お祭りボランティア募集

奥沢福祉園は、世田谷区に住む知的・身体に障害のある18歳以上の方々が利用する通所施設です。10月25日(土)に施設を開放した年1回のお祭り「おくさわさわやかまつり」を開催します！当日、模擬店での販売や、ゲームコーナーの受付など、お手伝いしていただけるボランティアさんを募集しています。ボランティアに興味ある方、初めての方でも大歓迎。お問合せ・お申込みをお待ちしております。

- 日時／10月25日(土) 集合9時20分～16時終了 ※お祭りは10時30分～15時予定
- 場所／世田谷区立奥沢福祉園（奥沢6-29-2） ●交通／東急大井町線九品仏駅下車徒歩5分
- 服装／動きやすい服装でお越しください
- 問合せ・申込／世田谷区立奥沢福祉園 担当 高橋・奥村・赤坂 TEL：03-5758-3546
※お申込みの際は、『お名前（所属）』『ご連絡先（TEL／ご住所）』『参加可能時間（ご希望あれば）』をお伝えください。

11/8(土)施設公開行事のボランティアさんを募集

岡本2丁目にある障がい者施設「泉の家」では、11月8日(土)に行われる施設公開行事（Open the Door）でのボランティアさんを募集しています。当日はゲームや手作りコーナー、スタンプラリーや製品販売などを行います。利用者やご家族、地域の方と楽しく交流ができるようなお祭りにしたいと思っていますので、一緒に楽しみながら、ブースのお手伝いをしていただけると嬉しいです。ぜひ一緒に楽しい時間を過ごしましょう。

- 日時／11月8日(土)9時30分～15時 ●場所／泉の家（世田谷区岡本2-33-23）
- 交通／東急田園都市線二子玉川駅よりバス「成城学園前駅」行き乗車「岡本三丁目」下車徒歩約5分
- 条件／18歳以上の方
- 問合せ／泉の家 担当：伊藤 TEL：03-3417-3451
メール：r-itou@izumikai.jp

11/22(土)“もりあわせ FESTA2025”運営ボランティア募集

下馬2丁目にある障がい者施設『世田谷福祉作業所』主催の地域交流行事“もりあわせ FESTA2025”開催に伴い、イベントと一緒に盛り上げる運営ボランティアを募集しています。ボランティア内容は当日のテント設営から片付け、模擬店（飲食、ゲームコーナーなど）の運営、近隣の交通整備、チラシの配布などです。ご応募をお待ちしております。

- 日時／11月22日(土)10時30分～15時（ボランティア従事時間：9時～16時）
- 場所／世田谷区立世田谷福祉作業所・こどものひろば公園一部（下馬2-31-6）
- 交通／【電車】東急田園都市線・世田谷線 三軒茶屋駅より徒歩15分
【バス】東急バス三宿バス停より徒歩8分・自衛隊中央病院前バス停より徒歩4分
- 問合せ・申込／世田谷区立世田谷福祉作業所 担当：山岸
TEL：03-3414-0141

一緒に歩行サポートや脳トレをしてくれる方募集

高齢者施設に入居中の90代男性が、施設の廊下や近隣を一緒にお散歩したり、脳トレ（囲碁、トランプ、ゲームなど）のお相手をしてくださる方を探しています。昨年末に圧迫骨折して以来、足腰が弱り、現在は歩行器にて移動しています。少しでも歩く機会を増やしたいので、付き添いサポートをお願いしたいです。詳しくはお問い合わせください。

- 日時／週1回程度 応相談 ●場所／深沢の高齢者施設
- 条件／謝礼、交通費実費支給あり（上限あり）
- 問合せ／玉川ボランティアビューロー TEL：03-3707-3528
メール：tamabora@otagaisama.or.jp

地域親子の交流の場でお手伝いしてくれる方募集

保育園内の地域支援スペースで地域に暮らす親子を招く広場のお手伝いを募集しています。子育て中の保護者とお話を楽しんでいただける方。0～3歳児のお子様と一緒に遊んでくれる方。地域と子育てを繋ぐお仕事を保育士と一緒にしませんか？広場の開催時間は9時30分～11時で、その前後は広場開催準備と玩具の消毒などを行っていただきます。ご興味のある方は気軽にお問い合わせください。

- 日時／毎週木曜日の9時15分～12時15分
- 場所／もみの木保育園希望丘分園（船橋6-16-11 ベル・ヴィラージュ2階）
- 交通／小田急線千歳船橋駅下車徒歩約18分、または小田急バス希望ヶ丘東公園下車徒歩約1分
- 条件／謝礼：1時間500円
- 問合せ／もみの木保育園希望丘分園 担当：竹谷
TEL：03-6379-7886 メール：mai.taketani@mominoki.ed.jp

【第二報】北沢ボランティアビューロー改修工事に伴う長期休館のお知らせ

北沢ボランティアビューローの建物の老朽化に伴い、2025年10月～2026年3月末まで改修工事を行います。なお、工事中は会議室の貸出を休止し、仮事務所に移転します。

9月22日（月）～北沢ボランティアビューロー仮事務所（世田谷区梅丘分庁舎1階。住所：松原6-3-5、交通：小田急線梅ヶ丘駅北口下車徒歩2分）にて受付業務を行っています。

10/4（土）開催「せたがや学生ボランティアフォーラム 2025」

世田谷区内でボランティア活動を展開する学生団体に所属する大学生と、地域との交流する場を築くことをテーマに新たな活動のきっかけを作るイベントを開催します。大学生と連携した地域活動に興味のある方はぜひご参加ください。学生団体の活動紹介のほか、ポスターセッションやトークセッションがあります。直接繋がるチャンスですのでぜひお越しください。また、本イベントは事前申込不要ですので、開催時間に直接会場にお越しください。途中参加・途中退出も可能です。

★参加学生団体（予定）※50音順

IVUSA：東京砧クラブ、東京世田谷クラブ、国士舘大学：児童教育研究会、駒澤大学：駒澤大学学生赤十字奉仕団、駒澤大学ボランティアサークル、昭和女子大学：ボランティア委員会、テンプル大学：TUJ COSA、日本大学文理学部：学生国際ボランティアグループ Salamat “A”、日本大学三軒茶屋キャンパス：学生有志団体 Sakura、明治大学：心身障害者福祉会しいの実、SHIP、のえる、ぱれっと、Relief

- 日時／10月4日（土）13時30分～15時15分 ※13時より開場
- 会場／北沢タウンホール（北沢2-8-18）
- 交通／小田急線または京王井の頭線北沢駅下車徒歩5分 ●参加費／無料
- 問合せ／世田谷区生活文化政策部 市民活動推進課（9時～17時 土日祝休）
TEL：03-6304-3174 FAX：03-6304-3597

上記掲載記事は9月16日時点の情報です。
変更となる場合がありますので、詳細は問合せ先へご確認ください。

災害ボランティアコーディネーター養成講座（基礎編）@日本大学商学部

2025 年度 3 回目となる「災害ボランティアコーディネーター養成講座 基礎編」を日本大学商学部にて開催します！ 内容は講義と模擬訓練で、世田谷区の災害対策、災害ボランティアの活動内容（世田谷方式）等を学びます。

●日時／10 月 18 日（土）13 時 30 分～16 時 30 分 ※13 時より受付開始

●会場／日本大学商学部（砦 5-2-1）

●交通／小田急線祖師ヶ谷大蔵駅徒歩 12 分 ●参加費／無料

●申込／10 月 16 日（木）までに、右記の二次元コードから、

またはメールか電話にてお申し込みください。

メール件名に「10/18 養成講座申込」とし、本文に「氏名」、「住所」、

「当日連絡のつく電話番号」をご記載ください。

●問合せ／せたがや災害ボランティアセンター TEL：03-5712-5101

メール：saigai-info@otagaisama.or.jp



おたがいさま学習会（①知的障がい疑似体験、②発達障がいの理解）

玉川ボランティアビューローでは、この秋に 2 つの学習会をおこないます。講師の方や当事者の方と一緒に、きっと素敵な学びができるはずです。ご連絡お待ちしております！

①「知的障がい疑似体験」～体験しながら知的障がいを理解しよう～

日 時：10 月 30 日（木）13：30～16：00

内 容：知的障がいの理解を深める講義と疑似体験、当事者のご家族との交流 ほか

講 師：安心ネットせたがや（世田谷区手をつなぐ親の会）

受付開始：10 月 1 日

②「発達障がいの理解」～発達障がいのある方とのゆるやかなかわり～

日 時：11 月 6 日（木）13：30～16：00

内 容：世田谷区のとりのくみ、講義「発達障がいとは？」、当事者の方のお話 ほか

講 師：尾崎ミオ氏（NPO 法人東京都自閉症協会副理事長）

受付開始：10 月 15 日

★ 世田谷区と共催

【①、② 各回共通】

●会場／玉川ボランティアビューロー

（玉川 2-1-15、東急田園都市線・大井町線二子玉川駅より徒歩 5 分）

●参加費／各 500 円

●定 員／各 22 名（先着順）

●申込み・問合せ／玉川ボランティアビューロー

※電話またはメールにてご連絡ください。

TEL：03-3707-352 メール：tamabora@otagaisama.or.jp

▼メールの件名：おたがいさま学習会申込み ①又は②、又は①②

本文：お名前（フルネーム）、電話番号

市民活動・NPO相談

世田谷区内で活動を始めたい方や、すでに活動している方を対象に団体、個人を問わず、グループ・団体、法人の立ち上げや運営に関する基礎的な相談・情報提供を行っています。相談をご希望の方はお問合せください。また会計、税務、契約、社会保険、雇用、法律の専門相談も行っています。（原則として事前予約制です）

●問合せ／最寄りのセンター、および各ビューローにご連絡ください。

電話番号は裏表紙参照、専門相談はセンターにお問い合わせください。

もっと語ろう不登校 part.306

これまで 31 年間にわたって、さまざまな方々の分かち合いの場となってきました。「自分だけではなかったんだ」と知るだけで心が軽くなります。初めての方も、お誘い合わせの上、どうぞお気軽にご参加ください。

- 日時／10月4日(土) 14時～
- 場所／人の泉・オープンスペース"Be!"(世田谷区赤堤 1-15-13)、または ZOOM 会議
- 交通／小田急線豪徳寺駅徒歩 6 分
- 問合せ／世田谷こどもいのちのネットワーク第 3 分科会「もっと語ろう不登校」担当 佐藤
TEL: 090-9248-1355 メール: yurinoki11513@gmail.com

せたがや福祉区民学会 第 17 回大会開催

『せたがや福祉区民学会』は世田谷区の福祉向上を目指し、年 1 回、区内大学を会場に、区内 9 大学・事業者・区民・行政が一堂に会し、事例発表を通して、実践活動・研究を深めあっています。第 17 回大会は「学びあい広げようせたがや福祉の輪」～ひとりひとりが大切にされるまち世田谷を目指して～と題して、東京都市大学世田谷キャンパスにて開催します。みなさんの参加をお待ちしています。

- 日時／11月8日(土) 12時～17時 30 分
- 場所／東京都市大学世田谷キャンパス(玉堤 1-28-1)
- 基調講演／渡邊美佐緒氏(社会福祉法人ビーハッピーみのりの家 施設長)
- 『当事者中心の福祉を追い続けて』～障がいのある人の生活支援の現場 50 年から学んだこと～
- 参加費／資料代として、500 円を受付でお支払いいただきます。
- 交通／東急大井町線尾山台駅下車徒歩約 12 分
- 問合せ／世田谷区社会福祉事業団 世田谷区福祉人材育成・研修センター 担当: 枝・中村
TEL: 03-6379-4280 メール: fukushijinza@setagaya-jinzai.jp

リサイクル市(バザー) 提供品受付のお知らせ@世田谷ボランティアセンター

世田谷ボランティア協会では、みなさまからご提供いただいた品物をリサイクル市(バザー)で販売し、その売上金を世田谷ボランティア協会が行うボランティア活動推進のための、さまざまなプログラム運営費用にあてさせていただきます。バザー開催に向けて、提供品の受付をいたします。ご協力をお願いいたします。

- 回収日／10月4日(土)、11月1日(土)、12月6日(土)
- 時間／10時～17時 30 分
- 場所／世田谷ボランティアセンター 1 階受付(下馬 2-20-14)
- 対象品／衣類・帽子・バッグ・アクセサリ・衣料雑貨(未使用のタオルや靴下など)
食器(未使用品)・生活雑貨(未使用品)など
- 交通／東急田園都市線・東急世田谷線 三軒茶屋駅下車徒歩約 12 分
- 問合せ／世田谷ボランティアセンター バザー担当
TEL: 03-5712-5101

AI システムによるマッチングサイトのお知らせ

「趣味や技術、経験を生かしたい」「地域で活動したい」という、ボランティア活動をしたい方の経験や意欲などと、サポートを求める方や団体などを、東京大学先端科学技術研究センターが開発した AI システムによるマッチングサイト(世田谷版 G B E R 「ジーバー」)で結び付け、経験や希望に合ったボランティア活動を紹介します。

詳細は右記二次元コードからご覧ください。



上記掲載記事は 9 月 16 日時点の情報です。
変更となる場合がありますので、詳細は問合せ先へご確認ください。

世田谷ボランティア協会の活動・支援拠点



相談・お問い合わせ先

- ボランティアについて ▶ 【世田谷ボランティアセンター、各ボランティアビューロー】
災害ボランティアについて ▶ 【せたがや災害ボランティアセンター】
リハビリについて ▶ 【ケアセンターふらっと、ケアセンター with】
訪問介護について ▶ 【ケアステーション連】
介護プランについて ▶ 【ケア相談センター結】
障害について ▶ 【ぼーとせたがや、スペース ココカラ。】

＼協会職員大募集／
作業療法士 訪問介護員
支援員 相談員

寄付で社会を
ご寄付のお願い

お支払い方法が
選べます。

- ・ クレジットカード
- ・ Amazon Pay
- ・ 銀行振込

寄付金控を受けられます



ホームページ



Facebook



Instagram

本誌掲載記事の無断転載を禁じます。