

2022年2月吉日

## TBWA\HAKUHODO と専門家の有志が制作 自分でもできる災害対応をまとめた防災アクションガイド第十弾 『コロナ禍でもすぐできる！在宅避難の備え』を公開

TBWA\HAKUHODO（本社：東京都港区、代表取締役社長兼 CEO：今井明彦）と FUKKO DESIGN（本社：東京都渋谷区、代表理事：河瀬大作）は、近年の自然災害において注目されている在宅避難をする際に、どのような対策をすればよいのかをまとめた『コロナ禍でもすぐできる！在宅避難の備え』を発表しました。

**風水害発生**のとき

### 在宅避難の備え

## 在宅避難の判断ポイント

災害が発生したとき、避難のひとつとして、自宅に留まる「在宅避難」があります。在宅避難と避難所への避難の特徴を踏まえて、自分や家族にあった避難を考えましょう。

**判断①** 自宅に危険はない？  
自宅や周囲が危なければ安全な避難所へ。

**判断②** 自宅で生活できるか？  
電気・ガス・水道が使えるかや被害状況を踏まえ、周りからのサポートが必要な場合は避難所へ。

**避難所** 自宅のほか親戚・友人宅やホテル等へ避難する方法も。

**避難所に入れないことも** 都心部では収容人数に限りがあり、地方では近くに指定避難所がない場合も。住まいの地域の避難所について確認しましょう。

**在宅避難と避難所の特徴**

在宅避難	避難所
<ul style="list-style-type: none"> <li>プライバシーが守られる &amp; 子どもがいても安心 乳幼児がいる場合など避難所で負担がないか確認。</li> <li>密を防ぎ感染リスクを下げられる コロナ禍での感染リスクを抑えられますが、自宅が浸水するとカビの影響などで別の感染リスクも。</li> <li>自分にあった寒さ・暑さ対策 大きな避難所では温度調整が十分ではないことも。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>物資（食料、必需品）が手に入りやすい 物資は避難所に集まるため在宅よりも手に入りやすい。</li> <li>支援を受けやすい 近所の人や役所の職員などの支援を受けやすく、掲示板などで行政の支援情報が入手しやすい。</li> <li>建物の安全性が確保されている 安全な公共施設のため二次災害などに巻き込まれづらい。</li> </ul>

© FUKKO DESIGN JVOAD 協力：荒木健太郎（雲研究者）、佐々木晶二（元内閣府防災課審議官）

TBWA\HAKUHODO と FUKKO DESIGN は、「防災アクションガイド」シリーズとして、今まで「大雨&台風」「天気急変」「冬の荒天」「地震&津波」など各自然災害への備えに加え、「生活再建」「女性向け」といったニーズに合わせた対策など様々な切り口でガイドを制作してきました。

今回は、避難所に行かず家の中に留まる「在宅避難」の対策をまとめました。近年、避難所の収容率が問題になっており、特に都市部など人口密集地では避難所に入れない人たちが溢れてしまう可能性も指摘されています。加えて、コロナ禍で密を回避しなければならず、不特定多数の人があつまる避難所の多くで収容人数を減らしています。そのような中で、家の中に留まる「在宅避難」の必要性が高まっています。

しかし、まだまだ避難所への避難が前提となっている場所も多く、在宅避難について体系的にまとめた資料が多くありませんでした。そこで、在宅避難での注意点や、大切な備蓄、その後の支援策など、避難生活を送る上での必要なポイントを網羅した『コロナ禍でもすぐできる！在宅避難の備え』を作ることになりました。

今まで同様に、TBWA\HAKUHODO のメンバー、元内閣府防災担当官房審議官の佐々木晶二氏や、災害支援団体の調整などを行う NPO 法人全国災害ボランティア支援団体ネットワークの明城徹也氏など有志のチームを中心に、気象専門家などへの取材を経て制作しました。

災害時にさまざまな情報が飛び交う SNS での拡散を視野に入れ、わかりやすさはもちろんのこと、すぐに実践できるようにイラストなどを交えた画像にしました。在宅避難時の対策について今一度考え、いざとなった時に、少しでも多くの方々に役立てていただければ幸いです。

## <詳細>

『コロナ禍でもすぐできる！在宅避難の備え』は、「①風水害発生するとき」「②地震発生するとき」の大きく2つに分けてまとめられています。①の風水害の場合はある程度事前に予測が可能のため、前もって行える対策をまとめています。②の地震は予測ができないため、災害発生後の対応を中心にまとめています。共通する部分もありますが、建物の損壊や行政などの対応など異なることもあり、それぞれの対応を細かく分けて記載しているため、災害に合わせてご活用いただければと思います。

### <風水害発生するとき>

#### 「在宅避難の判断ポイント」

いざ避難する際の判断ポイントや、在宅避難と避難所の特徴をまとめています。

#### 「自宅の備蓄を考えよう」

備蓄すべきもののリストや、備蓄の量や、効果的な備蓄方法を紹介しています。

#### 「在宅避難で気をつけること」

自宅や周囲の安全確認の方法や、在宅避難時の情報の集め方などを解説しています。

#### 「在宅避難で受けられる支援」

自治体の支援情報の収集方法や、災害ボランティアセンターで受けられる支援内容などを紹介しています。

## <地震発生のとき>

### 「在宅避難の判断ポイント」

いざ避難する際の判断ポイントや、在宅避難と避難所の特徴をまとめています。

### 「建物の安全判断をしよう」

自宅や周囲の安全確認のポイントや、応急危険度判定、被害認定などを説明しています。

### 「在宅避難中に気をつけること」

最新の情報をチェックする方法や、ライフラインのチェック方法などを解説しています。

### 「在宅避難で受けられる支援」

自治体の支援情報の収集方法や、災害ボランティアセンターで受けられる支援内容などを紹介しています。

## 『コロナ禍でもすぐできる！在宅避難の備え』

URL: <https://www.tbwahakuhodo.co.jp/uploads/2022/02/bousai-action-guide-vol.10-zaitaku.pdf>

## 風水害発生するとき 在宅避難の備え 在宅避難の判断ポイント

何の犠牲でもすぐできる 防災アクションガイド

**!** 災害が発生したとき、避難のひとつとして、自宅に留まる「在宅避難」があります。在宅避難と避難所への避難の特徴を踏まえて、自分や家族にあった避難を考えましょう。

**判断①** 自宅に危険はない？

NO → 避難所

YES → 判断②

自宅や周囲が危なければ安全な避難所へ。

**判断②** 自宅で生活できるか？

NO → 避難所

YES → 在宅避難

電気・ガス・水道が使えるかや被害状況を踏まえ、周りからのサポートが必要な場合は避難所へ。

自宅のほかに親戚・友人宅やホテル等へ避難する方法も。

**避難所に入れないことも**

都心部では収容人数に限りがあり、地方では近くに指定避難所がない場合も。住まいの地域の避難所について確認しましょう。

### 在宅避難

- プライバシーが守られる & 子どもがいても安心  
乳幼児がいる場合など避難所で負担がないか確認。
- 密を防ぎ感染リスクを下げられる  
コロナ禍での感染リスクを抑えられますが、自宅が浸水するとカビの影響などで別の感染症リスクも。
- 自分にあった寒さ・暑さ対策  
大きな避難所では温度調整が十分ではないことも。
- 高層住宅での避難と移動  
水害時に高層階に避難できる。一方で停電時には移動が大変になることも。
- ペットと一緒にいられる  
避難所によってはペットを連れて行けないこともあります。
- 家を留守にする心配を解消  
災害時は避難なども増えるので自宅にいても安心なことも。

### 避難所

- 物資(食料、必需品)が手に入りやすい  
物資は避難所に集まるため在宅よりも手に入りやすい。
- 支援を受けやすい  
近所の人や役所の職員などの支援を受けやすく、掲示板などで行政の支援情報が入手しやすい。
- 建物の安全性が確保されている  
安全な公共施設のため二次災害などに巻き込まれづらい。

© FUKKO ■ESIGN JV■AD 協力：荒木健太郎（震研究者）、佐々木晶二（元内閣防災官房審議官）

## 風水害発生するとき 在宅避難の備え 自宅の備蓄を確認しよう

何の犠牲でもすぐできる 防災アクションガイド

**!** 在宅避難には自宅での備蓄が必要不可欠です。食料品や生活必需品などを日頃から用意しておき、好きなものも取り入れて備蓄を充実させましょう。

### 備蓄するもの確認

災害に備えて、日頃から食料品や生活必需品などの備蓄を用意しましょう。

**食品まわり**

- 飲料水
- 主食（レトルトご飯、麺など）
- 主菜（レトルト食品、冷凍食品など）  
水は1人1日3Lあると安心です
- 加熱せず食べられるもの（ナッツ、ドライフルーツなど）
- 調味料（しょうゆ、塩など）
- 栄養補助食品（ゼリー飲料など）
- 菓子類（チョコレート、スナック菓子など）
- 缶詰（サバ、焼き魚、果物など）

**生活用品**

- 生活用水（手を洗うなど、飲む以外にも水は必要）
- 救急箱
- 持病の薬・常備薬
- ライター
- 乾電池
- 懐中電灯
- モバイルバッテリー
- ゴミ袋、大型ポリ袋
- 非常用トイレ
- 使い捨てカイロ
- カセットコンロ・ガスボンベ  
ボンベは軽便式本あると安心です

性別や年齢によって変わる必要なもの  
 生理用品  乳幼児用食品

### まずは3日分の備蓄を用意

災害発生時には影響が長期化することがあります。**まずは「3日分」を目標にして備蓄しましょう。**

3日分の備蓄に慣れてきたら、大規模な災害に備えて、「1週間分」の備蓄に努めましょう。

### 好きなものを取り入れた備蓄を

普段の食料品や生活必需品などを常に少し多めに備える「日常備蓄」と、日頃から非常食を食べて買い足す「ローリングストック」の組み合わせがおすすめです。避難が長期化しても質の高い食事ができるので、好きなものも取り入れて備蓄を充実させましょう。

© FUKKO ■ESIGN JV■AD 協力：荒木健太郎（震研究者）、佐々木晶二（元内閣防災官房審議官）

風水害  
発生  
のとき

在宅避難の備え  
在宅避難中に気をつけること

何よりも早くできる  
防災アクション  
ガイド

**!** 在宅避難時は、身の安全の確保と情報収集が大切です。自宅の安全性を確認の上で、最新の気象情報や避難情報を入手するようにしましょう。

自宅や周囲の安全性の確認

⚠ 危険がある場合には、迷わず避難所へ

- 建物とその周り**  
家の周り、隣の家の変化、斜面が崩れそうかなどをチェック。日頃からハザードマップを見て住まいの地域の危険性を確認しておきましょう。
- 家具**  
安定しているか確認を。倒れたり、壊れたりしそうなものがあると危険。
- 家電・エアコン**  
水に浸かった家電類は、通電時に二次被害につながることもあり危険です。
- ライフライン**  
電気・水道・ガスがそれぞれ使えるか確認を。水道が使えない場合は備蓄で足りるか確認しよう。
- 道路状況**  
道路や交通の状況を踏まえて移動できるかを見極め在宅避難か避難所への避難か判断しよう。
- 健康状況**  
自宅での寒さ・暑さ対策、食事、浸水時のカビによる影響など健康管理を十分にできるか、家族の体調なども踏まえて確認を。

在宅避難時の情報の集め方

テレビ・ラジオなども確認しつつ  
スマホなどでインターネットの情報も使いこなそう。

スマホアプリ

- NHK ニュース防災
- NHK ニュース防災 ニュース全般
- Yahoo!防災速報 避難情報など
- Yahoo!天気 気象情報

SNSアカウント

住まいの地域の自治体アカウントなどをフォローしておきましょう。

- NHK ニュース @nhk\_news
- 自治体 都道府県や市区町村

⚠ 自治体のWebサイトや防災メールもチェック

スマホ以外でも **地域の最新情報を入手しよう**

携帯ラジオ

防災行政無線

掲示板

市区町村役場・避難所にある掲示板でも最新の情報を入手できます。

© FUKKO © ESIGN JV © AD 協力：荒木健太郎（雲研究者）、佐々木晶二（元内閣防災官房審議官）

風水害  
発生  
のとき

在宅避難の備え  
在宅避難で受けられる支援

何よりも早くできる  
防災アクション  
ガイド

**!** 在宅避難をしていても、行政や支援団体から様々な支援を受けられます。避難所やボランティアセンターに行って、困っていることを相談しましょう。

自治体の支援情報を確認しよう

Webサイト・SNS

住まいの市区町村や都道府県ごとに最新の支援情報が掲載されています。

掲示板など

避難所や役所の掲示板などでも支援情報が掲載されています。

⚠ 都道府県独自の支援もあるので、市区町村だけでなく都道府県のWebサイト・SNSも確認しましょう。  
避難所や役所にいけない場合は、電話相談の窓口を確認して連絡を。

災害ボランティアセンターでも相談できる

ボランティアや支援団体などから支援を受けられますのでまずは災害ボランティアセンターに気軽に相談しましょう。

家の片付け、清掃、濡れた畳・家財道具出し

土砂かさや廃棄物の撤去

廃棄物の置き場までの輸送

ブルーシート貼りや建物の簡単な補修など

避難先に食事やものを届けてくれる

高齢者の見守り

食料品や生活必需品を避難所でもらおう

避難所で食料品などの物資を受け取れます。困っていることは市区町村の職員にも相談しましょう。

（給水車が家の近くに寄ることも）

わずかな体調の変化にも注意しよう

在宅避難は孤立しやすいので、地域の人と連携し、1人にならないように工夫を。健康で心配なことはかかりつけ医や、自治体の保健師さんによる訪問時に相談しましょう。緊急時には119番に連絡を。

ひとりでは抱え込まずに支援を活用しよう

浸水の被害にあうなど、自分や家族だけで対応が難しい場合などはひとりで抱え込まずに積極的に相談しましょう。地域の人の協力のほか、自治体やボランティアセンターなど様々な団体が支援してくれます。

© FUKKO © ESIGN JV © AD 協力：荒木健太郎（雲研究者）、佐々木晶二（元内閣防災官房審議官）

## 地震発生するとき 在宅避難の備え 在宅避難の判断ポイント

**!** 災害が発生したとき、避難のひとつとして、自宅に留まる「在宅避難」があります。在宅避難と避難所への避難の特徴を踏まえて、自分や家族にあった避難を考えましょう。

### 避難先の判断

**判断①** 自宅に危険はない？

応急危険度判定を踏まえて確認。自宅や周囲が危なければ安全な避難所へ。

NO → 避難所

YES → **判断②** 自宅で生活できるか？

電気・ガス・水道が使えないかや被害状況を踏まえ、周りからのサポートが必要な場合は避難所へ。

NO → 避難所

YES → 在宅避難

### 避難所に入れないことも

都心部では収容人数に限りがあり、地方では近くに指定避難所がない場合も。住まいの地域の避難所について確認しましょう。

### 在宅避難

- プライバシーが守られる  
多くの人と一緒に生活する避難所で負担がないか確認。
- 子どもがいても安心  
乳幼児がいて周りを気にしてしまう場合、在宅避難のほうが負担が小さいことも。
- 密を防ぎ感染リスクを下げられる  
コロナ禍での感染リスクを抑えられますが、津波で浸水すると、カビの影響などで別の感染症リスクも。
- ペットと一緒にいられる  
避難所によってはペットを連れて行けないこともあります。
- 自分にあった寒さ・暑さ対策  
大きな避難所では温度調整が十分ではないことも。
- 家を留守にする心配を解消  
災害時は盗難なども増えるので自宅にいても安心なことも。

### 避難所

- 物資(食料、必需品)が手に入りやすい  
物資は避難所に集まるため在宅よりも手に入りやすい。
- 支援を受けやすい  
近所の人や役所の職員などの支援を受けやすく、掲示板などで行政の支援情報が入手しやすい。
- 建物の安全性が確保されている  
安全な公共施設のため二次災害などに巻き込まれづらい。

© FUKKO DESIGN JV AD 協力：荒木健太郎（雲研究者）、佐々木晶二（元内閣防災官房審議員）

## 地震発生するとき 在宅避難の備え 建物の安全判断をしよう

**!** 地震が起きたとき、まずは建物に被害が起きるケースが多いです。市区町村が建物の安全判断をする応急危険度判定などを踏まえて、自宅の安全性を確認しましょう。

### まずは自宅の安全性を確認

同等以上の余震が発生することもあるので、自宅の安全性確認が重要。

- 建物とその周り  
家の周り、隣の家の変化、斜面が崩れそうかなどをチェック。ブロック塀や屋根、壁などが被害に遭うことが多いのでしっかり確認しよう。
- 家具  
安定しているか確認を。倒れたり、壊れたりしそうなものがあると危険。
- 家電・エアコン  
壊れた家電類は、通電時に二次被害につながることもあり危険です。
- ライフライン  
電気・水道・ガスがそれぞれ使えるか確認を。水道が使えない場合は備蓄で足りるか確認しよう。
- 道路状況  
道路や交通の状況を踏まえて移動できるかを見極め在宅避難か避難所への避難か判断しよう。
- 健康状況  
自宅での寒さ・暑さ対策、食事、津波浸水時のカビによる影響など健康管理を十分にできるか、家族の体調なども踏まえて確認を。

**!** 危険がある場合には、迷わず避難所へ

### 在宅避難を続ける判断に「応急危険度判定」

応急危険度判定は災害後に市区町村が実施する建物の安全判断の調査です。継続利用可能な緑、要注意の黄、危険の赤の3種類が貼られます。

建物に入るのには問題ない

立ち入りはOKだが、在宅避難はなるべく避けよう。

建物に入るのは危険

**!** 赤・黄紙が貼られたら在宅避難は危険です

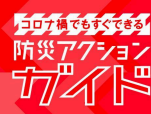
災害時は災害に便乗した悪質な業者による調査もあります。不審な場合は登録証の提示などを求めて身元を確認しましょう。

### 被害認定と応急危険度判定はちがうもの

被害認定	応急危険度判定
全壊、大規模半壊など、被災した住宅等の被害の程度を証明するもので、支援金などの受け取りに使えます。	余震が起きても安全に建物に入れるか（在宅避難できるか）を地震直後に確認するものです。


仮に緑紙でも被害認定の結果、支援金ももらえる場合もあるので、違いを理解しておきましょう。

© FUKKO DESIGN JV AD 協力：荒木健太郎（雲研究者）、佐々木晶二（元内閣防災官房審議員）




## 在宅避難の備え

### 在宅避難中に気をつけること



**地震発生**



**在宅避難**

**!** 在宅避難時は、情報収集とライフライン確保が大切です。最新の情報を入手しつつ、在宅避難を継続できるか判断しましょう。

#### 最新の情報をチェックして余震などに注意

地震の場合、余震が発生する可能性もあります。その他、大雨や台風などによって複合災害になる可能性も。テレビ、ラジオ、スマホなどで最新情報をチェックしよう。

スマホアプリ

- NHK ニュース 防災
- NHK ニュース 全般
- Yahoo! 防災速報 避難情報など
- Yahoo! 天気 気象情報

SNSアカウント

住まいの地域の自治体アカウントなどをフォローしておきましょう。

- NHK ニュース @nhk\_news
- 自治体 都道府県や市区町村

**!** 自治体のWebサイトや防災メール、スマホの防災アプリなどもチェック

#### 電気、水道、ガスをチェック

地震が起きると、電気、水道、ガスが止まることが多いです。電気は比較的早く復旧することがありますが、災害によって状況は異なります。生活が厳しい場合は在宅避難は諦め、避難所にいきましょう。

電気 ⚡

比較的早く復旧すること多いですが、復旧前のスマホの充電などは避難所でもできます。

水道 💧

復旧が遅れることが多いです。水がないと健康被害につながるため、早めに避難などで給水。

ガス 🔥


復旧に時間がかかります。ガスが使えない場合のために、カセットコンロなど代替手段を考えておきましょう。

だいたいの復旧時期		
6日	91日	85日
99日	203日	54日

出典：内閣府、厚生労働省資料


#### ネット環境があるところに行こう

避難所では携帯キャリアが比較的早くアンテナを立てることが多いです。また、公共施設やコンビニなどでは災害時に無料のWi-Fiも提供されるので、つながらない時は利用しよう。



#### 発災直後は電気・ガスの元栓をオフに

災害で停電した際、復旧時に通電火災の恐れがあります。ガス管などが壊れると、復旧時にガス漏れによる爆発の恐れも。発災直後は電気とガスに注意です。



© FUKKO DESIGN JV・AD 協力：荒木健太郎（雲研究者）、佐々木晶二（元内閣防災官房審議官）



## 在宅避難の備え

### 在宅避難で受けられる支援



**地震発生**



**在宅避難**

**!** 在宅避難をしていても、行政や支援団体から様々な支援を受けられます。避難所やボランティアセンターに行って、困っていることを相談しましょう。

#### 自治体の支援情報を確認しよう

Webサイト・SNS



住まいの市区町村や都道府県ごとに最新の支援情報が掲載されています。

掲示板など



避難所や役所の掲示板などでも支援情報が掲載されています。

**!** 都道府県独自の支援もあるので、市区町村だけでなく都道府県のWebサイト・SNSも確認しましょう。避難所や役所にいけない場合は、電話相談の窓口を確認して連絡を。

#### 災害ボランティアセンターでも相談できる

ボランティアや支援団体などから支援を受けられますのでまずは災害ボランティアセンターに気軽に相談しましょう。



家の片付け、清掃、家財道具出し



倒壊したブロック塀、壁などの片付け



廃棄物の置き場までの輸送



ブルーシート貼りや建物の簡単な補修など



避難先に食事やものを届けてくれる



高齢者の見守り

#### 食料品や生活必需品を避難所でもらおう

避難所で食料品などの物資を受け取れます。困っていることは市区町村の職員にも相談しましょう。



(給水車が家の近くに来ることも)

#### わずかな体調の変化にも注意しよう

在宅避難は孤立しやすいので、地域の人と連携し、1人にならないように工夫を。健康で心配なことはかかりつけ医や、自治体の保健師さんによる訪問時に相談しましょう。緊急時には119番に連絡を。



#### ひとりで抱え込まずに支援を活用しよう

地震の被害にあうなど、自分や家族だけで対応が難しい場合などはひとりで抱え込まずに積極的に相談しましょう。地域の人の協力のほか、自治体やボランティアセンターなど様々な団体が支援してくれます。



© FUKKO DESIGN JV・AD 協力：荒木健太郎（雲研究者）、佐々木晶二（元内閣防災官房審議官）

## 【プロジェクトリーダー TBWA\HAKUHODO 兼 FUKKO DESIGN 木村充慶 コメント】



今回の「在宅避難の備え」制作は参考になる資料も少なく、いつも以上に大変な作業でした。災害の種類によって安全性が異なりますし、行政の対応も異なります。また、行政も安全確保のために避難所へ促すことが多いですが、特に都市部など人口密集エリアでは避難所に入れない可能性も高いと言われていています。そのような状況のため情報発信が難しく、わかりやすい資料が多くなかったのではと推測します。ただし、だからこそまとめる意味があると感じました。毎年のように災害が発生していますが、災害の種類も様々です。避難方法についても様々な可能性を理解しておく必要

があると思います。ぜひ多くの方にご活用いただければと思います。

## プロジェクトメンバー

プロジェクトリーダー：木村充慶（TBWA\HAKUHODO／一般社団法人 FUKKO DESIGN）

アートディレクター：伊藤裕平（TBWA\HAKUHODO）

アートディレクター：神之田裕貴（TBWA\HAKUHODO）

専門家：佐々木晶二（元内閣防災官房審議官）、明城哲也（NPO 法人全国災害ボランティアネットワーク<JVOAD>事務局長）など

## TBWA\HAKUHODO（TBWA 博報堂）について

2006年に博報堂、TBWA ワールドワイドのジョイントベンチャーとして設立された総合広告会社です。博報堂のフィロソフィーである「生活者発想」「パートナー主義」とTBWAがグローバル市場で駆使してきた「DISRUPTION®」メソッドを中心とした独自のノウハウを融合。質の高いソリューションを創造し、クライアントのビジネスの成長に貢献します。「DISRUPTION®」は既成概念に縛られず、常識を壊し、新しいヴィジョンを見いだすTBWA\HAKUHODOの哲学です。マーケティングに限らず、ビジネスにおけるすべての局面でディスラプションという新しい視点を武器に事業やブランドを進化させるアイデアを生み出します。<https://www.tbwahakuhodo.co.jp>

## FUKKO DESIGN について

一般社団法人 FUKKO DESIGN は、「民間ビジネスの力を結集して新たな“復興”をつくる」を活動テーマに、平時のときから行政、民間企業、メディアとのネットワークを構築し、有事の時にすぐにサポートする体制をつくるほか、有事の際の被災地に関する情報発信の支援、復興タイミングにおける地域の魅力発信、企業のマッチングサポート支援などをトータルにデザインしていく団体として活動していきます。<https://fukko-design.jp/>