

Vol. 8
2018年10月発行

社会医療法人 北腎会 広報誌

Hokkaido
Sapporo/Chitose

秋

せせらぎ

患者さんや地域の医療機関から選ばれる専門病院を目指して

手術の安全性を支える
麻酔科専門医





手術の安全性を支える

麻酔科専門医

常勤2人体制



坂泌尿器科病院 麻酔科 医師
むらやま けんき
村山 賢起

深川市生まれ札幌市育ち。
平成9年旭川医科大学卒業。
旭川医科大学病院、釧路赤十字病院、函館五稜郭病院、市立札幌病院救命救急センター、米国ワシントン大学、えにわ病院を経て、平成30年4月から坂泌尿器科病院麻酔科に勤務。
[専門資格]
麻酔科標榜医、日本麻酔科学会麻酔科専門医、医学博士



坂泌尿器科病院 麻酔科長/手術室長
つかもと てつお
塚本 哲生

札幌市生まれ札幌市育ち。
昭和58年札幌医科大学卒業。
札幌医科大学付属病院、市立釧路総合病院、旭川赤十字病院、登別厚生年金病院、札幌マタニティ・ウイメンズホスピタル、米国イェール大学麻酔科留学などを経て、平成26年7月から坂泌尿器科病院麻酔科に勤務。
[専門資格]
麻酔科標榜医、日本麻酔科学会麻酔科専門医、日本ペインクリニック学会専門医

医療現場において、「麻酔科医の不足」「確保の難しさ」が長らく問題になっていましたが、平成30年度の診療報酬改定では「診療の質を高める観点から、常勤の麻酔科医による総合的な医学管理をより重視する」との見直しが行われました。坂泌尿器科病院でも、麻酔科診療をさらに充実させる取り組みを進めています。

平成30年度診療報酬改定 麻酔科の診療に係る評価の見直し

- 麻酔科の診療に係る評価について、診療の質を高める観点から、常勤の麻酔科医による総合的な医学管理をより重視するよう、見直しを行う。
- 常勤の麻酔科医による総合的な医学管理及び長時間の閉鎖循環式全身麻酔を評価する。

日本で不足している 常勤の麻酔科医

麻酔科医は「術前から術後までの患者の生命活動を維持・管理する」という重要な役割を担っているにもかかわらず、日本の病院では常勤の麻酔科医不足が続いています。
麻酔科領域では最も大きな日本麻酔科学会が平成27年に公開した「麻酔科医のマンパワーに関する調査・マンパワーアンケート」の結果報告では、「一般病院では64%の施設（前回56%）に麻酔科医が専従し、前回より増加している」状況も

手術を安全に行うために 必要不可欠な存在

執刀医や看護師と連携して一連の麻酔管理を責任を持って行えるのは常勤の麻酔科医です。非常勤の麻酔科医には時間的制約があるため、術前から術後までの患者管理に一貫して関わることができません。
日本外科学会が日本麻酔科学会の協力を得て平成28年に行った「周術期管理・麻酔におけるマンパワーと労働環境及びチーム医療に関する実態調査」では多くの外科医が、非常勤の麻酔科医で手術を行う体制の問題点を指摘し、有能な常勤の麻酔科医が手術現場に必要不可欠であるという声を寄せています。

かつて坂泌尿器科病院では麻酔科標榜医3人と非常勤の麻酔科医で手術体制を整えていましたが、「手術患者の一連の全身管理は、常勤の麻酔科専門医による統括が最も適切」として、平成26年に常勤の麻酔科専門医を迎え、平成30年4月からは麻酔科専門医による常勤2人体制で周術期管理を行っています。

坂泌尿器科病院には、標榜医3人と専門医2人がいます

麻酔科標榜医

麻酔の実施に関して十分な修練を行うことのできる病院または診療所において2年以上修練をしたか、2年以上麻酔の業務に従事して麻酔実施を主に担当する医師として気管挿管による全身麻酔を300症例以上経験した医師

●厚生労働省に申請し許可
全国に9772人
(平成28年12月31日現在)
※厚生労働省「平成28年医師、歯科医師、薬剤師調査の概況」

麻酔科専門医

日本麻酔科学会が行う筆記試験、口頭・実技試験に合格し、麻酔科関連の臨床、研究に関する十分な知識と技量を有することを認定された麻酔科関連業務に専従する医師

●日本麻酔科学会の試験に合格
●麻酔科認定医資格取得後3年以上経過し、麻酔関連業務に専従
●麻酔科認定病院で麻酔の臨床業務に1年以上従事
●所定の臨床業績、研究業績がある
全国に4571人
(平成30年4月1日現在)
※日本麻酔科学会「2018年度麻酔科専門医一覧」

総合的な医学管理

質の高い周術期管理が手術の成果につながる

手術を行うのは執刀医ですが、その手術が安全に行われるよう、支えているのが麻酔科医です。痛みや意識を取り除き、術中の患者さんの全身管理という重大な責務を担っています。しかし、麻酔という行為自体が人体にとって危険を伴うものでもあることから、総合的な医学管理と万全の対策が必要です。



リスクが高い手術でも安全と質を確保 **麻酔計画**



麻酔科外来で患者さんの身体状況を把握する **術前面談**

坂泌尿器科病院の麻酔管理下の主な手術

全身麻酔 (気管内挿管、ラリンジアルマスクなど)

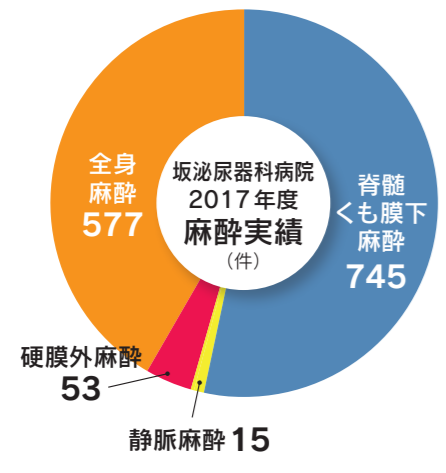
- 経尿道的腎尿管碎石術 (TUL)
- 経皮的腎碎石術 (PNL)
- 経尿道的膀胱腫瘍切除術 (TURBT)
- ホルミウムレーザー前立腺核出術 (HoLEP)
- 腎盂尿管鏡 ●前立腺針生検

全身麻酔 + 硬膜外麻酔

- 前立腺全摘術 ●腹腔鏡下腎尿管手術
- 腹腔鏡下膀胱手術

全身麻酔 + 脊髄くも膜下麻酔

- ホルミウムレーザー前立腺核出術 (HoLEP)



個々の患者さんの状態やリスクの予測、万が一の際の処置などを検討しながら、適切な麻酔方法を選択します。合併症があったり、術後のリスクが高い場合には、最悪のシナリオ（血圧低下や呼吸停止、心筋梗塞など）を想定した処置、薬剤の準備などを行います。

2人体制のメリット

麻酔科専門医2人が事前に意見を出し合い、麻酔計画を検討することが、適切なリスク管理になります。異なった観点のアプローチが、より安全で質の高い麻酔科医療の提供につながります。

術後合併症のリスクが高い状態

- ヘビースモーカー ●低肺機能 ●低栄養
- 肥満 ●糖尿病 ●心臓病 ●高齢 など



手術を受けることが決まった患者さんは、必ず麻酔科専門医が診察を行います。麻酔科外来（毎週火曜午後）や病棟で行われる面談で、事前に電子カルテから入手した病状や既往歴、服薬歴を再確認したり、体格や体力、麻酔時におけるリスク要因を把握します。リスクを最小限にとどめる麻酔方法を患者さんやご家族に説明し、安心していただくことも重要な役割です。術前カンファレンスで執刀医と情報の共有・交換も行います。

2人体制のメリット

術前の患者診察から術後の全身管理までの一連の医療行為を、2人の麻酔科専門医が情報を共有し、役割を分担しながら、責任を持って行うことができます。



手術の準備やリスク管理をサポート

外来看護師

患者さんが安心して予定通りに手術を受けることができるように関わります。手術を受けることが決まった患者さんやご家族と面談し、術前検査を案内します。既往歴や服薬内容の確認を行い、リスクが高いと考えられる場合は、身体状況を詳細に把握し、担当医師と情報を共有します。オリエンテーションでは、患者さんの不安を軽減し、安心して手術が受けられるように手術前後の過ごし方などを説明します。患者さんの情報は、電子カルテに登録し、担当医師や麻酔科医、そのほかの関係スタッフが共有することができます。

中心静脈圧	尿量測定	体温計	呼吸炭酸ガスモニタ	パルスオキシメータ	血圧計	心電図
身体内の血液、水分量を推定できます	腎臓の機能などを確認できます	体温を監視します	呼吸の状態を確認できます	血液中の酸素化の割合を確認できます	血圧を測り、全身に十分血液が巡っているかどうかを判断できます	不整脈や狭心症、心筋梗塞などの発生を察知できます

術中のモニタリング

呼吸管理
循環管理
鎮痛管理



術中管理
もの言えぬ患者の代弁者
麻酔科医は

麻酔科医は患者入室前に手術室に入り、麻酔器や薬剤の準備を整えます。全身麻酔では、短時間に患者さんの意識を消失させ、自発呼吸を止め、無痛状態を薬理的につくり出します。その間、麻酔科医は「患者の代弁者」となり、「患者さんの不利益になつていないか」「全ての医療行為が安全に適切に行われているか」を常にチェックしながら、手術の進行に合わせて麻酔深度を調整します。

万が一の急変時には、その危険度を迅速に把握し、的確な処置を直ちにを行います。これは、全身管理や蘇生術に長けた麻酔科医だからこそ果たせる使命です。

執刀医は麻酔科医と患者さんの状態やリスクについて情報交換しながら、手術を進めることができます。

術後管理
鎮痛や合併症に対する配慮が重要



病棟看護師
術後の申し送りや観察ポイントを確認

外来で医師や看護師が確認した患者情報を電子カルテで再度確認します。患者さんを手術室へ案内する際には、安全に留意して不安の軽減に努めています。手術が終わったら、手術室看護師から申し送りを受け、病棟での手術後看護に努めます。病室へ戻ったらバイタルを測定し、全身状態の観察などを行います。異常の早期発見ができるようモニタリングや観察を継続します。

離床時は、安全に留意し、患者さんの全身状態をしっかり確認します。また、離床後の注意点などの説明も行います。

麻酔から覚醒し、意識が回復したことを確認した後は、呼吸や血圧、心拍数が安定するまで、手術室で患者さんを見守ります。術後の鎮痛管理や術後合併症に対する配慮なども、麻酔科医の業務の一環です。特にハイリスクの患者さんに対しては病棟看護師に観察ポイントを申し送り、術後の経過観察を慎重に行います。

離床のタイミングには病室に向き、患者さんの回復の確認を行います。

2人体制のメリット

患者さんの全身状態の確認や緊急時対応も迅速に行えます。全身状態の改善についても、麻酔科医同士でカンファレンスを行い対処できます。

2人体制のメリット

手術が長時間にわたっても、必要に応じて交代しながら、患者さんの安全を監視することができます。過重労働にならない環境が安全で質の高い医療につながります。また、緊急手術にも迅速に対応できます。



執刀医

ハイリスクな症例でも万全の体制で手術に挑めます



手術を受ける患者さんの高齢化が進む中で、リスク管理の重要性が高まっていますが、麻酔科医と役割分担できる体制があるのは大きなメリットです。

麻酔管理には高度な医療知識と経験による術前から回復までの一連の関わりが必要ですが、特に術中は患者さんのバイタル変化や全身状態を麻酔科医が常時監視し、必要に応じて情報を提供してくれると、安心して手術に没頭できます。

また、常勤の麻酔科専門医が2人いると、長時間の手術でも、臨時手術が入った場合でも、万全の体制で手術を引き受けることができます。

手術室看護師

全身状態を把握しつつ麻酔科医と執刀医をサポート

術前カンファレンスおよび術前訪問で患者情報や病態を確認しています。手術の際には直接介助（器械出し）と間接介助（外回り）の看護師が入り、手術器械や衛生材料などを準備します。

患者入室時や麻酔導入時には間接介助の看護師が麻酔科医の指示に倣いながら、気管内挿管などを介助します。直接介助の看護師は、執刀医の動きや指示に合わせて手術のスムーズな進行をサポートします。

50歳を過ぎたら「前立腺がん検診」を受けましょう

前立腺がんの罹患数は
65歳以上の日本人男性で **1位**

5歳階層別
男性がん患者数ランキング

年齢	1位	2位	3位	4位	5位
55~59歳	胃	結腸	肺	直腸 前立腺 非ホジキンリンパ腫	
60~64歳	結腸	胃 前立腺	肺	直腸	
65~69歳	前立腺	胃	肺	結腸	直腸
70~74歳	前立腺	胃	肺	結腸	直腸
75~79歳	前立腺	胃	結腸	肺	直腸
80~84歳	前立腺	胃	結腸 肺		膀胱

※厚生労働省「平成26年患者調査 上巻（全国）
総患者数、性・年齢階級 × 傷病分類別」から作成

PSA検査

Prostatic Specific Antigen：前立腺特異抗原

血液を調べるだけで当日中に結果がでます

坂泌尿器科病院では、PSA検査による「前立腺がん検診」を行っています。前立腺にがんができること、血液中のPSA（前立腺特異抗原）値が上昇すること、採取した血液を測定することで、早期がんの発見や治療経過を診ることが出来ます。

前立腺がんは初期症状がなく、発見が遅れがちです。特に近親者（親・兄弟）に前立腺がんを発症したことがある人がいる場合は、リスクが高いため、50歳を過ぎたら年に1度はPSA検査を受けましょう。

PSA検査の結果は採血から40分ほどで出しますので、即日結果をお知らせできます。

坂泌尿器科病院 PSA検査の流れ



PSA値で前立腺がんの発現をチェックします（タンデム法）

PSA値	発現率
～ 4.0ng/ml	陰性
4.1 ～ 10ng/ml	約25～30%の人に前立腺がんが見つかります
10 ～ 20ng/ml	約50%の人に前立腺がんが見つかります
20ng/ml～	約90%の人に前立腺がんが見つかります



当院では、1泊2日の検査入院で、前立腺に直接針を刺し、がん細胞の有無を調べます

一人で悩まずにご相談ください

ED治療薬処方

Erectile Dysfunction：勃起不全

泌尿器科専門病院を受診し
信頼性のある薬を安心して使いましょう！

ED（勃起不全）には、心理的な要因で起こる「機能的ED」、病気やケガなどで起こる「器質性ED」があります。

坂泌尿器科病院では機能的EDに対する治療薬の処方を行っています。男性スタッフが対応し、プライバシーを守ります。院内処方なので調剤薬局に出向く必要もありません。

また、EDの治療は保険適用にならず自由診療のため、料金について事前にしっかりと説明いたします。

坂泌尿器科病院 ED治療薬処方に関する料金

※ED治療に関わる全ての診療費は、健康保険の対象とはなりません

患者負担額 = 処方手数料 + 治療薬料金 + 検査料
※必要な場合のみ実施

処方手数料（税別）	
初回	2,963円
2回目以降	2,130円

※診察料・処方料などを含みます
※医師による診察の結果、お薬を処方できない場合にも支払いが必要になります
※1回の処方では20錠/1カ月を目安に上限を決めています



1錠当たりの薬価（税別）		
バイアグラ錠	25mg	972円
バイアグラ錠	50mg	1,157円
バイアグラ ODフィルム	25mg	972円
バイアグラ ODフィルム	50mg	1,157円
シルデナフィル錠 (バイアグラのジェネリック医薬品)	25mg	639円
シルデナフィル錠 (バイアグラのジェネリック医薬品)	50mg	639円
レビトラ錠	10mg	907円
レビトラ錠	20mg	1,250円
シアリス錠	10mg	1,204円
シアリス錠	20mg	1,296円

検査料（非課税）	
心臓超音波検査	10,560円
心電図検査	1,560円
胸部レントゲン	3,444円

ED治療薬の処方までの流れ

- 1 受付
- 2 問診票に記入
初回診療時には問診・チェックリストへの記入をお願いします
- 3 男性医師による診察・処方
(承諾書にサイン)
- 4 男性薬剤師から薬の説明とお渡し
- 5 会計

治療薬の特徴

	バイアグラ	シルデナフィル	レビトラ	シアリス
効果発現時間	約30分	約15～30分	約15～30分	約1時間
効果持続時間	約5時間	約5時間	約5時間	約24～36時間
食事の影響	食後に服用すると効果が減弱するので、空腹時もしくは食事から2時間程度空けて服用する必要がある	バイアグラほど食事の影響は受けませんが、空腹時もしくは食事から2時間程度空けて服用するのが望ましい	食事の影響は受けません	食事の影響は受けません
アルコールの影響	たしなみ程度であれば、影響はない			
備考	初めてのED治療薬・フィルム製剤	バイアグラのジェネリック医薬品	バイアグラを改善・速攻タイプ	長時間タイプ

市民公開講座 で講演しました

健康管理に役立つ情報を地域の皆様にお届けしたいと、坂泌尿器科病院の医師が市民公開講座で講演を行いました

8/4 (土) おしっこの症状ありませんか



おしっこのはなし
～排尿障害について～

講師：坂泌尿器科病院
診療部長 加藤 祐司
会場：北区民センター



10/13 (土) 膀胱がんを知ろう

膀胱がんについて
～診断から治療まで～

講師：坂泌尿器科病院
泌尿器科医 清水 崇
会場：アスティ45



これからも当法人では「地域に開かれた病院」として、専門医による講演活動を継続的に行っていきます



9/30
バスレクリエーション
職員や家族が
果物狩りと
ウイスキー
工場見学を
楽しみました

福利厚生の一環として行われたバスレクリエーションに職員とその家族合わせて37人が参加しました。

最初に訪れた仁木町の「さくらんぼ山観光農園」では果物狩りを楽しみました。旬のブドウ、ブルーリンゴを自分の手で採り、その場で食べるおいしさは格別でした。昼食は、園内のログハウスでジンギスカンを堪能しました。

次に余市町にある「ニッカウヰスキー北海道工場余市蒸留所」へ。ウイスキーの歴史や製造工程などを見学したり試飲をするなど楽しんでました。

部署が異なる職員とも交流ができ、有意義なレクリエーションとなりました。



7/11 7/18
職員を対象にBLS講習
迅速な手当が
救命の可能性を
高めます

急な心肺停止をした方に対し、院内外を問わずに迅速に一次救命処置が行えるよう、坂泌尿器科病院と脳神経・放射線科クリニックの職員を対象にした実践型のBLS講習会を実施しました。

講師を務めたのは坂泌尿器科病院麻酔科の村山賢起医師で、2日間合わせて97人の職員がCPRと呼ばれる胸骨圧迫

による心臓マッサージの方法とAEDを使用した心肺蘇生の方法を学びました。当法人では誰もが迅速で適切な一次救命処置が行えるよう、全職員一人一人が技術の習得に努めています。



社会医療法人として 北海道民を支える専門病院を 目指します

社会医療法人 北腎会 理事長
坂 文敏



北腎会は、昭和62年に泌尿器科医療を専門に提供する医療法人として設立されて以来、一貫して地域の皆様のために専門医療の知識と技術の研鑽に励んでまいりました。

設立当初に「地域に根ざした専門病院として、一人ひとりに満足いただける医療を提供する」という理念を掲げ、地域の皆様が安心してかかることができる医療機関を目指して歩み続けてきました。31年目を迎えた今年の9月には、より公益性の高い社会医療法人に移行することが北海道知事に認められました。

これまでも札幌市内の病院や静内町のクリニックへ医師が定期的に出向き、泌尿器科の診療を担当するなどしておりましたが、昨年夏からは新篠津と夕張の病院にも医師を派遣し、泌尿器科がない地域にお住まいの皆様の泌尿器疾患の早期発見・早期治療に貢献しています。検査や治療が必要な場合には、地元の医療機関と坂泌尿器科病院が連携しながら、切れ目ない医療を提供しています。

また、坂泌尿器科病院では昨年からの新築移転計画に取り掛かっています。竣工は2年後の平成32年度の予定ですが、地域の皆様に信頼され、必要とされる病院として、ハード・ソフトとも

「社会医療法人」とは
「救急医療、災害医療、へき地医療、周産期医療、小児救急医療などを1つ以上実施し、公的な運営が確保されている」と認められた医療法人が都道府県知事の認可を受けて、「社会医療法人」に移行します。移行後は「公的病院の機能を代替する役割」を担います。

社会医療法人は全国で294法人、北海道には39法人が認可されています（平成30年7月1日現在）。

に充実させたいと思っております。これからも社会医療法人として、地域の医療機関と連携を取りながら、安心・安全で質の高い医療を提供できる努力を続けていく所存です。

これからも、皆様方のご理解とご支援のほどよろしくお願いいたします。

坂泌尿器科病院新築移転の進捗について

平成32年度の開業を目指して、基本計画に取り組んでいます



地域の皆様に
信頼され
必要とされる
病院

安全で確実な
高度専門医療を
提供できる
病院

地域の
医療機関と
密に連携できる
病院

現在、坂泌尿器科病院は平成32年度の新病院開業を目指して、準備を進めています。

建物は3階建てを計画しており、延べ床面積は5000㎡ほどになります。これは現病院の約1.8倍の広さで、より快適な医療環境・療養環境を整えることができます。特に、手術室を4室に拡大することで、さまざまな症例に対応できるだけでなく、緊急手術の受け入れもスムーズになると考えています。

さらに大規模地震の発生時などにおいても必要な医療を提供できる万全の体制を整備したいと考えています。

これまで以上に地域の皆様の信頼に応え、地域の医療機関との連携を強化し、強い絆を育みたいと思っております。

編集後記

災害の経験を 今後の 教訓と改善へ



9月6日午前3時8分に北海道胆振東部地震が発生しました。亡くなられた方々のご冥福をお祈りするとともに、被災された皆様に心よりお見舞い申し上げます。

坂泌尿器科病院では地震による建物への大きな被害はありませんでしたが、北海道全体がブラックアウトした類を見ない大規模停電の中、スタッフ一同が一生懸命に対応をいたしました。当日の21時40分ごろに電力が回復し、7日からは通常診療を開始できましたが、実際の災害に遭遇したことで、いくつかの課題が浮き彫りとなりました。この課題は、現体制の改善だけではなく、新病院の建設にも生かせるよう取り組んでいく所存です。

広報誌「せせらぎ」も8号となり、創刊3年目に入りました。掲載するネタが尽きてしまうのではという懸念もありましたが、進めていく中で、もっと改善できないか、読者の皆様に分かりやすく伝えるにはどうすればいいのかという思いが強まりました。

私たち広報委員は、病院の情報発信だけではなく「患者さんに良い治療を受けてもらいたい」「病気のこと、治療のことをもっと知ってもらいたい」と願っています。今後も専門病院の広報誌として、恥じることはないような内容で作り続けていきたいと思っております。

【広報委員会代表】 事務部長 坂 俊英

Information

社会医療法人 北腎会 坂泌尿器科病院



札幌市北区北30条西14丁目3-1
電話/011-709-1212
FAX/011-758-5570

理事長・院長/坂 文敏

【診療科目】 泌尿器科、循環器科、
麻酔科
【専門外来】 血液透析 (30床)
【病床数】
一般病棟40床
(個室5床)



■診療受付時間

泌尿器科	月～金
	9:00 ▶ 11:30
	13:00 ▶ 17:00
	土
	9:00 ▶ 12:00

循環器科	月
	13:00 ▶ 15:00

※再診は基本的に予約制です
※急患に関しては随時、受け付けいたします

■休診日

日曜・祝日・年末年始 (12/30～1/3)

■駐車場 あり

公共交通機関

JR学園都市線「新川」駅
地下鉄「北24条」駅 → 中央バス「北73」
地下鉄「麻生」駅 → JRバス「琴46」 → 「北29条西15丁目」停留所
地下鉄「琴似」駅 → JRバス「琴46」 → 「北29条西15丁目」停留所
地下鉄「大通」駅 → JRバス「37」 → 「北29条西15丁目」停留所



社会医療法人 北腎会 脳神経・放射線科クリニック



札幌市北区北30条西14丁目2-11
(坂泌尿器科病院裏)
電話/011-709-1717
FAX/011-709-1720

院長/池田 潤

【診療科目】 脳神経外科、
腫瘍放射線科、
放射線治療科

■診療受付時間

月～金
9:00 ▶ 12:00
13:00 ▶ 17:00

■休診日
土曜・日曜・祝日・
年末年始
(12/30～1/3)

社会医療法人 北腎会 坂泌尿器科千歳クリニック



千歳市信濃2丁目1
しなのビル2F
電話/0123-40-2727
FAX/0123-40-2728

院長/山崎 清仁

【診療科目】 泌尿器科

■診療受付時間

月・火・木・金	土
9:00 ▶ 12:00	9:00 ▶ 12:00
13:30 ▶ 18:00	

■休診日
水曜・日曜・祝日・お盆期間・年末年始 (12/30～1/3)

■駐車場 あり

公共 JR千歳線「千歳駅」
交通機関 → 中央バス・桜木長都線「1」[2]
→ 「東9線」停留所

地域医療連携室から医療機関の皆さまへ

当院では、よりスムーズな外来診療を受けていただくために、医療機関からの受診予約が可能です。紹介状(診療情報提供書)をあらかじめFAXしていただきますが、まずはお電話にてご相談ください。

申し込み先

地域医療連携室 (担当: 田所 久美)

電話 011-709-1212 (代表)
FAX 011-709-2020 (直通)

社会医療法人
北腎会
Webサイト

