

令和 8 年度

アルコール依存症臨床医等研修計画

別紙 1 研 修 計 画

別紙 2 日 程 表（コース別）

別紙 3 案 内 等

独立行政法人国立病院機構久里浜医療センター

令和 8 年度アルコール依存症臨床医等研修 研修計画

1. 研修期間

研修期間は、各コース次のとおりとなります。

研修コース	オンデマンド	オンライン	対面
医 師 （ 基 礎 ）	9 月 14 日（月）～ 10 月 28（水）		10 月 29 日（木） 又は 2 月 18 日（木）
保 健 師	今回はありません	今回はありません	今回はありません
作 業 療 法 士		12 月 7 日（月）～ 12 月 9 日（水）	12 月 17 日（木）～ 12 月 18 日（金）
看 護 師			8 月 24 日（月）～ 8 月 28 日（金）
精神保健福祉士等		7 月 13 日（月）～ 7 月 16 日（木）	
公 認 心 理 師		6 月 1 日（月）～ 6 月 3 日（水）	6 月 5 日（金）

（注 1） 医師コースは 9 月 14 日～10 月 28 日までオンデマンドを聴講。
10 月 29 日又は 2 月 18 日のどちらか 1 日を久里浜医療センターで対面研修
（人数が偏った場合はこちらで調整をさせていただきます）

（注 2） 作業療法士コースは 12 月 7 日～12 月 9 日 Zoom でオンライン研修
12 月 17 日～12 月 18 日は久里浜医療センターで対面研修

（注 3） 看護師コースは 8 月 24 日～8 月 28 日久里浜医療センターで対面研修

（注 4） 精神保健福祉士コースは 7 月 13 日～16 日 Zoom でオンライン研修

（注 5） 公認心理師コースは 6 月 1 日～6 月 3 日 Zoom でオンライン研修
6 月 5 日は久里浜医療センターで対面型研修

（注 6） 定員は医師コース 80 名程度、医師コース以外は 50 名程度とします。応募状況に応じて、定員を超えて受講いただける場合があります。（ただし、すべての希望者の受講を確約するものではありません。）

（注 7） 各コースにおいて、不正受講防止のチェックを行い実施します。

2. 研修内容

研修内容は、コースごとに別紙日程表のとおりとします。

3. 受講資格

研修を受けることができる者は、次の各号に該当する者としてします。

(1) 医師（基礎）コース

精神科病院、一般病院、精神保健福祉センター、保健所等において、アルコール依存症等の医療及び保健指導等に従事する医師

(2) 保健師コース

①精神保健福祉センター、保健所において、アルコール依存症等の保健指導等に従事する保健師

②①以外の施設においてアルコール依存症等の保健指導等に従事する者で保健師の資格を有する者

(3) 作業療法士コース

①精神科病院、一般病院等において、アルコール依存症者等に対する作業療法に従事する作業療法士

②教育機関等においてアルコール依存症者等に対する作業療法に関する知識・技能を授けることに従事している者で作業療法士の資格を有する者

(4) 看護師コース

精神科病院、一般病院等において、アルコール依存症者等に対する看護に従事する看護師及び准看護師

ただし、准看護師は3年間以上の経験を有する者

(5) 精神保健福祉士等コース

精神科病院、一般病院、精神保健福祉センター、保健所、福祉事務所及び社会復帰施設等において、アルコール依存症者等の相談、指導等に従事する精神保健福祉士、精神科ソーシャルワーカー、社会福祉士等

(6) 公認心理師コース

精神科病院、一般病院、精神保健福祉センター、保健所、福祉事務所及び社会復帰施設等において、アルコール依存症者等の相談、指導等に従事する公認心理師（施設基準において公認心理師とみなす臨床心理技術者を含む）

4. 開催場所

オンライン、オンデマンド、対面（久里浜医療センター）による開催

5. 受講者の推薦

都道府県及び政令指定都市は、管内関係機関から受講希望者を募り取り纏めのうえ、受講希望表を申込みフォームにアップロードし、受講者申込書（様式1）と所属長の推薦書（様式2）を久里浜医療センター教育情報部（研修申込みと明記）あてに郵送で提出するものとします。

（医療機関等から久里浜医療センターへの直接の申込みはできません）

申込みフォーム入力期間 令和8年3月2日（月）～4月20日（月）

6. 受講申込書等の提出期限(受講者申込書(様式1)・所属長の推薦書(様式2))
全コース 令和8年4月20日(月) 必着
7. 受講者の決定手続き
受講者の決定は、都道府県及び政令指定都市が取り纏めた者の中から、久里浜医療センターが行い、都道府県及び政令指定都市に全研修分を通知いたします。各受講決定者への通知は、都道府県及び政令指定都市より行います。
8. 修了証書
研修を修了した者には、修了証書を授与いたします。
※但し、所定時間を受講されていない方は、修了証書を交付できませんので、ご留意ください。
9. 経費負担
講習会受講に要する費用(資料代、教材費等で各コース共¥60,000円)は、受講者の負担となります。
10. オンライン研修を受講するために必要な準備
 - ①インターネット環境(必須・Wifiではなく有線の回線を推奨)
 - ②Zoomをインストールした、もしくはインストール可能なパソコン(必須)
 - ③WebカメラまたはPC内蔵カメラ(必須)
 - ④ヘッドセット又はマイク付きイヤホン(ヘッドセット推奨・PC内蔵マイクも可)
11. その他
 - (1) 対面研修(精神保健福祉士コース、看護師コース、作業療法士コース)期間中に、「久里浜医療センター研修棟」に宿泊を希望する場合、様式2に必ず記載すること。
但し、希望者が多数の場合は抽選により宿泊者を決定する。
その場合でも研修の前日からの宿泊はできないものとする。
 - (2) 本件研修の延期又は中止が決定した場合には、都道府県及び政令指定都市あて通知した上、久里浜医療センターのホームページに掲載いたします。
 - (3) 研修についての照会先
 - ・独立行政法人国立病院機構久里浜医療センター教育情報部
 - 住 所 神奈川県横須賀市野比5-3-1 (〒239-0841)
 - 電 話 046-848-1550
 - FAX 046-813-0638

令和8年度 アルコール依存症臨床医等研修日程表

R8.2現在【医師コース】

月 日									
9月14日～ 10月28日 オンデマンド を聴講	依存症精神医学 (アルコール精神医学)	アルコール依存症の 心理・社会的治療	アルコール関連問の 予防と介入	高齢アルコール 依存症	アルコール依存症の 薬物療法	減酒支援の実践	アルコール依存症の 身体面からの アプローチと代謝酵 素	マインドフルネス	
	[60min]	[90min]	[60min]	[60min]	[60min]	[60min]	[60min]	[60min]	
	樋口	西村	遠山	木村	松下	湯本	横山	吉田篤史	
	動機づけ面接 (再飲酒防止プログラム)	女性アルコール 依存症	地域での依存症治療 (公衆衛生学)	アルコールと 自殺・自傷	アルコール看護/ アンガーマネジメント	作業療法	アルコール依存症と 心理		
	[120min]	[60min]	[90min]	[90min]	[60min]	[60min]	[60min]		
	澤山	真栄里	福田	松本	看護師	知念	三原		
	※ 全ての講義を聴講し、アンケートにお答えいただかないと修了証書を発行できません								
	※ 10月29日（木）又は 2月18日（木）どちらか1日、久里浜医療センターで対面研修								

時 間										
月 日	9:00		10:00		11:00		12:00		13:00	
10月29日(木) 又は 2月18日(木) 対面		受付	アルコール内科学 [09:00-10:30] 堀江	休憩	アルコール依存症と家族 [10:40-12:10] 吉田精次	昼食	体験談/病棟見学/事例検討(休憩を含む) [13:00-15:30]			閉講式

講師	木村 充	久里浜医療センター 副院長	樋口 進	久里浜医療センター 名誉院長	吉田 精次	藍里病院 副院長
	湯本 洋介	久里浜医療センター 精神科医長	松下 幸生	久里浜医療センター 精神科医師	堀江 義則	ケイアイクリニック院長
	遠山 朋海	久里浜医療センター 精神科医長	看護師	久里浜医療センター 看護師	澤山 透	相模ヶ丘病院 院長
	横山 顕	久里浜医療センター 精神科医師	三原 聡子	久里浜医療センター 公認心理師	松本 俊彦	国立精神・神経医療研究センター 薬物依存研究部長
	西村光太郎	久里浜医療センター 精神科医師	知念 成美	久里浜医療センター 作業療法士	福田 貴博	医療法人見松会 あきやま病院
	吉田 篤史	久里浜医療センター 精神科医師	真栄里 仁	琉球病院 副院長		

注) 講義タイトル、講師は予定となります。今後変更することがありますので、あらかじめご了承ください。

令和8年度 アルコール依存症臨床医等研修日程表

R8.2現在【作業療法士コース】

時刻 月 日	9:00		10:00		11:00		12:00		13:00		14:00		15:00		16:00		17:00	
12月7日 (月) オンライン	受 付	久里浜医療センターの 治療システムと 作業療法プログラム [09:30-10:30]	休 憩	アルコール依存症に 関する国内の動向 [10:40-11:40]	昼食		高齢者のアル コール依存症 [12:40-13:30]	休 憩	減酒と ハームリダクション [13:40-14:40]	休 憩	アルコール依存症の 概念と治療 [14:50-16:00]							
12月8日 (火) オンライン	女性のアルコー ル依存症 [09:00-09:50]	休 憩	家族支援 [10:00-11:30]		昼食		動機づけ面接 [12:30-14:10]		休 憩	地域で支える アルコール依存症 ～就労支援センターの視点から～ [14:20-15:20]	休 憩	訪問看護 [15:30-16:30]						
12月9日 (水) オンライン	ケースワーク [9:00-9:50]	休 憩	アルコー ル依存症と家族 [10:00-10:50]	休 憩	マインドフルネス・ セルフコンパッション [11:00-12:00]	昼食		回復施設について [13:00-14:00]	休 憩	アルコー ル依存症の 身体リハビリテーショ ン [14:10-15:10]	休 憩	アルコール内科学 [15:20-16:30]						
12月17日 (木) 対面	受 付	当事者からの体験談 [10:00-11:00]	休 憩	病棟実習 [11:10-12:20] 各病棟師長		昼食		作業療法 [13:20-16:20] (適宜休憩)										
12月18日 (金) 対面	アルコール依存症の 集団治療プログラム [09:00-10:30]		休 憩	事例検討 前半 [10:40-11:40] OT		昼食		事例検討 後半 [12:40-13:40] OT		休 憩	意見交換 [13:50-14:50] OT							

楠 大介	久里浜医療センター	作業療法士長
亀澤 光一	久里浜医療センター	作業療法主任
松村 倫江	久里浜医療センター	作業療法主任
杉山 和美	久里浜医療センター	作業療法士
知念 成美	久里浜医療センター	作業療法士
内藤 恵	久里浜医療センター	作業療法士
山本 絵美	久里浜医療センター	作業療法士
二宮 暉	久里浜医療センター	作業療法士

注) 講義タイトルは予定となります。今後変更することがありますので、あらかじめご了承ください。

令和8年度 アルコール依存症臨床医等研修日程表

R8.2現在【看護師コース】

時刻 月 日	9:00 9:30 10:00 10:30 11:00 11:30 12:00 12:30 13:00 13:30 14:00 14:30 15:00 15:30 16:00 16:30 17:00																			
8月24日 (月)							受付	開講式	治療システム [12:30-13:20] 看護師長	休憩	アルコール依存症に 対する看護 [13:30-15:00] 阿部			休憩	アルコール依存の 概念と治療 [15:10-16:10] 樋口			休憩	アンガー マネジメント [16:20-17:10] 東谷	
8月25日 (火)		高齢者の アルコール 依存症 [9:00-9:50] 木村	休憩	女性の アルコール 依存症 [10:00-10:50] 松崎	休憩	アルコール依存症と家族 [11:00-12:30] 高橋			昼食		動機づけ面接 [13:30-15:30] (14:30-14:40休憩) 澤山				休憩	アルコール内科学 [15:40-17:10] 横山				
8月26日 (水)		作業療法 [9:00-9:50] 知念	休憩	アルコール 依存症者の心理 [10:00-10:50] 三原	休憩	地域連携/ 訪問看護 [11:00-11:50] 小久保	昼食			病棟実習 [12:50-15:00] (14:00-14:10休憩) 看護師長				休憩	アルコール依存症の 家族を支える技術～CRAFT～ [15:10-17:10] (16:10-16:20休憩) 吉田					
8月27日 (木)		認知行動療法 [9:00-9:50] 伊藤	休憩	認知行動療法：演習 [10:00-12:30] (11:20-11:30休憩) 看護師					昼食		事例検討：演習・質疑応答 [13:30-17:10] (14:40-14:50、16:00-16:10休憩) 看護師									
8月28日 (金)		断酒会 [9:00-9:50] 断酒会メンバー	休憩	AAミーテング [10:00-11:00] AAメンバー	休憩	マインド フルネス [11:10-12:10] 松藤	閉講式													

佐藤 広太	久里浜医療センター	看護師長	糖尿病看護認定看護師	樋口 進	久里浜医療センター	名誉院長	知念 成美	久里浜医療センター	作業療法士
沼尾 信治	久里浜医療センター	看護師長	精神科認定看護師	木村 充	久里浜医療センター	副院長	高橋 陽介	久里浜医療センター	医療社会事業専門員
仲田 広行	久里浜医療センター	看護師長		松崎 尊信	久里浜医療センター	臨床研究部長	小久保良子	リンクよこはま訪問看護ステーション	看護師
菅原 志保	久里浜医療センター	看護師長		横山 顕	久里浜医療センター	精神科医師	澤山 透	相模ケ丘病院	院長
阿部かおり	久里浜医療センター	副看護師長		三原 聡子	久里浜医療センター	主任心理療法士	吉田 精次	藍里病院	副院長
東谷 京子	久里浜医療センター	看護師		伊藤 満	久里浜医療センター	心理療法士			
松藤みどり	久里浜医療センター	看護師							

*講義タイトル、講師は予定となります。今後変更することがありますので、あらかじめご了承ください。

令和8年度 アルコール依存症臨床医等研修日程表

R8.2現在【精神保健福祉士コース】

時刻																											
9:00		9:30		10:00		10:30		11:00		11:30		12:00		13:00		13:30		14:00		15:00		16:00		16:30		17:00	
7月13日 (月) オンライン		テ ー リ ン グ	久里浜医療センター の治療システム [9:10-10:10] 加藤	休 憩	アルコール依存症 の概念と治療 [10:20-11:20] 松下（調整中）	休 憩	インテーク面接 [11:30-12:30] 鈴木		昼 食		受診相談 [13:30-14:50] 高橋	休 憩	高齢のアルコール 依存症者支援 [15:00-16:00] 前園	休 憩	各機関紹介 グループワーク [16:10-17:20] 高山												
7月14日 (火) オンライン		女性のアルコール問題 [9:00-10:30] 大嶋			休 憩	回復支援施設 の実践① ダルク女性ハウス [10:40-12:00] 上岡			昼 食		回復支援施設 の実践② 川崎マック [13:00-14:20] 青木			休 憩	中間振り返り [15:10-16:40] 高橋			休 憩	久里浜方式集団 治療プログラム GT-MACK [15:40-16:40] 三原			交流会 ※自由参加 [16:40-17:20] ソーシャルワーカー					
7月15日 (水) オンライン		アルコール依存症者の ケースワーク [9:00-10:30] 前園・岩本			休 憩	アルコール依存症と 家族 [10:40-12:00] 山本			昼 食		アルコール依存症 の内科学 [13:00-14:20] 横山			休 憩	生活保護と アルコール問題 [14:30-16:00] 谷口			休 憩	動機付け面接 [16:10-17:30] 尾崎								
7月16日 (木) オンライン		アルコール依存症 の心理検査 [9:00-10:00] 伊藤	休 憩	病棟実習 [10:10-12:00]（適宜休憩） 高山・鈴木・1,2,3病棟師長				昼 食		事例検討 グループワーク [13:00-16:00]（適宜休憩） 前園・高山・岩本・高橋・鈴木・尾崎・加藤・長谷川・小林						閉講式 [16:00-16:30] 前園											

*講義タイトル、講師は予定となります。今後変更することがありますので、あらかじめご了承ください。

*事例については受講決定者に後日ご案内を申し上げます。指定のフォーマットに記入のうえ、期日まで提出してください。 ※2日目の交流会のみ自由参加です。

講 師

前園 真毅 久里浜医療センター 主任医療社会事業専門職
 高山 輝大 久里浜医療センター 医療社会事業専門職
 岩本亜希子 久里浜医療センター 医療社会事業専門員
 有賀 絵美 久里浜医療センター 医療社会事業専門員
 鈴木 信芳 久里浜医療センター 医療社会事業専門員
 高橋 陽介 久里浜医療センター 医療社会事業専門員
 尾崎 淳 久里浜医療センター 医療社会事業専門員
 加藤 一臣 久里浜医療センター 医療社会事業専門員
 長谷川朋子 久里浜医療センター 医療社会事業専門員
 小林 楓 久里浜医療センター 医療社会事業専門員

湯本 洋介 久里浜医療センター 精神科医長
 松下 幸生 久里浜医療センター 精神科医師
 横山 顕 久里浜医療センター 精神科医師
 三原 聡子 久里浜医療センター 主任心理療法士
 沼尾 信治 久里浜医療センター 看護師長
 佐藤 広太 久里浜医療センター 看護師長
 仲田 広行 久里浜医療センター 看護師長
 伊藤 満 久里浜医療センター 心理療法士

青木 知明 NPO法人 川崎マック施設長
 大嶋 栄子 NPO法人 リカバリー施設長
 上岡 陽江 NPO法人 ダルク女性ハウス代表
 谷口伊三美 一般社団法人日本アルコール関連問題
 ソーシャルワーカー協会監事
 山本 由紀 遠藤嗜癮問題相談室室長
 /国際医療福祉大学医療福祉学部准教授

令和8年度 アルコール依存症臨床医等研修日程表

R8.2現在【公認心理師コース】

時 刻 月 日	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00
6月1日 (月) オンライン	オリエンテーション [9:00-9:20] 久里浜スタッフ	久里浜医療センターの治療システム [9:20-10:00] 岡田	アルコール依存症のインテーク [10:05-10:50] 高橋	ブリーフインターベンション [10:55-12:00] 伊藤	昼食	アルコール依存症の心理検査 [13:00-14:00] 小川	アルコール依存症と心理職 [14:05-15:30] 信田	アルコールの内科学 [15:35-17:00] 横山	
6月2日 (火) オンライン	依存症の基礎生物学 [9:00-10:25] 廣中		休憩	減酒外来とハームリダクション [10:35-12:00] 湯本	昼食	動機づけ面接 [13:00-14:25] 澤山	アルコール依存症の心理療法 [14:30-15:55] 河西	体験者が語る回復 [16:00-17:00] AA	
6月3日 (水) オンライン	アルコール依存症と愛着障害 [9:00-10:25] 小林		休憩	家族への支援 [10:35-12:00] 吉田精次	昼食	アルコール依存症の概念と治療 [13:00-14:00] 樋口	女性のアルコール依存症 [14:05-15:30] 真栄里	マインドフルネス [15:35-17:00] 吉田	
6月4日 (木)									
6月6日 (金) 対面	GTMACK [9:00-10:25] 三原		休憩	病棟実習 [10:35-12:30]	昼食	アルコール依存症のケースワーク・事例検討 [13:30-17:00] 三原・伊藤・小川・古野・北湯口・岡田			

講 師

三原 聡子	久里浜医療センター	主任心理療法士	樋口 進	久里浜医療センター	名誉院長
伊藤 満	久里浜医療センター	心理療法士	湯本 陽介	久里浜医療センター	精神科医長
小川 佳子	久里浜医療センター	心理療法士	横山 顕	久里浜医療センター	精神科医師
古野 悟志	久里浜医療センター	心理療法士	吉田 篤史	久里浜医療センター	精神科医師
北湯口 孝	久里浜医療センター	心理療法士	小林 桜児	神奈川県立精神医療センター	所長
岡田 瞳	久里浜医療センター	心理療法士	河西 有奈	白峰クリニック	副院長
高橋 陽介	久里浜医療センター	医療社会事業専門職	吉田 精次	社会福祉法人あいざと会藍里病院	副院長
			信田さよ子	原宿カウンセリングセンター	
			廣中 直行	東京都医学総合研究所	
			澤山 透	相模ケ丘病院	院長

注）講義タイトル、講師は予定となります。今後変更することがありますので、あらかじめご了承ください。

アルコール依存症臨床医等研修案内

1. ア 研修参加費用

テキスト、教材費 60,000円

イ 宿泊費・食費

研修棟宿泊費 1泊 3,000円（研修棟宿泊者）

食費 昼食：1食 700円（対面型研修参加者）

※対面型研修は昼食を申込みされたものとみなしております。

朝食と夕食は各自ご準備ください。

参加費用等の全額を各コースの開始日の1週間前までに振込にて、お支払い願います。
ただし、受講決定前に振込はしないでください。

受講者ご本人と施設担当者から二重に振込をしないようにご注意ください。

なお、お支払い後のキャンセルにつきましては、返金には応じかねますので、あらかじめご了承ください。

注：振込の際に記載の情報を下記メールアドレスへ報告をお願い致します。

【報告頂く情報】

研修名

受講者名

振込額（手数料除く）

振込名義

振込カナ

振込予定日

【経理担当者メールアドレス】

220-kikaku5@mail.hosp.go.jp

220-kikaku2@mail.hosp.go.jp

【振込口座】

※受講決定後にお知らせいたします。

精神保健福祉士コース方

	テキスト・教材費	食費	合計
精神保健福祉士コース	60,000	0	60,000

通所される方（ご自身でホテル等の手配をする方を含む）

	テキスト・教材費	食費	合計
医師コース	60,000	700	60,700
作業療法士コース	60,000	1,400	61,400
看護師コース	60,000	2,100	62,100
公認心理師コース	60,000	700	60,700

研修棟に宿泊される方（希望者が多い場合は抽選）

	テキスト・教材費	宿泊費	食費	合計
作業療法士コース	60,000	3,000	1,400	64,400
看護師コース	60,000	12,000	2,100	74,100

※研修棟への宿泊は研修開始日からとなります。（前日からの宿泊はお受けできません。）

研修棟宿泊希望者が多数の場合は、抽選により宿泊者を決定いたします。

研修棟宿泊者以外の方はご自身で宿泊先の手配をお願い致します。

2. 留意事項等

ア 全コース

受講するために必要な準備

- ・インターネット環境（必須・Wifiではなく有線の回線を推奨）
- ・Zoom をインストールした、もしくはインストール可能なパソコン（必須）
- ・Web カメラ または PC 内蔵カメラ（必須）
- ・ヘッドセット又はマイク付きイヤホン（ヘッドセット推奨・PC 内蔵マイクも可）
- ・アンケート等で利用する研修管理システム及び Zoom の URL のご案内は、研修開催日 1 週間前にメールでお知らせいたします。テキスト、資料等は研修の前日までに届くよう郵送いたします。

イ 対面研修コース

① 対面研修受付時間

医師（基礎）コース	08:30～09:00
作業療法士コース	09:00～10:00
看護師コース	11:30～12:30
公認心理師コース	08:30～09:00

② 対面研修受付場所

国立病院機構久里浜医療センター研修棟ロビー

③ 持参するもの

- ・テキスト・筆記用具
- ・洗面用具・寝巻き・バスタオル（研修棟に宿泊される方）
- ・病棟実習用の白衣は必要ありませんが、適切な服装（ビジネスカジュアル）での受講をお願いします。

④ その他

- ・当院は敷地内禁酒・禁煙となっております。
- ・宿泊施設は3階建てですが、エレベーターはございません。
- ・宿泊施設の設備等

研修棟2階・3階部分 各階12室（全24室）

個室専用面積12㎡、室内に机、ロッカー、洗面台、ベッド

浴室、トイレは共用で各階に配備

T V、冷蔵庫、電子レンジ、電気ポットは各階の談話スペースに有り
洗濯機、乾燥機 各階に1台ずつ（100円）

⑤ 交通

鉄道：・東京駅→品川駅→京急久里浜駅（JR線、京浜急行線）

・羽田空港駅→（京急蒲田駅経由）→京急久里浜駅（京浜急行線）

（京浜急行線は快速特急又は特急に特別料金不要での乗車が可能で
便利です。）

京急久里浜駅からはバスとなります。（バス時刻表を参照してください）

※研修棟宿泊希望者が多数の場合は、抽選により宿泊者を決定し、都道府県・
政令市あての受講決定通知書にてお知らせします。抽選にもれた場合には
ご自身で宿泊先の手配をお願いします。

※「アルコール依存症臨床医等研修案内」は関係者（研修担当者、経理担当者
受講決定者）で共有をお願いします。