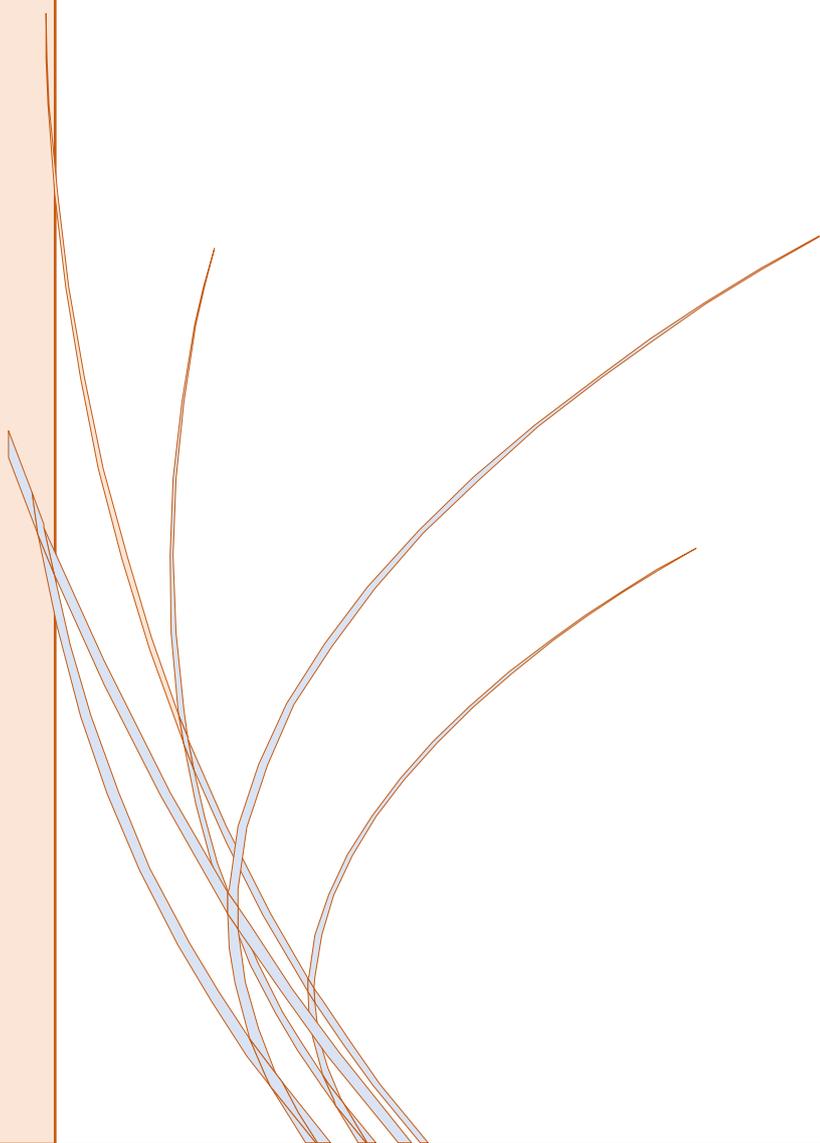




柝の葉健診



健診内容

検査項目	料金 (税込)	検査内容	説明・注意事項
特定健診 (基本的な健診)	無料	・診察等 ・問診 ・身体計測 ・尿検査 ・血圧測定 ・血中脂質検査 ・肝機能検査 ・血糖検査	必須項目です。
肌年齢測定	無料	手と頬を使って測定します。 測定時間は約3分と簡単です。	事前の申し込みは不要です。
A 眼底検査	400円	両眼撮影	動脈硬化の程度、高血圧、糖尿病による眼の合併症や緑内障・白内障の有無の検査となります。
B 骨粗しょう症検査	1,200円	超音波法(足のかかと)	
① 追加セット検査	4,300円	・視力、聴力、胸部X線検査(デジタル撮影) ・心電図 ・貧血検査(赤血球数、色素量、ヘマトクリット値、白血球数、血小板数) ・血糖検査(随時血糖・HbA1c) ・腎機能検査(尿潜血、尿素窒素、CRE、eGFR) ・肝臓追加検査(血清総蛋白、アルブミン) ・脾臓追加検査(血清アミラーゼ) ・脂質検査(総コレステロール) ・尿酸	労働安全衛生法による定期健康診断等を含んだ生活習慣病予防健診に相当する充実した検査項目です。最近、視力低下や息切れが気になる方、貧血、糖尿病、痛風の検査を追加で受けたい方、腎臓・肝臓・脾臓機能が気になる方にオススメです。
② 胃がんハイリスク	3,300円	・ヘリコバクターピロリ抗体検査(ピロリ菌感染の有無) ・ペプシノゲン検査(萎縮性胃炎の有無)	胃切除後の方、ピロリ菌除菌後の方はお勧めできません。
③ 腹部超音波検査	6,100円	超音波検査による5臓器の検査 (肝臓・腎臓・胆のう・脾臓・膵臓)	※先着15名の検査となります。 早期満了の際は、ご容赦ください。
④ 甲状腺ホルモン検査	2,700円	FT3・FT4・TSH	バセドウ病・橋本病・甲状腺機能亢進症などの早期発見につながります。
⑤ アレルギー検査	14,000円	血液からアレルゲンを見つけ出す検査 (食物系24種、通年性11種、季節性13種)	
⑥ インスリン検査	2,000円	血液中のインスリンの値を調べる検査	インスリン値と空腹時血糖値との計算により、将来糖尿病になりやすいかどうか分かります。
⑦ 腫瘍マーカーセット(5種)	10,000円	・CEA(おもに消化器系・肺・乳など) ・CA19-9(膵臓・胆のう・胆管・消化器系がんなど) ・CA125(卵巣・肺・膵臓など) ・AFP(肝細胞がん・肝疾患など) ・CYFRA(肺・卵巣がんなど)	体内にがんが発生すると腫瘍マーカーが出現し、腫瘍マーカー濃度を測定することでがんの有無や場所を推測することができます。がん診断の補助として用いられます。 ※結果は検査数値の表示のみとなります。(基準値の表記あり)
⑧ LOX-index (脳梗塞・心筋梗塞発症リスク検査)	13,200円	血液中の動脈硬化の原因物質を測定し、脳梗塞・心筋梗塞の将来の発症危険度(リスク)を予測することで、早期予防につなげるための検査です。	現在妊娠中、産後3か月未満の方は、正しい検査報告ができません。また、コレステロールを下げるお薬を服用されている方は、検査値が低くなる可能性があります。
⑨ 乳がん超音波検査	2,700円	超音波検査 ※マンモグラフィ検査は含みません	
⑩ 前立腺がん検査	2,200円	PSA(腫瘍マーカー)	市町のがん検診等の受診券は使用できません。
⑪ 大腸がん検査	1,700円	便潜血反応検査(2日法)	市町のがん検診等の受診券は使用できません。
⑫ 腸内フローラ検査	14,300円	腸内細菌叢検査	腸内フローラ(細菌の種類・バランス)のタイプ・構成・疾患との関連性・腸内環境の変化・注目の有用菌が分かります。
⑬ 糖化度(老化物質)測定	500円	体内に生成される老化物質(AGEs:最終糖化産物)の蓄積レベルを測定	中指の指先で測定
⑭ 認知機能セルフチェッカー測定	3,000円	VRと視線追跡を利用した次世代型検査 認知症スクリーニング検査	医師により認知症またはMCIと診断されたことがある方、眼疾患(緑内障・白内障・網膜、角膜炎・飛蚊症・光視症・斜視・弱視等)の既往歴がある方は実施不可

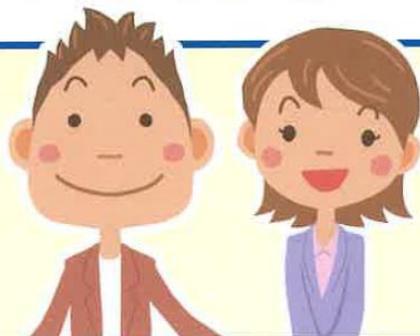


採血をする項目

アレルギー検査のご案内

1度に48種類^{*1}のアレルギーの原因がわかります

*1 一部、ミックス項目を含みます。測定アレルゲンは以下で確認ください。



☑ 少量^{*2}の血液で検査ができます。

*2 血清で約0.5mlとなります。

☑ 特定原材料8品目

(加工食品への原材料表示義務)

卵・乳・小麦・落花生・エビ・カニ・ソバ・クルミ
すべて検査できます。

測定項目

食物系

24種類

卵 ミルク	①卵白 ②オボムコイド ^{*3} ③ミルク
穀物 ナッツ	④小麦 ⑤ソバ ⑥米 ⑦大豆 ⑧ピーナッツ ⑨ゴマ 木の实ミックス ⑩ヘーゼルナッツ ⑪クルミ ⑫アーモンド
魚類 甲殻類	⑬サバ ⑭マグロ ⑮サケ ⑯エビ ⑰カニ
肉類	⑱牛肉 ⑲鶏肉 ⑳豚肉
果物 野菜	㉑トマト ㉒モモ ㉓バナナ ㉔キウイ

通年性

11種類

家塵	㉕ハウスダスト I ダニミックス ㉖コナヒョウヒダニ ㉗ヤケヒョウヒダニ
カビ	㉘アスペルギルス ㉙カンジダ カビミックス ㉚アルテルナリア ㉛ペニシリウム ㉜クラドスポリウム
ペット	イヌ・ネコ皮膚ミックス ㉝イヌ皮膚 ㉞ネコ皮膚
その他	㉟ラテックス

季節性

13種類

1月	
2月	⑳スギ ㉑ヒノキ ㉒ハンノキ ㉓シラカンバ
3月	
4月	
5月	イネ科ミックス ㉔オオアワガエリ ㉕カモガヤ ㉖ナガハグサ ㉗ハルガヤ ㉘ギョウギシバ
6月	
7月	
8月	
9月	㉙ヨモギ ブタクサミックス ㉚ブタクサ ㉛オオブタクサ ㉜ブタクサモドキ
10月	
11月	
12月	

*3 卵白に含まれるタンパク質です。加熱してもアレルゲン性を失わない性質をもちます。

MIX 「〇〇ミックス」ってなに?

1項目に複数のアレルゲンが含まれています。各アレルゲンの結果はできませんが、幅広い情報を入手できます。

陽性:ミックスされている全て、または一部のアレルゲンが陽性。必要に応じて単項目検査を実施します。

陰性:ミックスされている全てのアレルゲンが陰性。



国民の約2人に1人^{*4}
が何らかのアレルギー疾患を
持っていると言われています。

*4 厚生労働省：リウマチ・アレルギー対策委員会報告書 2011.8

アレルギーにはどんな症状があるの？

① 食物アレルギー

原因食物の摂取により発生し、様々な症状があります。

- 皮膚：じんましんや湿疹、かゆみ
- 粘膜：目、鼻、口等の炎症
- 呼吸器：咳やぜんそく等の症状
- 消化器：おう吐や下痢等の症状
- 神経：頭痛や活気の低下
- 循環器：血圧低下や頻脈等
- 全身性：アナフィラキシー

② 気管支喘息

繰り返し咳が出たり、呼吸が困難になることもあります。

③ アレルギー性鼻炎

繰り返しくしゃみをしたり、鼻水が出たり、鼻の穴が狭まって鼻呼吸が困難になります。

④ アレルギー性結膜炎

目がかゆくなったり、まぶたに違和感が出ます。

⑤ アトピー性皮膚炎

湿疹や皮膚に炎症が起こります。

アレルギー発生の仕組み

1 アレルゲンが侵入



スギ花粉など

2 抗体 (IgE) *が作られる



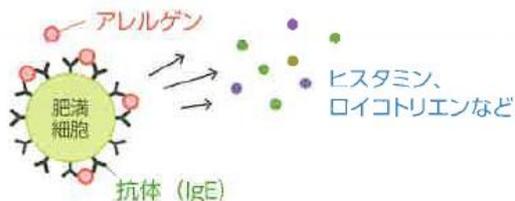
抗体 (IgE)

3 肥満細胞に抗体 (IgE) が結合



抗体 (IgE)

4 再びアレルゲンが侵入し、ケミカルメディエーター放出



5 アレルギー反応



※この抗体 (IgE) は、食物や花粉などのアレルゲンの種類によって異なります (特異的IgE抗体と言います)。

詳しくは



アレルギーを正しく知ろう 30

で検索!

検査費用

14,000 円(税込)

製造販売元

◎ 日立化成ダイアグノスティックス・システムズ株式会社

〒104-6004 東京都中央区晴海1-6-10

TEL:03-6219-7608

MV-04AIG

アレルギー検査を希望される方へ

血液でアレルゲンを見つけ出す方法のひとつです。

陽性、陰性の検査結果と症状が比例しない場合もあります。

また、この検査はアトピー性皮膚炎、アレルギー性鼻炎、気管支喘息などで上昇する可能性があります。

自覚症状がある場合は、医療機関を受診してください。

検査費用

14,000 円(税込)

⑥

インスリン検査を希望される方へ

血液中のインスリンの値を調べる検査です。

インスリンとは、食事などで上昇した血糖値を下げる、唯一のホルモンです。

過食や運動不足により肥満やメタボリックシンドロームになると、インスリンが十分に分泌されているにもかかわらず効きづらくなる“インスリン抵抗性”が起こります。この状態が続くと、やがて2型糖尿病が引き起こされます。

この、インスリン値と空腹時血糖値との計算値により、簡単にインスリン抵抗性の指標値(HOMA-R)を求める事ができ、将来糖尿病になりやすいかが分かります。

また、HOMA-R 値が高い人は、血糖値に関わらず心筋梗塞や脳梗塞が起きやすくなる事が分かっています。特に肥満(内臓脂肪型肥満)、高血圧、脂質異常症(高中性脂肪血症、低HDLコレステロール)、ご家族が糖尿病の方にお勧めします。

☆この検査は、現在糖尿病治療中(インスリン治療)の方、検査当日飲食をされた方は実施出来ません。また、普段から空腹時血糖が 140 mg/dl 以上の方には有効な検査ではありません。

※検査の数値は、健康診査判定には含まれません。

結果書に別紙説明書を同封いたします。

検査費用

2,000 円(税込)

7

腫瘍マーカーを希望される方へ

腫瘍マーカー検査は通常、画像検査や血液検査などでがんが疑われる場合や進行したがんの動態を把握するために行われています。そのため、健康診断を受ける健康な方に対しての腫瘍マーカー検査は、保険診療で認められておりません（検査費用自己負担）。

それは、腫瘍マーカー検査が、画像検査ではみつからないような早期がんを発見するものではないからです。腫瘍マーカーの値が異常値になる場合にはすでに進行がんとなっているかも知れません。

その反面、腫瘍マーカーはがんでない病気の場合にも異常値となる場合があります（慢性肝炎、肝硬変、慢性膵炎、糖尿病、胆石、結核、肋膜炎、子宮内膜症、慢性関節リウマチなど）。

CA125などは妊娠初期や、月経時・閉経前などに一時的に高くなることもあります。つまり、腫瘍マーカーが異常値でも精密検査を受けた結果、何もがんが発見されないこともあります。また、早期がんの場合には正常値のこともありますし、がんの治療中の方では、がんの治療の効果により正常値になる場合もあります。

腫瘍マーカーは、臓器特異性という問題もあります。例えば代表的な腫瘍マーカーであるCEAは、大腸がん・肺がんが異常値を示しますが、膵臓がん・乳がん・胃がん・肝臓がんでも異常値を示す場合があります。ですからCEAが異常値だった場合には、胃・肝臓・膵臓・乳腺の検査を受けなければなりません。また喫煙者では、がんでなくてもCEAの値が高くなることがよくあります。

このように腫瘍マーカーの検査は運用上の問題点も大きいです。つまり、腫瘍マーカー検査は、現在がんにかかっているかどうかを血液だけで間違いなく診断できる検査ではありません。一般的に診断そのものは、血液検査・画像診断・身体所見等を総合的に勘案して医師が行うものですので、決して腫瘍マーカー値の上下のみでがんの存在・病態の悪化及び回復を判断できるものではないことをご理解ください。

今回の検査結果を参考に、肺がん検査・胃がん検査・大腸がん検査・子宮がん検査・乳がん検査（マンモグラフィ・乳腺超音波）・腹部超音波検査等の画像診断を、受診される事をお勧めします。

検査費用

10,000 円(税込)

8

採血のみで簡単に検査できます

血液
オプション
検査

脳梗塞 心筋梗塞は ある日突然発症します



脳血管疾患・心疾患の年間死亡者数はがんと同水準。
4人に1人が動脈硬化を一因とする疾患で亡くなっています。

脳梗塞・心筋梗塞発症リスク検査

LOX-index[®]

[ロックス・インデックス]

健康な血管 プラークが発生 血栓が形成 脳梗塞・心筋梗塞



気が付かないまま経過 → 発症

脳梗塞
寝たきりの原因にもなる疾患
「3人に1人」が死亡が後遺症に

心筋梗塞
突然死の危険のある疾患
年間「約 15万人」が発症

生活習慣を改善し、
早期に予防することが大切！

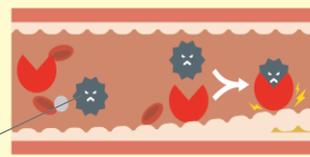
LOX-index[®] [ロックスインデックス]

どうして将来 リスク が分かるの？

採血のみの
簡単検査！

検査では血液中の酸化した超悪玉コレステロール [酸化変性LDL] と、それを血管の壁に取り込んで動脈硬化を進ませる [LOX-1] というタンパク質を測定します。動脈硬化の進行から将来の脳梗塞や心筋梗塞の発症危険度 (リスク) を評価します。

LOX-1



[血管]

Q&A よくあるご質問

このような方におすすめします

- 肥満気味である
- 高血圧、脂質異常症、糖尿病などの持病がある
- 脂っこい食事や塩辛い食べ物をよく食べる
- たばこを吸っている、もしくは吸っていた
- 定期的な運動をしていない



Q. 検査に食事制限などはありますか？

制限はありません。
食前や食後に影響なく受診頂けます。

Q. 実際に脳梗塞になっているか分かりますか？

いいえ。実際に脳梗塞になっているかどうかを見て
いるのではなく、将来的に脳梗塞や心筋梗塞になり
やすい状態にあるかどうかを調べるための検査です。

Q. 検査は一度だけ受ければよいの？

採血した時点の体質を見るものとなりますので、年
に一度程度、健診や人間ドックに併せてのご受診を
お勧めします。

Q. 検査結果が悪かった場合は？

検査レポートのアドバイスに従って生活習慣などの
見直しを行うことをお勧め致します。必要に応じて
血管の硬さやつまり具合を調べる検査の受診もお勧め
致します。

検査結果サンプル（解説資料付き）

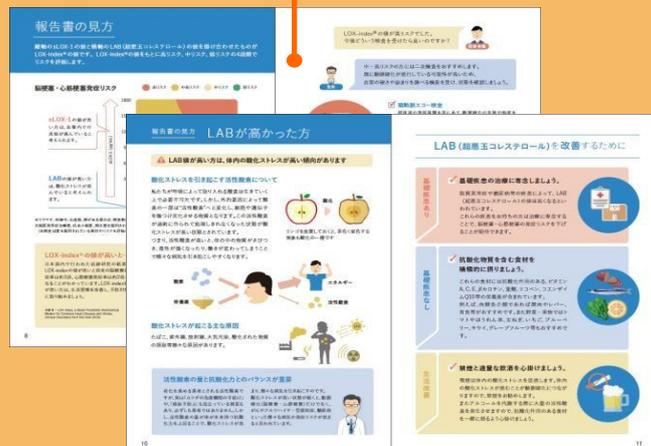
発症リスクのレベルを
分かりやすくグラフで記載。



過去の検査結果からの
推移も一覧できる解説付き。



生活習慣改善のための
アドバイス冊子つき



< 検査に関する注意点 >

- ・ 妊娠中は受診を控えてください。（妊娠中、出産後3ヶ月以内の方は検査数値が高く出る傾向があります。）
- ・ リウマチ、熱がある場合は、検査数値が高く出る可能性がございます。
- ・ 脂質異常症治療薬、抗血小板薬、降圧薬を服用されている方は、検査数値が低く出る可能性がございます。

検査費用
13,200 円(税込)

腸内フローラ 検査ではじめる、 新しい健康習慣

腸内フローラ検査サービス
Flora Scan®
フローラスキャン

健診当日追加OK /

14,300 円(税込)



詳細はこちら！

最新の研究では、腸内フローラのバランスが
お腹の不調だけでなく、生活習慣病や美容、
メンタルの不調など、身体の様々な点に
関連していることが分かってきています。
腸内フローラを調べて自分に合った
健康習慣を見つけてみませんか？



お腹の悩みを改善するには

まずは自分の腸内フローラを **知る** ことから。

Flora Scan®の検査なら、自宅で手軽に知ることができます。

POINT
01

自分のタイプを
知る！



日本人の腸内フローラは、その特徴にもと
づいて5つのタイプに分類することができます。
Flora Scan®では、あなたの腸内フロー
ラが健康な方の多いタイプかどうかを判定
し、そのタイプにもとづいた専門的な解説
や、疾患との関連度を細かく評価します。

POINT
02

注目菌の
保有率を知る！



最新の研究により、それぞれの腸内細菌の
働きが明らかになってきています。Flora
Scan®では美容や免疫機能、おなかの不
調に関連する菌の割合を調べ、全体平均や
健康な方の多いタイプと比較することで、自
分の状態を客観的に知ることができます。

POINT
03

改善に向けた食習慣・
生活習慣を知る



メーカー専属の管理栄養士より、あなた
の検査結果にもとづいたアドバイスを無
料で受けることができます。改善に向けて
どうすべきかを具体的にご提案するので、
アドバイス内容を参考に、より良い生活習
慣を目指していきましょう。

あなたに最適化したあなただけの結果を分かりやすく報告します

京都府立医科大学・摂南大学・プリメディカの 三者共同研究

Flora Scan®では、三者共同研究によって得られた、国内有数規模の日本人腸内フローラデータベースを用いております。これにより、国内の腸内フローラ検査サービスで唯一[※]日本人の腸内フローラ5タイプを調べることができます(特許第7193810号)。

※2025年4月時点

検査の流れ



受検希望の方はこちら /



TEL 028-623-8383

平日 9:00-17:00 (土日祝のぞく)

LOX-index®・腸内フローラ検査の
測定内容に関するお問い合わせ /

PreMedica

TEL 0120-39-5119

平日10:00-18:00(土日祝をのぞく)

<検査に関する注意事項>

※当検査は疾患の有無を判定するためのものではありません。 ※本検査結果に記載されている生活習慣アドバイスは、菌叢改善や症状改善を保証するものではありません。

※基礎疾患等で既に医療機関で食事指導を受けている場合や、気になる症状がある場合は医師の指示を優先してください。

腸内フローラ検査 Flora Scan

この検査は、健診日当日検査費用をお支払いいただき、採取した検体を後日、ご自分で検査機関へ送付していただく方法です。検査までの大まかな流れと注意点を下記にて説明させていただきます。

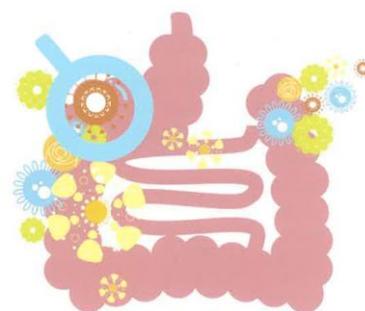
検査の流れ

健診当日

1. **健診受付時**、検査費用お支払い(当日現金のみ対応)
2. 腸内フローラ解析用糞便採取キットをお渡します。

健診後

1. 検査キットに同封された【検査手順書】を必ずお読みください。
2. 腸内細菌叢検査サービス利用規約(A4モノクロ両面印刷)をお読みにになり必要事項をご記入下さい。
※【紙レポート発行申込】欄は、結果書送付先になりますので、記入漏れの無いようご注意ください。
3. 糞便の採取手順(ブラシ型)または、【検査手順書】を参考に検体を採取してください。
4. 採取した**検体と、説明文書及び同意書(A4モノクロ両面印刷)**を同封の封筒で郵送してください。
5. 【検査手順書】及び【検査説明ガイド】は必ず結果が届くまで大切に保管してください。
6. 約4~6週間後、**2.でご記入いただいた住所に結果が届きます。**(健康診断結果書とは別に届きます)



結果閲覧方法

(当日お渡しする【腸内フローラ解析用糞便採取キット】をご覧ください。)

オンラインのみ

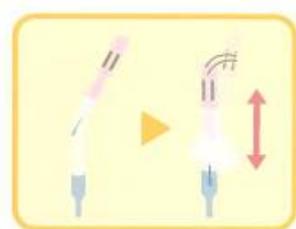
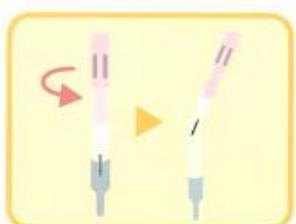
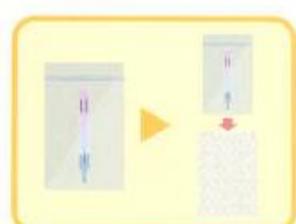
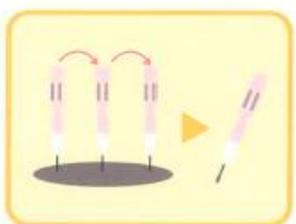
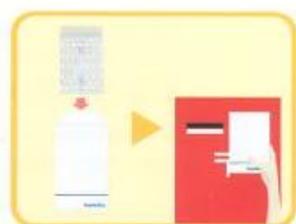
オンラインと紙レポートの両方

紙レポートのみ

検査キット内の【検査手順書】をご覧ください、会員登録

【申込用紙】に氏名・住所など必要事項を記入し、検体送付時に封筒に同封する

採便・検体返送の流れ

<p>1 採便用シートを便器に置き、シート上に排便してください。</p> <p>※自動洗浄トイレの場合、先に「自動洗浄機能」を止めてからご使用ください</p>		<p>4 ブラシ部分を元のチューブに戻し、柄の部分を回してしっかりと密閉してください。密閉後、容器を5~6回振って中身を混ぜてください。</p>	
<p>2 採取容器の柄の部分を回し、上に引き抜いてください。</p> <p>※採取容器を開ける際、中に入っている液体がこぼれないよう、採取容器の 細い部分を下に向けてお持ちください</p>		<p>5 採取した容器を元のビニール袋に戻し、緩衝材に入れてください。緩衝材は折り曲げていただいて構いません。</p>	
<p>3 ブラシ部分に米粒程度の便が付着するように、場所を変えながら、数カ所に刺してください。</p> <p>※余分に便を採りすぎると容器からはみ出しますのでご注意ください</p>		<p>6 採便後、1週間以内に送付用封筒に入れてポストに投函してください。</p> <p>※夏の暑い時期は、日中のポスト投函はできるだけ避けてください。直接郵便局へ出すか、夜間に投函していただきますようお願いいたします。</p>	

注意事項

- 採便後、速やか(1週間以内)にご送付ください。
- 正確な検査を行うために、夏の暑い時期は、日中のポスト投函はできるだけ避けてください。(直接郵便局へ出す・夜間にポスト投函する等をお願いします)
- 採取容器に貼付されたラベルは、はがさないでください。
- 検査結果をオンラインで閲覧する場合は、会員登録後、受診コードの登録が必須となります。
マイページ上で【検査手順書】に記載された受診コードの登録をしてください。

その他

- 検査キットをお渡しした後の検査キャンセル及び返金是对応出来ません。
- 抗生剤の摂取直後や飲酒後は、腸内細菌叢が乱れている可能性があります。期間を開けてからの採便をお勧めします。
- 下痢の場合：慢性的な下痢の場合は問題ありません。体調不良による下痢の場合は、通常に戻るまで不可。
- 生理中の場合は、検査結果に影響が出る可能性があるため、極力避けて検査をしてください。

～利き手と反対の中指で測定～

健康・美容の
新指標

エージーイー

AGEsってなに?

AGEsは、体にある老化物質のひとつ!

食事などで過剰に摂取した糖がヒトのカラダを主に構成しているタンパク質に結びつくことで体内に生成される老化物質のひとつで、最終糖化産物(Advanced Glycation Endproducts)^{※1}と呼ばれています。加齢によっても生成されるもので、誰の体の中にも存在します。



エージーイー
AGEs 最終糖化産物
(Advanced Glycation Endproducts)

AGEs蓄積の仕組み

コラーゲンは本来、ばねのような柔らかい結びつきによって弾力性を保っています。しかし、AGEsの蓄積が進むと、コラーゲン繊維が結ばれ固くもろくなり、弾力性が低下します。その結果、カラダの機能に様々な変化を及ぼします。

コラーゲン(肌、骨など)が弾力を保っている状態

本来の柔軟なつながり コラーゲン繊維

ばねのような柔らかい結びつきによって弾力性を保っています

AGEsの蓄積によって弾力が低下した状態

本来の柔軟なつながり AGEsによるコラーゲン繊維固いつながり

AGEsの蓄積が進むと、コラーゲン繊維が結ばれ、固く、もろくなり、弾力性が低下します

AGEsスコアは「生活習慣の成績表」

健康的な生活を送っている人は、加齢にともなうAGEsの蓄積はそれほど多くはありません(健康な老化)^{※3}。しかし、不適切な食生活や生活習慣、運動不足などにより、体内で蓄積するAGEsが増加します(不健康な老化)^{※4-7}。AGEsは生体内における「生活習慣のバイオマーカー」^{※8}といえるため、AGEsスコアは「生活習慣の成績表」として、最近、健康や美容業界で注目されています。

不健康な老化
不適切な生活習慣
運動不足
疾患の発症
代謝の低下

健康的な老化
バランスのいい食事
適度な運動
適切な生活習慣

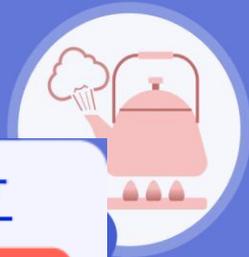
*永井竜夫, Clinician, vol.98, No.476, p.110 (1999).



検査費用
500円(税込)

14 認知機能セルフチェッカー検査

自分にはまだ
関係ないと
考えていませんか？



認知機能の低下は本人の自覚が乏しいまま進行し、10~20年かけて発症します

健常者

回復率14~44%

MCI段階の人が医師による適切な処置や生活習慣の改善等を行うと、14~44%が健常状態に戻ると言われています。



軽度認知障害(MCI)

1年での移行率10%

MCI段階のまま放置すると1年ごとに約10%の人が認知症のステージへ進行すると言われています。



認知症

65歳以上の5人に1人

65歳以上の5人に1人が認知症の診断を受けており、その患者数は高齢化に伴って年々増え続けています。



▼ 認知症予防の『カギ』は早期発見 ▼

検査費用

3,000 円(税込)

あなたの**目の動き**を分析して
認知機能低下のリスク評価

5分で
簡単検査

非対面の
セルフ検査

お手頃な
検査費用

検査画面



VRヘッドセットを覗き込み、正解だと思う選択肢を見つめることのみで回答をします