COCKPIT

タイヤ館

タイヤ館

私たちはブリヂストンのタイヤ専門店です

クルマのことなら
“まかせて・安心”

車検

認証工場等と提携し
安全・確実な点検を行っております。

ご予約受付中

タイヤ館・コクピット車検の11個の満足できる事!

① お見積り無料!

※お気軽にお申し付けください。

2 土、日祝日でも車検が可能!

※対応出来ない店舗もございます。詳しくは各店舗までお尋ねください。

3 代車が無料で使用可能

4 ハイブリッド車・EV車・輸入車も実施可能

5 車検時のタイヤ交換の特典あり

6 車検時のメンテナンス部品交換の特典あり

7 予算に合わせた車検実施の商談が可能

8 電子マネー決裁も可能

9 豊富に選べる交換部品

⑩ コクピット タイヤ館 アプリで愛車を管理!

⑪ 車検前点検も予約可能でスムーズ

まかせて安心車検前点検

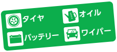
タイヤ館 コクピット 車検 1

車検の前に余裕を持った点検で賢く車検をパス

事前点検で
時間を短縮

タイヤ館 コクピット 車検 2

余裕があれば交換部品もいろいろ選べますよ!

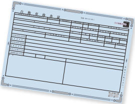

タイヤ
オイル
バッテリー
ワイパー

タイヤ館 コクピット 車検 3

車検の点検&見積りも**無料**

車検時にご用意いただくもの

- 車検証（原本）
- 自賠責保険証（原本）
- 納税証明書（有効期限+納税確認）
- その他（ホイールロックナット等）



車検実施の流れ

STEP ① 事前車検前点検

法定点検・日常点検項目を
当店にて事前に点検実施。

STEP ② 事前車検見積相談

お客様の費用との相談にて
実施内容を決定。

見積
無料

BRIDGESTONE

STEP ③ 車検実施日の予約

お客様のご都合と車検満了日から
実施日を決定。＊代車使用の確認

STEP ④ 車検実施日

必要書類の確認。

＊車輌お預け時

STEP ⑤ 車検実施完了

＊点検 +交換部品完了

STEP 6 車検実施完了後

定期的なタイヤ点検・
車輌安全点検の実施案内

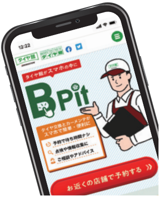
車検予約など

詳しくはこちらを
クリック

お気軽にご来店ください！

※車検はご予約が必要となります。当日ご来店はお受けできません。
特殊な車両（一部輸入車）はお受けできない場合がございます。
※車検は当店から陸運局・指定整備工場へ車検取り次ぎいたします。

予約が便利！


12:22
タイヤ館
タイヤ館
≡

タイヤ館がスマホの中に

B-Pit

タイヤ交換とカーメンテが
スマホで簡単・便利に

予約で待ち時間ナシ
点検や情報収集に
ご相談やアドバイス

お近くの店舗で予約する ≫

タイヤ交換・
カーメンテナンスなど
Web予約サービス

スマホで簡単に予約

カーメンテナンスのお悩みを一括解決!

カーメンテナンスでこんなお悩みありませんか?

☑クルマの調子が悪いけど**相談時間がない**
☑できるだけ**店舗での滞在時間を短く**したい
☑手軽に**クルマの相談**がしたい

B-Pit 3つのメリット

①豊富なメニュー

タイヤ交換から
車検まで幅広く対応!

②簡単ご予約

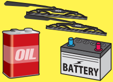
スマホで店舗と
時間を選ぶだけ!

③待ち時間ナシ

予約時間に来店ですぐに
メンテナンス開始!

COCKPIT
BRIDGESTONE
タイヤ館
BRIDGESTONE

全国のコクピット／
タイヤ館でご予約可能


OIL
BATTERY

10種類以上の作業の
予約が可能

最短３日前から
ご予約が可能

予約はこちらから

愛車は疲れていませんか？

無料安全点検 実施中

普段見えない箇所まで

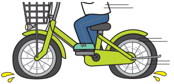
しっかりタイヤ点検!

- 残溝
- 偏摩耗
- 変形
- ひび割れ
- キズ
- 空気圧

空気圧も
適正量に補充
いたします!

月に一度は空気圧点検をおすすめします!（チッ素は3ヶ月に一度）

空気が減った
自転車はこぎづらい!



＝

クルマでも
燃費悪化の原因に

安全点検ではタブレットを用いて
より詳しくよりわかりやすく点検、
報告までさせていただきます！

OIL FILTER
T-13
20個入

オイルやバッテリーなど
メンテナンスもしっかり点検！

エンジンオイル・バッテリー・ワイパー

メンテナンス類も
無料で点検いたします！
お気軽にお申し付けください

タイヤの買い方
色々あります！

その1 店頭で買う

タイヤ選び タイヤでいろいろ変わることご存知ですか?

お客様の要望をしっかり問診

お客様のクルマの使用スタイルやご予算などご要望をヒアリングした上で最適なご提案をしております。お客様にピッタリなタイヤ選びをお手伝いします。

相談・見積もり無料

お客様をより快適に とことん追求しています

価格や詳細は
お気軽にご相談ください!

「性能の違い」や「選ぶ基準」をわかりやすく展示

豊富なタイヤラインナップ

新車装着タイヤを基準にした性能差をわかりやすく展示。
在庫も豊富に用意しております。

その2 オンラインストアで買う

いつでも 安心、便利、おトク
ブリヂストンオンラインショップ

ブリヂストン タイヤオンラインストアなら
取付工賃・2つの保証が・含まれています

サイズ間違い保証 | パンク補償

タイヤ取付まで、かんたん3ステップ

タイヤ・オプションを選ぶ ▶ お店と日時を選んで予約 ▶ 取付に行く

豊富な認定店で取付

会員特別価格

¥0 送料負担ゼロ

2つの無償保証

詳しくはこちらを
クリック

その3 moboxで買う

mobox
モボックス

急な出費も定額払いなら安心!

初期費用を抑える新しいタイヤの買い方!

① **「痛い出費!」を軽減!**
定額&低額で お財布にも優しい

タイヤ4本で 月額 ¥847※～（税込）

※月額利用料はライトプラン36ヶ月契約（SEIBERLING SL101155/65R13）を選択した場合の価格となります。

2 もしもの時の強い味方 パンク補償付き

1本のパンクでも4本とも新品に

※180日以内のパンクは2本のみの 交換となります。

加入から2年間長期補償

3 購入後もより安心 メンテナンスもセットに！

- ●取り付け工賃込み
- ●チッ素ガス充填
- ●安全点検(無制限)

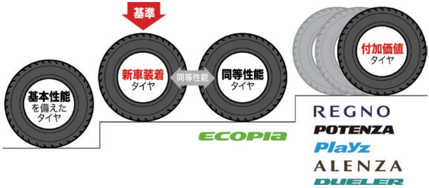
詳しくはこちらをクリック

選べるブリヂストン製タイヤ

お客様のニーズにあわせて選べるブリヂストン製品をご用意。

自分に合ったタイヤの選び方をご紹介。
タイヤをお選び頂くときは、
まず新車の時のタイヤの性能が基準※1になります。
新車装着タイヤの性能はECOPIAと同等性能な為、
タイヤ選びの際はこのECOPIAを基準に、お客様のニーズに
合ったタイヤを選ぶことがポイントです。

※1 ブリヂストンの基準であり、タイヤ業界全体の基準ではありません。


基準
基本性能
を備えた
タイヤ
新車装着
タイヤ
同等性能
同等性能
タイヤ
付加価値
タイヤ
ECOPIA
REGNO
POTENZA
Playz
ALENZA
DUELER

例えば・・・
優れた快適性と
気持ちよく走れる
ハンドリングの
どちらも手に入れたい方

REGNO

すべての性能を磨き、究極のバランスを追求した
REGNOだけの走り心地

NEW

BRIDGESTONE

REGNO GR-XⅢ

深みを増した空間品質と、
磨き抜かれた走行性能

軽専用

低燃費タイヤ

BRIDGESTONE

REGNO
GR-Leggera

軽自動車に
ワンランク上の快適性

BRIDGESTONE

REGNO GR-XⅡ

深みを増した空間品質と、
磨き抜かれた走行性能

ミニバン専用

低燃費タイヤ

BRIDGESTONE

REGNO GRVⅡ

より上質で快適な車内空間を
実現するミニバン専用タイヤ

例えば･･･
高いドライ&ウェット
グリップ性能ツーリングや
スポーティードライビングの
楽しさをお求めのお客様へ

限界を楽しめ。
その走りは今、新しいスポーツの世界を拓く

BRIDGESTONE POTENZA

RE-71RS **S007A** **Adrenalin RE004**

POTENZA
POTENZA
POTENZA

最速への
こだわりが生んだ、
リアルスポーツ
POTENZA

さらなる高みに
到達した、
プレミアム
POTENZA

幅広い車種に
対応する、
スタイリッシュ
POTENZA

例えば・・・
家族を思って
安心して
運転されたい方

Playz

雨に強い、長く強い。疲れにくいだけじゃない
ミニバン専用タイヤ

ミニバン専用
低燃費タイヤ
BRIDGESTONE

Playz PX-RV II

濡れた路面でもしっかり曲がる、しっかり止まるを追求

例えば・・・
運転する機会が多く、
雨の日の運転に
不安を感じている方

ECOPIA

進化した低燃費性能と雨の日の安心感が長持ち

ECOPIA
NH200

BRIDGESTONE
ECOPIA
NH200

モビリティの進化を
エコピアが支える

ECOPIA
NH200C
軽専用
コンパクト専用
低燃費タイヤ

BRIDGESTONE
ECOPIA
NH200 C

モビリティの進化を
エコピアが支える

例えば・・・
基本性能があり
お手頃なタイヤを
お探しの方

ブリヂストンのニューノーマル

低燃費タイヤ

BRIDGESTONE

NEWNO

基本性能の進化は、
さらなる安心・
安全のために

SUVタイヤ

おすすめはこのマーク

SUV
専用

例えば・・・
SUVで街中から
高速道路を利用する
長距離移動まで楽しく
快適に過ごしたい方

ALENZA

オンロードでのパフォーマンスや快適性を重視したSUVの性能を引き出すため、専用に開発されたタイヤが「ALENZA」です。

ALENZA
ALENZA
ALENZA
SUV
専用
SUV
専用

BRIDGESTONE

ALENZA
LX100

静粛性重視のSUV専用設計
コンフォートタイヤ

BRIDGESTONE

ALENZA 001

プレミアムSUVのための
ハイパフォーマンスタイヤ

DUELER

オン&オフロード

オフロード

BRIDGESTONE
DUELER ALL-TERRAIN
A/T002

様々な道での走破性と快適な
走りを両立し、ライフ性能にも
配慮したオールステージタイヤ。

BRIDGESTONE
DUELER
M/T674

ハードなマッドステージをも
走破する本格オフロードタイヤ。

ランフラットタイヤ

ランフラットの新次元
POTENZA
※

BRIDGESTONE

S001 RFT

パンクしても走行できる※

※詳しくはブリヂストンカタログをご覧ください。

ブリヂストン工場製の

当店最安値タイヤ

DAYTON DT30

DAYTON DT30

- ■米国/欧州で展開する信頼のDAYTONブランド
- ■方向性のあるスタイリッシュパターン
- ■高い基本性能とコストパフォーマンス

信頼のブリヂストン製
低価格タイヤ

SEIBERLING®

SL101/SL201

コストパフォーマンスに優れた
ベーシック・コンフォートラジアル

ミニバン専用設計
お手頃 低燃費タイヤ

ミニバン

専用

低燃費タイヤ

BRIDGESTONE

LUFT RVⅡ

限られたお店でしか
売っていないお買得モデル

商用車タイヤ

BRIDGESTONE

ECOPIa R710

長持ちで低燃費※を追求した

商用バン・小型トラック専用タイヤ

※詳しくはブリヂストンカタログをご覧ください。

オールシーズンタイヤもご用意

天候を問わず走行可能な夏タイヤ

NEW
MULTIWEATHER 2

BRIDGESTONE

MULTI WEATHER 2

⚠ スタッドレスタイヤではありません。

氷上性能はスタッドレスタイヤと比べて大幅に劣ります。
過酷な積雪凍結路面ではスタッドレスタイヤ等をおすすめいたします。

※対応サイズや価格など
詳しくはスタッフまでお尋ねください。

スタッドレスタイヤも
お任せください

北海道・北東北主要
5都市での装着率
23年連続

NO.1

スタッドレス

2台に1台が
ブリザック

北海道／北東北主要5都市
一般ドライバー装着率 **47.0%**※1

3,300台のうち1,550台がブリザックを履いていました。

北海道札幌市
タクシー装着率 **81.6%**※2

1,027台のうち838台がブリザックを履いていました。

※1、2：詳しくはカタログをご覧ください。

スタッドレスタイヤは
「よく効いて効きが長持ち」
ブリヂストンのブリザック！

氷上性能120%到達※

この“効き”が安心感の証

※VRX2比。詳しくは冬タイヤカタログまたはブリヂストンホームページをご覧ください。

BRIDGESTONE BLIZZAK VRX3

PREMIUM
乗用車・SUV/4×4用
スタッドレス

日本最大級のクルマSNSサイト「みんカラ」で1位を受賞！

投稿件数 509件

4.72
★★★★★

パーツレビュー

集計期間 2022年11月1日～2023年10月31日

みんカラ PARTS OF THE YEAR 2023

タイヤ・ホイール
スタッドレス部門

第1位 2023年間 タイヤ・ホイール スタッドレス部門

2023年スタッドレスランキング ▶

VRX3レビュー ▶

X（旧Twitter）でもたくさんの声が届きました

BLIZZAK VRX3

GA
@GA7243

雪上で実感

2022年度 VRX3アンバサダーのGAです。
2シーズン目のVRX3は性能の低下も無くバリバリ活躍しております。私は金沢市の勾配16%ある山の上に住んでいますが雪の降り積もったヤバそうな坂もしっかりブレーキが効き安心感が無限大です!
#BRIDGESTONE #ブリヂストン #BLIZZAK #VRX3
#VRX3アンバサダー

ハマジ
@hamaji36

ドライ路面で実感

さっそくVRX3に履き替え、ドライ路面を走った感想。良い意味で標準タイヤと同じ感覚で走れますな。

乗り心地・静粛性とも高く、軽量ホイールを履いているネガを感じない。サイプが深くいかにもアイスに効きそう。なのに高周波ノイズが良く抑えられてます。

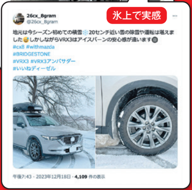
めがね修理のタムラ
@tamu03

雪上で実感

#VRX3アンバサダー

以前VRX3アンバサダーに任命されましたので、今年もレビューします。標高1300mの福井県勝山市の東急スノーリゾートスキージャム勝山に行く道中の積雪路や凍結路での性能は2シーズン目を迎えた今シーズンも全く性能が落ちる事が無く快適な雪道走行が可能でした😆

#VRX3アンバサダー



26cx_8gram
@26cx_8gram

地元は今シーズン初めての積雪❄️20センチ近い雪の除雪や運転は堪えました😅しかしながらVRX3はアイスバーンの安心感が違います

#cx8 #withmazda
#BRIDGESTONE
#VRX3 #VRX3アンバサダー
#いいねディーゼル

午後7:43 · 2023年12月18日 · **4,109** 件の表示

午後0:12 · 2024年2月14日 · **160** 件の表示

アクティブ発泡ゴム2でしっかり止まる、曲がる。

※詳しくはブリヂストン冬カタログをご覧ください。

BRIDGESTONE

BLIZZAK VRX2

信頼と実績のブリザック

MAJOR
乗用車用スタッドレス

タフで険しい雪道・悪路で
使用するユーザー向け。

※詳しくはブリヂストン冬カタログをご覧ください。

BRIDGESTONE
BLIZZAK
DM-V3

SUV専用ブリザック
冬道に力強さと安心感を

BLIZZAK
DM-V3
SUV/4×4
SUV/4×4用
スタッドレス

ブリヂストン製の
お買得スタッドレス！

限られた
お店でしか
売っていない

ICEPARTNER 2

発泡ゴムが氷に効く。その上効きが長持ち。
低燃費性能を追求し、摩耗にも配慮。

BRIDGESTONE
ICEPARTNER2

※対応サイズや価格など詳しくはスタッフまでお尋ねください。

凍結路面での安全対策

冬道を走るなら

冬用タイヤを装着しましょう!

冬場になると、道路の積雪や凍結により、
ノーマルタイヤを装着した車両が立ち往生して、
深刻な交通渋滞や通行止めを引き起こしています。

積雪・凍結道路で、すべり止めの措置をとらない運転は

法令違反となります。

都道府県道路交通法施行細則または道路交通規則にて積雪または凍結した路面での
冬用タイヤの装着等いわゆる防滑処置の義務が規定されています。(沖縄県を除く)
違反行為は、反則金の適用となります。（大型：7千円、普通：6千円、自動二輪：6千円、原付車：5千円）

早めの交換がおすすめ!!

エンジンオイル

汚れたオイルは
エンジントラブルや
燃費悪化の原因に！

**最悪の場合はエンジンの
寿命を縮めたり、エンジンの
破損を引き起こすことも**

6ヶ月 または 5,000km交換の目安

走りながらエンジンを洗浄、
オイル交換後走行しながら
エンジンをクリーニング

Part Synthetic
ECO CLEAR
エコクリア
W-CLEAR
OIL-LINE / PCV
0-LEV
EXTRA ECO OIL
MULTI GRADE ENGINE OIL

新車ユーザーや通勤や買い物などの
街乗りが多い方におすすめ

エコクリア **部分合成油**

0-LEV

オイル性能の低下を抑制

Full Synthetic
ECO BLAST
EXTRA ECO OIL
MULTI GRADE ENGINE OIL
0-WIDE

交換サイクルを減らしたい方に
1年に1回または10,000km毎

エコブラスト **全合成油**

0-WIDE

トラブル発生急増中!!

バッテリー

バッテリー交換の目安は約2～3年です!

バッテリーの交換目安

お使いのバッテリーの状態を確認できる目安があります!

① バッテリー電圧 → ① 電圧が12.6V以下。

② 使用年数（製造年月日） → ② 3年以上交換していない。

③ 外観（粉発生） → ③ 粉が発生している。

あなたのおクルマは?	①電圧	②年数	③外観	診　断
	×	1年目 ○	○	► 要充電
	×	2年目 ○	○	► 注　意
	×	3年目 △	×	► 要交換
	×	4年目 ×	×	► 要交換
	○	4年目 ×	○	► 要交換

「要交換」状態で このまま使用すると…

- **トラブル１** 信号待ちで**急にエンジン停止！**
- **トラブル２** 出勤時に**エンジンがかからない！**
- **トラブル３** 出先で**エンジンがかからない！**等のエンジントラブルに！

おすすめバッテリー CAOS

アイドリングストップ車用

アイドリングストップ車で選ぶべきカーバッテリーの要件を満たした

大容量と充電回復力

安心の大容量

Vチャージ・クイックチャージ

製品保証2年※

Panasonic CAOS

Panasonic
製品保証
2年間
Panasonic
caos
M-65
アイドリングストップ車用
N-M65/A4
カーバッテリー

※「製品保証延長キット」の同時購入でバッテリーの製品保証を１年延長、最大３年になります。

ハイブリッド車用
（補機用）

ハイブリッド車で選ぶべきカーバッテリーの要件を満たした
大容量と省メンテナンス性

安心の大容量

省メンテナンス設計

製品保証
3年

Panasonic
CAOS

Panasonic
カーバッテリー
Panasonic
caos
caos
ハイブリッド車（補機）用
S55B24R/HV
N-S55B24R/HV

その他バッテリー

アイドリングストップ車にも対応
進化した次世代バッテリー

標準車・充電制御車アイドリングストップ車

GS YUASA

エコRレボリューション

50B19L/R（K42）

2年または4万km
長期製品保証

GSユアサ
ECO.R
Revolution
エコ．アール レボリューション
No.1
Q-85/95D23L
GSYUASA BATTERY
MADE IN JAPAN
製品補償

ハイブリッド車用補機バッテリー

トヨタ系ハイブリッド乗用車専用

GS YUASA

エコRHV

EHJ-S34　B20L/R

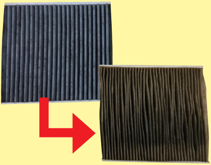
3年または6万km
長期製品保証

シェアNo.1
GSユアサ
ECO.R HV
EHJ-S46B24R
GS YUASA BATTERY
MADE IN JAPAN
製品補償

花粉やホコリをブロック

エアコンから嫌な臭いがする
エアコンの効きが悪い!!

エアコンフィルター



エアコンのフィルターが汚れていませんか?

エアコンフィルターの
目詰まりや汚れと
エアコンのパワー不足です

臭いが
きつい

早めの交換がおすすめ

車内空間をキレイにして快適ドライブ

BOSCH
Aeristo Premium
エアコンフィルター 抗ウイルスタイプ
アエリスト プレミアム
抗ウイルス・
アレル物質抑制
ウイルス・花粉を
ダブルブロック!

抗菌・脱臭・除塵の
3つの基本機能に
抗ウイルス、アレル物質
(花粉など)
抑制機能を追加

BOSCH
アエリストプレミアム

BOSCH
Aeristo Fresh / アエリスト フレッシュ
エアコンフィルター 抗ウイルス・抗菌・脱臭タイプ
抗ウイルス

抗菌・脱臭・除塵の
3つの基本性能に
抗ウイルス機能を
追加

BOSCH
アエリストフレッシュ

ふきもれが気になりだしたら

ワイパーブレード

拭き取りが悪く
前が見づらい！
急な雨で怖い
思いをした！

1年以上お使いの方は
安全のためにも交換を

抜群の拭き!

安定した払拭性能を実現するめに金属フレームを採用。
ゴムはグラファイトコーティングゴム仕様。
ガラス面との摩耗抵抗を軽減し、
不快音、ビビリのない
スムーズな動きを実現

PIAA
CREFIT+
グラファイト
抜群の拭き
取り付け簡単
PIAA

PIAA
CREFIT+

上記メンテナンス各種の価格などは店舗スタッフまでお尋ねください。

各種交換時に
同時作業も
可能です

おすすめ
サービス
メニュー

新車のような輝きでコーティング
ボディーコーティング

お預かり作業
となります

最近ボディーの水はじきが悪いと感じませんか？
ボディーがくすんで見えることはありませんか？

表面の掃除

ボディーコーティングをする前に、ボディーに付着している頑固な鉄粉・水垢を綺麗に取り除いていきます。

磨　き

次に、
超微粒子研磨剤を使い、
磨いていきます。

コーティング

いよいよコーティング作業です。
専用の溶剤を使い、
車全体をコーティングしていきます。

ボディーの表面には、長年蓄積された鉄粉・油汚れ、水垢など様々な汚れが付着しています。

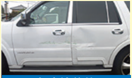
効果約１年!

新車のような
輝きが蘇ります
汚れが
付きづらいから
洗車が楽!

車のキズ・ヘコミで困ったときに

鈑金・塗装

お預かり作業
となります



鈑金塗装前

鈑金

塗装

事故やアクシデントによってクルマを傷つけたり破損させたりした多くの場合、鋼板からなる一般的な外装パネルやバンパー等の樹脂製品などを、交換せずに修理することができます。

鈑金作業を行ったのち、必要に応じて周囲のボディに合わせて塗装を行ってもとの状態に戻します。

ボディのかたちをもとのように整えるほか、損傷がフレーム部分にまで及んでいる場合には専用の修正機を使って修理いたします。

鈑金塗装後

鈑金・塗装も
お任せください

雨の日でも視界がくっきりでより安心、安全

ガラス撥水コーティング

（フロント）

フロントガラスを綺麗に洗浄したあと、撥水被膜を形成するコーティング剤を塗布し、フロントガラスを磨き上げます。雨の日でも視界がくっきりで安心、安全!大雨でも雨をはじいて視界確保。

Before

After

ホイールの輝きを維持して腐食を抑制します

ホイールコーティング

専用の溶剤を使い、汚れを落としてしっかりとコーティング。ホイールをブレーキダストから保護し、汚れの付着を抑制!ホイールの輝きを維持して腐食を抑制します。

お預かり作業となります

夜道を照らすヘッドライトが明るくなります！

ヘッドライトコーティング

しっかりと汚れを落とし、専用の器具を使い、黄ばんだ部分を綺麗にします。ヘッドライト専用の特殊な塗料でコーティングしていきます。

お預かり作業となります

新車のようなメリハリのある見た目が蘇ります

樹脂パーツコーティング

劣化した樹脂系プラスチック等のパーツの原色を復元します。さらに艶出し、保護をするコーティング剤を使用します。白くすすけていた樹脂パーツが真っ黒に復活!

お預かり作業となります

年1回、1シーズンごとの施行がオススメです。

防錆コート

防錆コートをすることで、錆を防止・抑制してくれます。効果は使用状況で異なりますが、約半年から1年間持続します。年1回、又は春/秋シーズンごとの施工がオススメです。

作業時間
30分

ミストで抗菌！快適で清潔な車内が蘇ります

車内抗菌クリーン

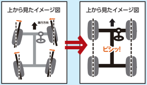
作業時間
30分

おすすめの「抗菌クリーン」を使い、車内の消臭・抗菌・防カビコーティングを行います。エアコンフィルターは臭いがつきやすいため同時交換がオススメ。

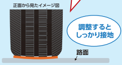
運転がしやすく、タイヤの寿命が長持ち!

アライメント

作業時間
60分


上から見たイメージ図
進行方向
上から見たイメージ図
ピシッ!

タイヤの性能を最大限に引き出します


正面から見たイメージ図
調整するとしっかり接地
路面

※写真はイメージです。※一部店舗では取り扱いがない場合がございます。

※作業時間・料金など、詳しくは店頭スタッフまでおたずねください。