１７　主な障害者団体等

団　体　名	代表者名等	事務所の所在地	電話番号	設立の目的及び主な事業活動
（公財） 高知県身体障害者連合会	会長 宮﨑　俊雄 事務局長 川渕　一也	〒780－0870 高知市本町4-1-37 高知県社会福祉センター内 ◇メールアドレス kochissr@iaa.itkeeper.ne.jp	088-872-9497 (FAX) 088-872-7590	県内市町村を単位とする身体障害者団体をもって組織し、相互連携を強化し、福祉の向上と自立更生を図り、各種の親睦行事、研修会及び相互扶助活動等を行う。
高知県視覚障害者協会	会長 中島　正美	〒780－0928 高知市越前町2-4-5（3階） ◇メールアドレス kenshikyo@yahoo.co.jp ☆ホームページアドレス http://www.kochi_ksk_sakura.ne.jp	088-875-5247 （FAX兼用）	県内の視力障害者の福祉向上を図るため、各種の研修、行事の開催及び相談活動を行い、相互扶助と福利厚生活動を行う。
高知県視力障害者の生活と権利を守る会	会長 井上　芳史 事務担当責任者 井上　芳史	〒780-0921 高知市井口町70-2井口コーポ２階 ☆ホームページアドレス http://mamoru-k.net/	090-7788-7773	視覚障害者の生活の向上、県や市への陳情、学習、親睦等を行う。
（一社） 高知県聴覚障害者協会	会長 竹島　春美 事務局長 樋口　徳明	〒780-0928 高知市越前町2-4-5（3階）	088-822-2794 (FAX) 088-875-5307	共生社会実現に向けて聴覚障害者に対する正しい理解を深め、福祉向上、社会参加促進のため、活動及び事業を行う。 ①聴覚障害者に対する相談・手話普及・啓発に関する活動 ②手話通訳者・手話講師の派遣 ③聴覚障害者に関する出版物の普及
高知県聴覚障害者親の会 ※休止中	会長 小田　雅人 事務担当責任者 柏原　智子	〒780-0972 高知市中万々78 高知県立高知ろう学校内	088-823-1640 (FAX) 088-823-1752	会員相互の親睦を図り、研修を深め、聴覚障害者の福祉増進と社会的保障の実現を図ることを目的とする。
高知県中途失聴者・難聴者の会 ※休止中			088-879-5534 (FAX) 088-866-9755 ※ＮＰＯ法人要約筆記高知・やまもも	中途失聴者・難聴者のための交流の場、学びの場を提供し互いに支え合うことを目的とする。 聞こえの問題を社会に発信し、よりよい社会づくりを目指す。
高知県盲ろう者友の会	事務局 岡村　保子	〒780-0965 高知市福井町1796-1	090-7145-5617 (FAX) 088-847-0479	（目的） 会の活動を通して、同じ境遇にある盲ろう者同士や支援者が交流して、より充実した社会生活が送れるようになることを目的とする。 （活動） ①盲ろう者の掘り起こし ②盲ろう者との交流会の企画 ③全国盲ろう者大会などへの参加 ④通訳介助の勉強 ⑤他県の友の会との交流･情報交換
高知県 言語障害児を持つ親の会 （ことばと子どもを育てる会） ※休止中	会長 立野　美則 事務担当責任者 大﨑　聡	〒781-1102 土佐市高岡町乙3440-1 土佐市言語聴覚相談室	088-852-3356 （FAX兼用） 090-4508-5393 （大﨑）	（目　的） ことば、きこえの教室への側面的な協力､学習活動、障害児保育関係研修等、難聴、言語障害児対策を目的とする。 （事業活動） ・専門家による講習会、学習会、療育キャンプの開催、または助成。 ・唇裂・口蓋裂などに対する専門家による相談会の開催。
高知県喉友会	会長 瀧平　幸一	〒781-5103 高知市大津乙490-1	088-866-4191 （FAX兼用）	咽頭摘出により音声を失った者が一日も早く第二の音声を取り戻して自立更生を図り社会復帰を果たす為、食道発声及びＥＬによる発声訓練を行うとともに、会報を発行し、会員の福利厚生と相互扶助、会員相互の連帯強化に努力している。
特定非営利活動法人高知県肢体障害者協会	会長 松本　誠司 副会長 中屋　圭二 前田　梓	〒789-1202 高岡郡佐川町乙2432-17	090-4332-0626	県内の肢体障害者の社会的、経済的地位の向上を図り、学習会・他の団体との交流・レクリエーション活動を開催し、福祉の向上を目的とする。また身体障害者手帳・療育手帳をお持ちの方を対象とした福祉有償運送を行い、移動困難な方の外出支援を行う。

団　体　名	代表者名等	事務所の所在地	電話番号	設立の目的及び主な事業活動
全国重症心身障害児（者）を守る会 高知県支部 （高知県重症心身障害児（者）を守る会）	会長 小松　典子 事務担当責任者 掛水　美由喜	〒783-0022 南国市小籠107番地 土佐希望の家医療福祉センター内	090-8971-9235 （小松） 088-863-2131 （希望の家）	（目的） 重症心身障害児(者)の父母等が協力して助け合い、重症心身障害児(者)の福祉の向上のための対策を進めるとともに、会員相互の親睦を深める。 （活動） ・研修会、講演会への参加（全国、四国ブロックとの連携） ・療育キャンプ、会員交流会等の開催 ・要望活動　・会報配布等
障害者の生活と権利を守る 高知県連絡協議会	会長 正岡　光雄 事務担当責任者 松本　誠司	〒780-0850 高知市丸ノ内2-1-10 高知城ホール内	090-4332-0626 （FAX） 088-871-6592 福祉労気付	・障害のちがいをこえ、交流を深めながら、障害者の生活と権利を守る活動をすすめる。 ・分野別、問題別交流集会や学習会・会報発行 ・57.2「やさしい障害者問題」発行等
高知頚髄損傷者連絡会	会長 上田　真弓	〒780-0056 高知市北本町1-7-20-404 高知頚髄損傷者連絡会事務局	088-823-4741 （FAX兼用）	頚髄損傷者が孤独にならないように親睦・交流会の開催。 ・障害者問題について学習会の開催、情報共有。 ・障害者福祉の向上のため、自治体に提言、要望活動をする。
高知県身体障害者（児）施設協会	会長 岡村　理佐	〒786-0021 高岡郡四万十町仁井田字倉木462番地（障害者支援施設オイコニア）	0880-22-8382 （FAX） 0880-22-8271	施設・事業所の相互の連絡調整や情報連携を図るとともに、主に身体障害者(児)の福祉の向上に資する調査・共同研究・研修活動などを専門的に行う。
社会福祉法人 高知県知的障害者育成会 （高知県手をつなぐ育成会）	理事長 秋友　英稔 事務担当責任者 小松　真奈美	〒783-0028 南国市陣山字弥市531-1 ◇メールアドレス kochi- ikuseikai@iaa.itkeeper.ne.jp	088-855-3717 （FAX） 088-855-6181	知的障害児・者の福祉の向上、第１･２種社会福祉事業、啓発、研究、調査等、地区会への助言 （四国、全国と連携）
高知県知的障害者福祉協会	会長 石川　俊光 事務局長 和田　敦史	〒781-5452 香南市香我美町下分960-1 香南くろしお園内 ◇メールアドレス kochi- fukushi531@iaa.itkeeper.ne.jp ☆ホームページアドレス https://kochi-aigo.com/	0887-55-3130 （FAX） 0887-54-0126	目的：知的障害者の福祉の増進を図る ・日本福祉の構成団体として、日本福祉の行う事業への協力と参加 ・知的障害者の福祉を目的とする事業に関する調査び研究 ・知的障害者関係施設に従事する職員の養成並びに研修 ・日本福祉発行の機関誌の普及宣伝 ・その他本会の目的達成のため必要な事業
日本ダウン症協会 高知小鳩会支部	支部長 矢野　泰彦 事務担当責任者 小島　美紀	〒780-8015 高知市百石町3-9-25 ◇メールアドレス kochi.yano.jds.son@rhythm.ocn.ne.jp	090-7148-6539	（目的）ダウン症児者の福祉の向上と会員家族相互の親睦を図る。 （活動） ・情報の提供（毎月１回機関誌発行） ・年代別にグループ分けし、年代に応じた行事の実施 ・全体行事として、リトミック、キャンプ、講演会、親子広場、クリスマス会、遠足など
高知県自閉症協会	会長 平野　三代子 事務局 森　順子	〒781-0311 高知市春野町芳原737-1 NPO法人高知県自閉症協会内 ◇下記のホームページ「お問い合わせフォーム」をご利用ください。 ☆ホームページアドレス https://autism-kochi.jp	088-803-4441 （FAX） 088-803-4750	（目的） 会員相互の親睦を図り、協力して自閉症児・者が安心して生活できる社会環境作りを目指すことを目的とする。 （活動） ・啓発活動、研修会、保護者勉強会、会報発行等 ・年齢別グループ活動（座談会、交流会、勉強会、施設見学、レクリエーション等） ・総会、勉強会、運営委員会、関係機関との連携等
高知LD親の会sky	会長 武政 めぐみ	所在地非公開 ◇メールアドレス kochild.sky@gmail.com ☆ホームページアドレス http://kochild-sky@jimdo.com/	非公開	（目的） 発達障害児や当事者が、よりふさわしい教育と支援を受け、より充実した社会生活が送れることを目指して活動を行う。（全国LD親の会加盟団体） （主な活動） ・月に一度の座談会やスポーツ教室 ・講演会・勉強会（不定期） ・進学説明会（1回/年）など
高知県 精神障害者家族会連合会	会長 横田　直子	〒780-0850 高知市丸ノ内2-4-1 保健衛生総合庁舎内	088-802-7244 （FAX兼用） 090-8973-3937	精神障害者とその家族支援のために県下および全国の家族会と連携して以下の活動をする。 ①家族と当事者の居場所づくり（相談・共助） ②学習会（法律・制度・日々の対応等） ③当事者の社会生活のために必要な運動と啓蒙

団　体　名	代表者名等	事務所の所在地	電話番号	設立の目的及び主な事業活動
高知県精神保健福祉協会	会長 数井　裕光 書記 金田　美紀	〒780-8570 高知市丸ノ内1-2-20 高知県障害保健支援課内	088-823-9669 （FAX） 088-823-9260	高知県における精神保健の保持増進を図ることにより県民の福祉に寄与することを目的とする。
特定非営利活動法人 高知県断酒連合会	会長 小松　重洋	〒781-0251 高知市瀬戸西町１丁目127 二神方	080-5660-6877	目的：酒害に対する啓発、酒害の及ぼす社会悪の防止につとめ、広く社会福祉に貢献することを目的とする。 事業：四国ブロックでの全日本断酒連盟主催行事（酒害者更生大会・学習会）を四国４県輪番で担当する。 ・連合会内研修会の開催 ・酒害啓発の為の「飲酒運転根絶」の街頭キャンペーン、高・中学校での保健教育のための講師派遣、市民公開セミナーの開催、リーフレット類の配布など、酒害啓発・広報活動。 （構成３団体においては、各々、酒害相談、断酒例会、酒害研修会を県内各地で実施）
全国ひきこもりＫＨＪ親の会 高知県支部やいろ鳥の会	代表者 坂本　勲	〒780-0926 高知市大膳町1-40	090-3184-8109	ひきこもりの家族の支援と若者の社会復帰にむけた活動と学習会、社会啓発のための講演会の実施など（家族サロン、親講座、居場所、高知ひきこもりピアサポートセンター、各種出張相談会、研修会等） ひきこもりの経験者が相談業務にあたる「高知県ひきこもりサポートセンター」 〒780-0926　高知市大膳町1-41 居場所の開所日時 月・木・金・土　13:00～17:00 電話　088-881-6301 引きこもりピアサポートセンターの開所日 月・木・金・土　13:00～17:00
高知移植者友の会	会長 西岡　昭寛 事務局長 宗圓　彩子	〒781-8103 高知市高須新木３番40号	090-5270-3830	・会員の生活・福祉の向上のための運動 ・臓器移植に関する情報の交換 ・臓器移植推進への協力、活動
全国心臓病者友の会 高知県支部	代表者 上岡　誠	〒787-0668 四万十市荒川1760	03-5958-8070 （全国本部）	先天性・後天性の心臓病患者が集まり、交流を深め自分たちの生活を向上させる。
脳卒中リハビリ研究所	代表者 福島　とみお	〒782-0031 香美市土佐山田町東本町5丁目6-14 （メールアドレス） tanpopo46492001@yahoo.co.jp	090-3183-7745	(目的) リハビリテーションに関わる全ての人、当事者はもちろん、家族、医療・介護・福祉関係の従事者を応援することを目的とする。 (事業) １．障害当事者のカフェ.交流会の企画.運営に関すること ２．ピアサポートの研究・普及に関すること
日本心臓ペースメーカー友の会	会長 戸川達男	〒102-0081 東京都八王子市横山町25-16　フロイデンビル４階D号室	042-649-5033 高知県担当者の連絡先： 吉川　香代　電話番号：090-4331-175	(目的) 高知県には、まだ支部がないため仲間を増やしながら、早く支部を立ち上げて、県内・全国の患者同士交流を深め、不安の無い生活を一人一人が送れるように社会福祉の向上に貢献する。
全国パーキンソン病友の会 高知県支部	支部長 片山　典子	〒780-8034 高知市南河ノ瀬町285-14	090-7572-5704 ※事務局・柳井	（目的） パーキンソン病患者の医療福祉の増進、相互の交流及びパーキンソン病の社会的理解の推進 （活動） 医療講演会、生活福祉相談会、親睦会、リハビリ教室、会報などの発行

◎高知県難病団体連絡協議会　加盟団体一覧

団　体　名	代表者名等	事務所の所在地	電話番号	設立の目的及び主な事業活動
特定非営利活動法人 高知県難病団体連絡協議会	代表者 竹島　和賀子 事務局長 林　道夫	〒780-0062 高知市新本町1丁目14-6　1階 ◇メールアドレス kounanren.info@gmail.com ☆ホームページアドレス https://kochi-nanbyoren.org	088-821-6722	(目的) 難病・慢性疾患の患者団体が、相互理解と連帯のもとに豊かな医療と福祉の充実を目指す。 (事業) １．医療・福祉相談会の開催 ２．患者の願いを実現するため国や 自治体への働きかけ ３．難病についての啓蒙活動 ４．全国の難病連との連帯、交流 ５．会報等の発行
全国心臓病の子どもを守る会 高知県支部	支部長 川崎　敬子 事務担当責任者 梅原　博子	〒780-0985 高知市南久万74-5　梅原方	088-824-1484 （FAX兼用）	心臓病児者への社会的理解と福祉の拡充を図るため、講演会、相談会の開催、レクリエーション活動、会報の発行などを行う。
筋無力症友の会 高知連絡会 ※休止中		〒780-0062 高知市新本町1丁目14-6　1階 難病連事務局内	088-821-6722	
公益社団法人 日本オストミー協会 高知県支部	代表者 棚橋　正人 事務担当責任者 村上　尚子	〒780-0031 高知市宇津野20-104	088-822-8038 （FAX兼用）	ストーマ造設者に関する正しい知識の普及啓蒙・オストメイト（ストーマ造設者）の社会復帰のための訓練・研修・福祉の増進を目的とする。 （活動） ストーマケアや補装具等の相談・医療相談・研修旅行、会報の発行・親睦会等を行う。
森永ひ素ミルク中毒の被害者を守る会 高知県本部	代表者 馬場　小夜			(目的) 「守る会」は、森永ひ素ミルク中毒被害者を救済し、一切の公害に反対し、被害者や障害者の人格が尊重される平和で生き甲斐のある社会の建設を目指すことを目的とする。 (活動) 「三者会談確認書」を尊重し、それを維持・発展させ、救済事業にかかわるすべての個人・団体・機関と協力し、救済事業を恒久的に発展させる活動
日本ＡＬＳ協会高知県支部	代表者 杉山　加奈子	〒780-0062 高知市新本町1丁目14-6　1階 こうち難病相談支援センター内	088-855-6258	（目的） 1.ＡＬＳ（筋萎縮性側索硬化症）の原因究明に協力する。 2.患者・家族が、人間としての尊厳をまっとうできる社会の実現を目指して、正しい知識を普及させる。 3.患者や家族どうしの密接な交流が持てるよう支援する。 4.患者・家族の自立が得られるような社会的援助を求める。 （活動） 1.総会、運営委員会を開く。 2.社会に対してＡＬＳを知ってもらうよう啓発活動をする。 3.患者・家族の交流会、ＡＬＳ学習会などを開く。 4.行政や保健医療福祉関係機関へ働きかけて、患者の生活向上を目指す。 5.関係諸団体との連携 6.ＡＬＳ土佐の発行（年２回）を行う。
特定非営利活動法人 高知県腎臓病患者友の会	代表者 品原　節男 事務担当者 和田　紀子	〒780-0928 高知市越前町2-9-6 坂本ビル1Ｆ2号 ◇メールアドレス kjs-k@me.pikara.ne.jp ◇ホームページアドレス https://www.kjk.jpn.com	088-871-2670 （FAX兼用）	・総合的な腎疾患対策の実現に向けた運動 ・機関誌の発行 ・事務局開局日　月、火、木 10:00～16:00 ・臓器移植推進キャンペーン ・国会請願署名活動 ・自治体交渉

団　体　名	代表者名等	事務所の所在地	電話番号	設立の目的及び主な事業活動
全国膠原病友の会高知支部	代表者 竹島　和賀子	〒780-8015 高知市百石町3丁目1-12 ◇メールアドレス kujirakun.0523@gmail.com ☆ホームページアドレス http://www.kujirakun-kogen.jp	088-833-4605 （FAX兼用）	交流会、医療講演会、相談会の開催、機関誌の発行等。同じ病気を持った者が互いに悩みを打ち明け、助け合い、励まし合い、少しでも明るい療養生活が送れるように会員同士の親睦を図り、膠原病に関する正しい知識を高めるとともに原因究明と治療法の確立、ならびに社会的対策を促進することを目的とします。
高知ピアの会	代表者 中内　孝一	〒780-0062 高知市新本町1丁目14-6　１階 難病連事務局内	088-821-6722	高知県で患者会のない希少難病等の患者や家族、支援者などのグループです。現在は病気は違いますが、同じ難病等と付きあいながら生活をする者同士、情報交換など交流をしています。
高知県網膜色素変性症協会 （ＪＲＰＳ高知）	会長 林　道夫	〒781-5621 香南市夜須町手結298-66 ◇メールアドレス shibuchou@kochi-rps.com	0887-54-0225	（目的） 高知県内における網膜色素変性症及びその類縁疾患に関する正しい知識の普及並びに患者・家族等のＱＯＬ(生活の質)の向上を目指し自立の促進に寄与することを目的とする。 （活動） 地域の患者､行政､医療機関並びに福祉､ボランティア団体等と連携しながら、勉強会や相談会、交流会などの開催により、会員の社会参加の促進と相互の情報交換を図る。
もやもや病の患者と家族の会 ※休止中	代表者 船川　富美	〒781-8125 高知市五台山3470	070-3792-5119	モヤモヤ病に関する正しい知識、理解の啓発 ・年１回の勉強会、交流会等 ・年１回の四国ブロックでの講演会、交流会 活動休止中のため、特定非営利活動法人高知県難病団体連絡協議会までお問い合わせください。

◎ボランティア団体一覧

団　体　名		代表者名等	事務所の所在地	電話番号	設立の目的及び主な事業活動
高知県 手話サークル連絡協議会		会長 井津　貴雄 事務局長 小松　和美	〒781-6410 高知県安芸郡田野町1456-42	0887-38-2511	手話を通じて聴覚障害者の福祉増進に努める事を基本とし、各手話サークル間のより一層の充実と連帯を目指す。
要約筆記ボランティア	ＮＰＯ法人 要約筆記高知・やまもも	会長 門田　民世	〒781-5103 高知市大津乙1822番地１ サーパス大津1403 ◇メールアドレス youyaku.kouchi@gmail.com ☆ホームページアドレス http://yamamomo-kochi.sakura.ne.jp	088-879-5534 （FAX） 088-866-9755	中途失聴者・難聴者の社会参加を援助するため、事業を行う。
	要約筆記 「赤とんぼ」	会長 野波　由美	〒787-1603 四万十市西土佐用井1110-31	0880-31-6111 （FAX） 0880-31-6112	
	要約筆記 ボランティア団体 「さくら」	代表者 川田　栄子 事務所責任者 岡本　起代	〒788-0784 宿毛市山奈町山田1452	0880-66-0863 （FAX兼用）	
	要約筆記 「コスモス」	会長 中平　美知子 事務局 長谷部　恵美	〒786-0011 高岡郡四万十町香月が丘7-25	事務局 0880-22-2277	
音訳ボランティア	高知朗読奉仕者 友の会	会長 松田　光代	〒780-0842 高知市追手筋2丁目1-1 高知声と点字の図書館	088-823-9488 （FAX） 088-820-3218	（目的）年齢や障害の有無に関わらず、必要な情報を入手できるよう、音声による情報提供を行い、会員相互の親睦と音声訳の技術向上を図る。 （事業） ①録音図書及び委託図書の製作(CD､テープ)､対面音訳 ②音声訳技術向上のための研修 ③会員相互の交流 ④会報紙の発行 ⑤支援団体との連携､協力
	ボランティアサークル「ほほえみ」	会長 川田　幸代	〒788-0012 宿毛市高砂4-56 宿毛市総合社会福祉センター内	0880-65-7665 （FAX） 0880-65-7663	視覚障害者への広報誌朗読ボランティア
点訳ボランティア	高知ブライユの会	代表者 山本　悦子	〒780-0842 高知市追手筋2丁目1-1 高知声と点字の図書館	088-823-9488	視覚障がい者のために、活字の資料や出版物を点字化するボランティア

団　体　名	代表者名等	事務所の所在地	電話番号	設立の目的及び主な事業活動
高知県精神保健福祉ボランティア連絡協議会	会長 福井　和子 事務局長 牧野　利恵子	〒786－0011 高岡郡四万十町香月が丘3-18-5	会長 090-1572-8028 事務局 090-6283-5574	高知県内で活動している精神保健福祉ボランティアが連携し、関係機関の協力のもと、障害への理解を深めるための研修や啓発を実施。
精神保健ボランティア ほっとはあと	会長 福井　和子	〒780-0870 高知市本町5丁目1-12STビル2階 キッズルームラビット内	090-1572-8028	（目的）精神障害者及び家族について 認識を深め、その福祉向上及び自立 への支援と心の健康増進に寄与し、 会員相互の親睦を図る。 （事業） ①障害者との交流及び支援 ②会員相互の親睦及び情報交換 ③会報の発行 ④その他、会の目的を達成するために必要な事業 （活動） 毎月のティータイム、なごみサロンルームの集い、料理教室、ソフトバレーボール大会、ハイキング、クリスマス会等（年１回）
精神保健ボランティア	田中　眞美子 （事務局：黒潮町役場健康福祉課保健衛生係）	〒789-1992 幡多郡黒潮町入野5893番地	0880-43-2836	精神保健事業の協力、活動（当事者との喫茶業務、研修会や当事者との交流）
Doネットワーク	牧野　秀男	〒786－0011 高岡郡四万十町香月が丘3-18-5	0880-22-5156 （FAX兼用）	・精神障害者への理解のための普及・啓発活動 ・障害のある人が当たり前に暮らすための福祉イベント「当たり前に暮らすこと」を主催。 ・作業所「由菜の里」を積極支援。 ・精神障害の方が参加できるお花見やスポーツ、研修旅行などのレクリエーションを計画、実施。 ・その他町内のボランティアグループと協働して福祉ボランティア活動に参加。 ・引きこもりの方や、障害のある方、一般の方（地域住民）と触れあう居場所、ゆるカフェを運営
くぼかわボランティア連絡協議会	岩﨑　良子	〒786-0004 四万十町茂串町11-30	0880-22-1195	24Hチャリティー、社会福祉協議会への協力、講座　他
どんぐりボランティアの会	曽我部　正法	土佐郡土佐町田井1488-1	0887-82-2550	どんぐりボランティアの会はどんぐりでの作業を通じて、病気を正しく理解し、障がいがあっても地域であたりまえの暮らしをしていけるように、身近な相談相手でありたいと活動を続けてきました。 【主な活動】 ・どんぐり（就労継続支援B型）でのパン、菓子製造作業サポート ・研修会への参加 ・イベント販売促進等
特定認定NPO法人高知いのちの電話協会	山光　康雄	非公開	088-824-5002 ※事務局	悩みを抱える人をはじめ、助けと励ましを求めている一人ひとりに365日「電話」という手段で対話するボランティア活動。 電話相談員になるための養成講座を開催。 【相談専用電話】 088-824-6300 毎日9：00～21：00 （年末年始10：00～18：00） 毎月10日フリーダイヤル 0120-783-556 朝8：00～翌朝8：00　24時間