

- ヒビコイ体験談 vol.3 -

俺(38)の身に起きた 「ミース」女神との交際～ 結婚まで。 ～6ヵ月の爆進記～



1

大阪府在住 M.A様の声

俺の名前は
熱血太郎(38)



熱い心と
行動力が
とりえの男

正解は…

+

#ハッシュ



#ハッシュ

+

俺はモテない

休けいあ。

まちにか
か

くっそ
職場でイチャつき
やがつて：

だがこんなオレにも
好きな人がいる



ものしづか
だけど
仕事が丁寧で繊細で…

笑えばそこに
花が咲くようで

まさに
女神
ミューズ
……
！



おは…

美奈子さん

みつ

ドキドキ





はーい

まなみやーーー
よだ、たら
やー、まやーーー
一緒に
たべよー

俺の名前は
熱血太郎(38)

ぬまじー

正直言つて
モテません



- ヒビコイ体験談 vol.3 -

俺(38)の身に起きた
「女神」との交際～
結婚まで。
～6ヵ月の爆進記～



2

大阪府在住 M.A様の声

ああ
僕の女神：
ミューズ

うーん…

どうすれば
この気持ち
君に伝わるだろう



いつも凜とした
オーラの君



ひとりで
何か抱え込ん
いたりしない
かで
僕は心配だよ



はつ

そ
う
だ
っ

女性は優しい
男が好きだろ？

ピ

なら彼女を
たくさん
気遣つて
あげよう！

オ
天
オ
!??



美奈子さん！

何か
困つてない?
大丈夫?

…ええ
特に…?

?



心配事があつたら
いつでも言つてね！

なぐか
顔色

ちるー？

カゼ？

誰
ナシ
どう？

相談しに
く
ことでも
うへ？

…熱血さん

あの

必要なときは
自分から言うので

結構です



俺(38)の身に起きた
「女神」との交際～
結婚まで。
～6ヵ月の爆進記～

3

大阪府在住 M.A様の声

ああ
僕の女神：
ミューズ

うーん…

やつぱり君が好きだ
どうにも
諦められない



クールな印象の
君だけど

笑うとまるで
花が開くようだ



ああ：君をこんなに
思っている男が
ここに存在すると
知つてほしい：

はつ
そうだつ

俺の性格
彼女は
知らないよな

ピ

LINEで
俺を知つて
もらうアピール
しよう!!

やっ
は
オ
天
!??



よーーし!

休日の過ごし方と
食べ物の話は
盛り上がりやすいって
記事で読んだぞ☆



これで
彼女との
心の距離を詰めて…



あ…あれ?

返事来ないな…

連絡
足りない??

おっ
ピロン

かく
かく…



何度もLINEいただいてますが、
お急ぎでない業務の件なら
出勤の際にお伺いします



- ヒビコイ体験談 vol.3 -

俺(38)の身に起きた
「女神」との交際～
結婚まで。
～6ヵ月の爆進記～



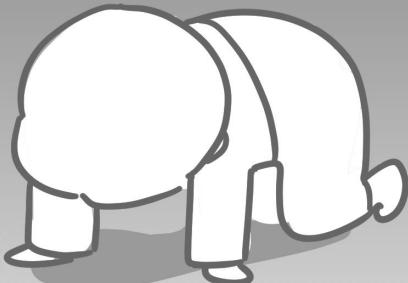
4

大阪府在住 M.A様の声

だめだ女神
お手上げだ。
ミューズ

す"ーん

どうすれば
君に近づけるのか
さつぱりわからないよ



「彼女」「できる方法」で
検索するけどさあ

「優しい男性がいい♡」とか
「清潔感のある見た目で♡」とか
内容がフワッとしててわからん

彼女 できる 方法

俺みたいな非モテは
もう諦めろって!?

話を聞いてあげて♡って
まず会話してもらえねえよ

彼女どころか
誰からも誘われない
週末がいつしか
当たり前に：

こんなオレ
なんか：

くつそくく
でも諦めたくない！

…ん？

熱血太郎

何だこれ…?



hibikoi

はあ……?
「ビデオイヤ」……?

これも
恋愛指南の
サイトか

まあ
一応目
通しひとか

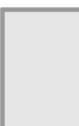
どうせまた同じような
ことしか載つてないん
だろ〜〜? ? ?

チュン

チュン..



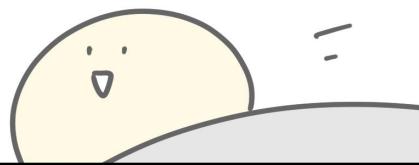
数時間後



い　い　い　い

二

二



はつ
もう朝つ!?

時間忘れて朝まで
読んじゃった

が
ば

えっ
何このサイト!?
「ビビ」「イイ」?
ちょっ:
ブツクマーク
ブツクマーク!!

待ってくれ
このヒビコイって
サイト…まじで



俺(38)の身に起きた
「女神」との交際～
結婚まで。
～6ヵ月の爆進記～



5

大阪府在住 M.A様の声

最近の
日課は…

フュー…

俺、熱血太郎
38歳独身
(正想い中)

ネットサーフィンで見つけた
「ヒビ」「イ」の
ブログを読むこと――



また
読みにきてしまった：

し

「そのままの
あなたで大丈夫♡」なんて
甘いことは
書いてないし

むしろ
非モテの傷口
抉られすぎて
痛いんだけど

こんな明快に
論理的に
恋愛を解説してくれる
サイト初めて見た

「だからモテないんだよー」と
「その思考回路ヤベエ」の
シリーズは血反吐なしには
読めない……

「大體
一言
三
？」

A black and white illustration of a person's head and shoulders from the side. The person has short hair and is wearing a light-colored shirt. There are several stylized, curved lines and small dashes around the head, suggesting motion or sound.

刺さつて抉られて
痛いのに
書いてることから
目が離せねえ

メルマガも
すぐに登録して
有益だつた。

ただ！

もう少し
詳しい解説が欲しい

オレみたいな奴向けの
変えるべきポイント
とか：
⋮

P
c

えつ！
セミナー
開催決定！？

かずみんの対面
セミナー
△△△にて
開催決定！！

近場
△△△
じやん
つて

うあすばー

よし

申し込む!!

め

女神!!
待つててくれ
ミューズ

彼女との仲を
進展させて
みせるぞ

このセミナーで
「モニテ」のポイント
掴んで:

俺(38)の身に起きた
「女神」との交際～
結婚まで。
～6ヵ月の爆進記～



6

大阪府在住 M.A様の声

セミナー
当田



田代

セミナー
当田

かずみんです

ワ――
本物！

よろしく
お願いします！

「ビビコイ」の主
かずみんに
初めて対面

かずみんは
元ナンバーワンの
ホステスで

業種問わず
40000人以上の
人と接してきた
経験を基に



恋愛トレーナーの
活動を通して
「モテるとは?」
を伝えている人物だ

綺麗な人なのに
雰囲気が
めっちゃ親しみやすい！

あと何か
キラキラしてね？

では早速
始めましょうか！

セミナーは
テンポ良い語り口と
深い内容でめちゃくちゃ
面白かった

Xモード
まじあかん！

これは
ブログには
書けない内容
ですけど…
（女性の本音）

他の参加者も
いる
俺だけじゃ
ないんだって
勇気出るなあ

…が
もっとも俺の
印象に残ったことは…

ヒビコイの
「個別アドバイスの
凄さ」だった。

モテ方つて
十人十色です

その人に合った
男性としての魅力を
引き出すのが大事

まずは見た目から！

ではそこの…
太郎さん！

俺っ!?

ズバリ

- ヒビコイ体験談 vol.3 -

俺(38)の身に起きた 「女神」との交際～ 結婚まで。 ～6ヵ月の爆進記～



7

大阪府在住 M.A様の声

参考にする
〇〇〇



具体的で
わかりやすい！

えらび方は
〇〇〇…

えーっ
情報源まで！
こんなに細かく！

髪はミニ
まゆげは、ニッ…

服は
XXXのタイプ。

まずは
俺の骨格や顔に合わせた
服装・髪型のアドバイス

ブログの内容通り
キツいことも
言われるけど

×××

でも不思議と
スッと聞ける！

人柄？
オーラ？？

そしてマジで
誰も指摘してくれない内容の
アドバイス有難え：

そして

4E理論

という
かずみんオリジナルの
性格分類法

O型はおおざつぱ
とかそんなん⋮⋮?

位に思つてたら
これがすごい

4E?
な「ス」か??

? ?

最初

半信半疑だつたが
自分の性格が
当たりすぎていて
考えをあらためた

太郎さんは
暴走やりすぎに

気をつけ
下さい

うう…耳が痛い
でもこれで：

自分の強みや
気をつけるべき
ポイントがわかる

しかも
彼女の性格
好みのタイプも
わかるなんて…！

彼女、よく
○○○○つて
言いませんか？

その時、内心は
××××つて
思っています
なので：

凶星!! →

女神のことも
知り合い????つて位
かずみんには見抜かれた

うわー
もっと知りたい…！

セミナーの時間は
あつという間に過ぎて…：

ヒビコイの
内容の濃さを
深く深く味わつて
終了した

俺(38)の身に起きた
「女神」との交際～
結婚まで。
～6ヵ月の爆進記～



帰り道



今日はめちゃやくちゃ
濃かつたな…

パンパン
パンパン
パンパン

たつた数時間のことだつたけど

やつぱり
具体的な助言って
すごく有難い：

まにが
まわー！

これは
ブログ
書けない
んですけど：
○○○○
(女性の本音)

学想今朝の自分からは
想像もつかない程の
びと気づきを得ることができた

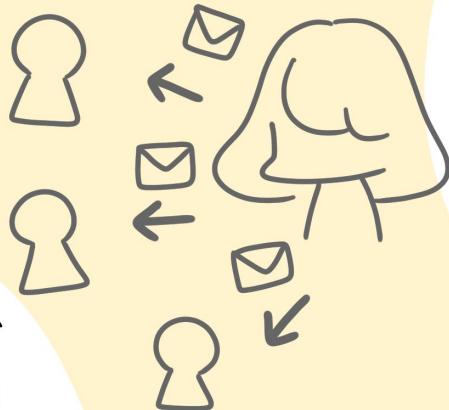
もしこのまま
個人コンサルを
受けたら：



ちょうど
二週間の特別
コンサル枠に
空きがあつた

対面で
自分専用に
もらえる回答は

密度が全然違う
情報とは
ブログや
メルマガの



…



ピ[。]ン
ホ[。]イント

深い!!

やつぱり
自分一人じゃ
わからないこともある
成長スピードも遅い

でも
個人コンサルで
かずみんの指摘を
細かく受けて
もしその
課題をすべて
クリアできたら…

もし…できたら
その時は…

太郎さん…
♥

君はどんな顔を
俺に向けて
くれるんだい？

想です

俺…変わりたい



君が笑顔で
振り向いてくれるような
男に
なりたい…！

俺(38)の身に起きた
「女神」との交際～
結婚まで。
～6ヵ月の爆進記～



9

大阪府在住 M.A様の声

ヒビコイの
個人コンサル
二週間コースに
申し込んだ太郎

ためならば!!

女神待つててくれ

香の燐の

太郎さん
よろしくお願ひします

サポートは
メッセージと
必要に応じて
音声やビデオ通話で行う



よ、よろしく
お願いします

個人コンサルはより
丁寧にできますからね

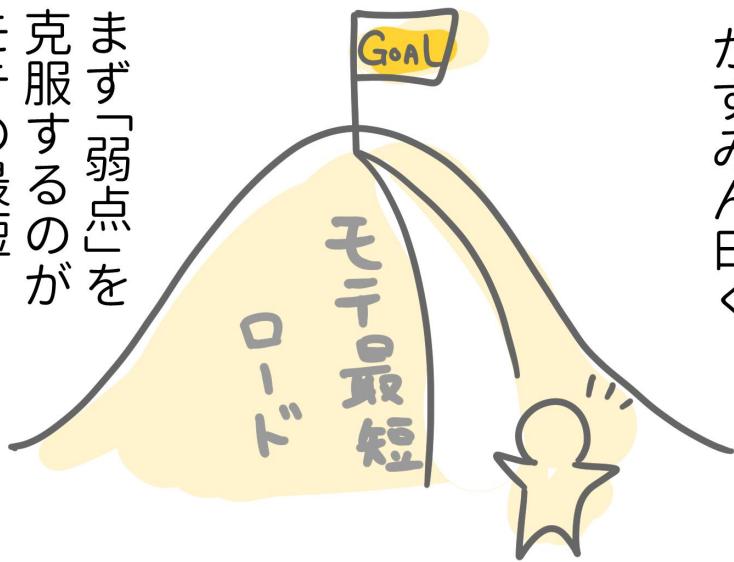
う
ふ
ふ

ビシバシ
いきますよー☆

怖え
し

かずみん曰く

まず「弱点」を
克服するのが
モテの最短
ルートらしい



熱血太郎 パラメータ



どんなに
長所があつても
視界に入らなきや
意味ありませんからね♡

俺、視界に
入るところから
スタート…!?

俺(38)の身に起きた
「ミース」
女神との交際～
結婚まで。
～6ヵ月の爆進記～



10

大阪府在住 M.A様の声

かずみんの
アドバイスは
とても具体的で
わかりやすい

特に外見は
見てわかるから
やる気出やすいなあ

スタッフさんの
お買い物同行
サービスまで
サポート充実

おお
これがオレ…！

なんか
いいじゃん!!

今までネット記事
とか参考に
してたけど…

似合、
てるのか

かからん

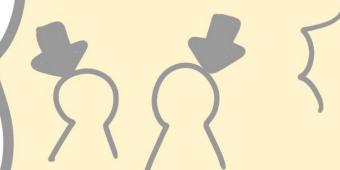


俺専用の的確な
アドバイスって
すごくありがたいな～

「アッショーン

×
路線の
あってがい

同じ服の
やつばかり
被りまくり





熱血さん
なんか雰囲気
変えました？

えっ?

は：初めて
後輩の女の子に
声かけられた！

スゲー！
効果出てる！
スゲー！！

すぐ
浮かれる俺



ヒヤリ

ホー

俺!
スゲー

この調子なら
女神の心を
射止めるのも
あつという間じゃね??

!!

本
当
の
戦
い
は
た。
だ
が
オ
レ
の
こ
か
ら
だ
つ

俺(38)の身に起きた
「女神」との交際～
結婚まで。
～6ヵ月の爆進記～



熱血さん

この書類…

えつ
どうしたん
スか？

と
ん

彼女ナシ(片想い中)
38歳
俺、熱血太郎

なんか
あつたんスか？

し
レ

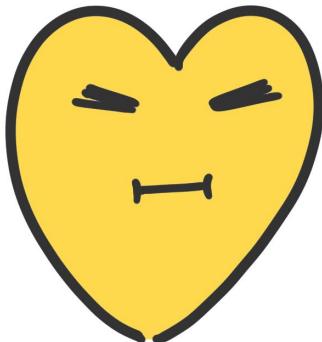
いや…ちょっと
トレーニングを…

トレーニング！？

どんな過酷な
筋トレなんだ…
！？

し
レ

もう一つ
内面の
トレーニング



これがメチャクチャ
きつかった。

実は俺には

自分では気づいていない
人を不快にするクセが
多くあつた

指摘を
うけいやない

へりくつ



自分のこと
だけ話す

上から目線

これをかずみんに
ガンガン
指摘される

それだと
上から目線に
聞こえますよ

えつ
し

でもや

だが…

なかなか
理解できなーい！

え?
オレ
間違つてなくね?

伝わつて
なかつたかな
説明しなきゃ

上からいじ
意図は
太郎さん

"でもオレは

〇〇とりうきこに

?

モード一いつ

契約して

ハ

それは今までの
自分を守つて
だけです

えつ?
!

Q

- ヒビコイ体験談 vol.3 -

俺(38)の身に起きた
「女神」との交際～
結婚まで。
～6ヵ月の爆進記～



12

大阪府在住 M.A様の声

「自分は正しい」と伝えたいだけの主張で

相手のことが全くみえてない

要は——

えつ
し

屁理屈
なんです

そんな……！

ガーッ

こんなにストレートに
指摘されたのは初めてで
正直ショックだった

だし
メチャクチャ
反発した

屁理屈は
そっちだろ

何で!?
オレはちゃんと
相手のこと
気遣つたのに!
何にも
理解して
くれてない!

イ
う

メ
ラ

メ
ラ

ええ。
太郎さんの
考え方だと
そうですよね

((

でも
その考え方で 38年
居続けた結果：

太郎さんはモテないし
好きな人にも
振り向いてもらえない

…んですね？

事実です

悔しいが
返せる言葉が
ひとつもない！

なので
それを変えて
モテる人間になる
方法をお伝え
しています

事実を言つてるのは
それが変化を促すのに
いちばん速いから

太郎さん…

変わりたいん
ですか？

それとも
自分を守りたいん
ですか？



俺(38)の身に起きた
「ミース」
女神との交際～
結婚まで。
～6ヵ月の爆進記～



13

大阪府在住 M.A様の声

変わりたいん
ですか？

それとも
自分を守りたいん
ですか？

俺は…

俺はどうする？



心の中で
俺のハートが
何か言つてゐる

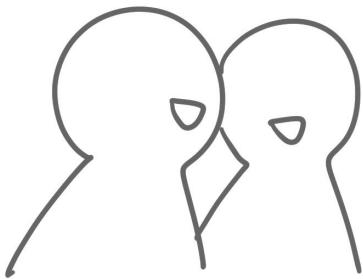
口出し
するな！

オレはちゃんと
頑張ってるんだ

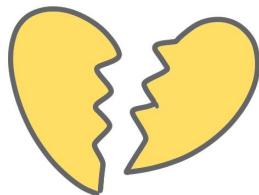
オレなりに
工夫してるんだ
努力してるんだ

お前には
わからぬ
んだ

一
方
で
の言つた
みん
の言つた
か
通
り
だ
つ
て
ん
と
分
か
つ
て
た
ち
や
ん



30代になつてから
女性からは誰も
声がかからない



やつと一人
付き合えても
一年足らずで破局

人付き合いが
うまくいかない



その原因は
オレ自身に
あるんじゃない
か

「オレは頑張ってる」

なんて
関係ない

オレが欲しい
ただ一つのものは…

オレ
工夫
努力

やん
んだ

「君の笑顔」って
結果じゃ
ないのか？



俺(38)の身に起きた
「女神」との交際～
結婚まで。
～6ヵ月の爆進記～



変わりたい

です～～～～～！

こうしてオレの
血涙を流しながらの
トレーニングの日々が
幕を開けた

とはいって30年以上
培つてしまつた
考え方なので

それ
屁理屈です

はい!!

変えようとする
すごい心理的な
ブレークがかかる

特に

オレ
が
正しい

つい

発動してしまって
「反撃・屁理屈スイッチ」と

反撃だ

であえ
であえ

バカに
された！





逆に自分の
殻に閉じこもる
「ネガティブスイッチ」
この2つが曲者だった

明日で
コンサルの日数
終了だ：

リゼエ
ゼエ

本当にキツかった
これで終わる

でも…



長所をのばす トレーニング

かずみんにも
やり方を工夫
してもらつたり
したけど

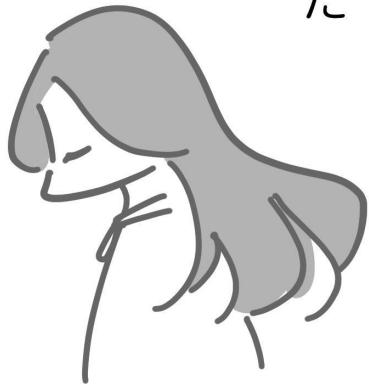
オレの心が
頑固すぎて…



正直まだ
全然変われてない

ちょっと服が
マシになつただけ…

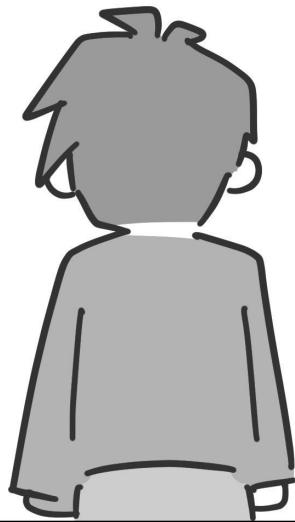
彼女の態度は
相変わらず
そつけないままだ



俺(38)の身に起きた
「ミース」
女神との交際～
結婚まで。
～6ヵ月の爆進記～



いいじゃないか？
もう十分頑張った



あんな苦しい思い
これ以上
する必要ないよ

でも、

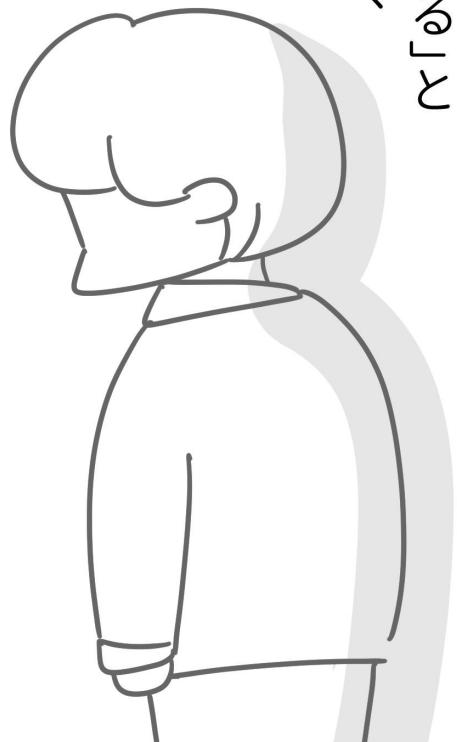


ほんの少しでも
変化を掴んで
いる気がするんだ



ずっと逃げてきた
「人と関わる」と
いうテーマ

ここでやめて
本当にいいのか？



この道の先に
君の笑顔が
あるんじゃないのか？

……あの、

三ヶ月の
通常コンサルティングに
切り替えてください。



この先に
ある世界を
もっと見たい

俺(38)の身に起きた
「女神」との交際～
結婚まで。
～6ヵ月の爆進記～

大阪府在住 M.A様の声

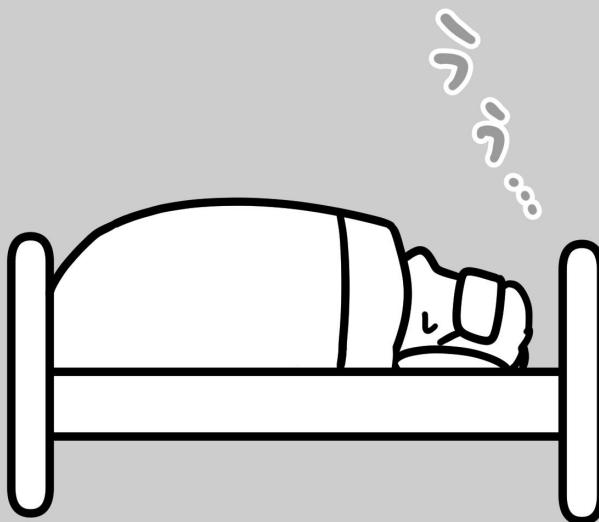
オレを守つていた
分厚い殻に
自分からヒビを入れた
瞬間だつた

スゲー
キツツジヤ
やばいよ
ホント
でも…やる…



あ
マジかオレ
やべへへ。

途中
がんばりすぎて
体調を崩したり…



昼に来たメッセージを
読むのが怖くて
夜に開いたり…



もう
濃すぎて
書ききれない

「オレ頑張ってる！」って
いくら言つても
好きな人は振り向いて
くれませんよ！

恋愛は
ボランティアじゃ
ありませんから

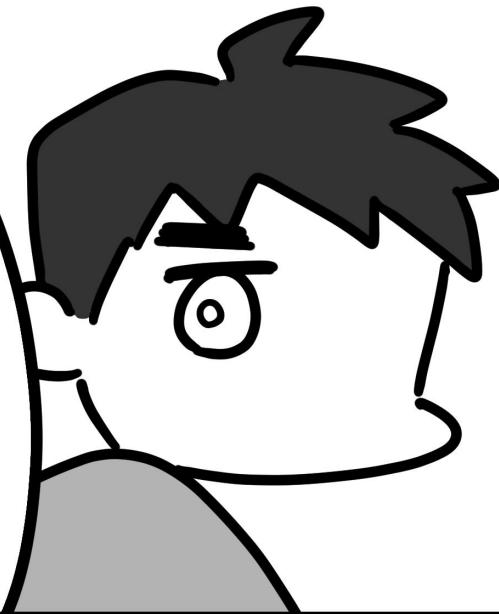
本当にキツかった
正直何回も
やめようと思った

押忍いしゆ!!

彼女の態度は
相変わらず

前の
暴走やりすぎが
まだ効いてるの
かな：

それでも…



!!、

熱血先輩！

周囲は

今度みんなで
飲みに行きませんか？

変わり始めていた

俺(38)の身に起きた
「女神」との交際～
結婚まで。
～6ヵ月の爆進記～





気がついたら
オレの周りに
笑顔の人気が増えてる

食事の誘い
以外も

ふむ

ふむ



仕事じゃない
プライベートの
相談まで

前の自分じゃ
絶対されなかつたなあ

熱血
くん
変わったよね！

人から
声がかかるって
嬉しい



み」ひ

いいな
いいな
感じあ
じだ

かずみんから
メツセージだら



何だろ？

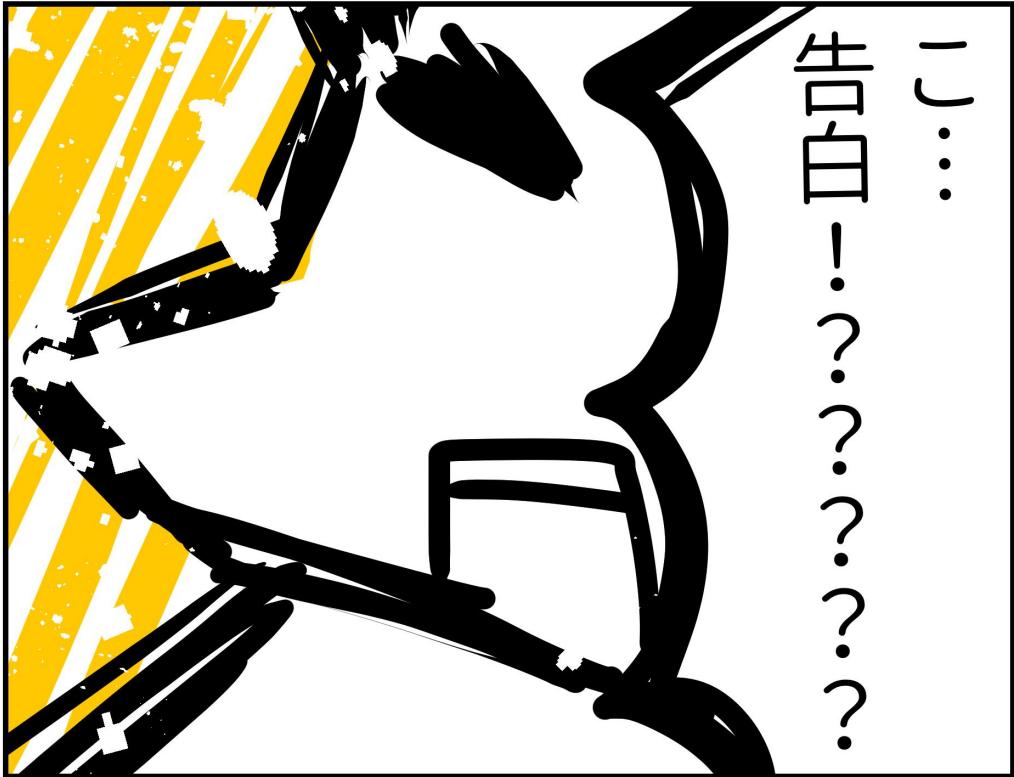
ミッションです

3月初旬に
彼女に
告白して
みましょう！♡

…
ん
ん
…
?
?
し
し

生田！？？？？？

…



俺(38)の身に起きた
「女神」との交際～
結婚まで。
～6ヵ月の爆進記～



突然の

かずみんミッショ

ン「告白」に戸惑うオレ

今？！？？

彼女の態度
全然変化ないのに
無謀すぎでは！？？
し？

確かに、告白って
「気持ちを確かめる」
イベントなんですが…

4E理論※の
彼女の性格上
この作戦が効くと思います

ほえ、

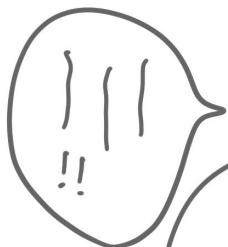
大丈夫

確実に変わつてますよ
太郎さん

まず気持ちを
知つてもらう
ところから☆

押忍!!

ヒビコイコンサル
マジでメンタル
鍛えられるな…!



一回四回
…
めでたす

流されて
終わつた

ま、

…ありがとうございます

マジ...?
??

そうですか
でも大丈夫！
作戦のうちです

ダメでし
た...

しばらく間を
空けて…

はい、今!
もう一回
告白しに
いきましょう

何作戦つて
しい

コレ
ほんと大丈夫
なのか!?
し

一度目の
告白も
流される



俺(38)の身に起きた
「女神」との交際～
結婚まで。
～6ヵ月の爆進記～



ダメ
でした！

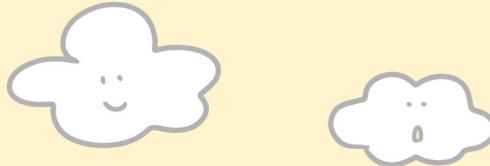
あとは静観しながら
引き続き
トレーニングです！

押忍

ちょうど
年度末
節目の時だった



まだ女神との
進展は
ナシかあ



でも
それが不思議と
気にならないほど
毎日が楽しい

熱血先輩
おはよう
ござります！



心地いい
人間関係が
築けるつて
こんなに幸せなんだ



仕事もなんか
楽しくなつて
きたなあ

人生で一番
キツかつたけど
コンサルを受けて良かつた

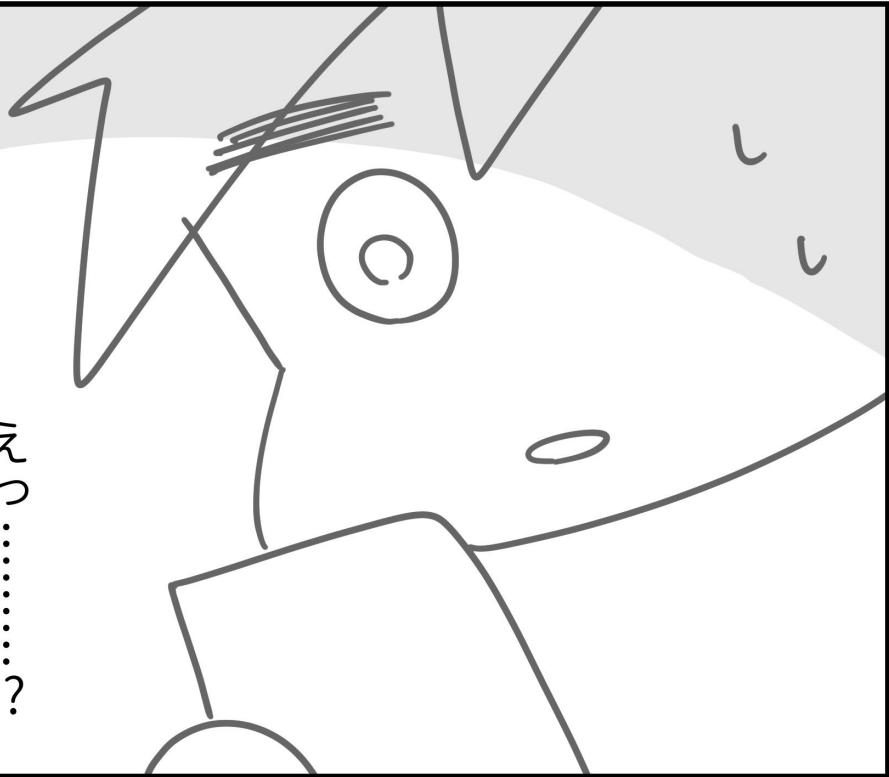


そんな思いが
日に日に大きくなつた

よし
だいぶ目標の
体重に近づいたな

髪のセットも
上達したし…

えつ
...
!?



おひさしぶり

元気にさやへ

女神から?
ミューズ



- ヒビコイ体験談 vol.3 -

俺(38)の身に起きた
「女神」との交際～
結婚まで。
～6ヵ月の爆進記～



20

大阪府在住 M.A様の声

女神から突然
元気ですかって
ライン来たん
ですけど：

何故
ですか…??

熱血太郎(38)
プチパンツク

あら！
良かつたですね☆

もちろん
連絡したく
なったからですよ

突然!?

こんな
ことある！？

*あるそうです

あくまで冷静に
やりとりを楽しむ
スタンスでね

よぶわー、

オレ1人だったら
焦つて暴走
してたかも(汗)

真重に…

フ

か

やりとり
めっちゃ続く！

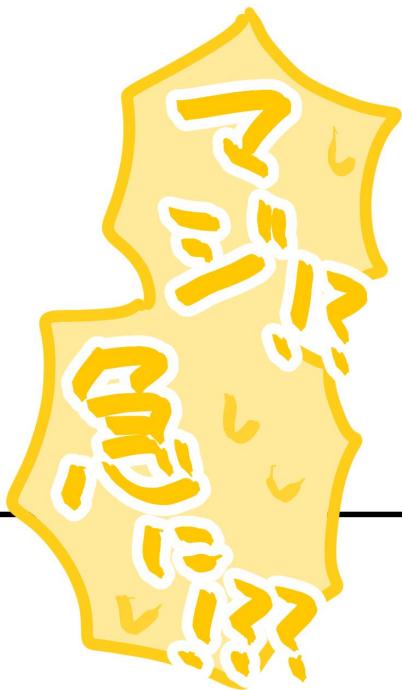
前とは違つて
「会話」ができる
オレになつてる

困った時の
LINE添削
サービスも
ありがてえ

しあわせ
だまあまあ

彼女とのやりとりは
連日深夜近くまで続や…

なんとその翌週
2人でデートすることに



俺(38)の身に起きた
「女神」との交際～
結婚まで。
～6ヵ月の爆進記～



21

大阪府在住 M.A様の声

トントン拍子に
進みすぎて
夢なんじゃ？？？

女神がオレの
隣を歩いてる…

デートはものすごく
楽しかった

コンサルの
おかげで
見た目にも
自信が持てたし

ちゃんと彼女と
「会話」して
楽しめてる

二回目のデートの日程も
すぐに決まり

そこで告白して
ついにOKに！



信じられないっ
す…

よかつたですね

か

これまで
うまく伝わらないことが
多かつたけど…



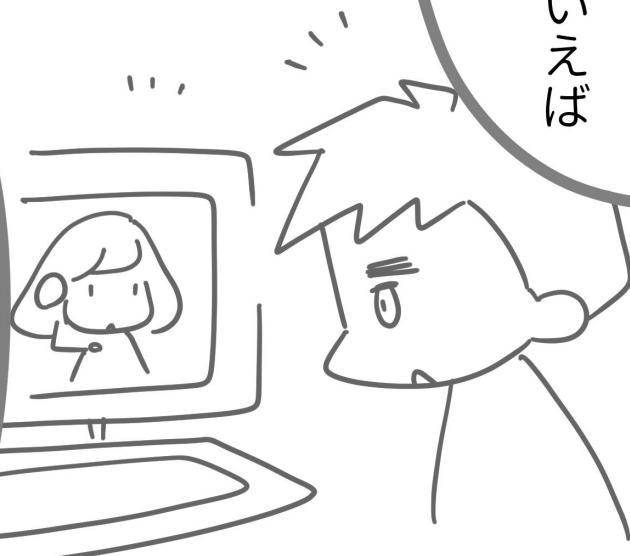
太郎さんの
優しさに溢れた
内面がきちんと
伝わり始めた
ことですよ

かずみんの
その言葉が
ものすごく
嬉しかった

だい 頑固 オレのハート
よい 奴だつたけど
な :
だつたけど
ん



そういうえば



何だつたなんですか？

「作戦」って

「告白」した

彼女に二回

実はあれも
4E理論
ですよ！

えつ
ここでも——
!?

- ヒビコイ体験談 vol.3 -

俺(38)の身に起きた
「女神」との交際～
結婚まで。
～6ヵ月の爆進記～



22

大阪府在住 M.A様の声

彼女は

4E理論の

「ハンマータイプ」で

とても恋愛に
慎重なタイプ

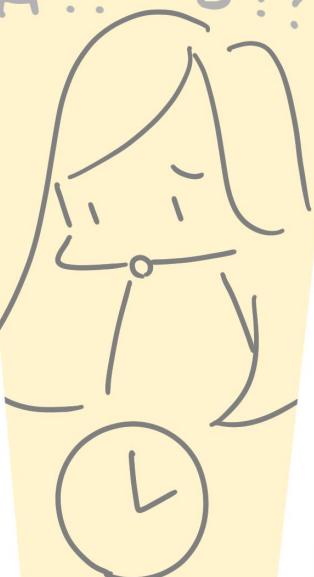
二度告白することで
時間をかけて太郎さんを
意識してもらう

狙いがありました

A?? B??

思案に時間が
かかるので：

他に
も。
タイプ
まるよ。



あとは「誠実さ」「本気度」を前面に出してアピールしたかったからという理由もあります

太郎さんにも結婚の意志がありましたし

もちろんこれは彼女と太郎さんの場合であつて具体的な勝算は想い人のタイプによつてアプローチの手段は変わりますよ☆

いつもこんなに経験と知識を総動員して考えてくれてたのか

今ならわかる

ヒビコイメソツド
すげえ…！

かずみんは
頑固なオレに
本気の言葉を
いつも届けてくれた

あなたは
も、と
ステキな人
だよ!!

本当に
感謝しています



結構です

の
の
必要な
自分か
わからないと
思つていた
彼女の心理
だけど

今日も楽しかったです
ありがとう

オレが独りよがりを
手放して
女性のことを見
ちゃんと知れば

こんな自然に
二人で笑い合うことが
できるんだな

ほんと
「モテるのなんて
あたりまえ」って
言われた通りで

恋人ができるって
普通のこと
だつたんだ：

…あのさ、

あれ?
なんか自然と
口に出てた…!

結婚しよう

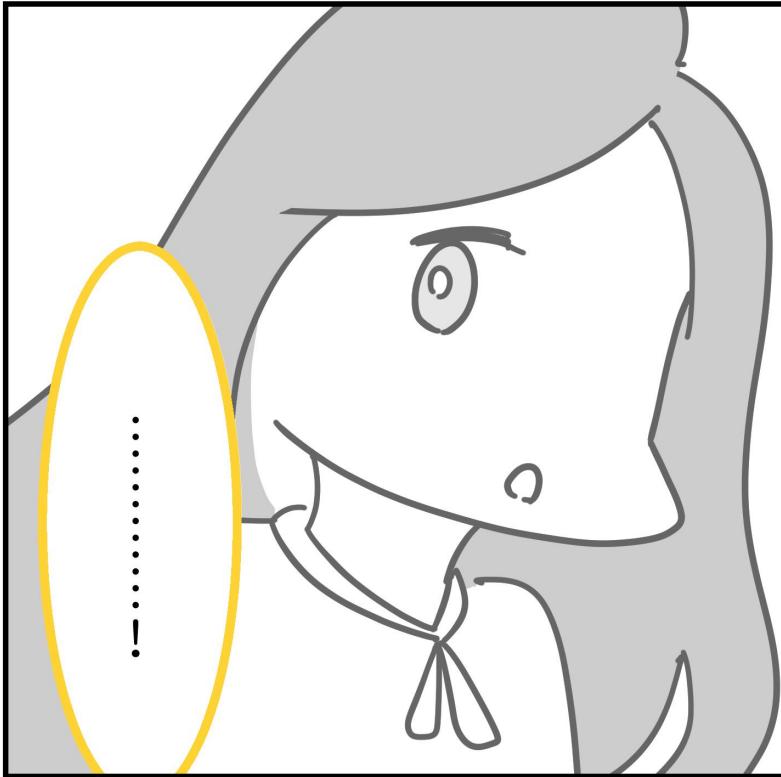
俺(38)の身に起きた
「女神」との交際～
結婚まで。
～6ヵ月の爆進記～



23

大阪府在住 M.A様の声

まだ付き合つて
二度目の
デートの帰りなのに



えつ?
即答!?

うん!

でも

嬉しい…!!

ま…
マジで…?



こうして
コンサル期間中に
女神と付き合えた
ばかりか
結婚まで決まった

-これが、俺と女神の間に起きた6ヶ月の爆進記-

婚約後に
話を聞くと

こんなに話や
趣味が合うと
思つてなかつた

今までのアプローチが
間違っていた
証拠です
か

雰囲気も
変わったなあと
思つてて：

告白を流しちゃつたけど
それからずつと
気になつていたの

作戦
ドンピシャで
成功してます！

結婚後も
変わらず妻とは
ラブラブ…ばかりか

休日にも
デートしよつて
誘われます

夢が叶つた…
どころか
想像以上に
毎日幸せ！



今も
職場の若手女性から
ご飯に誘われたり



「若返ったね」
「ダンディです」の
言葉が絶えません



恋も仕事も
ぜんぶが
大きく変わり

ヒビコイは
今後の人生で
ずっと役立つ
普遍のメソッドを教えてくれた

結婚後、これから的时间の方が
ずっと長いけど…



オレの女神
ずっとこんな風に
そばで笑っていてくれ

これからも
もつと彼女に
好きになつてもうらえるよう
自分を磨き続けます！