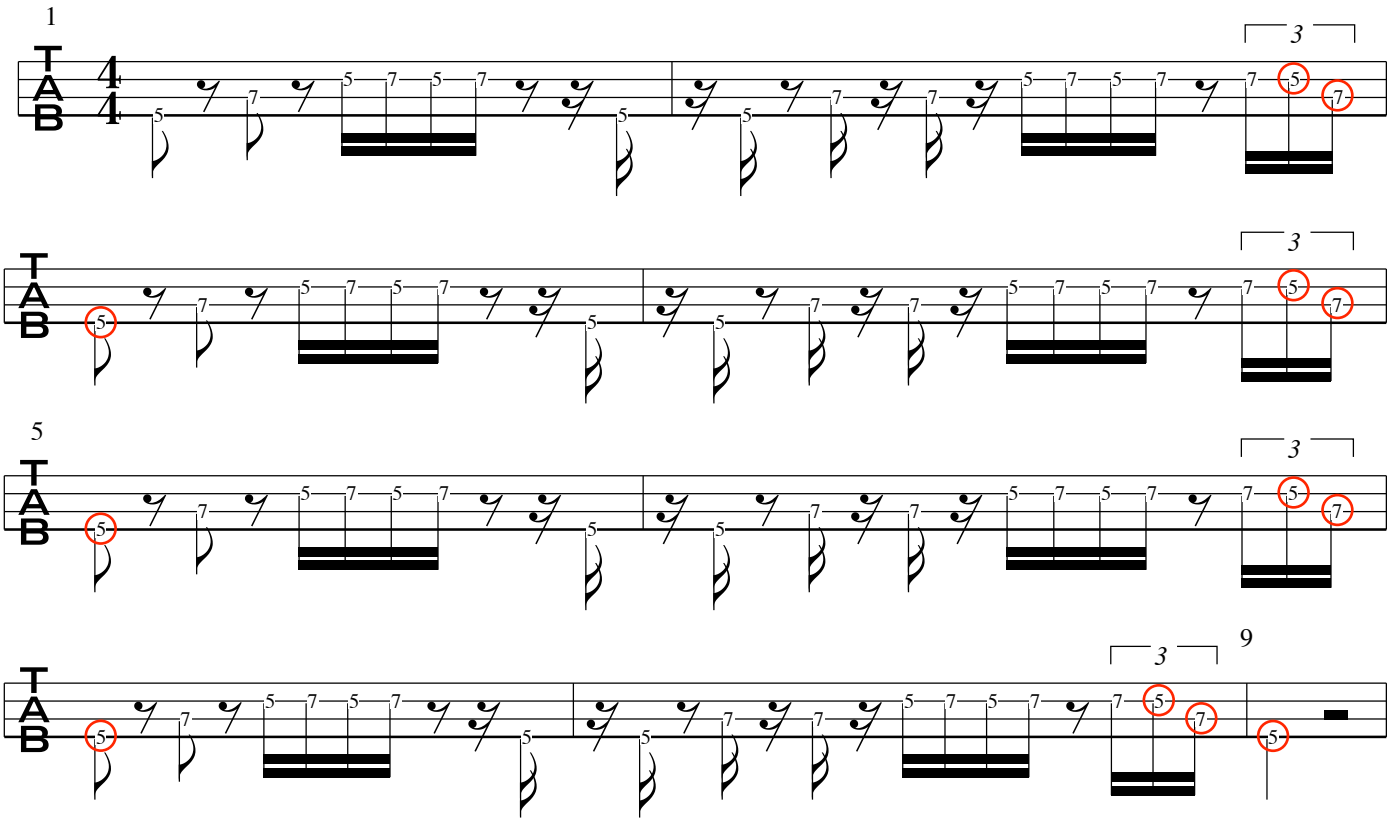
レイキングを実際に使ってみよう！

◯＝レイキング