

ANNUAL REPORT



2023 年度
事業報告書

2023

完全ブック改訂の1年間

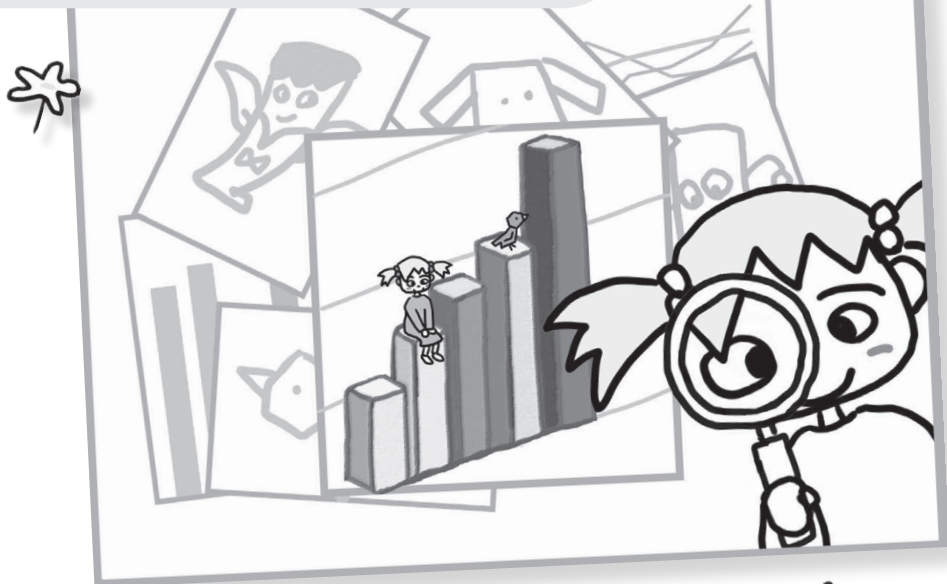
2冊同時の改訂作業となり、他の事業は
例年に比べて控えめになりました。

■ 2023 年ハイライト ■

MOG 抗体関連疾患診断基準発表（1月）

NMOSD 再発予防薬「ユルトミリス®」承認（5月）

MS・NMOSD 診療ガイドライン 2023 発行（9月）



本誌は、MS キャビンの運営状況の詳細を明らかにして
皆さまにお伝え・ご共有したいという趣旨により制作しています。ぜひ一読ください。

02 ごあいさつ

04 私たちの理念、事業内容

06 会計報告

10 情報誌の発行

12 公開セミナーの実施

14 ホームページの運営

16 相談窓口の運営

18 物販などその他事業

20 活動体制・従事時間

22 引き継ぎの状況

23 2024 年度事業計画・目標

26 ご協力いただけること

27 役員・編集委員

28 年表

30 MS、NMOSD、MOGAD とは



2024 年（令和 6 年）4 月 29 日発行
特定非営利活動法人 MS キャビン

ごあいさつ

完全ブック改訂の1年間

いつもありがとうございます。おかげさまで 2023 年度も無事に活動できました。ご利用・応援くださった多くの方々に心よりお礼申し上げます。

2冊同時に改訂することに

完全ブックは当初、2023 年に多発性硬化症第 5 版、2024 年に視神経脊髄炎第 2 版を発行する予定でした。しかし 2 月の総会で、「どちらの疾患も早めに改訂すべき」という意見が出されて全員が同意。両方の改訂を同時に進めることになりました。

正直なところ、他の事業と並行しながら 2 冊同時の改訂ができるのか、自信がありませんでした。内容があまりに膨大です。しかし以前の版は内容が古くなっています。「新版を待ってくださっている人たちのために」の思いで改訂作業を続けることとなりました。

一方私たちは、情報誌バナナチップス Plus を年 4 回発行しています。同じメンバーで 2 冊の本の改訂に集中しながら情報誌を制作。これは思ったよりも骨の折れる作業でした。そして次項の理由もあり、完全ブックは 2 冊とも、年内に発行できませんでした。

入院を機に業務を振り分け

この大事な年に私は 2 回も入院してしまいました（MS とは関係ありません）。うち 1 回は受診してそのまま入院の形だったため、事務局業務が一時的にストップしてしまいました。いや応なしに他のスタッフが担当せざるを得なくなり、結果的に業務の振り分けが進みました。

事務メール対応や商品の発送作業などの毎日の業務は、今では私が不在でも回るようになりました。他にもホー

ムページの更新作業やフーショッピングの受注管理も複数人でできるようになりました。

年末のウェブフォーラムは別のスタッフが司会を務めました。ずっとしてきた司会を引き継ぐことができ、これは感激でした。この調子で他の主要事業に関しても、少しずつ引き継いでいけるといいなと思っています。

たまにご心配される人がいるのですが、私の引退は当分先なので大丈夫です。この先もっと年を取った時に備えて今のうちに引き継いでおこう、ということです。

対面セミナー再開

コロナも落ち着いて、2024 年度は対面での少人数セミナーを再開します。最大 30 人くらい。少人数なので手厚くお話を伺えます。もちろん感染状況を観察しながらです。大人数の講演会やフォーラムに関しては費用がかかることと、YouTube で開催可能と考え、当面は予定していません。

この少人数セミナーはキャビンのセミナー事業の原点です。少人数のため質問もしやすく、私たちも参加者お 1 人お 1 人の表情を見ながら、先生のお話を理解できたかどうか、聞きたいことはないかなど、お声がけできます。まずは東京または東京周辺での開催となります。皆さまと直接お会いできることを楽しみにしています。

2024 年度はいつものペースで

完全ブックは 2 疾患とも、今年 1 月に発行できました。ご注文のピークは越えて、バナナチップス Plus 春号も発行しました。今年度は完全ブックの改訂のため停滞気味だった他の事業を元のペースに戻します。事業計画は 23 ページに掲載しました。

今年もスタッフ一同、力を合わせてがんばります。引き続きよろしくお願いいたします。



2024 年 4 月 29 日
MS キャビン 中田郷子

私たちの理念



目指す社会

MS キャビンは多発性硬化症（MS）、視神経脊髄炎（NMOSD）、MOG 抗体関連疾患（MOGAD）の患者さんご家族が安心して暮らせる社会の実現を目指しています。

VISION

価値観

MS キャビンの強みは「患者と複数の専門医と一緒に情報を作り上げていること」です。活動にあたっては製薬会社からの寄付は受け付けていません。金銭的にも独立した立場で信頼性を確保したいからです。情報発信にあたって「公平中立」と「独立性」を最も大切にしています。

VALUE

使 命

「知らない」を「知る」に変えていく

MS、NMOSD、MOGAD は社会的に理解されているとはいえない病気です。多くの患者さんが知らないことへの不安を抱え、知られていないことで孤独感や苦しさを抱えています。差別を受けたり周りの目が気になったりして引きこもってしまう人もいます。

これを解決するために「知らない」を「知る」に変えていく。私たちの使命です。

MISSION

事業内容



「知らない」を「知る」に変えていくために MS キャビンでは
4 つの事業を展開しています。

情報誌の発行

- ・情報誌「バナナチップス Plus」発行
- ・書籍「多発性硬化症完全ブック」「視神経脊髄炎完全ブック」発行



2

公開セミナーの実施

- ・専門家による講義を提供（YouTube、対面）



4

相談窓口の運営

- ・情報誌読者限定で個別相談（メール・電話）



3

ホームページの運営

- ・病気の基本的な情報を発信
- ・イベント情報を掲載



SNS の運営



X（フォロワー 3,718 人）



フェイスブック（フォロワー 576 人）



インスタグラム（フォロワー 1,694 人）

（フォロワー数：2024 年 4 月 9 日現在）

2023 年会計報告（収入）

多くのご支援をありがとうございます。

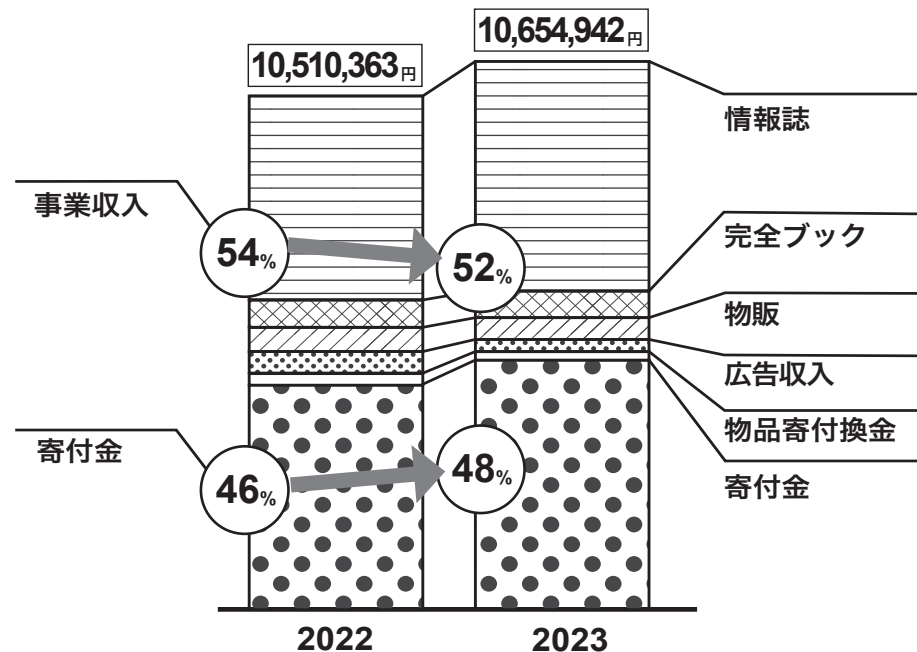
科 目	2022 年度	2023 年度
事業収入		
□ 情報誌購読料	4,004,500	4,289,612
☒ 完全ブック（MS、NMOSD）	636,600	552,300
▨ T シャツ	316,000	473,200
▨ トリバッグ	180,400	94,600
▨ 卓上カレンダー	147,980	0
● YouTube 広告収入	226,696	37,301
● ホームページ広告収入	32,701	52,249
● MedPeer 報酬	31,050	7,512
□ 物品寄付の換金	122,885	9,520
事業収入計	5,698,812	5,516,294
寄付金		
● 個人の方からの寄付金	4,762,502	4,719,675
● 製薬企業ではない法人寄付	49,000	418,930
寄付金収入計	4,811,502	5,138,605
その他収入（利息）	49	43
合 計	10,510,363	10,654,942

（円）

【ご寄付いただいたもの】

種 類	2022 年度	2023 年度
書き損じはがき・未使用はがき	867 枚	441 枚 + 37,039 円分
切手	125,643 円分	77,120 円
使用済み切手	22 人	15 人
使用済み切手（買取）	4,000 円 / 4kg	0
商品券	70,500 円分	0
クオカード	7,500 円分	9,000 円分
テレホンカード	10,015 度数	1,455 度数
OPP 袋	700 枚	700 枚
A4 コピー用紙	1,500 枚	1,000 枚
宛名ラベル（1 枚 21 人分）	400 枚	400 枚

※はがきは枚数ではなく額面で集計することになりました。



【総括】購読料とご寄付の収入増・今年度も1,000万超え

1

事業収入の考察（前年比 -18 万）

事業収入が減少した大きな理由は、完全ブックの改訂が遅くなったためです。内容が古くなり、Amazon とヤフーショッピングでの売上が落ちました。また、YouTube の広告収入も減りましたが、これらを情報誌と物販の売上でカバーすることができました。

2

寄付金収入の考察（前年比 + 33 万）

上述の事業収入に対して寄付金は前年度を上回りました。ただし法人寄付には調査会社からの依頼案件への協力費が含まれています。今年度からは、こういった協力費は分けて計上することにしました。

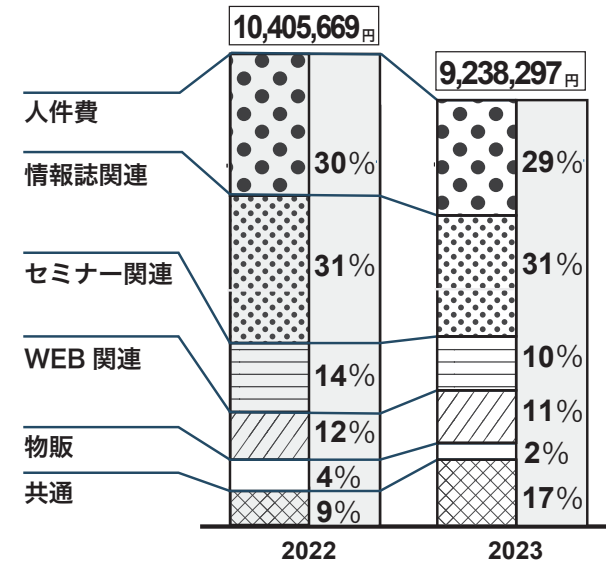
3

2年連続 1,000 万円台の維持

物価高の中、このようにご寄付いただけるということは、活動全体が支持され、ご支援いただけていることだとありがたく受け止めています。ご期待に応える活動を続けられるよう、今年度も努めて参ります。

2023 年会計報告（支出）

科 目	2022 年度	2023 年度
事業費（活動に直接関わるもの）		
● 人件費（含法定福利費）※	3,070,557	2,562,862
● 情報誌印刷費	1,004,410	1,062,050
● 完全ブック印刷費	242,000	0
● 情報誌送料	641,900	661,812
● 原稿・監修料	1,285,500	835,000
● 外注費（情報誌関連）	80,000	340,000
□ 旅費交通費（講師・スタッフ）	0	0
□ 講演料	700,000	360,000
□ 外注費（動画制作）	736,000	439,000
▢ web 関連費	1,246,450	1,044,250
□ Tシャツ制作費	172,920	205,106
□ トートバッグ制作費	175,450	0
▨ 封筒・報告書印刷費※	215,952	299,337
▨ 送料（情報誌以外）※	76,956	22,239
▨ 通信費（電話ネット、セキュリティ）※	256,081	502,511
▨ 事務用品費※	191,271	163,565
▨ 支払手数料（主にクレカ手数料）※	156,876	218,397
▨ 雑費（JAN コード更新料）	0	0
事業費計	10,252,323	8,716,129
管理費※		
● 人件費（含法定福利費）	95,965	96,078
▨ 送料（情報誌以外）	3,207	927
▨ 封筒・報告書印刷費	8,998	12,472
▨ 通信費（HP 運営、セキュリティ）	10,670	20,938
▨ 事務用品費	7,970	6,814
▨ 外注費（会計処理代行）	20,000	289,000
▨ 支払手数料（主にクレカ手数料）	6,536	9,099
▨ 返金	0	86,840
管理費計	153,346	522,168
合 計	10,405,669	9,238,297
増減額（収入－支出）	104,694	1,416,645
法人事業税	70,000	70,000
前期繰越正味財産	7,769,400	7,804,094
次期繰越正味財産	7,804,094	9,150,739



【総括】全体的に支出減・前年より117万円減

1 情報誌関連（前年比 + 39 万※）

※従事時間で按分した科目を含む

情報誌は印刷・紙代のコストが上昇しています。送料は前年度と同じですが（特約ゆうメールで 95 ～ 96 円 / 1 通）、購読者数増加のため若干増えました。完全ブックは改訂が遅れました（印刷製本費は 100 万円強を予定）。全体の増減額が増加（+ 140 万円）したのはそのためです。

2 セミナー関連（前年比 - 114 万※）

※従事時間で按分した科目を含む

3 月から完全ブックの改訂を始めたため、動画配信・編集にかかる時間が減りました。その結果、セミナー関連費が減少しました。

3 人件費（前年比 - 51 万※）

※事業費 + 管理費合計額

諸事情でパートの仕事を一時的に減らしたため人件費が減少しました。新しいシステムの導入や会計処理の外注など、体制を見直し中です。

4 通信費（前年比 + 26 万※）

※事業費 + 管理費合計額

ネット環境の整備（回線速度向上・セキュリティ強化）、メール対応 / 電子帳簿保存システム導入などで増加しました。また、これまで中田が負担していたデータベース管理システムの費用を計上しました。

各事業の報告

情報誌の発行

情報誌「バナナチップス Plus」



1997年の創刊以来、医療従事者の方も含めて多くの方々にご愛読いただいています。「新しく・信頼ある・分かりやすい」情報の掲載を心がけ、海外の最新情報も取り上げています。ネットの情報だけだと混乱しがちな部分を解決するため、独自の考えを掲載することもあります。年4回発行で月号約80ページ。

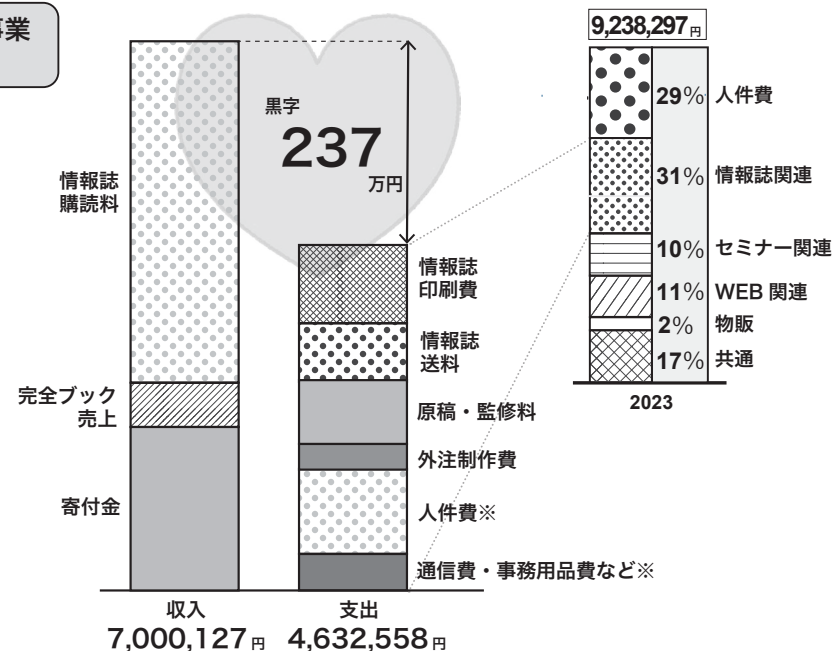
完全ブック



「多発性硬化症完全ブック」と「視神経脊髄炎完全ブック」は7人の専門医の一致した見解を元に、詳細に幅広くまとめています。どちらも今年度に改訂を予定していましたが、発行できず、来年度に持ち越しとなりました。



号数	発送数	主な内容
126号 (1月)	1,581通	特集「病気とうまく付き合おう」 ニュース「妊娠・出産」「小児のMOG抗体」など
127号 (4月)	1,577通	特集「治療の選択とそのタイミング」 ニュース「ラブリズマブ」「MOGAD診断基準発表」など
128号 (7月)	1,569通	特集「症状の変動」 ニュース「RISにテクフィデラ」「エンスプリングと敗血症」など
129号 (10月)	1,590通	特集「再発のきっかけ」 ニュース「MSの早期診断」「MOGADとIL-6阻害薬」など

情報誌事業
収支

※は従事時間で按分しています。21ページをご覧ください。

1 「バナナチップス Plus」 黒字継続

印刷費・紙代のコスト上昇に伴い印刷費が増えましたが、Plusを選択してくださっている方が多く、黒字です。発行事業は活動に直接関わる4つの事業の中で、事業収入だけで黒字を出せている事業です。これからも継続してPlusをご購読いただけると助かります。

2 発送作業を委託

129号の発送作業を株式会社マイナビサポートに委託しました。委託の際にはお名前とご住所のみ提供し、そのデータを暗号化し、パスワードを設定することによって個人情報保護しました。一方で、契約している特約ゆうメールの条件は「年間5,000通以上発送すること」です。この条件を満たす範囲内で、今後も委託していきます。

3 完全ブックの改訂を最優先

全ての活動において完全ブックの改訂を優先させました。そのためバナナチップス Plusの電子化は翌年度に持ち越しとなりました。

各事業の報告

公開セミナーの実施

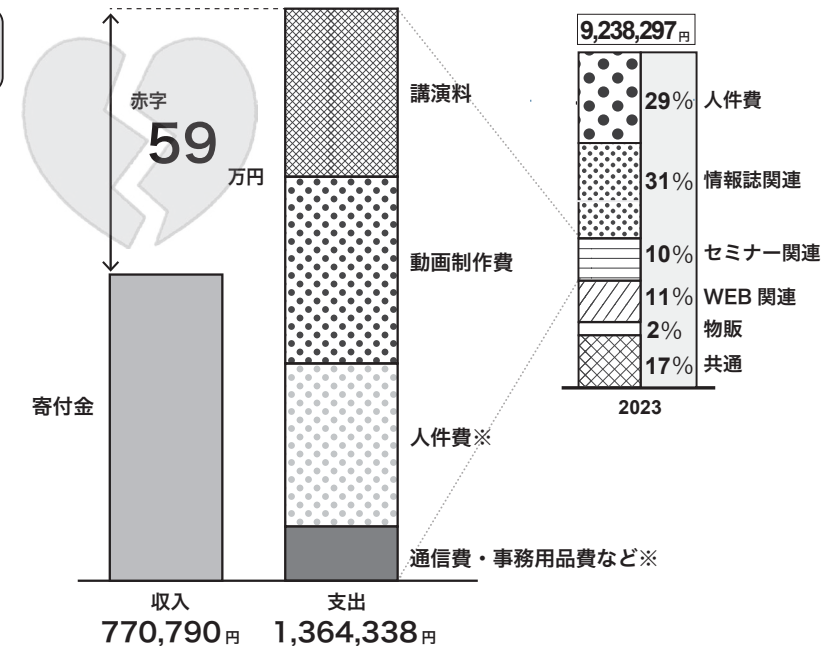
YouTube で講演を配信



計 17 本の動画を公開しました（前年度より減少）。生配信を 4 回行いました。
総視聴回数は 142,887 回（前年度より減少）、総再生時間は 16,480 時間（前年度より増加）、チャンネル登録者数は 1 年で 786 人の増加でした。

公開	対象疾患	内 容
1 月	NMOSD	講演「MOG 抗体関連疾患◇全国疫学調査報告」
2 月	MOGAD	生配信「MOG 抗体関連疾患の診断基準」
2 月	MS	MS の診断、セカンドオピニオンなど（ウェブフォーラム 2022）
2 月	MS	主治医への訴え方（ウェブフォーラム 2022）
3 月	MOGAD	講演「MOG 抗体関連疾患の診断基準」
3 月	MOGAD	対談「MOG 抗体関連疾患の診断基準（対談）」
3 月	MS	DMD は何から使う、ケシンプタについて（ウェブフォーラム 2022）
4 月	MS	生配信「多発性硬化症の進行」
5 月	MS	進行型 MS の治療、非典型 MS の治療（ウェブフォーラム 2022）
5 月	MS	生配信「世界多発性硬化症の日」
6 月	MS	座談会「多発性硬化症の治療」（ウェブフォーラム 2022）
7 月	NMOSD	診断に迷うケース、抗体製剤の注意点（ウェブフォーラム 2022）
8 月	NMOSD	再発で気を付けるポイント、抗体製剤の使用（ウェブフォーラム 2022）
8 月	3 疾患	講演「MS キャビンのこれまでとこれから」（世界 MS の日 2023）
9 月	NMOSD	座談会「視神経脊髄炎の治療」（ウェブフォーラム 2022）
10 月	NMOSD	講演「10 分でわかる視神経脊髄炎」
11 月	MS	講演「多発性硬化症のあらし 2023」
11 月	MS	講演「多発性硬化症の治療 2023 ①再発予防から進行抑制へ」
11 月	MS	講演「多発性硬化症の治療 2023 ②8 つの疾患修飾薬の効果と副作用」
12 月	MS	講演「多発性硬化症の治療 2023 ③妊娠、PML、DMD は何から始めるか」
12 月	3 疾患	生配信「ウェブフォーラム 2023」

チャンネル登録者数 3,843 人（2024 年 4 月 9 日現在）

セミナー事業
収支

※は従事時間で按分しています。21 ページをご覧ください。

1 前年度より 20 本減・総再生時間は増加

前年度は 37 本の動画を配信しましたが、今年度は 17 本となりました。本数が減ったのは完全ブックの改訂を最優先させたためです。ただチャンネル登録者数は増えており、総再生時間も増えています。

2 セミナー事業は毎年赤字

動画は全て無料で閲覧できるようにしています。6 ページにご報告したように YouTube の広告収入は 4 万円弱ありますが、まだまだ支出をカバーできる金額ではありません。より多くの人に視聴してもらうためには内容を見直す必要があります。なお、YouTube の投げ銭は、例えば認知機能障害がある場合など、誤った支払いがあることを想定し、導入する予定はありません。

3 対面セミナーを再開

2024 年度は東京で少人数セミナーを再開します。大人数を対象とする講演会・フォーラムは引き続き YouTube で行います。

各事業の報告

ホームページの運営

ホームページ



1996年の創立以降、患者目線で掲載内容を考えて、必ず専門家の監修をいただくようにしています。今では複数の専門家による一致した見解を掲載するようにしています。

一方で年末には、専門医による私見ブログ「本音で語るMSの真実」を掲載しました。ブログの「先生方」カテゴリからご覧いただけます。個人の見解を知ってもらうために、ホームページを活用していくこともできるのではないかと考えています。

SNSは3つ運用していて、それぞれ異なる内容を投稿しています。

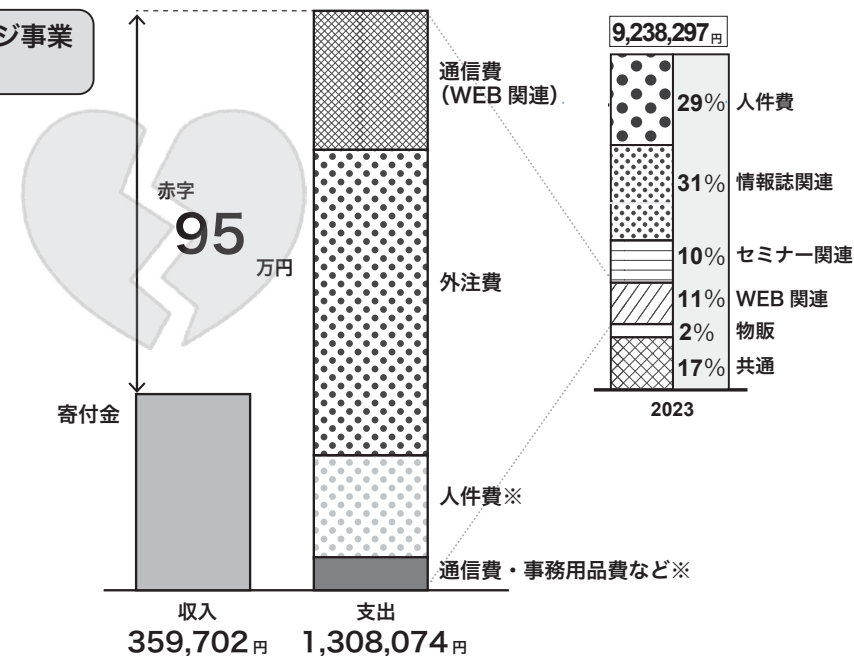


特別ブログ

公開日	タイトル
3/24	周囲に病気を打ち明ける
6/5	多発性硬化症について知ってほしいこと
10/21	視神経脊髄炎について知ってほしいこと
11～12月	本音で語るMSの真実(全6回)

媒体	フォロワー	主な内容
ホームページ	---	これだけは知ってほしい情報を掲載
X (旧 Twitter)	3,718人	情報発信がメイン。SNS中で最も早く投稿
フェイスブック	576人	Xよりも詳しい解説付きで投稿
インスタグラム	1,694人	3疾患の理解につなげる投稿

(フォロワー数: 2024年4月9日現在)

ホームページ事業
収支

※は従事時間で按分しています。21 ページをご覧ください。

1 アクセス数は月平均 32,500 回

年間 39 万、月平均 32,500 のアクセス数（ページビュー）がありました。アクセス数が多かったページのトップ5は、1 位 ケシンプタ、2 位 テクフィデラ、3 位 MS 治療薬一覧、4 位 エンスプリング、5 位 タイサブリとなっています。ホームページへの流入経路は、ブックマークから・URL 直打ち・不明を除くと、1 位 Google 検索、2 位 Yahoo! 検索、3 位 X (旧 Twitter)、4 位 Bing 検索、5 位 インスタグラムでした。

2

「すぐ分かる」シリーズ・印刷用 PDF を掲載

「すぐ分かる MS (2000 年に新規公開)」 「すぐ分かる NMOSD (2017 年に新規公開)」 「すぐ分かる MOGAD (2022 年に新規公開)」 を A4 サイズ 1 枚に収められるよう、印刷用の PDF を掲載しました。プリンターをお持ちではない人のために、コンビニで印刷できるようにもしています。

各事業の報告

相談窓口の運営

メール・電話相談窓口

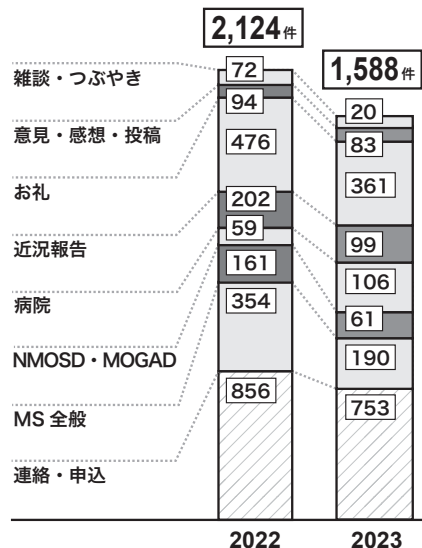
治療に関するご相談には、診療ガイドラインに基づいてお答えしています。団体としての見解をお話しすることもあります。病院や主治医に関するご相談は、まずは現状の改善を提案し、状況に応じて医師を紹介しています。

ご相談に対応しているのは代表の中田です。役員である複数の専門医に聞き、見解をお話しすることもあります。他、事務連絡の対応はパートスタッフ1人が担当しています。

多過ぎるので件数には入れていませんが、購読料やご寄付をご入金くださった全ての方に、メールかお手紙でお礼をお送りしています。

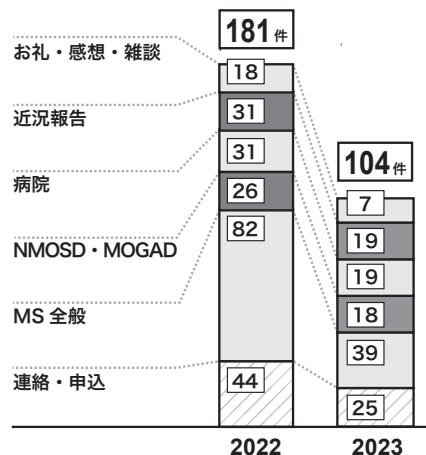
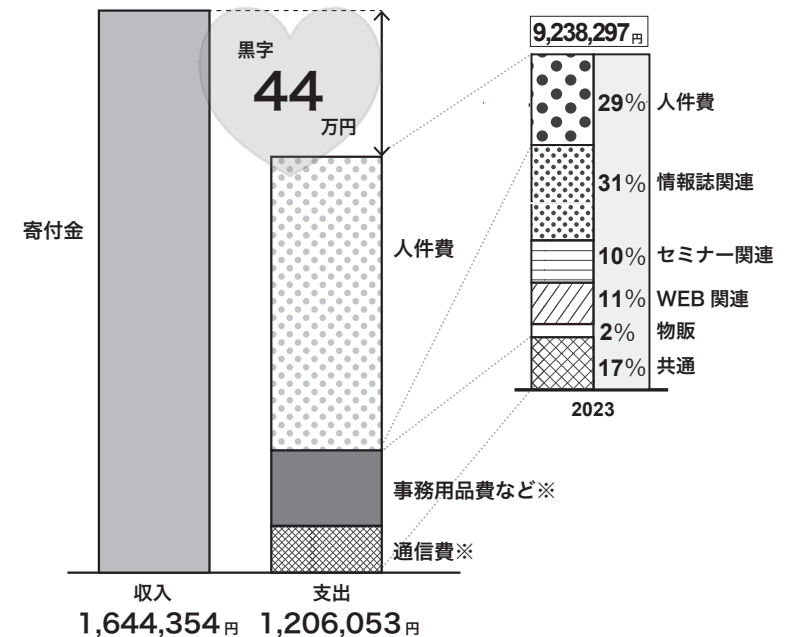
メール件数

※総件数は重複あり



電話件数

※総件数は重複あり

相談事業
収支

※は従事時間で按分しています。21 ページをご覧ください。

1 全体の考察 (相談件数・内容)

メールもお電話も件数が減りました。コロナが落ち着くのに合わせて減ったのかもしれませんが。そして、ホームページとXでの繁忙期のご案内や、専従者（中田）の入院に伴ってご連絡を控えてくださったことも一因しているかもしれません。完全ブック改訂のため、活動全体が例年に比べて控えめだったこともありそうです。

2 メール対応システムを導入

メール対応システムを導入しました。代表 (info@mscabin.org) に届いたメールを複数人で共有するものです。これまでは各々メールソフトを使っていましたが、このシステムはブラウザで管理できます。若干の費用はかかりますが、担当者・確認者や対応状況がひと目で分かり、対応漏れも防げるようになりました。

3 経費が少ないため黒字

相談事業の収入源は全て寄付金です。支出は人件費が大半を占めます。経費が少ないため毎年黒字となっています。感謝申し上げます。

各事業の報告

その他の事業 (目的に直接関わらない事業)

Tシャツ・トートバッグの販売

寄付金付きTシャツ「チャリT」を130枚、世界MSの日記念Tシャツ「のぞT」を21枚作成しました。在庫が残っているTシャツやトートバッグも販売しました。多くの方々にお買い上げただいて、約57万円の売上となりました。



広告収入 (HP・YouTube 等)

ホームページは52,249円、YouTubeは37,301円の広告収入がありました。また、再生回数に応じて金額が決まるMedPeerチャンネルからは7,512円の報酬がありました。

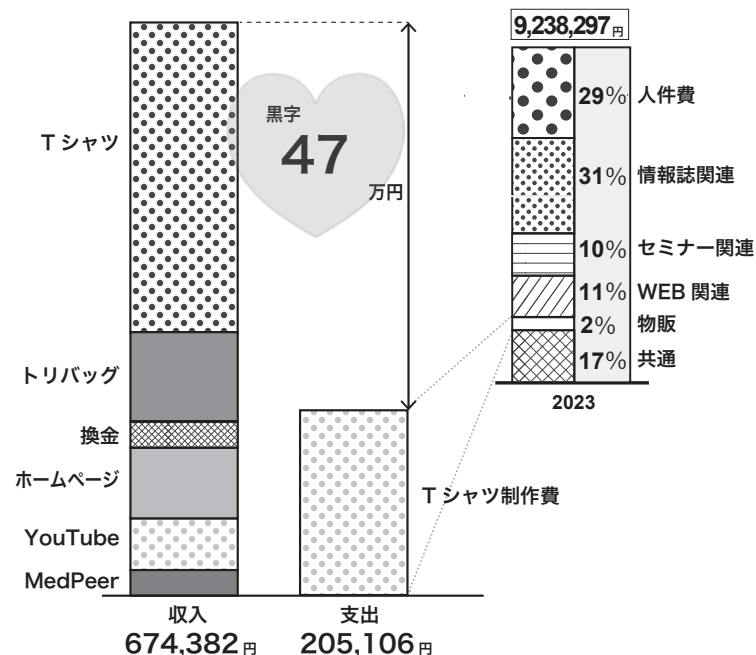
商品券・クオカードなど換金

ご寄付としていただいた商品券、クオカード、テレホンカードなどを金券ショップで換金したところ、9,520円になりました。

未使用切手はそのまま利用、未使用はがきと使用済みはがきは主に郵便局でレターバックライトやスマートレターに交換して使わせていただいています。



その他事業 収支



1 委託販売・LINE スタンプは来年度

チャリティTシャツ販売は収入の1つの柱になっています。毎年楽しみにしてくださる方も多く、多くのご協力をいただきました。本当にありがとうございます！新しいアイテムについては今年度は制作できませんでした。予定していたLINEスタンプも来年度に持ち越しです。

2 YouTube 広告収入の減少

前年度に一時的に増加したYouTubeの広告収入ですが、今年度は一時的な増加はありませんでした。配信本数が減ったこともあり、今年度は収入が少なめです。ホームページの広告は前年度中旬から始めたため比較できませんが、今後の収入の柱になることを期待しています。

3 使用済み切手の収集中止

回収の労力と費用を考えると、使用済み切手の収集を終了いたしました。これまでたくさんお送りくださり、ありがとうございました。

活動体制・従事時間

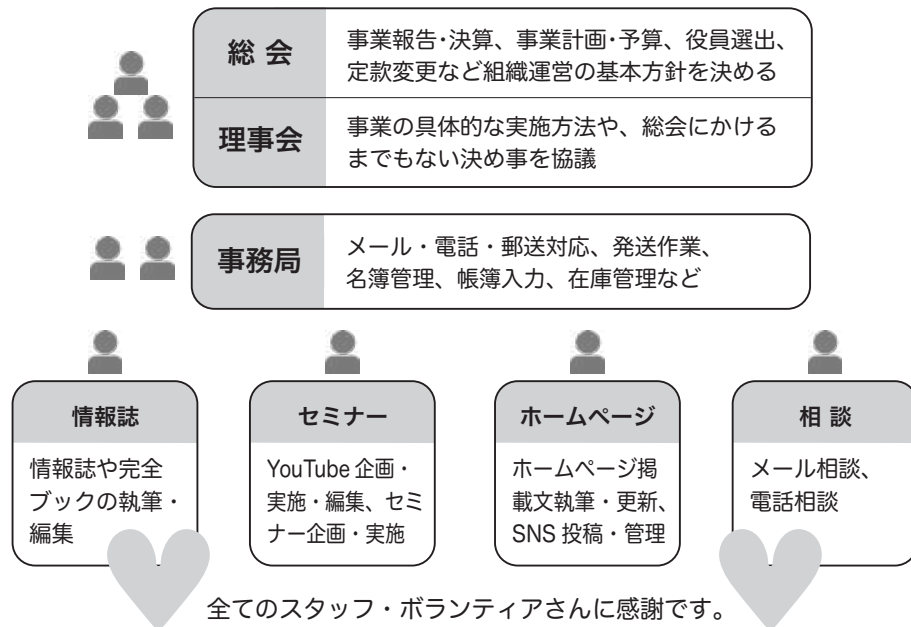
活動体制

スタッフ数は16人です(専従1人、パート2人、無給13人)。基本的にメールでやり取りして年1回の通常総会で組織運営の基本方針を決めています。

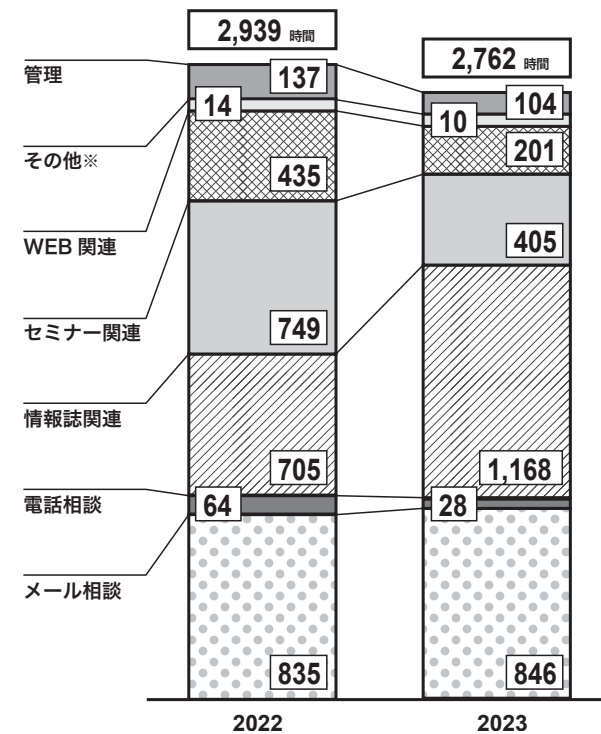
事業の具体的な実施方法や、総会にかけるまでもない決め事(主に他団体や企業からの案件)は9人の理事で協議しています。

スタッフ

16人のスタッフの内訳は、MS患者3人、家族2人、NMOSD患者1人、MOGAD家族1人、友人2人、脳神経内科医7人です。その他、活動を手伝ってくれるボランティアさんが16人います。専従スタッフは理事長の中田1人(有給)で、他はそれぞれできることをできる時にしています。



従事時間(専従スタッフ1人)



会計報告における従事時間の按分

日々の業務ではどの事業に何時間かけたのかを記録しています。

年度末に各事業にかかった従事時間の割合を計算し、全事業に共通するもの(寄付金、給与、通信費、事務用品費、支払手数料など)はその割合を元に金額を算出しています。

※左のグラフの「その他」
・物販用グッズ制作
・副作用データ集計
・関係団体と面談

1 庶務業務分担

発送作業、郵便物投函、在庫管理、ご寄付いただいた物品管理など、これまで専従がしていた庶務業務をパートスタッフに分担しました。

2 専従の業務分担は順調

今年度も専従者(中田)の従事時間を減らすことができました。情報誌関連が増えたのは完全ブックの改訂のためです。

3 ボランティアさんのご協力

動画の字幕作成と校正、バナナチップス Plus と完全ブックの校正を手伝っていただいています。役割ごとにLINEグループを作り、できる時にできる人をお願いしています。

引き継ぎの状況

中田に集中している業務は 2032 年までに分担して引き継ぎを達成することを目指しています。業務が多過ぎるため下記のシートを使って達成状況を共有しています。

今年度も質を落とさず活動を維持しながら別のマスの攻略を始めて、状況によってはボランティアさんを募集しながらマスを埋めていきます。

済 引き継ぎ完了 ぼ ボランティアさん手配完了 攻 引き継ぎ攻略中

企画	原稿依頼	原稿執筆	企画	原稿依頼	原稿執筆	X 原稿	X 返信対応	FB原稿・返信対応
制作マニュアル	発行物	編集	運営マニュアル	ホームページ	原稿編集	運営マニュアル	SNS	FB記事作成・公開
電子版	校正	冊子レイアウト	内容管理	更新	ブログ執筆	YouTube コミュニティ対応	IG記事作成・公開	IG原稿・返信対応
担当者Aさん	担当者Bさん	Gmail 担当	発行物	ホームページ	SNS	企画	会場・講師人員手配	周知
対応マニュアル	メール	FileMaker	メール	引き継ぎ達成	セミナー	実施マニュアル	セミナー	交通・宿泊手配
名簿管理	問い合わせ内容分析	問い合わせ対応管理	物販	組織運営	動画	報告-内部用公開用	実施	問い合わせ対応
企画	制作	Amazon	入金対応・Freee入力	税金関係	社会保険手続	企画	収録or配信	カット・テロップ作成
運営マニュアル	物販	ヤフー	運営マニュアル	組織運営	年調・棚卸・決算確定申告	制作マニュアル	動画	字幕作成
発送・在庫管理	問い合わせ対応	Base	総会準備	報告書作成-一般用	報告書作成-東京都	各種公開設定	動画最終確認	動画編集

2024 年度事業計画・目標

2024 年度事業計画

事業名	事業内容
情報誌の発行	バナナチップス Plus の発行（1 月、4 月、7 月、10 月） バナナチップス Plus 電子化（10 月） 多発性硬化症完全ブック第 5 版発行（1 月） 視神経脊髄炎完全ブック第 2 版発行（1 月） MOG 抗体関連疾患完全ブック第 1 版執筆開始（6 月） 絵本「おかあさんびょうきなの」改訂（12 月）
公開セミナーの実施	対面少人数セミナー再開（6 月） YouTube は従来通り配信、ショート動画作成（年度内）
ホームページの運営	SNS も含めて従来通り
相談窓口の運営	担当 2 名体制を維持
チャリティ物販	T シャツ 2024 年モデル発売（5 月）、LINE スタンプ発売（年度内）、文房具やコップなど委託販売（年度内）
その他	白書制作準備開始（5 月）、日本神経学会で登壇（5 月）

最優先：バナナ Plus 電子化

バナナチップス Plus の電子化を進め、10 月に公開予定です。PDF は配布せず、会員制サイトを使ってブラウザで閲覧できるようなものを計画しています。従来通り紙冊子の発送も続け、希望の媒体を選べるようにします。

次に優先：対面セミナー再開

感染状況を見ながら東京にて 30 人規模の少人数の対面セミナーを再開します。

物販：新規グッズ

新規グッズは T シャツとは別に委託販売を考えています。LINE スタンプを発売します。

2024 年度予算（収入）

科 目	2023 年度実績	2024 年度予算
事業収入		
バナナチップス購読料	4,289,612	4,300,000
完全ブック（MS、NMOSD）	552,300	2,200,000
物販	567,800	560,000
動画・広告収入	97,062	170,000
換金	9,520	10,000
事業収入合計	5,516,294	7,240,000
寄付金		
寄付金収入合計	5,138,605	4,750,000
その他収入（利息・税金還付）	43	40
合 計	10,654,942	11,990,040

(円)

1

バナナチップス Plus 購読者数の目標：12 月末で 1,650 人

購読者数は 129 号（2023 年最終号）発送時点で 1,590 人でした。近年横ばいですが、完全ブックの発行、そしてバナチ Plus 電子化の効果も想定して、今年の目標は 60 人増としました。

2

ご寄付の目標：お 1 人様年間 1,000 円以上を維持

2021 年に「お 1 人様年間 1,000 円以上のご寄付の増額」をお願いし、2022 年度も目標金額に近づきました。誠にありがとうございます。今年度も引き続き、2021 年度と同額でお送りいただくと助かります。物価高騰で心苦しいところですが、活動規模の維持および拡大のため無理のない範囲でご協力をお願いいたします！



3

物販は抑えめに想定・協力費は別に計上

「ご支援のお願い」

物販の予算は抑えめにしました。また、これまで法人寄付にしていた調査会社からの協力費を広告収入に計上しました。

NPO 法人は株式会社のように利益を関係者で分配することが禁止されているだけで、利益を上げることは禁止されていません。儲かったお金は翌年度以降の活動に使いましょうというしくみになっています。無償で持ち出しの活動となると現状の質での活動が困難となるので、お金を稼ぐことについてご理解いただければ幸いです。

2024 年度予算（支出）

科 目	2023 年度実績	2024 年度予算
事業費（活動に直接関わるもの）		
人件費（含法定福利費）	2,562,862	3,550,080
情報誌印刷費	1,062,050	1,000,000
完全ブック印刷費	0	1,575,200
情報誌送料	661,812	700,000
原稿・監修料	835,000	1,300,000
外注費（情報誌関連）	340,000	0
旅費交通費（講師・スタッフ）	0	0
講演料	360,000	400,000
外注費（動画制作）	439,000	440,000
web 関連費	1,044,250	1,160,000
T シャツ制作費	205,106	200,000
トートバッグ制作費	0	0
封筒・報告書印刷費	299,337	300,000
送料（情報誌以外）	22,239	30,000
通信費（電話ネット、セキュリティ）	502,511	500,000
事務用品費	163,565	160,000
支払手数料（主にクレカ手数料）	218,397	220,000
雑費（JAN コード更新料）	0	0
事業費計	8,716,129	11,535,280
管理費※		
人件費（含法定福利費）	96,078	上欄人件費で計算
送料（情報誌以外）	927	1,000
封筒・報告書印刷費	12,472	10,000
通信費（HP 運営、セキュリティ）	20,938	20,000
事務用品費	6,814	7,000
外注費（会計処理代行）	289,000	上欄人件費で計算
支払手数料（主にクレカ手数料）	9,099	9,000
返金	86,840	0
管理費計	522,168	47,000
合 計	9,238,297	11,582,280
増減額（収入－支出）	1,416,645	407,760

(円)

* 完全ブック発行、バナナチップス Plus 電子化関連の予算を多めに確保しています。
 * バナチ Plus 電子化による印刷費を若干少なめに想定しました。
 * フルタイム雇用はまだリスク大と考え、パートへの振り分けや外注によって業務の効率化と分散を図ります。

ご寄付・バナナチップス購読の他に

ご協力いただけること

未使用はがき、書き損じはがき、
未使用切手のご寄付

郵送物がたくさんあるので切手が必要です。額面が7円や15円などの昔の切手も使わせていただいています。未使用はがきと書き損じはがきはレターパックライトやスマートレターに交換して使います。

未使用テレカ、クオカード、
商品券などのご寄付

カード類は金券ショップに売るため、完全未使用でお願いします。使用済み・使用途中のカードは集めていません。ベルマークも集めていません。

公平性・中立性・独立性を保つために製薬企業からの寄付は受け付けていませんが、誠に勝手ながら製薬企業ではない法人さまからのご寄付は大歓迎です。ぜひご協力をお願いいたします。

チャリティグッズのご購入



チャリティTシャツとトートバッグを販売しています。ヤフーショッピングからご注文いただくか、事務局までご連絡ください。

「白い光」のご購入



楽曲「白い光」をダウンロードしていただくと500円全額がご寄付になります。ダウンロードはPC限定です。

LINE スタンプのご購入



利用者の方からご提供いただいています。120円全額がご寄付となります。

お願いばかりでみなさまには大変恐縮ですが、私たちも事業収入を増やせるよう努めますので、引き続きのご支援を何卒お願い申し上げます。

役員・編集委員

役 員

名 前	役 職	立 場
なかた きょうこ 中田 郷子	理事長	多発性硬化症患者
おおた えみ 太田 絵美	副理事長	友人
おおはし たかし 大橋 高志	副理事長	脳神経内科医（鎌ヶ谷総合病院）
おち ひろふみ 越智 博文	理 事	脳神経内科医（愛媛大学大学院 医学系研究科）
こんどう たかゆき 近藤 誉之	理 事	脳神経内科医（関西医科大学総合医療センター）
なかしま いちろう 中島 一郎	理 事	脳神経内科医（東北医科薬科大学医学部）
にいの まさあき 新野 正明	理 事	脳神経内科医（北海道医療センター）
みやもと かついち 宮本 勝一	理 事	脳神経内科医（和歌山県立医科大学）
よこやま かずまさ 横山 和正	理 事	脳神経内科医（東静岡脳神経センター）
ちやばた としゆき 茶端 敏行	監 事	友人

編集委員

役員のうち下線を引いた8人はバナナチップス Plus や完全ブック、ホームページの内容を考える編集委員です。患者が初稿を書いて7人の脳神経内科医が意見を加え、極力全員の意見を反映する形で記事を仕上げています。



年 表

1996年	
2月	ホームページ（HP）開設＝創立
1997年	
8月	1人目の監修協力が得られる 国際MS支援基金（IMSSF）の 日本支部になる（→04年迄）
10月	IMSSF発行「MSロードラン ナー」日本語版発行 「バナナチップス」創刊
1998年	
10月	IMSSF患者イベントに参加 （米アリゾナ）
1999年	
2月	HP医療相談開始
5月	HP掲示板開始（→03年迄）
7月	インターフェロン・ベータ 1b署名運動 MSロードランナー発行中止
8月	年会費制開始（→03年迄）
9月	1社目の企業スポンサー獲得
10月	少人数セミナー開始（東京）
12月	第1回講演会開催（半蔵門）
2000年	
1月	IMSSF患者イベントに参加 （米アリゾナ）
3月	インターフェロン・ベータ 1a署名運動
8月	第2回講演会開催（早稲田）
12月	「チャリティ展」開催（飯田橋）

2001年	
1月	バナチ号外「ぺらぺらチップ ス」創刊（→02年迄）
4月	地方講演会開始（最初は釧路）
7月	ナース電話相談「きゃびでん」 開始（→同年11月迄） 京都MSセミナー開始
9月	国際学会ECTRIMSに参加 （アイルランド）
10月	第3回講演会開催（早稲田）
12月	MS完全ブック第1版発行
2002年	
1月	IMSSF患者イベントに参加 （米アリゾナ）
10月	絵本「おかあさんびょうきな の」発行（→休刊）
12月	第4回講演会開催（東京ディズニー）
2003年	
1月	年会費制廃止・購読料制開始
2月	小冊子「多発性硬化症」シリー ズ創刊（→廃刊）
7月	小児MS情報誌「ポテトチッ プス創刊」（→07年迄）
8月	掲示板全て閉鎖
2004年	
1月	NPO法人格取得 「勉強会」開始（→06年迄）
8月	「スタッフツール」作成・実施
12月	東京フォーラム開催（品川） 以降3年間で3回開催
2005年	
1月	インターフェロン・ベータ 1a承認運動
3月	少人数セミナー複数地域で開始

2006年	
5月	MS完全ブック第2版発行
12月	小児MS新聞「ぱにぱにパン ダ」創刊（→08年迄）
2007年	
1月	業務日誌「デイリーチップス （現：ブログ）」公開開始
6月	注射通知サービス「Club-B」 開始（→16年迄）
10月	「小児MS講演会」開催（新宿） 日本インターネット医療協議会 トラストマーク取得
12月	東京フォーラム開催（六本木） 以降9年間で9回開催
2008年	
1月	バナナチップス編集顧問制開 始（→13年迄）
6月	大阪フォーラム開催
9月	注射ユーザー向け「はがき チップス」発行（→09年迄）
10月	「思春期セミナー」開催（新宿）
2009年	
5月	勉強会再開（→12年迄） 「世界MSの日」に参加
2010年	
5月	東北大学MS講座と共催で各 地で講演会開催
2011年	
3月	ツイッター運用開始
5月	MS完全ブック第3版発行
2012年	
9月	大阪フォーラム開催
12月	東京フォーラム動員数 500人超え

2013年	
9月	役員に専門医が加わる
2014年	
1月	脳神経内科医向け「りんご チップス」創刊（→15年迄）
3月	認定NPOとなる（→19年迄）
5月	第1回MS料理教室開催
12月	ホームページ改修
2015年	
12月	第2回MS料理教室開催
2016年	
2月	製薬企業からの寄付中止
2017年	
9月	MS国際連合よりJ.D. ウォル フェンソン賞受賞（ロンドン）
2018年	
9月	MS完全ブック第4版発行 NMOSD完全ブック第1版発行
2019年	
2月	インスタグラム運用開始
5月	フェイスブック運用開始
12月	東京フォーラム開催（順天堂）
2020年	
6月	YouTube運用開始
10月	賛同者と「NMOSDの日」制定
2021年	
10月	「バナナチップス Plus」創刊
2022年	
4月	ホームページ改修
2023年	
7月	すぐ分かるシリーズ配布

多発性硬化症、視神経脊髄炎、 MOG 抗体関連疾患

多発性硬化症（MS）と視神経脊髄炎（NMOSD）、MOG 抗体関連疾患（MOGAD）は免疫系が誤って脳、脊髄、視神経を攻撃する「自己免疫疾患」だと考えられています。視力・運動・感覚障害、疲労など、多彩な症状が出てきます。症状の出方や経過は人によって違います。

3 疾患とも人から人にうつる伝染病ではなく、特定の遺伝子の異常によって起こる病気でもありません。原因不明で根治療法はありません。

多発性硬化症（MS）

脳、脊髄、視神経の軸索は「ミエリン」という絶縁体で覆われています。MS は自分の免疫がミエリンのあちこちを繰り返し壊してしまうことによって起こります。

20 ～ 30 代に多く、男性よりも女性に多く発症する傾向があります。緯度の高い地方に多い病気です。



単独で診断できる検査はありません。細かい診察と血液検査、MRI 検査、髄液検査、眼科検査などを行い、総合的な判断で診断されます。通常、脳神経内科が担当します。

治療は、急性増悪期には炎症を鎮めるために大量の副腎皮質ステロイド薬を使う「ステロイドパルス療法」が行われます。時に血漿浄化療法が行われることもあります。再発予防・進行抑制には8種類の「疾患修飾薬」が承認されています。

国内患者数は推定 18,000 人で年々増加しています。指定難病に定められています。

視神経脊髄炎（NMOSD）

脳、脊髄、視神経の神経細胞は「アストロサイト」という細胞に支えられています。NMOSD は血液中の「アクアポリン4抗体（AQP4 抗体）」がアストロサイトを攻撃してしまうことによって起こります。AQP4 抗体は NMOSD の発症にしか関わりが知られていません。

MOG 抗体関連疾患（MOGAD）

平均発症年齢は 35 ～ 45 歳で 70 ～ 90% が女性です。有病率に地域差や人種差はあまり見られません。他の自己免疫疾患を合併することが多いです。

細かい診察と血液検査、MRI 検査、髄液検査、眼科検査などを行い、総合的な判断で診断されます。中でも AQP4 抗体の有無を調べる血液検査は重要です。通常、脳神経内科が担当します。

治療は、急性増悪期には炎症を鎮めるために大量の副腎皮質ステロイド薬を使う「ステロイドパルス療法」が行われます。改善しない時は血漿浄化療法を追加します。場合によっては、ステロイドパルス療法と並行して血漿浄化療法を行うこともあります。

再発予防薬には大きく分けて、経口免疫抑制薬と、5 種類の生物学的製剤があります。

国内患者数は約 6,500 人で、指定難病に定められています。

脳、脊髄、視神経の軸索は「ミエリン」という絶縁体で覆われています。MOGAD は血液中の「MOG 抗体」がミエリンを攻撃してしまうことによって起こります。MOG 抗体が関わる疾患は MOGAD 以外に知られていません。

男女差はなく、平均発症年齢は 20 歳代後半で、幼児から高齢者まで幅広い年代で発症します。有病率に地域差や人種差はあまり見られません。

細かい診察と血液検査、MRI 検査、髄液検査、眼科検査などを行い、総合的な判断で診断されます。中でも MOG 抗体の有無を調べる血液検査は重要です。通常、脳神経内科、小児の場合は小児科が担当します。

治療は、急性増悪期には炎症を鎮めるために大量の副腎皮質ステロイド薬を使う「ステロイドパルス療法」が行われます。改善しない時は血漿浄化療法あるいは免疫グロブリン静注療法（点滴）を追加します。再発予防をする場合はステロイド薬や免疫抑制薬が使われます。国内患者数は推定 1,700 人です。

ご支援のお願い

「公平中立」と「独立性」を最も大切に情報提供活動をしています、何とか運営を安定させているのが現状です。まだ次世代に引き継いでいける状況ではなく、その現状を詳細に知っていただくため、この報告書を作っています。

製薬会社からの資金援助を受けず、今後も患者さんにご家族の利益を最大化し、かつ国内最大規模の活動を続けていけるよう、引き続き応援いただけますと幸いです。

私たちのことを周りの方に伝えていただくことも応援のひとつになります。

銀行・カード決済のご案内

銀行かクレジット決済でご寄付をお願いいたします。

※寄付金控除は受けられません。申し訳ございません。

○三井住友銀行 上野支店
普通 7875710

○みずほ銀行 みのわ三ノ輪支店
普通 8060314

○ゆうちょ銀行
記号：10180 番号：49192671
店名：〇一八（ぜろいちはち）
預金種目：普通 口座番号：4919267

○クレジットカード払い

MS キャビンホームページ

「ご支援のお願い」からお願いいたします。



2023 年度事業報告書 発行日：2024 年 4 月 29 日 発行：(特非) MS キャビン

イラスト：えみすけ 制作：きょんタロウ

〒116-0002 東京都荒川区荒川 1-47-7-505

電話：03-5604-5042（木～土 9:00～16:00）ファックス：03-5604-5093

メール：info@mscabin.org ホームページ：www.mscabin.org

