

5 xyz 空間において, 不等式 $0 \leq z \leq 1 + x + y - 3(x - y)y$, $0 \leq y \leq 1$,

$y \leq x \leq y + 1$ のすべてを満足する x, y, z を座標にもつ点全体がつくる立体の体積を求めよ.