不等式 $1 \le x^2 + y^2 \le 4$ が表す xy 平面内の領域を D とする。P を円 $x^2 + y^2 = 1$ 上の点,Q と R を円 $x^2 + y^2 = 4$ 上の異なる 2 点とし,三角形 PQR は領域 D に含まれているとする。a,b を実数とし,行列 $A = \begin{pmatrix} a & -b \\ b & a \end{pmatrix}$ の表す 1 次変換により P は P',Q は Q',R は R' に移されるとする。このとき,三角形 P'Q'R' が領域 D に含まれるための a,b の必要十分条件を求めよ。ただし,三角形は内部も含めて考えるものとする。