

特集01 リプロダクションセンター

若年がん患者さんに対する 妊孕性温存を支援

特集02 チーム医療
早期離床・リハビリチーム

重症患者さんの早期離床と 社会復帰をチームでサポート!

くらし
によりそう 知っておきたい
「子宮・卵巣」のはたらき

ちいき
によりそう 元気なうちに知っておきたい
介護保険サービスのこと

院内リレーで職員の休日を紹介
わたしのオフタイム

information / オモテのうら話

DENTAL HYGIENIST'S TALK /
クローズアップ!



01 リプロダクションセンター

若年がん患者さんに対する 妊孕性温存を支援

若い世代の方ががんと診断されて不安を感じるものの一つに、将来子どもを授かることができるかということが挙げられます。その可能性を広げるために、当院のリプロダクションセンターで行っている、妊孕性温存療法についてご紹介します。

妊孕性温存療法とは？

日

本では、毎年約2万人のAYA世代^{※1}の方ががんを診断を受けています。就学・就労・結婚など人生で大きな転機を迎える過程で、がんを診断され、これから先の生活に大きな悩みや不安を抱えるAYA世代のがんサバイバー^{※2}はたくさんいらっしゃいます。

近年、AYA世代のがんサバイバーを支援しようという動きが高まり、その取り組みの一つとして「妊孕性温存療法」があります。抗がん剤治療や放射線治療は妊娠す

適応となる場合があります。

女性の妊孕性温存療法の流れは通常の不妊治療と同じ流れとなり、排卵誘発剤を用いて卵子を採取します。患者さんに配偶者がいない場合は未受精卵の凍結に限られますが、配偶者がいる場合、多くは受精卵にして凍結保存しています。受精卵を子宮に戻す胚移植は、原疾患を診ている主治医の許可が下りたタイミングで行います。このため、主治医とは治療方針の内容やスケジュール、予後などを常に情報共有し、連携しながら治療を進めています。

妊孕性温存療法で一番の課題となるのが時間です。がんの進行を考えると一刻も

るために必要な能力（妊孕性）を低下させることがあるため、がん患者さんの卵子や精子を採取・凍結保存する治療です。当院では、不妊症治療を専門とするリプロダクションセンターにがん生殖外来を設置し、妊孕性温存療法を行っています。

治療対象となる患者さんは？

当

センターには産婦人科と泌尿器科の医師が在籍し、妊孕性温存療法は男性・女性患者さんともに対応していますが、私は婦人科腫瘍とがん生殖医療を専門にしているため、今回は女性患者さんの

早く妊孕性温存の治療を進めなくてはなりません。そのため当院ではランダムスタート法という採卵法を採用しています。通常は月経後から排卵誘発剤を使用し、採卵まで最大で6週間ほどかかりますが、ランダムスタート法は月経周期とは関係のないタイミングからでも開始できるため、約2週間で採卵が可能となります。このように早期治療が必要ながん患者さんに最適な方法で、治療を進めています。

子どもを持つ希望を叶えるために

若

くしてがんを診断された方の中には、受精卵・未受精卵や精子の凍結をすることで「がん治療に前向きになれる」「未来を生きる希望となる」とおっしゃる患者さんがいます。がんになっても子どもを持つことをあきらめるのではなく、妊孕性温存という選択肢があることを多くの若年がん患者さんやご家族に知っていただきたいと思えます。妊孕性温存療法の対象になるかわからなくても、話だけ聞いてみたいといった方にも親身に対応いたしますので、まずは当院のがん相談支援センター^{※3}へお問い合わせください。

リプロダクションセンターのお話



産婦人科医
橋本 志歩

お話を中心にさせていただきます。

当院で妊孕性温存療法の対象となる女性患者さんは、将来妊娠・出産を希望される20〜45歳までの悪性腫瘍や血液がんと診断され、抗がん剤治療や放射線治療などにより妊孕性が低下する可能性がある方です。妊孕性温存療法は、あくまで原疾患のがん治療が最優先となるため、主治医より妊孕性温存療法の治療が可能と判断された場合に限ります。また、不妊治療を行うことのでがんの症状が悪化する可能性がないことや、長期予後が見られることも適応要件としています。がん患者さんのほかに、自己免疫疾患と診断された患者さんも

また、当院は地域がん診療連携拠点病院に指定されており、前述のがん相談支援センターは妊孕性温存療法だけでなく、がん患者さんやそのご家族のためのがん相談窓口として設置されています。治療や療養生活への不安や悩み、助成金の申請、情報収集のサポートなど、主治医だけでなく、がん看護専門看護師や医療ソーシャルワーカーなど専門の看護師・相談員が対応しますので、がん治療について不安なことがあればいつでもご相談ください。

※3 がん相談支援センターの詳細はこちら



Doctor's DATA



産婦人科医
橋本 志歩

- **出身地**…千葉県船橋市。ゆかりの地は大学時代に暮らしていた秋田県秋田市。
- **趣味**…お菓子作り（フルーツタルトやチーズタルトを娘2人と一緒に作るのが休日の楽しみ）。
- **習い事**…中学・高校時代はバイオリンを習っていた。
- **医師になったきっかけ**…理工学部を卒業後、人の役に立てる医療分野に興味があり医学部へ進学した。
- **好きな言葉**…人事を尽くして天命を待つ（限られた時間の中でできる限りの努力をするのがモットー）。



02 チーム医療 早期離床・リハビリチーム

重症患者さんの早期離床と 社会復帰をチームでサポート！

当院では2018年に早期離床・リハビリチームを発足し、集中治療室（ICU）と準集中治療室（HCU）で活動しています。早期に離床することがなぜ重要なのか、医師・看護師・理学療法士で構成されたメンバーの役割、チームの取り組みをご紹介します。

早期離床・リハビリチームとは？

ICUとHCU（以後ICU等）は大きな手術をした患者さんや重症患者さんの治療にあたる病棟で、どちらも集中治療に習熟した医療スタッフが在籍しています。早期離床・リハビリチームは、ICU等に入室する患者さんに対して、入室後48時間以内に医師・看護師・理学療法士などの多職種が連携し支援するチームです。支援内容は、患者さんの状況を把握・評価した上で、関係学会の指針等に基づき病棟スタッフとともに離床・リハビリの計

画を作成し、実施しています。

チームの主な構成メンバーは6名で、集中治療の経験が5年以上有する医師のほか、集中ケア認定看護師や救急看護認定看護師、経験5年以上を有する集中治療室専従の理学療法士など、高い専門性を持つメンバーが在籍しています。

ICU等在室中から退院後の 日常生活動作を見据えた介入

ベッド上で寝たきりの状態が続くと、数日でせん妄や全身の筋力低下等の合併症が生じてしまい、日常生活動作を取

リアルタイムで細やかな情報共有

たちが日々心掛けていることは、チーム内の情報共有です。いつも患者さんの傍にいる看護師が中心となり、看護師から理学療法士へは病状にとどまらず、患者さんとの対話からアセスメント[※]した情報なども共有します。看護師から医師へは患者さんの状態を含め、離床・リハビリの進捗状況を小まめに報告しています。迅速かつ細やかな連携を行うことで、離床・リハビリが当初の計画よりも順調に進むこともあります。

私

一方で、患者さんの全身状態が不安定なときは、無理せずお休みいただくなどの臨機応変な判断をしながら各々の患者さんに合わせた介入を行っています。

患者さんの生命力をアシストする

うに早くから積極的
に離床・リハビリを
始めることが、退院
時の身体機能や日常
生活動作の改善につ
ながります。
離床の準備とし
て、関節が硬くな
るのを予防するため
にベッドの上で関節
運動をするほか、褥
瘡（床ずれ）予防に
体位を変えるなどし
ます。状態が安定し
はじめたら、ベッド
の端に腰かけたり、
起立して足踏みした
りするなど徐々に身
体を動かし、車いす
へ移動し操作する、

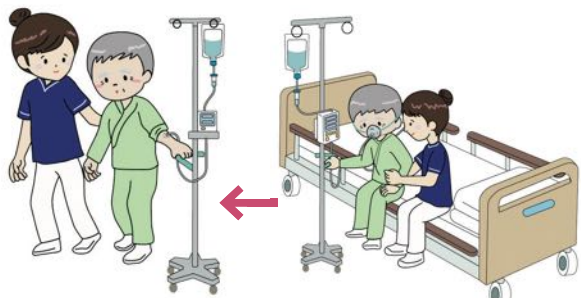
歩行するなど日常生活動作に近づけていく
ことを目指していきます。「痛くてつらい
ときにリハビリなんて」と思われる方がい
らっしゃるかもしれませんが、薬で痛みを
可能な限り和らげ、患者さんの状態を確認
しながら行いますので、安心ください。

チ

ームメンバーは、「重症患者さんが一
日でも早く元の生活に戻れるよう
に」という思いで離床・リハビリにあたっ
ています。人工呼吸の管理や高度な生命維持
装置の装着を余儀なくされていた患者さん
が一般病棟で歩行できるようになり、退

※アセスメント：客観的・主観的な情報をもとに患者さんの状態を評価・分析すること

離床・リハビリのイメージ



立ち上がり歩く

ベッドの端に座る

院されたとお伺いすることが私たちの一番
の喜びです。患者さんの自己回復力を信じ、
生命力をアシストすることこそが私たちの
役割だと思っています。これからも患者さん
が早期に社会復帰できるよう、チーム一丸と
なりサポートしていきます。

り戻すまでには時間がかかります。そのた
め、早くから適切な離床やリハビリを行う
ことで、入院前の生活に戻るためのサポート
をしています。

ICU等に患者さんが入室すると、医師
が患者さんを診察し、病状に応じて離床の
適応の判断やリスク管理を行います。看護
師は患者さんの状態を管理するほか、離床
をスムーズに始められるように患者さんへ
の説明やメンタルサポートなどを行います。
理学療法士は患者さんの身体的能力改善に
向けて具体的な運動プログラムを立て、医
師や看護師のサポートのもと、離床・リハ
ビリを段階的に実施していきます。このよ

早期離床・リハビリチームの お話



チームリーダー
麻酔科医師・
集中治療室室長
印南 靖志



集中ケア認定看護師
吉井 優太



理学療法士
宮本 奈央

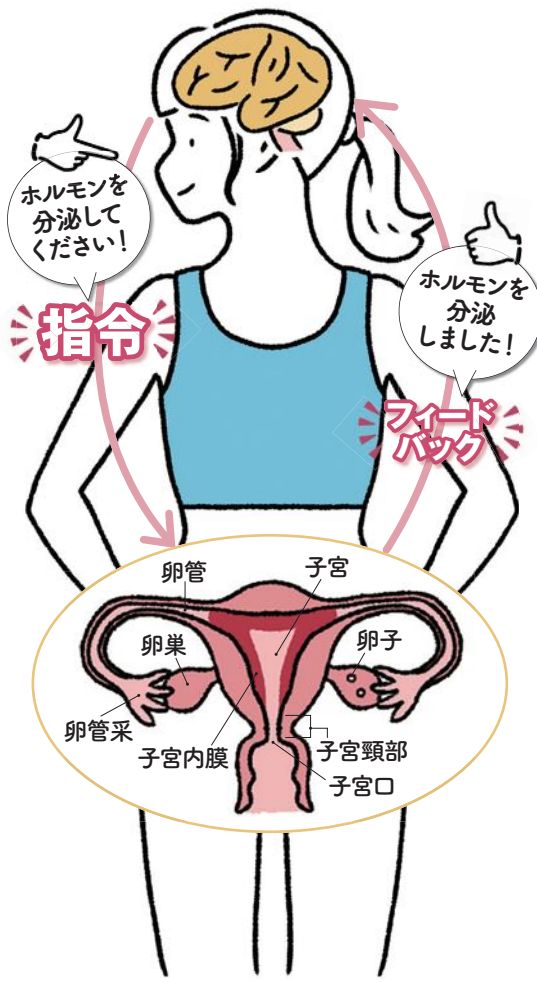
集中治療室活動度
スケール(IMS)
日本離床学会が定める集中治療室活動度スケール(IMS)に基づき、離床・リハビリを行っています。
詳細はこちら↓

臓器シリーズ 6

これだけは知っておきたい「子宮・卵巣」のはたらき

ホルモンの分泌や、妊娠・出産といった女性のライフステージに関わる子宮と卵巣。女性にとって重要な2つの臓器の働きと、気を付けたい月経困難症についてご紹介します。

子宮・卵巣は思春期から更年期にいたるまで女性のライフステージに関わる臓器



卵巣の役割

女性ホルモンを分泌して月経や妊娠をコントロール

- 脳からの指令を受け、2つの女性ホルモン「エストロゲン（卵胞ホルモン）」「プロゲステロン（黄体ホルモン）」を分泌し、月経周期をコントロールするなど妊娠できる身体を維持する
- 卵子の貯蔵と排卵を行う
- 閉経前後はホルモンの分泌はゆるぎながら低下する

子宮の役割

受精卵の着床後胎児を育てるベッドに

- 伸縮性があり、約10か月もの間、胎児を育てることができる
- 子宮の内膜はホルモンの働きにより厚くなったりはがれ落ちたりする
- 子宮頸部は、経血や精子の通り道 出産時には産道になる

子宮・卵巣からのサインを見逃さないで

その症状、「月経困難症」かもしれません!

月経が起こるたびに痛みや不調が強くあられ、普段通りの生活が難しいという方は、月経困難症かもしれません。いつものことと我慢せず、自分の体に目を向けましょう。

月経困難症は、主に機能性と器質性の2つに分かれます。

機能性月経困難症 <small>(病気が原因でない)</small>	<ul style="list-style-type: none"> ・子宮の収縮が原因 ・10代、20代の若い女性に多い ・月経初日か2日目頃に痛みが強い
器質性月経困難症 <small>(病気が原因)</small>	<ul style="list-style-type: none"> ・子宮や卵巣の病気が原因 ・30歳以上の女性に多い ・月経期間中ずっと痛みが続く

下腹部痛 腰痛 おなかが張る 吐き気 頭痛 イライラ 下痢 食欲不振

月経困難症のセルフケア

下腹部を温め、骨盤内の血流をアップ!

体が冷えて血流が悪くなると、痛みが強くなる傾向があります。また、ストレスがあると交感神経が優位になり、血流が悪くなります。リラックスしながら運動やストレッチで骨盤内の血流を高め、月経困難症を予防・改善しましょう。

座ってできる骨盤のストレッチ

- ① 椅子に座り背筋を伸ばし、骨盤を立てる
- ② 背中を丸め、息を吐きながら骨盤を前に傾ける
- ③ 息を吐ききったら、ゆっくりと①の姿勢に戻る
- ④ 5～10回繰り返す



産婦人科 医師 小川 真里子 監修

「つらい月経の症状は我慢せずに受診を」
日本では約900万人もの月経困難症の患者さんがいるとされていますが、医療機関を受診していない人がほとんどです。
月経困難症は婦人科で相談ができ、鎮痛剤や漢方薬で症状を軽減できるほか、卵巣や子宮内膜に働きかけるホルモン療法があります。また、心理的な悩みを抱えている方にはカウンセリングを行っているクリニックもあります。
月経に伴う不調は、子宮内膜症や子宮筋腫といった疾患が潜んでいる可能性も否定できません。近年は、10代や20代の子宮内膜症の患者さんも増えていきます。ホルモン療法は子宮内膜症を予防する効果も期待できます。「つらい」「おかしい」と思ったら、一人で我慢せずに、かかりつけの婦人科にまずはご相談ください。

周期や経血量は? 正常な月経の目安

- 月経周期……25～38日
- 月経期間……3～7日以内
- 出血量……20～140g
- 痛みの程度……軽度の痛み
※全て一周期あたり

毎月の月経は人と比べることが難しく、基準が分かりづらい方も多いのではないのでしょうか。ご自身の状態と左記の目安を比較してみましょう。

月経は、妊娠しなかった場合に厚くなった子宮内膜がはがれ落ちることで起こります。左記の目安と比較し、月経周期の異常や、月経時にかたまりがでるなどといった過多月経、仕事や家事ができないほどの痛みがある人は、かかりつけの婦人科に相談しましょう。

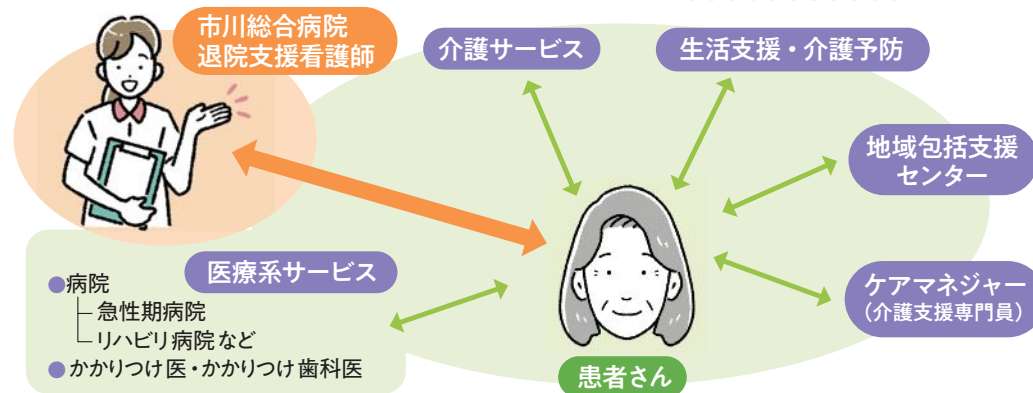
元気なうちに知っておきたい

事例をもとに解説!

介護保険サービスのこと

「地域包括ケアシステム」は、高齢者の方が住み慣れた地域で安心して暮らしていくために、医療・介護・予防・生活支援などのサービスを地域住民へ一体的に提供する取り組みです。今回は、介護保険を申請していなかった一人暮らしの70代女性が入院した例をもとに、地域包括ケアシステムの中での制度や介護保険サービスについてご紹介します。

（地域包括ケアシステムから見た今回のケース）



事例

介護保険申請が遅れ、一人暮らしが困難になった女性

70代女性。入院前から日常生活動作や認知機能が低下傾向にありました。長女は別居のため一人暮らしです。介護保険申請をしようとしていたところ、COVID-19で入院となります。少し前まで自立した生活を送っていたものの、入院を契機に日常生活の動作が低下し、退院後の一人暮らしが困難な状況になりました。



yorisouのバックナンバーでも地域包括ケアシステムについてくわしくご紹介しています。



70代女性

地域包括支援センターへの

早めの相談がおすすめ

高齢者の介護などについては、地域包括支援センターで相談できます。早めに相談し介護認定を受けておくと、ケアマネジャーを通してスムーズに介護保険サービスが利用できます。相談へ行くことが難しい場合は、電話相談や訪問相談も可能です。センターは市川市内に15か所ありますので、まずはお近くのセンターへのお問合せをおすすめいたします。詳細は左記よりご覧いただけます。



センターは市川市内に15か所ありますので、まずはお近くのセンターへのお問合せをおすすめいたします。詳細は左記よりご覧いただけます。

退院支援看護師からヒトコト

ケアマネジャーが介護認定の代理申請をしてくれる場合も

ご事情がある場合など、地域包括支援センターに相談することで、介護認定を受けていなくてもケアマネジャーやほかの専門職員が相談ののってくれ、介護認定申請を代理で行ってくれる場合があります。また、市川市は郵送での手続きも可能です。



※ケアマネジャーの代理申請については、いくつか条件があります。

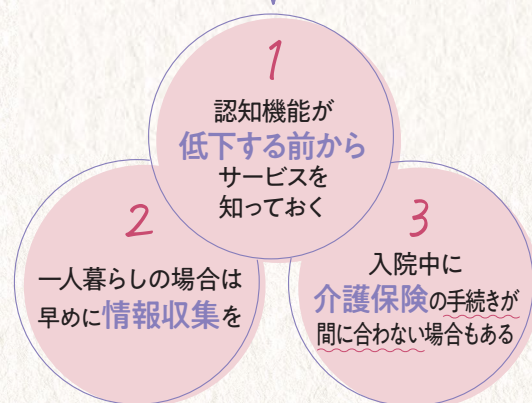
（退院支援看護師の対応）



退院先の選択肢が限られてしまった

退院支援看護師やケアマネジャーがサポートし、入院中に介護保険を申請しましたが審査結果が間に合わず、施設には入所できませんでした。とはいえ一人暮らしも難しいため自宅に帰れず、入院期間に限りがある地域包括ケア病棟を持つ病院へ転院となりました。

3つの視点



介護保険の申請から判定までは月単位の時間がかかります。認知機能が低下しはじめたときに早めに地域包括支援センターへ相談して介護認定を受けていれば、介護保険サービスを活用し、施設へ入所できたかもしれません。また、一人暮らしの場合も早めに情報収集をしておくで安心です。



院長 齋藤 正四郎



青い鳥歯科クリニック
〒133-0051
東京都江戸川区北小岩6-8-15
フィルパーク京成小岩1F
TEL: 03-3657-6396
https://www.bluebird.tokyo/

※一部自由診療となります。詳細はHPをご覧ください。

基本に忠実に 新たな歯科医療をプラス

京成小岩駅から徒歩3分の歯科クリニックです。アットホームな雰囲気の中、歯科医療の基本に忠実に、予防歯科や栄養指導にも力を入れています。歯科金属アレルギーを防ぐメタルフリー治療は、被せ物の型を正確に作ることでできるミリングマシンを使用しており、全行程が院内で完結するため、短期間で治療することができます。*

歯の状態や治療法をしっかりと説明し、納得していただいたうえで治療を始めることを徹底しています。歯が痛い方はもちろん、お口の中の違和感があれば、まずはご相談ください。

青い鳥歯科クリニック



院長 大谷 一郎



大谷医院
〒272-0031
千葉県市川市平田4-4-1
TEL: 047-377-0511

内科・脳神経外科
大谷医院
脳疾患や循環器疾患を専門に地域医療を長年支え続ける昭和40年に父が市川市内で開業し、長く地域医療に貢献してまいりました。脳神経外科や循環器内科での経験から、脳卒中や脳梗塞などの脳疾患、高血圧や狭心症といった循環器疾患を得意とし、心エコーや頸動脈エコーといった超音波検査やCT検査を行いながら診療をしています。手足の麻痺がある、動けない、食事がとれないなど症状の悪化が疑われる場合は、速やかに市川総合病院と連携しています。
その他、特定健康診査や各種予防接種にも対応しており、ご高齢の患者さんを含め、今後も地域の医療を支える存在でありたいと思っています。





入口の自動ドアと受付



エントランス正面



入院支援相談室スタッフ



相談室



説明風景

薬物療法室を新設しました
当院は、がんの三大治療である手術、薬物療法、放射線治療を高いレベルで実施する施設「地域がん診療連携拠点病院」の指定を国から受けています。中でも薬物療法を受ける患者さんは年々増えていることから、新しい薬物療法室を9月19日に開設しました。



治療ブースとリクライニング・チェア

確かに調剤できるミキシングルームが併設され、専門の医師、薬剤師、看護師が患者さんの安全と安心を第一に心がけて、いろいろな臓器のガンや血液がんに対して抗がん剤や新しい分子標的剤などを用いた薬物療法を行います。

入院支援相談室を設置しました
1階ロビーに入院支援相談室を設置いたしました。
7月3日より、入院の予定が決定した患者さんに対して、入院までの過ごし方や入院生活のオリエンテーションなどを看護師がご説明しています。現在は、整形外科、循環器内科、心臓血管外科、泌尿器科のみ実施していますが、順次他の診療科に拡大してまいります。患者さんに安心して入院生活を送っていただけるよう努めてまいります。

オモテのうら話

市川総合病院では「研修医のための医療安全勉強会」を医科と歯科が合同で行っています。医科と歯科の垣根なく、研修医と研修歯科医がペアとなり課題に取り組むことで、早くから多職種連携を身につけるとともに、院内に頼れる仲間を増やすことが情報共有をスムーズにし、医療の安全につながることを学んでいます。



院内リレーで職員の休日を紹介

わたしのオフタイム

My Off Time



市川総合病院で働く様々な職種のスタッフは、休日をどのように過ごしているのでしょうか。心の栄養チャージとなる趣味や、オフタイムを充実させるっておきの過ごし方をご紹介します。



4 西病棟
助産師

大澤 秋美
あきみ

日本の歴史や暮らしも 学べる日本舞踊

小学生の頃から日本舞踊を習い始め、高校生で流派の名取となり、学生時代は師匠のもとで何度か大舞台に立たせていただきました。

日本舞踊は、ただ着物をきて踊るだけではなく、演じる人物を調べることを通して、日本の歴史と暮らしを知ることができます。

また、しゃんと背筋をのばして心を込めてお辞儀をすること、自分自身を過大評価せずに、誰に対しても敬意と気遣いを忘れないことなど、人として大切なことを学んできました。

まだまだ未熟者ですので、師匠に教えていただ

いたことを胸に刻み、感謝と気遣いを大切に患者さんとも関わっていきたくと思います。



師匠に教えていただいたことを大切にしながら、今後は社会人として、舞台上に立つことができるよう精進してまいります。

達成感を味わえる

筋トレで身体づくり

高校時代のサッカー部の監督の助言もあり、身長の高さをカバーするため筋トレを始めました。



愛用のダンベル。持ち上げたことのない重さのダンベルを持たたときにはさらにやる気がアップします。



リハビリテーション科
理学療法士

金沢 颯汰
そうた

卒業後は勉強で忙しく、離れていた時期もありましたが、2年前に「身体を大きく見せたい!」と思い、再び「筋トレ欲」に火が着きました。

筋トレは終わったあとに気分がすっきりして前向きな気持ちになれますし、毎日が充実します。また、きついことを成し遂げた達成感を味わえるところも魅力です。

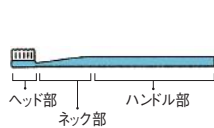



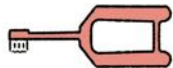


筋肉の成長が見えるのはうれしい反面、今まで着ていた服が着られなくなるといったこともあります。これからも筋トレを続けて、自分自身が思うかっこいい身体を目指したいです!

歯ブラシの種類と選び方



歯科衛生士
石井 沙也加

皆さんは、普段どんな歯ブラシを選んでいますか？ 歯ブラシには、使う人の歯や歯茎の状態に合わせた様々な種類があります。お口の環境に合わせた歯ブラシを選択することで、むし歯や歯周病を予防することができます。自分にぴったりの歯ブラシを選んで「歯磨き力」をアップさせましょう！

歯ブラシのタイプ	特徴	毛先のかたち	おすすめの方・特徴
大人 	<p>★基本的にこちらがおすすめ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ヘッドは小さくハンドルはストレート 	 フラット型	<p>★基本的にこちらがおすすめ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・歯茎が引き締まっている方 ・歯の表面にまんべんなく毛先があたる
高齢者・乳幼児 	<ul style="list-style-type: none"> ・360度ブラシがついている ・ハンドルは太く、毛先はやわらかい ・ヘッドは小さく、口を大きく開けなくても磨ける 	 テーパード型	<ul style="list-style-type: none"> ・歯周病で歯茎が弱い方・出血しやすい方 ・毛先が細く、歯間や歯周ポケットまで清掃できる
握力の弱い方 	<ul style="list-style-type: none"> ・ハンドルが太くて短い ・輪っかの部分で手を固定できるため安定した歯磨きが可能 	 山型	<ul style="list-style-type: none"> ・矯正装置周囲の細かな隙間を磨きたい方 ・複雑な構造のワイヤー周りも清掃できる
		 U字型	<ul style="list-style-type: none"> ・矯正装置に負担をかけずに磨きたい方 ・中央の毛が短く、矯正装置とその周りを清掃できる

クローズアップ!



リプロダクションセンター
 胚培養士
 岡崎 雅子

**不妊治療の専門技術者
 「胚培養士」**

私たち胚培養士は、不妊治療の際に患者さんからお預かりした卵子・精子・胚（受精卵）を扱う医療技術者です。当院では3名の胚培養士が働いています。お預かりした卵子・精子・胚は、確実にかつ丁寧に扱うことを心掛けながら、体外受精や顕微授精を行います。また、胚の成長を見守り、凍結や管理をしています。

難しい症例のご夫婦がご苦労を重ね、妊娠して当院で出産され、3人でご挨拶に来ていただけることがあります。その時のご家族の笑顔を見ることが胚培養士として一番の喜びです。

患者相談窓口のご案内 患者さんやご家族からのご相談をお受けしています。

- 医療費の支払いなど経済的なこと
- がんについてのご相談
- 社会保障制度について
- 病院に対する意見・要望 など
- 退院後の生活や転院について
- お気軽にお声掛けください。

《相談受付時間》月～金曜日 9:00～17:00
 土曜日 9:00～12:00 (第2土曜日は休診)
 《相談受付場所》患者支援センター／がん相談支援センター
 《電話番号》047-322-0151 (代) (内線: 2215)


 東京医科大学
市川総合病院
 〒272-8513
 千葉県市川市菅野5-11-13
 TEL 047-322-0151 (代表)



yorisou
 読者アンケート

本号に関するご意見をお寄せください。



【掲載写真について】感染症対策を行ったうえ、撮影時のみマスクを外しております。