

2021年度 まめどくれっしゅ 事業計画書

1 基本方針

法人の理念である「にんげん力」を育てるために、私たち保育者は子どもの個性を受け止め、一人ひとりが協力しあい、頼りあい、つながることで、子どもを真ん中にし、共に考えて経験できる環境を目指す。

また、自園ならではの保育から共に学びあえるように、日常から子どもたちの姿を発信し、保護者や地域の方々とつながりながら、共にどんな経験が子どもを逞しく生き生きと成長しているかを常に考え、見守り寄り添いながら、にんげん育ての素晴らしさを伝えていく。

〈1〉 保育内容の充実・質の向上

子ども一人ひとりが個性を尊重するために、より保育者の自律と向上を目指す。

保育者が自信をもって子どもと学びあえるように子どもを真ん中にし、共に考えて経験ができる保育とは何かを常に意識しながら、心にゆとりをもって最適な環境が作れるようにする。その為に、日頃から保育者同士のコミュニケーションをとり、課題にぶつかったときには受け止められる関係性を築き、共に語り合い、考えあえる職場環境（会議、研修など）の下、質の向上を図る。

〈2〉 保育所を利用する子どもの保護者への支援

大切な子どもを預ける不安を理解し、小さな心の変化や体調の変化も共有し、安心して仕事ができるようにサポートしていく。できるようになったことだけでなく、日々何かに向かって挑戦して努力する姿や人との折り合いのつけ方で葛藤する姿を伝え、家での様子も共有することで、子どもが自ら育つ最善の環境を一緒に考えあえる関係性を作る。（連絡帳・園だより・掲示板・朝夕の送迎時の対応）

また、日頃から子育ての悩みを打ち明けやすい関係作りを心がける。そして、子育てのヒントを提供しながら、共に考え、共に育てあう信頼関係を築いていく。

- ・保護者懇談会実施 年2回
- ・保育参加 随時
- ・個人面談 随時

〈3〉 地域の子育て支援事業

近隣の系列園である大豆戸どろんこ保育園などと協力し合い、地域の子育ての拠点として、在園児に関わらず、子育てに悩む保護者の心の拠り所のような存在を目指す。

また、在園児とも交流できる機会を作り、子育てのヒントになるような経験も提供する。

まめどくれっしゅは、駅に近く、立ち寄りやすい場所であるので、気軽に利用していただけるようにポスターなどを掲示し、いつまでも利用しやすい環境を整えていき、地域の方々とより密に関われるように自園ならではの保育から共に学びあえるように、地域公開講座の場を提供

していく。

子育て相談は出来る限り対応し、共に考え、心に寄り添いながら解決することにより、笑顔で安心して帰っていただけるように丁寧に対応していく。

・ベビーステーション・絵本貸出・芸術学校・青空保育・自然食堂・自然学校・寺親屋

〈4〉 次世代を担う職員育成

保育者自身のにんげん力も必要である。

人間にとって最も大切な乳幼児期を託される責任と誇りをもち、一人一人の子どもと愛をもって真剣に向き合い、受容しながら、子どもと共に保育者も育てる。生きる力のある保育者を増やすために、一人一人が運営方針に従い、状況変化に応じて、主体的に判断、行動する自主・自立化の進んだ組織にしていく。トップダウン型の園運営ではなく、経験問わず各職種が得意分野、専門分野にて各自の力を発揮し、互いに連携を図りながら共に語り合い、考えることにより、園全体のチームとしての底力を上げる（ボトムアップ）。

〈5〉 チーム保育の実践

職種（保育士、調理師、用務、事務）、経験、年齢にとらわれず、全職員が保育者として一人一人の子どもに向き合い、一つ一つの課題を丁寧に考えていくことを基本とする。

それぞれの専門性を存分に生かし、子どもの主体性や人と人との関わりからの経験を引き出す物的環境、人的環境をチームで考察していく。

保育者同士が積極的に情報共有・意見交換することで多面的に子どもを捉え、個々の理解を深め、発展させていく。役割分担を明確にすることで仕事の無駄をなくし、質の高い保育の実現に努める。

〈6〉 保育環境の整備

園をひとつの家として捉え、保育者全員で見守り、協力し合いながら、子どもの成長や興味に気づき、子どもが自信をもって他者と関わりながら、興味が持続して夢中になり発展できる環境を作る。

戸外、室内環境（乳児・幼児）チームに分かれ、定期的に話し合い、一人ひとりの子どもたちの個性を捉えながら子どもの興味が伸ばせるように、全年齢の子どもが自由に行き来でき、夢中になれる環境や子どもの特性が様々な形で表現できるような環境も意識し、多くの音楽に触れたり、造形活動を充実していき、個々の感性をより磨いていく。

〈7〉 危機管理マネジメント

全職員が、大切な子どもの命を守るという意識を持つ。

また、園環境の変化を捉えながら、子どもが生き生きと出来ることを阻害する要因を意識し、チーム全体の保育力を見極めたうえで安全な環境を保つ。

事故や怪我の具体的なリスクや安全管理においてリスクマップを使って定期的に話し合う。

2 児童定員

0歳児	1歳児	2歳児	3歳児	4歳児	5歳児	合計
3人	8人	10人	11人	11人	11人	54人

3 保育園開所時間

7時00分～20時00分

4 職員配置

常勤職員	12人	保育士	9人	看護師	1人	栄養士	0人	調理員等	2人
パート職員	3人	保育士	3人	補助	0人	事務	0人	調理	0人
		用務	1人						
嘱託職員	0人	嘱託医	2人						

5 運営方針

〈1〉 運営管理を円滑に行うために以下の施設内会議を勤務時間内にて開催します

施設内会議名	頻度	主な内容
園会議	月1回120分	保育環境の見直し研修・コンピテンシー考察
給食運営会議	月1回	アレルギー確認・クラスの給食状況・給食会議報告
ケース会議	月1回	保育計画の振り返り・立案・共有、他機関との連携報告
事故防止委員会会議	月1回	危機管理・安全対策・前月の検証
昼礼	週1回	事務連絡・子どもの様子共有
学年会議	週1回	保育計画の振り返り・立案・子どもの様子共有
リーダー会議	月1回	園全体の運営、人材育成

-2以下の法人が定める施設外会議に勤務時間内にて出席します

施設外会議名	頻度	主な内容
施設長会議	月1回	法人全体での課題・連絡
施設長勉強会	月1回	保育についての講習
食育会議	年4回	献立内容の改善・提案、給食提供マニュアルおよび運用ルールの作成・見直し、食育計画作成
保健会議	年4回	感染症対策やガイドラインの作成、保健計画作成、実践共有

〈2〉 各種係を設置し職員全員が参加して運営します

係名	職務内容・役割
衛生管理係	子どもおよび職員の健康保持のために、施設内外の保健的環境の維持向上
安全対策係	施設内外の設備および用具の安全管理・点検
防火管理者	災害を想定した訓練計画や消防設備点検、避難経路の確保と点検
食品衛生責任者	給食衛生管理マニュアルに基づいた対応
畑係	年間を通じた計画案の作成と実施、畑の管理
生き物係	命の尊さや自然現象への関心を広める機会を設定

〈3〉 対外的に以下の係を設置します

係名	職務内容・役割
子育て支援担当	子育て支援事業の計画・実行
どろんこ祭り担当	どろんこ祭りの企画

6 保育方針

〈1〉 基本方針

乳児保育	上半期 0～2歳児	<ul style="list-style-type: none">● 個々の生理的欲求を満たし、情緒の安定を図る。● 歩行の確立、言葉の獲得により盛んになる探索活動が十分に出来るようにし、友達への関わりの芽生えを促す。
	下半期 0～1歳児	<ul style="list-style-type: none">● 多くの経験を通して感性を豊かにし、感じたことを少しずつ言葉で伝える場を大事にする。● 生活や遊びの中で心身ともに伸びる場を保障する。
幼児保育	上半期 3～5歳児	<ul style="list-style-type: none">● 異年齢の中で友達とのつながりを深め、楽しむ場を作り、協調性や自主性を育む。● 興味や関心を持ったことに主体的に関わり、発見を楽しんだり考え、遊びに取り入れていく。
	下半期 2～5歳児	<ul style="list-style-type: none">● 異年齢の関わりの中で、生活や遊びの達成感や充実感を味わう経験を保障する。● 自分で考え、工夫し判断して、自ら行動できる。● 心を動かす様々な体験を通して、豊かな感性や表現力を育み、創造性の芽生えを培う。
保育参加	4～3月	<ul style="list-style-type: none">● 希望する保護者が事前に予約し、保育に参加する。● 保育参加アンケートにご記入いただく。● 普段の様子を見て一緒に活動して頂くことで、子どもの育ちや園での取り組みを知っていただく機会とし、期間を定めず自由に参加できるようにする。

保護者面談 発達相談	随時	<ul style="list-style-type: none"> ● 随時、希望する保護者に対し実施 ● 「保護者面談記録」「子育て相談記録」を活用
意見・要望 への対応	随時	<ul style="list-style-type: none"> ● 連絡帳・口頭でのご意見についても苦情対応マニュアルに従い、「苦情受付簿」の活用
運営委員会	年2回	<ul style="list-style-type: none"> ● 6月と11月に実施予定

〈2〉 年間行事計画

- 2021年2月及び3月に開催の「年間計画策定会議第1回・第2回」にて決定し、別紙「2021年度年間スケジュール」に掲載
- 保育参加・保護者面談は随時開催

〈3〉 給食・食育運営方針

- 乳幼児期に欠かせない栄養のバランスを配慮し、噛む力を育てる・素材を味わえる献立を提供する。
- 季節の恵み、地域の産物を取り入れながら、保育者も子どもと共に楽しみに待つ給食に努める。
- クッキング等で、素材が様々な食べ物へ変化することに気づく。
- 畑で野菜を栽培することで、旬の素材に気づき、食に興味を持つ。
- 自分が食べる適量、時間、場所を自分で選択することで食べる意欲を育てる。
- 挨拶やマナー、食具の使い方等、食育指導を隔月に取り入れ、身につけていく。

〈4〉 保健計画

園児健康診断	年2回（6月・11月）
歯科検診	年2回（6月・11月）
保健だより	月1回（25日）発行
職員健康診断	年1回
職員検便	全職員月1回（5日）
園児への保健指導・取組等	うがい・手洗い指導、歯磨き指導、生活リズムを整える、身体の仕組みを知る、自分の身体の成長を知る等
流行が予測される感染症	通年…新型コロナウイルス 感染予防のためうがい・手洗い指導を行う。3密を作らないよう可能な限り配慮する。 12月頃…感染性胃腸炎 1月頃…インフルエンザ
発作・痙攣等の対応のための薬の預り	ダイアアップ…1名より預かり済み／園内にて保管 エピペン・抗アレルギー薬…2名より預かり済み／園内にて保管
エピペン使用できる職員	本日現在16名が、研修受講し、習得済み。未受講の職員については4月13日までに受講予定。
その他保健に関する取組	保育園感染症サーベイランス登録 新型コロナウイルスおよび他ウイルス感染予防のため、うがい指導・手洗い指導を行う。また消毒・換気を徹底する。

〈5〉 各種点検

危機管理	設備点検チェック	年6回／5・7・9・11・1・3月の25日
	事故防止チェック	年4回／4・7・10・1月の25日
	防災自主点検（備蓄品点検含む）	年2回／6・12月の25日
	避難消火訓練	毎月1回／15日
	不審者侵入訓練	年2回／6・12月の25日
	情報セキュリティチェック	年2回／5・11月
衛生管理	衛生管理点検表／毎日	毎日
	衛生管理点検表／毎週	毎週金曜日
	衛生管理点検表／毎月	毎月25日
	個人衛生点検簿／毎日	毎日業務開始前
	検便・細菌検査	毎月1回／5日／全職員
健康管理	予防接種状況・既往歴の確認／保険証期限確認	年2回／4・10月
	身長体重測定	毎月1回／20日
	児童健康診断	年2回／6・11月
運営管理	児童保護者の人権に関するチェック	年2回／4・10月の園会議時
	コンピテンシー自己採点	毎月1回／園会議冒頭5分間
	利用者アンケート調査	年1回

〈6〉 環境整備

月1回の園会議で子どものエピソードやドキュメンテーションの記録を作成し、子どもが自分で考え、他者と関わりながら自分で行動できる保育環境の見直しを行い、子どもの成長、興味、季節にあった戸外・室内環境を考える。

清掃分担チェック表を利用し、職員で分担し、園全体の清掃に努める。

施設長・主任・美化係を中心に園内の整理整頓を行い、子どもにとって必要な設備や備品の見直しをしていく。

7 危機管理(防災・ケガ事故防止・防犯・光化学スモッグ)

- ① 【防災】 消防計画に基づき自衛消防隊を編成し、避難訓練を毎日15日に行う。また、うちのこアプリにて災害時緊急連絡を使用し、園が情報を発信安否・施設状況・連絡先を情報共有する体制をとる。
- ② 【怪我事故防止】 事故チェックを年4回、設備点検を年6回行い、怪我や事故防止に最善を尽くす。
- ③ 全園事故防止委員会を毎月1回行い、同グループ内で状況を共有し、事故防止策を探る。
- ④ 【防犯】 年2回不審者侵入訓練を実施する。また、訓練は避難経路・不審者侵入防止・通報の

訓練で全職員を対象とする。

- ⑤ インシデント・ヒヤリハット報告書の運用を徹底し、事故防止委員会で検証を十分に行うことで事故を未然に防ぐ。
- ⑥ 光化学スモッグが発生しやすい気象条件・影響・光化学スモッグ注意報を把握し、発令があった場合は内容にあった看板・貼紙等を掲示する。

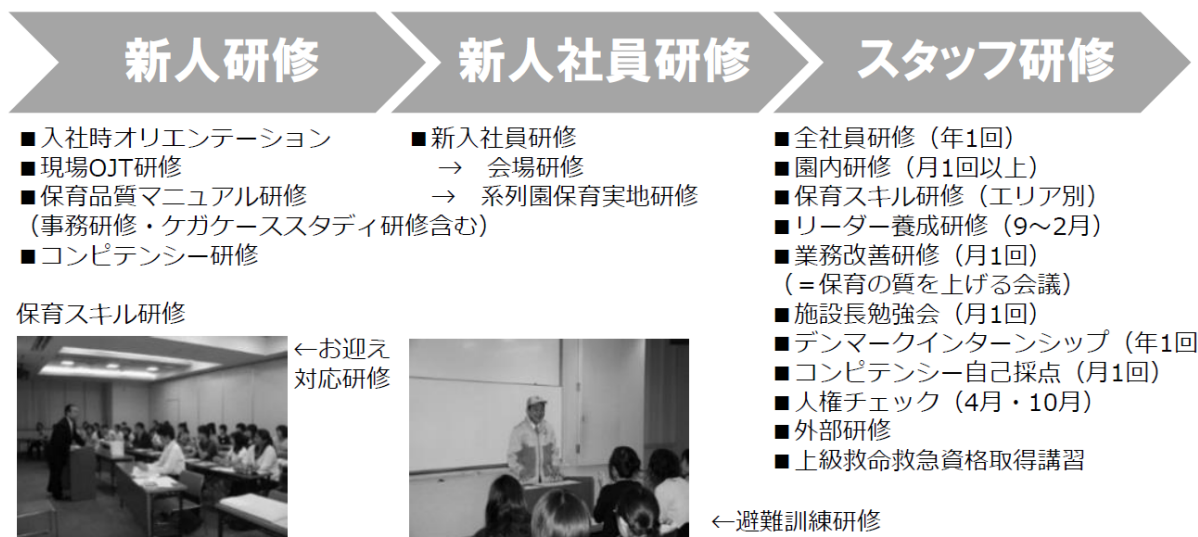
8 実習生・中高生の受入

- ・小中学校の保育園体験などの積極的受け入れ
- ・大学・専門学校の依頼による保育実習の積極的受け入れ

9 職員育成と研修計画

私たち一人ひとりが保育士として責任と誇りを持ちながら、子どもの成長を見守れるように、園内研修の充実を図る。

また、保育の質を高めていける園運営を目指し、子ども主体の遊びを重視しながら、職員同士の同僚性を高め、お互いに対話しやすい環境を整えていく。



① 2021年度園内研修計画(毎月開催の園会議の時間内を使用して自園にて実施)

開催日	開催時刻	名称・テーマ	ねらい・共通理解する保育課題
4月13日 (火)	18:00~20:00	① コンピテンシー自己採点 ② 食のつながり	子どもが食べる意欲を持ち、共に食を楽しむ。 食べるということが何につながるか。
5月11日 (火)	18:00~20:00	① コンピテンシー自己採点	保護者と関わりあい、どんな不安を持っているの

		② 保護者とのつながり	かを知り、どんな信頼関係を築き、共に子育てをするのか。
6月8日（火）	18:00～20:00	① コンピテンシー自己採点 ② 危機管理とのつながり	事故や怪我の具体的なリスクを共有し、安全管理につながることは何か。
7月13日（火）	19:00～20:00	① コンピテンシー自己採点 ② 健康とのつながり	子どもや大人の健康について見直し、健康とは何かを考える。的確な処置の仕方の共有。
8月10日（火）	18:00～20:00	① コンピテンシー自己採点 ② 子どもの興味と戸外・室内環境のつながり	現状の保育環境の見直し。子どもの興味を深掘し発展しながら他者とのつながりを持てるような環境とは何か。
9月14日（火）	18:00～20:00	① コンピテンシー自己採点 ② 気になる児とのつながり	気になる児が他児とつながることでどんな変化があるのか。要支援児の共有。
10月12日（火）	18:00～20:00	① コンピテンシー自己採点 ② 地域とのつながり	外部から見られる視点を持つ。 地域との関係を見直し、園にとってどのようなことが必要なのか。
11月9日（火）	18:00～20:00	① コンピテンシー自己採点 ② 子どもとのつながり①	乳児期の子どもの興味や行動を振り返り、共に語り合い、視覚化する。
12月14日（火）	18:00～20:00	① コンピテンシー自己採点 ② 子どもとのつながり②	幼児期の子どもの興味や行動を振り返り、共に語り合い、視覚化する。
1月11日（火）	18:00～20:00	① コンピテンシー自己採点 ② 人と人がつながる	「子どもを真ん中にし、一人ひとりがつながり、共に考えていく保育」とは何か。 子どもの主体性やつながりを意識した活動を通してどんなにげん力が育ったか。
2月18日（金）	18:00～20:00	① コンピテンシー自己採点 ② 今年度の振り返り、次年度目標	今年度を振り返り、次年度の目標を決定する。 クラス、保育者、係での反省と課題出し。
3月6日（日）	18:00～20:00	① コンピテンシー自己採点 ② 次年度目標	次年度計画。今年度の振り返りを踏まえ、子どもたちが経験したい活動を共に語り合い、考える。

② 2021年度子育てスキル研修計画(エリア共通計画)

開催日	開催時刻	名称・テーマ	会場	総予算	按分予算
4/27（火）	19:00～21:00	社会人としての基本マナー・接遇	渋谷本社	0円	0円
5/25（火）	19:00～21:00	DIYの遊具の実践的活用と安全点検	中目黒どろんこ保育園	0円	0円
6/8（火）	19:00～21:00	子どもの力を引き出す保育の境界線 ～あなたは信じて待っていますか？～	前原どろんこ保育園	0円	0円
7/27（火）	19:00～21:00	親子関係の発達と食行動の発達 食を通して形づくられる愛着関係とは	東寺尾どろんこ保育園	0円	0円
8/24（火）	19:00～21:00	自我の発達と食行動の発達 楽しく食べる食育で「心」「自己肯定感」「生きる力を育てる」	東寺尾どろんこ保育園	0円	0円

9/28 (火)	19:00～21:00	保育園で大切なマネジメントとは？ ～キャリアアップ研修から～	鶴見どろんこ保育園 新羽どろんこ保育園	0円	0円
10/26(火)	19:00～21:00	食育の奥深さ「”食”には一つ一つに意味がある」	郡山どろんこ保育園 駒沢どろんこ保育園	0円	0円
11/25(火)	19:00～21:00	さくらさくらんぼリズム	子ども発達支援センター 一つむぎ浦和美園	0円	0円
12/14(火)	19:00～21:00	園庭の無い保育園での火・水・土の挑戦	駒沢どろんこ保育園	0円	0円
1/13(木)	19:00～21:00	併設園での挑戦	つむぎ新羽ルーム つむぎ八山田ルーム	0円	0円

外部研修への出席

2～3月実施の「外部研修受講アンケート」に基づき、施設長および運営部が推薦する。

③ 法人支援制度の活用・出席

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
業務改善研修（ 保育の質会議）	1回	1回	1回	1回	1回	1回	1回	1回	1回	1回	1回	1回
施設長勉強会	1回	1回	1回	1回	1回	1回	1回	1回	1回	1回	1回	1回
全社員研修	2021年度内に新型コロナウイルスの感染予防策を検討して開催予定 正職員およびパート・アルバイトを含めた16名の職員が出席予定											
リーダー養成 研修	選ばれた職員が参加予定											
デモンストレーション	希望する職員が応募											

④ 職員個人別育成計画

施設長が年2回（5月16～24日と11月1日～12月9日）実施するフィードバック面談時に「個人ごとの次半期の目標設定と併せて、次半期の育成計画を施設長が所定様式を使用して個々に伝える。

⑤ 系列園への自主研修に参加

同じ法人内で近隣地域の他園と共に「子どもが主体的に活動できるための関わり」について1年をかけて話し合い、普段の子どもの様子からエピソードを教えあい記録し、より保育の学びを深めていく。

⑥ 全職員の普通救命講習の取得

⑦ 職員の交流やリフレッシュを目的とした研修

10 地域交流計画

積極的に地域と関わっていくことを通して、園の存在を理解していただくと共に、地域の中で子どもたちの成長や安全を見守っていただけるようにしていく。

また、積極的に園開放することで、地域の子育て支援に貢献していく。

具体的な地域交流計画

青空保育（保育園主催）	月1回	公園名：大曾根第二公園にて
商店街ツアー	週1回	
世代間交流	老人ホーム訪問（年5～6回の予定だが、新型コロナウイルス感染状況により、随時、訪問は検討する）	
異年齢交流	近隣小学校交流会（新型コロナウイルス感染状況により、随時、交流会は検討する）	
地域拠点活動	近隣保育園との交流、ベビーステーション・絵本貸出	
銭湯でお風呂の日	月1回	〈3～5歳児〉（新型コロナウイルス感染状況により随時、検討する）

11 小学校との連携の計画

以下計画について、小学校と相談・協議を4月1日（木）より開始する。

年間通して計画的に幼保小連携を進めていく。また、幼保小連絡会議・授業参観・授業研究会に積極的に参加し、地域の実態を把握し、学習指導要領についても共に学んでいく。就学時には保育所保育要録送付、必要に応じて情報の申し送り等実施していく。

日程	学校名・クラス名	参加人数	計画したい活動名（会場）	内容
11月頃	師岡小学校	1名予定	授業参観、授業研究会 （師岡小学校）	職員間交流
11月頃	菊名小学校	1名予定	授業参観、授業研究会 （菊名小学校）	職員間交流
2月頃	師岡小学校 1年生	11名予定	小学校体験（師岡小教室）	職員間交流
2月頃	菊名小学校 1年生	11名予定	小学校体験（菊名小教室）	子ども間交流
3月頃	師岡小学校、菊名小学校	11名予定	通学路確認（師岡小学校、 菊名小学校）	子ども間交流

12 要支援児計画

【個別支援計画の作成・見直し】

学年会議の中で振り返りと職員間の共有を行い、見直していく。

【毎月のケース会議開催】

4～3月に計12回開催予定 参加者：3名予定 毎月第四金曜日に担当者ごとに行う。

【進級引継、および、小学校への引継】

進級引継ぎは、書面と引継ぎ会議で行う。

小学校の引継ぎは横浜市児童要録、また各校の担当職員との面談によって行う。

13 子育て支援事業

園に来訪した親子に都度、署名をもらい月間延来場者数を自治体に報告する。

園開放	(月)～(土) 9:30～16:30
子育て相談	(月)～(土) 13:00～16:30
自然食堂…親子ランチ交流	毎週(水) 10:00～12:00
どろんこ芸術学校 どろんこ自然学校	毎週(金) 10:00～12:00
勝手籠設置	(月)～(土) 7:00～20:00
ちきんえっぐだより	毎月1日発行
青空保育(支援センター主催)	月1回 公園名:大曾根第二公園にて開催

※新型コロナウイルスの感染拡大状況によって開催の有無、日時の変更の可能性有り

14 福祉サービス第三者評価の受審

開園三年目と以降五年に一回受審。第三者評価を受けることにより質の向上を図る。

(2016年1月・2020年12月受審)

15 園による自己評価の実施

2022年3月1日に「内部監査チェック表」を用いて、以下の通り、自己評価を実施予定である。

自己評価開始予定時刻: 9時00分

自己評価終了予定時刻: 11時00分

自己評価実施予定者: 引間恵里、三原直美

16 まめどくれっしゅ3か年計画の具体化

基本方針である「子どもの個性を受け止め、一人ひとりが協力しあい、頼りあい、つながることで、子どもを真ん中にし、共に考えて経験できる環境」を基本とし、今後の3か年を計画する。

2021年度

「子どもが他者と関わりながら、自分で選択することを日常化し、成功と失敗を繰り返し経験することで、自己の特性を知っていきながら、他者とのつながりの大切さも育める環境を作る」

【計画内容】

子どもの興味や関わりを受けとめ、他者と共に物怖じなく成功や失敗を経験でき、つながりを持てる環境づくり

【姿】

子どもが一人だけでなく、他者と関わりながら選択できるような機会や環境を日常化していく。

また、保育者は子どもと共に成功と失敗を何度も繰り返し見守りながら、子どもにとって必要な心や体の成長や他者とのつながりを模索していく。

2022年度

「“にんげん力”の魅力を知り、地域の方々や在園児関係者など、子育てに関わる全ての人が、お互いに頼り頼られ、つながる場所を目指す」

【計画内容】

自園の魅力を発信しながら、地域の中でも存在を示し、お互いに頼り頼られてつながりながら、共に子育てについて学び経験する。

【姿】

子育てに関わるどの家庭にも、子育て支援活動や自園の行事や活動に参加しやすい環境を整え、お互いに学びあいながら、人と人とのつながりを育んでいく。

2023年度

「“にんげん力”を子どもと共に育むために子育てに関わる全ての人とつながりながら、これからの子育てについて学びあい、深掘しあう」

【計画内容】

地域の方々や在園児関係者など、これからの子育てについて語り合い、いろいろな観点から、子どもにとってどんな経験が必要かを共に考え、学び合い、深掘していく。

【姿】

地域の方々や在園児関係者などと、これからの子育てについて語り合い、様々な観点から、子どもにとってどんな経験が必要か、人と人がどんなつながりが必要かななどを深掘しあう。

以上