

室原会だより

Vol. 82

秋号

平成27年10月

ふれあい

(題字 室原亥十二)

ドクターズ・ファイル

菊南病院 診療部 吉村文長先生

サイクリング紀行/スポーツ功労者受賞

おてもやん総おどり(火の国まつり)

ふれあいア・レ・コ・レ

「患者様懇話会」開催

ワーキング・ウーマン

「ストレスチェック制度」実施

うりぼう・グループホームきくなん便り

...and more

室原内科・小児科

〒862-0949
熊本市中央区国府1丁目11番9号
Tel 096-364-3080 Fax 096-366-4668

菊南病院

〒861-5517
熊本市北区鶴羽田3丁目1番53号
Tel 096-344-1711 Fax 096-344-1726

水前寺高齢者複合施設

〒862-0949
熊本市中央区国府1丁目3番15号
Tel 096-364-1210 Fax 096-364-1221

グループホームきくなん

〒861-5517
熊本市北区鶴羽田3丁目11番15号
Tel 096-345-2260 Fax 096-345-2261



吉村 文 長

(医) 室原会 菊南病院 診療部

平成10年3月長崎大学医学部卒です。文系学部を回り道しましたため、医師免許所得時すでに31歳でした。まだ卒業研修が義務化される前に、国立病院機構長崎医療センターでローテート研修医（麻酔科、外科、放射線科、救命救急、総合診療科、消化器内科）をしました。済生会熊本病院健診センター、山鹿回生病院（認知症地域拠点病院）等々で勤務し、平成23年4月より菊南病院へご採用を頂き早くも5年目を迎えました。平成23年着任時より週1日ですが3年間、熊本大学医学部大学院代謝内科学教室研究生として熊大に通わせていただき、抄読会・カンファランス・教授回診などに参加し、分子生物学研究を含む代謝領域の最先端の知識を学びました。その様な流れで、現在は主にインスリン療法（1型糖尿病

を含む）を中心に糖尿病の診療をさせて頂いております。また、健康管理部門で産業医業務、関連施設の特別養護老人ホーム診察にも従事しております。プライマリを含め、浅く広く仕事をさせて頂いておられます。代謝内科領域では、熊本大学病院や国立病院機構熊本医療センターと顔の見える連携が取れますので、ご紹介にしましては気軽にお声かけ下さい。

趣味は、ランニング（というより陸上長距離走）です。医大生時代に西日本医科学生大会の5000mで7位が最高位でした。あと一人後塵を押し入賞を逃した痛恨を引きずり、ブランクはありましたが往生際悪く今でも走り続けています。最近では2年前、陸上のマスターズ全国大会（5歳刻み）では、M45クラス3000障害（3000m走の間に高さ0・914mの28台の障害物と7台の水壕を跳ぶ）で全国2位を達成できました。5000mでは4位が最高位です。M45クラスの1マイルなどいくつかのマスターズ県記録保持者です。県内大会では、熊本城30kmロードレースなどに参加しておりますが、練習時間が十分取れないため、フルマラソンは苦手です。あと30秒弱で3時間を切れるのですが。同僚の先生方や病院スタッフ皆様のご理解のお蔭で、年に1度のマスターズ全国大会（各県持ち回り）に有休を利用して毎年参加でき、充実したライフワークバランスを取れ、感謝しております。特技は、研修医時代に麻酔科でこなし

た“気管挿管”なのですが、哀しいかな、近年気道確保にはNIPPV（非侵襲的陽圧換気）が主流となり、殆ど実施機会がありません。この5年間で3回くらい行ったでしょうか。また、少々面倒と思われている？主治医意見書作成も得意です。

昨今の医療を取り巻く環境を見ますと、当面は戦後生まれ第一次ベビーブーム世代の方々が高齢者となり、生活習慣病・がん・脳血管障害・認知症などが増えてくると予想されます。国の医療費負担も増え財政も限りある中、無駄を省きつつ最大の効用を得るには、予防医学、急性期医療、回復期・慢性期医療、終末期医療（緩和含む）の連続性の中で、また地域に根差した中で、患者様を“点”ではなく、“点と線”で全人的に診て行く必要性があると考えます。出来るだけ患者さん目線の診療を心掛けたいと思います。その一助とすべく、自分の守備範囲を少しずつ広げて行く事や先端知識の吸収にも時間を割く所存です。ご指導のほど宜しくお願い申し上げます。

資格

日本医師会認定産業医、熊本県糖尿病対策推進会議連携医、熊本県認知症サポート医、英検準1級、仏検2級、中高社会科教員免許所属学会・日本糖尿病学会、日本糖尿病合併症学会、日本老年医学会

ドクター古庄のサイクリング紀行

菊南病院 副院長
古庄 伸行

23. 熊本の戦争遺産

サイクリングでは熊本の歴史遺産をよく廻りますが、中には第二次世界大戦時の遺産もあります。

大戦中、県内には多くの軍施設、軍需工場などが置かれました。中でも多かったのが軍飛行場で、県内の14箇所に作られました。菊南病院から最も近いのは黒石原飛行場で現在の黒石団地の東側にありました。しかしその遺構はあまり残っておらず、現在の黒石原コミュニティーセンターの一角に天皇陛下の写真を収めた「奉安殿」と呼ばれた施設の一部が残っているだけのようです。

そこから日田街道を北へ6キロほど進んだ泗水町吉富の花房台地に菊池(花房)飛行場がありました。飛行士の養成や特攻の中継基地として使われたようですが、他の飛行場と同じように昭和20年の春に米軍の空襲を受け、多くの犠牲者を出しました。その慰霊碑と共に、当時の給水塔、格納庫跡や弾薬庫跡など、多くの遺構が今もかろうじて残っています。今年は戦後70年、あらためて廻ってみ

ると、その「70年」という時の流れを感じずにはいられません。後世のためにもこのような戦争遺産を大切に保存してもらいたいと思います。



花房飛行場跡に今も残る「高架水槽(給水塔)」

DD SPORTS

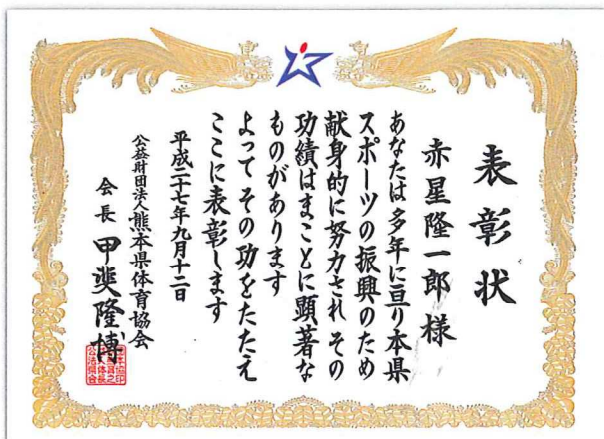
平成27年度 熊本県体育協会表彰

菊南病院副院長 赤星隆一郎先生がスポーツ功労者として受賞

平成27年9月12日(土)、第70回熊本県民体育祭総合開会式にて平成27年度熊本県体育協会表彰式が執り行われました。

この度、熊本県体育協会に所属している菊南病院副院長 赤星隆一郎先生がスポーツ功労者として受賞されました。今年度のスポーツ功労者受賞者は、23名となります。

今回の受賞は、スポーツ医科学専門委員会委員として長年に亘り熊本県のスポーツ界におけるメディカルサポートの体制づくりに多大な貢献を行ったこと、特にスポーツ選手の健康管理面では国体強化選手等のメディカルチェックのシステム確立・担当医師として尽力し、現在でも日体協公認スポーツドクターとして臨床現場はもとより、大会におけるオフィシャルドクター対応等、競技会を通してスポーツ振興に大きく貢献し、その功績を讃えて贈られたものです。



同じ浴衣から



イラスト選定 小中 幸樹

踊らなさん

会長室原亥十二



医療法人室原会総勢 102 名にて、総おどりに参加。
 室原亥十二会長に作って頂いたお揃いの浴衣に身を包み、
 7 月から各病院、施設にて一生懸命練習し、息もぴったり
 美しく踊ることが出来ました。
 みなさんの親睦もさらに深まったことと感じます。
 日本のお祭りは美しくて素敵です。
 菊南病院にて写真を展示しております。ぜひご覧ください。





火の国まつり 平成27年8月8日 第38回
おてもやん総おどり

室原内科 夏の慰安旅行

8月20日室原内科職員で「くま川下り」へ行ってきました。

その日は残暑が厳しかったですが、日本三大急流とあって船の上の風は気持ち良かったです。

また船頭体験もさせて頂き、軽々と漕いでおられますが、あまりの重さにびっくりしました。

川下りの後は温泉に入って美味しい鮎料理を頂き、ほろ酔い気分の織月酒造を後にし、旅の最後は球泉洞。夏の人吉を満喫した1日でした。先生有難うございました。



国宝 青井阿蘇神社



人吉城址

日本三大急流 くま川下り 2015年 8月

第31回火の国レガッタ

去る7月20日(月)の海の日、江津湖ポート場にて第31回火の国レガッタ大会が開催されました。室原会より男性2チーム、女性2チーム、混合1チームの5チーム総勢24名が参加し、成年女子の部で見事第3位に輝きました。

刺すような暑い日差しの中、ボートを漕ぐのは至難の業でしたが、息を合わせてゴールを目指す姿は爽快でした。

選手の皆さん、応援に駆け付けてくれた皆さん、暑い中お疲れ様でした。



菊南病院ボーリング大会

平成27年10月3日(土)スポーツ熊本にて菊南病院ボーリング大会を開催。

職員や家族など計37名が参加し、看護部一般病棟の渡並看護師が総合優勝を飾りました。

ワイワイと体を動かしながら親睦を深めることができ、みなさんの楽しそうな笑顔が仕事の間へ繋がると幸いです。



患者様懇話会

平成27年9月26日(土)、菊南病院多目的ホールにて『患者様懇話会』が行われました。

ご入院中の患者様やご家族様を対象に、病院からのお知らせやご意見箱に寄せられたご質問・ご意見への回答などをお伝えしました。

厳しいご意見や温かいお褒めの言葉、様々なご意見を頂きます。皆様と一緒により良い病院、より良いサービスを作り上げていきたいと考えておりますので、忌憚のないご意見を今後ともお聞かせいただければ幸いです。

※一部ご意見箱への回答は、各病棟、1階デイケア前の掲示板に掲示しております。



菊南病院 行事食献立

2015年9月
敬老の日のメニュー

栗おこわ
刺身(鯛、鮪)
宝楽のグラタンもどき
菊花汁、饅頭





看護部副看護部長
兼一般病棟師長

野中 真由美

Q 看護師になったきっかけは？

A 小さい頃は漠然と「学校の先生になりたい」と思っていたのですが、進路を決める時期に家族の入院が重なり看護師の仕事に触れる機会が増え、看護職に興味を持ち始めたことでしょうか。

Q 現在のお仕事は、具体的にどのような内容ですか？

A 副看護部長と一般病棟師長を兼務しています。師長としての仕事は病床管理・患者家族管理・リスク管理……要は、患者様が治療に集中できる環境を整え、24時間不安のない安心安全な看護、介護を提供する事。そしてスタッフの健康管理ですね。

副看護部長としてはまだまだ未熟ですが、各病棟スタッフをマネジメントしている病棟師長たちが効率的な時間管理・業務改革・意識改革など病棟運営に集中できる環境を整えサポートする事が業務のひとつだと考えています。

Q 一般病棟の特徴を教えてください

A 一般病床(24床)と地域包括ケア病床(8床)があります。

一般病床は、急性期病院で治療を受けた後の継続した治療を行う病床です。また、外来患者様の急性発症・急性憎悪疾患の治療、がん患者における緩和ケア、人生の最終段階における看取りなど多岐にわたっています。

地域包括ケア病床は、急性期治療を終え在宅や施設へ移行するには不安のある患者様に対して、主治医・看護師・リハビリスタッフ・医療相談員などが協力し、それぞれが持てる能力を発揮しながら支援を行っています。

今後、一般病床も地域包括ケア病床へ移行する予定ではありますが、現在の一般病床としての機能は引き続き担って参ります。

また、スタッフの平均年齢も若く活気に溢れていますし、向上心も高く、個々がとても魅力的な個性を持っ

ていることも病棟の特徴のひとつです。

Q お仕事で心掛けていることは？

A 師長の仕事は現場の下準備、縁の下の力持ち的なものだと思っています。

よく「患者中心の質の高いケアを提供します」と言いますが、提供するのスタッフです。某先生の言葉を借りて言うと「オリンピック競技にもあるカーリングに例えるなら、ストーンを投げるのが看護部長、ストーンが目標に届くように一生懸命氷をブラシでこするのが師長、ストーン同士が当たるサークルの中が現場です。ここでのストーンはスタッフです」私はストーンたちがサークルの中でうまく結果を出せるように一生懸命氷をブラシでこすりまくります(笑)

Q 菊南病院で働いてよかったこと・思い出は？

A 入職して早15年、凹む事も多々ありましたが、ここまで続けてこられたのは菊南の「色」菊南の「水」が私に合っていたんだと思います。忙しい中でも病棟を良くしようと色んなアイデアを出してくれるスタッフに恵まれたことは一番の財産です。

また、15年前は看護部に統一したマニュアルもなく、機能評価受審を機にマニュアル委員として関わりました。その時の物が礎となり今も改正を繰り返し、進化しているというのは看護部に貢献できた事の一つかな、と思います。

Q 今後挑戦したいことは？

A 4年前ファーストレベルを受講させて頂きました。今後も看護管理については研修を積み重ねスキルアップしていきたいと思っています。

私生活面では、長年のファンであるバンドのライブ全国制覇ですかね！頑張ります！！←仕事より力入ってます、すみません(笑)

来年には電子カルテも導入され、新たな変化を迎えます。看護部長はじめ様々な部署の方々にご指導頂きながら今後も頑張っていきたいと思っています。

新入職員紹介 H27.7.1～

江田 早代 外来クラーク
迫 民子 一病棟 ケアマネ
島村 尚子 診療情報 管理室
吉見 麻樹子 一般病棟 介護福祉士

和田 真宜 看護部 ケアワーカー
菅原 大貴 一病棟 准看護師
松原 純子 一般病棟 介護福祉士

坂井 歩美 通所リハ 介護福祉士
酒井 美恵子 健康管理部 保健師
正代 心美 三病棟 准看護師

よろしくお祈りします

2015年12月からストレスチェックの実施が義務となります

健康管理部 中嶋 朋子

近年、仕事や職業生活に関して強い不安、悩み又はストレスを感じている労働者が五割を超える状況にあります。仕事による強いストレスが原因で精神障害を発病し、労災認定される労働者が、増加傾向にあり、労働者のメンタルヘルス不調を未然に防止することが益々重要な課題となっています。

こうした背景を踏まえ、平成二六年六月二五日に公布された「労働安全衛生法の一部を改正する法律」（平成二六年法律第八二号）により、心理的な負担の程度を把握するための検査（ストレスチェック）及びその結果に基づき面接指導の実施等を内容とした「ストレスチェック制度」（労働安全衛生法第六六条の一）に係る事業場における一連の取組全体を指します）が新たに創設されました（平成二七年一月一日を把握し、労働者自身のストレスへの気づきを促すとともに、職場改善につなげ、働きやすい職場づくりを進めることによって、労働者のメンタルヘルス不調を未然に防止すること（一次予防）を主な目的としたものです。

ストレスチェック制度の概要

ストレスチェックの実施等が事業者の義務となる。（労働者五〇人未満の事業場は努力義務）

《本制度の目的》

- ・一次予防を主な目的とする
- ・（労働者のメンタルヘルス不調の未然防止）
- ・労働者自身のストレスへの気づきを促す
- ・ストレスの原因となる職場環境改善につなげる

○検査結果は検査を実施した医師、保健師等から直接本人に通知され、本人の同意なく事業者に提供することは禁止されています。

○検査の結果、一定の要件に該当する労働者から申し出があった場合、医師による面接指導を実施することが事業者の義務となります。

また、申し出を理由とする不利益な取り扱いを禁止されます。

○面接指導の結果に基づき、医師の意見を聞き、必要に応じ就業上の措置を講じることが事業者の義務となります。

国が推奨する57項目の質問票

（職業性ストレス簡易調査票）

A あなたの仕事についてうかがいます。最もあてはまるものに○を付けてください。

1. 非常にたくさんの仕事をしなければならぬ	13. ゆううつだ	22. 音聲や声がこる
2. 時間内に仕事を処理しきれない	14. 何をするのも面倒だ	23. 目が痛い
3. 一生懸命働かなければならぬ	15. 物事に集中できない	24. 目が乾く
4. かなり注意を集中する必要がある	16. 気分が落ちない	25. 動作や息切れがする
5. 高度の知識や技術が必要でむずかしい仕事だ	17. 仕事に手がつかない	26. 胃腸の具合が悪い
6. 勤務時間内はいつも仕事のことを考えていなければならない	18. 恐ろしいと感じる	27. 食欲がない
7. からだを大変よく使う仕事だ	19. めまいがする	28. 便秘や下痢をする
8. 自分のペースで仕事ができる	20. 体のふしぶしが痛い	29. よく眠れない
9. 自分で仕事の順番・やり方を決めることができる	21. 頭が重かったり頭痛がする	
10. 職場の仕事の方針に自分の意見を反映できる		
11. 自分の技能や知識を仕事で使うことが少ない		
12. 私の部署内で意見の食い違いが多い		
13. 私の部署と他の部署とはうまく合わない		
14. 私の職場の雰囲気は友好的である		
15. 私の職場の作業環境（騒音、照明、温度、換気など）はよくない		
16. 仕事の内容は自分にあっている		
17. 働きがいのある仕事だ		

B 最近1か月間のあなたの状態についてうかがいます。最もあてはまるものに○を付けてください。

1. 活気がいっている	7. ひどく疲れた
2. 元気がいっぱいだ	8. へとへとだ
3. 生き生きする	9. だるい
4. 恐ろしいと感じる	10. 気がはりつめている
5. 内心腹立たしい	11. 不安だ
6. イライラしている	12. 落着かない

C あなたの周りの方々についてうかがいます。最もあてはまるものに○を付けてください。
次の人たちはどのくらい気軽に話ができますか？

1. 上司	2. 職場の同僚
3. 配偶者、家族、友人等	4. 上司
5. 職場の同僚	6. 配偶者、家族、友人等

あなたが困った時、次の人たちはどのくらい頼りになりますか？

1. 上司	2. 職場の同僚
3. 配偶者、家族、友人等	4. 上司
5. 職場の同僚	6. 配偶者、家族、友人等

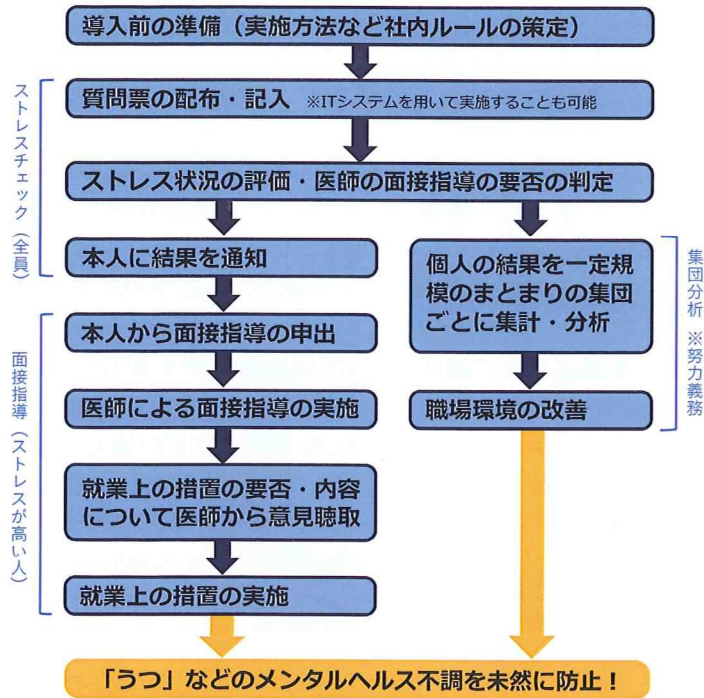
【回答数（4段階）】
A そうだ/まあそうだ/ややがう/ちがう
B ほとんどなかった/ときどきあった
C しばしばあった/ほとんどいつもあった
D 満足/まあ満足/やや不満足/不満足

D 満足度について

1. 仕事に満足だ	2. 家庭生活に満足だ
-----------	-------------

※ストレスチェック指針（平成27年4月15日）より

ストレスチェック制度の実施手順



ストレスチェックと面接指導の実施状況は、毎年、労働基準監督署に所定の様式で報告する必要があります。

参考資料：

- 1) 厚生労働省「ストレスチェック制度簡単導入マニュアル」
- 2) 中央労働災害防止協会 HP「ストレスチェック制度とは？」

本人に通知するストレスチェック結果のイメージ

あなたのストレスプロフィール

<評価結果（点数）について>

項目	評価点（合計）
ストレスの原因に関する項目	〇〇点
心身のストレス反応に関する項目	〇〇点
周囲のサポートに関する項目	〇〇点
合計	〇〇点

<あなたのストレスの程度について>
あなたはストレスが高い状態です（高ストレス者に該当します）。

セルフケアのためのアドバイス

<面接指導の要否について>
医師の面接指導を受けていただくことをおすすめします。以下の申請窓口にご連絡下さい。
〇〇〇（メール：*****@***** 電話：*****）
※面接指導を申し出た場合は、ストレスチェック結果は会社側に提供されます。また、面接指導の結果、必要に応じて就業上の措置が講じられることとなります。
※医師の面接指導ではなく、相談をご希望の方は、下記までご連絡下さい。
〇〇〇〇（メール：*****@***** 電話：*****）

当院では、H28年4月より、健診事業所及び当院職員に対して実施する予定です。「ストレスチェック制度」は、メンタルヘルス対策の一部です。一人一人が生き生きとした生活を自らの力で整えていけるよう役立てていきましょう！

うりぼう



～ 施設の楽しい行事を紹介～

水前寺高齢者複合施設
小規模多機能 いとし
グループホーム 鈴の音
水前寺有料老人ホーム

夏祭り



えい!!



皆さんと一緒におもやんを踊りました♪



〈敬老会〉

ご長寿様へ表彰状の授与式や皆様へ紅白万十をお配りしました。



地域の保育園児の皆さんと歌や手遊びを楽しみました。

グループホームきくなん便り そうめん流し

8月8日、今年もご家族を招いてそうめん流しをしました。

そうめんのほか、ホームで採れたかぼちゃやピーマン、きゅうりやおくらなどを使い、サラダや天ぷらも作りました。皆さんの笑顔がとても素敵でした。



誕生日



今年の誕生日会はお本人の希望に沿って、お出かけや外食をしています。ホテルの和食はとても好評でした。

お知らせ

ホームにバス停が出来ました。リアルすぎて近所の方が尋ねて来られるほど!



◆外来担当医当番表◆

平成27年6月～

菊南病院

		月	火	水	木	金	土	
午前	1診	室原	赤星	室原	梅田	赤星	室原	
	診療 (9時～12時)	2診	古庄	加古	古庄	加古	吉村	
	受付 (9時～11時)	3診	整形外科 前田	整形外科 前田	吉村	呼吸器(不定期) 松岡(予約)	整形外科 前田 梅田(第2・4) 呼吸器 松岡(第3)	
午後	1診	梅田 (予約)	梅田 (予約)	室原 (予約)	室原 (予約)	梅田 (予約)		
	診療・受付 (13時～17時)	2診	中島	中島	古庄	吉村	禁煙外来 古庄(予約)	休診
	3診		—	神経内科 14時～17時 守屋(隔週)	—	禁煙外来 赤星(予約)		

●休診日：日曜、祝日、年末年始等 ※但し、急患の場合はこの限りではありません。

一 医師情報

松岡	呼吸器内科 ※要予約
守屋	神経内科 ※隔週(事前にご確認下さい)

★都合により受付終了時間が早まる場合がございます。ご了承くださいませ★

平成26年1月現在

室原内科・小児科

		月	火	水	木	金	土
午前	室原亥十二	室原亥十二	室原亥十二	室原亥十二	休診	室原亥十二	室原亥十二
	★動脈硬化検査 (第1・第3火曜日)	★動脈硬化検査 (第1・第3火曜日)	高血圧外来 (梅田Dr)	高血圧外来 (梅田Dr)		腹部エコー検査 (第2・第4)	糖尿病外来 (後藤Dr)
午後	室原亥十二	室原亥十二	室原亥十二	室原亥十二	休診	室原亥十二	室原亥十二
	★動脈硬化検査 (第1・第3火曜日)	★動脈硬化検査 (第1・第3火曜日)	喘息外来 (藤井Dr)	喘息外来 (藤井Dr)		心臓外来 (室原良治Dr)	心臓外来 (室原良治Dr)

☆午前8:30～12:00 午後1:30～3:00

●診察日・時間：月～土曜日(木曜日を除く) 午前8:30～午後6:00

●休診日・時間：木曜日・日曜日・祝祭日・年末年始等

《その他の教室》毎月第2火曜日 午後2:00より「生きがい塾」

編集後記

編集長 室原 鈴子

春を呼ぶ——阿蘇地方の野焼きが終わり、夏の甲子園も幕を閉じた。創設百年の、記念すべき第一回優勝校、鳥羽の主将の宣誓。「激動と困難乗り越え今日の平和を成しとげました」の力強さに胸が熱くなった。

『82号』秋号のメインは、何はともあれ八月八日の火の国まつり、**おてもやん総おどり特集**。三、四頁の夏の圧巻に釘づけになって下さい。会長の発案で弱った自分の体を鼓舞する様に、今夏は皆で夏のおどりの参加をと病床から呼びかけ、ユカタ・ぞうり・帯・タスキを帯屋さんにす早く注文。五六団体、四五〇〇人の中に、室原会総勢一〇二名の総おどり参加にこぎつけた。賑やかなおどり大好き私共老夫婦は、自宅で良治がスカイプで送信してくれた一世一代の圧巻の皆さんの勇姿に、大拍手。会長も紅顔の少年の様に興奮して元気！勇気！をいただきました。それに、室原会のイケメン、美女軍団に目を見張り、私の大きな発見です！皆様の熱いエール、ご協力の心より、感謝申し上げます。室原会が一丸となって燃えた忘れない一夜でした。

吉村Drの心のこもった貴重な文章に敬服。今後とも、よろしくご指導下さい。相変わらず好評の古庄Drのサイクリング紀行、スナックと共に心に残りました。赤星Drの栄えあるスポーツ功労者の受賞、心よりおよろこび申し上げます。

第三一回と続いた会長の志を継ぎ、火の国レガッタの皆様の心意気。感謝・感激。ふれあいアレコレも熟読して下さい。

Working Womanの野中真由美副看護部長の記事は、分かりやすく力強い指針ですばらしい物でした。リーダーとして期待しています。又、ストレスチェックのコーナーも、重要な記事が掲載されています。充分にお目通し下さい。

うりぼう・グループホームきくなんのお便りも、職員の方々の大きな愛が画面一杯溢れています。

九月二日は敬老の日でした。一〇八才の女医さんの「生きる目的を持ち学ぶ意欲を持って元気が出ます」のお言葉！恐れ入りました。