

OCMA 通信



新年のご挨拶

～ 2019 年におけるケアマネジメント関連の動向を探る～

公益社団法人 大阪介護支援専門員協会 会長 濱田 和則

新年あけましておめでとうございます。12月に発表された今年度の介護支援専門員試験合格率、合格者数は衝撃を与えました。今年度より受験資格が法定資格保有者等で当該業務に900日以上従事したことが要件となり、2017（平成29）年には131,560人あった受験者数は49,312人と激減していました。さらに、従来15%前後と見られていた合格率が10%前後に下がり、大阪府では合格率10.5%で合格者数は312人。近畿地区では9.3%と10%を割る県もあり、一気に狭き門になりました。大変減少しましたが、合格者の方々には是非協会入会いただき、ともに資質向上を図っていただくと期待します。



一方、介護現場では現在、社会保障審議会 介護給付費分科会において次年度予定されている消費増税の介護報酬改定時期に、政府の「新しい経済政策パッケージ」に基づき介護人材の処遇改善が検討されています。公費1000億円を投じ、①柔軟な運用を認めることを前提に、②経験・技能のある職員に重点化を図りながら、③介護職員の更なる処遇改善を進めるとされています。この中で現在、前述の(1)経験技能のある介護職員に加え、(2)他の介護職員への配分や、(3)その他の職種への配分も検討されており、現在、この「その他の職種」に介護支援専門員も含まれるよう、日本介護支援専門員協会を通じて要請が行われています。残念ながら介護職員が在籍しない介護保険サービス事業所等は対象とならない模様ですが、給与費に直結する給付であるだけに今後とも会員やその他の皆様のご支援をいただきながら様々な場面で要望して参りたいと考えます。

そして、今後の動向の中で懸念されるのが居宅介護支援における利用者負担の導入に関する議論です。この案件は以前から社会保障審議会 介護保険部会等において議論が行われていましたが、2016（平成28）年12月9日付の「介護保険制度見直しに関する意見」の意見書の中で導入に反対する意見もある一方、導入に言及する多くの意見も示されています。今般、財務省の財政制度等審議会財政制度分科会（平成30年11月20日）と31年予算に関する建議（https://www.mof.go.jp/about_mof/councils/fiscal_system_council/sub-of_fiscal_system/report/zaiseia301120/index.html）において、資料Ⅱ-1-43の中で「居宅介護支援においては利用者負担が設定されていないため、利用者側からケアマネジャーへの業務の質のチェックが働きにくい構造にある。」として利用者負担を求めています。利用者側から私たちの業務の質のチェックが働く仕組みとは何か。具体的な提案や検討が求められています。一方で負担導入は結局、居宅で介護を受けている利用者のみが対象となるため、住み慣れた地域での生活を支援する地域包括ケアを進める上で一定の阻害要因となることは間違いありません。

2019年度における近畿介護支援専門員研究大会は大阪が当番府県となります。協会においては実行委員会も組織されていますが、まずは奈良大会へのお越しをお待ちしております。それでは本年もよろしくお祈りいたします。

平成 30 年度 支部交流会を開催しました



11月24日(土)10時より、OCMAホールにて平成30年度支部交流会が開催されました。全国的にも活気のある大阪らしく、過去最多の113名の参加がありました。冒頭には、濱田会長より、前日に決まった2025年大阪万博決定の朗報と団塊の世代が75歳になる2025年とをなぞられた講話にて情報提供頂きました。

続いての第Ⅰ部では、西之坊ブロック活動部委員・訪問看護ステーションゆいか 所轄部長 錦織氏を講師にお招きし、『医療と介護の連携』について御講演頂きました。講師の二人は、それぞれの職能団体理事として、大阪府退院支援・在宅療養における多職種連携のあり方検討会・作業部会に参加し、「大阪府入退院支援の手引き」の作成に尽力されました。(手引書は当日の講演資料として参加者に配布)作成の背景として、医療と介護には連携すべき4つの局面があり、①住み慣れた地域で療養が必要になった時、②疾患の悪化等による急変時、③病院と在宅多職種関係者(在宅チーム)の協働による退院支援、④住み慣れた場所等における看取り時等があると説明を受け、入退院支援のあり方・目指すべき姿について、病院と在宅チームが日ごろから体制を整えておくとともに、入院から退院に至るまで、連携・協働して支援していく大切さを改めて学びました。

第Ⅱ部の災害対策委員会報告では、吉村事務局長より、6月の大阪北部地震、7月の広島・岡山豪雨災害等、災害が多発していることを受け、また何時さらに大きな災害が起こるかわからない、予測不能な事態に備えて、当協会ではいち早く災害対策委員会を立ち上げ、災害支援ケアマネジャーを養成するための研修をしていくと告知がありました。

第Ⅲ部では、各ブロックに分かれグループディスカッションが行われました。「医療と介護の連携」について自ブロックでの活動報告や協会支部としてできることについて話し合い、協会会員としての思いを語り合いました。第Ⅰ部で報告のあった入退院の手引きを活用し、既に地域で勉強会を開催している地域もあり、「詳細にまとめられており、わかりやすい」と他職種からも高評価であったとの報告を聞き、勉強会未開催地区でも今後開催に向けて調整したいとの意見が出ました。



最後に海原ブロック活動対策部長から、大阪介護支援専門員協会の会員数について現状説明がありました。地域包括ケアシステムの要を担うケアマネジャーは、今後政策提言にも力を発揮していきたい。その為にも、更に協会会員の増強の必要性がある。現在3,000名近い会員数があるが、5,000名以上を目標に展開していきたい。その為にそれぞれの支部活動に期待を込めた言葉が発せられ、大変盛り上がった支部交流会となりました。

堺ブロック長 大谷 信哉

第Ⅵブロック新人研修会開催

平成 30 年 12 月 1 日に第Ⅵブロックのイベントとして、新人研修、『ウェルカムケアマネジャー～達人ケアマネからのマル秘伝授～』を開催しました。ブロック内 7 支部の支部長を中心に知恵を絞り合い、たくさんの“あり”（笑いあり、学びあり、会員増強あり、仲間作りあり、最寄り駅からの送迎あり、懐石料理あり、お酒あり、温泉あり、抽選会の景品あり）などを楽しめるイベントを実施しました。



今回の企画の目的は、7 支部共通の課題でもある、● 会員増強があまり進展していない、● 支部活動幹事があまり変わらないメンバーである、● 非会員で経験の浅いケアマネジャーの悩みを支部が把握していない、● 経験の浅いケアマネジャーが本協会に入会してくれない、などを解決するにあたり、共通

の課題なのであれば各支部単位で解決するよりも、いっそブロックイベントにて取り扱おう!! という共通認識を支部長間で確認し合った上で開催しました。

開催地は、だんじり祭りで有名な岸和田市の山手にある「牛滝温泉いよやかの郷」としました。当日は 45 名の方々に参加いただき、達人ケアマネからのマル秘伝授（命名は、泉州南支部 家門信享支部長）は、第Ⅵブロックで活躍する、川口朋寿会員、渡部功司会員、山崎真央会員にお願いしてそれぞれの視点から伝授していただきました。川口会員よりケアマネジャーの視点から介護保険創設当初から現在に至るまでについて 17 年間の職務で学んだこと、ケアマネジメント業務の効率的な視点などについてかみ砕いて説明していただきました。渡部会員からは、独立型居宅介護支援事業所の運営の詳細や今までの経験から感じた自身の思いを伝授していただきました。さらに、山崎会員からは「家族さんとの上手な付き合いの仕方」という題で、様々な経験や視点により家族との接点や関わり方を伝授していただきました。



参加した比較的経験の浅いケアマネジャーには入会案内と共に、勤務先又は居住地の支部より研修案内等を送付することを了承いただき、今回の企画趣旨に則った支援が出来るように仕掛けました。第Ⅵブロック内の 7 支部が独自に企画するよりもブロックとして企画することは、1 支部あたりの負担が少なくなります。また、スケールメリットを有効活用することで支部活動や会員増強などへ還元することが出来ると思います。今後も第Ⅵブロックでは、様々な活動を通じて、7 支部間の交流の機会や仲間意識、ブロック活動

への参加意識を高め合い、支部 & ブロック & 大阪協会の有機的な連携を強化していきます。

第二部の交流会では、懐石料理と様々な景品が当たる抽選会、温泉を活用するなど、楽しく有意義なひと時を過ごしました。

泉州南支部 副支部長 西之坊 篤

座 談 会

「～どうなる？ どうなった？ 介護支援専門員の業務～ 運営基準制度改定、みんなで考える！」 後編

【パネリスト（敬称略）】

中村 雅一（大阪きづがわ医療福祉生活協同組合） 村田 優美（特定医療法人蒼龍会 江坂ケアプランセンター）

森 知子（藤井寺市地域包括支援センター） 牧野 雄市（ケアプランハウスクッキー）

司会：石村 陽一（府民情報発信部理事）

開催日時：2018年7月10日 19時～20時 開催場所：OCホール

司会：公正中立なケアプランについて、お話を伺います。

村田：私の事業所では、利用率が80%とか90%になっている事業所がなくて、元々低いのです。ですから、慌てて何かしなければならぬことはありませんでした。

司会：地域の社会資源を紹介する場合の方法として、地域のヘルパーステーションはいくつかあるけれども、事業所の特徴を利用者に提示して、自己決定を促すという趣旨だと思うのですけれど。

村田：そうですね、元々、資料やパンフレットを活用して、選んで頂いておりました。

司会：なるほど。普段からそのように説明をしておれば、改定で文言が入ったとしても、特別気を付けることはありませんよね。地域包括支援センターではいかがですか。

森：地域包括支援センターというよりも、私は介護保険が始まった当初から利用者さんに選んで頂いておりましたので、今回の改正でなぜ改めてそのようなことが出るのか、それ自体が疑問でした。

中村：利用者が選択するというのは、その人のニーズに合うところを選ばないといけません。何ができるのか、対応が早いとか、休日でも対応してくれるとか、メンテナンスがいいなどの特徴が必ずあります。このあたりの社会資源の把握は、一人ではなかなか難しいので地域で情報共有していくことも大切です。実際は、色々な特徴があると思います。マッチした情報提供ができていないから、利用者からケアマネジャーに対して、「あなたが決めてください」と言われることになります。示しているようで、実は示せていないのが実態ではないでしょうか。

司会：改めて社会資源の見直しにはいい機会かも知れないですね。生活援助の訪問回数の多い利用者への対策。訪問介護における生活援助の回数の目安が示されました。

牧野：あるサ高住から「見直しましょう」と声がかかりました。回数が多い人とかですが、ケアマネジャーと一緒に考えて、ある程度見直しが出来たところはよかったです。

中村：必要な人に必要なサービスが提供されるというのは、いいと思うのですが、そうでない人に対しては、やっぱり見直した方が良くと思います。それでも、実際に示されている回数よりも生活援助で行かないといけない人もやはりいるので、そういう場合はしっかりと申請を出して、認めてもらえばいいと思います。

森：ある事業所で、すべての利用者に口腔機能向上加算を算定しますという話になって、地域包括支援センターで取りまとめ、市の担当者と話したこともありました。この時は、ケアプランに基づかないと算定できないことを伝えました。

司会：なるほど、やはり現場ではそのような調整が行われていたのですね。ありがとうございました。そろそろ予定の時間になりましたので、最後に皆様に、一言ずつお願いしたいと思います。

牧野：特定事業所加算の中で、二つ以上の事業所が参画して事例検討するというのがありますよね。あれはすごくいいなと思っています。介護支援専門員の質を向上させるには、個人的には事例検討しかないと思っているので、皆でやろうっていう気風になってきていて、それがまた加算にもつながるのはいいなと思います。

村田：これから、もっともっと介護される方々が増加して、ケアマネジャーがケアプランを立てる件数も間に合わなくなると思います。けれども、予防に力を入れていったらいいなと思っています。例えば、脳梗塞になってから慌てて対策をとるのではなく、普段からの予防を考えていく社会になれば、必要なところに必要なお金も回っていくシステムになるのではないかな、と思います。

森：介護保険外サービスの位置付けがこれからもっと重要視されていく中で、藤井寺市ではそこにも力を入れていて、介護認定の有る無しに係わらず、セラピストや栄養士が「こんな生活改善方法があるよ」と家庭を訪問する事業があります。それについて地域包括支援センターも協会の支部活動でも「こんな介護保険外サービスがあるよ」と地域のケアマネジャーに発信しています。

中村：決まりを守らなければならないとか、記録の方法とか、指導が中心になってしまって、本当に利用者さんだったり困難な事に対してもっと足を運んだりという時間が取れなかったりします。行政が解決しようと思っている問題も、僕らが解決しようと思っている問題も同じなものですから、もう少し信頼してもらって、やはりそれを一緒に解決できるようなスタンスでやってもらえればいいなと思います。もう独居の人ばかりですし、老老介護で認知症であれば一人で受診もできません。これからもっとそういう人が増えるのでしょうけれど、そういう中で、ケアマネジャーをやったりやろうと思う人がたくさん居てくれないとだめだと思います。我々の仕事が夢のある仕事になって欲しいと思います。

司会：みなさん今日は貴重なご意見ありがとうございました。現場の生の声を聞かせていただいて、大変勉強になりました。これからもご協力をよろしくお願いします。



(座談会を終えて)

現場で活躍する会員に集まっていただいて、それぞれの活動や想いを語っていただきました。議論が熱を帯びて時間が延長したりしましたが、オブザーバーの方の参加もあり、有意義な時間となりました。現場の生の声を発信するよい機会に恵まれたことを嬉しく思いながら、これからも介護支援専門員の活動や想いを発信する使命を強く感じた座談会でした。ご出席くださいました皆さん、ご協力くださいました皆さん、ありがとうございました。

(府民情報発信部)

ケアマネセラピー

認知症予防 vol.10 社会的交流と認知症予防

スウェーデンで行われた疫学的調査研究で、認知症の発症と社会的交流頻度との関係が調べられています。一人暮らしで、友人が訪ねて来る頻度が週に1度もない、家族が訪ねて来る頻度も週に1度もないという条件の人たちでは、認知症の年間発症率が1,000人中160人でした。一方、家族と同居し、友人が週に1回以上訪ねて来たり、子供も週に1回以上訪ねて来るという場合には、1,000人中20人の発症でした。社会的交流の頻度によって、8倍という大きなリスクの違いがみられます。



社会的つながりをもち豊かに生活している人は、認知症になりにくいということが示唆されています。

日本でも国立長寿医療研究センターによる調査では、65歳以上の14,000人を対象にした9年間の調査で、「配偶者がいる」「同居家族と悩み相談などする」「友人との交流がある」「地域にグループ活動に参加している」「働いている」のいずれかに該当する場合、発症リスクが11～17%低下していたそうです。すべてに該当すると、0～1個しか該当しない人に比べ、リスクが46%低下していたそうです。家族との交流が期待できない独居高齢者の場合でも、近隣や友人たちとのつながりを保つ事が、予防に重要な役割を果たす可能性があります。

一方で、「孤独感」が強いと認知症のリスクが高まるという研究があります。米国の研究機関において、高齢者823人を対象に、4年間、「寂しさ、孤独感」とアルツハイマー病との関係を調査しています。孤独を感じ続けている高齢者は、他の人々とのつながりを感じ、孤独感の少ない高齢者より、認知症を発症するリスクが2倍以上高くなっています。社会的なネットワークが小さく、未婚で、他の人々との交流が少ないと、認知症を発症するリスクが高くなっていることが報告されています。ただ、追跡調査期間中に死亡した90人を検死したところ、アルツハイマー病を証明する脳組織の変性は、「寂しさや孤独感」とは関係がみとめられません。「寂しさ、孤独感」は高齢期になるとアルツハイマー病や認知症のリスクを高めていますが、脳の明らかな病変以外でも、何らかのメカニズム（脳への血流の減少など）による認知症の症状を引き起こしている可能性が示唆されています。

以前に紹介したナンスタディでも、うつ既往があると脳病変や脳萎縮が少なくても、認知症状が出現しやすいと報告されていました。これらの研究結果からは、人との関わりが乏しい「孤独感」や、関わりが少なくなる「うつ様」の症状は、認知症をより早く出現させてしまう可能性があります。



友人・知人とコミュニケーションをとる、地域との関わり、ボランティア活動への参加などの社会的活動は、脳のネットワーク活動を活性化し、認知症予防にとっても効果があります。年齢的にまだ早いと思うかもしれませんが、あなたの退職後の生活も視野に、生きがいを感じながら、身近な地域とのつながりを長く保てる活動を、考えはじめても良いかもしれませんね。

府民情報発信部 小森 喜義

**第 54 回公益社団人大阪介護支援専門員協会
理事会議事録 要約**

開催日時 平成30年2月14(水) 19:00~20:30
開催場所 OMMビル 3階

【審議関連事項】

1. 第1号議案 他組織の依頼の件
 - (1)大阪府地域福祉推進財団の後援名義使用
「医療と介護の連携セミナー」承認。
 - (2)第38回近畿作業療法学会の後援名義使用
辻岡理事より説明、承認。
 - (3)読売新聞の紹介依頼
両師部長より説明、承認。取材を受ける方については、
直近の堺・吹田市の方で小宮理事が担当し調整する。
 - (4)日本協会—介護報酬改定伝達研修会への参加協力依頼
濱田会長より説明、承認。受けて頂く方を募る。中辻
副会長、三浦事務局員とした。
 - (5)運営基準等の意見聴取
運営基準のQ A等の対応について中辻副会長から説明、
意見を聴取。明日までに事務局にメール等で出して中
辻副会長にて集約することとなる。
 2. 第2号議案 研修センターの件
 - (1)講師依頼
 - ① 3/20 堺市中区ケアマネ支援部会
支部ではなく連絡会の勉強会としての位置付け。講
師は堺市の他の支部から依頼することで承認。
 - ② 4/17 此花区居宅介護支援事業所連絡会
実務をされている講師が適任。近隣の支部をあたる
がないので、講師として三浦事務局員に依頼する。
都合が合わない場合は再調整することで承認。
 3. 第3号議案 事業部の件
 - (1)ブロック活動部 以下の通りで承認
 - ①講師派遣
3/8 柏原支部→三浦事務局員
3/20 第VIブロック→濱田会長
3/30 住吉支部→濱田会長
 - ②役員派遣
3/30 住吉支部→濱田会長
 4. 第4号議案 事務局の件
 - (1)会員入退会について、異議なく承認。
正会員 2894名、有効会員数 2807名、賛助団体
75団体
 - (2)賛助会員入会（ピース・オブ・ケア）
入会承認する。海原理事担当。
 - (3)個人情報に関する宣誓
 - (4)佐川急便との契約
 - (5)チラシ設置
 - (6)組織図
 - (7)大阪府災害福祉広域ネットワーク会議
 - (8)規程案について（総会運営規程、入会及び退会に関す
る規程、理事の職務権限規程）
- 【業務執行理事による業務報告及び関連事項】**
5. 日本協会報告（1/10～2/13）
 6. 公職会議報告

7. 事業部活動報告
 - (1)府民活動情報部
 - (2)学術研究部
 - (3)職能対策部
8. 研修センター報告
9. 事務局報告
 - (1)12月業務報告
 - (2)主任研修募集案

【その他協議事項】

10. 第5号議案 大正区拾得物
11. 第6号議案 次年度事業計画

**第 55 回公益社団人大阪介護支援専門員協会
理事会議事録 要約**

開催日時 平成30年3月14(水) 19:00~20:30
開催場所 OMMビル 3階

【審議関連事項】

1. 他組織の依頼の件
 - (1)平成30年度大阪府登録業務、再研修業務、認定受付
業務委託
両師部長より説明、一括して諮り、承認。
 - (2)堺市地域包括ケアシステムの推進手法等に関する懇話
会委員の推薦
上野理事に引き続き委員として推薦することで承認。
 - (3)関西シルバーサービス協会の「バリアフリー 2018に
おけるシンポジウム」後援名義使用
濱田会長より説明し、後援名義承認。
 - (4)関西シルバーサービス協会の「バリアフリー 2018に
おけるシンポジウム」パネリスト依頼
 - (5)泉州南支部「市民公開講座」の後援名義使用
藤岡監事より説明し、承認。
2. 事業部の件
 - (1)ブロック活動部
講師依頼
 - ① 3/28 岸和田・忠岡支部⇒西之坊理事
 - ② 3/31 池田・豊能・能勢支部⇒中辻副会長
 - ③ 4/23 中央区支部⇒三浦委員
 - ④ 6/8 八尾支部⇒中辻副会長
 - ⑤ 6/15 箕面支部⇒濱田会長
 - ⑥ 6月、12月東大阪市支部⇒海原理事
 - 役員派遣
 - ① 5/26 東大阪中支部⇒濱田会長
 - ② 6/8 八尾支部⇒中辻副会長
 - (2)情報発信部
3. 研修センターの件
 - (1)適正化事業
 - ①豊中市H 30委託契約（H 29分も）
 - ②田尻町H 30業務契約
 - ③平成30年度からの大阪市介護予防ケアマネジメン
ト検討会議、
4. 事務局の件
 - (1)会員の入退会
 - (2)賛助申込（医療法人みどり会）

(3)平成 29 年度地域支援活動費

(4)リソーパー機の保守契約

【業務執行理事による業務報告及び関連事項】

5. 日本協会報告 (3/1 ~ 3/13)

6. 公職会議報告

(1)2/21 大阪市地域密着型サービス運営委員会

(2)2/28 大阪市在宅医療・介護連携推進会議

(3)2/9 堺市第3回医療・介護専門家会議

(4)2/20 第3回堺市地域包括ケアシステムの推進手法等に関する懇話会

(5)2/23 第3回堺市地域介護サービス運営協議会

(6)3/9 堺市第2回地域包括ケアシステム専門家会議

(7)3/14 大阪市社会福祉審議会、高齢者福祉専門分科会

(8)3/6 日本協会第2回総務委員会・倫理委員会・広報委員会

7. 事業部活動報告

8. 研修センター報告

9. 事務局報告

【その他協議事項】

1. 平成 30 年度事業計画案

2. 理事会及び総会の開催日程

近畿介護支援専門員研究大会 大阪大会テーマ募集!

2020 年 3 月、近畿介護支援専門員研究大会が大阪で開催されます。

採択された方 (1 名) には大阪大会に無料で招待させていただきます!

2019 年 1 月 25 日 (金) までに、協会事務局へ fax でご提案ください。

2018 年度 奈良大会テーマ	えにし ～縁を結ぶケアマネジメント～ 地減共生社会における介護支援専門員の専門性と役割を考える
2017 年度 滋賀大会テーマ	暮らし・人・地域をつなぐケアマネジメント ～多職種連携の視点から介護支援専門員の役割を考える～
2016 年度 和歌山大会テーマ	癒しの地 南紀・熊野発 支え・支えあう、心通わせるケアマネジメント ～暮らし・いのち・よみがえり～

告 知

一般社団法人日本介護支援専門員協会認定

災害支援ケアマネジャー養成研修

日 時：平成 31 年 2 月 24 日 (日) 9:00 ~ 16:00

場 所：大阪介護支援専門員協会 3 階研修センター

受講料：無料

※ WEB 学習で小テスト、レポート提出すると災害支援ケアマネジャーに認定されます。

日本介護支援専門員連盟コーナー

介護支援専門員の国家資格獲得の運動は残念ながら、なかなか進展がありません。何故国家資格が必要かは改めて論ずることはありませんが、【業務独占】、【名称独占】【設置義務資格】の三点を確かなものにする事です。介護支援専門員無用論や、ケアマネジメントはケアマネジャーでなくても良いなどという議論があること自体が問題です。この問題は全ケアマネジャーの要望でもあり、日本介護支援専門員協会でも「国家資格化特別委員会を設置して検討を重ねているところです。それには、介護支援専門員法の法制化が必須で、教育機関の整備も必要です。また、国家資格獲得後の現在の有資格者の処遇問題もあります。厚生労働省のみならず文部科学省など多省庁の関与が必要です。加えて最も大切なことは、介護支援専門員自身の強い意志と弛まない発信と運動の重要性です。会員の皆様ご自身や、支部での議論と要望の集積なども大切なことです。協会・連盟が連携して目的達成のため今後も運動を続けてまいります。日本介護支援専門員協会は勿論、日本介護支援専門員連盟へもご支援を賜りますようお願い致します。

連盟事務局は現在諸般の事情により調整中です。入会申込は当分の間、【FAX】093-932-0532 までお願いします。折り返し関係書類をお送りいたします。入会金 0、年会費 3000 円です。

第 113 号 (発行日 平成 30 年 12 月 31 日)

編集／発行 公益社団法人 大阪介護支援専門員協会

〒540-6591 大阪市中央区大手前 1 丁目 7 番 31 号

OMM ビル (大阪マーチャндаイズ・マートビル) 3 階

TEL 06-6943-0577 / FAX 06-6943-0571

HP アドレス = <http://www.ocma.ne.jp>

Mail アドレス = info@ocma.ne.jp