

公表

事業所における自己評価結果

事業所名		公表日				
波の家こどもカウンセリングセンター		令和7年 2月 1日				
		チェック項目	はい	いいえ	工夫している点	課題や改善すべき点
環境・体制整備	1	利用定員が発達支援室等のスペースとの関係で適切であるか。	4	1	広々と室内を利用できるよう、物品の配置を適宜見直している。	活動の内容に応じて必要なスペースが確保できるよう工夫していく。
	2	利用定員やこどもの状態等に対して、職員の配置数は適切であるか。	5	0	職員を多く配置し、適切な職員配置を維持している。	面談時に配置基準の説明を丁寧に行い、配置基準よりも多く職員を配置していることを周知していきます。
	3	生活空間は、こどもにわかりやすく構造化された環境になっているか。また、事業所の設備等は、障害の特性に応じ、バリアフリー化や情報伝達等、環境上の配慮が適切になされているか。	5	0	掲示物を用いて視覚的にわかりやすいよう、工夫しています。	今後も利用者の特性に合わせて環境整備や情報伝達を工夫していきます。
	4	生活空間は、清潔で、心地よく過ごせる環境になっているか。また、こども達の活動に合わせた空間となっているか。	5	0	丁寧な清掃を心がけるとともに、法人全体で清掃の強化月間を設けることで、従業員が清掃に意識的に取り組めるようにしています。	今後も毎日の清掃や整理整頓を行い、利用者の活動に合わせた空間となるよう環境を整えています。
	5	必要に応じて、こどもが個別の部屋や場所を使用することが認められる環境になっているか。	5	0	相談やクールダウンなど必要に応じて個室を活用している。	今後も継続していきます。
業務改善	6	業務改善を進めるためのPDCA サイクル（目標設定と振り返り）に、広く職員が参画しているか。	5	0	支援の方針や目標、カリキュラムの設定について、反省点を出し合い、改善に努めています。	今後も継続していきます。
	7	保護者向け評価表により、保護者等の意向等を把握する機会を設けており、その内容を業務改善につなげているか。	5	0	保護者からの評価表を基に改善に努めている。	今後も保護者の意向に添えるように改善していきます。
	8	職員の意見等を把握する機会を設けており、その内容を業務改善につなげているか。	5	0	半年に1度業務改善レポートを提出している。	今後も継続していきます。
	9	第三者による外部評価を行い、評価結果を業務改善につなげているか。	0	5	現在は行っていません。	要望や必要性に応じて外部評価の導入を検討します。
	10	職員の資質の向上を図るために、研修を受講する機会や法人内等で研修を開催する機会が確保されているか。	5	0	研修や講習に積極的に参加し、職員全員に情報伝達を行うことで職員の資質向上を図っています。	今後も研修の機会には幅広く参加者を募っていきます。
適切な支援の提供	11	適切に支援プログラムが作成、公表されているか。	5	0	保護者や利用者にプログラムの計画を配布し、確認していただいています。	今後も継続していきます。
	12	個々のこどもに対してアセスメントを適切に行い、こどもと保護者のニーズや課題を客観的に分析した上で、放課後等デイサービス計画を作成しているか。	5	0	面談時に前回の支援計画書の振り返りを行い、現状を保護者と利用者確認しています。	ニーズや課題を把握し、計画を作成していきます。
	13	放課後等デイサービス計画を作成する際には、児童発達支援管理責任者だけでなく、こどもの支援に関わる職員が共通理解の下で、こどもの最善の利益を考慮した検討が行われているか。	5	0	支援している職員の意見も取り入れている。	今後も共通理解を図りながら検討していきます。
	14	放課後等デイサービス計画が職員間に共有され、計画に沿った支援が行われているか。	5	0	計画に沿った支援の実施となるよう、日々計画を確認し、支援についても振り返りを行っています。	計画に沿った支援が実施できているか、確認を行いながら支援を実施していきます。
	15	こどもの適応行動の状況を、標準化されたツールを用いたフォーマルなアセスメントや、日々の行動観察なども含むインフォーマルなアセスメントを使用する等により確認しているか。	5	0	フォーマルなアセスメントとインフォーマルなアセスメントをバランスよく用いて、利用者の状況を確認しています。	フォーマルとインフォーマル両方併用していきます。
	16	放課後等デイサービス計画には、放課後等デイサービスガイドラインの「放課後等デイサービスの提供すべき支援」の「本人支援」、「家族支援」、「移行支援」及び「地域支援・地域連携」のねらい及び支援内容も踏まえながら、こどもの支援に必要な項目が適切に設定され、その上で、具体的な支援内容が設定されているか。	5	0	提供すべき支援の項目の見直しを行い、それぞれの項目を計画に明記したうえで、支援内容を設定しています。	より具体的に適切な支援内容を設定していくことができるよう、計画を作成していきます。
	17	活動プログラムの立案をチームで行っているか。	5	0	カリキュラム担当者会議で検討し、活動の意図を職員が共通理解できるようにしている。	多くの職員と話し合いプログラムの立案を行っています。
	18	活動プログラムが固定化しないよう工夫しているか。	5	0	様々な領域のプログラムを取り入れられるように計画している。	プログラム担当者が中心となりながら職員が意見を出し合い、より良いプログラムを検討していきます。
	19	こどもの状況に応じて、個別活動と集団活動を適宜組み合わせ放課後等デイサービス計画を作成し、支援が行われているか。	5	0	活動内容や状況に応じて個々に対応している。	より柔軟に個別活動と集団活動を組み合わせることができるよう、支援の方法を工夫していきます。

適切な支援の提供	20	支援開始前には職員間で必ず打合せを行い、その日行われる支援の内容や役割分担について確認し、チームで連携して支援を行っているか。	5	0	前日や当日の朝に打ち合わせを行い、準備や支援の留意点について確認を行っています。	より円滑な連携のために意見を出し合い、迅速に情報共有を行っています。
	21	支援終了後には、職員間で必ず打合せを行い、その日行われた支援の振り返りを行い、気付いた点等を共有しているか。	5	0	利用者の様子やカリキュラムについての反省の記録を残し、配慮や検討が必要な点については職員の打ち合わせで話し合っています。	口頭による伝達、記録による伝達を使い分けながら確実な情報共有を図っています。
	22	日々の支援に関して記録をとることを徹底し、支援の検証・改善につなげているか。	5	0	業務連絡ノートやサービス提供記録を振り返りながら、個々に応じた支援が行えるよう、職員間で話し合いの時間をもっています。	サービス提供記録等の記録についてより細かに記録できるよう努力していきます。
	23	定期的にモニタリングを行い、放課後等デイサービス計画の見直しの必要性を判断し、適切な見直しを行っているか。	5	0	最低6ヶ月に1回面談を行い、保護者・利用者の課題やニーズを聞き取り、計画の見直しを行っている。	今後も定期的にモニタリングを行い、計画の適切な見直しを行っています。
	24	放課後等デイサービスガイドラインの「4つの基本活動」を複数組み合わせさせて支援を行っているか。	5	0	基本的活動を偏りなく組み合わせ、様々な活動が行えるよう担当者が検討を行っています。	今後も検討を重ね、4つの基本活動を組み合わせた支援を実施していきます。
	25	こどもが自己選択できるような支援の工夫がされている等、自己決定をする力を育てるための支援を行っているか。	5	0	こどもが自分で活動内容を選択する機会を設けている。	今後も自己決定をする力を育てるために必要な支援の方法について、検討しながら支援を行っています。
関係機関や保護者との連携	26	障害児相談支援事業所のサービス担当者会議や関係機関との会議に、そのこどもの状況をよく理解した者が参画しているか。	5	0	利用者の状況を把握した職員が参加し、支援内容の確認・変更、関係機関との連携が円滑に行えるようにしています。	今後も利用者の状況を把握した職員の参加を継続していきます。
	27	地域の保健、医療（主治医や協力医療機関等）、障害福祉、保育、教育等の関係機関と連携して支援を行う体制を整えているか。	5	0	必要に応じて連絡を行い、連携していくことができるよう情報収集を心がけています。	必要のある場合は迅速に対応し、連携していきます。
	28	学校との情報共有（年間計画・行事予定等の交換、こどもの下校時刻の確認等）、連絡調整（送迎時の対応、トラブル発生時の連絡）を適切に行っているか。	5	0	学校と連携しながら情報を共有できる体制をとっています。トラブル発生時には迅速に対応しています。	今後も学校との連携を継続していきます。
	29	就学前に利用していた保育所や幼稚園、認定こども園、児童発達支援事業所等との間で情報共有と相互理解に努めているか。	0	5	現在は行っていません。	必要が生じた際には情報共有を行っています。
	30	学校を卒業し、放課後等デイサービスから障害福祉サービス事業所等へ移行する場合、それまでの支援内容等の情報を提供する等しているか。	5	0	スムーズに移行ができるよう保護者の了承の元、支援内容の情報の提供を行っています。	保護者や利用者の要望に応じながら、今後も情報提供を行っています。
	31	地域の児童発達支援センターとの連携を図り、必要等に応じてスーパーバイズや助言や研修を受ける機会を設けているか。	0	5	現在は行っていません。	より適切な支援の実施のために検討していきます。
	32	放課後児童クラブや児童館との交流や、地域の他のこどもと活動する機会があるか。	5	0	地域住民が参加可能な秋祭りを実施し、地域の子どもと交流できる機会を設けています。	今後も継続していきます。
	33	（自立支援）協議会等へ積極的に参加しているか。				
	34	日頃からこどもの状況を保護者と伝え合い、こどもの発達の状況や課題について共通理解を持っているか。	5	0	保護者との連絡ノートのやりとりで日頃から情報共有を行っています。電話やメールも活用し、利用者の状況や課題について共通理解がもてるようにしています。	ご家庭ごとの状況に合わせて情報共有の方法を柔軟に変更し、より円滑に共通理解がもてるよう努めています。
保護者への説明等	35	家族の対応力の向上を図る観点から、家族に対して家族支援プログラム（ペアレント・トレーニング等）や家族等の参加できる研修の機会や情報提供等を行っているか。	5	0	保護者会でペアレントトレーニングを実施し、対応力向上に繋がる情報を提供しています。	より保護者のニーズに応じたペアレント・トレーニングになるよう、内容を精査していきます。
	36	運営規程、支援プログラム、利用者負担等について丁寧な説明を行っているか。	5	0	契約の際に、対面で丁寧に説明させて頂いています。お問い合わせの都度、繰り返し、説明をしています。	今後もより丁寧な説明となるよう心がけていきます。
	37	放課後等デイサービス提供を作成する際には、こどもや保護者の意思の尊重、こどもの最善の利益の優先考慮の観点から踏まえて、こどもや家族の意向を確認する機会を設けているか。	5	0	必ず保護者と利用者に面談を行い、ニーズを確認した上で計画作成を作成し、サービスを提供しています。	今後も保護者や利用者の意向を大切にしています。
	38	「放課後等デイサービス計画」を示しながら支援内容の説明を行い、保護者から放課後等デイサービス計画の同意を得ているか。	5	0	保護者に支援計画を示しながら説明を行い、適宜内容について確認をしています。	今後もわかりやすく丁寧な説明を行っています。
	39	家族等からの子育ての悩み等に対する相談に適切に応じ、面談や必要な助言と支援を行っているか。	5	0	面談や電話を通じて保護者からの相談に応じています。職員の資質向上に努め、より適切な助言や支援が行えるようにしています。	今後も研修を重ね職員の資質向上を図っていきます。
	40	父母の会の活動を支援することや、保護者会等を開催する等により、保護者同士で交流する機会を設ける等の支援をしているか。また、きょうだい同士で交流する機械を設ける等の支援をしているか。	5	0	年に2度保護者会を行い、保護者の交流の機会を設けています。	きょうだい同士で交流する機会について、今後検討していきます。
	41	こどもや保護者からの苦情について、対応の体制を整備するとともに、こどもや保護者に周知し、苦情があった場合に迅速かつ適切に対応しているか。	5	0	苦情があった際は迅速に対応しています。また記録に残し、周知や振り返りができるようにしています。	未然にトラブルを防ぐことができるよう、丁寧な対応を行っています。

保護者への説明等	42	定期的に通信等を発行することや、HPやSNS等を活用することにより、活動概要や行事予定、連絡体制等の情報を子どもや保護者に対して発信しているか。	5	0	毎月、活動内容の報告やカリキュラムの予定を記載した通信をお配りしています。また、ブログの更新も行い、利用者の活動の様子が伝わるようにしています。	今後も通信やブログ等を活用し、保護者への情報発信を行っていきます。
	43	個人情報の取扱いに十分留意しているか。	5	0	個人情報に記載されている書類は鍵付きのロッカーに保管し、施設外への持ち出しを禁じています。また破棄する際はシュレッダーを用いています。	今後も個人情報の取り扱いについて、職員の意識向上に努めていきます。
	44	障害のある子どもや保護者との意思の疎通や情報伝達のための配慮をしているか。	5	0	口頭だけのお伝えだけでなく、文章・メール等、複数のツールを用いることで情報伝達が円滑に行えるようにしています。	保護者の要望に応じながら、ひとり一人に合わせた伝え方をしていきます。
	45	事業所の行事に地域住民を招待する等、地域に開かれた事業運営を図っているか。	5	0	秋祭りを実施し、地域の子どもや住民と交流できる機会を設けています。	より地域に開かれた事業運営となるよう交流の機会について検討していきます。
非常時等の対応	46	事故防止マニュアル、緊急時対応マニュアル、防犯マニュアル、感染症対応マニュアル等を策定し、職員や家族等に周知するとともに、発生を想定した訓練を実施しているか。	5	0	各種の対応マニュアルを作成し、定期的な訓練を実施しています。	今後も継続していきます。
	47	業務継続計画（BCP）を策定するとともに、非常災害の発生に備え、定期的に避難、救出その他必要な訓練を行っているか。	5	0	業務継続計画を策定し、非常災害に備えて訓練を実施しています。	今後も継続していきます。
	48	事前に、服薬や予防接種、てんかん発作等のこどもの状況を確認しているか。	5	0	初回の面談時に服薬やてんかんについて、確認を行っています。変更があればその都度確認しています。	今後も保護者と密に連携し、情報の共有をしていきます。
	49	食物アレルギーのある子どもについて、医師の指示書に基づく対応がされているか。	5	0	アレルギーについて、毎年アンケートを実施しています。アレルギーがある利用者については保護者の指示の元、対応しています。	今後も保護者に確認を行いながら、適切な対応ができるようにしていきます。
	50	安全計画を作成し、安全管理に必要な研修や訓練、その他必要な措置を講じる等、安全管理が十分された中で支援が行われているか。	5	0	安全対策のマニュアルを作成し、研修や訓練を実施しています。また、施設の設備も定期的に点検しています。	今後も安全な環境で支援を継続できるよう環境を整備していきます。
	51	こどもの安全確保に関して、家族等との連携が図られるよう、安全計画に基づく取組内容について、家族等へ周知しているか。	5	0	入所時の説明会や面談で説明を行い保護者へ周知しています。	周知を徹底するため、より丁寧な説明を行っていきます。
	52	ヒヤリハットを事業所内で共有し、再発防止に向けた方策について検討をしているか。	5	0	ヒヤリハットを記録に残し、職員間で共有し、再発の防止に努めています。問題点がわかりやすいフォーマットを用いています。	今後も記録や情報共有を確実にし、事故防止に役立てていきます。
	53	虐待を防止するため、職員の研修機会を確保する等、適切な対応をしているか。	5	0	虐待防止のための研修に加え、定期的にチェックシートを用いて、職員が日頃の支援を振り返ることができるようにしています。	今後も研修やチェックシートを用いて、虐待防止の取り組みを継続していきます。
	54	どのような場合にやむを得ず身体拘束を行うかについて、組織的に決定し、子どもや保護者に事前に十分に説明し了解を得た上で、放課後等デイサービス計画に記載しているか。	5	0	身体拘束については事前に保護者と利用者に確認した上で計画に記載しています。	現在、施設で身体拘束は行っていません。今後やむを得ず身体拘束を行う場合は保護者と相談の上、支援として取り組んでいきます。

公表

事業所における自己評価総括表

○事業所名	波の家こどもカウンセリングセンター			
○保護者評価実施期間	2024年 8月 1日		～	2024年 8月 31日
○保護者評価有効回答数	(対象者数)	17	(回答者数)	13
○従業者評価実施期間	2024年 8月 1日		～	2024年 8月 31日
○従業者評価有効回答数	(対象者数)	5	(回答者数)	5
○事業者向け自己評価表作成日	令和7年 1月 6日			

○ 分析結果

	事業所の強み（※）だと思われること ※より強化・充実を図ることが期待されること	工夫していることや意識的に行っている取組等	さらに充実を図るための取組等
1	同年代の利用者が多い	毎月の席替え、ペアワーク・グループワークを多く取り入れている	今後も活動に応じて取り入れていき、関りが深まるようにしたい
2			
3			

	事業所の弱み（※）だと思われること ※事業所の課題や改善が必要だと思われること	事業所として考えている課題の要因等	改善に向けて必要な取組や工夫が必要な点等
1	利用者によっては地元地域との交流の少なさ	多くの市町村から受け入れている為	地元地域で行われる行事やイベントの参加を促していく
2			
3			

公表

保護者等からの事業所評価の集計結果

事業所名 波の家こどもカウンセリングセンター

公表日 令和7年 2月 1日

利用児童数 17

回収数13

		チェック項目	はい	どちらとも いえない	いいえ	わからない	ご意見	ご意見を踏まえた対応
環境・ 体制 整備	1	こどもの活動等のスペースが十分に確保されていると思いますか。	10	2	0	1	体の大きな方もいらっしやるので、教室のスペースがもう少し広がったと感じました。	より広々とスペースを活用できるよう環境を整えていきます。
	2	職員の配置数は適切であると思いますか。	13	0	0	0	たくさん職員の方がいてくださって安心できます。	利用者への支援がより良いものとなるよう、今後も十分な職員配置を継続していきます。
	3	生活空間は、こどもにわかりやすく構造化された環境になっていると思いますか。また、事業所の設備等は、障害特性に応じて、バリアフリー化や情報伝達等への配慮が適切になされていると思いますか。	10	2	0	1		利用者が活動しやすいように配置を考えたり、視覚的な支援を取り入れたりしています。
	4	生活空間は、清潔で、心地よく過ごせる環境になっていると思いますか。また、こども達の活動に合わせた空間となっていると思いますか。	12	1	0	0	休憩中でも騒ぐことなく心地よく過ごせていると思いました。①と同じでスペースがもう少し広がったら。	利用者が快適に過ごせるよう、日々の清掃をより一層丁寧に行っていきます。
適切な 支援の 提供	5	こどものことを十分に理解し、こどもの特性等に応じた専門性のある支援が受けられていると思いますか。	13	0	0	0	おおむね出来ていると思います。	今後もきめ細やかな対応となるよう、努力を継続していきます。
	6	事業所が公表している支援プログラムは、事業所の提供する支援内容と合っていると思いますか。	13	0	0	0		保護者の要望に応じて、情報伝達の方法について検討していきます。
	7	こどものことを十分理解し、こどもと保護者のニーズや課題が客観的に分析された上で、放課後等デイサービス計画（個別支援計画）が作成されていると思いますか。	13	0	0	0	理解してくださっていると思います。	支援計画の期間ごとに本人、保護者との面談を行い、支援内容についての確認を行っています。また支援について話し合う機会を持ち、支援計画書を作成しています。
	8	放課後等デイサービス計画には、放課後等デイサービスガイドラインの「放課後等デイサービスの提供すべき支援」の「本人支援」、「家族支援」、「移行支援」で示す支援内容からこどもの支援に必要な項目が適切に設定され、その上で、具体的な支援内容が設定されていると思いますか。	12	1	0	0	話し合いの場を作ってくださり、無理のないよう設定してくれている。	今後もより良い計画の作成になるよう努めていきます。
	9	放課後等デイサービス計画に沿った支援が行われていると思いますか。	12	1	0	0		今後もより良い支援になるよう努めています。
	10	事業所の活動プログラムが固定化されないよう工夫されていると思いますか。	12	1	0	0	毎日、毎月いろんな活動ができていました。	今後もより良いプログラムを行えるよう、検討を重ねていきます。
	11	放課後児童クラブや児童館との交流や、地域の他のこどもと活動する機会がありますか。	2	5	4	2	地域のボランティア活動などがあれば良いと思います。	プログラムが固定化しないよう、利用者の目標に合わせてカリキュラムを提供していきます。
保護者 への 説明等	12	事業所を利用する際に、運営規程、支援プログラム、利用者負担等について丁寧な説明がありましたか。	13	0	0	0	必ず文章などで説明があるので助かります。	変更がある際は、請求書をお渡しするときや面談時や送迎時にご理解いただけるよう説明を行っています。
	13	「放課後等デイサービス計画」を示しながら、支援内容の説明がなされましたか。	12	0	0	1		今後もよりわかりやすい説明を心がけていきます。
	14	事業所では、家族に対して家族支援プログラム(ペアレント・トレーニング等)や家族等も参加できる研修会や情報提供の機会等が行われていますか。	11	1	0	1		必要に応じて、その時その時の困り感に応えることができるよう、保護者と話し合う機会を継続して設けていきます。
	15	日頃からこどもの状況を保護者と伝え合い、こどもの健康や発達状況について共通理解ができていますか。	13	0	0	0	その日行ったこと、その時の状況などきちんと教えてくれて良いです。	定期的に保護者と話す機会を持ち、発達の状況・活動の目的を分かりやすく説明するように今後もより一層努めていきます。
	16	定期的に、面談や子育てに関する助言等の支援が行われていますか。	12	0	0	1		より適切な助言が行えるよう、職員の資質向上に努めます。
	17	事業所の職員から共感的に支援をされていると思いますか。	12	1	0	0	疑問についてすぐお返事があるので嬉しい。	利用者、家族に寄り添った支援を行います。
	18	父母の会の活動の支援や、保護者会等の開催等により、保護者同士の交流の機会が設けられるなど、家族への支援がされているか。また、きょうだい向けのイベントの開催等により、きょうだい同士の交流の機会が設けられるなど、きょうだいへの支援がされていますか。	5	5	0	3		保護者同士の繋がりが持てるよう、今後も保護者会を実施していきます。
	19	こどもや家族からの相談や申入れについて、対応の体制が整備されているとともに、こどもや保護者に対してそのような場があることについて周知・説明され、相談や申入れをした際に迅速かつ適切に対応されていますか。	12	0	0	1	17と同じで疑問や気になる事に対して迅速にお返事がくるので嬉しい。	ご意見の窓口の周知と、保護者から様々なご意見をいただけるような関係づくりに努めていきます。

保護者への説明等	20	子どもや保護者との意思の疎通や情報伝達のための配慮がなされていると思いますか。	13	0	0	0		より分かりやすく伝えるように努めています。
	21	定期的に通信やホームページ・SNS等で、活動概要や行事予定、連絡体制等の情報や業務に関する自己評価の結果を子どもや保護者に対して発信されていますか。	12	1	0	0		施設ブログが掲載する日には保護者にメールで連絡します。
	22	個人情報の取扱いに十分に留意されていると思いますか。	13	0	0	0		今後も現状を維持し、個人情報をどのように扱っているか伝える機会をもっていきます。
非常時等の対応	23	事業所では、事故防止マニュアル、緊急時対応マニュアル、防犯マニュアル、感染症対応マニュアル等が策定され、保護者に周知・説明されていますか。また、発生を想定した訓練が実施されていますか。	13	0	0	0	毎月色んな災害等の訓練がされているのが、子ども達もいざという時慌てないで行動できるのがいいと思いました。	緊急時の対応や防犯や感染症について伝える機会を設けていきます。
	24	事業所では、非常災害の発生に備え、定期的に避難、救出その他必要な訓練が行われていますか。	13	0	0	0	・同上 ・帰宅中に災害があった時の対応の仕方についても指導をしていただきたいです。	保護者への周知を徹底していき、訓練をしっかりとしていきます。
	25	事業所より、子どもの安全を確保するための計画について周知される等、安全の確保が十分に行われた上で支援が行われていると思いますか。	12	0	0	1		今後も安全をしっかりと確保した上で支援するように努めています。
	26	事故等（怪我等を含む。）が発生した際に、事業所から速やかな連絡や事故が発生した際の状況等について説明がされていると思いますか。	10	1	0	2		今後も速やかに連絡していきます。
満足度	27	子どもは安心感をもって通所していますか。	10	3	0	0	慣れてきて少しずつ余裕もできていくと思う。	保護者、利用者と引き続き信頼関係を構築していきます。
	28	子どもは通所を楽しみにしていますか。	10	3	0	0	色んな事に対して励みにして楽しみにしている。	保護者、利用者と引き続き信頼関係を構築していきます。
	29	事業所の支援に満足していますか。	11	2	0	0	まだ分からない事もありますが満足します。	保護者、利用者と引き続き信頼関係を構築していきます。