

介護支援専門員
協会ニュース

2020. 3月 発行

発行所 特定非営利活動法人 徳島県介護支援専門員協会 徳島市末広2丁目1番80号

☎088-678-4200 <http://npotcma.com/>新しい時代の幕開け
～感動の旋風をおこそう～

理事長 山口 浩志

徳島県介護支援専門員の皆さま及び関係者各位、そして全国の介護支援専門員の皆さまにおかれましては、日ごろからの徳島県介護支援専門員協会運営へのご協力とご支援に厚く御礼申し上げます。

令和元年度は、本協会にとって、歴史に残る節目の年であったかと思います。

本協会 20 周年の年に、「日本介護支援専門員協会全国大会 in 四国」を本県で開催でき、歴代役員の皆さまや全国の大勢の介護支援専門員の仲間が集えたことは、徳島県福祉史にひとつの歴史が刻み込まれたと思います。このことに私は深い感謝と多くの感動、そして大きな感激を味わっております。本当にありがとうございました。改めて御礼申し上げます。

さてご承知のように、居宅介護支援事業所の管理者要件として主任介護支援専門員が見直されたことを受けて、経過措置が設けられました。また、厚生労働省介護保険部会では、ケアマネジメントの利用者負担の導入が先送りされるとの方向性が示されています。

これらは、質の高いケアマネジメントを実現する観点から慎重に検討すべきだとの意見等から、利用者やケアマネジメントに与える影響を踏まえながら、他のサービス均衡等の幅広い観点から、引き続き今後の検討課題として延期されたといわれています。

介護支援専門員の未来に向けては、今後は IT 及び ICT 活用による業務の効率化を取り組まねばならないことや、私たちの職域・地位向上への運動も怠らずに続けていかねばなりません。

本協会といたしましては、これまで通り、徳島県受託法定研修（主任介護支援専門員養成及び同更新研修、主任介護支援専門員フォローアップ研修等）や徳島県地域医療介護総合確保基金事業による各委員会活動等の充実を図るとともに、時代に求められる組織として更なる成長に向けて取り組まねばならないと考えております。

以上のことから、輝かしい光だけを追い求めることなく、私たち介護支援専門員として何をもって感動・感謝・感激とするか今一度自問自答し、五感を研ぎ澄まして一步一步足元を確かめながら歩み続けたいと思います。

今後とも皆さま方のご協力とご支援のほどよろしくお願い申し上げます。協会ニュース発刊にあたってのご挨拶に代えさせていただきます。



令和元年度通常総会および記念講演会

第13回 日本介護支援専門員協会全国大会 in四国(徳島開催)を終えて



第13回日本介護支援専門員協会全国大会in四国

実行委員長 中東 勢治

「つながり ささえ愛 広がる未来～新時代の幕開けは四国から～」をテーマに令和初となる全国大会を8月31日～9月1日に開催致しましたところ全国から1,000名を超えるご参加を賜り無事盛会に終えることが出来ました。

大会運営に当たり、四国四県合同で実行委員会を立ち上げ総務部、全体会部、分科会部、懇親会部に分かれ活動して参りました。

「四国初の開催に全国から参加者が集まるだろうか」と、大きな不安がありましたが企画が進むにつれ当初の心配を他所に続々と発表演題が集まり早々にポスターセッション会場の追加設置を決定。加えて34企業(団体)から展示ブースの出展、129社(団体)からの企業協賛を得ました。お陰様で参加申し込み数も伸び、大会誌も順調に仕上がり万全の体制で大会当日を迎えることが出来ました。

全国の介護支援専門員の皆様、ご来賓の皆様、ご講演頂きました諸先生方、座長、助言者、発表者の

皆様。そしてオープニングのエベレスト・ザ様、協賛・出展企業の皆様。懇親会では皆谷尚美様、本家大名連の皆様。大会閉会後の「お接待コーナー」では徳島ラーメン三八様、半田そうめん白滝製麺様、皆様の暖かいご協力により充実した全国大会となりました。皆様に厚くお礼申し上げます。

また、in四国実行委員会の運営に当たり、格別のご指導・ご助言を頂きました柴口里則会長、また何度も四国に足をお運び下さりました大会担当の坪根雅子常任理事、サポート頂きました日本介護支援専門員協会事務局役職員の皆様、大変ありがとうございました。

最後になりましたが当日ボランティアでご協力頂いた地元介護支援専門員の皆様、長期間共に取り組んだ四国実行委員会委員の皆様並びにご支援頂いた関係業者の皆様にご心より感謝申し上げます。



開会 主催者挨拶



基調講演

開催スケジュール

1日目 2019年8月31日（土）

11:00	受付開始
12:00	開会セレモニー 開 会 式 開会宣言 主催者挨拶 日本介護支援専門員協会会長、徳島県介護支援専門員協会理事長 来賓祝辞 厚生労働省、徳島県知事、徳島県医師会会長
13:15	基調講演 講 師：厚生労働省老健局長 大島 一博 氏
14:15	休憩・展示物閲覧
14:30	記念講演 講 師：日本医師会 常任理事 江澤 和彦 氏
15:30	日本介護支援専門員協会 活動報告 日本介護支援専門員協会 会長 柴口 里則 氏 ケアマネ川柳表彰式
16:15	休憩・展示物閲覧
16:30	シンポジウム 新時代の介護支援専門員のあり方を自ら問う ～介護支援専門員の未来像～ シンポジスト 居宅介護支援事業所〔香川〕：長田志保氏（一社）在宅療養ネットワーク副ケアプランセンター） 小規模多機能型事業所〔高知〕：山本 星氏（小規模多機能型居宅介護施設あるて） 地域包括支援センター〔愛媛〕：宮地 亨氏（松山市地域包括支援センター生石・味生） グループホーム〔徳島〕：寒川初枝氏（グループホームやまもも） 助言者 厚生労働省老健局長 大島 一博 氏 座 長 日本慢性期医療協会会長 武久 洋三 氏
17:50	1日目終了
19:00	懇 親 会（受付開始 18:30～）
21:00	終 了

2日目 2019年9月1日（日）

9:00	受付開始
9:30	分科会 第1分科会 在宅医療に伴う自己決定・意思決定支援を考える 第2分科会 高齢社会における様々な場面での地域連携の方法や役割を考える 第3分科会 当たり前の生活を保障する認知症ケアマネジメントを考える 第4分科会 尊厳を守るための介護支援専門員の役割を考える 第5分科会 介護支援専門員の専門性を生かす施設ケアマネジメントを考える
11:00	休憩・展示物閲覧・移動
11:20	教育講演 講師：産業医科大学 医学部公衆衛生学教授 松田 晋哉 氏
12:20	閉会式・次年度開催地挨拶
12:30	大会終了

令和元年5月19日(日)

徳島県介護支援専門員協会 通常総会

会長挨拶の後、事務局より資料に基づき、【第一号議案 平成 30 年度事業及び活動決算報告並びに監査報告について】が行なわれました。次に【第二号議案 令和元年度事業計画（案）及び活動予算（案）について】について各委員長より説明があり、会員からの賛成多数で承認されました。

記念講演会

公益財団法人大阪介護支援専門員協会の雨師みよ子事務局部長・研修センター次長様から「大阪介護支援専門員協会のケアプラン適正化事業について」のお話がありました。まず、大阪介護支援専門員協会は、介護支援専門員の「資格」・「資質向上」に関する事業を行うとともに職能団体としての役割も担っています。

ケアプラン点検は、ケアマネジメントのプロセスを踏まえ「自立支援」に資する適切なケアプランになっているかを、基本となる事項を、介護支援専門員とともに検証確認しながら、介護支援専門員の「気づき」を促すとともに「自立支援に資するケアマネジメント」とは何かを追求し、その普遍化を図り健全な給付を支援するために行うもので、平成 30 年には 12 市町村 1000 件を点検支援されたそうです。

大阪介護支援専門員協会が作成された「ケアプラン点検支援マニュアル」を基に、実務研修講師を中心とした委員が書面点検や面談などを行い、個別ケアプラン作成支援報告書としてまとめられるとの発表がありました。

介護支援専門員協会の事業として、個々の介護支援専門員の資質向上のためのケアプラン点検は重要で有意義な役割であると感じました。

20周年記念パーティー

20 年を振り返るとともに、さらなる発展のため、記念パーティーが開かれました。協会設立や活動にご尽力いただいた物故者への表彰や歴代理事からのご挨拶をいただき感慨深い思いでした。



開催挨拶



故山上久元理事(代理:山上敦子氏)への感謝状



故大塚智子元会長(代理:大塚忠廣氏)謝辞

新風

日本介護支援専門員協会 総務・組織・会員委員会での活動について

徳島県介護支援専門員協会 理事 伊庭 利光

日本介護支援専門員協会では①総務・組織・会員委員会 ②倫理委員会 ③介護保険制度・報酬委員会 ④生涯学習委員会 ⑤広報委員会の5つの常置委員会が設けられています。今年度から四国ブロックより総務・組織・会員委員に就任させていただくこととなり、当委員会の具体的な役割などについて報告します。

今年度、総務・組織・会員委員会では次の事業活動計画が示されています。

- ・会員増強に向けた行動計画としての5か年計画の検証を行い、新会員増強に向けた更なる行動計画の検討と策定を行う。
- ・当協会における組織運営全般にわたる議論を行い、各都道府県支部の抱える組織強化及び一本化に向けた課題を検証し、当協会と都道府県支部と地域支部の入会の一本化促進のための議論を行う。

このうち会員拡大への取り組みでは都道府県協会と日本協会の一本化や法定研修の受託、都道府県協会主催の研修会の充実など各支部及びブロックから多数の取り組み事例が報告されています。また、ブロック内でも各都道府県によって会員数の格差があるため、ブロック理事や執行部担当理事が連携していくことが会員拡大の充実に繋がるとの意見が共有されています。いずれにしても「一本化」がキーワードとなっており、徳島県でも小単位での勉強会や事例検討会の開催など各圏域、地域での活動の拡がりに向けて取り組みを進めてまいります。

新風

日本介護支援専門員協会 全国大会実行委員

徳島県介護支援専門員協会 業務委員会委員 大森 匡美

昨年8月末に開催された、日本介護支援専門員協会全国大会in四国の実行委員を務めさせていただいた大森です。この実行委員に任命されたとき、緊張と不安でいっぱいになったことを、昨日のこのように鮮明に覚えています。私の普段の業務の中では、関わる機会がなかった皆さんと一緒に机を並べて議論や打合せが1年半続き、その間に福岡県主催の全国大会にも参加させていただきました。井の中の蛙であった私は、大海（大会）の実行委員という大役を通じ、多くの方々との出会うことができました。また介護支援専門員協会の委員として協会活動にも参加させていただき、今後の成長の糧となる多くの気づきを得ることができました。このような機会を与えていただいたこと及び、多くの関係者の皆さんに支えられ大役を無事に務めることが出来たことについて改めて御礼申しあげます。私自身、介護支援専門員としての経験は浅く知識・技術ともにこれから多くのことを経験し、習得しなければなりません。今回の貴重な経験を活かし、更なる自己成長・実現に向け研鑽に努めていきたいと考えていますので、引き続きご指導よろしくお願いいたします。

委員会活動

特別委員会

今年度も地域包括ケアの推進と多職種協働による質の高いケアマネジメントの実践を目指した活動を行いました。地域包括ケア推進委員会は「多様な社会資源の活用を学ぶ」をテーマに東部・南部・西部地域での取り組み活動報告研修会を実施、研修向上委員会は、県受託事業にかかる主任ケアマネ法定研修及び更新・フォローアップ研修の実施や研修評価会議、ケアマネジメントアドバイザー派遣事業委員会は、県内市町村のケアプラン点検事業やケア会議へのアドバイザー派遣に関すること、在宅医療サポート介護支援専門員研修委員会は、医科・歯科・看護・薬剤・理学・栄養などの職能団体より講師を招き研修会を実施しました。（乾万里子）

委員会活動

運営委員会

運営委員会では、今年度「ケアマネ初任者研修会・つどい」として、各圏域でテーマを分けて研修会を行いました。東部では、口から食べるための知識として歯科と栄養の分野の研修を、南部では医療職との連携として看護師や薬剤師からの研修を、西部では、リハビリと介護保険制度の知識についての研修を行いました。来年度は、内容をバージョンアップし各圏域でローテーションして開催していきます。

(位頭 薫)

施設委員会

今年の情報・意見交換会には小規模多機能連絡協議会とのタイアップに加えて、県老人施設協議会ならびにグループホーム協会県支部にご協賛いただき「光風会 やまもも荘」で開催しました。地域密着型事業所のほか、居宅介護支援や施設系サービスに従事するケアマネをはじめ、県内から35名の多職種関係者が参加下さいました。事業所間での連携の実際や、地域包括ケアシステムの進捗状況などワールドカフェ形式で意見交換を行いました。

(伊庭利光)

主任介護支援専門員委員会

当委員会は10名の委員で活動を行っています。主な活動内容として、今年度は、9月に山口大学の山根先生に「中高年の閉じこもり」や「精神障害の家族に対する支援」についてなどの講義・事例検討会を行って頂き、参加者は、募集定員をはるかに超える多くの主任ケアマネジャーが集まり、熱心に研修に参加されました。また、今年度から三圏域で行う事例検討会を野中式で行うことになり、3月には西部、南部と事例検討会が有ります。多くの主任ケアマネジャーの方々が、事例検討会に参加され自分のレベルアップと、地域の主任ケアマネジャーとの関係作りの場として活用されて、研修内容等に希望があれば、協会にお声を聴かせて下さい。

(松本隆子)

学術研修委員会

去る、2月20日に第4回徳島県介護支援専門員実践研究大会を開催し約100名の専門職が集まりました。基調講演では「令和時代 求められる医療・介護連携 ～みんな一緒に楽しい在宅ケアを目指そう～」と題して、広島県介護支援専門員協会会長 落久保 裕之 先生より、時代背景や制度、在宅ケアの楽しさから自らのケアマネジメントをどう振り返るかなど、学び深い時間を共有させていただきました。また、6名の介護支援専門員が日頃の実践からの積み上げられた研究発表していただき素晴らしい大会になりました。

(湯浅雅志)

業務委員会

業務委員会は、主に居宅介護支援事業所や地域包括支援センターの介護支援専門員のサポートを目的としています。主な活動としては、テーマを決めた研修会を圏域別に行っています。令和元年度は「コミュニケーション力向上と記録の書き方研修」を開催し、介護支援専門員に必要な「人に伝えること」と「記録を残すこと」を中心に学びあいました。

圏域別研修に加え、管理者研修として最近問題視されている「高齢者の犯罪と支援について」をテーマに開催しました。

(中健太郎)

広報委員会

広報委員会では、年1回の「協会ニュース」年2～3回の「ほっと通信」の発行を目指して、また「Facebook」の発信を適宜行っています。現在は9名で活動しておりますが、広報活動など興味のある方の随時参加をお待ちしております。今後ともよろしくお願いいたします。

(田村正江)



主任ケアマネスキルアップ研修(全体)(主任介護支援専門員委員会)



第4回徳島県介護支援専門員実践研究大会(学術研修委員会)

令和元年度特定非営利活動法人徳島県介護支援専門員協会委員会名簿

◎委員長○副委員長 R1.6.1 現在

【運営委員会】

	氏 名	勤 務 先
1	◎位頭 薫	ケアプランセンターゆいまーる
2	○東山 祐陽	徳島県歯科医師会（ひがしやま歯科医院）
3	○福川 啓代	清水内科
4	福本 誠司	特定非営利活動法人どりーまあサービス
5	黒田 景子	医療法人平成博愛会 博愛記念病院
6	笹賀美代子	四国大学看護学部
7	鎌田 俊樹	㈱グローバルアシスト
8	小林 利恵	由岐町在宅介護支援センター
9	藤田 和恵	スマイル調剤薬局 健康館
10	宮内 秀薫	三好市社会福祉協議会

【業務委員会】

	氏 名	勤 務 先
1	◎中 健太郎	鳴門市役所
2	○保岡 正治	医療法人あさがお会 保岡クリニック論田病院
3	○黒田 玲子	医療法人緑会 あい愛介護相談室
4	○石田 直子	鳴門市基幹型地域包括支援センター
5	藤原 美恵	医療法人平成博愛会 博愛記念病院
6	原田美千代	羽ノ浦訪問看護ステーション
7	萩田 靖子	徳島市医師会居宅介護サービスセンター
8	佐藤 淳史	専門学校健祥会学園
9	西山 千世	阿南北部第1高齢者お世話センター
10	大森 匡美	医療法人平成博愛会 博愛記念病院

【施設委員会】

	氏 名	勤 務 先
1	◎伊庭 利光	医療法人芳越会 若宮の里小規模多機能ホーム
2	○西川 珠姫	あさがお福祉会法人本部
3	○片山由美子	光風会居宅介護支援事業所
4	森 仁	八万小規模多機能センター
5	尾崎加津美	光風会デイサービスセンター
6	前川沙緒里	医療法人平成博愛会 博愛記念病院
7	伊沢 英邦	地域密着型特別養護老人ホーム双葉の丘
8	仁木 康統	ケアハウス健祥会アンダルシア

【特別委員会(研修向上委員会)】

	氏 名	勤 務 先
1	津田 祐子	四国大学
2	山本あけみ	医療法人新心会 馬原医院・介護老人保健施設悠心館
3	湯浅 雅志	那賀町地域包括支援センター
4	中東 勢治	社会福祉法人白寿会
5	中 健太郎	鳴門市役所
6	藤原 美恵	医療法人平成博愛会 博愛記念病院
7	黒田 景子	医療法人平成博愛会 博愛記念病院

★研修向上委員会作業部会＜研修運営委員＞

	氏 名	勤 務 先
1	位頭 薫	ケアプランセンターゆいまーる
2	松本 隆子	居宅介護支援事業所大神子
3	東條喜代美	徳島市医師会居宅介護サービスセンター
4	荒岡 晶子	はちどり居宅介護支援事業所
5	奥村 滋子	在宅介護支援センターてらさわ
6	橋本 美香	公益社団法人徳島県看護協会 指定居宅介護支援事業所徳島
7	黒田 玲子	医療法人緑会 あい愛介護相談室
8	石田 直子	鳴門市基幹型地域包括支援センター
9	萩田 靖子	徳島市医師会居宅介護サービスセンター
10	佐藤 香織	徳島市医師会居宅介護サービスセンター

【特別委員会(ケアマネジメント アドバイザー派遣事業検討委員会)】

	氏 名	勤 務 先
1	山口 浩志	特定非営利活動法人どりーまあサービス
2	乾 万里子	学校法人穴吹学園 非常勤講師
3	藤原 美恵	医療法人平成博愛会 博愛記念病院
4	中 健太郎	鳴門市役所
5	東條喜代美	徳島市医師会居宅介護サービスセンター
6	橋本 美香	公益社団法人徳島県看護協会 指定居宅介護支援事業所徳島

【学術研修委員会】

	氏 名	勤 務 先
1	◎湯浅 雅志	那賀町地域包括支援センター
2	○佐藤 禎太	白寿会在宅介護支援センター
3	○今富 裕之	医療法人平成博愛会 博愛記念病院
4	岡 厚志	清和会 協立病院
5	那賀川明美	健祥会
6	野口 詠司	徳島市地域包括支援センター
7	本岡 秀人	医療法人平成博愛会 博愛記念病院
8	瀬川 弘子	居宅介護支援事業所こでまり

【広報委員会】

	氏 名	勤 務 先
1	◎田村 正江	喜久寿会居宅介護支援センター
2	○安部 五月	大神子訪問看護ステーション
3	○四宮 俊生	株式会社quattro
4	柳澤 慶子	(有) ケアセンター北浜
5	三宅 和美	医療法人平成博愛会 博愛記念病院
6	四宮 正貴	老人保健施設すだちの園
7	柴原 貴司	たまき青空居宅介護支援事業所
8	高崎 泰規	双葉会デイサービスセンター
9	藤川 弘子	株式会社アップル調剤薬局 徳大店

【主任介護支援専門員委員会】

	氏 名	勤 務 先
1	◎松本 隆子	居宅介護支援事業所大神子
2	○東條喜代美	徳島市医師会居宅介護サービスセンター
3	○橋本 美香	公益社団法人徳島県看護協会 指定居宅介護支援事業所徳島
4	荒岡 晶子	はちどり居宅介護支援事業所
5	奥村 滋子	在宅介護支援センターてらさわ
6	川野 公江	居宅介護支援事業所生涯現役応援隊
7	松島 栄作	鳴門市地域包括支援センターひだまり
8	前田 悦子	佐古愛日介護支援室
9	佐藤 香織	徳島市医師会居宅介護サービスセンター
10	佐藤 良江	小松島市在宅介護支援センターすだち

【特別委員会(在宅医療サポート介護支援専門員研修委員会)】

	氏 名	勤 務 先
1	乾 万里子	学校法人穴吹学園 非常勤講師
2	佐藤 修斎	徳島県歯科医師会
3	藤原 美恵	医療法人平成博愛会 博愛記念病院
4	原田美千代	羽ノ浦訪問看護ステーション
5	柴原 貴司	たまき青空居宅介護支援事業所
6	片山由美子	光風会居宅介護支援事業所

【特別委員会(地域包括ケア推進委員会)】

	氏 名	勤 務 先
1	藤原 美恵	医療法人平成博愛会 博愛記念病院
2	邊見知恵子	公益社団法人 徳島県看護協会
3	中 健太郎	鳴門市役所
4	湯浅 雅志	那賀町地域包括支援センター
5	伊庭 利光	医療法人芳越会 若宮の里小規模多機能ホーム

★2019全国大会in四国 全国大会 実行委員会

	氏 名	勤 務 先
1	山口 浩志	特定非営利活動法人どりーまあサービス
2	中東 勢治	社会福祉法人白寿会
3	乾 万里子	学校法人穴吹学園 非常勤講師
4	中 健太郎	鳴門市役所
5	緒方 静子	徳島県看護協会
6	伊庭 利光	医療法人芳越会 若宮の里小規模多機能ホーム
7	大森 匡美	平成在宅介護支援センター

平成30・31年度特定非営利活動法人徳島県介護支援専門員協会顧問・役員

(1) 顧 問

	役 職	氏 名	職 種	所 属
1	最高顧問	武久 洋三	医 師	医療法人平成博愛会 博愛記念病院
2	顧 問	津田 祐子	看 護 師	四国大学
3	顧 問	羽田 勝	歯 科 医 師	徳島大学歯学部非常勤講師

(2) 理 事

	役 職	氏 名	職 種	所 属
1	理 事 長	山口 浩志	社会福祉士	特定非営利活動法人どりーまあサービス
2	副理事長	乾 万里子	保 健 師	学校法人穴吹学園 非常勤講師
3	副理事長	佐藤 修斎	歯 科 医 師	徳島県歯科医師会
4	副理事長	山本あけみ	看 護 師	医療法人新心会 馬原医院・介護老人保健施設悠心館
5	副理事長	中東 勢治	介護福祉士	社会福祉法人白寿会
6	理 事	保岡 正治	医 師	医療法人あさがお会 保岡クリニック 論田病院
7	理 事	中 健太郎	介護福祉士	鳴門市役所
8	理 事	藤原 美恵	看 護 師	医療法人平成博愛会 博愛記念病院
9	理 事	田村 正江	看 護 師	喜久寿会居宅介護支援センター
10	理 事	位頭 薫	歯科衛生士	ケアプランセンターゆいまーる
11	理 事	湯浅 雅志	社会福祉士	那賀町地域包括支援センター
12	理 事	松本 隆子	看 護 師	居宅介護支援事業所大神子
13	理 事	伊庭 利光	介護福祉士	医療法人芳越会 若宮の里小規模多機能ホーム
14	理 事	四宮 俊生	介護福祉士	株式会社quattro
15	理 事	今富 裕之	理学療法士	医療法人平成博愛会 博愛記念病院
16	理 事	東山 祐陽	歯 科 医 師	徳島県歯科医師会(ひがしやま歯科医院)
17	理 事	邊見知恵子	看 護 師	公益社団法人 徳島県看護協会
18	理 事	東條喜代美	看 護 師	徳島市医師会居宅介護サービスセンター
19	理 事	西川 珠姫	介護福祉士	あさがお福祉会法人本部

(3) 監 事

	役 職	氏 名	職 種	所 属
1	監 事	緒方 静子	保 健 師	公益社団法人 徳島県看護協会
2	監 事	古川 明美	助 産 師	徳島文理大学保健福祉学部 人間福祉学科

編集後記

「協会ニュース」発行につきまして、皆様にご協力いただき、心より感謝申し上げます。

昨年 5 月に元号が変わり、新しいものへの前向きな気持ちと過ぎた時を懐かしむ気持ちとが重なった年でした。職能団体としての協会が 20 周年を超えて、今後も介護保険に係わる皆様の想いを後押しできる「協会ニュース」でいてほしいと思います。

広報委員 柳澤 慶子