

# とらまる保育園緊急時対策マニュアル

## 第1章 総 則

### (目 的)

このマニュアルは、特定非営利活動法人とらまる保育園（以下、本園）における全ての職員が火災、災害、事故・事件等のあらゆる危機に対し、的確かつ迅速に対応又は予防するために必要な事項を定めて、入園児童・保護者・職員の生命及び健康を守ることを目的とする。

### (危機の定義と摘要)

保育園における、地震、火災、風水害、不審者、感染症において、入園児童及び職員に対して安全を脅かす事象を対象とする。

その範囲は、本園の全ての職員に対して、施設及び敷地の内外、管理の有無及び時間帯を問わず、危機的状況が発生した場合は全ての入園児童を保護者に安全確実に引き渡すまで、このマニュアルを最大限に優先し適用する。

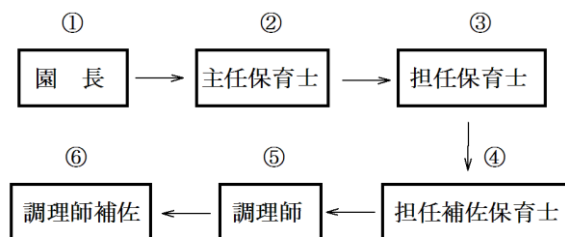
### (危機管理における指揮権)

危機発生時における的確な命令を指示する指揮権者の存在は絶対的に必要なことであり、指揮権者が不在の場合の次席者又は代行者を日常から選任しておく。

選任された者はこの規定を基準に、児童・職員の生命の保全を最大の目的として指揮しなければならない。

- 2 基本的指揮権とは、日常の保育業務において命令・指示権を持つ者で園管理運営規程第4条に定められている職務者を指し、順位としては次の各号通りとする。

- ①園長
- ②主任保育士
- ③担任保育士
- ④担任補佐保育士（非常勤）
- ⑤調理師
- ⑥調理師補佐（非常勤）



- 3 指揮権者は生命の安全を最大の目的とし、規定の対応を規範に的確な指示を職員に伝えるものとする。

## 第2章 地震発生時における予防と対応

### (予 防)

保育園で行う震災避難訓練は、大規模地震時において、子どもの生命を守るための具体的な方法を職員一人一人及び園児が身につけるためのものであり、

そのためには、いつ地震災害が発生しても適切な対応ができるように環境を整えておく。

#### ● 避難訓練実施計画

- ①緊急避難訓練を実施する。（園児と保育士が地震時の一時待避場所への移動など）
- ②安全確認訓練を実施する。（保育士が園児の人数・安全確認をする。）
- ③避難通路・経路の確認をする。
- ④災害非常持ち出し袋の中の備品や毛布の使用方法を習得する。
- ⑤地震発生時における各職員の役割分担を確認する。

#### ● 保護者への事前連絡

- ①保護者へは、事前に緊急時における保育園の対応及び避難先を周知する。
- ②保護者からは毎年4月に携帯等の緊急時連絡先を聴取するとともに園児引き渡しカードに記入をしてもらい保育園において非常持ち出しができるよう整理集約をする。

#### ● 施設設備の点検等

- ①地震時に、転倒しやすい家具・電化製品・備品などが転倒防止がなされているか点検する。
- ②地震後に、万一出火した時に備え、消火器の所在を確認しておくとともに、正しい使用方法を習得し使用できるようにする。
- ③避難経路に障害物等がないことを常に確認する。
- ④防火責任者を明示し、責任をもって日常の点検と整備をきちんとする。
- ⑤保育士は、日常の保育環境を整備しておくとともに、日頃の保育の中で子どもの行動特性をしっかりと把握する。
- ⑥緊急時連絡掲示用の掲示を用意しておく。

### (大地震発生時の対応)

#### ● 園舎内（遊び・食事・午睡）で地震がおきた場合。

- ①避難誘導・救護係（保育士）は、園児に安心できるような言葉をかけ、具体的に姿勢を低くして落下物から身を守るよう指示して、緊急避難させる。
- ②避難誘導・救護係（保育士）は、積木・ピアノ・窓ガラス、その他倒れやすいものなどから園児を遠ざける。
- ③園児及び職員は、机やロッカーなどの下に身を隠し、揺れが収まるまで様子を見る。
- ④避難誘導・救護係（保育士）は、園児が眠っているときは、落下物から

身を守る対応をする。（毛布・布団等を利用する。）

⑤職員は、できるだけ、速やかに戸やサッシ等を開けて避難口を確保する。

⑥乳児など介助を必要とする園児は、職員がおぶったり抱いたりして安全な場所に避難させる。

⑦揺れが収まったら、一時園庭へ避難し、全園児と職員の安全と人数の確認を行い、初動消火係と情報伝達・指示係で施設の点検をし、園長又は代理へ報告する。

⑧避難誘導・救護係（保育士）は指示があるまで園庭で座って待機する。施設内には安全が確認できるまでは立ち入らない。

⑨初動消火係は、速やかに火の元を閉じ、揺れが収まってからガスや配電盤を点検し、安全を確認する。もし、施設内及び近隣において火災が発生した場合は消火活動を行う。

● 園舎外で地震がおきた場合。

①園庭では、塀・建造物から遠ざけ、できるだけ中央の安全な場所に集め座って、安心できるような言葉をかけ、揺れの収まりを待つ。

②地面の亀裂・陥没・隆起・頭上の落下物に注意する。

③プールでは、すばやく水からあげ、できるだけ中央の安全な場所に集合させ、座って、安心できるような言葉をかけ、揺れの収まりを待つ。その後タオルや衣類を確保し、体を包むようにする。

④どの場面でも揺れが収まり次第、速やかに担任は、担当教室の園児の安全確認を行い、園庭にて指示があるまで一時待機すること。

● 園外保育（散歩）で地震がおきた場合。

①揺れを感じたらただちに園児を集めて、できるだけ塀や建造物から遠ざけ、しゃがんで揺れの収まるのを待ち、その後速やかに人員の確認をする。

②切れた電線には絶対触らないよう園児に注意する。

③ブロック塀・自動販売機・屋根瓦・ガラスその他落下及び転倒物に注意する。

④携帯電話で保育園に連絡を入れ、必要な場合は保育園に応援を要請する、連絡が付かない場合は、保育士補助職員が保育園に応援を求める。担任は園児とともに近隣の安全な場所で待機する。

⑤全員が無事で自力で戻れるようなら安全を確認しながら、慎重に園に戻る。

● 園外保育（遠足等）でおきた場合。

①《事前調査》 実地踏査の際、目的地の状況を把握する。

②《事前調査》 地震が発生した場合の安全な場所の確認をしておく。

③《園外保育中》 園児の安全第一に対応し、落ち着いて行動する。

④《園外保育中》 園外保育は中止し、園児の安全を確保してから携帯電話にて保育園に連絡を入れる。災害状況により応援を求めるなどをして、保育園に戻る。連絡が取れない場合は現場の指揮権者の判断で行動する。

- ⑤《目的地までの途中》バス等乗り物に乗っている場合は、運転手・添乗員の指示に従う。
- ⑥《目的地までの途中》徒歩の場合は、近くの安全と思われる場所に避難する。
- ⑦《目的地までの途中》ビルの窓ガラスの破片等落下物に注意する。特に切れた電線は、直接又は水たまり・ガードレール等を通して感電することがあるので充分注意する。
- 園児の引き渡しについて大地震が起きた場合、園児はすみやかに保護者に引き渡す。また引き渡しの際は引き渡しカードと照合の上、日時を記入して引き渡すこと。引き渡しカードは日頃から点検し、内容に変更が生じた場合は、保護者からすみやかに連絡をもらい訂正するなど、正しい記載がされているよう努めること。
  - ①《引き渡し方法》園児の引き渡しは、園長又は代理の指示によって行う。但し、朝夕及び延長保育等で役職者（リーダー保育士以上）がいない場合は、職務経験の長い者が行う
  - ②《引き渡し方法》引き渡しは、保育室又は園庭にて職員が行い、引き渡しカードに確認のサインをもらう。その際、職員が日時を記入する。
  - ③《引き渡し方法》可能なかぎり、園児は保護者又は引き渡しカードに届けられている代理人に引き渡す。もし、届け出た代理人でない場合は、担当職員と園長又は代理のものとの複数の職員による立ち会いの元に、その代理人の本人確認と署名をもらい園児本人にも確認をして、引き渡すこととする。但し、状況によっては拒否することもある。
- 残留園児の保護について保護者が保育時間内に園児を引き取ることが困難な場合は、保護者等が引き取りに来るまで保育園において原則24時間は園児を保護する。その後は行政の設置した救護所へ移動する。
  - ①夜間や建物の倒壊や火災などのおそれがある時は、**地震時避難場所（北島南小学校体育館）津波時避難場所（北島南小学校校舎）**へ避難し、そこで保護する。その場合、園長又は代理は避難先等の行き先がわかるように、玄関や正門付近に立て札や掲示板等で掲示し、保護者に伝達できるよう可能な手段を講じる。
  - ②園児を保護するために必要な食料等は、行政の防災体制が機能するまでの間は、保育園の備蓄食料品で、できる限り対応する。
  - ③職員は、残留する園児の数、その他必要な事項を、記録し、園長に報告する。
  - ④保育園で震災後24時間が経過し、かつ親の安否が確認できない場合や、近隣の親族が引き取りに来られない場合は、災害遺児として**地震時避難場所（北島南小学校体育館）津波時避難場所（北島南小学校校舎）**に移送する。
- 大地震が起きてもすぐに保育園を離れるのではなく、保育園や周囲が火災発生したり、そのおそれがある時や**園舎の被災が大きく危険であると判断した時は（北島南小学校体育館）、津波警報が発令した場合は（北島南小学校校舎）**に避難

する。

保育園を離れる場合は、迎えに来る保護者に所在を明らかにするために必ず、行き先がわかるように正門及び建物などに掲示をする。

震災発生から時間別対応表（保育園待機できる場合）

	避難誘導・救護係	情報伝達・指示係	初動消火係
発 災	<p>◆誘導（主に保育士） 園児の安全を確保する。園庭に避難をさせる。一時避難完了後情報伝達係に人数等の報告をする。</p> <p>◆救護（主に保育士） 救急用品を確保する。負傷した園児の応急処置などを行う。救護スペースの設置確保を行う。情報伝達係へ報告をする。</p>	<p>◆確認（主に園長） 全館放送で震災を周知させる。火気の確認と非常持ち出し、消火器等の確認をする。園児及び職員の安全確認と人数確認。</p>	<p>◆初動対応（調理師） 火の元を閉じる 配電盤点検、ガス漏れ点検。火災発生の場合は初期消火行動に移る。</p>
1 時間  6 時間  2 3 時間	園児を保護し、保護者へ引き渡す。残留園児を安全な臨時保育室へ移動させて保護する。	施設の安全点検及び確認 周囲の建物の状況確認 テレビ・ラジオ等による情報徴収。 職員の役割分担、指揮権を確認。避難所への経路の確認。	施設の安全点検及び確認 周囲の建物及び近隣住民の安全状況確認。 事実の状況確認は情報伝達係へ伝える。
1 日	園児を保護し、保護者へ引き渡す。園児を避難地北島南小学校体育館に移送する。	状況により職員を帰宅させる。避難地北島南小学校体育館に移動する際の職員を確保する。	
3 日	<p>保育園再開の組織作りをする 職員の確保 保育室の確保—園内で使用可能な部屋の確認 園児・保護者の居住状況の確認 給食の再開—給食施設・設備消耗品等の被災状況の把握 応急給食の必要性を判断する。 臨時的な献立を作成する。</p>		

	再開の際の周知方法を検討する。 臨時のクラス編成を検討し、最低限の書類を事前に作成する。
--	---

### 第3章 火災時における予防と対応

#### (事前の環境整備)

- 避難訓練実施計画
  - ①消火訓練を実施する。(初期消火・消火器・消火栓の取扱いなど)
  - ②通報訓練を実施する。(消防署・併設施設・近隣住民)
  - ③避難通路・経路の確認をする。
  - ④火災報知設備及び非常ベル、非常通報装置の使用方法を習得する。
  - ⑤火災発生時における各職員の役割分担を確認する。
- 保護者への事前連絡
  - ①保護者へは、事前に緊急時における保育園の対応及び避難先を周知する。
  - ②保護者からは毎年4月に携帯等の緊急時連絡先を聴取するとともに園児引き渡しカードに記入をしてもらい保育園において非常持ち出しができるよう整理集約をする。
- 施設設備の点検等
  - ①出火元となりやすい電化製品・ガス器具・コンセント・配線、配電盤等の正しい使用方法の習得及び正常に作動しているか点検する。
  - ②万一出火した時に備え、 소화器の所在を確認しておくとともに、正しい使用方法を習得し使用できるようにする。
  - ③避難経路に障害物等がないことを常に確認する。
  - ④防火責任者を明示し、責任をもって日常の点検と整備をきちんとする。
  - ⑤保育士は、日常の保育環境を整備しておくとともに、日頃の保育の中で子どもの行動特性をしっかりと把握する。
  - ⑥緊急時連絡用の掲示をする。

#### (火災発生時の手順)

- 発生時の基本的なながれ

火災発見→ 報告→ 通報連絡→ 避難誘導→ 初期消火

- 保育中に火災が発生した場合
  - ①火災の発生を発見したら(第一発見者)、大きな声で周りの職員に知らせる。
  - ②知らせを受けた職員は、すみやかに園長及び他の職員に火災の発生を知らせる。

- ③第一発見者及び知らせを聞いた職員は、可能な限り初期消火に努める。
- ④各職員は、園長の指示に従い無駄なく的確な行動をする。
- ⑤消防署への通報。
- ⑥子どもの避難誘導。（子どもの人数の把握及び責任者への報告）
- ⑦地域住民・関係機関への連絡。
- ⑧落ち着いて行動することを心がけ、子どもに動揺を与えないように努める。
- ⑨出火元・火のまわり具合・煙・風向き等を考え、より安全な方向場所に避難する。
- ⑩安全な場所まで避難した後で、状況により保護者に連絡をし、子どもの引き渡しをする。（保護者の緊急連絡網及び園児居住地一覧は必ず持って避難する。）
- ⑪火災により翌日以降保育を行うことが困難な場合は、園長より行政に連絡し今後の対応について相談する。

#### 第4章 その他の自然災害における対応と予防

（台風接近時の対応）

北島町に暴風警報が発令された場合（各種注意報や暴風以外の警報は該当しない）は次のとおりとする。

状 況	対応方法
警報が開園前に発令された場合	解除するまで開園を見合わせ
警報が午前7：00以降（保育時間中）に発令された場合	速やかに園児のお迎えをお願いする
午前7：00以前に発令された警報が途中で解除された場合	解除された時間以降に平常保育とする
暴風警報以外の警報や注意報の場合	通常保育

（台風接近時の給食の対応について）

給食に使用する食材の無駄を減らすため、前日に台風の上陸の可能性が高いと判断した場合、「簡易給食」にメニューを変更する。

簡易給食実施により使用できなかった食材を別の日にメニューを変更して利用する場がある。

状 況	対応方法
午前10時までに暴風警報が解除された場合	簡易給食 おにぎり・みそ汁

午前10時以降に暴風警報が解除された場合	お弁当持参
12時以降に暴風警報が解除された場合	お昼ごはんを食べてから登園 ※おやつはメニュー変更の場合がある

(風水害及び台風時の対応)

- 保育園で保育中に風水害及び台風が発生した場合
  - ①強風や大雨の際は、保育室で園児たちが落ち着けるように配慮する。
  - ②風で飛ばされるような植木や玩具・その他飛ばされやすいものなどを点検し、撤去する。
  - ③漏水等を発見したら速やかに園長へ報告する。
  - ④午睡時は、窓からできるだけ離れた場所で寝るよう配慮する。
  - ⑤停電の可能性も視野に入れ懐中電灯も確認と点検をする。
- 保育開始前に風水害及び台風が発生した場合
  - ①出勤前の職員はラジオ・テレビ等で情報を把握して早めの出勤を心がけるよう配慮する。
  - ②交通機関を利用する職員で災害等で交通機関が不通になった場合は、できるだけ保育園に連絡を入れてから一旦、自宅へ戻り、災害の状況を把握して安全な状況になってから出勤すること。
  - ③園児の受け入れは、基本的に園の施設に異常がなければ、通常の保育を行うが、早めのお迎えに協力してもらうよう保護者に声をかける。
- 風水害等により施設に被害が出た場合
  - ①風水害等により施設に被害が出た場合、園児の安全を最優先に被害のない箇所にて保育を行い、できるだけ早く保護者にお迎えの連絡をして引き渡すこと。
  - ②翌日以降の保育園の業務ついて園長は、速やかに決断して保護者と職員に周知できるよう掲示及び連絡すること。
- 残留園児の保護
  - ①保護者が保育時間内に園児を引き取ることが困難な場合は、保護者等が引き取りに来るまで保育園で園児を保護する。その他の詳細は、《地震発生時における予防と対応・大地震発生時の対応・残留園児の保護 参照のこと》

(洪水時避難対応について)

- 避難準備情報が発令された場合
  - ①原則として避難準備情報の発表を保護者に連絡し、園児の迎えを要請する。保護者が迎えに来るまでは、園児は保育園で預かる。
  - ②園の安全について確認し、避難勧告前でも危険と判断した場合は、指定された**避難所（北島南小学校校舎）**に園児とともに移動する。  
その場合、保護者に**避難所（北島南小学校校舎）**への迎えを要請する。



- 避難勧告が発令された場合
  - ①避難を開始する。
  - ②保護者に連絡し、**避難所（北島南小学校校舎）**への迎えを要請する。
  - ③迎えが来ていない園児は、避難所で保育を継続する。
- 避難指示が発令された場合
  - ①直ちに**避難所（北島南小学校校舎）**へ避難をする
  - ②保護者に連絡し、**避難所（北島南小学校校舎）**への迎えを要請する。
  - ③迎えが来ていない園児は、避難所で保育を継続する。

## 第5章 不審者における対応と予防

### （予 防）

- 職員に対する指導と訓練
  - ①保育園の安全管理について、職員会議で定期的に取り上げるなど、職員間での情報交換や共通理解を図る。
  - ②園児の安全確保について、相互の協力体制のもと、被害の防止と被害が発生した場合の対応にあたる。
  - ③職員に対して、次のような事項に関する指導と訓練を反復して行う。
    - I 防犯を意識した日頃からの対応
    - II 不審者の対応方法
    - III 安否確認と関係者・関係機関への連絡
    - IV 緊急連絡（警察・救急）の要領
- 避難訓練の実施
  - ①被害発生時に混乱することなく、スムーズに避難できるよう、園児を含めて避難訓練を反復して行う。
  - ②避難にあたって、パニックを防止するため、予め次に掲げる措置を講じておく。
    - I 避難計画をたて、関係者全員に周知し、それに基づいて訓練を行いその都度内容を修正する。
    - II 避難経路（複数）明確にしておく。
    - III 避難誘導のため補助者をしておく。
    - IV 避難先（複数）を決め、その安全を確認しておく。
- 警察等の関係機関や地域社会との連携、防犯情報の収集
  - ①警察へは、保育園周辺の巡回や保育園への定期的な立寄り、防犯に関する情報提供などについて協力を依頼する。
  - ②郵便局や宅配業者などへは、不審者を発見した場合の通報などについて協力を依頼する。
  - ③市町村、県のほか、地域の団体などとは、普段から情報を共有し、不審者

の侵入の予防と被害発生時の対応に協力を得られるよう連携を図る。

(防犯を意識した日頃からの対応)

- 巡回
  - ① 保育園内外を巡回するほか、業務の合間には周辺に注意を払って、不審者がいないか確認することを習慣つける。
- 不審者の目安
  - ① 保育園周辺に長時間にわたって駐車している車に乗っている人。
  - ② 保育園周辺を徘徊する人。
  - ③ 物陰などから保育園の様子をうかがっている人。
  - ④ ヘルメット、マスク、帽子などで顔を隠している人。
  - ⑤ 不自然なものを持ったいたり、何かを隠し持っている様子の人。
  - ⑥ 保育園に向かって、写真や動画を撮影している人。
- 来訪者のチェック
  - ① 出入口は玄関のみと決め、常時、来訪者をカメラで確認し、インターホンで対応すること。
  - ② 不審者でない事が確認出来るまでは、絶対に電子錠を開けないこと。
  - ③ セールス等、すぐに対応しなくてもよい来客は、電子錠を開けずにインターホンだけの対応ですること。
  - ④ それでも、帰らない場合はセコム緊急スイッチを押し、警察に通報すること。

## 第6章 感性症おける対応と予防

(予 防)

2012年に厚生労働省により示された「保育所における感染症対策ガイドライン」に沿って感染症対策を行なう。

- 日常の清潔と清掃
  - 園舎内はこまめに清掃を行い園内環境の整備を心がける。拭き掃除やおもちゃの清掃には、ピューラックス(次亜塩素酸ナトリウム)等を薄めたものを使用する。また、園児が口にしやすいおもちゃは、毎日消毒を行う。
- 保育環境の整備
  - 冬季は各保育室に加湿器を使用し湿度管理にも注意を払う。
- 子どもの健康管理
  - 登園時の健康観察をはじめ、園児一人一人の予防接種の履歴や感染症の罹患状況、病欠の状況などをデータベース化し、いざという時にすぐ対応できる環境整備を行う。
- 手洗い・咳エチケットの徹底
  - 食前・食後、トイレ後、外出後の手洗いはもとより、生活の節目で流水によ

る手洗いを行う。手ふきタオルは使い捨てペーパーまたは個人別のタオルを使用する。また、正しい手洗いの方法や咳エチケットへの指導も行う。

● オムツ交換

オムツ交換の際は、使い捨て手袋を使用し、おしり拭きには使い捨てのタオルを使う。

● 嘔吐処理

嘔吐への迅速な対応ができるよう、各保育室に嘔吐処理セットを配備する。また研修などを通じて、嘔吐後速やかに子どもを別の部屋に移動させる、嘔吐物が広がらないような処理方法など、集団感染予防のために必要となるスキルを身につけるよう取り組む。

● 職員の知識・情報の共有化

感染症対応マニュアルの整備・各種研修を通じて、職員全員が迅速な対応を行えるよう日々研鑽を行う。

園全体で情報が共有出来るよう努める。

● 職員の健康管理

職員全員を対象とした健康診断(毎年)、O-157・サルモネラ・赤痢菌の細菌検査(毎月)、抗体検査(適時)を実施し健康管理に努める。

また、インフルエンザの予防接種は毎年実施する。

(学校伝染病の種類)

● 学校伝染病第1種 [法定伝染病 ※法定の隔離期間が必要]

猩紅熱・ジフテリア・コレラ・赤痢・腸チフス・パラチフス・痘瘡・発疹チスス・ペスト・流行性脳脊髄膜炎・日本脳炎

● 学校伝染病第2種

次の感染症に罹患した場合は保育園に知らせること。

治癒後の登園には治癒証明書または登園届けが必要と場合がある。

病気の種類	潜伏期	感染期間	出席停止期間 ※学校保健法施行規則第20条
インフルエンザ	1～3日	発病後3～4日	解熱した後2日を経過するまで
百日咳	1～2週	カタル期～4週間	特有の咳が消失するまで
麻疹	9～12日	発疹前5日～後3～4日	解熱した後3日を経過するまで
急性灰白随炎[ポリオ]	1～3週	発病後咽頭1週間 便数週間	急性期の主要症状が消退するまで
ウイルス性肝炎 A型	15～45日	発黄前後1週	主要症状が消退するまで
ウイルス性肝炎 B型	2～3月	長期間	主要症状が消退するまで

ウイルス性肝炎 C型	2～4月	長期間	主要症状が消退するまで
流行性耳下腺炎	2～4週	腫脹前7日～後9日	耳下腺の膨張が消失するまで
風 疹	2～3週	発疹前7日～後7日	発疹が消失するまで
水 痘	10～20日	発疹前日～か皮完	すべての発疹がか皮下するまで
咽頭結膜熱 [プール熱]	5～7日	咽頭 2週 便 4週間	主要症状が消退した後2日を経過するまで

● 学校伝染病第3種

次の感染症に罹患した場合は保育園に知らせること。

治癒後の登園には治癒証明書または登園届けが必要と場合がある。

病気の種類	潜伏期	感染期間	出席停止期間 ※学校保健法施行規則第20条
ヘルパンギーナ	2～5日	咽頭 1～2週 便 3～5週	病状で判断
手足口病	3～7日	咽頭 1～2週 便 3～5週	病状で判断
伝染性紅斑 [りんご病]	7～10日 発疹18日	かぜ症状期発疹期 には感染なし	病状で判断
溶連菌感染症	2～7日	治療開始後1～2日	治療開始後3日間 主要症状消失
マイコプラズマ肺炎	7～21日	発病前1週～後1か ら3か月	病状で判断
伝染性膿か疹 [とびひ]	1～2日	病変持続期間	病状で判断
突発性発疹症		発病後3～4日	病状で判断
結核	4～6週	排菌のある期間	少なくとも排菌が無くなるまで
流行性角結膜炎	4～7日	発病後2～3週	発病後2～3週
急性出血性結膜炎	1日	発病後4～5日	発病後4～5日
感染性胃腸炎 [腸感冒]		発病後4～5日	症状がほとんど消失するまで