

(様式1)

## 自己評価票

作成日 平成22年11月26日

### 【事業所概要（事業所記入）】

事業所番号	0870102548		
法人名	有限会社 サンパル		
事業所名	グループホーム 小吹ケアセンター	ユニット名	しらん
所在地	〒 310 - 0914 茨城県水戸市小吹町 705番地の8		
自己評価作成日	平成22年11月15日	評価結果 市町村受理日	平成 年 月 日

※ 事業所の基本情報は、介護サービス情報の公表制度のホームページで閲覧してください。

基本情報	茨城県福祉サービス振興会のホームページ「介護サービス情報検索」から情報が得られます。
------	--

### 【評価機関概要（評価機関記入）】

評価機関名	社会福祉法人茨城県社会福祉協議会		
所在地	〒310-8586 水戸市千波町1918番地 茨城県総合福祉会館内		
訪問調査日	平成 年 月 日	評価確定日	平成 年 月 日

### 【事業所が特に力を入れている点・アピールしたい点（事業所記入）】

月1回のクッキングデイの実施においては、簡単かつ喜んでもらえるメニュー（おやつのみならず、おかずの1品となるメニューも取り入れて）で利用者全員が楽しみながらかわれる活動の支援。
--

### 【外部評価で確認した事業所の優れている点・工夫点（評価機関記入）】

--

自己評価	外部評価	項 目	自 己 評 価
			実 施 状 況
I 理念に基づく運営			
1	1	○理念の共有と実践 地域密着型サービスの意義を踏まえた事業所理念をつくり、管理者と職員は、その理念を共有して実践につなげている	グループホームとしての理念を掲げ、それを元に各ユニットが利用者の状況を踏まえ、各々のユニットカラーを打ち出し取り組んでいる。常日頃より職員が意識できるよう職員休憩室に掲示している。
2	2	○事業所と地域とのつきあい 利用者が地域とつながりながら暮らし続けられるよう、事業所自体が地域の一員として日常的に交流している	近隣散歩時等に積極的に挨拶を交わすように努めている。毎月1～2回、施設周辺歩道等のごみ拾いを入居者と共に行っている。また、毎年、中学生の職場体験学習の受入を実施している。
3		○事業所の力を活かした地域貢献 事業所は、実践を通じて積み上げている認知症の人の理解や支援の方法を、地域の人々に向けて活かしている	運営推進会議の中で認知症の方へのコミュニケーション方法等、施設内勉強会資料を配布・説明を行い、理解に結びつくよう取り組んでいる。
4	3	○運営推進会議を活かした取り組み 運営推進会議では、利用者やサービスの実際、評価への取り組み状況等について報告や話し合いを行い、そこでの意見をサービス向上に活かしている	外部評価・取り組み状況の報告を踏まえ、会議メンバーより意見をもらいながら話し合い、質の向上に努めている。
5	4	○市町村との連携 市町村担当者と日頃から連絡を密に取り、事業所の実情やケアサービスの取組みを積極的に伝えながら、協力関係を築くよう取り組んでいる	利用者状況・補助申請等の情報提供や状況確認など必要に応じ、市担当者ら連絡をとり相談・助言を受けている。
6	5	○身体拘束をしないケアの実践 代表者及び全ての職員が「指定地域密着型サービス指定基準及び指定地域密着型介護予防サービス指定基準における禁止の対象となる具体的な行為」を正しく理解しており、玄関の施錠を含めて身体拘束をしないケアに取り組んでいる	身体拘束のないケアについて話し合いながら、ユニット内にも「身体拘束のない介護のための指針」ポスターを掲示し、拘束の範囲内に当てはまる事項について意識して取り組めるようにしている。また、ユニット入り口を時間帯指定ではあるが、開放の取組みを5月勉強会后より実施している。
7		○虐待の防止の徹底 管理者や職員は、高齢者虐待防止法等について学ぶ機会を持ち、利用者の自宅や事業所内での虐待が見過ごされることがないように注意を払い、防止に努めている	外部研修及び施設内研修にて学ぶ機会を確保している。虐待について、管理者はじめ職員全員が常に監視しあい事前防止に努めている。

自己評価	外部評価	項目	自己評価
			実施状況
8		○権利擁護に関する制度の理解と活用  管理者や職員は、日常生活自立支援事業や成年後見制度について学ぶ機会を持ち、個々の必要性を関係者と話し合い、それらを活用できるように支援している	外部研修等で学ぶ機会の確保に努めている。
9		○契約に関する説明と納得  契約の締結、解約又は改定等の際は、利用者や家族等の不安や疑問点を尋ね、十分な説明を行い理解・納得を図っている	解約時は事前に、契約時は契約内容説明時に利用者・家族の意見の確認作業を行い、理解・納得を得られた上で捺印行っている。
10	6	○運営に関する利用者、家族等意見の反映  利用者や家族等が意見、要望を管理者や職員並びに外部者へ表せる機会を設け、それらを運営に反映させている	相談・苦情窓口を設けているとともに、家族が訪問された場合に利用者の状態を報告しながら、家族の意見等聴衆に努めている。利用者においても、日常的に思いを聴衆し、運営に活かしている。
11	7	○運営に関する職員意見の反映  代表者や管理者は、運営に関する職員の意見や提案を聞く機会を設け、反映させている	ユニット間の意見や提案をユニットリーダーが取りまとめ、月一回の代表者会議で管理者へ報告している。その他、職員全体会議での職員の意見を確認する機会を確保している。
12		○就業環境の整備  代表者は、管理者や職員個々の努力や実績、勤務状況を把握し、給与水準、労働時間、やりがいなど、各自が向上心を持って働けるよう職場環境・条件の整備に努めている	個々の状態を踏まえた労働時間等の環境の調整の必要性を理解しており、柔軟なシフト調整の作成を勤務作成担当者に指示している。管理者等からの聞き取りにより給与水準・賞与等の整備に努めている。
13		○職員を育てる取組み  代表者は、管理者や職員一人ひとりのケアの実際と力量を把握し、法人内外の研修を受ける機会の確保や、働きながらトレーニングしていくことを進めている	年間の研修計画を作成し、法人内外の研修受講できる機会を確保している。外部研修受講者は定期ミーティングを利用して報告している。
14		○同業者との交流を通じた向上  代表者は、管理者や職員が同業者と交流する機会をつくり、ネットワークづくりや勉強会、相互訪問等の活動を通じて、サービスの質を向上させていく取組みをしている	水戸市グループホーム協議会に加入し、協議会主催の研修会や外部研修会を通して他施設職員との交流の場の機会確保に努めている。

自己評価	外部評価	項目	自己評価
			実施状況
II 安心と信頼に向けた関係づくりと支援			
15		○初期に築く本人との信頼関係  サービスの利用を開始する段階で、本人が困っていること、不安なこと、要望等に耳を傾けながら、本人の安心を確保するための関係づくりに努めている	初回相談では情報収集に気をとられず、利用者の思いを理解できるように心がけている。状況に応じ、話し合いの場を何度か持つように努めている。訪問を数回行う場合は、面接状況（家族立会い、家族に席を外してもらう、話を聞く順番）も考慮するようにしている。
16		○初期に築く家族等との信頼関係  サービスの利用を開始する段階で、家族等が困っていること、不安なこと、要望等に耳を傾けながら、関係づくりに努めている	家族がおかれている状況の把握・理解に努めている。また、話し合いの場を何度かもつ機会の確保に努めている。
17		○初期対応の見極めと支援  サービスの利用を開始する段階で、本人と家族等が「その時」まず必要としている支援を見極め、他のサービス利用も含めた対応に努めている	利用者・家族が必要としているものを状況を考慮し、サービスの検討を心がけ、他関連職種との柔軟な連絡調整に努めている。
18		○本人と共に過ごし支え合う関係  職員は、本人を介護される一方の立場に置かず、暮らしを共にする者同士の関係を築いている	食後の食器拭きや縫い物・洗濯畳み等分担して行っている。クッキングの調理については、味付けや切り方など利用者様に教わることが多い。
19		○本人と共に支え合う家族との関係  職員は、家族を支援される一方の立場に置かず、本人と家族の絆を大切にしながら、共に本人を支えていく関係を築いている	介護計画作成時に家族の意向を確認したり、利用者の精神・健康面で変化が見られた時には、家族へ細めに報告するとともに、家族へも交流の方法等を提案し、より良い関係が持続できるよう支援している。
20	8	○馴染みの人や場との関係継続の支援  本人がこれまで大切にしてきた馴染みの人や場所との関係が途切れないよう、支援に努めている	知人の面会や電話連絡、手紙等でこれまでの馴染みの人との交流が継続されている。
21		○利用者同士の関係の支援  利用者同士の関係を把握し、一人ひとりが孤立せずに利用者同士が関わり合い、支え合えるような支援に努めている	利用者同士の関係性をみて、共同スペースでの席を配慮したり、日常的作業（洗濯物畳みや食器のまとめ）で入居者が自然に関わり合いをもてる場面を支援している。

自己評価	外部評価	項目	自己評価
			実施状況
22		○関係を断ち切らない取組み  サービス利用（契約）が終了しても、これまでの関係性を大切にしながら、必要に応じて本人・家族の経過をフォローし、相談や支援に努めている	契約終了後も、問題が予測される場合は、相談や支援に応じる姿勢であることを契約終了時に伝えている。
Ⅲ その人らしい暮らしを続けるためのケアマネジメント			
23	9	○思いや意向の把握  一人ひとりの思いや暮らし方の希望、意向の把握に努めている。困難な場合は、本人本位に検討している。	本人の考え方や性格を踏まえカンファレンスをし、現在必要な支援を行なっている。出来る限り、本人の視点に立つ事を大切にしている。
24		○これまでの暮らしの把握  一人ひとりの生活歴や馴染みの暮らし方、生活環境、これまでのサービス利用の経過等の把握に努めている	家族へこれまでの生活史や好み等の聞き取りをし、日々の生活に反映できるよう支援している。
25		○暮らしの現状の把握  一人ひとりの一日の過ごし方、心身状態、有する力等の現状の把握に努めている	個々の考えに基本まかせ、自由に生活していただいている。個々の1日の過した方は違く、それぞれの傾向があり、スタッフはそれを把握し、見守り・声かけする様心がけている。
26	10	○チームでつくる介護計画とモニタリング  本人がより良く暮らすための課題とケアのあり方について、本人、家族、必要な関係者と話し合い、それぞれの意見やアイデアを反映し、現状に即した介護計画を作成している	3ヶ月に1度のモニタリングを実施。今現時点での問題や改善点、これからの支援内容を決定し、実施している。
27		○個別の記録と実践への反映  日々の様子やケアの実践・結果、気づきや工夫を個別記録に記入し、職員間で情報を共有しながら実践や介護計画の見直しに活かしている	ケアプランに沿った計画を実施し、その内容を記録として残すよう心がけている。家族や他ユニットスタッフが見ても状況が分かるような内容になっているか、確認し合っている。
28		○一人ひとりを支えるための事業所の多機能化  本人や家族の状況、その時々生まれるニーズに対応して、既存のサービスに捉われない、柔軟な支援やサービスの多機能化に取り組んでいる	その時その時の希望に応じ、対応方法を検討している。

自己評価	外部評価	項目	自己評価
			実施状況
29		○地域資源との協働  一人ひとりの暮らしを支えている地域資源を把握し、本人が心身の力を発揮しながら安全で豊かな暮らしを楽しむことができるよう支援している	現時点で活用しているケースは無い。
30	11	○かかりつけ医の受診支援  受診は、本人及び家族等の希望を大切に、納得が得られたかかりつけ医と事業所の関係を築きながら、適切な医療を受けられるように支援している	入居時にかかりつけ医について、利用者・家族の希望を確認し、希望に沿って入居前の関係性が継続できるよう対応している。
31		○看護職員との協働  介護職員は、日常の関わりの中でとらえた情報や気づきを、職場内の看護職員や訪問看護師等に伝えて相談し、個々の利用者が適切な受診や看護を受けられるように支援している	併設事業の看護師や隣接施設の看護師と連携をとっており、協力指定病院の看護師とも利用者の状況を密に相談し、指示・助言を受けながら、日々の健康管理に努めている。
32		○入退院時の医療機関との協働  利用者が入院した際、安心して治療できるように、また、できるだけ早期に退院できるように、病院関係者との情報交換や相談に努めている。又は、そうした場合に備えて病院関係者との関係づくりを行っている。	職員が定期的にお見舞いに行き、本人の病状について看護師に聞き取りをし、状況把握を行っている。また、早期退院できるよう病院より今後の方向性や受診についての説明を受け、家族・主治医とともに話し合いの場を持っている。
33	12	○重度化や終末期に向けた方針の共有と支援  重度化した場合や終末期のあり方について、早い段階から本人・家族等と話し合いを行い、事業所でできることを十分に説明しながら方針を共有し、地域の関係者と共にチームで支援に取り組んでいる	利用者・家族の希望を踏まえ、主治医と方針等の話し合いの場を設けながら、「できること」「できないこと」を早い段階より協議
34		○急変や事故発生時の備え  利用者の急変や事故発生時に備えて、全ての職員は応急手当や初期対応の訓練を定期的に行い、実践力を身に付けている	応急処置マニュアルを基に職員はいつでも振り返りができるようにしている。また、外部講師の協力の下、医療知識向上講座として勉強会を実施。全ての職員が知識・方法を取得できるよう努めている。
35	13	○災害対策  火災や地震、水害等の災害時に、昼夜を問わず利用者が避難できる方法を全職員が身につけるとともに、地域との協力体制を築いている	年間計画にそり、夜間・昼間想定しての避難訓練・消化器を使っての訓練を行っている。消防の指導も受けている。

自己評価	外部評価	項目	自己評価
			実施状況
IV その人らしい暮らしを続けるための日々の支援			
36	14	○一人ひとりの人格の尊重とプライバシーの確保  一人ひとりの人格を尊重し、誇りやプライバシーを損ねない言葉かけや対応をしている	個々のプライドを尊重し、人生の先輩方々であることを意識し、声かけをしている。
37		○利用者の希望の表出や自己決定の支援  日常生活の中で本人が思いや希望を表したり、自己決定できるように働きかけている	自分で行える事・選べることに関しては、職員は先読みしてしまうのではなく、本人の意思に任せ、そっと見守ったりとその時々での働きかけをしている。
38		○日々のその人らしい暮らし  職員側の決まりや都合を優先するのではなく、一人ひとりのペースを大切にし、その日をどのように過ごしたいか、希望にそって支援している	本人の体調や希望を優先し、レク活動など無理強いはいしない対応をしている。
39		○身だしなみやおしゃれの支援  その人らしい身だしなみやおしゃれができるように支援している	本人の希望に合わせ、理美容をお願いしている。入浴前の衣類準備等、本人の好みの服を準備してもらっている。
40	15	○食事を楽しむことのできる支援  食事が楽しみなものになるよう、一人ひとりの好みや力を活かしながら、利用者と職員と一緒に準備や食事、片付けをしている	本人の好き嫌いを組み込み、嫌いなものに関しては、対応可能な限り、代替を提供している。配膳車を職員と共に運んだり、食後の食器拭きなど、手伝いをしてもらっており、利用者も積極的である。
41		○栄養摂取や水分確保の支援  食べる量や栄養バランス、水分量が一日を通じて確保できるよう、一人ひとりの状態や力、習慣に応じた支援をしている	水分・食事チェック表にて1日の状況を把握している。水分でむせ込みやすい方には、ゼリー状にしたもので摂取量の確保に努めている。
42		○口腔内の清潔保持  口の中の汚れや臭いが生じないように、毎食後、一人ひとりの口腔状態や本人の力に応じた口腔ケアをしている	毎食後声かけし、口腔ケアを行っている。能力に応じて、歯ブラシによるブラッシング又はうがい介助を行っている。

自己評価	外部評価	項目	自己評価
			実施状況
43	16	○排泄の自立支援  排泄の失敗やおむつの使用を減らし、一人ひとりの力や排泄のパターン、習慣を活かして、トイレでの排泄や排泄の自立に向けた支援を行っている	トイレ便座での自力排泄をすることが、本人気持ちよく排泄できるとスタッフ一同考えている。排泄確認表を基に個々のパターンをつかみ、こまめな声かけ・誘導を行い、おむつ使用量を軽減している。
44		○便秘の予防と対応  便秘の原因や及ぼす影響を理解し、飲食物の工夫や運動への働きかけ等、個々に応じた予防に取り組んでいる	日頃より水分を多く摂るよう準備・声かけをしている。便秘傾向の方には、本人・家族と相談しながら、牛乳や果物・ヨーグルトを摂取していただいたり、主治医と相談しながら、内服薬による調整をしている。
45	17	○入浴を楽しむことができる支援  一人ひとりの希望やタイミングに合わせて入浴を楽しめるように、職員の都合で曜日や時間帯を決めてしまわずに、個々に応じた入浴の支援をしている	時間・曜日固定となっているが、習慣となり自分の曜日になると自ら準備を始める現状になっている。体調不良や気分的に入浴できなかった場合は、翌日に変更したり、柔軟な対応をしている。
46		○安眠や休息の支援  一人ひとりの生活習慣やその時々状況に応じて、休息したり、安心して気持ちよく眠れるよう支援している	本人希望により、休みたい時に休んでもらうことができ、その日その時の身体状況に合わせて、利用者本位に合わせた対応をしている。
47		○服薬支援  一人ひとりが使用している薬の目的や副作用、用法や用量について理解しており、服薬の支援と症状の変化の確認に努めている	介助をしたり、能力に合わせた対応をしている。用法・量は、全スタッフ理解しており、何か異変症状が現れた時には、副作用を疑い、処方薬剤情報表を確認し、必要に応じて、医療機関と連絡をとっている。
48		○役割、楽しみごとの支援  張り合いや喜びのある日々を過ごせるように、一人ひとりの生活歴や力を活かした役割、嗜好品、楽しみごと、気分転換等の支援をしている	月計画を立て、毎日異なったレク活動を提供している。身体を動かすのが好きな人又は塗り絵等静かな活動が好きな人と様々であり、相方を組み込んだレクを提供。
49	18	○日常的な外出支援  一人ひとりのその日の希望にそって、戸外に出かけられるよう支援に努めている。また、普段は行けないような場所でも、本人の希望を把握し、家族や地域の人々と協力しながら出かけられるように支援している	少人数に分け、ドライブ外食や近隣のスーパーと一緒に買物に出かけたり、天気の良い日は本人の希望をとり込みながら外へ散歩している。



自己評価	外部評価	項目	自己評価
			実施状況
50		<p>○お金の所持や使うことの支援</p> <p>職員は、本人がお金を持つことの大切さを理解しており、一人ひとりの希望や力に応じて、お金を所持したり使えるように支援している</p>	<p>個々の能力に応じて、小銭程度を自己管理し、施設内売店などで利用している。</p>
51		<p>○電話や手紙の支援</p> <p>家族や大切な人に本人自らが電話をしたり、手紙のやり取りができるように支援をしている</p>	<p>文字を書くことが困難な場合、葉書に本人の写真をプリントして、添え書き程度で本人の負担を減らしつつ、手紙を出したいという希望を支援したり、施設内PHSで外部との連絡は日常的にできるようになっている。</p>
52	19	<p>○居心地のよい共用空間づくり</p> <p>共用の空間（玄関、廊下、居間、台所、食堂、浴室、トイレ等）が、利用者にとって不快や混乱をまねくような刺激（音、光、色、広さ、温度など）がないように配慮し、生活感や季節感を採り入れて、居心地よく過ごせるような工夫をしている</p>	<p>共有空間は、殺風景でもなく、派手でもなく、行事写真の掲示などにより普通に落ち着いた空間になっている。</p>
53		<p>○共用空間における一人ひとりの居場所づくり</p> <p>共用空間の中で、独りになれたり、気の合った利用者同士で思い思いに過ごせるような居場所の工夫をしている</p>	<p>共有空間であるフロアにはソファがあり、自由に座ったり、休んだりされている。また、ユニット入り口や廊下途中に椅子を用意し、歩行中疲れた時やふと静かなところに行きたい時にすぐ座れるようにしている。</p>
54	20	<p>○居心地よく過ごせる居室の配慮</p> <p>居室あるいは泊まりの部屋は、本人や家族と相談しながら、使い慣れたものや好みのもをを活かして、本人が居心地よく過ごせるような工夫をしている</p>	<p>利用者ごとに様々な家具を持ち込み、個人らしさを演出している。ベッドの向きや配置も利用者の状況に合わせ、利用者・家族相談のもと工夫している。</p>
55		<p>○一人ひとりの力を活かした安全な環境づくり</p> <p>建物内部は一人ひとりの「できること」や「わかること」を活かして、安全かつできるだけ自立した生活が送れるように工夫している</p>	<p>手すりの設置があり、安全に歩行できるよう対応している。各居室へ本人なりの目印をつけ、自室がわかるようにしている。</p>

V アウトカム項目		
56	職員は、利用者の思いや願い、暮らし方の意向を掴んでいる。 (参考項目：23, 24, 25)	<input type="radio"/> 1, ほぼ全ての利用者の <input type="radio"/> 2, 利用者の2/3くらいの <input type="radio"/> 3, 利用者の1/3くらいの <input type="radio"/> 4, ほとんど掴んでいない
57	利用者と職員が一緒にゆったりと過ごす場面がある。 (参考項目：18, 38)	<input type="radio"/> 1, 毎日ある <input type="radio"/> 2, 数日に1回程度ある <input type="radio"/> 3, たまにある <input type="radio"/> 4, ほとんどない
58	利用者は、一人ひとりのペースで暮らしている。 (参考項目：38)	<input type="radio"/> 1, ほぼ全ての利用者が <input type="radio"/> 2, 利用者の2/3くらいが <input type="radio"/> 3, 利用者の1/3くらいが <input type="radio"/> 4, ほとんどいない
59	利用者は、職員が支援することで生き生きとした表情や姿がみられている (参考項目：36, 37)	<input type="radio"/> 1, ほぼ全ての利用者が <input type="radio"/> 2, 利用者の2/3くらいが <input type="radio"/> 3, 利用者の1/3くらいが <input type="radio"/> 4, ほとんどいない
60	利用者は、戸外の行きたいところへ出かけている (参考項目：49)	<input type="radio"/> 1, ほぼ全ての利用者が <input type="radio"/> 2, 利用者の2/3くらいが <input type="radio"/> 3, 利用者の1/3くらいが <input type="radio"/> 4, ほとんどいない
61	利用者は、健康管理や医療面、安全面で不安なく過ごせている。 (参考項目：30, 31)	<input type="radio"/> 1, ほぼ全ての利用者が <input type="radio"/> 2, 利用者の2/3くらいが <input type="radio"/> 3, 利用者の1/3くらいが <input type="radio"/> 4, ほとんどいない
62	利用者は、その時々々の状況や要望に応じた柔軟な支援により、安心して暮らせている。 (参考項目：28)	<input type="radio"/> 1, ほぼ全ての利用者が <input type="radio"/> 2, 利用者の2/3くらいが <input type="radio"/> 3, 利用者の1/3くらいが <input type="radio"/> 4, ほとんどいない
63	職員は、家族が困っていること、不安なこと、求めていることをよく聴いており、信頼関係ができています。 (参考項目：9, 10, 19)	<input type="radio"/> 1, ほぼ全ての家族と <input type="radio"/> 2, 家族の2/3くらいと <input type="radio"/> 3, 家族の1/3くらいと <input type="radio"/> 4, ほとんどできていない
64	通いの場やグループホームに馴染みの人や地域の人々が訪ねて来ている。 (参考項目：9, 10, 19)	<input type="radio"/> 1, ほぼ毎日のように <input type="radio"/> 2, 数日に1回程度ある <input type="radio"/> 3, たまに <input type="radio"/> 4, ほとんどない
65	運営推進会議を通して、地域住民や地元の関係者とのつながりの拡がりや深まりがあり、事業所の理解者や応援者が増えている。 (参考項目：4)	<input type="radio"/> 1, 大いに増えている <input type="radio"/> 2, 少しずつ増えている <input type="radio"/> 3, あまり増えていない <input type="radio"/> 4, 全くいない
66	職員は、生き活きと働いている。 (参考項目：11, 12)	<input type="radio"/> 1, ほぼ全ての職員が <input type="radio"/> 2, 職員の2/3くらいが <input type="radio"/> 3, 職員の1/3くらいが <input type="radio"/> 4, ほとんどいない
67	職員から見て、利用者はサービスにおおむね満足していると思う。	<input type="radio"/> 1, ほぼ全ての利用者が <input type="radio"/> 2, 利用者の2/3くらいが <input type="radio"/> 3, 利用者の1/3くらいが <input type="radio"/> 4, ほとんどいない
68	職員から見て、利用者の家族等はサービスにおおむね満足していると思う。	<input type="radio"/> 1, ほぼ全ての家族等が <input type="radio"/> 2, 家族等の2/3くらいが <input type="radio"/> 3, 家族等の1/3くらいが <input type="radio"/> 4, ほとんどいない