

1 自己評価及び外部評価結果

【事業所概要(事業所記入)】

事業所番号	0270102098		
法人名	社会福祉法人 忠悠福祉会		
事業所名	グループホームせんじゅ園		
所在地	〒038-0011 青森県青森市篠田二丁目11番8号		
自己評価作成日	平成28年 10月 3日	評価結果市町村受理日	

※事業所の基本情報は、公表センターページで閲覧してください。(↓このURLをクリック)

基本情報リンク先	
----------	--

【評価機関概要(評価機関記入)】

評価機関名	公益社団法人青森県老人福祉協会		
所在地	青森県青森市中央3-20-30		
訪問調査日	平成28年10月27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)】

<p>看護職員の常駐とかかりつけ医が近くにいることで医療体制が充実しています。全職員が看取りを経験しており、利用者家族が最後まで安心して暮らせるよう支援することが出来ています。重度化に伴い、福祉用具・機材を整備し安心・安全に配慮した対応をしています。ご利用者の外出する機会を設け楽しみを持ちながら気分転換をはかり、社会参加できるよう計画を立案し実践しています。</p>
--

【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)】

<p>利用者が年々重度化してきているが、看取りをはじめ住み慣れた事業所内で最期まで生活をして頂けるよう、家族の理解を得ながら生活を支援している。また、職員同士、相談事等があれば誰にでも声が掛けられる環境にあり、コミュニケーションの良さが感じ取れる。</p>
--

V. サービスの成果に関する項目(アウトカム項目) ※項目No.1~55で日頃の取り組みを自己点検したうえで、成果について自己評価します

項目	取り組みの成果 ↓該当するものに○印	項目	取り組みの成果 ↓該当するものに○印
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) ○	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る (参考項目:9,10,19) ○
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) ○	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:2,20) ○
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) ○	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が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) ○
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) ○	66	職員は、生き活きと働いている (参考項目:11,12) ○
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) ○	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 ○
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) ○	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 ○
62	利用者は、その時々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) ○		

自己評価および外部評価結果

[セル内の改行は、(Altキー)+(Enterキー)です。]

自己	外部	項目	自己評価	外部評価	
			実践状況	実践状況	次のステップに向けて期待したい内容
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ふ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	地域密着型の理念を掲げ、職員会議で理念を復唱し共有することで実践につなげています。	毎月の職員会議で理念を復唱し、玄関や事務室に事業所の理念が掲示されており、職員も事業所の理念を意識しながら業務にあたっている。	
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	近隣の方とは日常的に挨拶を交わし、地域の敬老会に参加したり交流を図っています。	事業所地区内の敬老会に参加したり、誕生会にはボランティアの方が訪問に訪れる等、行事を通じ地域との交流を図っている。	
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	園だよりを2カ月に1回発行し、活動内容を報告し地域に回覧することで認知症の理解を深めています。		
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践、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	自己評価・外部評価を報告しサービスの評価について話し合い、そこでの意見をサービスの向上に活かしています。	運営推進会議の委員の参加率が高く、会議の際は認知症の方を理解していただいたり、委員から出された意見を採用し、業務改善に努めている。	
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り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	市事業者チームと電話での相談、FAXなどで連絡を取り、そして地域推進会議で実情やサービスの取り組みなどを積極的に伝えながら、協力関係を築いています。	市役所担当者と電話やFAXで、特に制度面での助言を受け業務にあたっている。また、運営推進会議に参加できない場合は、事後に会議の内容を報告し、協力関係を築いている。	
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	身体拘束排除の理念を掲げ、外部研修に参加、職員会議では拘束しないケアの取り組みについて意見を交わし、身体拘束をしないケアに取り組んでいます。	身体拘束廃止に向けたマニュアルがあり、研修会に参加し、職員会議を通じ伝達研修を行うなどして身体拘束廃止に向け取り組んでいる。	禁止の対象となる具体的な行為についての理解にばらつきがあるので、身体拘束を理解し、身体拘束廃止に向けた更なる取り組みに期待する。
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	園内外の研修に参加し虐待防止について学ぶ機会を設け、おむつ交換時や入浴時に身体観察をするなど虐待を見過ごさないよう注意を払い、防止に努めています。		

自己	外部	項目	自己評価	外部評価	
			実践状況	実践状況	次のステップに向けて期待したい内容
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支援している	成年後見制度について研修で学び、必要に応じ活用できる体制を整えています。		
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	契約は書面と口頭で説明をし、項目ごとに不明な点がないかご家族に確認をし、納得のいく契約をしています。		
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	面会時や電話、ご意見箱を設置し気軽に意見や要望が聞かれるよう環境を整えています。行政機関にも苦情窓口があることを伝えています。	玄関に意見箱を設置しているが意見が無いことから、家族が事業所に訪れた際に声掛けし会話の中やアンケートを実施する等して業務に反映するよう取り組んでいる。	
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	毎月の職員会議で意見や提案を吸い上げ、業務に反映させています。	毎月の職員会議や、日々の業務の合間でも管理者とコミュニケーションが図られている。また、代表者とは年に2回面談を行い意見を交わしている。	
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	職員個々の得意分野を業務に活かし、やりがいを持つことで実績につなげ、向上心を持って働ける職場環境を整え、また条件の整備に努めています。		
13		○職員を育てる取り組み 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	法人内外の研修や勉強会に積極的に参加する機会を設け、職員一人ひとりの力量を把握した上でアドバイスをし、働きながらトレーニングを進めています。		
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作り、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り組みをしている	地域部会に参加し同業者と勉強会・情報交換などの活動を行い、サービスの質の向上に努めた取り組みをしています。		

自己	外部	項目	自己評価	外部評価	
			実践状況	実践状況	次のステップに向けて期待したい内容
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	安心して頂くようコミュニケーションを通して、不安なこと、困っていることに耳を傾け、良い関係が築けるよう努めています。		
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	ご家族が困っていることやどのようなことでも話せる雰囲気を作り、良い関係をつくれるよう努めています。		
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	ご本人ご家族がどのような支援を必要としているのかを聞き取り、必要に応じ他のサービス利用も含めた対応に努めています。		
18		○本人と共に過ごし支えあう関係 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	相手の立場を尊重し、支え合う関係を築いています。		
19		○本人を共に支えあう家族との関係 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	本人と家族の絆を大切にし、共に支えている関係を築き、いつでも連絡を取り合えるようにしています。		
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	近隣の方や大切な方がいつでも面会に来られるよう、和やかな雰囲気づくりに努めた支援をしています。	家族がなじみの理髪店に連れて行ったり、入居前からの知り合いが事業所を訪れる等して、関係が途切れることの無いよう支援している。	
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	軽作業やレクリエーションを通して関わり合い、良好な関係作りを支援しています。		

自己	外部	項目	自己評価	外部評価	
			実践状況	実践状況	次のステップに向けて期待したい内容
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	退去先などの相談を受けたり、退去後も面会するなど これまでの関係性を大切にした支援に努めています。		
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	生活歴や家族からの情報、困難な場合はコミュニケーションの中から本人の意向を組み取り、思い思いの暮らし方ができるよう検討しています。	入居前の生活歴を把握したり、普段の会話の中から利用者に事業所での生活に役割を持って頂き、本人の意向を尊重するよう取り組んでいる。	
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	生活歴やご家族からの情報、または前の施設からの情報資料を元に、本人のこれまでの暮らし方が把握できるよう努めています。		
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	職員間でその日の過ごし方、心身状態を報告し合い、有する力などの現状の把握に努めています。		
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	職員会議、モニタリングより話し合い、意見を元に反映した介護計画を作成しています。	定期的な介護計画の作成と、職員会議を通じ日常生活の情報を出し合い、現状に即した介護計画の作成に努めている。	
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	個別ケースに日々の様子や身体状況・ケアの実践を記入し、気づきや特変時は申し送り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ます。		
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	必要に応じ、可能なことは対応しています。		

自己	外部	項目	自己評価	外部評価	
			実践状況	実践状況	次のステップに向けて期待したい内容
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	運営推進会議や地域ケア会議を通して民生委員や地域包括と連携・協働を図り、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ます。		
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	ご本人ご家族の希望に沿ったかかりつけ医となっており、週に1度の往診により適切な医療を受けられよう支援しています。	入居後も、かかりつけ医を受診できるように支援している。また、週に1回往診に来ているかかりつけ医もおり、必要な医療支援をしている。	
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	情報や気づきを職場内の看護職員に速やかに報告し、また 週に1度の訪問看護により適切な受診や看護が受けられるよう支援しています。		
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。あるいは、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。	入院時は医療機関に速やかに情報提供し、安心して治療できるように また、入院経過情報を基に早期退院に向けた相談をするなど病院関係者との良好な関係作りを行っています。		
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、事業所です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	契約時に看取り方針があることを伝え、重度化にともない、ご家族の要望に応じて看取り契約することで安心した終末期を迎えられる体制を整えた取り組みをしています。	利用者が重度になってきていることから、終末期の研修に参加したり、マニュアルが整備されている。また、看取りの際には家族から理解を得て、事業所で看取りを行っており、体制も整えられている。	
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	外部講師を招き、急変や事故発生時の対応について初期対応の訓練を行い、実践力を身に付けています。		
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	火災や地震などの災害を想定した訓練を実施し全職員が避難方法を身に付け また地域住民との協力体制を築いています。	年に2回の避難訓練も実施されており、有事の際の電話連絡網には、町内会長にも連絡が取れる体制が整えられており、地域住民からの協力が得られる。	

自己	外部	項目	自己評価	外部評価	
			実践状況	実践状況	次のステップに向けて期待したい内容
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	一人ひとりの人格を尊重し、言動を否定せず受容し、命令形にならない言葉かけの対応に努めています。	日常会話の中から利用者の思いをくみ取れるよう心がけており、会話も命令形や職員本位にならないよう気をつけている。	
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	日々のケアから気持ちをくみ取り、コミュニケーションを大切に声掛けをし、自己決定できるよう働きかけています。		
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、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	重度化されていない方は、自分のペースで自由に行動・活動され また レクリエーションなどで楽しく生活できるよう支援しています。		
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	自分の好きな色の服を選んだり、美容院へ出かけたり(家族同行)とその人らしい身だしなみ・おしゃれができるようお手伝いをした支援しています。		
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	できる範囲内で食事の準備・片付けなどのお手伝いをしていただき、行事などでは好みを取り入れ一緒に食事を楽しんでいます。	季節を感じてもらうため、旬の食材を使った献立を作成している。また、利用者にも食事の準備を役割として持ってもらうことで、食事を楽しんで頂けるよう心がけている。	
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	活動量や食事量を確認しながらバランスを考え提供し 水分についても午前・午後とおやつタイムにも補給でき、習慣に応じた支援をしています。		
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、一人ひとりの状態に応じた口腔ケアの対応をし、夕食後、義歯を洗浄剤につけ置きし除菌しています。		

自己	外部	項目	自己評価	外部評価	
			実践状況	実践状況	次のステップに向けて期待したい内容
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	排泄パターンをチェック表で把握し、声掛けや誘導をすることで失敗を減らし、自立に向けた支援を行っています。	排泄チェックをすることで排泄のパターンを掴み、おむつをすることで不快な思いをすることが無いよう、できるだけ布パンツで過ごしてもらおう努力している。	
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	便秘体操(リハビリ体操)をしたりできるだけ運動を働きかけ、下剤に頼らず、乳製品などの対応で解消につなげています。		
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、個々に応じた支援をしている	入浴剤を使用し、色や香りで入浴を楽しみ、一人ひとりにあった温度調節を行なった支援をしています。	利用者の重度化により浴槽に入れられない方に、シャワー浴用のリクライニングチェアを導入し、清潔保持に努めている。	
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	居室の明るさはブラインドを使用・温度調節をしたり、自室またはソファで休息を取ったり、その時々に応じて安心して気持ちよく眠れるよう支援しています。		
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	個人ファイルに処方箋を綴り内容を把握できるようにしています。臨時薬や変更などの時は、症状に変化がないかを確認しています。		
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	得意分野を活かし縫物やパズル・ぬり絵等を楽しんだり、誕生会にはいつもと違う食事・手作りケーキなどを提供し また 慰問を楽しんでいただき、気分転換を図った支援をしています。		
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	ADLの低下と猛暑のため、今年度は個人外出が積極的にできていないが、月1回の外出行事では本人の希望などを把握し、普段いけない場所に出かけられるよう支援しています。	外出可能な日には、事業所近隣を散歩し、地域の人と交流を図っている。また、会話の中から本人が出かけたい場所や、見てみたい場所を把握し、外出に努めている。	

自己	外部	項目	自己評価	外部評価	
			実践状況	実践状況	次のステップに向けて期待したい内容
50		○お金の所持や使うことの支援 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	金銭は施設で管理していますが、少額のお金を持つことで外出行事などで、買い物された際に支払えるよう支援しています。		
51		○電話や手紙の支援 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	希望に応じその都度対応しています。		
52	(19)	○居心地のよい共用空間づくり 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	ご利用者の作品である「ちぎり絵」を壁に展示し、また 季節の野の花を飾ったりと季節感を味わい、レースカーテンやブラインドを使用することで遮光や騒音に配慮し、居心地よく過ごせるよう工夫をしています。	食堂では利用者自身ができる余暇活動を行っており、和やかな雰囲気でも過ごしている。また、事業所内はエアコン、床暖房を設備しており快適な環境で生活をしている。	
53		○共用空間における一人ひとりの居場所づくり 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	ソファで気の合う利用者同士でお喋りをしたり、自由に思い思いに過ごせる空間づくりの工夫をしています。		
54	(20)	○居心地よく過ごせる居室の配慮 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のを活かして、本人が居心地よく過ごせるような工夫をしている	馴染みの藤のいす・使い慣れた和タンス・大切な夫の位牌などを置くことで穏やかな気持ちで居心地よく過ごせるよう工夫をしています。	居室には本人が使い慣れたものを置いてもらい、居心地のよい環境で生活している。また、西日が差す箇所にはブラインドを設置し、居室の温度が高くないようにしている。	
55		○一人ひとりの力を活かした安全な環境づくり 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	手すりを使用することで安全に歩行でき、トイレには大きな文字で場所が分かるようにし、自室入口には表札・写真などを張ったりと安全かつ自立した生活が送れるよう工夫をしています。		