

自己評価	外部評価	項目	自己評価	外部評価	
			実施状況	実施状況	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	ホームの理念は、朝の申し送り時声に出して読み上げ、確認し業務に励んでいる。		
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	現在、新型コロナ感染予防の為交流は出来ていない。避難訓練時は、役場の方や運営推進員、家族代表の方が参加して下さっている。		
3		○事業所の力を生かした地域貢献 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生かしている	新型コロナ感染症の影響によりここ2年間は実践できていないが、年4回発行するほほえみ通信を諸関係施設へ配布し認知症の人の理解や支援の方法を発信している。		
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	定期（年6回）に会議を開催している。利用者状況、サービスの実際について、現在抱えている問題（コロナ感染対策等）について出席者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	項目	自己評価	外部評価	
			実施状況	実施状況	次のステップに向けて期待したい内容
5	4	○市町村との連携 市町村担当者と日頃から連携を密に取り、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に取り組んでいる	平素より連携を密に取り事業所の実情やサービスの取り組みを積極的に伝え協力関係を築いている。2020.2021年は町主催の研修やホーム行事（敬老会）等への参加依頼が出来ていない		
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	年3回身体拘束、虐待に対して勉強会を行い、3か月に1回は身体拘束等検討適正委員会を開催している。やむを得ない場合は、家族に十分説明を行い、同意を得て身体拘束を行っている。常に代替策を検討し入居者の安全を確保し、お気持ちにも配慮している。		
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	年3回勉強会を行っている。身体的虐待だけでなく言葉での虐待（スピーチロック）等、ケアの中で行っていないか考え、お互いに声掛けしながら入居者の支援に当たっている。		
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	現在必要とされる利用者はいないが、対象の利用者が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、それらを活用できる様支援している。		

自己評価	外部評価	項目	自己評価	外部評価	
			実施状況	実施状況	次のステップに向けて期待したい内容
9		<p>○契約に関する説明と納得</p> <p>契約の締結、解約又は改定等の際は、利用者や家族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</p>	<p>入所時、契約書や重要事項説明書を読み合わせ、確認している。解約又は改定時にご家族（利用者は認知症があり判断できない時）の意向を尋ね、十分な説明を行い納得を測る。</p>		
10	6	<p>○運営に関する利用者、家族等意見の反映</p> <p>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</p>	<p>2020.2021年はコロナ禍にあり、ご家族へは文書や、電話で通知し、電話があった時や、面会時に意見や要望等について伺いし、お応えしている。</p>		
11	7	<p>○運営に関する職員意見の反映</p> <p>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</p>	<p>代表者は年2回個別に面談の場を設け、職員の意見や提案を聴き運営に反映させている。また毎月の職員会でも意見要望を聞いている。管理者は日ごろから職員とのコミュニケーションに努めている</p>		
12		<p>○就業環境の整備</p> <p>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</p>	<p>代表者は管理者や個々の職員の努力や実績勤務状況を把握し、各自が向上心を持って働けるように、職場の環境、条件の整備に努めている。</p>		

自己評価	外部評価	項目	自己評価	外部評価	
			実施状況	実施状況	次のステップに向けて期待したい内容
13		<p>○職員を育てる取り組み</p> <p>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</p>	<p>コロナ禍の中、法人内外の研修がオンラインでの受講が出来るように設備を整えている。又学びたいことをスタッフから聞き、ホーム内での勉強会を開催し意欲向上に努めている。</p>		
14		<p>○同業者との交流を通じた向上</p> <p>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り組みをしている</p>	<p>通常積極的に町主催の会議や外部研修に参加している。新型コロナウイルス感染予防の為、2020.2021年は職員は外部研修会に参加できていない。</p>		

自己評価	外部評価	項目	自己評価	外部評価	
			実施状況	実施状況	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		<p>○初期に築く本人との信頼関係</p> <p>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</p>	利用者様の要望をしっかりと聞いて、不安な思いにさせない様に日常生活の中で傾聴する時間を多く作り信頼関係を築いている		
16		<p>○初期に築く家族等との信頼関係</p> <p>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</p>	ご家族の悩み、不安、要望などを傾聴し、ご家族に安心して頂ける関係作りに努めている、		
17		<p>○初期対応の見極めと支援</p> <p>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</p>	ご利用前の生活状況を確認し、入所後は出来ること等を把握し、医療機関、他施設からの情報収集を得て、必要な支援、サービスの対応に努めている。		
18		<p>○本人と共に過ごし支え合う関係</p> <p>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</p>	日常生活で色々な会話を交わし、生活の知恵など教えて頂いたりする機会を作ったりしている。		

自己評価	外部評価	項目	自己評価	外部評価	
			実施状況	実施状況	次のステップに向けて期待したい内容
19		○本人と共に支え合う家族との関係 職員は、家族を介護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	ご家族が面会に来られ際、ご利用者様が話されない時は、スタッフが付き添い一緒に会話している。コロナ禍の中、電話や月一度のお便りで近況報告行っている。		
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	2020.2021年コロナ禍により外泊、外出などしていない。収束後は、地域の行事に参加したり、外泊、外出など支援したい。現在はホーム内で出来る、ミニ喫茶、散歩、園庭での外気浴等で支援している。		
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	利用者様同士会話したり、支え合うような関係作りに努めている。		
22		○関係を断ち切らない取り組み 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	入院された際は電話等で状態を確認したり、逝去された際はお通夜、葬儀に参列している。落ち着かれる頃お便りや、タブレットラインなどで、連絡をとり心のフォローを行っている。		

自己評価	外部評価	項目	自己評価	外部評価	
			実施状況	実施状況	次のステップに向けて期待したい内容
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	会話の中から、何をしたいのか、何を思っておられるか把握に努め、会話の困難の方にも声掛けを多くし、表情の変化から汲み取るよう努めている。		
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	入所時は家族、本人からの生活歴などの情報を収集し、スタッフ間でも共有しながら、日々の支援を行っている。		
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	連絡帳や生活記録、毎日の申し送りや情報共有し、また、毎月1回、随時のケア会にて話し合い、状態把握に努めている。		
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	本人の意向（日常の関わりから推測）や主治医の意見を参考に毎月ケア会議を行い、一人一人の現状を把握し、支援の在り方などを話し合い、それぞれに合ったケアが行える様に介護計画を作成している。		

自己評価	外部評価	項目	自己評価	外部評価	
			実施状況	実施状況	次のステップに向けて期待したい内容
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	バイタルサインや日々の様子はケアの実践・結果、気づきや工夫を個別に記録している。いつもと違う言動が見られた際は、詳細に記入し職員間で情報を共有の徹底に務めている。		
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	何が一番良い支援であるかを話し合い、家族へも日々の変化、予測される今後の状態を伝え、納得して下さった上での支援に努めている。		
29		○地域資源との協働 一人ひとりの暮らし方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	コロナ禍で地域の行事も開催されず参加できていないが、収束時は資源を活用し本人が豊かな生活を送られるよう支援する。行政、町議、運営推進にも相談しながら支援行なっている。		
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し、納得が得られたか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	月に1回協力医院（内科・眼科）の往診ある。又、家族・本人希望のかかりつけ医の受診の支援を行っている。体調に変化が見られた際は、往診・受診をお願いし結果は家族へ報告している		

自己評価	外部評価	項目	自己評価	外部評価	
			実施状況	実施状況	次のステップに向けて期待したい内容
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	毎日の午前午後、平素と違う様子が見られた際も都度バイタル測定を行い、異常の早期発見に努めている。異常時はホーム看護師に連絡相談し、受診の支援を行っている。スタッフ間で情報を共有している		
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。または、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	利用者様が入院時は、病院、家族と連携を取り、話し合いを行い、早期退院が出来る様に努めている。退院時は病院関係者との情報交換をし、今後の生活に向けての対応の相談をする等の関係作りを行っている		
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、早い段階から本人や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	入居時に終末期や重度化に伴う対応の指針を、家族に説明し同意書を貰っている。その様な状態になった時には再度、意思を確認し本人、家族の要望に沿い、全職員が方針を共有し支援している。看取りの事例もある。		
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、すべ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	緊急時対応マニュアルに沿って対応している。避難訓練時に応急処置、応急手当、心肺蘇生法の訓練に参加したり、ケア会、職員会での勉強会に参加している。		

自己評価	外部評価	項目	自己評価	外部評価	
			実施状況	実施状況	次のステップに向けて期待したい内容
35	13	<p>○災害対策</p> <p>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</p>	<p>年2回消防署立ち会いの元、昼夜間想定避難訓練を実施している。災害時の食料品はじめ必要品の備蓄も確保している</p>		

自己評価	外部評価	項目	自己評価	外部評価	
			実施状況	実施状況	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	言葉使いや接し方についてはケア会議や職員会で勉強会を行っている。一人一人の現在までの暮らしを理解し、話されることに共感を心がけるように努めている。		
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	支援を行う前に、利用者の思いを聴くことを心がけ、思いに沿った支援を行っている。		
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、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	起床時間を強制せず、個々の状態に応じた対応を行っている。外に出て散歩したいと希望されれば一緒に案内を行っている。		
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支援している	行きつけの美容院へ同行したり、ホーム内で入浴前に散髪を行っている。好みの服装が出来る様声掛けしながら支援している。		
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	手伝いして頂ける方には、調理の下準備、調理のお手伝いやお盆拭き等スタッフと一緒にやっている。		

自己評価	外部評価	項目	自己評価	外部評価	
			実施状況	実施状況	次のステップに向けて期待したい内容
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	食事量が十分に確保できていない方には分食や、形態を変えたり補助食品で補っている。嗜好品も差し上げ、水分は、時間に関係なく摂取して頂いている。		
42		○口腔内の清潔保持 口の中の臭いや汚れが生じないように、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、口腔ケアし夜は義歯の消毒を行っている。義歯のない方は、ブラッシングや、ウエットタオル等で清拭を行っている。義歯の不具合は歯科受診を相談している。		
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	一人一人のトイレ案内のタイミング、時間を全職員が把握し、全利用者様なるべくトイレでの排泄を心がけている。尿量に合わせた、パットを使用し、日中は布パンツを使用している。		
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	排便困難な方はチェック表を使用し、主治医に相談し排便コントロールしている。また、トイレ案内時、腹部マッサージを行い、自然な排泄を促している。毎日乳製品（手作りヨーグルト等）の摂取をして頂いている。		

自己評価	外部評価	項目	自己評価	外部評価	
			実施状況	実施状況	次のステップに向けて期待したい内容
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している	入浴される日程は決めているが、その日の体調、気分不良時には時間や日を改めている。本人のペースで入浴して頂きゆくり、楽しんで頂く支援を行っている。		
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	その日の本人の体調を見ながら、意向も聞き自由に休息して頂いたり、安眠が得られる支援を行っている。		
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	生活記録や薬の情報提供書をいつでも確認できる状態にしてある。。症状の変化が認められた場合はホームの看護師、主治医に相談し指示を仰いでいる。		
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、一人ひとりの生活暦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	一緒に食材を切る等下拵えをして頂いている。嗜好品を準備したり、誕生会では好みの料理を手作りしお祝いしている。又テラスでお茶会をしたり、外気浴を兼ね気分転換を図っている。		
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に支援に努めている。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	コロナの影響により以前のように出かけていない。近くの公園まで花見に行ったり、神社へ初詣に出かけている。天候の良い日は園庭を散歩したり、園外を散歩し気分転換を図っている。		

自己評価	外部評価	項目	自己評価	外部評価	
			実施状況	実施状況	次のステップに向けて期待したい内容
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>小遣い程度の金銭（敬老祝い金等）は家族に同意を得てホームで預かり、本人が希望するもの、季節に応じ必要とするもの等を購入し、購入後は家族へ報告行っている。</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している</p>	<p>本人の希望に沿って電話をかけたり、お便りを出す支援をしている。毎月スタッフからお便りで近況を報告している。</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招くような刺激（音、光、色、広さ、湿度など）がないように配慮し、生活感や季節感を取り入れて、居心地よく過ごせるような工夫をしている</p>	<p>季節に応じた飾りつけをしている。通行の妨げにならない様障害物を置かない様になっている。その日の気候に応じて換気、湿度、温度の調節を行って快適な空間づくりに努めている。</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>共用空間のリビングにソファを2カ所に設置し、思い思いの場所で過ごされるよう工夫している。</p>		

自己評価	外部評価	項目	自己評価	外部評価	
			実施状況	実施状況	次のステップに向けて期待したい内容
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</p>	<p>午前、午後掃除・消毒を行い清潔な空間で過ごして頂いている自分で出来る人は使いやすいように衣装ケースなど配置している。寝具類を干し気持ちよく眠って頂ける様努めている</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>危険と予測されるものは置かないように片付けている。声掛けと見守りを十分に行い安全に安心して生活できる様支援している。</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)		1 ほぼ全ての利用者の
		○	2 利用者の2/3くらいの
			3 利用者の1/3くらいの
			4 ほとんど掴んでいない
57	利用者と職員と一緒にゆったりと過ごす場面がある。 (参考項目：18, 38)	○	1 毎日ある
			2 数日に1回程度ある
			3 たまにある
			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)		1 ほぼ全ての利用者が
		○	2 利用者の2/3くらいが
			3 利用者の1/3くらいが
			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見られている。 (参考項目：36, 37)		1 ほぼ全ての利用者が
		○	2 利用者の2/3くらいが
			3 利用者の1/3くらいが
			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)		1 ほぼ全ての利用者が
			2 利用者の2/3くらいが
			3 利用者の1/3くらいが
		○	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)		1 ほぼ全ての利用者が
		○	2 利用者の2/3くらいが
			3 利用者の1/3くらいが
			4 ほとんどいない
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している。 (参考項目：28)	○	1 ほぼ全ての利用者が
			2 利用者の2/3くらいが
			3 利用者の1/3くらいが
			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る。 (参考項目：9, 10, 19)	○	1 ほぼ全ての家族と
			2 家族の2/3くらいと
			3 家族の1/3くらいと
			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)		1 ほぼ毎日のように
			2 数日に1回程度ある
			3 たまに
		○	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)		1 大いに増えている
			2 少しずつ増えている
		○	3 あまり増えていない
			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)	○	1 ほぼ全ての職員が
			2 職員の2/3くらいが
			3 職員の1/3くらいが
			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。		1 ほぼ全ての利用者が
		○	2 利用者の2/3くらいが
			3 利用者の1/3くらいが
			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。		1 ほぼ全ての家族等が
		○	2 家族等の2/3くらいが
			3 家族等の1/3くらいが
			4 ほとんどいない