

ホーム名:グループホームかわち野 2F

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	<p>○理念の共有と実践</p> <p>地域密着型サービスとして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</p>	「グループホームかわち野」の基本理念を職場目標にも掲げ、職場会議で確認して実践している。		
2	2	<p>○事業所と地域とのつきあい</p> <p>利用者が地域とつながりながら暮らし続けられるよう、事業所自身が地域の一員として日常的に交流している</p>	一年を通じて自治会や地域の組合員に支えられ、沢山の行事や活動に積極的に参加し交流を深めている。ボランティアさんの協力もある。近隣から入居者様へと手作り作品なども頂いて活用している。		
3		<p>○事業所の力を活かした地域貢献</p> <p>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</p>	法人・職員個人として共に取り組み、地域の組合員に対して認知症や介護の勉強会を行ったりしている。コロナ禍の中でも施設の見学はいつでも応じている。		
4	3	<p>○運営推進会議を活かした取り組み</p> <p>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</p>	意見や助言等があった場合は職場会議や家族会などで報告を行い、改善や実践できるように話し合っている。苦情等は改善のための意見を出し合いサービス向上に活かしている。		
5	4	<p>○市町村との連携</p> <p>市町村担当者とは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に取り組んでいる。</p>	地域包括支援センターの担当者が運営推進会議に出席。事業所の活動報告をし、ご意見も頂く。研修や講習の案内も頂き参加している。		
6	5	<p>○身体拘束をしないケアの実践</p> <p>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しないケアに取り組んでいる</p>	身体拘束廃止委員会を立ち上げ3ヶ月に1回は施設内で身体拘束を行わないための話し合いを行っている。また委員会メンバーの運営推進会議や同法人の診療所職場会議での相談や助言を得る体制を取っている。		
7		<p>○虐待防止の徹底</p> <p>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など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</p>	職員が虐待の研修に参加した時は職場会議の場で伝達学習を行なっている。言葉掛けや行為についても注意を払うように心掛けている。また毎年、e-ラーニングによる高齢者虐待の学習も行っている。		

8	<p>○権利擁護に関する制度の理解と活用</p> <p>管理者や職員は、日常生活自立支援事業や成年後見人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</p>	<p>成年後見制度を利用の対象者も居られるので、併せて制度の学習もしている。</p>		
9	<p>○契約に関する説明と納得</p> <p>契約の締結、解約または改定等の際は、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</p>	<p>契約時には重要事項の内容を口答で説明してご理解いただいている。質問等がいつでも気軽に出来るよう項目ごとに説明し疑問があればその都度説明してご理解いただいている。</p>		
10	<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>来訪時・電話・家族会・運営推進会議、法人組合員の運営委員・アンケート・虹の箱などで出た意見は職場会議などで検討して、会議議事録や法人会報紙(けんこう)、家族への手紙や直接口頭などで発信している。</p>		
11	<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、それらを反映させている</p>	<p>定期的に職場会議を行って職員の意見を聞き、検討している。日常的にも意見交換する場を設けている</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>シフト作成時には個人の希望を最大限考慮し働きやすい環境を作っている。日勤帯専従の職員もおり、無理の無い勤務体制になるようにここに配慮している。労働組合もあるので給与・労働条件等の要望も出しやすい環境にある。</p>		
13	<p>○職員を育てる取組み</p> <p>代表者は、管理者や職員一人ひとりのケアの実際の力量を把握し、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>医療生協が勤めている通信教育を週3回以上勤務の職員は毎年受講。eラーニングの学習や職場会議での学習も行っている。</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作り、ネットワークづくりや勉強会、相互訪問の活動を通じて、サービスの質を向上させていく取組みをしている</p>	<p>法人内では施設系の会議を毎月開催し、意見交換している。同地域の他のグループホームの運営推進会議には相互参加し意見交換や情報交換をしている。</p>		

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>	<p>入所時にご本人や家族を通じてご本人の希望や不安を聞き、一日でも早く施設での生活になじめるように、お互いに信頼を築けるよう寄り添った介護に努めている。</p>		
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、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>	<p>特にご家族は不安を抱えておられるので、利用者様の生活歴や率直な要望をお聞きし、反映出来るように務めている。また、気軽に訪問出来る環境作りを心掛けている。</p>		
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>	<p>ご本人・ご家族の思いを汲み取り、計画作成をする。ひとり暮らしで意思疎通の困難な方は、ケアマネや近隣者の意見を聞き、その方に沿った支援を行い、職員の気付きを含め意見交換しながら対応している。</p>		
18	<p>○本人と共に過ごし支えあう関係</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>	<p>ご本人の気持ちを大切に、また性格なども考慮しながら、会話したりレクリエーションを一緒にしたりしている。</p>		
19	<p>○本人と共に過ごし支えあう家族との関係</p> <p>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</p>	<p>ご家族が気軽に訪問して頂けるよう催しの案内をしている。来訪時は居室で過ごされたり、外食・買い物などの外出時間を提供している。またご本人の様子をその都度意見交換し支援方法を確認している。</p>		
20	<p>○馴染みの人や場と関係継続の支援</p> <p>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</p>	<p>友人の来訪や電話の取次ぎは可能な限り行っている。コロナ禍でも近親者の面会は行っており、親戚や友人の方は体調確認などを行ってから面会を行っている。</p>		
21	<p>○利用者同士の関係の支援</p> <p>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</p>	<p>入居者様同士で会話が弾むように、職員が趣味や時事、生活などの話題を提供している。また、家事作業や作業レクを複数の入居者様と一緒にしたりしている。</p>		
22	<p>○関係を断ち切らない取り組み</p> <p>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</p>	<p>運営推進会議に引き続き参加して頂いたり、施設の運営の手伝いをしていただいている。また、他施設に移られた方も時々家族様に様子を伺っている。</p>		

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	日々の中でスタッフが個々の入居者様と関わる機会を持ち、会話することで個人の希望や意向を引き出すようにしている。気がかりなことは事例検討などで話し合って可能な限り支援していく。		
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る	家族やケアマネ、関連者に話を聞き、可能な範囲での生活歴や好みを把握している。ただ、それに囚われずに支援の中で生活歴の変移や新たな好みの把握に努めている。		
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	バイタルや水分・排泄・申し送りによる勤務記録などを元に個人記録を記載して個々の一日の過ごし方を把握している。健康状態や行動に異変があれば申し送りをして状態の把握に努めている。		
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	日々のケアの中で個々の対応について話し合いを行っている。状態変化によりケアを変更する場合は、本人様や家族様と話し合って希望と現状に沿ったケアを試行錯誤しながら、穏やかに過ごせる環境づくりを計画作成に反映している。		
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	バイタルや水分・排泄・申し送りによる勤務記録などを元に個人記録を記載して個々の一日の過ごし方を把握している。健康状態や行動に異変があれば申し送りをして状態の把握に努めている。		
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、その時々にも生まれるニーズに対応して、既存のサービスにとらわれない、柔軟な支援やサービスの多機能化に取り組んでいる	家族やボランティアによる外出支援を積極的に行っている。また、医療連携の看護師が訪問した時に個々の状態を報告して対応を相談している。訪問歯科や訪問散髪、訪問リハビリも利用している。		
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	コロナ禍以前は、ふれあい喫茶・だんじりパレード・餅つきなど地域の行事に参加すると共に、ドッグセラピー・演奏会・折り紙などボランティアの協力を得ながら好みの活動に参加できるように支援している。		
30	11	○かかりつけ医の受診診断 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	契約時にかかりつけ医の確認を行う。提携医療機関(法人内)への変更を希望される場合は受診援助を行っている。かかりつけ医が遠方の場合は家族の協力を得ている。受診時は書面で近況報告を作成して、事前に主治医にFAXしたり家族に渡すようにしている。		

31	<p>○看護職員との協働</p> <p>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支援している</p>	<p>医療連携の看護師の訪問時には入居者様の健康状態を申し送りしている。体調不良等変化のある場合は対応や受診判断の支持も受けている。また、ケアの方法なども相談し指導を仰いでいる。</p>		
32	<p>○入退院時の医療機関との協働</p> <p>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</p>	<p>入院時には介護サマリーを提供し。入院中は入院先を訪問し本人の様子や状態を医療機関や家族に確認。病状が安定し施設対応が可能な入居者様には早期退院、受入れを行っている。</p>		
33	<p>○重度化や終末期に向けた方針の共有と支援</p> <p>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、事業所ですることが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</p>	<p>重度化指針作成し、契約時に家族様に説明。救急時の対応の意向も確認している。体調やADL等は変化していくので期間を決めて再度確認を行っている。重度化になった場合は家族様とは話し合い、対応方法を相談しながら家族と協力して支援している。</p>		
34	<p>○急変や事故発生時の備え</p> <p>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</p>	<p>年1回は緊急時の対応の勉強会を行っている。AEDの配置もあり、急変時の確認、連絡手順も文書にして分かりやすい場所に表示している。</p>		
35	<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回避難訓練を職員・入居者様が共に参加し、避難の手順や方法を確認している。避難時の一時集合場所は近隣の駐車場とさせて頂いている。</p>		

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	人格やプライバシーを尊重した対応を心掛けている。会話はその人にあつた話し方で対応している。居室訪問時やトイレ介助時はノックをして入室している。		
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	日常生活の中で、スタッフが入居者様個々に声をかけたりしてニーズや意思を確認して支援している。意思表示困難な方には日々の体調に合わせて生活全般の支援を行っている。		
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	毎日の日課を大切にしながらも、入居者様の体調や気分に合わせて自室でゆっくりされる方や歌のCDを聴く方、おしゃべりで過ごす方、テレビやDVDを楽しまれる方などその人らしい暮らし方を支援している。		
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	入居者様の希望に添った服装を支援している。季節の衣類の交換を家族様やスタッフがを行い、快適に過ごせるように支援している。訪問散髪でカットや顔ぞりをされる入居者様もおられる。		
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、利用者と職員が一緒に準備や食事、片付けをしている	誕生日会では好みの献立を用意している。おせち・お寿司・栗ご飯・年越しそば等季節の食材や行事食なども提供している。		
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、集会に応じた支援をしている	水分・排泄表、バイタル表により食事量や水分量を確認し個々の状態を把握している。刻み食など個々人の体調に合った形態で提供し吸い飲みやマグカップ等も活用。		
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	毎食後に口腔ケアを実施。声掛けや見守り、介助の必要な入居者様は食後の歯磨き、義歯の洗浄を介助して口腔ケアを行っている。訪問歯科が週1回来訪し、口腔内の清潔保持や診療、治療、指導も受けている。		
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。	排泄表で排泄の時間を把握。食事や外出に合わせて声かけしトイレ誘導する。尿意あり排泄の間隔を把握しやすい方は、下着やパットで日中過ごす。尿意・便意が殆ど無い方は、時間を見ながら声掛けによるトイレ誘導を行っている。		
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	排泄表、バイタル表等で個人の排便周期を把握。オリゴ糖やヨーグルトなど食物繊維の多いおやつ等で排便に繋がる様に支援。ラジオ体操やリハビリ体操、歩行訓練、散歩等体を動かせる様に工夫。		
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	職員の多い13時～15時に入浴介助を行っているが、日々の状況で時間外でもシャワー浴等で対応している。個浴なので一番風呂を好まれる人は一番で、入浴が好きでない人は無理強いせず会話をしながら気分転換して促している。		

46	<p>○安眠や休息の支援</p> <p>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</p>	<p>就寝時間は19時半～23時頃と個々の生活習慣に合わせて就寝を促している。居室で遅くまでテレビを見ている方も居られる。日中でも体調・体力を考慮して横になってもらったり、個々の体調に合わせて入居者様に合った形態で服薬介助を行っている(粉碎・分包・一包化など)。処方中の薬の説明書はファイリングして職員が確認できるようにしている。服薬介助時は複数職員が名前や時間帯を確認。服薬後はバイタル表に介助者名を入れて</p>		
47	<p>○服薬支援</p> <p>一人ひとりが使用している薬の目的や副作用、用法や要領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</p>			
48	<p>○役割、楽しみごとの支援</p> <p>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</p>	<p>洗濯物たたみや掃除、食器洗いなど日々の出来ることを支援している。読書、歌唱、DVD鑑賞等で個人や皆様に楽しめる事も支援。</p>		
49	<p>○日常的な外出支援</p> <p>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支援している</p>	<p>庭でお茶をするなど屋外での催しを行っている。花見や初詣など外出の催しも積極的に参加している。</p>		
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>健康まつりなどではお金を持ってもらい、屋台でおやつなどを買ってもらっている。また、初詣ではお賽銭を入れてお参りしている。</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している</p>	<p>家族や親戚、友人などからの電話は取り次いだりしている。</p>		
52	<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)は、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>リビングのテレビの前にソファを配置してみんなで会話しながら鑑賞できるようにしている。壁にはカレンダーを飾り、日々過ごしていく環境づくりも行っている。</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>テレビ前にソファを配置し、みんなで会話しながら鑑賞できるようにしている。食卓用テーブルの方では新聞や本を静かに読まれたりしている。</p>		
54	<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>居室は個々の生活習慣に合わせ、馴染みのある家具等を配置している。居室でも安全にゆっくり過ごせるよう支援している。生活していく上で家具類により危険性がある場合は、家族と相談して配置を替えたり施設で預かったりしている。</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>各居室には表札を貼っているが、入居者様に見えにくい場合は見え易い高さに名前を表示、居室のスイッチにも名札を貼っている。誤飲するなど危険性のあるものは、入居者様の手の届く所には置かないようにしている。</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)	○	①ほぼ全ての利用者の ②利用者の3分の2くらいの ③利用者の3分の1くらいの 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)	○	①毎日ある ②数日に1回ある 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3分の2くらいが ③利用者の3分の1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みられている (参考項目: 36,37)	○	①ほぼ全ての利用者が ②利用者の3分の2くらいが ③利用者の3分の1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3分の2くらいが ③利用者の3分の1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3分の2くらいが ③利用者の3分の1くらいが 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)	○	①ほぼ全ての利用者が ②利用者の3分の2くらいが ③利用者の3分の1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聞いており信頼関係ができていく (参考項目: 9,10,19)	○	①ほぼ全ての利用者として ②利用者の3分の2くらいと ③利用者の3分の1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きている (参考項目: 9,10,19)	○	①ほぼ毎日のように ②数日に1回程度 ③たまに ④ほとんどいない
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全くない
66	職員は活き活きと働けている (参考項目: 11,12)	○	①ほぼ全ての職員が ②職員の3分の2くらいが ③職員の3分の1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3分の2くらいが ③利用者の3分の1くらいが ④ほとんどいない
68	職員からみ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ほぼ全ての家族が ②家族の3分の2くらいが ③家族の3分の1くらいが ④ほとんどできていない