

### 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	0270201874		
法人名	社会福祉法人つがる三和会		
事業所名	グループホーム城西		
所在地	青森県弘前市茜町二丁目1-18		
自己評価作成日	平成23年9月26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	社団法人青森県老人福祉協会		
所在地	〒030-0822 青森県青森市中央3丁目20番30号 県民福祉プラザ3階		
訪問調査日	平成23年10月14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>弘前市内中心部に位置しておりユニットからは雄大な岩木山が臨める。向かいには西小学校があり学校と交流が多い、入居者も子供達の声や笑顔に励まされている。ショッピングモールも歩いて行ける距離にあり散歩や地域交流も手軽に行っている。運営推進会議での参加者は毎回他職種、多数であり活発な意見交換が行われ運営に反映させている。</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>日々の関わりから活動につなげるなど入居者の声を大切にしている。 排泄介助や食事介助など入居者が介護を受けていると感じさせないような支援を目指し取り組んでいる。 職員は入居者が関係する人・物に対し直接的に接するのではなく”クッションの役割”として間に入り支援し、入居者が認知症である事を感じさせないようにし、入居者の人格を重視している。</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)	○	1. ほぼ全ての利用者の 2. 利用者の2/3くらいが 3. 利用者の1/3くらいが 4. ほとんど掴んでいない	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
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回程度ある 3. たまにある 4. ほとんどない	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:2,20)	○	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	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)	○	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
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	66	職員は、生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2/3くらいが 3. 職員の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	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
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	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. ほとんどできていない
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				

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
<b>I.理念に基づく運営</b>					
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	いつも目につくホールに掲示しており、日頃から実践し共有につとめている	朝礼や職員会議で繰り返し確認されており、ホームのあるべき姿として職員が認識している。今までに何度かBS法を用いて見直しをし、現状に合った理念を掲げている。	
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	近隣の小学校や保育園との交流、慰問の受け入れ、町内会への参加を行っている	法人の夏祭り・芋煮会、地域の祭り・学校の文化祭などに行き来しており、相互の交流が図られている。	
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	運営推進会議等で認知症の理解についての話し合いが行われている		
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	毎回参加者が多く、意見交換が行われている	ホームの活動状況を報告したり、それに対する意見を頂いている。参加されている町会長や民生委員などから情報提供を受け、それらを行事に組み込み活用している。	
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	毎回の運営推進会議に参加している、又都度の相談も行っている、市役所及び地域包括支援センターとは常に連携している	運営推進会議にも積極的に参加されており、運営に関する加算についてなどを随時相談している。	
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	夜間帯以外は玄関の施錠はしてないし、身体拘束も行っていない、園内研修で理解を深めている、介護員室掲示板にも張り出し常に見ている	具体的な内容も全職員が理解しており、身体拘束はされていない。また、ユニットが2階と3階にあり、入居者も自由にエレベーターで行き来し2階にある公衆電話を利用している。	
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	虐待は行っていない、上記同様勉強会でも周知徹底している		

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
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	現在の入居者でこの制度の利用者はいないが、ホールに掲示し、職員は制度を理解し、ご家族共に閲覧出来る様にしている。		
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	都度説明し口頭及び書面にて同意を得ている		
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	玄関にご意見箱を設置している他、運営推進会議で意見を聞いている。ご家族には希望の処方箋に記入して頂いている	入居時は希望の処方箋から意向を聞きだすような取り組みがなされている。日常的にも受診の報告の際などの何気ない会話の中からの希望・意向を聞きだすように取り組んでいる。	
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	職員会議や申し送りの際気になる事を話しあっている、カンファレンス等の際も意見を言える	非常時の飲料水の準備など職員会議で意見のあった内容を取り入れている。また、職員会議にローテーションの都合上参加できない職員の意見は事前に聴取している。	
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	法人主催の勉強会が年2.3回開催され、資格取得の際は受験料補助及び奨励金制度や資格手当制度が整備されている。		
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	職員個々に外部研修に参加している、法人研修、園内研修等行い資質の向上に努めている		
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	法人内のグループとの交流や市内GHの訪問を行っている		

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
<b>II. 安心と信頼に向けた関係づくりと支援</b>					
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	本人の希望に耳を傾け皆で話し合っている		
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	相談時、入居契約時等家族の要望に耳を傾け希望に沿うように話し合っている		
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	入居前の段階で希望要望を聞きサービスにつなげて居る		
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	相手の立場を考えながら、同等の立場、同じ目線で接し自宅での生活の継続が出来るよう図っている		
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	家族の面会の際に日々の状況報告をし、共に考え家族本人がゆったり時を過ごせる様配慮している		
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	受診時には知り合いと話しが弾んだり、デイサービス利用者の面会、又慰問時のデイサービス利用者などにふれあいの時間や農家住宅訪問等なじみの関係や物を大切にしている	行きつけの理美容院やかかりつけ医は入居後も利用していただけるよう支援している。併設のデイサービスを利用している友人が来ている時はゆっくり過してもらっている。	
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	利用者の身体状況や出来ること出来ないこと、趣味や生活歴を把握し皆が協力して共同生活が出来るよう支援している		

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
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	入院したり、退居した後も訪問や連絡、相談に応じている		
<b>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</b>					
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	利用者の会話に耳を傾けている、さりげない利用者の会話から、本人の希望、意向の把握に努めている	日々の食事や入浴の時間の時に話題になった事をセンター方式にそのままの言葉で落とし込み本人の意向を把握するよう努めている。その中から金魚ねぶた作りや防災頭巾作りのアイデアを汲み上げ実施している。	
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	入居時の情報提供やご家族からのお話、本人の昔話しや日常の会話から把握している		
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	毎日朝のバイタル測定や食事の摂取、排泄状況、表情や歩行状況等で把握している		
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	カンファレンスや主治医と連携し情報を共有している、その結果を元に介護計画を作っている	センター方式に入居者の意向を日々書き綴っており、それと主治医、家族、職員の意向・評価を組み込んで定期的に作成している。	
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	毎日のケース記録、申し送りを活用し情報の共有し実践している		
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	介護計画にないことであっても家族や本人の要望に応じて対応している		

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
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	地域内の林檎公園で林檎の花の勉強に参加したり、小学校の運動会、学習発表会に参加している、感動し涙ぐむ事もある		
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、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	本人の希望に沿ったかかりつけ医を受診している、家族も同行している、又報告も行っている	入居前からのかかりつけ医の受診を支援しており定期的に家族も同行して受診している。家族が同行できない場合は受診後の報告を行い情報共有に努めている。	
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	医療連携体制を行っている。職員に看護師おり又併設のデイサービスにも看護師が毎日勤務している		
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。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。	入院時は医療と連携し早期退院で再度受け入れしている。協力医療機関がありそちらとも連携が出来ている		
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	重度化した場合の意向も家族、本人に聞いている、入居時には看取りの指針で文書で確認している、地域ケアネットワークの意見交換会に参加している	実際に看取った経験はないが、具体的な体制は整っている。家族や本人にも意向を確認している。	
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	シーネ・三角巾を準備し職員間で常に確認している、勉強会も開催している、入居者体調急変時の対応方法マニュアルは非常用放送設備に貼り付けている		
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2回の避難訓練には地域協力員の参加がある、また運営推進会議でも話しあっている、災害の備えた防災頭巾も入居者自ら作成し準備している	避難訓練には地域住民も参加され、有事には協力いただけるよう体制作りがなされている。今回の震災を受け、入居者も防災頭巾を準備している。	

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
<b>IV. その人らしい暮らしを続けるための日々の支援</b>					
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	個々の状況に応じ、周囲に知られない取り組みをおこなっている	入居者についての話をする場合などはプライバシーに十分配慮し、ステーション内でも会話が漏れないよう小声で話すなどし、気を付けている。	
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	利用者は思いを自由に表出している。介護者はその気持ちを尊重し自己決定に繋げている		
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	本人の希望や意向を尊重し個別で行っている。例えば食事の時間や施用品等		
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	本人の生活習慣を尊重し施設でも継続している。化粧やクリーム・やストッキング・好みのファッション、スタイル等。家族の意向で外出の際髪でおめかししたり等〃。		
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	本人の出来る範囲で食事の準備や片付けをしている。個々には食器の入れ替えをして食べやすい環境にしている	入居者も出来る範囲で準備や片付けを手伝い、ホームの一員として過せる環境設定をしている。副菜を一皿ずつ食べる方には、一緒に食事している職員が、さりげなくお皿を入れ替えて全ての副菜を食べれるよう支援している。	
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、習慣に応じた支援をしている	利用者の好みを取り入れ、栄養士と相談し食事を提供している。摂取量や水分量を把握して健康管理している		
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、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	毎食後必ず口腔ケアを行っている。口腔ケアにより細菌の除去、嚥下反射・咀嚼反射の活性化を理解している		

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
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	排泄表を活用し、個々に誘導している、全員トイレで排泄している	尿取りパットを利用している方がうまく利用できない場合は、トイレでさりげなく後ろ側へ回り本人に気付かれないように取り替えるなどの支援をしている。	
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組んでいる	個々の状況に応じて歩行運動や水分補給、体操等を取り入れ便秘予防している。		
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、個々に応じた支援をしている	温泉入浴で本人の希望を入れながら入浴している	基本的に火・金の午前が入浴日として設定されているが、温泉がわいているため、希望に合わせていつでも入浴ができる体制がある。	
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	思い思いの時間をもち、居室でTVを見たり、読書や団らんの時を過ごしたりと安眠に繋がるよう支援している(晩酌を楽しんでいる方もいる)		
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	主治医・薬剤師とも連携している、都度相談を行っている		
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	各個々の役割や生き甲斐を把握し生活に結びつけている。一覧表にし情報を共有している		
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	個々の希望を取り入れ、散歩や買い物に出掛けている。弘前市民花火の集い(法人の協力で席を用意)に弁当持参ででかけたり、家族やお店の協力を得ながら地域でスイーツを食べに出かけている	入居者の希望を尊重し、外出予定を企画し、また随時近所のホームセンターなどに出かけている。ホームの側で花火大会が開催された時は、法人の協力を得て参加した。	



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	全員ではないが能力に応じて支払いを行っている		
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	公衆電話を設置し自由に行える環境にある。又手紙や葉書のやりとりを行っている		
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	四季折々の花を飾り季節感を出している、床暖房の温度調節、レースのカーテン、室温度計や空調の調整で快適に過ごせるよう配慮している	大きな窓からの採光が自然な明るさで、そこから見える岩木山の景色から季節を十分に感じ取れるロケーションになっている。温・湿度計を置き、霧吹きを使い適切な温度湿度を保てるよう取り組んでいる。	
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	畳みコーナーの談話室や、読書コーナー等設置し思い思いに過ごせる空間を作っている		
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	自宅で使用していた家具や物品等を持ってきている	馴染みの家具や衣類などを配置し、落ち着いて過せる雰囲気作りをしている。	
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	自室が分からない方には大きな表示や昼夜の区別がつかない方にはお知らせカードを作り工夫している		