



自己評価および外部評価結果

★努力している点

[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	個別ケアを意識しながら、その人らしい生活が出来るよう支援に努めています。	「地域の中でその人らしく、家庭的に暮らし続けることを支えていく」という理念を掲示し、朝礼で唱和することで共有に努めている。また理念をふまえ毎月の目標を設定、評価することで実践につなげている。	
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	運営推進会議を通じて、自治会や地域の行事に参加しています。	★公民館祭りに参加したり、併設する事業所との合同誕生会等のイベントを通じ、地域との交流を積極的に取り組んでいる。また、地域の方が来てちまき作りを一緒にしている。	
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	地域の住民と交流を深めており、年数回行事に参加いただき施設を理解してもらっている。毎回来られる日を心待ちにしておられる利用者もおられる		
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	2ヶ月に一度定期開催をしており、日々のご利用者の様子を知っていただくと共に助言をいただき行事等の立案に生かしています。又、毎月のグループ会議で伝達し改善や対策を行っています。	市担当者・地域包括支援センター・地域代表・家族代表のほか、駅前交番長の出席があり、事業所の取り組み内容等について報告している。	報告や情報交換にとどまらず、出席者からの意見や提案を引き出せるよう工夫を望む。
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	地域包括センターの職員さん、駅前交番、自治会長に運営推進会議へ参加してもらい、意見交換・協力関係を呼びかけています。	地域包括支援センターとは、利用者の入退居についての相談等、連絡を密に取り、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 代表者および全ての職員が「介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	身体拘束をしないケアを家族に理解していただき、安全に暮らしていただけるように実施している。定期的な研修を開き意識を深めている。	年に1回、身体拘束をしないケアについての内部研修を行なっている。 ★利用者の見守りについて見直し、昨年11月からセンサーマットを使用する利用者がゼロになった。	時事問題を参考事例にする等、身体拘束をしないケアの意識を啓発する機会を、適宜つくってはどうか。

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
7		○虐待の防止の徹底 管理者や職員は、高齢者虐待防止関連法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逃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	ご利用者様の尊厳を大切にされた接遇を心がけ、言葉使いなど日常の接し方から気をつけるよう職員で話し合っています。		
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、利用されている入居者がおり、後見人制度への移行申請している。又、利用者、家族も今後、制度について理解してもらい必要とあれば支援していく。研修にて職員にも知識を高めていく		
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	本人および家族に契約書に基づいて書面にて説明し、同意を得るようにしています。		
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なら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	ご利用者からの苦情を聞いたり、意見箱を設けて対応しています。また運営推進会議にご家族に参加していただき、意見の反映に努めています。	サービス内容や経済的なことなど、利用者や家族等の意見や相談を受け、運営の反映に努め安心につなげている。	一部の利用者や家族だけでなく、全体的に要望や満足度を把握し、またそれらを外部者へ表せる機会を設けてはどうか。
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	毎月の職員会議の場や、日々の職員からの意見や提案を聞き、その内容を運営に反映しています。	日々のケアがマンネリ化しないよう、常に新しい目で意識することを大切にしている。毎月の職員会議や日々のケアの中で意見や提案を受け、運営に反映している。	
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	パート職員の準社員への登用制度を人事評価制度と連携させて実施するなどの取り組みを行っています。		
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	教育計画に基づき、定期的な勉強会に参加したり、外部研修にて職員全体に研修内容を伝達し、またその研修内容を職員全体で共有し活用することにより、職員のスキルアップにつなげています。		
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	GH協会が実施している「相互研修」に参加し他の施設の取り組みから学ぶ機会を設けています。		

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
<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 サービスを導入する段階で、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	担当ケアマネから情報を頂くとともに、ご本人のお話を聞かせてもらう中で、その人らしさややりたいことなど把握するよう努めています。		
16		○初期に築く家族等との信頼関係 サービスを導入する段階で、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	事前の面接で、本人および家族の思いを十分に聞き、不安を解消できるように取り組んでいます。入居に至るまでの家族の労を労い、介護の課題を明らかにして、家族の思いや希望を共有しています。		
17		○初期対応の見極めと支援 サービスを導入する段階で、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	「自分らしい生活」が送れる様、何を求めておられるのかをきちんと捉え、それに応えられるようなサービスが提供できるよう心がけています。		
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おかず、暮らしを共にする者同士の関係を築いている	職員は日々、ご利用者様から学ばせていただく姿勢と視点を大切にしています。ご本人のやりたいこと、お出来になることを大切に、ご自身の役割が持てるように働きかけています。		
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おかず、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	毎月の通信をお届けする際、日々のご様子を報告したり、面会時や電話連絡時にご家族と話ができるようにしています。又、年に数回ご家族が参加できる行事を催し、ご本人と同じ時間を共有できるよう努めています。		
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	職員も知人やご家族と積極的にコミュニケーションに努めることにより、より来ていただきやすい雰囲気・環境作りに努めています。	地域の理美容院へ行く人はいなくなったが、毛染めに家族が来ることもある。墓参りなど家族の協力を得て馴染みの場へ行けるよう支援している。近所の方から届く絵手紙も喜ばれている。	
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利用者が同士の関わり合い、支え合えるような支援に努めている	ご利用者様同士のつながりを大切にして、できる限り日常生活の中で、協力や助け合いの場面を作れるように支援しています。職員が間に入り、ご利用者同士がより係わり易くできるように心がけています。		
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	サービス利用が終了しても、時々こちらに来てくださるご家族もあり、相談や支援といった形ではなくても、これまでの関係性を大切に下さっています。又他の施設に転居後も時々面会に訪れています。		

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
<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	日々の生活の中でお話を聞きながら、ご本人の日々の会話やつづやきを聞きその方の思いを知り、受け止め、他の職員と共有しています。	利用者の背景や今までの生活状況を把握し、職員同士で共有している。日ごろから利用者の思いや気持ちを大切に、利用者の笑顔を引き出せるようなケアに努めている。	
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	併設施設の特徴を生かし、入居前にデイやショート体験を体験してもらうなど、ご本人に慣れてもらうとともに職員も、ご本人のこれまでの生活歴を把握する機会としています		
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	一人ひとりの思いに合った生活をしてもらえるよう、趣味や楽しみを把握してレクリエーションなどに取り組むと共に、何が出来るのかということに注目し、その方の能力に合った役割を持っていただくことで達成感を感じていただけるよう支援しています。		
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	情報や各職員が普段、持っている情報を共有しアセスメントシートを活用しケアカンファレンスには本人、家族に参加して意向や意見を反映し計画を作成している。また、月1回モニタリングも実施している。	以前はケアカンファレンスに家族の参加が少なかったため、呼びかけに努めた結果、現在はほとんどの家族が参加している。しかしながら、介護計画に沿った具体的な実践状況の記録が不十分である。	実践状況が明確になるような記録の工夫と検討を望む。
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	記録がサービスの向上につながるよう記入方法を見直し、個別の介護計画の見直し・立案に活用しやすい工夫をしています。		
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	併設施設の特徴を生かし、全体での行事やレクリエーションに参加してもらっています。また、ご家族の都合がつかない場合は、医療機関への受診を行なっている。		

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
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	施設としては働きかけていますが、ご利用者個人としての生活の中では協働できていません。		
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	定期的に協力医療機関から、診察に来ていただき、往診での対応が困難な場合は、他の医療機関への受診を行い健康管理を行っています。	利用者は、協力医の往診を定期的を受けており、相談体制も整っている。専門外来は家族の協力を得ながら受診している。	
31		○看護職との協働 介護職は、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	日々の服薬管理などは、はあとピアの看護職員の助言をもらいながら行っています。また、定期往診時には、協力医療機関の看護職員さんにも、健康相談にのっていただいています。		
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、又、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。	入院先の医師やソーシャルワーカーさんと連携を取りながら進めています。		
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	事業所の方針として看取りは行っていないことを説明し、重度化し共同生活が困難になった場合には、ご家族と話し合いを行いご本人に合った場所へ転居していただいています。	現在、施設における終末期ケアは困難であると考えており、契約時に書類でその旨を説明している。重度化して共同生活が困難な場合は、医師が説明をして、家族と話し合いの上、転居を勧めている。	家族等の要望を踏まえたうえで、今後の方針や体制について、いま一度職員間で話し合う機会を設けてはどうか。
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	日常的に状況把握に努めるとともに、申し送りなどで大事なことはもれなく伝えるようにしています。また、緊急対応の連絡先を事務所に掲示して各職員に徹底し、定期的な勉強会を行い緊急時に対応が出来るよう努めています。		
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	年2回の避難訓練をご利用者と一緒を実施しています。事務所に緊急時の対応マニュアルを張り、常に確認できるようにしています。運営推進会議の場で自治会との連携・協力体制の話し合いを持ったが、立地的に会社や高齢者世帯が多く難しかった。	防災マニュアル(防災、地震対応、風水害対策)、土砂災害対応マニュアルを作成し、備蓄品も整えている。避難訓練は、夜間想定訓練を含めて年2回行っている。地域との連携や協力体制については周りに民家がなく難しい状況である。	火災だけでなく、地震や水・雪害なども想定した訓練も行うことを望む。

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	ご利用者一人一人の性格を理解し、プライドや尊厳を傷つけないような言葉かけに努め、職員同士で日々話し合っています。	利用者の性格や気持ちを理解して、本人が満足感を得るような対応に努めている。常に利用者の気持ちや意向を確認する言葉かけを行っている。		
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	画一的なスケジュール組ではなく、ご利用者様の希望を聞きながら、行事やレクリエーションなどの企画を実行できるように、一人一人のお話を伺うようにしています。			
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	職員や施設の都合での生活ではなく、ご本人の希望に沿えるよう話を聞き、対応できるよう心がけています。			
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	着替えの時も、職員が一方的に服など用意するのではなく、ご本人の希望を聞きながら、一緒に決めていけるよう支援しています。			
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	テーブルに季節の花を飾ったり、食事を楽しむ雰囲気作りを大切にしています。毎月の昼食作り・おやつ作りでは、皆様の希望を聞きながら「食を楽しんでもらう」ということに努めています。	主な食事は事業所の厨房で作れ、ご飯や味噌汁はホームで職員と共に作っている。月1回の昼食とおやつ作りでは利用者の好むものを作り、食べる楽しみを実感できるよう支援している。★給食会議を2か月に1回開催し、利用者の嗜好や楽しみ、安全などを考慮した食事にな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	個別に食事・水分の摂取状況を記録し、把握に努めています。また、少ない場合は好きなものを用意するなどの工夫をしています。			
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、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	毎食後個別に実施状況を記録し、口腔ケアの徹底に努めると共に、拒否のある方には口腔ケアの大切さを理解してもらえるよう声かけの工夫をしています。			

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
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むけた支援を行っている	ほとんどの方が声かけ・誘導が必要なので、排泄パターンと残存能力を把握し、自立に向けた支援を行っています。	トイレでの排泄ができるよう支援している。一人ひとりの排泄パターンとリズムを把握し、排泄の自立に向けた取り組みをしている。	
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り組んでいる	水分の摂取量を考慮したり、食物繊維を多く含む食材をたべてもらうなど、なるべく下剤に頼らないように支援しています。		
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、個々にそった支援をしている	当事業所では、ご本人の希望の入浴は困難であるが、日々気持ちよく過ごしてもらうために毎日入浴日を設けている	以前は入浴日を週3日と決めていたが、併設事業所からの応援もあり、毎日入浴できるよう体制を整えた。利用者の希望に添えるよう支援している。	
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	リビングのソファや自分の居室など、思いのままの場所でくつろげるよう、日常的に支援しています。		
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	服薬については、はあとピアの看護職員の援助をうけて、服薬時の注意事項など各職員への申し送りを徹底しています。各ご利用者の服用している薬はカルテへ情報をファイルし、薬効、副作用など理解し状況に応じた服薬支援をしています。		
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	ご本人のご希望をできる限り聞き出し、生きがいのある生活が送れるよう、毎月、季節ごとの外出や自分の役割を持ち達成感を感じてもらうように工夫して実施しています。		
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。又、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	定期的に企画して外出はしています。ご本人の希望があった時には思いを大切に家族にも協力をしていただいている。	★毎月、季節ごとの外出をしている。緑水園、花回廊、お台場公園などに車で出かけた後、レストランで外食をしたりしている。また、施設近くにある神社に出かけたり、散歩を楽しんだりしている。家族の協力を得ながら、お墓参りや自宅への外泊などの支援も行われている。	

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	日常的に買うおやつ代程度あずかり、小遣い帳で管理しています。		
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	ご希望があれば、家族への電話は職員がかけてご本人に取り次ぐなどしています。また、手紙や荷物が届いたときには、お礼の電話や手紙をかえせるように職員が支援しています。		
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	行事の写真やご利用者の作品などを展示しています。又、季節が感じられるような飾り付けの空間作りに心がけています。	★ベランダで栽培した季節の花をテーブルに飾ったり、行事の写真や季節の工作物・習字やカレンダー等の作品を飾り、季節感のある共用空間となっている。	
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	リビングでのテーブルの位置を工夫したり、ソファを配置して他のご利用者からの視線が気にならない位置を確保するなど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	ご本人の愛着のあるものを居室に置いていただき、居心地の良い空間になるよう支援しています。	ベッドや家具は備え付けのものを使用している。家族との思い出の写真や手紙・塗り絵などの作品・裁縫道具など、利用者が大切にしているものを置き、居心地よい部屋づくりに努めている。	
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」「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	新聞や時計、カレンダーなどは確認しやすい所に置き、トイレにも表示を大きく書いて見やすい工夫をしています。又、米とぎやシーツ交換など職員と一緒に「できること」をやっています。		

目標達成計画

作成日: 平成 29 年 4 月 14 日

目標達成計画は、自己評価及び外部評価結果をもとに職員一同で次のステップへ向けて取り組む目標について話し合います。目標が一つも無かったり、逆に目標をたくさん掲げすぎて課題が焦点化できなくなるような、事業所の現在のレベルに合わせた目標水準を考えながら、優先して取り組む具体的な計画を記入します。

【目標達成計画】					
優先順位	項目番号	現状における問題点、課題	目標	目標達成に向けた具体的な取り組み内容	目標達成に要する期間
1	2	家族との関りがあまりない。 面会に来ることや手紙がくる事が少ない。 行事もあまり参加されない。	行事に地域の方とご家族様に参加して頂いて、家族会議に似たような関りを持つ。	行事に地域の方と家族様に参加して頂いて、地域に開かれた施設にする。 独居老人の方を施設に呼び行事に参加を促す。	12ヶ月
2					ヶ月
3					ヶ月
4					ヶ月
5					ヶ月

注) 項目の欄については、自己評価項目のNo.を記入して下さい。項目数が足りない場合は、行を挿入して下さい。