

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	1070201825		
法人名	ケアサプライシステムズ株式会社		
事業所名	グループホームさんご		
所在地	群馬県高崎市石原町4273-1		
自己評価作成日	平成28年 8月 10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	サービス評価センターはあとらんど		
所在地	群馬県高崎市八千代町三丁目9番8号		
訪問調査日	平成28年 9月 6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)】

河川敷沿いの自然豊かな静かな環境の中にあり、木々や畑、夜間は町の夜景が見られます。夏祭りやいきいきサロンの自治会の行事に参加し、地域の皆様に支えられ地域交流を密に図っています。利用者様一人ひとりの趣味や生き甲斐を把握し、畑作りや散歩等の個別支援をし、楽しんで頂いています。

【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)】

食事やレクリエーションを行う共有スペースには、4人用のテーブルと一人でものんびりゆっくり過ごせる丸テーブルが配置されており、圧迫感のない空間作りがされている。利用者が思い思いのペースでのびのびと過ごしているのが印象的なホームである。この1年は、新しい入居者を迎えたことをきっかけに、あらためて利用者の要望を引き出す工夫や個性を生かした支援を課題に挙げ取り組んでいる。

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 3. 利用者の1/3くらい 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ったり深まり、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
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	朝の申し送り、職員会議で唱和し理念が掲示してある。	法人としての理念とともにホーム独自の理念も掲げ、毎日意識している。職員教育は理念をもとに、法人の課長が中心に行っている。	
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	いきいきサロン、自治会の行事に参加。自治会の班に入っている。	地域の祭りや廃品回収等に参加し、つるし雛の見学に出かけている。いきいきサロンには3名の利用者が交代で1名ずつ毎月参加している。保育園児の慰問の来訪もある。今後はお茶会や見学会も検討したいと考えている。	
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	河川敷の部活動をしている部員に、AED借用依頼あり。『かけこめる家』のポスターを掲示。AEDの掲示あり。		
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	利用者様・家族様の参加で、活動状況報告し意見交換している。	2か月ごとに開催している運営推進会議には行政担当者や複数の家族も参加している。認知症予防基礎講座や消防訓練等も企画し参加メンバーに立ち会ってもらっている。	
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	さんご便り、事故報告の提出、推進会議に参加して頂いている。	行政との関わりは法人の課長が管理者と連携を図り行っている。	
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	拘束はしていない。職員会議で話し合い全職員が理解し、玄関開錠は様子を見て時間の長短問わず毎日開錠している。	玄関は、状況を判断しながら常時半日は開錠する方向で進めている。現在、家族と相談の上でベット横にセンサーを設置している利用者(足の痛みがあり、転倒防止が必要と判断される)が1名いる。法人内で身体拘束に関する研修を行っている。	
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	防止に努め職員会議で話し合っている。		

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
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	活用なし。		
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	事前に管理者が説明し納得して頂いている。		
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	行政・民生委員が入り意見を頂いている。家族会・家族アンケート・苦情・意見箱設置。	法人実施のアンケートには、健康面等様々な意見が出されている。面会時に声掛けはしているが、家族からの意見はあまり出されない。	法人アンケートの要望や個別の要望等出された意見に対して、ホームでの取り組みを行い、家族と意見交換しやすい雰囲気作りもしてほしい。
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	申し送り、職員会議や日々の業務の中で設け、反映させている。	職員会議や申し送りの中で意見交換を行っている。この2年間で職員の入れ替わりはないが、管理者が変わり新体制になりつつある。	
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	毎日日報を記入し職場環境、条件の整備に努めており、福利厚生が充実している。		
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	個々に把握しており、研修の参加が多く取り組んでくれる。		
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	法人内外の研修受講、教育委員会、系列ホームでの応援・行事で交流している。		

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
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	本人の思いを傾聴し、本人の安心を確保できる様支援している。		
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	要望等今までの生活を十分に話し合い、入所後も本人の状況を電話や面会時に報告し家族の声を聞く様努めている。		
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	利用者様・家族様・医療機関等からの情報収集に努め現状を把握し、必要な支援が出来る様柔軟に対応している。		
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	職員と一緒に洗濯物たたみ等協力しながらお手伝いをして頂いている。		
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	面会・行事・推進会議等参加して下さり密に状況報告し、コミュニケーションを図っている。		
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	友人・親戚・知人の面会、手紙あり。ホールが居室のゆったりしたスペースで談話をし、家族様と散歩外出をしている。	誕生日に面会する家族はいるが、面会や手紙のやり取りなど全体的に少なくなっている。使い慣れた日用品を使い続ける事や読みなれた新聞・ラジオ体操・花の手入れなどの習慣を大事にしている。	
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	気の合う仲良し同士を一緒にの席にして、楽しい時間が過ごせる様対応している。		

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
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	以前入所をされていた家族様が、カレンダー・メモ用紙を届けて下さる。		
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	利用者様・家族様に聞き、意向の把握に努めている。	具体的な要望は少ないが、思い思いに過ごしてもらえるよう支援している。食事の要望を尋ねたり、七夕を利用して願い事を確認している。	利用者の要望を引き出す工夫として、新聞や雑誌・広告なども利用しながら、視覚を活かした問いかけや、ゆっくり関わられる入浴時や外出時等の個別支援時に働きかけてみてはどうか。
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	本人や家族様に聞き取り情報収集し、生活歴を基にしている。		
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	毎日ケア記録に個々の生活状況等を詳しく記録をとり、個々の力量に応じ把握している。		
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	職員会議で話し合い個別にカンファレンスしている。	多くの利用者・家族の『健康で過ごしたい』という意見をもとに、ケアマネジャーが日頃から職員の意見を聞きながら会議に参加して介護計画を立てている。毎月のモニタリングろ3カ月ごとの見直しも行っている。	
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	ケア記録・個人別状態経過に記載し見直しに活かしている。		
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	利用者様・家族様の要望状況に応じ対応している。		

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	いきいきサロン、町内のお祭り等地域の催し物に参加し楽しんで頂いている。		
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、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	かかりつけ医は家族様に決めて頂いている。	かかりつけ医の継続か協力医の受診を選択できることを説明している。協力医が月に2回往診している。訪問歯科支援もある。かかりつけ医と他科受診は原則家族支援としている。	
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	週1回のNSの健康チェック、医療連携ノートで伝え対応して頂いている。		
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、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。	家族様の要望、利用者様の状態を見ながら相談している。		
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	NS・家族様と話し合い、今後万が一のことを話し合っている。	看取りに対する法人としての指針は、関係機関との連携協力体制が取れる事を前提にしている。事業所の現体制では家族の希望はあるが、協力医の協力が得られず、事例もなく支援は難しい事を説明している。	
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	急変時のマニュアルあり。AED設置、普通救命講習を受講している。		
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	毎月自主避難訓練。年1回消防署依頼の避難訓練、通報装置。職員・家族の緊急連絡網あり。	地域の現状(川の氾濫)も考慮しながら、災害に備えた訓練を毎月行っている。避難先の確保、3日分の食料(水・米・缶詰め・レトルト食品)の備蓄(日付を見て更新)もしている。	

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
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	プライバシーに充分配慮し職員会議で話し合っている。	個人の自尊心を尊重した対応(敬語、呼称は『さん』づけ、居室入室時のノックと声掛けと確認、小窓のシール、トイレの扉等)や問いかけ、無理のない範囲でやりがいを感じてもらえる役割を依頼するようにしている。	
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	余暇時間の過ごし方や食事メニュー決め等、要望を聞き対応している。		
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	利用者様の希望を聞き支援している。		
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	外出行事の時、口紅・洋服おしゃれ・身だしなみ支援している。		
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	利用者様と職員と一緒に食事し、嗜好を取り入れ力量に応じて支援している。	利用者に嗜好を聞きながら季節の行事を取り入れ食事を作っている。2～3名で外食を楽しむ事もある。利用者に下膳や食器拭き、おしぼりたたみをお願いしている。	
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	個別経過支援表で個々に把握し対応している。		
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	口腔状態に応じポリデント・デンタルリンスで支援している。		

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
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	個別経過支援表で個々の排泄パターンをつかみ支援している。	排泄チェック表を使用し、現在3名の排泄自立の利用者もあり、状況を教えてもらったり職員がそっと確認している。トイレにさりげなく声掛け誘導し支援している。	
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	NS・主治医に相談し内服薬支援、乳製品、食物繊維の多い食品で対応している。		
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、個々にそった支援をしている	入浴体制は毎日ある。利用者様の希望や体調に考慮し対応している。	入浴支援の体制は毎日組んでいるが、ほとんどの利用者が月曜と金曜の週2回午後に入浴している。仲の良い利用者が一緒に入浴する事もある。好みの備品(シャンプー等)を用意する利用者は少ない。	入浴も個別支援の大事な要素であり、楽しみにしている利用者もいる。要望を介護計画に盛り込み、声掛けの方法を変えるなど働きかけを工夫してほしい。
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	就寝前にパジャマに更衣しテレビ・読書で安眠につなげ対応。起床時間も個々に支援している。		
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	変化がある時は主治医に相談し薬剤情報で個々に理解している。		
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	行事や外部の来苑・ボランティアの慰問もあり楽しまれ、力量に応じてお手伝いして頂いている。		
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。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	外出支援、買物・ドライブ・喫茶等支援し、家族の協力もあり。	天候や気温を判断して散歩に出たり、ラジオ体操や玄関前で外気浴をしている。個別で買い物(洋服・おやつ・花等)やデザートを食べに外出している。家族と一緒に外出する利用者もいる。	天候や気温を考慮すると散歩できる時期が限定されてしまうが、季節の変化を感じたり気分転換に、希望に応じて外に出たり、時間帯や散歩コース等を工夫してはいかがか。

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
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	家族様より預かり、外出や理容代の支払いを力量に応じ支援。		
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	電話があった時、話をする方もいらっしゃり年賀状の支援もしている。		
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	季節の花や壁画で季節感を出し、夏はすだれをかけ日射しを防いでいる。	館内は気になる臭いはない。一人でも過ごせる丸テーブルも用意されており、気兼ねなくのんびり過ごせるテーブルが配置されている。レクリエーションで作成した作品が飾られている。	
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	好きな場所で気の合った利用者様同士で仲良くテレビを見たり談話している。		
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	タンス・仏壇・机を希望に合わせている。	いつでも気持ちよく過ごせるようエアコンは常に作動させている。仏壇に向かって毎日手を合わせている利用者もいる。使い慣れた家具やポータブルトイレが置いてある居室もある。	
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	個々に力量を把握しており居室・トイレ・風呂場等分かりやすくしてある。		