

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	0292400124		
法人名	有限会社 嶋野商事		
事業所名	グループホームさきしり		
所在地	青森県北津軽郡鶴田町大字妙堂崎字崎尻44-1		
自己評価作成日	令和2年7月29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	社会福祉法人 青森県社会福祉協議会		
所在地	青森県青森市中央3丁目20番30号		
訪問調査日	令和2年9月16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)】

アットホームな雰囲気、自宅に居るときと同じような気持ちで過ごせるように支援している。時間に拘束されることは少ないため、ゆっくりした環境の中で、安定した気持ちで過ごせるように支援している。

【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)】

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		

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
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	事業所内に理念を掲示している。利用者さんの個性を捉えて、現状の生活が維持できるように目標を定めて、取り組んでいる。		
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	地元出身者の理容師に散髪してもらったり、訪問した他利用者の家族と交流している。それらを通じて、昔の地域の情報を得ることで、地域とのつながりを大切にしている。		
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	プライバシー等の問題があるため、ボランティアの受け入れには至っていないが、運営推進会議の際に、地域包括支援センターや民生委員に対してホームでの活動を説明する等、ホームの役割を通して社会貢献をしている。		
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	運営推進会議の中で、利用者さんの様子やホームでの活動内容等について報告し、意見交換している。会議での意見を参考にし、業務に活かしている。		
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に取り組んでいる	運営推進会議には、役場の介護課職員にも参加していただき、そのときに出た意見やアドバイスを参考にして取り入れる等、協力関係を築けるように取り組んでいる。		

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
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	身体拘束はしておらず、不穏状態になった利用者さんがいた場合は、職員同士が声を掛け合い、見守りを強化しながら対応している。施錠はしておらず、玄関や窓にベルを設置して開ければ分かるようにして対応している。		
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	定期的に勉強会を開催し、「虐待は絶対にしない」という認識で業務に従事している。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。		
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	勉強会で成年後見制度について学ぶ機会を設けている。今後、利用したい利用者さんがいる場合は、関係機関と協力しながら支援していく。		
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	契約時は、契約書等でホームの説明をして、質問等がないか確認している。質問があった場合は、その都度説明している。退所時の内容についても、契約書等を通して説明している。また、利用内容に変更があった場合は、早目に説明して理解をいただいている。		
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	ご家族様と面会するときは、必ず利用者さんの様子を報告するほか、毎月手紙にまとめてお渡ししている。そのときに質問や要望がないか確認して、あった場合は、ご家族様と相談して決めている。そのときの内容は職員と共有して、統一したケアを行い、より良い介助ができるようにしている。		
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	働きやすい職場を心掛けていて、勉強会等を通して、意見や提案を聞く機会を設けている。また、利用者さんと良い関係が築けている職員は、その関係を大事にしてケアに取り組んでもらっている。		

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
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	主任や職員から適時報告を受けて、職員の思いや状況を把握するようにしている。また、給与のベースアップや労働日の調整等を行ない、職員同士が協力して、楽しく働ける環境となるように心掛けている。		
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	毎月、法人内で勉強会を行う等、一人ひとりが向上心を持って取り組める環境をつくれるように心掛けている。		
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	定期的に町の事業者で行われる勉強会に参加して、サービスの質を向上できるように取り組んでいる。		
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	アセスメントのときや利用者さん同士の会話から思いや要望を組み取って、職員間で共有し、思いに応えられるように努めている。また、安心して生活ができて、良い関係が築けるように努めている。		
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	ご相談があったときには、ご家族様にも必ず面会して、不安なことや要望等を確認しながら、ご希望に添えるように努めている。対応が困難な場合は、他事業者と連携して対応している。		
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	利用者さんやご家族様の希望を確認しながら、必要としている支援を見極め、希望に沿えるプランを立てている。困難なときは、職員からの意見を参考にして、対策を考えている。		
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置かず、暮らしを共にする者同士の関係を築いている	新聞をたたむ等、利用者さんができることは手伝ってもらっている。「ありがとう」と感謝の気持ちを伝え、利用者さんが自分の存在感を感じてもらえるように支援している。		

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
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	ご家族様には些細なことでも報告して、アドバイスをいただく等、ともに利用者さんを支える関係を築いている。		
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	新型コロナウイルスの影響で面会や外出を控えているが、風除室のガラス越しに会話する等、短い時間でも馴染みの人との関係が途切れないように支援している。		
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	毎日、利用者さんがホールに出てきて会話やテレビ、音楽を聴く等しながら一緒に過ごしている。レクリエーション活動では、得意、不得意があるため、お互いに手伝ったり、教え合ったりすることで良好な関係が築けている。		
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	退所後にご家族様から連絡を受けることがあるが、まだ相談や支援等には至っていない。相談等をされた場合は、フォローできるように努めていくこととしている。		
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	本人からの要望等があった際は、どのような内容を訴えているのか理解するように努め、本人が満足することを目標にして取り組んでいる。		
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、利用者さんやご家族様、関係者等から聞き取りをして、情報収集を行っている。入所後もご家族様にホームでの様子を報告し、自宅ではどうだったのか等、情報を得ている。		
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	排泄の時間等を記録し、毎日の生活リズムを把握できるようにしている。また、日々の介護から気づいたことや思ったことについて申し送りを行い、話し合いをして、利用者さんの心身の状態を把握できるように努めている。		

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
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	定期的にモニタリングやアセスメントを行い、普段の様子から、本人のできることとできないことを職員間で確認するようにしている。利用者さんやご家族様からの意向もその都度確認して、介護計画に反映させている。		
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	誰が見ても分かるように詳しく記録するように心掛けている。それを基に職員で話し合い、介護計画に反映している。		
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	そのときの心身の状況に合わせて、介護、支援している。他機関で行っているサービスを取り入れる等、参考にしている。		
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	運営推進会議で、地域と関係機関に情報の提供と協力をお願いしている。得た情報と、職員の方でも地域にどのようなサービスがあるのか調べて、外部の方とのつながりを持つように努めている。担当外の場合は、地域のケアマネジャーと連携を図るようにしている。		
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	病院受診は、利用者さんやご家族様の意向により自宅に居たときと同じ病院に通っているため、かかりつけ医と連携が図れている。その他、受診が必要な場合は、ご家族様と相談しながら病院を決めて、受診結果を報告しています。		
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	利用者さんの情報共有が図れるように申し送り等を行い、看護師からの助言を参考にしながら、最適な受診が受けられるように調整している。		
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、入院先の病院に情報提供を行い、ご家族様も交えた治療方針の話し合いの場に参加している。		

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
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	入院時、利用者さんの状態が重症化した場合、状況によっては、ホームの利用継続が困難な場合があることを伝えている。ホームでの生活が困難な場合は、次の受け入れ先の確保と、入所できるまで支援を継続することを説明している。		
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	マニュアルを作成し、勉強会を通して、定期的に手順の確認を行っている。		
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回消防職員を交えた避難訓練を行っている。職員が消火器を使った消火訓練も行っている。		
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	利用者さんは人生の先輩であるという意識を持って、言葉遣いに気をつけて対応している。プライバシーに配慮した対応にも心掛けている。		
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	質問する際は、利用者さんの気持ちを引き出せるような声掛けをするほか、表情からも読み取るようにしている。日頃からコミュニケーションを図り、利用者さんが本心を言える環境づくりを心掛けている。		
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	利用者さんのその日の希望に応じて、やりたいことを尊重するように援助している。		

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
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	普段から利用者さんの好みで衣服を選んでもらう等、おしゃれをできるように支援している。また、身だしなみをさりげなく整えたり、理容師に定期的に訪問してもらう等、普段から衛生管理のもとで、清潔な状態で過ごせるように支援している。		
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	みんなが美味しく食べられるようなメニューを献立に盛り込んでいる。後片付けができる利用者さんには手伝ってもらっている。		
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	食事量や水分量のチェックを毎回行っている。摂取量が少なく、状態が気になる場合は、医師に報告、相談して指示をいただいている。		
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、口腔ケアを促している。自力でできる利用者さんにも、しっかりと磨けたかを職員が確認している。自力でできない利用者さんには、職員が口腔ケアの介助を行ない、口腔内の清潔が保持できるように支援している。		
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	認知症の進行や病気の影響で、失禁が増えている利用者さんがいるが、失禁があっても定期的に声掛けや誘導をして、トイレでの排泄が維持できるように支援している。		
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	毎日、軽い運動や体操を行うことで水分を多く摂ってもらい、便秘の予防に取り組んでいる。それでも排便のないときは、処方されている下剤を服用してもらって、排便を促している。		

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
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	入浴日は週6回あり、週2回は入浴できるように支援している。拒否される利用者さんには、工夫しながら声掛けをして、定期的に入浴することができていて、清潔に過ごしている。		
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	利用者さんには、起床時からホールで過ごしてもらっている。昼食後は居室で休めるようにしている。就寝時間が一人ひとり違うため、それぞれの生活リズムに合わせて休息できるように支援している。		
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	薬の変更があったときは、職員間で申し送りを行い、利用者さんの様子に変化がないか観察している。服薬については、飲み忘れや飲み間違いがないか二重に確認している。		
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	レクリエーション活動や新聞をたたむ等、ホール内のお手伝いで本人ができることを協力してもらい、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	新型コロナウイルスの影響で外出の機会が減っている。普段であれば、本人の意思や身体の負担を考慮して、花見や買い物支援等を計画的に行い、外出の支援をしている。		
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	新型コロナウイルスの影響により外出を控えているが、お小遣いは施設で管理しているため、利用者さんの希望に応じておやつを買ってくる等の支援をしている。		
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	自ら電話をしたり、手紙を書く利用者さんはいないが、制作活動等を通して、ご家族様に気持ちを伝えられ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
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	ホール内は、季節が感じられる飾り付けをしている。また、利用者さんの普段の様子を写した写真を掲示して、ご家族様が面会に来られた際に、喜んで見てもらっている。ホール内に温度計と湿度計を置いて、風通しを良くして、快適な空間になるように工夫している。		
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	ホールにはソファー席とテーブル席があり、ほとんどの利用者さんがソファー席で過ごしている。動ける利用者さんは自由に移動して、介助が必要な利用者さんは希望を確認して座ってもらう等、利用者さんが思い思いに過ごせるように支援している。		
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	本人が自宅で使用していた物を居室に持ち込むように促している。どのような物が必要か、状況に応じて家族と相談しながら取り組んでいる。		
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	施設内には手すりが設置して、安全に移動できるようにしている。また、自室前等に大きなプレートを下げ、目的の場所を間違えないように工夫している。		