| ホ | ー ホーム名:グループホーム東神田の里(けやきユニット) | | | | | |
|-----|---------------------------------|---|--|------|-----------------------|--|
| 自 | 外 | | 自己評価 | | 評価 | |
| 己評価 | 部評価 | 項目 | 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 | | 独自の方針をユニット毎に話し合い、その思いをユニット内に掲示することで職員が共有し、 実践に繋げている。 | | | |
| 2 | 2 | がら暮らし続けられるよう。 | 自治会の方に協力していただき、 小学校の運動会等の行事に参加させ ていただいている。また、隣接の同 法人施設と連携して、夏祭りや敬老 会を実施しており、ご家族や知人の 方に参加していただいている。地域 の住民の方と挨拶を交わすだけでな く、気軽に来所していただけるよう 声掛けをしている。 | | | |
| 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 | 施設入口に介護相談の張り紙を 掲示している。また、運営推進 会議で地域の役員の方々に認知 症の方の理解を深めていただけ るように努めている。 | | | |
| 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 | 運営推進会議に、ご家族と入居者にできる限り出席していただき、ホームに対しての意見やご要望を聞かせていただいている。また、参加していただいた方には、議事録の郵送を行い、サービスの向上に生かしている。 | | | |
| 5 | 4 | 終を察に取り 事業所の宝情 | 市町村担当者には、現場の実情を積極的に伝えることを継続して行ってる。また、運営推進会議の出席をお願いしているが、都合により参加していただけていない。 | | | |
| 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外 護予防サービス基準に対る 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 | 身体拘束の廃止委員会を設置 し、会議の中で、話し合いを 行っており、言葉の拘束もある ことを説明している。玄関の開 錠はまだできていない。 | | | |
| 7 | | ○虐待防止の徹底 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 所ないでの虐待が見過ごされ ることがないよう注意を払 い、防止に努めている | ユニット内の虐待防止についは、入浴時やトイレ介助時に身体のチェックを行うように努めている。職員に年間研修計画での研修参加を促し、虐待防止に努めている。 | | | |

| 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人制 度についで学ぶ機会を持ち、 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 | 現在支援していく対象者がいないが、勉強会を通じて成年後見 人制度を学ぶ機会をつくってい きい。 | |
|----|---|--|--|--|
| 9 | | ○契約に関する説明と納 得 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 | 契約の締結時、また、改定等があった場合は、入居者やご家族等に説明を行い、十分にご理解の上、同意書にサインをしていただいている。また、疑問点がある場合は、後日再度説明をさせていただくこともある。 | |
| 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 | ユニットの入り口には、ご意見箱を設置しており、ご家族等のご意見・ご要望を聞かせていただくようにしてる。利用るを設合は、苦情担当者が窓口で話しを背等がら、ご意見や苦情等があるは、苦情担当者が窓口で話しをできないただく。解決責任者が解決できない場合は、第三者委員会へ報告を行いし、話し合いの結果を苦情申立人へ返書面にて施設内に貼り出します。 | |
| 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、それらを反映 させている | 毎月の会議で職員からの提案が あればできる限り実施できるよ うに書面に記録し、管理者へ報 告、相談してできるものから実 行している。 | |
| 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 | 職員が向上して働けるよう年間 研修計画を作成し、研修への参 加を促している。職員がスキル アップできるように資格手当等 を取り入れて、条件の整備に努 めてる。 | |
| 13 | | ○職員を育てる取組み 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 | 法人内の年間研修計画での研修へは、出来る限り出席している。また、外部研修への参加も 積極的におこなっている。 | |
| 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 | ケアマネ・相談員連絡会議を通 して同法人他施設の職員と交流 できる機会を持っている。同法 人他施設とは、勉強会を通して サービスの質の向上に取り組ん でいる。 | |

| | Π | 安心と信頼に向けた関 | 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 | 入居相談があれば、入居を考えておられるご本人に来所していただき、ホームをご覧になられて雰囲気を感じていただけた後、不安や要望を聞き出せるよう配慮している。それでも不安がある場合は、職員が何度も訪問させていただくことにより、エトの安心を確保できる環境づくりに努めてる。 | |
| 16 | | 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 | 入居の段階で、ご家族が困っている事や不安が残っている場合は、来所していただき説明を行っている。また、来所していただく時間の調整がつかない場合は、訪問をさせていただき、本人の安心を確保するための関係づくりに努めている。 | |
| 17 | | ○初期対応の見極めと支援 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 | 入居していただく前には、見学をしていただいており、その後、初回の面談では、自宅や病院等に訪問させていただき、ご家族に聞き取りを行い、今とされているサービスが提供できるように努めている。 | |
| 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 | 毎日できることは手伝っていただき、ご本人が役割を持つことで介護される一方の立場でないことを伝えている。月に2回の手作り食の際には、調理方法や味付けをおしえていただき、入居者との関係を築いている。 | |
| 19 | | ○本人と共に過ごし支え 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 | 面会時を通して、職員全員が、ご本人とご家族のよき理解者になれることに、 こまュニケーションを 本人とに がった で本人と で本人と でが、 馴染みのある場所で過していただり、 馴染みのある場所で過していただりにしていただいいる。 帰所後 は、 旅行での話を聞かせていただい 、職員との関係を深めている。 | |
| 20 | 8 | | 面会時間に決まりはあるが、声掛けをして時間外でも来ていただいている。また、以前行かれた場所への旅行や馴染みのある美容室への定期的な外出をしていただき、これまでの関係が途切れないように支援している。 | |
| 21 | | 利用者同士が関わり合い、支 | ちぎり絵や共同作業の手工芸を 用い、利用者同士で談笑しなが らな時間を過ごしている。コ ミュケーションがうまく取れな い方には職員が隣に座り、作業 のサポートを行い、入居者同士 の関わりを支えあえる支援に努 めている。 | |
| 22 | | 了しても、これまでの関係性 を大切にしながら、必要に応 | 退居されたご家族が、ホームに 来所されることもある。現状の 思いを聴かせていただき、相談 や支援に努めていることで、話 し合える関係づくりを築いてい る。 | |

| Ш | Ⅱ 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 | 日々の生活の中で、一人ひとりの思いや希望を傾聴を行い、実践につなげている。会話が困難な方には筆談でコミュニケーションを図ることで本人の思いを実現できるように努めている。また、申送りノートでの情報の共有に努めている。 | | | | |
| 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る | フェイスシートをもとに、これまで 生活してきたスタイルをできるだけ 継続できるように努めている。面会 時には出来るだけご家族や関係者等 とのミュニケーションを図り、情報 収集に努めている。 | | | | |
| 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 | 心身状態の変化や職員が気づいたことは、入居者一括管理シートに記入している。入居者のできる事や出来ない事はカンファレンス等で把握するように努めている。 | | | | |
| 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ィアを反映し、現状に即した介護計画を作成している | 介護計画書は、3ヶ月に一度モニタリング、アセスメントを行い作成をしている。必要時には、サービス担当者会議を実施し、介護計画書の見直しを行っている。また、日々の生活の中で変化があれば、その都度計画の見直しを行い変更をしている。 | | | | |
| 27 | | 果、気づきや工夫を個別記録 | 新たな気づきや普段の日常と違うと 感じたことは、個人記録や入居者一 括管理シートに記入し、職員間で共 有しながら実践している。必要に応 じて介護計画書の見直しにいかして いる。 | | | | |
| 28 | | 事業所の多機能化 本人や家族の状況、その時々に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 | 外食やコンサート、美容室やお墓参りにでかける等、本人とご家族の希望に即した外出支援をしている。また、隣の同法人の特養やデイサービスで開催されるボランティアや行事にも自由に参加させていただき、他施設との交流にも努める等、できる限り柔軟な支援ができるように取り組んでいる。 | | | | |
| 29 | | 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 | 自治会の方に協力していただき、学校行事への参加を行っている。また、ボランティアを活用できるように、社会福祉協議会への申し込みを行い、入居者が安全で豊かな楽しい暮らしができるように支援している。 | | | | |
| 30 | 11 | 係を築きながら、適切な医療 | 入居の際に、かかりつけ医を、本人及びご家族に希望を聞かせていただくようにしている。専門的な医療の受診の際には、主治医より紹介状をいただく等、適切な医療が受けられるように支援を行っている。 | | | | |

| 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支援し ている | 訪問看護は定期的に来所していただいる。来所時には、受診になる。来所時には、受診に報を細かく伝え、の診察が必要でいる。また、気を行っている。また、緊急ようには24時間であがとれるでは24時間であっては24時であってはである。 | |
|----|----|--|---|--|
| 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。ては、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 | 入院については介護サマリーで 情報提供を行っている。入院中中 はお見舞いに行き、看護師光記 域連携室の相談員に回復状況を 聞き取り、ご家族からも情報 得るようにしている。退院後 は、担当医や看護師に連絡を行 い、話を聞きいて、職員が情報 を共有している。 | |
| 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 | 重度化、終末期については、ご 家族の意向をできる限り添える ように努めている。家族の前 表示をもとに、終末期に向けた サービス内容の変更を行い、下 業所でできることを説明してい 針の決定を行い、支援させい ただけるよう取り組んでいる。 | |
| 34 | | ○急変や事故発生時の備え 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 | 急変や事故発生時の対応については研修を行い、職員間で伝達行っている。また、いつでも対応ができるように、緊急時対応マニュアルを設置し、ご家族にも希望の搬送先を確認し、スムーズに対応できるように努めている。 | |
| 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 | 年に2回の消防訓練を通して、 昼夜の避難誘導や、災害時の避 難経路を災害マップで避難場所 の確認を行い、職員で避難経路 を実際に移動しながら話し合っ ている。 | |

| IV | | その人らしい暮らしを終 | 売けるための日々の支援 | |
|----|----|--|---|--|
| 36 | 14 | | 一人ひとりの人格を尊重した対応に心がけている。申し送り等、情報の引き継ぎでは居室番号で行っている。個人的なお話しをする場合は、居室にてプライバシーの確保に努めている。 | |
| 37 | | | 自己決定できるように、個別 ペースに合わせて一人ひとりの 思いを傾聴し、希望を表せるよ うに、会話のしやすい雰囲気づ くりをしている。 | |
| 38 | | 生するのでけなく 一人ひと | 入居者一人ひとりが自宅で生活しているということを基本において、個々の人格を尊重し、その日の状態によりレクリエーションへの参加や、家事の手伝い等希望に応じたゆとりのある暮らしをサポートしている。 | |
| 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 | 整容品を持参されている方が多く、起床 時や入浴後等に、化粧や髭剃り等身だし なみが随時できる時間を設けている。ま た、ご本人やご家族の意向があれば、訪 間理容を利用していただきその人らしい おしゃれができ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、利用者と職員が一緒に準備や食事、片付けをしている | 普段は、業者から届く食事を職員が提供しているが、手作り食の際は、入居者と職員が一緒に調理を行っている。時には入居者に味付けや調理方法を教えてもらい、互いに楽しい食事ができるように支援している。 | |
| 41 | | きるよう、一人ひとりの状態 | 食事、水分摂取量がすぐに把握できるように水分排泄チェック表に記録している。水分量が不足している方は、飲み物の味を変えたり職員が細目に促しを行って水分量を確保している。また、どうしても食事量が摂れない方には、訪問診療時に主治医に相談し、処方していただいた経腸栄養剤を服用することで栄養のバランスを保っている。 | |
| 42 | | ないよう、毎食後、一人ひと | 自分で口腔ケアができる方には、声掛けをして手入れをしていただいている。介助が必要な方には、職員が口腔ケアを実施させていただいてる。また、訪問歯科が必要な方には、週に一度の口腔内清掃を利用している。 | |
| 43 | | 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 | 水分排泄チェック表で、職員が入居 者一人ひとりの排泄パターンを把握 し声掛け促しを行いトイレ誘導を 行っている。ご本人が失敗をしない ことで、自信をもっていただき、ス ムーズに排泄ができるように支援し 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 | バイタルチェック表と水分チェック表で排便の状況を職員間で把握している。個人的に毎日ヤクルトや牛乳を飲まれて予防されている方もいらっしゃるが、おやつの時間に、繊維質の多い食べ物やさせいただき、便秘の予防解消に努めている。また毎日、午前午後と体操を実施しており、運動不足による筋力の低下等で便秘にならないように取り組んでいる。 | |
| | | | | |

| 45 1′ | 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 | 希望に応じた入浴は現在できていないが、入浴は週に回、足浴は毎日実施している。入浴の際は、職員と日常会話や昔話をしたり、音楽鑑賞をしながらの足浴と楽しんでかただけるように努めている。入浴拒否がある場合は、時間をずらして声掛けをしたり、別の職員が声掛けをして対応している。 | | |
|-------|--|--|--|--|
|-------|--|--|--|--|

| | 1 | | | |
|----|----|---|--|--|
| 46 | | ○安眠や休息の支援 一人ひとりの生活習慣やそ の時々の状況に応じて、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 | 生活習慣で遅く休まれる方に対し は、眠くなるまでフロアで過ごして いただき、気持ちよく安眠していた だけるように、できる限りご本人の 意向に添うように支援を行ってい る。 | |
| 47 | | 薬の目的や副作用、用法や要 領について理解しており、服 | 入居者一人ひとりの薬剤情報は職員がいつでも見れるところに保管し、情報の共有に努めている。服薬については職員が管理をし、服用していただいている。症状に変化がある場合は一括管理シートに記入し、変化を見逃さないように支援している。 | |
| 48 | | ○役割、楽しみごとの支援 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 | 個人の楽しみや気分転換として、手工芸をされたり、嗜好品をできるだけ好きな時に食べいただけるようにしている。事では、洗濯物を干したり、たんだり等、個人個人に役割をもった生活ができるよう支援している。 | |
| 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、戸外に出かける。 な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 | 希望があれば出来る限り外出や 散歩に行き、散歩シートに記録 している。また、ご家族から要 望で家族旅行にスムーズに出か けられるように支援している。 | |
| 50 | | ことの大切さを理解しており、一人ひとりの希望や力に | 本人がお金を持つことは紛失や 誤嚥の可能性がある為、ご家族 からは止められているが、買い 物に行く際には、入居者の力に 応じて所持していただき、使え るように支援をしている。 | |
| 51 | | 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 | 家族の協力のもと、電話が必要な方に は、携帯電話の所持や、居室に固定電話 をおいている。よく会話をされる相手に は、ワンタッチでダイヤルができるよう にしている。ご友人や、ご親族からの手 紙もやりとりができるように職員が支援 している。 | |
| 52 | 19 | 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、 | 共有空間では、テレビの音が大きいと言われる方もいるのでで、画面にしての事を出して、適度な音量で視聴居と関いている。また、フロ特にと、季節に写真の入口付近にと入居者の、年間の入口付近に入居者の、本手に要素権植物も飾りに上入居者のに、本手に夏場を場は、冷暖房を細して、特に夏場を場は加湿器を設置し、冬場は加湿器を設置し、終場はかる。 | |
| 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 | 時には、入居者同士の交流を深めていただくために、席を換わっていただくこともある。また、一人になりたいと言われた方には、席を移動してくつろいでいただけるスペースを設けている。 | |
| 54 | 20 | 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 | 居室には、ご家族と相談しながら、 馴染みのあるものや花を随時持って きていただき、入居者が、自分の居 場所を確認できるように支援してい る。た、ご本人からの希望により、 マッサージ器を設置していただき、 できる限り心地よく過ごせる居室づ 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」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 | 一人ひとりを理解し、その方に 応じた支援ができるように、手 作りの案内表示を張り付けて、 安全かつ自立した生活ができる ように工夫をしている。 | |

| 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 | 0 | 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 | 0 | 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 | 0 | 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した表情や姿が みられれている | 0 | 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 | 0 | 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 |
| | 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 | 0 | 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 |
| | 利用者は、その時々の状況や 要望に応じた柔軟な支援によ り、安心して暮らせている | 0 | 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る | 0 | ①ほぼ全ての利用者と 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 |
| | 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 | 0 | 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 | 0 | 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 | 0 | 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 | 0 | 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 | 0 | 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 |