

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	2792600070		
法人名	株式会社 エフ・エム・シー介護サービス		
事業所名	FMCグループホーム一番町		
所在地	大阪府 門真市一番町6番7号		
自己評価作成日	平成26年1月14日	評価結果市町村受理日	平成26年3月6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	特定非営利活動法人ニッポン・アクティブライフ・クラブ ナルク福祉調査センター
所在地	大阪市中央区常盤町2-1-8 MIRO谷町 4階
訪問調査日	平成26年2月13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)】

施設長は(株)エフ・エム・シー介護サービスの創業当時からホームの運営に携わり、1号店となった「FMCグループホーム」の開設時に介護スタッフと一緒に作った運営理念と運営方針の継承を本ホームでも実践しています。「運営理念と運営方針」の集約(10ヶ条)は以下の通りです。以下を毎朝の朝礼時に唱和をしています。【FMCグループホーム介護支援の心得】 一. 明るく元気に爽やかに謙虚な心で挨拶を 二. よく見てよく聞き よく笑う 三. いつも笑顔で心のこもった快護を 四. 十人十色一人十色 介護に答えはない 五. 常に向上心を持ち続け、改善し続けます 六. 初心を忘れない 七. 尊敬の意を持ち続ける 八. 自己管理を大切に 九. 支え合いチームワークを大切に 十. 無理をせず、自分に余裕を持って…。入居者さまに笑顔で！ 今日でも無事故で頑張りましょう！ これを堅守しています。

【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)】

--	--

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、生き生きと働いている (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
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	地元地域に住む高齢者の介護支援をする「地域密着型サービス介護施設」として、そのこと篤く認識したうえで「運営理念」を作成し、管理者を始め介護職員全員が理念を共有して実践につなげています。		
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	地元地域の方や近隣の民生委員様や介護支援関係者に案内状をだしホームでJAZZコンサートを開催したり、地元の催し物に入居者が参加したり、地域の一員として日常的に交流をしています。		
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	ホームの玄関に「介護なんでも相談所」の看板を掲げ、地域の方にお気軽に相談に来て頂くような体制を整えています。近隣の民生委員さんなどに参集して頂き「認知症の講習会」を行っています。		
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	運営推進会議時に入居者の1日の生活をご家族に知って頂くために会議の議題として取り上げ時系列にて一部始終の一切を報告しました。ご家族は感心をされるばかりで意見はできませんでした。		
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	門真市・守口市・四條畷市とで介護保険の組織「くすのき広域連合」のため、介護法に関する申請や変更届出などは「くすのき広域連合」の本部で行っているため、当該市の担当者との接触は極めて薄い。		
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	FMCグループホームは身体拘束のないホームであるが、我がホームは玄関を出ると自動車の走る道路であるため、玄関の自動ドアは電気錠で開け閉めをしています。		
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	ホームとして虐待防止の徹底を図るべく、虐待防止マニュアルを整備し研修を行い、日頃から虐待防止に努めています。		

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
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	本ホームには、後見人制度を利用されている入居者様が2名居られ本制度については認識しています。以前に本制度の利用についてご家族から相談をされ、積極的にご支援をし手続きをした経験もあります。		
9		○契約に関する説明と納得 契約の締結、解約又はや改定等の際は、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	入居に関する流れを判りやすく図式化した説明表をつくり、それに沿った入居手続きをして頂いています。重要事項の説明も丁寧に行い、納得して頂いた上で入居契約を締結しています。		
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	ご家族様からの要望や意見があれば、それを真摯に受け止めその対応をする用意は出来ています。また、イベント情報などがあれば、それに参加するなど意見や要望の実現をする努力をしています。		
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、反映させている	意見や要望がでたら、それを受け入れ実現するために実行をする用意は出来ています。が、未だ、具体的なモノは出ていませんので…。		
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	個々の意見や要望を尊重し、出来る限りそれらのことが実現できるような環境整備をしています。体制が許す限り、要望は基本的に受け入れています。		
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	各種研修案内を全従業員に知らせて希望者には会社の経費で研修を受けて貰える環境を整えています。また、資格の向上には厚生労働省の労働環境向上支援制度「ジョブカード制度」の活用も行っています。		
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	門真市介護保険サービス事業者連絡会の入居施設分科会にホームとして入会し、管理者と看護師の2名が研修会や会合に参加しています。		

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
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	入居される以前に、その方の情報を出来る限り多く集める為に、担当ケアマネジャーを始め、ご家族や介護関係者などにヒアリングをし、そのように努めています。		
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	施設長は11年の経験から、認知症高齢者を抱えるご家族の苦悩を強く理解しているので、特に聴くことの重要性を認識しているので、そのように努めています。		
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	グループホームとして、行わなければならないことと強く認識していますので、その対応に努めています。		
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	その方の能力を見極め、出来ることは自分でして頂いたり、台所や洗濯を手伝って頂いたり、一方的な介護支援ではない「その方の暮らし」をして頂いています。		
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	入居者様からの希望や要望が出た場合には、それを実現するためにご家族に連絡(報告)し、我々もご家族も共にご本人の要求を叶える支援をしています。		
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	近隣の馴染みの方が訪ねて来られ関係を保って居られる方のいますが・・・、様々な方が入居されていますので・・・時々、施設長がドライブで入居者さまの出身地へドライブに行くこともあります。		
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同士が関わり合い、支え合えるような支援に努めている	様々な環境で生活されて来られた方々ですので社交的な方は直ぐに友だち(仲間)になられますが、他人との協調性がない方も居られますが、その方に合った介護支援をさせて頂いています。		

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
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	開設して未だ2年も経過していないので、そのような状況になっていませんので・・・ そのような状況になれば、そのように努めます。		
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	その人の希望に添った支援計画に努めています。		
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	その方の情報を出来る限り多く集める為に、担当ケアマネジャーを始め、ご家族や介護関係者などにヒアリングをしたり、看護サマリーや看護サマリー等を収集し、そのように努めています。		
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	日々の状況(心身状態:血圧・体温・血中酸素濃度・排便排尿などの状況)を観察し、その方の日常を把握するよに努めています。		
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	そのような介護計画を立案し、その状況をモニタリングしています。		
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	そのように努めています。		
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	ホームでは入居者さまの健康を管理する内科の往診を始め、歯科医や整骨院の先生の往診にも往診をして頂き、入居者さまの生活に必要な多機能化に取り組んでいます。		

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
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	各種(将棋・ギター・ハーモニカ・マジック・踊り・傾聴など)のボランティアさんとの交流を図ったり、クリスマスには生バンドによるJAZZコンサートを開催したり日常生活を楽しんで頂いています。		
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	ホームの主治医が日常の健康管理を行っていますが、入居前に入院や通院をされた方には要望があれば、その病院に受診をされる折にはホームの車で送迎をしています。		
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	介護スタッフでは取り扱えない状況(巻き爪や強度な便秘・女性特有の疾患など)は介護スタッフが看護師に依頼をし、その対応をしています。		
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。	近隣の病院に当ホームのパンフレットを持って案内をし、双方で情報交換ができるよう関係を構築しています。		
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	ホームに酸素吸入器を常設したり、介護スタッフに痰吸引の講習会を受講して貰ったり、重度化や終末期に向けた環境整備を行い、且つ、身体的な状況を見極めたうえで入居者さまの看取り契約の締結をしています。		
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	普通救命講習Ⅰを3名、普通救命講習Ⅱを1名、応急手当普及員講習を3名が受講しています。更に、次回の講習会にも介護スタッフの数名が受講する計画をしています。		
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	春と秋の年に2回消防訓練をしています。また、「夜間を想定した避難訓練」や、突然に災害が発生した場合の「急に実施する避難訓練」も実施しました。が、地域との訓練は未だ不足していますが・・・		

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	その方に合った、個々に合った言葉掛けをしています。		
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	出来る限り、そのように努めています。		
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	その方に合った介護支援(その時々にもっとも適切な)を実施しています。		
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	そのように努めています。		
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	その方の能力に添った支援を行っています。		
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	その方のその日の状況などを総合的に加味し、それに応じた支援を行っています。		
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	日頃は介護スタッフが誘導し口腔ケアを実施していますが、毎週水曜日には歯科医と歯科衛生士が来所され入居者全員に専門的な口腔ケアをされています。		

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
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	個々の状況に添った介護支援を行っています。		
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	ドリンクヨーグルト・牛乳・ヤクルトやバナナジュースなど、便秘にならないような飲料物を日常的に飲んで頂いたりして薬に頼らない便秘対策を行っています。		
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	毎日入浴をして頂いておりますので、希望されれば毎日浴びるすることも可能ですが、入浴されるか、されないかは、入居者さまの希望に添うようにしています。が、時間帯の設定はホームで管理させて頂いています。		
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	個々の生活ペースに合わせた、自由な状況で支援をさせて頂いています。		
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	入居者さま個々に氏名が入った薬箱があり、その薬箱から、朝・昼・夜のお薬をだして服薬して頂いています。スタッフは誤薬誤飲がないように日々緊張感を持って服薬管理と支援を行っています。		
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	編み物が得意な方には編み物セットを提供したり、将棋が好きの方には将棋のボランティアさんに来て頂いたり、歌の好きな方にはカラオケをしたり、それぞれに合った支援をしています。		
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	近隣のスーパーに買い物に行ったり、時には大型ショッピングセンターに行ったり、ハイキングを兼ねて「花博の咲くやこの花館」や、「枚方の山田池の菖蒲園」に出かけたり、地元の「だんじり祭り」を見学に出かけたりしています。		

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
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	ご家族から、1万円程度をお預かりし(個々の金銭出納帳にて金銭管理を実施)、外出時にそれで買い物したり、個人の嗜好品を買ったりしています。		
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	ホームの電話を利用してご家族とお話しをして居られる入居者さまも居られますし、ご自身で携帯電話を持参されておられる入居者さまも居られます。介護スタッフの誘導のもと年賀状を書かれた方もおられました。		
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	各室も共用空間も入居者さまにとって不安がないように、馴染めるように、それぞれの顔写真や絵画や看板を貼ったりして居心地の良いように工夫をした飾り付けを行っています。		
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	4人掛けのテーブルには各人の席にお名前を書き入れたり、ソファを置いたり、テーブルに花を飾ったりしてゆったりを和やかに過ごせるように工夫をしています。		
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	女性の入居者さまは自宅で使っておられた鏡台を持参されています。お家に飾っておられた絵画や、愛用のタンスを持参されておられる方もおられますし、特殊なモノとしてご主人の位牌をお持ちの方もいます。		
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	床は完全フラットに、廊下には手すりを、トイレやお風呂場にも手すりを取付け、「できること」の工夫をしています。トイレのドアには大きな「トイレ」の看板を掲げ「わかること」の工夫もしています。		