

グループホームジョイフルしらさぎ 1階さくら

自己評価	外部評価	項目	自己評価	外部評価	
			実施状況	実施状況	次に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としての意義を踏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	職員の目の届くところに掲示し会議等でも理念に基づいたケアについて話し合っている。	「ゆっくり・一緒に楽しい暮らし」という理念を1階2階のフロア内に掲げている。唱和はしていないが、オーナー・管理者が日常的に意識づけをしているため、職員間に理念が十分浸透している。	
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	施設の日常の様子を感じていただけるよう、ふれあい喫茶を開催し参加を呼びかけている。	町会に加入し古紙回収等貢献している。2か月に1回開催されるふれあい喫茶には近隣の高齢者も10人～15人参加して、入居者と共に体操や季節の行事を楽しむことで近隣地域の人にも受け入れられてきている。またクリスマス行事時等にボランティアビューローを通じてボランティアの協力を得ている。	
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	ふれあい喫茶の場所を提供し認知症に対する理解を深めていただくよう努めている。		
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	地域の方々や、家族様からの意見は職員間で共有できるように記録に残し会議で話し合いを行っている。	2か月に1回開催し、民生委員、地域包括支援センターの担当者、入居者が出席している。ご家族にも運営推進会議の案内を送っているがあまり出席はない。2回に1回は議事録を作成して入居者家族にも送付している。	
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	地域包括支援センターやボランティアビューローの活用を行っている。	区役所は生活保護の担当者に連絡することが多い。東住吉区のグループホーム連絡会に2か月に1度参加し、困っていることを話し合ったり、情報収集に努めている。ケアマネジャーはケアマネ連絡会に参加している。	
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しないケアに取り組んでいる	勉強会を行い身体拘束をしないケアに努めている。玄関の施錠に関してはご家族様にも説明をし同意を得ている。	身体拘束をしないケアが実践されている。2点ベッド柵は本人の希望等により設置している。またセンサーマットも転倒予防のため1名利用しているが、長期の入居者が多く、落ち着いているため基本的には見守りで対応している。言葉や口調により入居者の行動を制限しないように努めている。管理者は職員の口調等に問題があると感じた時はその場で注意している。	

7	<p>○虐待防止の徹底</p> <p>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</p>	<p>外部研修に積極的に参加し内部研修を行っている。勉強会を行い毎月の会議で確認を行っている。</p>		
8	<p>○権利擁護に関する制度の理解と活用</p> <p>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</p>	<p>研修等に積極的に参加し周知するよう努めている。</p>		
9	<p>○契約に関する説明と納得</p> <p>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</p>	<p>入居契約時には十分な時間をとり入居者様の今後についての話し合いを行っている。</p>		
10	6 <p>○運営に関する利用者、家族等意見の反映</p> <p>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</p>	<p>意見要望を受け入れ対応に心がけている。</p>	<p>前述の運営推進会議議事録を家族に送付する際に希望や要望を記入する欄を設けて送付し、7割ぐらいの入居者家族から返信をもらっている。要望はフロア会議やメモ、ファイルへの記入等で職員間で共有するようにしている。家族会はない。</p>	
11	7 <p>○運営に関する職員意見の反映</p> <p>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</p>	<p>月に1度フロア会議を行い意見交換をしている。</p>	<p>フロア会議は月1回1階と2階別の日に行なってそれぞれ情報交換をしている。職員の意見や情報はメモや個人日常生活記録等に記入して職員間で共有している。概ね職員は運営者・管理者に意見を言いやすいと感じているようである。</p>	<p>職員間では世代を超えて意見交換しお互い参考にしているようであるのでこれからも意見交換しやすい職場であることを望む。</p>
12	<p>○就業環境の整備</p> <p>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</p>	<p>代表者が直接スタッフ1人1人と話し合う機会を設けていただける事がある。</p>		
13	<p>○職員を育てる取組み</p> <p>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を確保や、働きながらトレーニングしていくことを進めている</p>	<p>職員の介護レベルの向上のために、積極的に外部の研修会等の受講を奨励している。研修にかかる費用は全額会社負担である。</p>		

14	<p>○同業者との交流を通じた向上</p> <p>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組みをしている</p>	<p>東住吉区のグルーホーム連絡会やケアマネ連絡会に出席し情報交換を行っている。</p>		
----	--	--	--	--

II 安心と信頼に向けた関係づくりと

15	<p>○初期に築く本人との信頼関係</p> <p>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</p>	<p>利用者がホームに馴染んでいただけるよう不安や要望等に耳を傾けるよう努めている。</p>		
16	<p>○初期に築く家族等との信頼関係</p> <p>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</p>	<p>家族様の不安を解消できるような話をする機会を多く持つようになっている。</p>		
17	<p>○初期対応の見極めと支援</p> <p>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</p>	<p>話し合いの機会を多く持つようになっている。</p>		
18	<p>○本人と共に過ごし支えあう関係</p> <p>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</p>	<p>職員と馴染みの関係を作るように務めている。人生の先輩としての尊敬の念を持って接している。</p>		
19	<p>○本人と共に支えあう家族と</p> <p>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</p>	<p>家族様とも馴染みの関係づくりに務め行事等の参加も呼びかけている。</p>		
20	<p>○馴染みの人や場と関係継続の支援</p> <p>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</p>	<p>面会等来ていただけるよう清潔保持や明るい雰囲気になるよう装飾も積極的に行っている。</p>	<p>家族と定期的に外出する入居者やお正月に外泊された入居者もいる。また一例として息子が障がい者施設に入所している入居者の場合、相手施設と連携し、ボランティアの協力を得て、週1回2人で外出できるよう支援している。</p>	<p>入居期間が長いと馴染みの人との関係維持は難しいが、家族との関係が途切れないよう柔軟な対応を今後も続けていってほしい。</p>

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	体操や歌を歌ったりみんなで出来るよう声かけをしている。		
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	相談援助は行っている。要望があれば面会に行くこともある。		

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 ○思いやり意向の把握 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	入居の段階で過去の情報や日常生活の様子を聞きケアの基本となるよう努めている。	入居時に趣味等についての聞き取りを行なっているが入居期間が長くなると入居者の興味が続かなくなり継続は難しい。一方日常生活における意向については例えば希望の朝食時間、一人で食事をしたい等、細やかに個人の意向をくみ取り尊重するよう努めている	
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	入居の段階でご本人、ご家族様の希望を聞きケアの基本となるよう努めている。		
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	主治医、看護師等に密に連絡し状況把握に努めている。個人ケース記録の見返しも行っている。		
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	日々の記録を別紙に記入し担当者会議で職員間の情報交換を行い医師、ご家族とも相談の上計画を作成している。	介護計画は長期で1年に1回、短期で半年に1回を基本として、体調が変化した時にも見直しを行なっている。見直し時家族には電話で連絡し、郵送して同意のサインをもらっている。個人日常生活記録で体調管理し、職員間で情報共有されている。	
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	ホーム独自のシートにてご本人の生活状況の把握に努めている職員間の申し送りも毎日行っている。		

28	<p>○一人ひとりを支えるための事業所の多機能化</p> <p>本人や家族の状況、その時々にも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</p>	<p>可能な限り対応するよう努めている。</p>		
29	<p>○地域資源との協働</p> <p>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</p>	<p>公園やスーパーなどに出かけている。月末の古紙回収など参加している。</p>		
30	<p>○かかりつけ医の受診診断</p> <p>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</p>	<p>かかりつけ医の適切な医療を受けられるよう努めている。</p>	<p>提携医療機関があるが、入居者のかかりつけ医の希望を尊重している。もともと一人の入居者のかかりつけ医であった医療機関が往診時に複数の入居者を担当するようになり、協力医としての関係が確立された医療機関が複数ある。</p>	
31	<p>○看護職員との協働</p> <p>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</p>	<p>週に1度訪問看護に来てもらい事前にFAXで状況を伝え看護を受けることができるように支援している。</p>		
32	<p>○入退院時の医療機関との協働</p> <p>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。又は、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</p>	<p>病院との関係づくりに努め常に情報交換や相談を行っている。面会、電話にて状況確認にも努めている。</p>		
33	<p>○重度化や終末期に向けた方針の共有と支援</p> <p>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</p>	<p>本人、ご家族、病院と話し合いを行い本人本位の支援ができるように努力している。</p>	<p>入居時に家族と本人から聞き取りし、状況の変化に応じて段階的に合意を得ている。夜間時に入居者が急変した場合は管理者及び近隣に住むスタッフに連絡して協力を仰ぐ支援体制となっている。また提携医療機関も24時間対応である。</p>	
34	<p>○急変や事故発生時の備え</p> <p>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</p>	<p>会議の場で救命講習を定期的に行い対応できるよう努めている。</p>		

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	消防署の協力を得て、消火訓練、避難訓練等を受けている。地元の方々にも運営推進会議等で、協力をお願いしている。	1年に1回消防署立会いの下、消火訓練、避難訓練を行なっている。火災等発生時には消防及び管理者、近隣に住むスタッフに連絡することになっている。	歩行困難者の2階から1階への降下介助について具体的な訓練を行なっていただきたい。また薬は正しく保管されているが緊急時の持ち出しが難しそうなので各入居者の3日分ぐらいの薬を緊急持ち出し用として別に保管する等工夫していただきたい。
----	----	--	--	--	---

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	居室に入る際は必ず声をかけ会議等で話し合い意識している。	「ゆっくり・一緒に楽しい暮らし」という理念のもとに入居者に合わせた介護を心がけている。具体的にはトイレ失敗等にさりげない声掛けをする、言葉づかいや口調に気を付けて入居者の人格を尊重している等である。	
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	本人の嗜好を聞き誕生日の昼食等に取り入れている。		
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	食事、入浴、散歩等決められた時間はあるが可能な限り本人の希望に応じるよう努めている。		
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	2ヶ月に1度訪問カットを行うなど要望を聞くよう努めている。		
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	出来る方にはテーブル拭きや片付け等を手伝っていただいている。	高齢者向け配食サービスを利用し毎日昼夕2回届けられたものを温めて提供している。朝食は施設内で準備する。利用者の誕生日の昼食は本人の希望のメニューである。ミキサー食の入居者が増えてきたため残念ながら外食の機会は減っている。	
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、集会に応じた支援をしている	食べた量や水分摂取量等記録し支援している。		

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に、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	1人1人に応じた口腔ケアの支援を行っている。		
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。	1人1人の排泄パターンに応じたケアの支援を行っている。	ほぼ全員リハビリパンツを利用している。夜間はポータブルトイレを使用したり、巡回時に声掛けをして自立に向けた支援を行なっている。排泄チェックと水分摂取量については個人日常生活記録ファイルに記入されている。	個人日常生活記録には丁寧に記録されているが個人のバイタルをグラフ化すると体調の変化がわかりやすい。
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	水分摂取量の把握や運動の働きかけを行っている。		
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、個々に応じた入浴の支援をしている	ある程度の時間は決めているが希望に応じるように努めている。	一人週2回のペースで午後2時から4時頃の間に入浴する。お湯は毎回交換する。足浴+シャワー浴の人も増えている。入浴リフトも使用するが、嫌がる入居者もいるので本人の希望に合わせている。	
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	共有スペースのソファを使用したり夜間は居室の温度管理、寝具の状態を確認し安心して眠ることが出来る環境を作っている。		
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、用法や要領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	個人ケースに薬剤情報を貼り薬剤師からのアドバイスも受けている。服薬支援も行っている。		
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	嗜好に合わせカレンダーの色塗り、トランプ、編み物等にも対応している。		
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に支援している	天気の良いときは公園に散歩や初詣等を行っている。時には家族様にも協力を求めている。	季節の良い時は近隣の公園に週1～2回出掛ける。またGH玄関先の花壇を見に行く等外に出る工夫をしている。以前は年2回買い物外食ツアーを行っていたがミキサ一食の人が増えたため中止している。個別の外出希望には家族に対応してもらっている。	

50	<p>○お金の所持や使うことの支援</p> <p>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</p>	<p>個々に応じた対応を家族と話し合い対応している。</p>		
51	<p>○電話や手紙の支援</p> <p>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している</p>	<p>携帯電話を持っている方もおり要望があれば電話をする支援も行っている。</p>		
52	19 <p>○居心地のよい共用空間づくり</p> <p>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</p>	<p>四季折々の絵や作品などを飾り季節を感じていただけるよう努めている。アロマ等も取り入れリラックスできる空間になるよう努めている。</p>	<p>共用空間は十分なスペースがあり特に2階は明るく居心地がよい。早出の職員が整理整頓掃除を行ない清潔感が保たれている。浴室は使用毎に掃除され、またトイレも清潔である。居間にはぬり絵が、居室横には入居者の書初めが貼り出され入居者の個性が感じられる工夫がされている。</p>	
53	<p>○共用空間における一人ひとりの居場所づくり</p> <p>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</p>	<p>ご自身の好きな場所に座り好きなことをして過ごす空間作りが心にかけている。</p>		
54	20 <p>○居心地よく過ごせる居室の配慮</p> <p>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</p>	<p>入居契約時に出来る限り馴染みの家具や物を持ってきていただいている。仏壇の持ち込みも可能である。</p>	<p>居室には2～3畳の畳部分があり、家族が泊まったり、くつろいだりする場所となっている。畳部分があるため部屋に温かみを感じられ、持ち込まれた家具や仏壇がしっかりと収まっている。また整理整頓・掃除もよく行き届いていてエアコンも6ヶ月に一度掃除されている。</p>	
55	<p>○一人ひとりの力を活かした安全な環境づくり</p> <p>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</p>	<p>行動を見守り安全に過ごせるよう工夫している。</p>		

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 (参考項目：23, 24, 25)	○	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 (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
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、戸外に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
61	利用者は、健康管理や医療面、安全面で不安なく過ごしている (参考項目：30, 31)	○	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
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、安心して暮らせている (参考項目：28)	○	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3分の2くらいと ③家族の3分の1くらいと ④ほとんどできていない

64	<p>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 (参考項目：9, 10, 19)</p>	○	<p>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</p>
65	<p>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 (参考項目：4)</p>	○	<p>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</p>
66	<p>職員は、生き活きと働いている (参考項目：11, 12)</p>	○	<p>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</p>
67	<p>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</p>	○	<p>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</p>
68	<p>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</p>	○	<p>①ほぼ全ての家族等が 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</p>

