

自己評価票

- 自己評価は全部で100項目あります。
- これらの項目は事業所が地域密着型サービスとして目標とされる実践がなされているかを具体的に確認するものです。そして改善に向けた具体的な課題を事業所が見出し、改善への取り組みを行っていくための指針とします。
- 項目一つひとつを職員全員で点検していく過程が重要です。点検は、項目の最初から順番に行う必要はありません。点検しやすい項目（例えば、下記項目のⅡやⅢ等）から始めて下さい。
- 自己評価は、外部評価の資料となります。外部評価が事業所の実践を十分に反映したものになるよう、自己評価は事実に基づいて具体的に記入しましょう。
- 自己評価結果は、外部評価結果とともに公開されます。家族や地域の人々に事業所の日頃の実践や改善への取り組みを示し、信頼を高める機会として活かしましょう。

地域密着型サービスの自己評価項目構成

	項目数
I. 理念に基づく運営	22
1. 理念の共有	3
2. 地域との支えあい	3
3. 理念を実践するための制度の理解と活用	5
4. 理念を実践するための体制	7
5. 人材の育成と支援	4
II. 安心と信頼に向けた関係づくりと支援	10
1. 相談から利用に至るまでの関係づくりとその対応	4
2. 新たな関係づくりとこれまでの関係継続への支援	6
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	17
1. 一人ひとりの把握	3
2. 本人がより良く暮らし続けるための介護計画の作成と見直し	3
3. 多機能性を活かした柔軟な支援	1
4. 本人がより良く暮らし続けるための地域資源との協働	10
IV. その人らしい暮らしを続けるための日々の支援	38
1. その人らしい暮らしの支援	30
2. その人らしい暮らしを支える生活環境づくり	8
V. サービスの成果に関する項目	13
合計	100

○記入方法

[取り組みの事実]

ケアサービスの提供状況や事業所の取り組み状況を具体的かつ客観的に記入します。(実施できているか、実施できていないかに関わらず事実を記入)

[取り組んでいきたい項目]

今後、改善したり、さらに工夫を重ねたいと考えた項目に○をつけます。

[取り組んでいきたい内容]

「取り組んでいきたい項目」で○をつけた項目について、改善目標や取り組み内容を記入します。また、既に改善に取り組んでいる内容・事実があれば、それを含めて記入します。

[特に力を入れている点・アピールしたい点](アウトカム項目の後にある欄です)

日々の実践の中で、事業所として力を入れて取り組んでいる点やアピールしたい点を記入します。

○用語の説明

家族等 = 家族、家族に代わる本人をよく知る人、成年後見人などを含みます。

家族 = 家族に限定しています。

運営者 = 事業所の経営・運営の実際の決定権を持つ、管理者より上位の役職者(経営者と同義)を指します。経営者が管理者をかかわる場合は、その人を指します。

職員 = 管理者および常勤職員、非常勤職員、パート等事業所で実務につくすべての人を含みます。

チーム = 管理者・職員はもとより、家族等、かかりつけ医、包括支援センターの職員等、事業所以外のメンバーも含めて利用者を支えている関係者を含みます。

○評価シートの説明

評価調査票は、プロセス評価の項目(No.1からNo.87)とサービスの成果(アウトカム)の項目(No.88からNo.100)の2種類のシートに分かれています。記入する際は、2種類とも必ず記入するようご注意ください。

事業所名	グループホーム 太陽の家
(ユニット名)	
所在地 (県・市町村名)	三重県鈴鹿市西條町495-1
記入者名 (管理者)	玉田 浩一
記入日	平成20年 5月 30日

地域密着型サービス評価の自己評価票

(部分は重点項目です)

取り組んでいきたい項目

項目	取り組みの事実 (実施している内容・実施していない内容)	(○印)	取り組んでいきたい内容 (すでに取り組んでいることも含む)	
I. 理念に基づく運営				
1. 理念と共有				
1	<p>○地域密着型サービスとしての理念</p> <p>地域の中でその人らしく暮らし続けることを支えていくサービスとして、事業所独自の理念をつくりあげている</p>	<p>理念は施設内に掲示、パンフレットにも印刷し目に付くようにしている。</p>	○	<p>現行の理念を要約し、覚えやすく、分かりやすい理念を作り直したい。</p>
2	<p>○理念の共有と日々の取り組み</p> <p>管理者と職員は、理念を共有し、理念の実践に向けて日々取り組んでいる</p>	<p>少なくとも月に一度の職員会議の中で、市背の理念について説明し、相互に確認を行いながら、事業所内に理念を掲示し、常に職員の目にふれるようにしている。</p>	○	<p>新規採用の職員に対しても事業所の理念を徹底できるように啓発してゆきたい。また介護の実践の中に理念が生かされるように管理していく。</p>
3	<p>○家族や地域への理念の浸透</p> <p>事業所は、利用者が地域の中で暮らし続けることを大切にしたい理念を、家族や地域の人々に理解してもらえよう取り組んでいる</p>	<p>家族会の中で、事業所への理解を更に深めてもらえるよう日々の暮らしぶりや、事業報告等を行っている。</p>	○	<p>当事業所の役割が更に地域に浸透していくように広報活動ならびに啓発活動を行ってゆきたい。</p>
2. 地域との支えあい				
4	<p>○隣近所とのつきあい</p> <p>管理者や職員は、隣近所の人と気軽に声をかけ合ったり、気軽に立ち寄ってもらえるような日常的なつきあいができるように努めている</p>	<p>商業地域であることから、散歩、ショッピング時に近隣関係者に理解頂きあらゆる面で協力いただいている。また、近隣の事業所へは認知症高齢者施設であることを説明し、もしもの事故の援助を依頼してある。</p>	○	<p>当事業所の役割が更に地域に浸透していくように、今後は施設内への見学会、交流会などの行事に近隣関係者を招きたい。</p>
5	<p>○地域とのつきあい</p> <p>事業所は孤立することなく地域の一員として、自治会、老人会、行事等、地域活動に参加し、地元の人々と交流することに努めている</p>	<p>地元にある保育園との交流、地元の行事への参加を実施している。</p>	○	<p>地元の祭り、行事等とのかかわりの中で季節感を感じ取れるよう、できる限り衣装などにも拘って参加してゆきたい。</p>

項目		取り組みの事実 (実施している内容・実施していない内容)	(○印)	取り組んでいきたい内容 (すでに取り組んでいることも含む)
6	○事業所の力を活かした地域貢献 利用者への支援を基盤に、事業所や職員の状況や力に応じて、地域の高齢者等の暮らしに役立つことがないか話し合い、取り組んでいる	利用者家族を対象として認知症ならびに周辺症状を抜き出した小冊子を配布し、認知症への理解を求める活動を行っている。	○	今後は、地域の老人会などに出向き、高齢者介護の重要性と予防を目指した活動を行いたい。
7	○評価の意義の理解と活用 運営者、管理者、職員は、自己評価及び外部評価を実施する意義を理解し、評価を活かして具体的な改善に取り組んでいる	外部評価で指摘を受けた事項に対して改善できるように努力している。	○	今後においても同様、外部評価を自己研鑽の目安として活用しより改善された上質な介護にむけて努力する。
8	○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	運営推進会議が開催できていない。	○	早急な運営推進会議の開催に向け関係機関との調整を行っている。本年6月には第一回の運営推進会議を開催する予定である。
9	○市町村との連携 事業所は、市町村担当者と運営推進会議以外にも行き来する機会をつくり、市町村とともにサービスの質の向上に取り組んでいる	介護相談員の訪問を受けている。	○	介護相談員の受け入れだけでなく、地域の広域連合や社会福祉協議会等との連携を深めたい。
10	○権利擁護に関する制度の理解と活用 管理者や職員は、地域福祉権利擁護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、必要な人にはそれらを活用できるよう支援している	所属する三重県グループホーム連絡協議会において後見人制度に対する研修を受けている。	○	事業所内でいつでも閲覧できる成年後見人制度の案内パンフをもっと活用しやすくする。
11	○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	虐待防止に関して個々の職員自身がお互いを管理しあうような土壌を育てるために職員会議の中で、啓蒙運動を行っている。	○	今後も、虐待、身体拘束についての認識を深く介護を実践できるように努力する。

項目	取り組みの事実 (実施している内容・実施していない内容)	(○印)	取り組んでいきたい内容 (すでに取り組んでいることも含む)
4. 理念を実践するための体制			
12	○契約に関する説明と納得 契約を結んだり解約をする際は、利用者や家族等の不安、疑問点を尋ね、十分な説明を行い理解・納得を図っている	契約時には面接を行い、事前に重要事項に関する説明等を実施している。また、質問に対しては常に回答できるよう受付窓口を開放している。	○ 契約書、重要事項説明書などの書類を読みやすく改善したい。
13	○運営に関する利用者意見の反映 利用者が意見、不満、苦情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	事業所内に意見箱の設置ならびにフロア会議の中への利用者の参加を通じて意見の拾い出しを行っている。また、散歩、ショッピングでは行き先の決定、購入品目の決定を利用者本人が行なっている。	○ フロア会議自体を利用者に開放する事からガラス張りの介護とおのずと虐待、身体拘束の抑止に繋がっていると思う。
14	○家族等への報告 事業所での利用者の暮らしぶりや健康状態、金銭管理、職員の異動等について、家族等に定期的及び個々にあわせた報告をしている	緊急時、及び必要に応じて家族とは連絡を取っている。金銭管理についても今までと同じように施設の金庫尾で保管し、領収書をもって現金出納帳に記帳しながら事業所側で行っている。これらの一連の管理は家族の確認をお願いしている。	○ 家族の訪問時、または家族会の中で職員の退入職の情報を伝えている。
15	○運営に関する家族等意見の反映 家族等が意見、不満、苦情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	事業所内に意見箱を設置し、いつでも投函が出来るように整えている。また、事業所以外にも意見・苦情を申し立てることが可能な機関を契約書に明記している。	○ 家族会の中で、事業所側は席をはずし、利用者家族だけが話し合える場を設けている。
16	○運営に関する職員意見の反映 運営者や管理者は、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	運営に対する改善提案用紙を準備し、報奨金も準備し、職員の意見の引き出しを促進している。また、運営課題に関しては必要な場面ではグループワークを実践している。	○ 定期的なフロア会議の推進を実施しながら、必要な場面では臨機応変な対応を行い、出来る限り職員自身の討論の場で、運営方法を決定してゆきたい。
17	○柔軟な対応に向けた勤務調整 利用者や家族の状況の変化、要望に柔軟な対応ができるよう、必要な時間帯に職員を確保するための話し合いや勤務の調整に努めている	外出行事などに合わせて職員数の増強、ショッピング行事に際するボランティアの要請なども含めて職員の配置に配慮している。また精神的な介護負担の軽減を目指して職員のリフレッシュ休暇等の時間配分も勤務表の組み込みから調整している。	○ 柔軟な対応を求める為には、職員との相互理解が不可欠であり、そのためにも十分な情報の共有を図りたい。
18	○職員の異動等による影響への配慮 運営者は、利用者が馴染みの管理者や職員による支援を受けられるように、異動や離職を必要最小限に抑える努力をし、代わる場合は、利用者へのダメージを防ぐ配慮をしている	連鎖離職などの予防の為にも、職員との意見交換、個別面談などの多面的な支援体制、精神的ストレスの解消を目指している。	○ 職員のモチベーション向上に施設外研修ならびに他の事業所の見学会などの場に今後も沢山の職員を送っていきたい。

項目	取り組みの事実 (実施している内容・実施していない内容)	(○印)	取り組んでいきたい内容 (すでに取り組んでいることも含む)
5. 人材の育成と支援			
19	○職員を育てる取り組み 運営者は、管理者や職員を段階に応じて育成するための計画をたて、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	三重県グループホーム連絡協議会の主催する研修会への参加とその研修会の報告書の回覧をもって、職員の研修の場としている。また、職域に応じて開催される施設外研修会への参加も出来る限り職員の希望に応じて参加できるようにしている。	○ 今後も、施設外研修への参加を実施し、合わせてその研修で学んだ事を参加していない職員へ伝達する技術習得の意味も込めて施設内研修を実施する。
20	○同業者との交流を通じた向上 運営者は、管理者や職員が地域の同業者と交流する機会を持ち、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	地域包括支援センターを中心に勉強会、研修会や交流会の開催に率先して参加している。	○ 今後も、地域の同業者との交流を深め、職員の親睦、意見交換を促進させたい。
21	○職員のストレス軽減に向けた取り組み 運営者は、管理者や職員のストレスを軽減するための工夫や環境づくりに取り組んでいる	毎月一回、職員の自発的な自己評価表の提出があり、職員の個人的な介護技術、職場環境の改善に対して目標と反省を提出してもらっている。また、それに対して管理者は適切なアドバイスを記入し職員へ戻している。	○ 自己評価表だけに限らず、職員が率直な意見を言える環境への整備を促進する。
22	○向上心を持って働き続けるための取り組み 運営者は、管理者や職員個々の努力や実績、勤務状況を把握し、各自が向上心を持って働けるように努めている	自己評価表へのアドバイス及び三重県グループホーム連絡協議会でのグループワークへの参加によるモチベーションのアップに努力している。	○ 介護技術習得ならびに精神的ケアに役立つ書籍購入と働く環境の整備に常に着目した運営を心がける。
II. 安心と信頼に向けた関係づくりと支援			
1. 相談から利用に至るまでの関係づくりとその対応			
23	○初期に築く本人との信頼関係 相談から利用に至るまでに本人が困っていること、不安なこと、求めていること等を本人自身からよく聴く機会をつくり、受けとめる努力をしている	入所に至る前に、当事業所の通所介護を利用してもらいながら利用者本人の理解を深める。	○ 入所初期には、普段以上の職員との接点を多く持ちながら見守り体制を強化していく。その中でお互いが気付き、理解できるように支えあう。
24	○初期に築く家族との信頼関係 相談から利用に至るまでに家族等が困っていること、不安なこと、求めていること等をよく聴く機会をつくり、受けとめる努力をしている	入所前の契約の時点から、利用者の過去の様子、性格等について家族の方々に聞き取り調査を行ったり、質問用紙に記入して頂く。	○ 介護計画を家族と共に作り上げる努力が、家族との信頼関係の構築に役立つものと考えているが、今後は、今以上に日常の施設内での様子をお知らせできるシステムの構築に努力する。

項目		取り組みの事実 (実施している内容・実施していない内容)	(○印)	取り組んでいきたい内容 (すでに取り組んでいることも含む)
25	○初期対応の見極めと支援 相談を受けた時に、本人と家族が「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	家族との面談の中で、できる限り広い視野をもってサービス利用の相談を実施している。待機者に対しても同じように話し合いの場をもち適切な支援が出来るように考えている。	○	実際に認知症高齢者を抱える家族に対して当施設入所以外の選択肢を提示し、精神的な介護負担の軽減に役立っている。この支援の方法を今後も継続してゆく。
26	○馴染みながらのサービス利用 本人が安心して、納得した上でサービスを利用するために、サービスをいきなり開始するのではなく、職員や他の利用者、場の雰囲気徐々に馴染めるよう家族等と相談しながら工夫している	第23項に同じ。入所前に当事業所の通所介護を利用してもらいながら職員とのなじみを形成している。	○	すべての利用者に十分な時間的余裕のある入所ステップを踏めるわけでもなく、現実問題として、今後の緊急入所に向けてシステムの構築が望まれる。
2. 新たな関係づくりとこれまでの関係継続への支援				
27	○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、一緒に過ごしながら喜怒哀楽を共にし、本人から学んだり、支えあう関係を築いている	職員の介護に対する視点のズレを調整する事は、非常に困難が伴い、なかなか達成できない課題である。研修などの場において気づきを学べれるように努力している。	○	日常の介護にのみ重点的に支援を行いながら、本来のグループホームにおける利用者主体の介護を見詰める時間が減少している。これらの諸条件を改善し、職員がもっとゆったりとした生活のなかに介護を実践できるように改善してゆきたい。
28	○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、喜怒哀楽を共にし、一緒に本人を支えていく関係を築いている	家族の参加する行事を行いながら、日常の中に家族の顔がみれる支援を行うよう心がけている。	○	家族参加の事業の展開を増やしていくこと。また、家族と一緒に考えるケアプランを目指していく。
29	○本人と家族のよりよい関係に向けた支援 これまでの本人と家族との関係の理解に努め、より良い関係が築いていけるように支援している	複雑な家族関係を持つ利用者に対し、個人の触れられたくない部分に考慮しながら話し合いの場をもち、問題の解決にむけ話し合いを継続している。	○	良い家族関係をすでに持っている方に関しては、以前と変わらない家族関係の継続に配慮し、面会などの来所の機会を増やして頂ける様働きかけ、良好な家族関係を維持できない場合には相談援助業務を実施し、地域の資源を幅広く取り入れ関係の改善に努力する。
30	○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	家族以外の面会の場を広く設けることで、馴染みの方々と本人の関係維持に努めている。また、個人情報に配慮し、馴染みの方々への情報提供にも一線を引くことを心がけている。	○	馴染みの方々に関する情報を家族の方に確認を行っている。中には相応しくないとと思われる馴染みの方々も混在するために、ある程度、施設側での立ち入った介入もありえる。
31	○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、支え合えるように努めている	生活習慣、人生観の違いから問題や、その時の気分によって利用者間の問題発生もありえる。その場合は、相談員や管理者が仲裁に入り問題解決に努めている。また、大きな改善が必要な場面では職員も混ぜた会議を行い、利用者全員と話し合いで解決に努めている。	○	当施設においては、運営を利用者の自治に委ねる部分が強く、今も尚、自治組織の活用を目指してゆく。

項目		取り組みの事実 (実施している内容・実施していない内容)	(○印)	取り組んでいきたい内容 (すでに取り組んでいることも含む)
32	○関係を断ち切らない取り組み サービス利用(契約)が終了しても、継続的な関わりを必要とする利用者や家族には、関係を断ち切らないつきあいを大切にしている	過去の医療情報、介護記録等について、退所時に新しい介護支援専門員への橋渡しを行っている。また、家族への説明の中にも、継続的な支援が加納である事を伝えている。	○	必要とあれば、当事業所の持つ他の資源もフルに活用できるように退所後も良い関係継続に努めたい。
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				
1. 一人ひとりの把握				
33	○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	利用者本人の意向を傾聴し、職員間の連携を密にし、それぞれの個別な嗜好に対して応じることの出来るように努力している。	○	家族会への参加、利用者自治会への参加等、話し合いの場を広げ、出来る限り本人主体の介護に努力を継続する。
34	○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	担当の介護支援専門員に限らず、職員全体が家族面会の折に対話し利用者の状態の把握に努めている。	○	幅広い視野を養い、職員の気づきを広げるためにも職員研修を増やすことが必要と考える。同時に職員の離職率を出来る限り押さえるような施設運営も大きな効果を期待できると考えている。
35	○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、有する力等の現状を総合的に把握するように努めている	ケアプランニングの過程におけるセンター方式の採用が有効であり、不穏時や課題の多い状態の時には24時間シートを利用したり医療との連携を実施し医師の指導を仰ぐことも行ってきた。	○	職員の気づき、様子観察に関しても介護の基本を学ぶ機会を増やす工夫が必要である。今後、その面での職員の技量アップに努力する。
36	○チームでつくる利用者本位の介護計画 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た介護計画を作成している	ケアプラン作成、見直し時の家族との意見交換を行ってきた。	○	統一した書式の質問用紙を介して、家族の方々と支援のあり方を根本的に見直す努力が今後は必要と考えられる。
37	○現状に即した介護計画の見直し 介護計画の期間に応じて見直しを行うとともに、見直し以前に対応できない変化が生じた場合は、本人、家族、必要な関係者と話し合い、現状に即した新たな計画を作成している	月一回のケースカンファレンス時や日報の中で特筆すべき点について確認し、それに応じた対処を徹底している。	○	認知症高齢者の特徴として問題点の変化が激しく、表面的な問題解決に留まらない解決策の計画の作成に心がける。

項目		取り組みの事実 (実施している内容・実施していない内容)	(○印)	取り組んでいきたい内容 (すでに取り組んでいることも含む)
38	○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、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	毎日の日報を昼と夜の二分類に分けて記入を行っている。また、同時に生活の記録と身体状況の変化も記録に残すように心がけている。	○	職員のレベルによって、記録する内容に「差」が生じないように、職員のスキルアップに努めてゆきたい。
3. 多機能性を活かした柔軟な支援				
39	○事業所の多機能性を活かした支援 本人や家族の状況、その時々々の要望に応じて、事業所の多機能性を活かした柔軟な支援をしている	当事業所の関連施設として特養、養護、デイケアなどがあり、これらの施設も、私たちの持つ多機能性ともいえる。それらの資源をフルに活用しながら身体、精神の両面のサポートを行っている。	○	関連施設との情報の共有化に電子カルテなどのツールの導入を目指し近い将来には、関連施設全体で当グループホーム入所者を支えていく考えでいる。
4. 本人がより良く暮らし続けるための地域資源との協働				
40	○地域資源との協働 本人の意向や必要性に応じて、民生委員やボランティア、警察、消防、文化・教育機関等と協力しながら支援している	地域資源として、地元の保育園、ボランティア活動家、中学校などとの交流を行っている。	○	ボランティアの受け入れなどに今以上の協力要請を行い本人の要望に応えられるだけの幅を持たせたい。
41	○他のサービスの活用支援 本人の意向や必要性に応じて、地域の他のケアマネジャーやサービス事業者と話し合い、他のサービスを利用するための支援をしている	入所から退所に向けてのプログラミングを組んで、在宅復帰を目指す計画が必要と考える。	○	他のケアマネジャーとの連携には至っていない現実があり、今後は施設間の壁を越えた支援を画策しなければいけない。
42	○地域包括支援センターとの協働 本人の意向や必要性に応じて、権利擁護や総合的かつ長期的なケアマネジメント等について、地域包括支援センターと協働している	現在の入所者の3名はすでに権利擁護制度を利用する方々であり、その成年後見人の担当者とは協働し、今後の処遇の検討や方向性について話し合っている。	○	権利擁護事業について、職員一同が情報の共有を行い、共に制度を学べる機会を増やしてゆきたい。
43	○かかりつけ医の受診支援 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	現在のところ既存のかかりつけ医を持たない利用者ばかりで、当施設主治医の受診を実施している。医師との連携は良く、診察待ちもなくスムーズな受診を実施している。	○	今後の課題として、かかりつけ医との連携も視野に入れて支援する方法を構築する必要性はある。

項目	取り組みの事実 (実施している内容・実施していない内容)	(○印)	取り組んでいきたい内容 (すでに取り組んでいることも含む)
44	<p>○認知症の専門医等の受診支援</p> <p>専門医等認知症に詳しい医師と関係を築きながら、職員が相談したり、利用者が認知症に関する診断や治療を受けられるよう支援している</p>	○	主治医も高齢になり次世代の医師との連携に信頼関係の構築が求められる。
45	<p>○看護職との協働</p> <p>利用者をよく知る看護職員あるいは地域の看護職と気軽に相談しながら、日常の健康管理や医療活用の支援をしている</p>	○	当施設は地元の大手総合病院との連携も維持し、多彩な医療上の連携を実践している。また、総合病院の看護師には当施設職員の身内が看護師として勤務していることから十分な支援は受けている。
46	<p>○早期退院に向けた医療機関との協働</p> <p>利用者が入院した時に安心して過ごせるよう、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連携している</p>	○	市内の大手総合病院は二箇所あり、そのいずれとも密な連携が取れるようにシステムの構築に努力する必要がある。
47	<p>○重度化や終末期に向けた方針の共有</p> <p>重度化した場合や終末期のあり方について、できるだけ早い段階から本人や家族等ならびにかかりつけ医等と繰り返し話し合い、全員で方針を共有している</p>	○	終末期を迎えた経験のない新しい施設ではあるが、徐々に入居者の重度化がすすんでいる現状から、もう一度ターミナルケアのありかたに付いて検証する必要がある。
48	<p>○重度化や終末期に向けたチームでの支援</p> <p>重度や終末期の利用者が日々をより良く暮らせるために、事業所の「できること・できないこと」を見極め、かかりつけ医とともにチームとしての支援に取り組んでいる。あるいは、今後の変化に備えて検討や準備を行っている</p>	○	少数の職員がグループホームを担当するメリットを利用して計画作成担当者を中心に、外部の専門機関及び職員全員の情報の共有化とチーム・アプローチに努力する。
49	<p>○住み替え時の協働によるダメージの防止</p> <p>本人が自宅やグループホームから別の居所へ移り住む際、家族及び本人に関わるケア関係者間で十分な話し合いや情報交換を行い、住み替えによるダメージを防ぐことに努めている</p>	○	家族の方の十分な説明とその説明に対するアドバイスや担当ケアマネ、医療機関からの引継ぎを行っている。利用者へ説明もなく無理やり入所の形は出来る限り避けたい。

項目	取り組みの事実 (実施している内容・実施していない内容)	(○印)	取り組んでいきたい内容 (すでに取り組んでいることも含む)
IV. その人らしい暮らしを続けるための日々の支援			
1. その人らしい暮らしの支援			
(1)一人ひとりの尊重			
50	○プライバシーの確保の徹底 一人ひとりの誇りやプライバシーを損ねるような言葉かけや対応、記録等の個人情報の取り扱いをしていない	個人の尊厳やプライバシーを尊重する見守りの介護を中心に、重度要介護者に対しても配慮を忘れないように行っている。	○ 職員の不適切な声掛けや対応に対して、職員がお互いを監視しあう気持ちを高め、利用者の尊厳を守る活動を行っている。
51	○利用者の希望の表出や自己決定の支援 本人が思いや希望を表せるように働きかけたり、わかる力に合わせた説明を行い、自分で決めたり納得しながら暮らせるように支援をしている	すべての利用者に対してお伺いを立てる姿勢を徹底し、生活全般に個人の決断を尊重し、参加を強要したりしない。	○ 定期的に利用者を交えた会議を行い、今後の運営について職員共々話し合う機会を設けている。
52	○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	利用者は基本的に自由な意思決定の場が約束されており、すべての行動に利用者個人の能力に応じた対応を行っている。	○ 利用者の気分を尊重するあまり、適切な介助と支援がお座なりになりがちであるが、すべての行動に強要や命令は行わない。
(2)その人らしい暮らしを続けるための基本的な生活の支援			
53	○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、理容 美容は本人の望む店に行けるように努めている	身だしなみやおしゃれが出来るように支援するように努めている。衣類の購入には職員と共に利用者本人も同行し好みの物を購入している。	○ 時にはメイク教室を開催し、お化粧の楽しみを味わって頂いている。その影響からお出かけの時には口紅をつける利用者もいる。
54	○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	調理はすべて委託業者によって調理されているが、時として自分達で盛り付けたり、簡単な調理を行っている。また、食事の形態もバイキング形式や屋外でのバーベキュー、屋外夕食会なども開催している。	○ 献立に偏りが出ないように委託業者との連携は強く築いている。また月一回の給食会議を開催し、献立、味付けなどについて検討する場を設けている。利用者の方には、定期的な外食の機会をもうけて、好みの物を注文し味わってもらう工夫も行っている。
55	○本人の嗜好の支援 本人が望むお酒、飲み物、おやつ、たばこ等、好みのものを一人ひとりの状況に合わせて日常的に楽しめるよう支援している	嗜好品に関しては、ショッピングの時に自分の好みの物を購入いただくように支援している。	○ お酒やタバコについては、必要性のない利用者ばかりなので問題はない。しかし、年に数回は大きな行事の時に少量のお酒をたしなむ事が可能なようにビールやワインなどの提供も行っている。

項目		取り組みの事実 (実施している内容・実施していない内容)	(○印)	取り組んでいきたい内容 (すでに取り組んでいることも含む)
56	○気持よい排泄の支援 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、習慣を活かして気持ちよく排泄できるよう支援している	おむつ減らしには職員一同が努力を行い、トイレの周期を確認しながら介助するようにしているが、やはり、高齢であり頻尿傾向の利用者には紙パンツやパットに頼る部分もある。	○	完全なオムツの廃絶には、年齢、状態に応じて困難がつきまとう。今後の排尿への支援に今以上の努力を必要としている。
57	○入浴を楽しむことができる支援 曜日や時間帯を職員の都合で決めてしまわずに、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支援している	利用者は毎日入浴が出来るように支援している。また、散歩後に汗をかいたり、突然の便汚染時には、その都度、シャワーや入浴を個別に実施している。	○	入浴を毎日行う中で、入浴を拒否する利用者もいるが、その場合は無理強いせず欠浴とする場面もある。
58	○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、安心して気持ちよく休息したり眠れるよう支援している	人によっては短時間の昼寝を求める方もいる。すべて個別な対応を行っており、夜間の睡眠を最優先とし、出来る限り夜間の照明点灯などの状態確認を行わないように指導している。		
(3)その人らしい暮らしを続けるための社会的な生活の支援				
59	○役割、楽しみごと、気晴らしの支援 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、楽しみごと、気晴らしの支援をしている	利用者を交えた運営会議の中で、利用者のできることを尋ね、お手伝いを依頼したり、行事の企画をも一緒に決めて頂いている。また、気晴らしの必要な状況下では、職員がドライブに同行したり、散歩したりしながら、出来る限り精神的なストレスの影響を受けないように配慮している。	○	活動的な状態から、徐々に重度化する利用者に対して楽しみと役割の分担には困難が伴う。その課題に対して話し合いが必要であり、職員の一層の努力が必要である。
60	○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	盗難、健忘などの諸問題の発生から余計な心労を防ぐために金銭の管理は事務所が一括におこなっている。ただ、ショッピングの時の清算には利用者本人に準備したお小遣いから、本人に支払ってもらっている。	○	一部の利用者には、電話代程度の小銭をご自身で管理して頂いている。
61	○日常的な外出支援 事業所の中だけで過ごさずに、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している	外出、散歩は自由である。気が向けば、誘い合って散歩に出かけることもある。声掛けをもらえれば職員一人が同行するが、基本的にお散歩の行き先決定などはご自身で行っていただいている。	○	ご家族の承諾を頂戴しながら、自由外出の機会を増やしてゆきたい。また、職員の同行もなく外出できる利用者には、自由に外出して頂きたいと考えている。
62	○普段行けない場所への外出支援 一人ひとりが行ってみたい普段は行けないところに、個別あるいは他の利用者や家族とともに出かけられる機会をつくり、支援している	季節感を感じて貰うために定期的な外出行事は実施しているが、時として気分の優れない日などは、職員の余裕がある限り希望する場所へ出かけることを行っている。また、家族や友人の訪問を受けて施設外でゆっくりと食事したり、喫茶店に出向いたり、比較的自由に出入りは出来る環境にある。	○	今後は、家族を伴った小旅行を企画し実施したい。

項目		取り組みの事実 (実施している内容・実施していない内容)	(○印)	取り組んでいきたい内容 (すでに取り組んでいることも含む)
63	○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・手紙のやり取りは自由に行っている。	○	家族、友人からの郵便物、電話連絡に関してもその時点で届けるようにし、電話についてはコードレス子機をもってお繋ぎしている。
64	○家族や馴染みの人の訪問支援 家族、知人、友人等、本人の馴染みの人たちが、いつでも気軽に訪問でき、居心地よく過ごせるよう工夫している	保安上の問題から玄関の施錠は夜間に行うが、それ以外の時間帯の訪問客は全て受け入れている。また、家族のお泊りも常に許可しており、遠方からの訪問が連泊されることも多くある。	○	家族の方々の訪問に際し、利用者と同じ食事を食べて頂き、同じ空気を吸うことが可能なように配慮している。短時間の訪問客についても出来る限り心地よく過ごせるように、利用者自身がお茶を提供したり、コーヒーを入れたりすることも可能である。
(4)安心と安全を支える支援				
65	○身体拘束をしないケアの実践 運営者及び全ての職員が「介護保険法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、身体拘束をしないケアに取り組んでいる	身体拘束ゼロ委員会を組織しており、たびあるごとに身体拘束、精神的な拘束、虐待等についての話し合いの場を設けている。	○	身体拘束の必要な状況の考えられる利用者に対しては家族の同意を頂戴し、その拘束を実施した時間、場所等を記録に残す事を推進している。
66	○鍵をかけないケアの実践 運営者及び全ての職員が、居室や日中玄関に鍵をかけることの弊害を理解しており、鍵をかけないケアに取り組んでいる	閉じ込める施設という認識は職員全体の中にもない。可能な限り外出も単独で行えるように模索しており、家族の理解と環境が整い次第、利用者本人の意思で単独の外出を目指したい。	○	近所の花畑などが色づく頃には、利用者自らが外出を決定し、方向も自らが決定する散歩を行っている。事故の危険性を回避するために一人の職員は少し後方に着いて出かけることと成るが、それでも行き先を考え、信号などを安全に渡りきる姿は頼もしく感じる。
67	○利用者の安全確認 職員は本人のプライバシーに配慮しながら、昼夜通して利用者の所在や様子を把握し、安全に配慮している	夜間の巡回については、一番に睡眠を重要と考え、居室への訪問の前に、必ず室内の動く気配や物音に集中するように指導している。また、夜間多動な利用者については赤外線センサーを利用しながら遠隔においてベッドからの移動が確認取れるような工夫を行っている。	○	昼間の利用者の行動には何の拘束もなく、自立歩行の利用者は自由に動いて頂いている。ただ、施設の立地から幹線道路沿いであり交通量も多く、交通事故の危険性も多く監視カメラを玄関、通用靴、及び裏庭吐き出し窓近辺に設置している。カメラの映像とセンサー音を使い職員の感知しない単独の外出などに職員全体が注意をしている。
68	○注意の必要な物品の保管・管理 注意の必要な物品を一律になくすのではなく、一人ひとりの状態に応じて、危険を防ぐ取り組みをしている	注意の必要な物品の管理として薬、鋭利な刃物類、洗剤等については利用者の目に着き難い場所での保管を行い、誤飲、自傷事故に繋がらないように注意している。	○	各居室において、個人の残存能力に応じた対応を行っている。すべての危険物が危害を及ぼすわけではなく、その方の状態に応じて居室に保管したり、共同保管を実施したりしている。
69	○事故防止のための取り組み 転倒、窒息、誤薬、行方不明、火災等を防ぐための知識を学び、一人ひとりの状態に応じた事故防止に取り組んでいる	年二回の防災訓練の実施ならびに職員会議の席上で防災に備えた話し合いを行っている。また、一部の利用者を交えたフロア会議の席上でも地震、火事の際の対応の仕方を話し合っている。	○	転倒、窒息などの事故はある意味人為的な事故と重く受け止めており職員全体がお互いを監視しあう体制で臨んでいる。

項目		取り組みの事実 (実施している内容・実施していない内容)	(○印)	取り組んでいきたい内容 (すでに取り組んでいることも含む)
70	○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、全ての職員が応急手当や初期対応の訓練を定期的に行っている	定期的に消防本部との連携を行いながら、職員に対する救急蘇生や防災の時の初期手当の方法を学ぶ研修会を開催している。	○	今後も同様の研修会を行いながら、職員への初期対応の訓練を徹底したい。
71	○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身につけ、日ごろより地域の人々の協力を得られるよう働きかけている	緊急時の対応として、施設の隣に責任者が居を構えており、あらゆる緊急の場面でも対応が可能である。また、施設の前には24時間営業のスーパーマーケットがあり、常日頃より緊急時の協力を得られるように依頼を行っている。	○	当グループホームが施設の二回部分にあり、災害時の非難方法と対策には心がけている。今後はより以上の安全策を講じ、よりスピーディーに非難退避が可能となるように心がける。
72	○リスク対応に関する家族等との話し合い 一人ひとりに起こり得るリスクについて家族等に説明し、抑圧感のない暮らしを大切にされた対応策を話し合っている	家族の面会時には出来る限り管理者が対応し、現状と将来の予想について話を出来るようにしている。また、状態の変化のあるときには、その都度、書面で持って連絡を行っている。	○	家族の方々との連携には、時間的な制約もあるなか、今後を考えると今以上の密な連携が必要となる時期が到来する危機感から、システムの構築に努力する。
(5)その人らしい暮らしを続けるための健康面の支援				
73	○体調変化の早期発見と対応 一人ひとりの体調の変化や異変の発見に努め、気付いた際には速やかに情報を共有し、対応に結び付けている	個人の体調の変化については常駐の看護師を中心に介護職員全員が少しの変化も見逃さずに対応している。	○	排便の状態、尿の色から量、そして顔色などを見ながら、日々の暮らしの中でふらつきや傾きを見逃さず、医療との連携を繰り返している。
74	○服薬支援 職員は、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	服薬管理が可能な方には出来る限り見守り、職員も常に体制の確認を行いながら、問題が起きた時点で改善策を検討している。	○	医療機関が近く、服薬に関して、常に変化を報告し医師の判断を仰ぐようにしている。
75	○便秘の予防と対応 職員は、便秘の原因や及ぼす影響を理解し、予防と対応のための飲食物の工夫や身体を動かす働きかけ等に取り組んでいる	排便コントロールを下剤に頼らず、食物繊維の摂取、腹部マッサージや日中の活動を増やすなど、出来る限りの自然排便に務めている。	○	車椅子利用者には腹部のマッサージを念入りに行っている。
76	○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力に応じた支援をしている	毎食後、利用者には歯磨きをお願いしている。また、外出から帰宅した折にはうがいをし、感染症への罹患を予防している。	○	義歯使用者の衛生管理に対しても定期的な洗浄薬を使った手入れを行っている。

項目	取り組みの事実 (実施している内容・実施していない内容)	(○印)	取り組んでいきたい内容 (すでに取り組んでいることも含む)	
77	○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	食事は委託業者の調理する物を中心に食べて頂く。補助食品として個別に要望に応じてショッピングの折に購入したおやつや乳製品などを食べて頂くこととしている。また、毎月の体重の変化も記録し必要であれば家族と相談のうえ高カロリー牛乳等を購入、摂取して頂いている。	○	今後も同様、このシステムは継続する。
78	○感染症予防 感染症に対する予防や対応の取り決めがあり、実行している(インフルエンザ、疥癬、肝炎、MRSA、ノロウイルス等)	感染症に関するマニュアルがあり、そのマニュアルに従い、職員の協力で感染症の予防を行っている。	○	初年度に比較して、風邪等の罹患が減少してきている。昨年の冬には風邪などの症状は一切見受けられなかった。
79	○食材の管理 食中毒の予防のために、生活の場としての台所、調理用具等の衛生管理を行い、新鮮で安全な食材の使用と管理に努めている	中心的な食事に関する衛生管理は、委託業者としてはしっかりと守られ、先の中国の残留農薬問題等に早くから対応してもらい、安全な食事を供給してもらっている。	○	梅雨時の食中毒やノロウイルスなど、衛生管理を徹底する。害虫駆除に関しても専門業者への定期的な管理を継続する。
2. その人らしい暮らしを支える生活環境づくり				
(1)居心地のよい環境づくり				
80	○安心して出入りできる玄関まわりの工夫 利用者や家族、近隣の人等にとって親しみやすく、安心して出入りができるように、玄関や建物周囲の工夫をしている	初年度の外部評価では建物の入り口に家庭的な雰囲気に伴っていないと指摘を受けたが、ここ数年、地元のボランティアから季節の植栽を貸して頂いたりしてイメージの一新に努力している。	○	このボランティアの方には、季節感溢れる植栽をお届け頂いており当方にて出版する新聞でも紹介したりしている。
81	○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)は、利用者にとって不快な音や光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	強要の空間では、季節を感じられる植物をおいたり、自分達で育てたりしている。ただ、廊下部分については日光が入りやすく、そのような場所には利用者手作りの作品を飾ったりしている。	○	外出の時に撮影した写真などを額に入れて飾ったりしている。
82	○共用空間における一人ひとりの居場所づくり 共用空間の中には、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	施設は、それ程の広い空間もないが、長い廊下の途中に談話スペースを設けたりして、一人で物思いにふける場所を確保している。	○	天気の良い日には二箇所ある天窓を開放して、十分な換気を行いできるだけ自由な空間の演出を試みたい。

項目		取り組みの事実 (実施している内容・実施していない内容)	(○印)	取り組んでいきたい内容 (すでに取り組んでいることも含む)
83	○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	居室の工夫についても、ご自身に任せている。散歩途中で野花を摘んで持ち帰ったりする方もみえる。また、お誕生日のカードやプレゼントを飾ったりする方も多い。	○	利用者の性格によって、居室に装飾を加えることが嫌いな方もみえる。一概に、職員が手を貸して装飾する事は避けるつもりでいる。
84	○換気・空調の配慮 気になるにおいや空気によどみがないよう換気に努め、温度調節は、外気温と大きな差がないよう配慮し、利用者の状況に応じてこまめに行っている	換気や空気によどみがないように天窓二箇所を開放したり、窓を網戸にして換気したりしている。特に晴天の午前中は居室の窓は開けるようにしている。	○	室温の管理には、職員の体感温度ではなく利用者の立場から温度設定するように指導はしているが、まだ担当者によってバラツキがあり改善の余地はある。
(2) 本人の力の発揮と安全を支える環境づくり				
85	○身体機能を活かした安全な環境づくり 建物内部は一人ひとりの身体機能を活かして、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	すべての居室には独立したトイレと洗面を設置し、気分によっては部屋から出なくても生活は出来るように設計されている。	○	但し、この設備のもつデメリットとして閉じこもりがおき易く、症状によっては職員の負担となっているようである。
86	○わかる力を活かした環境づくり 一人ひとりのわかる力を活かして、混乱や失敗を防ぎ、自立して暮らせるように工夫している	利用者への説明は、かなり多く実施している。出来る限り話し合いで解決できるよう十分な説明を目指している。	○	認知症も重度となり、他者の意見を理解しづらくは成ってきているが、ゆっくりと説明し納得してもらえるように努力している。
87	○建物の外周りや空間の活用 建物の外周りやベランダを利用者が楽しんだり、活動できるように活かしている	ベランダでの植物の栽培や、気候の良い時期には屋外での夕食などで違った雰囲気を楽しんでいる。	○	当施設の中に留まらず、広く市内の公園や公共の場所を利用するようにしている。居間からの展望は一面の田が広がり、春夏秋冬の色の移り変わりが見渡せる。その場所を散策し、気分の切り替えを実践している。

V. サービスの成果に関する項目	
項目	最も近い選択肢の左欄に○をつけてください。
88 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	①ほぼ全ての利用者の
	②利用者の2/3くらいの
	③利用者の1/3くらいの
	④ほとんど掴んでいない
89 利用者と職員が、一緒にゆったりと過ごす場面がある	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
90 利用者は、一人ひとりのペースで暮らしている	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
91 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ている	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
92 利用者は、戸外の行きたいところへ出かけている	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
93 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	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
94 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	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
95 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ます	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

項 目		最も近い選択肢の左欄に○をつけてください。
96	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	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
97	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	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
98	職員は、生き生きと働いている	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
99	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
100	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

【特に力を入れている点・アピールしたい点】

(この欄は、日々の実践の中で、事業所として力を入れて取り組んでいる点やアピールしたい点を記入してください。)