

事業所自己評価・ミーティング様式

実施日 令和2年11月16日（19：00～21：00）

1. 初期支援（はじめのかかわり）

メンバー 常勤8名

◆前回の改善計画に対する取組み状況

個人チェック集計欄		よく できている	なんとか できている	あまり できていない	ほとんど できていない	合計（総人数）
①	前回の課題について取り組みましたか？	3人	5人	人	人	8人

前回の改善計画	関りのある家族や関係者の話と本人の生活を実際に見て接していく中で、気持ちを探りながら本当に必要な支援を徐々に考えていく。
前回の改善計画に対する取組み結果	・利用に至った背景にある本人や家族の思いを探り、支援内容を検討した。 ・日頃の様子を細かく観察し家族へ伝える。また、本人の様子から気付いたことをスタッフ間で共有し、必要なケアを検討している。

◆今回の自己評価の状況

個人チェック集計欄		よく できている	なんとか できている	あまり できていない	ほとんど できていない	合計（総人数）
①	本人の情報やニーズについて、利用開始前にミーティング等を通じて共有していますか？	5	3			8
②	サービス利用時に、本人や家族・介護者が、まず必要としている支援ができていますか？	3	4	1		8
③	本人がまだ慣れていない時期に、訪問や通いでの声掛けや気遣いができていますか？	4	3	1		8
④	本人を支えるために、家族・介護者の不安を受け止め、関係づくりのための配慮をしていますか？	2	5	1		8

できている点	200字程度で、できていることと、その理由を記入すること
・利用開始前には家族も含め関係者からの情報をもとに、これからどのような生活を望んでいるのか、それには何が必要なのかなど、十分に話し合いができています。また、その内容をまとめ、全スタッフに周知している。 ・情報を通してミーティングで本人の状況や家族の希望などを話し合い、ケアプランに追加や変更事項がないか話し合っている。本人、家族との情報交換に連絡ノートを活用している。	

できていない点	200字以内で、できていないことと、その理由を記入すること
信頼関係ができるまではなかなか利用者からも家族からも本音は聞き出すことができないことも多くあり、本当に必要な支援ができていないこともある。また、見極めができていないので過剰な支援をしてしまうこともある。職種によっては人任せで、関係づくりのための配慮はしていない。	

次回までの具体的な改善計画	(200字以内)
支援がどうしても必要なのか、何のための支援なのか、この支援がなければどんな生活になってしまうのかを一人一人が考え、皆が同じ視点で情報収集できるようになる。	

事業所自己評価・ミーティング様式

実施日 令和2年11月16日 (19:00 ~ 21:00)

2. 「～したい」の実現 (自己実現の尊重)

メンバー 常勤8名

◆前回の改善計画に対する取組み状況

個人チェック集計欄		よく できている	なんとか できている	あまり できていない	ほとんど できていない	合計 (総人数)
①	前回の課題について取り組みましたか?	5人	3人	人	人	8人

前回の改善計画

～したいを表現できない利用者の心地よいと思っているときの表情、または不快な時を感じ取り、安心できる、気持ちが良い、楽しい気持ちの状態を作っていく。

前回の改善計画に対する取組み結果

利用者の毎日の様子をよく見て、スタッフ間で情報交換している。笑顔を引き出す関りの工夫を皆が行っている。それぞれが得意なことを見つけ、活躍できる場を作るようにしている。

◆今回の自己評価の状況

個人チェック集計欄		よく できている	なんとか できている	あまり できていない	ほとんど できていない	合計 (総人数)
①	「本人の目標 (ゴール)」がわかっていますか?	3	5			8
②	本人の当面の目標「～したい」がわかっていますか?	4	4			8
③	本人の当面の目標「～したい」を目指した日々のかかわりができていますか?	4	4			8
④	実践した (かかわった) 内容をミーティングで発言し、振り返り、次の対応に活かしていますか?	5	2	1		8

できている点 200字程度で、できていることと、その理由を記入すること

日々の様子や会話から、本人の望みや気持ちを察し、できなくてもその気持ちに近づけるよう、対応の検討をし支援している。スタッフの気付きやかかわり方について意見交換し、対応に生かしている。

できていない点 200字以内で、できていないことと、その理由を記入すること

ミーティングで意見交換し対応策を検討したのに実践されていないことがある。どの利用者にも同じような関りで気遣いが足りず、どうしてこの様なケアが必要なのかを考えずに対応しているため。

次回までの具体的な改善計画 (200字以内)

目標に向かっての支援が利用者にとって毎日の当たり前の作業のようになっていることがあり、やりたくない日もあるので、そこは都度本人に気持ちを確認するなどの気遣いを、みんなができるようになるとよい。

事業所自己評価・ミーティング様式

実施日 令和2年11月16日 (19:00~21:00)

3. 日常生活の支援

メンバー 常勤8名

◆前回の改善計画に対する取組み状況

個人チェック集計欄		よく できている	なんとか できている	あまり できていない	ほとんど できていない	合計(総人数)
①	前回の課題について取り組みましたか?	3人	4人	1人	人	8人

前回の改善計画
通いの利用中はもちろん、訪問時にもいつもと様子が違うなど小さな変化でも家族に報告し、受診などの対応や見守りで安全に暮らせるよう支援する。特に訪問時は緊急時のために本人の情報(フェースシートや看護添書)を必ず持ち歩く。
前回の改善計画に対する取組み結果
いつもと様子が違う時は、必ず家族に報告し臨機応変な対応を考えている。どのスタッフも、緊急時には的確に情報を伝えられる様にいつもフェースシートを持ち歩いている。

◆今回の自己評価の状況

個人チェック集計欄		よく できている	なんとか できている	あまり できていない	ほとんど できていない	合計(総人数)
①	本人の自宅での生活環境を理解するために「以前の暮らし方」が10個以上把握できていますか?	1	5	2		8
②	本人の状況に合わせた食事や入浴、排せつ等の基礎的な介護ができていますか?	6	2			8
③	ミーティングにおいて、本人の声にならない声をチームで言語化できていますか?	3	3	2		8
④	本人の気持ちや体調の変化に気づいたとき、その都度共有していますか?	6	2			8
⑤	共有された本人の気持ちや体調の変化に即時的に支援できていますか?	5	3			8

できている点	200字程度で、できていることと、その理由を記入すること
家族も含め、日頃から細かく情報を伝え合い、共有し、対応策を考えている。気付いたことは、随時相談報告し、スタッフ間では申し送りノートを活用し全員が把握できるようにしている。また、対応の判断もできるよう、日頃から話し合っている。支援内容を柔軟に変更して対応することも学んでいる。	

できていない点	200字以内で、できていないことと、その理由を記入すること
スタッフによってはあまり利用者に興味を持たずに事務的に対応しているため、少しの変化にも気付かず、見過ごしてしまっている。本人と介護者の思いに大きな差があり、本人らしい生活ができていないこともある。	

次回までの具体的な改善計画	(200字以内)
観察する。利用者、家族も含め日々必要な支援を見極める。状況判断し行動できるように、すぐに報告し、情報を共有すること。	

事業所自己評価・ミーティング様式

実施日 令和3年11月16日 (19:00~21:00)

4. 地域での暮らしの支援

メンバー 常勤8名

◆前回の改善計画に対する取組み状況

個人チェック集計欄		よく できている	なんとか できている	あまり できていない	ほとんど できていない	合計(総人数)
①	前回の課題について取り組みましたか?	3人	4人	1人	人	8人

前回の改善計画
利用者の近所の方とはできるだけ挨拶を交わし、顔見知りになり、かかわりを持つように心がける。

前回の改善計画に対する取組み結果
見かけたら、知らない方でも挨拶をする。なじみの近所の方には話しかけるようにしている。普段の様子や、どんな関りをしてきているのかなども聞くようにしている。

◆今回の自己評価の状況

個人チェック集計欄		よく できている	なんとか できている	あまり できていない	ほとんど できていない	合計(総人数)
①	本人のこれまでの生活スタイル・人間関係等を理解していますか?	3	3	2		8
②	本人と、家族・介護者や地域との関係が切れないように支援していますか?	1	5	2		8
③	事業所が直接接していない時間に、本人がどのように過ごしているか把握していますか?	2	4	2		8
④	本人の今の暮らしに必要な民生委員や地域の資源等を把握していますか?		5	2	1	8

できている点 200字程度で、できていることと、その理由を記入すること
・本人や家族に話を聞いて情報収集するように心がけていた。
・送迎や訪問の時、本人を心配してくれる人がいればよく話を聞き、これからも声をかけたり、話し相手になってほしいことを伝えたりしている。
・家族はあまり外に出す機会を作ってくれないことが多いが、ご近所の知人とのつながりが大切なことを理解してもらうように話すこともある。

できていない点 200字以内で、できていないことと、その理由を記入すること
地域の資源を理解できていないスタッフが多い。例えば、行方不明になった時、どこに連絡をしたらよいのかわからない。お金がなくて生活に困窮しているが、どんな制度があるのかわからない。誰かにお金を支払って頼みごとをしているようだがお金を管理してくれる人をどうやって見つけてよいかわからない。

次回までの具体的な改善計画 (200字以内)
・訪問時近所の方を見かけたら、車を止めていて迷惑になっていないか?など、挨拶がてら話しかけるようにする。外に出ていることはあるか、ゴミ捨てなどで迷惑をかけていないかなど情報を聞けるような関係になるとよい。

事業所自己評価・ミーティング様式

実施日 平成 2 年 12 月 3 日 (19 : 00～21 : 00)

5. 多機能性ある柔軟な支援

メンバー 常勤 8 名

◆前回の改善計画に対する取組み状況

個人チェック集計欄		よく できている	なんとか できている	あまり できていない	ほとんど できていない	合計 (総人数)
①	前回の課題について取り組みましたか?	4 人	2 人	2 人	人	8 人

前回の改善計画
散歩したり買い物に行ったり、友人と会っておしゃべりしたり、当たり前前の日常生活が送れるようにお手伝いします。

前回の改善計画に対する取組み結果
コロナウィルスの影響で生活様式が変わり、外出レクや施設関係者以外の人のかかわりができないことも多かったが、日常の家事をスタッフと一緒にやるように心がけたり、外食できないのでお寿司をテイクアウトしたり、感染予防しながらのドライブやレクリエーションを可能な限りで行った。会えない家族にはテレビ電話なども活用している。

◆今回の自己評価の状況

個人チェック集計欄		よく できている	なんとか できている	あまり できていない	ほとんど できていない	合計 (総人数)
①	自分たち事業所だけで支えようとせず、地域の資源を使って支援していますか?	2	5	1		8
②	ニーズに応じて「通い」「訪問」「宿泊」が妥当適切に提供されていますか?	7	1			8
③	日々のかかわりや記録から本人の「変化」に気づき、ミーティング等で共有することができますか?	6	2			8
④	その日・その時の本人の状態・ニーズに合わせて柔軟な支援ができていますか?	5	3			8

できている点 200 字程度で、できていることと、その理由を記入すること
 ・ 家族の協力もあり、地区センターでの趣味活動に参加している。
 ・ なじみの友人宅に遊びに行くための送迎をしたり、行きつけの店に買い物の同行をしている。
 ・ 本人だけでなく、介護している家族が体調を崩していたり、精神的に疲れていると感じられた時には、送迎や訪問で対応したスタッフが自身の判断で泊りに変更したりすることもある。
 ・ 気づきや変化はすぐにスタッフ間で共有し対応の判断をしている。申し送りノートを活用し、すべてのスタッフに周知している。必ず家族にも都度報告し、協力が必要であればお願いしている。

できていない点 200 字以内で、できていないことと、その理由を記入すること
 ・ 決められた内容の支援しか行えないスタッフもいる。

次回までの具体的な改善計画 (200 字以内)
 ・ 日々のかかわりや記録で本人や支援者の変化に気づいたときは、小さなことでも必ずスタッフに伝えることで即時的な判断もでき、柔軟な対応ができる。

事業所自己評価・ミーティング様式

実施日 令和2年12月3日 (19:00~21:00)

6. 連携・協働

メンバー 常勤8名

◆前回の改善計画に対する取組み状況

個人チェック集計欄		よく できている	なんとか できている	あまり できていない	ほとんど できていない	合計(総人数)
①	前回の課題について取り組めましたか?	人	3人	3人	2人	8人

前回の改善計画
地域の方に立ち寄ってもらいたい。

前回の改善計画に対する取組み結果
コロナ感染症の影響で、地域の行事に参加したり、地域の方が遊びに来てくれるようなことは全くなかったが、地域で活動している子供たち(3歳~小5)とコロナが落ち着いたら交流できることになっている。

◆今回の自己評価の状況

個人チェック集計欄		よく できている	なんとか できている	あまり できていない	ほとんど できていない	合計(総人数)
①	その他のサービス機関(医療機関、訪問看護、福祉用具等の他事業所)との会議を行っていますか?	5		2	1	8
②	自治体や地域包括支援センターとの会議に参加していますか?	1	2	2	3	8
③	地域の各種機関・団体(自治会、町内会、婦人会、消防団等)の活動やイベントに参加していますか?		1	3	4	8
④	登録者以外の高齢者や子ども等の地域住民が事業所を訪れますか?				8	8

できている点 200字程度で、できていることと、その理由を記入すること
・他のサービス機関とはよく連携が取れている。
・最低限の会議は開催し、そのほかは電話、FAX、メールを活用し十分な意見交換もできている。

できていない点 200字以内で、できていないことと、その理由を記入すること
・コロナ感染に配慮し、外部との接触は極力控えたため、地域との交流はなかった。

次回までの具体的な改善計画 (200字以内)
他のサービス機関との連携は、管理者、計画作成担当者、看護師のみのかかわりになっていることがほとんどなので、どんな内容で情報交換しているのか、内容を日々の業務日誌にファイルし、みんなで共有できるようにしたい。

事業所自己評価・ミーティング様式

実施日 令和2年12月3日(19:00~21:00)

7. 運営

メンバー 常勤8名

◆前回の改善計画に対する取組み状況

個人チェック集計欄		よく できている	なんとか できている	あまり できていない	ほとんど できていない	合計(総人数)
①	前回の課題について取り組めましたか?	人	5人	1人	2人	8人

前回の改善計画	
広報誌の活用	
前回の改善計画に対する取組み結果	
昨年は広報誌は1回しか発行できなかったが、近隣地区全域の回覧板に入れさせてもらい、日頃の様子などわかりやすく伝える工夫をした。こんな活動をしているならちょっと見に行ってみたいな、家では使わないものを施設で利用してもらえないかな、お年寄りと触れ合ってみたいかななど感じてくれればよいと思いながら作成している。	

◆今回の自己評価の状況

個人チェック集計欄		よく できている	なんとか できている	あまり できていない	ほとんど できていない	合計(総人数)
①	事業所のあり方について、職員として意見を言うことができますか?	3	4	1		8
②	利用者、家族・介護者からの意見や苦情を運営に反映していますか?	5	2		1	8
③	地域の方からの意見や苦情を運営に反映していますか?	2	3	1	2	8
④	地域に必要とされる拠点であるために、積極的に地域と協働した取組みを行っていますか?		1	4	3	8

できている点	200字程度で、できていることと、その理由を記入すること
・困っていることや改善したいことはいつでも相談できているし、ミーティングで話し合いをする機会も多くある。 ・意見や苦情は対応したスタッフがすぐに管理者に報告し、しっかり受け止め対応している。直接会って話し合う時間を設け、改善策を考えている。	

できていない点	200字以内で、できていないことと、その理由を記入すること
・運営推進会議も書面会議となり、ますます地域とのかかわりを持つ機会が少なく、協働した取り組みなどを話し合う機会もなかった。	

次回までの具体的な改善計画	(200字以内)
近隣で気になる人を見かけることもあるが、積極的に声をかけたり、事業所に報告することも少なかったりが現状だが、町内会や包括支援センターに連絡し、適切なサービスにつなげるきっかけになればよい。	

事業所自己評価・ミーティング様式

実施日 令和2年12月3日(19:00~21:00)

8. 質を向上するための取組み

メンバー 常勤8名

◆前回の改善計画に対する取組み状況

個人チェック集計欄		よく できている	なんとか できている	あまり できていない	ほとんど できていない	合計(総人数)
①	前回の課題について取り組めましたか?	人	4人	1人	3人	8人

前回の改善計画	研修に参加する。
前回の改善計画に対する取組み結果	研修参加は、ウェブ研修という形で参加した。職場内の研修では、ネットやYouTubeを利用することもある。

◆今回の自己評価の状況

個人チェック集計欄		よく できている	なんとか できている	あまり できていない	ほとんど できていない	合計(総人数)
①	研修(職場内・職場外)を実施・参加していますか		5	2	1	8
②	資格取得やスキルアップのための研修に参加できていますか	2	3	2	1	8
③	地域連絡会に参加していますか	1	1	1	5	8
④	リスクマネジメントに取り組んでいますか	4	4			8

できている点	200字程度で、できていることと、その理由を記入すること
<ul style="list-style-type: none">施設内では日々のケアで疑問に思ったこと、利用者の病気、社会情勢に合わせた資料で勉強するようにしている。職場外研修は勤務の都合で参加できる人が限られていたが、都合の良いスタッフは参加するようにしている。向上心を持って働き、資格所得のための研修には積極的に参加できる体制となっている。ウェブ研修での参加もあった。地域連絡会は直接の参加はなかったがメールで確認、周知していた。ヒヤリハットを活用したり、日々のカンファレンスで予防策を確認している。	

できていない点	200字以内で、できていないことと、その理由を記入すること
<ul style="list-style-type: none">外部研修は本人のニーズに合っていない、意欲がない、などの理由で参加しないスタッフもいる。	

次回までの具体的な改善計画	(200字以内)
日々のケアで感じた疑問やわからなくて困っていることなどを次回のミーティングでの研修テーマとし、各自で調べたことを話し合い、解決していく。	

事業所自己評価・ミーティング様式

実施日 令和2年12月3日 (19:00~21:00)

9. 人権・プライバシー

メンバー 常勤8名

◆前回の改善計画に対する取組み状況

個人チェック集計欄		よく できている	なんとか できている	あまり できていない	ほとんど できていない	合計(総人数)
①	前回の課題について取り組みましたか?	3人	5人	人	人	8人

前回の改善計画
トイレの臭い対策を検討する。

前回の改善計画に対する取組み結果
トイレ使用後は換気をまめに行い、消臭剤も複数のタイプを利用。失禁や嘔吐の場合は速やかに片付け、消毒し換気を行う。介助の必要な利用者が使用するときもドアを閉めるように配慮し、プライバシーに十分配慮するよう気を付けている。

◆今回の自己評価の状況

個人チェック集計欄		よく できている	なんとか できている	あまり できていない	ほとんど できていない	合計(総人数)
①	身体拘束をしていない	8				8
②	虐待は行われていない	8				8
③	プライバシーが守られている	2	5	1		8
④	必要な方に成年後見制度を活用している	2	1	2	3	8
⑤	適正な個人情報の管理ができています	5	3			8

できている点 200字程度で、できていることと、その理由を記入すること
・居室内の行動は見えないので、センサーを利用したり巡回を強化して夜間も見守りにて対応している。
・利用者本人の人格を尊重し、かかわっている。きつい言葉がけにならないように注意している。
・排泄、入浴介助はできるだけ同姓介助を心がけている。
・成年後見制度は必要性があると判断した場合のみ、家族に説明を行っている。
・個人情報は通常は職員以外の目に触れないように取り扱っている。名前の入ったものはシュレッター処理している。

できていない点 200字以内で、できていないことと、その理由を記入すること
・居室の戸をしっかり閉めずに介助している時がある。気遣いが足りない。
・職員と利用者が同じ空間にいることがほとんどなので、職員同士ほかにも聞こえるような声で報告をしていることがある。
・耳が遠い利用者には大きな声で話すため、特に夜間は怒っているように聞こえることがあり、嫌な思いをさせてしまったことがある。
・成年後見制度は職種によって理解度に大きな差がある。

次回までの具体的な改善計画 (200字以内)
トイレや入浴は本人が恥ずかしいと感じていることを配慮してケアする。

小規模多機能型居宅介護「サービス評価」 総括表

法人名	株式会社 札幌介護サービス	代表者	三上 力	法人・ 事業所 の特徴	市内に通所介護、認知症対応型共同生活介護、小規模多機能型居宅介護2事業所を運営している。 当事業所は、札幌市郊外の自然豊かな住宅地に立地し、民家改修型の持ち味を生かし、利用者が居心地よく暮らせるように工夫した家庭的な空間づくりをしている。住み慣れた地域で友人や家族に支えられながら自宅での生活を継続できるよう訪問回数を増やし、寄り添う家族の悩みや相談を受け柔軟なサービスに対応している。
事業所名	小規模多機能 ケアホーム 藤野いこいの家	管理者	土屋 祐子		

出席者	市町村職員	知見を有するもの	地域住民・地域団体	利用者	利用者家族	地域包括支援センター	近隣事業所	事業所職員	その他	合計
	人	人	1人	3人	3人	1人	人	8人	人	16人

項目	前回の改善計画	前回の改善計画に対する取組み・結果	意見	今回の改善計画
A. 事業所自己評価の確認	スタッフ間はもちろん家族との関係向上のため、報告、連絡、確認による情報の共有によってコミュニケーションをとり、チームとして一緒に状況を把握しかかわっていききたい。	記録に残しても見落としがあったり、伝え忘れることもあるが、気付いたらすぐに確認するという意識をみんなが持てるようになって来ている。事業所だけで解決しようとせず、家族も一緒に対応を考えるように話し合っている。	<ul style="list-style-type: none"> ・スタッフ全員でしっかり取り組めた様子がうかがえます。 ・決められた事しかできない人も、周りの人をよく見て柔軟に対応できるようになってほしい。 	スタッフ一人一人が意見を言いやすい環境と一人一人の話に耳を傾け、意見交換ができる関係性を作っていく。
B. 事業所のしつらえ・環境	屋外の環境整備に配慮する。	利用者家族から花や野菜の苗をたくさんいただき、水やりや草取りを生活の楽しみとしてみんなで行った。施設周辺の草刈りを近所の方がやってくれることもあった。今年度はコロナ感染症対策に十分気を配りながら、面会等ができるように配慮している。	<ul style="list-style-type: none"> ・利用者数人とスタッフが庭の花の手入れをしたり草取りをしている姿を見かけた。 ・施設の場所が分かり辛い。看板などが出ていないのでわからない。 ・玄関は解放されているので、利用者がある程度自由に出入りしていることは良いことだが、目離しはしないよう注意してほしい。 	引き続きコロナウイルス感染制御のため注意を払い、家族や地域の方も安心して立ち寄れる場所でありたい。
C. 事業所と地域のかかわり	利用者それぞれの生活する町内の主催する行事にできるだけ参加させてあげたい。そこで、町内の方にもサポートが必要になっている現状を知ってもらい、気にかけてくれるようになったら良いと思う。	コロナ禍で外出ができない状況が続いたが、地域のサークル活動にはご家族同行で何とか参加できた方もいた。 地域の方から、お年寄りと交流する活動をしている子供たちのサークルを紹介していただき、連絡をとることができた。	<ul style="list-style-type: none"> ・コロナウイルス感染症対策のため、難しかったと思います。 ・どの職員も挨拶には気を付けている。 ・事業所に直接訪ねたことはなくても、回覧板に広報誌が入るのでなんとなく知っている人も多い。 	感染対策に注意しながら、地域の資源を利用していききたい。(買い物に行く、ご飯を食べに行く、公園に散歩に行く、地区センターを利用する、行事に参加するなど。)

D. 地域に出向いて本人の暮らしを支える取組み	地域の認知症カフェやサロンにも出向き、いろんな方との交流ができるとよい。	コロナウィルスの影響で外出は控えたため、関係者以外との交流は全くなかった。	<ul style="list-style-type: none"> ・今年度はスタッフが利用者を連れて外出している姿などは見かけなかった。イベント自体がなかったのしかたがないように思う。 	地域のイベントも少しずつ再開されているようなので感染対策をしながら外に出る機会を作っていきたい。
E. 運営推進会議を活かした取組み	スタッフの対応が悪いなどの苦情に関しても、運営推進会議で客観的な意見を聞きたい。ただし、個人名を挙げての検討は避ける。	運営推進会議がすべて書面会議となってしまう、意見等もなかった。	<ul style="list-style-type: none"> ・令和2年度は感染症対策のため文書での開催となっていたため取り組みは実施できず。 ・よくわからない。 	会議が開催できるようになればご家族にも参加していただき、相談事でも近況報告でも、気軽に意見交換ができる場を作りたい。
F. 事業所の防災・災害対策	食料の備蓄は定期的に点検し常に保存されている状態にする。	ある程度の準備はしているが、今後も定期的に点検して補充が必要。賞味期限が近いものは破棄せず訓練の後に食べてもらうようにしている。	<ul style="list-style-type: none"> ・わからない。 ・火災はもちろん、地震も多いので日ごろの訓練は大切。 ・夜間の災害に不安を感じる。 ・水と食べ物も重要だが、ライフラインが機能しなくなってしまった時のために寒さ対策等も日頃から学んでほしい。 	防災計画を確認する機会がほぼないので、計画を確認しながらの訓練も行う必要がある。

