

遠軽町社協ぐるーぷほーむ春来

サービス評価結果報告書

令和4年10月21日公表

	自 己 評 価	外 部 評 価
実 施 日	令和4年9月5日	令和4年10月12日
評 価 実 施 者	事業所職員 3名	運営推進委員 10人 ・事業所職員 4人 ・地域住民の代表者 3人 ・町職員、包括支援センター職員 1人 ・利用者家族 2人

自己評価・外部評価・運営推進会議活用ツール

No.	タイトル	評価項目	自己評価	記述	運営推進会議で話しあった内容	外部評価	記述
I. 理念・安心と安全に基づく運営							
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	A. 十分にできている B. <u>ほぼできている</u> C. あまりできていない D. ほとんどできていない	事業所の理念としては、『このままそのままありのまま』 具体的には、「①住み慣れた地域で共に生活する ②つながりを大切にする ③幸せと思える暮らしが出来る」という事を掲げ、事務所へ掲示し、いつでも確認できるようにしている。			
2	事業所と地域とのつきあい	事業所は、利用者が地域とつながりながら暮らし続けられるよう、認知症の人の理解や支援の方法などを共有し、事業所自体が地域の一員として日常的に交流している	A. 十分にできている B. ほぼできている C. <u>あまりできていない</u> D. ほとんどできていない	コロナ禍により、現状では難しいが、平常時は、自治会に加入し、町内会の行事がある際には、積極的に参加している。●手伝い等依頼があった時は積極的に協力している。	コロナ禍のため、現在はあまり出来ていないが、平常時は十分にできていると思う。●自治会としても積極的に関わり、協力していきたいと考えている。●入居者が穏やかに過ごしている様子が見受けられる。		
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	A. 十分にできている B. <u>ほぼできている</u> C. あまりできていない D. ほとんどできていない	事業所の内容や取り組み、今後の課題について報告すると共に地域の情報等を提供して頂いている。	運営推進委員からの意見を積極的に取り入れ、連携もできていると思う。●運営推進会議での意見を聞く姿勢がとても好感がもてます。出来ることは対応していると思います。		
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	A. <u>十分にできている</u> B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	町担当者とは、日頃から連絡を取り合っており、事業所の取り組みなどを伝えている。●運営推進会議に出席して頂いている。	町保健福祉課職員も推進委員として参加しており、社協の事務局も同一建物にあり、連携がとりやすい状況である。		
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、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	A. <u>十分にできている</u> B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	●身体拘束検討委員会の設置●身体拘束廃止に関する指針を作成すると共に職員にはミーティングの際、確認している。		A. <u>十分にできている</u> B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	

6	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	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	●職員ミーティング時、高齢者虐待防止関連法等について話し合いを行っている。●防止マニュアルをいつでも閲覧できる場所に保管し、周知徹底を行っている。●積極的に研修に参加するよう努めている。		A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	
7	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	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	運営母体は、社協のため必要になった際は、連携してその制度を利用できる仕組みが出来ている。			
8	契約に関する説明と納得	契約の締結、解約また改定等の際は、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	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	入居前に数回面会し、重要事項の説明を充分に行い、了解を得ている。			
9	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	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	入居者の言葉や態度から本人の思いを察し、職員ミーティング等で話し合いをしている。●来訪時や連絡のあった家族からの要望は記録すると共に職員へ周知し、話し合った経過を家族にも伝えている。		A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	
10	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	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	職員ミーティングの際に意見や提案を出してもらっている。●個別に意見や苦情を相談しやすいようにしている。			
11	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	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	資格手当、処遇改善手当、福祉厚生貸付制度、資格取得助成金がある●キャリアアップの仕組みを整備済みである。		A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	
12	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	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	コロナ禍により、現状では難しいが、平常時は、積極的に研修や勉強会に参加するようにしている。		A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	
13	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	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	コロナ禍により、機会は減っていますが、管内のグループホーム協会の役員をしており、情報交換を行っている。●町内のケアマネ連絡協			

		一ビスの質を向上させていく取り組みをしている		議会・地域ケア会議・GH 連絡会議に参加し、情報交換を行っている。			
14	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	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	「共に生活する」という理念のもと、食事、入浴等生活の全てにおいて、一緒に行くことを大切にしている。			
15	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	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	コロナ禍により、現状では難しいが、平常時は、本人が希望した場合、自宅の様子を見に行っている。●通いなれた馴染みのお店などを利用している。	事業所として、とても大事にしてきた部分だと思います。コロナ禍で難しい状況ですが、出来る範囲で努力していると思われまます。		
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							
16	思いや意向の把握	一人ひとりの思いや暮らし方、生活環境、一日の過ごし方の希望や意向の把握に努めている。	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	担当スタッフを配置し、日頃から思いの把握に努め、常に本人の立場に立って考えるように努力している。			
17	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	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	3か月に1回モニタリングを行い、介護計画の見直しをしている●計画作成担当者とそれぞれの担当スタッフが定期的にカンファレンスを行い、本人及び家族の意向を反映させながら介護計画を作成している。●その後、全体会議を行い、介護計画の周知徹底を行っている。	以前から、よくできていると思われまます。今後も頑張ってください●スタッフが担当をもつことでご本人、ご家族への理解、ニーズを把握が出来、ミーティングやカンファレンスに活かされていると思います。	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	
18	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	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	勤務の前にはケース記録等を全員が目を通して業務に携わる事を徹底し、情報を共有している。朝晩の申し送りを行い、ひとりひとりの細かい部分の確認をしている。●ケース記録にケアプランに沿ったケアが出来ているか記入している。		A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	

19	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	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	突発的な受診や外出についても出来るだけ柔軟に対応している。	柔軟な支援は、この事業所の持ち味だと思います。		
20	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	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	●地域の酪農家に毎日牛乳を貰いに行っている。●美容院へ行っている。	コロナ禍で難しい部分があると思われませんが、努力しているものと思われまます。		
21	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	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	かかりつけ医に継続して受診できるようにしている。●月に1回、訪問診療(内科)があり、連携を密にしている。			
22	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。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。	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	訪問診療で診てもらっている総合病院に入院になることが多いので、今までの情報があり、病院側も早期退院できるよう配慮してくれている。入院中は職員も出来るだけ病院へ行くようにし、病院関係者とも随時情報交換をとるようにしている。		A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	
23	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	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	家族の意向等を確認し、書面で同意を得ている。●訪問看護と連携し支援を行っている。		A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	
24	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	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	緊急時対応マニュアルを作成し、職員に周知している。●急変時は、訪問看護と連絡がとれる体制を整えている。			

25	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	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	具体的な避難経路、役割等について確認するとともに年に2回避難訓練(うち1回は夜間想定)を行っている。●非常時に備え、簡易暖房を整備済みである。●食料の備蓄については、常に2日分程度の食材は調達している。●災害時のシミュレーションを行い、避難方法・場所等の確認を行っている。●町内の他法人と災害時の避難支援に関する相互協定を締結済みである。●BCP(事業継続計画)を作成	災害対策は以前から出来ていると思いますが、地域や自治会としても、協力体制を強化し、今後とも協力していきたい。●自衛隊への協力依頼を定期的にした方が良いと思います。	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	
----	------	---------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------	--

Ⅲ. その人らしい暮らしを続けるための日々の支援

26	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	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	プライドが傷付かないような対応を心掛け、排泄の誘導は、他の人に気付かれない様に配慮している。●個人情報の扱いについては、決められた場所以外には、持っていない等、充分注意している。		A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	
27	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、一人ひとりの日常生活における希望や意向、暮らしのペースを大切に、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	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	起床・就寝・食事など、それぞれの生活リズムに合わせて支援している。			
28	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	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	畑に野菜の収穫と一緒に出掛けている。●旬の具材を用い、季節を感じられる献立にしたり、行事に合わせた料理にしている。●誕生日には本人の好きな食べ物を食べて頂いている。		A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	
29	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	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	食事、水分量をチェック表に毎回記録し、把握するよう努めている。●その人のそしゃく、嚥下状態に応じた食事形態になるよう工夫している。●毎月、食事会議を開催し、食事内容について検討している。			
30	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	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	毎食後の口腔ケアを行っている。●舌苔ブラシ等、口腔洗浄液等を利用し一人ひとりの口腔状態に合わせたケアをしている。		A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	

31	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、便秘の予防等、個々に応じた予防に取り組んでいる	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	一人ひとりの排泄パターンを確認し、トイレへの声掛け、誘導をしている。●その日の状況に合わせたトイレ誘導等を行っている。●下着やパッド類は個々の状況に合わせて使い分けている。		A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	
32	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	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	意思表示が難しい方については職員が時間を見て誘い入浴している。●入浴は出来るだけ一対一での入浴をし、ゆっくり普段話のできないような話をできる環境づくりを心掛けている。●毎日、入浴したい方などニーズに合わせて対応している。			
33	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	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	起床、就寝の時間は決めておらず、それぞれの生活パターンに合わせた支援を行っている。●出来るだけ天気のいい日は外に出たり、散歩に行く等、活動量を増やしている。			
34	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	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	ケース記録と一緒に薬の処方箋と受診記録を別途作成し、閲覧できる場所に保管し、職員間で情報を共有できるようにしている。●服薬チェック表を作成し、誤薬防止に努めている。		A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	
35	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	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	日常の家事で出来る部分をやっている。(掃除・食器洗い・ごみ出し・配膳・洗濯物を干す、たたむ等)●時々、職員と一緒にドライブへ出かけている	スタッフが、一人ひとりの事をよく理解しており、出来る事、したい事などを一緒に行うことが出来ていると思う。●自宅に居るように生活が出来ていると思う。		
36	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	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	天気のいい日には散歩に出掛けている。●近所の酪農家宅に牛乳を頂くために毎日出掛けている。●季節を感じられる場所へ出かける。	以前よりは、出来ていないかもしれませんが出来る範囲で行っており、充分外出が出来ていると思います。●自宅では難しい支援を日常的に行っており素晴らしいと思います。		
37	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	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	コロナ禍により、外出の機会があまりない。			
38	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	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	本人から家族に連絡をとりたいと希望があった場合や会話が上手く出来ない方には、職員が間に入り必要な取り次ぎを行う。			

39	居心地のよい共用空間づくり	建物内部は一人ひとりの身体機能やわかる力を活かして、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。共用の空間が、利用者にとって不快や混乱をまねくような刺激がないように配慮し、生活感や季節感を採り入れて、一人ひとりが居心地よく過ごせるような工夫をしている	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	お正月には×飾り、雛祭りには雛飾りなど、季節毎に季節感が感じられる空間づくりをしている。●台所は、対面キッチンになっており、料理中の様子等が感じられる様になっている。●居間とつながったテラスがあり、天気の良い日は日光浴や食事を摂る場所として利用している。		A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	
IV. 本人暮らしの状況把握・確認項目（利用者一人ひとりの確認項目）							
40	本人主体の暮らし	本人は、自分の思い、願い、日々の暮らし方の意向に沿った暮らしができている	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	本人が何をしたいのか、何に困っているのかを自分から伝える事の出来る関わりをしている。しづらい方は、表情や様子から伺い、出来るだけ表出できる環境作りに努めている。			
41		本人は、自分の生活歴や友人関係、暮らしの習慣、特徴など様々な情報をもとに、ケア・支援を受けることができている	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	入居時、本人・家族から確認し、それを基に支援はしているが、コロナ禍により制限されてしまっている。			
42		本人は、自分の健康面・医療面・安全面・環境面について、日々の状況をもとに、ケア・支援を受けることができている	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	スタッフ間で情報を共有し、日々の状況に応じて支援している。●週1回の訪問看護を受けている		A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	
43		本人は、自分のペースで、これまでの暮らしの習慣にあった生活ができている	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	コロナ禍により制限されてしまっているが、本人の希望に出来るだけ対応している。			
44		生活の継続性	本人は、自分のなじみのものや、大切にしているものを、身近（自室等）に持つことができている	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	入居時には使い慣れた家具や衣類、装飾品を持参してもらい、その方の生活スタイルに合わせた寝具類を使用している。●家族の写真やお手紙を飾り、その方が今まで大切にしてきた繋がりを身近に感じられるような工夫をしている。		A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない

45		本人は、自分の意向、希望によって、戸外に出かけることや、催(祭)事に参加することができる	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	コロナ禍により制限されてしまっているが、本人の希望に出来るだけ対応している。	まず、本人の意向、希望を聞くのは大変だと思いますが、充分答えており、努力していると思います。		
46		本人は、自分ができること・できないこと、わかること・わからないことを踏まえた、役割や、楽しみごとを行うことができる	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	本人が何をしたいのか、何に困っているのかを自分から伝える事の出来る関わりをしている。しづらい方は、表情や様子から伺い、出来るだけ表出できる環境作りに努めている。			
47	本人が持つ力の活用	本人は、自分がいきいきと過ごす会話のひと時や、活動場面を日々の暮らしの中で得ることができる	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	意思表示が難しい方については、職員が間に入り、会話ができるよう支援している。		A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	
48		本人は、自分なりに近隣や地域の人々に関わったり、交流することができる	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	コロナ禍により、外出機会は少なく、散歩の際の挨拶程度しか出来ていない。	状況が改善したら、以前のように外出、交流が出来ると思いますので頑張ってください。		
49	総合	本人は、この GH にいることで、職員や地域の人々と親しみ、安心の日々、よりよい日々をおくることができる	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	「春来に住んで良かった」と思っていただけのように努力している。	●住んで良かったと思っています。●私や親も介護が必要になり、GH で生活するとして春来にお願いできたらと思っています。	A. 十分にできている B. ほぼできている C. あまりできていない D. ほとんどできていない	