

入居者用



せいかつ

グループホーム音の羽 **生活ルールブック**

☆各ホームによってルールは変わります☆

## ルール1

きょうゆうぶぶん

### 共有部分について

## ルール2

そうじ

### 掃除について

## ルール3

しょくじ

### 食事について

## ルール4

らいきゃく

### 来客について

## ルール5

もの か か

### 物の貸し借りについて

## ルール6

もんげん がいしゅつ

### 門限・外出について

## ルール7

きょしつ つか かた

### 居室の使い方について

# はじめに

グループホーム音の羽での生活は、他人との共同生活です。

食堂やお風呂などのスペースを共有しながら生活をしていくので、決められた規則や、

入居者同士の話し合いによって取り決められたルールがあります。

規則やルールは、他人に迷惑をかけないため、また迷惑をかけられないための大切な  
ものです。

みんなが気持ちよく生活を続けられるように、ルールを守って、生活をしていきましょう。

☆「自分自身がされたり言われたら嫌なことはしない。」という気持ちは忘れないでください。  
い。

きょうゆうぶぶん

# ルール1 共有部分について

## 1. 私物を置かない

(1) 食器棚や冷蔵庫の中の物以外は、共有スペースには自分の物は置かないでください。

※共有スペースに置いていたものが、破損したり、無くなってもグループホームは責任を負いかねます。

## 2. 玄関

(1) 靴は下駄箱に片付けてください。玄関に出しっぱなしにしないようにしましょう。

きょうゆうぶぶん

# ルール1 共有部分について

## 3. お風呂<sup>ふろ</sup>

(1) 入浴時間<sup>にゆうよくじかん</sup>が長い<sup>なが</sup>方は、最後<sup>さいご</sup>に入浴<sup>にゆうよく</sup>するか早い<sup>はや</sup>時間<sup>じかん</sup>に入浴<sup>にゆうよく</sup>するなどして、他の方<sup>ほか</sup>の迷惑<sup>めいわく</sup>にならないようにしてください。

(2) シャンプー・リンスは、お風呂場<sup>ふろば</sup>に置きっぱなし<sup>お</sup>にせず<sup>じぶん</sup>に、自分の部屋<sup>へや</sup>で管理<sup>かんり</sup>してください。

## 4. 共有スペース<sup>きょうゆう</sup>を<sup>つか</sup>使える時間<sup>じかん</sup>

(1) 共有スペース<sup>きょうゆう</sup>を<sup>つか</sup>使える時間<sup>じかん</sup>は基本的<sup>きほんてき</sup>に夕食<sup>ゆうしょく</sup>までです。

(ホーム<sup>じかん</sup>により<sup>こと</sup>時間は異なります)

## ルール2 そうじ 掃除について

### 1. お風呂 ふろ

(1) お風呂を使用したあとは、ふろ しょう 髪かみの毛けやゴミごみを掃除そうじし、清潔せいけつを保たもってください。

### 2. トイレ

(1) 基本的に職員きほんてきが掃除しよくいんをしますが、尿そうじや便にようが、床べんや便器ゆかに飛び散り汚べんきしてしまった場合は、と ち よご その場で自分で掃除ばあいをしてください。

## そうじ ルール2 掃除について

### 3. 台所 だいどころ

(1) 基本的には職員が掃除をしますが、自分で調理をおこなったものに関しては、自分で後片付けをしてください。

【生ごみ】・・・共有部分のゴミ箱に捨ててください。

【洗い物】・・・自分で洗って、元の場所に片付けてください。

### 4. 居室 きょしつ

(1) 自分の部屋は自分で片づけましょう。

掃除のやり方が分からない方は、職員に相談してください。サポートさせていただきます。

# しよくじ ルール3 食事について

## しよくじ じかん 1. 食事の時間

### しよくじ じかん (1) 食事の時間

ちようしよく  
朝食

あさ じ じ  
朝7時～9時

ゆうしよく  
夕食

ゆうがた じ ふん じ ふん  
夕方18時45分～19時30分



しよくじ き じかんない お  
(2) 食事は決められた時間内に終わらせてください。

じかんない た とき しよくいん そうだん  
時間内に食べられない時は、職員に相談してください。

しよくちゆうどく きけんせい ため しよくじ のこ  
(3) 食中毒の危険性がある為、食事を残しておいて、

よくじつ た きんし  
翌日に食べることは禁止しています。

み ばあい しよくいん しよくざい しよぶん  
見つけた場合には、職員が食材を処分させていただきます。

# しよくじ ルール3 食事について

## れいぞうこ 2. 冷蔵庫

(1) じぶん のものは、なまえ か ふくら い れいぞうこ い じぶん ものいがい、  
た の  
食べたり飲んだりしないでください。

## たべもの 3. 食べ物のアレルギー

(1) かた びょういん だ しんだんしょ しよくいん ていしゆつ  
アレルギーがある方は、病院で出された診断書を職員に提出してください。  
はいりよ しよくじ ていきよう  
アレルギーに配慮した食事を提供させていただきます。



# しよくじ ルール3 食事について

## ちょうり 4. 調理について

だいどころ りよう      しよくいん こえ  
(1) 台所を利用するときは、職員に声をかけてください。

しよくざい      こめ      ちょうみりよう      あぶら      ちょうしよく      ゆうしよくよう  
食材やお米、調味料、油などは皆さんの朝食や夕食用なので、

しよ  
使用しないでください。



# らいきやく ルール4 来客について

## 1. 家族の訪問について

(1) 家族との面会は、自分の居室で行ってください。

時間は9時から21時の間です。

## 2. 友人や恋人の訪問について

(1) 同性の友人の訪問のみ認めさせていただいています。

時間は10時から17時で、自分の部屋で過ごしてください。

異性の友人や恋人とグループホームで過ごす事は禁止

させていただきます。



# ものかか ルール5 物の貸し借りについて

## 1. お金の貸し借り

(1) 入居者同士でお金の貸し借りはしないでください。もし、お金を貸して欲しいと相談された場合は、すぐに職員に相談してください。

## 2. お金以外の貸し借りについて

(1) 入居者同士で物の貸し借りをして、破損したり、紛失しても、グループホームは責任を負いかねます。壊されたり無くされて困るものは、他の入居者に貸さないようにしましょう。

(2) トラブルのもととなりますので、職員や入居者同士で食べ物や品物などのプレゼントを行うことは禁止です。  
また、手紙の交換も禁止させていただきます。

# もんげん がいしゅつ ルール6 門限・外出について

## もんげんじかん 1. 門限時間

もんげん こと ほかに ゆうきよしや めいわく きょうゆう かいほう  
(1) 門限はホームにより異なりますが、他の入居者の迷惑にならないよう、共有スペースの開放  
じかかない きたく にゆうよく せんたく す  
時間内に帰宅し、入浴や洗濯を済ませてください。

かぞく がいしゅつ とくべつ よてい ばあい じぜん がいしゅつとど ていしゅつ じぜん そうだん  
家族との外出や特別な予定がある場合は、事前に「外出届け」を提出してください。事前の相談  
もんげん やぶ つづ ばあい きょうせいたいきよ たいしょう  
がなく、門限を破ることが続いた場合、強制退去の対象とさせていただきます。

## がいはく 2. 外泊

がいはく ばあい げんそく まえ がいはくとど しよくいん ていしゅつ  
(1) 外泊をする場合は、原則20日前までに「外泊届け」を職員に提出してください。

# きよしつ　つか　かた ルール7 居室の使い方について

## 1. テレビ・音楽プレイヤーの音や電話の声

(1) ほかの入居者の迷惑にならないよう、足音や物音や声の大きさには気を付けてください。

物音や声大きい場合、職員が声をかけさせていただきます。

## 2. 落書きや壁に穴をあける行為

(1) 落書きや壁に穴をあけたりしないでください。

グループホームの備品を故意に傷つけたり壊した場合は、修理費用を請求させていただきます。

# きよしつ　つか　かた ルール7 居室の使い方について

## 3. きよしつ　も　こ 居室に持ち込めないもの

(1) かじ　きけんせい　も　こ　むだん　も　こ　ばあい  
火事の危険性があるものは持ち込めません。無断で持ち込んだ場合は、こ  
ちらであず  
ちらで預らせていただきます。

でんし　でんき  
電子レンジ/ガスストーブ/電気ストーブ/ガスコンロ/アイロン/  
トースター/こたつ/ポット/でんき  
電気ケトル

## 4. へ　や　きんし お部屋でのタバコは禁止です

(1) きつえん　き　きつえん　じぶん　へ　や　す  
喫煙は決められた喫煙スペースでのみ可能です。自分の部屋でタバコを吸  
っているところ　しょくいん　み　ばあい　きょうせいたいきよ　たいしやう  
ところを職員が見つけた場合、強制退去の対象になります。