

# クラター・ホーディング・スケール (C-HS<sup>®</sup>)

住宅向けの観察用ツール

5つのレベル、5つのカテゴリ



INSTITUTE FOR  
CHALLENGING  
DISORGANIZATION<sup>®</sup>

Education. Research. Strategies.

2005 Palmer Avenue #1068 | Larchmont, NY 10538  
1-800-674-7818

C-HS<sup>®</sup> 参照用クイックガイド および ICD に関する詳細はウェブサイトをご覧ください。  
[www.challengingdisorganization](http://www.challengingdisorganization)

発行者 ICD® (The Institute for Challenging Disorganization)  
2005 Palmer Avenue, #1068  
Larchmont, NY 10538  
[www.challengingdisorganization.org](http://www.challengingdisorganization.org)  
1-800-674-7818  
出版番号 016

Copyright © 2011-2020 The Institute for Challenging Disorganization® (ICD®) (formerly the National Study Group on Chronic Disorganization), St. Louis, MO, U.S.A. 教育の目的や非営利目的でICDのクレジットを表記する場合、クラター・ホーディング・スケール (C-HS®) の全部または一部をコピー、転載、配布することを許可します。営利目的でC-HS®の全部または一部を引用、コピー、複製、再配布する許可が必要な場合は下記宛に書面で提出してください。 [www.challengingdisorganization.org](http://www.challengingdisorganization.org)

C-HS® はアセスメントとガイドラインを目的としたツールです。プロのオーガナイザー、またはその他の関連分野の専門家がC-HS®を使用する際、その職務内容についてICDは一切責任を負いません。

*ICD より感謝を込めて著者を紹介します。2011年改訂版著者：クリスティン・バーグフェルド、シーラ・デルソン CPO-CD®, ランディ・ライマン CPO-CD®, リン・ミノ CPO-CD®, ヘイディ・シュルツ CPO-CD® および原版著者：シーラ・デルソン、シンディ・グロビンスキ、テリー・プリンス、ヘイディ・シュルツ*

はじめに	4
スケールの適用範囲	
住宅向けの観察用アセスメントに使用する場合	4
プロのオーガナイザー、関連分野の専門家、共同チームメンバー によるガイドラインツールとして使用する場合	5
スケールの基準	
ICD C-HS <sup>®</sup> の5つのレベル	6
レベル別アセスメントの5つのカテゴリー	7
スケールのレベル	
レベル1 – 緑 – 低い	8
レベル2 – 青 – 注意要	9
レベル3 – 黄色 – やや高い	10
レベル4 – オレンジ – 高い	11
レベル5 – 赤 – 重度	12
ICD <sup>®</sup> 関連その他の資料	
ICD <sup>®</sup> のウェブサイト	13

### スケールの適用範囲

#### 住宅向けの観察用アセスメントとして使用する場合

このクラター・ホーディング・スケール（C-HS®）は住環境をアセスメントする観察用のツールとして一般家庭・世帯のアセスメントに限り使用できるようICDが開発しました。

- C-HS®は一般住宅の屋内をアセスメントすることを前提に作成されています。ただし、屋外の状態が屋内の安全に影響する場合はこの限りではありません。
- C-HS®では小屋や独立したガレージなど母屋以外の建物のアセスメントは意図していません。
- C-HS®を診断目的や個人の精神鑑定のために使用することはできません。
- プロのオーガナイザーや関連分野の専門家を含む個人がC-HS®を使用する際、その職務内容についてICDは責任を負いません。

## ■ プロのオーガナイザー、関連分野の専門家、共同チームメンバーがガイドラインツールとして使用する場合

C-HS®は衛生面や安全面の問題をアセスメントする際に最も信頼のおける基準として、プロのオーガナイザーや関連分野の専門家に関わる住環境の程度を示します。

C-HS®を有効に活用できる専門家・サポート提供者はカテゴリごとに次のように定義されています。

### プロのオーガナイザー

プロのオーガナイザーとは、オーガナイズサービスに対して報酬を受けるだけでなく、所属する協会や団体が定義する専門家としての在り方や道徳理念を持ち、オーガナイズ分野またはその他の専門分野において、常に教育を受けているプロフェッショナルのことです。

### 関連分野の専門家

関連分野の専門家とは、CD状態にまつわる様々な問題に対して専門的なサービスを提供しているプロフェッショナルのことです。例として、精神科医、臨床心理士、看護師、保健所職員、ソーシャルワーカー、教育者、調査員、地方自治体職員および法執行官、AD/HDのコーチなどがあげられます。

### 共同チームメンバー

共同チームメンバーとは、プロのオーガナイザー、関連分野の専門家、セラピスト、コーチ、家族、地域のサービス機関などが含まれます。当事者が環境的な変化をつくるために協力が必要となる専門家や個人のことです。



ICDは非営利の教育機関501(c)(3)として、CD状態の人に有益となる教育プログラム、研究結果、戦略を提供することをミッションにしています。

## スケールの基準

### 5つのレベル

プロのオーガナイザーや関連分野の専門家の観点から、家庭内のクラター（モノの散乱）またはホーディング（溜め込み）の程度は5つのレベルで判断します。

数字が増えるにつれて状態が深刻になり、レベル1は軽度でレベル5が重度になります。ICDではレベル3をクラターと評価できる家庭と更なる考察が必要なホーディングの住環境の転換点だと考えています。

レベル	カラー	クラターとホーディングのレベル
1	緑	低い
2	青	注意要
3	黄色	やや高い
4	オレンジ	高い
5	赤	重度

## アセスメントの5つのカテゴリ

クラター、またはホーディングの程度は各レベル別に5つのカテゴリに分かれます。

### 1. 建物・構造および地域の規制

玄関や出入り口の使用、配管、電気、冷暖房空調設備（暖房器具、換気、エアコンなど各種）や電化製品の機能、および建物の安全性についてのアセスメント

### 2. ペットや害虫

ペットの世話と管理、地域の規制が守られているかどうか、害虫の形跡（ネズミや害虫など）に関するアセスメント

### 3. 家庭内の機能

各部屋が本来の用途に応じて使われているか、安全性、機能性、使いやすさのアセスメント

### 4. 衛生面と安全性

家庭内の衛生面、また処方箋や市販薬などの医薬品の管理についてのアセスメント

### 5. 個人の防護用具 (PPE)

必要に応じて使用するべきPPE（顔面マスク、手袋、安全メガネ、防護服など、衛生・安全面で危険なものから身を保護するために必要な用具）、観察レベルに応じて必要なその他の用具

レベル1

緑

低い

標準的な状態です。オーガナイザーが作業する場合、CDに関する特別な知識は不要です。

<p>建物・構造 および 地域の規制</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> すべてのドアや窓が開け閉めでき、階段の上り下りが問題なくできる</li> <li><input type="checkbox"/> 配管、電気、冷暖房空調設備（暖房器具、換気、エアコンなど）のシステムがすべて問題なく機能している</li> <li><input type="checkbox"/> 火災警報器や煙探知機が設置され機能している</li> </ul>
<p>ペット や 害虫</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> ペットの管理（しつけや衛生管理）が適切に行えている</li> <li><input type="checkbox"/> ペットの数が地域の規制を越えていない</li> <li><input type="checkbox"/> 害虫の形跡がない</li> </ul>
<p>家庭内の 機能</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> モノを過剰に溜め込んでいない</li> <li><input type="checkbox"/> 各部屋が本来の用途に応じて使われている</li> <li><input type="checkbox"/> 電化製品がすべてきちんと機能している</li> <li><input type="checkbox"/> 家事やメンテナンスが定期的に行われている</li> </ul>
<p>衛生面と 安全性</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 安全で衛生的な状態が維持されている</li> <li><input type="checkbox"/> 悪臭がない（ペット、食品、ガス漏れなど）</li> <li><input type="checkbox"/> 医薬品は、使用期限が切れていない。適量の薬品が子供の手の届かない場所に安全に保管されている</li> </ul>
<p>個人の 防護用具 (PPE)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 必要であれば使用する</li> <li><input type="checkbox"/> 救急箱、ハンドサニタイザー、懐中電灯、殺虫スプレーなど</li> </ul>

## レベル2

## 青

## 注意要

CDに関する知識・理解があるプロのオーガナイザーまたは関連分野の専門家による介入が必要です。

<p>建物・構造 および 地域の規制</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 玄関や勝手口など主要出入り口のひとつが開かない</li> <li><input type="checkbox"/> 主要電化製品や冷暖房空調設備で1シーズン以上（居住地域に応じた期間）使用できないものがひとつある</li> <li><input type="checkbox"/> 配管、電気系統などきちんと機能していない</li> <li><input type="checkbox"/> 火災警報器や煙探知機が設置されていない、あるいは機能していない</li> </ul>
<p>ペット や 害虫</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> ペットの管理（しつけや衛生管理）が適切に行えていない形跡がある</li> <li><input type="checkbox"/> ペットの排泄物が見られる、または排泄物の臭いがする</li> <li><input type="checkbox"/> ペットの抜け毛や羽根が落ちている</li> <li><input type="checkbox"/> 一般的な害虫が少し見られる</li> </ul>
<p>家庭内の 機能</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> クラターが原因で主要の居住空間が一部使用できない</li> <li><input type="checkbox"/> 出入り口や玄関、廊下、階段が若干通りにくい</li> <li><input type="checkbox"/> きちんと機能していない電化製品がいくつかある</li> <li><input type="checkbox"/> 家事やメンテナンスが定期的に行われていない</li> </ul>
<p>衛生面と 安全性</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 安全で衛生的な状態が維持されていない形跡がある</li> <li><input type="checkbox"/> 汚れた食器、調理台、洗濯場、トイレなどの臭いがする、バスルームやキッチンにカビが生えている</li> <li><input type="checkbox"/> 医薬品の量・数がやや多い、使用期限が切れている、現行の処方薬と市販薬が混在している、錠剤などがきちんと保管されていない</li> </ul>
<p>個人の 防護用具 (PPE)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 軽度の防護用具（PPE）：必要に応じて使用すること</li> <li><input type="checkbox"/> 医療用、工業用のゴムまたはビニール手袋、あるいは革製や布製の強力手袋</li> <li><input type="checkbox"/> 帽子や使い捨てのキャップ</li> <li><input type="checkbox"/> 使い捨ての靴カバー</li> <li><input type="checkbox"/> 救急箱、ハンドサニタイザー、懐中電灯、殺虫スプレーなど</li> </ul>

## レベル3

## 黄色

## やや高い

ICDではレベル3をクラターと評価できる家庭と更なる考察が必要なホーディングの住環境の転換点だと考えています。レベル3に関わるプロのオーガナイザーまたは関連分野の専門家などは、CDについてきちんと教育を受け、支援してくれる地域のリソース、特にメンタルヘルスの専門家とのネットワークを広げておく必要があります。

<b>建物・構造 および 地域の規制</b>	<input type="checkbox"/> 通常家の中にあるモノが屋外でクラターになっている <input type="checkbox"/> 冷暖房空調設備などが1シーズン以上（居住地域に応じた期間）使用できていない <input type="checkbox"/> 火災警報器や煙探知機が設置されていない、あるいは機能していない <input type="checkbox"/> 建物・構造の一部に軽度の損傷がある（6カ月以内に発生）
<b>ペット や 害虫</b>	<input type="checkbox"/> ペットの数が地域の規制を越えている <input type="checkbox"/> ペットの管理（しつけや衛生管理）が適切に行えていない形跡がある <input type="checkbox"/> 衛生面で問題がある（水槽の水が濁っている、爬虫類用の飼育層が汚れている、ペット臭や排泄物、鳥の糞など） <input type="checkbox"/> 害虫の音が聞こえる、何か所かに蜘蛛の巣がある <input type="checkbox"/> 害虫の形跡が少し見られる（ダニ、ノミ、ゴキブリ、蟻、その他）
<b>家庭内の 機能</b>	<input type="checkbox"/> クラターが原因で主要の居住空間がきちんと使用できない <input type="checkbox"/> 出入り口や玄関周り、廊下、階段にクラターがある <input type="checkbox"/> ひとつ以上の部屋が本来の使用用途以外の目的で使われている（例：バスルームが収納スペースになっている、ベッドや寝室がきちんと使用できない） <input type="checkbox"/> 電化製品の多くがきちんと機能していない <input type="checkbox"/> 電化製品や延長コードが不適切な用途に使われている <input type="checkbox"/> 家事やメンテナンスがあまりできていない <input type="checkbox"/> 化学成分を含んだ洗剤のこぼれ、ガラスの破片など、少量の危険物がいくつか（1～2つ）確認できる
<b>衛生面と 安全性</b>	<input type="checkbox"/> 安全で衛生的な状態が維持されていない（汚れた食器、調理台が非常に汚れている、トイレが汚い、バスルームやキッチンにカビが多く生えている） <input type="checkbox"/> 不快感を伴う悪臭がある <input type="checkbox"/> ゴミ箱を使用していない、または溢れたままになっている <input type="checkbox"/> ホコリや塵、破片などがたまっている <input type="checkbox"/> 汚れた衣類が家中に散在している <input type="checkbox"/> 使用期限切れの医薬品がペットや子供など誰でも手の届く場所に保管されている
<b>個人の 防護用具 (PPE)</b>	<input type="checkbox"/> 中度のPPE <input type="checkbox"/> 顔面マスク：手術用マスク、ヘルスケア微粒子用防護マスク <input type="checkbox"/> 安全メガネやゴーグル、医療用や工業用のゴムまたはビニール手袋、あるいは革製や布製の強力手袋 <input type="checkbox"/> 全身用の使い捨てカバー、使い捨てキャップ、作業靴・長靴 <input type="checkbox"/> 救急箱、ハンドサニタイザー、懐中電灯、殺虫スプレーなど

## レベル4

## オレンジ

## 高い

プロのオーガナイザー、当事者の家族、関連分野のサービス提供者がチームとなって協力する必要があります。チームにはメンタルヘルスの専門家、ソーシャルワーカー、ファイナンシャル・カウンセラー、害虫駆除業者、特殊清掃員、認可を受けた請負業者・リフォーム業者などが含まれます。メンタルヘルスや健康面・金銭面で問題を抱えている場合が多くあります。

<b>建物・構造</b> <b>および</b> <b>地域の規制</b>	<input type="checkbox"/> 通常家の中にあるモノが屋外で過剰なクラターになっている <input type="checkbox"/> 冷暖房空調設備などが一年以上使用できない <input type="checkbox"/> 火災警報器や煙探知機が設置されていない、あるいは機能していない <input type="checkbox"/> 建物・構造に6か月以上放置した損傷がある <input type="checkbox"/> 水漏れにより床・壁・基礎が損傷、窓ガラスやドア、または配管が破損している <input type="checkbox"/> 下水管詰まりの形跡または臭いがある
<b>ペット</b> <b>や</b> <b>害虫</b>	<input type="checkbox"/> ペットの数が地域の規制を越えている <input type="checkbox"/> ペットの衛生管理ができていない形跡がある、しつけができてこない <input type="checkbox"/> 蜘蛛の巣が多数見られる <input type="checkbox"/> 屋根裏や地下にこうもりやネズミがいる（目と耳で確認できる） <input type="checkbox"/> 害虫の形跡が見られる（ダニ、ノミ、ゴキブリ、蟻、その他）
<b>家庭内の</b> <b>機能</b>	<input type="checkbox"/> 主要の居住空間が使用できない <input type="checkbox"/> クラターが原因で多くの部屋が本来の使用用途の目的で使えない（例：バスルームが収納スペースになっている、ベッドや寝室がきちんと使用できない） <input type="checkbox"/> 出入り口や玄関、廊下、階段がクラターが原因で使えない <input type="checkbox"/> 危険物・可燃物の管理が不適切（例：石油、ペンキ・化学成分の漏れ） <input type="checkbox"/> 電化製品が不適切な用途に使われている（例：冷蔵庫に食品以外のモノが入っているなど） <input type="checkbox"/> 電気ヒーター、扇風機、延長コードなどが適切に使われていない
<b>衛生面と</b> <b>安全性</b>	<input type="checkbox"/> 食品が腐敗し、カビなどで汚染されている <input type="checkbox"/> 食品の期限が切れている、缶やビンなど中身が漏れている、容器が変形している <input type="checkbox"/> 食器類が汚れていて使用できない <input type="checkbox"/> ベッドに寝具が敷かれていない、マットレスのみを使用、ソファや床に直接寝ている、ベッドや家具に害虫が見られる <input type="checkbox"/> 極度の湿気や汚水によりカビがはっきり確認できる <input type="checkbox"/> 使用期限切れの医薬品がペットや子供など誰でも手の届く場所に保管されている
<b>個人の</b> <b>防護用具</b> <b>(PPE)</b>	<input type="checkbox"/> フル装備のPPE <input type="checkbox"/> 顔面マスク：手術用マスク、ヘルスケア微粒子用防護マスク、または防毒マスク <input type="checkbox"/> 安全メガネやゴーグル、医療用や工業用のゴムまたはビニール手袋、あるいは革製や布製の強力手袋  <input type="checkbox"/> 全身用の使い捨てカバー、キャップ、使い捨ての靴カバー、作業靴・長靴 <input type="checkbox"/> 救急箱、ハンドサニタイザー、ヘッドランプや懐中電灯、殺虫スプレーなど

## レベル5

## 赤

## 重度

幅広い専門家の介入が必要な状態です。レベル5の場合、プロのオーガナイザーが単独で作業するべきではありません。関連業者やサービス提供者がチームとなって協力し、話し合い、プロジェクトの目標を明確にし、作業期間を設定することが大切です。チームには、家族、メンタルヘルスの専門家、ソーシャルワーカー、ビルの管理人、建物の構造、防災や安全を規制する地域の公的機関などが含まれます。また、レベル5の家庭では後見人、離婚、親権、立ち退き、土地収用手続きなどに関する法的処置が必要なケースもあります。事前に同意書など正式な文書の作成が必要です。

<b>建物・構造 および 地域の規制</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 屋内・屋外に過剰なクラター、草木の異常増殖、機械器具が放置されている</li> <li><input type="checkbox"/> 空調が設置されていない、または使用できない、冷暖房空調設備が機能していない</li> <li><input type="checkbox"/> 火災警報器や煙探知機が設置されていない、あるいは機能していない</li> <li><input type="checkbox"/> 水漏れにより床・壁・基礎が損傷、窓ガラスやドア、または配管が破損している</li> <li><input type="checkbox"/> 電気・水道・下水が止められているか使用できない、下水管詰まりの形跡または臭いがある</li> <li><input type="checkbox"/> 屋内外に修復できない損傷がある</li> <li><input type="checkbox"/> 火災警報器や煙探知機が設置されていない、あるいは機能していない</li> </ul>
<b>ペット や 害虫</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> ペットの数やしつけ、衛生管理ができていないためペットや住人に危険な状態</li> <li><input type="checkbox"/> 蜘蛛、ネズミ、こうもり、ヘビなどの害虫が至る所にいる</li> <li><input type="checkbox"/> 害虫の形跡が多く見られる（ダニ、ノミ、ゴキブリ、蟻、その他）</li> </ul>
<b>家庭内の 機能</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 主要の居住空間が使用できない</li> <li><input type="checkbox"/> 各部屋が本来の用途以外の目的で使われている</li> <li><input type="checkbox"/> 出入り口や玄関、廊下、階段が通行できない</li> <li><input type="checkbox"/> トイレ、シンク、バスタブが使えない</li> <li><input type="checkbox"/> 過剰なクラターが原因で危険な状態になっている</li> <li><input type="checkbox"/> 電化製品が使えない</li> <li><input type="checkbox"/> 灯油、ランタン、ロウソク、薪ストーブなどの可燃物質が危険な状態で使われている（電気や暖房が止まっているため）</li> </ul>
<b>衛生面と 安全性</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 人の排泄物が確認できる</li> <li><input type="checkbox"/> 食品が腐敗シカビなどで汚染されている、期限が切れている、缶やビンなど中身が漏れている、または容器が変形している</li> <li><input type="checkbox"/> 食器類がゴミやクラターの山に埋もれて見えない</li> <li><input type="checkbox"/> クラターや害虫が原因で、ベッドや寝具が使えない</li> <li><input type="checkbox"/> 極度の湿気や汚水により至る所にカビが生えている</li> <li><input type="checkbox"/> 使用期限切れの医薬品がペットや子供など誰でも手の届く場所に保管されている</li> </ul>
<b>個人の 防護用具 (PPE)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> フル装備のPPEが必須</li> <li><input type="checkbox"/> 顔面マスク：ヘルスケア微粒子用防護マスク、または防毒マスク</li> <li><input type="checkbox"/> 安全メガネやゴーグル、医療用や工業用のゴムまたはビニール手袋、あるいは革製や布製の強力手袋</li> <li><input type="checkbox"/> 全身用の使い捨てカバー、使い捨てキャップと靴カバー、作業靴・長靴</li> <li><input type="checkbox"/> 救急箱、ハンドサニタイザー、ヘッドランプや懐中電灯、殺虫スプレーなど</li> </ul>

## ICD 関連その他のリソース

ICD のウェブサイトには、C-HS® やオーガナイズの問題に関するリソースが他にも掲載されています。

詳細は <http://www.challengingdisorganization.org> をご覧ください。

- **リソース**（画面上部にある紫色の項目「Resources（リソース）」より）
  - **クラター・クオリティ・オブ・ライフ・スケール (CQLS)**
  - **ファクトシート**で取り扱うテーマには、ホーディング、高齢者、時間管理、ADHD、メンタルヘルス、健康面の問題、家族の状況、グリーフ（悲嘆）、目標設定などがあります。
- **オーガナイザーをお探しの場合**
  - ICD®の教育を受けたオーガナイザーの情報をオンラインで紹介しています。（ページ右側にある緑色の項目をクリックしてください）

