

気エネルギー分析シート【間取り・レイアウト】 80項目

Yesと思う項目にチェックマークを入れてください。ABCで点数が異なります。
空間ごとに合計点を計算し、その点数をレーダーチャート(別紙)に書き込みましょう。

A 良くできている 10点 / B どちらとも言えない 5点 / C できていない・知らない 0点

| チェックポイント ~玄関~ | | A | B | C |
|---------------|----------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1 | 直感的に、おだやかな気が流れ、心地よいと感じる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2 | 光と風、自然の良いエネルギーが十分に入ってきている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3 | 正面にある家の玄関ドアと自宅の玄関ドアが向かい合っておらず、プライバシーが確保されている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4 | 玄関ドアから住宅の奥の部屋へ一直線につながっておらず、気が広がり住宅を巡っている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5 | 玄関ドアの正面から一直線上にトイレのドア・浴室のドア・階段はなく、気がもれない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6 | 玄関ドアを入れて正面、及び、玄関を入れて対角線上(財位)に窓がなく気がもれない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7 | 玄関真上にトイレはない。玄関天井に梁はない。→玄関の上から悪い気が当たらないので安心 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8 | 適所適量の収納システムが整っており、片づく仕組みができている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9 | 問題となる鬼角はなく、尖った先から生じる怪我などの不安がなく、安全である | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10 | 鏡が玄関ドアの正面にはない。玄関ドアの左右どちらかに、適切な高さに設置された鏡がある | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

合計(A+B) + =

| チェックポイント ~リビング~ | | A | B | C |
|-----------------|-------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 11 | 直感的に、おだやかな気が流れ、心地よいと感じる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12 | 光と風、自然の良いエネルギーが十分に入ってきている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13 | 窓からの眺めは良く、幸福感がある | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14 | 玄関ドアからリビングが直接見えず、プライバシーが守られている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15 | トイレのドアがリビングから直接見えないので、快適に過ごすことができる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16 | 適所適量の収納システムが整っており、片づく仕組みができている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 17 | ソファは、風水の良いレイアウトで安心感がある(座る位置の真後や真横に入口がない) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 18 | 座る位置に向かって鬼角はなく、尖った先から生じる怪我などの不安がなく安全である | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 19 | 座る位置の上に梁やエアコンがないので、気が混乱せず快適 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 20 | TVや電話の置き場所は適切。電話やインターネット配線は、きれいに配置できていて快適 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

合計(A+B) + =

| チェックポイント ~ダイニング~ | | A | B | C |
|------------------|-----------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 21 | 直感的に、おだやかな気が流れ、心地よいと感じる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 22 | 窓からの眺めがよく、光と風、自然の良いエネルギーが十分に入ってきている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 23 | キッチンやリビングとのつながりは良く、家事動線がスムーズ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 24 | トイレのドアが直接見えない場所にあり、食事中にトイレから悪い気が入ってこない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 25 | 適所適量の収納システムが整っており、片づく仕組みができている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 26 | ダイニングチェアは風水レイアウトで安心して食事ができる(座る位置の真後や真横に入口がない) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 27 | ダイニングテーブルの大きさは適切で、椅子やテーブルの高さが身体のサイズに合っていて快適 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 28 | 座る位置に向かって鬼角はないので安全 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 29 | 座る位置の上に梁がなく、気の流れが混乱しないため快適 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 30 | コンセントの配置は使い勝手がよく生活動線がスムーズ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

合計(A+B) + =

| チェックポイント ~キッチン~ | | A | B | C |
|-----------------|-------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 31 | 直感的に、おだやかな気が流れ、心地よいと感じる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 32 | 自然光と照明で十分な明るさがある(食材には日光は強くあたっていない) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 33 | 玄関ドアの目の前にキッチンはなく、食事を作る場のプライバシーが守られている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 34 | リビング、ダイニング、洗濯室への家事動線は快適 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 35 | トイレとの距離が近すぎず、衛生的 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 36 | コンロの上に梁はない。コンロの近くに窓はない。→コンロのエネルギーが低下していない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 37 | コンロ(火)とシンク、及び冷蔵庫(水)は隣り合っていない。→火と水が衝突していない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 38 | 家電やゴミ箱の置き場が確保され、収納システムが整い、片づく仕組みができている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 39 | 調理中の身体は家族に向き、背後に不安を感じず安心 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 40 | キッチンカウンターの高さは身体に合っていて(身長÷2+5cm)、快適に作業できる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

合計(A+B) + =

| チェックポイント ~書斎~ | | A | B | C |
|---------------|-------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 41 | 直感的に、おだやかな気が流れ、心地よいと感じる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 42 | 仕事・勉強スペースは寝室を兼ねていない（仕事時間と休息時間の区切りができています） | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 43 | 書斎はキッチン付近にない。→食欲が刺激されず、集中力が落ちない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 44 | 子供が勉強するスペースは、奥まった場所ではなく、親の様子をみやすい場所になっている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 45 | 適所適量の収納システムが整っており、片づく仕組みができています | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 46 | 椅子の背後は壁になっている。座ったときに背中を入口に向けておらず安心感がある | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 47 | 座る位置の前方に入口（ドア）が来ていて安心。机の正面に窓がなく、気がちらない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 48 | 机のサイズは適切で、動線が確保でき、ゆとりのあるレイアウトになっているので快適 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 49 | 鬼角による悪い気が、前後左右から座っている身体に向かっていないので安全 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 50 | エアコンの風は、直接身体にあたらず快適 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

合計(A+B) + =

| チェックポイント ~寝室~ | | A | B | C |
|---------------|-----------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 51 | 寝室は、玄関から奥まった配置にあり、安心感がある | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 52 | ガレージの真上、キッチン・トイレの真上、真下、隣、真向かいに寝室はないので安心安全 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 53 | ベッドの頭側に壁がある（ただし、頭を向ける壁に水道管や電気配線は通っていないこと） | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 54 | ベッドの足元側に入口がある（ただし、ドアの真向かいにベッドは置いていないこと） | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 55 | 天井は斜めになっておらず、梁はない（特に頭上の梁・寝ている身体の上の梁が問題） | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 56 | 寝ている身体に向かう鬼角はなく、安全で健康が守られている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 57 | エアコンは頭上にない。寝ている身体にエアコンの風が直接当たらず、心地良く眠れる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 58 | 頭の近くにコンセントはない（1.5m以上離れている）。→家電で眠りを妨げられず、よく眠れる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 59 | 地震の際、家具が寝ている身体に倒れてきたり、照明が落ちてくる危険性がなく安全 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 60 | 寝ている身体を映し出す場所に鏡がない。→鏡から跳ね返る強い気が身体に当たらずによく眠れる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

合計(A+B) + =

| チェックポイント ~洗面所・浴室~ | | A | B | C |
|-------------------|-----------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 61 | 直感的に、おだやかな気が流れ、心地よいと感じる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 62 | 窓があり、明るさはとれていて、家電や家具が窓をふさいでおらず、風通しもいい | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 63 | 浴室は、外からの視線が気にならず、ブラバシーが守られている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 64 | リビング・ダイニングと洗面所との来客動線は快適 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 65 | 浴室と寝室との動線は快適 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 66 | 洗面所、脱衣所、洗濯機との動線は快適 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 67 | 洗濯機から物干し場への動線は快適で、洗濯ものを干すスペースは足りている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 68 | 来客や他の家族の利用への配慮があり、浴室利用時のプライベートは守られている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 69 | 来客の洗面所の利用にストレスはない（洗面所と脱衣所が同じ空間の場合など） | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 70 | 洗濯バスケットを置く場所が確保され、適所適量の収納システムが整い片づく仕組みができています | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

合計(A+B) + =

| チェックポイント ~トイレ~ | | A | B | C |
|----------------|-------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 71 | 直感的に、おだやかな気が流れ、心地よいと感じる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 72 | 窓があり、明るさはとれている 湿気がこもらず快適 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 73 | 住宅の中心にトイレはなく、トイレから漏れ出る悪い気がスムーズに外に排出されている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 74 | 玄関の真上にトイレはなく、トイレの低いエネルギーが玄関へ影響していない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 75 | 玄関ドアの正面にトイレのドアはなく、玄関から入った気が一気に漏れ出していない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 76 | 各空間のドアの正面にトイレのドアがないので、各部屋に悪い気が入り込まない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 77 | トイレは玄関から離れた奥まった位置にあり、落ち着ける空間になっている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 78 | リビング、ダイニング、キッチンから直接トイレのドアが見えていないので、衛生的で安心 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 79 | リビング・ダイニングからトイレへの来客動線は快適 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 80 | 適所適量の収納システムが整い、片づく仕組みができています | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

合計(A+B) + =

氣エネルギー分析シート【暮らし方】80項目

Yesと思う項目にチェックマークを入れてください。ABCで点数が異なります。
空間ごとに合計点を計算し、その点数をレーダーチャート(別紙)に書き込みましょう。

A 良くできている 10点 / B どちらとも言えない 5点 / C できていない・知らない 0点

| チェックポイント ~玄関~ | | | | |
|---------------|-----------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | | A | B | C |
| 1 | 明るい気持ちになり、笑顔で家族の送り迎えをする場になっている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2 | 直感的に氣の滞りがなく、邪気が盛んではない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3 | 老朽化したものを新調し、定期的に必要なメンテを行い、見た目の精神的ストレスがない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4 | 玄関収納の中にモノがきれいに収まっている。定期的に整理整頓して、ストレスがない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5 | 靴は定期的に汚れを落とす、磨くなどして、清潔な状態でしまわれていて快適 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6 | ベビーカーや自転車などの大物、郵便物など、生活感が出る余計なものが目に入らず洗練されている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7 | たたきに出ている靴は家族の人数分のみで、良い氣がスムーズに入ってくる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8 | たたきは清浄に掃除できている。酒、塩、重曹などで定期的に浄化し、良い氣が入ってくる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9 | 扉、電気スイッチ、表札、壁など、定期的に拭き掃除をして、磨かれて、良い氣が入ってくる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10 | 臭いに問題がない。合成香料を使っていない。天然アロマの良い香りを漂わせ、空気が美しく安全 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 合計(A+B) | | + | = | |

| チェックポイント ~リビング~ | | | | |
|-----------------|----------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | | A | B | C |
| 11 | 家族が集まり、笑顔で会話できるような毎日を送ることができている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12 | 直感的に氣の滞りがなく、邪気が盛んではない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13 | 自然の風を取り入れたり、マイナスイオンを発生させたりして、空気がきれい健康に良く安全 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14 | 電磁波対策ができている、健康が守られている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15 | 老朽化したものを新調し、窓、家具、壁、カーテンなどは定期的にメンテを行い、ストレスがない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16 | 床の上に直に物が置かれておらず、全体的に片付いていて、ストレスがない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 17 | 収納スペースの中は、定期的に片付け、整理整頓されていて、ストレスがない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 18 | 電源コードは、からまったり、ホコリがついておらず、衛生的でストレスがない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 19 | リラックスタイムにはα波がでるようなBGMが流れ、幸せな気持ちで過ごしている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 20 | 臭いに問題がなく、天然アロマの良い香りを漂わせ、空間のエネルギーを高めている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 合計(A+B) | | + | = | |

| チェックポイント ~ダイニング~ | | | | |
|------------------|----------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | | A | B | C |
| 21 | 家族や友人が会話を楽しみ、笑顔で食事をとる場になっている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 22 | 直感的に氣の滞りがなく、邪気が盛んではない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 23 | 自然の風を取り入れたり、マイナスイオンを発生させたりして、空気がきれい | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 24 | 老朽化したものを新調し、窓や窓の周り、家具、壁などは定期的にメンテを行い、ストレスがない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 25 | 身体に良い食材が食卓に並び、健康が守られている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 26 | ダイニングチェアの座り心地が良く、姿勢を正しく座ることができる環境である | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 27 | ダイニングチェアの背もたれに衣服が掛けっぱなしにされず、すっきりした気持ちで過ごしている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 28 | ダイニングテーブルの上は、もの置きになっておらず、すっきりした気持ちで過ごしている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 29 | 食器は、美しいもの、上質なものを使い、日常生活の中で心がときめいている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 30 | 臭いに問題がなく、天然アロマの良い香りを漂わせることができ、空間のエネルギーが高い | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 合計(A+B) | | + | = | |

| チェックポイント ~キッチン~ | | | | |
|-----------------|-------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | | A | B | C |
| 31 | 心や身体にストレスがかからず、快適に料理ができる場になっている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 32 | 家族が進んで手伝ってくれる場になっていて、幸せを感じる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 33 | 直感的に氣の滞りがなく、邪気が盛んではない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 34 | 電磁波対策ができている。家電はアースをとっているため、健康が守られている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 35 | コンロ、シンク、床、換気扇などは定期的にメンテを行い、衛生的に保たれている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 36 | プラスチック、合成香料、合成洗剤、化学調味料などを極力使用せず、健康が守られている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 37 | 家電が外に出すぎず、カウンター、ワークトップがすっきりと保たれ、快適に料理ができる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 38 | 日々の片付け、掃除が行き届いていて、光るところを光らせて良い氣が巡っている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 39 | ゴミ箱は、蓋付きで定期的に清掃され、臭いの問題もなくストレスがない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 40 | 料理の邪魔にならない爽やかな天然アロマを適宜活用し、幸せな気持ちになっている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 合計(A+B) | | + | = | |

| チェックポイント ~書斎~ | | A | B | C |
|---------------|----------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 41 | 快適で安心感があり、集中して仕事に取り組むことができる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 42 | 書斎にいる時間が長すぎず、家族と一緒にいられる時間が確保できている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 43 | 直感的に気の滞りがなく、邪気が盛んではない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 44 | パソコンやプリンター、Wi-Fi機器などの電磁波対策はできていて、健康が守られている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 45 | 老朽化したものを新調し、窓、家具、壁、カーテンなどのメンテを定期的に行い、ストレスがない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 46 | 電源コードは、からまったり、ホコリがついていないので、衛生的でストレスがない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 47 | 本は、本棚にきれいにおさまっている。書類は散乱せずに収納できていて、定期的に処分している | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 48 | ワークスペースはものごとがきちんとして、すっきりした状態で、集中して仕事ができる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 49 | PC画面、キーボード、マウスや電卓など、頻繁に使う仕事道具をきれいに手入れして快適 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 50 | 臭いの問題はなく、天然アロマ（精油）を活用し、集中力や記憶力を高めている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

合計(A+B) + =

| チェックポイント ~寝室~ | | A | B | C |
|---------------|----------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 51 | ぐっすり安心して眠ることができる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 52 | 直感的に気の滞りがなく、邪気が盛んではない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 53 | ベッドや収納家具などに、有害物質の含まれた家具が使っていないから安全で空気がきれい | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 54 | 洋服の防虫剤の臭いが、寝ている間に吸い込む空気に含まれていないので健康が守られている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 55 | 電磁波対策ができていて、健康が守られている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 56 | 老朽化したものを新調し、窓、家具、壁、カーテンなどのメンテを定期的に行い、ストレスがない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 57 | 生活感を感じさせる余計なものが外に出ていないので、ストレスがない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 58 | ベッドの下が物置になっておらず、ホコリもたまっていないので衛生的で安心感がある | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 59 | 天然素材の肌触りの良いベッドリネンを選び、清潔な状態で使っているので触れる度に幸せ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 60 | 天然アロマ、お香、音叉、BGMなどにより、穏やかな眠りに導く心地よい波動になっている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

合計(A+B) + =

| チェックポイント ~洗面所・浴室~ | | A | B | C |
|-------------------|------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 61 | 心を整えて、癒される空間になっている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 62 | カビははえておらず、空気がきれいで衛生的な環境になっている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 63 | 電磁波対策ができていて、洗濯機はアースをとっているのが安全 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 64 | シャワー、浴槽に質の高い水を使っているのが、身体に水の良い気がめぐっている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 65 | 残り湯をためず浴室の乾燥を心がけ、浴室を快適に保つことができる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 66 | 浴室の湿気が住宅内に入らないよう、入口（ドア）は閉められていて室内環境が快適 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 67 | 換気扇や窓、排水溝は、定期的にメンテを行い、清潔に保たれているのでストレスがない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 68 | シャンプーやせっけんなど、肌につけるものは、上質で身体に優しいものが選ばれて安全 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 69 | 入浴中に掃除道具が目にはならず、心地良く入浴できている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 70 | 清潔に掃除され、蛇口など光るところを光らせており、気の巡りが良い | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

合計(A+B) + =

| チェックポイント ~トイレ~ | | A | B | C |
|----------------|----------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 71 | 清潔で、美しく、快適で、安心して過ごせる場になっている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 72 | 直感的に気の滞りがなく、邪気が盛んではない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 73 | カビ、臭いの問題はなく、衛生的で空気がきれい | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 74 | トイレの蓋を閉める習慣はついているので、臭いの漏れがなく見た目もよくて快適 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 75 | トイレのドアを閉める習慣はついているので、臭いの漏れもなく安全に過ごせる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 76 | 老朽化したものを新調し、窓、換気扇、排水溝などのメンテを定期的に行い、ストレスがない | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 77 | 合成香料の入った防臭剤を使っていないので、発がん性物質の入った悪い気が溜まらず安全 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 78 | 掃除道具や消耗品のストックは見えないように収納され、生活感がなくきれい | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 79 | 感謝の気持ちがこもった掃除が行き届き、蛇口など光るところは光らせているので気の巡りが良い | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 80 | 天然アロマの良い香りを漂わせ、エネルギーがきれいで波動を高めている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

合計(A+B) + =

気エネルギー分析シート【インテリア】80項目

Yesと思う項目にチェックマークを入れてください。ABCで点数が異なります。
空間ごとに合計点を計算し、その点数をレーダーチャート(別紙)に書き込みましょう。

A 良くできている 10点 / B どちらとも言えない 5点 / C できていない・知らない 0点

| チェックポイント ~玄関~ | | A | B | C |
|---------------|-----------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1 | 全体的にテイストがあっっていて統一感がある。インテリアの調和が心の調和をもたらしている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2 | 玄関ドアや収納家具など、上質な建材・家具が主役にコーディネートされ、洗練されている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3 | 玄関ドアと他の建具、家具の色、及びデザインは調和している | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4 | 家の顔としての格式がある | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5 | 明るく、温かみのある色が使われ、心が明るくなる毎日過ごしている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6 | 照明デザインは部屋のテイストに合い、明るく、暖かみがある色で心も明るくなる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7 | 視線の集まる場所に花、植物、置物、アートなど美しいディスプレイがあり空間の美を楽しんでいる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8 | 花や植物などのエネルギーの高いものが鏡に映り込み、良い気を増幅させている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9 | ディスプレイ、デコレーションは季節感があり、定期的な変化が気持ちの変化をサポートしている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10 | 玄関マットやスリッパなどの小物もインテリアテイストと調和し、心も調和している | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

合計(A+B) + =

| チェックポイント ~リビング~ | | A | B | C |
|-----------------|----------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 11 | 全体的にテイストがあっっていて統一感がある。インテリアの調和が心の調和をもたらしている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12 | ソファやキャビネットなど、上質な建材・家具が主役にコーディネートされ調和している | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13 | ドアと他の建具、家具の色、及びデザインは調和し、心にも調和をもたらしている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14 | 笑顔で元気になるような、明るく、暖かみのある色が使われている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15 | 家電は、テイストやテーマカラーにあったデザインで調和しているか、見せないようにしている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16 | 照明デザインは部屋のテイストに合い、明るく、暖かみがある色で心も明るくなる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 17 | カーテンは上質で、室内環境(日当たり等)に合った素材。テイストと色使いの調和が取れている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 18 | 全体の統一感の中で、クッション、テーブルマットなどがアクセントになり空間に華を添えている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 19 | 視線の集まる場所に、花、植物、置物、アートなど、美しいディスプレイがあり幸せを感じる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 20 | ディスプレイ、デコレーションは季節感があり、定期的な変化が気持ちの変化をサポートしている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

合計(A+B) + =

| チェックポイント ~ダイニング~ | | A | B | C |
|------------------|-----------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 21 | 全体的にテイストがあっっていて統一感がある。インテリアの調和が心の調和をもたらしている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 22 | ダイニングテーブルやチェアなど、上質な家具が主役にコーディネートされている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 23 | 家具とドアの色、及びテイストは調和している | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 24 | 自然のぬくもりを感じる質感の家具や小物が程よくあり、氣の流れが穏やかで心地よい | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 25 | 明るく暖かみがある色が使われ、心が明るく楽しい気持ちになる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 26 | 照明デザインは部屋のテイストに合い、食欲がわく赤みのある光で、食事が美味しそうに見える | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 27 | カーテンは上質感があり、部屋のテイストや色使いと調和し、洗練された空間になっている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 28 | 全体の統一感の中で、クッションやテーブルセンターなどがアクセントになり空間に華を添えている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 29 | 食卓を映し出す鏡があり、豊かさの氣が増幅されている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 30 | 視線の集まる場所に、花、植物、置物、アートなど、美しいディスプレイがあり幸せを感じる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

合計(A+B) + =

| チェックポイント ~キッチン~ | | A | B | C |
|-----------------|---------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 31 | 全体的にテイストがあっっていて統一感がある。インテリアの調和が心の調和をもたらしている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 32 | キッチンの設備や収納家具など、上質な建材・家具が主役にコーディネートされている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 33 | キッチンの設備や家具とドアの色、及びテイストは調和している | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 34 | 全体的に寒々しい色使いになっておらず、調和の取れた心地よい空間になっている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 35 | 家電はインテリアのテイストやテーマカラーと調和している | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 36 | 照明デザインは部屋テイストに合い、明るく、暖かみがある色で心も明るくなる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 37 | 花や観葉植物などの美しいディスプレイがあり、幸せを感じる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 38 | 食器やカトラリーは、上質でお気に入りのものを愛用し、使う度に心がときめいている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 39 | キッチン雑貨や調理器具には、お気に入りや、遊び心のあるものを使い、楽しい気持ちになる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 40 | 赤、オレンジ、イエローなどのビタミンカラーを取り入れ、食欲がわき元気が出る雰囲気がある | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

合計(A+B) + =

| チェックポイント ～書斎～ | | A | B | C |
|---------------|--------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 41 | 全体的にテイストがあって統一感がある。インテリアの調和が心の調和をもたらしている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 42 | 机や椅子、収納家具など、上質な建材・家具が主役にコーディネートされている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 43 | ドアと他の建具、家具の色、及びデザインは調和している | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 44 | 全体的な色使いから、落ち着きがあり、意欲が湧き、集中力が上がる空間になっている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 45 | PC周辺機器、家電は、インテリアのテイストやテーマカラーに合って調和している | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 46 | 照明デザインは部屋のテイストに合い、集中力の高まる光の色になっている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 47 | 机と椅子の高さは身体のサイズに合っていて、機能的に使い心地が良く、デザインが美しい | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 48 | カーテンは、上質感があり部屋のテイストや色使いと調和している | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 49 | 視線の集まる場所に、花、植物、置物、アートなど、美しいディスプレイがあり幸せを感じる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 50 | 小物は機能性とデザイン性が高く、生活感のない洗練されたものが選ばれている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

合計(A+B) + =

| チェックポイント ～寝室～ | | A | B | C |
|---------------|----------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 51 | 全体的にテイストがあって統一感がある。インテリアの調和が心の調和をもたらしている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 52 | ベッドなど、上質な家具が主役にコーディネートされ、洗練された空間になっている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 53 | ドアと他の建具、家具の色、及びデザインは調和している | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 54 | 寝室に合う色使いで、落ち着いて、心穏やかに過ごせる空間になっている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 55 | 照明デザインは部屋のテイストに合い、暖かみのある穏やかな光が質の良い眠りを促している | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 56 | カーテンは上質で、室内環境（日当たり加減等）に合った素材で調和が取れている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 57 | 全体の統一感の中で、ベッドスローやピロークッションがアクセントになり空間に華を添えている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 58 | ベッドリネンは部屋のテーマに合った色で、全体の統一感が取れ、心がときめいている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 59 | 視線の集まる場所に、花、植物、置物、アートなど、美しいディスプレイがあり幸せを感じる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 60 | 生活感が出る家具や家電、テイストの合わないものを表に出さず、洗練された空間になっている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

合計(A+B) + =

| チェックポイント ～洗面所・浴室～ | | A | B | C |
|-------------------|----------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 61 | 全体的にテイストがあって統一感がある。インテリアの調和が心の調和をもたらしている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 62 | 水回りの設備や収納家具など、上質な建材・家具が主役にコーディネートされ、調和している | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 63 | 水回りの設備や家具とドアの色、及びテイストは調和している | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 64 | 全体的に寒々しい色使いになっておらず、調和の取れた心地よい空間になっている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 65 | 水回り設備や家電の色は、明るく、清潔感のある色で調和が取れている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 66 | 照明デザインは部屋のテイストに合い、明るく、暖かみがある色で心も明るくなる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 67 | 全体の統一感の中で、タオル、マット等のファブリックがアクセントになり空間に華を添えている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 68 | 視線の集まる場所に、花、植物、置物、アートなど、美しいディスプレイがあり幸せを感じる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 69 | ソープディスペンサーなど、収納の外に出しておく実用雑貨が美しく選ばれ、心ときめく | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 70 | 生活感のあるものや、テイストの合わないものを表に出さず、洗練された空間になっている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

合計(A+B) + =

| チェックポイント ～トイレ～ | | A | B | C |
|----------------|--------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 71 | 全体的にテイストがあって統一感がある。インテリアの調和が心の調和をもたらしている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 72 | 上質な設備・建材が主役にコーディネートされ、洗練されている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 73 | ドアと収納の色、及びテイストは調和している | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 74 | 全体的に寒々しい色使いになっておらず、調和の取れた心地よい空間になっている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 75 | トイレ本体や、その他の設備の色は明るく、清潔感のある色で調和が取れている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 76 | 照明デザインは部屋のテイストに合い、明るく、暖かみがある色で心も明るくなる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 77 | 全体の統一感の中で、タオル、マット、スリッパ等が上質で美しいアクセントになっている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 78 | 視線の集まる場所に、花、植物、置物、アートなど、美しいディスプレイがあり幸せを感じる | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 79 | 収納用の入れ物も、インテリアと調和した美しいものが選ばれ、心ときめく | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 80 | 生活感のあるもの、テイストの合わないものを表に出さず、洗練された空間になっている | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

合計(A+B) + =