

夜勤における業務改善 －休憩時間の確保に向けて

5階西病棟

○ 下元 千佳 柴岡 三枝 黒原 靖子 藤埴裕馨子
中嶋 梓 若山 郁子 中村 香江

I. はじめに

当病棟では患者の高齢化、重症化、業務の繁雑化に伴い超過勤務が多い。そして深夜業務では、休憩も十分に取れていない現状である。

生体機能レベルが一定化している夜間、つまり身体が活動に適さない状態である時間帯に労働することにより、疲労が増大され集中力の低下もきたしやすい。当病棟でも夜間の仕事量は多く慢性疲労となってきた。交代勤務の中で深夜業務において適切な睡眠・休憩は疲労を回復させ、自らの健康を良好に保ち、質の高い効率の良い看護が提供できるのではないかと考えた。そこで業務内容を見直すためにタイムスタディ、アンケート調査を実施し確実な休憩を取ることの意識付けと、業務改善を目的にこの研究に取り組んだ。

II. 研究方法

1. 研究期間：H14年4月～H15年3月

2. 調査方法、及び研究対象者

1) タイムスタディ

当病棟看護師19名を対象に、独自の項目を作成し、深夜勤務開始から終了までの行動を調査した。

2) アンケート調査

研究グループのメンバー除く、当病棟看護師13名を対象に、休憩の現状を調査した。

3. 調査期間

第1回目：H14年10月15日～H14年10月31日

第2回目：H15年3月7日～H15年3月13日

4. 分析方法

1) タイムスタディは項目別に集計

2) アンケート結果はKJ法で分析

III. 結果

1. 第1回目タイムスタディ調査結果(表1)

1) 曜日により各業務の件数に差があり、それに関わる時間も差が生じる結果が出た

2) 勤務時間は、平日平均11時間42分、休日平均10時間55分であった

3) 休憩時間は、平日平均26分、休日平均36分であった

4) 注射・記録に関しては曜日による大きな差はなかった

<表1> 第1回目タイムスタディ調査結果

項目	平日(1人平均)	休祭日(1人平均)
勤務時間	11時間42分	10時間55分
休憩時間	26分	36分
採血件数(時間)	20件(8分)	6件(10分)
検査のカルテ・マスター出しの件数(時間)	19件(26分)	0件
注射に関する時間	58分	53分
採血にかかる時間	41分	23分
記録にかかる時間(勤務内)	1時間37分(44分)	1時間55分(1時間15分)

2. 第1回目アンケート調査結果

アンケート結果より休憩の阻害因子を内的・外的・職場風土（病棟を構成する人々によって認識され共有化された病棟特性）の3つの因子より分類した。

内的因子の中には人間関係・精神面が関係しているのではないかと考え、2つのカテゴリーに分類した。

外的因子には患者の特徴・仕事量・属性の違い・肉体表が関係しているのではないかと考え、4つのカテゴリーに分類した。

1) KJ法の分析より

(1) 内的因子

相手の仕事のスケジュールがわからないので遠慮して自分一人で行ってしまうため休憩が短くなる。

(2) 外的因子

曜日により各業務の件数に差があり、それに関わる時間や申し送り時間も大きく変わる。

(3) 職場風土

ここにメンバーの意見が集約された結果となった。

①リーダーの意見：休憩をきちんと取るという意識が薄く業務分担がないため業務を先に先にやろうとし、休憩が取れないような業務内容になっている。また、具体的な休憩時間の指示ができない。

②メンバーの意見：休憩をしっかりと取った方が良いと思うが、時間の割り振りがなく、またそれに対しての話し合いが出来ていないため、業務優先になってしまい休憩が取れなくても仕方ない。

3. 結果1、2を基に、以下のことを実行する。

1) 業務分担表を改善

- ・リーダー・メンバー1・2の業務分担と各自の業務時間を指定
- ・休憩時間帯を明確に表示
- ・曜日により業務内容と業務所要時間に差があるため平日用・休日用の2種類作成

2) 深夜の業務手順を作成

- ・業務時間を短縮するために、改善策を明示し、業務手順の徹底を行う

3) 病棟看護師に協力を依頼し、新たに作成した業務分担表を導入

4) 第2回目タイムスタディ、アンケート調査を実行

4. 第2回目タイムスタディ調査結果

- ・勤務前出勤時間は、平日平均21分、休日平均22分短縮出来た。
- ・休憩時間は、平日平均17分、休日平均19分多く確保出来た。
- ・勤務終了時間は、平日平均60分、休日平日33分短縮出来た。

5. 第2回目アンケート調査結果

- ・休憩については意識して自分から申し出ることが出来た。
- ・休憩時間が明示されているので他のスタッフに変な遠慮せずに休憩が出来た。
- ・時間でやる事が決まっていたのでメリハリが付いて良かった。
- ・時間内に仕事を終わらす・やらなければという意識を持つことが出来た。
- ・3人夜勤で相手の行動が分かり協力意識が出来た。

IV. 考察

休憩に焦点をあて深夜業務の改善を試み、業務内容とそれにかかる業務時間の徹底分析に時間をかけた。タイムスタディと業務の分析をする中で、当病棟の深夜業務は治療上発生する患者のニード・不穏・夜間せん妄など患者にかかわる時間（検温・巡視）が多く、勤務時間内で終われない結果であった。そこで申し送り時間と6時の検温時間の短縮なら看護師の努力で時間短縮が可能であり、業務のスリム化にもつながる改善策であると考えた。他の各業務については何度も見直し、5～10分の短縮を試み、現状の業務時間帯を考慮して分担表を作成した。

2回目のタイムスタディより全員が時間休憩できており、“休憩時間の確保・超過勤務の短縮”は効果がある結果となった。これを休憩を阻害する因子の視点から分析してみた。外的因子に相当する患者の特徴・仕事量について考えると、今の病棟現状では一時期に比べると治療上、発生する患者ニーズが少なかったことが、必然的に仕事量の減少につながったと思われる。

内的因子については、2回目のアンケート結果より、休憩時間が明示されているので休憩ができたという職場風土への影響と、他のスタッフに遠慮せずに休憩ができたという人間関係・精神面への影響がみられた。このことは、看護師一人一人の休憩に対する意識の変化の表れと捉えても良いのではないかと思われる。

V. おわりに

今回の研究では、業務分担表導入後、時期の違いにより発生する患者ニーズに差はあったものの、45分間の休憩を確保する事ができた。この事は休憩の意識が高まり、お互いが働きやすい職場作りの提供にもつながったのではないかと思われる。

より質の高い看護を提供していくためには、各自が看護に対する意識を高め、研究的な視点を持つことでお互いが協力し、働きやすい職場作りを目指していくことが必要である。

参考文献

- 1) 西村佳子：夜勤が及ぼす卵巣機能への影響，第28回日本看護学会集録（看護管理），76 - 77，1997.
- 2) 和泉香代子：看護婦三交替勤務者の疲労に関する調査，愛媛県立病院学会誌，第34巻 第1号，45 - 48，1998.
- 3) 今井静：勤務パターンと看護婦の疲労および生活時間構造との関連，第31回日本看護学会集録（看護管理），198 - 200，2000.
- 4) 林尚子：交替制勤務に関する研究，第31回日本看護学会集録（看護管理），201 - 208，2000.
- 5) 岡島浩美：三交替勤務における疲労調査，第29回日本看護学会集録（看護管理），179 - 181，1998.
- 6) 塩沢洋子：看護現場のストレスに勝つ，看護実践の科学，18 - 26，1997.
- 7) 鈴木ゆみ：交代勤務の中での効果的な睡眠のとり方，第28回日本看護学会集録（看護管理），82 - 85，1997.
- 8) 渡部郁子：医療事故を背景とする看護婦のストレス調査，エキスパートナース，17（13），130 - 133，2001.