

「看護職の夜勤・交代制勤務に関するガイドライン」の普及に関する実態調査

I. はじめに

日本看護協会は「看護職の安全と健康が、患者の安全と健康を守る」という基本認識のもと、看護職が働き続けられる職場づくりを推進するため、2013年3月に「看護職の夜勤・交代制勤務に関するガイドライン」（以下ガイドライン）を公表した。

ガイドラインは、現場の実態と労働科学の最新の知見を踏まえて夜勤・交代制勤務の負担を軽減し、リスクマネジメントに役立つように作成されているため多くの看護職に活用されることが重要である。当委員会では、長崎県内の看護職を対象にガイドラインの普及に関する実態調査をおこなったので、その結果をまとめた。

II. 調査の概要

1. 調査期間：2014年8月23日

2. 調査方法：自記式の質問紙を作成し、長崎県看護学会学術集会の参加者に配布、同日に回収。

調査票の問7、ガイドラインの「勤務編成の基準」については、勤務形態で日勤のみの者は回答より除外した。また、基準3「夜勤回数・3交代制勤務者は月8回以内」基準10「交代の方向は正循環の交代周期とする」に関しては3交代制・変則交代制の看護職に限定した。

3. 調査対象：看護職400名へ配布 157名の回収（回収率：39.5%）

4. 年齢分布：20歳代22%、30歳代21%、40歳代24%、50歳代27%、60歳代4%

5. 職位別割合：スタッフ65%、管理職27%

6. 倫理的配慮：本調査の目的を書面で説明し、参加は自由意志によるもの、参加しない場合も不利益を被ることはないことを表記し、調査票と一緒に配布し回収をもって同意と判断した。調査票は長崎県看護協会で担当者が責任をもち保管し、集計データとともに情報露出しないように管理を行った。調査は、無記名とし、個人が特定できないように努めた。長崎県看護協会の倫理委員会で承認を得た。

III. 回答施設の属性

1. 設置主体：国公立17%、医療法人33%、個人0%、その他（社会福祉法人・医療生活協同組合・会社・他の法人）34%

2. 病床規模：99床以下1%、100～199床34%、200～299床24%、300～399床14%、400～499床1%、500床以上10%

3. 勤務形態：2交代制58%、三交代制13%、混合2%、日勤のみ26%、夜勤のみ1%

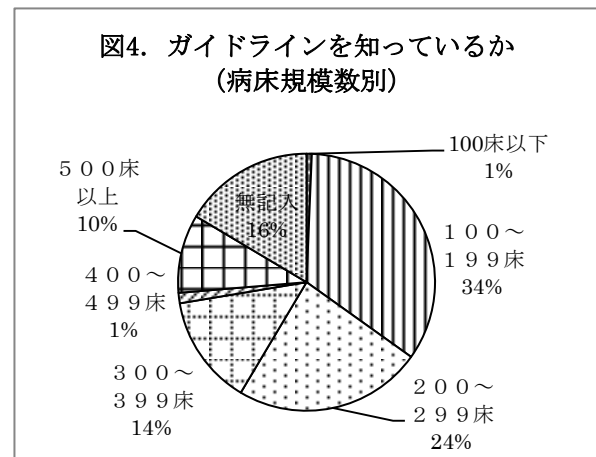
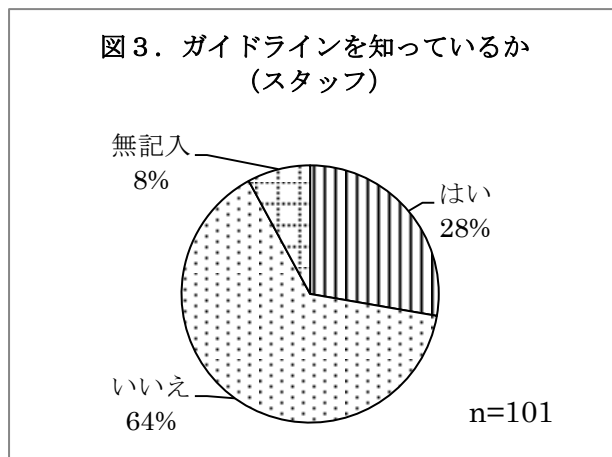
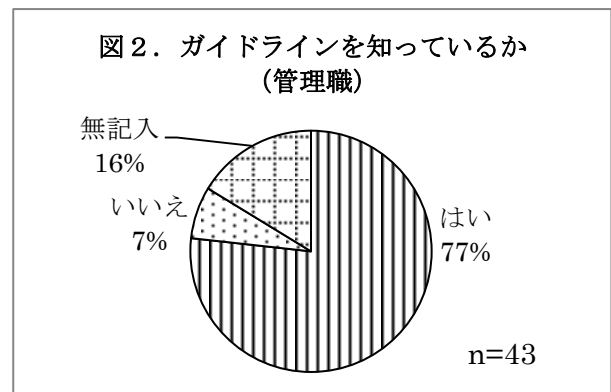
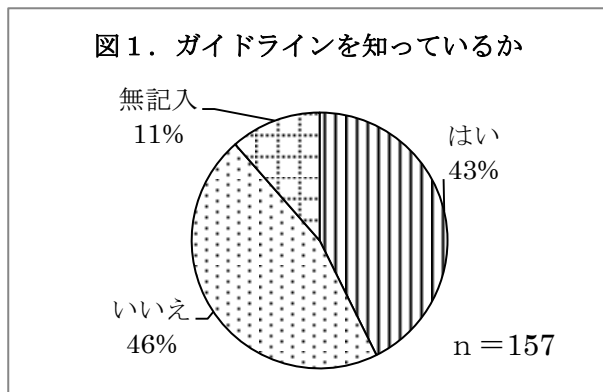
4. 看護協会加入非率：協会員94%、非会員4%

IV. 結果概要

1. ガイドラインの認知状況

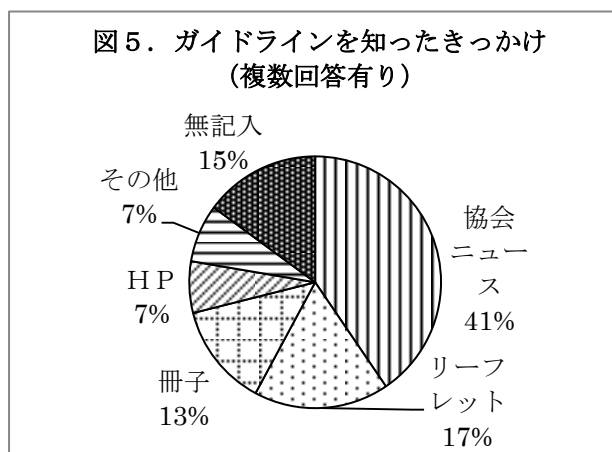
1) ガイドラインを知っているか

2013年3月に公表されたガイドラインについて調査を実施した。2014年8月時点の県下の認知状況は、「知っている」の回答は43%、「知らない」の回答は46%であった（図1）。管理職は77%と認知度が高く、スタッフの認知度は28%にとどまった（図2.3）。病床数で比較すると、200床未満の施設に勤務している看護職の認知度が高く、200床以上の施設に勤務している看護職の認知度が低い結果であった（図4）。



2) ガイドラインを知ったきっかけ

「協会ニュース」41%、「リーフレット」17%、「冊子」13%、「日本看護協会ホームページ」7%であった(図5)。



3) ガイドラインの冊子を読んだことがある

「全て読んだ」の回答は8%であった(図6)。

職位別でみると管理職は、「全て読んだ」と回答した者が25%「一部読んだことがある」42%、「全く読んでいない」7%に対し、スタッフでは「全て読んだ」と回答した者は1%、「一部読んだ」23%、「全く読んでいない」61%であった(図7.8)。

図6. ガイドラインの冊子を読んだことがありますか

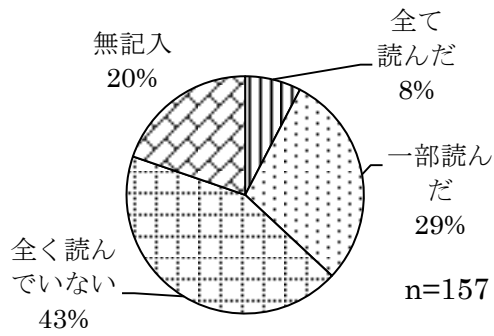


図7. ガイドラインの冊子を読んだことがありますか (管理職)

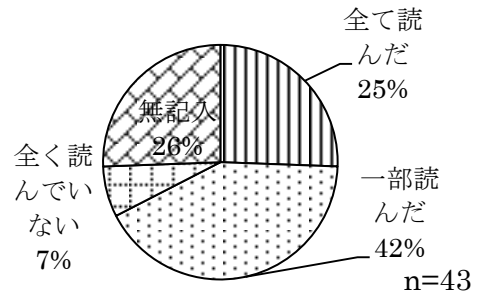
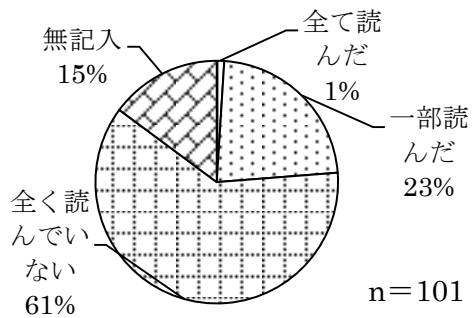


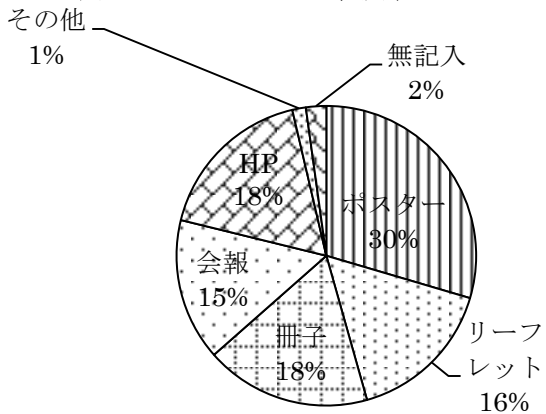
図8. ガイドラインの冊子を読んだことがありますか (スタッフ)



4) ガイドラインを普及するための方法

今後、ガイドラインを普及するためのツールとして「ポスター」30%、「リーフレット」16%、「冊子」18%、「長崎県看護協会会報」15%、「長崎県看護協会ホームページ」18%の順であった(図9)。

図9. ガイドラインを普及するための方法



2. 個人で取り組む対策

ガイドライン発表前の取り組みとして「日頃から十分な休息・睡眠をとる」52%、「家族や友人と過ごす時間の確保」50%、「夜勤帰宅後まず睡眠をとる」39%であった。ガイドライン発表後から取り組んでいる内容として「夜勤中の食事は消化の良いものをとる」と「夜勤中の仮眠で安全性&効率アップを図っている」が9%であった(図10)。

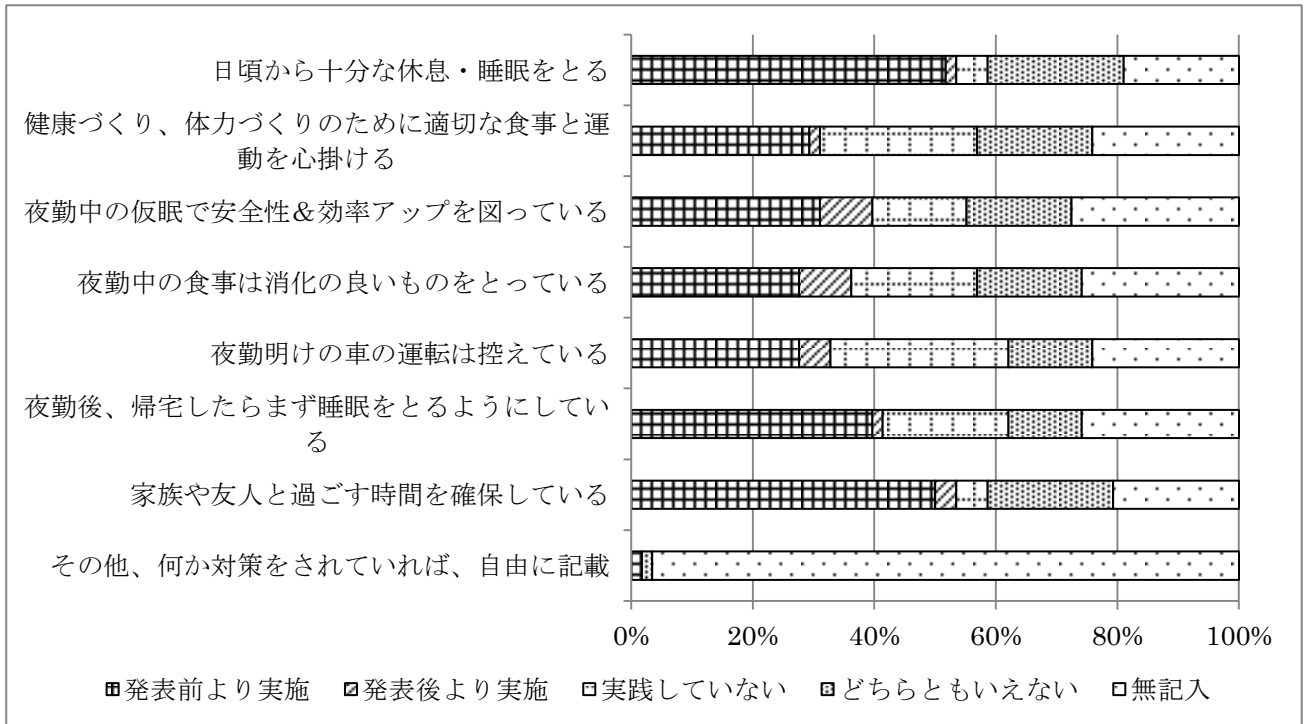


図 10.個人で取り組む対策の実施・検討状況 (n=58)

3. 勤務編成の基準

ガイドライン発表前から実施率が高いのは、「早出業務の始業時刻は7時前を避ける」52%、「夜勤の連続回数2回までとする」48%「1回の夜勤後に24時間以上の休息を確保する」45%であった。

ガイドライン発表後の「変化あり」の回答は、全ての項目において1~8%に留まった(図 11)。

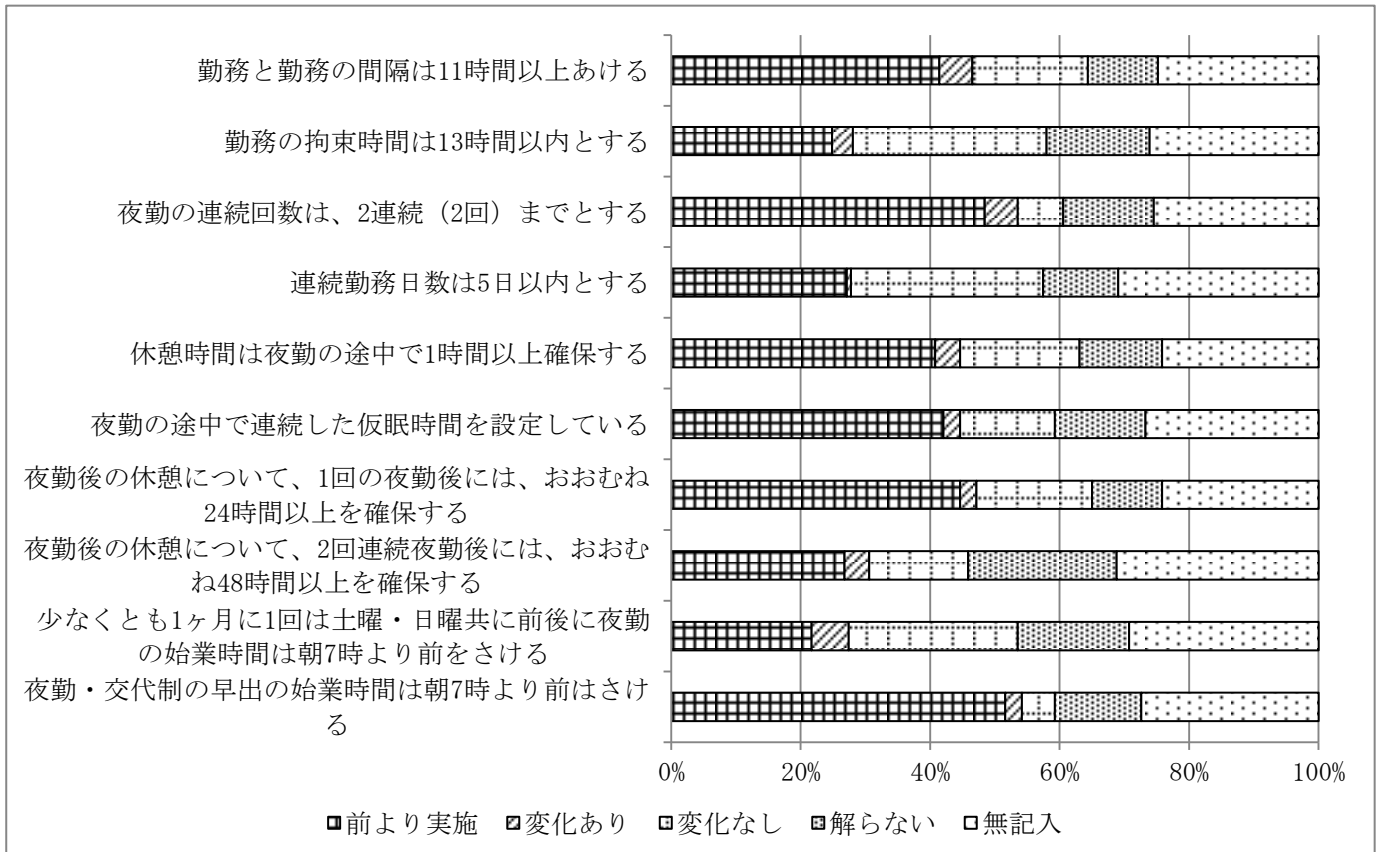


図 11 勤務編成の基準の実施・検討状況 (n=157)

V. 考察

1) ガイドラインの認知

今回の調査では、ガイドラインを「知っている」43%であった。その中で管理職は「知っている」77%、スタッフは「知っている」28%であった。病床数で比較すると、200床未満の施設に勤務している看護職の認知度が高く、200床以上の施設に勤務している看護職の認知度が低い。この結果から、ガイドラインが公表されて一年を経過するが、看護職一人ひとりへは十分に普及できておらず、特にスタッフの認知度が低いことがわかった。2014年2月に日本看護協会が実施した全国病院調査では「ガイドラインを知っている」病院は95.8%と高い結果が得られている。今回の調査との純粋な比較はできないが、ガイドラインを普及する活動が必要であると考えられる。

ガイドラインを知るきっかけは、協会ニュース、リーフレットで半数を締めていた。今後の普及に向けては「ポスター」「リーフレット」の意見が多かった。また、若いスタッフの中には「インターネット」という回答も多かった。「冊子」を読んだと回答する看護職が少ない現状では、簡便でわかりやすく情報収集ができる手段での広報活動を行うことが、一つの普及推進につながると考える。

2) 夜勤時の対策

個人で取り組む対策では、ガイドラインを「全部読んだ」「一部読んだ」と回答した人は、ガイドライン発表前から「日頃から十分な休息・睡眠をとる」が52%、「家族や友人と過ごす時間の確保」49%、「夜勤帰宅後まず睡眠をとる」39%と実施されていた。その他の項目については30%弱の取り組みにとどまっている。また、ガイドライン発表後は「夜勤中の仮眠で安全性&効率アップを図っている」「夜勤中の食事は消化の良いものをとる」の2項目が9%とガイドライン発表前後の個人の取り組みの変化は少なかった。

ガイドラインを「全部読んだ」「一部読んだ」と回答した割合が37%と低く、読んでいない者が多いことを加味して考えても、現状では変化を見ることができない実態がわかった。

夜勤・交代制勤務による心身への負担には、「睡眠の質の低下」「疲労回復効果の低下」「負の情動ストレスの解消機能の低下」「健康障害の恐れ」「社会参加や交際の制約」「年齢と共に増す夜勤負担」があることが明確になっている。これらから守るためには、組織的にも、個人的にも労働条件や職場環境を整える必要がある。また、個人で取り組む対策をより多くの看護職が正しく実施できるように繰り返し教育を行う必要があると考える。

3) 勤務編成

ガイドライン勤務編成の基準では、ガイドライン発表前から「早出勤務の始業時刻は7時前を避ける」、「夜勤の連続回数2回までとする」、「1回の夜勤後に24時間以上の休息を確保する」、「夜勤の途中で連続した仮眠時間を設定する」、「勤務と勤務の間隔は11時間以上あける」、「休憩時間は夜勤の途中で1時間以上を確保する」の6項目は、全国調査とほぼ同じ項目で実施されているが、全国調査での実施率は7割強に対して、県下では4割強の実施率であった。また、発表後の変化に対しては、全ての項目で一桁の数値に留まり、取り組みの実感や、変化を感じることができていないことがわかった。

ガイドライン勤務編成の基準は、個々の施設で組織的に取り組むことが求められている。容易に実施できることではないと思われるが、今までの慣習や意識を改革することが必要である。現場の実態と労働科学の最新の知見を踏まえて作成されたガイドラインを活用することは、看護職が健康で安全に働き続けられる職場となり、ひいては患者の健康と安全を守ることにつながる。より一層ガイドラインの普及活動を推進する必要がある。

VI. まとめ

- 1) 夜勤・交代制勤務に関するガイドラインの認知度は43%に留まった。
- 2) ガイドライン公表後、個人で取り組む対策実施率は10%未満であった。
- 3) スタッフへの普及活動が必要である。

VII. おわりに

本調査は、期日を特定し、特定の集団のみを対象とした調査であること、また回収率からみて、「ガイドライン」普及度について、若干の傾向をまとめた結果となった。

参考文献

- 1) 夜勤・交代制勤務に関するガイドライン
- 2) 橋本美穂:「看護職の夜勤・交代勤務ガイドライン」の普及等に関する実態調査結果概要 看護. p 40-48.
2014. 10