

## 三交代夜勤導入後 一年を振り返ってみて

職員の心身負担軽減と  
ご利用者のケア改善に繋がったか

特別養護老人ホーム めまづホーム  
高橋 亜弥  
吉田 知代

## 8時間夜勤導入の経緯

### 背景

- ・多様な医療ニーズの受け入れ
- ・ターミナルケアへの取り組み
- ・認知症介護の困難事例

## 17時間拘束夜勤体制

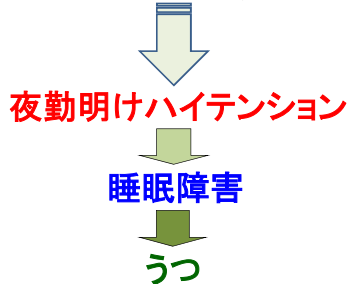
時間	17:00 ~	22:30 ~	0:00~	1:30~	3:00~	4:30~	~10:00
夜勤チーム							
AD ユニット	出動	23:00 Eユニット ト巡回	休憩 ↑ 応援	2:30 Eユニット 巡回	3:30 4:00 Bユニット ト巡回		退勤
BCユニット	出動	23:30 Eユニット ト巡回	0:30 1:00 Aユニット ト巡回	2:00 Eユニット 巡回	↓ 応援 休憩		退勤
Eユニット	出動	↓ 応援 休憩	0:30 1:00 Dユニット ト巡回	1:30~ ショートに はりつく	3:30 4:00 Cユニット ト巡回		退勤
ショート ステイ	出動			↓ 応援 休憩			退勤

## 介護業務における心身負担

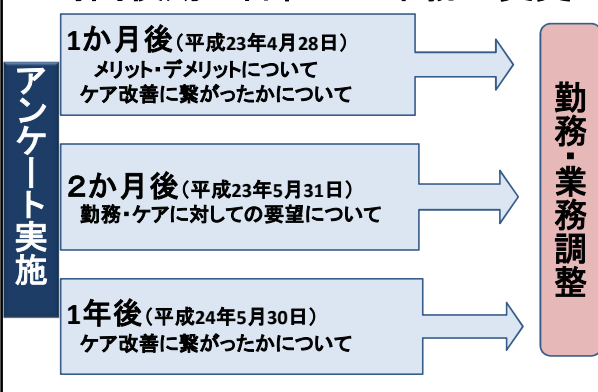
- ・応援に入る1時間30分は不安が強い
- ・入れ替わりが多いショートステイは情報収集が困難
- ・仮眠時間が確保できない時がある
- ・ケアにばらつきが起こったり、出来ないケアが発生
- ・知らないユニット職員(特に男性職員)に介助される不安を訴えるご利用者
- ・朝の排泄介助の時間は仮眠時間に合わせて決めざるを得なかった

## 産業医アドバイス

精神的・肉体的な負担のリスク



## 8時間夜勤に合わせた業務の変更



### 勤務シフトの管理を簡便化

早番→深夜→準夜→公休  
早番→深夜→準夜→遅番→公休

**パターン化** → **失敗！！**

個々のワークライフバランス  
に対応できなかった

ユニットの夜勤職員の人数  
が合わなかった

委員会・会議  
の出席調整  
がしにくい

### 第1回アンケート実施

平成23年4月28日 夜勤を行う介護職員15名  
メリット・デメリットなど自由記載

#### メリット

- ・気持ちの面で負担が軽減されたような気がする
- ・拘束時間が短くなり体が楽になった
- ・夜間帯のケアの質の向上につながると思う

#### デメリット

- ・生活リズムが作れない
- ・勤務帯毎の時間内に詰め込まれたケアになった
- ・休憩時間がしっかりとれない

### 第2回アンケート実施

平成23年5月31日 全介護職員30名  
業務・ケアに対しての要望・意見・考え

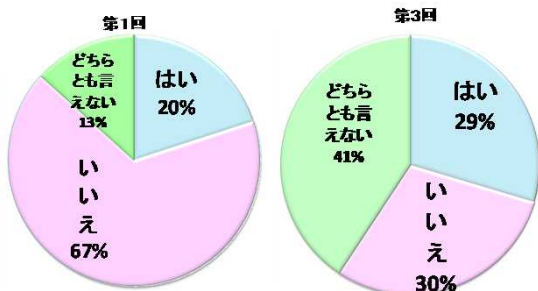
- ・他ユニットからの応援が多く統一したケアができない
- ・ゆとりがなく細かいところまで手が回らない
- ・午前の入浴人数が多く昼食前ぎりぎりになってしまう

### 第3回アンケート実施

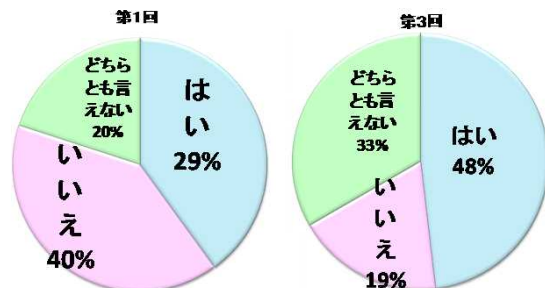
平成23年5月31日 夜勤を行う介護職員28名  
今後も三交代夜勤を継続していくために、工夫・改善すべき点はあるか？

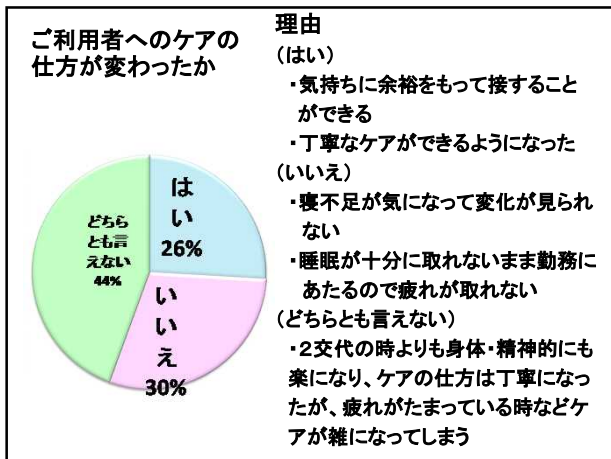
- ・早番から深夜の勤務だと睡眠が確保できない
- ・夜勤を挟んだ5連勤は体力的にきつい
- ・夜勤者への業務軽減
- ・準夜で入浴介助に入るのはつらい

### 身体への負担軽減に繋がったか



### 精神的負担の軽減に繋がったか





### 導入して一年後の今

- \* 仮眠時に別ユニットへの応援がなくなったことにより、ご利用者の情報が不十分なままの夜勤勤務への不安がなくなった。
- \* ご利用者も馴染みの職員にケアされるので安心。
- \* ご利用者の生活リズムに合わせるできるようになってきた。
- \* 休憩時間がしっかりとれない。
- \* 準夜勤で入浴介助にはいるのがつらい。
- \* 睡眠のとりかたが難しい

### 今後の課題

1年の取り組みを通して・・・

- ①勤務や業務の調整が出来る仕組みを作る。
- ②睡眠時間の確保
- ③準夜帯で休憩が取れる業務調整