

2019 年

病院看護職の夜勤・交代制勤務等実態調査

調査報告書



公益社団法人岡山県看護協会

社会経済福祉委員会

目 次

1	病院看護職の夜勤・交代制勤務実態調査の概要	1
2	調査結果と考察	
1)	回答者の属性【年齢・性別・所属部署】	2
2)	勤務形態【問 4】	3
(1)	夜勤回数【問 5】	3
(2)	超過勤務時間【問 6】	4
(3)	休憩時間【問 7】	7
(4)	夜勤連続回数・勤務間隔・勤務周期【問 8、9、10】	8
(5)	休息【問 11】	10
(6)	夜勤軽減【問 12】	11
(7)	健康状態・疲れ具合【問 13～16】	13
3	まとめ	21
4	(参考資料) 調査依頼文書・調査用紙	

病院看護職の夜勤交代制勤務に関する実態調査の概要

岡山県看護協会は令和元年度重点事業の一つとして、「看護職の働き方改革の推進」に取り組んできた。24時間を通して看護業務に従事している看護職の働き方改革と、看護職が生涯をとおして健康に、かつ安全に働き続けられるための職場環境改善のために、夜勤交代制勤務に従事している看護スタッフを対象に働き方、休み方、自身の健康状態について実態を調査した。今回は、対象者がインターネットを通して回答できる方式を取り入れた。自由記載の欄には、勤務環境、勤務の実態について多くの意見や質問が寄せられた。

I 調査目的

岡山県内の病院に勤務し、交代制勤務に従事している看護スタッフの実態を把握し、看護職が、健康で安全に働き続けられるために勤務環境の改善に取り組むための資料とする。

II 調査方法

1. 調査対象：岡山県内の病院で夜勤交代制勤務を実施している看護スタッフ
2. 調査期間：令和元年 10 月 10 日～令和元年 10 月 31 日
3. 調査方法：勤務環境と看護スタッフの健康状況に関するアンケートを WEB 上に作成し、対象者には自身のパソコンまたはスマートフォンに回答を入力してもらった。

病院の看護管理者宛にアンケートの内容と回答方法について文書で依頼し、対象者に伝達した。

4. 調査結果：1,929 人から入力があり、「調査の主旨を理解し、回答に同意します」と回答した 1,882 人（97.6%）を対象に集計を実施した。
5. 調査内容：別紙参照
6. 倫理的配慮

個人が特定されないような WEB 調査を選択した。調査項目への回答入力前に、「調査の主旨を理解し、回答に同意します」という項目を設定した。

調査結果については報告書にまとめること、ホームページで公表することも依頼文に記載した。

また、この調査については、岡山県看護協会理事会で審議し、承認を得た。

Ⅲ 調査結果

1. 回答者の属性

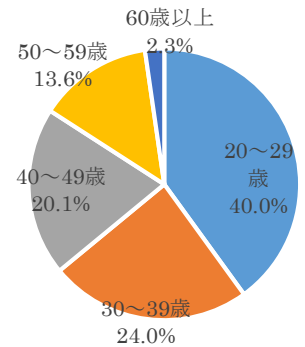
1) 年齢

年齢は、「20～29歳」40.0%、「30～39歳」24.0%、「40～49歳」20.1%、「50～59歳」13.6%、「60歳以上」2.3%であった。(表1)(図1)

表1 対象者の年齢構成

	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60歳以上	合計
人数(人)	753	452	378	256	43	1,882
割合(%)	40.0	24.0	20.1	13.6	2.3	-

図1 対象者の年齢構成



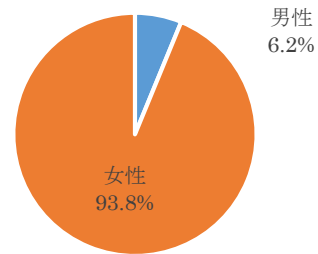
2) 性別

性別(表2)は、「男性」が6.2%、「女性」が93.8%であった。(表2)(図2)

表2 対象者の性別構成

	男性	女性	合計
人数(人)	117	1,765	1,882
割合(%)	6.2	93.8	-

図2 対象者の性別構成



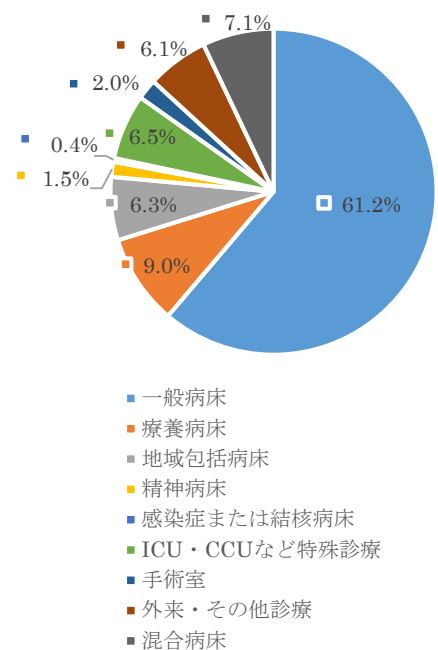
3) 所属部署(複数回答可)

「一般病床」が最も多く1152人で、全体の61.2%であった。次いで「療養病床」9.0%、「混合病床」7.1%、「ICU・CCUなど特殊診療」6.5%、「地域包括病床」6.3%、「外来・その他診療」6.1%、「手術室」2.0%、「精神病床」1.5%、「感染症または結核病床」0.4%であった。(表3)(図3)

表3 勤務している部署

勤務している部署	人数(人)	割合(%)
一般病床	1,152	61.2
療養病床	169	9.0
地域包括病床	118	6.3
精神病床	28	1.5
感染症または結核病床	7	0.4
ICU・CCUなど特殊診療(INCU等)	122	6.5
手術室	38	2.0
外来・その他診療(人工透析含む)	115	6.1
混合病床	133	7.1
一般病床+その他の病床	(106)	
療養病床+その他の病床	(6)	
ICU・CCUなど特殊診療+その他の病床	(13)	
手術+外来・その他診療	(8)	
合計	1,882	-

図3 所属部署



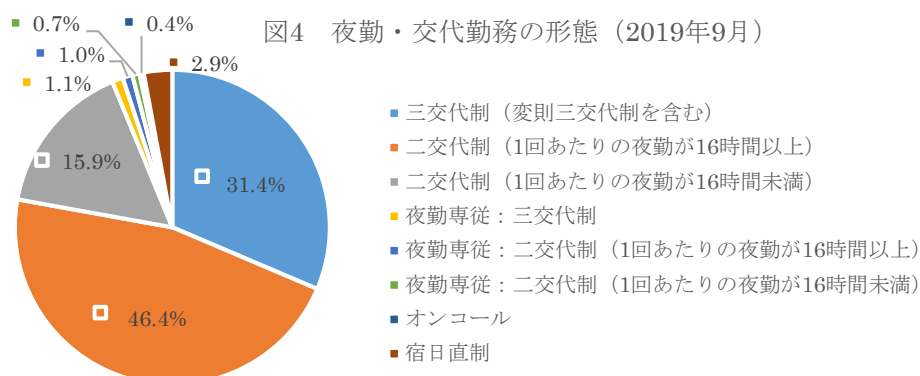
2. 勤務形態

1) 夜勤・交代制勤務の形態（2019年9月現在）

最も多かったのは「二交代制（1回あたりの夜勤が16時間以上）」46.4%で、次いで「三交代制（変則三交代制を含む）」31.4%、「二交代制（1回あたりの夜勤が16時間未満）」15.9%、「宿日直制」2.9%、「夜勤専従：三交代制」1.1%、「夜勤専従：二交代制（1回あたりの夜勤が16時間以上）」1.0%、「夜勤専従：二交代制（1回あたりの夜勤が16時間未満）」0.7%、「オンコール」0.4%であった。（表4）（図4）

表4 夜勤・交代制勤務の形態

形態	人数(人)	割合 (%)
三交代制（変則三交代制を含む）	591	31.4
二交代制（1回の夜勤が16時間以上）	874	46.4
二交代制（1回の夜勤が16時間未満）	300	15.9
夜勤専従：三交代制	21	1.1
夜勤専従：二交代制（1回の夜勤が16時間以上）	19	1.0
夜勤専従：二交代制（1回の夜勤が16時間未満）	14	0.7
オンコール	8	0.4
宿日直制	55	2.9
合計	1,882	-

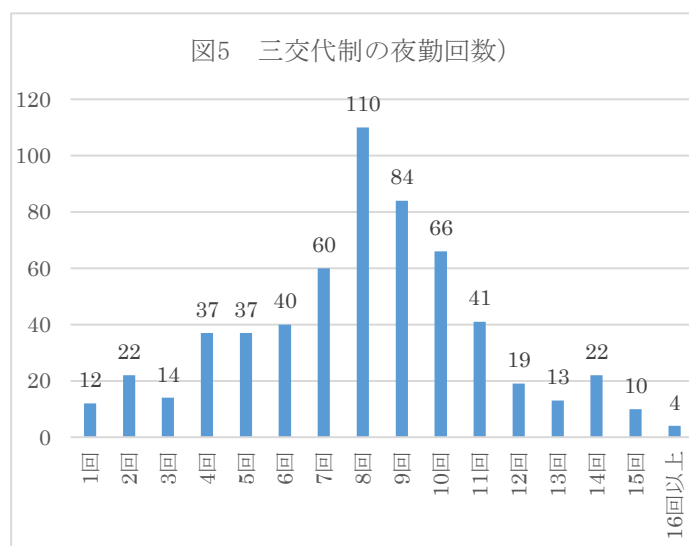


2) 2019年9月の夜勤回数

(1) 三交代制の夜勤回数は、「8回」110人が最も多く、次いで「9回」84人、「10回」66人、「7回」60人であった。（表5）（図5）

表5 三交代制の夜勤回数 n = 591人

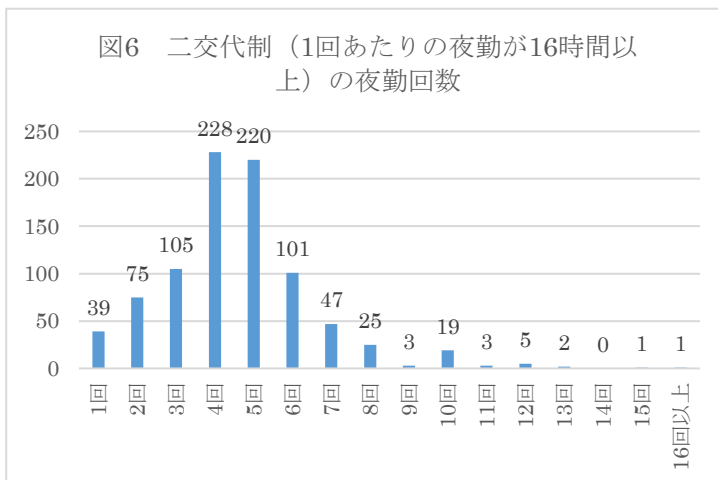
夜勤回数	人数(人)	夜勤回数	人数(人)
1回	12	9回	84
2回	22	10回	66
3回	14	11回	41
4回	37	12回	19
5回	37	13回	13
6回	40	14回	22
7回	60	15回	10
8回	110	16回以上	4



(2) 二交代制（1回あたりの夜勤が16時間以上）の夜勤回数は、「4回」228人が最も多く、次いで「5回」220人、「3回」105人、「6回」101人であった。（表6）（図6）

表6 二交代制（1回の夜勤が16時間以上）

の夜勤回数		n = 874 人	
夜勤回数	人数 (人)	夜勤回数	人数 (人)
1回	39	9回	3
2回	75	10回	19
3回	105	11回	3
4回	228	12回	5
5回	220	13回	2
6回	101	14回	0
7回	47	15回	1
8回	25	16回以上	1

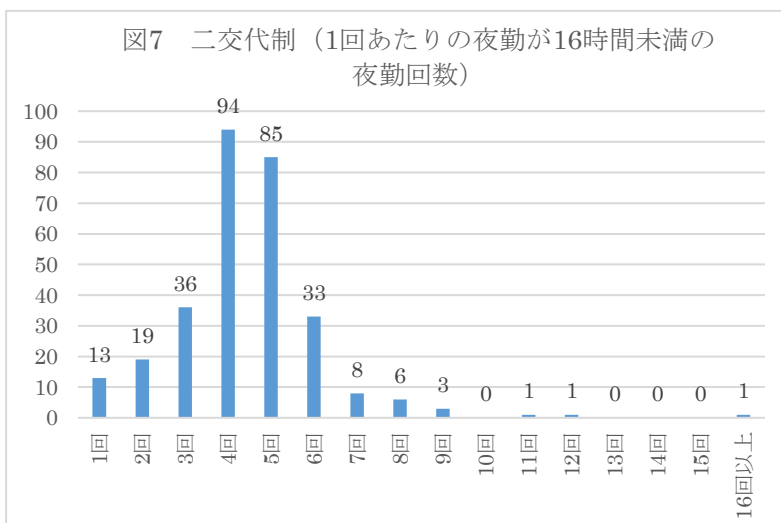


(3) 二交代制（1回あたりの夜勤が16時間未満）の夜勤回数

「4回」94人が最も多く、次いで「5回」85人、「3回」36人、「6回」33人であった。（表7）（図7）

表7 二交代制（1回あたりの夜勤が16時間未満）

の夜勤回数		n = 300 人	
夜勤回数	人数(人)	夜勤回数	人数(人)
1回	13	9回	3
2回	19	10回	0
3回	36	11回	1
4回	94	12回	1
5回	85	13回	0
6回	33	14回	0
7回	8	15回	0
8回	6	16回以上	1



3. 夜勤時の超過勤務時間

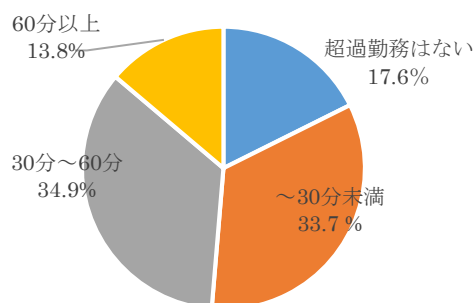
1) 超過勤務時間

「30分以上～60分未満」が34.9%と最も多く、次いで「30分未満」が33.7%、「超過勤務はない」が17.6%、「60分以上」が13.8%であった。（表8）（図8）

表8 夜勤時の超過勤務時間

超過勤務時間	人数 (人)	割合 (%)
超過勤務はない	332	17.6
30分未満	634	33.7
30分～60分未満	656	34.9
60分以上	260	13.8
合計	1,882	-

図8 夜勤時の超過勤務時間

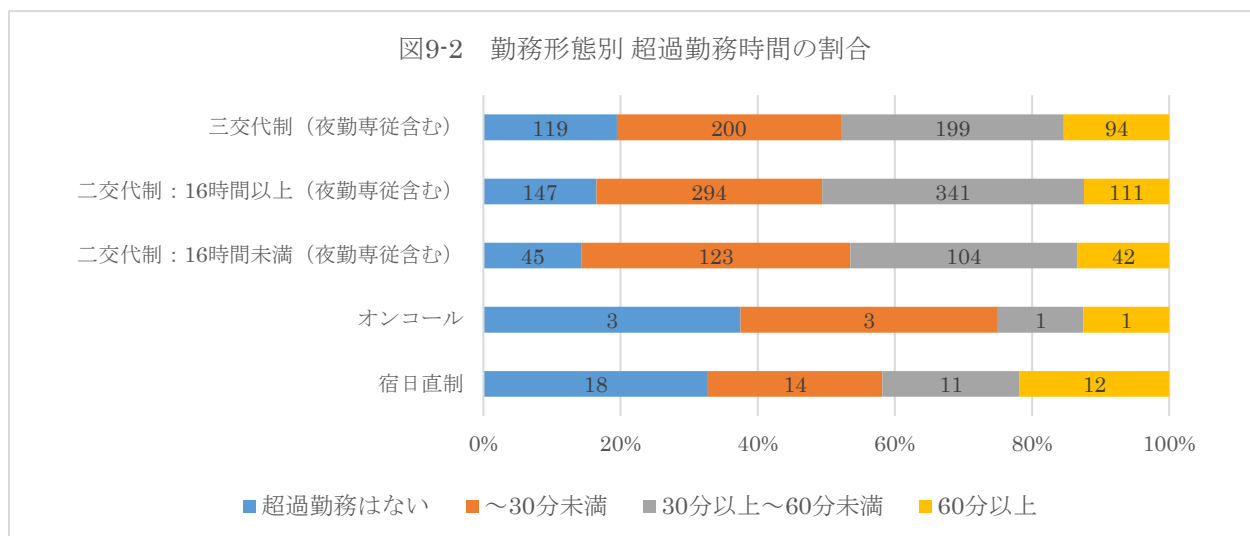
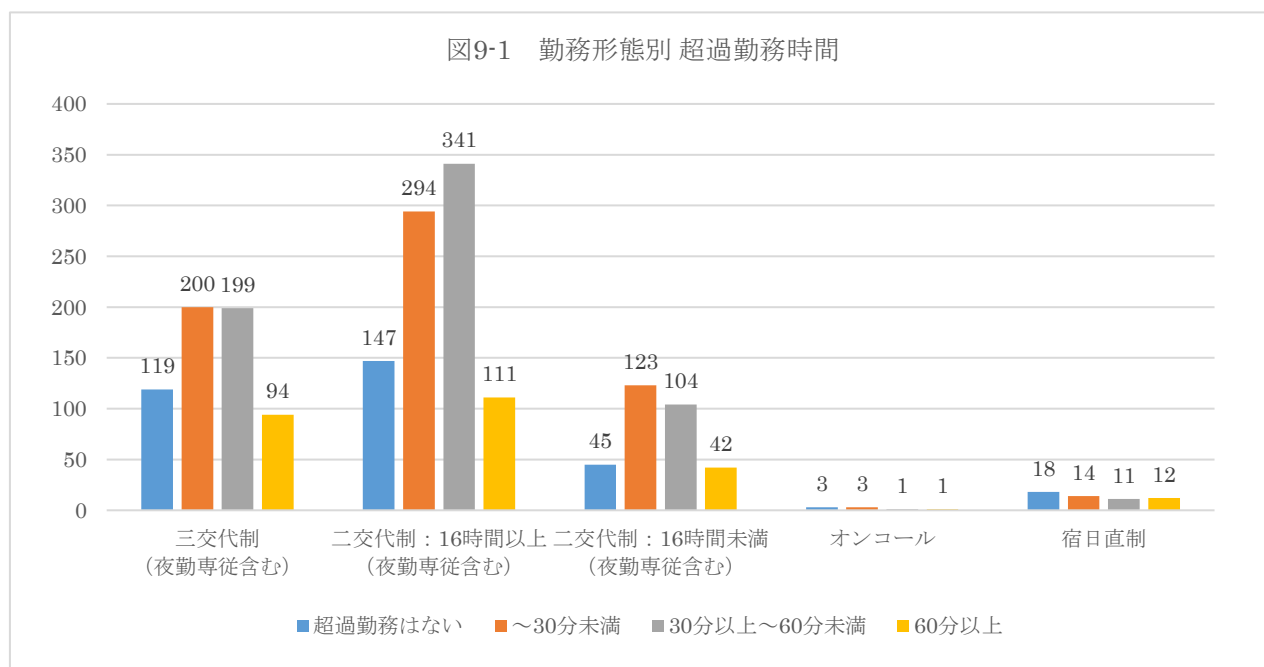


2) 勤務形態による夜勤時の超過勤務時間の比較

30分以上の超過勤務をしている割合は、「二交代制：16時間以上（夜勤専従含む）」50.6%、次いで「三交代制（夜勤専従含む）」47.9%、「二交代制：16時間未満（夜勤専従含む）」46.5%で、割合に大きな差は見られなかった。（表9）（図9-1）（図9-2）

表9 勤務形態別 超過勤務時間

勤務形態	超過勤務なし	30分未満	30～60分未満	60分以上	合計(人)
三交代制 （夜勤専従含む）	119 (19.4%)	200 (32.7%)	199 (32.5%)	94 (15.4%)	612 -
二交代制：16時間以上 （夜勤専従含む）	147 (16.5%)	294 (32.9%)	341 (38.2%)	111 (12.4%)	893 -
二交代制：16時間未満 （夜勤専従含む）	45 (14.3%)	123 (39.2%)	104 (33.1%)	42 (13.4%)	314 -
オンコール	3 (37.5%)	3 (37.5%)	1 (12.5%)	1 (12.5%)	8 -
宿日直制	18 (32.7%)	14 (25.5%)	11 (20.0%)	12 (21.8%)	55 -

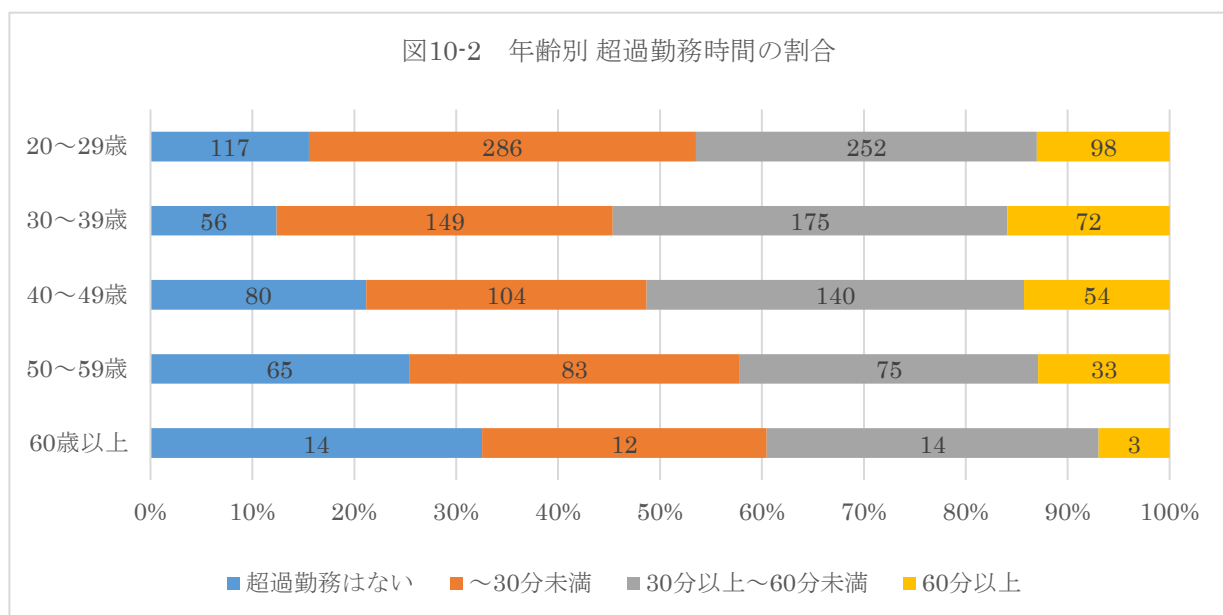
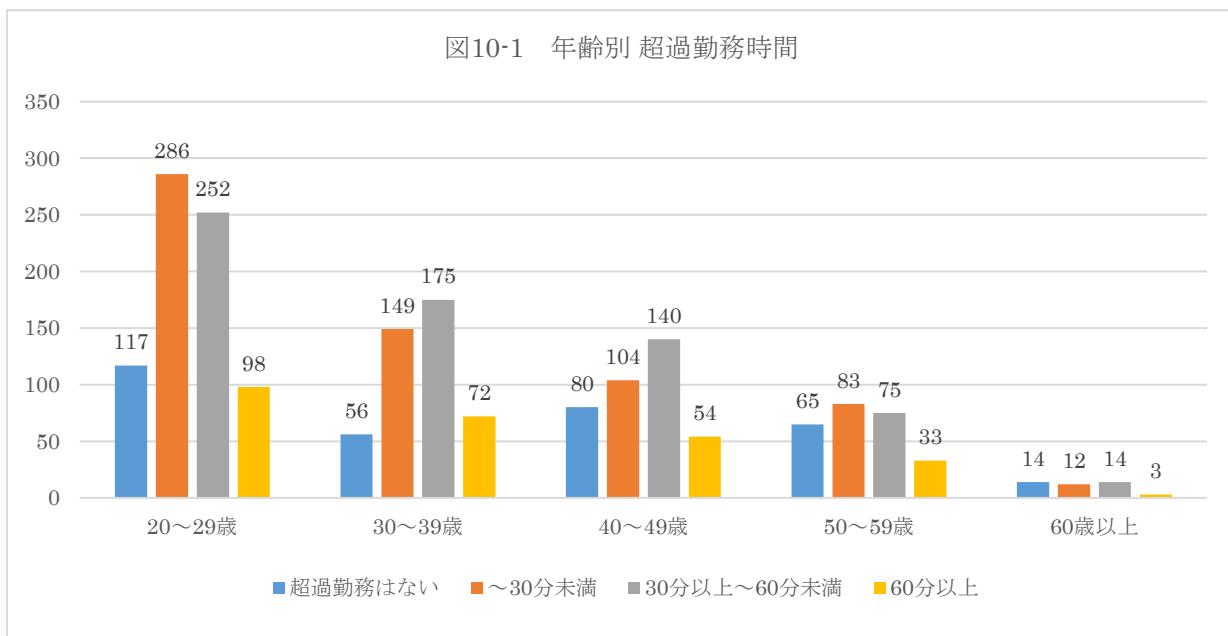


3) 年齢別による夜勤時の超過勤務時間の比較

30分以上の超過勤務をしている割合は、「30～39歳」が54.6%と最も多く、次いで「40～49歳」51.3%、「20～29歳」46.5%、「50～59歳」42.2%で、「60歳以上」が39.6%と最も低かった。(表10)(図10-1)(図10-2)

表10 年齢別 超過勤務時間

	超過勤務なし	30分未満	30～60分未満	60分以上	合計(人)
20～29歳	117 (15.5%)	286 (38.0%)	252 (33.5%)	98 (13.0%)	753 -
30～39歳	56 (12.4%)	149 (33.0%)	175 (38.7%)	72 (15.9%)	452 -
40～49歳	80 (21.2%)	104 (27.5%)	140 (37.0%)	54 (14.3%)	378 -
50～59歳	65 (25.4%)	83 (32.4%)	75 (29.3%)	33 (12.9%)	256 -
60歳以上	14 (32.6%)	12 (27.9%)	14 (32.6%)	3 (7.0%)	43 -



4. 夜勤の休憩時間について

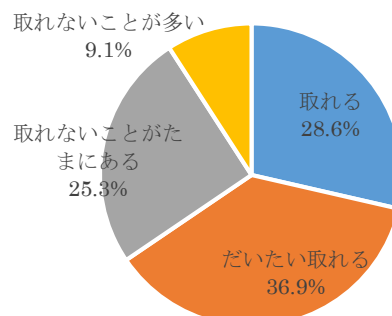
1) 夜勤の休憩時間

「だいたい取れる」36.9%と最も多く、次いで「取れる」28.6%、「取れないことがたまにある」25.3%、「取れないことが多い」9.1%であった。(表11) (図11)

表11 夜勤の休憩時間

休憩時間	人数(人)	割合(%)
取れる	538	28.6
だいたい取れる	695	36.9
取れないことがたまにある	477	25.3
取れないことが多い	172	9.1
合計	1882	-

図11 夜勤の休憩時間



2) 勤務形態別の夜勤の休憩時間の比較

オンコール、宿日直を除く交代制勤務で、「取れる」「だいたい取れる」と答えた割合は、「二交代制：16時間未満(夜勤専従含む)」が最も高く、次いで「二交代制：16時間以上(夜勤専従含む)」、「三交代制(夜勤専従含む)」が最も低かった。(表12) (図12-1) (図12-2)

表12 勤務形態別 夜勤の休憩時間

勤務形態	取れる	だいたい取れる	取れないことがたまにある	取れないことが多い	合計(人)
三交代制(夜勤専従含む)	106 (17.3%)	212 (34.6%)	182 (29.7%)	112 (18.3%)	612
二交代制：16時間以上(夜勤専従含む)	275 (30.8%)	341 (38.2%)	227 (25.4%)	50 (5.6%)	893
二交代制：16時間未満(夜勤専従含む)	140 (44.6%)	119 (37.9%)	49 (15.6%)	6 (1.9%)	314
オンコール	2 (25.0%)	2 (25.0%)	3 (37.5%)	1 (12.5%)	8
宿日直制	15 (27.3%)	22 (40.0%)	15 (27.3%)	3 (5.5%)	55

図12-1 勤務形態別 休憩時間

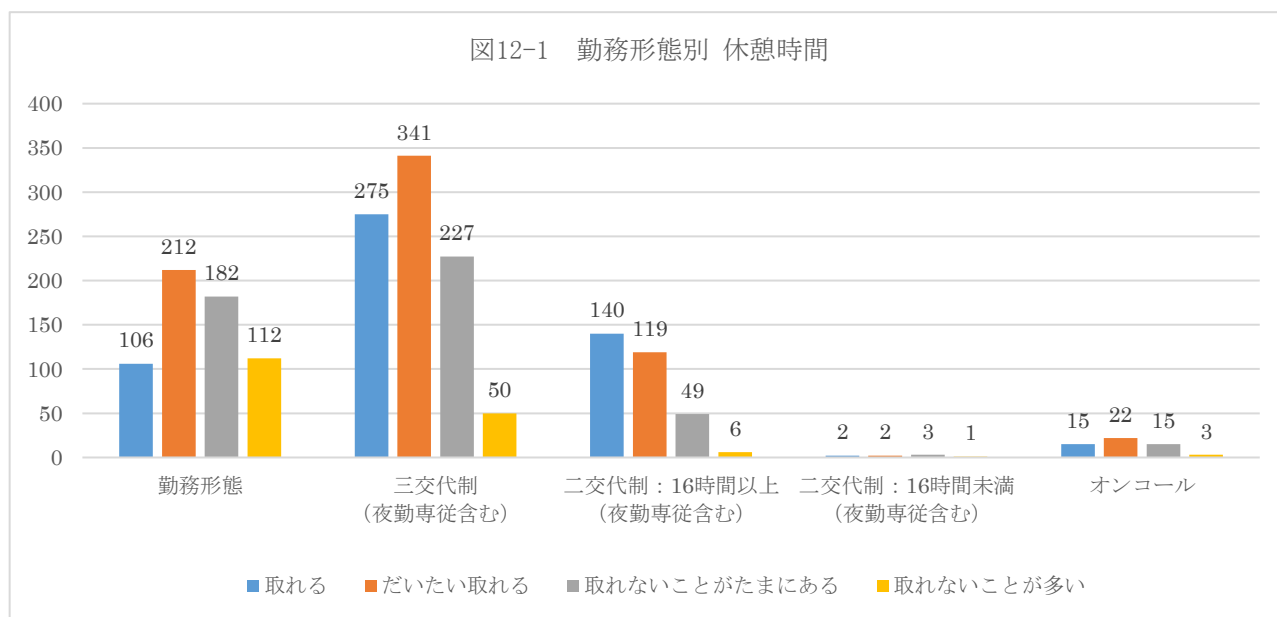
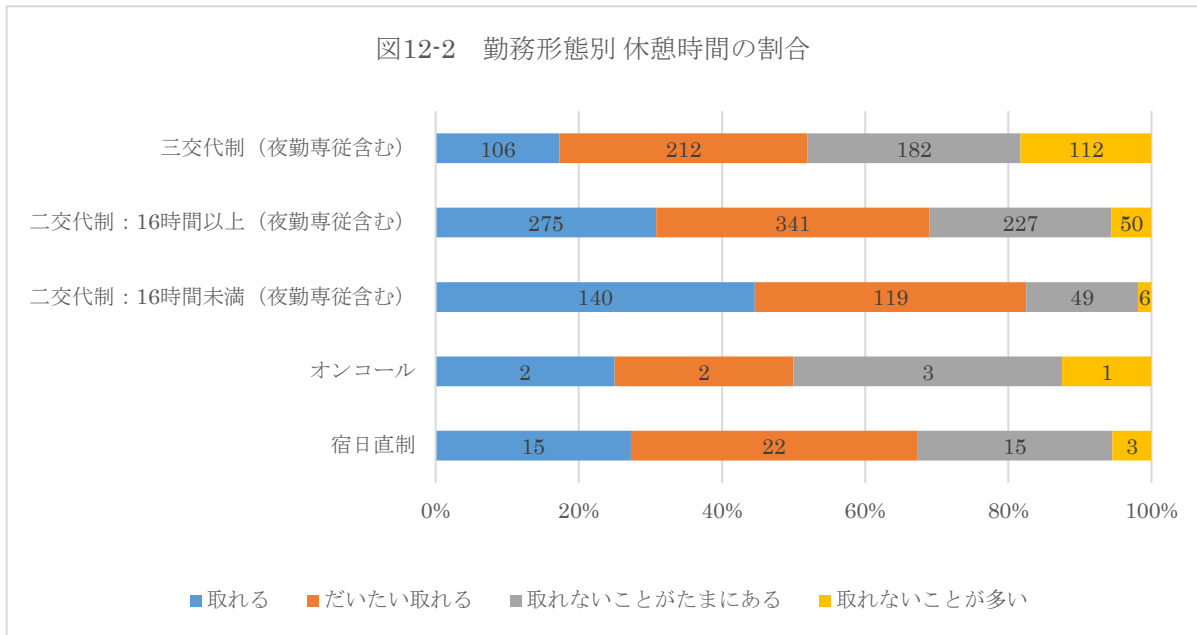


図12-2 勤務形態別 休憩時間の割合



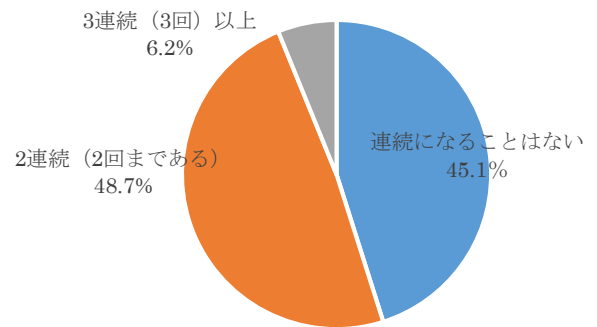
5. 夜勤の連続回数について

「2連続 (2回までである)」48.7%が最も多く、次いで「連続になることはない」45.1%、「3連続 (3回) 以上」は6.2%であった。(表13) (図13)

表13 夜勤の連続回数

連続回数	人数 (人)	割合 (%)
連続になることはない	849	45.1
2連続 (2回までである)	917	48.7
3連続 (3回) 以上	116	6.2
合計	1,882	-

図13 夜勤の連続回数



6. 勤務と勤務の間隔について

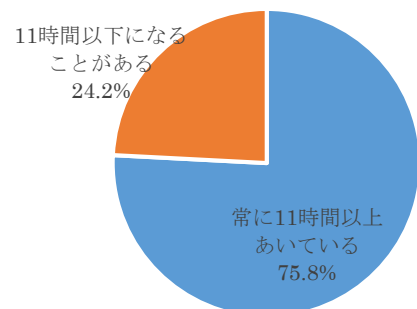
1) 勤務と勤務の間隔

「常に11時間以上あいている」が全体の75.8%、「11時間以下になることがある」は24.2%であった。(表14) (図14)

表14 勤務と勤務の間隔

勤務間隔	人数 (人)	割合 (%)
常に11時間以上あいている	1427	75.8
11時間以下になることがある	455	24.2
合計	1,882	-

図14 勤務と勤務の間隔

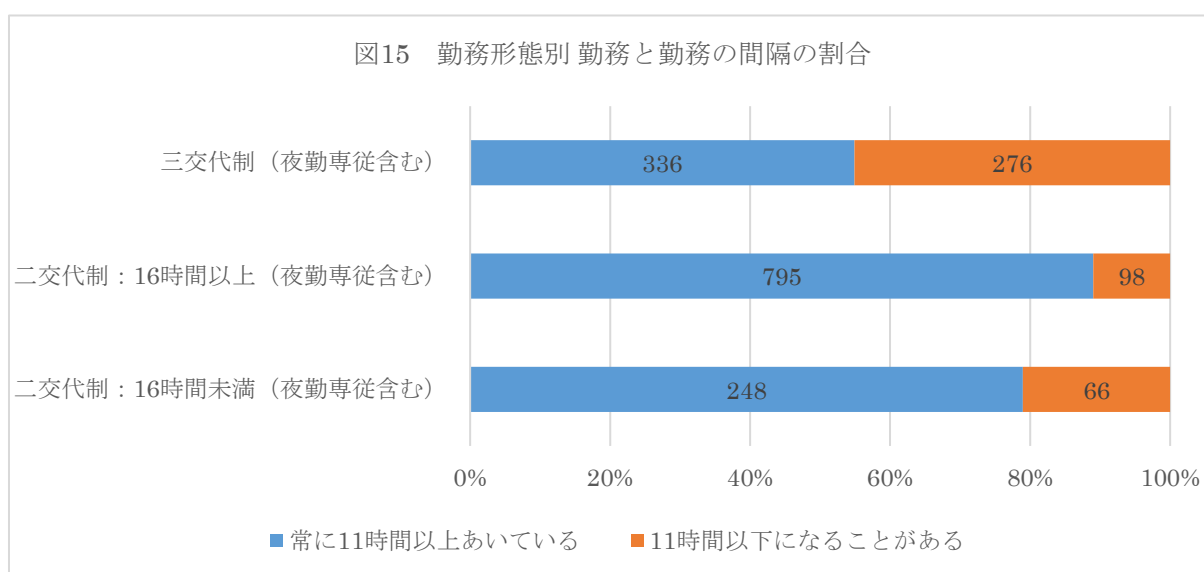


2) 勤務形態別の勤務と勤務の間隔の比較

「オンコール」と「宿日直性」を除いた交代制勤務において、「常に 11 時間以上あいている」割合は、「二交代制：16 時間以上（夜勤専従含む）」が最も高く 89.0%、次いで「二交代制：16 時間未満（夜勤専従含む）」79.0%、「三交代制（夜勤専従含む）」54.9%であった。（表 15）（図 15）

表 15 勤務形態別 勤務と勤務の間隔

勤務形態	常に 11 時間以上あいている	11 時間以下になることがある	合計 (人)
三交代制（夜勤専従含む）	336 (54.9%)	276 (45.1%)	612 -
二交代制：16 時間以上（夜勤専従含む）	795 (89.0%)	98 (11.0%)	893 -
二交代制：16 時間未満（夜勤専従含む）	248 (79.0%)	66 (21.0%)	314 -



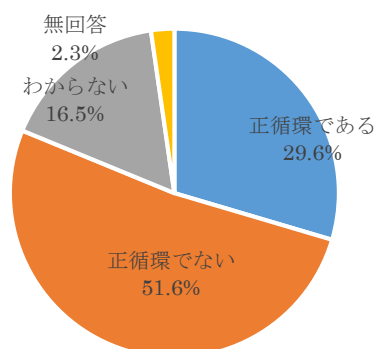
7. 勤務周期について（三交代勤務者のみ）

「正循環でない」51.6%が最も多く、次いで「正循環である」29.6%。「わからない」16.5%、「無回答」2.3%であった。（表 16）（図 16）

表 16 三交代勤務者の勤務周期

	人数 (人)	割合 (%)
正循環である	181	29.6
正循環でない	316	51.6
わからない	101	16.5
無回答	14	2.3
合計	612	-

図16 勤務周期
（三交代勤務者のみ）



8. 夜勤後の休息の確保について

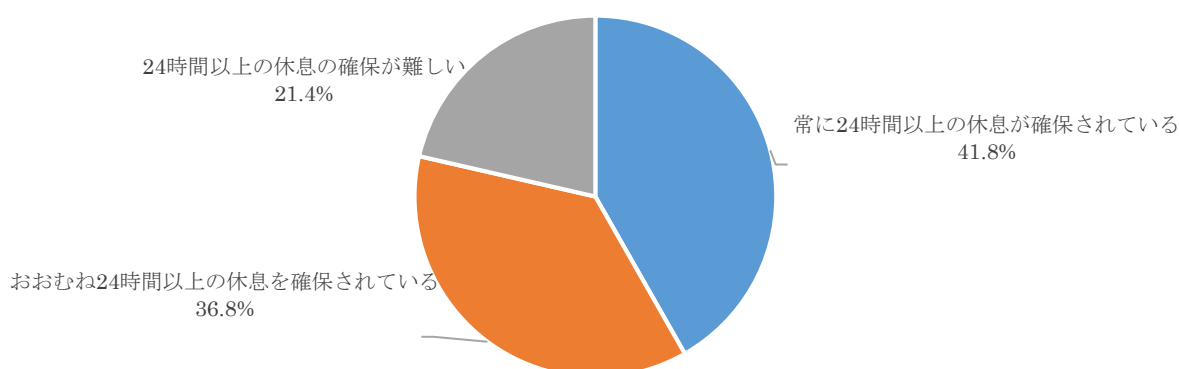
1) 夜勤後の休息の確保

「常に24時間以上の休息を確保されている」41.8%が最も多く、「おおむね24時間以上の休息を確保されている」36.8%、「24時間以上の休息の確保が難しい」が21.4%であった。(表17)(図17)

表17 夜勤後の休息の確保

	人数(人)	割合(%)
常に24時間以上の休息が確保されている	786	41.8
おおむね24時間以上の休息を確保されている	693	36.8
24時間以上の休息の確保が難しい	403	21.4
合計	1,882	-

図17 夜勤後の休息の確保



2) 勤務形態別における夜勤後の休息確保の比較

夜勤後の休息が確保できている割合を見ると、「二交代制：16時間以上(夜勤専従含む)」が最も高く、次いで「二交代制：16時間未満(夜勤専従含む)」、「オンコール」、「三交代制(夜勤専従含む)」で、「宿日直性」が最も低かった。(表18)(図18-1)(図18-2)

「常に24時間以上確保」「おおむね24時間以上確保」を合わせると、二交代制16時間以上で93%、二交代制16時間未満で88%であり、二交代制勤務では休息を確保できている割合が大きい。

表18 勤務形態別 夜勤後の休息確保

	常に24時間以上確保	おおむね24時間以上確保	24時間以上確保困難	合計(人)
三交代制(夜勤専従含む)	81 (13.2%)	259 (42.3%)	272 (44.4%)	612
二交代制：16時間以上(夜勤専従含む)	536 (60.0%)	294 (32.9%)	63 (7.1%)	893
二交代制：16時間未満(夜勤専従含む)	160 (51.0%)	116 (36.9%)	38 (12.1%)	314
オンコール	2 (25.0%)	3 (37.5%)	3 (37.5%)	8
宿日直制	7 (12.7%)	21 (38.2%)	27 (49.1%)	55

図18-1 勤務形態別 夜勤後の休息確保

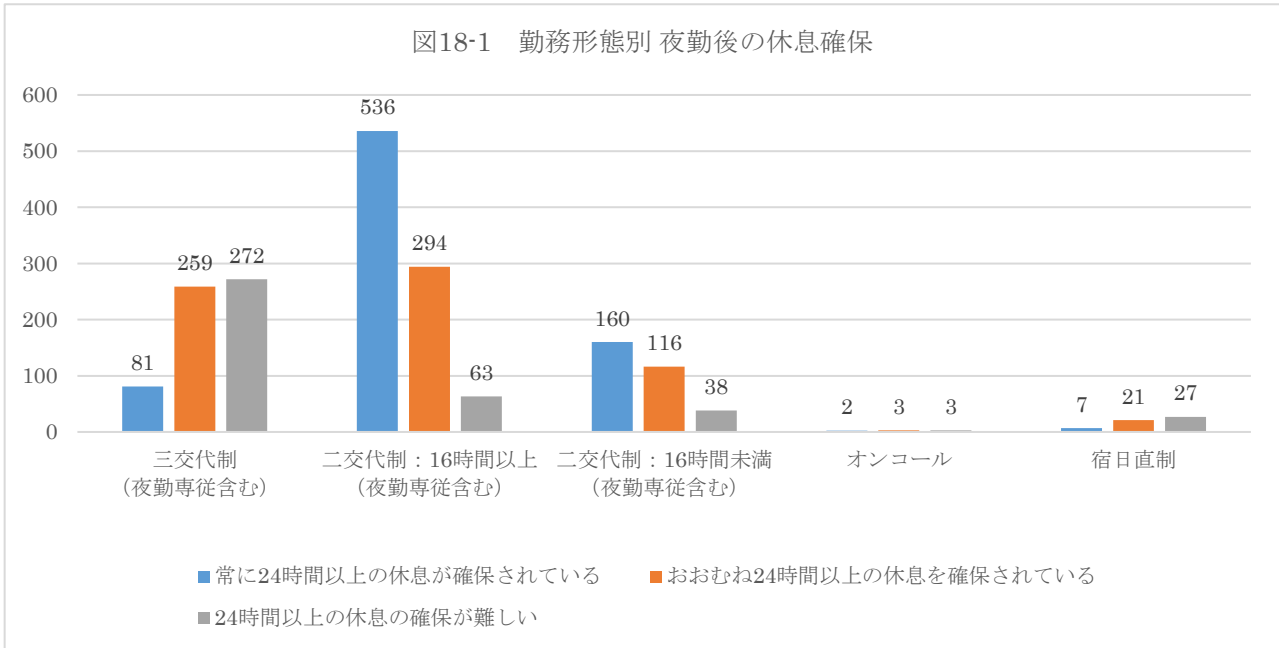
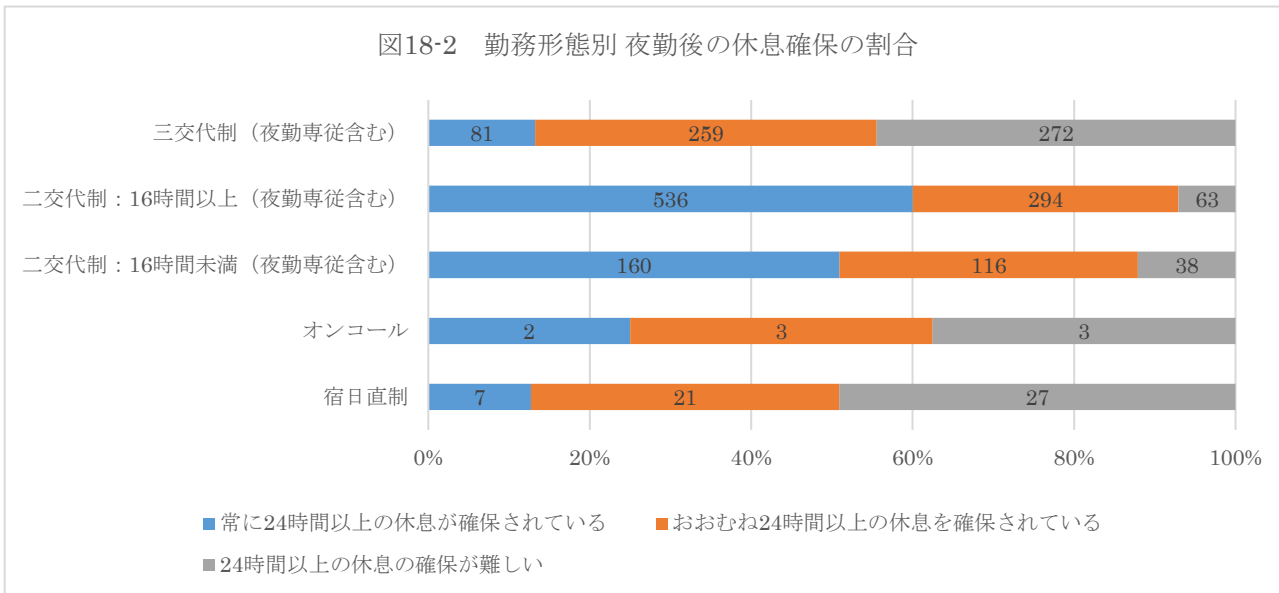


図18-2 勤務形態別 夜勤後の休息確保の割合



9. 夜勤軽減について

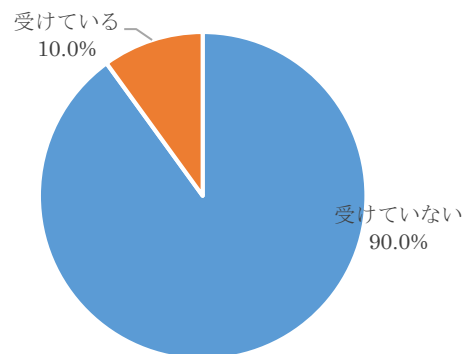
1) 調査時に夜勤軽減を受けていた人について

夜勤軽減を受けていた人は、全体の10.0%であった。(表19)(図19)

表19 夜勤軽減を受けているか

	人数(人)	割合(%)
受けていない	1,694	90.0
受けている	188	10.0
合計	1,882	-

図19 夜勤軽減を受けているか

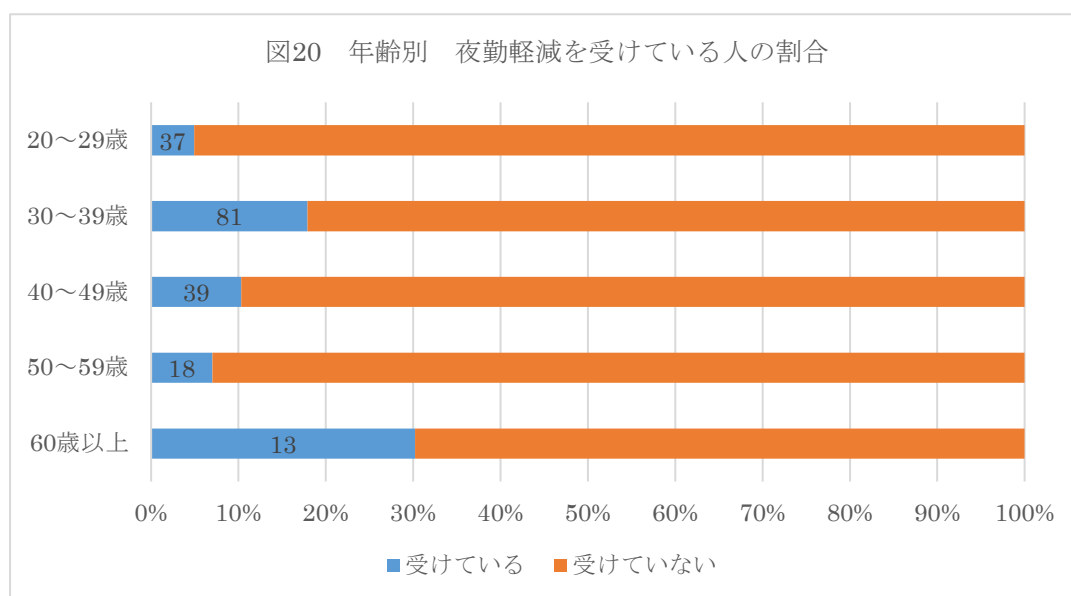


2) 夜勤軽減を受けている人の年齢別割合について

「60歳以上」30.2%が最も多く、次いで「30～39歳」17.9%、「40～49歳」10.3%、「50～59歳」7.0%、「20～29歳」が4.9%であった。(表20)(図20)

表20 夜勤軽減を受けている人の年齢構成

	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60歳以上	合計
人数(人)	37	81	39	18	13	188
総数(人)	753	452	378	256	43	1,882
割合(%)	4.9	17.9	10.3	7.0	30.2	-



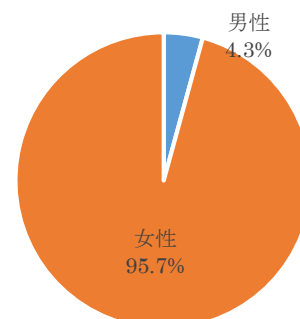
3) 夜勤軽減を受けている人の性別構成

夜勤軽減を受けている人は「女性」が95.7%、男性が4.3%であった。(表21)(図21)

表21 夜勤軽減を受けている人の性別構成

	人数(人)	割合(%)
男性	8	4.3
女性	180	95.7
合計	188	-

図21 夜勤免除を受けている人の性別構成



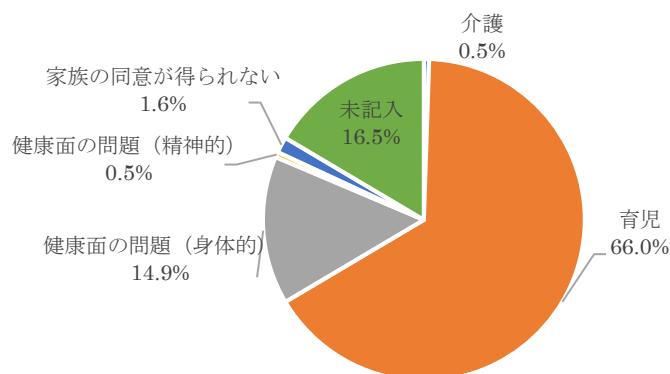
10. 夜勤軽減を受けている理由（複数回答あり）

「育児」に関連した理由が 66.0%と最も多く、次いで「健康面の問題（身体的）」に関連した理由が 14.9%、「家族の同意が得られない」 1.6%。「健康面の問題（精神的）」 0.5%、「介護」 0.5%であった。（表 22）（図 22）

表 22 夜勤軽減を受けている理由

理由	人数(人)	割合(%)
介護	1	0.5
育児	106	
育児+家族の同意が得られない	8	
育児+健康面の問題（身体的）	5	(124) 66.0
育児+健康面の問題（身体的・精神的）	4	
育児+その他	1	
健康面の問題（身体的）	24	
健康面の問題（身体的）+健康面の問題（精神的）	2	(28) 14.9
健康面の問題（身体的）+その他	2	
健康面の問題（精神的）	1	0.5
家族の同意が得られない	3	1.6
未記入	31	16.5
合計	188	-

図22 夜勤軽減を受けている理由



11. 健康状態について、自覚している身体的症状の有無

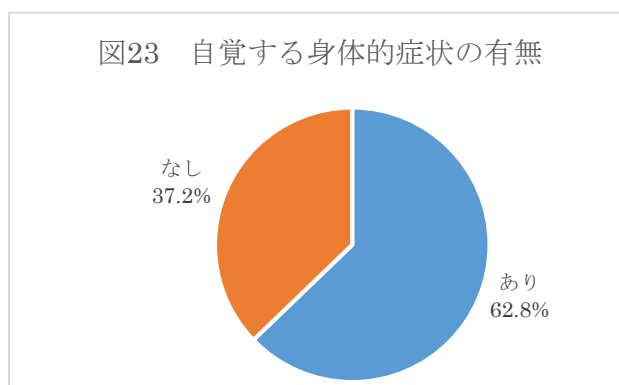
1) 自覚する身体的症状の有無

身体症状「あり」と答えた人は 1,182 人 (62.8%) で、「なし」は 700 人 (37.2%) であった。（表 23）（図 23）

表 23 自覚する身体的症状の有無

	人数(人)	割合 (%)
あり	1,182	62.8
なし	700	37.2
合計	1,882	-

図23 自覚する身体的症状の有無

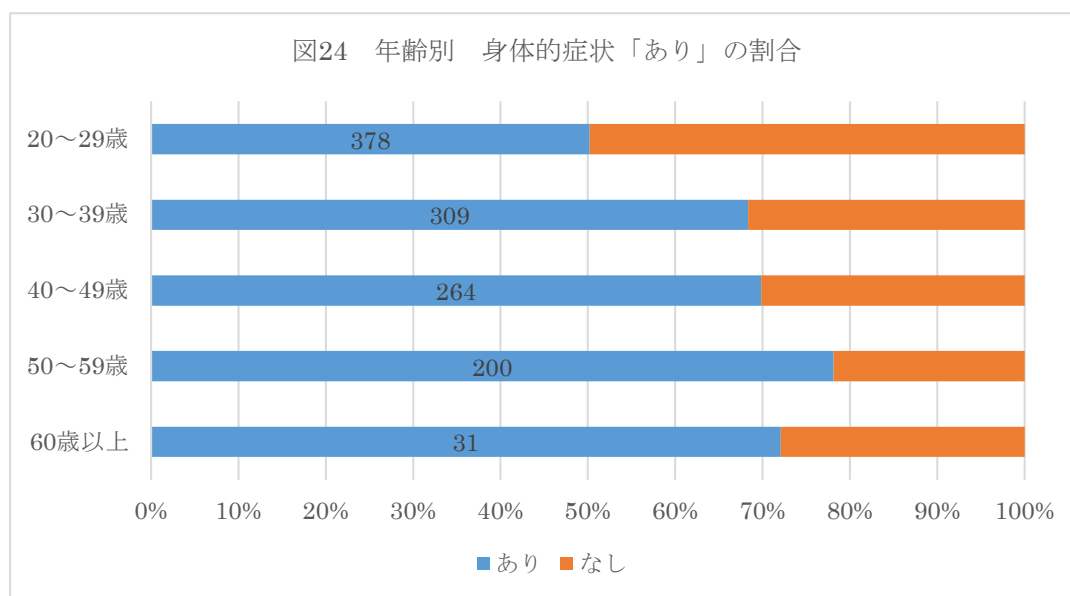


2) 自覚する身体的症状「あり」と答えた人の年齢別割合について

「50～59歳」78.1%と最も多く、次いで「60歳以上」72.1%、「40～49歳」69.8%、「30～39歳」68.4%、「20～29歳」50.2%であった。(表24)(図24)

表24 身体的症状「あり」年齢構成

	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60歳以上	合計
人数(人)	378	309	264	200	31	1182
総数(人)	753	452	378	256	43	1,882
割合(%)	50.2	68.4	69.8	78.1	72.1	-



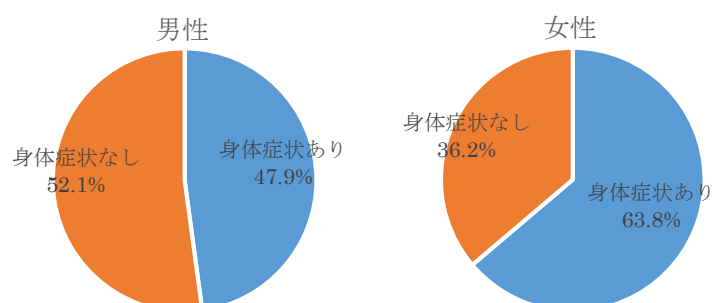
3) 自覚する身体的症状「あり」と答えた人の男女別割合について

「女性」1126人(95.3%)で、「男性」56人(4.7%)であった。(表25)(図25)

表25 身体的症状「あり」男女別割合

	身体症状あり(人)	身体症状なし(人)	計(人)
男性	56 (47.9%)	61 (52.1%)	117 -
女性	1,126 (63.8%)	639 (36.2%)	1,765 -
合計	1,182	700	1,882

図25 身体症状「あり」男女別割合



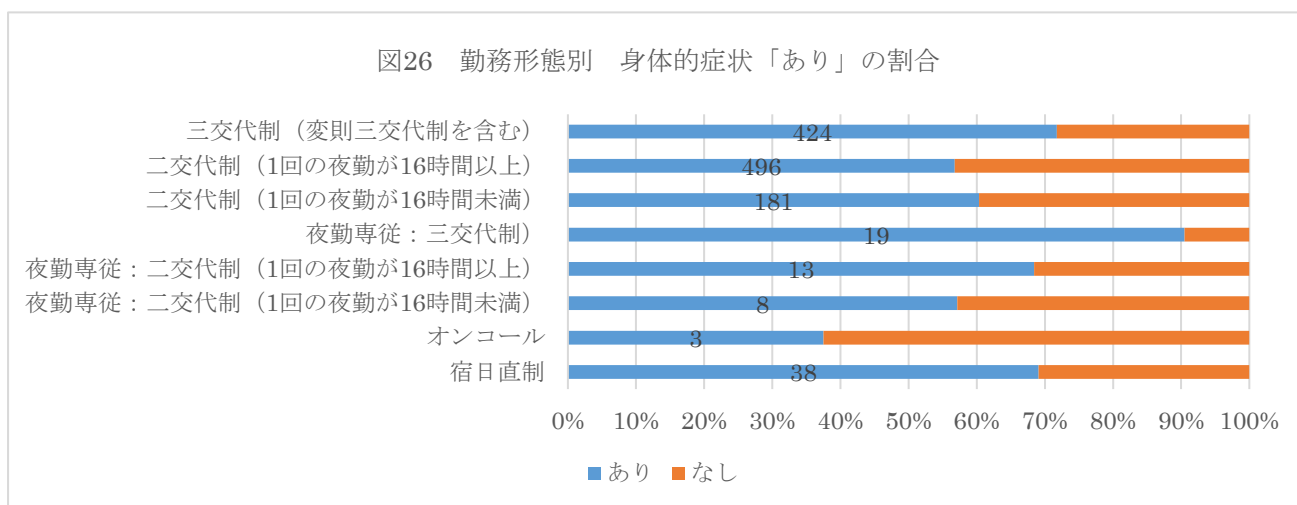
4) 自覚する身体的症状「あり」と答えた人の勤務形態別割合について

「夜勤専従：三交代制」90.5%が最も多く、次いで「三交代制（変則三交代制を含む）」71.7%、「宿日直制」69.1%、「夜勤専従：二交代制（1回の夜勤が16時間以上）」68.4%、「二交代制（1回あたりの夜勤が16時間未満）」60.3%、「夜勤専従：二交代制（1回の夜勤が16時間未満）」57.1%、「二交代制（1回あたりの夜勤が16時間以上）」56.8%、「オンコール」37.5%であった。（表26）（図26）

表26 身体症状「あり」勤務形態別構成

勤務形態	人数（人）	総数（人）	割合（％）
三交代制（変則三交代制を含む）	424	591	71.7
二交代制（1回あたりの夜勤が16時間以上）	496	874	56.8
二交代制（1回あたりの夜勤が16時間未満）	181	300	60.3
夜勤専従：三交代制	19	21	90.5
夜勤専従：二交代制（1回の夜勤が16時間以上）	13	19	68.4
夜勤専従：二交代制（1回の夜勤が16時間未満）	8	14	57.1
オンコール	3	8	37.5
宿日直制	38	55	69.1
合計	1,182	1,882	-

図26 勤務形態別 身体的症状「あり」の割合



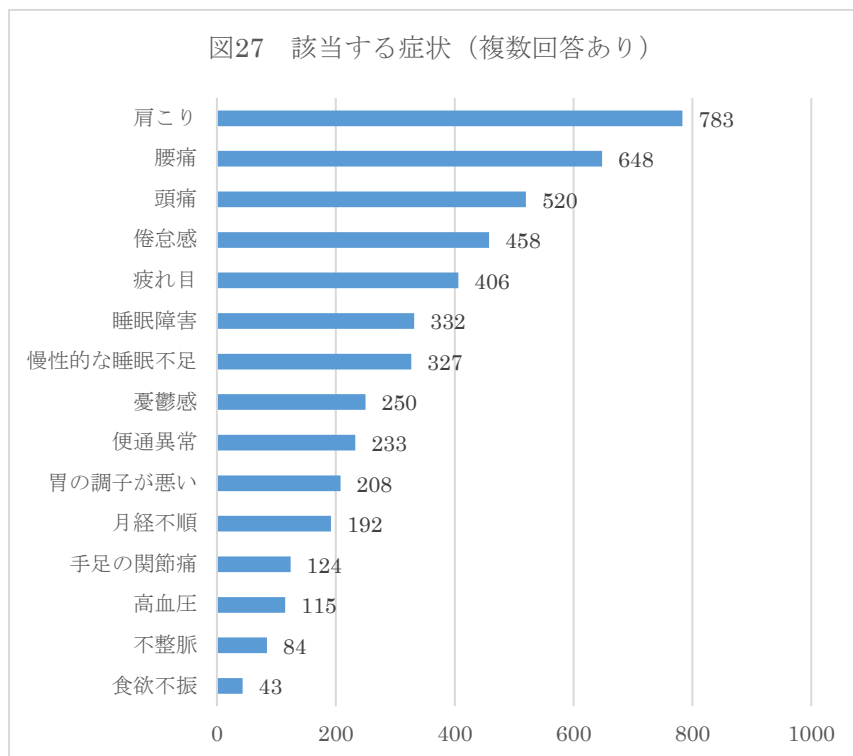
12. 自覚症状「あり」と回答した人の、該当する症状（複数回答あり）

1) 自覚する症状の件数

自覚症状「あり」と回答した1182人のうち、回答が無かった人が8人あった。回答のあった1174人から4723件の自覚症状が上がった。「肩こり」783件が最も多く、次いで「腰痛」648件、「頭痛」520件、「倦怠感」458件、「疲れ目」406件、「睡眠障害」332件、「慢性的な睡眠不足」327件、「憂鬱感」250件、「便秘異常」233件、「胃の調子が悪い」208件、「月経不順」192件、「手足の関節痛」124件、「高血圧」115件、「不整脈」84件、「食欲不振」43件であった。（表27）（図27）

表 27 該当する症状 n = 1174 人

症状名	件数(件)
肩こり	783
腰痛	648
頭痛	520
倦怠感	458
疲れ目	406
睡眠障害	332
慢性的な睡眠不足	327
憂鬱感	250
便秘異常	233
胃の調子が悪い	208
月経不順	192
手足の関節痛	124
高血圧	115
不整脈	84
食欲不振	43



2) 一人が自覚する症状の件数

一人が自覚する症状の件数は「3件」226人が最も多く、次いで「2件」217人、「4件」183人、「5件」147人、「1件」139人、自覚症状が「14件」という人が1人いた。(表 28) (図 28-1) (図 28-2)

表 28 一人が自覚する症状の件数 n = 1174 人

件数	人数(人)	件数	人数(人)	件数	人数(人)
1件	139	6件	89	11件	8
2件	217	7件	62	12件	6
3件	226	8件	38	13件	5
4件	183	9件	30	14件	1
5件	147	10件	21	15件	0

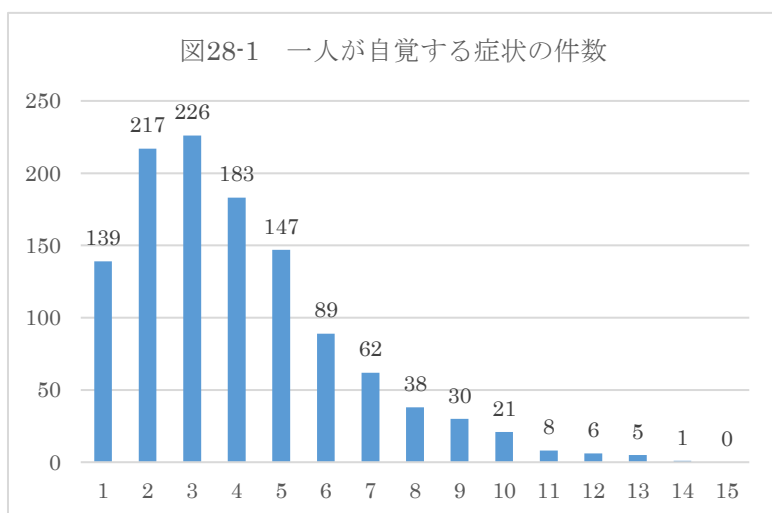
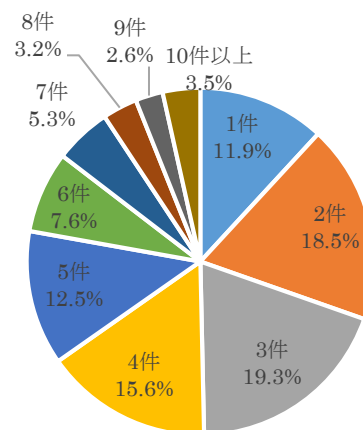


図28-2 一人が自覚する症状の件数



13. 疲れ具合について

1) 疲れ具合

「疲れが翌日まで残ることが多い」42.9%で最も多く、次いで「疲れを感じるが、次の日までには回復している」31.5%、「休日でも回復せず、常に疲れている」21.4%、「どちらともいえない」3.1%で、「疲れを感じない」は1.1%であった。(表 29) (図 29-1) (図 29-2)

表 29 疲れ具合

疲れ具合	人数 (人)	割合 (%)
疲れを感じない	21	1.1
疲れを感じるが、次の日までには回復している	593	31.5
疲れが翌日まで残ることが多い	808	42.9
休日でも回復せず、常に疲れている	402	21.4
どちらともいえない	58	3.1
合計	1,882	-

図29-1 疲れ具合

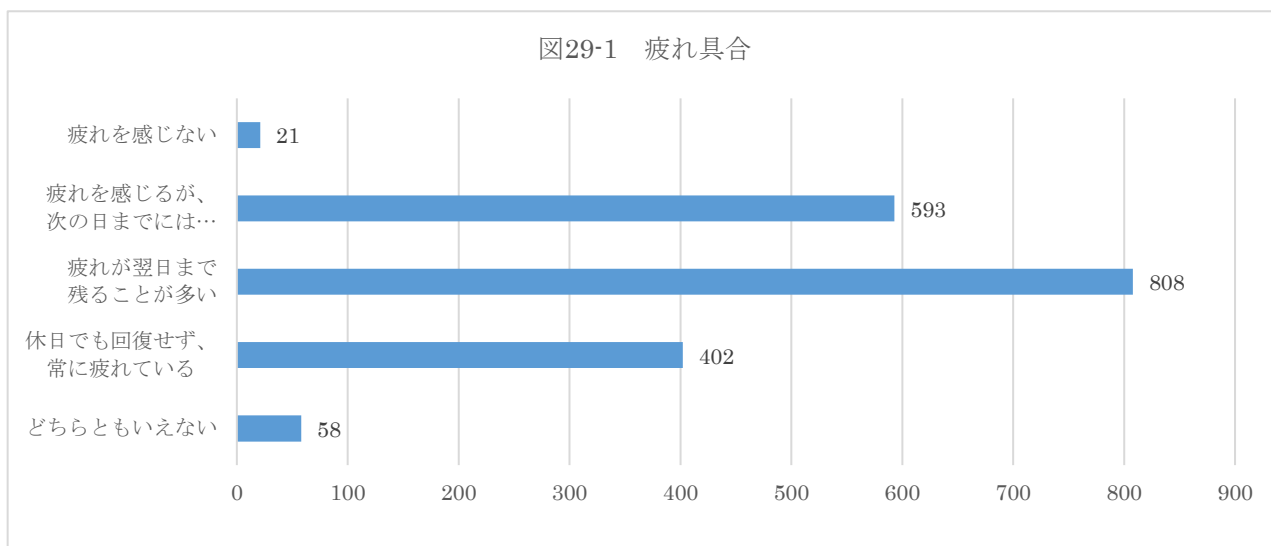
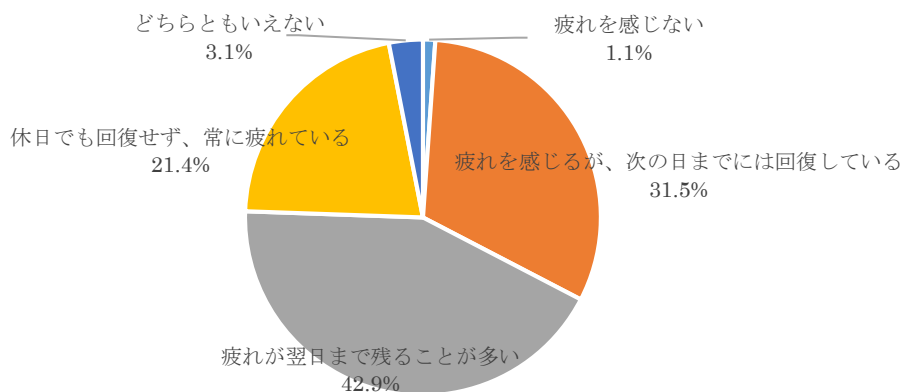


図29-2 疲れ具合



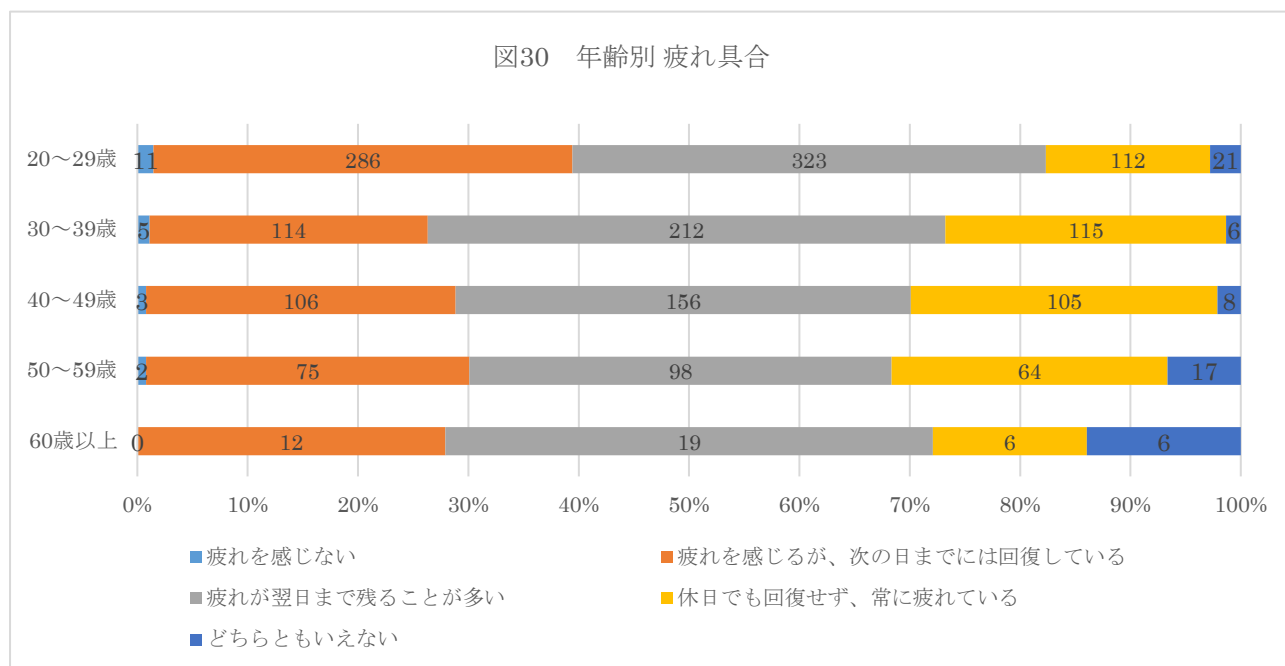
2) 年齢別にみた疲れ具合の比較

各年代ともに、最も多いのは「疲れが翌日まで残ることが多い」で、「20～29歳」42.9%、「30～39歳」46.9%、「40～49歳」41.3%、「50～59歳」38.3%、「60歳以上」44.2%であった。また、「疲れを感じない」と「疲れを感じるが、次の日までには回復している」を合わせた割合が最も大きいのは「20～29歳」、逆に最も小さいのは「30～39歳」であった。(表30)(図30)

表30 年齢別 疲れ具合

疲れ具合	疲れを感じない	疲れを感じるが、次の日までには回復している	疲れが翌日まで残ることが多い	休日でも回復せず、常に疲れている	どちらともいえない	合計(人)
20～29歳	11 (1.5%)	286 (38.0%)	323 (42.9%)	112 (14.9%)	21 (2.8%)	753 -
30～39歳	5 (1.1%)	114 (25.2%)	212 (46.9%)	115 (25.4%)	6 (1.3%)	452 -
40～49歳	3 (0.8%)	106 (28.0%)	156 (41.3%)	105 (27.8%)	8 (2.1%)	378 -
50～59歳	2 (0.8%)	75 (29.3%)	98 (38.3%)	64 (25.0%)	17 (6.6%)	256 -
60歳以上	0 (0.0%)	12 (27.9%)	19 (44.2%)	6 (14.0%)	6 (14.0%)	43 -

図30 年齢別 疲れ具合



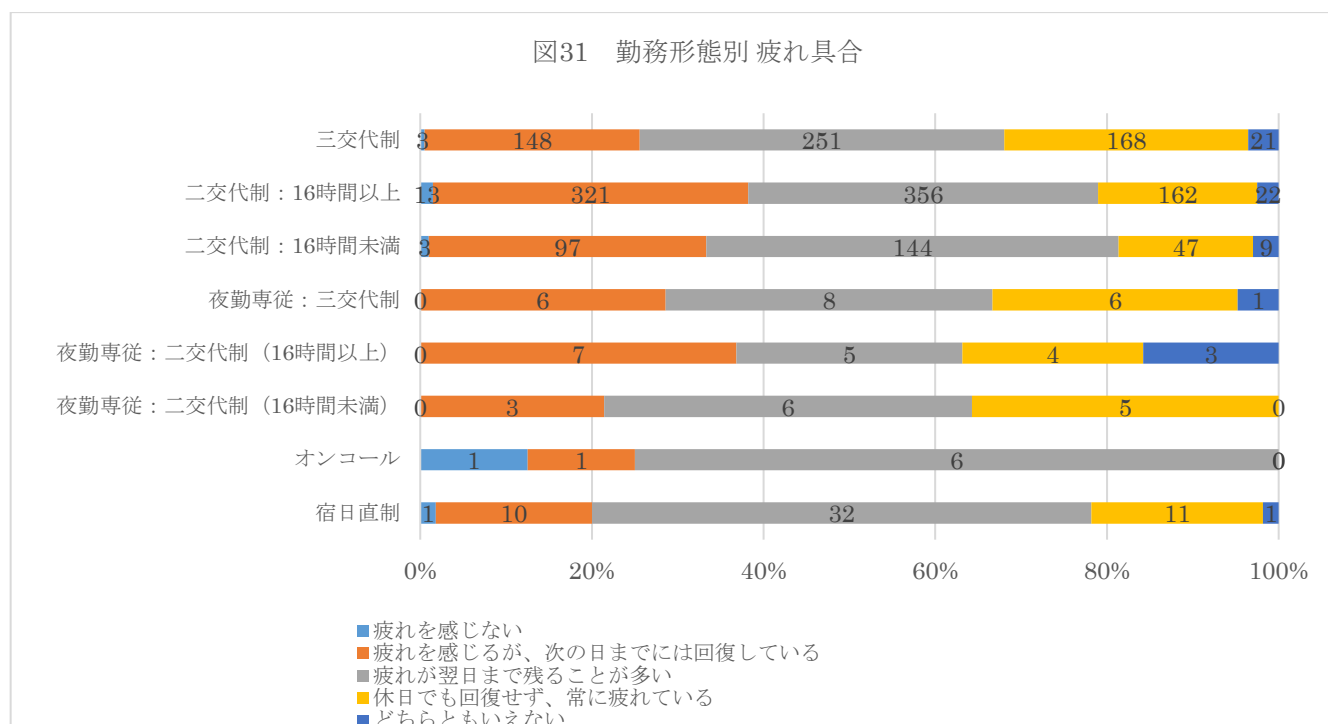
3) 勤務形態別にみた疲れ具合の比較

全ての勤務形態で、「疲れが翌日まで残ることが多い」、「休日でも回復せず、常に疲れている」と感じる割合が最も大きかった。「疲れを感じない」と感じる割合が最も大きいのは「オンコール」12.5%、「疲れを感じるが、次の日までには回復している」と感じる割合が最も大きいのは「夜勤専従：二交代制(16時間以上)」36.8%であった。とまた、「疲れを感じない」と「疲れを感じるが、次の日までには回復している」を合わせた割合が最も大きいのは「二交代制(16時間以上)」、逆に最も小さいのは「宿日直制」であった。(表31)(図31)

表 31 勤務形態別 疲れ具合

	疲れを感じない	疲れを感じるが、翌日には回復する	疲れが翌日まで残ることが多い 休日でも回復せず、常に疲れている	どちらもともいえない	合計 (人)
三交代制	3 (0.5%)	148 (25.0%)	419 (70.9%)	21 (3.6%)	591 -
二交代制 (16時間以上)	13 (1.5%)	321 (36.7%)	518 (59.3%)	22 (2.5%)	874 -
二交代制 (16時間未満)	3 (1.0%)	97 (32.3%)	191 (63.7%)	9 (3.0%)	300 -
夜勤専従：三交代制	0 (0.0%)	6 (28.6%)	14 (66.7%)	1 (4.8%)	21 -
夜勤専従：二交代制 (16時間以上)	0 (0.0%)	7 (36.8%)	9 (47.4%)	3 (15.8%)	19 -
夜勤専従：二交代制 (16時間未満)	0 (0.0%)	3 (21.4%)	11 (78.6%)	0 (0.0%)	14 -
オンコール	1 (12.5%)	1 (12.5%)	6 (75.0%)	0 (0.0%)	8 -
宿日直制	1 (1.8%)	10 (18.2%)	43 (78.2%)	1 (1.8%)	55 -

図31 勤務形態別 疲れ具合

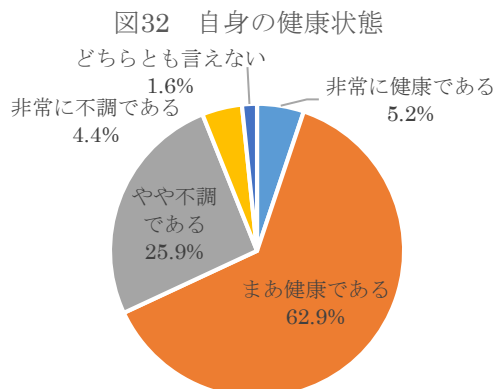


14. 自身の健康状態について

「まあ健康である」62.9%が最も多く、次いで「やや不調である」25.9%、「非常に健康である」5.2%、「非常に不調である」4.4%、「どちらとも言えない」1.6%であった。(表 32) (図 32)

表 32 自身の健康状態

健康様態	人数(人)	割合(%)
非常に健康である	97	5.2
まあ健康である	1184	62.9
やや不調である	487	25.9
非常に不調である	83	4.4
どちらとも言えない	31	1.6
合計	1882	-



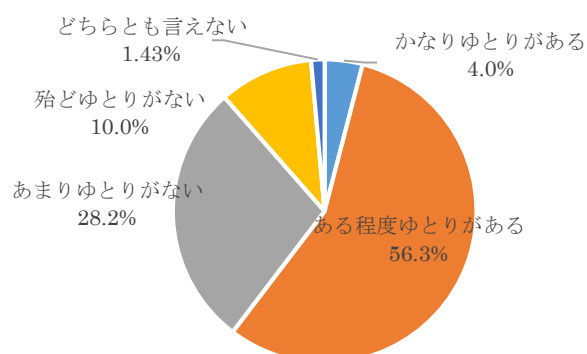
15. 日常生活の中での時間のゆとりについて

「ある程度ゆとりがある」56.3%が最も多く、次いで「あまりゆとりがない」28.2%、「殆どゆとりがない」10.0%、「かなりゆとりがある」4.0%、「どちらとも言えない」1.43%であった。(表 33) (図 33)

表 33 日常生活での時間のゆとりの有無

ゆとりの有無	人数(人)	割合(%)
かなりゆとりがある	76	4.0
ある程度ゆとりがある	1060	56.3
あまりゆとりがない	530	28.2
殆どゆとりがない	189	10.0
どちらとも言えない	27	1.43
合計	1882	-

図33 日常生活での時間のゆとり



IV まとめ

1. 回答者の属性

- 1) 年齢は 20 歳代が 40.0%、30 歳代 24.0%、40 歳代 20.1%で、比較的若い世代が多かった。今回の調査がインターネットからの回答であったことが影響しているかもしれない。
- 2) 交代制勤務の形態では、三交代制が 31.4%、二交代制が 62.3%であった。二交代制で、1 回の夜勤時間 16 時間以上が 46.4%と最も多かった。昨年、看護管理者対象に実施した調査では三交代制 40.5%、二交代制 44.1%でほぼ同じ割合であった。

2. 勤務状況

- 1) 夜勤の回数は三交代制が 8 回、9 回、10 回が多く、全体の 44.0%であった。11 回以上の人は 18.4%であった。二交代制（1 回の夜勤時間 16 時間以上）では、4 回と 5 回が一番多く、全体の 51.3%であった。6 回は 11.6%、7 回は 5.4%であった。
 - 2) 勤務と勤務との間隔が「常に 11 時間以上あいている」という回答が 75.8%であり、二交代制では 86.4%、三交代制では 54.9%であった。2015 年に調査時、三交代制で勤務間隔が短かったのが 60.2%であったので、少ししか改善されていなかった。
夜勤後、常に 24 時間以上の休息が確保されているのは二交代制では 57.7%、三交代制では 13.2%であった。このことにより、二交代制の方が 24 時間以上の休息が確保されている事が多い現状が分かった。
 - 3) 三交代制勤務の周期では、身体的に負担が少ないとされている正循環の勤務周期を取り入れているのは 29.6%であった。
3. 夜勤軽減を受けている人は、回答者の 10.0%であり、30 歳代が一番多く、次いで 40 歳代、20 歳代であった。理由としては育児が 66.0%で一番多く、次いで健康面が 14.9%であった。このことにより、「育児」という理由では、夜勤軽減を受けやすいが「介護」や「健康面」では夜勤軽減ではなく、既に労働条件の変更を行っている可能性がある。
4. 健康状態については、身体症状があると回答したのは 62.8%であり、年齢は 30 歳代が一番多く、30 歳代 26.1%、40 歳代 22.3%であった。症状は肩こりが一番多く、腰痛、頭痛、倦怠感、疲れ目などであった。疲れが翌日まで残ると回答したのは 42.9%、休日でも回復せず常に疲れていると回答したのが 21.4%であった。疲れが翌日まで残るのはすべての年齢でほぼ同じ割合であるが、休日でも回復しない割合が多いのは 30 歳代、40 歳代、50 歳代であった。勤務形態別では休日でも回復せず常に疲れているのが多かったのは三交代制 28.4%であった。

そして、自身の健康状態が「まあ健康である」と回答したのが 62.9%、「やや不調」が 25.9%、日常生活では「ある程度ゆとりがある」と回答したのが 56.3%、「あまりゆとりがない」が 28.2%であった。

5. 自由記載について

調査をしても何も解決しないという意見が複数あった。調査することは、直ちに解決につながるのではなく、実態を把握して解決していかなければならない課題を明確にすることである。三交代制から二交代制に、そして 16 時間以下の二交代制も進んできている。しかし、そのことにより、日勤時間が長くなったり、勤務体制が複雑になったりするということが発生している。

労働科学的には正循環が健康に良いとされているが、仕事を気にせず休める時間を確保できなくなるために満足感が得られていない。看護業務は 24 時間継続され、女性が多く従事しているという特性がある。健康で安全であり、やりがいをもって働き続けられるためには、改善し続けていかなければならない。

施設長
施設会員代表者 様

公益社団法人岡山県看護協会
会 長 宮田 明美
社会経済福祉委員会
委員長 武森三枝子
(公 印 省 略)

「病院看護職の夜勤・交代制勤務等実態調査」についてのお願い

時下、ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。

日頃から、協会活動に付きましては多大なるご理解ご支援を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、岡山県看護協会では、重点事業のひとつとして、看護職の労働環境の整備の推進に取り組んでいます。昨年は、県内の病院に勤務する看護師長を対象に夜勤・交代制勤務の実態調査を実施し、8月には報告書を送付させていただきました。

そこで、今回、岡山県内の病院で夜勤・交代制勤務をされている看護スタッフを対象に、調査を企画いたしました。この調査は当協会9月の理事会で承認されて実施しております。

今回は、Google フォームを利用し、パソコンまたはスマートフォンからインターネットにより個別に回答が出来るようにしております。貴施設の皆様に、お送りした回答方法(別紙)についてご周知いただき、スタッフの皆様それぞれご回答いただきますようご協力をお願いいたします。質問の最初に今回の調査について同意の有無を確認させていただきます。

また、結果の分析に際して、回答した個人が特定されることはありませんのでご安心ください。

調査結果については報告書を作成し、看護協会ホームページ等で報告させていただきます。

記

- | | |
|--------|---|
| 1 調査対象 | 岡山県内の病院で夜勤・交代制勤務をしている看護職 |
| 2 調査方法 | 調査について看護管理者から夜勤・交代制勤務に従事している看護職に周知する

岡山県看護協会ホームページ、または別紙の QR コードから回答方法、調査用紙にアクセスする |
| 3 回答方法 | 個別にインターネットおよびスマートフォンから回答 |
| 4 締 切 | <u>10月31日(木)</u> |

〈お問い合わせ先〉

公益社団法人 岡山県看護協会
社会経済福祉委員会 (事務担当: 久米)
〒700-0805 岡山市北区兵団4番31号
TEL: 086-226-3638 / FAX: 086-226-1157
メール kumea@nurse.okayama.okayama.jp

看護管理者の皆様へ

岡山県看護協会では、夜勤・交替制勤務について今後も継続して調査を実施していきます。そのときの基礎資料として下記についてお知らせください。

お手数ですが、記入後ファックスで送信をお願いします。

FAX 番号 086-226-1157

(社会経済福祉委員会担当あて)

施設名： _____

1. 夜勤・交替制勤務を実施している部署数 (部署)

2. 夜勤・交替制勤務をしている看護職数 (人)

※ 2019年10月1日現在の数をご記入ください。

※ 返送期限 10月31日

2019年「病院における看護職の夜勤・交代制勤務に関する実態調査」

ご協力をお願い

岡山県看護協会では、今年度病院に勤務し、夜勤・交代制勤務に従事している看護スタッフ（有資格者のみ）を対象に実態調査を実施します。夜勤・交代制勤務のリスクを理解し、やりがいを持って働き続けられるように、健康で安全な職場の実現にむけて取り組むために役立てていきます。

今回は、調査用紙による回答ではなく、インターネットでの回答をお願いします。この調査は岡山県看護協会理事会の承認を得て実施しています。また、結果の分析に際して回答した個人が特定されることはありません。安心してご回答ください。

調査項目のはじめに、この調査について同意の有無を聞いています。この回答をもって同意が得られたとみなします。

本調査の趣旨をご理解いただき、ご協力をよろしくお願いいたします。

調査方法について

- ◆ 岡山県看護協会ホームページ (<http://www.nurse.okayama.okayama.jp>) の専用ページから、または下記のQRコードから回答ページにアクセスしてください。
- ◆ ご回答は該当する選択肢の○にチェックするか、文字又は数字をご入力ください
- ◆ 質問によって、ご回答いただく選択肢は、単回答と複数回答があります
- ◆ 期日や期間の指定のないものは 2019年9月1日時点の状況をご回答ください
- ◆ 回答を始める前に質問内容をホームページから確認いただくとスムーズに入力できます
- ◆ 回答の途中で保存はできません。最後まで回答してから終了してください
- ◆ 回答締切は、10月31日(木)です。



アンケート回答ページへはこちら
スマートフォンで左のQRコードを読み取ってください。

こちらのURLからもアクセスできます。

<https://forms.gle/tBnXs3zkCjSpd3yi9>

※ 調査内容は以下のとおり（表示形式はWEBとは異なります）

2019 病院看護職の夜勤・交替制勤務等実態調査

* 該当する項目をチェックし、（ ）内に該当する数字または文章を入力してください。

*** 回答締切 10月31日(木)**

*必須

1. 調査への同意 *

調査の趣旨をご理解いただき、ご協力いただける場合は同意チェックボックスにチェックを入れてください。

調査の趣旨を理解し、回答に同意します 同意しない

◆ご自身の状況についてお伺いします。

2. 【問1】年齢 *

20～29歳 30～39歳 40～49歳 50～59歳 60歳以上

3. 【問2】性別 *

女性 男性

4. 【問3】勤務している部署（複数回答可） *

一般病床 療養病床 地域包括病床 精神病床 感染症または結核病床
 ICU・CCUなど特殊診療（INCU等） 手術室 外来・その他診療（人工透析含む）

5. 【問4】ご自身の夜勤・交代制勤務の形態（2019年9月現在） *

三交代制（日勤・準夜勤・深夜勤の各勤務帯の勤務時間の長さが異なる変則3交代制を含む）
 二交代制（1回あたりの夜勤が16時間以上）
 二交代制（1回あたりの夜勤が16時間未満）
 夜勤専従：三交代制（日勤・準夜勤・深夜勤の各勤務帯の勤務時間の長さが異なる変則3交代制を含む）
 夜勤専従：二交代制（1回あたりの夜勤が16時間以上）
 夜勤専従：二交代制（1回あたりの夜勤が16時間未満）
 オンコール（自宅や寮などで待機し、緊急時の呼び出しに応じて勤務につく）
 宿日直制

6. 【問5】2019年9月の夜勤回数 *

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13
 14 15 16回以上

7. 【問6】夜勤時の超過勤務時間 *

超過勤務はない ～30分未満 30分以上～60分未満 60分以上

8. 【問7】夜勤の休憩時間について *

取れる だいたい取れる 取れないことがたまにある 取れないことが多い

9. 【問8】夜勤の連続回数について *

連続になることはない 2連続（2回までである） 3連続（3回）以上

10. 【問9】勤務と勤務の間隔について *

(裏面に続く)

常に11時間以上あいている 11時間以下になることがある

11. 【問10】勤務周期について（三交代制勤務の方）

※ 正循環：日勤→準夜勤→（非番）→深夜勤のように、開始時間を遅くする勤務編成

正循環である 正循環ではない わからない

12. 【問11】夜勤後の休息について *

常に24時間以上の休息が確保されている おおむね24時間以上の休息が確保されている
 24時間以上の休息の確保が難しい

13. 【問12-1】現在、夜勤軽減を受けているか *

受けていない（問13にお進みください） 受けている

14. 【問12-2】受けていると答えた方は、その理由（複数回答可）

介護 育児 健康面の問題（身体的） 健康面の問題（精神的）
 家族の同意が得られない その他

15. 【問13-1】健康状態について、自覚している身体的症状の有無 *

あり なし（問14へお進みください）

16. 【問13-2】ありと答えた方は、該当する症状（複数回答可）

頭痛 肩こり 手足の関節痛 腰痛 高血圧 不整脈 月経不順
 便通異常 倦怠感 睡眠障害 慢性的な睡眠不足 胃の調子が悪い
 食欲不振 疲れ目 憂鬱感

17. 【問14】疲れ具合について *

疲れを感じない 疲れを感じるが。次の日までには回復している
 疲れが翌日まで残ることが多い 休日でも回復せず、常に疲れている
 どちらともいえない

18. 【問15】自身の健康状態をどのように思うか *

非常に健康である まあ健康である やや不調である
 非常に不調である どちらともいえない

19. 【問16】日常生活の中で、休んだり好きなことをする時間のゆとりの有無 *

かなりゆとりがある ある程度ゆとりがある あまりゆとりがない
 殆どゆとりがない どちらともいえない

20. 本アンケートについて、ご意見などございましたら、ご記入ください。

質問は以上です。ご協力ありがとうございました。

送信ボタンを押して、アンケートを完了してください。

【調査・編集・発行】

公益社団法人 岡山県看護協会

社会経済福祉委員会

2020（令和2）年8月発行