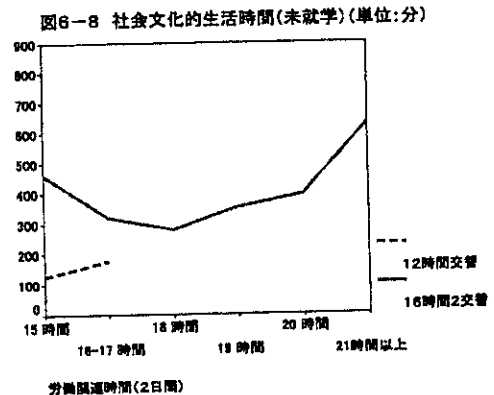
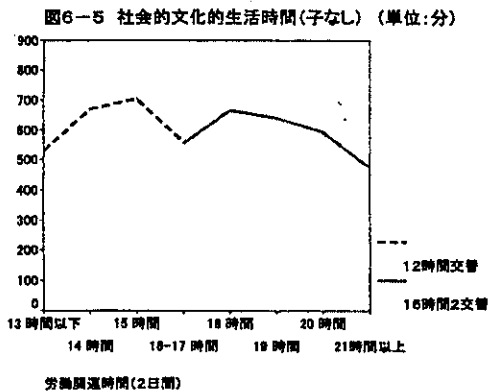
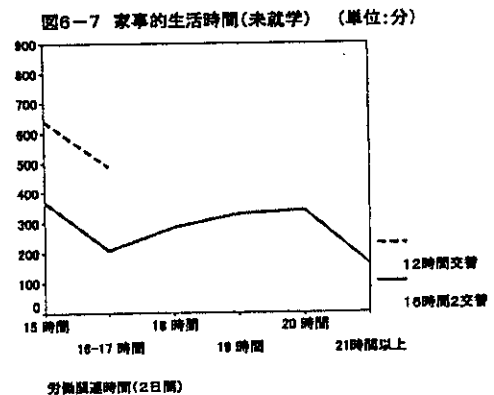
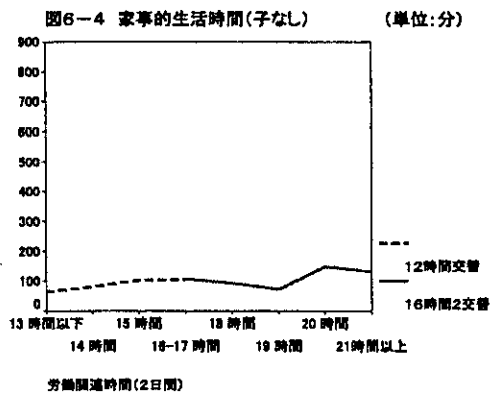
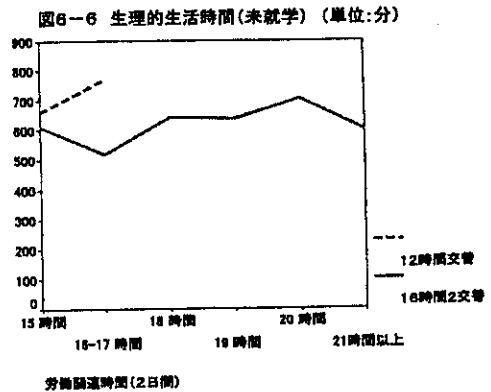
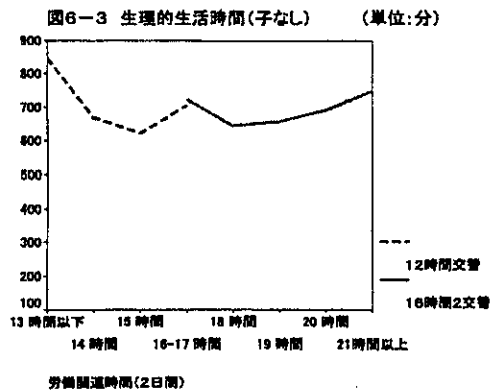


○ 社会的文化的生活時間 (図6-8)
 社会的文化的生活時間は12時間夜勤条件の
 平均値は161分で、労働関連時間が16
 時間未満の場合より17時間以上で減少し
 ていた。16時間夜勤条件における社会的

文化的生活時間の平均値は、347分とな
 り、12時間夜勤条件の場合よりかなり長
 い。16時間夜勤条件では、労働関連時間
 が長くなるにつれ社会的文化的生活時間が
 長い傾向にあった。



7. 長時間夜勤の代償として付与される
休日の生活行動への効果

12時間夜勤および16時間夜勤のメリット
として、休日が連続休日になることがあげ
られている。ここでは、休日が連休になる
ことによって、休日の内容がどのように異
なるのかに焦点を当てて分析した。分析対
象は、単独の休日が、夜勤の影響を受けない
シフトを考慮して、「日勤-休日-日勤」
の休日の生理的生活時間、家事的生活時間、
社会的文化的生活時間とした
(n=107)。連休は「日勤-休日-休日-日
勤」の2連休 (n=39) とした。

1) 勤務形態と連続休日の過ごし方 (図7 -1)

夜勤の勤務形態別に、単独の休日と2連休
の各生活時間がトータルの時間に占める割
合を比較したものである。これをみると、
どの勤務形態においても、連続休日になると
生理的生活時間が減る傾向が共通してみ
られた。その一方で、社会的文化的生活時
間の連続休日による変化が勤務形態によっ
て違いがあった。すなわち、8時間夜勤と
12時間夜勤では、連続休日の方が単独休
日より、家事的生活時間が長くなり、社会
的文化的な生活時間は6%前後長い傾向がみ
られた。これに対して16時間夜勤条件の
連続休日の場合、家事的生活時間が単独休
日の場合に比べて9%長くなり、社会的文
化的生活時間が4.4%短くなる傾向がみ
られた。

2) 育児状況と連続休日の過ごし方 (図7 -2)

育児状況別に単独休日、連続休日の生活時
間を比較したのが図7-2である。子なし
群の場合、単独休日か連続休日となること
により、生理的生活時間が3%減少し、社
会的文化的生活時間が7%増加していた。
就学以上児群の場合も単独休日が連続休日
となることにより、生理的生活時間が10

%減少し、社会的文化的生活時間は15%
増加する。ともに生理的生活時間と社会的
文化的生活時間が反対の関係となった。こ
のパターンと異なっているのが未就学児の
場合である。未就学児群では、連続休日にな
ると、社会的文化的生活時間と生理的生活
時間が各々3%、8%と減少し、家事的
生活時間が12%に増える傾向がみられた。

■ 生理的生活時間計 □ 家事的生活時間計 ▨ 社会的文化的生活時間計

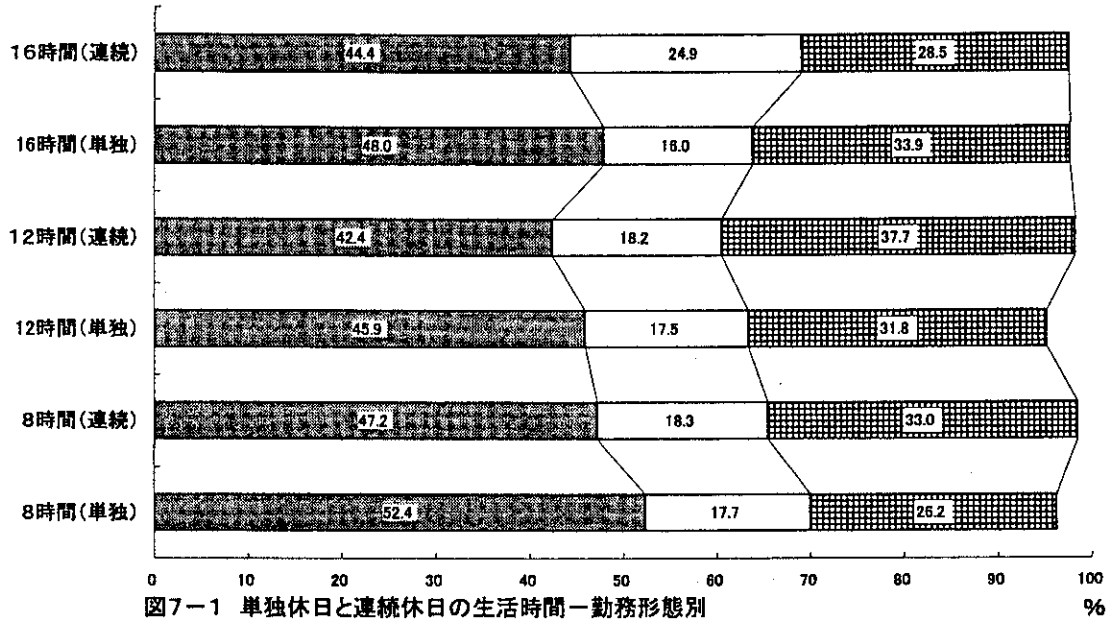


図7-1 単独休日と連続休日の生活時間—勤務形態別

■ 生理的生活時間計 □ 家事的生活時間計 ▨ 社会的文化的生活時間計

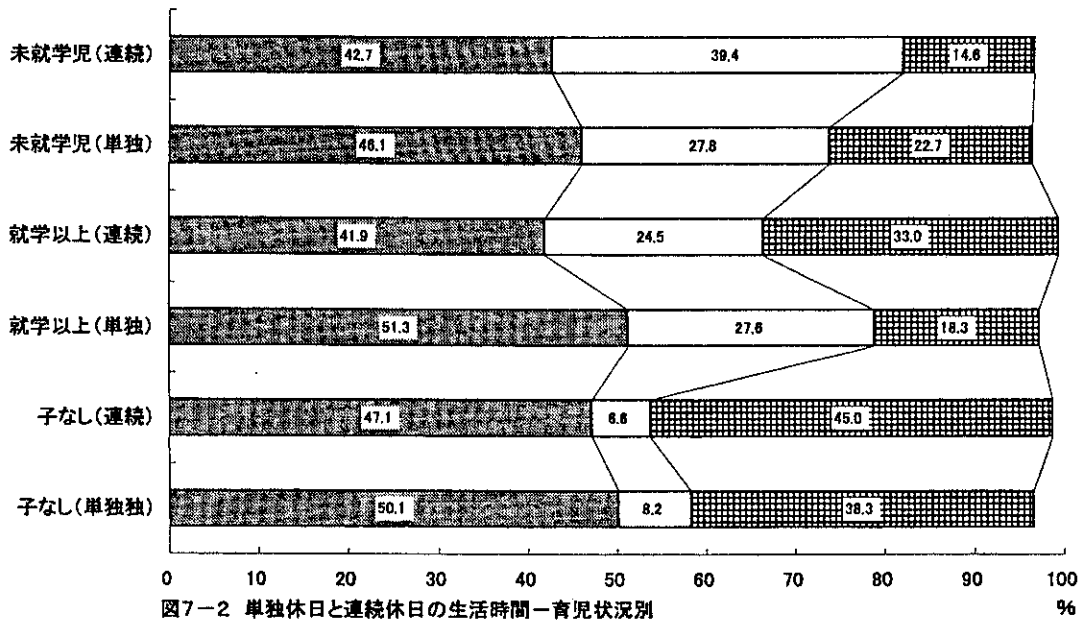


図7-2 単独休日と連続休日の生活時間—育児状況別

8. 自由意見

本調査の調査票には「ご自身の勤務や労働条件に関して日ごろ思っていることを自由にお書きください」という欄を設けた。8時間夜勤条件では26名、12時間夜勤条件では19名、16時間夜勤条件では21名、計66名の記入があった。「勤務の不規則性」、「人員の不足」、「常態化した残業」に対する不満や疲労感に言及した記述が多かった。その際、患者に十分な看護を提供できないということが人員不足や残業に対する不満の論拠となっていることが注目された。8時間夜勤条件についてはとくに日勤-深夜シフトのきつさに言及したものがみられる。12時間夜勤条件、16時間夜勤条件については1回当たり勤務時間の長さへの言及が目立つが、とくに12時間夜勤条件の場合は日勤帯の業務が過密できつという記述が特徴的である。2交代と3交代のどちらがよいかという点については意見が分かれていた。人員の不足と残業の常態化が職場に無用の軋轢を生み出している様子も伺えた。さらに未就学児をもつ看護婦は共通して育児の困難に言及しており、社会的支援のみならず、職場の理解を強く求めている。育児については夫の協力があるべきだが、夫婦がともに定時に職場から離れて帰宅することがともに難しいとすれば、夫婦間での調整や協力による解決には限界があり、職場の理解は不可欠と思われた。なお、66名の自由記述の内容を資料に添付した。

D. 考察

1. 長時間夜勤の疲労調整の実態の把握

8時間夜勤条件に比して長時間夜勤条件である12時間夜勤条件と16時間夜勤条件の夜勤中の疲労感に差異は認められなかった。これは長時間夜勤条件では、8時間夜勤条件に比して長い休憩時間や仮眠が確保されていて疲労が調整されているためと解釈された。また仮眠取得率が高い12時間

夜勤条件と16時間夜勤条件でも、仮眠のとりかたは異なっていた。すなわち、12時間夜勤条件では忙しさなどの要因によって仮眠時間が長短するが、16時間夜勤条件では忙しさがあっても仮眠時間を必ず確保している様子が伺えた。このことは、16時間夜勤が仮眠の挿入なしでは勤務できない長時間労働であることを示唆する知見といえよう。

2. 長時間夜勤で発現した疲労の回復機序の把握

夜勤中に仮眠が疲労対策として挿入されている本調査対象者であっても、病棟の忙しさによって仮眠がとれない場合があった（「夜勤-明け-休日-日勤パターン」で12時間夜勤：33名、16時間夜勤17名）。そのような時の夜勤による疲労回復は、夜勤後の昼間睡眠で行われるので、仮眠あり看護婦よりも昼間睡眠時間が長くなる傾向があった。しかしながら、仮眠なし看護婦の昼間睡眠は、仮眠あり看護婦の勤務中仮眠時間+昼間睡眠時間を超えることはなく、仮眠あり看護婦の勤務中仮眠の半分の時間を、加えただけであった。これは、昼間睡眠が睡眠に適さない時刻帯であることが大きいと思われた。また夜勤中に仮眠がとれなかった看護婦は、その晩の睡眠時間が仮眠あり看護婦に比べてわずかであるが減少していた。これは昼間睡眠が疲労の回復をはかろうとしたために、かえって夜間睡眠で不眠状態にあったことが推測された。これらのことから長時間夜勤時には、十分な仮眠時間が夜勤中に挿入される必要があると思われた。夜勤後の休日の生活時間の構造を解析した結果では、各夜勤時間条件間に特徴的な点は見いだせなかった。

3. 長時間夜勤の代償として付与される連続休日の生活行動への効果

2連休になると8時間と12時間夜勤の場合

は社会的文化的時間に費やす割合が長く
なっていたが、16時間夜勤の場合は、単独
休日より家事的生活時間に多くの時間をさ
いていた。子どもがいなかったり、就学児
がいる看護婦の場合、休日が単独から連続
になることで生理的生活時間が減る分を社
会的文化的生活時間にさいている傾向で
あった。これに対し、未就学児がいる看護
婦では、連続休日となると、家事的生活時
間に大幅な時間をさいていた。

(研究協力者)

坂野純子：(財)労働科学研究所研究員

赤堀正成：(財)労働科学研究所嘱託研究員

佐々木司：日本学術振興会特別研究員

松元俊：中央大学文学部心理学教室

資料

生活時間調査票

氏名： _____

月 日 ~ 月 日

(財) 労働科学研究所
TEL : 044-977-2121 / FAX : 044-976-8659
担当 : 佐々木 司 E-mail : tsasaki@isl.or.jp / PHS : 070-5872-2730
赤堀 正成 E-mail : m.akahori@isl.or.jp

表紙

ご協力のおねがい

(財) 労働科学研究所

このたび当研究所では、平成10年度政策科学推進事業として厚生科学研究費の助成を受け、看護婦の生活時間調査をおこなうこととなりました。現在、看護婦の交替制勤務が様々なかたちでおこなわれていますが、本調査は、そうした勤務形態の違いが勤務外の生活時間配分にどのような影響を及ぼしているのかを明らかにして、看護婦の労働・生活条件の改善に役立てようとするものです。このような科学的データの蓄積はこれまでに一切ないだけに、本調査結果はきわめて重要な意義をもつものになります。皆さんにはご面倒をおかけしますが、主旨をご理解のうえ、ご協力をおねがいします。なお、データはコンピュータによって統計的に処理され、皆さんにご迷惑をおかけすることは一切ありませんので、正確に記入されますようお願いいたします。

趣意文書

生活時間調査フェイスシート

* 以下の問いの「かきかっこ」や「まるかっこ」内は数字・文字を記入してください。選択肢がある場合には数字に○印をつけてください。

1. あなた自身のことをおききます。

- (1) 私は「 」歳です。
- (2) 看護婦になってから「 」年「 」ヶ月になります。
(1年未満の場合、たとえば3ヶ月ならば、「0」年「8」ヶ月と記入してください)
- (3) 現在は「 」病院の「 」病棟で働いています。
- (4) 現在の勤務形態は

1. 8時間3交替制	3. 16時間2交替制
2. 12時間2交替制	4. その他 ()
- (5) 現在の病院に勤務して「 」年「 」ヶ月です。
- (6) 現在の病棟に配置されて「 」年「 」ヶ月です。

フェイスシート1

(7) 自宅から職場までの通勤時間は「 」時間「 」分です。
 (1時間未満の場合、たとえば20分ならば、「0」時間「20」分と記入してください)

(8) 仕事のために、日ごろから意識的に体力づくりなどを行っていますか？

1. 行っている →具体的に何をしていますか ()
 2. 行っていない

(9) 日勤後の夜間睡眠でよく眠れないことはありますか？

1. いつもある 3. たまにある
 2. ときどきある 4. ほとんどない

(10) 夜勤後や明けの昼間睡眠でよく眠れないことがありますか？

1. いつもある 4. ほとんどない
 2. ときどきある 5. 昼間睡眠はとらない
 3. たまにある

(11) あなたは生理が不順なことがありますか？

1. いつもある 4. たまにある
 2. ときどきある 5. ほとんどない

フェイス
シート2

II. あなたの同居している家族についておききます。

(1) あなたの同居している家族の構成を各人の年齢とともに記入してください

1. 配偶者（事実婚を含む）「 」歳
 2. 子ども「 」歳 「 」歳 「 」歳
 3. 父 「 」歳
 4. 母 「 」歳
 5. 兄 「 」歳 「 」歳
 6. 弟 「 」歳 「 」歳
 7. 姉 「 」歳 「 」歳
 8. 妹 「 」歳 「 」歳
 9. その他「 」歳

(2) 就学前の子どもがいる方におききます（複数回答可）。

A. あなたが日勤のとき、子どもの世話はどうしていることが多いですか。

1. 保育園・幼稚園・託児所などに預けている 5. 子どもだけで留守番させている
 2. 配偶者がみている 6. 知り合いにみてもらっている
 3. 同居の親がみている 7. その他 ()
 4. 同居していない親がみている

フェイス
シート3

B. あなたが夜勤（3交替の場合準夜勤も含みます）のとき、子どもの世話はどうしていますか。

1. 保育園・幼稚園・託児所などに預けている 5. 子どもだけで留守番させている
 2. 配偶者がみている 6. 知り合いにみてもらっている
 3. 同居の親がみている 7. その他 ()
 4. 同居していない親がみている

III. 同居している家族の介護についておききます。

(1) 同居している家族に介護が必要な方はいますか。

1. いる 2. いない

(2) その方の介護はどなたがされていますか

1. 主に自分が介護している 3. 家族で介護している
 2. 主に配偶者が介護している 4. 家族以外の人をお願いしている

フェイス
シート4

IV. ご自身の勤務や労働条件に関して日ごろ思っていることをご自由にお書きください。

以上で、フェイスシートの質問を終わります。

自由
記入欄

□今日は () 月 () 日です。

【午前用】

□今日の勤務は (1. 出勤 2. 準出勤 3. (調) 出勤 4. 休日 5. 存休 6. 代休 7. 早退 8. 遅退 9. その他 ())

	0時	1時	2時	3時	4時	5時	6時	7時	8時	9時	10時	11時	12時
睡眠													
通勤・通勤中、うたた寝													
食事													
生理的行動・身支度													
通勤													
通勤前準備・洗面													
所定内勤務													
勤務中の休息													
食事・休養・掃除・買い物													
育児・介護													
習い事													
自宅で行う趣味・娯楽													
自宅で行う読書・娯楽													
クラブ・ハイキング・旅行													
社会的活動													
その他の活動													

通勤から起きた時の熟睡感 → A.よかった B.いつもと同じだ C.いつもよりよかった

通勤・通勤中、うたた寝から目覚めた時の熟睡感 → A.熟睡した B.ウトウトした程度だ C.目を閉じていただけだ

□今日の体調の様子

□その理由

□今日の疲れの様子

□その理由

1. いつもより忙しかった
2. いつもと同じだった
3. あまり忙しくなかった
4. 今日は病状には行っていない

1. 非常に疲れた
2. やや疲れた
3. いつもと変わらない
4. あまり疲れていない
5. 全く疲れていない

14

午前用
記入用紙

【午後用】

	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	19時	20時	21時	22時	23時	24時
睡眠													
通勤・通勤中、うたた寝													
食事													
生理的行動・身支度													
通勤													
通勤前準備・洗面													
所定内勤務													
勤務中の休息													
食事・休養・掃除・買い物													
育児・介護													
習い事													
自宅で行う趣味・娯楽													
自宅で行う読書・娯楽													
クラブ・ハイキング・旅行													
社会的活動													
その他の活動													

通勤から起きた時の熟睡感 → A.よかった B.いつもと同じだ C.いつもよりよかった

通勤・通勤中、うたた寝から目覚めた時の熟睡感 → A.熟睡した B.ウトウトした程度だ C.目を閉じていただけだ

□今日の体調の様子

□その理由

□今日の疲れの様子

□その理由

1. いつもより忙しかった
2. いつもと同じだった
3. あまり忙しくなかった
4. 今日は病状には行っていない

1. 非常に疲れた
2. やや疲れた
3. いつもと変わらない
4. あまり疲れていない
5. 全く疲れていない

15

午後用
記入用紙

図3-1 夜勤時間条件別の生理的生活時間

図3-2 ライフステージ条件別の生理的生活時間

(単位：分，日)

	集計数 (日)	生理的 生活時間計		睡眠計		仮眠計		食事		生理的 活動・ 身支度	
		標準 偏差	標準 偏差	標準 偏差	標準 偏差	標準 偏差	標準 偏差	標準 偏差	標準 偏差	標準 偏差	
全体	2945	602	182	425	182	46	87	55	38	77	42
8時間3交替	992	613	183	429	174	44	88	60	38	81	41
未就学児	310	586	174	417	172	29	55	65	37	75	35
就学以上	62	646	199	417	166	84	131	80	45	65	34
子なし	620	623	184	435	176	48	94	55	36	85	44
12時間2交替	899	599	201	415	200	54	96	52	38	78	45
未就学児	279	566	143	401	131	34	57	58	38	73	32
就学以上	62	590	236	407	264	63	87	60	26	59	35
子なし	558	617	219	424	219	63	109	48	39	83	51
16時間2交替	1054	594	162	429	173	40	77	52	37	72	40
未就学児	248	569	160	403	164	59	103	51	27	55	31
就学以上	93	553	107	414	125	27	60	59	34	53	30
子なし	713	608	166	441	180	35	67	52	40	81	42

図3-3 夜勤時間条件別の収入生活時間

図3-4 ライフステージ条件別の収入生活時間

(単位：分，日)

	集計数 (日)	収入生 活時間計		通勤		始業前 業務・ 残業		所定内 勤務		勤務中 の休憩	
		標準 偏差	標準 偏差	標準 偏差	標準 偏差	標準 偏差	標準 偏差	標準 偏差	標準 偏差	標準 偏差	
全体平均	2945	394	302	33	40	48	63	281	217	32	35
8時間3交替	992	406	293	33	35	59	72	285	210	29	29
未就学児	310	408	297	32	32	68	88	283	213	25	28
就学以上	62	395	276	31	23	64	57	271	204	28	34
子なし	620	406	293	34	38	53	64	287	208	32	29
12時間2交替	899	399	336	30	36	47	55	286	245	36	42
未就学児	279	421	346	43	44	47	63	295	246	36	40
就学以上	62	401	314	48	40	37	39	283	234	33	37
子なし	558	388	333	22	28	49	53	281	245	36	44
16時間2交替	1054	379	276	36	46	39	58	274	199	31	33
未就学児	248	387	282	55	59	25	38	275	198	32	31
就学以上	93	395	284	31	38	46	43	290	208	27	27
子なし	713	375	273	30	40	42	64	271	198	31	34

図3-5 夜勤時間条件別の家事的生活時間

図3-6 ライフステージ条件別の家事的生活時間

(単位：分，日)

	集計数 (日)	家事的 生活時 間	SD	炊事・ 洗濯・ 買い物	SD	育児・ 介護	SD
全体平均	2945	121	153	87	106	35	78
8時間3交替	992	123	157	81	97	42	89
未就学児	310	261	184	134	106	127	119
就学以上	62	160	117	121	91	38	57
子なし	620	50	78	50	78	0	0
12時間2交替	899	127	165	90	116	37	82
未就学児	279	261	195	147	132	113	111
就学以上	62	213	159	190	143	23	53
子なし	558	50	78	50	78	0	0
16時間2交替	1054	116	138	89	105	27	61
未就学児	248	233	168	135	121	98	87
就学以上	93	242	138	203	120	39	49
子なし	713	59	77	59	77	0	2

図3-7 夜勤時間条件別の社会的文化的生活時間

図3-8 ライフステージ条件別の社会的文化的生活時間

(単位：分，日)

	集計数 (日)	社会的文化的 生活時間計	SD	学習・ 勉強	SD	習い事	SD	自宅内 趣味・ 娯楽	SD	自宅外 趣味・ 娯楽	SD	ドライブ・ ハイキン グ・旅行	SD	社会的 活動	SD
全体平均	2945	289	263	14	55	3	25	142	142	79	156	46	188	5	34
8時間3交替	992	264	251	13	55	2	24	129	136	73	147	41	174	6	40
未就学児	310	158	187	7	27	0	2	80	104	32	84	32	145	6	24
就学以上	62	235	191	6	22	0	0	160	132	44	139	0	0	26	73
子なし	620	320	266	17	66	3	30	151	143	97	167	50	194	4	41
12時間2交替	899	293	277	11	40	4	28	134	144	92	171	50	198	3	20
未就学児	279	182	206	13	34	0	2	90	98	47	117	27	141	4	26
就学以上	62	191	176	1	8	2	9	131	142	39	81	13	71	5	23
子なし	558	360	296	11	44	6	35	157	158	119	194	65	228	1	16
16時間2交替	1054	308	260	19	65	4	21	161	145	73	149	47	193	5	36
未就学児	248	183	212	17	71	0	5	94	116	46	115	23	130	2	16
就学以上	93	227	169	48	94	0	0	124	89	39	81	0	0	16	51
子なし	713	363	267	15	57	5	26	189	152	87	163	61	221	5	39

図5-1 夜勤時の疲労感

	N	平均 疲労感	標準 偏差
8時間夜勤	123	2.3	1.0
12時間夜勤	138	2.1	1.0
16時間夜勤	122	2.2	1.0

図5-3 休憩時間の長さとは仮眠取得率

	8時間夜勤					12時間夜勤					16時間夜勤				
	平均 休憩 時間	標準 偏差	仮眠 回数	休憩 回数	仮眠 %	平均 休憩 時間	標準 偏差	仮眠 回数	休憩 回数	仮眠 %	平均 休憩 時間	標準 偏差	仮眠 回数	休憩 回数	仮眠 %
~30分	25.7	6.0	0	21	0.0	25.1	7.2	2	135	1.5	24.3	7.8	0	101	0.0
~60分	58.3	5.0	5	93	5.4	47.5	8.2	6	89	6.7	52.1	8.4	11	102	10.8
~90分	83.0	14.0	4	23	17.4	85.8	7.1	18	57	31.6	83.6	8.4	12	14	85.7
~120分						109.2	9.4	20	38	52.6	115.4	8.1	31	41	75.6
~120分~						186.4	41.9	20	25	80.0	174.8	32.2	49	62	79.0

図5-4 勤務中の忙しさと休憩時間

	N	8時間 夜勤	SD	N	12時間 夜勤	SD	N	16時間 夜勤	SD
忙しかった	29	43.4	30.5	40	106.5	63.8	24	161.3	63.8
かわらなかつた	67	57.0	18.7	64	141.7	49.7	58	190.3	50.1
落ち着いていた	42	61.0	17.5	23	166.1	45.0	39	200.8	50.0

図5-5 夜勤中の忙しさと仮眠取得率

	12時間夜勤				16時間夜勤			
	N	取得率 (%)	仮眠時間 (分)	SD	N	取得率 (%)	仮眠時間 (分)	SD
忙しかった	7	17.5	105.7	49.3	20	83.3	84.0	40.3
変わらなかつた	29	45.3	103.8	47.9	41	70.7	89.5	33.1
落ち着いていた	12	52.2	112.5	31.1	32	82.1	90.6	32.4

図5-7 夜勤中の休憩時間と
勤務後の疲労感の変化

	8時間夜勤			12時間夜勤			16時間夜勤		
	N	疲れの 平均	標準 偏差	N	疲れの 平均	標準 偏差	N	疲れの 平均	標準 偏差
0分	11	2.0	0.9	7	1.3	0.8			
~30分	26	2.2	1.1						
~60分	64	2.3	0.9						
~90分	22	2.2	1.0	17	1.6	0.8	6	1.3	0.8
~120分				29	2.0	1.0	13	2.4	1
~150分				38	2.2	1.0	13	2.2	0.9
~180分				29	2.4	0.9	32	2.1	0.9
~210分				18	2.2	0.6	24	2.4	0.9
~240分							24	2.1	1.1
240分~							10	2.7	0.9

勤務後の、忙しさと疲労に対する回答文章

8時間夜勤条件

忙しさに関係する因子

得点	患者の状態
3	重症患者さんが担当だったが、落ち着いていたため。
3	落ち着いていたので。
2	特に変わったことがなかった。
3	9床だったが、病態の落ち着いている患者ばかりだった。
3	落ち着いていた。
3	患者さんが落ち着いた状態の人ばかりだったので。
3	患者さんの状態が安定していたから。
3	救命外来を受診する患者さんもなく、ICUの患者さんも状態が安定していたから。
3	患者さんは落ち着いている人が多かった。
3	手伝うことがなかった。
2	特になし。
2	特に変わったことはない。
2	不穏の患者はいるが、他の患者は落ち着いていた。
3	病状が落ち着いている。
3	患者数が少なく、重症度が軽い。
1	痴呆のあるおばあさんが帰ると行って、なだめたりした（2回）。しかも目が離れた隙に下まで行ってしまった。
1	分娩があった。
1	患者さんの状態が落ち着かなかった。
1	不穏患者、手術患者がいたため。ナースコールやその場を離れることが出来なかった。
1	不眠、不穏の感じや対応をしながらの休憩時間しかとれなかった。
3	落ち着いていた。
2	体交、ナースコールの対応。
2	体交、ナースコールの対応。
2	ナースコールは多かった。
3	ナースコールが少なかった。
3	ナースコールが少なかった。
3	コールは少なかったが、夜眠らない患者がいた。
3	ナースコールが少なかった。
3	ナースコールもなく患者も落ち着いていた。
3	外来担当で、患者さんが少なかった。病棟も落ち着いていた。
3	夜間のナースコールが少なかった。
1	手術の患者がいて頻回にラウンドケアしたので、忙しかった。
2	変わったことがなかった。
2	同じだったが、じょっくになった患者がいて、精神的に疲れた。（直ぐにリカバーしたが）
2	今日は外来で、まずまず患者さんが来たので。
得点	人手
1	体重測定、食事介助、モーニングケア、排泄介助などナース3人でも足りないくらい多い。
1	モーニングケア、排泄介助、食事介助、ナース3人では手が足りない。
1	昨日に引き続いて、OPE、重症のケア、OPE出し、食事、排泄、モーニングケア、ナース3人では回らない。
2	入院などもなく、落ち着いた。でも、深夜は朝が大変で、どうしても残業が出てしまう。
2	日勤者が少ない休日体制のため、深夜勤者であった自分も、少し申し送り後は残って対応しなくてはならなかった。

2	30分間残業になってしまった。プラン転院サマリーの追加があったからで、それがなければ9時に終わった。
1	午前9時からの検査出しや検査前の準備が時間を追ってあったので。
3	入院制限の為、児の数が少ない。
3	患者の数が少ないため。
1	満床を越えているため、呼吸器13台作動中。
1	OPE出し、処置、リハビリ出し、食事、排泄介助、採血と多かった。(仕事内容も時間的にも)
2	朝方より食事の介助があり忙しくなった。
1	排泄介助の必要な人が多く、頻尿で仕事が思うようにいかない。
1	朝の検査出しで、ベッド2台だったの。
2	大部屋の受け持ちだったから。
2	満床だったので、それなりに忙しかった。でも、入院がなかった。
1	入院患者が多かった。分娩前の準備があった。
1	患者数が多い。
1	満床のためPt6人を受け持ち、チャージ・リーダー。
2	夜勤ではNICU10床を2人でみるため。
2	満床を越えているため。時間に追われることが多い。
2	時間内には終わらなかったが、忙しくはなかったから。
3	昨日が休日なので。
3	日曜だから。
3	昨日は休日だったのでそれ程でもない。
2	日曜日でいつもと同様に落ち着いていた。
3	土曜日で検査出しがなかった。
3	日曜日は検査だし、OPEがないし、急患もいなかったの、先輩もおこらず、色々手伝ってもらえ渡すにサポートできたから。

得点	突発性のイベント
1	入院、死亡、入院があったので。
1	朝食前の時間帯に患者の急変(死亡)のため。
1	入院で入ってきた方が急変し、しかも朝の一番忙しいときだったので、仕事が思うようにはかどらず、残業も長引いてしまい、とても疲れた。
1	準→深の申し送りの途中でステルベンがあったため。
1	1人が血圧が低く、4時頃吐血したため、全く休憩取れず。
1	1人死亡あり。
1	夜中に具合が悪くなり、6時前に1人死亡。他にも転倒、ベッドから無断でおりたり、意識??ダウンした患者がいたため。
1	満床で入院、急変があったから。
2	明け方、入院の対応。
2	陣痛で2人入院があった。
2	入院が1人あり、自分はチャージリーダーをしていたため。
2	ちょうど食事(患者)の時間に入院があり、チョット大変だったけれど、大丈夫だった。
2	入院がなければ...
1	OPE患者、入院の対応。
2	入院もなく、仕事もスムーズに終わった。
3	入退院がなかった。流れがスムーズだった。
2	特に急変・入院がなかったから。
3	入院もなく、落ち着いていたの。
3	入院患者もなかったの。
2	入退院がなかった。
2	入退院がなく、落ち着いていた。
3	非常に安定していた。入退院がなかった。
2	入院がなかったの。
3	入院がなかったため。

2	入退院がなかった。
2	入・退院なく定時に終わった。
2	患者数は多いが、入院や急変などがなかったのも、それほど忙しくなかった。
2	入院などなく、落ち着いていたから。
2	明け方少しトラブルがあった。

得点	その他
3	夜は忙しくない。
2	朝方、ぼーっとしてしまって、動きが鈍かったけれど、それなりに仕事は出来た。
3	とてもやりやすい先輩とだったので仕事ははかどった。
3	計画通りに順調に仕事が進められたので。
1	ナースコールが少なく、比較的落ち着いていた。朝はOPE出しや食事介助などでてあたりず忙しかった。
2	満床を越えているが比較的児の状態が落ち着いていた。
2	満床で患者の状態が不安定。
3	病棟で患者さんが安定していた。入院患者さんもなく静かだったから。
2	仕事はいつもと同じ様だったが、体が疲れた。
1	気持ちは元気だけれども、身体的に疲れている。

疲労に関係する因子

得点	
2	夕べ全く眠れなかったのも眠い。勤務交替間際が最も忙しくなってしまう、ゆとりが持てずにイライラした。
1	あまり入眠出来ず、病院に行き、忙しかったので。
2	睡眠不足と満床を越えているため。
1	昨日1時間位しか眠れずに仕事に行ったため。
1	昨日よく眠れなかったのも、深夜中眠かったため。
2	時間に追われて動いていたので、深夜前の入明が電話などでしっかりととれなかった。
1	眠い、だるい。
1	10日朝6時半に起床し、眠っていない。忙しくもあり、疲労の極地。
2	寝不足のため。
3	夕べ眠っていないので眠い。
1	前日（深夜入り前）に眠れず、体力的に辛かった。
1	睡眠不足のため。
2	睡眠不足のため。
2	不眠なので辛い。
1	深夜入りで仮眠を取れなかったのも。帰りの通勤での車の運転が厳しかった。
2	深夜入りの前に仮眠が取れないまま仕事に入ったから。ごろ寝だけしかできなかった。
1	もともと日勤→深夜の勤務の時は、その間で眠ることが出来ないのも、勤務中も仮眠室などは無いので、仮眠を取ることも出来ず、深夜明けは疲労がピークになるのです。自宅だと自分だけの部屋があっても、家の人たちの活動がピークの頃なので、どうしても眠れない。
2	日勤-深夜の勤務で睡眠したが、よく眠れなかった。少しだるかった。
2	とにかく眠い。
2	睡眠不足のため、身体がだるい。
1	昨日の疲れが取れていない。
1	寝不足もあり、仕事の帰りに銀行に行ったりと出かけたため。
3	夜勤明けで眠れなかった。
2	少ししか眠らずに、遊びに出かけたので。
2	眠れなかった。
2	朝になると眠たくなってくる。
1	休み中の書類点検。眠い。

3	明けると元気になる。
5	仕事が終わったと思うと元気になる。また、昨日昼寝をしたので、まだ働けそう。
2	まだ体調が戻っていない。頭痛あり。
2	生理痛がひどかった。
2	腰をかがめて仕事をしていたから、腰痛が出てしまった。
1	突然の腹痛に見まわれてしまい、大変だった。
1	風邪気味のため。
2	風邪をひいているため。リーダー・チャージ。
2	深夜勤務は疲れる。インフルエンザではないらしいが風邪ですつとたるい。
1	深夜勤務明けで、休養が不十分。1週間分の食料の買い出し、保育園は土曜日は3時15分まで、深夜勤務明けで育児をしなくてはならない。36歳、深夜勤務そのものは何とかできるが、深夜明けで睡眠がとれないことが大変辛い。
3	たくさん寝て、深夜にいけたから。
3	睡眠がよくとれた。
4	よく眠れたこと。イライラを吹っ切れた。
4	入りの前に睡眠が取れた。
4	余裕をもって働けたので。
2	仕事が暇で、時間がたつのが遅く、どう時間をつぶすか大変だった。蕁麻疹が出て薬を飲んだのですごく眠かった。
1	勤務終了後、婦長との面接があり倍疲れた。
4	仕事が忙しくなかった。
4	動いていないから。
5	落ち着いていたので。
4	忙しくなかったから。
3	病棟が落ち着いていた。
3	特にこれといった忙しいことはなかった。
1	昨日に引き続いて、OPE、重症のケア、OPE出し、食事、排泄、モーニングケア、ナース3人では回らない。
2	親、Babyの体重測定などでの細かい仕事がなかなか進まないため。
2	思うようにスムーズに行かなかった。
2	細かなトラブルがあった。何となくイライラしていた。
2	検査が多かった。
2	Drとの対応が多く、精神的に疲れた。
2	人手不足で疲れた。
1	9時に行くことが多くバタバタ走ってきた。
2	急変の可能性のある患者さんだったので、精神的に気が抜けなかった。
3	入院以外は、まずまずのペースで仕事が出来た。
4	時間内に全て仕事が終了したため。
3	時間内に仕事が終わったので、気分的に疲労を感じない。
4	スムーズに仕事が進んだので、余り疲れなかった。
3	残業が少なかった。
1	教授回診の前のカンファレンスでカルテを使用していたため、深夜勤の記録が書けず、勤務が長くなった。
2	日勤、深夜はやはり辛い。
1	日勤・深夜にプラスして忙しかったから。
1	日勤→深夜の明けなので、とても疲れている。
2	日勤、深夜だったから。
2	日勤、深夜だったので。
2	日勤、深夜だったので。
2	日勤、深夜は疲れる。
2	日勤、深夜はとても眠い。
4	仕事は始まったばかり。
3	今日も夜勤と思うと。

2	リーダー業務だけが、深夜続きのため、やや疲れた。
2	2 深目は疲れる。
2	勤務中休憩が取れず、立ちっぱなしだった。
1	深夜中殆ど休憩が取れず、食事もできなかった（入院があったため）。
1	全く休憩が取れず。
1	休めなかったのだ。
1	休憩中でもナースコールで呼ばれると仕事をしなければならずゆっくり出来なかったから。
1	4～5日ぶりに日勤、深夜メンバーで、休憩時間が早く、仕事の終わりまで後休憩がなくて疲れた。
1	睡眠が殆ど取れない勤務だったため。
3	特になし。

12時間夜勤条件

忙しさ関係する因子

得点	患者の状態
3	夜間、受け持ち患者さんが熟眠しており、コール対処が少なかった為。
3	患者さんの状態は安定。
3	途中から救急が多くて、忙しくはなかった。全体的に落ち着いていた。
2	患者の状態が比較的落ち着いていたので、それほど忙しい感じはしなかった。
2	患者さんの状態が落ち着いているため。
2	落ち着いていた。
2	病棟は落ち着いていた。
3	患者さんの状態が落ち着いていた。
2	落ち着いていた。
2	入院患者の状態が余り変わらなかった。
2	受け持ち患者が特に変わらなかった。
2	受け持ち患者が変わりなかった。
2	手術後の患者さんも落ち着いていて、特に変わらなかったため。
2	朝までは落ち着いていた。
2	変わらなかった。
2	病棟内は余り変化がなかった。
2	病棟内が変わらなかった。
3	病棟が全体的に落ち着いており、ナースコールなどがなかった。
3	病棟が落ち着く。朝まで何事もなく過ぎた。
3	今日は早々に患者が就寝したので、平穏だった。
2	患者が全体的に落ち着いていたから。
3	静かだった。
1	患者さんの状態不良。
1	呼吸状態の悪い患者を受け持った為。
1	不穏の患者がいて目が離せなかった。
1	受け持ちの患者の状態が不安定。病棟内も入室やOPE、ケアの多い人、不穏の人がいたため、人の動きが多く、必要な状態だった。
1	患者さんの状態が不安定でだった為。
2	患者さんの血圧の変動が激しく処置などを行い、休憩になかなか行けなかった。
1	不穏の患者さんがいたので目が離せなかった。
1	不穏な患者さんに薬を使うことが出来ず、一晩中起きていたため。
1	不穏が続いており、連日受け持ちな為、精神的にも疲れてしまった。
1	重症患者の状態が悪かったため。
1	重症患者の状態が悪く、忙しかった。
1	深夜帯に不穏な患者がおり、処置などに追われたから。
1	状態の悪い患者が多くいるので。
1	重症患者がいて、手間がかかった。
2	今日は余り眠らない患者が多く、ナースコールが多かった。
1	ナースコールが頻回だった。重症患者がいた。
1	ナースコールが頻回だった。
2	階段の昇降も多く、ナースコールも多かったため。
2	入院はなかったが、患者のケアが多かった。
1	受け持ち患者の処置がずっと続き忙しかった。低脳温療法が導入となったから。満床状態でもホットラインが頻繁になっていて忙しかった。
1	入室、処置などが重なり多忙。
1	手の掛かる患者がいたので。
2	お産が入っていたため。

得点	人手
2	外泊中の患者が多かったため、受け持ちが少なく、手のかかる患者もそれほど苦にならなかった。
3	外泊患者が多かったため。
3	患者の数が少なく、落ち着いている。
3	患者の数が少なく、落ち着いている。
2	患者の人数は多いが落ち着いていた。
2	受け持ち患者さんは少なかったが状態が悪い方なので。
1	受け持ち患者の2人とも状態が落ち着かず、また、満床状態が続きみんな忙しかった。
3	受け持ちが3人だったため。リーダーではなく、仕事も少なかったため。
3	信頼できるスタッフと仕事のできたので。
2	2深目のため、ある程度患者の把握が出来ており、スムーズに動けたため。
3	緊急入院があったが、スムーズに経過した。
2	朝の採血、検温、食事補助に加え、スリランカから研修に来ている看護婦さん達の見送りなどもあった。
2	夜勤の朝はいつも忙しいため。
2	患者の起床後、失禁でシーツ交換、食事介助などでせかせかした。
2	15F入院中の患者さんの所への階段での行き来が多かったため。
2	入院はなく、落ち着いていたが、患者数が多い。
1	点滴中の患者が多かったため。
1	点滴患者が多かったため。
1	点滴が多く、また、手が掛かる患者さんが多かった。
1	呼吸器を使っている患者が増えた。
1	手が掛かる患者が多く、忙しかった。
1	動けない患者さんが多く、手が掛かった。
1	動けない患者さんが多く、ナースコールが多い。
2	日曜日なので病棟は静かだった。
3	病棟は落ち着いていて、日曜日なので、ゆっくり仕事が出来た。
1	月曜日の朝は検査準備OPE準備が多く、いつも忙しい。

得点	突発性のイベント
3	入室がなく、患者さんの状態も落ち着いていた為。
2	入室もなく、重症者も少なかったため。
2	入院もなく、特に大きな変化もなかった。
1	入室患者のベッド移動で慌たしなかった。
1	入室があったため。
1	入室があった為。
1	入院患者あり。
1	入院患者がいたので忙しかった。
1	緊急手術が入った。
1	緊急入院があった。
2	1人の患者がけいれん発作を起こし、その対応に追われたから。
1	2人夜勤。要注意者も多く、急変があり、忙しかった。
2	途中入室がありバタバタしていたが、比較的落ち着いていた。
3	病棟は落ち着いていた。入室などなし。

得点	その他
3	ゆっくり休憩できた。
2	車椅子の患者の介助に追われていたが、仮眠が十分取れたため。
2	仕事内容はいつもと同じ。
2	車椅子の患者がいたが、特に介助で疲れることはなかった。