

# 新人看護師の超勤実態と過労

## —夜勤導入前と夜勤導入後の比較—

氏名 ◎杉山 拓也 奥村 馨 松田 彩希 大利 英昭

所属 東京都庁職員労働組合病院支部

【はじめに】新人看護師臨床研修制度を労働時間の観点から検証する「新人看護師疲労度調査」を15年に都庁職病院支部のある分会で実施した。16年にその結果を当学会において発表した<sup>1)</sup>。昨年は同様の調査を夜勤導入前の5月と夜勤導入後の12月の2回に渡り実施し、夜勤導入後の労働時間、とりわけ超過勤務と過労との関係について検討を行った。

【調査概要】都庁職病院支部の分会がある病院で、2016年4月に入職した新人看護師に勤務の開始時刻、終了時刻、超過勤務申請の有無、自覚症状しらべ（産業疲労研究会撰<sup>2)</sup>）による疲労の実態、MBI<sup>3)</sup>によるバーンアウト状態を、夜勤導入前の5月22日～30日、夜勤導入後の12月11日～19日の各1週間にわたって調査した。本調査は、(公財)大原記念労働科学研究所のIRBの承認を得た。参加者には口頭と書面で説明を行い、参加・不参加が不利益につながらないこと、研究結果は学会などで発表すること、調査票の回収時に個人を特定できないように密封して提出することを説明し、調査票の提出をもって同意が得られたものとした。本演題発表に関連して開示すべき利益相反関係にある企業などはない。

【結果】夜勤導入前の5月調査では222人、夜勤導入後の12月調査では、145人のデータを得た。12月調査のn数は5月調査より減少していた。この理由は、5月から12月にかけて労働時間が延長するなかで、調査用紙記入が負担になったこと等が推測されたが確定はできなかった。ただし12月調査に回答したすべての看護師は、5月調査にも回答していた。15年調査は134人の参加だったので、16年調査はそれを上回る規模で調査を行うことができた。5月調査の日勤時で前超勤または後超勤を行った看護師は83.5%、12月調査では86.1%であった。日勤時に超過勤務を申請した日は、5月調査で8.2%、12月調査では30.6%と増加した。また5月調査の日勤時の平均超勤時間は83.7分、12月調査では131.4分であった。しかし超勤申請時間に注目すると5月調査の日勤時の平均超勤申請時間は50.1分、12月調査では55.1分と変わらなかった。5月調査では、1日の超勤時間が90分を超えると疲労感が増加する傾向が見られた。一方、12月調査では、60分以上の超勤時間で疲労感が増加する傾向が示された。またPNSは新人看護師の労働時間を短縮しなかった。

【考察】15年調査でも「新人看護師の労働時間が適切に管理されていないこと」を第一の問題点として指摘した。15年調査の日勤の超過勤務申請は7.6%に対して16年調査は8.2%で微増したが「新人の労働時間が適切に管理されていない」という問題は改善されていないことが明らかになった。超過勤務申請は16年12月調査では30.6%に増加しているが、日勤終了後に

7割の新人看護師がただ働きを強制されている深刻な実態である。16年5月調査と同時に「新人指導者の労働時ワンデイ調査」も行ったが新人同様労働時間の適切な管理がなされていなかった。新人看護師に評判が良いとされているPNSについても導入病棟、非導入病棟で労働時間を比較した。16年5月調査と12月調査を比較するとほぼすべての病院で労働時間が延長している。またPNSと非PNS群共に労働時間が延長していたが、PNS群では有意な全超過勤務時間の延長がみられた ( $p < 0.05$ )。一方PNS群と非PNS群の5月と12月のMBIの変化を検討したが有意差は見られなかった。PNSは新人看護師の労働時間を延長させたが、MBIの各因子には有意差は見られず、労働時間延長の代償に伴うbenefitは明確にならなかった。

12月調査の平均拘束時間は10時間41分、前後合わせた全超過勤務時間平均は131.4分となった。この労働時間の延長は睡眠時間の短縮として新人の生活時間に影を落としており、日勤一日勤時の平均睡眠時間は6時間59分から6時間41分へと短縮していた。この睡眠時間は「国民生活時間調査」<sup>4)</sup>における有職者の平均睡眠時間6時間56分、20代女性、30代女性の平均睡眠時間7時間18分、7時間5分に比べても明らかに短い。労働時間の延長に対して睡眠時間を確保するために生活の質に関わる余暇時間が短縮していることが懸念される。またこのような長時間労働は、家庭生活での役割を大きく後退させることは明らかで、最近増加している家庭を持って入職してくる社会人経験者の新人が職場に定着する際に大きな障害になることが容易に予想される。また5月調査では日勤時に平均58.4分の自宅学習を行っており、12月段階でも平均40.9分の自宅学習を行っていた。睡眠時間とリフレッシュのための生活時間の確保のためにも自宅学習を強制するべきではない。睡眠時間では、16年5月調査の休一休の平均睡眠時間が10時間、最も長い分会での平均睡眠時間は13時間39分であった。これは、平日は仕事、休日は疲労回復のための睡眠にほとんどの時間が費やされている状態である。2010年に病院支部等が行った「16時間夜勤疲労度調査」では、休日に屋外での楽しみを持つ看護師の慢性疲労が、屋内での楽しみを持つ看護師よりも低く<sup>5)</sup>、最近これを踏襲する知見も出てきた<sup>6)</sup>。寝ているだけの休日は慢性疲労の解消には役立たない。以上のことから、新人看護師にとって4月5月は過酷な時期であることを意味しており、適切な労働時間管理と共にMBIの結果からもメンタルサポートが必要と考えられる。

15年調査において全超過勤務時間が90分を超えると疲労の自覚症状の訴えが増加することを報告したが16年5月調査でも同様の傾向が明らかになった。15年調査結果報告では労働時間を適切に管理しなければ「超過勤務時間の延長—疲労の進展—睡眠時間の短縮—疲労回復の遅延—過労という負のスパイラルに陥る」と指摘した。夜勤導入後の16年12月調査では、16年5月調査に比べて疲労感が上昇しており全超過勤務時間が60分を超えると疲労感の上昇が見られた。また同時に行ったMBIでも全項目において悪化がみられた。夜勤の導入が新人の疲労感に大きな影響を与えており、「8ヶ月間の業務への慣れ」よりも長時間労働に対する疲れやすさ、耐性の低下の方が先に出ていることに注目する必要がある。

夜勤の労働時間の構造では、前超過勤務時間が日勤に比べて長いことが特徴である。今回の調査結果は前述の「16時間夜勤疲労度調査」<sup>7)</sup>の結果と同様の傾向を示した。「16時間夜勤疲労度調

査」では拘束時間 18 時間 46 分に対して 16 年 12 月調査では、18 時間 45 分。始業時刻の 1 時間前には 38%が勤務を開始していたが、16 年 12 月調査の平均前超勤時間は 76.5 分だった。看護協会の調査でも「夜勤時間が長い看護職員が多い病院ほど離職率が高い傾向も見られる」<sup>8)</sup>と指摘している。また長時間の 2 交代 16 時間夜勤をさらに長時間にしている大きな要因として前超勤がある。最も平均時間が長い分会は 96.0 分にも達しており、新人ばかりでなく夜勤を行う看護師に前超勤をさせないことは急務である。付け加えておけば夜勤、日勤に関わらず前超勤はすべてただ働きとなっている。

【結論】病院支部の分会がある病院において新人看護師の労働時間は厳密に管理されていなかった。5 月から夜勤導入後の 12 月にかけて労働時間は延長し新人看護師は、より疲労感が強くなる傾向にあり、5 月調査では全超勤時間が 90 分を超えると、12 月調査では 60 分を超えると疲労感が上昇した。

新人看護師は夜勤導入後の労働時間の延長に対して睡眠時間を削ることで生活時間を確保する傾向にあった。新人看護師の睡眠時間は先行する他の調査と比べても明らかに短かった。

5 月調査では休日に睡眠不足を補うために長時間睡眠を取る傾向が見られた。慢性疲労の解消という点では、休日の長時間睡眠は問題がある。

2 交代夜勤は、勤務時間前超勤によりさらに長時間夜勤となっていた。勤務前超勤をなくし厳密な労働時間管理が行われるべきである。

1) 杉山拓也他 新人看護師の超勤実態と過労 第 2 回過労死防止学会 2016

2) 日本産業衛生協会産業疲労研究会疲労自覚症状調査表検討小委員会. 産業疲労の「自覚症状しらべ」(1970) についての報告. 労働の科学 1970; 25: 12-33.

3) Maslach C, Jackson SE. 1996 The Maslach Burnout Inventory(3<sup>rd</sup> ed.) .Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.

4) NHK 2015 年国民生活時間報告書

[http://www.nhk.or.jp/bunken/research/yoron/pdf/20160217\\_1.pdf](http://www.nhk.or.jp/bunken/research/yoron/pdf/20160217_1.pdf)

5) 未発表

6) Kubo et al., How are leisure activity and shiftwork schedule associated with recovery from fatigue in shiftwork nurses?. Sangyo Eiseigaku Zasshi. 2013;55(3):90-102.

7) 松村他, 16 時間夜勤における勤務中の仮眠の疲労感に及ぼす効果, 日本看護管理学会, 2011

8) 日本看護協会「2016 年 病院看護実態調査」結果速報 2017

表 1. 5 月日勤時の超過勤務・申請率・自宅学習・拘束時間

5月 日勤	n (延 べ) <sup>1)</sup>	前超勤 日 (%) <sup>2)</sup>	前超勤 時間 (分) <sup>3)</sup>	後超勤 日 (%) <sup>2)</sup>	後超勤 時間 (分) <sup>3)</sup>	超勤非 申請者 後超勤 時間 (分)	超勤申 請者 率 (%) <sup>4)</sup>	超勤申 請者 後超勤 時間 (分) <sup>5)</sup>	超勤申 請者 超勤申 請時間 (分)	自宅学 習日 (%)	自宅学 習日時 間 した人 平均 (分)	拘束時 間	超勤者率	全超勤時 間
A	146	93.2	58.0	97.3	77.0	72.1	28.0	87.3	55.9	52.7	52.7	10:46	95.2	135.0
F	91	75.8	30.5	83.5	33.8	33.6	2.3	85.0	30.0	53.8	46.6	9:49	79.7	64.3
H	63	65.1	18.0	60.3	20.4	19.3	4.8	48.3	30.0	36.5	36.7	9:23	62.7	38.4
D	181	87.8	39.4	76.2	67.4	69.7	5.1	56.3	18.8	52.5	53.6	10:25	82.0	106.8
G	73	84.9	23.4	86.3	31.8	22.0	12.5	98.9	90.0	47.9	87.2	9:32	85.6	55.2
B	239	90.8	47.0	93.3	63.2	61.7	8.0	102.9	74.2	59.0	62.3	10:35	92.1	110.3
E	142	87.3	38.6	95.8	43.3	41.4	3.7	101.0	72.0	53.5	67.6	9:51	91.5	81.9
C	168	88.1	43.3	69.6	34.7	34.3	1.2	20.0	30.0	70.8	60.1	9:55	78.9	78.0
全体	1103	84.1	37.3	82.8	46.4	44.3	8.2	75.0	50.1	53.4	58.4	10:02	83.5	83.7

表 2. 12 月日勤時の超過勤務・申請率・自宅学習・拘束時間

12月 日勤	n (延 べ) <sup>1)</sup>	前超勤 日 (%) <sup>2)</sup>	前超勤 時間 (分) <sup>3)</sup>	後超勤 日 (%) <sup>2)</sup>	後超勤 時間 (分) <sup>3)</sup>	超勤非 申請者 後超勤 時間 (分)	超勤申 請者 率 (%) <sup>4)</sup>	超勤申 請者 後超勤 時間 (分) <sup>5)</sup>	超勤申 請者 超勤申 請時間 (分)	自宅学 習日 (%)	自宅学 習日時 間 した人 平均 (分)	拘束時 間	超勤者率	全超勤時 間
A	83	91.6	59.1	91.6	94.3	55.5	50.6	129.4	63.3	12.0	25.5	11:14	91.6	153.4
F	76	82.9	39.5	90.8	74.6	45.8	34.2	122.1	46.2	26.3	29.9	10:25	86.8	114.1
H	29	48.3	25.7	62.1	62.8	58.5	17.2	74.0	66.0	20.7	31.0	9:36	55.2	88.5
D	53	96.2	39.7	81.1	93.6	92.2	17.0	98.9	46.7	35.8	34.0	10:40	88.7	133.3
G	32	100.0	39.8	96.9	109.0	95.0	53.1	120.6	47.6	21.9	43.1	11:10	98.4	148.9
B	125	77.6	45.1	88.0	87.5	62.3	28.0	141.6	60.5	23.2	37.0	10:38	82.8	132.6
E	74	95.9	40.6	90.5	100.3	85.1	29.7	133.8	73.0	8.1	46.2	10:56	93.2	141.0
C	53	96.2	45.7	88.7	93.7	89.2	15.1	115.6	37.5	35.8	80.8	10:52	92.5	139.4
全体	525	86.1	41.9	86.2	89.5	72.9	30.6	117.0	55.1	23.0	40.9	10:41	86.1	131.4

1) 日勤に○をつけた看護師の数  
2) 分母は延べn数  
3) 超勤を行わなかった人(0分)も含んでいる  
4) 分母は超勤ありなしを回答した数  
5) 超勤申請者の後超勤時間

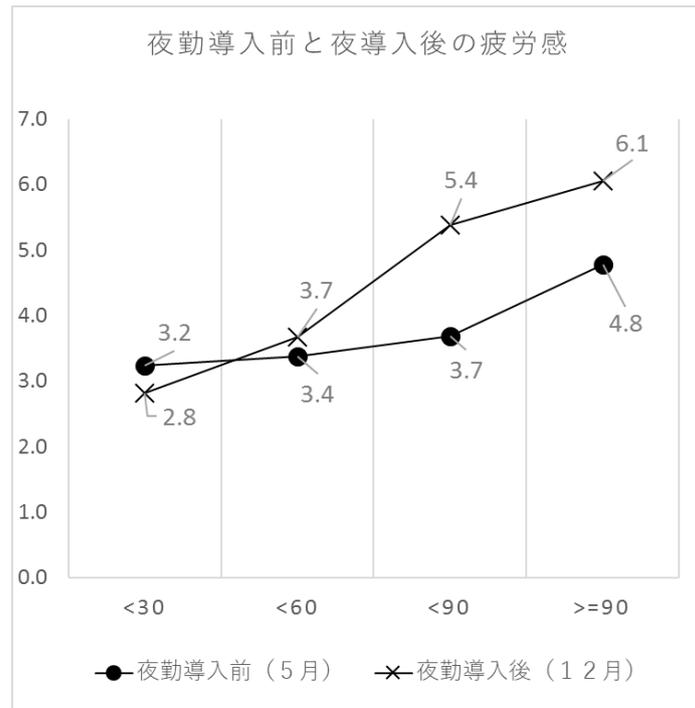


図 1.夜勤導入前後の疲労感

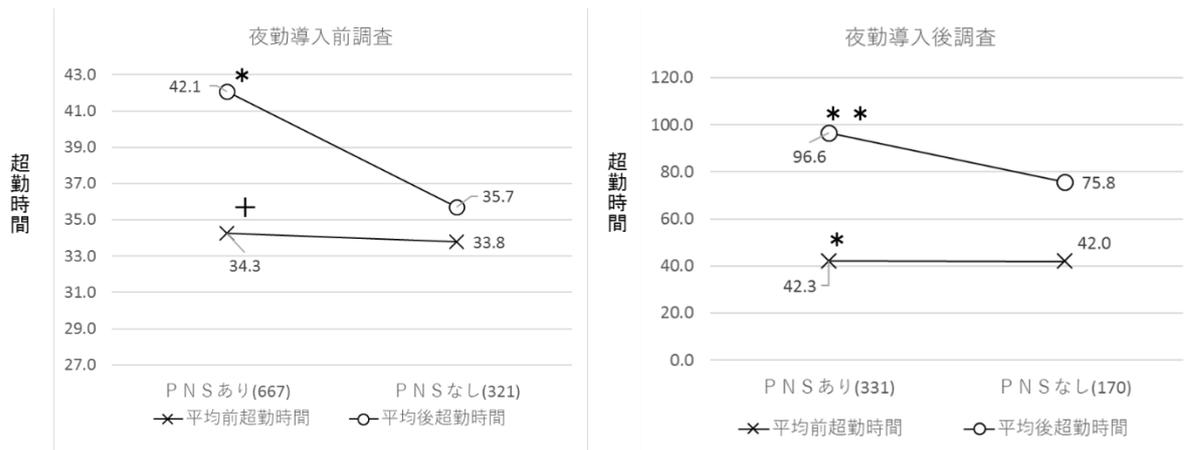


図 2. PNS と超過勤務時間