

## 個人NO残業デイ導入への取り組み ～Everyone is Happyへの道～

加藤 佑美 伊藤 紗暉 小嶺 杏奈  
鈴木 文佳 梅木真理子 小塚 美加

静岡赤十字病院 3-4病棟

**要旨:**3-4病棟の病棟目標に「効率的な仕事で定時終了を目指す」が上がっている。パートナーシップナーシングシステムを導入し同時に業務改善に取り組んだが、残業時間の短縮には繋がらなかった。そのため、個人NO残業デイを平成27年8月より開始した。実施後のアンケートより78%のスタッフが個人NO残業デイを有効だと考え、57%が定時で帰宅することができた。個人NO残業デイの開始によりスタッフのワークライフバランスが整い、満足度向上に繋がることができたと実感できたためその取り組みについて報告する。

**Key words:** NO残業デイ, 労働時間, 時間管理, 病棟看護業務, PNS

### I. はじめに

当病棟では平成24年10月よりパートナーシップナーシングシステム (Partnership Nursing System : PNS) を導入し同時に夜勤時間の短縮に伴い勤務形態を変更し補完の活用など業務改善に取り組んだ。病棟目標には「効率的な仕事で定時終了を目指す」があがっていたものの、残業時間の短縮につなげることができなかった。そのため、平成27年度は卒後2, 3年目で構成されたプロジェクトチームを立ち上げ、個人NO残業デイ導入への取り組みを行った。当病棟では勤務形態や患者の重症化に伴う業務の多忙化により全員が定時で帰宅することは困難だと考えたため、個人NO残業デイ (以下NO残業デイ) を導入し全員が一ヶ月に一度は定時で帰宅できることを目標とした。今回、当病棟におけるNO残業デイ導入の実際とアンケート結果からみえてきた課題について報告する。

### II. 倫理的配慮

アンケートの結果で個人が特定されることがないように、プライバシーに注意しながら集計し活用していった。

### III. NO残業デイとは

他の日よりも効率的に働こうとする、仕事の進め方を見直すきっかけ作りにする、仕事後の時間を有意義に過ごすことができるを目標にしている。

メリットとしては、効率の良い仕事方法を考えることができる、帰宅後の時間を有意義に過ごせるなどがあり、該当者以外のスタッフの負担になることがデメリットとしてあげられている。

### IV. 実際

1. 期間：2015年8月10日～12月28日
2. 対象者：当病棟の看護師，看護助手，クラークの全33名
3. 方法：事前に研修や委員会が分かっている場合や、NO残業デイ希望の日があれば希望表に記入してもらい、連続勤務中のスタッフを優先に看護師，看護助手の日勤者の中から一日各一名とした。

対象日時は平日 (看護師は第一，第三火曜日はリハビリカンファレンスがあるため除く)，クラークは第一，第三水曜日とした。

対象者選定はプロジェクトメンバーが行い部長と相談した。NO残業デイの対象日は月の初

めに個人ロッカーにマグネットを貼って表示した。当日は胸にカエルのバッジをつけて、NO残業デイだということが他のスタッフにも伝わるようにした

4. 評価：NO残業デイ終了後のアンケートを実施した。

少しでも早く帰宅できるようにアンケートの提出は時間勤務時とした。提出してもらったアンケートは、集計し10~12月に評価予定とした。

### V. アンケート結果

1. 終了した時間は何時ですか (図1)
2. パートナーやその他スタッフの協力はありましたか。

理由：はい 26名 (78.7%)

- ・コーディネーターが軽症の転床を自分のパートナーにつけてくれた
- ・パートナーが帰るように声をかけてくれた
- ・午後研修があり、午前みのコーディネーターであったが、早めに昼休憩をとるようスタッフが気遣いしてくれた
- ・パートナーが周りのスタッフに自分がNO残業デイだとアピールしてくれた
- ・残った業務を変わってもらった

理由：いいえ 6名 (18.8%)

- ・全グループ忙しかった
- ・コーディネーターだった
- 理由：その他
- ・確実に分かるようにしておかなければ自分からはいいにくい
- ・パートナーも朝は声をかけてくれたが、業務

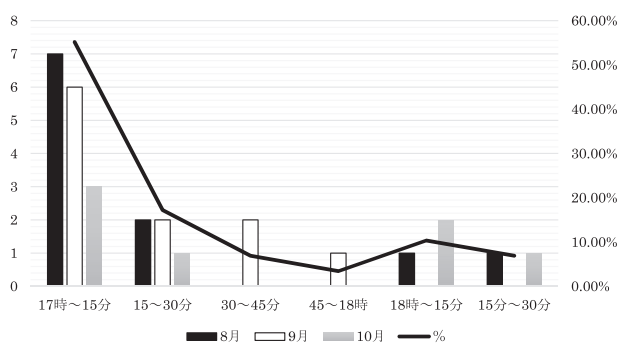


図1 帰宅時間

に追われると忙しくて協力は思っても難しい。

- ・自分が声を出し、意識を変えることが大事
3. 定時で帰宅するために努力したことは何ですか？

- ・自分で朝声をかけ、時間を気にしていった
- ・早く終われるよう、優先順位を考え行動した
- ・時間をいつもより意識した
- ・自分からもNO残業デイをアピールした
- ・記録を早めにする
- ・午前中のうちにできることをやった、パートナー間でもっと協力できたら良かったと思う

4. 個人NO残業デイは有効だと思いますか。

理由：はい 26名 (78%)

- ・早く帰れると帰宅後の時間を有意義に使える
- ・みんなが早く仕事を終わらせようという意識が高くなる
- ・子供と一緒に夕飯が食べれ、ゆっくり過ごすことができた
- ・気分転換になる
- ・うれしい
- ・後の予定が入れやすい
- ・プライベートの時間が有効に使える
- ・早く終わろうという気持ちだけでも仕事への取り組みが違ってくる
- ・一人でも時間外勤務がないと、病院へのコスト面でも貢献できる

理由：いいえ 4名 (18%)

- ・帰るのが申し訳ない
- ・仕事が残っていると気持ちよく帰れない
- ・パートナー、他の人の負担が増える
- ・サービス残業が増える

5. 個人NO残業デイだったが17:00に勤務を終了することができなかった方に聞きます。帰れなかった理由は何ですか。

- ・個人で記載しなければならなかった記録があったため
- ・その日のパートナーがL勤務で、経管をつながなくてはならなかったから
- ・日勤業務が忙しくてパートナーがL勤務で休憩

に入ってしまったから

- ・コーディネーターだったため、遅い時間に回診がくると帰れない
- ・記録や転床など自分にしかできない業務があった
- ・日勤業務が残っていたため、帰りにくかった
- ・全体研修出席となり帰れなかった
- ・16時45分に入院がきたため帰れなかった
- ・コーディネーターであり、自分の記録が残ってしまった
- ・残った仕事を申し送っていたため

## VI. 考 察

8月から10月のアンケート結果から78%のスタッフがNO残業デイは有効だと考えていることが分かった。NO残業デイ導入後、業務の優先順位を考えた、普段よりも時間を気にして行動できた、早く帰ろうと思うだけで仕事に対する取り組み方が変わってきたなど、効率よく作業に取り組もうとする意識が芽生えたことが分かった。また、全体で57%が定時に帰宅できており、家族と過ごす時間が増えた、気分転換になったなど、勤務終了後の時間を有意義に過ごしており、満足度の向上にも繋がっている結果となった。しかし、NO残業デイを有効だとは思わないスタッフが18%おり、自分だけ先に帰宅するのが申し訳ない、他のスタッフの負担が増えるなどの意見が上がった。このような意識からか、パートナーが早く帰宅できるように声をかけてくれた、コーディネーターの協力があつたなどNO残業デイのスタッフに対して、他のスタッフからの協力があつても該当者自身のアピールが少ないために帰宅時間が遅くなっているのではないかと考える。そのためにはNO残業デイのスタッフ自身をもっとアピールできるような環境づくりが必要である。今後は朝の申し送りでNO残業デイを発表し周知させる、確実にNO残業デイのスタッフにカエルのバッジをつけてもらう、引き続き周りのスタッフからの声掛けを促す、補完の活用方法について検討することが大切だと感じた。また、研修や委員会が予定され

ていたにもかかわらず希望表に記入していないスタッフがいたため、再度希望表の記入を徹底する必要があると考え、10月の病棟会議で報告した。

11、12月のアンケート結果からは以前に比べて周りからの声掛けが増えた、自分からNO残業デイだということがアピールできたという意見が増加した。しかし、勤務者の異動や電子カルテシステム導入の準備、冬季を迎え脳卒中の患者に対応する病棟であり業務が多忙化したためNO残業デイを実施できないことが多かった。

## VII. まとめ

この結果から78%のスタッフがNO残業デイを有効だと感じていることが分かった。スタッフ一人一人の業務への取り組み方の見直しや、スタッフ間の声かけが増加することで、病棟全体の雰囲気も前向きになるなど意識の変化をみることができた。また、NO残業デイのスタッフの帰宅する際の笑顔をみることができた。普段よりも帰宅時間が早くなることでワークライフバランスが整い、満足度の向上にもつながることを実感することができた。

## VIII. おわりに

この取り組みは、新たな視点で病棟内の問題点を考えること、その問題点に対して主体的に取り組むことを期待され卒業後2、3年目のみのメンバーでプロジェクトが構成された。この取り組みを通して、経験の浅いメンバーならではのアイデアを出し、考え、協力して進めることができた。さらに、プロジェクトを進めていくにつれて、病棟スタッフとのコミュニケーションがより円滑になったと思う。しかし、現在NO残業デイは1月からの電子カルテシステム導入により一時中断している。このような変化の中でもプロジェクトを継続していく困難さも感じている。今後も問題の解決に取り組みながらNO残業デイを定着できるように努力していきたい。そして、NO残業デイ該当者だけではなく全員が定時に帰ろうという声かけができるような意識づけをしていきたい。