

ガイドラインの構成

はじめに

看護職が生涯を通じて

健康に働き続けるために 、「労働安全衛生ガイドライン」の対象、活用の方法、基本的な考え方、わが国の看護職の労働安全衛生を取り巻く現状と課題、目的、構成について説明します。

第2章

業務上の危険から看護職を守る(安全な職場づくり)

では、働く場の環境と労働安全衛生に焦点をあて、看護職に多くみられる業務上の危険を7つの要因に分類し、それぞれの予防・対策について説明します。

- (1) 生物学的要因
- (2) 物理的要因
- (3) 化学的要因
- (4) 人間工学的要因
- (5) 交通移動要因
- (6) 勤務・労働時間要因
- (7) 心理・社会的要因

第4章

参考情報・資料

「労働安全衛生ガイドライン」に関連した関連法規や国内外の関連情報を掲載します。

第1章

こんな職場で働きたい!

「ヘルシーワークプレイス(健康で安全な職場)」を目指して 、「保健・医療・福祉の分野の「ヘルシーワークプレイス(健康で安全な職場)」は、職場を取り巻く地域社会や、患者(利用者)も含めて、全ての人々が互いの人権を尊重しあうことを基本として、

- (1) 一人ひとりが健康で安全に自分らしく働きながら自己実現していくことができる職場環境・風土
- (2) 組織が職員を業務上の危険から守り、一人ひとりの健康支援に取り組む職場環境・風土
- (3) 職員と組織の活力を生み出すことで、患者(利用者)へのケアの質を向上し、社会への貢献を目指す職場と定義し、主体的に取り組むための体制づくりを5つのステップで説明します。

第3章

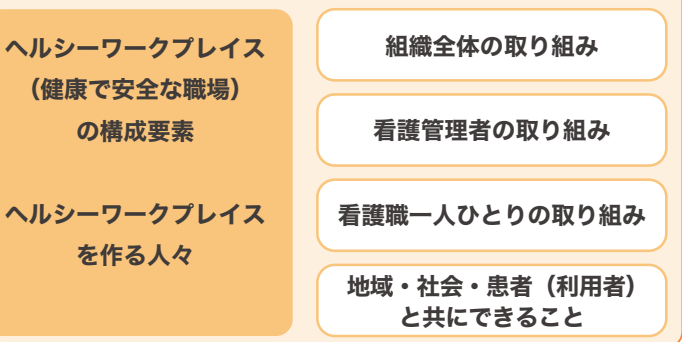
生涯を通じて健康に働くために(健康づくり)

では、生涯を通じて働いていくなかで、多くの看護職は

- (1) 職業生活の変化
- (2) 家庭生活の変化
- (3) 心身・健康上の変化を経験します。

「ヘルシーワークプレイス(健康で安全な職場)」の構成要素である看護職一人ひとりの健康とライフスタイルの実践と行動に焦点をあて、様々な変化にうまく対応して働き続けるための課題と対策について紹介します。

第1章



第2章

看護職をめぐる業務上の危険

第3章

看護職の健康づくり

第4章

参考情報・資料

「平成29年度日本看護協会看護労働委員会答申より」

本会ホームページと併せてご活用ください!

最新情報はこちらから

本会公式ホームページで「ヘルシーワークプレイス(健康で安全な職場)」の考え方をお伝えします。ヘルシーワークプレイスの考え方について、あらゆる職場で実践・導入できるよう、そして、看護職一人ひとりの多様なニーズに対応して支援できるよう、より詳細な情報や最新情報を提供します。



ガイドラインの無料ダウンロード(PDF)はこちらから!

このガイドラインが対象としているのは、看護職一人ひとりのみなさま、看護管理者や看護教育者としての役割をもつみなさま、そして、看護学生のみなさまです。また、医師や医療・福祉関係職種、人事労務担当者など、看護職とともに働くみなさま、さらに、組織全体です。多くのみなさまにご活用していただくことを期待します。それぞれの立場で、ガイドラインをご活用ください。

●本会公式ホームページ

一括版(第1章~第4章)
分割版(第1章、第2章、第3章、第4章)
URL: <http://www.nurse.or.jp/nursing/shuroanzen/safety/index.html> (平成30年4月公表)



平成30年度インターネット配信研修のお知らせ! 日本看護協会 インターネット配信研修 [オンデマンド]個人・施設向け

ヘルシーワークプレイスを目指して、その方策を楽しく学び実践に活かしましょう。

●配信期間:平成30年10月2日~平成31年1月31日

●受講料(税込):会員2,052円 非会員3,132円

●研修名:「ヘルシーワークプレイス(健康で安全な職場)」を目指して!
—看護職の健康と安全に配慮した労働安全衛生ガイドラインの活用—

●研修目的:看護職が生涯を通じて健康かつ安全に働き続けられるために必要な考え方やその視点および体制づくりについて理解する。

●主な対象:看護管理者、看護部長

●講義時間:90分

【詳細はこちらをご覧ください】

本会公式ホームページ>生涯学習支援>研修>

インターネット配信研修[オンデマンド]

URL:<http://www.nurse.or.jp/nursing/education/training/web/index.html>



お問い合わせ

【担当部署】労働政策部 看護労働課



生きるを、ともに、つくる。
公益社団法人 日本看護協会

〒150-0001 東京都渋谷区神宮前5-8-2
TEL:03-5778-8553 FAX:03-5778-5602
E-mail:kangorodo@nurse.or.jp

2018年
4月

看護職の健康と安全に配慮した 労働安全衛生ガイドライン

~ヘルシーワークプレイス(健康で安全な職場)を目指して~を公表します。



はじめに



公益社団法人 日本看護協会
常任理事
熊谷 雅美

日本看護協会は、基本理念として「看護職が生涯を通じて安心して働き続けられる環境づくりを推進する」を掲げ、勤務環境改善に取り組む看護現場を支援する各種の事業に取り組んでいます。その一環として、このたび「看護職の健康と安全に配慮した労働安全衛生ガイドライン~ヘルシーワークプレイス(健康で安全な職場)を目指して~」を作成しました。

従来の「労働安全衛生ガイドライン」は、看護職が業務上さらされるさまざまな労働安全衛生上の危険の指摘と、組織的な予防対策を中心に構成していました。

この新たな「労働安全衛生ガイドライン」は、従来の内容を更新しただけでなく、前回の改訂(2004年)から現在までの看護現場と看護職の働き方の激変と、看護を取り巻く社会の変化を踏まえて、新たな課題への取り組みを呼びかけます。

私たちの社会はいま、従来の高度経済成長長期型モデルの働き方の行き詰まりを認めてこれを見直し、やりがいをもって健康に働き続けられることの大切さに改めて

目を向けて、改革に取り組もうとしています。政府が主導する「働き方改革」(2015年~)はその一つの現れです。

直面するさまざまな課題に地球的な規模で取り組むため、国連は「持続可能な開発目標(Sustainable Development Goals(SDGs)、2015年9月)」を掲げ、今後2030年までの15年間、各国がその力を結集し、あらゆる形態の貧困に終止符を打ち、不平等と闘い、気候変動に対処しながら、誰も置き去りにしないための取り組みを進めていくとしています。国際看護師協会(ICN)は、2017年の国際看護師の日のテーマとして「看護師:主導する声:持続可能な開発目標(SDGs)の達成」を掲げました。SDGs目標3では「あらゆる年齢のすべての人々の健康的な生活を確保し、福祉を推進する」の達成に向け看護師が臨床実践の場から声を上げ、ケアの提供とともに社会の変化と政策決定にも貢献するよう呼びかけています。

SDGs目標8は「包括的かつ持続可能な経済成長及びすべての人々の完全かつ生産的な雇用と働きがいのある人間らしい雇用(Decent Work)を促進する」です。人々の健康と福祉に貢献する看護職にとっても、自身の健康と働きがいのある人間らしい雇用は重要なテーマです。本会がこの時機に「労働安全衛生ガイドライン」をみなさまにお届けできることには、大きな意義があります。

看護職が生涯を通じて健康に働き続けられるために

ヘルシーワークプレイス 基本的人権を尊重する健康で安全な職場



看護職一人ひとりが持てる能力を十分に活かす。自分らしく働きながら、看護職として成長し続ける。



看護管理者は健康で安全な職場環境・風土をつくる。



地域・社会・患者(利用者)は健康な看護職が、継続的により良い看護を提供することを期待する。



組織・施設は職員を業務上の危険から守り、一人ひとりの健康づくりを支援する。

それぞれの立場で、ガイドラインをご活用ください

●看護職一人ひとりとは?

看護職として仕事をするときには遭遇するさまざまな危険について知り、その予防策や対応方法を学ぶことができます。また、ご自身の生涯を通じた健康づくりについて学べます。

●看護管理者は?

職場全体の意識改革や、業務上の危険に備える体制強化の参考として、さらに職員への教育・支援ツールとして役立ちます。

●看護学生は?

将来看護職として働くうえで、知っておきたい業務上の危険や、その予防策と対処方法について学ぶことができます。また、看護職になってからの健康づくりについて学べます。

●看護教育者は?

看護学生が業務上の危険とその予防策、対処方法を学ぶ際、教育ツールの一つとして活用できます。

●医師や医療・福祉関係職種のみなさまは?

「看護職」をそれぞれの職種に置き換えて、それぞれの職種の業務内容や働き方の特性を踏まえながら参考にしてください。

は、業務上の危険の理解とその対処に加え、加齢やライフステージなどに応じた健康管理や働き方の選択、心身ともに健康な状態で看護を行うための健康づくりという視点も重要です。

看護職はこれまで、なによりも患者の安全と適正なケアの提供を優先し、患者の人権の尊重に努めてきましたが、その一方で、とすれば自分自身や同僚・部下である看護職の人権の尊重、健康管理や安全を後回しにしてしまうことはなかったでしょうか?

患者(利用者)の尊厳を守り、安全で質の高い看護を持続的に提供するために、看護職自身が安全に、尊厳を持って働ける健康的な職場環境が必要です。国際看護師協会(ICN)は、「看護師の倫理綱領」(2012年版)ならびに所信声明「看護師と人権」(2011年)において、その重要性と具体的な取り組みについて言及しています。

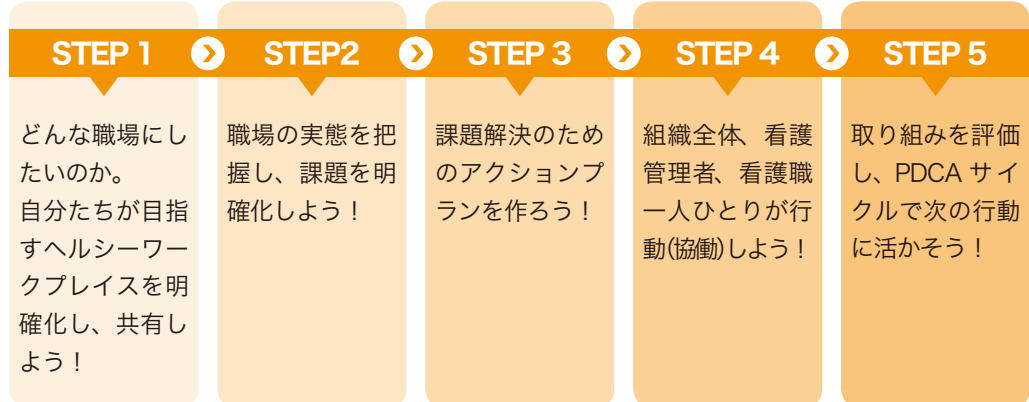
看護職一人ひとり、そしてそれぞれの職場において「看護職の健康と安全に配慮した労働安全衛生ガイドライン~ヘルシーワークプレイス(健康で安全な職場)を目指して~」が活用され、看護職が健康で安全に働き続けられることを願っています。

業務上の危険と自らの健康づくりについて基礎教育、新人教育で学ぶことは、専門職業人を目指す人にとっても大切なことです。そしてこの視点は、医療や福祉に従事する医療者の共通課題です。組織で共有し、組織として「ヘルシーワークプレイス」を目指すことを次の目標に活動していきたいと思います。

5つのステップを実践しよう(取り組みのステップ実践)

●「ヘルシーワークプレイス(健康で安全な職場)」を目指して、それぞれの組織が実態を把握し、主体的に参画するための仕組みを5つのステップで実践的に説明します。

ヘルシーワークプレイス を目指した取り組みの実際



今後の予定のご案内

「ヘルシーワークプレイス(健康で安全な職場)」

の実現に向けてキャンペーン活動を予定しています。

ヘルシーワークプレイスの実現は、看護職にとどまらず、医師や薬剤師をはじめとする他の医療従事者にも共通した課題です。医療従事者の「ヘルシーワークプレイス(健康で安全な職場)」を目指した取り組みを、さまざまな立場の方々や、団体とともに進めていきます。

看護職が生涯を通じて健康に働き続けるために

ヘルシーワークプレイス（健康で安全な職場）を目指して 業務上の危険・健康づくりについて考えましょう

業務上の危険と その対処

健康づくり



生物学的要因

ウイルス・細菌・真菌・植物

リスク 感染

- よく起こる：季節性インフルエンザ、ノロウイルス、O157
- 気をつけたい：肝炎・流行性耳下腺炎、風疹、結核、HIV/AIDS、水痘
- パンデミック：MERS（中東呼吸器症候群）、新型インフルエンザ、ジカ熱、デング熱、エボラ出血熱

血液媒介、空気、飛沫、接触（患者のケア）、汚染物・廃棄物の取り扱い（針などの医療器材針・リネン、排泄物）

職場での汚染物処理や清掃作業は安全ですか？

組織

- 標準予防策（スタンダードプリコーション）の徹底
- 汚染物廃棄物の取り扱いルールを作成
- 教育・研修・訓練

個人

- 自分の発熱、下痢、咳などの不調を見逃さず、適切な対応をとりましょう。

物理的要因

医療環境や機器・材料

電気、熱、音、不適切な換気、レーザー煙、電離放射線、光（ブルーライト含む）

リスク 切傷・火傷、放射線の被曝、ラテックスアレルギー、眼精疲労、ブルーライトの曝露に伴う生体リズムの乱れ

職場の整備、作業環境、使用手順は安全？

暗い中での作業 異臭、換気が不十分？ 眼が疲れる？

組織

- 環境の整備、作業環境の点検、マニュアルの作成
- 教育・研修

個人

- 組織の予防対策・マニュアルを守りましょう。
- 改善に向けた気づきやアイデアを提案、みんなで共有しましょう。

人間工学的要因

作業動作に伴うもの

患者（利用者）の移乗や体位調整、抱き上げ、不安定な姿勢での業務

リスク 筋骨格系障害（腰痛・肩こり・捻挫・骨折・手根管症候群の痛みやしびれ）、眼精疲労

腰痛予防対策は十分ですか？

ストレスと腰痛の発生には関連があると言われています。

組織

- 作業環境の点検と整備
- 補助用具の使用
- 健康管理・教育・腰痛予防体操の実施

個人

- 補助用具を使用しましょう。
- 作業姿勢・動作を見直しましょう。
- ストレッチ体操を行い、ストレスを軽減しましょう。

化学的要因

消毒剤、滅菌剤、薬物、試験試薬、殺菌剤、抗がん剤（HDs）、エチレンオキシド、ホルムアルデヒド、グルタルアルデヒド、アスベスト（石綿）

リスク 曝露

危険な化学物質への曝露対策は十分ですか？

抗がん剤の取り扱いには適切？

在宅（訪問看護）での取り扱いに目配りを。

取り扱い手技を正しく行っていますか？

組織

- 実態の把握
- 作業環境の点検・整備、マニュアルの作成
- 安全に配慮した機材の導入
- 教育・研修・訓練

個人

- マニュアルを守りましょう。
- 予防具を正しく使用しましょう。

勤務・労働時間要因

交代制勤務・夜勤、不規則な勤務時間に伴うもの

リスク 生体リズムの乱れ、睡眠不調、疲労の蓄積による心身の活動性の低下（医療事故、無気力、イライラ、焦燥感）、中長期的な健康への影響

夜交代制勤務を見直しましょう。

長時間労働対策に取り組みましょう。

組織

- 看護職の夜勤・交代制勤務に関するガイドラインの活用
- 法律に沿った適正な労働時間の管理
- 仮眠・休憩室の整備

個人

- 夜勤前後の上手な過ごし方を見つけてみましょう。
- 夜勤中は適切な仮眠をとりましょう。

交通移動要因

通勤や業務による交通移動に伴うもの

自動車・バイク・自転車・公共交通機関の利用

リスク 外傷、物損事故、人身事故

交通安全と安全行動を意識づけていますか？

運転中のスマホなどの使用は禁止されています。歩きスマホも絶対にやめましょう。

夜勤前後の運転は危険が伴います。

組織

- 教育・研修・訓練・危険情報の共有
- 安全な移動手段
- スケジュールの見直し
- 仮眠・休憩室の整備

個人

- 心と時間に余裕を持って行動しましょう。
- 運転中に眠気を感じたら安全な場所で仮眠しましょう。
- 危険情報はみんなで共有しましょう。

患者・同僚および 第三者による暴力

身体的暴力、精神的暴力、性的暴力

組織

- 平常時の対応（予防・抑止）、暴力発生時の対応、暴力発生後の対応を検討
- システムの強化（担当者の配置、警察OBの配置、緊急通報システムの整備、被害を受けた職員へのケアプロセスの標準化）など
- 教育・研修・訓練

個人

- 「暴力を許さない」という意識で組織の取り組みに参画しましょう。

心理・社会的要因

看護職の心理・社会的に影響を及ぼすもの：
患者・同僚および第三者による暴力、ハラスメント、精神的ストレス

リスク

看護職：心的外傷（トラウマ）、看護ケアの質低下、キャリア形成の阻害、家庭への影響、離職による経済的負担

組織：社会的信頼・評判の悪化、職員の士気の低下、人材の流出

患者（利用者）：患者（利用者）が受ける質の低下した看護

職員を守ることは患者を守ること！

医療メディエーション、メディエーターを積極的に活用しましょう。

相談窓口の利用や設置、産業医・産業保健師を活用しましょう。

精神的ストレス

組織

- ストレスチェックの実施・分析
- 職場復帰支援

個人

- 職業人としての規律性・柔軟性や傾聴する力を持ちましょう。
- ストレスの対処法を身につけましょう。
- 助けを求めることの大切さに気づきましょう。

ハラスメント

職場でのハラスメント

性差、年齢、資格、キャリア、婚姻、人種、宗教、LGBTなどを理由とする嫌がらせやいじめ

組織

- 経営層トップの取り組み決意表明
- 教育・研修・訓練

個人

- 患者（利用者）や同僚に敬意を払った言動を心がけましょう。
- 価値観の違いを認め合いましょう。

職業生活への適応

就職・夜勤・交代制勤務、昇進、異動・転勤、転職、退職、体力に応じた働き方の選択

夜勤回数が多く疲れる。

夜間交代制勤務に慣れない。

夜間のオン・コール対応が辛い。

訪問先で執拗なクレームを受けた。

管理職業務で残業が増え続ける。

ケア中に物を投げつけられた。

職場の寮で一人暮らしが始まった。

新しい職場の環境に馴染めない。

解決のヒント！

組織

- 新人の職場適応への配慮
- 夜勤・オン・コール負担の軽減対策
- 暴力・クレームへの組織的な対応

個人

- 生活習慣を見直しましょう。
- 一人で抱え込まず、同僚や上司に相談しましょう。

ライフイベントとの調和

結婚、妊娠・出産、子育て、離婚、介護、配偶者・家族との死別など

不妊治療を始めたい。

妊娠と師長への昇進時期が重なった。

再就職をしたい。

親の介護が始まった。

解決のヒント！

組織

- 子育て・介護との両立支援策の充実
- 看護部門のサポート

個人

- 家族とよく話し合いましょう。
- 社会資源を活用しましょう。
- 仕事との両立に向けて上司と相談しましょう。

生涯現役に向けた健康づくり

あなたの生活習慣は変えられます。

不規則な偏った食生活、若年層の痩せ志向、肥満・痩せ、運動不足、飲酒、喫煙など

今度こそ禁煙に成功したい！

健康診断で肥満・高血圧を指摘された。

ダイエットが原因か、生理が不順。

解決のヒント！

組織

- 組織・施設全体に対する啓発
- 職員が参加できる健康づくりの機会の提供
- 自主的に健康づくりに取り組む職員への支援

個人

- 上手なセルフケアを身に付けましょう。
- 食事・運動・休息・睡眠を見直しましょう。
- 専門家のアドバイスを受けましょう。

誰にでも人生の成熟期がやってきます。

体力・筋力の衰え、睡眠の質の低下、慢性疾患罹患リスクの増加、更年期症状、老眼、もの忘れ・若年性認知症など

若い時より夜勤が辛くなった。

老眼により眼精疲労が強く、採血手技が不安です。

解決のヒント！

組織

- 看護技術の確認
- 業務分担の見直し
- 新たな役割の分担

個人

- 専門家に相談しましょう。
- メガネやコンタクトレンズを調整しましょう。
- 上手に休息をとりましょう。

仕事をしながら病気とつきあうことができます。

病気をもちながら働く（慢性疾患、がん治療、うつ病など）

うつ病と診断を受けました。

数日前から微熱と咳が続きます。

早期乳がんの診断を受けました。

大腸がん治療の経過も順調、復職をしたい！

解決のヒント！

組織

- 治療との両立支援の充実
- 復職支援フォローアップ

個人

- 無理のない働き方について、主治医・産業医・上司と相談しましょう。
- 社会的資源を活用しましょう。
- 働き方・キャリアを再構築しましょう。