

介護職員の夜勤におけるストレスの要因について

伊木 康人¹, 安村 幸恵², 伊藤 美帆³, 西依 和美⁴

- 1) 済生会地域ケアセンター やすらぎ 2) 済生会地域ケアセンター 湯田温泉病院
3) 済生会地域ケアセンター 福寿園 4) 済生会地域ケアセンター あさくら

I. 研究目的

高齢者施設の中で、ケアに携わる介護職員はさまざまなストレスにさらされている。特に夜間帯の勤務については、ストレスを感じているという意見が多く聞かれる。

ストレスとは、もともと物理用語で外部から力を受けた物質の「ひずみ」を意味し、生物学者のハンス・セリエがこれを人間に当てはめ、なんらかの刺激によって心身に「ひずみ」が生じた状態を「ストレス」という概念を作り出した。現在は、「心身の適応能力に課せられる要求、およびその要求によって引き起こされる緊張状態を包括的に表す概念」¹⁾とされている。心身の過度のストレスは人間の心と身体に悪影響を及ぼすため、介護職員のモチベーションを下げる原因となっているのではないかと考える。

今回、研究を行う上でストレスを受ける原因や内容を知れば、緩和・解消の対策につながるのではないかと仮説をたてた。財団法人労働安定センターが行った「介護労働者のストレスに関する調査」では介護労働者のストレスは夜勤業務が高い割合になっているとの結果がみられている。その結果を参考に介護職員は夜勤業務の中でいったいどのような内容をストレスと感じているのか、ストレスの原因を把握することを重点に置き、調査・研究を行った。

II. 研究方法

1. 対象

- 2008年11月時点で、高齢者施設で夜勤勤務を行う全介護職員（同一法人）
- | | | |
|---------|-----|------|
| 病院 | 30名 | |
| グループホーム | 7名 | |
| 養護老人ホーム | 7名 | |
| ショートステイ | 10名 | 計54名 |
- 2交代制（16時～9時30分）
病院・グループホーム・ショートステイ
- 当直制（8時30分～翌日8時30分）
養護老人ホーム

2. 調査方法

留置法による自記式質問紙調査

3. 調査実施期間

2008年11月6日～11月19日

4. 主な調査内容

夜勤業務の実態を知るためにアンケートの質問は大きく3つに分類した。

A・・・食事介助、オムツ交換、トイレ誘導などの身体介護に関する要因を質問

（Q1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11）

B・・・夜間の患者・利用者の対応、認知症の対応、利用者の怪我・急変などの精神的な要因を質問

（Q12, 13, 14, 15）

C・・・家族との協力、医療関係者との協力、人間関係などの環境的な要因を質問

（Q16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25）

5. 調査に際しての倫理的留意

調査対象者への調査目的の説明を行い協力の同意を得た。調査データの取り扱いに際しては、対象者のプライバシー保護に留意し、データ管理責任者を決めて一元的に管理を行った。

6. 分析方法

収集したアンケートを数値化・図表化し、その結果より「ストレス」が高いと思われる項目を選択。病院と3施設（養護、グループホーム、ショートステイ）を比較し、どのような差があるのか分析した。自由形式は施設別に記載。

III. 結果

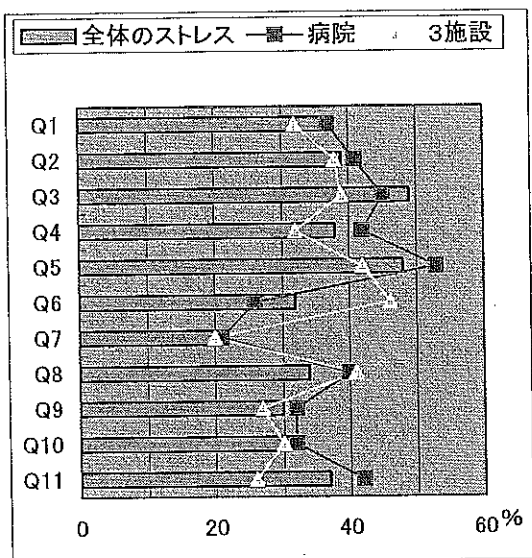
1. 全体のストレスの特徴

病院と3施設との比較。

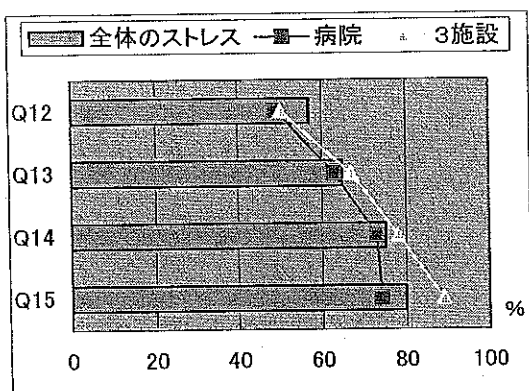
Q11, 夜勤業務はストレスを感じますか。

病院・・・55%

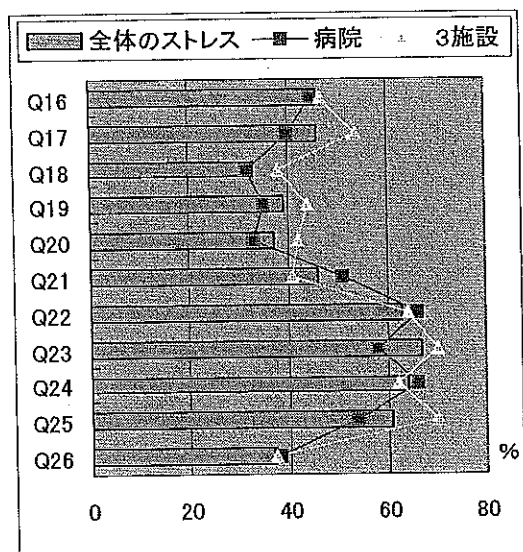
3施設・・・77%



図一1 身体的な要因



図一2 精神的な要因



図一3 環境的な要因

IV. 考察

今回、ストレスの原因を知るためアンケート調査の中でストレス度を測る指標は使用していない。ストレス度を測るのではなく、ストレスの内容を直接聞く事により、夜勤のストレスの原因が判明しやすいと考えたからだ。

アンケート調査の結果、身体的な要因はほぼ全ての項目について 50%を下回っており、今回の調査ではストレスと感じている方は少なかった。

精神的な要因については「夜勤の責任」「認知症の対応」「利用者の怪我・急変」の項目がストレスの上位を占めていた。その結果から精神的な不安・負担があるのではないかと推測された。病院以外は基本的に少数の介護職員で夜勤業務を行い、医療関係者（管理当直）は常時同じ施設内にいないため、怪我・急変時には迅速・適切な判断が要求される。病院は医師・看護師・介護士の多職種の夜勤体制である。看護師・介護士との連携により、夜間の対応や怪我・急変時の対応はスムーズに行いやすい。病院は他の施設と同様の項目にストレスを感じている傾向が見られているが、人数の総数が異なるため一眼に比較はできないものの、Q11の項目（夜勤業務はストレスですか）についてストレスを感じている方が約半数にとどまっている。その結果から、少数の夜勤体制での責任の集中・医療関係の不在が夜勤に対する精神的な負担・不安となり、ストレスを感じさせているのではないかと推測された。ただし、病院の中では多職種との人間関係のストレスもみられている。

環境的な要因は「夜勤に対する賃金の額」「休憩時間・仮眠」「夜勤の間隔」の項目が高く、労働環境の影響について推測された。施設別の特徴をみていくと、「夜勤に対する賃金の額」と「夜勤の間隔」は全般に同様にストレスであると感じている傾向がみられた。「休憩時間・仮眠」については、全施設より夜勤中には十分な休憩時間や仮眠をとる事ができないことが分かった。忙しい業務の中、休憩時間・仮眠をとる事自体が困難という意見も多くみられた。

夜勤のストレスは精神的な負担・不安、労働環境の影響と判明した。それは財団法人介護労働安定センターの調査においての「夜勤時の不安や賃金の低さがストレス」という結果と酷似している。賃金など労働環境に関して、現在介護保険の見直しがされており、改善が望まれる。また少数での夜勤は精神的な負担・不安が大きくみられ、そのストレスを軽減するには夜勤時の人数を増やせば解消されるので

はないかという仮説が、今後私たちの研究の課題になっていくことがわかった。また同時に夜間の業務や怪我・急変は医療関係者と話し合い、予想されるストレスを感じるであろう事は事前にシュミレーションをしていくことが大切であることが分かった。

V. 結論

今回の研究で推測された介護職員の夜勤におけるストレスの要因は、

- 1、身体的な介護に関してはストレスを感じる方は少ない傾向にある。
- 2、3施設（養護、グループホーム、ショートステイ）では少人数の夜勤ため、多職種の病院より精神的な負担・不安を感じストレスと感じている。
- 3、夜勤の賃金、休憩時間の労働環境がストレスを感じさせている。

謝辞

本研究にあたり御協力していただいた皆様に心からお礼申し上げます。また、ご指導いただきました矢原隆行先生、ありがとうございました。

引用・参考文献

- 1) 中島義明他 (1999) 『心理学辞典』有斐閣。
- 2) 財団法人介護労働センター (2005) 『介護労働者のストレスに関する調査』
(www.kaigo-center.or.jp/report/h17_chousa_s_info.html, 2009. 2. 24)
- 3) 近久典子・木村友美 関西学院大学文部 (2004) 『高齢者への介護におけるストレスに関する調査 ―職業としての介護者を対象として―』
(www.spss.co.jp/ronbun/2004-pd/2004-09.pdf, 2009. 2. 24)