

交代制編成のための評価基準（労働科学研究所、1988\*）

交替制編成のための評価基準	
項目	評価の内容
週労働時間	40 時間がのぞましい
月間夜勤回数	できる限り 8 回以内、可能なら 6 回まで
連続夜勤回数	できるだけ単夜、最大でも 3 夜
交替時刻	日勤の早朝出勤、夕勤の深夜におよぶ退勤をさける
勤務の長さ	原則として 8 時間（身体的・精神的負荷によって多少の延長はありうるが連勤・残業はさける）
勤務間隔時間	15～16 時間を原則とし、8～10 時間の過短間隔を避ける（12 時間程度の間隔の連続をさける）
夜勤後の休養時間	できるだけ 48 時間以上、最短でも 24 時間以上
交替番の順序	三交替の場合、日 夕 夜勤（正交替）
休日間隔	休日間の勤務はできるだけ 5 日以内、最大でも 6 日まで。休日の割り振りがかたよらないようにする
週末休日の配置	公休日が日曜もしくは、土・日曜と重なる回数をふやす（4 週に 1 回以上の週末連休がのぞましい）
連休	2 週に 1 回以上の連休
交替周期	日勤から夜勤をへて日勤にもどるまでの周期をできるだけ短く（早期交替制）
交替の規則性	できるだけ規則的な交代様式
勤務の融通性	勤務拘束にできるだけ融通性をもたす

\* 労働科学研究所編：労働時間と余暇，現代労働衛生ハンドブック，1207-1249，労働科学研究所出版部，1998

出典：山崎慶子他，ナースィング・マネジメント・ブックス 5，シフトワーク・マニュアル，日本看護協会出版会，1996