

WLBを実現するための 取り組みご紹介 ～看護部編～

看護職のWLBのための労働環境への
取り組みについてご紹介します。

前超勤削減 と 昼休憩取得により、 ゆとりある仕事と生活を！

看護部ではワークライフバランス
を実現するために昨年度から前
超勤削減に取り組んでいます。

ポスターを掲示し
て、意識改革を
しています！声掛け
も重要です！



前超勤削減のための働きかけとして、ポスターを作成し、8時20分までにスタッフステーションに入らないようお互いが声をかけあいました。



その結果、意識の変革につながりました。「早くいかなきゃという気持ちをもたず、先輩と同じ時間に出勤して情報収集しても大丈夫。」「子どもを預けてゆとりをもって仕事に行けるようになった。」「休憩室で朝ドラをみんなで見てからスタッフステーションに入ることができます。」など、誰もが気兼ねなく、出勤する時の気持ちにゆとりができました。また、家族との時間や、自分のための自由な時間が少しずつ増えてきており、充実した毎日が過ごせるようになってきています。

今年度は、昼休憩が決められた時間どおりに取得できていない現状を踏まえて、昼休憩取得に向けてのポスターを作成し取り組んでいます。



お昼の休憩と食事により、午後の活力を上げ
早く退勤できることで、これからもバランスのと
れたゆとりある仕事と生活をめざします。

看護部看護師長労働環境グループ

WLB支援室より

部全体での意識を変革・統一することによっ
て、働く人達皆にこころのゆとりが生まれたよう
ですね！目に見えるポスター活用は、意識の
継続にもつながりとても良い取り組みだと感じま
した。

2019/2/15

＊お問合せ

島根大学医学部附属病院
ワークライフバランス支援室
0853-20-2534(内線 2534)
mail : wlb@med.shimane-u.ac.jp

Work-Life
Balance