

項目	見るべき数値	計算式	危険信号
基本給	時間外手当計算の元額	基本給÷160時間＝時給 	基本給＜手当の場合は要注意
深夜残業代	25%以上加算されているか	通常時給×1.25＝深夜手当 	22時-5時の計算漏れ
休日手当	35%以上加算	通常時給×1.35＝休日手当 	振替休日との二重計上
資格手当	全国平均以上か	専門看護師：月15,000円～ 	5年未更新は実質減額
控除の内訳	健康保険料の異常増減	標準報酬月額×率表で検算 	3ヶ月連続差異1万以上

チェック項目	確認ポイント	具体的な例	備考
--------	--------	-------	----

 福利厚生			
住宅手適応条件	駅から徒歩15分以内	「徒歩10分限定」→実際は15分  	Googleマップで計測
保育園補助	全員対象か抽選か	「倍率5倍」→実質使えない 	過去3年の利用実績を確認
育休取得率	80%以上か	「取得率10%」→風土的に取りづらい 	数値開示を要求

 適応サポート			
プリセプター体制	1対1が2ヶ月以上	「1週間で異動」→サポート不足 	代替要員の有無を確認
面談頻度	半年に1回以上	「入職時のみ」→フォロー体制なし 	過去の面談記録を要確認
緊急連絡先	3人以上指定	「総務課のみ」→夜間対応不可 	連絡先一覧を入手

チェック項目	確認ポイント	具体的な例	備考
--------	--------	-------	----

📖 教育制度			
年間研修時間	30時間以上(動画除く)	「自己学習動画のみ」→実質0時間💻	過去2年の実績を要確認
資格取得支援	費用全額or半額補助	「上限5千円」→講習費10万円自己負担💰	規定文書の要確認
OJT期間	2週間以上	「3日で独り立ち」→教育不足🚩	スケジュール提示を要求

👥 人間関係			
3年勤続率	50%以上か	「新人全員1年で退職」→離職率要注意⚠️	職員名簿で確認
年齢層バランス	20-50代が混在	50代80%+20代0%」→世代ギャップ発生	面接時の雑談で分析
ランチタイム会話	私語が3割以上	「赤ちゃん話ばかりで入りづらい」😓 休憩中に業務の話ばかりしている	見学時の観察必須

サイン	具体例	チェック方法	対策
会話の偏り	特定スタッフだけ呼び捨て	1日の呼称をカウント📝	匿名報告制度導入
書類の状態	提出物にコーヒー染み多数	机周りの清潔度をチェック🧹	ストレスチェック実施
休憩室の様子	1人で食べる人が30%以上	ランチタイムの行動観察👁️👁️	グループランチ推奨
スマホ操作頻度	5分おきに確認するスタッフ	タイマーで測定🕒	デジタルデトックス日設定
笑顔の消失速度	朝礼後1時間で笑顔0	表情変化をビフォアアフター比較📷	メンタルヘルス研修

チェック項目	確認ポイント	具体的な例	備考
--------	--------	-------	----

🌙 夜勤環境			
月間実働夜勤数	シフト表と実績の差異±2回以内	「表向き6回→実際は8回」	💡 過去3ヶ月分の勤怠表を要確認
仮眠室設備	ベッド数＞夜勤人数	「10人用ベッド5台」→椅子で仮眠😓	
夜間医師対応	常駐orオンコール	救急対応は看護師判断ではない💉	マニュアル要確認

💻 隠れ残業			
書類作業時間	勤務時間内に収まるか	「自宅で2時間/日」→実質無給労働🏠	タイムカードと業務内容の比較
持ち帰り業務	明文化されたルール有無	「LINE指示が23時まで」📱	就業規則の該当箇所要確認
残業の申請	許可なく残業申請を出してよいか	師長や上司の許可なく申請できない	残業の申請方法の確認

📅 17 休日連絡			
連絡ルール	禁止明記か	「既読無視で評価低下」😓	トラブル事例を質問
緊急呼び出し頻度	月1回未満	「月3回以上」→休日潰れ👠	過去半年の実績を確認

チェック項目	確認ポイント	具体例	安全基準
ICU			
人工呼吸器台数	患者数×1.2以上	「10床に8台」→夜間シェア必須😱	日本集中治療医学会基準
感染防護具	個室分ストックあり	「共用ロッカーで不足」→交差感染リスク🦠	1日分×患者数
精神科病棟			
拘束具使用率	月1回未満	「週3回使用」→スタッフ不足の可能性🚩	日本精神科看護協会
暴力行為発生件数	月5件未満	「10件/月」→環境改善が必要💣	労働安全基準
手術室			
器械滅菌ログ	毎日記入あり	「3日分空白」→感染リスク上昇⚠️	日本手術看護学会
休憩時間確保率	90%以上	「連続5手術で休憩なし」→過労死ライン🚑	労働基準法