

とある7階病棟スタッフの

1日のタイムスケジュール★

6:30

起床。テレビを観ながら朝食の準備。
朝食、出勤の準備 徒歩15分で出勤。(本千葉駅からも徒歩5分程度！)

8:30

着替えて病棟到着(入院患者の情報収集)

9:00

病棟ミーティング、夜勤者からの申し送り
患者ラウンド、バイタルサイン測定、入浴患者の搬送
退院患者・家族へ退院指導、サマリー確認、書類説明

12:00

昼食(1時間)

13:00

患者ラウンド、バイタルサイン測定 リハビリスタッフとの連携
面会者の対応 介護認定調査対応、担当者会議施行
看護記録入力、リーダーへ一日の申し送り
明日の退院予定患者の確認、業務最終確認。
17:15 定時に業務終了！お疲れ様でした

18:00

定時帰宅で時間があるからその日によって予定様々☆
・同僚と気分転換に千葉駅で飲み会
・次の日夜勤なら電車に乗ってアフロクディズニー！
・スーパー寄りつつ帰ったらバターチキンカレーなど凝った料理に挑戦！
・疲れを癒やしにスーパー銭湯へ♪

20:00

パジャマに着替え寝る準備を整えたら、のんびりゆったりテレビを観ながらリラックスタイム
その日の気分で筋トレ

23:00

就寝...