

Aさんの一日（夜勤編）

時間	入り	明け
0:00		ラウンド
2:00		ラウンド
4:00		ラウンド
6:00		検温・容態聴取 血糖測定
8:00		配膳
8:30		日勤に申し送り 記録
9:00		勤務終了 朝食（外食やコンビニで買ったものを食べる）
10:00	起床 	帰宅
11:00	ブランチ （カフェ・友達と外食など）	お風呂
13:00	買い物や家事、勉強 趣味の時間	お昼寝、友達と遊ぶ 勉強、温泉に行く、部活に行く など 昼食 
15:30	仮眠 	
17:00	シャワー、夕食	
18:30	準備	
19:00	出勤	夕食 
20:10	情報収集  勤務開始・申し送り・ラウンド	お風呂 
21:00	内服介助・血糖測定	音楽を聴く、動画を観る 
22:00	点滴 	
23:00		就寝

23:30~5:00の間に
交代で1.5~2時間休憩
(可能な場合)

