



コラム



## 朝活について



業務改善委員会委員 診療サービス課 東 聖

「早起きは三文の徳」と昔から言われている通り、朝の時間は使い次第で「ゴールデンタイム」になります。集中力が高まる朝は、勉強・運動・趣味などやりたいと思ってできなかったことをする時間に最適です。

私が朝活にチャレンジするきっかけとなったできごとは、資格取得の勉強でした。仕事を終え、保育園に子供を迎えに行き、ある程度家事をこなし、寝るといふ日々が続いていました。子供と一緒に布団に入り、子供が先に寝てから起きようと思ってもそのまま寝てしまいます。奇跡的に起きられたとしても、眠気のせいかな能率が落ち、結局少し本を見るだけで終わっていました。何とか生活を変えたいと思い、学生時代にしていた朝勉強を思い出しました。

私のやり方は前日22時までに休むようにし、次の日4時30分頃に起きます。仕事に行くまでの数時間ですが、自分のペースで行えるので回りのことを気にせず、効率的に時間確保ができます。続けるコツは自分のお楽しみ時間を取り入れることです。私はYouTubeでプロ野球のファインプレー動画を見たりしています。前日の帰宅時間によってはできない日もありますが、1週間の内3日行うことを目指しています。習慣になるまで無理しない程度に行うことが今年の目標です。

朝の時間を上手に使えるようになると、まるで1日がグッと長くなったかのように感じます。「時間がない」と日々悩んでいる人は、思い切って早起きの生活に切り替えてみると良いかもしれません。



裏面は「**病棟における薬剤関連事故事象発生率**」についてです。是非、ご覧ください。

## シリーズ“統計のはなし” No.10

最近読んだ「データ分析の力 因果関係に迫る思考法」は数式が出てこないのに、論理的にすっきりと読める大変良い本でした。調査するにあたって、データの集め方から検討した方が良かったと良く分かる良い本です。

さて、本の内容とは違いますが、数値と率を見たときに結果の捉え方が変わる例「シン普森のパラドックス」を今回はお送りします。とある大学での合格率を例とします。この例は「性別によって差別的な判定が行われていたのでは？」という疑問がかかった事例です。

下表を見ると、たしかに男性の方が10%ほど合格率が高いです。

	出願者数	合格率
男性	8442	44%
女性	4321	35%

この詳細を見てみると、学部別に男女の合格率を調べたところ、多くの学部で女性の方が数%~十数%ほど合格率が高かったのです（学部ごとの詳細は割愛）。このように、全体と学部別で結果が大きく反しているのはなぜでしょうか？ 下図を見てください。それぞれの円は学部ごとの志願者数の大小を表しています。左側が男性の、右側が女性の合格率です。合格率が高い学部で男性の方がはるかに多く志願しています。一方、合格率の低いE学部では、女性が多く志願しています。つまり、合格率が高いA、B学部で男性の合格者「数」が大幅に多く、合格率が低いD、E学部で女性の不合格者「数」が多かったため、全体で合算してみると男性の方が合格者率が高くなったわけです。

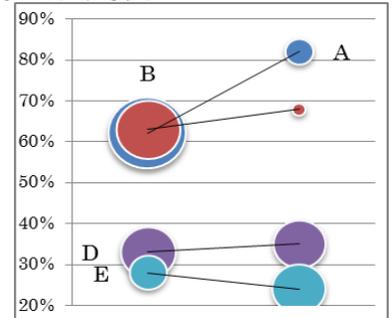


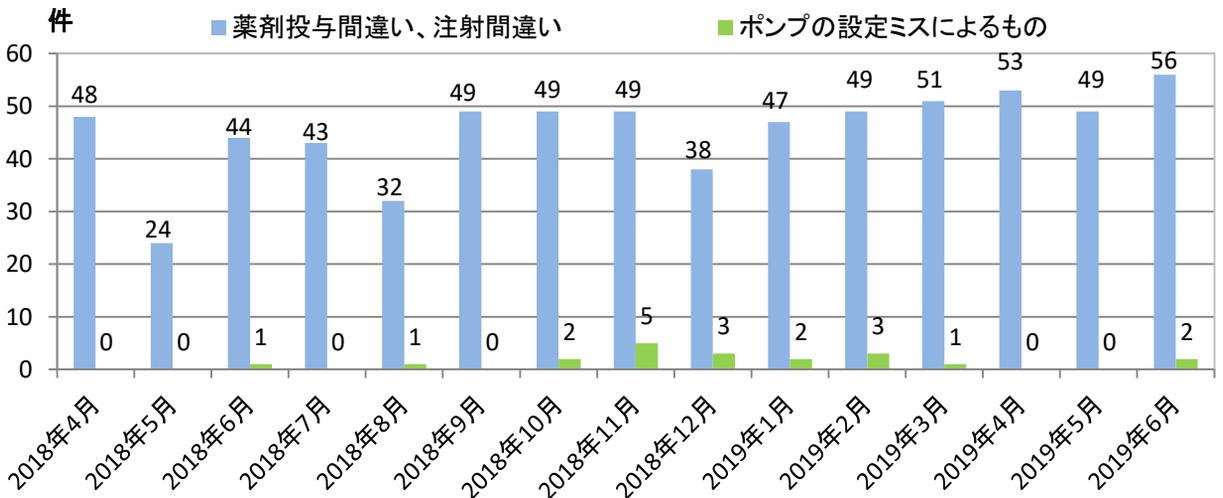
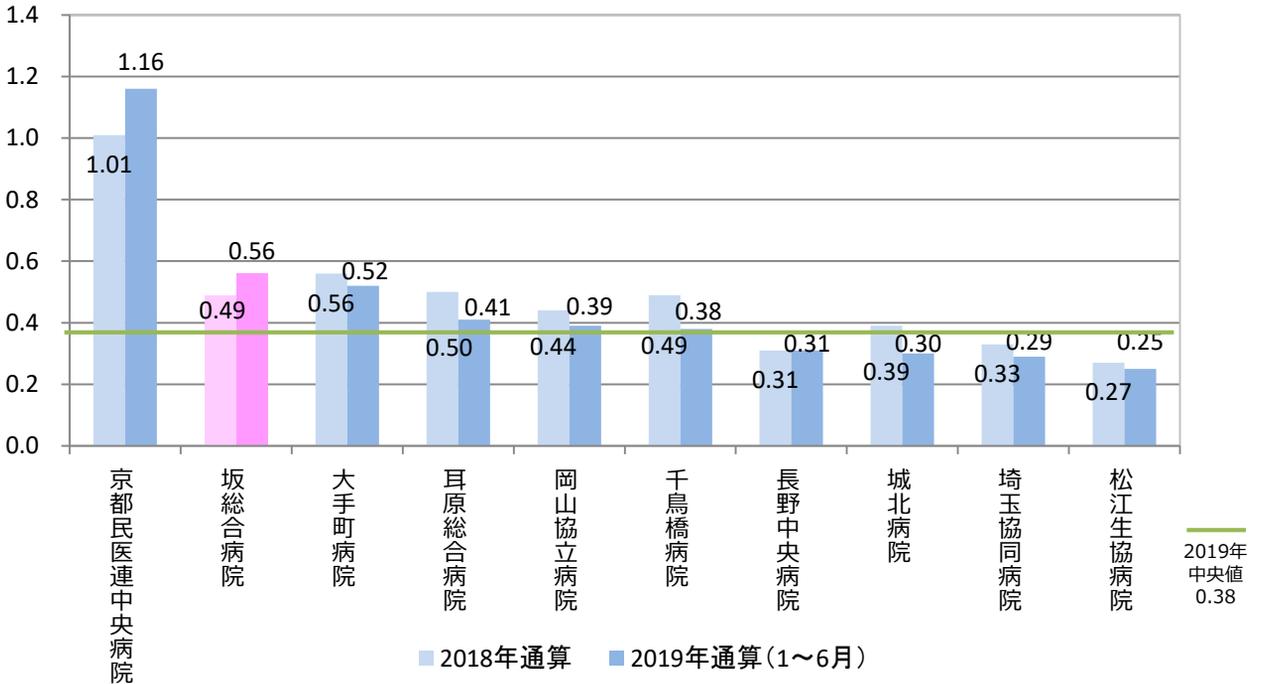
図1. 学部別にみた男女の合格率 (左: 男性、右: 女性、円は志願者数)

このように、データを集めて単純に集計しただけでは、実情と全く異なる判断をしてしまう恐れがあります。量だけでなく、詳細な判断ができる「属性」も共に収集し、要因を深く探るようにしましょう。経営企画室 SE 佐藤洋之

毎号1つの指標についてベンチマーク結果や時系列の推移など紹介していきます。

# 病棟における薬剤関連事故事象発生率

分母：入院延べ患者数  
分子：薬剤投与間違い、注射間違い 「病棟における薬剤関連事故事象発生率」



◇「薬剤投与間違い、注射間違い」

⇒「医師の処方どおりに薬剤・注射が投与されなかった」という内容が間違っただけのものや未実施のものなどが含まれる

◇「ポンプの設定ミスによるもの」

⇒急速投与などのポンプ設定ミスによるもの