気づきシートの使い方

【事業所の課題を見える化する因果関係図づくりの際に活用下さい】

１）気づきシートの使い方
２）記載例
３）気づきシート（1枚、4分割/枚）

Copyright © 2025 NTT DATA INSTITUTE OF MANAGEMENT CONSULTING, Inc.

気づきシートの使い方

いつ使う？	因果関係図の作成時に使用します。
何ができる？	現場の問題点を簡単に数多く集めることができます。
どんな観点から書く？	業務を行っている際の課題や気付きについて、粒度や視点（立場の違い）を気にせず、自由に記載いただいて問題ございません。 可能であれば、日常業務における「ムリ・ムダ・ムラ」を振り返りながら書き出してみてください。 「ムリ・ムダ・ムラの考え方」「記載例」については次ページ以降を参照ください
誰が書く？	誰でも書くことができます。非常勤でも、経営者でも、どなたでも歓迎します。
何枚必要？	**目標30枚。**事業所全体で30枚以上あれば、当日の因果関係図づくりがより充実します！可能であれば、職員の方1名につき、1枚の作成をお願いいたします。
他の方と重複してもよい？	記載内容が重複しても、全く問題ありません！

© 2025 NTT DATA INSTITUTE OF MANAGEMENT CONSULTING, Inc.

（参考）「ムリ・ムダ・ムラ」の考え方と事例

- 気づきシートを作成する際に、可能であれば日常業務の中にあるムリ・ムダ・ムラを振り返ってみましょう。

要素	概念図 / 概要	介護現場における事例
ムリ	 設備や人材の心身への過度の負担	キャリアの浅い職員がいきなり一人で夜勤になる 体重80kgの男性利用者のポータブル移乗を女性の介護職員1人で対応する
ムダ	 省略化できる業務	利用者を自宅に送った後、忘れ物に気づき、もう一度自宅に届ける バイタルなどの記録を何度も転記している
ムラ	 人・仕事量の負荷のばらつき	手順通りに作業する職員と自己流で作業する職員、状態に応じて介助する職員がいる 曜日によって、夕食の食事介助の介護スタッフ数がばらつき、食事対応に差が生じる 介護記録の研修もなく、記載の仕方が職員によってマチマチで正確に情報共有がなされない

（出典）介護サービス事業における生産性向上に資するガイドライン　改訂版、厚生労働省HP
https://www.mhlw.go.jp/stf/kaigo-seisansei.html

© 2025 NTT DATA INSTITUTE OF MANAGEMENT CONSULTING, Inc.

■気づきシート

記載例

- 業務を行っている際に感じた課題や気づきについて、自由に記述してください。 ※1枚につき1つの「課題」や「気づき」を記載してください。
- 課題や気づきの内容は、大きな文字で一言または単語で書いてください（例：人手不足、業務が統一されてない）。

いつ？（例：夜勤、朝礼、送迎・・・）

夜間業務中

どこで？（例：利用者の居室、浴室、送迎者・・・）

居室

※いつ・どこで、の記載が難しい場合は、空欄でも構いません。思いついた課題や気づきをどんどん書いていきましょう。

どんな課題や気づき？

利用者の転倒・事故のリスクが高い

© 2025 NTT DATA INSTITUTE OF MANAGEMENT CONSULTING, Inc.

■気づきシート

- 業務を行っている際に感じた課題や気づきについて、自由に記述してください。 ※1枚につき1つの「課題」や「気づき」を記載してください。
- 課題や気づきの内容は、大きな文字で一言または単語で書いてください（例：人手不足、業務が統一されてない）。

いつ？（例：夜勤、朝礼、送迎 ･･･）	どこで？（例：利用者の居室、浴室、送迎者 ･･･）
いつも	フロア内にて

※いつ・どこで、の記載が難しい場合は、空欄でも構いません。思いついた課題や気づきをどんどん書いていきましょう。

どんな課題や気づき？

人手不足にて、ご利用者の方が転倒・事故の可能性が高い。

© 2024 NTT DATA INSTITUTE OF MANAGEMENT CONSULTING, Inc.

記載例

■気づきシート

- 業務を行っている際に感じた課題や気づきについて、自由に記述してください。 ※1枚につき1つの「課題」や「気づき」を記載してください。
- 課題や気づきの内容は、大きな文字で一言または単語で書いてください（例：人手不足、業務が統一されてない）。

いつ？（例：夜勤、朝礼、送迎 ･･･）	どこで？（例：利用者の居室、浴室、送迎者 ･･･）
昼食時	食堂

※いつ・どこで、の記載が難しい場合は、空欄でも構いません。思いついた課題や気づきをどんどん書いていきましょう。

どんな課題や気づき？

食事（ご飯）のあまりが多すぎる。
日によって、多くあまる場合がある。

© 2024 NTT DATA INSTITUTE OF MANAGEMENT CONSULTING, Inc.

■気づきシート

- 業務を行っている際に感じた課題や気づきについて、自由に記述してください。 ※1枚につき1つの「課題」や「気づき」を記載してください。
- 課題や気づきの内容は、大きな文字で一言または単語で書いてください（例：人手不足、業務が統一されてない）。

いつ？（例：夜勤、朝礼、送迎 ･･･）	どこで？（例：利用者の居室、浴室、送迎者 ･･･）
いつも	倉庫内 フロア内

※いつ・どこで、の記載が難しい場合は、空欄でも構いません。思いついた課題や気づきをどんどん書いていきましょう。

どんな課題や気づき？

整理整頓ができておらず、使用したものが、出放しになっている。

© 2024 NTT DATA INSTITUTE OF MANAGEMENT CONSULTING, Inc.

■気づきシート

- 業務を行っている際に感じた課題や気づきについて、自由に記述してください。 ※1枚につき1つの「課題」や「気づき」を記載してください。
- 課題や気づきの内容は、大きな文字で一言または単語で書いてください（例：人手不足、業務が統一されてない）。

いつ？（例：夜勤、朝礼、送迎 ･･･）	どこで？（例：利用者の居室、浴室、送迎者 ･･･）
午前中、 来所されてから	フロア内

※いつ・どこで、の記載が難しい場合は、空欄でも構いません。思いついた課題や気づきをどんどん書いていきましょう。

どんな課題や気づき？

フロアに残っている職員が少ない。
（待機のみ）

© 2024 NTT DATA INSTITUTE OF MANAGEMENT CONSULTING, Inc.

■気づきシート

- 業務を行っている際に感じた課題や気づきについて、自由に記述してください。 ※1枚につき1つの「課題」や「気づき」を記載してください。
- 課題や気づきの内容は、大きな文字で一言または単語で書いてください（例：人手不足、業務が統一されてない）。

いつ？（例：夜勤、朝礼、送迎・・・）

どこで？（例：利用者の居室、浴室、送迎者・・・）

※いつ・どこで、の記載が難しい場合は、空欄でも構いません。思いついた課題や気づきをどんどん書いていきましょう。

どんな課題や気づき？

© 2024 NTT DATA INSTITUTE OF MANAGEMENT CONSULTING, Inc.

■気づきシート

- 業務を行っている際に感じた課題や気づきについて、自由に記述してください。 ※1枚につき1つの「課題」や「気づき」を記載してください。
- 課題や気づきの内容は、大きな文字で一言または単語で書いてください（例：人手不足、業務が統一されてない）。

いつ？（例：夜勤、朝礼、送迎 ･･･）

どこで？（例：利用者の居室、浴室、送迎者 ･･･）

※いつ・どこで、の記載が難しい場合は、空欄でも構いません。思いついた課題や気づきをどんどん書いていきましょう。

どんな課題や気づき？

© 2024 NTT DATA INSTITUTE OF MANAGEMENT CONSULTING, Inc.

■気づきシート

- 業務を行っている際に感じた課題や気づきについて、自由に記述してください。 ※1枚につき1つの「課題」や「気づき」を記載してください。
- 課題や気づきの内容は、大きな文字で一言または単語で書いてください（例：人手不足、業務が統一されてない）。

いつ？（例：夜勤、朝礼、送迎 ･･･）

どこで？（例：利用者の居室、浴室、送迎者 ･･･）

※いつ・どこで、の記載が難しい場合は、空欄でも構いません。思いついた課題や気づきをどんどん書いていきましょう。

どんな課題や気づき？

© 2024 NTT DATA INSTITUTE OF MANAGEMENT CONSULTING, Inc.

■気づきシート

- 業務を行っている際に感じた課題や気づきについて、自由に記述してください。 ※1枚につき1つの「課題」や「気づき」を記載してください。
- 課題や気づきの内容は、大きな文字で一言または単語で書いてください（例：人手不足、業務が統一されてない）。

いつ？（例：夜勤、朝礼、送迎 ･･･）

どこで？（例：利用者の居室、浴室、送迎者 ･･･）

※いつ・どこで、の記載が難しい場合は、空欄でも構いません。思いついた課題や気づきをどんどん書いていきましょう。

どんな課題や気づき？

© 2024 NTT DATA INSTITUTE OF MANAGEMENT CONSULTING, Inc.

■気づきシート

- 業務を行っている際に感じた課題や気づきについて、自由に記述してください。 ※1枚につき1つの「課題」や「気づき」を記載してください。
- 課題や気づきの内容は、大きな文字で一言または単語で書いてください（例：人手不足、業務が統一されてない）。

いつ？（例：夜勤、朝礼、送迎 ･･･）

どこで？（例：利用者の居室、浴室、送迎者 ･･･）

※いつ・どこで、の記載が難しい場合は、空欄でも構いません。思いついた課題や気づきをどんどん書いていきましょう。

どんな課題や気づき？

© 2024 NTT DATA INSTITUTE OF MANAGEMENT CONSULTING, Inc.