




学校の働き方改革 
令和7年度
ワークショップ 参考事例

令和8年3月

ご自身の校種のページを確認ください

校種	ページ数
小学校	➤ P. 3 ～
中学校・高校	➤ P. 36 ～
特別支援学校	➤ P. 71 ～

小学校

中学校

高校

特別支援
学校

時程

6時間目終了を15時よりも前倒し

R5年3学期の試行期間

➡R6年から6時間目時終了が15時前に持ち上がり

15時には完全下校を実現

日課表の見直し

例えば・・・

- 6時間目終了
15時40分➡14時50分
- 掃除週1回
(水曜9:55~10:15)
- 昼休みはたっぷり遊ぶ
(12:30~13:10)

勤務開始	月	火	水	木	金
8:10					
8:10-8:20	朝の会				
8:20-9:05	1	1	1	1	1
9:10-9:55	2	2	2	2	2
9:55-10:15	自由	○校タイム	清掃	○校タイム	自由
10:15-11:00	3	3	3	3	3
11:05-11:50	4	4	4	4	4
11:50-12:30	給食				
12:30-13:10	昼休み				
13:15-14:00	5	5	5	5	5
14:05-14:50	6	6		6	

15時5分最終下校の日程

15時完全下校が一つの目安

	①月水	②火木金
朝の準備・健康観察	8:20-8:30	
1時間目	8:30-9:15	
2時間目	9:20-10:05	
中休み	10:05-10:25	
3時間目	10:25-11:10	
4時間目	11:15-12:00	
給食	12:00-12:45	
昼休み	12:50-13:15	
5時間目	13:15-14:00	
学習指導 (①)	14:00-14:15	-
6時間目	14:15-15:00	14:05-14:50
学習指導 (②) ・清掃	-	14:50-15:00
最終下校時刻	15:05	

7月までは40分授業の実施

7月まで1コマ40分授業、8月以降は45分のシーズン制を導入

令和6年度は7月まで40分授業を実施しました。

月	火	水	木	金
登校 8:00~8:10				
朝の会 8:30~8:40				
Eタイム/清掃	集会/清掃	Eタイム	Eタイム	清掃
8:40~8:55				
学習準備			8:55~9:00	
1校時			9:00~9:40	
学習準備			9:40~9:45	
2校時			9:45~10:25	
業間休み			10:25~10:40	
学習準備			10:40~10:45	
3校時			10:45~11:25	
学習準備			11:25~11:30	
4校時			11:30~12:10	
給食 12:10~12:55				
昼休み 12:55~13:15				
学習準備			13:15~13:20	
5校時			13:20~14:00	
下校指導	学習準備	学習準備	学習準備	
14:00~14:15	14:00~14:05	14:00~14:10	14:00~14:05	
①研修 ②企画 ③職員会議 ④研修・マネ・就支 ⑤各種部会・各種委員会 14:15~15:00	6時間目	クラブ・委員会	6時間目	
	14:05~14:45		14:05~14:45	
	下校指導	14:10~14:55	下校指導	
	14:45~15:00	下校指導	14:45~15:00	
休憩時間				
15:00~15:45				
職員集会	①安全点検 ②教育相談	研修・学級事務等		
15:45~16:00				
学級事務等	③各種部会・各種委員会	研修・学級事務等		
16:00~17:00	④業務改善	15:45~17:00		
	15:45~17:00			

月	火	水	木	金
登校 8:00~8:10				
朝の会 8:30~8:40				
1校時			8:40~9:25	
学習準備			9:25~9:30	
2校時			9:30~10:15	
業間休み			10:15~10:30	
学習準備			10:30~10:35	
3校時			10:35~11:20	
学習準備			11:20~11:25	
4校時			11:25~12:10	
給食 12:10~12:55				
Eタイム/清掃	集会/清掃	Eタイム	Eタイム	清掃
12:55~13:10				
昼休み 13:10~13:25				
学習準備			13:25~13:30	
5校時			13:30~14:15	
下校指導	学習準備	学習準備	学習準備	
14:15~14:30	14:15~14:20	14:15~14:25	14:15~14:20	
①研修 ②企画 ③職員会議 ④研修・マネ・就支 ⑤各種部会・各種委員会 14:30~15:30	6時間目	クラブ・委員会	6時間目	
	14:20~15:05		14:20~15:05	
	下校指導	14:25~15:10	下校指導	
	15:05~15:20	下校指導	15:05~15:20	
休憩時間				
15:30~16:15				
職員集会	①安全点検 ②教育相談	研修・学級事務等		
16:15~16:30				
学級事務等	③各種部会・各種委員会	研修・学級事務等		
16:30~17:00	④業務改善	16:15~17:00		
	16:15~17:00			

- ・7月までを40分授業、夏季休業明けから45分授業
- ・5校時終了14:00、6校時終了14:45
- ・クラブ、委員会も月に1回ずつの設定

- ・放課後の余白の時間を子供たちに還元する。
- ・カリキュラム・マネジメント力をつける。
- ・勤務時間内で業務を完結させる。計画的に仕事をする。

また、火曜～金曜日は会議を入れず先生たちの自由な時間に設定

小学校

中学校

高校

特別支援
学校

担任制

チーム/教科担任制













【交換授業】

	4年1組 	4年2組 	4年3組 
体育 マット運動			
社会 伝統行事			
体育 I like ~.			

交換

- 教科（単元）ごとに担当を決め、学年全体で授業を行う。
- 左記は体育、社会、英語だが、**書写/テスト/漢字など、教育活動ごとの交換が可能**
- 単元ごとの時数など、少しの差があっても調整が可能

【ローテーション】

	2年1組 	2年2組 	2年3組 
1週目			
2週目			
3週目			

ローテ

- 左記の例のように、**同教科における35程度の教材を学年で分担し、同じ教材を用いて全クラスで実施**する。
- 授業研究や教材準備などの負担軽減と同時に、質の向上にも繋がる

【合同授業】

	3年1組 	3年2組 	3年3組 
算数	 メイン		
総合		 メイン	
社会			 メイン

- **同じ時間に全クラスが同じ教科を設定し、授業研究や教材づくりを分担する。**
- 授業研究や教材づくり以外に、オリエンテーションや内容の説明などをメイン担当が担う。
- 広い教室やzoomで繋げることで、一斉に同一の説明をすることができる。

チーム/教科担任制

	1組担任 A	2組担任 B	3組担任 C
朝の会	A	B	C
体育	↓	↓	↓
社会			
外国語			
算数			
給食			
国語			
帰りの会	↓	↓	↓

種類	特長
学級担任制	<ul style="list-style-type: none"> ・児童の様子を1日を通して観察できる(児童や保護者にとって安心) ・情報交換の時間が不要 ・授業時間の柔軟な運用がしやすい ・教科横断的な授業が可能
学年(チーム)担任制 (交換授業、教科担任制等)	<ul style="list-style-type: none"> ・教材研究を担当教科に集中でき、授業の質が向上できる ・学級担任と相性が合わない児童も別の教科で活躍できる ・多様な視点で児童を指導できる ・年度途中の教員の未充足に対応しやすい ・中学校への移行がスムーズ
専科指導	<ul style="list-style-type: none"> ・専門性の高い授業が可能 ・教員の負担軽減の効果が特に大きい

交換授業+教科担任制の専科 (イメージ図)

	1組担任 A	2組担任 B	3組担任 C
朝の会	A	B	C
体育	A	A	A
社会	B	B	B
外国語	C	C	C
算数	D	D	D
給食	A	B	C
国語	↓	↓	↓
帰りの会	↓	↓	↓

交換授業
※同一教科
の単元同士
で交換する
場合もある

教科担任制
の専科

交換授業+教科担任制の専科+学年(チーム)担任制 (イメージ図)

	学年(チーム)担任 A	B	C
朝の会	A	B	C
体育	A	A	A
社会	B	B	B
外国語	C	C	C
算数	D	D	D
給食	A	B	C
国語	↓	↓	↓
帰りの会	↓	↓	↓

ローテーション
で3人の担任
が各クラスを指
導

チーム担任制の導入

③ チーム担任制の導入

	1年	2年	3年	4年	5年	6年
担任	A	B	C		E	F
副担任	B	A	教務		F	E
国語	A	B	C	D (複式補正)	E	教務
算数	A	B	C	D	E	F
理科			D	F	教頭	F
社会			C	C	E	E
生活科	A	教務				
音楽	A		C		E	F
図工	A		教務		教務	
体育	B		D		F	
家庭科					教務	F
外国語	(外国語活動)	B	(外国語活動)	B	E	B
総合的な学習			C	教頭	E	F

※ 「道徳」、「学級活動」は担任が担当

- **3～6年担任は、原則、毎日空き時間がうまれた。**
低学年担任でも、午前中に空き時間がある日が週2～3日ある。
- **指導者が気づいた児童の良さなどは、校務支援システムの気づきに入力。**

小学校

中学校

高校

特別支援
学校

給食

給食ローテーションの実施

担任が**週2、3回のみ**

給食に入る仕組み



給食に入らない日は会議等実施



小学校

中学校

高校

特別支援
学校

校内研究

校内研究/研修観の転換

研修観の転換

- ・教師自らが主体的に取り組むボトムアップ型の研修
- ・自分のやりたいことを追求する。

相似形

教師の学び



往還



こどもの学び



往還



学びの転換

- ・教師はファシリテーター
- ・子供が主語の教育活動
- ・生きて働く力(コンピテンシーの育成)

子どもが育ち、教職員が育つ学校

校内研究/研修観の転換

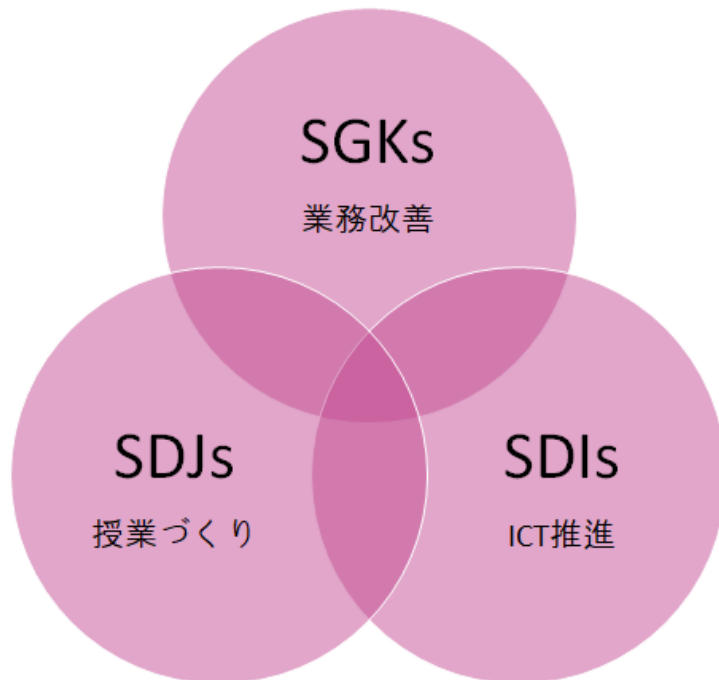
指導案と研究授業の
廃止

年間を通し、全学年
の授業を参観し合う
スタイルへ

がっつり型
➡ちよこちよこ型へ

SDTs

～持続可能で発展的に成長し続ける教師集団～



研究や授業改善と
業務改善の
バランスは？

研究理念

1. すべての先生が余裕とやりがいを
実感できる職員室に！
 2. 研究のための研究にしない！
(持続可能で根付く文化に)
-
1. 日常の改革で高め合える教師集団へ！
-
1. 費用対効果を意識して、
時間はかけずに最大の教育効果を！

小学校

中学校

高校

特別支援
学校

テスト

定期的な試験から単元ごとの試験へ変更

定期試験を廃止 ⇒ 単元テスト

※テストの形式

(購入or手作orICT等各教科で検討)

※掃除の時間をカットして実施



小学校

中学校

高校

特別支援
学校

宿題

学年に応じた内容の見直し

宿題 ⇒ 学年ごとに目的・内容を設定

低学年

⇒ 目的：学習習慣を身に着ける

内容：楽しめる出し方、を工夫



(例：音読は「たぬき役」を見童、それ以外は保護者に頼もう)

中学年以降

⇒ 目的：自主性を養う

内容：「自分で選ぶ」部分を増やす

(例：学習アプリ・ドリル好きな方を選ぶ、
進めるペースも本人が決める)

小学校

中学校

高校

特別支援
学校

クラブ活動

複数のクラブを統合し、再編成※中学校の事例

活動の似ているクラブ(例は、部活動)を統合し、 複数担当制にする

教職員は持ち回りで
指導

区分	活動	指導者
運動部	A 軟式野球・ソフトボール・サッカー	8名
	B 水泳・ソフトテニス・陸上駅伝	12名
	C バスケットボール・バレーボール・剣道	10名
文化部	D 吹奏楽・美術・茶華・パソコン・文芸	6名

子どもは、
いろんな活動を
年間を通じて体験できる

小学校

中学校

高校

特別支援
学校

行事

☆豊かなスポーツライフ

- **体育の授業成果**を活かす
- **生徒が種目を選んで**出場
- 準備負担を減らす
- 運営は代表委員会
- 審判は生徒と地域の方
- 教師は
笑顔で見守る行事



行事を子どもが、
計画・運営することを重視

運動会

子どもが決めること

- 種目決め
- スローガン決め
- Tシャツ作成



合唱祭

子どもが決めること

- 形式
(コンクールor発表のみ?)
- 練習計画
- 当日の運営の役割



「委ねる」には段階がある

4月

5月

6月

7月

9月

10月

11月

12月

1月

2月

3月

1学期

2学期

3学期

子どもの成長をかみしめながら、少しずつ委ねる

複数教科
学年合同
異学年 など

単元で委ねる
子ども主語の学び

子どもと
共に創る

コマで委ねる
子ども主語の学び

子どもと
共に学ぶ

部分で委ねる
子ども主語の学び

子どもの成長を信じて、委ねる

バイアスを手放し、小さく試してみる

その他 (保護者対応)

保護者ボランティアに協力を呼び掛ける

保護者ボランティアを募集するアプリ活用

- クラスの保護者に加え、
異学年の保護者にも呼び掛ける
- 活動例
 - ✓ トイレ掃除
 - ✓ 1年生給食準備
 - ✓ 花壇清掃
 - ✓ 家庭科のミシン
 - ✓ 読み聞かせ



その他 (ICT活用)

校務分掌業務を共有ファイルで整理

- 分掌名を入力する
学校における分掌や委員会などを記載する
- 分掌業務の分類・内容を入力する：
各分掌で1年間「どのような業務があるか？」を分担できるレベルで記載する
- 引継ぎ/前年度資料を入力する
業務を進める上での「ポイント」「確認を要する資料」を記載・リンクを添付する

帳票イメージ（入力用シート）

#	業務の担当区分			業務の分類と内容		業務量			参考情報		来年度に向けて	
	部門	所属	分掌等	業務分類	業務内容（※1セル1業務とする）	4月	5月	年度	業務量の備考	補足事項（任意）	前年度のデータ（URL）	反省・改善点※年度内更新
1	肢体	高等部	分掌-教務	教育課程管理	週時程等の確認、周知	★			1 第1週	③	教務部¥週時程¥R6¥作業	
2	肢体	高等部	分掌-教務	教育課程管理	個別支援計画等教務作成書類の周知	★			1 第1週		教務部¥個別支援計画¥R6	
3	肢体	高等部	分掌-教務	教育課程管理	週案の書式周知、管理	★★			2 第1週		教務部¥週案¥書式	
4	肢体	高等部	分掌-教務	教育課程管理	行事等の授業変更周知		★★		2 第1週		前年度のうちに概ね見込みで教務部¥通知¥行事	
5	肢体	高等部	分掌-教務	教育課程管理	授業時数管理のためのグループ主任との連携		★★		2 第1週		年度初めに早めに提示する教務部¥時数	
6	肢体	高等部	分掌-教務	教育課程管理	教務作成書類の回収、確認		★★		2 第2週		教務部¥フォルダ	
7	肢体	高等部	分掌-教務	行事	個人面談お知らせ及びアンケート作成	★			1 第1週		アンケート等のフォーマットを教務部¥通知¥個人面談	
8	肢体	高等部	分掌-教務	教育課程PT	令和8年度届け出資料の見込み作成				3 第3週		PTを立ち上げる見込みで、教務部¥届け出資料¥R8年度	
9	肢体	高等部	分掌-教務	教育課程PT	令和9年度届け出資料の見込み作成				3 第3週		PTを立ち上げる見込みで、教務部¥届け出資料¥R9年度	
10	肢体	中学部	分掌-教務	庶務	防災・防犯研修の実施	★★			2		作成は前年度に済んでいて教務部¥研修¥防災防犯	
11	肢体	中学部	分掌-教務	庶務	防災・防犯訓練の提案・実施	★★	★★		24 月1回		※周知資料は前年度に作成教務部¥研修¥防災防犯	

働きやすさ(休暇取得、環境等)

分類	取り組み例
環境改善	<ul style="list-style-type: none">• 職員室の環境改善（フリーアドレス化など）• 備品や空き教室の整理整頓• 餌やりや花壇の水やり自動化
勤務体系に関する制度やルール整備	<ul style="list-style-type: none">• フレックスタイムの導入• 定時退校日の設定• 管理職による施錠（退勤時間の上限設定）
外部人材の活用	<ul style="list-style-type: none">• 保護者・地域ボランティアの協力
校務のICT化	<ul style="list-style-type: none">• 会議資料やお便りのペーパーレス化• 欠席連絡やアンケートのフォーム化• 掲示物の精選やモニター活用
その他の改善（周辺業務）	<ul style="list-style-type: none">• 会議の精選• 部会・委員会の運営効率化• 分掌業務の見直し（統廃合など）• 配布チラシの削減（チラシボックスの設置）

その他 (職員室環境)

職員室内に対話スペースを作る ※中学校の事例

共用PCの立ち上げやプリンターの印刷を待つ
 “ちょっとした時間”に確認できる
 *プリンタの横などに設置すると先生たちが立ち寄りやすい！

After



対話のためのテーブル



相談があれば、
 机のまわりに
 さっと集まって
 話し合える

プロジェクタ・スクリーン



資料を映しな
 がらミニミーテ
 ィングができる

その他 (勤務時間)

時差出勤の施行※高校の事例

1 朝夕型 (Flexible schedule) 勤務制

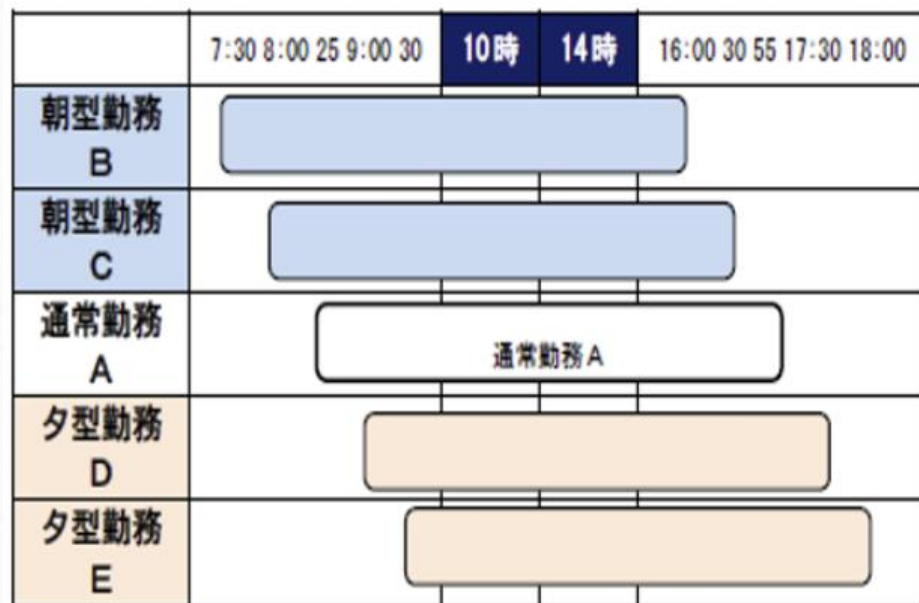
R 5 年7月12月

試行実施：夏季休業、冬季休業

R 5 年 2 月

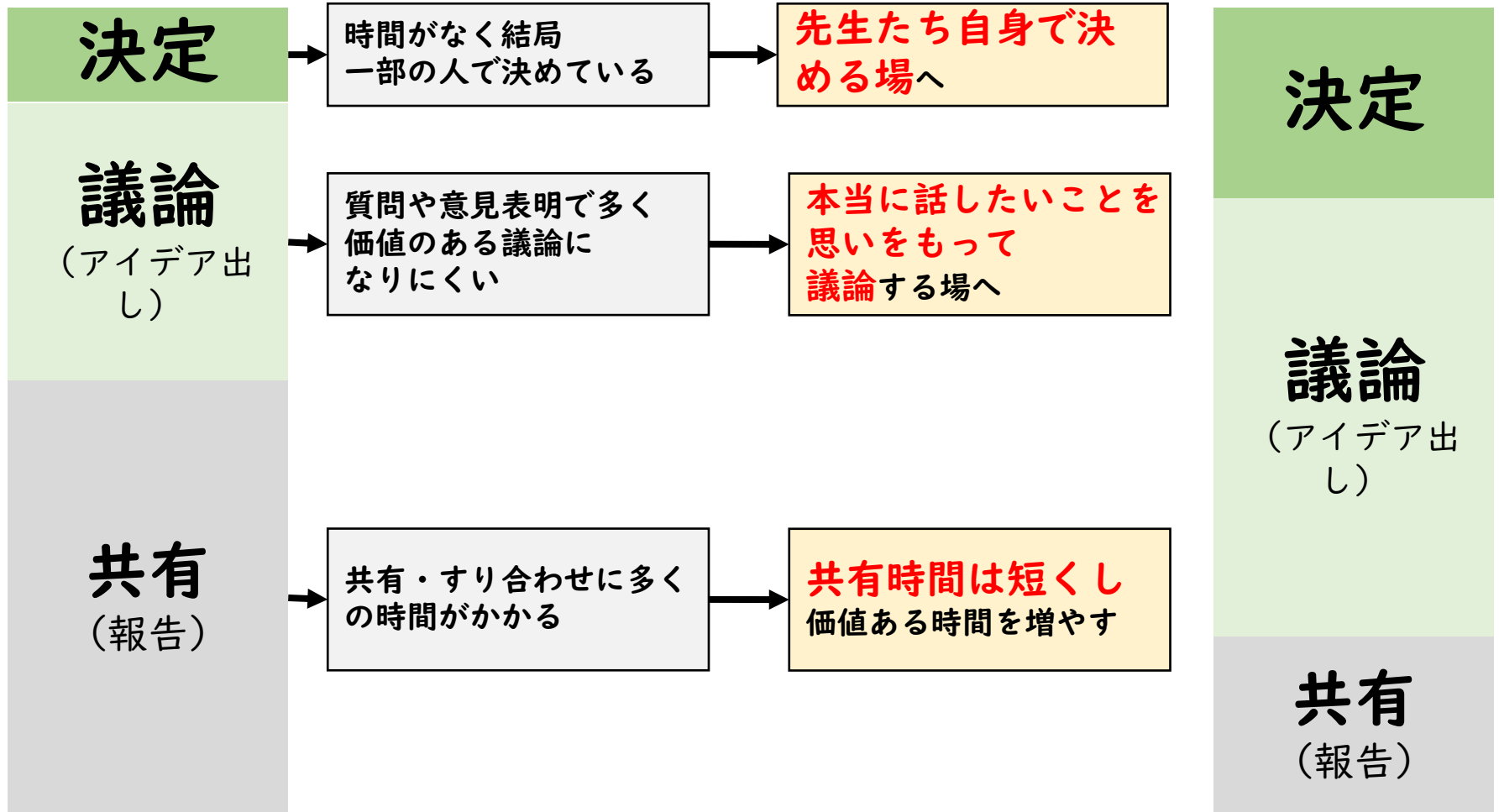
授業日で試行実施

勤務区分	勤務時間	休憩時間 (50分)	備考
平常授業日	8:20~16:55	12:35~13:15 16:30~16:40	①型と同じ
朝型勤務②	7:20~15:55	8:10~8:20 12:35~13:15	7限にかかる
朝型勤務③	7:50~16:25	8:10~8:20 12:35~13:15	7限終礼にかかる
通常勤務①	8:20~16:55	12:35~13:15 16:30~16:40	
夕方勤務④	8:45~17:20	12:35~13:15 16:30~16:40	1限から出勤
夕方勤務⑤	9:20~17:55	12:35~13:15 16:30~16:40	1限にかかる



会議の精選/見直し

会議における、時間配分の見直し



小学校

中学校

高校

特別支援
学校

時程

17時完全下校の実現

週28コマをベースに
部活動も週3回16:45に終了とすることで17時完全下校

月・水曜日	
朝の会	8:25 ~ 8:30
1校時	8:40 ~ 9:30
2校時	9:40 ~ 10:30
3校時	10:40 ~ 11:30
4校時	11:40 ~ 12:30
給食	12:30 ~ 13:05
清掃	13:15 ~ 13:25
5校時	13:35 ~ 14:25
帰りの会	14:30 ~ 14:35

火・木曜日	
朝の会	8:25 ~ 8:30
1校時	8:40 ~ 9:30
2校時	9:40 ~ 10:30
3校時	10:40 ~ 11:30
4校時	11:40 ~ 12:30
給食	12:30 ~ 13:05
清掃	なし
5校時	13:20 ~ 14:10
6校時	14:20 ~ 15:10
帰りの会	15:15 ~ 15:20

金曜日	
朝の会	8:25 ~ 8:30
1校時	8:40 ~ 9:30
2校時	9:40 ~ 10:30
3校時	10:40 ~ 11:30
4校時	11:40 ~ 12:30
給食	12:30 ~ 13:05
清掃	13:15 ~ 13:25
5校時	13:35 ~ 14:25
6校時	14:35 ~ 15:25
帰りの会	15:30 ~ 15:35

放課後の活動時間を部活動含め見直し

週28コマをベースに時程を組み立て、部活動も週3回70分で17時完全下校

日課の改訂 (終業時刻を16時10分から15時25分に繰り上げ)

R4.10月まで

	始	終
短学活	825	840
1限	845	935
2限	945	1035
3限	1045	1135
4限	1145	1235
給食	1240	1325
5限	1345	1435
6限	1445	1535
清掃	1540	1555
短学活	1600	1610
部活動	1625	1800

R4.11月から現在

	始	終	月木 5コマ	火水金 6コマ
短学活	825	830		
1限	835	925	短学活	1520-1525
2限	935	1025		
3限	1035	1125	清掃	A当番 (月奇・木偶) 1435-1450 水 B当番 (火金なし) 1535-1550
4限	1135	1225		
給食	1230	1310		春夏 70分 1540-1650 秋冬 40分 1540-1620
5限	1330	1420	放課後 ホットタイム	なし
6限	1430	1520		

放課後活動は部活動を含めて週3回で最大でも70分

放課後は曜日によって異なる活動を実施

週28コマをベースに時程を組み立て、部活動も週3回70分で17時完全下校

学校・家庭・地域が支える放課後活動

週3回70分の放課後活動はどう過ごすかは子どもが自ら選択

現状は、部活動 6～7割、委員会活動 1割、プロジェクト活動 2～3割、帰宅 1～2割

放課後ホットタイム

火	水	金
15:40—16:50 70分	15:40—16:50 70分	15:40—16:50 70分

生徒・教員
保護者・地域も応募可

部活動

委員会活動

プロジェクト活動

※10月～2月は15:40-16:20の40分間

子どもや大人の「学校が楽しい」を生む活動
子どもや大人の「やりたい」を実現する活動
子どもや大人の「もう一つの居場所」づくり



「学校を動かす」「学校を創る」ことができる存在

小学校

中学校

高校

特別支援
学校

担任制

チーム/教科担任制













【交換授業】

	4年1組 	4年2組 	4年3組 
体育 マット運動			
社会 伝統行事			
体育 I like ~.			

交換

- 教科（単元）ごとに担当を決め、学年全体で授業を行う。
- 左記は体育、社会、英語だが、書写/テスト/漢字など、教育活動ごとの交換が可能
- 単元ごとの時数など、少しの差があっても調整が可能

【ローテーション】

	2年1組 	2年2組 	2年3組 
1週目			
2週目			
3週目			

ローテ

- 左記の例のように、同教科における35程度の教材を学年で分担し、同じ教材を用いて全クラスで実施する。
- 授業研究や教材準備などの負担軽減と同時に、質の向上にも繋がる

【合同授業】

	3年1組 	3年2組 	3年3組 
算数	 <small>メイン</small>		
総合		 <small>メイン</small>	
社会			 <small>メイン</small>

- 同じ時間に全クラスが同じ教科を設定し、授業研究や教材づくりを分担する。
- 授業研究や教材づくり以外に、オリエンテーションや内容の説明などをメイン担当が担う。
- 広い教室やzoomで繋げることで、一斉に同一の説明をすることができる。

チーム/教科担任制

	1組担任 A	2組担任 B	3組担任 C
朝の会	A	B	C
体育	↓	↓	↓
社会			
外国語			
算数			
給食			
国語			
帰りの会	↓	↓	↓

種類	特長
学級担任制	<ul style="list-style-type: none"> ・児童の様子を1日を通して観察できる(児童や保護者にとって安心) ・情報交換の時間が不要 ・授業時間の柔軟な運用がしやすい ・教科横断的な授業が可能
学年(チーム)担任制 (交換授業、教科担任制等)	<ul style="list-style-type: none"> ・教材研究を担当教科に集中でき、授業の質が向上できる ・学級担任と相性が合わない児童も別の教科で活躍できる ・多様な視点で児童を指導できる ・年度途中の教員の未充足に対応しやすい ・中学校への移行がスムーズ
専科指導	<ul style="list-style-type: none"> ・専門性の高い授業が可能 ・教員の負担軽減の効果が特に大きい

交換授業+教科担任制の専科 (イメージ図)

	1組担任 A	2組担任 B	3組担任 C
朝の会	A	B	C
体育	A	A	A
社会	B	B	B
外国語	C	C	C
算数	D	D	D
給食	A	B	C
国語	↓	↓	↓
帰りの会	↓	↓	↓

交換授業
※同一教科
の単元同士
で交換する
場合もある

教科担任制
の専科

交換授業+教科担任制の専科+学年(チーム)担任制 (イメージ図)

	学年(チーム)担任 A	B	C
朝の会	A	B	C
体育	A	A	A
社会	B	B	B
外国語	C	C	C
算数	D	D	D
給食	A	B	C
国語	↓	↓	↓
帰りの会	↓	↓	↓

ローテーション
で3人の担任
が各クラスを指
導

小学校

中学校

高校

特別支援
学校

給食

給食ローテーションの実施

担任が**週2、3回のみ**

給食に入る仕組み



給食に入らない日は会議等実施



小学校

中学校

高校

特別支援
学校

校内研究

校内研究/研修観の転換

研修観の転換

- ・教師自らが主体的に取り組むボトムアップ型の研修
- ・自分のやりたいことを追求する。

相似形

こどもの学び



学びの転換

- ・教師はファシリテーター
- ・子供が主語の教育活動
- ・生きて働く力(コンピテンシーの育成)

教師の学び



子どもが育ち、教職員が育つ学校

校内研究/研修観の転換

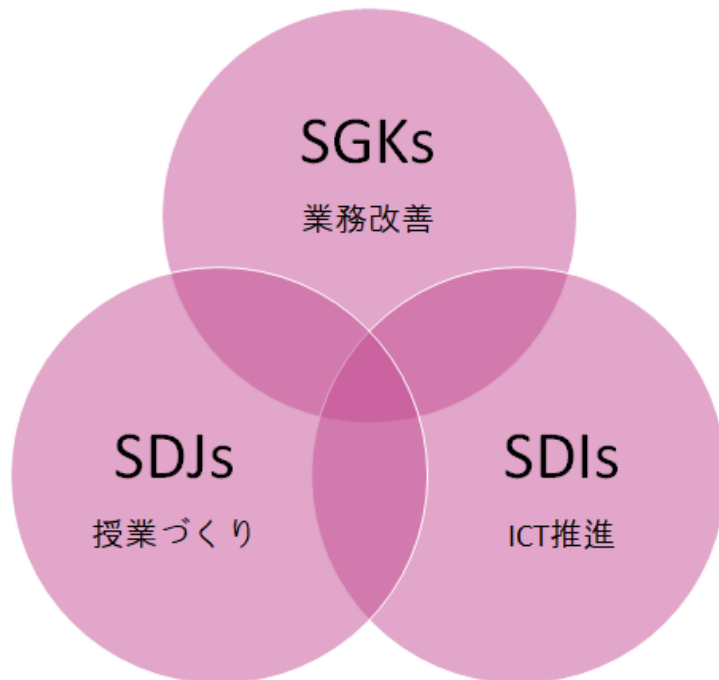
指導案と研究授業の
廃止

年間を通し、全学年
の授業を参観し合う
スタイルへ

がっつり型
➡ちよこちよこ型へ

SDTs

～持続可能で発展的に成長し続ける教師集団～



研究や授業改善と
業務改善の
バランスは？

研究理念

1. すべての先生が余裕とやりがいを
実感できる職員室に！
 2. 研究のための研究にしない！
(持続可能で根付く文化に)
-
1. 日常の改革で高め合える教師集団へ！
-
1. 費用対効果を意識して、
時間はかけずに最大の教育効果を！

小学校

中学校

高校

特別支援
学校

テスト

定期的な試験から単元ごとの試験へ変更

定期試験を廃止 ⇒ 単元テスト

※テストの形式

(購入or手作orICT等各教科で検討)

※掃除の時間をカットして実施



小学校

中学校

高校

特別支援
学校

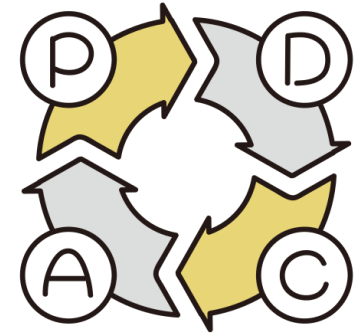
宿題

宿題のリデザイン

宿題 ⇒ 目的を踏まえ、出し方を見直す

宿題の目的

自身で計画を立てて、
主体的に学ぶ姿勢を育てる



宿題の出し方

- ・ 1か月先等、遠めの期日を設定して進め方は生徒に任せる
- ・ ゆくゆくは宿題を完全に廃止を目指す

小学校

中学校

高校

特別支援
学校

部活動

2年かけた部活動全体の見直し

	2023年	2024年
時間	平日 30分減 →夏80分、冬30分	生徒の声を踏まえ 夏70分・冬40分へ
頻度	平日 1日減 ・休日 上限 →週3日 + 休日月3回	休日上限を 月2回 までに
顧問制	部活動を 4グループ に再編。複数顧問制へ	屋内外で 2グループ へ再編
地域クラブ 推奨	HP発信や入学説明会で説明	23年の取組 + 保護者説明会

生徒の声から回数・時間を変更

学校部活動の縮減と地域クラブ活動の推奨

平日3回に削減

生徒
アンケート

- ・平日週3回、90分程度の活動を望む声が多い
- ・25%程度は「現状維持を望む」のため、**選択できる仕組み**が必要

・週1～2回 平・休日夜 90分～2時間 **協会・連盟・民間の紹介**

・月2回程度 休日の昼間 90分～3時間

地域クラブとの連携

	月	火	水	木	金	土	日
学校部活動	休	○ 夏15:40～16:50 冬15:40～16:20	○ 夏15:40～16:50 冬15:40～16:20	休	○ 夏15:40～16:50 冬15:40～16:20	・1か月で上限3回 (2024.9から月2回)	
地域 クラブ						・第1+3日曜の昼 (2025.4から月3回)	
市協会・連盟 民間活動	○ 19:00～20:30			○ 19:00～20:30		・土日どちらかの夜 バスケ 剣道 ハド 卓球 フットサル 空手 ハンド 柔道 ハレー 日本憲法	

部活動のリデザイン（チーム顧問制）

チーム制の部分導入

学級・チームは子どもたちのもの、子どもたちが自ら創り上げる学級を全ての教員で支援する

2023年度のチーム担任

1年	2年	3年
学級開きローテ 道徳ローテ 総合ローテ 学活・給食ローテ 月金：固定級 火水木：ローテ	学級開きローテ 道徳ローテ 総合ローテ 教育相談リスナー選択	従来通り

2024年度のチーム担任

1年	2年	3年
学級開きローテ 道徳ローテ 総合ローテ 学活・給食ローテ 月～金：ローテ ※時期により固定級 教育相談リスナー選択	学級開きローテ 道徳ローテ 総合ローテ 学活・給食ローテ 月金：固定級 火水木：ローテ 教育相談リスナー選択	学級開きローテ 道徳ローテ 総合ローテ

2023年度のチーム顧問

区分	部活動	指導者
運動部	A 軟式野球・ソフトボール・サッカー	8名
	B 水泳・ソフトテニス・陸上駅伝	12名
	C バスケットボール・バレーボール・剣道	10名
文化部	D 吹奏楽・美術・茶華・パソコン・文芸	6名

※ 大会参加等の外部対応が必要な部には担当者を置いている

2024年度のチーム顧問

	部活動	指導者
屋外	A 軟式野球・ソフトボール・サッカー 水泳・ソフトテニス・陸上駅伝	教員19名 地域3名
屋内	B バスケットボール・バレーボール・剣道 吹奏楽・美術・茶華 パソコン・文芸	教員13名 地域6名

練習方法の見直し

サッカー部

実施した練習方法：

- ****インターバルトレーニング (HIIT) **を導入し、全体の練習時間を削減**
- **従来の長時間のランニングやボール練習を短縮**
- **ミニゲーム（小さなグループでの試合形式）を中心に、試合に即した技術練習を強化**
→無駄な体力消耗を避け、実戦に近い形での練習を実施

結果：

- 練習時間は**週15時間ほど減少**
1回あたりの練習時間も大幅に短縮
- 試合での成績は**インターハイ出場**という結果

生徒たちの**パフォーマンス向上**と**集中力の強化**が確認され、
体力や技術の向上が顕著に見られました

小学校

中学校

高校

特別支援
学校

行事

☆豊かなスポーツライフ

- **体育の授業成果**を活かす
- **生徒が種目を選んで**出場
- 準備負担を減らす
- 運営は代表委員会
- 審判は生徒と地域の方
- 教師は
笑顔で見守る行事



行事を子どもが、
計画・運営することを重視

運動会

子どもが決めること

- 種目決め
- スローガン決め
- Tシャツ作成



合唱祭

子どもが決めること

- 形式
(コンクールor発表のみ?)
- 練習計画
- 当日の運営の役割



「委ねる」には段階がある

4月

5月

6月

7月

9月

10月

11月

12月

1月

2月

3月

1学期

2学期

3学期

複数教科
学年合同
異学年 など

子どもの成長をかみしめながら、少しずつ委ねる

単元で委ねる
子ども主語の学び

子どもと
共に創る

コマで委ねる
子ども主語の学び

子どもと
共に学ぶ

部分で委ねる
子ども主語の学び

子どもの成長を信じて、委ねる

バイアスを手放し、小さく試してみる

その他 (保護者対応)

保護者ボランティアに協力を呼び掛ける

保護者ボランティアを募集するアプリ活用

- クラスの保護者に加え、
異学年の保護者にも呼び掛ける
- 活動例
 - ✓ トイレ掃除
 - ✓ 花壇清掃
 - ✓ 家庭科のミシン



その他 (ICT活用)

校務分掌業務を共有ファイルで整理

- 分掌名を入力する
学校における分掌や委員会などを記載する
- 分掌業務の分類・内容を入力する：
各分掌で1年間「どのような業務があるか？」を分担できるレベルで記載する
- 引継ぎ/前年度資料を入力する
業務を進める上での「ポイント」「確認を要する資料」を記載・リンクを添付する

帳票イメージ（入力用シート）

#	業務の担当区分			業務の分類と内容		業務量				参考情報		来年度に向けて
	部門	所属	分掌等	業務分類	業務内容（※1セル1業務とする）	4月	5月	年度	業務量の備考	補足事項（任意）	前年度のデータ（URL）	反省・改善点※年度内更新
1	肢体	高等部	分掌-教務	教育課程管理	週時程等の確認、周知	★			1 第1週	③	教務部¥週時程¥R6¥作業	
2	肢体	高等部	分掌-教務	教育課程管理	個別支援計画等教務作成書類の周知	★			1 第1週		教務部¥個別支援計画¥R6	
3	肢体	高等部	分掌-教務	教育課程管理	週案の書式周知、管理	★★			2 第1週		教務部¥週案¥書式	
4	肢体	高等部	分掌-教務	教育課程管理	行事等の授業変更周知		★★		2 第1週		前年度のうちに概ね見込み 教務部¥通知¥行事	
5	肢体	高等部	分掌-教務	教育課程管理	授業時数管理のためのグループ主任との連携		★★		2 第1週		年度初めに早めに提示する 教務部¥時数	
6	肢体	高等部	分掌-教務	教育課程管理	教務作成書類の回収、確認		★★		2 第2週		教務部¥フォルダ	
7	肢体	高等部	分掌-教務	行事	個人面談お知らせ及びアンケート作成	★			1 第1週		アンケート等のフォーマットを 教務部¥通知¥個人面談	
8	肢体	高等部	分掌-教務	教育課程PT	令和8年度届け出資料の見込み作成				3 第3週		PTを立ち上げる見込みで、 教務部¥届け出資料¥R8年度	
9	肢体	高等部	分掌-教務	教育課程PT	令和9年度届け出資料の見込み作成				3 第3週		PTを立ち上げる見込みで、 教務部¥届け出資料¥R9年度	
10	肢体	中学部	分掌-教務	庶務	防災・防犯研修の実施	★★			2		作成は前年度に済んでいて 教務部¥研修¥防災防犯	
11	肢体	中学部	分掌-教務	庶務	防災・防犯訓練の提案・実施	★★	★★		24 月1回		※周知資料は前年度に作 教務部¥研修¥防災防犯	

働きやすさ(休暇取得、環境等)

分類	取り組み例
環境改善	<ul style="list-style-type: none">• 職員室の環境改善（フリーアドレス化など）• 備品や空き教室の整理整頓• 餌やりや花壇の水やり自動化
勤務体系に関する制度やルール整備	<ul style="list-style-type: none">• フレックスタイムの導入• 定時退校日の設定• 管理職による施錠（退勤時間の上限設定）
外部人材の活用	<ul style="list-style-type: none">• 保護者・地域ボランティアの協力
校務のICT化	<ul style="list-style-type: none">• 会議資料やお便りのペーパーレス化• 欠席連絡やアンケートのフォーム化• 掲示物の精選やモニター活用
その他の改善（周辺業務）	<ul style="list-style-type: none">• 会議の精選• 部会・委員会の運営効率化• 分掌業務の見直し（統廃合など）• 配布チラシの削減（チラシボックスの設置）

その他 (職員室環境)

職員室内に対話スペースを作る

共用PCの立ち上げやプリンターの印刷を待つ
 “ちょっとした時間”に確認できる
 *プリンタの横などに設置すると先生たちが立ち寄りやすい！

After



対話のためのテーブル



相談があれば、
机のまわりに
さっと集まって
話し合える

プロジェクタ・スクリーン



資料を映しな
がらミニミーテ
ィングができる

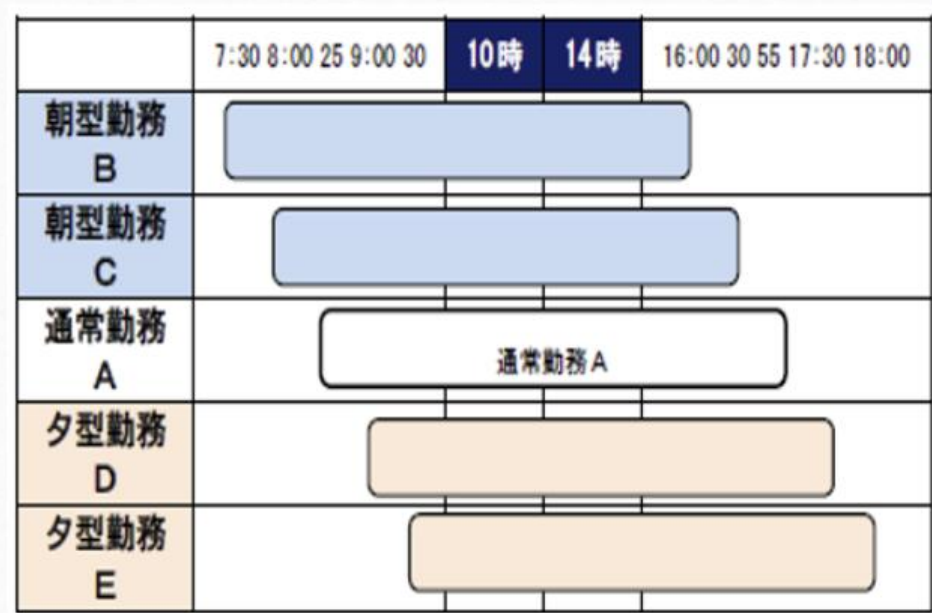
その他 (勤務時間)

時差出勤の施行

1 朝夕型 (Flexible schedule) 勤務制

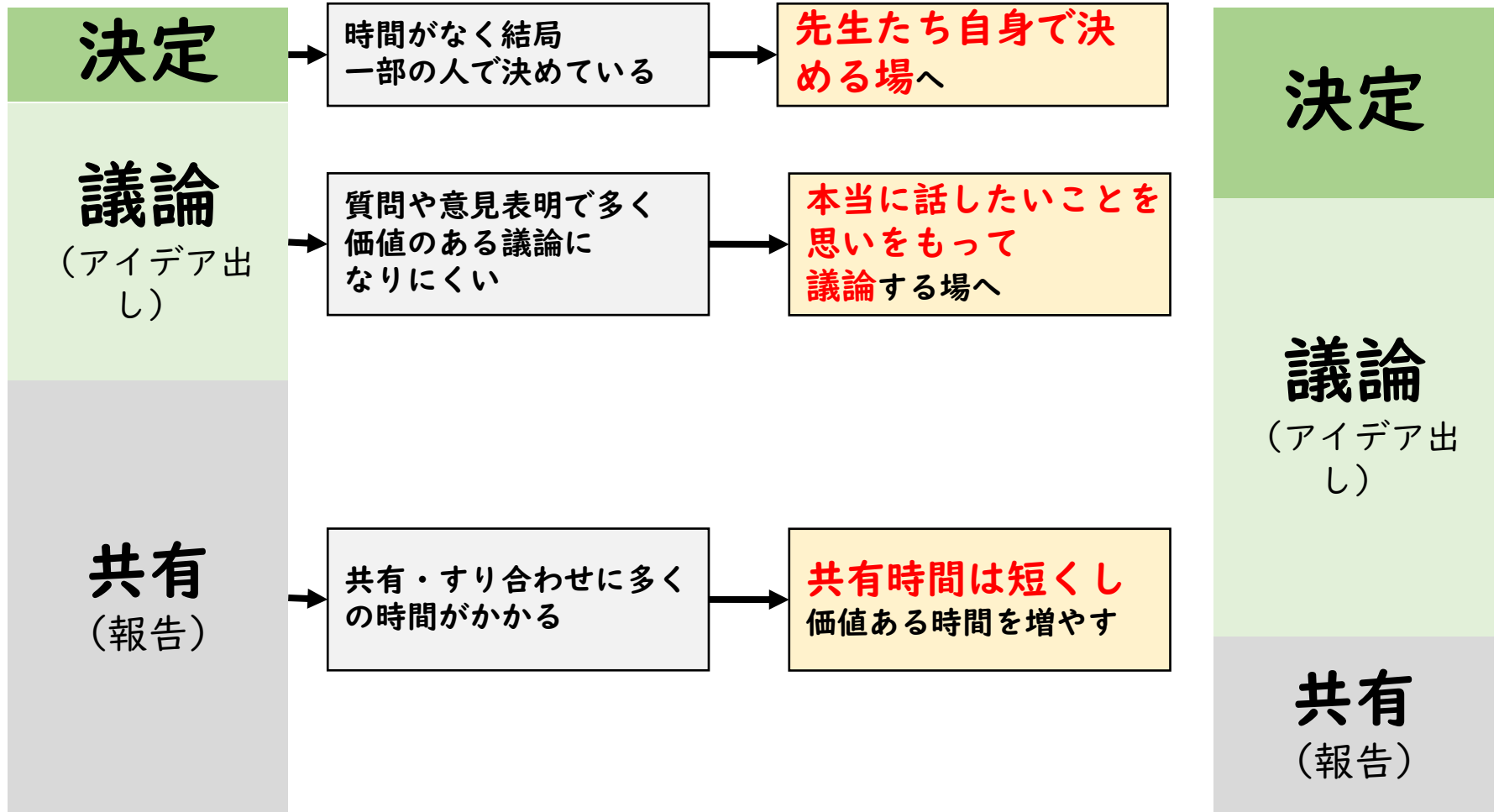
R 5 年7月12月	試行実施：夏季休業、冬季休業
R 5 年2月	授業日で試行実施

勤務区分	勤務時間	休憩時間 (50分)	備考
平常授業日	8:20~16:55	12:35~13:15	①型と同じ
		16:30~16:40	
朝型勤務②	7:20~15:55	8:10~8:20	7限にかかる
		12:35~13:15	
朝型勤務③	7:50~16:25	8:10~8:20	7限終礼にかかる
		12:35~13:15	
通常勤務①	8:20~16:55	12:35~13:15	
		16:30~16:40	
夕方勤務④	8:45~17:20	12:35~13:15	1限から出勤
		16:30~16:40	
夕方勤務⑤	9:20~17:55	12:35~13:15	1限にかかる
		16:30~16:40	



会議の精選/見直し

会議における、時間配分の見直し



小学校

中学校

高校

特別支援
学校

全校改革の試み

例①：先生方の「やりたい施策」を意見出し

教材フリーマーケット

教材フォルダ

会議のあり方
仕組みやチャット活用

学部単位懇親会

日直の仕事の
見直し

アシスタント
ワークセンター連携

マチコミの活用

各セクションごとの
見直し

ワークライフバランス
ノー延長デー

ビジョン・コンセプトの
共有

リーフレット作成

「やってみよう」から
始まる取り組み

稟議の電子決済

Googleドライブの
活用

欲しい・手放したいの
ネットワーク化

より良い業務分担
業務・行事の精選

より相談しやすい
雰囲気づくり

一律・綿密・毎回から
手放していけないか？

共有は各自確認に
信じて任せる

退勤しやすい雰囲気
意識改革

職員室の
フリーアドレス化

校内人材を活かした
取り組み

一人に負担が偏らない
職場づくり

授業人数の最適化

例②：学部を跨いで全校の見直し

今年度の取り組みは？	
★家庭訪問取りやめ、授業公開日精選、職員清掃削減、PTA役員会削減、事務処理日設定	★教材プリントサイト集、教材室の整理整頓、教材フェスコーナー常設
学年、学級を超えた送り迎え、見守り体制	(小学部) 学級だよりの見直し
★職員室のリノベーション	おたよりのスクールメールの活用
終礼の回数削減	略案のスリム化
授業に必要な人数 (TT) の精選 (削減)	会議の目的と実施回数の整理、職員会議の内容の精選・時間短縮
他校にお勧めしたい取り組みは？	
★手挙げ式の推進メンバー	★推進メンバーからの全体への共有の仕方
次年度に向けて取り組むことは？ (具体的な取り組み、仕組みづくりなど)	
PTA行事・学校行事の時期の調整	全県下の共有フォルダの活用
下校時間の繰り上げ (授業時間の短縮)	出欠確認の電子化 (Googleで)

例③：働き方の見直しを進める

今年度の取り組み内容は？	
時差出勤勤務の実施	前提の確認、前後1時間15分単位で、前週水までの申請、共有Excelシートで管理、連絡確認徹底、授業日も毎日10名程度の利用あり。
事務処理の簡略化	出張紙稟議廃止、復命書の簡略化、保健チェック会資料の整理、Googleフォームの活用等
ワークセンター、学校アシスタントへ業務依頼	教職員の教材準備等の積極的な業務依頼、戸締り等日直業務等の対応
チャットの活用、ICT活用	全教職員共有チャット、学部チャット等を活用し、会議で伝えることを精選
成績処理日の設定	成績処理日は半日下校とする(学部・類型による)
「ほっこりたいむ」放課後カフェ	全体終礼日の放課後、校長室に飲み物・お菓子を用意し、カフェを開設。自由にミーティング。

小学校

中学校

高校

特別支援
学校

時程

ジョブタイムの実現

授業実施時間内に「ジョブタイム」を確保

ジョブタイム、とは？

- 授業実施時間内に、自分の業務を行うための時間
- 1人につき週1時間（学部主任は2時間）を確保

	月	火	水	木	金
1	朝の会				
2	作業	生活 単元学習 (制作)	作業	生活単元学 習 (制作)	自立 活動
3				自立活動 (歩行)	保健体育
4		自立 活動			
給食	給食・昼休み				
5	音楽	自立 活動	自立 活動	自立 活動	—
6		学級 活動	日常生活の 指導	日常生活の 指導	

保健担当は
ジョブタイム

音楽担当は
ジョブタイム

小学校

中学校

高校

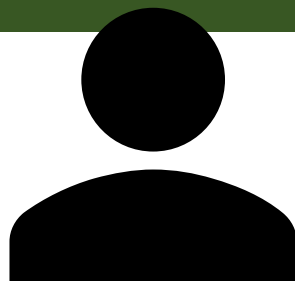
特別支援
学校

担任制・チーム制

職員室の掲示板で、応援の募集・手上げをします

学部を超え、毎日「応援」を募集・実施

	小学部						中学部		
	1年	2年	3年	4年	5年	6年	1年	2年	3年
応援募集							2人	1人	
応援可能		1人			1人				1人



小学部5年生担当

中学部2年生に人手が足りなさそう
今日は応援に入ろう！

小学校

中学校

高校

特別支援
学校

校内研究

校内研究/研修観の転換

研修観の転換

- ・教師自らが主体的に取り組むボトムアップ型の研修
- ・自分のやりたいことを追求する。

相似形

教師の学び



往還



こどもの学び



往還



学びの転換

- ・教師はファシリテーター
- ・子供が主語の教育活動
- ・生きて働く力(コンピテンシーの育成)

子どもが育ち、教職員が育つ学校

校内研究/研修観の転換

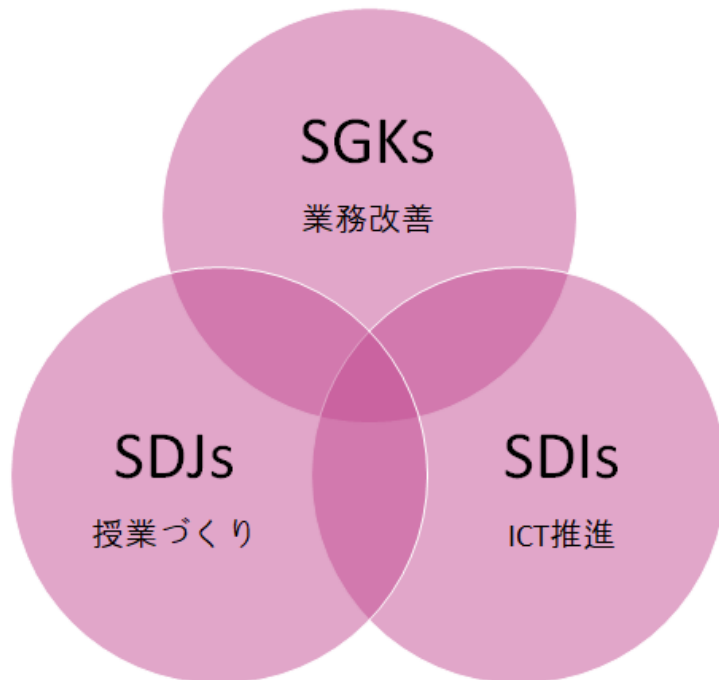
指導案と研究授業の
廃止

年間を通し、全学年
の授業を参観し合う
スタイルへ

がっつり型
➡ちよこちよこ型へ

SDTs

～持続可能で発展的に成長し続ける教師集団～



研究や授業改善と
業務改善の
バランスは？

研究理念

1. すべての先生が余裕とやりがいを
実感できる職員室に！
 2. 研究のための研究にしない！
(持続可能で根付く文化に)
-
1. 日常の改革で高め合える教師集団へ！
-
1. 費用対効果を意識して、
時間はかけずに最大の教育効果を！

小学校

中学校

高校

特別支援
学校

【参考】部活動

2年かけた部活動全体の見直し※通級の事例

	2023年	2024年
時間	平日 30分減 →夏80分、冬30分	生徒の声を踏まえ 夏70分・冬40分へ
頻度	平日 1日減 ・休日 上限 →週3日＋休日月3回	休日上限を 月2回 までに
顧問制	部活動を 4グループ に 再編。複数顧問制へ	屋内外で 2グループ へ再編
地域クラブ 推奨	HP発信や入学説明会で 説明	23年の取組 ＋保護者説明会

生徒の声から回数・時間を変更※通級の事例

学校部活動の縮減と地域クラブ活動の推奨

平日3回に削減

生徒
アンケート

- ・平日週3回、90分程度の活動を望む声が多い
- ・25%程度は「現状維持を望む」のため、**選択できる仕組み**が必要

・週1～2回 平・休日夜 90分～2時間 **協会・連盟・民間の紹介**

・月2回程度 休日の昼間 90分～3時間

地域クラブとの連携

	月	火	水	木	金	土	日
学校部活動	休	○ 夏15:40～16:50 冬15:40～16:20	○ 夏15:40～16:50 冬15:40～16:20	休	○ 夏15:40～16:50 冬15:40～16:20	・1か月で上限3回 (2024.9から月2回)	
地域 クラブ						・第1+3日曜の昼 (2025.4から月3回)	
市協会・連盟 民間活動	○ 19:00～20:30			○ 19:00～20:30		・土日どちらかの夜 バスケ 剣道 バド 卓球 フットサル 空手 ハンド 柔道 ハレー 日本憲法	

チーム顧問制※通級の事例

チーム制の部分導入

学級・チームは子どもたちのもの、子どもたちが自ら創り上げる学級を全ての教員で支援する

2023年度のチーム担任

1年	2年	3年
学級開きローテ 道徳ローテ 総合ローテ 学活・給食ローテ 月金:固定級 火水木:ローテ	学級開きローテ 道徳ローテ 総合ローテ 教育相談リスナー選択	従来通り

2024年度のチーム担任

1年	2年	3年
学級開きローテ 道徳ローテ 総合ローテ 学活・給食ローテ 月～金:ローテ ※時期により固定級 教育相談リスナー選択	学級開きローテ 道徳ローテ 総合ローテ 学活・給食ローテ 月金:固定級 火水木:ローテ 教育相談リスナー選択	学級開きローテ 道徳ローテ 総合ローテ

2023年度のチーム顧問

区分	部活動	指導者
運動部	A 軟式野球・ソフトボール・サッカー	8名
	B 水泳・ソフトテニス・陸上駅伝	12名
	C バスケットボール・バレーボール・剣道	10名
文化部	D 吹奏楽・美術・茶華・パソコン・文芸	6名

※ 大会参加等の外部対応が必要な部には担当者を置いている

2024年度のチーム顧問

	部活動	指導者
屋外	A 軟式野球・ソフトボール・サッカー 水泳・ソフトテニス・陸上駅伝	教員19名 地域3名
屋内	B バスケットボール・バレーボール・剣道 吹奏楽・美術・茶華 パソコン・文芸	教員13名 地域6名

小学校

中学校

高校

特別支援
学校

行事

目的を踏まえて、活動を見直す

- **体育の授業成果**を活かす
- **生徒が種目を選んで**出場
- 準備負担を減らす
- 運営は代表委員会
- 審判は生徒と地域の方
- 教師は
笑顔で見守る行事



「委ねる」には段階がある

4月

5月

6月

7月

9月

10月

11月

12月

1月

2月

3月

1学期

2学期

3学期

複数教科
学年合同
異学年 など

子どもと
共に創る

子どもと
共に学ぶ

子どもの成長を信じて、委ねる

バイアスを手放し、小さく試してみる

子どもの成長をかみしめながら、少しずつ委ねる

単元で委ねる
子ども主語の学び

コマで委ねる
子ども主語の学び

部分で委ねる
子ども主語の学び

その他 (保護者対応)

保護者ボランティアに協力を呼び掛ける

保護者ボランティアを募集するアプリ活用

- クラスの保護者に加え、
異学年の保護者にも呼び掛ける
- 活動例
 - ✓ トイレ掃除
 - ✓ 花壇清掃
 - ✓ 家庭科のミシン



その他 (ICT活用)

校務の整理・効率化・省力化

校務分掌業務を共有ファイルで整理

- 分掌名を入力する
学校における分掌や委員会などを記載する
- 分掌業務の分類・内容を入力する：
各分掌で1年間「どのような業務があるか？」を分担できるレベルで記載する
- 引継ぎ/前年度資料を入力する
業務を進める上での「ポイント」「確認を要する資料」を記載・リンクを添付する

帳票イメージ（入力用シート）

#	業務の担当区分			業務の分類と内容		業務量				参考情報		来年度に向けて
	部門	所属	分掌等	業務分類	業務内容（※1セル1業務とする）	4月	5月	年度	業務量の備考	補足事項（任意）	前年度のデータ（URL）	反省・改善点※年度内更新
1	1	1	1	1	1	★			1 第1週	3	教務部¥週時程¥R6¥作業	
2	2	2	2	2	2	★			1 第1週		教務部¥個別支援計画¥R6	
3	3	3	3	3	3	★★			2 第1週		教務部¥週案¥書式	
4	4	4	4	4	4			★★	2 第1週	前年度のうちに概ね見込み	教務部¥通知¥行事	
5	5	5	5	5	5			★★	2 第1週	年度初めに早めに提示す	教務部¥時数	
6	6	6	6	6	6			★★	2 第2週		教務部¥フォルダ	
7	7	7	7	7	7	★			1 第1週	アンケート等のフォーマットを	教務部¥通知¥個人面談	
8	8	8	8	8	8				3 第3週	PTを立ち上げる見込みで、	教務部¥届け出資料¥R8年度	
9	9	9	9	9	9				3 第3週	PTを立ち上げる見込みで、	教務部¥届け出資料¥R9年度	
10	10	10	10	10	10	★★			2	作成は前年度に済んでい	教務部¥研修¥防災防犯	
11	11	11	11	11	11	★★	★★		24 月1回	※周知資料は前年度に作	教務部¥研修¥防災防犯	

働きやすさ(休暇取得、環境等)

分類	取り組み例
環境改善	<ul style="list-style-type: none">• 職員室の環境改善（フリーアドレス化など）• 備品や空き教室の整理整頓• 餌やりや花壇の水やり自動化
勤務体系に関する制度やルール整備	<ul style="list-style-type: none">• フレックスタイムの導入• 定時退校日の設定• 管理職による施錠（退勤時間の上限設定）
外部人材の活用	<ul style="list-style-type: none">• 保護者・地域ボランティアの協力
校務のICT化	<ul style="list-style-type: none">• 会議資料やお便りのペーパーレス化• 欠席連絡やアンケートのフォーム化• 掲示物の精選やモニター活用
その他の改善（周辺業務）	<ul style="list-style-type: none">• 会議の精選• 部会・委員会の運営効率化• 分掌業務の見直し（統廃合など）• 配布チラシの削減（チラシボックスの設置）

その他 (職員室環境)

職員室内に対話スペースを作る※通級の事例

共用PCの立ち上げやプリンターの印刷を待つ
 “ちょっとした時間”に確認できる
 *プリンタの横などに設置すると先生たちが立ち寄りやすい！

After



対話のためのテーブル



相談があれば、
机のまわりに
さっと集まって
話し合える

プロジェクタ・スクリーン



資料を映しな
がらミニミーテ
ィングができる

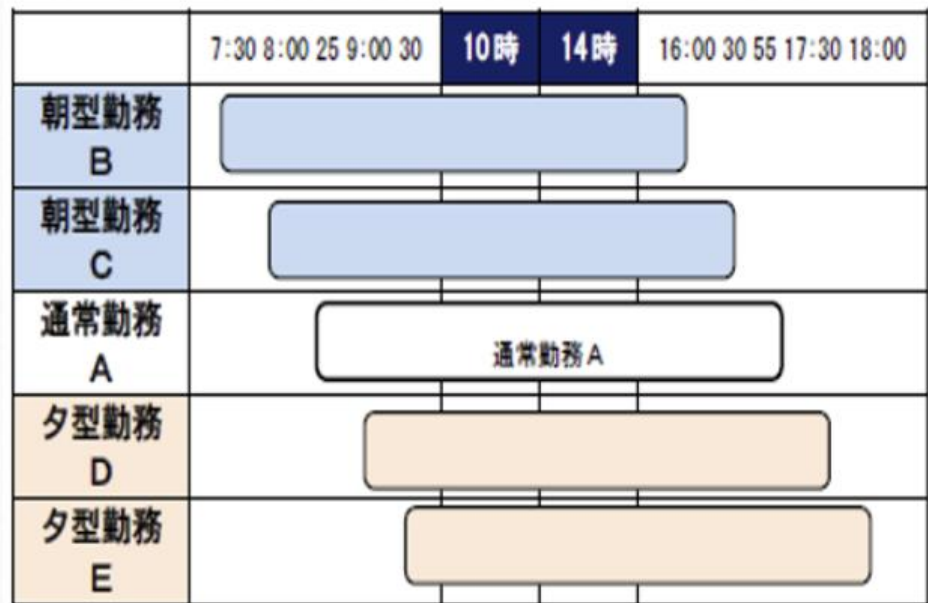
その他 (勤務時間)

時差出勤の施行

1 朝夕型 (Flexible schedule) 勤務制

R 5 年7月12月	試行実施：夏季休業、冬季休業
R 5 年2月	授業日で試行実施

勤務区分	勤務時間	休憩時間 (50分)	備考
平常授業日	8:20~16:55	12:35~13:15	①型と同じ
		16:30~16:40	
朝型勤務②	7:20~15:55	8:10~8:20	7限にかかる
		12:35~13:15	
朝型勤務③	7:50~16:25	8:10~8:20	7限終礼にかかる
		12:35~13:15	
通常勤務①	8:20~16:55	12:35~13:15	
		16:30~16:40	
夕方勤務④	8:45~17:20	12:35~13:15	1限から出勤
		16:30~16:40	
夕方勤務⑤	9:20~17:55	12:35~13:15	1限にかかる
		16:30~16:40	



会議の精選/見直し

会議における、時間配分の見直し

