

子どもたちの「ワクワク」を支えるために。



～塩尻市の先生の働き方改革～

先生の心のゆとりが、子どもたちの笑顔をつくる。



「働きやすさ（心身の健康と安心）」
&
「働きがい（教育のプロとしての充実）」




「子どもたちのウェルビーイング
（ワクワクする学び）」

先生が健康で心にゆとりを持ち、教育に専念できる環境づくりが、
子どもたちへの丁寧な向き合いと直結します。

今、先生たちが直面している「時間の壁」

過労ライン（月45時間以上の時間外勤務）を超える先生の割合



小学校：約3人（27.2%）

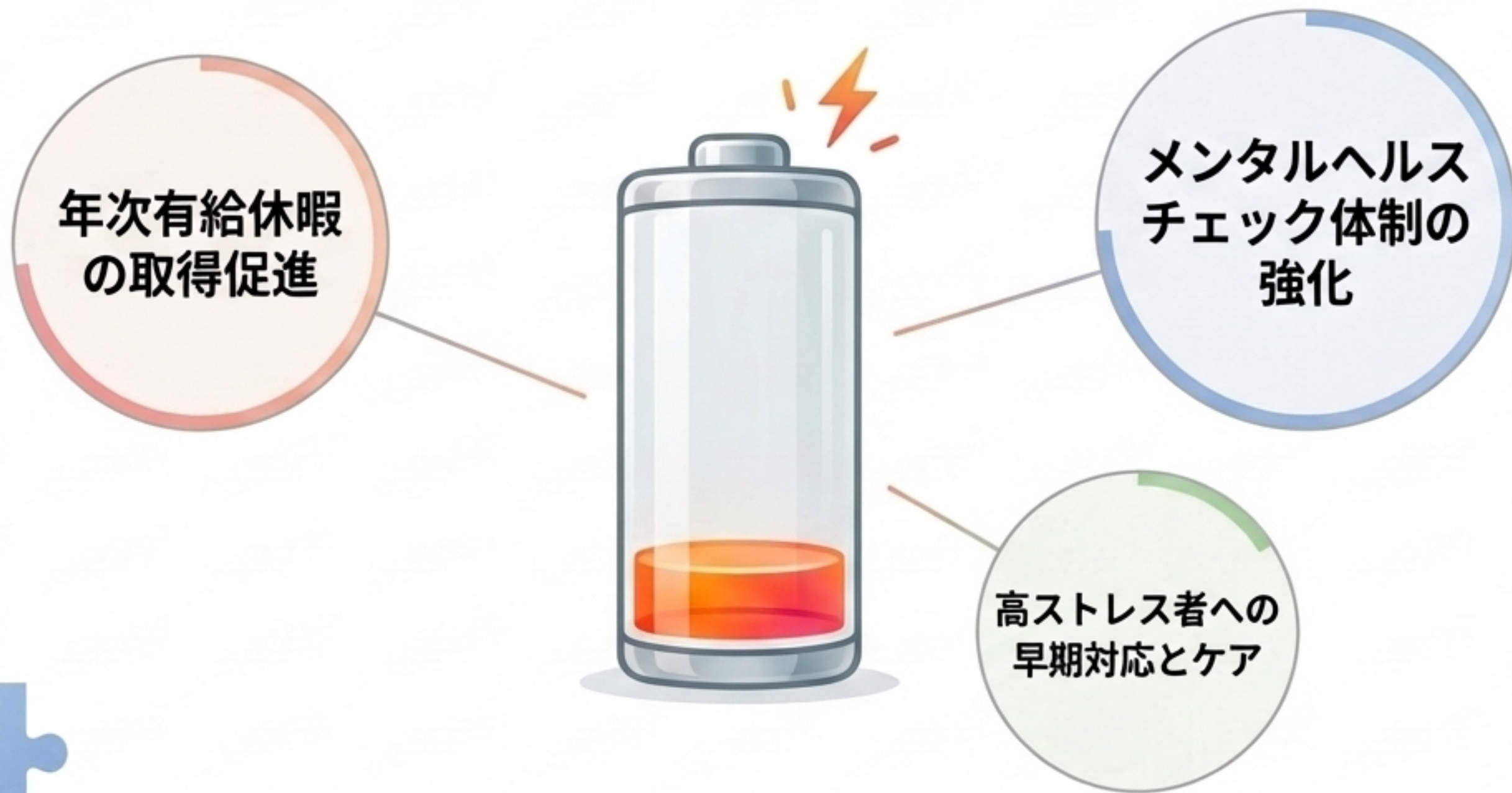


中学校：約4人（38.4%）



10人のうち3～4人の先生が、過労ラインを超えて働いているのが塩尻市の現状です。

教育への情熱と、すり減る心のSOS



高ストレスの要因として「人間関係」の悩みが多く挙げられています。情熱を持って教壇に立つ先生たちが、十分な休養を取れず摩耗してしまう前に、心身を守る環境づくりが急務です。

解決に向けた「3つの柱」



この課題を乗り越え、ウェルビーイングを実現するために、塩尻市は3つのアプローチで改革を進めます。

🧩 柱① 教育のプロとして（DXと時間の創出）

【これまで】

膨大な事務作業、手作業での採点、度重なる会議。子どもと向き合う時間が削られる日常。



【これから】



校務DXの推進：生成AIの活用やクラウドツールによる業務効率化。



業務の共同化：テスト問題の共同作成による負担軽減。

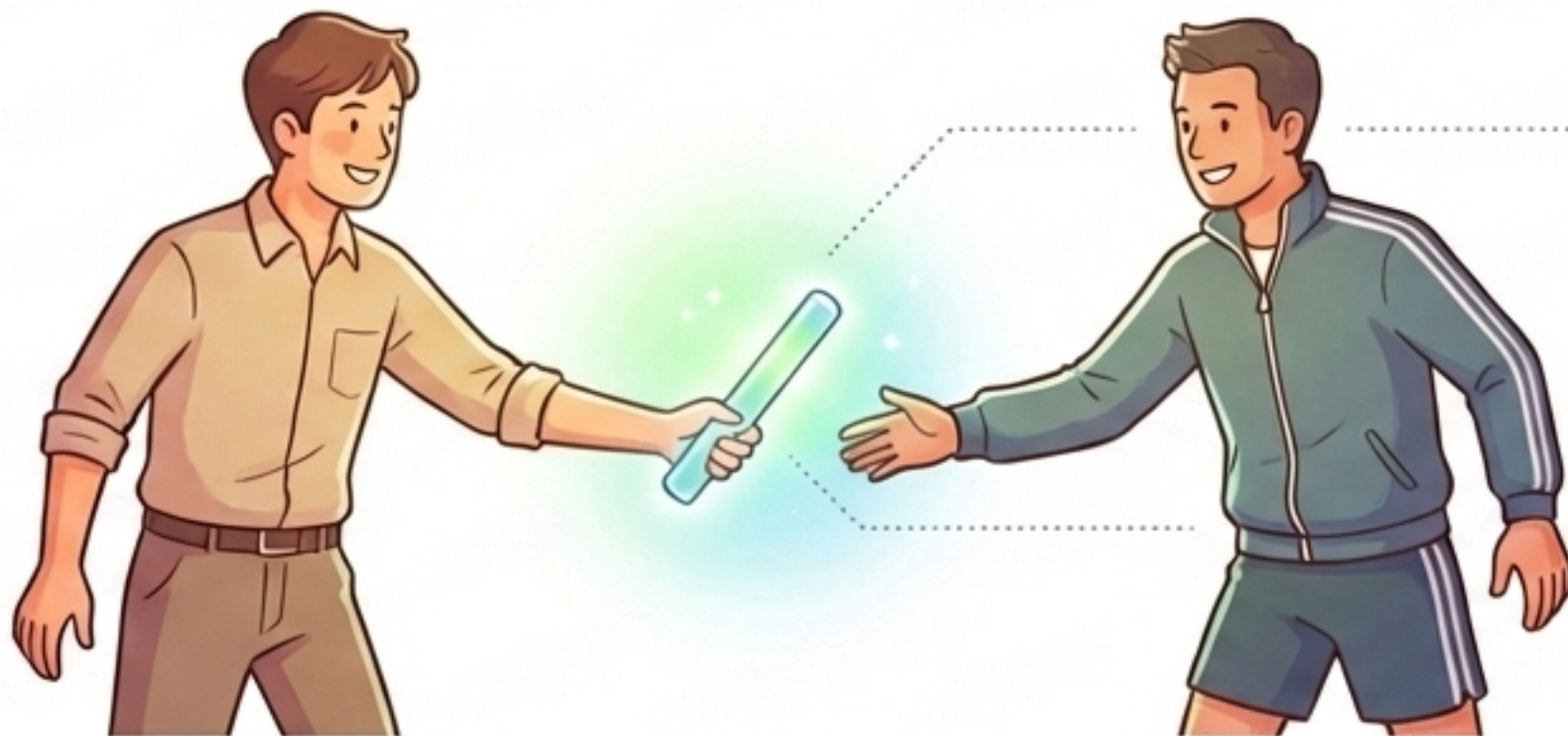


時間・日課の見直し：
会議の精選、年度初めの準備期間（4日間以上）の確保。

生み出された時間で、
子どもと向き合う時間・授業準備を充実



柱② 地域と共に（学校から地域へのバトンパス）



水泳授業の外部委託検討：
民間プール施設等や専門指
導員の活用へ。

部活動の地域展開：
休日の部活動を、地域クラブ
活動へ段階的に移行。



先生：専門外の指導負担や休日出勤の軽減。



子ども：天候に左右されない環境や、より専門
的で多様な学び・スポーツの場の獲得。

不登校支援なども含め、学校だけで抱え込まず「オール塩尻」で子どもたちを支えます。

柱③ 学校の活性化（塩尻発「挑×話ムーブ」）



挑 × 話



「挑×話（ちょうわ）ムーブ」



前例や慣習に捉われず、「まずは挑戦（実証）」し、成功や失敗を共有しながら「対話」を重ね、業務の改善と効率化を進めていく塩尻独自のスタイル。

やらされる改革ではありません。現場の先生たちがワークショップを通じて自らアイデアを出し合い、対話を通じて職場環境に調和を生み出しながら、自分たちで働きやすい学校を創り出します。

「オール塩尻」でつくる、ウェルビーイングの好循環



学校、家庭、地域、行政。どれか一つが欠けてもパズルは完成しません。

保護者・市民の皆様へ、パートナーとしての3つのお願い



業務改善へのご理解: 先生が「子どもと向き合う時間」を最優先にするため、行事の精選や日課の見直しにご理解をお願いします。



連絡ルールの共有: 勤務時間外への対応への配慮や、デジタルツールを活用した効率的な連絡手段の活用にご協力ください。



互いへのリスペクト: クレームではなく「対話」を。過剰な要求（カスハラ等）を防ぎ、先生と保護者が対等なパートナーとして協力し合う関係を築きましょう。

先生を支えることは、子どもたちを支えることです。



すべては、塩尻の子どもたちの
「ワクワク」のために。

塩尻市教育委員会