育てるのは、

東京の未来だ。

働き方改革、進行中!!

東京都教育委員会
Tokyo Metropolitan Board of Education

東京都公立学校 教員採用案内

先生を目指すあなたへ

東京都の公立学校では、約7万人の先生が学校教育に携わっています。

その一人ひとりが、「誰一人取り残さず、すべての子供が将来への希望を持って、自ら伸び、育つ教育」を目指して、日々、真剣に子供たちと向き合っています。

現場で活躍する先生たちが、笑顔で子供たちと向き合い、安心して働き続けるためには、ライフ・ワーク・バランスが大切です。東京都では、先生が働きやすい環境の整備を進めています。

本誌では、「仕事のやりがい」「働き方改革の現在地」を伝えるため、現場の先生の声を紹介しています。どの先生の言葉からも、やりがいと誇りを持ち、「ライフ」も大切にしながら生き生きと仕事をしていることが伝わってきます。

東京都は、未来を担う子供たちを育てる、意欲と熱意あふれる先生を求めています。

採用後も、先生としての資質能力を一層伸ばすことができるよう、全力で支援していきます。

一緒に東京の未来を育てましょう。

東京都教育委員会

PICK UP!!

3年
育児休業は最大3年!
育業を支える制度も充実!
P19へ

働き方改革進行中!
スクール・サポート・スタッフ、
エデュケーション・アシスタントなど、
外部人材の活用が進んでいます。
P12へ

1か月
充実した研修制度!
在職しながら海外で
1か月研修!
採用後もスキルアップ!
P11へ

15.7日
年次有給休暇の平均取得日数
15.7日!
長期休暇で
海外旅行にも行ける!
P18へ

初任者も安心
若手職員の
サポート体制が充実!
働き続けられる安心の環境。
P20 P36へ

キャリアアップ
東京都独自の
「主任教諭」制度
ステップアップしやすい
キャリアパスを大切にしています。
P41へ

初任給は?
安定した年収!
ライフプランが
立てやすいのも魅力!
P18へ

INDEX

MESSAGE …… P2

東京都の教育が目指すもの
- 教育目標・基本方針・求められる教師像 …… P6
- 教育施策大綱・教育ビジョン …… P7
- ピックアップ！～東京都の特色ある取組～ …… P8

研修を知る
- 充実した研修制度・サポート体制 …… P10

働き方改革の今を知る
- 働き方改革、進行中 !! …… P12
- 働き方改革Before/After …… P14
- 教員のON&OFF/プライベートも充実！TOKYO LIFE …… P16

働く環境を知る
- 徹底解析！～働く環境～ …… P18
- 1年目を支える!～働き続けられる安心の環境～ …… P20
- チーム学校～支える環境～ …… P21
- 福利厚生 …… P22

社会人から教員へ
- 転職者向け制度紹介 …… P23
- 民間企業を経て、東京都の先生へ …… P24

教員のリアルを知る
- STORY 01　小学校 …… P26
- STORY 02　中学校 …… P28
- STORY 03　高等学校 …… P30
- STORY 04　特別支援学校 …… P32
- STORY 05　養護教諭 …… P34

キャリアを知る
- Talk Session 01　若手教員のフォロー体制って？ …… P36
- Talk Session 02　今振り返る1・2年目のリアル …… P38
- わたしのキャリアヒストリー …… P40
- 任用制度とキャリアアップ …… P41

全国から東京の教員へ
- 東京で働こう …… P42
- 東京を選んだ理由 “10questions” …… P43

採用情報
- 採用関連情報 …… P44

子供たちの未来は、東京の未来にもつながっている。

ポータルサイト限定コンテンツ公開中!

#STORY 00
大人になった教え子と語ろう

小学5･6年生時に担任した教え子たちと10年の時を経て再会、大いに語り合いました。

東京都の教育が目指すもの

東京都が目指す教育

東京都教育委員会の教育目標（平成13年1月決定）

東京都教育委員会は、子供たちが、知性、感性、道徳心や体力をはぐくみ、人間性豊かに成長することを願い、次のような人間の育成に向けた教育を重視します。

- 互いの人格を尊重し、思いやりと規範意識のある人間
- 社会の一員として、社会に貢献しようとする人間
- 自ら学び考え行動する、個性と創造力豊かな人間

東京都教育委員会の基本方針（平成19年4月改定）

基本方針 1
「人権尊重の精神」と「社会貢献の精神」の育成

基本方針 2
「豊かな個性」と「創造力」の伸長

基本方針 3
「総合的な教育力」と「生涯学習」の充実

基本方針 4
「都民の教育参加」と「学校経営の改革」の推進

東京都の教育に求められる教師像

東京都公立学校の校長・副校長及び教員としての資質の向上に関する指標（令和5年2月改定版）

1 教育に対する熱意と使命感を持つ教師
- 子供に対する深い愛情
- 教育者としての責任感と誇り
- 高い倫理観と多様性に配慮した人権意識

2 豊かな人間性と思いやりのある教師
- 温かい心、柔軟な発想や思考、創造性
- 幅広いコミュニケーション能力

3 子供のよさや可能性を引き出し伸ばすことができる教師
- 常に学び続ける意欲
- 一人一人のよさや可能性を見抜く力
- 教科等に関する高い指導力

4 組織人として積極的に協働し互いに高め合う教師
- 経営参画への意欲、協働性
- 高い志とチャレンジ精神
- 自他の安全を守る危機管理力

東京都教育施策大綱（令和3年3月）

「未来の東京」の姿

グローバル化等による多文化共生社会の進展や、Society5.0時代が到来する中、徹底したDXにより「魅力と強さを兼ね備えたまちづくり」を推進。また、質の高い暮らしや人々の心の豊かさを追求し、多様性や包摂性にあふれた「人が輝く東京」を実現

「未来の東京」に生きる子供の姿
- 自らの個性や能力を伸ばし、様々な困難を乗り越え、人生を切り拓いていくことができる
- 他者への共感や思いやりを持つとともに、自己を確立し、多様な人々が共に生きる社会の実現に寄与する

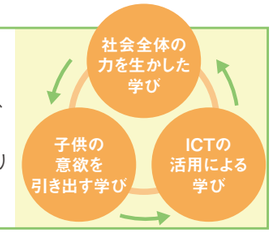
東京における教育の在り方

「未来の東京」に生きる子供の姿の実現に向け、一人ひとりに着目した学びへと転換

東京都の目指す教育 …
誰一人取り残さず、すべての子供が将来への希望を持って、自ら伸び、育つ教育

東京型教育モデル

東京の目指す教育の実現に向け、基軸となる3つの「学び」
3つの学びを日々実践・改善を繰り返しながら、理想の教育を追求



「東京型教育モデル」で実践する特に重要な事項			
	一人ひとりに合った学び	グローバル人材の育成	きめ細かいサポートの充実
	イノベーション人材の育成	インクルージョンの推進	教師力・学校力の強化

東京都教育ビジョン（第4次）

東京都教育ビジョン（第5次）は令和6年3月末公表予定です。

東京都教育委員会として取り組むべき基本的な方針と、その達成に向けた施策展開の方向性を示した「教育振興基本計画」（教育基本法第17条第2項）として策定したものです。

基本的な方針

子供の「知」「徳」「体」を育み、社会の持続的な発展に貢献する力を培う	学校、家庭、地域・社会が相互に連携・協力して子供を育てる
1 全ての児童・生徒に確かな学力を育む教育	8 生徒の多様なニーズと時代の要請に応える「都立高校改革」
2 社会の持続的な発展を牽引する力を伸ばす教育	9 これからの教育を担う優れた教員の育成
3 グローバルに活躍する人材を育成する教育	10 教員の負担を軽減し、教育の質を向上させる「働き方改革」
4 夢と志をもち、可能性に挑戦しようとする力を育む教育	11 質の高い教育を支える環境の整備
5 豊かな心を育て、生命や人権を尊重する態度を育む教育	12 家庭、地域・社会と学校とが連携・協働する教育活動
6 健やかな体を育て、健康で安全に生活する力を育む教育	
7 オリンピック・パラリンピックの精神を学び、育む教育	

健康的な職場環境を実現するための宣言

東京都教育委員会は、次代を担う子供たちの豊かな学びと健やかな成長に向けて、東京都の公教育に従事する全ての教職員が、心身ともに健康で、やりがいをもって生き生きと働けるよう、働き方改革を推進し、健康的な職場環境の実現に取り組んでいきます。

1 全ての教職員が心身の健康を確保し増進できるよう、予防的見地を重視しながら、包括的かつ継続的に施策を推進します。

2 ライフ・ワーク・バランスの実現に向け、全ての教職員が安心し、誇りとやりがいをもって働くことができる環境を整備します。

令和5年11月24日 東京都教育委員会

ピックアップ！ ～東京都の特色ある取組～

TOKYOスマート・スクール・プロジェクト

子供たちの学ぶ意欲に応え、子供たちの力を最大限伸ばすトータルツールとして教育のICT化を強力に推進

- 都立全校に無線LANを整備し、令和4年度入学生から順次、生徒所有による一人1台の端末を整備
- 区市町村立学校においても、一人1台の端末と無線LAN等の通信手段を整備
- 一人ひとりの理解度や進度に応じて個別最適な学びや子供同士の主体的・対話的な学びなどを実現し、「知識習得型」から「価値創造・課題解決型」の学びへと大きく転換
- 教育データを活用したエビデンスベースの指導に加え、校務の効率化により教員が子供たちと向き合う時間を確保

TOKYOスマート・スクール・プロジェクト

子供の学ぶ意欲に応える 学び方改革

- 個別最適化された学びや主体的・対話的な学びを実現

子供が持つ力を最大限伸ばす 教え方改革

- 教育データを活用したエビデンスベースの指導を展開

子供にきめ細かく寄り添う 働き方改革

- 校務の効率化により子供たちと向き合う時間を確保

相坂 岳宏
大田区立梅田小学校 主任教諭

働き方改革では、欠席連絡のICT化や、児童の端末上に課題や学習シートなどを配布できる学習支援クラウドの導入により、電話対応や印刷業務が格段に短縮され、児童に向き合う時間が増えました。また、教員同士の連絡や書類の共有もデジタル化されたことで放課後の業務時間が短縮でき、プライベートの時間が充実するようになりました。

学び方改革や教え方改革では、端末が学習道具だという考えが児童・教員間で浸透しています。一人1台端末導入前に比べ、児童一人ひとりに合った問題を選択することができるほか、多くの問題を提供できるようになり、より内容の濃い授業を提供できるようになりました。

そして、クラウド上に保存された児童の学習ログから、児童の理解度などを分析することもできます。児童の学びの様子を客観的に知ることができるため、授業改善にも活用しています。

以上は、教育のICT化の一例に過ぎません。

様々な場面でICT化が進んだ教育は、Society5.0の新たな時代を生きていく児童たちにとって、スタンダードな教育となりつつあります。

東京都の外国語教育

東京都英語村
TOKYO GLOBAL GATEWAY

平成30年に江東区青海にオープンした、体験型の英語学習施設です。小学生から高校生を主な利用対象とし、児童・生徒が英語を使用する楽しさや必要性を体感し、グローバル社会に生きる自分を発見できるよう、様々な機関と連携した多様なプログラムを提供しています。また、令和5年1月に立川にも同様の施設がオープンしました。

英語教育・国際教育ポータルサイト
Tokyo GLOBAL Student Navi

いつでも、どこでも、誰でも、生きた英語に触れられる、英語教育・国際教育に関するポータルサイトを新たに開設しました。

東京都教育委員会がこれまで作成してきた様々なオンライン学習教材、グローバル人材育成に係る特色ある施策、イベント情報等を集約して紹介しています。都立学校の取組の様子、都立高校等の卒業生や著名人からのメッセージを紹介する動画も随時掲載していきます。

都独自英語教材
Welcome to Tokyo

平成27年度から、都内公立小学校第3学年以上の児童と中学校・高等学校の生徒全員に配布し、授業をはじめ様々な場面で活用してきました。内容には東京都62区市町村各々の特色を取り入れており、日本・東京の文化や歴史等の理解の促進と英語による発信力の向上を図っています。

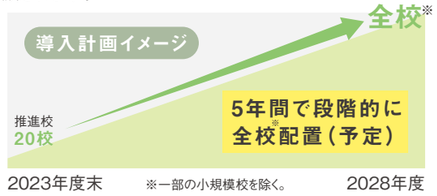
令和3年度以降は冊子配布から電子化に移行し、「TOKYO ENGLISH CHANNEL」に掲載しています。

小学校での教科担任制 5年間で小規模校を除く全校に導入!

東京都では、現在、ほとんどの小学校に音楽専科・図工専科を配置しています。加えて、小学校高学年に専科の教員をもう一人配置し、担任同士で教科を分担する教科担任制をすすめています。教科担任制では、担当する教科が絞られることで、教材研究が深まるとともに、同じ授業を複数回実施できるので、授業の質を高めることができます。また、複数の教員が各学級に関わるため、児童への関わりや支援が充実します。さらに、授業準備にかかる時間が短縮されるとともに、他の教員と指導等について話す機会が増えることで不安や悩みを一人で抱え込まずチームで対応しやすくなるなど、教員一人ひとりの負担が軽減されます。

Point 教科担任制のメリット

- 同じ授業を複数回実施することなどによる「**授業の質の向上**」
- 学級での課題などを学年全体で取り組む「**組織的な対応**」
- 授業準備等の負担軽減による「**働き方改革の推進**」



小学校教科担任制等推進校の声（立川市立第五小学校）

校長 関口 保司

Q.校長先生から見る教科担任制の良さを教えてください。

A.教科の専門性向上により、児童が授業を理解しやすくなることに加え、一つの学級に担任以外の学年や専科教員も関わり、一人の児童を複数の教員の目で見ることができます。このことにより、多面的・多角的な児童理解につながるという、生活指導面でのメリットも大きいと感じています。

教諭 桑野 早紀

Q.桑野先生から見る教科担任制の良さを教えてください。（5年生学級担任・家庭科担当。理科などは他の先生が担当）

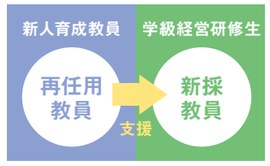
A.担当する5年生は3学級あり、教科担任制により同一内容の授業を3回行うため、1回ごとに工夫・改善するよう心掛けています。そうすることで授業の質が向上している実感があります。理科などの他教科の授業負担が軽減され、家庭科の教材研究の時間が十分に取れています。また、児童の様子について教員間で常に情報共有できるので、その点でも助かっています。

インタビューの詳細はこちら➡

学級経営研修生

東京都には新任の先生を支える充実した制度が整っています！

小学校に配置される教員のうち、新人育成教員が配置されている学校の新規採用教員を、「学級経営研修生」として任用しています。学級経営研修生は、新人育成教員の支援を受けながら学級を担任し、日常業務を通してスキルアップしていきます。



研修の一例

校内実務研修

新人育成教員の支援を受けて行う通常の教育活動（学級担任業務、校務分掌等）を通して、実践的な研修をします。

＜例＞

- 授業のイメージを提案しながら一緒に授業計画を作成しています
- 経験がないと難しい保護者対応は必ずそばでフォローするようにしています
- 児童のトラブルがあったときは、どのように対処し、管理職に報告すべきかを丁寧に指導しています
- 家庭訪問や個人面談、保護者会にも同席し、その場その場に応じた指導を心掛けています

重森 流星
新宿区立早稲田小学校 教諭

教員採用選考に合格して、いよいよ子供たちの前に担任として立つ。そこには大きな不安がありました。東京都には「学級経営研修生」という制度があり、自分が不安としていた授業や子供との関わり方など、経験豊かな先輩教員にクラスに入ってもらい、丁寧に指導していただきました。そのおかげで、不安を解消し、自信をもって子供たちに関わることができました。授業や生活指導についてのみではなく、校務のことや教員としての立ち振る舞い方、社会人としてのマナーなど、様々なことを御指導いただきました。1年目の終わりに、指導教員の方が「ここからがスタート。これまでの経験を生かして、これからも常に学び続けることが大切。応援しています。」と声を掛けてくださり、2年目は一人でクラスを見ていくのかと不安だった自分の背中を押してくださったことが嬉しく、特に印象に残っています。

今、自分を支えているのは、1年目の「学級経営研修生」で学んだことがベースとなっています。これから受験する皆さんも不安が多くあるかと思いますが、東京都には魅力ある先輩教員や研修制度があり、安心して楽しく働くことができると思います。

充実した研修制度・サポート体制

若手教員向け～自信をもって教員生活を送るために～

若手教員育成研修

東京都教育委員会では、高い資質・能力をもった若手教員を育成する「若手教員育成研修」を実施しています。採用から3年間で系統的・段階的に教員としての基礎的・基本的な知識・技能を身に付けた教員を確実に育成していきます。

【令和5年度の例】

1年次（初任者）研修	校内における研修		180時間以上
	校外における研修	教育センター等における研修	半日を10回以上*
		課題別研修	半日を6回以上
2年次研修	校内における研修		30時間以上
	校外における研修	教育センター等における研修	半日を3回以上
3年次研修	校内における研修		30時間以上
	校外における研修	教育センター等における研修	半日を2回以上

＊ 令和2年度から東京都教育委員会では宿泊研修は実施していないが、区市町村教育委員会では、一部を宿泊研修として実施する場合がある。

学級経営研修生（小学校）

→9ページを参照

TOPIC

東京都教職員研修センターでは、研修動画の活用を推進しています。

自ら学び続ける教員を支援することを目的に、研修動画の充実を図っています。新学習指導要領の全面実施に伴う各教科の見方・考え方を重視した授業づくりや現在の教育課題に即した動画を多数掲載しています。

また、通所研修の事前課題を動画で提供したり、通所研修後に内容整理のため動画を配信したりするなど、動画と通所研修を組み合わせることで、効率的・効果的な研修を構築しています。

経験や職層に応じて～専門性を高めるために～

専門性向上研修

自己の課題等に応じて選択する希望制の研修です。教員一人ひとりの能力やニーズに応じて、「教員の専門性として求められる力」を確実に身に付けることができるよう、研修を設置しています。

様々なニーズに応えられるよう多くの研修を開設しています！

開設研修数 145（令和5年度実績）

【Ⅰ】基礎形成期・伸長期（8年目までを対象）
【Ⅱ】充実期（9年目からの教諭、主任教諭を対象）
【Ⅲ】発展期（11年目からの教諭、主任教諭、主幹教諭、指導教諭を対象）
【Ⅳ】管理職対象（校長、副校長、管理職候補者）

東京教師道場

2年間にわたる授業研究等を通して、教員の授業力を一層高めるとともに、他の教員を指導する資質・能力を育成します。

※対象…教職経験年数が4年目から10年目程度の教員

部員	リーダー
授業力の向上に向け、リーダー等から継続的に指導・助言を受ける。	部員の授業力向上に向けた助言を行うとともに、自らの資質・能力の向上を図る。

部員経験

伊藤 千紘
武蔵村山市立第三中学校
教諭

東京教師道場では、経験年数が同程度の先生方と、とことん授業研究を行います。研究したいテーマを決め、学習指導案の検討、授業観察と協議を毎月行います。同じ班の部員やリーダーの先生と授業について話し合うことは大きな学びになっており、また、日頃から感じている授業に対する悩みや課題、追究していきたいことに共通点が多く、自分の視野が広がることを感じられます。このような仲間は、校内だけではなかなかできませんし、背伸びすることなくお互いの考えを伝え合えるのは喜ばしいことです。

リーダー経験

田村 久仁子
板橋区立志村第二小学校
指導教諭

私は教師道場で2年間部員として学び、その後リーダーを務めました。私と部員たちとのキャリアの差は約10年。部員一人ひとりの「よさ」を生かしながら、子供たち全員の「楽しい学び」が実現できるような授業づくりを目指して指導・助言を行っています。リーダーとはいえ、「教える」というより、一緒に「学ぶ」ことができるのが、教師という職業の素晴らしさだと感じます。どんなにキャリアの差があったとしても、子供の前では「教師」という同じ立場であり、一緒に「より良い授業」を考える「仲間」になります。

教育研究員

教育研究員は、東京都の教育の質を向上させるために、都内各地区の教育研究活動の中核となる教員を育成することを目的としています。月例会、宿泊研究会、部会別発表を通して、1年間の実践的な教育研究に取り組みます。

なお、育児中の教員への支援として、夏季休業中に行う御岳山における宿泊研究会（2泊3日）では、託児所を開設し、研究時間中の保育を実施しています。

海外派遣研修

PICK UP !!

グローバル人材育成に資するため、最新の教育事情や教授法等を学び、自らの教科の指導力を高めるとともに、異文化理解を深められるよう、教員を海外大学等へ派遣（約1週間～1か月）する取組を行います。

西川 潤
新宿区立四谷小学校
教諭

約1か月間、オーストラリアの大学に通い、英語指導法を学びました。指導法だけでなく、現地の学校を訪問させていただき、オーストラリアの学校教育も学ぶことができました。さらには、ホームステイ先のホストファミリーと一緒に食事をしたり、現地ならではのアクティビティを行ったりとその国の文化、生活を体験でき、とても充実した日々でした。日本とは異なる環境に刺激を受け、新たな知見を得ることができたとてもよい研修だったと思います。校内に戻ってからは自身の授業向上に生かし、校内の先生方にも研修等を通して還元しました。

更なる高みを目指して

学校リーダー育成特別講座

各区市町村立学校や都立学校から選抜された教員が、企業研修、講義、グループ協議等により、学校マネジメント能力を高め、教育管理職を目指す意欲を高めます。

東京都教員研究生

東京都教職員研修センターにおける1年間の派遣研修を通して、学校経営や学習指導等についての高い専門性を身に付け、指導的役割を担う学校教育のリーダーにふさわしい教員を育成します。

研究開発委員会

研究開発委員会は、教育課題に関わる教育内容や方法等について研究開発を行い、その成果を普及・啓発することにより、学校教育の改善・充実を図ることを目的としています。総会、定例会、指導資料説明会を通して、教育課題解決のための教育内容や具体的な方策について研究開発を行います。

自己啓発～自ら学び、自己を高めるために～

教育資料閲覧

水道橋にある東京都教職員研修センターの「教育資料閲覧室」では、教育に関する研究紀要・報告書、教科用図書、人権教育関係資料、教育に関する図書、雑誌などの資料を読むことができます。

マイ・キャリア・ノート

東京都の公立学校の先生全員が利用でき、自らのキャリアを主体的に計画するための支援システムです。学校・自宅のパソコンや、自身のスマートフォン等からログインできるので、いつでもどこでも利用できます。

「マイ・キャリア・ノート」の機能

教育情報の閲覧 / 研修履歴等の確認 / 研修動画の視聴 / 研修の検索・申込・受講状況の確認 / 二次元コードによる研修受付

東京都の先生を目指す方に! 研修体験レポート

東京都公立学校教員採用セミナーTOKYO教育Festa!（10月開催）で、研修体験を実施しました。参加者の声を紹介します。

「都のサポートがこんなにも手厚いことを初めて知った」「模擬授業で児童のやる気を引き出す工夫を見ることができて良かった」「児童の視点に立って考える体験がとても分かりやすかった」の他、「東京都の教員になりたい気持ちが高まった」などの有難い声もいただきました。

TOKYO教育Festa!の詳細はこちら

働き方改革、進行中 !!

未来の東京を担う子供たちの成長を導くには、教育の質を高めることが重要です。
東京都教育委員会では、教員が子供たちと向き合う時間を十分に確保できるよう、
そして、誇りとやりがいをもって生き生きと働くことができるよう、「働き方改革」の取組を進めています !

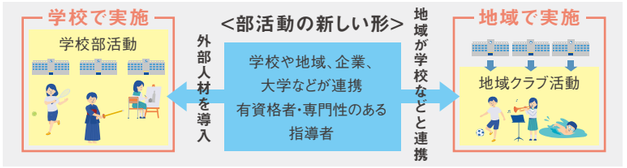
東京都教育委員会の取組方針

- 学校・教員が担うべき業務の精査
- 役割分担の見直しと外部人材の活用
- 負担軽減・業務の効率化
- 働く環境の改善
- 意識改革・風土改革

「学校における働き方改革の推進に向けた実行プログラム」令和6年3月策定 より

1 役割分担の見直しと外部人材の活用 PICK UP !!

- **部活動改革（R5～R7改革推進期間）** 中学校
  - 令和7年度末までに都内全ての公立中学校等で地域や学校の実態に応じて、地域連携・地域移行の取組を実施



詳しくはこちら

- **部活動指導員の配置（H30～）** 中学校・高校・特支
  →具体的な取組については14ページ
- **社会の力活用事業（R3～）** 小学校
  - 外国語活動や体育等の授業において、専門性の高い外部人材が授業を実施

活用事例

- 客室乗務員や通訳として働く外部人材による外国語活動の授業
- 元オリンピック選手やスポーツの全国大会で活躍した外部人材による体育の授業

体育の授業で活躍する外部人材

- **スクール・サポート・スタッフの配置（H30～）** 小・中学校
  →具体的な取組については14ページ
- **エデュケーション・アシスタントの配置（R4～）** 小学校
  - 第1学年から第3学年を対象に、副担任相当の業務を担うスタッフを配置し、児童対応などで教員をサポート

活用事例

- 学習・生活指導の補助（学習・給食等の指導補助、教材準備など）
- 子供からの相談対応や登下校時の見守り
- 学年・学級経営の補助（連絡文書作成補助、提出物集約など）
- その他（学校行事の運営補助など）

エデュケーション・アシスタントの配置を拡大しています!

- **東京都独自の取組として、担任を補佐するエデュケーション・アシスタントの配置を進めており、令和6年度以降は小学校全校への配置を目指しています。**
- **配置により、きめ細かな児童対応や担任の負担感減少につながるなど、大きな効果が表れています。**

担任と共に児童を支援

登下校の見守り

担任からの声
複数の目で子供たちを見ることで、学習が充実し、担任の安心感にもつながっています。

保護者からの声
まだ低学年なので、新しい生活に慣れる為に、担任だけでなくアシスタントの先生がいると心強いです。

- **（公財）東京都教育支援機構〔略称:TEPRO（ティープロ）〕との連携** ※TEPROの事業内容等詳細はHPをご覧ください。
  - TEPROは、東京都教育委員会が令和元年7月に設立した、都内公立学校を多角的に支援する全国初の団体です。学校を支援する多様な事業を通じて、教員の働き方改革と教育の質の向上を推進しています。

主な事業「TEPRO Supporter Bank」

- 外部人材を必要とする都内公立学校に登録者（サポーター）を紹介する事業です。サポーターの活動を通じて教員を支援し、子供たちの学びの充実につなげています。
- TEPRO Supporter Bankでは学校現場を支援してくれるサポーターを募集しています。教員を目指す方はサポーターとして活動することで、学校現場を体験できる機会にもなります。

主な活動内容	活動例
学習支援	授業中や放課後等の学習支援
部活動支援	技術指導や校外活動の引率支援
教職員の事務支援	資料作成や授業準備の支援等
特別支援教育	特別な配慮が必要な児童生徒への支援
日本語指導	日本語指導が必要な児童生徒への支援
ICTの支援	情報教育の整備、情報モラル教育等
心理・福祉の支援	児童生徒への心理・福祉の支援
その他の支援	キャリア教育、専門性を活かした講座等

学校現場で支援を行うサポーター

2 負担軽減・業務の効率化

- **統合型校務支援システム**
  →学校での取組事例は14ページ
  児童生徒の学籍情報・出欠・成績・保健情報の一元管理、指導要録・調査書・時間割作成など
- **定期考査採点・分析システム**
  定期考査や小テストの採点業務の効率化、採点結果の集計・分析など
- **庶務事務システム・旅費システム**
  教員の休暇申請、出退勤の打刻、旅行命令、旅費請求など

※上記3つのシステムについては、都立学校に導入したシステムの例

<ICT化の推進状況>　（*）取組を実施している地区の割合

取組内容	東京都（*）	全国平均
ICTを活用し、授業準備について教材や指導案を共有化している	93.7%	85.6%
学校・保護者間の連絡手段について、Webアンケートフォーム等を活用してデジタル化している（保護者向けアンケート、欠席・遅刻連絡・学校からのお便り等）	87.3%	81.0%

文部科学省「令和4年度 教育委員会における学校の働き方改革のための取組状況調査」（令和4年12月）より

3 働く環境の改善

- **教職員アウトリーチ型相談事業（新規）**
- **教職員相談窓口（新規）**
- **新規採用教員メンター（新規）**
- **メンタルヘルス支援相談窓口**

→具体的な取り組みについては20ページ

職員室の環境改善

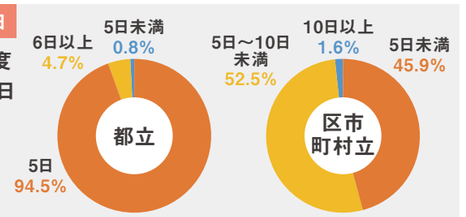
都立学校において、教員同士のコミュニケーションの円滑化や校務運営の効率化を図るため、机やキャビネットの更新を図りつつ、職員室内のレイアウトや動線等を工夫するなど、各学校のニーズに合わせ、機能性が高く働きやすい職員室を整備しています。

4 意識改革・風土改革

- **教員の業務時間を客観的に把握することで、業務の削減や勤務環境の整備を推進**
  - ☑ ICTの活用　☑ 出退勤カードシステムの導入 etc.
- **管理職（校長・副校長）を含む教員一人一人が時間を意識した働き方を実践できるよう、意識改革を推進**
  - ☑ タイムマネジメントに関する研修
  - ☑ 管理職のタイムマネジメント能力向上 etc.
- **学校閉庁日の設定により休暇を取得しやすい環境整備**
  - ☑ 都立学校全校において原則5日以上設定
  - ☑ 区市町村立学校においても各地区で取組を実施

学校閉庁日

令和4年度学校閉庁日設定日数



働き方改革 Before／After

学校において、教員が生き生きと働きながら、子供たちと接する時間を確保できるような環境を整備することは、教育の質の向上のためにも大事なことです。

そのため、東京都教育委員会では、「学校における働き方改革推進プラン」等に基づき、教員が働きやすい環境づくりに取り組んでいます。

採用HP連動
Movieコンテンツ

現場の先生たちはどう変わった?

Case 01

スクール・サポート・スタッフの拡充

日々発生する資料作成や教材印刷などの事務作業や教室等の消毒など、様々な業務を教員に代わってサポートするスタッフです。東京都では、全ての区市町村立学校に配置できるよう予算を確保しており、教員の負担軽減を支援しています。

Before／After 現場はこう変わった！

- 教材研究や授業準備に充てる時間が増えました！
- 教材や授業の質を向上させることができました！
- 児童・生徒に向き合う時間を増やすことができました！
- 退勤時間が早くなり、残業時間を減らせました！
- 精神的な余裕が持て、プライベートの時間が増えました！

スクール・サポート・スタッフ

本校は児童・生徒が約1300人の大規模校のため、ご家庭へのお知らせなどの資料の印刷や配布ひとつをとっても膨大な時間がかかってしまいます。他にもアンケート集計、調理器具準備、採点、データ入力、通知等郵送準備など、日常的に必要な様々な業務を依頼できるので、事務作業が効率化され本当に助かっています。スクール・サポート・スタッフの活用でできた時間は、自分の授業準備や分掌等の事務作業に充てたり、担任クラスの授業を見に行って、生徒理解が進むなど、教育指導の質向上にもつながっています。

前田 美緒
江東区立有明西学園
主任教諭（平成26年度採用）

Case 02

部活動指導員の拡充

部活動の負担を軽減するために、専門的な技術を持つ指導者を部活動指導員として配置する制度です。スポーツだけでなく文化、科学等においても導入され、実技指導・大会・合宿等の引率、管理運営、年間・月間指導計画作成、保護者対応など、様々な面の業務を担当し、教員の負担を軽減します。東京都では500校以上で1500を超える部活動で導入されています。

Before／After 現場はこう変わった！

- 部活動指導の時間が削減され、授業準備の時間を増やせました！
- 知識・経験のない分野だったので、精神的負担が軽減されました！
- 専門の指導員から学べるため、生徒の成績・技術向上につながりました！
- 教員だけでなく生徒のモチベーション向上にもつながりました！

部活動指導員

バドミントン部の顧問をしていた際、部活動指導員が配置されました。私自身経験がなかったため、専門的なアドバイスや実際の手本など、週に2～3回の指導に加え、休日の大会の引率もしてくださり、非常に助かりました。そのおかげで時間ができ、授業準備や採点の仕事時間に充てるなど時間を有効に使うことができました。

佐藤 聖子
中野区立緑野中学校
主幹教諭（平成24年度採用）

Case 03

統合型校務支援システムの導入

ICT活用による業務改善策として、統合型校務支援システムの導入を推進しました。このシステムは、成績管理・出欠管理・指導要録など、教員が「手書き」「手作業」で行うことが多かった業務をシステムによる一元管理・共有によって効率化するものです。他の作業工程と重複する業務を軽減したり、システム化することで作業ミスの防止も期待できます。

Before／After 現場はこう変わった！

- 事務作業の時間が削減され、教材研究等の時間が確保できました！
- 成績や指導要録データが蓄積されるので、細かな指導が可能になった！
- 生徒の状況が日々共有できるので、対応の質の向上につながった！
- 担任以外の教員も入力できるので、多面的な生徒理解につながった！

統合型校務支援システム

日々の出欠・欠課時数管理、成績管理などをシステム上で入力・管理でき、アナログでカウントしていた従来に比べて、手書きの手間やストレスが大幅に軽減されました。また、システム上で他の教員ともデータを共有することができるため、授業担当でなくても欠課時数を確認したり、急な休暇等で成績処理ができない状況でも他の教員がサポートしたりすることも可能です。また、成績一覧表等を簡単に出力できるので、会議資料の作成の手間や時間が減り、そのぶん他の業務に充てることができています。

矢野 郁
都立江北高等学校
主任教諭（平成22年度採用）

教員のON＆OFF／プライベートも 充実！ TOKYO LIFE

教員のライフワークバランスをもっと知る

働き方改革が進み、教員それぞれが、ライフ・ワーク・バランスの調和が取れた日々を過ごしています。
ここでは、2人の教員のON TIMEとOFF TIME、東京都の教員としての暮らしを紹介します。

私のON

影山 瑞歩
都立高島特別支援学校
教諭（平成28年度採用）

中学時に参加したボランティア経験から特別支援教育を目指しました。

8:00 出勤、着替え
8:30 職員朝会
今日の予定や校外活動の報告をします。
8:50 スクールバスお迎え、朝の会
9:45 授業（1、2、3時間目）
自分が工夫して準備した教材への反応がいいと手ごたえを感じます。
11:50 給食準備・給食・手洗い等
子供たちと一緒に給食を楽しみます。
13:00 下校指導
着替えや帰りの支度などの指導を行います。
13:40 帰りの会、スクールバスお見送り、教室整備
15:00 職員会議、授業準備、事務作業
個別指導中心なので授業準備が肝心。一人ひとりに合った教材を準備します。
17:30 退勤
気になっていたイタリアンで友人と食事。お互いの近況話で盛り上がりました。

仕事のことは考えずに、リフレッシュします！

私のOFF

7:00 起床
ドリップしたコーヒーで、朝のスイッチをいれます。
8:00 朝食
10:00 外出
今日は学生時代の友人と外出の約束があります。
12:00 銀座でランチ
二人で銀ブラして見つけたお店でランチ。美味しい和食でした。
14:00 ウインドウショッピング
15:00 散歩
丸の内や日比谷公園を街歩き。素敵な街並みにテンションも上がります。
16:00 カフェで休憩
二人で休みを合わせて旅行に行く計画を立てました。
18:00 丸の内でイタリアン
夕食後は、イルミネーションを見ながら帰宅しました。
21:00 自宅でのんびり
帰宅後はドラマや動画などを見てのんびり過ごします。

私のTOKYO LIFE

職場の仲間と始めたバドミントン。業務後に体を動かしてリフレッシュ。

友人とふらりと出かけてカフェ巡り。東京は素敵なお店が多くて楽しいです。

散歩が大好き。東京は大きな公園など自然も感じられて、1年中楽しめます。

東京駅周辺を散歩。ライトアップやイルミネーションがとても綺麗でした。

東京だけでなく、旅行も大好き。先日は友人と京都旅行を楽しんできました。

3年前位から伊勢神宮など全国の神社を巡り、御朱印集めを始めました。

私のON

8:00 出勤、着替え
8:20 職員朝会
本日の予定や、教職員全体で必要な情報を共有します。
8:30 HR（朝会）、読書
子供たちの様子を確認し、本日の予定を連絡。その後みんなで静かに読書を行います。
8:50 授業（1、2、3時間目）
この日は1年生は木材加工、2年生は情報分野を行いました。体験を中心に学んでいきます。
12:40 給食準備・給食・昼休み
給食や昼休みは子供たちとコミュニケーションをとる大切な時間です。
14:35 授業（6時間目）
3年生で電気分野のラジオ製作。はんだごてで細かい電子部品を基板につけていきました。
15:35 HR（帰りの会）、清掃
16:00 部活動、事務作業
サッカー部の顧問として子供たちと一緒に身体を動かします。
17:40 帰宅
ジムに行ったり、早く家に帰って子供と遊んだり、平日もリフレッシュ。

羽田 和生
稲城市立稲城第一中学校
主幹教諭（平成20年度採用）

中学の技術を担当しています。生徒たちにできるだけ多くの体験をさせてあげたいです。

ジム通いのために買ったグローブ。すごくモチベーションが上がりました！

私のOFF

7:00 起床
子供の目覚めに合わせて起床。着替えや食事の準備をします。
9:00 近くの公園へ
自分も汗をかくぐらい一緒に遊びます。
12:00 昼食・お昼寝
14:00 家族全員で外出
お買い物に行って、カフェでゆっくりします。
18:00 夕食
夕食はみんなで。子供がたくさんご飯を食べる姿を見て癒されます。
19:00 子供とお風呂
お風呂で水遊びをしたり、歌を歌ったりして遊んでいます。
20:00 布団に入って絵本読み聞かせ
子供が選んだ本を読み聞かせながら寝かしつけます。
21:00 妻との時間
二人でドラマや映画を観て、つかの間の団らんを過ごします。
23:00 就寝

私のTOKYO LIFE

家族旅行は大切な時間。先日は沖縄の美ら海水族館で楽しんできました。

子供と出かけたり、子供と遊んだりすることが何よりリフレッシュになります。

家族で楽しんだクリスマスパーティ。クリスマスソングで盛り上がりました。

平日の放課後は、ジムでリフレッシュ。運動をすると心も体も整います!

向日葵の花びらになんとか触ろうと一生懸命な姿がとてもかわいかったです。

ストライダーに夢中な子供。乗るたびに上手になる学習力に驚かされます。

給与・勤務条件等

① 初任給・年収はどれくらい?

1 初任給（初年度の月給）は、給料月額、教職調整額、地域手当、義務教育等教員特別手当及び給料の調整額（該当者のみ）を合わせた金額です。
2 各種手当:扶養手当、住居手当、通勤手当、期末・勤勉手当等が、条例に基づき別途支給されます。
3 特別支援学級、へき地（島しょ等）の学校に勤務する者等には、条例に基づき別途手当等が支給されます。
4 60歳で採用された者（以下、「60歳超採用者」という。）の初任給は、60歳前の水準の7割となります。

※採用前に給与改定があった場合は、その定めるところによります。　※表は、都内（島しょ地域を除く。）の学校に採用された場合の例です。

初任給例（令和6年4月1日現在）

※社会人経験者の初任給は、4年制大学を卒業し、教員の職務と直接関連のない企業で正社員として勤務していた場合で試算しています。

区　分	大学卒	短大卒	社会人経験者（5年）	社会人経験者（10年）	社会人経験者（15年）
小・中・高等学校	約265,100円	約244,700円	約306,800円	約346,200円	約385,000円
特別支援学校	約278,900円	約257,500円	約322,800円	約363,400円	約402,300円

初年度の年収例（令和6年4月1日現在）

※期末手当及び勤勉手当は在職期間に応じて定められた支給割合により支給されます。（下記は4月採用のモデルケース）

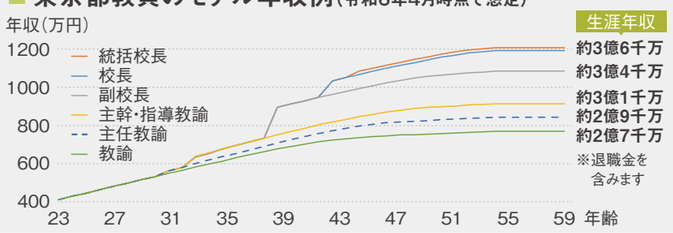
区　分	大学卒	短大卒	社会人経験者（5年）	社会人経験者（10年）	社会人経験者（15年）
小・中・高等学校	約405万円	約370万円	約460万円	約520万円	約580万円
特別支援学校	約420万円	約390万円	約490万円	約550万円	約610万円

② 昇給モデルはどうなっているの?

安定した昇給が見込めるのが東京都教員のメリットでもあります。校長まで務めると生涯年収は約3億6千万円にもなります。

PICK UP!!

東京都教員のモデル年収例（令和6年4月時点で想定）



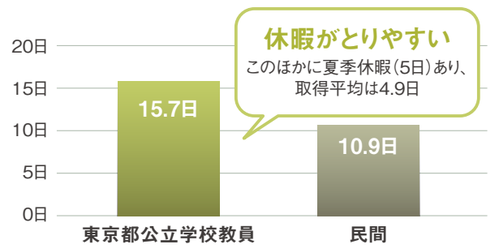
③ 勤務条件はどうなっているの?

- 勤務時間……1週間につき、38時間45分
- 休日等……土曜日、日曜日、祝日、年末年始（12月29日～1月3日）
- 年次有給休暇……1年間に20日付与（最大20日繰越し可能）時間単位で取得可能
- 夏季休暇……5日

数字で見る働きやすさ

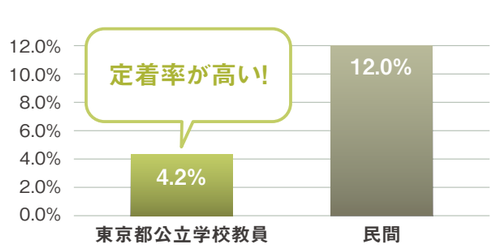
PICK UP!!

年次有給休暇の一人あたりの平均取得日数



※令和4年度実績

大学卒業就職者の1年目の離職状況



※令和4年3月の状況

育児に関する休暇等について

PICK UP!!

育児休業の制度（令和5年1月現在）

	東京都公立学校教員	民間企業
取得期間	3歳に達するまで	原則1歳に達するまで 最長2歳に達するまで

※東京都公立学校に勤務している教諭又は養護教諭が妊娠出産休暇及び育児休業を取得する際には、その期間中、代わりとなる臨時的任用教員を配置しているため、安心して出産準備や子育てをすることができます。

詳しくは、右の二次元コードの「両立支援ハンドブック」で確認できます。

女性職員の育児休業取得率（令和4年度）

東京都公立学校教員 113.7%

育児休業がとりやすい!

都	国	民間
104.1%	102.2%	80.2%

※女性活躍推進法第19条第6項に基づく取組の実施状況及び第21条に基づく女性の職業選択に資する情報の公表（東京都総務局ホームページ）より
※取得率:「当該年度中に新たに育児休業が取得可能となった職員数」に対する「当該年度以前に取得可能となった者も含め、新たに取得した者」の割合とする国と同様の方法で算出。そのため、100%を超えることがある

育児との両立

東京都教育委員会は仕事と子育ての両立を応援しています。

※出産支援休暇、育児参加休暇は、女性職員が同性のパートナーシップ関係にある場合も取得可能です。

小林 舞
江東区立南砂小学校
主任教諭

妊娠初期の悪阻がひどいとき、ラッシュの通勤電車内で体調が優れず、休みをもらうことがありました。そのとき、管理職から休暇制度について教えていただき、「妊娠症状対応休暇」や「妊婦通勤時間」を活用し、一番体調や母胎に不安のある時に、安心して通勤することができました。また、「母子保健健診休暇」も活用させていただいた上で、「妊娠出産休暇」を取得しました。出産後も、育児休業を2年半の間取得し、育児に専念した後、職場復帰しましたが、子供が体調を崩した際には「子どもの看護休暇」を使って看病や通院もできました。東京都には、妊娠出産を希望する女性職員が安心して働ける制度が充実しています。

樋口 貴志
港区立六本木中学校
副校長

私は、長男・長女の出産の時は、出産・育児に係る休暇を取得しませんでした。しかし、3人目の子の出産の時は、新型コロナウイルスの影響や妻の体調が心配だったこともあり出産への不安感がこれまで以上に強かったことから、休暇の取得を検討しました。それでも最後の最後まで迷いましたが、管理職の先生が背中を押してくださったことや教職員の方々の御協力に助けられたことにより、休暇を取得しました。出産支援休暇や育児参加休暇を取得することで、家族で乗り越えることができました。今でも感謝の気持ちでいっぱいです。

1年目を支える！～働き続けられる安心の環境～

PICK UP !! 東京都では若手の教員の皆さんが、安心して働き続けられる環境の整備を進めています。

NEW!

新規採用教員メンター（小学校）

同じ学校の同世代の先輩教員等がメンターとなり、日常的な声かけや様々な相談を通じて新規採用教員の皆さんをサポートします。

新規採用教員の気持ちや悩みを理解し、寄り添える方がメンターになりますので、仕事をする中で迷うことや不安に思うことを気軽に相談することができます。

教職員アウトリーチ型相談事業

臨床心理士等の有資格者が、都内公立学校を訪問し、教職員と面談を行うアウトリーチ型相談事業を実施しています。

面談では、仕事のことやプライベートのことなど、何でも相談することができます。

面談をした教職員からは、「第三者に話を聞いてもらうことで、気持ちが軽くなった」「話をすることで、自分の考えが整理できた」「学校に来てもらえることがよかった」などの声が寄せられています。

NEW!

教職員相談窓口（先生たちのほっとLINE）

SNS（LINE）を活用した相談窓口を開設し、教職員が職場の人間関係や日頃の業務上の悩み等の多様な悩みについて、気軽に相談できるようになりました。相談いただいたお悩みについては、臨床心理士等の相談員がお聞きいたします。

メンタルヘルス支援相談窓口

メンタルヘルス支援事業として、早期自覚・早期対処を目的とした相談窓口を設置しています。

不調を感じた時に、電話相談・メール相談を利用して、気軽に臨床心理士等の専門家に相談をすることができます。

また、土曜日・日曜日に対面で、臨床心理士等の専門家と個別に相談ができます。

児童・生徒の理解に関する相談

幼児・児童・生徒について、心配があったり、理解・対応に困ったりすることを、相談しながら一緒に考えることができます。心理職と指導主事が相談をお受けします。東京都教育相談センターで実施しています。

右記もご確認ください。
→7ページ「健康的な職場環境を実現するための宣言」
→12,13ページ「学校における働き方改革の推進に向けた実行プログラム」

チーム学校～支える環境～

学校には、教員のほか、様々な役割を担う職員が、児童・生徒のために働いています。それぞれの専門性を生かし、チームとして学校を運営しています。

採用HP連動 Movieコンテンツ

TEAM MEMBER 1 スクールカウンセラー

▶ スクールカウンセラーの役割とは？

スクールカウンセラーは、不登校やいじめ、児童虐待等の未然防止・早期発見等、児童・生徒の悩みや抱えている問題の解決に向けて、学校において子供の心理に関する支援に従事する職員です。具体的には、児童・生徒や保護者からの相談に応じ、面談を行ったり、授業観察等を通して支援に必要な情報を収集し、教員への助言や援助を行ったりしています。

こんなことをしています

- 発達の課題がある子供との面接を繰り返した結果、落ち着いて学校生活を送ることができるようになりました
- 子供だけでなく、保護者からの相談にきめ細かく対応することで、学校に対する信頼感が高まりました

TEAM MEMBER 2 スクールソーシャルワーカー

▶ スクールソーシャルワーカーの役割とは？

スクールソーシャルワーカーは、いじめ、不登校、暴力行為、児童虐待など、子供が抱える様々な課題を解決に導くため、教育と福祉を繋いで援助する職員です。社会福祉の専門的な知識や技術を活用し、学校、家庭や、地域の関係機関との連携を図り、児童・生徒の悩みや、抱えている問題の解決に向けて活動しています。

こんなことをしています

- 不登校の児童・生徒の家庭を繰り返し訪問し、家庭環境の改善を図ったことにより、登校できるようになりました
- 幼児の世話を任された子供の学習の機会を保障するため、保護者に助言し生活環境の改善を図りました

TEAM MEMBER 3 学校事務

▶ 学校事務の役割とは？

学校事務の職員は、経理・給与・学籍管理・施設管理の業務など、主に教育活動以外の学校運営に関わっている行政職員です。教員と協力・調整しながら、学校生活に必要な物品の調達や施設の修繕、各御家庭への奨学金等支給の管理を行い、子供たちが不自由なく学校生活を送れるよう、日々環境の整備に尽力しています。

こんなことをしています

- 先生方の要望を集約し、授業や学校行事、部活動で必要な物を購入しています
- コロナ禍では、先生方と相談し、快適にオンライン授業が行える環境を整備しました
- 現在は、先生方と協力しながら校舎改築工事を進めています

その他、多くの職員が教員と連携して、学校を運営しています。

福利厚生

先生たちが安心して働き続けられるよう、様々なライフイベントなどに備え、各種事業を充実させています。

新生活を始められる方に

新規採用者向け住宅探し支援

本制度を利用してお部屋を借りると、**仲介手数料割引や月々の家賃割引など、様々な特典を受けることができます。**

ライフプランを考えるきっかけに

ライフプラン講習会

健康で経済的に安心でき、活き活きと生活できるよう生涯生活設計を支援するため、ライフプラン講習会を実施しています。

WEBによる講習会で、iDeCoやNISAのほか自身の生涯生活設計に必要な知識を学ぶことができます。

子供が生まれるとき

出産費の補助

先生や、先生の配偶者（※ただし、共済上の扶養に入っている配偶者）が出産をする際、出産費として500,000円が受け取れます。

公立学校共済組合では附加給付として50,000円を上乗せして給付します!

育児休業中の手当金

育児休業中（無給）の先生は、お子さんが1～2歳に達するまでの間、給付金を受け取ることができます。

3歳未満のお子さんを育てながら働く方へ

育児のために部分休業などを取得して、短い勤務時間で働く場合は、それに応じて給料も減額されます。この一時的な給料の減額が、将来の年金に影響しないよう（年金額が下がらないよう）、特例措置があります。

その他の育児サポートも充実!

育児用品（対象商品は120点以上）の購入費を補助する育児支援品購入補助や、お子さんの体調不良時のサポートとして病児保育ベビーシッター利用補助などの福利厚生メニューをご用意しています。

健康で働き続けるために

※令和5年度時点

人間ドック

人間ドックを受診される際の検査料金を一部助成します。オプションとして肺（CT）や女性健診を加えての受診も可能です。

また、基本ドックを受けずに単独でがん検診を受ける場合も助成の対象となります。

かがやきメイト健康診断

被扶養者の方向けの健康診断です。40歳以上74歳以下の方は無料で受診可能です。

スポーツクラブ利用補助

利用1回ごとに利用料金を一部補助します。

ヘルスタ!

参加費無料の健康づくりイベントです。様々な運動プログラムなどを開催しています。

もしものときは・・・

病気やケガをした…!（高額療養費制度）

先生や（扶養されている）ご家族の方が、高額な治療等を受ける場合、医療費が一定額を超えると、給付が受けられます。

公立学校共済組合（先生方が加入する共済組合）では、病院の支払窓口での自己負担額が1か月25,000円を超えてしまった場合、超過分の医療費を自動で給付します!

入院等で仕事を長期に休むとき

また、万が一、先生が病気やケガで、勤務することができなくなり、お給料が支払われなくなったときは、1年6か月の間、「傷病手当金」という一定の給付金が支払われます。

（公務による病気やケガは、公務災害による補償があります。）

退職後も安心

退職手当や年金の支給

勤続年数・退職時の職層などに応じて、退職手当や年金が支給されます。こうした給付により、退職後のライフプランが立てやすくなり、安心して生活することができます。

転職者向け制度紹介

社会人特例選考

※受験資格の詳細は実施要綱を御確認ください。

25歳以上の方で、教職以外の民間企業等も含む社会人経験が2年以上（選考年度の前年度3月31日までの経験が対象）ある方は受験が可能です。

また、現在免許をお持ちでない場合でも、必要な免許状を合格後2年以内で取得できる見込みの方は、免許取得期間猶予制度を利用し、受験することができます。その場合、免許取得に係る期間について採用候補者名簿登載期間を延長することが可能です。

これまで対象年齢を40歳以上としていましたが、令和5年度実施選考から25歳以上に引き下げました！

免許取得期間猶予とは?

通常、選考年度の翌年度の4月1日までに免許を取得する必要がありますが、免許取得期間猶予者は、選考合格後2年以内に免許を取得すればよく、免許取得後に採用となります。

このことにより、民間企業等からの転職を希望する方も、採用選考合格後に安心して教員免許を取得することができます!

免許取得期間猶予制度を活用した合格者の声

この制度があれば、転職先を確実に確保したうえで免許取得に励むことができるので、社会人受験者にとっては有益だと思います。大変ありがたい制度です。

フルタイムで働きながら2年以内に免許を取得するのは大変ですが、採用試験に合格したことが良いモチベーションになっております。良い制度だと思います。

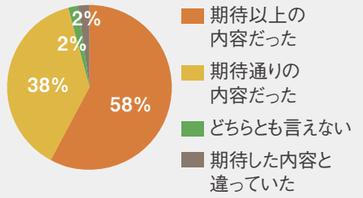
社会人等を対象とした任用前講座

社会人等を対象とした任用前講座を令和5年度より実施しています!

ペーパーティーチャーや他の職に就くなどで教育現場から離れていた人を対象に、任用前に学び直しができる講習を新たに開設しました。採用予定者の不安を解消し、安心して着任できるようサポートしていきます。（令和5年度は12月、1月の2日間で実施）

当日の様子

当日の満足度



受講者の声

任用前に模擬授業を行うことで、学習指導案から授業への落とし方がイメージできた。/指導案検討や模擬授業を通して、授業の工夫を学び、自分自身の指導も考え直すことができた。/凄く前向きな気持ちになれ、ワクワクできる講座だった。/同じ状況下で悩み、前へ進んでいる仲間に出会い、勇気づけられた。

臨時的任用教員・時間講師について

（どちらも任用までに教員免許状を取得している必要があります。）

臨時的任用教員とは?

- 勤務形態：常勤
- 任用期間：数か月～1年以内（年度を超えない範囲）
- 給与形態：月給（正規教員に準ずる）
- 職務内容：授業以外に学級担任や校務に関する業務も担当します。

時間講師とは?

- 勤務形態：非常勤
- 任用期間：学校の任用事由による（年度を超えない範囲）
- 給与形態：時間給
- 職務内容：学級担任や校務に関する業務はなく、教科の授業のみを担当します。

※詳細は二次元コードを御確認ください。

民間企業を経て、東京都の先生へ

小川 大二
豊島区立椎名町小学校
教諭（平成31年度採用）

民間企業の経験は、教員としての武器になる。

採用HP連動
Movieコンテンツ

キャリアプロフィール

大学卒業後、酒類の卸会社に就職。営業として飲食店に対して酒を卸しながら、店舗の売上向上や新規店舗の立ち上げサポートを担当。その後、教員への転職を志し、通信制大学の教育学部に再入学。仕事と並行しながら学習を進め、教員免許を取得。平成31年度4月より豊島区立椎名町小学校にて教諭として勤務。

教員を目指したきっかけ

教員へ転職する前は、酒の卸会社に勤めていました。飲食店の立ち上げや売上の向上に関われる喜びを感じながら働いていましたが、少し寂しい思いもありました。毎年多くの飲食店が開業しますが、経営の難易度が高く、多くの店舗がすぐに廃業してしまうのが実情です。せっかく支援したお店が潰れてしまう悲しさから、他の仕事への転職を考え始めました。

ちょうどその頃に友人とご飯に行く機会があり、今の仕事について抱えている悩みや転職を考えていることを相談したときに勧められたのが教員だったのです。実は、その友人が教員として働いており、未来へ羽ばたく子供たちを支える仕事の醍醐味を聞かせてくれました。その話を聞くうちに、次第に教員の仕事への興味が増していったのです。ただ、興味は湧きましたが、最初は「教育に関して無知な自分が今から教員になれるのか?」と不安の方が大きかったです。しかし、自分で調べるうちに、通信制の大学でも教員免許が取れることが分かり、それなら今からでも教員になれると考え、教員を目指すことを決意しました。

教員になるまでの道のり

通信制の大学で免許が取れると分かり、早速入学したまではよかったものの、そこから万事順調とはいきませんでした。担当のお客様も多く抱えていたので、すぐに当時の仕事を辞めることは難しく、最初の頃は仕事と学業を並行して進める必要がありました。半年ほどかけて仕事を整理して退職した後も、生活費の問題もあったのでアルバイトと学業の両立生活。「本当に教員になれるのだろうか」と不安もあり、この生活に慣れるまでは精神的にもタフな時期が続きました。

そんな自分の支えになったのが、一緒に学ぶ学友の存在。通信制大学ではありましたが、一人で学習を進めるのには限界があると感じて、在宅での学習とスクーリングを半々で進めていました。そして、大学に行った際には意識的にいろいろな人に話しかけるようにして、どんどん仲間を作っていきました。分からないところを教え合える点で学習面でもありがたかったですが、何より同じ夢を追いかける仲間がいる事実に精神的にも励まされました。

民間企業の経験がプラスになったこと

働きながら大学に通うなど、民間からの転職で苦労もしましたが、それ以上にメリットも大きいと感じています。特に役に立っているなと感じるのは、企業での勤務経験によって社会の常識やビジネスマナーを学べたこと。現在、小学校に勤務しているのですが、6年生には政治や経済についての授業を行います。その際に、自分の社会人時代の経験も交えながら、実際の社会に即した形で子供たちへ教えることができています。実際に自分が感じたことを話すので、より熱や想いを込めて説明できますし、子供たちが社会に出た際に活かしやすい知識を伝えられているのではないかと思います。

また、ビジネスマナーに限らず、社会で必要になる礼儀や作法は、子供であっても社会生活を営む上で大事なものです。それらを、実感を持って伝えられるのも、社会人経験があることの強み。もし、もう一度選び直せるとしても、民間企業を経て教員になる道を選ぶと思います。

教員の魅力

子供たちの成長を間近で見られることに尽きると思います。勉強の面だけではなく、生活面も含めた人としての成長を日々感じることができるのが小学校教員の魅力。1年生の担任を持った際には、授業時間の最後まで集中力が続かない子や、中には座ってじっとしていることも難しい子もいました。そこで「だめだよ、大人しくしようね」と注意するだけで終わらせていては、いつまでも前に進まない。そう思い、他の先生にこういう場合どうしているのか聞きに行ったり、心理カウンセラーに相談したりもしました。

そこでもらったアドバイスを参考にしながら、教卓の下に段ボールで部屋を作って「椅子に座れないならこっちへおいで」と、椅子ではなくても一箇所にじっとして授業を聞くことに慣れさせるなど、自分なりに工夫しながら授業を行いました。すると、そのうち自分の席に座って、最後まで授業を聞けるようになり、その子もクラス全体のテストの点数まで上がりました。自分の努力や工夫が、子供たちの成長という形で目に見えて返ってくるのは教員ならではの醍醐味だと思います。

転職を考える方へのメッセージ

教員の仕事は大変で、教員になるのも難しいというイメージがあると思います。私自身、最初の就職活動で教員という仕事を選択肢に入れなかったのは、そうしたイメージを持っていたからでした。しかし、実際になってみて感じたのは、大変なこと以上に喜びが大きく、本当にやりがいのある仕事だということ。先ほどお話しした、子供たちの成長を日々感じられることだけでなく、子供たちの素直な反応がもらえるのも教員ならでは。完璧に準備をした自信のある授業に対しては子供たちも「面白かった!」と喜んでくれますが、これでいいのかなと不安を抱えたままの授業だと「つまんない!」と言われることもしばしば。素直で正直なので、反応が楽しみになりますし、その反応を踏まえてより良い授業を作りやすいです。

また、素直ということは話す言葉に裏がなく、お世辞も言わないということでもあります。だから、終業式の日に子供たちが「来年も小川先生がいいな」と言ってくれると、本当にそう思ってくれているのだと心から嬉しく思えます。ぜひ、一緒に教員として子供たちの成長を支えましょう。

STORY 01 小学校

教科担任制については 9ページ

成長のきっかけを作ることができる仕事

大学は心理学部に通い、教員になろうと思ったことは一度もなかった私でしたが、ボランティア先の小学校での、ある出来事により教員の仕事に魅かれました。小学校2年生の子が筆算ができずに悩んでいたのですが、先生がたった一言アドバイスしただけで急に筆算ができるようになったのです。「教員は、こうした成長のきっかけを作れる仕事なのか」と感銘を受け、小学校の先生を目指すようになりました。

目指したいとはいっても、「今から教員になれるものなのか。」そんな不安がありました。しかし、東京都には東京教師養成塾をはじめとした研修制度が充実していたので、それらを活用することで知識だけでなく現場の様子も学ぶことができました。自分の知識や経験に不安がある人は、サポートしてくれる制度が整っている東京都で教員を目指すことをお勧めしたいです。

学力だけでなく、生きていく力を身に付けてほしい

自分一人ではなく、チームの力で物事を進めることを大事にしています。まだ私の経験が浅いこともありますが、それだけが理由ではありません。教員は大切なお子さんを預かる仕事。その期待と責任にしっかりと応えるためには、自分だけではない様々な視点から子供を知り、支えることが大切だと思っているからです。

具体的な指導面においては、子供たちが自分はどうしたいのかを考えられるような授業を意識しています。こちらで全て決めてしまい、一方的に教えるのは簡単です。ただ、それでは本当に自分で考える力が身に付きません。学校は勉強だけをするのではなく、生きていく力を身に付ける場所。だからこそ、先生や親に頼らずに自分で考え、動ける人になってもらうべく、目標を定めたら、時間の使い方や使用するツールはなるべく自分で決めることができるようにしています。

子供同士で学び合い、成長していく姿

特に小学校は人格や人間性が出来上がる重要な時期だと思います。そこに携わる教員だからこそ感じられる、子供たちの人としての成長が何よりの喜びです。特に印象深く、きっと今後も忘れられない、ある子供がいました。

その子は、自分にとても自信がない子で、ことあるごとに「私なんて…」という考えに陥ってしまうタイプでした。周りの友達や私からも、たくさん良いところがあると声をかけていたのですが、なかなか自信を持てないまま。しかし、そうした関わりを続けているうちに、友達の言葉が本心からのものであると徐々に気付いたようで、ある時私に「まだ自分に自信は持てないけど、私にはいいところがあると言ってくれる友達がこんなにいる。それ自体がとてもいいことなんだと思う」と話してくれたのです。その言葉を聞いて、思わず涙が溢れました。子供たちは、お互いに助け合い、学び合いながらこんなにも素晴らしく成長していく。それを支える責任と大きな喜びを知った出来事でした。

教員を目指す方へのメッセージ

本当にやりがいのある仕事なので、ぜひ教員を目指してほしいです。先ほどのエピソードもそうですが、子供たちは苦労を大きく超える喜びをくれます。卒業式の日、「西川先生が担任でよかった」と話してくれる子供たちに、私も感謝の気持ちでいっぱいになりました。子供たちが、私の結婚式にお祝いのビデオを撮って贈ってくれた時には涙が止まりませんでした。こんな経験ができるだけでも、教員を目指す価値はあるのではないかと思います。

COLUMN 01
私の働き方改革

資料の印刷や準備を手伝ってくれるスクール・サポート・スタッフの方のおかげで、日々の業務の負担も軽減されていると感じます。また、ICTの導入も進み、教員と子供にタブレットが貸与されることで、会議の時間も以前の半分ほどに抑えられたり、体育の実技や英語のスピーキングを動画で簡単に見せられたりと、生産的な働き方が実現できています。もちろん忙しい時期もありますが、制度やツールを活用して自分のペースで働けていると思います。

COLUMN 02
OFF-TIME

ラーメンが大好きなので、日頃から行きたいラーメン店をチェックしておいて、早めに退勤できた日に都内のラーメン店を巡っています。美味しいラーメン店がたくさんあるのも、私にとっては東京都で働く魅力の一つですね。週末は、友人とカフェやご飯に行って他愛のない話をしてリフレッシュしています。気分転換でもありますが、職場の人間関係だけでなく、いろいろな人との交流を通じて自分の世界を広げるようにしています。

STORY 02 中学校

生徒と同じ目線で寄り添い、耳を傾け、信頼関係を築く。

東出 大地
板橋区立加賀中学校
主任教諭（平成27年度採用）

採用HP連動
Movieコンテンツ

様々な個性の生徒と触れ合う楽しさを知った

学生時代から人と関わることや何かを教えることが好きだったのが、教員を目指したきっかけです。授業で分からないことなどを友人から聞かれることが多く、教えてあげたときに「ありがとう」と言ってもらえるのが嬉しくて、教員という仕事を意識するようになりました。

教員になることを決意したのは、教育実習で実際に生徒たちと触れ合ったときのこと。実習先の高校で授業を体験させてもらったり、ホームルームや掃除の時間に何気ない雑談をしたりする中で、様々な個性を持つ生徒たちと近い距離で話をしながら、打ち解けていくことに喜びを覚えたのです。また、実習が終了する際には生徒たちが額縁入りの写真をサプライズでプレゼントしてくれ、教員という仕事のやりがいの一端を知ることができました。実習の短い期間だけでも、これほど楽しい時間が過ごせるのなら、きっと自分に向いているに違いないと思い、教員になることを決めました。

根底にあるのは、生徒一人ひとりとの信頼関係

この仕事をする上で欠かせないのは、生徒一人ひとりとの間に信頼関係を築くことだと思っています。そのためにも、生徒に寄り添い、どんな話にもきちんと耳を傾けることを日々意識しています。また、話を聞くだけではなく、休み時間もできる限りフロアに出て生徒が話しかけやすい状況を作ったり、皆の輪に入りづらそうにしている子がいればこちらから声をかけたりすることも大切にしています。

話を聞く際に心掛けているのは、絶対に否定しないこと。一度否定してしまうと、心を閉ざしてそこから話してもらえなくなってしまうこともあるからです。たとえ間違っていると感じたり、指摘したくなったりしても、まずは一度生徒の考えを受け入れる。そうしたコミュニケーションを続けていると次第にこちらの想いが伝わり、授業も真摯に聞いてくれるようになり、「プリント配りましょうか？」と生徒の方が私を助けてくれたりもします。自分が教えるだけでなく、生徒から教わったり、助けられたりすることもあるんだと意識をすることも大事だと思います。

努力や工夫を凝らせば、生徒は反応で返してくれる

やはり、自分が教えている技術の授業を楽しいと言ってもらえると、やりがいを感じます。技術という教科は中学で初めて学習する分野。はじめの頃は「一体どんなことをやるんだろう？」と好奇心と不安が入り混じった状態なので、できる限り実際にものづくりを行う作業を多めにして、技術の楽しさを感じてもらえるように工夫しています。その結果、授業を重ねるうちに生徒の表情が明るく柔らかくなり、「先生、技術って楽しいね！」と言ってもらえたときは、努力が報われた気がして思わずこちらまで笑顔になります。

また、担任として受け持っていたクラスのある生徒が受験ですごく悩んでいて、12月頃から受験が終わるまで、相談に乗っていたことがありました。生徒が大きな不安を抱えているのが痛いほど分かっていたので、できる限り親身に話を聞いていたところ、その生徒が最後に「私、先生になろうと思います」とボソッと言ったのです。あの一言は今でも忘れられません。

教員を目指す方へのメッセージ

多くの生徒や保護者の方と関わる仕事なので、大変なこともちろんあります。ただ、それ以上に大きなやりがいがあるのが教員の仕事です。生徒の変化や成長を、日々目の前で感じられる。そして、生徒と一緒に自分自身も人間として成長していける。これは、教員だからこそ感じられる醍醐味だと思います。

それに、壁にぶつかったとしても自分一人で解決しなければいけないわけではありません。周りの先生方にアドバイスをもらったり、時には生徒に助けてもらったり。周りのサポートも十分に受けられる環境があるので、恐れずに一歩踏み出してもらえたら嬉しいです。

COLUMN 01
私の働き方改革

最近は制度も整ってきており、働きやすくなっていると感じています。書類の確認や準備はスクール・サポート・スタッフにお願いしていますし、学生ボランティアが週に数日来て授業補助やプリント配布を行ってくれます。こうした制度を活用しながら、定時で帰る日と残業する日を自分で決めて、メリハリをつけて働いています。

COLUMN 02
OFF-TIME

多趣味なので、読書やスポーツをしたり、旅行に出かけたりと自由に過ごしています。読書に関しては、ジャンル問わず何でも読むので、書店に行って目についたものを買って読むスタイル。読み終わった本は学校に置いて生徒たちにも自由に読めるようにしています。

旅行もいろいろな場所に行きますが、バイクも好きなので今年の夏は友人たちとバイクツーリングで仙台まで行きました。風を切って走っているだけでも気分転換になるので、お勧めです。

STORY 03 高等学校

教えるだけではなく、悩みや喜びを共有できる存在に。

採用HP連動
Movieコンテンツ

安野 光祐
都立大島高等学校
主任教諭（平成26年度採用）

お世話になった先生や学校に恩返しを

自分自身が学生時代に学校や先生に大きく助けられたこともあり、その恩返しができればと教員を目指しました。実は、小学校低学年の頃の私は不登校児童でした。いじめられたわけではなく、親のもとを離れるのが不安だったのです。当時の担任は、そんな私にも寄り添ってくれて「お母さんと一緒に登校してもいいから、学校に来てみようよ」と優しく声をかけてくれました。登校できるようになった後も、優しくするだけではなく間違ったことをしてしまったときには厳しく叱ってくれ、人間として大きく成長させてもらいました。

中学や高校でも進路について親身に相談に乗ってくれる恩師と出会い、学校生活における悩みごとは全て親ではなく先生に相談してきました。1日の中で、また大人になるまでの期間で、学校で過ごす時間はとても長いものです。その時間が苦痛であれば、人生自体が苦しいものになってしまう。自分自身が苦しい思いも助けられた思いもしてきたからこそ、今度は自分が助ける側になれればと教員になることを決めました。

先生と生徒ではなく、対等な人間として関わる

教員を目指した理由にも通じていますが、ただ勉強を教えたり生活指導をしたりするだけではなく、生徒が悩みや楽しみを気軽に共有できる存在でいることを意識しています。そのために大切だと思うのが、一人の人間としてフラットに接すること。陰口や悪口は絶対に言わない。表裏のある対応をしない。人によって態度を変えない。誰に対しても壁は作らない。そうした、人として当たり前の態度や振る舞いの積み重ねこそが大事だと思っています。

もう一つ心掛けているのが、生徒の良い面に目を向けること。教員は、生徒の成長を支援する仕事なので「ここを直せば、この子はもっと成長できる」とマイナス面に目を向けてしまいそうになることもあります。でも、私も含めて大人であっても、不得手なことがない人などいません。どれだけ歳を重ねて人生経験を積んでも、短所がまったくなくなることはないのです。それなら、そこに目を向けるのではなく、生徒一人ひとりの長所に目を向けて、どんどん褒めて伸ばしたい。私は、そう思っています。

生徒たちの、想像を超えた可能性に触れられる

生徒たちには、私たちの想像を超えるようなパワーや可能性があります。それを感じられるのが、教員の仕事の一番の醍醐味ではないでしょうか。特にそれを感じたのが、今年実施した学校祭でした。新型コロナの流行もあり、これまで学校行事を思う存分楽しめなかった生徒たちの気持ちを考えて、届出さえ出せば服装は自由にしました。モラルに反した装いをする生徒が出るのではと不安もありましたが、生徒を信じて自由化に踏み切りました。

すると、風紀を乱さない範囲でどこまで許容できるか考え、自分たちでルール作りを始めたのです。話を聞くと「せっかく自由にしてもらえたのに、そのせいで風紀が乱れたらきっと来年から禁止になっちゃうから」と生徒同士で話し合ったとのこと。その結果、校内は様々なコスチュームを身に纏った生徒たちで溢れ、大盛況。教員もバンドを組んで出場してしまうくらい盛り上がりを見せました。教員が過度な規制や指導をしなくても、期待して任せれば生徒たちはこんなにもパワーを発揮できるのかと頼もしく感じ、感慨深かったです。

教員を目指す方へのメッセージ

教員のやりがいや魅力、つまり自分がこの仕事から何を得られるかを考える人が多いのではないかと思います。それも大事な要素に違いありません。ただ、教員は生徒の学校生活や、その後の人生をも左右する仕事です。だから、自分が生徒たちに何を与えられるのかも考えてほしいです。別に特別な知識や技術である必要はありません。これまでのあなたの一つひとつの経験を、生徒たちに還元してあげてください。どんな経験であっても、その全てが教員としての厚みにつながるのも、この仕事の素晴らしいところですから。

COLUMN 01

私の働き方改革

私は「もっともっと生徒に寄り添いたいし、あれもこれもしてあげたい」と思ってしまうので、個人的には勤務時間を気にせずに働きたいのが本音です。ただ、限られた勤務時間内で効率的に業務を行うことも大切。そうした意味では、職員室内で助け合う風土が根付いているのは大きいと思います。産休や育休をはじめとした制度も整っていますし、そうした制度をもっと活用しやすくするための意見も自然と出し合う雰囲気があります。

COLUMN 02

OFF-TIME

子供たちと遊ぶのが一番のリフレッシュですね。大島は海と山に囲まれた環境なので、子供の遊び場には困りません。5月から海に入れるので、子供を連れて海水浴に出かけたり、山を登ったり。これだけ海が身近なので、同僚の先生方の中には、釣りやダイビングを楽しんでいる方も多いです。

STORY 04 特別支援学校

長く教員を続けたからこそ味わえる特別な喜びがある。

庄崎 真紀
都立立川学園
指導教諭（平成12年度採用）

周りに左右されず、一人ひとりが自分らしく活躍できる社会に

教員を意識したきっかけは、宮沢賢治でした。宮沢賢治の作品が好きで、いろいろと調べると作家だけでなく教員もしていたことを知り、興味を抱きました。また、通っていた学校がミッションスクールだったため、様々な事情のあるお子さんを預かる施設へボランティアに行く機会もあり、次第に様々な事情を抱える子供たちを支える仕事がしたいと思うようになっていきました。

本格的に教員になることを決意したのは、あるテレビ番組を見たときのことでした。その番組とは、沖縄のろう学校の野球部が甲子園を目指すドラマ。聴覚に障害のある生徒たちが先生や保護者と手を取り合いながら多くの困難を乗り越え、甲子園を目指す姿を見て「こんなにも大きな力を秘めているのに、障害があるだけで社会的に弱者として扱われてしまうのは何故だろう」と疑問が芽生えたのです。そうした社会からの目線をものともせず、自分らしく自由に活躍してほしい。自分もそのお手伝いがしたい。それが、私がろう学校の教員を目指した理由です。

子供たちの主体性を大切に

子供たちができないことにぶつかったとき、それをどう捉えるかを大事にしています。できないことはマイナスではなく、課題が見つけられたとプラスに捉える。そして、その課題をクリアするためにはどうしたらいいのか、それをどうすればサポートできるかを考えるようにしています。大切なのは、子供たちに、自分で「できた」と感じさせること。あくまで、困難を乗り越えるのは子供たち自身。クリアするための道筋や方針を考えたり、ハードルを低めにして達成感を感じてもらったり。ときには少し厳しめの課題に挑戦させてみたり、気長に待ったりと試行錯誤しながら、子供たちが自発的に成長できる環境づくりを心掛けています。

また、立場上、子供たちだけでなく後輩教員の指導にあたる場面も多くあります。その際にも答えを教えるのではなく、本人が自分で考え、決められるようなサポートを意識しています。その方が本人の成長につながるということもありますが、何より子供たちに直接向き合っているのは、その先生。一番子供たちを理解している本人が感じて、考えた通りにやってみた方が子供たちのためになると思っています。

卒業後も続いていく温かい関係性

分からないことが分かるようになったり、できなかったことができるようになったり。そんな成長を毎日のように感じられるのが、この仕事の醍醐味です。今日も、外部の方が取材にいらっしゃる際に、新しい環境に緊張する子供の反応が気になっていましたが「挨拶してみる?」と聞くと「する!」と元気よく答えてくれました。嬉しい瞬間です。

そうした日々のやりがいとは別に、長く教員を続けているからこそ感じられる喜びもあります。若い頃に教えた子が大人になり出産して、その子の担任をさせてもらったときは感慨深かったですね。また、昔教えていた子供がダンスを一生懸命習っていたのですが、成長して今は子供たちにダンスを教える立場になり「この立場になって、教える側の難しさがわかりました」と手紙をもらったときも、その子の成長を感じてとても嬉しくなりました。他にも同窓会に呼んでもらったりするなど、多くの子供たちの人生に、長く深く関われるのは教員ならではの魅力ではないでしょうか。

教員を目指す方へのメッセージ

とてもやりがいのある仕事だと伝えたいですね。日々の成長を感じられることもそうですが、運動会や文化祭などの行事でも子供たちの表現力やパワーに驚きや刺激をもらえます。それを直接自分で体験できるだけでなく、教員同士で「実はあの子がこんなことできるようになったの」と共有し合いながら、多くの子供たちの成長に寄り添える。その成長を支える責任があるので楽しさの中に大変なこともありますが、それを大きく超える見返りを子供たちはくれます。子供たちの成長が自らの成長にもつながります。

COLUMN 01
私の働き方改革

意外と知られていませんが、教員の夏季休暇は比較的長めです。その夏季休暇を活用したり、ボランティア職免制度を活用したりして、東南アジアのろう学校で教員に聴力測定や補聴器のフィッティング、言語指導についてのセミナー講師を10年ほど行っていました。これらは自分の指導技術の向上や視野を広げることにもつながっています。

COLUMN 02
OFF-TIME

将来はフランスで暮らしてみたいという夢を持っているので、フランス語を勉強しています。また、教員は1時間単位で休暇が取れるので、平日早めに仕事を切り上げて美術館を巡ることもあります。美術館でじっくり見ようと思うと、定時で退勤しても間に合いません。1時間単位で休暇取得できるのはとてもありがたいですね。

STORY 05 養護教諭

医師やカウンセラーではなく、養護教諭だからこそできることを。

友永 麻耶
都立六本木高等学校
養護教諭（平成31年度採用）
※取材時は、都立葛西南高等学校

幼い頃から憧れていた母のような養護教諭に

母が養護教諭をしており、幼い頃から養護教諭の仕事は身近な存在でした。実際に母が働いている姿を目にする機会はありませんでしたが、近所のスーパーなどで生徒や保護者と会った際に話している様子を見て、漠然とした憧れを抱いていたのです。その想いは、教育実習を機により強まっていきました。保健の授業を真面目に聞いてくれる生徒の様子や、保健室にまで訪ねてきて近況を報告してくれたり、悩みを相談をしてくれたりする生徒たちに触れるうちに、この仕事を通して生徒の成長を支えたいと思うようになっていきました。

養護教諭を目指すと決めた後に悩んだのが、どこで就職するかでした。私は山口県出身だったため、地元に戻るか東京で養護教諭になるか決めあぐねていました。最終的に東京に決めた理由は、貢献度の高さ。日本の首都である東京で生徒たちの健やかな生活を支えることは、今後の日本の発展にもつながると考えたのです。今も変わることなく、その想いを抱きながら日々業務にあたっています。

校内で一番話しやすい存在でありたい

生徒たちの健康を守る意味では、養護教諭だけでなく医師や心理カウンセラーの方も含め、他にも多くの方が見守ってくれています。だから、養護教諭ならではの貢献ができるよう日々意識しています。特に大事だと思うのが、気軽に相談できる存在であること。病院にかかったり、心理カウンセラーに直接相談したりするのは、生徒にとって少しハードルが高い部分もあると思います。そこまでするほどではなくても、保健室に行ってちょっと相談してみようかなとは思える。保健室がそんな場所であったらいいなと思っています。

そのために大切なのが、生徒との丁寧な関係性づくり。朝は昇降口に立ってみんなに挨拶の声かけをして積極的にコミュニケーションをとる。生徒の日々の様子を観察し、どの生徒がどんな状況なのか、担任の先生や各教科担当の先生方とも密に情報交換を行う。たとえ、ただの雑談やなんてことのない相談であっても、必ず生徒の目線に立って真摯に耳を傾ける。そうした日々の行動の積み重ねで、学校の中で一番話しやすい存在になりたいと思っています。

生徒の人生を、夢を支えられる仕事

生徒を支えることができるのが、一番の魅力だと思います。それを強く実感したのが、ある生徒との出会いでした。その生徒は、なかなか教室へ行くことができず、このままでは単位が足りずに進級もできない状況でした。しかし、その生徒にはパティシエになりたい夢があったのです。その夢を諦めてほしくない気持ちから、まずは保健室登校から始められるようサポートを行いました。スクールカウンセラーや各教科担当の先生方とも連携し、まずは1時限だけ出席してみたり、その後の悩みや不安を受け止めたり。そんな日々を何か月も続けた結果、無事に単位を取得して進級、卒業することができたのです。

進路も希望通り、製菓の専門学校へ進学が決定。卒業後も、洋菓子と和菓子どちらを専攻するか相談の電話をくれるなど、定期的に報告や相談をしてくれてすごく嬉しかったです。そして、その生徒が和菓子のお店に就職が決まった際「先生のおかげで夢を叶えることができました」と連絡をくれたのです。心からこの仕事をしていて良かったと思いましたし、今後も誰よりも生徒の側で支え続ける存在でありたいと強く思うようになりました。

教員を目指す方へのメッセージ

教員は大変な仕事だと思う方もいるかもしれませんが、全てを一人で対応しなければいけないわけではありません。私も、日々他の先生方やカウンセラーの先生にサポートしてもらいながら働いています。また、研修出張等、他校の先生方と情報共有する機会も多くあり、様々な人のアドバイスをいただきながら経験を積むことができます。部活動指導員の方にサポートしてもらえれば部活動の顧問としての負担も大きく軽減できますし、安心して教員を目指してもらえればと思います。

COLUMN 01
私の働き方改革

養護教諭は学校に一人しかいないため、休みが取りづらい印象があるかもしれませんが、実はそんなことはありません。テストの日の午後は生徒もいないので、そこで休みをとってリフレッシュすることや、生活指導部の先生にお願いをして、授業の日に休みを取ることも可能です。互いにサポートし合いながら、うまくメリハリをつけて働いています。

COLUMN 02
OFF-TIME

野球が大好きなのでプロ野球の試合観戦に行くのが一番のリフレッシュ方法です。休日はもちろん、平日にも早めに退勤できた日は観戦に行くこともあります。私は巨人ファンなので巨人のユニフォームを着て、タオルを振りながら東京ドームで応援して、選手たちから元気をもらっています。

Talk Session 01 若手教員のフォロー体制 って？

実際の現場に行ってみた

PICK UP!!

教員としてスタートしたとき、不安だったことは？先輩からのフォローは？若手教員を支える体制や仕組みは？都立中野特別支援学校で働く4名の方に語っていただきました。

初任教員
菊地 美央
教諭（令和4年度採用）

指導教員
松本 純
主任教諭（平成24年度採用）

高等部主任
西田 駿介
主幹教諭（平成20年度採用）

校長
和田 慎也
（平成11年度採用）

※令和4年度取材時点

こちらの学校についてご紹介ください。

和田　昭和53年開校の、東京都中野区にある特別支援学校です。小・中・高等部の3学部を設置しており、児童・生徒数330名以上、教員120名以上の大規模な学校です。教育委員会が策定した都立学校の「特別支援教室巡回拠点校」「都立学校発達障害教育推進エリアネットワーク」の拠点校でもあります。

西田　ここで私は高等部主任として学級担任はもたず、副校長の補佐や教職員の指導・監督を担っています。そして新任の教員として高等部2年生の担任を務められているのが菊地先生で、その指導教員を務めているのが松本先生です。

菊地　私にとって教員としてのスタートの場所ですが、教員数の多さには驚きました。若手からベテランまで幅広い世代の教員がいることは、分からないことがあったら質問できる先輩が多い環境でもあり安心感につながっています。

西田　始業式で菊地さんは、とても緊張されていた様子でしたね。初めてのことですから当然でしょう。けれど挨拶はとても元気で、はつらつとしていました。生徒の間にも自然に飛び込んでいかれたと思います。

松本　最初からとてもナチュラルに生徒たちと接していらっしゃったと思います。菊地先生の“素”のキャラクターが感じられました。

和田　初任ですから未熟な面があるのは当たり前のことですが、そんな点も、菊地さんならではの「子供たちに尽くしたい」というオーラがしっかりと補っていると感じています。

教員になってどんなことに苦労され、乗り越えていきましたか。

菊地　子供たちは1人ひとり、学力も個性も障害の程度も異なります。そのため授業の指導案をどのように設計すればよいか、悩みました。そんなときにアドバイスいただいたのがいきなり指導案に取り組むのではなく、まず子供たちを知ることに注力するべきだということです。子供たちと一緒に指導案をつくりあげていく感覚を教わりました。

西田　菊地先生はとにかくよく質問されるので、周囲の先生たちもそれに応えたい気持ちが強くなるようです。

松本　そうですね。みんなで菊地先生を育てようとの気持ちが自然に生まれ、それが私たちの成長にもつながっていると感じます。積極的に質問しようとする姿勢は、若手教員にとってとても大切なことです。私は指導教員として隣の席に座って様子を見守りながら、「これは悩んでいるかもしれない」と感じたら私から声をかけることもあります。

和田　菊地先生がおっしゃるように特別支援学校は普通校以上に子供たちの状態が千差万別です。そのため1人ひとりに合わせて指導していくことは本当に難しい。だから西田先生、松本先生のように周囲の全員がサポートする環境を整えるようにしています。

松本　未経験で入ってこられても、必ず自分の将来像としてふさわしい先輩教員に出会えるのも、教員数が多いことの利点でしょう。

西田　複数教員がチームとなり、一つの子供たちのグループを協力して指導するチーム・ティーチング制を取り入れていますので、OJTでの指導もやりやすいですね。一緒に仕事をしながらお手本を見せてあげることができます。

和田　確かに様々な教員の視点でベストの指導を考えるチーム・ティーチング制は、若手教員指導の点でも有効ですね。いろいろな先輩教員の考え方に接し、「こういうアプローチもあるんだ」と吸収できると思います。

松本　体育や美術といった教科では指導教員である私とは離れて、専科の教員と一緒に仕事をし、学んでいただいています。

菊地　私もチーム・ティーチング制のメリットを実感しています。サブティーチャーとして多くの先生方の授業を見ることができるのは大変ありがたいです。こうした環境のおかげで、いつ、どんなことでも気兼ねなく質問できると感じています。若手だからこそ、分からないことをわからないままにしたくはありません。悩みや不安を感じたらすぐに相談できる今の環境には、とても感謝しています。

菊地先生へのサポートで工夫されている点はありますか。

和田　初任教員も研究授業を行うのですが、その際は必ず主任教諭である松本先生に助言者として指導いただいています。これは当校独自の取組です。

西田　学年の他の先生たちが指導案にアドバイスや助言を行うことも実施していますよね。ただ最も効果的なのは、指導力と情熱にあふれた松本先生を指導教員として担当させる和田校長ならではのマネジメントだと思います。私から見ても、松本先生が近くにいてくださるので安心です。

松本　でも実は指導教員として菊地先生をサポートする一方で、例えばICT機器の使い方など、私が菊地先生から教わることも多いんですよ。ベテランの経験と若手の新しいスキルを融合させていく点でも、私たち中堅の指導教員としての責任は大きいと感じています。

和田　そうした中堅の先生方の学びについては当校独自に「6・7年次授業研究」を行っています。国や都では1・2・3・10・20年次に年次研修を定めていますが、4年次から10年次にかけて既定の年次研修がないため、自分を見つめ直したり、教員としての歩みを振り返ったりする機会が必要ではないかと考えて実施しているのが「6・7年次授業研究」です。

菊地　先輩方もそれぞれ考え方や生徒との接し方が異なるので、参考にしたいと感じたことを吸収するよう心掛けています。全ての先輩が私にとってよきお手本で、いつも「こんな先生になりたいな」と感じながら接しています。

採用HP連動
Movieコンテンツ

これから教員を目指す方へのメッセージをお願いします。

松本　冒頭で菊地先生が驚かれたとおっしゃったように、教員の多さは特別支援学校の特徴の一つです。それだけ様々な持ち味の教員がそろっているので、たくさんのものを吸収していただきたいですね。

和田　多くの先輩から少しずつ吸収していく中で、やがて自分ならではの形やスタンダードができてくると思います。

西田　それは教員としての“柱”と言い換えてもいいかもしれませんね。そんな強みがついてくれば自信につながり、ぶれることなく自分の足でしっかりと歩んでいけるはずです。経験は仕事をしていけば自然と積み重なりますが、知識は自ら意識して学びにいかないとなかなか得られません。知識と経験は教員にとっての両輪ですので、学ぶ姿勢はぜひ大切にしていただきたいと思います。

和田　世の中にはたくさんの職業があり、その道の“プロ”がいます。一見すると教育とは関係ないように思えても、“プロ”の仕事には私たち教員に役立つたくさんのヒントを与えてくれます。例えばお店での接客の際の絶妙な話し方や伝え方はその一つでしょう。日々の生活の中、あらゆる職業に興味をもって知識を吸収することで、間違いなく人間力は磨かれていくと思います。

西田　私が伝えたいのは、教員はみんな教えることが大好きだということ。最初は不安でも、必ず周囲の先輩たちがサポートしてくれるでしょう。心配せずに飛び込んでいただきたいですね。

松本　学校は子供たちを育てる場所ですが、同時に教員が育つ場所でもあると感じます。

菊地　教員は新人であっても始業式のその日から、1人のプロとして働くことを期待される仕事です。それは大きなプレッシャーであるものの、周囲の皆さんも同じ道を通ってきているので、間違いなく助けていただけます。これから教員を目指す皆さんも、先輩方との新しい出会いを楽しみに一歩を踏み出してくださいね。

Talk Session 02　今振り返る1・2年目のリアル

ホンネで語ります

教員を目指したきっかけや、実際に教員になってみて感じたギャップ、仕事のやりがいや東京の教員の魅力、気になるライフワークバランスについて、4名の教員がホンネで語ってくれました。

Member

藤江 海
大田区立小池小学校
教諭（平成28年度採用）

山尾 萌子
西東京市立明保中学校
教諭（平成29年度採用）

矢野 郁
都立江北高等学校
主任教諭（平成22年度採用）

神谷 健太
都立町田の丘学園
教諭（平成29年度採用）

Q 教員を目指した理由について

矢野　私は、大学に入ったときは教員になる気はまったくなかったんです。親族に教員が多かったこともあって「一応、教員免許は取っておきなさい」と言われて教職課程をとっていた程度でした。

山尾　そうだったんですね。そこから、どうして教員を目指すことにしたんですか?

矢野　教育実習が楽しくて。もともと、人前で話すことは好きだったので、授業すること自体が楽しかったんです。授業に対して学生たちが素直な反応を返してくれるのも嬉しくて、先生の仕事って楽しいかもと思ったのが目指した理由ですね。

藤江　私も、昔からどうしても先生になりたいというタイプではなかったので、少し分かります。振り返ってみると、試験勉強のときに友だちに勉強教えてるのって楽しかったな、じゃあ先生もアリかもしれないな、くらいのきっかけでした。そこから、教員について考えるようになって、子供の成長を支えるだけじゃなくて、子供たちの成長を通じて産業とか日本とかまで支えられる仕事じゃないかと思えたのが決め手でした。

神谷　皆さんの話を聞いて、少し安心しました（笑）。というのも、私も教員を目指し始めたのは、友人が教職課程の説明会を受けに行くのに、ついて行ったのがきっかけだったので。ただ、皆さんと少し違うのは、私が興味を持ったのは特別支援学校の教員だったこと。特別支援学校は、子供3人に対して教員が2人ついているなど、より子供との距離が近く、密度の濃いコミュニケーションがとれるんです。それだけ近い距離で子供の変化を感じられるっていいなと思ったんですよね。

山尾　私は単純に、自分の学生生活が楽しかったからですね。先生にも友だちにも恵まれて、素敵な時間を過ごすことができたので、学校で働くのもいいなと思って先生を目指しました。

Q 実際に教員になって、どうでしたか?

山尾　率直に言うと、仕事量は多いなと思いました（笑）。

矢野　私も、授業以外にもこんな業務がいろいろあるのかというのが第一印象でしたね。

山尾　ただ、それ以上に周りの先生方がたくさん助けてくださいました。

藤江　同じくです。周りの先生には本当に支えてもらいました。やったほうがいいことから、逆にやりすぎなことまで、アドバイスが的確で助かりました。

神谷　特別な支援を必要とする生徒を指導するので、やはり専門性が求められました。自分の指導教員の先生が外部の研修も活用して理論に基づいた指導をしているのを見て、「自分も頑張ろう!」とモチベーションになりました。

Q 教員のやりがい、醍醐味について

山尾　授業をしていても、クラスや日によって反応がまったく違うので、とても楽しいです。それに、日々成長し続けている生徒たちと一緒に過ごせるので、とにかく毎日が新鮮で、飽きることのない仕事じゃないかと思います。

矢野　あとは、ベタかもしれませんが卒業式の日に「先生が担任でよかった」と生徒や保護者に言われると泣きそうになるくらい嬉しいですよね。

神谷　あれは最高の瞬間の一つですよね。私も卒業の際に保護者の方からもらった「神谷先生との出会いは親子にとってかけがえのないものになりました」とのお手紙は宝物です。

藤江　卒業式もそうですし、卒業後に「先生に教わったことを今も大事にしています」みたいな連絡が来たときもいい仕事だなとしみじみ思います。

Q 東京の教員の魅力について

藤江　私は教員を目指す準備として東京教師養成塾に通っていたんですが、こうした教員を目指したり、教員生活を送ったりする上でサポートしてくれる制度が豊富なのは、東京で教員になる大きなメリットだと思います。

神谷　私も養成塾に通っていましたが、当時の経験は大いに活きていて、ありがたい制度だと感じています。また、教員になった今もスキルアップのために教師道場に通っていて、こちらもすごく勉強になっていますね。

藤江　教師道場、私も今通ってます。研修制度が豊富だと、教員として描けるキャリアも広がりますよね。

矢野　お二人のお話に加えて、プライベートの面でも東京は多くの施設や娯楽があるので、思う存分リフレッシュして働ける環境が整ってるなと感じます。

山尾　たしかに、美術館や博物館なども多いですよね。自分が訪れて刺激をもらうのもそうですが、生徒たちも授業で学んだことを実際に見に行ったりできるので、授業と実体験をリンクさせた教育ができるのも東京都の魅力かもしれませんね。

Q ライフ・ワーク・バランスについて

山尾　徐々に不要な業務や工数の削減が進んでいますよね。私の学校でも、例えば通知表の所見欄の見直しが行われました。代わりに面談等を行っていますが、インパクトは大きいです。

神谷　コロナ禍の中で変えたり中止したりせざるを得ないものが出てきた中で、要不要の精査が進みましたよね。

矢野　そうした業務のあり方や制度の改善とあわせて、ツールが充実してきているのも助かっています。採点システムや出欠管理システムの導入でかなり業務負荷が下がりました。

藤江　あとはやっぱり人ですね。周りの先生がいろいろ教えてくれますし、過去の指導データも残っているので、参考にすることで業務を効率化して、自分のペースで働けています。

Q これから教員を目指す方へ

矢野　大変なことがあるのは間違いないですが、それを踏まえてもこんなにいい仕事はないと思います。私も日々、人を育てるという仕事ができていることにやりがいと責任を感じながら生徒に向き合っています。壁にぶつかったとしても、周りにはサポートしてくれる経験豊富な先輩方もいますし、活用できる制度もたくさんある。教育への熱意と、謙虚に学び続ける姿勢さえあれば、きっといい先生になれると思うので、恐れずに教員を目指してほしいです。

藤江　こんなに自分の仕事の成果を目の前で確認できる仕事はなかなかないと思います。特に小学校は、子供たちの成長も著しく、勉強面だけでなく、人としても成長していく様を感じられます。もちろん、しんどいこともありますが、子供たちの成長や変化という形で、その苦労は必ず報われます。やりがいに溢れたこの仕事に、ぜひ一緒に向き合いましょう。

神谷　教員になりたいと思った方は、ボランティアや養成塾などで実際の学校現場を肌で感じてみることをお勧めします。教員が実際に働いている姿や子供たちの様子を見ることで、教員としての自分の適性にも気付くことができますし、教員になった後にも活かせます。実際に現場を知って、仕事の魅力を感じた方と一緒に働ける日を楽しみにしています。

山尾　どんな仕事にも、色々な良さや面白さがあるんだと思います。その中で教員は、生徒たちの笑顔というかけがえのない瞬間に立ち会える仕事です。驚きや喜び、楽しみというたくさんの感情と経験を、毎日生徒たちからもらっています。教員の醍醐味です。少しでもいいな、やってみたいなと思った方には一歩踏み出してもらえたら嬉しいです。

わたしのキャリアヒストリー

改めて振り返ります

教員になってからどのようなキャリアを歩むことができるのでしょうか。
ライフイベントも含めたキャリアヒストリーを、管理職に振り返ってもらいました。

Profile

渋谷 里美
杉並区立松ノ木中学校
校長（平成4年度採用）
※令和4年度取材時は副校長

教員を目指したきっかけ

「教員っていいな。」そう思ったのは、2週間の教育実習期間の終盤でした。美術教員志望だったので、実習中の授業で見本作品を見せる前は、ほとんど寝ずに作品を仕上げ、授業に臨むなどとても大変でした。しかし、授業で自分の作品を見せると、生徒の反応はすごく良く、目をキラキラさせながら声を上げていました。その姿を見た時、取り組んだ大変さの全てが報われた思いでした。「打てば響く。」まさにそんな2週間でした。所属したクラスの生徒も温かく迎えてくれ、実習の終わりがとても悲しく感じられました。「なんて良い職業なんだろう。」そう感じたのが、教員を目指したきっかけでした。

管理職選考受験に向けての意識の変化

年数を重ねる中で、管理職が何を考え、どうしたいと思っているのか知りたいと思っていました。また、教師としてどうすることが正解なのかを悩む中で、学年や学校をよくしたいという思いを校長先生と話したいと、漠然と考えていました。

主任教諭や主幹教諭になると、学校を運営する上で管理職に頼られるためにはどうすればよいかを考えるようになりました。周囲の勧めもあり管理職選考を受験しましたが、その時、私は、管理職になりたいと強くは思っていませんでした。

しかし、同期の先生方が一生懸命に頑張っている姿を見ると、自分の考え方の甘さを感じ、中途半端な気持ちでいることをやめ、気持ちを切り替えて管理職を目指して頑張ろうと決心しました。

管理職として働く思い

私は「職員室の担任」としての意識で、先生方を見守るようにしています。できるだけ先生方の動向を確認するように意識しています。例えば、不得意そうな仕事に取り組んでいる先生には声をかけ、「大丈夫です。」という返事が返ってきてもその表情を見るだけでなく、具体的に進捗状況を聞くようにしています。また、副校長自身が直接生徒へ指導するのではなく、どうすれば先生方が生徒にとってよりよい指導ができるかを常に考え、学年や学校全体をフォローできるような体制づくりを考えています。

周囲のサポートと家族との時間

2番目の子供の育休が明けるタイミングで、夫が単身赴任となり、1人で2人の子育てをすることの大変さを考え、夫の両親と同居することにしました。下の子はまだ小さかったため、保育園に預けましたが、長男は3歳になり、ある程度色々なことができるようになっていたので、夫の両親が面倒をみてくれました。私が宿泊行事でいないときには、子供たちが寂しい思いをしないように、夫の両親が子供たちを旅行に連れて行ってくれたこともありました。

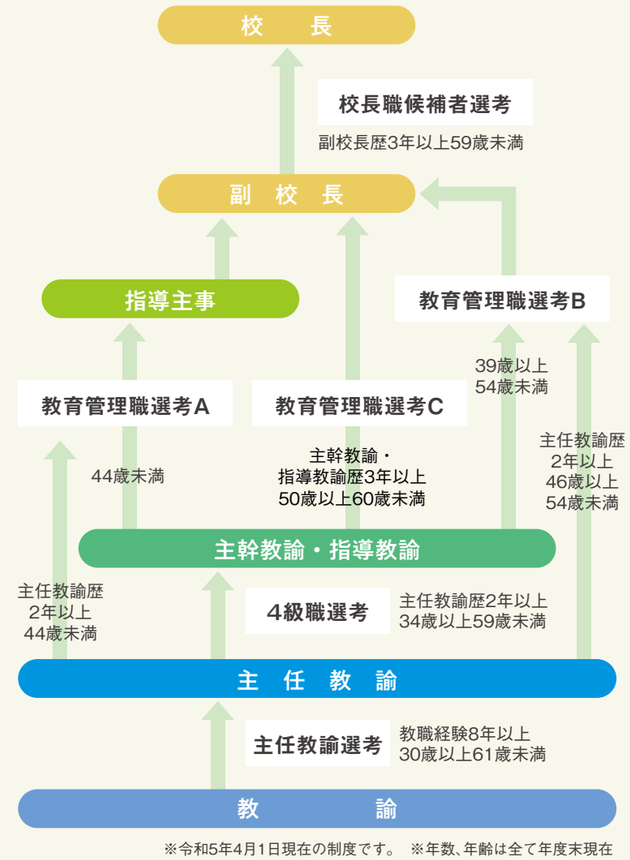
夏休み期間には、夫が単身赴任していた新潟県に子供たちを連れて行き、キャンプ、海水浴、水族館、花火大会に行くなど楽しい時間を過ごしました。第二の故郷のように通い、2年間を満喫しました。

応募者へのメッセージ

「児童・生徒に何を教え成長させたいか。」その軸がぶれないことが大切だと思います。自身の生活の変化は様々起こります。学生から社会人へ。親元から一人暮らしへ。独りから二人へ。やがて子を持つ親へ。そのタイミングは決して自分の望み通りではないかもしれません。しかし自分なりに考え工夫していけるので、その状況をなんとか乗り越えることはできます。そのときは大変でも、振り返ると自分が一回り成長できていることに気付きます。「当たって砕けろ」の精神です。自分の周りにはそれを経験した先輩たちがいます。必ず手を差し伸べてくれます。キャリアアップの際にも同様のことが言えます。私自身もそうでした。弱音を吐くことは時には必要です。自分を開示できると心が軽くなり、また少し頑張る勇気がもてるはずです。

PICK UP!! 任用制度とキャリアアップ

公平公正な選考によって、多様なキャリアアップを図ることが可能です。



※令和5年4月1日現在の制度です。　※年数、年齢は全て年度末現在

■人事異動方針

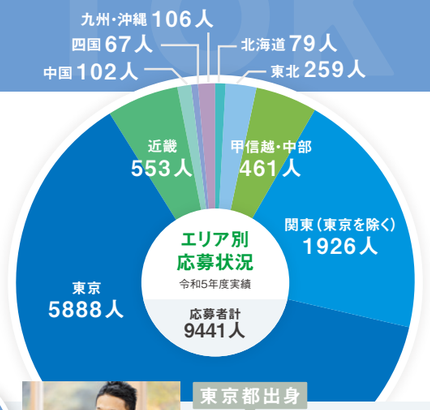
現任校に3年以上勤務する者を異動の対象とし、勤務年数が6年に達した者は異動することになります。

■公募制人事

教員の能力や適性を最大限に活用し、都民の多様な期待に応えていくことを目的として、区市町村教育委員会や都立学校が意欲ある教員を募集し、選考により配置する制度を実施しています。

東京で働こう

東京都と一口にいっても、ビジネス街・繁華街などの区部、落ち着いた住宅街が広がる市部、伊豆諸島からなる島しょ部まで、様々な顔を持っています。エリアごとに異なる魅力を紹介します。



“多摩地域”の魅力

沖縄県出身

宮里 季那

府中市立府中第一小学校
教諭

都会と自然が共存する場所

東京は大都会のイメージでしたが、府中市は都会的な部分と自然がバランスよく共存する魅力的な街です。駅前は高層ビルやマンション、お店も多く都会的で買い物や食事に困ることはありません。少し足を延ばせば大國魂神社のような歴史を感じる場所や郷土の森公園など自然豊かな場所も多く、暮らしやすいエリアであることはもちろん、教育環境としても非常に充実しています。また、本校は、創立150周年を迎える伝統校でもあり、地域の皆さんに期待される行事や活動があることも特徴的です。昭和39年の東京オリンピックを機に作られた「わかば鼓笛隊」活動は、地域のシンボルでもあり校外の演奏パレードを通じて子供たちは大きく成長しています。親子代々で通われる家庭も多く、地域の温かさを感じられるのが市部の学校の魅力です。

“区部”の魅力

東京都出身

橋本 晋作

渋谷区立松濤中学校
主幹教諭

都心部ならではの魅力

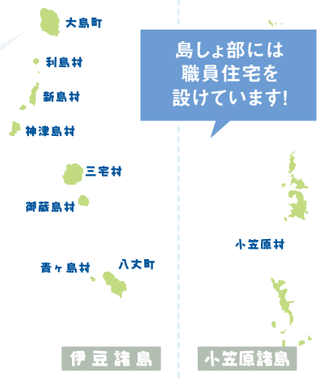
渋谷区は東京を代表する繁華街・オフィス街である渋谷を中心に、原宿・表参道・恵比寿・代官山など、日本のシンボルともいえるエリアです。本校は、渋谷駅からも徒歩圏内の高級住宅街・松濤エリアに立地する環境で、赴任当時はどんな子供たちがいるのかと少し身構えていたのですが、実際には人懐っこく素直で学習意欲の高い子供たちが多い印象です。保護者や地域の方に仕事のことを聞き経験する「職業体験」で、IT企業や外資系企業など最先端の様々な仕事に触れることができるのは、渋谷エリアならではの特徴だと感じます。また、渋谷区の英語教育重点校として英語以外の一部教科で英語指導を行っていることもあり、全国から毎週のように視察があるなど注目されたり新しい取組が多いのも都心部の学校で働く魅力です。

“島しょ部”の魅力

福島県出身

安野 光祐

都立大島高等学校
主任教諭



大自然の中で充実した暮らし

伊豆大島は、右を見れば海、左を見れば山と、自然が豊富で暮らしやすい環境です。私自身、一人目の子供ができた際に子育てに注力したいと、島しょ部の学校公募に応募しました。大島に来て二人目の子供が産まれたのですが、子供たちは自然の中でのびのびと遊びながら成長しているのを実感し、こちらに来て本当によかったと実感しています。私は家族と遊ぶことが多いですが、同僚の先生たちはダイビングや釣り、BBQやランニングなどアクティブに過ごしています。また学校運営面では、地域と学校が密着していることも特徴的です。「地域の郷土芸能を守る」ことを学校の授業と組み合わせた総合的な探究を取り入れたり、日常的に島民の方のご意見をいただく機会も多く、島全体で学校を盛り上げていく環境が整っています。

東京を選んだ理由“10questions”

東京の教員を選んだ二人に、東京の生活のあれこれを聞いてみました。

Q	長崎県出身 渡部 司 江戸川区立鹿骨東小学校 主幹教諭（平成18年度採用）	秋田県出身 小松 一智 都立小平高等学校 指導教諭（平成17年度採用）
教員を目指したきっかけは?	勉強も工作も実験も…「やりたい」を全部実現でき、楽しく働けるのが小学校教員でした。	大学から上京したので、将来的に都会でも地方でもできる仕事として教員を選びました。
ずばり併願した?	いいえ。教育実習で子供と関わる素晴らしさを体験し、教員一本に気持ちが固まりました。	教員を目指すと決めてからは、採用試験を受けながら非常勤講師として働いていました。
東京で働くことにした決め手は?	学生時代を過ごした、多様な生き方をしている人がたくさんいる東京が好きだったから。	大学が東京だったので、自然に志望しました。「情報」の募集枠があったのもポイント。
東京はどんな街ですか?	やりたいことが何でもできる街。子供も素直で、都会だからと構える必要はありません。	東京と一括りに言っても都心部、市部とエリアによって様々な顔を持つ面白い街です。
生活コストは正直どうですか?	下町に住んでいるので、食べ物も飲み物も安くて美味しく、生活コストは抑えられています。	電車でどこにでも移動できるのでとても便利ですが、交通費がかさむのが悩みのタネです。
東京の教員のこんな制度はお勧め	資料印刷や教材づくりの補助をしてくださるスクール・サポート・スタッフには大助かりです。	1時間単位で有給休暇が取得できるのは、保育園送迎など育児との両立に助かっています。
東京のこんな研修制度が自慢!	博物館、動物園、大学、企業などが実施する研修は東京ならでは。授業に活かせます。	認定講師制度、教科研究会主催の研修、東京教師道場など、学びの機会が充実しています。
実際に働いてみて、ここがよかった!	教員数が多いので、様々な専門性や経歴を持った人に出会え、多くを学べる環境です。	男性の育児休暇取得も普通ですし、部活動指導員など、効率的に働く環境は整っています。
プライベートはどう過ごしている?	庭で大好きな虫探しをしたり、同僚とカフェや、音楽ライブに行くこともあります。	子供と公園やショッピングモールへ外出したり、趣味のマンガを読んでリフレッシュします。
東京を選んでよかった?	はい!たくさんの人から学べて、やりたいことが何でもすぐ実現できる最高の環境です。	はい。最先端のツール導入や働く環境の充実など、東京だからこそのメリットがあります。

東京の家賃はどんな感じ?

家賃は、部屋の広さや駅からの距離、地域などによって様々です。東京で暮らす先生の家賃を例として紹介します。

CASE 01

台東区

8万円

採用5年目/小学校勤務（女性）

手取り月収 26万円

- 部屋は広くありませんが、交通の便が良い場所なので、家賃は高めです。
- 食費の節約を心掛けていますが、趣味の美術館巡りを楽しんでいます。

CASE 02

八丈島

8千円

採用5年目/特別支援学校勤務（女性）

手取り月収 24万円

- オンラインでの買い物は意外と3日ほどで着きます。（天候次第）
- 職員住宅は周りに先生がたくさん住んでいて、なにかと助け合えて安心です。

採用関連情報

東京都公立学校教員採用ポータルサイト

東京都の教員を目指す方向けに、選考情報・イベント情報のほか、現職の教員の声、インタビュー動画、働き方などを掲載しています。マイページに登録すると、イベント情報などが届くほか、説明会の申込みやアーカイブ動画の視聴ができます。

東京都公立学校教員採用（LINE）

イベント情報の配信や、コラムの配信を行っています。

採用イベントスケジュール

東京都教育委員会では、東京都の教員の魅力を知ってもらうため、様々なイベントを開催しています。教職を考えている方、受験する自治体を迷われている方など、是非御参加ください！詳細は、東京都公立学校教員採用ポータルサイトでご案内します。

10月 東京都公立学校教員採用セミナー TOKYO教育Festa！

11月～2月 東京都公立学校教員採用オンライン説明会

12月 東京都公立学校教員志望者向け個別相談会

3月～4月 東京都公立学校教員採用候補者選考春季説明会

合格者フォローイベント

学校体験プログラム（11～2月）

任用前に都内の公立小学校へ訪問し、学校の一日を体験することにより、採用後の見通しをもつことができます。

社会人等を対象とした任用前講座（12月、1月）

→詳細については23ページ

合格者個別相談会（1月）

現役教員に任用に当たっての不安や疑問をオンラインで相談することにより、東京都の教員の魅力を改めて知ることができます。

合格者座談会（1月）

任用前に、先輩教員や他の採用予定者と交流することで、不安を解消するほか、これから一緒に働く仲間とのつながりができます。

※実施月は令和5年度のものです。最新の情報は、東京都公立学校教員採用ポータルサイトをご覧ください。

採用選考についての問い合わせ

東京都教育庁人事部選考課選考担当
〒163-8001 東京都新宿区西新宿二丁目8番1号 東京都庁第二本庁舎14階
電話 03-5320-6787（ダイヤルイン）

東京都教育委員会
Tokyo Metropolitan Board of Education

東京都教育委員会印刷物登録 令和5年度 第107号
令和6年3月発行
（本冊子は、令和6年3月時点の情報で作成しています。）

リサイクル適性Ⓐ
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

ミックス
紙｜責任ある森林管理を支えています
FSC® C017420