

調整授業時数制度と時間割に関する調査

—結果と提言—

大森直樹

はじめに

次の教育課程基準では調整授業時数制度の導入が計画されており、学校の時間割が大きく変わる可能性がある。どのような時間割が子どもに合っているのか、公立小学校に勤務する教員の考えを明らかにして、今後の教育課程基準と教育課程のあり方に活かしていくことが本アンケートの目的である。

I. 概要

調査者	東京学芸大学大森直樹研究室
調査目的／項目	調整授業時数制度と時間割について教員の見解を把握し政策の改善に活かす／調整授業時数制度と「情報の領域」への評価
調査対象	公立小学校等教員
調査協力／方法	配布した調査票の QR コードを回答者が読み取りインターネット画面から回答
調査期間	2026年7月 23日～8月 17 日
回答者(有効票)	1516 人

回答者 1516 人の勤務先学校の所在都道府県(問1)

回答者の勤務校所在地は、回答数が多い順に北海道、神奈川、福岡、兵庫、大分(100 人以上)、秋田、山梨、岩手、長野、石川、鹿児島、長崎、愛知、三重、佐賀(10 人以上)、その他12府県で計 27 都道府県。

回答者 1516 人の現在の勤務先の校種(問3)

公立小学校等(義務教育学校前期含む) 1345 人 その他 171 人

公立小学校等勤務 1345 人の教歴における標準時数の経験(問2)

生年月日	ストレートで4年制大学をへて教員になり現在まで勤務した場合に経験した標準時数	略称	人
1969年4月1日以前	(1968)1977・1989・1998・2008・2017標準時数	5・6期経験	223
1969年4月2日～1979年4月1日	1989・1998・2008・2017標準時数	4期経験	431
1979年4月2日～1988年4月1日	1998・2008・2017標準時数	3期経験	343
1988年4月2日～1997年4月1日	2008・2017標準時数	2期経験	228
1997年7月4月2日～	2017標準時数	1期経験	120
計			1345

★以下の調査結果は、いずれも、公立小学校等勤務 1345 人の回答の整理とする。

Ⅱ. 10の提言—調整授業時数制度と時間割について

どのような時間割が子どもに合っているのか。公立小学校等勤務 1345 人から回答を得た今回の調査と、標準時数と教育課程研究会がこの間に行ってきた研究成果他をふまえ、調整授業時数制度と学校の時間割について10の提言をまとめた。

■教職員・管理職・教育委員会への提言(1～7)

提言1 毎日 5 コマの時間割が子どもに合っていることを基本認識として共有しよう。(図 3～8)

提言2 調整授業時数制度による1日の授業時間短縮は、最大でも小学校 9 分、中学校 10 分であることを確認しておこう¹。

表 調整授業時数制度による授業時間短縮の最大値

	年	週	日
小学校	35 コマ ²	1コマ(45 分)	9 分
中学校	35 コマ ³	1コマ(50 分)	10 分

提言3 サキドリ校が下校時間を早めているのは、お昼の業間の短縮や、余剰時数の活用によるところが大きいことを確認しておこう。

お昼の業間の短縮や、余剰時数の過度の活用は、時間割を子どもに合わないものにするおそれがあることにも留意しよう。(図4と自由記述)

提言4 1 日あたり 9～10 分の授業時間短縮の活かし方の 1 つに、週あたり 1 コマを減らすやり方があることを知っておこう。時間割の中に 5 コマの日を 1 日増やすことができる。

表 週あたり現行 29 コマを 1 コマ減らした 28 コマの時間割

	月	火	水	木	金
1	45 分	45 分	45 分	45 分	45 分
2	45 分	45 分	45 分	45 分	45 分
3	45 分	45 分	45 分	45 分	45 分
4	45 分	45 分	45 分	45 分	45 分
5	45 分	45 分	45 分	45 分	45 分
6	ココ減らした	45 分		45 分	45 分

¹ 提言 2 は、文科省のサポートマガジン『サキドリ』(2026. 6. 30)が知内町立知内小学校の事例について次のように述べていることも念頭に置いている。「調整授業時数制度全体の活用によって下校時刻も 15～20 分程度早くなり、教材研究に充てられる時間も増えています」。

² 「制度創設に当たっては、まず、週1コマ(最大 35 コマ)程度を研究・研修等枠の上限として設定し、週時程等に計画的に組み込みつつ取り組みを進められるようにした上で、施行状況を踏まえ必要に応じて見直しを図ることが適当である」(中央教育審議会 2026:29)。

³ 同上。

提言5 1日あたり9～10分の授業時間短縮の活かし方に、小学校40分7コマ、中学校45分7コマの時間割があるが、7コマは5分休みが1つ増えて、1日あたりの授業時間短縮は4～5分にしかないことを知っておこう。

提言6 40分7コマ、45分7コマの時間割には、子どもにとっての不合理(授業展開窮屈、対話減少など)、教員にとっての不合理(授業準備増加、時間割管理複雑など)が生じるおそれがあることを知っておこう。
(図4と自由記述)

提言7 それでも40分7コマ、45分7コマの時間割が選ばれる理由の1つに、特定の教科等からまとまって調整授業時数をつまむことへの抵抗感が教職員・管理職・教育委員会において共有されていることを知っておこう⁴。

■国への提言(8・9)

提言8 特定の教科等からまとまって調整授業時数をつまむことへの抵抗感は、つまみの上限が小学校138コマ、中学校128コマであることをふまえると、次の制度補正により解消できる。それは、国が、①現行の標準時数から、小学校138コマ、中学校128コマ相当分を予め短縮して、②それに対応した学習指導要領の精選も行っておくことである。もしどうしても調整授業時数制度を導入するなら国に①と②を求めたい⁵。

表 調整授業時数制度の補正イメージ(小学5年)

	調整授業時数制度	制度補正イメージ
前提とする標準時数	1015コマ	845コマ
調整授業時数のつくり方	学校が138コマを上限に教科等のどこからつまむかを考えて定める。	国が現行標準時数から140コマを予め短縮して教育課程の「余白」をつくっておく。 学校が必要に応じて、標準時数外の調整授業時数を定める。
特徴	教科等の時数の変更と、学習指導要領にもとづく内容量の整合性を学校が保障する。	教科等の時数と、学習指導要領にもとづく内容量の整合性は845コマ内で国が保障する。
備考		調整授業時数が標準時数外になることについては、2002以降のクラブ活動・学校行事が標準時数外で行われている前例をふまえる。

提言9 もし提言8を容れることなく、どうしても調整授業時数制度を導入するならば、次の制度補正を最低限のこととして国に求めたい。国はすでに調整授業時数制度による授業時間短縮を最大

⁴ 「国語から70時間つまみました」には多くの説明が必要だが、「教科等から一律に5分ずつつまみました」であればあまり説明を要しないと考えられているようだ。

⁵ 現行の標準時数を短縮することについては、民間からの短縮提案が2024年から6件出されている。小学校については概ね140コマ、中学校については70コマを短縮することについては、教職員の賛成の声が大きい。

で小中学校に35コマ認めていることをふまえて、小5～中3の標準時数1015コマを980コマに改めること。

表 標準時数の短縮

2017 標準時数

	1 年	2 年	3 年	4 年	5 年	6 年
年時数	850	910	980	1015	1015	1015

国が実質的に認めている短縮

年時数	815	875	945	980	980	980
短縮	35	35	35	35	35	35

現場が求めている短縮(標準時数と教育課程研究会2026)

年時数	700	735	805	840	875	875
短縮	150	175	175	175	140	140

■教育界全体への提言(10)

提言10 国は標準時数を 35 時間短縮することを実質的に認めつつあるが、2つの問題がある。1 つは、学校裁量で標準時数を教員の研修・研究に充てることがその条件になっており、学校には負担が大きい。2つは、カリキュラム・オーバーロードの解消という喫緊の課題に対処するためには、その短縮幅は小さすぎる。現場が求めている短縮(小5～6が140コマ、中1～3が70コマ)を国には改めて求めるとともに、すべての子どもが安心して充実した生活と学習ができる時間割のあり方について、これまで以上に議論を拡げて深めていくことを提案したい。

Ⅲ.結果—図1～10

図1 調整授業時数制度の仕組みを知っているか(問4-1)



図2 調整授業時数制度は「多様な子供たちを包摂する柔軟な教育課程編成」を達成できるか
(問4-2)

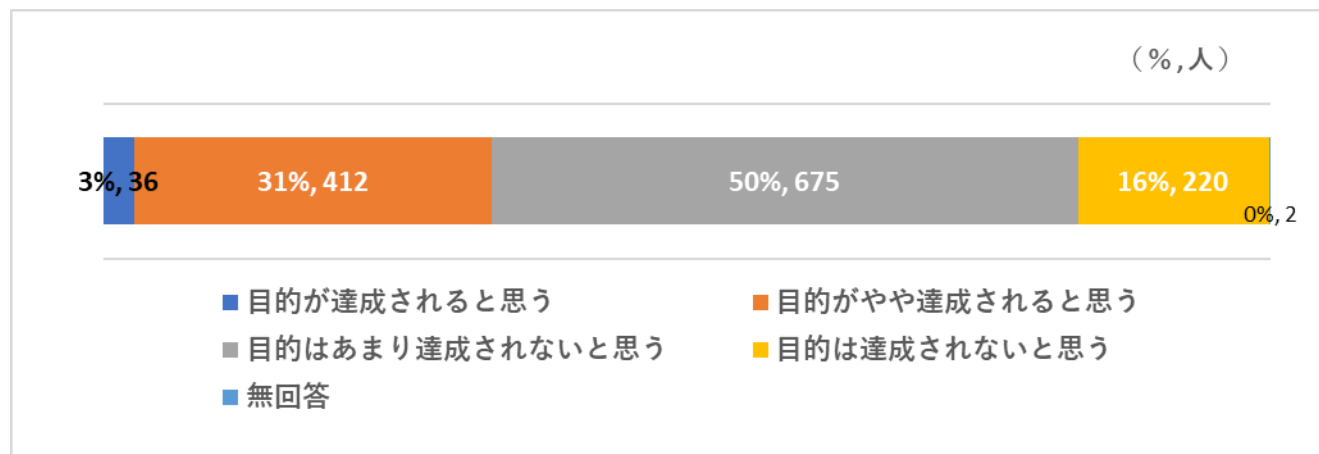


図3 それぞれの時間割は子どもの生活に合っているか—5・6期経験223人の回答
(問5-1, 6-1, 7-1, 8-1)

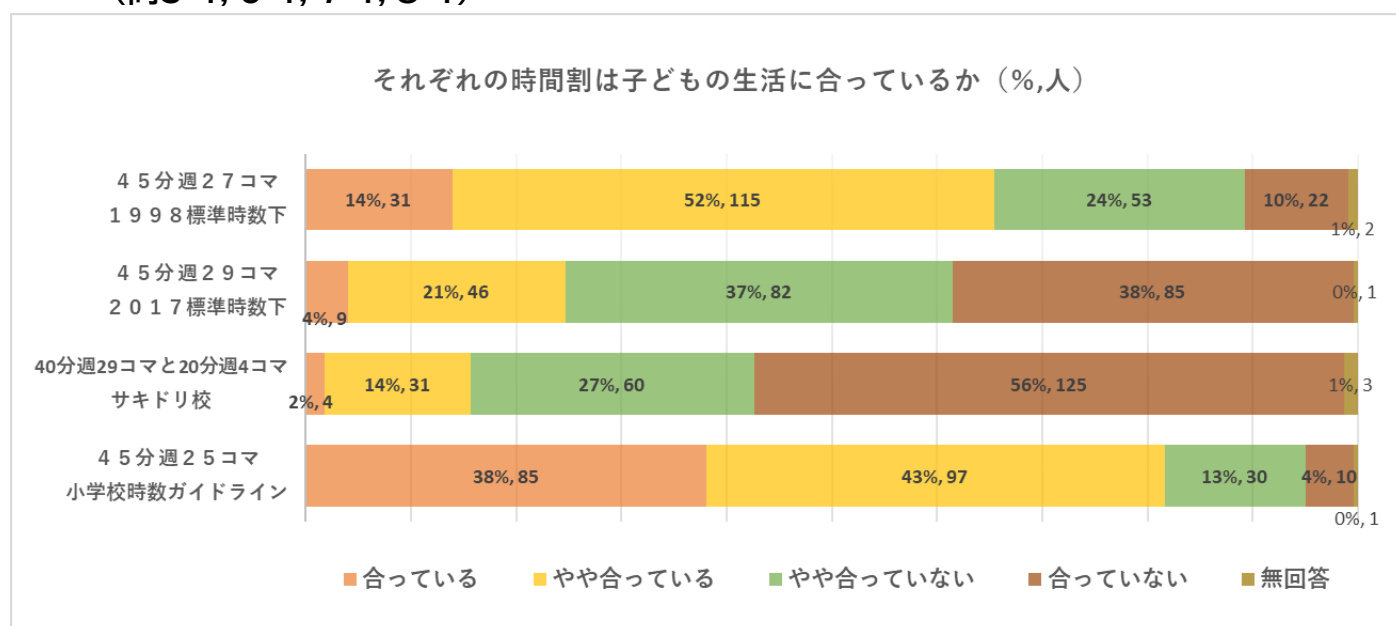


図4 それぞれの時間割は子どもの生活に合っているか—4期経験431人の回答
(問5-1, 6-1, 7-1, 8-1)

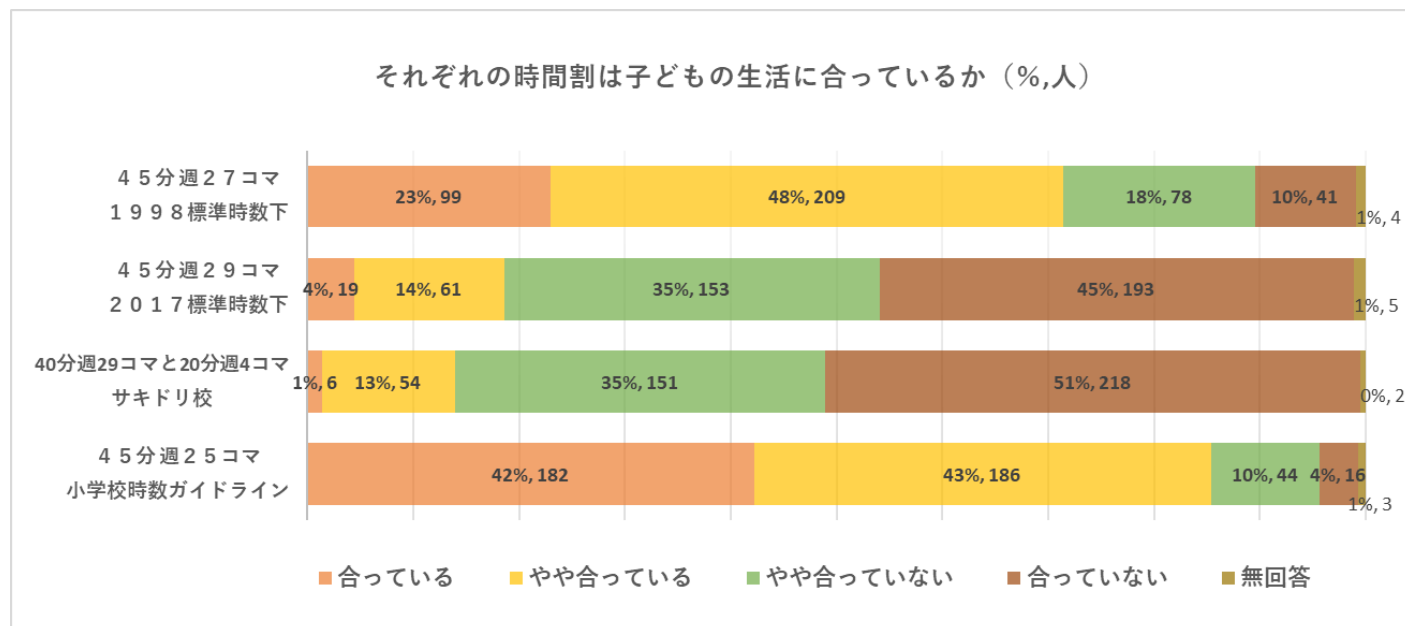


図5 それぞれの時間割は子どもの生活に合っているか—3期経験343人の回答
(問5-1, 6-1, 7-1, 8-1)

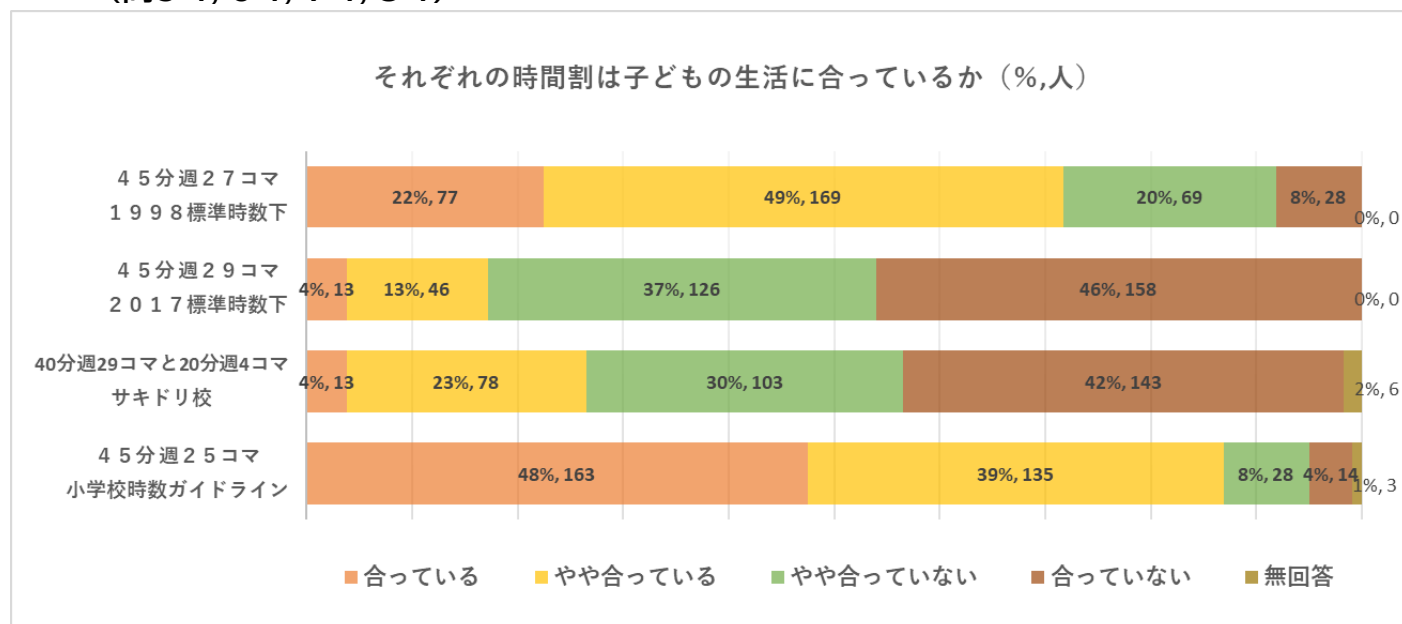


図6 それぞれの時間割は子どもの生活に合っているか—2期経験228人の回答
(問5-1, 6-1, 7-1, 8-1)

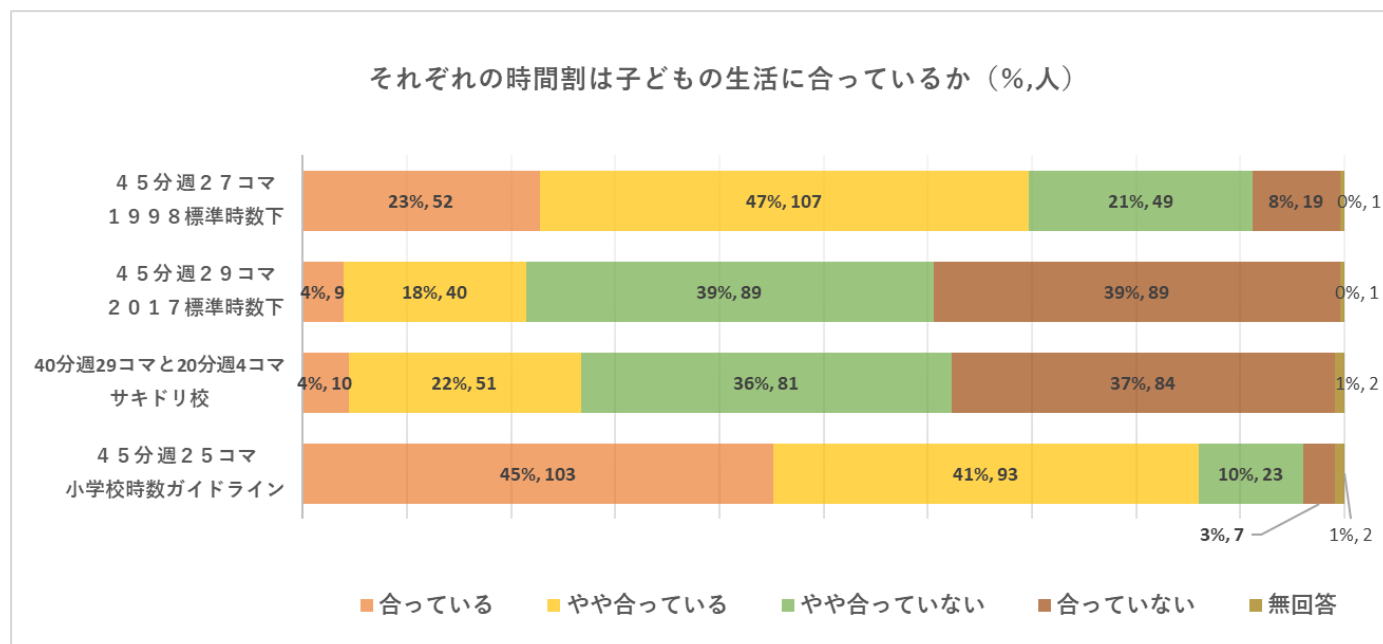


図7 それぞれの時間割は子どもの生活に合っているか—1期経験120人の回答
(問5-1, 6-1, 7-1, 8-1)

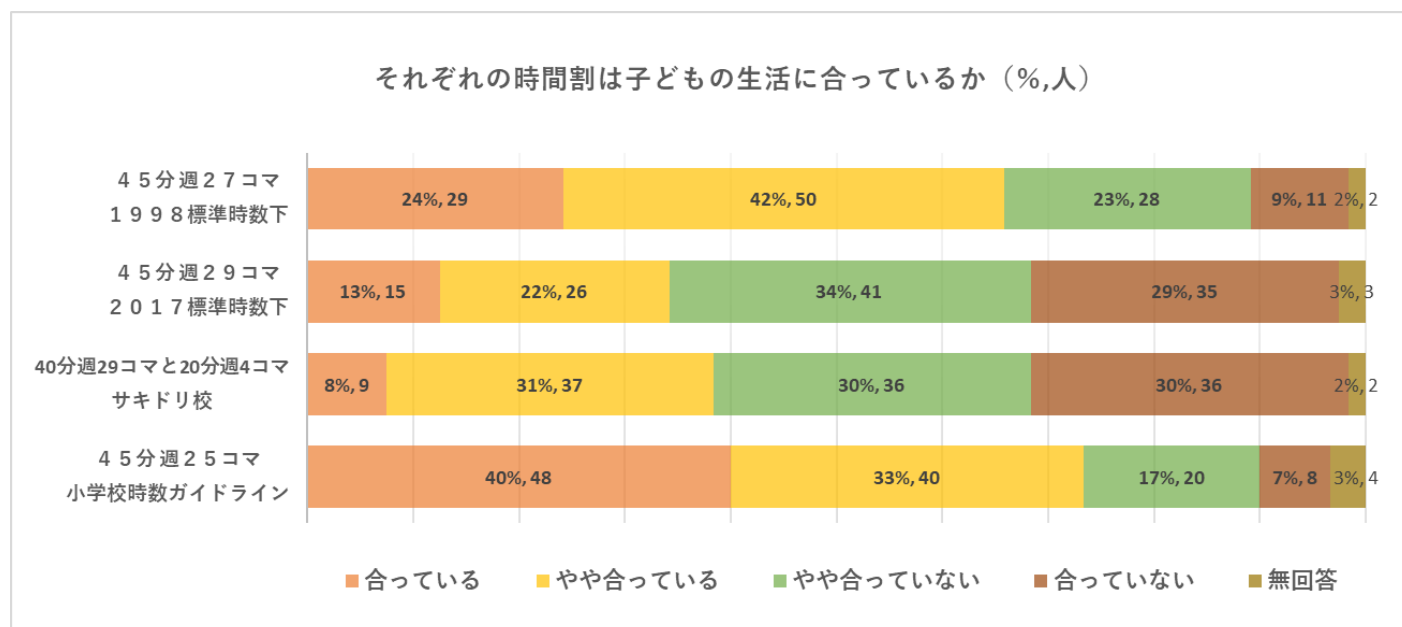


図8 それぞれの時間割は子どもの生活に合っているか—公立小学校等勤務全体1345人の回答
(問5-1, 6-1, 7-1, 8-1)

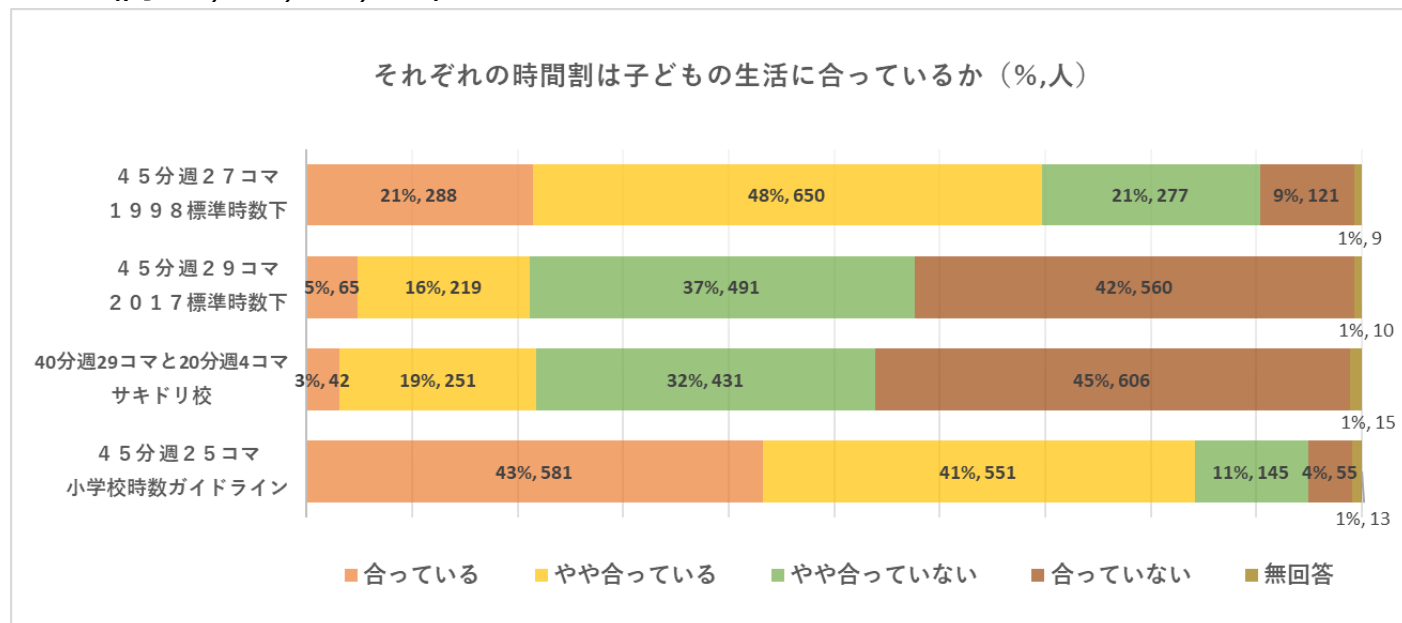


図9 中教審における情報の領域(仮称)の30～35コマの確保の仕方を知っているか(問9-1)

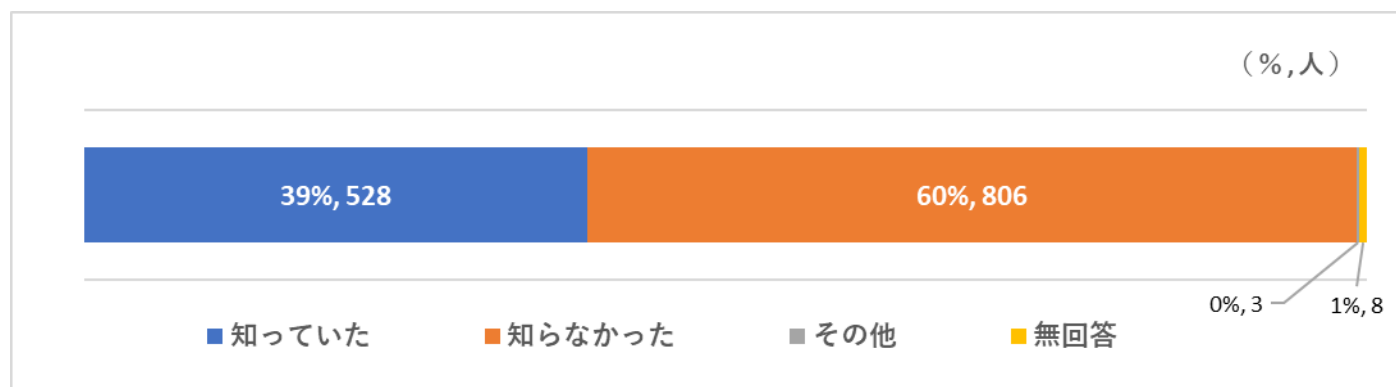
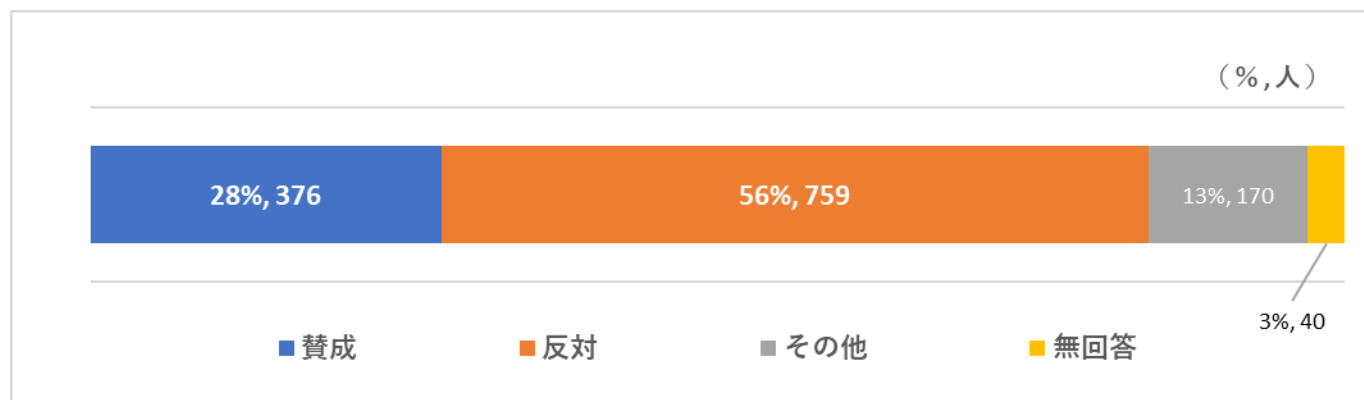


図10 小3・4年に30コマ、小5・6年に35コマの情報の領域(仮称)を新設することに賛成か
(問9-2)



IV. 結果の考察

1. 主な質問

4つの時間割を示して、それぞれの時間割が子どもに合っているかを聞いた。

1つ目 1998標準時数下の小6の時間割（2002～2010年度）

	月	火	水	木	金
1(8:30～)	45分	45分	45分	45分	45分
2	45分	45分	45分	45分	45分
3	45分	45分	45分	45分	45分
4	45分	45分	45分	45分	45分
(12:00～13:20) 給食・昼休み・掃除					
5	45分	45分		45分	45分
6(～14:55)	45分	45分		45分	

※第1コマの開始時間は3つ目の時間割に合わせた。

2つ目 2017標準時数下の小6の時間割（2020年度～）

	月	火	水	木	金
1(8:30～)	45分	45分	45分	45分	45分
2	45分	45分	45分	45分	45分
3	45分	45分	45分	45分	45分
4	45分	45分	45分	45分	45分
(12:00～13:20) 給食・昼休み・掃除					
5	45分	45分	45分	45分	45分
6(～14:55)	45分	45分		45分	45分

※第1コマの開始時間は3つ目の時間割に合わせた。

3つ目 「サキドリ事例紹介・時間割」小6(2026年度)

2026年6月30日に文科省がサポートマガジン『サキドリ』で最初に事例紹介したサキドリ研究校の時間割(以下、「サキドリ事例紹介・時間割」)。知内町立知内(しりうち)小学校。授業時間の45分を40分にして、つまんだ時間を調整授業時数として次の時間に充てている。

- | | |
|--------------|-----------------------|
| A 上乗せ | 算数の時間を毎週20分2コマ |
| B 新設教科 | 実施していない |
| C 裁量(学習枠) | マイプランニング学習として毎週20分2コマ |
| D 裁量(研修・研究枠) | 放課後に実施 |

月	月	火	水	木	金
1(8:30～)	40分	40分	40分	40分	40分
2	40分	40分	40分	40分	40分
3	40分	40分	40分	40分	40分
4	40分	40分	40分	40分	40分
5	40分	40分	40分	40分	40分
(12:25～13:25) 給食・昼休み					
6	20分	20分		20分	20分
7(～14:25)	40分	40分		40分	40分

※1つ目2つ目の時間割より最終コマ終わりが30分早いのは次の理由による。

- 1 つまんだ30分(5分×6)を時間割では20分授業にしかあてていない。授業10分短縮。
- 2 昼の掃除を省略して、お昼の業間を1つ目2つ目の時間割より20分短縮。
- 3 午後の20分と40分の間の休みを省略。

【補足】緊急アンケートの質問紙では以下のことは割愛した

『サキドリ』は、「調整授業時数制度全体の活用によって下校時刻」が「早くなり、教材研究に充てられる時間も増えている」とするが、「早くなる」のはなぜか。上記1・2・3のほか次のことがある。

- 4 要するに、早くなった30分の中の20分は、「2」によるから、調整授業時数によるものではない。
- 5 「1」も差し引いて考える必要がある。調整授業時数制度による授業短縮は、D 裁量(研修・研究枠)でしか行えない。同校はD枠を「年間20コマ程度」なので、 $45 \times 20 = 900$ 分が年授業短縮。1日あたりの授業短縮は5分。あと5分の授業短縮は、余剰時数を活用しているのだろう。
- 6 さらに、7時間授業は、6時間授業より5分休みを1回増やすが、同校では「3」により省略している。1日あたりの授業短縮5分は、本来は5分休みの増加により相殺されていたものである。
- 7 まとめて、下校時刻が30分早くなった内訳は、20分がお昼の業間の短縮、5分が余剰時数の活用、5分が5分休みの割愛、によるもので、調整授業時数制度によるところは0分になる。

1日あたりの2つの時間割の比較(分)

	授業時数	お昼の業間	中休み	5分休み	計
2017標準時数下の時間割	$45 \times 6 = 270$	80	20	15	385
2026サキドリの時間割	$40 \times 6 + 20 = 260$	60	20	15	355
	-10	-20	0	0	-30

4つ目 2026学校時数ガイドラインの時間割(民間の標準時数と教育課程研究会が提案)

	月	火	水	木	金
1(8:30～)	45分	45分	45分	45分	45分
2	45分	45分	45分	45分	45分
3	45分	45分	45分	45分	45分
4	45分	45分	45分	45分	45分

(12:00～13:20) 給食・昼休み・掃除

5(～14:05)	45分	45分	45分	45分	45分
-----------	-----	-----	-----	-----	-----

※第1コマの開始時間は3つ目の時間割に合わせた。

2. 4期経験の教員の見解—図4から

4期経験の教員431人が、4つの時間割について、どのような評価をしたのかを見てみたい。4期経験は、現在48～57歳。標準時数制度と時間割の変更が子どもに及ぼす影響について、タイプの異なる標準時数下の教育課程の経験をふまえた評価が可能な教員群である(図11)。標準時数のタイプには、毎日5コマの「第1次ゆとり型」(1977と1989)や毎日ほぼ6コマの「肥大型標準時数型」(1968と2017)ほかがある(表1)。

1) 毎日5コマの時間割は子どもに「合っている」「やや合っている」が約9割

2026学校時数ガイドラインの毎日5コマの時間割について、368人85%が子どもに「合っている」「やや合っている」と回答した。

5・6期経験は182人82%、3期経験は298人87%、2期経験は196人86%、1期経験は88人73%、全体では1132人84%だった。毎日5コマの時間割については、いずれの世代においても子どもに合っていると考える教員が多いことが改めてわかった⁶。

2) ほぼ毎日6コマの時間割は子どもに「合っていない」「やや合っていない」が8割

2017標準時数下のほぼ毎日6コマの時間割について、346人80%が子どもに「合っていない」「やや合っていない」と回答した。

5・6期経験は167人75%、3期経験は284人83%、2期経験は178人78%、1期経験は76人63%、全体では1051人78%。毎日ほぼ6コマの時間割については、いずれの世代においても子どもに合っていないと考える教員が多いことが改めてわかった⁷。

3) 「サキドリ事例紹介・時間割」は子どもに「合っていない」「やや合っていない」が約9割

「サキドリ事例紹介・時間割」について、369人86%が子どもに「合っていない」「やや合っていない」と回答した。

5・6期経験は185人83%、3期経験は246人72%、2期経験は165人72%、1期経験は72人60%、全体では1037人77%。

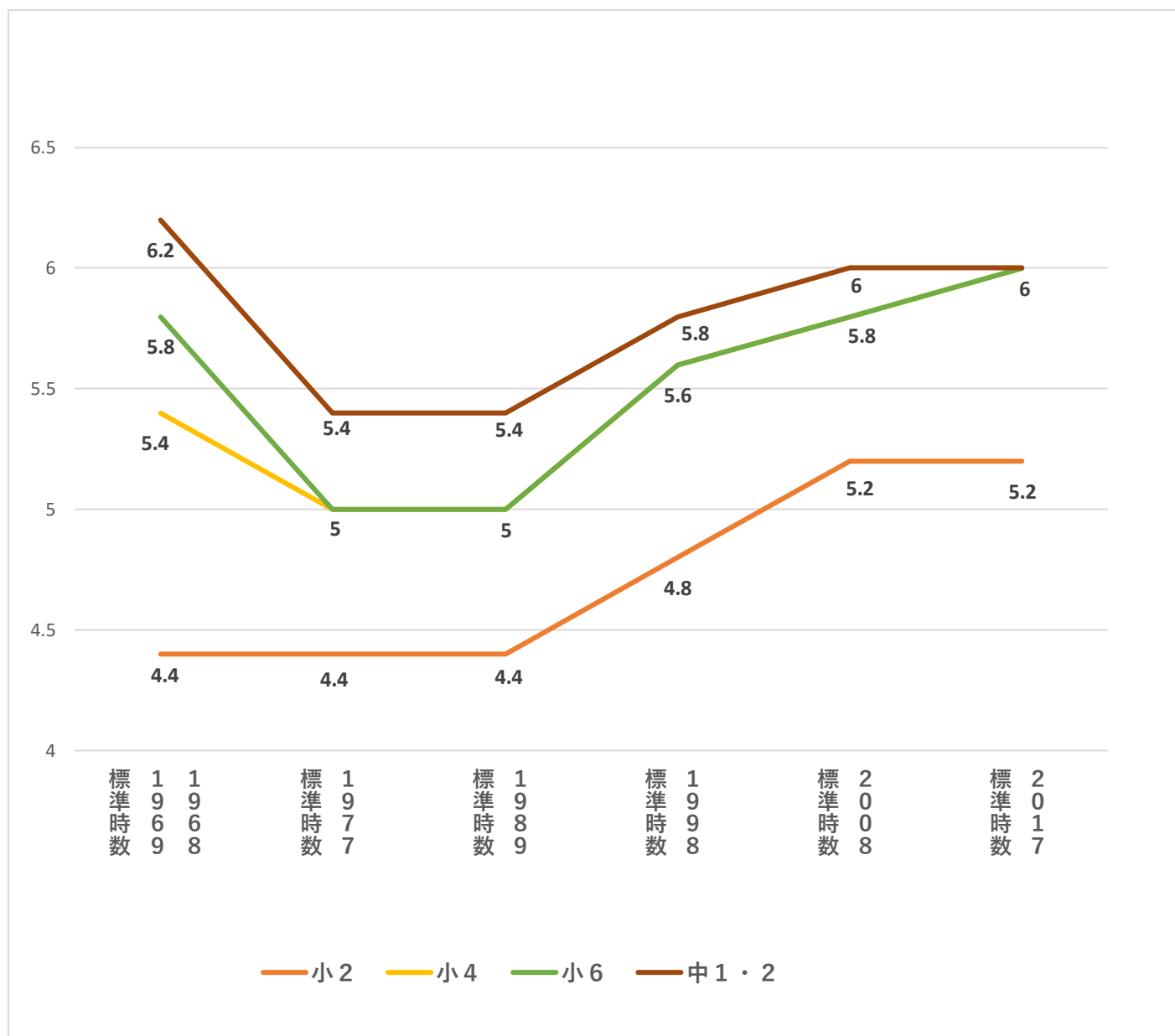
サキドリ校では調整授業時数制度を先取りして試行することが可能になっているが、国が最初に事例紹介したサキドリ校の時間割が、このように低い評価となったのはなぜだろうか。

⁶ 大森研究室による2025年の調査では、平日1日授業が5コマ、5.6コマ、5.8コマ、6コマの標準時数下の教育課程について、「子どもの生活に合っているか」を尋ねている。4期経験の場合、「合っている」「やや合っている」の回答数と割合がもっとも高かったのは5コマの標準時数下だった。374人で77%。

⁷ 大森研究室による2025年の調査では、4期経験の場合、「合っていない」「やや合っていない」の回答数と割合がもっとも高かったのは6コマの標準時数下だった。437人で90%。

表1 平日1日時数の変遷

大森「シンポジウム報告」『公教育計画研究』(17)2024:88



3.「サキドリ事例紹介・時間割」の評価が低いのはなぜかー自由記述から

この問いに応じるため、「サキドリ事例紹介・時間割」についての、4期経験の自由記述を見てみたい。

1)子どもに合っていると回答した6人の理由

「サキドリ事例紹介・時間割」について、4期経験は6人(1%)だけが子どもに「合っている」と回答している。その中の2人に自由記述がある。

1件目は、「児童の拘束時間が少なくなる」である。2件目は、「本校でも行っていて、子どもは早く下校できるだけでなく、自分に合わせた学習ができる。さらに、教師にとっても、教材研究の時間ができるため」である。

2件とも、子どもに「合っている」理由として、他の時間割より最終コマ終わりが30分早いことに着目している。2件目には、毎週20分2コマのマイプランニングへの好感もあり、さらに、30分早いことが「教材研究の時間」確保につながることへの着目もあった。

2)子どもに合っていないと回答した218人の理由

「サキドリ事例紹介・時間割」について、4期経験は218人(51%)が子どもに「合っていない」と回答している。そ

の中の131人に自由記述がある。子どもに合っていないという評価を下した理由の中には次のことがあった。

5 分つまむことへの懸念

「内容は減らしていないのに、全ての時間帯で 5 分を短縮する理由が分からないから」

A 枠と C 枠による 20 分授業への懸念

「二十分はドリルの時間にしかない」

午前中 5 コマが子どもに合っているか

「一見、早く帰れていいようだが、午前中に 5 コマもつめこまれており、しんどいと思う」

給食が遅いことへの懸念

「給食が 12 時半を回るのは、現実的ではない」

「朝もバタバタ起き、朝ごはんも食べない子が増えている中で、午前中に五時間の学習を入れるのは無理です。不登校がもっと増えると思います」

「給食時間が 12 時 25 分からという事は準備をして給食を食べ始める実際の時間はさらに遅くなることになる。という事は、一般的な社会人よりもお昼ご飯を食べる時間が遅くなり・・・さらに共働きや家庭環境の変化によって昔よりも朝ご飯を食べてこない児童が増えてきている昨今の状況では、この日課はほぼ虐待的な日課と言える」

昼の時間短縮や 5 分休みカットへの懸念

「『休憩』や『昼休み』が十分に確保されない時間割は、子どもも教職員も疲弊します。子どもたちどうしの『自由なかわり』の時間(現在は『昼休み』や『中休み』があてはまる)を奪うことについても、『学校の役割』という視点から考えると、非常に危ういと考えます」

「給食後、昼休みがほとんど取れません。子どもたちのストレスもたまりそうです」

7 時間授業への懸念

「コマ数が多いと子どもたちはより疲弊する」

「7 時間はきつい」

時間割全体への疑問

「休み時間や給食時間も削って、7 時間にする意味が分からない」

「標準授業時数の 1015 時間を、何とかこなすために 5 分という短い時間を集めて、分単位で学習活動を行わなければならない、さらに子ども教職員も多忙になると考える」

3. 情報の領域を新設することには56%が反対—図 10 から

小 3・4 年に 30 コマ、小 5・6 年に 35 コマの情報の領域(仮称)を新設することへの賛否も聞いた。賛成は 376 人で 28%、反対は 759 人で 56%だった。56%が反対している理由は何だろうか。山本淳「AI 時代の教育5つの提言」(2026 年 8 月 26 日公表)の中に、次の言葉があり、手がかりになりそうである。

次期小学校学習指導要領では、「情報の領域」が特設されようとしている。・・・しかし、学校現場では「このまま ICT 教育の推進を続けてよいのだろうか?」「今の子どもに必要なのは、もっと他のことではないだろうか?」と

いう疑念を抱く教員が少なくない(山本2026:1)。

「情報の領域」の特設がこのまま実施され、子どもの到達度が評価されるようになれば、ICT スキルを身につけさせるために多くの時間が費やされることになる。限られた学校時間を、そこに費やす意味はどれほどあるのだろうか(山本2026:9)。

4. 調整授業時数制度の目的の達成に66%が懐疑的—図2から

調整授業時数制度は「多様な子供たちを包摂する柔軟な教育課程編成」を目的に掲げているが、この制度がその目的を達成できるかも聞いた。「達成されると思う」が36人、「やや達成されると思う」が412人で、合わせて33%。「あまり達成されないと思う」が675人、「達成されないと思う」が220人で、合わせて66%だった。

目的の達成に66%が懐疑的な理由には次のこともありそうだ。調整授業時数制度には、複雑で理解が難しい側面があること。裁量(研修・研究枠)の上限が35コマであることが中教審で示されたのが2026年7月8日であり、人々の理解が時間的に追いつていない。また、「多様な子どもを包摂する柔軟な教育課程編成」という文言についても理解が難しいところがあること(「包摂」はInclusiveの日本語訳ではなく、Equity(公正)を文科省が「多様性の包摂」と日本語訳していること等)。

著者

■大森直樹

東京学芸大学現職教員支援センター機構教授

1965年7月31日東京生 教育史

<https://www2.u-gakugei.ac.jp/~omoriken/>

調整授業時数制度と時間割に関する調査—結果と提言

2026年8月27日

著者 大森直樹

発行所 東京学芸大学大森直樹研究室

〒184-8501 東京都小金井市貫井北町4-1-1

Tel :042-329-7350

Fax :042-329-7350

謝辞 本調査の企画と取り纏めに際しては、金親里美さん、矢定辰大さんをはじめとして多くの方々のご協力を得た。ここに記して謝意を表したい。