「教頭になってよかった」と思える瞬間を増やす

― 忙しさの中にある「この仕事でしか見えない景色」 ―

教頭の仕事は忙しい。それは変わりません。でも、職員が育ったとき、子供が変わったとき、相談してもらえたとき、保護者や地域と心が通じたとき、「教頭でよかった」と思える瞬間があります。最終回は、そんな瞬間を偶然に任せず、意識して見つけ、記憶に残し、周囲と分かち合うための5つの見方をまとめます。忙しさを否定するのではなく、その中にある教頭ならではの景色を見失わないための仕事術です。

工夫1 「終わった仕事」より「変わった人」を見る

- 一日の終わりに変化を思い返す。
- できなかったことだけで評価しない。
- 今日変わった姿を一つ記録する。

工夫2 相談されたことを「信頼」と捉える

- 話してくれた意味に目を向ける。
- 一人で抱えず支援につなぐ。
- 誰につなぐかを考えて動く。

工夫3 職員・子供の成長を記憶に残す

- 小さな出来事を一行メモする。
- 自分が関わった意味も振り返る。
- 月に一度読み返す。

工夫4 自分一人の成果にしない

- 関わった人の名前を先に挙げる。
- 本人・職員・家庭と一緒に喜ぶ。
- 人が活躍できたことを成果にする。

工夫5 「楽しい」を口にする

- 今日うれしかったことを伝える。
- 事実としてよかったことを共有する。
- 忙しかっただけで一日を閉じない。

明日、ちょっとやってみよう

1 一日の終わりに変化を思い返す。
2 話してくれた意味に目を向ける。
3 小さな出来事を一行メモする。
4 関わった人の名前を先に挙げる。
5 今日うれしかったことを伝える。



参考資料・出典（実践・解説①・解説②共通）

・全国公立学校教頭会『令和8年度全国公立学校教頭会 Web用・集計結果（小・中）』『令和8年度全国公立学校教頭会 Web用・集計結果（義務・一貫）』設問14・15（やりがい・負担）。全校種計21,512人の回答を合算。
・教職員支援機構『教職員が育つ学校づくり～校内OJTの考え方と進め方～』校内研修シリーズNo.103（令和3年12月14日）。

具体的な手順・声掛け・想定場面は、参考資料を踏まえた独自の実践提案です。

「教頭になってよかった」と思える瞬間を増やす

― 忙しさの中にある「この仕事でしか見えない景色」 ―

工夫1〜3：関わりの意図と具体的な進め方

工夫1 「終わった仕事」より「変わった人」を見る

一日の終わりに、処理した件数ではなく、人や学校の変化を一つ思い返します。予定表の余白に一言だけ書くだけでも、振り返る習慣になります。教頭としての手応えを見つけやすくなります。「今日できなかったこと」だけで一日を評価しないようにします。帰る前に「今日、人や学校が変わったこと」を一つ思い出します。
例えば「予定外の電話が多く仕事が進まなかった日」でも、相談した職員が次の動きを決められたなら、その変化を一つ残します。成果を無理に探す必要はありません。処理件数と人の変化を別々に見ることで、自分の仕事を一つの物差しだけで評価しないようにします。

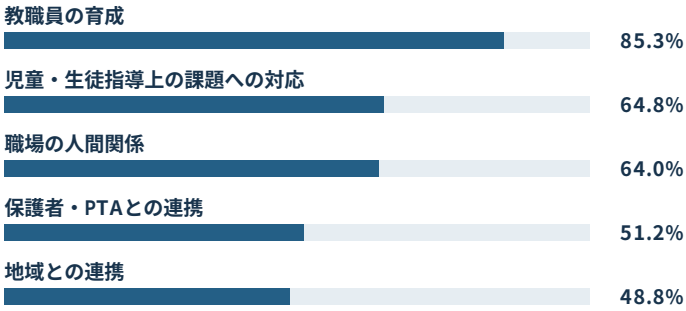
工夫2 相談されたことを「信頼」と捉える

相談が増えると忙しくなるが、「この人なら話せる」と思われている証でもあります。相手がなぜ自分に話したのか、その信頼の意味にも目を向けます。頼られる意味を忘れません。抱え込まず、必要な人につなぐことも信頼に応える方法です。
相談されたとき、「頼られた意味」を一度考えてから動きます。
相談を受ける喜びと負担は同時にあります。引き受ける範囲、今すぐ対応すること、別の人につなぐことを整理し、必要なら次の時間を約束します。「信頼されているのだから断れない」と考えず、校長と分担を相談します。頼られる関係を長く続けるには、自分の時間も守る必要があります。

工夫3 職員・子供の成長を記憶に残す

小さな変化やうれしかった出来事を短くメモします。数字では測れない変化ほど、短い言葉で残しておきます。大変な日に、自分の仕事の意味を思い出せます。自分が関わった意味を思い出す「やりがいメモ」になります。うれしかった出来事を一行だけ残し、月に一度読み返します。
メモは「誰の、何が、どう変わったか」を一行にし、個人情報は必要最小限にします。公務の情報を私物の端末や個人用サービスに無断で保存せず、校内のルールに従います。実名を残さなくても、自分が大切にした関わりや、次も続けたいことは記録できます。

全公教調査から



令和8年度 全校種計21,512人・複数回答
数値の出典は下部の参考資料欄を参照。

調査は教頭の職務への受け止めを示すものです。ここで紹介する工夫の効果を実証した調査ではありません。

参考資料・出典（実践・解説①・解説②共通）
・全国公立学校教頭会『令和8年度全国公立学校教頭会 Web用・集計結果（小・中）』『令和8年度全国公立学校教頭会 Web用・集計結果（義務・一貫）』設問14・15（やりがい・負担）。全校種計21,512人の回答を合算。
・教職員支援機構『教職員が育つ学校づくり〜校内OJTの考え方と進め方〜』校内研修シリーズNo.103（令和3年12月14日）。

具体的な手順・声掛け・想定場面は、参考資料を踏まえた独自の実践提案です。

「教頭になってよかった」と思える瞬間を増やす

― 忙しさの中にある「この仕事でしか見えない景色」 ―

工夫4・5：関わりを続ける工夫と場面別の判断

工夫4 自分一人の成果にしない

学校がよくなったときは、関わった職員、保護者、地域と一緒に喜びます。成果の中心にいた職員を言葉にして認め、一緒に喜びます。教頭の仕事は、人をつないで成果を生む仕事と考えます。自分が目立たなくても、人が活躍できたことを成果と考えます。成果が出たら、自分ではなく関わった人の名前を先に挙げます。
「担任が声を掛け、養護教諭が居場所を整えたので、子供が相談できた」のように関わりを言葉にします。教頭の成果は自分が直接解決した件数だけではありません。役割がつながり、担当者が無理なく動けるようになったことも、学校を支える仕事として振り返ります。

工夫5 「楽しい」を口にする

「今日はうれしかったね」「この仕事、面白いね」と職員に伝えます。管理職が喜びを言葉にすると、職員もよい出来事に気付きやすくなります。管理職の言葉が、学校の空気を少しずつ変えます。無理に明るく振る舞うのではなく、事実としてよかったことを共有します。「忙しかった」だけでなく「今日はここが面白かった」を一度口にします。
「楽しかった」を大げさに探さなくて構いません。少し安心した、少し前に進んだ、誰かが笑った、という小さな手応えを拾います。やりがいを感じられない時期があっても構いません。そんなときほど、過去の記録や周囲の言葉から自分の仕事の意味を借ります。
明るく振る舞うことを自分や職員の義務にしません。よい出来事を短く共有するとともに、困っていることも話せる関係を大切にします。疲れが続くときは、やりがいの見付け方だけで乗り切ろうとせず、校長に業務量や分担を相談し、休養や必要な支援につなげます。

場面で考える（想定例）

仕事の手応えが見つからない日が続いたら

無理に前向きな言葉を探さず、まず業務量、休めているか、相談相手がいるかを確かめます。校長と優先順位や分担を整理し、一つでも手放せる仕事を探します。余裕が戻ってから、職員や子供の小さな変化を振り返ります。やりがいは、疲れを我慢するための材料にしないことが大切です。

自校で試し、確かめる

実践ページの五つの工夫から、今の学校で取り組めるものを一つ選びます。誰に、どの場面で働き掛けるかを具体化し、一週間程度を目安に、本人や関係者と変化を確かめます。続ける点と変える点を一つずつ決め、記録を増やし過ぎずに次の実践へつなげます。

振り返りの問い

- 本人の考えや希望を確かめたか。
- 教頭と担当者の役割は明確か。
- 続けること・変えることは何か。



参考資料・出典（実践・解説①・解説②共通）
・全国公立学校教頭会『令和8年度全国公立学校教頭会 Web用・集計結果（小・中）』『令和8年度全国公立学校教頭会 Web用・集計結果（義務・一貫）』設問14・15（やりがい・負担）。全校種計21,512人の回答を合算。
・教職員支援機構『教職員が育つ学校づくり～校内OJTの考え方と進め方～』校内研修シリーズNo.103（令和3年12月14日）。

具体的な手順・声掛け・想定場面は、参考資料を踏まえた独自の実践提案です。