大阪府改善府立學校教師工作環境

駐大阪辦事處（派駐人員）

為改善府立學校教師超時工作的問題, 大阪府教育委員會致力推動「工作方式改革」，透過維護及增進每位教師的身心健康，並確保其能有足夠時間與學童互動及進行自我進修，藉此維持並提升學校教育的品質。

大阪府於 2020 年 4 月制定府立學校教育職員工作量適當管理規則，將教師加班及在校時間的上限原則上定為每月 45 小時、每年 360 小時。但是 2025 年對教師實施之調查結果顯示，仍有 680 名教師的年度校內加班等工時超過 720 小時，超時工作的主要原因有：班導師工作、行政庶務、社團活動指導等，佔了許多時間,顯示教師授課、備課以外之業務有需減量之空間。

針對工作超時之原因，大阪府教育委員會實施以下措施：

1. 設定教師在校時間：

教職員的工作時間原則為上午 8 時 30 分至下午 5 時，部分教師視課程等情況而調整。非工作時間、假日及學校休校日期間，電話將無法接通，於隔日或之後的工作時間內再聯繫。

此外，若需緊急處理，建議家長聯繫警察、消防等專業機構。所有學校每週均實施一次以上的全校統一準時下班日，若需於上學開始時間前或最後放學時間後留在校內，須經校長特別許可。另外社團活動均規定每年須有 104 天以上的休息日數。

2. 提高通訊科技（ICT）的應用：

強化府立學校現有網路、系統等的運作功能，推動「一人一面板」政策，支援教職員；透過系統雲端化及教師用終端設備的無線化與輕量化等措施，完善校務運作中的 ICT 環境；導入數位評分系統，在入學選拔中導入線上報名制度等。

3. 善用多元人才：

具體做法包括推動多元人才的配置、加強與專業機構的合作，並以團隊形式共同打造學校。配置及派遣教師業務支援員，協助

教師承擔特殊任務、指導社團活動、外語輔助教學、與相關機構、地區、市町村等進行協調與溝通等工作。

由於上述措施亦需家長們的支持及配合，大阪府教育委員會將透過學校加強對家長的說明,宣導,共同解決教師超時工作的問題。

撰稿人/譯稿人：黃冠超

資料來源：大阪府教育委員會官網 2026 年 9 月 18 日

https://www.pref.osaka.lg.jp/o180100/kyoshokuink/hatarakikata/index.html

國家教育研究院 National Academy for Educational Research ER