

方 面	令和 8 年度熊本地震	(1 面)
1 師 団	自衛隊統合防災演習	(2 面)
12 旅 団	旅団長着任行事	(3 面)
1 施設 団	施設団長着任行事	(4 面)
東 混 団	上級陸曹教育課程総合訓練	(5 面)



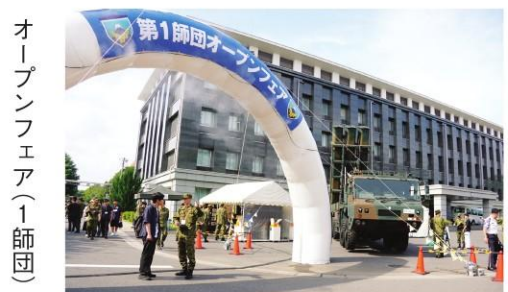
令和 8 年 9 月 2 5 日 第 1 1 0 0 号

総監統率方針「強靱な東部方面隊の創造」
総監要望事項「一隅を照らせ」

陸上自衛隊東部方面隊広報紙
発行所：方面総監部広報室
住 所：東京都練馬区大泉学園町
専用線：8-37-2446

第4回東方ZEPPIN! カップ“麺料理” 「映える」9 杯が「味」の本選へ

方面隊は6月15日から「第4回東方ZEPPIN! N! カップ」を実施中である。今回は「隊員に喜ばれる麺料理」をテーマとして、7月末までの予選では管内の34個駐屯地が趣向を凝らした献立を考案し、隊員による写真投票、いわゆる「映え」の良さを競い合い、本選には次の9品が勝ち進んだ。▼大規模駐屯地の部「深谷ネギ薫る」朝霞勾玉ラーメン全部のせ」市ヶ谷ZEPPIN!濃厚つけ麺」▼中規模駐屯地の部「三宿・3種のよくばりつけ麺」魚介とんこつ×ピリ辛×鶏白湯 味変は無限大」▼志津タンタン麺」ズるっと一本チャーシュー麺(勝田)「スタから味噌ラーメン(土浦)」▼小規模駐屯地の部「横濱プライド」家系炙りチャーシュー」新潟青脂醤油ラーメン(新発田)」「信州味噌バターラーメン(松本)」本選は「味」の真剣勝負。10月からの2か月間、各駐屯地食堂でレシピが再現され、喫食隊員全員の実食評価をもって、駐屯地規模ごとの「絶品の一杯」が決定する。



オープンフェア(1師団)

体験航海(護衛艦はまぎり)

オープンベース(百里基地)

サマーフレンドシップ・キャンペーン 陸海空自衛隊が魅力発信

方面隊は7月1日から8月31日の間、サマー・フレンドシップ・キャンペーン(通称サマキャン)を実施した。本事業はさまざまなイベントを通じて、自衛隊の「魅力」親しみやすさ」を発信することを目的としたもので、部隊と地方協力本部が連携し、各駐屯地において見学ツアーや職種説明会等の多彩なイベントを開催した。

【陸上自衛隊】総監部は7月4日、朝霞駐屯地において「陸上自衛隊2026」を実施した。高校生以上の募集対象者に対して、駐屯地全体を活用したオリエンテーリングを行い、各職種の見学・体験のほか、体験喫食、隊員との懇談を実施した。

第1師団では8月22日・23日の両日、練馬駐屯地において「第1師団オープンフェア」を開催した。イベントでは、装備品展示、オフィスツアー、体験試食、処遇等の説明を実施するとともに、若手隊員が参加者一人一人に対してマンツーマンで丁寧な案内を行い、参加者の興味や関心に応じた具体的なキャリアパスを提示した。

第12旅団では「自衛隊プロフェッショナル・ジョブ・フェア」を開催し、陸上自衛隊の魅力リアルに発信することができた。

各イベントの参加者からは「陸上自衛隊の職種の幅の広さを知ることができ、職業選択の一つにすることができた」との前向きな声が多数聞かれ、自衛官としての将来像を思い描く良い機会となった。

8月19日、第2術科学校で行われた体験宿泊には約20人の学生らが参加した。

【海上自衛隊】横須賀地方総監部が実施した横須賀基地見学、護衛艦「はまぎり」や特務艇「はしたて」等の体験航海及び第2術科学校における体験宿泊に学生らが参加した。

7月28日から8月5日の間に行われた横須賀基地見学には約150人の学生らが参加した。参加者は普段入ることのできない艦橋等を見学し、視界の広さに驚いていた。

7月19・20日及び8月22・23日に行われた体験航海には約700人の学生らが参加した。参加者は船上からの景色を染しむとともに、出入港の際の作業等、普段見ることのできない海上自衛隊の現場を肌で感じていた。

8月19日、第2術科学校で行われた体験宿泊には約20人の学生らが参加した。

【航空自衛隊】8月6日、百里基地で「オープンベース」が開催され、各地方協力本部が見学者を募り、F-2戦闘機や救難機等の装備品展示をはじめ、体験喫食、広報資料館の見学、隊員との懇談等、さまざまな体験・見学を実施した。特に装備品展示では、展示された航空機の油圧計器類や搭載する武器・弾薬に参加者は興味深々であった。また茨城地本が開設した募集ブースでは、VR体験や制服試着体験等、航空自衛隊と連携した募集活動を行った。東方管内からは約250人が参加し、航空自衛隊に対する関心の高さが伺えた。参加者からは「普段見ることのできない航空機を見ることができ、貴重な体験となった」等、好評の声が聞かれた。

令和 8 年度熊本地震

はくおうII船舶で生活支援

32 普連を基幹とした支援部隊を派遣

7月28日16時27分、熊本県熊本市を震源とする最大震度7の地震が発生した。同日17時30分、第8師団長は、熊本県知事から災害派遣要請を受理した。東部方面隊は第32普通科連隊を基幹としたPF(防衛省がPFI民間



入浴の案内



受付の様子



はくおう利用者とのふれあい

活力導入」方式で確保、運用する民間船舶)における入浴施設での受付や案内を担当し、被災された方々に寄り添った対応に努めた。

隊員は入浴場まで丁寧に案内するとともに「ゆっくり温まってください」と声を掛けながら、不安や疲れを抱える被災者の気持ちを温め、人々とのつながりを通じて心にも温もりを届ける支援となり、東部方面隊は任務を達成した。

第5回王子コンサート開催 地域とともに奏でる音色



聴衆を魅了する第1音楽隊



第1音楽隊と地元中高生との合同演奏



会場が一体となったマツケンサンバ

師団は7月27日、公益社団法人王子法人会との共催により、北とびあさくらホール(東京都北区)において第5回王子コンサートを実施した。本コンサートは募集対象者や近隣住民等、幅広い方々に対して自衛隊に対する理解及び親近感の醸成を図るとともに、地域の連携強化を目的として開催された。コンサートは2部構成で実施され、1部では第1音楽隊の技術の高い演奏と多彩な楽曲を披露し観客を魅了した。2部ではサレジオン国

際学園中学校・高等学校の吹奏楽部と共演して2曲を演奏した。アンコールで披露した「マツケンサンバ」では会場が一体となり、一番の盛り上がりとなった。また合同演奏した生徒からは「貴重な経験ができて本当に良かった」との声が聞けた。演奏が終わると来場者の拍手に隊員も笑顔を見せ、会場は盛り上がりを見せた。演奏会は大盛況のうちに幕を閉じ、音楽を通じて地域住民との交流を深めるとともに、自衛隊への理解を促進する機会となった。



重材料運搬 (1 施大)



早駆けをする軽火器隊員 (1 普連)

新隊員教育「成長の軌跡」

師団は7月1日から各隷下部隊で行われている新隊員後期教育(特技課程)を実施中である。各職種ごと、戦闘訓練や戦術的知識を学んでいる。

雨や猛暑が続く中、新隊員は暑さに負けず一歩一歩確実に成長し、部隊でも活躍できる隊員になるべく、同期とともに引き続き全力で教育に臨んでいる。



連絡員の空中機動 (第1師団司令部庁舎)



県庁職員と調整をする司令部連絡員 (静岡県庁)



海上輸送艦「ようこう」への車両搭載



衛生救護訓練 (清水駅)



生活支援訓練 (マックスバリュ松崎店)

師団は7月14日から29日までの間、機関銃・重機関銃射撃訓練(ドアカン射撃訓練)を佐多射撃場において実施した。本訓練は移動又はホバリングするヘリコプターから海上の標的に対する機関銃射撃を訓練し、射撃精度及び指導能力の向上を目的に実施されたものであり、機体の振動や風圧などの影響を受けることから地上における射撃に比し、高い精度が求められる。



海上の的に射撃する隊員

師団は7月21日から24日までの間、令和8年度自衛隊統合防災演習(08JXR)に参加し、大規模震災発生時における指揮幕僚活動を演練するとともに、南海トラフ地震上を図った。発災想定日の21日、師団司令部における指揮所

活動を開始するとともに、各部隊の連絡員を静岡県庁及び東京都神津島へ実際に派遣し、関係機関との連携を図りつつ、被害情報の収集及び部隊展開に関する諸調整を実施した。また自衛隊海上輸送群「ようこう」に人員・車両等を実搭載し、神津島への部隊輸送を実施した。

23日には静岡県清水駅東口広場において救護所を開設、患者収容及び応急処置等の衛生救護訓練を実施して、生地における救護所の開設、運営能力の向上を図った。

師団は本訓練を通じ、多くの課題や貴重な教訓を得ることができた。今後も関係機関との連携を強化するとともに、演習で得た成果や教訓を各種計画・訓練等に反映し、大規模災害等に迅速・的確に対処しうる能力の更なる向上に努め、引き続き国民の期待に応え続けていく所存である。

師団は7月14日から29日までの間、機関銃・重機関銃射撃訓練(ドアカン射撃訓練)を佐多射撃場において実施した。本訓練は移動又はホバリングするヘリコプターから海上の標的に対する機関銃射撃を訓練し、射撃精度及び指導能力の向上を目的に実施されたものであり、機体の振動や風圧などの影響を受けることから地上における射撃に比し、高い精度が求められる。

師団は7月14日から29日までの間、機関銃・重機関銃射撃訓練(ドアカン射撃訓練)を佐多射撃場において実施した。本訓練は移動又はホバリングするヘリコプターから海上の標的に対する機関銃射撃を訓練し、射撃精度及び指導能力の向上を目的に実施されたものであり、機体の振動や風圧などの影響を受けることから地上における射撃に比し、高い精度が求められる。

師団は7月14日から29日までの間、機関銃・重機関銃射撃訓練(ドアカン射撃訓練)を佐多射撃場において実施した。本訓練は移動又はホバリングするヘリコプターから海上の標的に対する機関銃射撃を訓練し、射撃精度及び指導能力の向上を目的に実施されたものであり、機体の振動や風圧などの影響を受けることから地上における射撃に比し、高い精度が求められる。

射撃技術の向上につながる貴重な訓練となった」との声が聞かれた。訓練を通じて得た成果と課題を今後の訓練に生かし、射撃精度及び指導能力の更なる向上に努めていく。

第12旅団

第15代旅団長に相園陸将補

統率方針「強靱な」部隊の創造



巡閲を受ける相園旅団長



着任式において訓示をする相園旅団長

総監部幕僚長兼伊丹駐屯地司令
相馬原駐屯地に初登壇した相園旅団長は、慰霊碑に献花を行った後、副旅団長ほか各部隊長等に出迎えられ、駐屯部隊で編成された儀仗隊の隊の栄誉礼を受け巡閲し、着任式に臨んだ。
相園旅団長は着任にあたり訓示で、複雑で厳し

い安全保障環境の変化に柔軟に対応できる強靱でしなやかな部隊の育成が、今まで以上に必要であることを深く胸に刻み込まなければならぬと、統率方針に「強靱な部隊の創造」を掲げた。
この統率方針を実現するためとして、やりがいと成長を引き出し、前例にとらわれず挑戦をし、率直に意見を交わすことのできる組織を目指して日々鍛錬していくことが必要だと述べた。
組織を構成する隊員一人一人についても、強い意志と思いやりを育て、役割に応じて主体性をもって行動する意識を持ち、身を修め人格を養うことに努めることが大事だとして、要望事項を「修養」とし、自ら陣頭に立ち全身全霊をもって職務にまい進していくことを誓った。
旅団は引き続き相園旅団長の統率のもと、決意を新たに、いかなる任務にも尽力する。

柳前旅団長離任行事

様々な挑戦と飛躍を祈り



隷下・駐屯部隊に見送られる前旅団長



旅団長交代に伴う離任行事が7月31日に相馬原駐屯地で行われた。
離任行事において柳前旅団長は、「隙なく備え、任務を完遂せよ」という統率方針のもと、昨年8月の普任からの1年間に15回に及ぶ林野火災や雪害への災害派遣を完遂できたことや各種訓練における隊員の任務遂行への尽力に感謝と敬意を述べ、空中機動力を強化した唯一の部隊として広域での任務にあたり期待に応えてきた旅団への誇りを改めて表明した。
駐屯地所在隊員に盛大に見送られて駐屯地をあとにした柳前旅団長は、8月3日付をもって陸将に昇任し、陸上総隊司令部幕僚長に栄転した。



音の華は涼やかに夏夜を彩るメロディ

08JXR 即時救援活動に備えて「もしも」への対処能力向上

旅団は7月21日から24日の間、令和8年度自衛隊統合防災演習に参加し、南海トラフ地震発生時における旅団の対処能力と指揮幕僚活動の練度向上を図った。
本訓練では、発災直後からの初動対処部隊の空中機動、スターリンク衛星による衛星通信を使用した通信検証等を実施したほか、活動部隊の発災地域への機動要領や季節の特性に応じた兵站要領の検証などを行った。
ヘリコプターによる空中機動で静岡県へ前進した初動対処要員は連絡員



通信科ブースで電話機の設定を体験する参加者



自衛官の心得について話す柳旅団長（当時）
参加者は「自衛隊と一口に言っても多様な働き方があることを知った」「自分にとって合った職種がありそう」「自衛隊の日常の業務を知る機会となった」と口にしていった。

全16の職種ブースが集合 自衛隊プロフェッショナル・ジョブ・フェア開催

第12旅団は7月23日、相馬原駐屯地及び群馬県榛東村の公民館である「しんとびあ」の2会場において、サマキヤンの一環である募集イベント「自衛隊プロフェッショナル・ジョブ・フェア」を開催し、募集対象者や家族、指導教員など61人が参加した。
このイベントは募集対象者に対して、事務官を含めた「自衛隊員」の幅広い業務内容と専門性を発信し、勤務の様子や生活環境・装備品を紹介して理解の促進を図り、自衛隊への就職が選択肢の一つとして認識されることを目的として実施した。
相馬原駐屯地では携行食の体験喫食や装備品展示のほか勤務場所や営内居住空間の見学ツアーを行った。ツアーでは旅団司令部の執務室を見学したほか、幹部希望者と曹士希望者にルート分け、幹部ルートでは旅団長の講話や実際の活動でのフリーフィング及び研修を行い、曹士ルートでは整備工場及び自動車教習所の研修を行った。



巡閲を行い第1施設団の威容を確認する奥 将補

第37代第1施設団長に
奥和昌おくかずまさ
自衛隊教育訓練研究本部

第1施設団

奥将補が第37代団長に着任
統率方針「変化に強い施設部隊の創造」
要望事項「自分のできる事を極めよ」第37代第1施設団長に
奥和昌おくかずまさ
自衛隊教育訓練研究本部

来備わるその能力を、民間力の導入や自動化の推進をもっと更に強化し、方面隊の任務達成のため邁進しなければならぬ」と述べ、要望事項に対する想いとして「自分のできる事は何か？自分は部隊の任務達成にどうしたら貢献できるのか？と常に問い直し、自らを進化

進をもっと更に強化し、方面隊の任務達成のため邁進しなければならぬ」と述べ、要望事項に対する想いとして「自分のできる事は何か？自分は部隊の任務達成にどうしたら貢献できるのか？と常に問い直し、自らを進化させてもらいたい」と述べた。
施設団は団長の指揮・統率のもと、施設科部隊の骨幹として遺憾なく能力を発揮し、国民の負託に応えるべく、任務に邁進していく。納涼大会を盛大に開催
地域住民との親睦深める施設団等は8月6日、古河駐屯地において納涼大会を実施した。
本行事は地域住民との親睦を深め、駐屯地に対する理解と信頼関係を醸成するとともに、隊員・家族の融和と団結の促進を図る目的で開催された。また共催・協賛団体の協力を得て、3年ぶりとなる打ち上げ花火を実施することができた。

前回に引き続き今回の納涼大会も、地域住民との親睦を深める貴重な機会となったほか、隊員家族も参加して、家族との融和と団結を促進する良い機会となった。

び絵画・写真等の文化展示、古河市和太鼓保存会による太鼓演奏、招待歌手による歌謡ショー等各型アトラクションにより、賑わいをみせた。
また近隣のゆるキャラが駐屯地を訪れ、会場を大いに盛り上げた。大会の最後には櫓を囲んで盆踊りを実施し、隊員と地域住民とが一体となって踊った。地域の職場体験を支援
自衛隊の魅力広める

自衛隊について学ぶ中学生

施設団は8月19日及び20日の両日、古河駐屯地において、地域の中学生を対象とした職場体験を支援した。
本支援は、体験を通して自衛隊の概要を知ってもらい、自衛隊の魅力を広めることを目的として実施し、職種等の紹介や災害派遣活動の記録映像を視聴、迷彩服等の試着体験を実施するとともに、実生活でも役立つ技術の普及として、ロープワークや救急法の体験を実施した。B: Yes, please.
(はい、お願いします。)
「避難経路に従ってください。」

“Follow the evacuation route.”

避難誘導や防災訓練で役立つフレーズです。
A: Which way should we go?
(どちらへ行けばいいですか？)
B: Follow the evacuation route.
(避難経路に従ってください。)災害が起こらないことを願う気持ちは、誰もが同じです。しかし、本当に大切なのは「もしもの時」に備えておくこと。
「最善を願い、最悪に備えよ。」

“Hope for the best, prepare for the worst.”

防災用品を準備することも、避難経路を確認することも、そして誰かに声を掛ける英語を覚えておくことも、その一つです。
この9月、防災の日をきっかけに、皆さんも身近な「備え」を見直してみませんか。
Be prepared, and stay safe!第37代 第1施設団長
奥 和昌

生年月日 昭和50年4月4日

出身地 福井県

学歴等 防衛大学校（土木工学）第42期

主要経歴

平成24年12月 中央即応集団司令部民生協力課長（朝 霞）

平成25年 8月 陸上幕僚監部防衛部

情報通信・研究課研究班（市ヶ谷）

平成30年 3月 陸上幕僚監部運用支援・訓練部

運用支援課運用支援班長補佐（市ヶ谷）

平成31年 3月 陸上幕僚監部運用支援・訓練部

運用支援課運用支援班長（市ヶ谷）

令和 2年 3月 第6施設群長（豊 川）

令和 4年 8月 陸上幕僚監部防衛部防衛協力課長（市ヶ谷）

令和 6年 3月 陸上自衛隊教育訓練研究本部

総合企画部総合企画課長（目 黒）

弥頭 団長は陸上幕僚監部 監察官へ

施設団は7月31日、第36代第1施設団長、弥頭親善（やとう ちかよし）将補の離任行事及び見送りを古河駐屯地で実施した。
体育館において離任行事（写真）を実施し、続いて駐屯地全員が皆門まで長い列を作り、盛大に見送りが行われた。
弥頭将補は隊員らに惜しまれながら、古河駐屯地を後にし、陸上幕僚監部監察官へ栄転した。

“Stay calm.”

「落ち着いてください。」

不安な場面で相手を安心させる一言です。
A: I'm scared.
(怖いです。)
B: Stay calm. We'll help you.
(落ち着いてください。私たちが助けます。)

“Stay safe.”

「安全を確保してください。」

別れ際や避難時にも使える便利な表現です。
A: We're leaving now.
(今から避難します。)
B: Okay. Stay safe!
(わかりました。気を付けて！)
「助けが必要ですか？」

“Do you need help?”

困っている人への最初の声掛けとして覚えておきたい表現です。
A: Do you need help?
(助けが必要ですか？)

“Be prepared.”

「備えよう」

災害時によく使われる、とてもシンプルで力強い表現です。

A: September 1 is Disaster Prevention Day.
(9月1日は防災の日だね。)B: Yes. Be prepared.
(そうだね。備えよう。)

9月1日は「防災の日」です。日本での生活で印象的な一つが、防災への意識の高さです。学校や職場で避難訓練を行い、家庭でも非常食や防災用品を準備する習慣があります。

アメリカでも、ハリケーンや山火事など自然災害への備えは欠かせません。災害の種類は違っても「普段から備えること」が自分や大切な人を守ることにつながるという考え方は同じです。今回は災害時で使うフレーズを紹介します。

各火器の特性を学ぶ 陸曹候補生課程で各火器射撃



個人携帯対戦車弾を取り扱う候補生

女性自衛官教育隊は第109期陸曹候補生課程（前期）において、各種火器の射撃を行い、初級陸曹としての火器の特性を踏まえた操法及び、隊員指導ができる陸曹として必要な安全管理に関する事項を修得させるための教育を行った。

多職種から教育に参加する隊員のなかには初めて触れる装備もあり、本教育機会には非常に重要なものである。教育では火器の特性・性能・諸元を学ぶとともに、分解・結合の要領を修得し、非実射訓練及び安全管理、射撃勤務に関する教育を要点として実際に勤務できる隊員の育成を行った。

実弾射撃を行う段階になると、各隊員には緊張感があふれ、より一層真剣な面持ちとなり、集中して射撃に臨んだ。



襲撃への対処を行う隊員



来訪者への対応を行う隊員

総監から総監賞を授与された隊員

東部方面混成団

状況判断能力を磨く 上曹課程で総合訓練

第3陸曹教育隊は8月下旬、東富士演習場市街地訓練場において第238期上級陸曹教育課程の総合訓練を行い、基地警備、民間人や報道機関、各業者など来訪する対象者を確認した。

本訓練では平素の状況における巡察要領、通行門における身分確認要領、民間人や報道機関、各業者など来訪する対象者を確認した。

隊員は巡察、検問、指揮所などの配置に分かれ、分隊長、小隊長などそれぞれの役割に応じた状況判断を行った。

訓練の一場面では、施設に訪れた人物から来訪理由及びアポイントメントの状況を確認するとともに、関係各所に照会をかけた身元確認結果を伝達するなど、より実際の確認要領を実施した。不測事態対処において、不審車両の飛来、不審車両の徘徊など、警戒度をあげる状況が付与され、緊張度が高まる中、襲撃の状況が付与されると、隊員はそれぞれの任務に当たって的確に対処し、上級陸曹として求められる状況判断能力を遺憾なく発揮した。

本総合訓練を経て、第238期上級陸曹教育課程は、8月下旬に修了式を迎えた。

部隊の骨幹を担う上級陸曹への教育は自衛隊全体の能力向上に必須の事項であり、第3陸曹教育隊は教育の質をさらに向上させ引き続き各種教育を行っている。

技能を生かす国防 技能予備自衛官を目指す

第117教育大隊は、予備自衛官補（技能）に対する招集教育訓練を行った。予備自衛官補には一般と技能の二つの採用区分があり、今回紹介するのは歯科医師や看護、放射線技師等の医療関係者や語学、サイバー、整備等の専門的な技能を有した社会人が対象である。予備自衛官補（技能）は5日の教育訓練を2回、合計10日の教育訓練を修了した後に保有する資格と実務経験の年数に応じて、3等陸曹から2等陸佐までの階級が指定される。様々な分野、幅広い年齢層から教育訓練に参加した予備自衛官補は互いに普段行っている職業などについて意見交換を行い、訓練初日から相互に打ち解けるとともに、団結を強めていった。



多様な専門分野から集まる技能予備自衛官補

東部方面混成団
公式Xはこちら！
陸上自衛隊【東部方面混成団】公式
@EACB_takeyama
たくさんのフォロー
お待ちしております！

東混団・31普通連
インスタ始めました！
フォローお待ちしております！

東混団
31普通連

総監部人事部募集課 募集ニュース

各地本でサマキャン

「Day」総合展示の日」を設け、VR体験や制服試着体験、模擬コックピット、南極の水展示等を実施した。5日間で昨年の約2倍となる3934人が来場し、幅広い年齢層に自衛隊を周知することができた。

山梨地本は7月10日、上野原市の日本大学明誠高校で富士病院長による防災講話を実施し、19人が参加した。災害派遣及び海外派遣における自衛隊の救援活動の実相を通じてメンタルケアの重要性について講話し、多くの学生が熱心に耳を傾けていた。

東京地本は7月11日、町田市において自衛隊、新潟地本は7月18日から20日の間、新潟西港山の下埠頭において、海上自衛隊の訓練支援艦「てんりゅう」及び海上保安庁の巡視船「さど」で艦艇広報を実施した。巡視艇共同イベントや制服のファッションショー等を行い、3日間で2775人が来場し大いに賑わった。



艦艇広報（新潟）



サテライトブース茨城



防災講話（山梨）



採用説明会（東京）



ジョイトレ（神奈川）

総監部人事部人事課 ニュース

上級部隊相談員 集合訓練



指導法実習を行う隊員

参加者からは「上級部隊相談員としての求められる役割とその重要性を深く認識

方面隊総合的メンタルヘルス施策に基づき、自己管理能力向上及び組織でのストレス対処法である解除ミーティングを学び、その後の行われる指導法実習を通じて部隊への普及教育を実施することができ、隊員の育成を行った。

方面隊では各種訓練を通じて部隊相談員等を養成及び練成し、隊員が心身ともに健康で安心して任務を遂行できる環境づくりに引き続き注力していく。

した「今後は上級部隊相談員としての役割をしっかりと考え、隊員が安心して相談できるような自己研鑽して部隊に貢献したい」など、意欲が示された。

後支隊

識別章に託された使命を
新たな最先任へ継承

東部方面後方支援隊は 先任上級曹長交代行事を 7月30日、後方支援隊最 執り行った。本行事では、 第7代福島裕典准陸尉か ら第8代宮崎謙太郎准陸



隊長から紹介を受ける新最先任上級曹長 宮崎准尉(中央) と前最先任上級曹長 福島准尉(右)



識別章を受け渡す隊長

尉へ、隊の最先任上級曹長の証である識別章の引き継ぎが行われた。福島准尉は離任挨拶において、隊員とともに歩んできたこれまでの道のりを振り返り、隊員への深い感謝を伝えるとともに、今後も更なる部隊の発展を願う思いを述べた。

後方支援隊長からは、これまで培ってきた豊富な知識と経験を十分に発揮し、今後益々任務に邁進することを期待する旨が述べられた。

本行事を通じて、最先任上級曹長の職責と使命を改めて隊員に共有するとともに、これまで築き上げてきた伝統を継承した。

東部方面後方支援隊は今後も隊員一人一人がそれぞれの職責を果たし、隊長を核とした強固な団結の下、任務完遂に邁進していく。

情報隊

家族等に職場説明会
職業選択のきっかけに

東部方面情報隊は8月 駐屯地において、所属隊 陸上自衛隊を職業選択の 1日・2日の両日、朝霞 員の家族・子弟等に対し、 一つとして考えるきつ



隊員食堂における会食



情報隊の職務を説明

けとしていただくことを 目的に、東部方面情報隊 職場説明会を実施した。 当日は陸上自衛隊の概 要、東部方面情報隊の職 務説明により、我々の職 務に対する隊員家族等の 理解促進を図った。併せ て営内モデルルーム及び りつくランドの見学、 厚生センター内の紹介、 隊員食堂での昼食喫食を 行い、生活環境等につい ても理解を深めた。

説明会では、普段なかな訪れる機会のない情報隊の勤務隊舎、駐屯地内の施設、隊員の生活に関わる環境を実際に見ていただく機会を提供するとともに、隊員自身も自分たちの仕事の意義を再認識する機会となった。

東部方面情報隊の職務 参加者からは「普段見

の説明においては、08JXRにおける災害情報業務の紹介をはじめ、情勢報告資料作成業務等の内容を紹介し、情報資料の処理・分析の奥深さについて発信することができた。さらに、20代をはじめとする各年代の隊員から、入隊動機、入隊してから新たに感じた陸上自衛隊の魅力や東部方面情報隊における職務のやりがい等、隊員の生の声を伝えることができた。

営内モデルルーム見学においては、方面総監部の支援を受け、今後数年をかけて、個室化による生活環境の改善が図られることを紹介し、部隊配置後のイメージアップに繋がった。

今後は、東部方面情報隊は部隊としても積極的な人事・広報施策を推進し、自衛隊に対する国民の理解を深めていくべく、努力していく。

第51回富士登山駅伝競走大会
伝統の襷を繋ぐ

2高群



声援を受け山道を駆け上がる



全力を出し切りゴール



ゴール後の集合写真

第2高射特科群持続走訓練隊は8月2日に行われた第51回富士登山駅伝競走大会に、「松戸2高群」として通算・連続30回記念となる出場を果たした。

平成7年の初出場以来、部内外からの多大なご支援で声援に支えられ、歴代の選手達がチームの誇りと伝統を胸に、

ここまで襷を繋いでくることができた。今年のチームは、精神的柱になっているベテランと、勢いのある若手がうまくマッチした編成と

なりました。練成時は程よい緊張感と明るい雰囲気の中、競争力を高め、チーム力の向上を図ることができた。

部17位、総合38位という成果をあげることができました。世界一過酷な駅伝とも評されるこの大会に、選手一人一人が強い気持ちで挑み、これからも挑戦し続け、伝統の襷を繋いでいく。

航空隊

災害対応能力の向上
関係機関との連携強化



D MATへ患者の引継ぎを行う隊員

消防庁隊員と連携した給油要領の確認

東部方面航空隊は7月21日から24日まで実施された統合防災演習(08JXR)に参加し、大規模災害発生時を想定した各種訓練を実施した。訓練期間中は連日真夏日となる厳しい暑さの中、隊員達は熱中症対策を徹底しながら訓練に臨んだ。

本訓練では自衛隊が装備する燃料タンク車から東京消防庁が保有するEC225及びAS365への給油要領を確認、各種燃料ノズルを使用した給油要領、燃料タンク車及び給油ホースの性能に応じた航空機駐機位置及び航空機の受入れ要領など、実任務に必要な連携要領及び一連の流れを訓練することができた。

また東部方面ヘリコプター隊が保有するUH-2を使用した患者輸送訓練においては東部方面衛生隊及びD MAT(災害派遣医療チーム)と連携し、患者の引継ぎから航空機への収容、搬送までの一連の地域医療搬送訓練を実施した。事前の綿密な情報共有のもと各機関がそれぞれの役割の重要性を理解し、円滑に行われた。今回のJXRでは、実践的な訓練を通じて、災害発生時における相互理解と連携体制を一層強化するとともに、航空隊が担う災害対応能力の向上につながる有意義な機会となった。

東京地本 公安職を志す人材確保へ連携強化 警視庁と募集採用協定を締結

自衛隊東京地方協力本部は8月5日、警視庁本部庁舎において、警視庁と「自衛官及び警視庁警察職員の募集採用活動に関する協定」を締結した。この協定は近年、少子化の進展や就業意識の多様化、勤務環境の柔軟化などにより、公安職全体の人材確保の厳しい現状に対応するため、警察官や自衛官を希望する人材確保を目的とした相互連携をさらに強化すべく、東京地本からの打診に対応した。

協定締結後には、その第一歩として合同業務説明会を開催。公安系公務員を志望する学生らに対し、自衛隊と警視庁がそれぞれの仕事内容や魅力を紹介し、将来の進路選択の一助とした。

協定では双方の採用制度や募集活動への理解を深めるとともに、職業説明会の開催やホームページ・SNSを活用した情報発信を推進する。また任期制自衛官が任期満了後の進路として警視庁を選択しやすいよう、業務説明会やインターンシップの実施、在任中の経歴を考慮した採用環境の整備なども盛り込まれた。

鹿子島本部長は「公共への貢献を志す人材の裾野を広げ、人材獲得競争に協力して対応することで、将来的に優秀な人材を安定的に確保できると考える」と話す。東京地本は今後関係機関との連携を深め、募集・採用活動のさらなる充実・強化を図り、防衛省・自衛隊の人材確保に取り組んでいく。



協定書締結後にマスコットキャラクターとともに記念撮影

将来の決意を胸に成長を報告 防大1学年が茨城県知事を表敬

茨城地本



茨城県知事を中央に「茨城ポーズ」で記念撮影

自衛隊茨城地方協力本部は8月4日、茨城県庁において、防衛大学校1学年による大井川和彦茨城県知事への表敬訪問を実施した。この表敬訪問

は平成25年から続く取組で、防大生が将来、指揮官として首長と防衛・警備や災害対応について対話する際の心構えを養うとともに、自衛隊や防大

への理解促進を目的としている。今年度は茨城県出身の1学年8人、4学年1人と、その家族11人が参加した。

今春入学した大森学生が号令をかけ、出身高校や入校の動機などを知事へ報告した後、懇談が行われた。

懇談に先立ち司会を務めた4学年の石塚学生が、春季・夏季定期訓練の概要、部隊実習、8キロ遠泳、実弾射撃、戦闘訓練など、防大での訓練内容を説明した。

懇談では知事が「ベツドは毎日、物を落としてお跳ね返るくらいきれいに張っているのですか」と笑顔で問いかける場面もあり、会場は和やかな雰囲気になった。

自衛隊神奈川地方協力本部は海上自衛隊第2術科学校（横須賀市）の協力を得て、県内の高校生を対象としたインターンシップ（職業体験）を実施した。7月28日に15人、29日に12人の計27人が参加し、自衛隊の教育現場や整備業務を体験した。

参加者は自衛隊の任務や2術科の概要について説明を受けた後、エンジン整備の見学、ガスタービンエンジンの操作体験などを行った。

エンジン整備の見学では、自分たちと年齢の近い隊員が真剣に任務へ取り組み姿に魅れ、自衛隊で働く姿をより身近に感じている様子だった。また

参加者からは「同世代の隊員が一生懸命勤務する姿に感銘を受けた」といった感想が寄せられた。

神奈川地本は今後も部隊見学を積極的に活用

群馬地本 母娘で伝える自衛隊 オープンキャンパスで つないだ想い

6月20日に開催された防衛医科大学校オープンキャンパス。来場者を案内する群馬地方協力本部の広報担当として参加していた母の草刈1曹と、防衛医科大学校看護学科第13期生（自衛官候補生）として来場者を迎えていた娘の草刈学が同じ場所での再会した。



母④草刈1曹 娘④草刈学生

た。小学生の頃から「人を助ける仕事に就きたい」という思いがあり、両親が自衛官だったことから、自衛隊は幼い頃から身近な存在だった。その日の見学が、防衛医科大学校への進学を決意する大きなきっかけになった。

入校前は自衛隊の学校に対して「厳しい世界」「二階にやろう」と声を掛けてくれた同期、ランニングの帰りにクレープを食べながら笑った時間を、部活動の先輩に悩みを相談し、背中を押してもらった経験、一つひとつの出来事が、不安だった毎日を「ここに来てよかった」という確かな実感へと変えてくれた。

今年のオープンキャンパスでは、私自身が来場者へ学校の魅力を伝える立場となった。そして、見学者を引率する母の姿を見た瞬間、昨年の自分の気持ちがいまも残っていた。「誰かの一步を後押しする場所」で、今度は母娘そろって自衛隊の魅力を感じていくことに、不思議な縁を感じた。

これから支えてくれた同期や先輩、家族への感謝を忘れず、自衛官、看護学生として成長を続けていきたい。そして、この学校で出会った仲間との絆を大切にしながら、多くの人に防衛医科大学校と自衛隊の魅力を伝えていきたい。

神奈川地本 「もっと知りたい自衛隊」を体感 高校生が海自2術科で職業体験

学生からは「今まで一番緊張した」「汗が止まらなかった」と率直な感想が聞かれた。故郷と家族、そして知事の前で将来の夢を語った経験は、防衛大学校での学びを重ね、夢の実現へ歩み続ける決意を新たにすることができた。



ガスタービンエンジンの操作体験をする参加者

参加者からは「同世代の隊員が一生懸命勤務する姿に感銘を受けた」といった感想が寄せられた。

神奈川地本は今後も部隊見学を積極的に活用

訓練所感

東部方面会計隊
第334会計隊
桑原 晋也 陸曹長

私は6月から9月までの間、東部方面会計隊新隊員教育隊区隊長として朝霞駐屯地で勤務しています。

今回初めて教育に携わり、自衛官となつてまだ数ヶ月しか経過してない新隊員に対して教育を実施することの難しさを肌で感じる事ができました。また隊員一人一人が理解できるように説明することの難しさ、教えることの大切さも学ぶことができました。

教育を修了した新隊員は、各駐屯地に所在する会計隊及び富士学校会計課等に、配置され1人1人の機とパソコンが与えられ、会計業務を実施することになります。

即戦力として部隊において力が発揮できるように会計法規等の基礎的事項の教育に加え、補給管理システム及び防衛省人事・給与情報システムの学習にも力を注ぎました。

今回このように区隊長として教育する機会を与えていただいたことに感謝するとともに、本教育隊での勤務を自信に変え、原隊において更なる戦力発揮ができるよう職務に邁進していきます。



し、一人でも多くの若者に自衛隊への理解と関心を深めてもらえるよう広報活動を推進していく。

任先最
長曹級上

「まずは10分だけ」

第1通信大隊

田島 悟 准陸尉

皆さん、仕事や私生活を充実させるために継続して取り組んでいる習慣は何かお持ちでしょうか？私に関して言えば、30歳のときに始めた英語学習がそれに当たります。統幕で操縦手として勤務していた当時、米軍基地に行く機会が多く、幹部の方々が英語を使っ

て仕事をする姿を見て「かっこいいな」と感じたことが英語学習のきっかけです。操縦手は待機時間も多く、有効な時間の使い方を模索していたこともあり、続くかどうかかわからないけれど、「まずは10分だけ」と気合を入れて、中学1年生レベルの文法書を開きました。初

めは、1日たったの10分でも苦痛でしたが、1か月経過する頃には10分では物足りず20分やるようになりました。さらに1か月後は30分。こうなる

としてみたものです。

齒磨きと同様に英語学習が生活の一部となり、こうして身についた習慣は現在まで続き、仕事や私生活に張り合いを与え

てくれています。

前置きが長くなりまして、お伝えしたいことは、継続することは困難が伴いますが、習慣化することができれば大きな

めてみませんか。思い立ったが吉日です。今この瞬間こそが、新しい一歩を踏み出す最良のタイミングです。



力となります。まさに継続は力なり」です。10分を1年続ければ約60時間、20分なら？30分なら？5年、10年続ければ？継続する人何もしない人の間には、最初は小さな差であっても、やがて追いつくことができないう大きな差が生まれます。

オピニオン
一言申し上げる

東方オピニオンリーダー会

澤田 和宏

航空自衛隊入間基地より、オビニエを推薦頂き、オビニエを務めさせ、オビニエを受けつらした。入間基地と支援団体の青年同友会から入間航友会と18年以上にわたる航空自衛隊の基

地研修等に参加させて頂きました。入間基地モニター、防衛モニター等もさせて頂きながらも陸上自衛隊にはほぼ見識がない状態にてオピニオンリ

「ダーを受けて頂きま
した。」

研修においては毎回内
容の深い丁寧な企画運営
をして頂き、広報及び関
係者の方々には感謝致し

自衛官の感想や意見を伺うことが出来たことが良い経験となり、陸上自衛隊の人そのものが財産であると感じさせて頂いた貴重な経験となりました。

たその後も自衛隊の一助となる活動に精一杯取り組みたいと思います。最後に自衛隊員の皆様のご健康とご活躍を心より祈念しております。



ます。毎年の方面区外研修においては、3日間で陸海空の自衛隊各地で日々の地道な訓練の成果を見せて頂き、自衛隊への理解がより深まりました。入隊間もない若い隊員の降下訓練、高等工科学校での生活、総監防衛講和など勉強になることが多くありました。研修時に

またオピニオンリーダーの方には募集相談員や多方面にご活躍されている方が多く、自身の活動にも大きな刺激となっております。この原稿を書いている時に熊本地震が発生致しました。いち早く災害救援活動に動く自衛隊に心強く感謝しかありません。

は、今月のフェアレディー
 東部方面システム通信群
 第304中枢交換通信中隊
 葛西 杏奈 3等陸曹

信群第304中樞交換通信中隊で共用通信小隊に所属している葛西3曹です。

葛西3曹は宮城県多賀城市出身で、バスケットボールやラグビーで培った体力とフットワークを生かし、日々のシステム通信訓練及び支援に精力的に取り組むほか、部隊の銃剣道選手として、幅

広く活躍しています。

Q 入隊の動機は？

私は東日本大震災を経験し、災害派遣で活動する自衛官の両親を身近に見て、尊敬し「自分も誰かを守る存在になりたい」という思いから入隊を決意しました。

Q 普段行っている業務とその業務の魅力は？

令和8年3月に体育学

校からシステム通信群に配置となり、ネットワーク陸曹として勤務しています。具体的には通信機器の開設・アクセスノードを野外に展開し、総監部・各関係部隊等の指揮・連絡を確保するためのシステム通信を構築しています。

また業務の魅力については、野外で行動するこ

うことができました。競技を通じて互いの文化を学び、国際交流を深めたニュージーランド遠征は、私にとって大変貴重な経験となりました。

Q 休日は何をして過ごしていますか？

サウナ、買い物、友達と遊んで飲む！

Q 趣味は？

バスケットボールで

に、笑顔で前向きに努力していきます。

女性フクビーはまだまだ競技人口が少ない競技ではありますが、近年、徐々に盛り上がりを見せています。昨年まで所属していた自衛隊体育学校女子フクビー班には、注目選手がたくさんいます。ぜひ自衛隊体育学校女子フクビー班に注目の

今月の東方男児は第13普通科連隊第1中隊所属の篠崎3曹です。

篠崎3曹は東京都稲城市出身の27歳、令和4年7月に第13普通科連隊に配属され、現在は、小隊で機関銃手として勤務している傍ら、松本駐屯地の太鼓クラブである「松本アルプス太鼓」の要員として、部外での広報活動も行っています。

Q 入隊したきっかけは？

内気で気の弱い自分とは対照的に、汗を流して必死にレンジャー訓練に励む屈強な自衛官の姿をテレビで見て、自分も彼らのような強い人間になりたいと思い、自衛官の道を志しました。

Q なぜその職種を選んだのか？

陸上自衛隊には魅力的

な職種が多々あります。が、普通科に行くことは入隊の動機からして必然でした。一番隊員数の多い骨幹職種であり、世代を超えた様々な経歴を持つ多くの隊員の方々と関われることも普通科の魅力であると思っています。

Ｑ 休日の過ごし方は？

愛車のスーパーカブで信州の各地へツーリングケ

に出掛けたり、キャンプをして過ごしています。また昨年から新たにブラジリアン柔術を始めました。柔術の上達はもちろんですが、自衛隊内に留まらず、部外の方々とも関わりを持つことで、自衛隊により親近感を持っていただけなきっかけになれば嬉しい限りです。

Q 今後の目標は？

普通科隊員としての能

もう間もなく、本格的な「秋」がやってきます。皆さんの業務に飽きはやって来ていませんか。また、来春の人事異動を見据えてポストの空きを探してはいませんか。

さて、「秋」といえば「食欲の秋」「馬肥ゆる秋」と申しますが、我が腹部も順調に肥えており「食欲があることは健康



Q これまでで最も思い出深い訓練は？

体育学校女子ラグビー班に所属していた時に遠征で行った、ニュージーランド陸軍基地でのラグビー交流試合です。現地の隊員と同じ環境で生活し、練習に励み、言葉や文化の違いを越えて意思疎通し、技術を高め合

めて、9年間バスケット
 ボール部に所属し、現在
 も朝霞駐屯地のバスケッ
 トボール部員として現役
 でプレーしています。
 Q 最後に一言
 体育学校から令和8年
 3月にシステム通信群に
 異動して間もないです
 が、システム通信科隊員
 として新しい分野に目を
 向け挑戦し、1日も早く
 部隊に貢献できるよう

東方男児
「信州の防人」
第13普通科連隊第1中隊
篠崎 俊樹 3等陸曹



に直轄斥候集合訓練で培った斥候能力の向上に重点を置いていきたいと思っています。国際情勢の複雑化が謳われる昨今において、火力要求やSU、T訓練、ドローン操縦等、覚えたい技能も多く大変ではありますが、国防という使命と責任を胸に戦闘員としての誇りを持って日々の訓練に邁進していく所存です。

きながら坂道を駆け落ちているところだす。

関西風に言うのなら「ばま」に「あきまへんがな」と言ったところでしょうが、「あきらめ」てみれば坂道を駆け落ちるのは楽なもの。このままどこまでも行つてみようか。

いや、ダメだ、待て。そうだ、健康指導で口を酸っぱく言われているではないか。肥満は不健康への第一歩と。よし「スポーツの秋」、今から駆け足でもするか…。

編集後記

もう間もな
、本格的な
秋」がやってき
ます。皆さんの
業務に「飽き」は