



自衛官採用

予備自衛官補 採用案内

JAPAN GROUND SELF-DEFENSE FORCE
JAPAN MARITIME SELF-DEFENSE FORCE



応募資格【国を想う心】

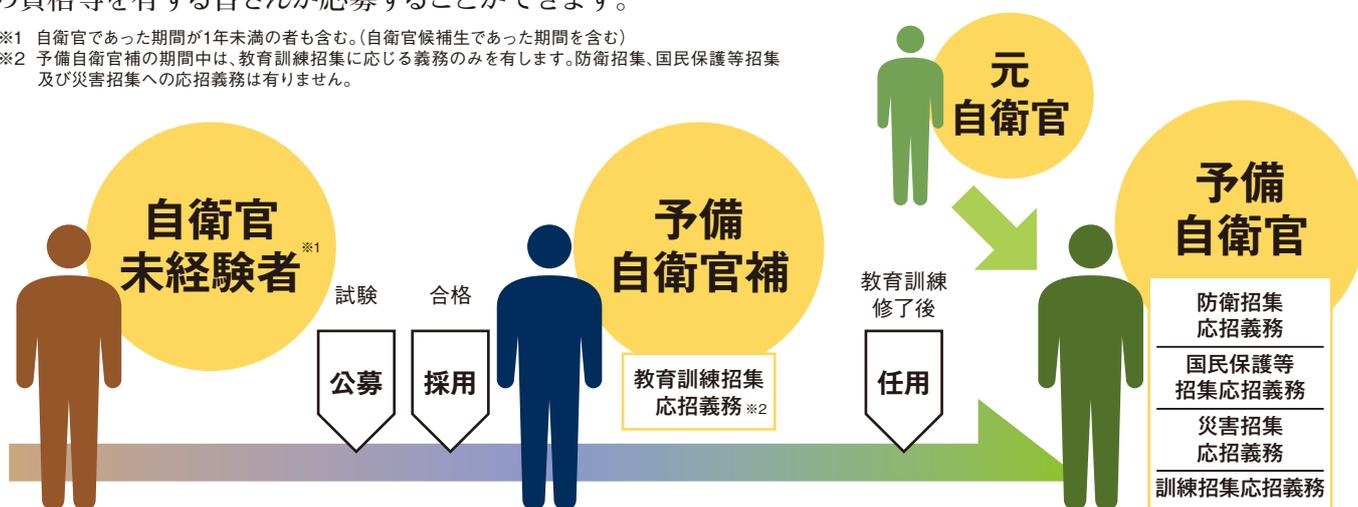
予備自衛官補とは

一般の社会人や学生といった自衛官未経験者が、所定の教育訓練を修了後に「予備自衛官」となる制度です。予備自衛官は、普段、それぞれの職業に従事しながら予備自衛官として必要な知識・技能を維持するため定期的に訓練を受け、有事の際には自衛官となって後方の警備や後方支援、又は国民の保護のための措置などに従事します。

一般公募と技能公募の2つのコースがあり、一般公募は採用年齢に該当する方なら応募可能です。一般公募出身の予備自衛官のうち、希望する者は所定の教育訓練を経て、即応予備自衛官となることも可能です。また、技能公募は語学や医療、整備などの資格等を有する皆さんが応募することができます。

※1 自衛官であった期間が1年未満の者も含む。(自衛官候補生であった期間を含む)

※2 予備自衛官補の期間中は、教育訓練招集に応じる義務のみを有します。防衛招集、国民保護等招集及び災害招集への応招義務は有りません。



予備自衛官に任官すると

予備自衛官は防衛招集命令、国民保護等招集命令及び災害招集命令により招集され、出頭した日をもって自衛官となります。また、一般公募出身の予備自衛官のうち希望する者は所定の教育訓練を経て、即応予備自衛官となることも可能です。



詳細はこちらから
ご確認ください

待遇

身分

非常勤の特別職国家公務員(階級の指定はありません。)

衣食住

食事：教育訓練招集間は無料支給されます。

宿泊：教育訓練招集間は駐屯地内の定められた宿舎に起居(無料)することとなります。

被服等：教育訓練招集間に使用する作業服等は無償貸与されます。

手当等

教育訓練招集手当 月額8,800円 ※
(教育訓練招集に応じると、手当が支給されます。)

支給総額(税込) 一般：440,000円/3年

技能：88,000円/2年

教育訓練招集旅費

教育訓練招集に応じて教育訓練に参加する場合、自宅から教育訓練実施駐屯地までの交通費を支給します。

※ 手当は課税対象になります。

災害補償

教育訓練招集間は、自衛隊内の医務室や自衛隊病院等の利用が可能となります。

公務に起因する災害(負傷、疾病、障害、死亡)については、現職の自衛官と同様、本人又はその遺族に対し補償を行います。

採用試験の概要

区分	一般公募	技能公募
採用対象	自衛官未経験者(自衛官であった期間が1年未満の者も含む)	
採用年齢	18歳以上52歳未満	18歳以上で、保有する技能に応じ53歳~55歳未満
採用方法	志願に基づき、試験によって採用	
試験会場	各都道府県に所在する自衛隊地方協力本部ごとに、1か所以上の試験場を設置	各方面隊管内別に全国の主要都市等に設置
試験概要	■共通： 口述試験、適性検査、身体検査 ■一般： 教養試験、作文 ■技能： 小論文 (適性試験、教養試験、作文、小論文についてはカメラ機能付のパソコン、スマートフォン等を用いたWEBによる受験を予定しております。)	

※採用試験に関する詳しいことは、採用要項又は自衛官募集ホームページをご確認ください。

教育訓練

予備自衛官としての資質を養うとともに、必要な基礎的知識及び技能を修得するために実施します。教育訓練招集は、一般公募が3年以内に50日、合計400時間で履修し、技能公募は2年以内に10日間、合計80時間で履修します。

一般公募(教育訓練招集)

全般 教育訓練を3段階に区分し、それぞれ5日間の教育訓練(A~J)を設定
第1段階での「C・D」及び第2段階での「E~H」は、順番に関係なく履修可能

各段階 第1段階：初歩的な識能を付与する段階
第2段階：戦闘行動に必要な識能を付与する段階
第3段階：各種識能を総合化する段階

段階	第1段階[20日]				第2段階[20日]				第3段階[10日]	
タイプ	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
科目	精神教育・サービス・体育									
	基本教練	戦闘訓練	野外勤務	野戦築城	戦闘訓練	野外勤務		戦闘訓練		
		格闘		通信				武器訓練及び射撃		
				特殊武器防護					実弾射撃	
				野外衛生及び救急法						

技能公募(教育訓練招集)

全般 招集教育訓練を2段階に区分し、それぞれ5日間の教育訓練(技1・2)を設定
技1タイプから技2タイプへ順次履修

各段階 第1段階：初歩的な識能を付与する段階
第2段階：専門技能を発揮するため必要な識能を付与する段階

段階	第1段階[5日]	第2段階[5日]
タイプ	技1	技2
科目	精神教育・サービス・体育	
	基本教練	
	野外勤務	武器訓練及び射撃
	特殊武器防護・野外衛生等	実弾射撃
		職務訓練

※教育訓練の実施場所 ■北海道/札幌市 ■東北/宮城県多賀城市 ■関東/甲信越(静岡県を含む。)/神奈川県横須賀市
■東海・北陸・近畿・中国・四国/滋賀県大津市・愛媛県松山市(技能除く。) ■九州/福岡県久留米市・鹿児島県霧島市(技能除く。)

主な教育訓練内容

科目	一般公募	技能公募
精神教育・サービス・体育	予備自衛官制度、国際軍事情勢、防衛法制、自衛隊の行動・権限等について学ぶとともに、体力向上運動の訓練を行います。	自衛隊の使命、心構え、サービス、国際軍事情勢、防衛法制等について学ぶとともに、体力測定を行います。
基本教練・格闘	個人動作・部隊行動の基礎や徒手、武器携行による格闘技術の基礎訓練を行います。	個人動作・武器携行時の基礎動作について訓練を行います。
野外勤務	歩哨、露営、天幕設営や10km・25km行進訓練等野外における行動の段階的な訓練を行います。	露営、天幕設営について訓練を行います。
戦闘訓練	匍匐や偽装の効果や学び、戦闘行動における基礎動作の段階的な訓練を行います。	戦闘の基礎的な行動について訓練を行います。
特殊武器防護・野外衛生等	防護マスクの装面、催涙剤体験、止血法等について訓練を行います。	防護マスク等の取扱要領について訓練を行います。
武器訓練及び射撃	小銃の分解・整備、照準訓練、実弾射撃等の訓練を段階的にを行います。	小銃の分解・整備、照準訓練、実弾射撃等の訓練を段階的にを行います。



基本教練

自衛官としての基礎動作を修得するための訓練を行います。



野外での行動(掩体構築)

自らを守るための訓練を行います。



実弾射撃前の訓練

姿勢や照準を確実にするための訓練を行います。



小銃の分解・整備

自分で武器を点検・整備します。

先輩の声



※階級等は撮影当時のものです。

今の自分にできる 行動と経験を。

予備自衛官補(一般)採用
予備陸士長

増田 飛影

■ 志願した理由

高校生の頃、進学するか自衛隊に入隊する
かで悩んでいた時に、予備自衛官補の制度を
知りました。学業と二足の草鞋を履くことが
できると考え志願いたしました。

■ 今後の目標

現在では予備自衛官として5年目となりまし
た。夢である世界平和に貢献するために、学生・
会社員・自衛官と、これまでの経験を活かして任
務についていきます。

■ 訓練の感想

何から何まで新しい体験でした。特に、催
涙ガス体験、25キロ行進、実弾射撃など、実
際にやってみなくては見えてこなかった境地
がありました。

■ これから受験される予定の皆さまへ

予備自衛官(補)として取り組んでみて訓練の困難さや責任の重みを感じ、国
防とは何かを知る貴重な機会となりました。
学生から会社員、主婦に自営業と様々な職業・立場の人々がいると思います
が、予備自衛官補を志願することは、今後決して無駄にはならないと思います。



※階級等は撮影当時のものです。

資格を活かし社会 に貢献したい。

予備自衛官補(技能)採用
予備3等陸曹

舘 理奈子

■ 志願した理由

元々災害看護に興味がありました。予備自
衛官制度を知り、自分の資格を活かし人の力
になりたいと思い志願しました。

■ 今後の目標

現在は准看護師の資格ですが、今後は正
看護師の資格も取得したいと思っています。
自分の知識、技術を予備自衛官の立場でも活
かし、社会に貢献したいと思います。

■ 訓練の感想

職業や年齢は、様々ですが同じ志を持った
仲間たちと、励まし合い訓練に臨み、今まで
にない経験をすることができます。普段の生
活とはまた違った宝物を得る事ができます。

■ これから受験される予定の皆さまへ

人の役に立ちたいけど何をしたら良いのか
迷ってる方は、まず受験してみてください。国を
守るという誇りと、何にも代え難い仲間と出
会う事ができます。



※階級等は撮影当時のものです。

子供の笑顔を守る! 先生は「予備自衛官補」。

公募予備自衛官補(一般)
予備自衛官補

佐藤 綾香

■ 志願した理由

学校で火事・地震・事故などが起きた際、
真っ先に対応するのは教員です。有事の際に
一人でも多くの子供たちを守る知識と力を手
に入れたいと思い志願しました。

■ 今後の目標

予備自衛官として派遣される先には大人だ
けでなく子供もいます。小学校での勤務経験
と訓練で身につけた知識と力を任務で活か
せるように、今後も鍛錬します。

■ 訓練の感想

基礎から丁寧にご指導いただけるので安
心して参加できました。「こんな風に伝えると
子供たちも動きやすくなるかも」と自己研鑽
の機会にもなりました。

■ これから受験される予定の皆さまへ

年齢や職業の違う仲間との出会いは刺激
的で、だからこそ多様な人との集団生活が自
身の成長につながります。少しでも興味があ
れば、是非チャレンジしてみてください。

Q & A

地方協力本部では、現役の自衛官が直接ご説明します。お気軽にお問い合わせください!

Q

訓練についていけるか不安があるのですが…。

A

実際、運動があまり得意ではなく訓練についていけるか不安、という方は多く
いらっしゃいます。訓練については、基礎から段階的に実施するので、心配は
ありません。

Q

予備自衛官補に応募するにはどうしたらいいのでしょうか。

A

各地方協力本部で詳細の説明や受付を行っておりますのでお問い合わせく
ださい。(地方協力本部に関しては次ページをご覧ください)また自衛官募集
HPで詳細をご覧ください。志願票もダウンロードできます。

Q

どんな試験を行うのでしょうか。

A

筆記試験、口述試験、適性検査、身体検査を行います。一般公募の筆記試
験においては、教養試験および作文。技能公募の筆記試験においては小論
文があります。

Q

何名くらい採用されるのでしょうか。

A

地域等によって異なります。その年の採用数はお近くの地方協力本部にお
問い合わせください。

Q

教育訓練出頭期間の生活について教えてください。

A

各地の陸上自衛隊教育大隊で実施される教育訓練に参加し、5日間を1クールとする教
育訓練に参加しますが、その間の生活は、指定する駐屯地内で他の訓練参加者と寝食を
共にします。なお、基本的に外出は認められません。(駐屯地には売店等もあります。)

Q

出頭日数の調整は可能でしょうか。

A

教育訓練は1回につき5日間で、日程は事前に地方協力本部から提案されます。
年間複数回あるので、ご本人の都合に合わせて、日程調整いたします。

Q

けがをした場合、補償はあるのでしょうか。

A

予備自衛官補の教育訓練招集中の職務に起因する災害(負傷、疾病、障害、
死亡)については、現職の自衛官とほぼ同等の補償が行われます。

Q

災害派遣、PKOなどの国際平和協力活動に行くことはありますか。

A

予備自衛官に任官後、特に必要と認められた場合、災害派遣に招集される
ことがあります。2011年の東日本大震災において、予備自衛官補出身の
予備自衛官が災害派遣に参加した実績があります。医療支援、通訳支援な
ど後方支援で活躍しました。しかしながら予備自衛官がPKOなど国際平和
協力活動へ参加することはありません。

地方協力本部とは

自衛隊に関する受験、見学、質問、相談等の窓口となっており、現役の自衛官が皆さんの疑問にお答えします。全国各地にありますので、是非お近くの地方協力本部へお気軽にお問い合わせください!

ご質問・お問い合わせはお近くの自衛隊地方協力本部にご連絡ください。

札幌	011(631)5472	札幌市中央区北4条西15丁目1	愛知	052(331)6266	名古屋市中川区松重町3-41
函館	0138(53)6241	函館市広野町6-25	三重	059(225)0531	津市桜橋1丁目91
旭川	0166(51)6055	旭川市春光町国有無番地	滋賀	077(524)6446	大津市京町3-1-1 大津びわ湖合同庁舎5F
帯広	0155(23)5882	帯広市西14条南14丁目4	京都	075(803)0820	京都市中京区西ノ京笠殿町38 京都地方合同庁舎3F
青森	017(776)1594	青森市長島1丁目3-5 青森第2合同庁舎2F	大阪	06(6942)0715	大阪市中央区大手前4-1-67 大阪合同庁舎第2号館3F
岩手	019(623)3236	盛岡市内丸7番25号 盛岡合同庁舎2F	兵庫	078(261)8600	神戸市中央区脇浜海岸通1-4-3 神戸防災合同庁舎4F
宮城	022(295)2612	仙台市宮城野区五輪1丁目3-15 仙台第3合同庁舎1F	奈良	0742(23)7001	奈良市高畑町552 奈良第2地方合同庁舎1F
秋田	018(823)5404	秋田市山王4丁目3-34	和歌山	073(422)5116	和歌山市築港1丁目14-6
山形	023(622)0712	山形市緑町1-5-48 山形地方合同庁舎1・2F	鳥取	0857(23)2251	鳥取市富安2-89-4 鳥取第1地方合同庁舎6F
福島	024(531)2351	福島市花園町5-46 福島第2地方合同庁舎2F	島根	0852(21)0015	松江市向島町134-10 松江地方合同庁舎4F
茨城	029(231)3315	水戸市北見町1-11 水戸地方合同庁舎4F	岡山	086(226)0361	岡山市北区下石井1-4-1 岡山第2合同庁舎2F
栃木	028(634)3385	宇都宮市桜5丁目1-13 宇都宮地方合同庁舎2F	広島	082(221)2957	広島市中区上八丁堀6-30 広島合同庁舎4号館6F
群馬	027(221)4471	前橋市南町3丁目64-12	山口	083(922)2325	山口市八幡馬場814
埼玉	048(831)6043	さいたま市浦和区常盤4丁目11-15 浦和地方合同庁舎3F	徳島	088(623)2220	徳島市万代町3-5 徳島第2地方合同庁舎5F
千葉	043(251)7151	千葉市稲毛区轟町1丁目1-17	香川	087(823)9206	高松市サンポート3-33 高松サンポート合同庁舎南館2F
東京	03(3260)0543	新宿区市谷本村町10番1号	愛媛	089(941)8381	松山市三番町8丁目352-1
神奈川	045(662)9429	横浜市中区山下町253-2	高知	088(822)6128	高知市栄田町2-2-10 高知よさこい咲都合同庁舎8F
新潟	025(285)0515	新潟市中央区美咲町1丁目1-1 新潟美咲合同庁舎1号館7F	福岡	092(584)1881	福岡市博多区竹丘町1丁目12番
山梨	055(253)1591	甲府市丸の内1丁目1番18号 甲府合同庁舎2F	佐賀	0952(24)2291	佐賀市与賀町2-18
長野	026(233)2108	長野市旭町1108 長野第2合同庁舎1F	長崎	095(826)8844	長崎市出島町2-25 防衛省長崎合同庁舎
静岡	054(261)3151	静岡市葵区柚木366	大分	097(536)6271	大分市新川2丁目1-36 大分合同庁舎5F
富山	076(441)3271	富山市牛島新町6-24	熊本	096(366)1271	熊本市西区春日町2丁目10-1 熊本合同庁舎B棟3F
石川	076(291)6250	金沢市新神田4丁目3-10 金沢新神田合同庁舎3F	宮崎	0985(53)2643	宮崎市東大湊2丁目1-39
福井	0776(23)1910	福井市春山1丁目1-54 福井春山合同庁舎10F	鹿児島	099(253)8920	鹿児島市東郡元町4番1号 鹿児島第2地方合同庁舎1F
岐阜	058(232)3127	岐阜市長良福光2675-3	沖縄	098(866)5457	那覇市前島3丁目24-3-1



予備自衛官補

詳しくはインターネットで

最新情報は
ホームページでご確認ください。

■自衛官募集ホームページ
(予備自衛官補)



■自衛官募集X
(旧ツイッター)



お問い合わせは下記の自衛隊地方協力本部へ