

各種予備自制度の説明や訓練日程及び自衛官募集についての最新情報などを青森地方協力本部HPでご覧いただけます。

青森地方協力本部



予備自通信

- 発行：自衛隊青森地方協力本部援護課
- 住所：青森市長島1-3-5
青森第二合同庁舎2F
- 電話：017-776-1594
- メール：hqi-aomori@pco.mod.go.jp

9/1から予備自衛官等の手当引上げ開始！

令和7年9月1日に予備自衛官等の処遇改善関連規則が施行され、予備自衛官等の各種手当が引き上げ及び新設されました。以下に一部抜粋して紹介します。

【各種手当の引き上げ】

📄 1 任期满了時の受給モデルで比較すると… 📄

・予備自衛官 約27万円⇒ 約68万円	・即応予備自衛官（階級別） 約163～197万円⇒ 約242～325万円
-------------------------------	--

区分		改定前	現行
予備自衛官	予備自衛官手当	4,000円/月	12,300円/月
	訓練招集手当	8,100円/日	11,000円/日
	勤続報奨金（新設）	-	70,000円/3年
即応予備自衛官	即応予備自衛官手当	16,000円/月	18,500円/月
	訓練招集手当（階級別）	10,400～14,200円/日	17,100～26,300円/日
	勤続報奨金	120,000円/3年	215,000円/3年

※手当・給付金は課税対象になります。

【予備自衛官事業継続給付金の新設】

事業を営む予備自衛官等が、防衛出動、国民保護等派遣、災害派遣等への招集及び訓練招集を含む招集中の負傷又は疾病で、平素の勤務先を離れざるを得なくなった場合等に、当該予備自衛官等に対して、自ら行う事業の継続に資するための給付金が支給されます。

事業を営む予備自衛官等が、勤務先における事業に従事することができなかった日数



日額34,000円



給付額

【（前期）予備自訓練実施状況】



訓練お疲れ様でした。後期も引き続きよろしくお願ひします。

令和7年4月20日から始まった予備自衛官招集訓練は、10月1日現在で予備自衛官5日間招集訓練が5回、1日間招集訓練が2回、公募予備自衛官訓練が1回、佐官訓練が2回実施されました。今年度の訓練も予備自衛官の皆様のご協力により順調に進んでおります。また、雇用企業及びご家族の皆様におかれましては、今年度の訓練参加へのご配慮をいただき誠にありがとうございます。今年度も後半戦に入りましたが、引き続き訓練出頭いただきますようお願いいたします。

予備自衛官招集訓練開始

令和7年度（前期）

R7 予備自衛官中央訓練

令和7年6月6日から10日までの間、朝霞・練馬駐屯地、防衛省市谷庁舎及び東富士演習場において予備自衛官中央訓練が実施され、青森地方協力本部所属の森内淑恵 予備1等陸尉及び 木村泰嗣 予備陸士長が参加しました。

本事業は、全国から成績優秀な予備自衛官を招集して予備自衛官中央訓練を実施し、参加予備自衛官の知識及び技能を向上させることを目的としており、陸上幕僚長訓示、富士総合火力演習研修及び駐屯地警備を想定した総合訓練などが行われました。

参加所見

【木村泰嗣 予備陸士長】
予備自衛官補（一般）として採用され50日間の教育訓練を修了し予備自衛官に任官

このたび、令和7年度予備自衛官中央訓練に参加する機会をいただき、誠に貴重な経験をさせていただきました。地元青森での通常訓練とは異なり、全国から集まった隊員とともに、より広域かつ実践的な訓練に臨めたことは、大変光栄であり、非常に有意義な時間となりました。私は一般公募枠からの参加でしたが、「自分ができることを最大限やろう」という気持ちで、全ての訓練に真剣に取り組みました。青森から移動し、大宮駅に降りると、気温差が10度以上あり、気候の違いに驚きつつも、「いよいよ始まる」という緊張感と高揚感を胸に、中央訓練へと向かいました。

総合訓練では「駐屯地警備」が主なテーマであり、状況に応じて臨機応変に発生する事象に対応する難しさを実感しました。私は通信担当として本部の指示を分隊に伝え、また同時に分隊からの情報を本部に報告するという重要な役割を担いました。無線の取扱いには不慣れでしたが、担当の自衛官の方々と、隣にいる小隊長と副小隊長の的確な支援により、情報伝達を継続できたことは大きな学びとなりました。

また、訓練期間中は、全国各地から集まった隊員との交流も大きな財産となりました。同じ部屋で寝食をともにした仲間たちと、それぞれの地域での訓練の様子や取り組みについての情報交換を行い、互いに刺激を受けながら日々を過ごしました。

後半には、富士総合火力演習や市ヶ谷記念館での研修を通じて、陸上自衛隊の装備や歴史、組織のあり方についての理解を深めることができました。

最後に、この訓練に際し、多大な支援をいただいた青森地方協力本部の皆様、現地でご指導をいただいた東部方面隊の皆様を心より感謝申し上げます。今回の経験を今後の人生にも活かしてまいります。



予備自衛官補辞令書交付式

7月19日、青森第二合同庁舎において令和7年度予備自衛官補辞令書交付式を実施しました。交付式では、阿部予備自衛官以下4名に、本部長から辞令書が手渡された後、阿部予備自衛官の宣誓に合わせ、本部長からは「皆様ににおかれましては、今後予備自衛官補として教育訓練に励んで頂くこととなります。仕事や学業と両立させながら、初めてとなる訓練や自衛隊施設内での生活などに戸惑いや不安を抱くことがあろうと思いますが、我々も全力でサポートしますので、気負うことなく取り組んでください。（一部抜粋）」との式辞を頂き、初回訓練出頭への不安感軽減及び訓練参加意欲向上を図りました。

青森地本は、採用後の訓練出頭へのサポートを一人一人丁寧に実施し、継続的な訓練参加を一緒に目指していきます。

予備自補について詳しくはこちら↓



詳細な訓練日程等は青森地本HPをご覧ください



後期訓練日程

早いもので今年度も残り半年になりました。これから出頭される方は下記の日程で希望を出されているかと思いますが、急遽都合が悪くなった場合は、お早めにご連絡ください。日程変更や分割出頭も可能ですので、まずは青森地方協力本部予備自室までご相談ください。

引き続き訓練出頭へのご協力をよろしく願っています。

	青 森	弘 前	八 戸
3 次	12/4(木)～ 12/8(月)	11/13(木)～ 11/17(月)	11/15(土)～ 11/19(水)
4 次	2/26(木)～ 3/2(月)	2/12(木)～ 2/16(月)	3/5(木)～ 3/9(月)

予備自衛官等募集中！

青森地方協力本部では予備自衛官、即応予備自衛官、予備自衛官補を鋭意募集中です。皆様の身の回りに当制度に少しでもご興味のある方がいらっしゃいましたら是非青森地本までご連絡ください。

自衛官経験者は



予備自衛官

即応予備自衛官

へ志願できます

自衛官未経験者は



予備自衛官補

へ志願できます

【問い合わせ先】
青森地方協力本部援護課
予備自衛官室
TEL:017-776-1594
E-mail:hq1-aomori@pco.mod.go.jp