平和を、仕事にする。
防衛省自衛官募集

自衛官採用

自衛隊
総合採用案内

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

SELF-DEFENSE FORCE

平和を、仕事にする。

防衛省・自衛隊

国家を守る、公務員。それが、自衛官です。

国家を守るというやりがい

自衛官は、国の平和と独立を守るという使命の下、領土・領海・領空を守る活動や災害時の捜索・救助、医療等の対応、海外での国際平和協力活動など、様々なフィールドで活躍しています。

あらゆる仕事がある職場

多様な分野のエキスパートが活躍する自衛隊。戦車や艦艇などの最新装備を扱う分野から人事・総務まで、陸・海・空のそれぞれにあなたの適性に応じた幅広い選択肢があります。

女性にも広がるフィールド

女性自衛官に対しても、原則、全ての職種が解放されています。年々、女性自衛官の数は増えており、2022年3月末現在で約1.9万人が自衛隊に在籍しております。（全自衛官の約8.3%）

安定したワークライフバランス

勤務は、8時15分から17時までの1日7時間45分※を基準とし、基本的には週休2日です。冠婚葬祭に伴う特別休暇の他、訓練等で休日勤務した場合には代休を取得できます。

※各駐屯地・基地によって異なります。

充実した福利厚生

自衛官には、従事する仕事によりさまざまな手当があります。賞与の支給、被服の支給・貸与もあり、寮の居住者には食事や寝具が支給され、家賃もかかりません。また、各種保険も完備されています。

自衛隊の ソレ、誤解ですから！

自衛官の仕事には、なぜか都市伝説

ソレ誤解！01 やっぱり、バリバリ体育会系ばっかり…？

同期と後輩と一緒に食事に行ったときの写真。みんな仲が良くて、よく一緒に出かけています。

オフの時間は、外出してアクティブに過ごすこともあれば、読書をしてゆっくり過ごすことも。

いえいえ、
文化部や帰宅部出身の同期もいますよ！

渡邊大和（22）陸上自衛隊／第1普通科連隊 第4中隊 陸士長

運動をしてこなかった人には、その分伸びしろがあります。向上心さえあれば、体力も精神力もすぐに伸びていきますよ！　体育会系のイメージが強い普通科でも、武器の整備や駐屯地の清掃など、体を動かさない業務も意外に多いんです。

ソレ誤解！02 仕事は肉体系ばっかり…？

いえいえ、
デスクワークもありますよ！

髙麻美（32）陸上自衛隊／第1師団 司令部付隊 幕僚庶務室 3等陸曹

来訪者が気持ち良く過ごせるよう、会食の準備やおもてなしをするのが私の仕事です。デスクワークの仕事も多いので、体力に自信がなくても大丈夫。仲間と共に効率良く仕事をさばき、時間通りに終わらせることが日々の達成感につながります。

会議の資料を作成しています。仲間とコミュニケーションを取りながら楽しく働ける職場です。

資料作成だけでなく、上官の会食の準備をするのも大切な仕事です。

ソレ誤解！03 基地から出られないって聞いたけど…？

絵を描くのが得意です！ カフェだと没頭できるんですよ。

スケートボードも趣味の一つ。こうした時間があるからこそ、日々の仕事に真剣に取り組めるんです。

いえいえ、
申請すればちゃんと外出できます！

上岡拓矢（24）航空自衛隊／航空気象群 入間気象隊 空士長

パソコンで外出申請を作成し、印鑑を押してもらったら、外出できるんです。僕はカフェ巡りや絵を描くなどして趣味の時間を楽しんでいます。リフレッシュできますし、明日も仕事をがんばろうというモチベーションにつながりますね。

※所属・階級は撮影当時のものです。

のような誤解がとても多い…。今回は、そんな自衛官のリアルな姿を紹介します。

「ソレ、誤解ですから！」
動画はこちらから

ソレ誤解！04 自由な自分の時間がなさそう…

基地内のクラブ活動で週5日、サッカーで息抜きしています。毎年全国大会もあるんです。

10日間長期休みを取って、妻が好きなハワイへ。妻の影響で僕もハワイが好きになりました。

いえいえ、

平日は17:00前後で終業ですよ！

宮野拓也（27）海上自衛隊／下総教育航空群 第203整備補給隊 機側整備隊 3等海曹

私が所属する部隊の勤務時間は平日8:00～16:45まで。業務に支障がなければ定時に帰ることも可能です。1時間の昼休憩もあり、基地内で水泳や筋トレをすることも。土日は休みなので、サッカーや家族との時間をしっかり確保できています！

ソレ誤解！05 長期休暇とかとれないんですよね…？

いえいえ、

先週8連休を取りました！

鈴木智敦（25）海上自衛隊／第11護衛隊 護衛艦やまぎり 海士長

旅行や家族サービスが好きで、よく長期休暇を取っては友人と遊びに行きます。実家ではクッキーを焼くことも。私は海上自衛官なので、船が修理中のときは休みが取りやすいですね。平日でも勤務時間以外は自由な時間が取れますよ。

鹿児島に行ったときの写真です。水族館から見える、桜島の壮大なスケールに驚きました！

長期休暇に同期と京都に行きました。クリスマス時期で、男3人で撮り合いっこして遊びました。

ソレ誤解！06 訓練について行けなさそう…

自衛隊のお祭りで6歳の息子と記念撮影。家族の存在も、大切な心の支えになっています。

教育隊の同期とは今でも仲良し！ みんながいてくれたから今の私があります。

いえいえ、

教官や同期が必ず支えてくれます！

保坂菜月（31）陸上自衛隊／第1師団 司令部付隊 3等陸曹

教育期間の訓練は、あくまで基礎的な体づくりが目的。段階的に少しずつ進んでいきます。中には運動が苦手な人もいますが、できない部分は教官が個別にサポートしてくれますし、何より、一緒に乗り越える同期の存在が心の支えになります！

※所属・階級は撮影当時のものです。

自衛隊の ソレ、できます！

国を守る仕事、といっても、
漠然としてますよね。
いったい何ができるの？
実は幅広い仕事の魅力があるんです。

女性も活躍？ できます！

女性も艦長になれます！

女性自衛官も急増中。
男女問わなく活躍しています！

CHECK >> P.19~20

広い世界？ 見られます！

空の上、南極、モンゴル…
いろいろな世界に行けるんです。

CHECK >> P.09

デスクワーク？ できます！

資料を作ったり、事務作業をしたり…
机に向かう仕事もあるんです。

CHECK >> P.17~18

グローバルに活躍できるのは魅力です！

手に職？ つけられます！

入隊後に
取得できる資格も
たくさんあるんです。

CHECK >> P.15~16

国際貢献？ できます！

一生の宝になりました！

国際平和のため
さまざまな国で活動しています。

CHECK >> P.09

自衛隊の
ソレ、できます！

もっと知りたい！「隊員ギャラリー」はこちらから

一生の仲間？
できます！

信頼できる
先輩や仲間が
いるから頑張れます！
CHECK ≫ P.10

転職で自衛官？
なれます！

32歳まで
入れます！

OLから
転職しました！

ほかの仕事を経験して
入隊した隊員も
たくさんいます。
CHECK ≫ P.21

いろいろな仕事？
できます！

犬と一緒に働く
仕事もできます！

あなたのやりたいことが
きっと見つかります！
CHECK ≫ P.17~18

時短勤務？
できます！

時間を有効に活用して
ワークライフバランスもばっちり！
CHECK ≫ P.23~24

人を助ける仕事？
できます！

自衛隊だからこそできる
支援の形があります。
CHECK ≫ P.09

自衛官として働くみなさんに聞きました。

自衛官VOICE

自衛官になったきっかけは?
どんなときにやりがいを感じる?
自衛官の仕事について、
先輩6人に聞きました。

人をしっかり育てる組織。自分も成長できました

陸上自衛隊／[illegible]

3等陸曹 川崎好晟

Q 自衛官になって変わった点は?

最初の8か月の教育期間で、自衛官の仕事に対する責任感をしっかりと持つことができました。先輩や仲間が近くにいて、指導やフォローをしてもらえるので、失敗を恐れずチャレンジできます。

Q 今後はどんな仕事を?

今は准看護師として、隊員の健康診断などを行っていますが、医療技術を高めていくか、組織のマネジメントに関わるか考えているところ。自分の強みたい道に挑戦できるのも自衛隊ならではですね。

オン・オフのメリハリがあって毎日楽しいです

陸上自衛隊／[illegible]

3等陸曹 荘野亮補

Q 休日は何をしているの?

前職では有給休暇をとるのに遠慮があったけど、自衛隊ではしっかり休みがとれています。隊の有志とつくったサッカーチームで練習や試合をしたり、飲みに行ったりと、休みを満喫しています。

Q やりがいを感じるときは?

トレーラーで戦車などを運ぶ仕事をしていますが、運転技術にゴールはないんです。毎日、少しずつできなかったことができるようになると嬉しいです。近くで見守ってくれる先輩たちのおかげです。

いろんな「ありがとう」がもらえる仕事です

陸上自衛隊／[illegible]

3等陸曹 高橋寿美

Q どんな仕事をしているの?

隊員が使う経費の処理や衣服などの物品の管理をしています。入隊して初めて知った経理の仕事ですが、いろいろな職種の隊員と関わり、感謝の言葉をもらえる仕事だと感じています。

Q 職場の雰囲気は?

冗談が言えたり、休日はホームパーティで集まったりと、和気あいあいとした家族のよう。入隊前は厳しいイメージがありましたが、尊敬できる先輩ばかりで、自然と「頑張ろう」と思えます。

※所属・階級は撮影当時のものです。

自衛官として輝くみなさんに聞きました。

自衛官VOICE

もっと知りたい!「隊員ギャラリー」はこちらから

安定した収入が得られて趣味も充実しています

海上自衛隊／第2護衛隊群護衛艦たかしお

3等海曹 五日市穣名

Q 自衛官を目指したきっかけは?

兄が陸上自衛官で「お金は貯まるよ」と言われたから(笑)。地元の広報官が海上自衛官で、感銘や仕事内容、やりがいなどを聞いているうちに、海上自衛隊への入隊意思がかたまりました。

Q 入隊後、意外だったことは?

体育会系の厳しい先輩ばかりかと思っていたら、優しい人ばかりでした。家に招いてもらったり、家族ぐるみで食事をしたりしています。休日もしっかりとれて、趣味のドライブを楽しんでいます。

ほかの仕事では経験できないことができます

航空自衛隊／第7航空団飛行教導群3飛行隊

1等空尉 小野彰一郎

Q 仕事で大切にしていることは?

モチベーションを保つこと。うまくできなかったことがあっても、次の目標を立てて準備やイメージをしっかりとして、次のフライトに臨みます。そうしてうまくできたときの達成感はひとしおです。

Q 自衛官になってよかったことは?

職場環境は風通しがよく、働きやすいです。先輩の指導やフォローもありがたく、後輩にも同じようにできたらと思っています。休みも積極的にとれるので、釣りや登山、買い物などに出かけています。

全国に一緒に頑張れる仲間ができます

航空自衛隊／第7航空団整備補給隊整備隊

3等空曹 関一

Q 仕事で難しさを感じることは?

後輩を育てることです。部隊を維持するためにも人の育成は大事ですが、整備と違って手順書がありません。今まで指導してくれた先輩たちの教えを自分の中で咀嚼して、後輩に伝えるようにしています。

Q 自衛官のおすすめポイントは?

国家公務員で勤務地が全国のため、一緒に頑張った同期が各地にいます。同じ部隊の隊員の出身地もさまざまです。いろんな土地の話が聞けたり、遊びに行けたりするのは楽しいです。

※所属・階級は撮影当時のものです。

自衛隊の3つのミッション

自衛隊は、国の平和と独立を守るという使命の下、領土・領海・領空を守る活動や、災害時の捜索・救助、医療等の対応、海外での国際平和協力活動など、様々なフィールドで活躍しています。

01 国の防衛

領土を守る

わが国を含む地域や国際社会の新たな脅威となっている核・弾道ミサイル。自衛隊ではわが国自身の弾道ミサイル防衛システムを整備するとともに、日米安保体制による抑止力・対処力の向上に努めることにより、適切に対応します。

領海を守る

2016年に東シナ海中部海域で確認されて以降太平洋へと進出しつつある中国海軍戦闘艦艇部隊に代表される海の脅威。各種事態に際して迅速かつシームレスに対応するため、自衛隊では警戒監視・情報収集などに万全を期していきます。

領空を守る

平成28年度（2016年度）の緊急発進回数は、昭和33年(1958年)に対領空侵犯措置を開始して以来、過去最多となる1,000回を超えました。今後とも、わが国周辺海空域における警戒監視活動に万全を期すとともに、国際法及び自衛隊法に従い、厳正な対領空侵犯措置を実施します。

02 災害派遣

人命を救い、支援によって生活を取り戻す

自衛隊では、大規模な自然災害や航空機事故などに際して国民の生命及び財産を守るため、人命救助、捜索や被災民の生活支援、被災地の復旧、離島などの救急患者を航空機で緊急輸送するなど、国内のどの地域においても災害派遣ができる態勢を保持しています。各種の災害に迅速かつ的確に対応するために、災害派遣計画を策定するとともに、平素から計画の実効性を高めるための訓練にも取り組んでいます。

令和2年新型コロナウイルス感染症拡大防止にかかる災害派遣

平成30年北海道胆振東部地震にかかる災害派遣

平成30年7月豪雨(西日本豪雨)にかかる災害派遣

平成29年7月九州北部豪雨にかかる災害派遣

03 国際平和協力活動等

平和を維持するために行う国際社会への貢献

テロや地域紛争といった地球規模の問題を解決する国際平和のための活動に、わが国も積極的かつ主体的に取り組んでいく必要があります。自衛隊は湾岸戦争後のペルシャ湾・掃海艇派遣以来20年以上、国際平和のための活動を継続してきました。今後はこれまで以上に国際活動が重要性を増し、派遣される自衛隊員の一人ひとりがわが国の国際平和協力活動等の主役として活躍することが求められています。

国連PKO支援部隊
早期展開プロジェクト(施設)
ケニア及びエジプト

2015年以来、ケニアにある国際平和支援訓練センターに陸上自衛官などを教官として派遣し、施設器材操作訓練を実施しています（令和元年はウガンダにおいて実施）。また平成30年以降、ベトナムにおいても実施しています。

インドネシア
国際緊急援助活動

スラウェシ島で発生した地震・津波を受け派遣された空輸隊は、救援物資の輸送及び被災民の輸送などを行いました。

ソマリア沖・アデン湾の
海賊対処活動

海賊行為が生起しているソマリア沖・アデン湾に部隊を派遣し、国際社会の一員としてさまざまな国々と力を合わせて海賊対処に取り組んでいます。

国連南スーダン共和国
ミッション

2011年に分離独立を果たした南スーダン共和国の国造りに対する協力やグローバルな安全保障環境の改善に寄与しています。2017年の派遣施設隊の撤収後も、兵站・情報・施設・航空運用の各幕僚計4名を派遣しています。

自衛官のキズナ 仲間や先輩、みんながいるからがんばれる

先輩後輩のキズナ

橋本健（20）航空自衛隊／航空救難団 飛行群 入間ヘリコプター空輸隊 1等空士

大住信康（31）航空自衛隊／航空救難団 飛行群 入間ヘリコプター空輸隊 3等空曹

Q.相手との関係性は？

「エンジン整備の頼れる先輩。仕事以外でも、困ったことは何でも相談しています」

「入隊8年目で初めてできた、ヘリコプターのエンジン整備の後輩です」

Q.相手に日頃思っていることは？

「ミスをしたときにも的確なアドバイスをくれて励ましてくれるので感謝しています」

「勘が良く飲み込みも早いので、教えがいがあります」

Q.相手との印象深いエピソードは？

「大住3曹からの誘いをきっかけに昼休みの筋トレが日課に。体づくりに励んでます」

「音楽や服の趣味も合う仲なのですが、最近は二人で台湾まぜそばにはまり中！」

Q.今後のあなたの目標は？

「日々勉強を積み重ねて、大住3曹の背中に一日でも早く追いつきたいです」

「エンジンの状態について自分で判定を下せるような一人前の整備員になりたい」

同期のキズナ

大木杏夏（23）海上自衛隊／下総教育航空群 第203教育航空隊 1等海曹

磯上拓哉（23）海上自衛隊／下総教育航空群 第203教育航空隊 1等海曹

Q.相手との関係性は？

「苦楽を共にした同期の仲。訓練では同じ飛行機に乗ることが多いです」

「パイロット学生の同期の中で唯一の女性です。5年近く一緒に訓練をしています」

Q.相手に日頃思っていることは？

「お互いに訓練のシラバスを見せ合うなど切磋琢磨できる関係なので感謝してます」

「毎日一緒に勉強をする仲なので、今後も女性パイロットとして活躍してほしいです」

Q.相手との印象深いエピソードは？

「大きなケンカをしたことも。次のフライトまでには仲直りしてました」

「フライト後、思ったことを言ってくれるので、自分の短所を気づかせてくれます」

Q.今後のあなたの目標は？

「憧れの教官が乗っていたP-3C哨戒機のパイロットになり日本の海を守りたいです」

「学んできた知識や技能を生かして、部隊で即戦力となれるようなパイロットになる」

ありがとうの記憶 自衛官の記憶に残る、「ありがとう」のシーン

THANKS.01

ノートに記された温かい言葉

黒田まゆ（22） 陸上自衛隊／第1後方支援連隊 補給隊 業務小隊 需品サービス班 陸士長

東日本大震災で地元が被災した経験から、災害時に女性をサポートする仕事がしたくて自衛官になりました。災害派遣の際には、入浴場を作る入浴支援の仕事を担当しています。大雨の中での設営など大変なこともありましたが、お風呂に入ってくれた方々からのメッセージノートに「黒田さんの笑顔のおかげで元気がでる」との言葉を見つけたとき、この仕事をしていて良かったなと思いました。

THANKS.02

発災直後の搬送現場で

梅村俊（33） 陸上自衛隊／第1後方支援連隊 衛生隊 治療隊 診療技術班 曹長

台風19号で多摩川が氾濫した際、救護班として水没した病院から患者さんたちを各病院へ搬送しました。これまでにも災害派遣の経験はあったものの、発災すぐの支援は初めて。混乱した状況の中で少しでも安心感を与えられるよう、冷静な行動を意識しました。無事に搬送を終え、患者さんや付き添いのご家族から「ありがとう」の言葉をいただいたときは、嬉しかったと同時にとてもほっとしました。

※所属・階級は撮影当時のものです。

自衛隊の活動

陸・海・空、全ての平和を守る

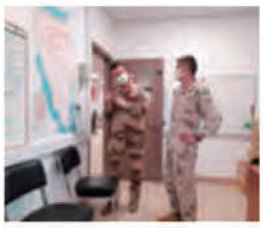
仕事について
知りたい方はこちらから

自衛隊の使命の第一は日本の平和と独立を維持することです。地域紛争や国際テロなど国際社会では多様な問題が発生し続けている中で、もし日本が武力攻撃などの有事に見舞われた場合に国民の生命と財産を守るためには、常日ごろからの備えが必要不可欠です。自衛隊では、平時であっても準備・訓練を行い、万一の侵略行為にも即座に効果的な対応ができるように備えています。また、日本周辺の海や空を常時パトロールすることで、国民の生活が脅かされることのないよう防衛力を強化し、侵略行為の未然防止に努めています。

陸上自衛隊　国民に最も近い所でその生命を守る

隊員数:約14万人 駐屯地:164カ所

警戒・監視
日本の沿岸を航行する船舶等の情報収集を行っています。



国際平和協力活動
国際平和のための努力及び国際協力の推進に寄与するため、世界各地で主体的・積極的に取り組んでいます。

防衛協力・交流
国際社会における多層的な安全保障協力を推進するため、各国・地域と戦略的に防衛協力・交流を実施しています。

災害派遣
国内における地震・風水害・火山噴火などの自然災害や海難・航空機事故などの際、救助等「災害派遣」に携わっています。

教育訓練
在職期間全体を通じ、学校や部隊等において階級や職務に応じた教育等を行っています。

海上自衛隊　海洋国家である日本の海洋の平和と安定に貢献

隊員数:約4万2千人 基地:44カ所

警戒・監視
護衛艦、航空機を運用し、周辺海域の航行船舶、ミサイル発射等に対する警戒監視活動を行っています。

国際防衛協力
海賊対処行動や、親善、共同訓練など諸外国と協調した活動を行っています。

共同訓練
各種国際行事に参加するとともに、関係諸国との訓練を実施しています。

災害派遣
地震・豪雨などの被災地にて、海上から救難、支援を行います。

南極地域観測協力
砕氷艦「しらせ」により南極地域観測協力を実施しています。

航空自衛隊　日本の平和と安全を空から守りぬく

隊員数:約4万3千人 基地:73カ所

警戒・監視
わが国とその周辺の上空の状況について、24時間態勢での警戒監視を実施しています。

対領空侵犯措置
国籍不明機が日本の領空を侵犯するおそれがあると判断した場合、これに対処します。

国際平和協力活動
PKO、イラク復興支援など、航空自衛隊は輸送機部隊を中心に様々な活動を行っています。

共同訓練
友好国との共同実効性を確保するため、米空軍などとの連携をより強化し、緊密化させています。

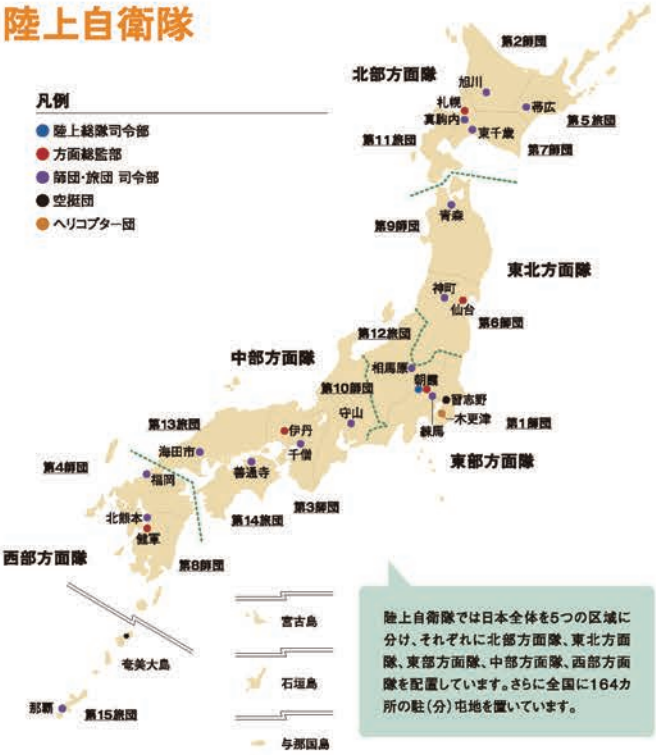
災害派遣
被災者や遭難した船舶・航空機の捜索・救助など様々な活動を行っています。

自衛隊の拠点

迅速な対応のため全国に拠点を置く

陸上自衛隊は約14万人、海上・航空自衛隊はそれぞれ約4万人。数多くの隊員を擁する自衛隊は、陸上・海上・航空それぞれが日本全体をいくつかのエリアに分けて多くの拠点を置いています。国土の防衛や海上交通の安全確保、自然災害、火災・海難・航空機事故からの人命救助など、あらゆる事態への迅速な対応を可能にする体制を敷いているのです。

陸上自衛隊

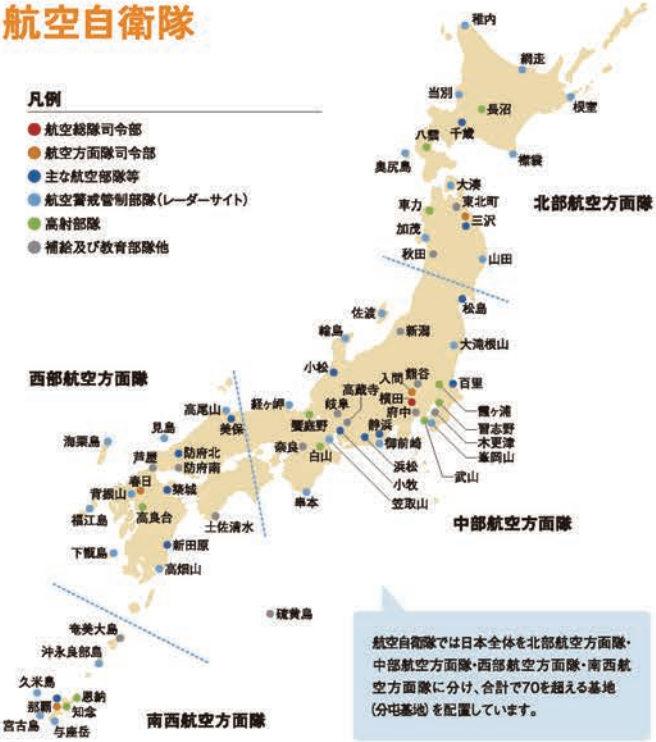


陸上自衛隊では日本全体を5つの区域に分け、それぞれに北部方面隊、東北方面隊、東部方面隊、中部方面隊、西部方面隊を配置しています。さらに全国に164カ所の駐(分)屯地を置いています。

海上自衛隊

海上自衛隊は海に限らず陸・空においても活躍しています。護衛艦、航空機、潜水艦等からなる「自衛艦隊」と、日本を5つのエリア(警備区)に分けて担当する「地方隊」が連携して日本の平和・安全を維持しています。

航空自衛隊



航空自衛隊では日本全体を北部航空方面隊・中部航空方面隊・西部航空方面隊・南西航空方面隊に分け、合計で70を超える基地(分屯基地)を配置しています。

自衛隊の主な職種・職域

さまざまな分野のエキスパートで構成
海上自衛隊には約50の、航空自衛隊には

陸上自衛隊　主な職種・職域

普通科

地上戦闘の骨幹部隊として、機動力、火力、近接戦闘能力を有し、作戦戦闘に重要な役割を果たします。

野戦特科

火力戦闘部隊として大量の火力を随時随所に集中して、広範な地域を制圧します。

情報科

情報に関する専門技術や知識をもって、情報資料の収集・処理及び地図・航空写真の配布を行い各部隊の情報業務を支援します。

施設科

戦闘部隊を支援するため、各種施設器材をもって、障害の構成・処理、陣地の構築、渡河等の作業を行うとともに、施設器材等の整備を行います。

機甲科

戦車部隊、機動戦闘車部隊、水陸両用車部隊及び偵察部隊があり、戦車などの正確な火力、優れた機動力及び装甲防護力により、敵を圧倒撃破するとともに迅速に機動します。

高射特科

対空戦闘部隊として侵攻する航空機等を要撃するとともに、広範囲にわたり迅速かつ組織的な対空情報活動を行います。

航空科

各種ヘリコプター等をもってヘリ火力戦闘、航空偵察、部隊の空中機動、物資輸送、指揮連絡等を行い、地上部隊を支援します。

通信科

各種通信電子器材をもって部隊間の指揮連絡のための通信確保、電子戦の主要な部門を担当するとともに、写真・映像の撮影処理並びに通信器材等の整備を行います。

海上自衛隊　主な職種・職域

射撃

護衛艦等において、砲、ミサイルを操作し、各種目標に対する攻撃を実施します。また弾火薬等の取り扱いを実施します。

掃海機雷

掃海艦（艇）等で機雷探知機、掃海具等を操作し、機雷の処分及び機雷の調整、器材の保守整備等を行います。

航空管制

飛行場で離着陸する航空機またはその周辺を飛行する航空機の無線・レーダー等での誘導等を業務とします。

経理・補給

給与・旅費等の計算、物品等の調達、部隊の任務を遂行するために必要な装備等を準備し、供給する業務を実施します。

水雷

護衛艦、潜水艦で魚雷等の水中武器、ソナー等の水中捜索機器を操作し、潜水艦の捜索、攻撃及び器材の整備を行います。

航海・船務

航海は、艦艇の艦橋において航海に関する業務を実施します。船務はレーダー・電波探知装置等を活用し、戦術活動を実施します。

航空機整備

航空機の機体、エンジン及び計器並びにこれらを維持するための器材等の整備、修理、補給等に関する業務を行います。

施設

国有財産についての管理、運用、施設器材・施設車両を用いての建設、道路等の工事及び器材の設備を行います。

航空自衛隊　主な職種・職域

操縦

それぞれの部隊の航空機を運用し、防空をはじめとする各種航空作戦等の任務を遂行します。

高射（運用／整備）

侵攻してくる航空機や弾道ミサイルを撃破するため、ペトリオットミサイルシステム等の操作及び機材の整備を行います。

気象

部隊の運用に必要な航空気象に関するデータの収集、予報などを行い、それらの情報を全国の部隊に提供しています。

航空機整備

航空機、航空機用エンジン、航空機搭載の火器管制装置、武器、弾薬及び車両の整備に関する業務を行います。

兵器管制

日本の領空を常時監視し、接近または侵入してくる航空機等を早期に発見、識別し、必要に応じて戦闘機などの誘導を行います。

航空管制

飛行場において、離着陸する航空機を誘導する航空交通管制業務を行います。

情報通信

情報通信システムの運用・整備等に関する業務、サイバー・電磁波・宇宙領域に関連する業務又はその支援等を行います。

施設

施設の取得、建設、管理、処分等に関する管理などの業務を行います。

される自衛隊には多種多様な職種と職域が用意されています。陸上自衛隊には約16の、約30の職域があります。

自衛隊の職種職域はこちらから

武器科

火器、車両、誘導武器、弾薬の補給・整備、不発弾の処理等を行います。

輸送科

国際平和協力活動等における民間輸送力による輸送や各種ターミナル業務などの輸送を統制するとともに、特大型車両等をもって部隊等を輸送します。

警務科

犯罪の捜査、警護、道路交通統制、犯罪の予防等、部内の秩序維持に寄与します。

衛生科

患者の治療や医療施設への後送、隊員の健康管理、防疫の技術援助及び衛生資材の補給整備等を行います。

需品科

糧食、燃料、需品器材や被服の補給・整備及び回収、給水・入浴・洗濯等を行います。

化学科

各種化学器材をもって放射性物質等で汚染された地域を偵察し、汚染された人員・装備品等の除染を行います。

会計科

隊員の給与の支払いや部隊が必要とする物資の調達等の会計業務を行います。

音楽科

音楽演奏を通じて隊員の士気を高揚するとともに広報活動を行います。

通信

陸上基地、艦艇及び航空機等の通信、暗号の作成及び翻訳、通信器材・暗号器材及び関連器材の操作整備等を業務とします。

潜水

浅海域における簡単な水中作業や機雷・不発弾処理等の爆発物の捜索・処分、深海域における潜水艦の乗員の救助に従事します。

情報

情報処理の収集、処理及び情報の配布、秘密保全等を業務とします。

気象・海洋

気象・海洋観測、天気図類の作成、気象・海洋関係の情報の伝達に関する業務を行います。

機関

エンジン（ガスタービン、ディーゼル等）発電機等の運転、整備及び火災、浸水対処等を業務とします。

飛行

P-1/P-3C哨戒機、US-1A/2救難飛行艇、SH-60J/K艦載ヘリコプター等の搭乗員として飛行任務を実施します。

衛生

病院における医療及び医務室における健康管理や身体検査を実施するとともに、潜水に関する調査・研究等を業務とします。

音楽

音楽演奏を通じて隊員の士気を高揚します。また、広報活動に関する業務を行います。

輸送補給

航空機又は車両による人員・貨物の輸送に関する業務、物品の需給統制、在庫管理、取得出納、保管等の業務を行います。

警備

航空自衛隊の基地の警備を行い、基地内の人員、施設及び器材の防護及び警戒に関する業務を行います。

音楽

広報、宣伝及び儀式等に関する音楽演奏の指揮、指導を行います。

衛生

医療事務管理、衛生管理、衛生運用及び医療施設管理に関する業務を行います。

会計調達

予算の編成、執行計画の作成、調達要求、原価計算、契約、監督、検査等の会計調達業務を行います。

隊務管理

航空自衛隊の任務遂行に必要な総務、人事、厚生、教育、適性検査及び隊務の能率的運営に関する業務を行います。

法務

損害賠償業務や民事裁判等の訴訟業務を行うほか、作戦における法制面の業務を行います。

宇宙領域に係る特技職（計画中）

宇宙利用の優位を確保し得るよう航空自衛隊において宇宙領域専門部隊の新編及び宇宙領域に係る特技職の新設等計画中です。

道も広がるキャリアプラン！

自衛官には、入隊の仕

幹部候補生		一般大学・大学院など				
貸費学生		一般大学・大学院（理・工学部等）専攻者	貸費学生			
防衛大学校	入校	防衛大学校 4カ年				
防衛医科大学校	入校	防衛医科大学校 医学科：6カ年　看護学科：4カ年				
航空学生	入隊	2士 6カ月	1士 6カ月	士長 1年	3曹 7カ月	
一般曹候補生	入隊	2士 6カ月	1士 6カ月	士長 1年9カ月	選考	
自衛官候補生（任期制自衛官）	入隊	自衛官候補生 3カ月	2士 6カ月	1士 1年	士長	退職
高等工科学校	入校	高等工科学校 3年			士長 1年	選抜なし

資格もいろいろ取れます！

取得機会のある資格

車両関係

自動車整備士（1～3級）
大型自動車運転免許（1種）（自衛隊以外の大型自動車運転には限定解除が必要）
大型特殊運転免許
けん引免許

船舶関係

小型船舶操縦士
潜水士

航空関係

航空管制官
航空無線通信士
事業用操縦士

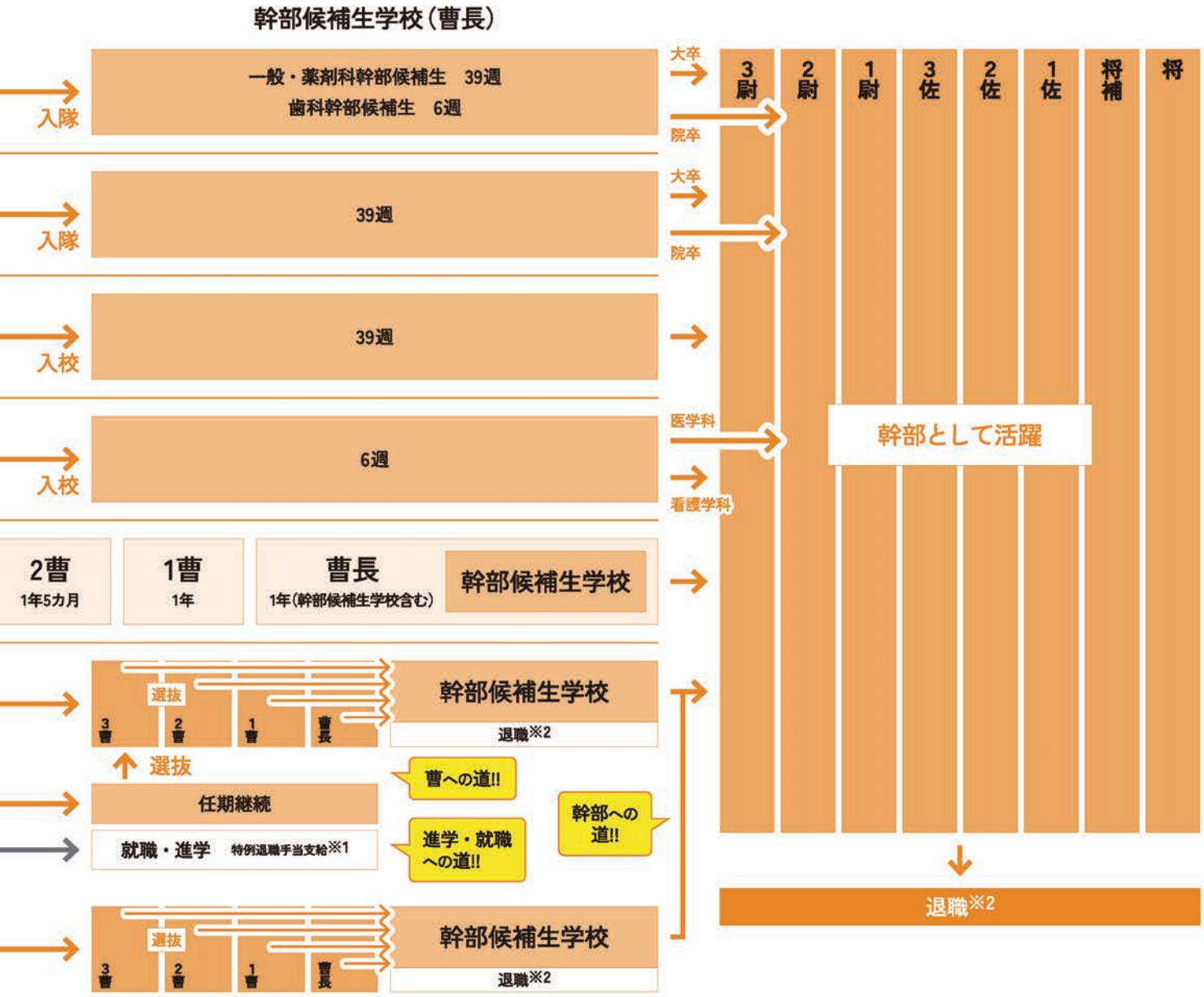
医療関係

救急救命士
准看護師
臨床検査技師
診療放射線技師

その他

危険物取扱者（乙種第4種）
公害防止管理者（第1～4種）
ガス溶接（アーク溶接）技術者資格2級ボイラー技師
電気工事士
パソコン検定（3・4級）
英語検定（2・3・4級）
ワープロ検定（3・4級）
情報処理（1・2級）
調理師免許
栄養士

方から入隊後のキャリアパス、そして退職後に至るまで、さまざまな道が広がっています。



※1　任期制自衛官（自衛官候補生）に対する就職・進学支援

民間企業への就職や大学等への進学を支援!

任期満了後、自衛隊での経験を存分に生かして社会で活躍できるよう、「自衛隊新卒」として就職や進学をサポートします。

- 合同企業説明会
- 公務員受験対策講座
- 総務省と連携した消防吏員としての活用
- 大学進学支援
  （予備校等の授業の通信教育）
  （給付金制度※）
- 技能訓練（車両操縦訓練等）
- 通信教育

その他、相談員による進路相談や就職指導も行っています。

※在学中は即応予備自衛官又は予備自衛官となること等、一定の条件があります。

合同企業説明会

技能訓練（ネイリスト）

技能訓練（ボイラー技士）

※2　任期制自衛官以外の自衛官に対する就職支援

定年退職後のキャリアサポートも充実!

自衛隊は定年が50歳代という若年定年制。だからこそ、退職前からその後のキャリアをしっかりサポートしていきます。

- 業務管理教育
- 技能訓練（車両操縦訓練等）
- インターンシップ
- 防災・危機管理教育（幹部対象）
- 通信教育

その他、相談員による進路相談や就職指導も行っています。

業務管理教育

インターンシップ

防災・危機管理教育

こんな仕事まで？
自衛官の仕事図鑑 30

自衛隊は、いわば自立した「ひとつの社会」。男性女性問わず、いろんな人たちが、いろんな形で働き、支えています。そんなさまざまな仕事の中から30の仕事を紹介します。

「自衛隊の職種・職域」の詳細はこちらから

音楽隊で**歌唱**と打楽器を担当し、事務仕事と並行しながら日々練習を重ねています。遠征も多く、長い時間を共にする音楽隊は家族みたいな存在。お客様から拍手や声掛けをいただけることが一番のやりがいです！

森本史織（30）

陸上自衛隊／第1音楽隊 3等陸曹

海上自衛隊／下総教育航空群 下総航空基地隊 航空警備隊 警備班 2等海士

基地警備員として二人一組で巡回・警備を行い、基地内の安全を守っています。

太田龍星（20）

陸上自衛隊／第1後方支援連隊 輸送隊 3等陸曹

大型ドライバーとして物や人をトラックで運搬。災害時には救援物資を運びます。

岸端彩希（27）

ドライバーとして、高級幹部を安全・快適に目的地へ案内するのが私の仕事です。

佐々木慎司（30）

陸上自衛隊／中央業務支援隊 総務部 車両科 2等陸曹

航空自衛隊への理解と関心を得られるよう、**広報**としてその魅力を発信しています。

大山貴之（43）

航空自衛隊／第7航空団監理部 渉外室 広報班 3等空佐

陸上自衛隊／システム通信団 システム開発隊 分析設計隊 1等陸尉

隊員用クラウドの**システム開発**を担当。使いやすく安全なシステムを作ります。

石丸歩（29）

心理幹部として、隊員やご家族が心の健康を保てるようサポートしています。

是永幸恵（39）

陸上自衛隊／自衛隊中央病院 3等空佐

有毒化学物質を除染する**化学手**です。敵による化学攻撃から人や地域を守ります。

大成正晃（33）

陸上自衛隊／第1特殊武器防護隊 1等陸士

偵察隊員として、バイクで情報収集を行うのが私の仕事です。誰よりも先に現場に赴き、敵の位置や道の状況など、作戦を立てる上で役立つ情報を収集。災害時には孤立地域や倒木で塞がれた道の偵察も行います。

鎌田悠也（25）

陸上自衛隊／第1偵察隊 第3偵察小隊 陸士長

航空自衛隊／中部航空警戒管制団 司令部 人事部 空士長

人事として、隊員の昇任、昇給、異動、育児や介護等の休業に関わる事務等を行います。

徳永ひな子（24）

外務省在ベトナム日本国大使館防衛駐在官 1等陸佐

防衛駐在官としてベトナムの日本国大使館に勤務。日本の安全保障環境構築が使命です。

原隆（42）

航空管制官として、航空機が安全に離着陸できるよう無線を使って誘導しています。

石井幹也（28）

海上自衛隊／下総教育航空群 下総航空基地隊 運航隊 運航班 3等海曹

護衛艦の**乗員**として、船同士がぶつからないようにレーダーを使い安全を確保しています。

櫻井正子（27）

海上自衛隊／第11護衛隊 護衛艦やまぎり 3等海曹

気象員として、航空機が安全に運航できるよう、霧や風など、天気を観測しています。

久松宏平（21）

海上自衛隊／下総教育航空群 下総航空基地隊 運航隊 気象班 海士長

※所属・階級は撮影当時のものです。

警備犬と共に基地を警備する**ドッグハンドラー**として、日々訓練に励んでいます。

吉沢尚凌（25）

航空自衛隊／第7航空団基地業務群管理隊 空士長

航空機整備員として航空機を安全な状態に仕上げ、パイロットに提供しています。

稲垣真凜（24）

航空自衛隊／中部航空方面隊司令部 支援飛行隊 整備隊 空士長

通信員として、災害等による通信障害の発生時に回線を作り、部隊の任務遂行を助けます。

青野功武（25）

海上自衛隊／システム通信隊群 移動通信隊 3等海曹

調理員として艦内で食事を作っています。約7名の調理員がチームとなり、約150名の乗員に3食を提供します。おいしい食事を作ることで、乗員の仕事へのモチベーションを上げることが私の使命です。

鈴木智敦（25）

海上自衛隊／第11護衛隊 護衛艦やまぎり 海士長

音楽演奏の仕事をしています。行進時にはドラムメジャーとして列の先頭を歩きます。

佐野征児（34）

陸上自衛隊／第1音楽隊 3等陸曹

自衛隊の警察として、隊内で事件が起きた際の**犯罪捜査**や、VIPの警護等を行います。

竹中恵理華（30）

陸上自衛隊／第126地区警務隊 3等陸曹

法務官として、自衛隊の任務遂行に必要な法令の調査研究や部隊への助言をしています。

加藤貴之（44）

陸上自衛隊／陸上幕僚監部法務官法規グループ長 1等陸佐

穴掘や整地作業を行う**重機オペレーター**です。災害時には倒木や落石を除去します。

石澤祥一（33）

陸上自衛隊／第1普通科連隊 本部管理中隊 施設作業小隊 3等陸曹

狙撃手は、偵察・監視、警戒を行い、重要目標を狙撃し、国の安全を守ります。

青柳浩一郎（26）

陸上自衛隊／第1普通科連隊 第1中隊 狙撃手 3等陸曹

警戒管制として、日本中の空をレーダーで監視し、日本の空の安全を守っています。

坂田智哉（22）

航空自衛隊／中部航空警戒管制団 中部防空管制群 防空管制隊 空士長

経理員としてお金を管理しています。隊員の給与や移動費の計算管理が主な仕事です。

高橋寿美（21）

海上自衛隊／横須賀地方総監部 経理部 経理課 経理係 海士長

自衛隊所有の火器車両を**整備**しています。珍しい車両の点検や整備にも携われます。

中村慎矢（23）

陸上自衛隊／第1後方支援連隊 第1整備大隊 火器車両整備中隊 1等陸士

私の仕事は**消防**です。火災や航空機事故の際、人命救助や消火活動にあたります。

清水佳佑（21）

航空自衛隊／中部航空警戒管制団 基地業務群 施設隊 空士長

パイロットとして輸送任務にあたっています。輸送機を操縦し、物資や人を安全かつ確実に目的地へ届けることが主な仕事です。「ありがとう」という言葉をいただくとき、やりがいを感じます。

藤田晶（28）

航空自衛隊／第2輸送航空隊 第402飛行隊 3等空尉

臨床検査技師※として病院に勤務。隊員および民間の方の血液検査を行っています。

吉村美歩（25）

海上自衛隊／自衛隊横須賀病院 検査研究課 2等海曹

災害が発生した際、**救難員**として航空機に搭乗し、遭難者の捜索救助を行っています。

佐藤泰明（45）

航空自衛隊／航空救難団 飛行群 百里救難隊 1等空曹

※看護師、薬剤師、救急救命士、診療放射線技師、歯科技工士、医官など、自衛隊にはほかにもさまざまな医療業務があります。

※所属・階級は撮影当時のものです。

いろいろ守ってます！私たち J✦ガール

実は近年、女性自衛官が急増

GIRL.01

部隊における契約手続きや支払い業務を主に担当しています。自衛隊は男性が多いイメージがあるかもしれませんが、経理課は女性も多く、男女の差を感じることはほとんどありません。自分が「こうしたい」と言った提案がそのまま採用されるなど、アイデアが良ければ男女関係なく認めてもらえる現場。自分にとってはとてもやりがいを感じられる環境です。

海上自衛隊／横須賀地方総監部 経理部 経理課
経理係 2等海尉
井口みな（28）

GIRL.02

以前は現場でカメラマンをしていました。現在は撮影の調整やサポートを担当しています。訓練等では男性隊員との体力の差に悩むこともありましたが、「俺たちが写真を撮るよりも、女性である君が撮った方が被写体が和やかになる」という上司からの言葉が励みに。今では私が女性の後輩に伝えています。男性のほうが得意なこともあるように、女性の私にしかできない仕事もあるんです。

陸上自衛隊／陸上総隊システム通信団
第301映像写真中隊 2等陸曹
嶋中佳澄（36）

GIRL.03

陸上自衛隊でヘリのパイロットをしていた父にずっと憧れていました。今は輸送ヘリの操縦をしています。空を飛ぶのは気持ちがいいけれど、難しいことの方が多いですね。機内外のあらゆる人と連携を図ることで、初めて空を飛ぶことができる。だからこそ、一番重要なのはコミュニケーション力だなと感じています。今後は、より信頼されるパイロットになり、定年まで飛び続けたいです！

航空自衛隊／航空救難団 飛行群
入間ヘリコプター空輸隊 1等空尉
吉田瑞穂（36）

※所属・階級は撮影当時のものです。

中！　国はもちろん、自分のアレコレを守りながら自分らしく働く、6人のJガールを紹介します。

「J★ガール」動画はこちらから

GIRL.04

陸上自衛隊の普通科にいる叔父に憧れて、普通科希望で入隊しました。最初の頃は、毎日の訓練や細かいルールになかなか慣れず苦労したことも。でも、居室に戻れば同期たちと笑い合って発散できました。苦手な筋トレも、隣にいる同期に負けたくないと思うと自然とがんばることができたんです。いつでもみんなが一緒だから、何事にも意欲的になれるし、ポジティブでいられますね。

陸上自衛隊／第1普通科連隊 本部管理中隊 通信小隊
通信手 1等陸士
元木藍（18）

GIRL.05

海上自衛隊の艦艇に魅力を感じて入隊しました。入隊後、1年半ほど船に乗っていましたが、女性の先輩もいたので悩みを相談でき、助け合いながら仕事ができました。今では女性自衛官も増え、マイノリティではなくなってきています。女性が活躍できる環境が整っているので誰でもトライできる現場です。艦艇の魅力を感じながら一緒にがんばりましょう！

海上自衛隊／横須賀地方総監部 管理部 人事課
募集支援係 海士長
嘉義紗也佳（26）

GIRL.06

高校生のときに読んだ小説がきっかけで自衛官を志しました。今は防衛部で勤務管理や休暇管理といった庶務の仕事をしています。自衛官の仕事と子育ての両立は難しいように思えますが、子どもが体調を崩せば休むことができますし、基地内に託児所もあるんです。自衛隊で働く女性が「子どもがいてもがんばれるんだ」と思えるようなロールモデルになれたら嬉しいですね。

航空自衛隊／中部航空警戒管制団 司令部 防衛部
3等空曹
二瓶由希子（34）

※所属・階級は撮影当時のものです。

ワレら 元〇〇→自衛官

「元〇〇→自衛官」動画
はこちらから

転職して自衛官になった3人に、ほかの仕事を経験したからこそわかる、職場としての自衛隊を語ってもらいました。

CASE.01 元メーカー勤務

自動車メーカーの部品を扱う仕事から自衛隊に転職しました。前職ではこれ以上自分が成長できるか不安がありましたが、潜水艦乗りになってからは、普段の生活では味わえないような新しい発見も多く、自分の成長を感じることもできています。今後も向上心を絶やすことなく、作業の効率アップやスキルアップに励み、階級を上げられるよう日々努力していきたいです。

海上自衛隊／第6潜水隊 潜水艦せいりゅう 1等海士
小川翔平（27）

人のために働く。
その気持ちは変わりません。

CASE.02 元介護福祉士

介護福祉士として3年間働いたあと、5年前に入隊しました。より安定した生活を送りたいと考えたことと、親も航空自衛官だったことが転職の決め手です。今は主に機上食づくりやVIPへの配食業務を担当しています。隊員の健康維持のために働くこの仕事は、誰かのために思いやりを持って働くという点で前職と通じています。これからも隊員の食の安全を守り、サポートしていきたいです。

航空自衛隊／中部航空警戒管制団 基地業務群
業務隊 空士長
深見亮（27）

CASE.03 元警察官

以前は埼玉県警で交番勤務をしており、その後自衛隊に入隊。現在は特別儀仗隊に所属し、国賓・公賓が来日した際、皇居や首相官邸等でお出迎えの行事に参加しています。ミスの許されない厳しい仕事ですが、天皇皇后両陛下の即位の礼に参加できるなどやりがいも大きいです。自衛隊は団体行動が基本ですが、中隊のみんなが温かく見守ってくれたおかげで中途でもすぐになじめました。

陸上自衛隊／第302保安警務中隊 3等陸曹
松本一馬（28）

※所属・階級は撮影当時のものです。

自衛官の親VOICE

自衛官の子を持つ親の、
リアルな気持ちを聞きました。

「自衛官になりたい」と相談
された方はこちらから

Q.1 自衛官を志す前のお子さんは？

早野さん
（娘が陸上自衛隊所属）

のらりくらりした性格ですね。絵を描いたり文章を書いたり、**創作活動**が好きでした。

佐々木さん
（娘が防衛大学所属）

基本的には真面目な子です。気遣いができる。でも**少し悩みやすい**部分もあったかな。

古高さん
（息子が航空自衛隊所属）

反抗期も激しくありました。それでも入隊を選んだのは、変革していく時期だったんでしょうね。

Q.2 自衛隊に対するイメージは？

三関さん
（娘が海上自衛隊所属）

厳しいんだろうなってイメージくらい。だから正直あまり身近には感じていなかったです。

黒川さん
（息子が陸上自衛隊所属）

テレビで見たことがあるくらいでした。厳しい**鬼軍曹みたいな人**がバシバシやるのかなって。

渡辺さん
（息子が陸上自衛隊所属）

私も**自衛隊に勤めていた**ので、一人前に育ててもらえるかなと思っていました。

Q.3 入隊の意思を伝えられた時は？

黒川さん
（息子が陸上自衛隊所属）

申し訳ないけど**絶対に無理**だと思いました。すぐ辞めて帰ってくるんじゃないかなって。

佐々木さん
（娘が防衛大学所属）

とてもびっくりしました。でも**公的な仕事**に就きたいんだろうなと思って、応援してました。

三関さん
（娘が海上自衛隊所属）

とにかく本人の意思が**相当固かった**ので、しっかりやれよという気持ちになりました。

Q.4 不安に思ったことは？

早野さん
（娘が陸上自衛隊所属）

体力もないし不安でした。でも**価値のある経験**はしてくるんだろうなとは思っていました。

古高さん
（息子が航空自衛隊所属）

一番心配なのが**体力的**についていけるのかってこと。見守るしかないなという気持ちでした。

渡辺さん
（息子が陸上自衛隊所属）

不安定な**世界情勢**が心配でした。世界の動きや流れがどうしても関係してくる仕事ですから。

Q.5 入隊して変わったなと思うことは？

矢田さん
（娘が航空自衛隊所属）

家でも**筋トレ**するようになりましたね。進んで荷物を持ってくれるようにもなりました。

木目さん
（息子が陸上自衛隊所属）

目つきと**言葉遣い**が変わりました。親子の間でも目上の人と喋ってる意識が感じられます。

佐々木さん
（娘が防衛大学所属）

親子の間で予定を立てるときにも**報告・連絡・相談**がきちんとできるようになりました。

Q.6 入隊してよかったと思うことは？

黒川さん
（息子が陸上自衛隊所属）

同期の子たちと**兄弟みたい**に仲良しで、そういう関係ができる仕事はほかにないと思います。

渡辺さん
（息子が陸上自衛隊所属）

自衛隊は人と人が密に関わるので、息子も**人付き合いが上手**になったなと感じています。

矢田さん
（娘が航空自衛隊所属）

国家公務員だからこそ、どんな大企業よりも**安定感**があるのは親として頼もしいです。

Q.7 自衛官の家族として思うことは？

早野さん
（娘が陸上自衛隊所属）

自衛隊がどういう組織か広く認知され、**就職者が増える**イメージになればいいと思います。

矢田さん
（娘が航空自衛隊所属）

なかなか難しいと思うけれど、自衛隊の**日頃行なっている活動**をみんなに伝えてほしい。

三関さん
（娘が海上自衛隊所属）

どうしてもリスクは伴う仕事ですから、少しでも**安心できる**環境になってほしいですね。

Q.8 自衛官としてどうなってほしい？

古高さん
（息子が航空自衛隊所属）

学んできたこと、**その恩**をどうやって返していくかを息子には考えていってほしいです。

早野さん
（娘が陸上自衛隊所属）

幹部になってより良い組織を目指してほしい。娘だったら**それができる**はずだと信じています。

黒川さん
（息子が陸上自衛隊所属）

本当に**たくましくなった**ので、みんなから頼られる見識の広い存在を目指してほしいです。

7つの働き方改革

仕事もプライベートも両方大切にしたい！　そんなあなたの思

WORK. 1 産休・育休制

産休・育休を含め約３年間休業できる。男性隊員も「配偶者の出産特別休暇」等があり、育休取得も奨励されている。

産休・育休経験者がほとんど

子育ての相談もできます！

海上自衛隊／下総教育航空群 下総航空基地隊 本部 2等海曹
林志音（24）

・普段のお仕事は？

基地内のホームページの作成・更新を行っています。部隊からの要望を組み込み、2週間に1回更新。一人で作業をするので大変ですが、感謝されることも多く、嬉しいですね。

・この制度を利用してみて

育休を取っている上司が多く、部隊の中でも積極的に引き継ぎを行ってくれるので、取得しやすいです。また、夏・冬用のマタニティ制服もあり、とても助かります。

PRIVATE PHOTO.01

愛猫のすしろーとリラックス

産休制度を活用し、マタニティエクササイズや血糖値を意識した料理づくりなど、出産に向けて準備を整えています。

WORK. 2 配偶者同行休業

配偶者が外国での勤務・修学を理由に外国に滞在することになった場合、最大3年間休業できる。

パートナーの留学も

家族で一緒にサポート！

陸上自衛隊／第1施設大隊 本部管理中隊 1等陸曹
有薗泉（51）

・普段のお仕事は？

広報の仕事をしています。部外協力団体や部隊見学に来られた方に理解してもらえるよう、部隊の活動について、わかりやすく説明することを心掛けています。

・この制度を利用してみて

妻がアメリカの米陸軍工兵学校に留学する際に10カ月取得。おかげで2歳の娘と家族三人一緒に過ごすことができました。日本にしかない制度で、アメリカで反響がありました。

PRIVATE PHOTO.02

妻の卒業式に娘と一緒に参加しました

卒業式以外にも、妻の学校の文化交流イベントに家族で浴衣を着て参加したことも。他国の文化に触れ、視野が広がりました。

※所属・階級は撮影当時のものです。

いに応える、自衛隊の７つの制度を紹介します。

WORK. 3

ゆう活（夏の生活スタイル変革）

ワークライフバランス推進の一環として、早出遅出勤務を活用した朝方勤務やフレックスタイム制を取り入れている。

夏場の出勤時間をずらして
夕方の時間を有効活用！

航空自衛隊／第4補給処 調達部 3等空曹
藤崎弓佳（36）

・普段のお仕事は？

被服や物品の維持管理、新しい物品の調達などを行っています。隊員や基地の仕事に支障が出ないよう環境を整える仕事なので、スムーズに調達ができるよう心掛けています。

・この制度を利用してみて

出勤時間を調整できるので、早めに帰宅して子どもと一緒に過ごせるのが嬉しいです。普段できないお買い物ができたり、手の込んだ料理を作ることもできます。

PRIVATE PHOTO.03

子ども達と保育園帰りにドライブ！

学校帰りや保育園帰りに、家族でドライブをしたり、買い物に行ったりしています。子ども達と過ごす時間が増えました。

働き方改革って…?

働き方改革は、働く人の置かれた個々の事情に応じ、多様な働き方を選択できる社会を実現することで、成長と分配の好循環を構築し、働く人一人ひとりがより良い将来の展望を持てるようにすることを目指した、国をあげての取り組みです。

ほかにも、こんな制度が!

WORK. 4

庁内託児所

不規則な勤務体制である自衛隊の特性にあった保育を確保するため、全国4カ所に設置されています。

WORK. 5

災害派遣等の緊急登庁時における子どもの一時預かり

災害派遣等で急に派遣される場合、一時的に駐屯地に子どもを預けることができます。

WORK. 6

テレワーク

政府指針を受け、可能な部隊等では、時間や場所にとらわれない柔軟な働き方に取り組んでいます。

WORK. 7

自己啓発のための休業制度

大学等における修学（2年以内）、国際貢献活動への参加（3年以内）のために休業することができます。

※所属・階級は撮影当時のものです。

充実してます！処遇や福利厚生

隊員等およびその家族を含
制度により、処遇と福利厚

給与

俸給月額

階級及び号俸に応じて支給
年一回昇給あり

【一例】
曹長：約40万円/月、2曹：約38万円/月、3曹：約26万円/月
※同年代・類似役職で比較した場合の俸給水準
公安職国家公務員の約1.1倍

加えて

賞与(夏冬ボーナス)

俸給月額等の4.5月分

各種手当

一般職国家公務員の共通手当として扶養手当、住居手当、通勤手当を支給加えて、自衛隊の任務に応じて以下の手当を支給
営外手当：6,020円/月（駐屯地外に居住する曹士自衛官に支給）
航空手当：約20万/月(ジェット戦闘機操縦士、2尉)
乗組手当：約11万円/月(護衛艦乗組員、2曹平均)
空挺隊員手当：約7万円/月(空挺隊員、2曹)

現物給与：食事・住居(光熱水費含む)・医療・被服

食事・光熱水費が無料（営内者等）。基地・駐屯地内の医務室、自衛隊地区病院で医療が無料で受けられる。また、毎年１回の定期健康診断、各種教育課程入校前等の臨時健康診断のほか、年齢に応じて、循環器検診、各種がん検診等を毎年受検。40歳・50歳時には、地区病院等で人間ドック（節目検診）の受診が可能。被服一式も支給・貸与

退職手当

退職時の階級・俸給月額、勤続年数、退職理由に応じて支給

【一例】 曹長の定年退職者1,880万円

若年定年退職者給付金

自衛官の定年年齢が他の公務員に比べ若年定年であることから、これを補うため、退職時の年齢から60歳までの一定収入を補償

【一例】 曹長の若年定年退職者1,200万円

自衛官候補生の採用当初における給与

俸給月額

	2士任官時	採用1年後(1士)	採用2年後(士長)
高卒	18.4万円	19.4万円	20.2万円
大卒	19.4万円	19.6万円	20.4万円

※俸給は、学歴・職歴に応じ加算されます。
※採用後3カ月間の自衛官候補生時は約14.6万円です。
※大卒者の初任給は、複数年かけて202,700円まで引き上げられる予定です。

自衛官任用一時金

約22.1万円(採用3ヵ月後に2士に任官した際、翌月に支給)

一般曹候補生の採用当初における給与

俸給月額

	2士任官時	採用1年後(1士)	採用2年後(士長)
高卒	18.4万円	19.4万円	20.2万円
大卒	19.4万円	19.8万円	20.6万円

※俸給は、学歴・職歴に応じ加算されます。
※大卒者の初任給は、複数年かけて202,700円まで引き上げられる予定です。

むスケールメリットを生かした共助態勢と、防衛省の特殊性を踏まえた各種施策や
生が充実しています。

保険制度

団体保険制度

防衛省独自の保険制度。自衛隊の勤務の特殊性を考慮した多様かつ十分な補償と、防衛省のスケールメリット(共助態勢)を活用した割安な保険料により、生命・医療・傷害、介護、三大疾病等を幅広く補償

防衛省生活協同組合

生命医療共済、火災災害共済制度により、現役および退職後の死亡・医療補償に加え、火災時の動産・不動産損害を安い掛金で補償

団体扱い保険

ガン・自動車・女性保険等、特定の保険についても団体割引が適用され、民間に比べて保険料が割安

貯金制度

共済組合独自の制度として普通貯金、定期積立貯金、定期貯金制度を保有。市中銀行等よりも有利な金利で確実な資産形成が可能

年金制度

安心の厚生年金制度

老齢・障害・遺族の各厚生年金が確実に給付されるとともに、自己の掛金負担により給付がさらに充実

ideco、財形制度

個人掛金から各種税金等が控除され、効率的な資産形成が可能

住居

駐屯地・基地外で生活する隊員が居住する官舎を駐屯地近傍に整備

宿舎は、単身用(1K相当)～世帯用(3LDK相当)を整備。宿舎に入居せず民間のアパート等を借りる場合には、基準に基づき、住居手当を支給。

WLB(ワーク・ライフ・バランス)

休日・休暇

有給休暇等：年次休暇(年間24日)、週休2日制
特別休暇：年末年始・夏季、育児(配偶者出産特別休暇、育児参加特別休暇、子の看護のための特別休暇)・介護等
勤務時間：フレックスタイム制、早出遅出勤務等

厚生施設等

駐屯地内には、体育館の他、コンビニ、食堂、喫茶店、クリーニング店、リラクゼーションルーム、図書室等の入った厚生センターが設置されている。キャンプ用品、スキー用品等の貸し出しもあり。
陸上自衛隊の全駐屯地及び航空自衛隊の一部の基地には、家族との連絡等に使用可能なWI-FIを完備

育児などの家族支援

庁内託児所

駐屯地に隣接した託児所を市ヶ谷、陸自4カ所(三宿、熊本、真駒内、朝霞)、海自1カ所(横須賀)、空自1カ所(入間)及び防医大(所沢)の計8カ所に設置

緊急登庁支援

災害派遣などの際の緊急登庁時に、預け先がない子どもを駐屯地等にて概ね5日間程度、一時的に預かる制度

連絡態勢の確保

長期にわたり国内外に派遣される場合には、家族と隊員が連絡を取る手段としてテレビ電話や無線通信環境の整備を実施

各種優待・割引制度

大手企業と提携した福利厚生アウトソーシング制度
幅広い優待メニューを安価に利用可能

主要メニューの一例

TDR・USJ等、全国主要レジャー施設利用割引、補助金とポイント制度を併用したお得な宿泊割引、美容・育児・健診補助等、女性向け割引、ヤフー・楽天利用時のポイント付与等、日常生活からレジャーにわたる幅広い優待・割引制度が充実

ON・OFFバッチリ！

新人自衛官の1DAYスケジュール

自衛隊に入るとどんな毎日なの？　そんな疑問を探るべく、陸上自衛隊の新人自衛官の生活に密着！

オンオフを切り替えながら仕事も趣味も仲間との時間もぜんぶ楽しんでいます！

塚田賢也（20）
陸上自衛隊／第1後方支援連隊 本部付隊 通信小隊 1等陸士

2カ月前に通信小隊に配属。各課の無線や電話をつなぎ、通信をとる仕事をしています。

＼献立を紹介！／

昼食

夕食

朝・昼・晩と仲間と一緒に食堂で食事をとります。毎日献立が変わる栄養たっぷりの食事が、隊員は無料で食べられます。

6:15

いつもの6人組で朝食を

5:40に起床し、点呼と清掃を終えたら食堂へ。朝食にゆで卵が出ると嬉しい！

8:20

自衛隊体操で体を動かします

スピーカーから流れる音楽に合わせて、みんなで体を動かします。

8:30

朝礼で1日の流れを確認

隊長から「今日もがんばりましょう」と号令がかかり、いざ課業開始！

10:00

銃を整備しています

訓練で得た知識をもとに、火器や機材を部品単位で細かく整備していきます。

12:00

あっという間にごちそうさま！

昼食は喋らず一気に食べてしまいます。金曜昼に出るカレーが一番のお気に入り！

14:00

通信機材を設置中

訓練中の車両と通信がとれるよう、車両に通信機材を積んでいます。

16:30

仕事のラストは体力錬成！

普段は細かい仕事が多いからこそ、1日の最後に体を動かすこの時間が大好き。

17:15

外出は当日申請でもOK

22時半まで外出できるので、同期と夜ご飯を食べに出かけてリフレッシュ！

22:00

キックボクシングに熱中

週末は、金曜夜から日曜夜まで外出にして、自己鍛錬や趣味にいそしんでいます！

※所属・階級は撮影当時のものです。

駐屯地ライフQ&A

・自衛隊に入隊したきっかけは？

高校の部活引退後、何もせず甘えて過ごしていた自分を鍛え直そうと入隊を決めました。私立高校に通わせてくれた親に恩返しもしたかったので。

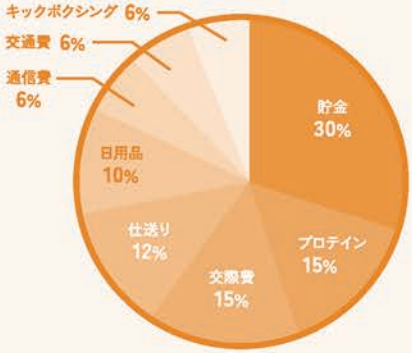
・入隊する前と後のギャップは？

上下関係が厳しすぎないこと。想像していた以上に先輩方は優しく接してくれますし、わからないことがあっても一から丁寧に教えてくれます。

・駐屯地での生活で楽しいことは？

午後の体力錬成の時間にみんなで思い切り体を動かすこと。また、仕事後に寮の同部屋の仲間とくだらない話をすることもとても楽しいです。

お金の使い方　給与　月額 188,000円



ボーナスも出ますよ！

寮では家賃や食費がかからず、貯金もしやすいです。週末は実家に帰り、彼女とのデートや趣味のキックボクシングを満喫。ボーナスは、鹿児島に住む祖母に会いに行く旅費に使いたいと思っています。

これが自衛官ライフ 駐屯地内は街みたい！

自衛官たちが暮らす駐屯地では、普段と変わらぬ生活が送れます。
いわば、どこかの街みたい。そんな駐屯地内を、ナビゲーターが案内します。

普段の暮らしの
一部をご紹介!!

SPOT.01 みんなで楽しく食べられる食堂

海上自衛隊横須賀基地の昼食風景。栄養バランスとボリュームを兼ね備えたメニューを毎日味わえます。

SPOT.02 広々とした4人部屋

入隊後は宿舎での共同生活になるので、居住費がかかりません。仲間と絆を深めながら訓練に慣れていきます。

SPOT.03 コンビニや売店も充実

基地にはそれぞれコンビニがあり、生活用品や食品が購入できます。外に出る必要がないのでとても便利です。

SPOT.04 隊員の健康を守る医務室

基地内にある医務室では、診察を無料で受けることができます。急な病気や怪我でも安心です。

SPOT.05 いつでも便利、ATM

基地の中にはATMも。基本的に毎日の生活費はそれほど多くはかかりませんが、すぐにおろせるのは心強いです。

SPOT.06 ゆっくり休める図書コーナー

自室以外にも基地には休憩スペースが各所設けられています。隊員同士のコミュニケーションも大切です。

SPOT.07 思い切り体を動かせる体育館

体育館は訓練やサークル活動でも使います。スポーツ好きな隊員も多いので、いつも快活な声が響いています。

SPOT.08 髪が伸びたら理髪店へ

基地の中では散髪もできちゃいます。公務員としての規律や品位を保つため、身だしなみを整えるのも大切です。

SPOT.09 一日の疲れを癒やす大浴場

大勢の隊員が同時に入れるよう基地には大きな浴場があります。一日の疲れが消えて、夜はぐっすり眠れます。

クラブ活動の紹介 運動部から文化部まで、さまざまなクラブが各拠点にあります！

和太鼓（陸上自衛隊・前河原駐屯地）

学校職員が学校行事等で和太鼓の演奏を披露して行事を盛り上げます。

サッカー（海上自衛隊・厚木基地）

2017：全国自衛隊サッカー大会 優勝／神奈川県リーグ 2位
2018：全国自衛隊サッカー大会 優勝／神奈川県リーグ 5位
2019：全国自衛隊サッカー大会 優勝／神奈川県リーグ 3位

野球（航空自衛隊・千歳基地）

2018：JABA北海道結成記念大会 準優勝
2019：交流戦JABA東北大会 リーグ戦第3位
2019：プロ野球・アマチュア野球 対 巨人軍（6-1）
2022：社会人野球全国大会出場

ほかにも、女子フットサル、バトミントン、バスケットボール、空手、合気道、茶道、軽音楽、ブラスバンドなど、多様なクラブ活動があります！

理想の未来を実現する多種多様なコース

― INTRODUCTION JSDF COURSE ―

コース	特徴	対象年齢
COURSE 01 一般幹部候補生	防衛大学校卒業者とともに陸・海・空自衛隊それぞれの幹部候補生学校において、自衛隊組織の骨幹である幹部自衛官として必要な知識と技能を学びながら、その資質を養います。	26歳未満 大学卒中は 23歳未満
COURSE 02 自衛隊貸費学生	各自衛隊の装備品をハイテク化する分野等で活躍する人材を養成するため、大学理学部・工学部や大学院修士課程の在学生から選考により採用し、学費金を貸与して修学を助成、卒業後は所定の学歴者により、一般幹部候補生として採用されます。	25歳未満 （大学卒業時25歳未満） 修士課程在学者は27歳未満 （博士課程了者は28歳未満）

コース	特徴	対象年齢
COURSE 03 防衛大学校学生	将来、各自衛隊の幹部自衛官となる者を4年間の教育訓練と全寮制の規律ある団体生活を通じて養成します。広い視野、科学的な思考、豊かな人間性を持ち、想像力と活力に満ちる幹部自衛官となるため、知育以外に徳育と体育を重視しています。	18歳以上 21歳未満
COURSE 04 防衛医科大学校医学科学生	将来、医師である幹部自衛官となる者を6年間の教育訓練と全寮制の規律ある団体生活を通じて養成します。医師としての知識や技能のほかに、生命の尊厳への理解やあらゆる任務を遂行できる強靭な体力も養います。	18歳以上 21歳未満
COURSE 05 （自衛官候補看護学生） 防衛医科大学校看護学科学生	将来、保健師・看護師である幹部自衛官となる者を4年間の教育訓練と全寮制の規律ある団体生活を通じて養成します。看護専門職者としての優れた教養・知識・技能の実践を通じて、防衛省・自衛隊の国内外における活動に貢献できる人材を育成します。	18歳以上 21歳未満

コース	特徴	対象年齢
COURSE 06 一般曹候補生	部隊の基幹隊員である陸・海・空自衛官を養成する制度です。入隊後、教育隊や部隊勤務で知識や経験を積み、それぞれの職域のプロとして活躍します。自衛官の基礎知識はもちろん専門的な技能まで、じっくりと着実に身に付けることができます。	18歳以上 33歳未満 ※採用予定月の1月に おいての年齢
COURSE 07 自衛官候補生	自衛官となるために必要な基礎的教育訓練を経て、任用期間が定められた「任期制自衛官」に任官します。様々な訓練や職務を通じた技術の習得、任期満了後の就職に向けた資格の取得など、希望に合った将来設計が描けます。	18歳以上 33歳未満 ※採用予定月の1月に おいての年齢
COURSE 08 航空学生	海自または空自のパイロットなどを養成します。団体生活を送りながら各種訓練を受け、戦闘機、哨戒機、輸送機、ヘリコプターなどのパイロットなどに最年少でなることが出来ます。	18歳以上 21歳未満 海上自衛隊航空学生は 1曹以上は28歳未満

コース	特徴	対象年齢
COURSE 09 陸上自衛隊高等工科学校生徒	高度機化・システム化された装備品を運用する陸上自衛官となる者を養成するための学校です。国際社会においても自信をもって対応できる自衛官を育てます。	17歳未満の 男子 ※中卒（見込）を含む

コース	特徴	対象年齢
COURSE 10 予備自衛官補	社会人や学生といった自衛官未経験者であっても「予備自衛官補」として採用後、所定の教育訓練を経て「予備自衛官」に任命され、各種事態において自衛官として社会に貢献できます。「一般」と「技能」（語学、医療など）のコースがあります。	18歳以上 34歳未満 技能公募は これに限らず

自衛官になるといっても、その職域や進路は多種多様。
「なりたい自分になる」ために、自分の適性や希望にあうものを探してみましょう。

※大卒者については、定める要件を満たす場合、3曹昇任後1年で幹部候補生への受験資格が得られます。

一般大学等	士長	3曹	2曹	ページ	QR
大学4年次夏頃 本願 → 採用試験 書類・口述等 → 採用 → 任用	約1年 入校	大学校課程修了者 → 昇任	防衛学校課程修了者 → 昇任	P31	
【選考方法】大学卒業者：約3年次、約4年次　大学院卒業者：約1年次、約2年次 ●夏季休暇を利用した約1週間の研修あり ●月間数の研究開発課題研修や現官見学が可能 本願 → 選考（筆記）面接・口述等 → 採用 → 夏季研修 → 任用	約1年 入校	大中 → 昇任	幹中 → 昇任	P32	

学生	士長	3曹	2曹	ページ	QR
入校 → 4年年末卒業、士長へ任命 → 本業	約1年	特別課程学校入校 → 昇任		P33	
入校 → 4年年末卒業、士長へ任命 → 本業	特定課程	特別課程学校入校 → 昇任	幹部候補生学校課程修了者	P34	
入校 → 4年年末卒業、士長へ任命 → 本業	特定課程	特別課程学校入校 → 昇任	幹部候補生学校課程修了者	P34	

幹部候補生	2士	1士	士長	3曹	2曹	1曹	士長	3曹	2曹	ページ	QR
入隊 → 2年6か月後、選考により曹へ	6か月	6か月	1年6か月以上	選考 → 昇任	幹部候補生学校課程受験資格 4年目任官4年で幹内幹部候補生への受験資格が得られる*	約1年 幹部候補生 → 昇任	特別課程学校入校 → 昇任			P35	
入隊 → 任期：1年6か月（曹長）、2年6か月（陸曹長） 任期 試験により曹へ（昇任は任期終了後、曹長を目的へ昇進）	3か月			幹部候補生 → 昇任	幹部候補生学校課程受験資格 4年目任官4年で幹内幹部候補生への受験資格が得られる*	約1年 幹部候補生 → 昇任	特別課程学校入校 → 昇任			P36	
入隊 → 2年間の基礎教育修了後曹へ	約2年 6か月	6か月	1年	昇任 → 航空自衛隊幹部候補生（フライトコース）		約4年		昇任		P37	

生徒	士長	3曹	2曹	1曹	士長	3曹	2曹	ページ	QR
入校 → 3年年末卒業、士長へ任命 → 本業	約1年	昇任	幹部候補生学校課程受験資格 3年4年以上勤務かつ3曹以上	約1年 幹部候補生 → 昇任	特別課程学校入校 → 昇任			P38	

採用試験	予備自衛官補	予備自衛官	ページ	QR
一般公募受験資格 本願 → 採用 → 教育訓練 → 任用	●3年以内に訓練、合計[illegible]時間（一般公募） ●3年以内に1年間、[illegible]時間（技術公募）	●[illegible]、[illegible]により[illegible]され、出頭した日をもって自衛官となる。 ●一般公募からの予備自衛官の子を採用する者は所属の[illegible]を通じて、防衛大臣に予備自衛官となることを可能。	—	

COURSE

01 一般幹部候補生

日本と国際社会の平和を担う、次の世代のリーダーとなる。

自衛隊のリーダーである幹部自衛官になるための制度

幹部候補生学校で基本的な知識と技能を修得し、卒業後は部隊を指揮する幹部自衛官として勤務することになります。

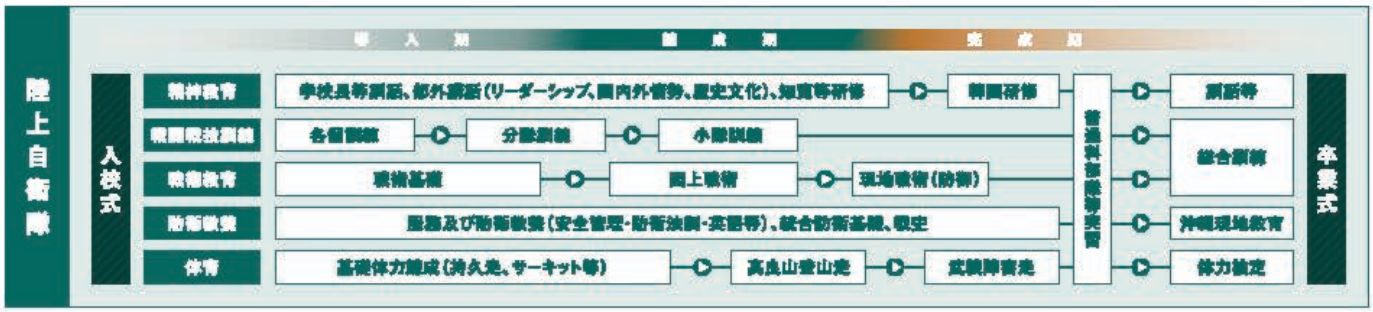
処遇など

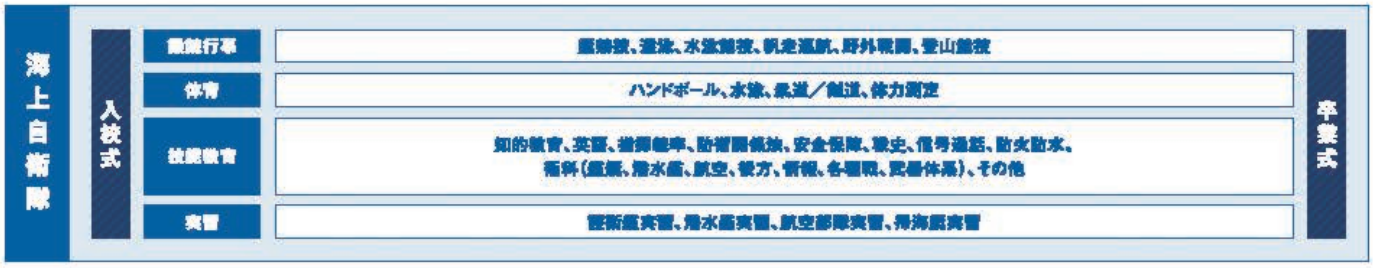
合格区分	幹部任官後の階級	初任給
大卒程度試験	3等陸・海・空尉	月額:230,300円（修士課程修了者等以外）
		月額:247,300円（修士課程修了者等）
院卒者試験	2等陸・海・空尉	月額:251,300円

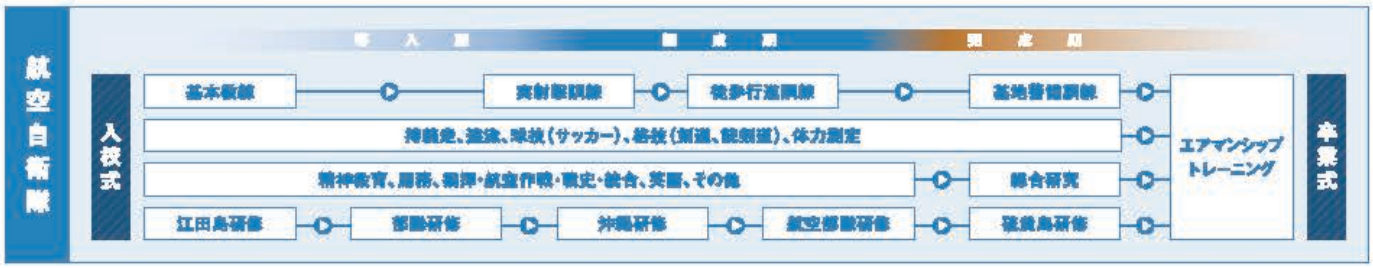
幹部の教育―リーダーとしてプロフェッショナルを目指す

幹部候補生は曹長として、まず陸上・海上・航空自衛隊に1校ずつ設置された「幹部候補生学校」へ入校、各自衛隊のリーダーとして必要な基礎的事項を修得します。約1年の教育を経たのち幹部自衛官へと昇任。部隊勤務や職種・術科学校、幹部学校など、陸・海・空それぞれで隊員のレベルに応じて段階的にリーダー教育が行われています。
自分のライフプランに合わせた成長とキャリアアップを実現することができます。

幹部候補生学校の教育カリキュラム







キャリアアップの流れ

約1年	約10年		約10年		約10年
曹長	3尉～1尉	指揮幕僚課程等への入校	3佐～2佐	幹部高級課程等への入校	1佐・将補・将
一般幹部候補生 歯科・薬剤科 幹部候補生	小・中隊長 等 艦長・分隊長・分隊士 等 班長 等 部隊等の幕僚 実員指揮能力の向上 修士・博士課程（防大・一般大学）		中・大隊長 等 艦長 等 飛行隊長 等 司令部等の幕僚 指揮・統率能力の向上 留学・研修、他省庁等への出向、国際平和協力活動等への参加等		基地長・司令官・総監・部隊長・連隊長 等 幕僚長・総監・司令・艦長 等 基地長・司令官・所司令 等 司令部等の幕僚 指揮・統率能力の向上 機関勤務 防衛駐在官

COURSE 02

自衛隊貸費学生

知識と技術でスペシャリストとなる。

防衛技術分野のプロフェッショナルな自衛官を目指す学生を支援

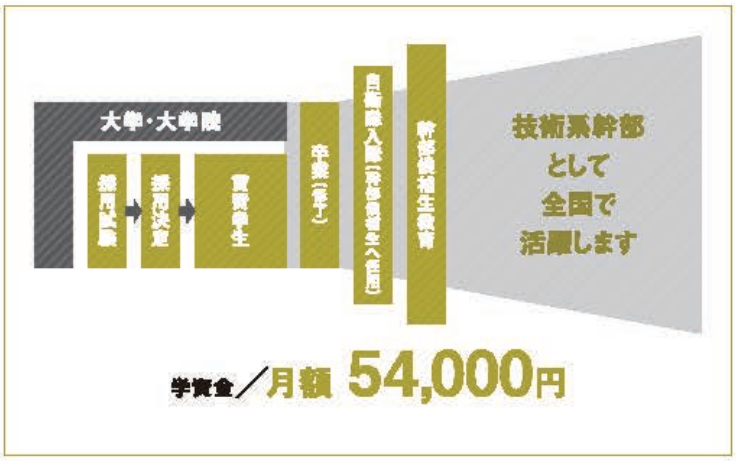
陸上・海上・航空自衛隊の装備品の研究開発分野で活躍する有能な人材を養成するため、現在、大学の理学部・工学部又は大学院修士課程の指定する学部を専攻する在学生から選考により採用して学資金を貸与し、その修学を助成するもので、卒業（修了）後は所定の手続きにより、陸上・海上・航空自衛隊の一般幹部候補生として採用されます。

学資金の貸与

毎月54,000円を貸与

採　用

採用区分（陸上、海上及び航空自衛隊）については、希望等を考慮の上決定し、採用通知に記載します。
なお、第1希望以外で採用される場合もあります。



配置される主要な技術分野

区分	主要な技術分野※
陸上自衛隊	装甲車両、誘導武器、サイバー攻撃対処、弾道ミサイル対処、電磁スペクトラムに関する分野等
海上自衛隊	艦艇、航空機、搭載電子機器・武器（電磁波に関する分野を含む。）、航空武器、水中音響に関する分野等
航空自衛隊	航空機、誘導武器、レーダー、搭載電子機器、電磁波、宇宙領域に関する分野等

※記載の技術分野のほか、大学又は、大学院の研究分野に応じて多様な技術分野に配置されます。

COURSE 03

防衛大学校学生

日本と世界の平和を、一生の仲間と築く。

自衛隊のリーダーである幹部自衛官を養成する学校

大学設置基準に準拠した教育に加え、学校独自の防衛学教育や訓練等を行い、広い視野、科学的な思考力、堅強な体躯、豊かな人間性を育むことで、統率力のある幹部人材へと成長しています。

処遇など

身　分	特別職国家公務員（自衛官ではありません。）
学生手当	月額：120,200円

教育課程

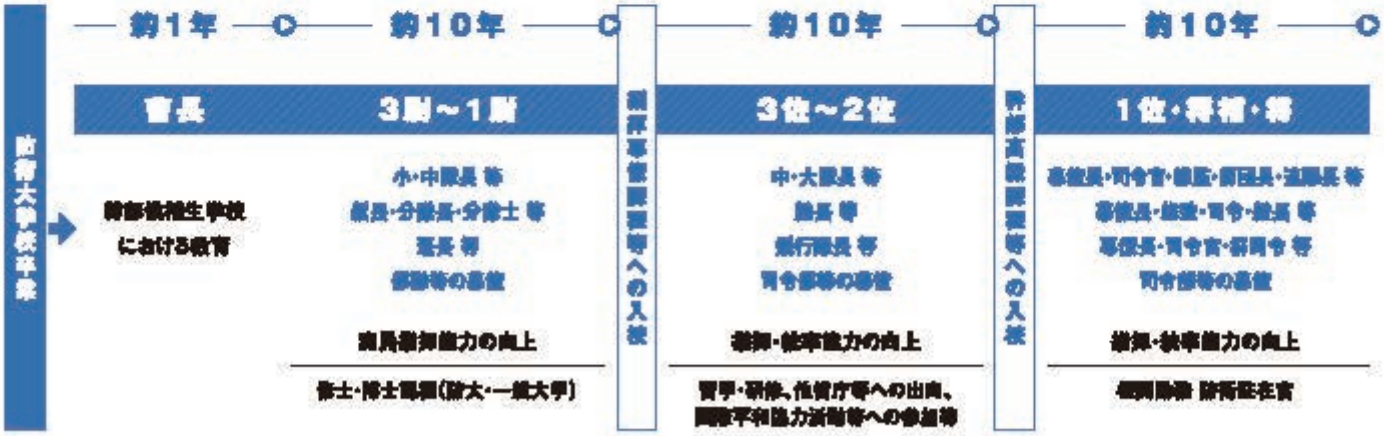
防衛大学校の教育課程は、文部科学省の定める大学設置基準に準拠し、教養教育、外国語、体育、専門基礎の科目と専門科目（人文・社会科学専攻または理工学専攻）を一般大学と同じように教育するとともに、本校独自の防衛学（防衛に関する学術分野）の教育を行います。
2学年進級時に、全14の学科の中から本人の希望及び成績に応じた区分、陸上・海上・航空の配分を本人の希望と成績、適性を考慮して決定します。

■教育体系図

訓練課程

気力・体力の向上を図る共通訓練と、プロとしての資質を育成する専門訓練を行っています。
訓練は毎週2時間程度実施される課程訓練と、春夏秋冬の定期訓練（年平均6週間）があり、訓練時間は4年間で約1,005時間となります。

キャリアアップの流れ



COURSE 04

防衛医科大学校医学科学生

命と平和を守れる人になる。

医師である幹部自衛官を養成する学校

最先端の一般医学と国内唯一の防衛医学の両方を学びつつ、部隊での訓練・実習で幹部自衛官に求められる統率力も身につけます。また、将来は博士（医学）の学位を得ることも可能です。

処遇など	身　分	特別職国家公務員（自衛官ではありません。）
	学生手当	月額：120,200円

カリキュラム

進学課程・専門課程・訓練課程により構成され、総合臨床医として活躍できる自衛隊医官を育てる、段階的なカリキュラムを行っています。

卒業後の進路

COURSE 05

防衛医科大学校看護学科学生

命と平和を守れる人になる。

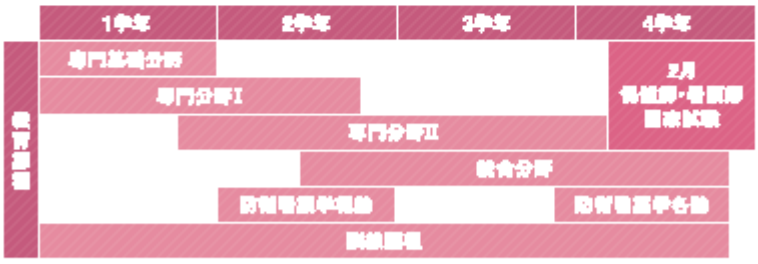
保健師・看護師である幹部自衛官を養成する学校

臨地実習を重視したカリキュラムと幹部自衛官を育てるための訓練を通して、国内外のさまざまな現場で活躍できる人材を育成します。
4年間の丁寧な個別指導により、卒業時には学士（看護学）の学位が取得できるとともに、国家試験を受験し、保健師・看護師免許を取得できます。

処遇など	身　分	特別職国家公務員（自衛官ではありません。）
	学生手当	月額：120,200円

カリキュラム

一般教養科目を充実させるとともに、保健師・看護師に必要な特色ある教育を行います。さらに、防衛看護学などの教育を行うとともに、部隊実習など訓練を実施していきます。

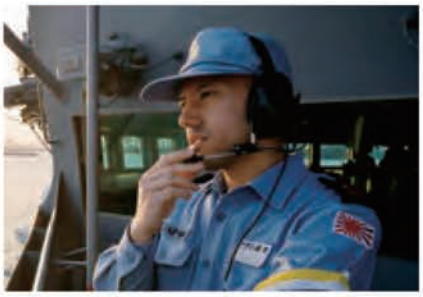


卒業後の進路

COURSE 06

一般曹候補生

各部隊の中核を担う自衛官になる。



部隊の中核で活躍する将来の曹たる隊員になるための制度

現場の部隊で自衛官として長く活躍したいという方にぴったりの制度です。選抜試験を経て、幹部に昇任することもできます。

処遇など

初任給	月額:184,300円(高卒)／193,900円(大卒)※

※初任給は、学歴・職歴等により異なります。また、大卒者の初任給は、複数年かけて202,700円まで引き上げられる予定です。

入隊後の教育及びキャリアアップ

入隊後は、教育課程を通じて陸・海・空曹として必要な資質を養うとともに、部隊勤務に必要な基礎的知識及び技能を修得します。
また入隊後2年9カ月経過以降、選考によって3等陸・海・空曹に昇任の機会が、さらにその先には幹部への昇任の機会が設けられています。

約2年9か月

入隊　一般曹候補生

昇任期間と階級	期間	6か月	6か月	1年9か月
	階級	2士	1士	士長

→ 選考 → 曹~准尉（3曹、2曹、1曹 曹長、准尉） → 選抜試験 → 幹部（幹部として活躍するための新たな教育を受けキャリアアップ）

STEP 1
教育部隊等への入隊

入隊後は、まず教育課程で中堅陸・海・空曹として必要な資質を養うとともに、部隊勤務に必要な基礎的知識及び技能を修得します。

STEP 2
部隊へ配置

教育部隊等での基礎教育を経た後、部隊配置となり、部隊勤務を通じて、各種技能等の教育訓練を受けます。そして採用後約2年9か月経過以降、選考によって3等陸・海・空曹に昇任します。

STEP 3
部隊の中核で活躍

全国の部隊へ配置された後、曹として部隊の中核となって勤務します。3等陸・海・空曹に昇任後は、4年で幹部候補生部内選抜試験の受験資格が得られ、これに合格すれば幹部に昇任できます。

取得機会のある資格※

車両関係 ●自動車整備士(1～3級) ●大型自動車運転免許(1種)(自衛隊以外の大型自動車運転には限定解除が必要) ●大型特殊運転免許 ●けん引免許

船舶関係 ●小型船舶操縦士 ●潜水士

航空関係 ●航空管制官 ●航空無線通信士

医療関係 ●救急救命士 ●准看護師 ●臨床検査技師 ●診療放射線技師

その他 ●危険物取扱者(乙種第4種) ●公害防止管理者(第1～4種) ●ガス溶接(アーク溶接)技能者・2級ボイラー技士 ●電気工事士 ●パソコン検定(3・4級) ●英語検定(2・3・4級) ●ワープロ検定(3・4級) ●情報処理(1・2級) ●調理師免許 ●栄養士

COURSE 07

自衛官候補生

柔軟に将来を選択できる任期制自衛官。

自衛官候補生として教育を受けた後、任期制の自衛官として勤務する制度

自衛官候補生として教育を受けた後、陸上自衛官は1年9カ月、海上・航空自衛官は2年9カ月を1任期として勤務する制度です。任用期間内は職務を通じて技術や体力を磨きつつ、それらに関係する資格取得も目指せます。

処遇など

手　当	月額:146,000円(自衛官候補生)
自衛官任用一時金	221,000円(2士に任官する際に支給。自衛官任用後1年3カ月未満で退職した場合、償還しなければなりません。)
初任給(2士任官後)	月額:184,300円(高卒)／193,900円(大卒)※
特例退職手当	任期を満了した際には、2年間の勤務で約59万円、3年間の勤務で約97万円、2任期目で約148~153万円支給されます。

※初任給は、学歴・職歴等により異なります。また、大卒者の初任給は、複数年かけて202,700円まで引き上げられる予定です。

入隊後の教育及びキャリアアップ

入隊後は、教育隊において、自衛官として必要な基礎的事項について教育訓練を受けることになります。
任期満了後は、「自衛隊新卒」として民間企業へ就職する等、進路を柔軟に選択することができます。もちろん、希望すれば任期を継続することも可能です。また、部隊の中核である「曹」やリーダーである「幹部」を目指すこともできます。

自衛官候補生教育(3カ月)
↓
2等陸・海・空士任官
↓
教育・部隊勤務
↓
任期満了
↓
進路選択
↓
勤務継続 ／ ・自衛隊新卒として民間企業等へ就職 ・大学進学等

取得機会のある資格※

車両関係 ●自動車整備士(1~3級) ●大型自動車運転免許(1種)(自衛隊以外の大型自動車運転には限定解除が必要) ●大型特殊運転免許 ●けん引免許

船舶関係 ●小型船舶操縦士 ●潜水士

航空関係 ●航空管制官 ●航空無線通信士

医療関係 ●救急救命士 ●准看護師 ●臨床検査技師 ●診療放射線技師

そ の 他 ●危険物取扱者(乙種第4種) ●公害防止管理者(第1~4種) ●ガス溶接(アーク溶接)技能者・2級ボイラー技士 ●電気工事士 ●パソコン検定(3・4級) ●英語検定(2・3・4級) ●ワープロ検定(3・4級) ●情報処理(1・2級) ●調理師免許 ●栄養士

民間企業等への就職支援

民間企業等への就職を希望する場合、技術・技能資格取得のための訓練や企業説明会など自衛隊の様々な就職援護施策を利用し、「自衛隊新卒」として民間企業等への就職支援を受けることができます。
また防衛省と総務省消防庁との間で、任期満了により退職予定の自衛官について消防吏員としての活用に向けた相互連携に関する申合せを交わしており、これを活用して消防吏員を目指すこともできます。

任期制自衛官退職時の進学支援

任期満了後、国内大学に進学した者に対し、進学支援として、一定額を給付する予定です。
(在学中は即応予備自衛官又は予備自衛官となることが要件等、一定の条件があります。)

COURSE 08

航空学生

大空を舞台に活躍する夢を叶える。

海上自衛隊のパイロット及び戦術航空士、航空自衛隊のパイロットを養成する制度

国籍を通して、戦闘機、哨戒機、輸送機、ヘリコプターなど、さまざまな機種を自在に操るためのテクニックを磨きます。海上自衛隊か航空自衛隊で、搭乗する機種や任務が異なります。

処遇など

初任給	月額:184,300円(高卒)／193,900円(大卒:海上のみ)※

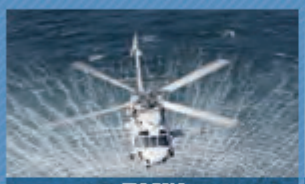
※初任給は、学歴・職歴等により異なります。また、大卒者の初任給は、現段階で202,700円まで引き上げられる予定です。

入隊後の教育及びキャリアアップ

海上自衛隊航空学生

海上自衛隊小月航空基地の小月教育航空隊に入隊し、航空学生課程で約2年にわたり座学中心の基礎教育を受けた後、約7～8カ月の操縦士基礎課程を履修します。次に、機種ごとの教育課程を約1年～1年2カ月履修し、入隊から合計して約4年弱で、パイロットや戦術航空士の資格を取得、「ウイングマーク」を授与されます。その後、各航空隊に配属され飛行訓練を継続し、幹部候補生学校卒業後、入隊から約8年で幹部(3等海尉)に任官します。

※戦術航空士(Tactical Coordinator):通称TACCO(タコ)と呼ばれ、戦術飛行の中心的役割を果たします。


SH-60K

P-1

US-2

MCH-101

海上自衛隊で搭乗できる機種

- 固定翼哨戒機(P-1・P-3C)　●救難飛行艇(US-2)
- 電子戦データ収集機(EP-3)　●輸送機(C-130R)
- 多用機(OP-3C・UP-3C・UP-3D・U-36A)
- 連絡機(LC-90)　●哨戒ヘリコプター(SH-60J／60K)
- 掃海・輸送ヘリコプター(MCH-101)
- 救難ヘリコプター(UH-60J)など

航空自衛隊航空学生

航空自衛隊防府北基地の第12飛行教育団に入隊し、航空学生課程で約2年にわたり座学中心の基礎教育を受けた後、約5～8.5カ月の飛行早期課程を履修します。飛行早期課程修了後は、静浜基地又は防府北基地で約6カ月にわたり初級操縦課程を履修します。次に、機種ごとに分かれて約1年の基本操縦課程を履修し、入隊から合計して約4年弱で、パイロットの資格を取得、「ウイングマーク」を授与されます。その後、各飛行隊に配属され飛行訓練を継続し、幹部候補生学校卒業後、入隊から約8年で幹部(3等空尉)に任官します。

E-767

F-2 A/B

F-35A

UH-60J

航空自衛隊で搭乗できる機種

- 戦闘機(F-15J／DJ・F-2 A/B／F-35A)
- 救難捜索機(U-125A)
- 早期警戒(管制)機(E-2C・E-767)
- 空中給油・輸送機(KC-767)　●輸送機(C-130H・C-2)
- 救難ヘリコプター(UH-60J)　●輸送ヘリコプター(CH-47J)
- 政府専用機(B-777)など

COURSE 09

陸上自衛隊高等工科学校生徒

先行き不透明な現代を生き抜く力を養う。

高度なテクノロジー教育を受け、国際社会でも活躍できる陸上自衛官となる人材を養成する学校

充実した学習環境で、高度な専門知識と逞しさを持つ人材を育成。質の高い教育内容を通して、技能（スキル）と資質（マインド）を育てます。

処遇など

身　分	特別職国家公務員（自衛官ではありません。）
生徒手当	月額：106,900円
卒業資格	連携する通信制高等学校（神奈川県立横須賀高等学校）に入学し、 3学年修了時に高等学校の卒業資格を取得することもできます。

教育について

高等学校普通科と同等の教育を行う「一般教育」、高度なテクノロジーを修得するための教育を行う「専門教育」、陸上自衛官として必要な体力、気力、チームワーク、リーダーシップ等を養うための「防衛基礎学」を主たる教育として実施し、将来活躍できる基礎を作ります。

一般教育：高等学校学習指導要領に準拠した教育を受けます。

専門教育：高度化、システム化に対応する内容を学びます。

防衛基礎学：陸上自衛官として必要な技能及び資質の教育を受けます。

その他：クラブ活動、生徒会活動及び各種行事等に参加します。

学校生活について

学業だけでなく、寮（生徒舎）生活や様々な行事を通した多彩な経験は、一般の高校にはない魅力の1つです。
仲間とともに過ごす学校生活の中で、たくさんの楽しい思い出ができるとともに、人と人との絆の大切さを実感することができます。また、日々の生活を通じ、自然と自律心、協調性、豊かな感受性も育まれます。

専門の栄養士が成長期の生徒を考慮した食事を作ります。

自習時間は、自習室で各々の机を使い勉強します。

生徒によるパレードの様子。

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。

■自衛隊地方協力本部一覧

	電話番号	所在地
札　幌	011(631)5472	札幌市中央区北4条西15丁目1
函　館	0138(53)6241	函館市広野町6-25
旭　川	0166(51)6055	旭川市春光町国有無番地
帯　広	0155(23)5882	帯広市西14条南14丁目4
青　森	017(776)1594	青森市長島1丁目3-5 青森第2合同庁舎2F
岩　手	019(623)3236	盛岡市内丸7番25号 盛岡合同庁舎2F
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
秋　田	018(823)5404	秋田市山王4丁目3-34
山　形	023(622)0712	山形市緑町1-5-48 山形地方合同庁舎1・2F
福　島	024(546)1920	福島市南町86
茨　城	029(231)3315	水戸市北見町1-11 水戸地方合同庁舎4F
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
群　馬	027(221)4471	前橋市南町3丁目64-12
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
千　葉	043(251)7151	千葉市稲毛区轟町1丁目1-17
東　京	03(3260)0543	新宿区市谷本村町１０番１号
神奈川	045(662)9429	横浜市中区山下町253-2
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
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
長　野	026(233)2108	長野市旭町1108 長野第2合同庁舎1F
静　岡	054(261)3151	静岡市葵区柚本366
富　山	076(441)3271	富山市牛島新町6-24
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
福　井	0776(23)1910	福井市春山1丁目1-54 福井春山合同庁舎10F
岐　阜	058(232)3127	岐阜市長良福光2675-3
愛　知	052(331)6266	名古屋市中川区松重町3-41
三　重	059(225)0531	津市桜橋1丁目91
滋　賀	077(524)6446	大津市京町3-1-1 大津びわ湖合同庁舎5F
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
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
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
奈　良	0742(23)7001	奈良市高畑町552 奈良第2地方合同庁舎1F
和歌山	073(422)5116	和歌山市築港1丁目14-6
鳥　取	0857(23)2251	鳥取市富安2-89-4 鳥取第1地方合同庁舎6F
島　根	0852(21)0015	松江市向島町134-10 松江地方合同庁舎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
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
山　口	083(922)2325	山口市八幡馬場814
徳　島	088(623)2220	徳島市万代町3-5 徳島第2地方合同庁舎5F
香　川	087(823)9206	高松市サンポート3番33号高松サンポート合同庁舎南館2階
愛　媛	089(941)8381	松山市三番町8丁目352-1
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
福　岡	092(584)1881	福岡市博多区竹丘町1丁目12番
佐　賀	0952(24)2291	佐賀市与賀町2-18
長　崎	095(826)8844	長崎市出島町2-25 防衛省長崎合同庁舎
大　分	097(536)6271	大分市新川町2丁目1-36 大分合同庁舎5F
熊　本	096(297)2051	熊本市西区春日2丁目10-1 熊本地方合同庁舎B棟3F
宮　崎	0985(53)2643	宮崎市東大淀2丁目1-39
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
沖　縄	098(866)5457	那覇市前島3丁目24-3-1

インターネットからも応募できます。詳しくは自衛官募集ホームページへ

自衛官募集
ホームページ

自衛官募集
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

事務官・技官の採用情報については、こちらからご覧ください。