



自衛官の処遇

生活・勤務環境の

改善について



UP!

年収

UP!

生活・
勤務環境



隊員居室の個室化



生活隊舎



艦艇

通信環境の整備



防衛省・自衛隊
MINISTRY OF DEFENSE



本パンフレットはこちら！

はじめに

- 防衛力を発揮するためには、装備だけでなく人的基盤を強化することが不可欠であり、令和6年10月、石破総理大臣を議長とする「自衛官の処遇・勤務環境の改善及び新たな生涯設計の確立に関する関係閣僚会議」を設置しました。
 - 会議では各閣僚が自衛官確保の重要性を認識した上で、令和の時代に相応しい処遇の確立に向けて、活発な議論を重ねて、昨年12月に「基本方針」を取りまとめました。
 - 本基本方針では、
 - 1 処遇改善、
 - 2 生活・勤務環境の改善、
 - 3 新たな生涯設計の確立など、自衛官諸君やご家族などにも密接に関わる多くの方策を盛り込んでおり、これらを踏まえ令和7年度予算案に所要の経費を計上しました。
 - 防衛大臣として、また、自衛官のOBとしても、自らが自衛官諸君の先頭に立ち、皆さんが誇りと名誉を感じながら、安んじて任務に取り組むことができるよう、各施策を着実に推進していきます。
 - 自衛官諸君におかれましては、日々の任務や生活の中で、更なる改善が望まれることなどがあれば、是非、部隊を通じて改善を要望してください。改善は、一過性ではなく、継続性が重要です。
- 皆さんからの声の一つひとつが更なる処遇や生活・勤務環境の改善などに繋がります。部隊においても、隊員の声を踏まえ、適切に要望するようお願いします。



令和6年11月 第2回関係閣僚会議

出典：首相官邸ホームページ

防衛大臣

中谷 元



目次

【自衛官の生涯年収向上のイメージ】	・・・ 3
-------------------	-------

【給与面の処遇改善】	・・・ 6
------------	-------

【生活・勤務環境の改善】	・・・ 16
--------------	--------

 隊舎・庁舎等の整備・・・ 17	 寝具等・・・ 26
 隊舎居室（個室化）・・・ 18	 日用品・・・ 27
 トイレ・・・ 19	 被 服・・・ 28
 シャワー室、浴場・・・ 19	 食事・・・ 29
 洗面所・・・ 20	 トレーニング備品・・・ 30
 洗濯場・・・ 20	 自動化（草刈り機）・・・ 30
 空調設備・エアコン・・・ 21	 宿舎の老朽化対策・・・ 31
 女性区画の整備・・・ 22	 廠 舎・・・ 32
 通信環境（Wi-Fi等）・・・ 23	
 艦艇乗員の生活・勤務環境の改善・・・ 25	参考資料・・・ 34

自衛官の生涯年収向上イメージ

向上のポイント

① 入隊時の処遇改善

- ・ 不慣れな営舎内生活等に対する給付金（指定場所生活調整金（仮称））の新設（採用後6年間で120万円）
- ・ 自衛官任用一時金の引上げ（221,000円 ➡ 344,000円）
- ・ 新たな任期制士の創設（自衛官候補生として採用していた任期制士について、当初から自衛官として採用することで処遇を改善（令和7年度募集開始、令和8年度採用）） 等

② 現役時代の処遇改善

- ・ 令和10年度に自衛官の俸給表の改定（速やかに部外の専門家による検討に着手）
- ・ 手当の拡充
【新 設】
航空管制官に支給する手当、航空機整備員に支給する手当、野外での訓練等に従事する隊員に支給する手当の新設 等
【引上げ等】
航空手当、災害派遣等手当の引上げ、特殊作戦隊員手当等の支給範囲の拡大 等

③ 定年の延長

- ・ 令和10年度以降、一般隊員の定年を2歳程度引き上げることを念頭に検討
- ・ 60歳定年について、宇宙、サイバー、医療関係などの分野のうち体力依存度が低いと認められるものにも拡大することについて検討

④ 知識・技能・経験を活かした再就職先の拡充等

- ・ 防衛省・関係省庁の連携による幅広い業界・経済団体等への働きかけ強化
- ・ 公的資格取得プロセスの簡素化の促進
- ・ 公的部門での退職自衛官の積極的な活用促進
- ・ 65歳までの再就職支援 等

⑤ 若年定年退職者給付金の給付水準の在り方

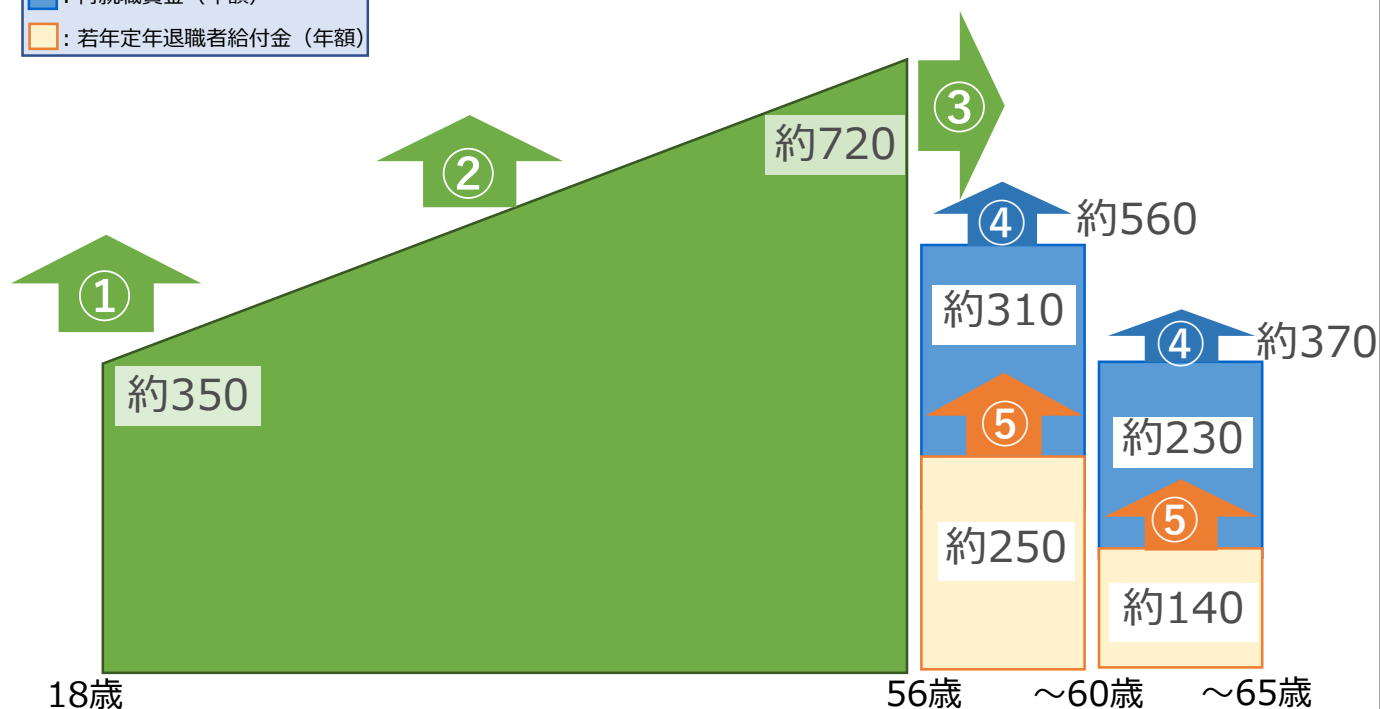
再就職先の拡充及び再就職賃金の充実を図りつつ、自衛官が将来の不安を払しょくできる退職後の収入を確保するため、令和8年度から施行することを目指し、若年定年退職者給付金の給付水準を引き上げることについて検討

2士で入隊し曹長で退職する者の現行収入のモデルケース

凡例

- ：自衛官としての給与（年額）
- ：再就職賃金（年額）
- ：若年定年退職者給付金（年額）

単位：万円



令和6年12月20日、記者会見において基本方針を説明する中谷防衛大臣

空 白

給与面の処遇改善



給与面の処遇改善（1／4）

概要

- 令和10年度に自衛官の俸給表の改定を目指す（速やかに部外の専門家による検討に着手）
- 令和7年度予算案では、過去に例のない30を超える手当等の新設や金額の引上げ等の所要の経費を計上

新設

- 1 航空管制官に支給する手当の新設
配置に応じて階級初号俸×10%又は5%を新たに支給
例：10%配置の1尉の場合、月額約3.2万円を支給
- 2 航空機整備員に支給する手当の新設
対領空侵犯措置を行う航空機を整備する隊員に
月額1,200円を新たに支給（月額※約2万円）
- 3 主要な野外演習等に従事する隊員に支給する手当の新設
3日以上の日連続の大規模な実戦に似た実動訓練・演習に参加する隊員に月額1,400円を新たに支給
- 4 広域異動する自衛官に支給する手当の新設
任務、作戦環境、気象等が大きく異なる不慣れな地域に異動した自衛官に
月額1,300円を新たに支給（異動後3年間支給）
例：第3航空団（三沢）から第8航空団（築城）に異動の場合、
月額※約2.6万円、3年間で約9.4万円を支給
- 5 医療従事者に支給する手当の新設
勤務時間外に医師等が救急外来患者に1時間以上診療業務を行った場合に月額18,000円～6,000円を新たに支給
- 6 募集担当者に支給する手当の新設
自衛隊地方協力本部内の部署等（出張所など）に所属する隊員が募集等の業務を行った場合に月額500円を新たに支給（月額※1万円）
- 7 最先任上級曹長に支給する手当の新設
将官を直接補佐する最先任上級曹長に月額500円を新たに支給（月額※1万円）





給与面の処遇改善（2／4）

拡 充

1 航空手当の支給割合の引上げ

- ・戦闘機等の上限：初号俸×80% → 90%
例：1尉の場合、月額約3.2万円の増加
- ・その他乗員の上限：初号俸×60% → 70%
例：1尉の場合、月額約3.2万円の増加



2 航空作業手当の支給範囲の拡大

ナイトビジョンゴーグル装着の飛行に
月額1,000円～1,600円を新たに支給



3 回転翼航空機（ヘリコプター）の搭乗員に対する航空作業手当の引上げ

例：船舶を発着の場として行う飛行：月額870円 → 1,100円

4 災害現場等に派遣される隊員に支給する手当の引上げ

月額1,620円 → 2,160円



5 対空警戒対処等手当の支給額の引上げ

弾道ミサイル等の破壊措置の際に、行動命令に基づき
目的地に展開した高射部隊等に支給する対空警戒対処等手当を引上げ
例：弾道ミサイル対処のための展開して行う対処業務：

月額1,100円 → 1,500円

6 対空警戒対処等手当の支給範囲の拡大

弾道ミサイル等の破壊措置のための準備命令期間中に
機動展開等を行う隊員を支給範囲に追加



7 俸給の特別調整額と配置手当の差額の調整方法の見直し

他の手当の算定基礎になっている俸給の特別調整額（以下「管理職手当」という。）と乗組手当等を受給する自衛官については、俸給、管理職手当及び乗組手当の合計額が上限額（指定職2号俸）を上回る場合、管理職手当から優先して減額調整されるところ、乗組手当等から減額することにより、従前より給与総額を引き上げる見直し（処遇の適正化）。



給与面の処遇改善（3／4）

拡 充（続き）

- 8 特殊作戦群の隊員に支給する手当の引上げ

初号俸×49.5%等 → 65%等

例：1尉の場合、月額約5万円の増加

- 9 空挺団の隊員に支給する手当の引上げ

初号俸×30.25%等 → 33%

例：1尉の場合、月額約1万円の増加

- 10 特別警備隊の隊員に支給する手当の引上げ

初号俸×49.5%等 → 65%等

例：1尉の場合、月額約5万円の増加

- 11 冬季遊撃に関する課程教育中の隊員にも手当を支給

レンジャー作業手当の支給範囲を拡大し、日額2,900円を新たに支給

- 12 情報収集・分析を行う隊員にも手当を支給

対空警戒対処等手当の支給範囲を拡大し、作戦情報隊で対領空侵犯及び弾道ミサイル等措置に係る情報収集・分析を行っている隊員に

日額1,000円を新たに支給（月額※2万円）

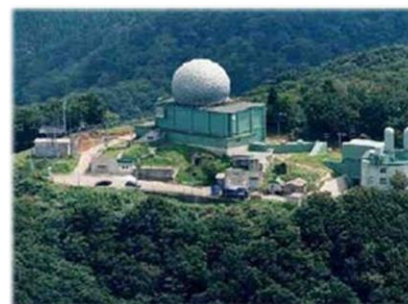
- 13 特殊な任務を行う通信隊の隊員にも手当を支給

対空警戒対処等手当（レーダーサイト勤務手当）の支給範囲を拡大し、土佐清水分屯基地及び奄美大島分屯基地に勤務する隊員に日額1,200円を新たに支給（月額※約2.4万円）

- 14 各自衛隊サイバー専門部隊等の隊員にも手当を支給

特殊作戦隊員手当（初号俸×10%）を新たに支給

例：1尉の場合、月額約3.2万円





給与面の処遇改善（4／4）

拡 充（続き）

15 夜間勤務者に支給する手当の拡大

新警備システム導入による警備体制強化に伴い、
新システムを用いて監視等に従事する職員に
夜間特殊業務手当の支給範囲を拡大



16 東シナ海で警戒監視任務を行う隊員に支給する手当の拡大 海上警備等手当の支給範囲を拡大し、日額1, 100円を 新たに支給（月額※ 2. 2万円）



17 統合作戦司令部で勤務することとなる隊員にも手当を支給 本府省業務調整手当の支給範囲を拡大し、階級等に応じて、 月額41, 800円(1佐以上)～月額7, 200円(3曹以下)を新たに支給

18 夜間勤務者に支給する手当の拡大

情報作戦集団（仮称）の新編に伴い夜間特殊業務手当の支給範囲を拡大

19 海上自衛官全員に貸与する夏用制服を2着から3着に増加

20 その他の手当等の拡充

- ・ 元自衛官の採用時に、自衛官の経験年数等を踏まえ より高い初任給を可能に
例：月額約26万円 ➡ 約34万円（自衛隊在職期間合計22年、1曹昇任後2年で
依願退職、2年間の民間経験を経て再度1曹で再入隊の場合）
- ・ 新制度「幹部候補曹」にふさわしい初任給を設定可能に
部内選抜のみならず部外からも中堅幹部候補となる要員を採用するため、任
用区分を多様化し、募集対象者の選択肢を広げ、大卒者等を含む採用者層の
拡大を目的とした新たな幹部自衛官の任用制度を創設
（令和8年度から採用開始）



士の処遇改善

概 要

- 自衛官候補生として採用している任期制士について、当初から自衛官として採用する新たな任期制士を創設し、自衛官候補生の身分を廃止
(令和8年度から採用開始)
- 士の入隊後1年目の年収は、令和6年度(当初)と比較して、令和7年度は60万円以上の増加 (人事院勧告による給与の増加分を含む)
- 任期満了後、大学等に進学する場合の給付金の引上げに加え、支給対象を拡大

1 新たな任期制士の創設

自衛官(2士)として入隊する一般曹候補生より初任給が低く抑えられている 自衛官候補生について、当初から自衛官として採用し、一般曹候補生と同等の処遇に改善 (令和8年度から採用開始)

2 指定場所生活調整金(仮称)の新設

営舎内又は艦艇内に居住する限り、採用から6年経過するまでの間、新たに1年ごとに20万円(総額120万円)を支給



3 自衛官任用一時金の引上げ

自衛官候補生が2士に任官する際に支給する自衛官任用一時金を引上げ
(現 行) 221,000円
(引上げ後) 344,000円(約1.6倍)



4 進学支援給付金の拡充

- ・任期満了後、大学在学期間中に即応予備自衛官、予備自衛官に任官した場合に申請・支給される進学支援給付金を引上げ

【予備自衛官】

(現 行) 年 額 48,000円

(引上げ後) 年 額 356,000円 (約7.4倍)

【即応予備自衛官】

(現 行) 年 額 291,000円

(引上げ後) 年 額 535,800円 (約1.8倍)

- ・支給対象の拡大

(現 行) 大学

(拡 大 後) 大学、大学院、短大（専攻科）、高専（専攻科）、
専門学校（4年制）



5 自衛隊奨学生制度※の拡充

学資金の引上げ：(現 行) 月額 54,000円

(引上げ後) 月額 80,000円 (約1.5倍)

(年額960,000円)

※大学（短期大学、大学院を含む）、高専、専門学校又はこれらの学校に相当する外国の学校において、理学、工学、文学（語学）又は法学を選考している者（今後、専攻しようとしている者を含む。）で、卒業（終了）後その専攻した学術を活かして引き続き自衛隊に勤務する意思を持つ者に対し防衛省より学資金が貸与される制度



予備自衛官等の処遇改善

概 要

- 予備自衛官の予備自衛官手当は約37年振り、訓練招集手当は約30年振りに
上げ
- 即応予備自衛官の即応予備自衛官手当及び訓練招集手当は、平成9年度の制度
導入後、初めての引上げ
- 勤続報奨金については、予備自衛官は新設し、即応予備自衛官は引上げ

1 予備自衛官等に支給する手当の引上げ等

・予備自衛官

区 分	現 行	改定後
予備自衛官手当	4,000円/月 (48,000円/年)	12,300円/月 (147,600円/年)
訓練招集手当	8,100円/日 (40,500円/5日)	11,000円/日 (55,000円/5日)
勤続報奨金	—	【新設】70,000円/3年

1 任期（3年）あたりの支給額：

（現 行）約27万円

（改定後）約68万円（約2.5倍）



・即応予備自衛官

区 分	現 行	改定後
即応予備自衛官 手当	16,000円/月 (192,000円/年)	18,500円/月 (222,000円/年)
訓練招集手当 (階級に応じて)	10,400円/日～ 14,200円/日 (312,000円/年～ 426,000円/年)	17,100円/日～ 26,300円/日 (513,000円/年～ 789,000円/年)
勤続報奨金	120,000円/3年	215,000円/3年

1 任期（3年）あたりの支給額：

（現 行）約163万円 ～ 約197万円

（改定後）約242万円（約1.5倍）～ 約325万円（約1.6倍）



2 予備自衛官等本人が事業主等である場合の支援

区 分	支給額
雇用企業協力確保給付金 (予備自衛官等の使用者に対する給付金)	日額34,000円/人
予備自衛官事業継続給付金（仮称） (事業を営む予備自衛官等に対する給付金) 【新設】	日額34,000円/人
即応予備自衛官雇用企業給付金 (即応予備自衛官を雇用する企業に対する給付金)	月額42,500円/人
即応予備自衛官育成協力企業給付金 (即応予備自衛官を志願する一般公募予備自衛官※1 を雇用する企業に対する給付金)	一括支給※2 560,000円/人

※1 予備自衛官補（一般）から予備自衛官に任用された者

※2 即応予備自衛官に任用された場合に支給

3 進学支援給付金の拡充（再掲）

- ・任期満了後、大学在学期間中に即応予備自衛官、予備自衛官に任官した場合に申請・支給される進学支援給付金を引上げ
- ・支給対象の拡大

空 白

生活・勤務環境の改善



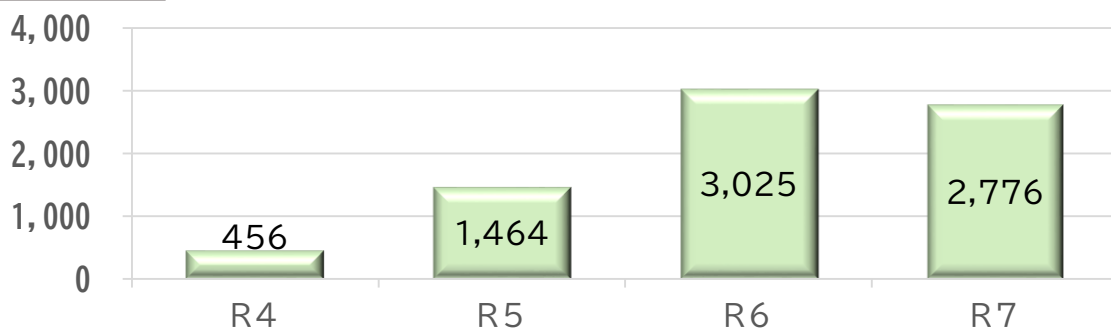
隊舎・庁舎等の整備

概要

- 隊員の生活・勤務環境に直接関わる隊舎及び庁舎のうち、約1,400棟は旧耐震基準
- 令和6年度までに約500棟の建替・改修等に着手
- 令和7年度予算案では新たに約200棟の建替・改修等に着手予定

予算推移

単位：億円



改善・魅力化

～ before ～



～ after ～



脱衣室



会議室



トイレ



洗濯場



浴室



隊舎居室（個室化）

概要

- 既存隊舎の居室は、パーテーションなどによる間仕切りで個室化し、陸自は令和7年度に、海自・空自は令和10年度までに完了予定

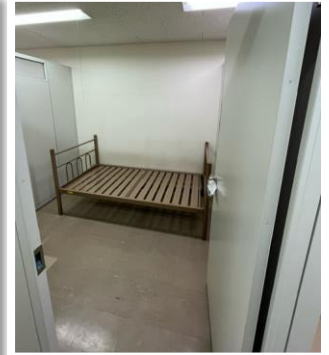
改善・魅力化

～ before ～



～ after ～

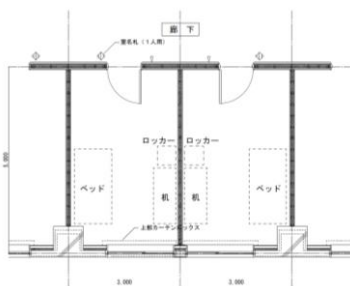
既存隊舎の施工例



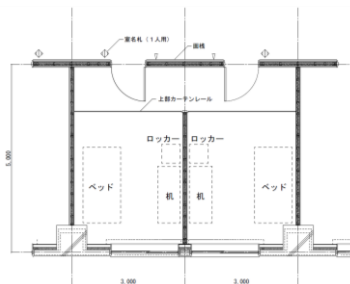
（参考）新設隊舎のイメージ

設計段階から個室化

個室



準個室





トイレ

改善・魅力化

～ before ～



和式

～ after ～



洋式便器（洗浄機能付）

概 要

- 和式を好む隊員向けを除くすべてを洋式化
- 令和7年度予算案で完了予定

～ after ～



老朽化



（イメージ）



多機能トイレの設置



増設



シャワー室・浴場

改善・魅力化

～ before ～



改修前

～ before ～



改修前

概 要

- 老朽化等に伴う改修
- 混雑緩和のためシャワーヘッドを増設（陸自）

～ after ～

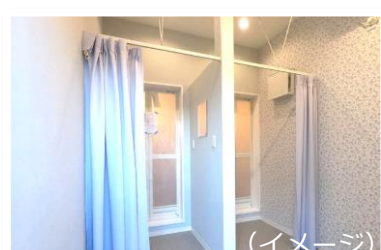


改修後

～ after ～



増 設



（イメージ）

独立個室型脱衣所



洗面所

改善・魅力化

- 老朽化に伴う改修
- 混雑緩和のため洗面台を増加

～ before ～



～ after ～



洗濯場

改善・魅力化

- 混雑緩和のため洗濯機の設置数を増加
- 陸自において累積している洗濯機等の損耗更新は令和7年度予算案で完了予定（海自及び空自は毎年度発生する損耗更新を実施予定）

～ before ～



～ after ～





空調設備・エアコン

概要

- 不具合が生じている隊舎・庁舎等の空調機の改修等は令和7年度までに完了予定
- 全館空調がない隊舎等への個別空調機の設置は、陸自は令和7年度予算案で、空自は令和8年度に完了予定（海自は毎年度発生する損耗更新を実施予定）

改善・魅力化

～ before ～

～ after ～

故障していた空調機の更新



～ after ～



個別空調機

空調機のレンタル

冷暖房設備が故障した際は、レンタル等により柔軟に対応



床置型空調機



冷風機



窓用エアコン



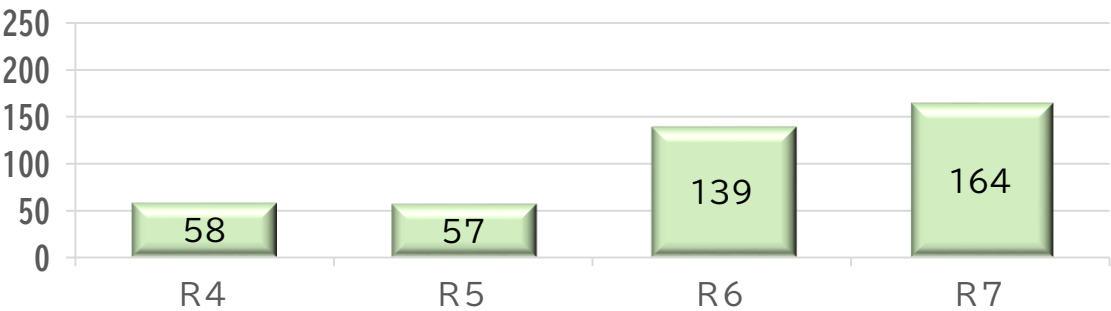
女性区画の整備

概要

- 防衛省・自衛隊は、女性自衛官の積極的な採用・登用に取り組んでおり、令和12年度までに12%以上まで増加させる計画
- この計画に合わせて、隊舎・庁舎の女性用区画の整備、女性用トイレや浴場等の整備、艦艇の女性用区画の整備などを積極的に推進

予算推移

単位：億円



改善・魅力化

～ before ～

トイレ	浴 場	洗面所	安心・安全	サニタリーボックス
			テンキー式ドアロックや防犯カメラを設置	女性が乗艦する全艦艇に自動処理機能付サニタリーボックスを設置
和 式	老朽化	老朽化		

～ after ～

				
洋式化(機能向上)	改修後	改修後	女性用区画セキュリティの例 設置後	設置後



通信環境（Wi-Fi等）

概要

- Wi-Fiなどによる通信環境の整備を拡大
- これまでの厚生棟や僻地・離島の生活隊舎のみの設置から、それ以外の駐屯地・基地における生活隊舎の自習室等に拡充
- 海自水上艦では、これまで食堂などの共用区画に限られていた番組・動画等の視聴やメール送受信を居住区画にも拡充。更に、遠洋航海においてインターネットの閲覧等ができるよう通信環境を改善

陸上自衛隊

- 1 令和2年度から、令和4年度にかけて、全ての駐屯地・分屯地の厚生施設に整備
- 2 令和6年度から、生活隊舎の共用区画への整備に着手
- 3 令和7年度末までに、全ての生活隊舎の共用区画に1カ所以上整備予定



生活隊舎(陸上自衛隊)



無線LAN環境を活用して勉強する隊員

航空自衛隊

- 1 令和2年度から、僻地・離島の生活隊舎の共用区画への整備に着手
- 2 令和7年度から、その他の基地の厚生棟及び生活隊舎の共用区画への整備に着手（令和8年度整備完了予定）



生活隊舎（航空自衛隊）



無線LAN環境を活用してメールする隊員

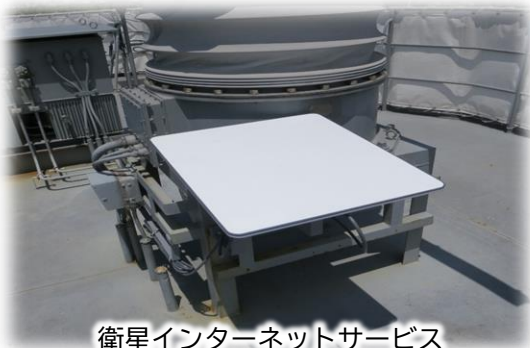
海上自衛隊

【基地等の通信環境】

- 1 令和6年度に全ての基地の厚生棟及び僻地・離島の生活隊舎の共用区画に整備完了
- 2 令和7年度までに全ての生活隊舎の共用区画に整備予定

【艦艇の通信環境】

- 1 令和5年度から、共用区画に加え、居住区画において、乗員のスマートフォン等から録画映像を視聴できる環境の整備に着手（令和7年度整備完了予定）
- 2 令和6年度から、共用区画に加え、居住区画において、家族等とのメールの送受信ができる環境の整備に着手（令和8年度整備完了予定）
- 3 令和7年度から、インターネットが利用できる環境の整備に着手（令和9年度整備完了予定）



衛星インターネットサービス
「スターリンク※」



携帯電話で番組等を視聴する隊員

※ 米スペースX社の衛星インターネットサービス

【遠洋航海における乗員アンケート結果】

- 1 令和6年度、遠洋練習航海において「かしま」、「しまかぜ」に「スターリンク」を搭載してインターネットができる環境を試行
- 2 遠洋においても、SNSや家族との通話、インターネットの閲覧が可能となり、乗員からは高い評価

乗員アンケート
(約550名)

✓	艦艇内での生活の質が向上した	94%
✓	ストレス軽減に役立った	93%
✓	勤務意欲の向上に繋がった	91%
✓	自衛官の募集に繋がる	86%

(そのほかの隊員の声の紹介)

- ・若い世代はスマートフォンは欠かせないツールなので今後も継続してほしい。
- ・艦内では携帯電話が使用できないというイメージが払拭された。
- ・家族等といつでも連絡ができる安心感と良好な関係の構築に繋がる。
- ・父が他界し残された母を心配したが、テレビ電話等でリアルタイムで励ますことができた 等



艦艇乗員の生活・勤務環境の改善

概要

- 新型 F F M や イー ジ ス ・ シ ス テ ム 搭載艦などの新型艦において、個人空間を確保
- また、停泊中における乗員待機所の拡充や、通信環境の改善（既述）などを進め、艦艇乗員の生活・勤務環境を改善

改善・魅力化

～ before ～

～ after ～

新型 F F M の居住区をカプセルベッド仕様に変更し、
プライバシーの確保、快適性の向上



既存艦艇の寝台



カプセル寝台（イメージ）



～ before ～

停泊中における乗員の疲労回復を目的として、一部の総監部地区に艦艇乗員待機所を整備



ユニットバス付



個室

乗員待機所（呉）



宅配BOX

～ after ～

艦艇乗員待機所を拡充し、艦艇乗員の生活・勤務環境を改善



寝具等

概要

- 陸自において累積している寝具等の損耗更新は令和7年度予算案で完了予定
(以後、各自衛隊は毎年度発生する損耗更新を実施)
- マットレス等の規格の見直し等により、引き続き生活環境の改善を推進

予算推移

単位：億円



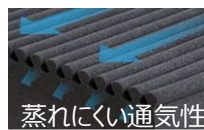
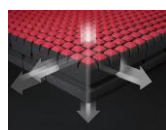
改善・魅力化

〈更新〉



〈規格見直し〉

- マットレス
 - ✓ 体圧分散機能
 - ✓ 高い通気性
 - ✓ 軽量
- カバー
 - ✓ 洗濯可能
 - ✓ 抗菌防臭加工
- 敷きパッド
 - ✓ 接触冷感
 - ✓ 温感
- まくら
 - ✓ 低反発





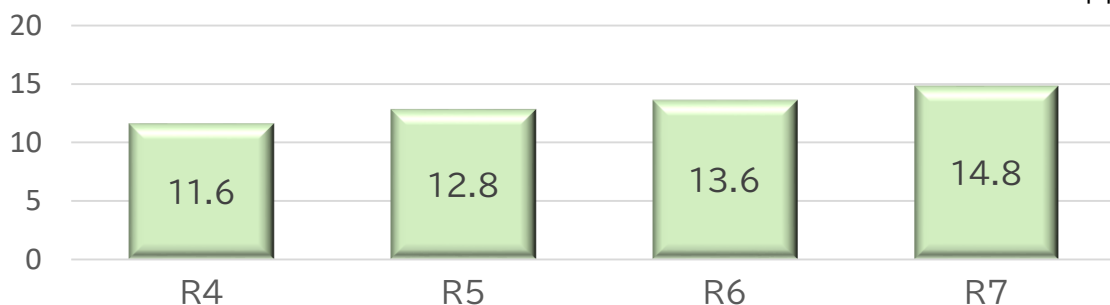
日用品

概要

- 各自衛隊において、隊員が職務を遂行する上で必要不可欠なトイレットペーパーやガムテープ等の日用品や事務用品の所要量が確保できるよう、所要額を確実に計上

予算推移

単位：億円



改善

- ✓良好な隊員の生活・勤務環境の実現に向けて所要量を確保します。
- ✓各自衛隊に対し、半期ごとの定期的な日用品等の購入等の調査・報告を義務づけるフォローアップ体制を構築しています。

※日用品等とは…官費で購入することが適当と考えられる日用品及び事務用品をいう。
ただし、隊員が個人的な嗜好等により自主的に購入しているものを除く。

⇒令和2年度下半期以降、

日用品等の自費購入等は確認されておられません。





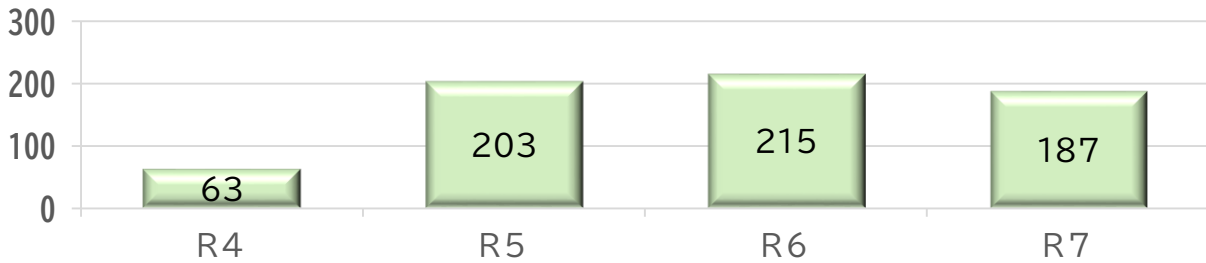
被 服

概 要

- 隊員が日ごろから身に着ける制服や作業服といった被服等については、隊員がその能力を発揮し各種任務を遂行するため、使用実態に応じて適切に整備
- 令和7年度予算案においては、更新所要のある被服等の更新を行うとともに、隊員からの要望が多かった手袋及び靴下の数量の増加や仕様の改善を実施

予算推移

単位：億円



改善・魅力化

～ before ～		～ after ～	
戦闘靴（一般用）			
くぎ・突起物から足を防護する性能を改善			
			
踏み抜き防止性能 600 N以上		踏み抜き防止性能 1,100N以上	
作業外被			
デザインを改善			
	 MA-1	又は	 ジャケット型 【イメージ】

〈数量見直し・仕様改善〉

✓手袋

滑りにくさとフィット感を持った作業性の高い革手袋1組を追加で支給

支給数 2組→3組

✓靴下

耐久性、快適性等を改善した上で、2足を追加で支給

支給数 4足→6足



手袋・靴下(イメージ)

✓雨天でも快適なゴアテックス等の防水透湿素材

✓高性能な作業服（戦闘服）



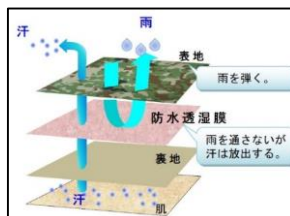
雨具



防寒戦闘服



半長靴4型



防水透湿素材の仕組み



市販品の迷彩

昼間
夜間
赤外線画像
(目立つ)



官品の迷彩

夜間
赤外線画像
(目立たない)



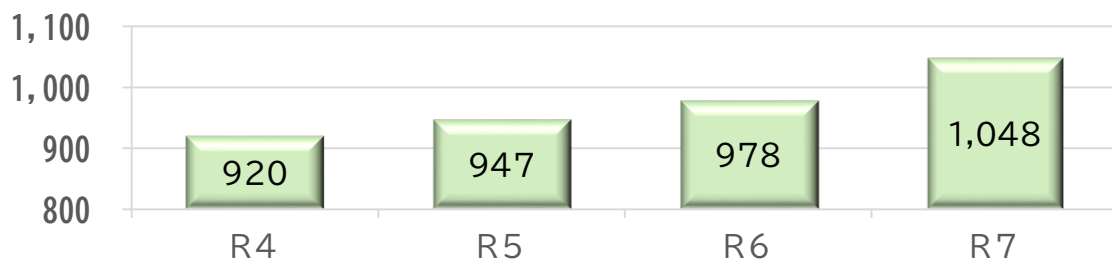
食 事

概 要

- 自衛隊の糧食費については、隊員が1日に摂取すべきカロリーや栄養素を定めた栄養摂取基準をもとに、食材の物価上昇等を考慮した上で糧食単価を算定し、必要な予算を確保
- 令和7年度予算案では、糧食のより一層の魅力化を図り、1日あたりの単価を1,048円に増額

予算推移（糧食単価）

単位：円



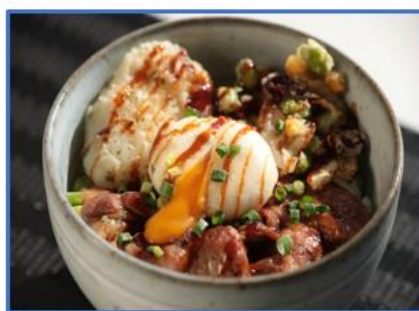
補足：糧食単価は1,048円（R7年度）であるが、市中の飲食店の原価率を約40%として換算した場合の1日あたりの単価は2,620円に相当

改善・魅力化

✓ 地元産品を活用したメニュー



陸自出雲駐屯地：秋の炊き込みご飯、出雲そば
(出雲産の出雲そば、西浜芋を使用)



陸自帯広駐屯地：とろ〜り卵のとかち丼
(十勝産のホエイ豚、川西長いもを使用)



空自奥尻島分屯基地：うにソース空上げ
(奥尻産ワイン、奥尻産うにを使用)

✓ 我が国の水産物の消費拡大



海自大村航空基地隊：あじ茶漬け
(長崎県産あじを使用)



海自第25航空隊：ホタテラーメン
(青森県産のホタテを使用)



空自襟裳分屯基地：襟裳ラーメン
(えりも町産のつぶ貝、大ずわいがに、昆布を使用)

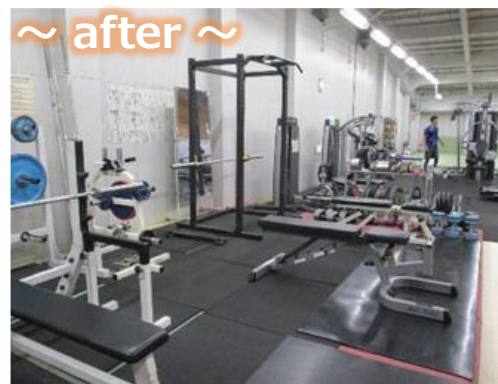
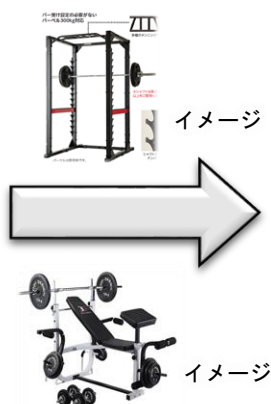


トレーニング備品

概要

- 隊員から更新等のニーズが多い身体機能の向上や体力維持・増進のためのトレーニング備品の更新等を推進

改善・魅力化



イメージ



自動化（草刈り機）

概要

- 自動草刈機（無人化やラジコン型）の導入により、隊員の負担を軽減
- 令和5年度以降、各自衛隊に導入し、航空自衛隊は令和7年度に導入完了予定（陸上・海上自衛隊は引き続き部隊の要望に応じて導入を推進）

改善・魅力化

～ before ～



従来器材イメージ



肩掛け

手押し

～ after ～



器材イメージ
(GPS搭載、自動運転機能付き)



作業イメージ



宿舎の老朽化対策

概要

- 宿舎の老朽化対策は、大規模・中規模改修や建替えなどをスピード感をもって計画的に推進
- また、改修等にあわせて住宅設備の充実なども推進
- 令和6年度までに約6千戸の大規模・中規模改修に着手※
- 令和7年度予算案では新たに約3千戸の大規模・中規模改修及び建替えに着手予定

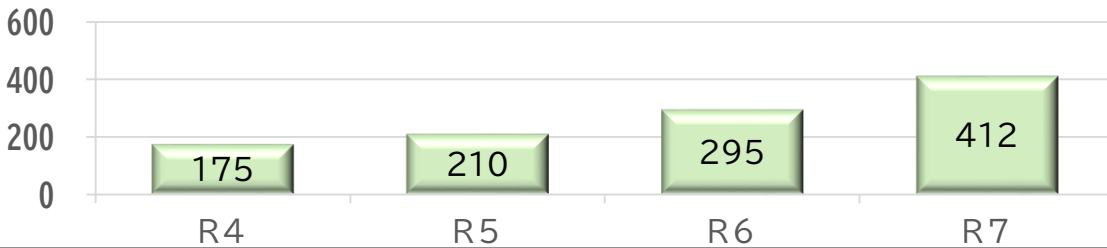
○大規模改修：築40年を目途に行うリノベーションなどの大規模な全面改修

○中規模改修：10年程度の周期で行う外壁、内装などの改修を1～2つ程度実施する中規模な部分改修

※ 戸数は防衛力整備計画期間における着手数

予算推移

単位：億円



改善・魅力化

✓浴室（給湯設備）の改善



✓和室から洋室に改善



✓キッチンの改善



✓洗面所の改善（洗濯機の設置台も取付け）



✓バルコニーの改善



✓換気扇・網戸の整備



※写真は改善の例



廠（しょう）舎

概要

- 経年による老朽化が著しい廠舎※の建替え等を部隊の意見等を踏まえ推進
- 令和4年度までに3棟の整備を完了し、令和6年度は3棟の建替えに着手

※ 訓練中の部隊等が宿泊する施設

改善・魅力化

～ before ～

大高根演習場(S51建設)



関山演習場(S53建設)

廠舎の例
(老朽化)



北富士演習場(S53建設)



共同のトイレ



劣化した浴室

～ after ～

建替えイメージ



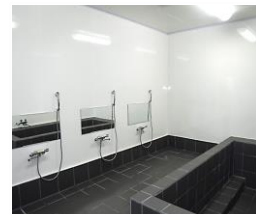
然別演習場(R1建設)



トイレの増設



トイレの設置
(女性用)



シャワー・浴室の設置
(女性用)

空 白

参考資料

●ご家族へのご説明、あるいは隊員自主募集などにご活用ください。

新卒・既卒・2卒からの自衛官候補生 (陸・海・空) 18～32歳 から実現する夢

1年中スマホで受験可能です。 再就職または進学 希望者の再就職率99%以上 大学進学時年間最大53.6万円支給

採用 自衛官候補生教育 3か月間 [1任期目] 陸 1年9か月間 [2任期目] 2年間 継続任用

任用一時金約34万円 指定場所生活調整金 6年間で最大120万円

自衛官として最初の1年間勤務した時の年収は **約367万円**

任期経過後勤務すれば更に特別退職手当を受け取れる！

特別退職手当 12任期目(2年) 約73万円 2任期目(2年) 約177万円 海・空 1任期目(3年) 約118万円 2任期目(2年) 約181万円

これに加え、仕事内容によって色々な手当を支給！ 地域手当、特殊勤務手当、地下軍手当、航空手当、東海手当、航海手当 etc

お金を貯めて退職後は **起業しよう！**

任期満了したら〇〇に就職したい！

大学の奨学金を返済したい！

任期満了したら進学したい！

休日：年間約150日 勤務時間：08:15～17:00(基準)

プラス！！

バラエティー豊かなバランスの良い食事 自衛隊病院等での治療・入院は無料 トレーニング施設もあるよ

衣・食・住・医療全て提供

(参考) 年間の衣食住に係る費用：約111万円 (参考) 年間の保険医療に係る費用：約6万円

本紙に記載されている各値については、一部、令和7年度予算案に基づき制作しております。 金額は四捨五入による。

新卒・既卒・2卒からの陸自自衛官候補生 18～32歳 から実現する夢

1年中スマホで受験可能です。 再就職または進学 希望者の再就職率99%以上 大学進学時年間最大53.6万円支給

採用 自衛官候補生教育 3か月間 [1任期目] 1年9か月間 [2任期目] 2年間 継続任用

任用一時金約34万円 指定場所生活調整金 6年間で最大120万円

自衛官として2任期(4年)で退職した場合給与の総額は **約1,932万円**

陸上自衛官として2任期(4年)で退職した場合給与の総額は 特別退職手当も出るよ

特別退職手当 約73万円(1任期目2年) 約177万円(2任期目2年)

お金を貯めて退職後は **起業しよう！**

退職後は民間企業で働いてみたい！

大学の奨学金を返済したい！

任期満了したら進学したい！

休日：年間約150日 勤務時間：08:15～17:00(基準)

プラス！！

バラエティー豊かなバランスの良い食事 自衛隊病院等での治療・入院は無料 トレーニング施設もあるよ

衣・食・住・医療全て提供

(参考) 年間の衣食住に係る費用：約111万円 (参考) 年間の保険医療に係る費用：約6万円

本紙に記載されている各値については、一部、令和7年度予算案に基づき制作しております。 金額は四捨五入による。

新卒・既卒・2卒からの海自自衛官候補生 18～32歳 から実現する夢

1年中スマホで受験可能です。 再就職または進学 希望者の再就職率99%以上 大学進学時年間最大53.6万円支給

採用 自衛官候補生教育 3か月間 [1任期目] 2年9か月間 [2任期目] 2年間 継続任用

任用一時金約34万円 指定場所生活調整金 6年間で最大120万円

海上自衛官として2任期(5年)で退職した場合給与の総額は **約3,092万円**

特別退職手当 約118万円(1任期目3年) 約181万円(2任期目2年)

お金を貯めて退職後は **起業しよう！**

退職後は民間企業で働いてみたい！

大学の奨学金を返済したい！

任期満了したら進学したい！

休日：年間約150日 勤務時間：08:15～17:00(基準)

プラス！！

バラエティー豊かなバランスの良い食事 自衛隊病院等での治療・入院は無料 トレーニング施設もあるよ

衣・食・住・医療全て提供

(参考) 年間の衣食住に係る費用：約111万円 (参考) 年間の保険医療に係る費用：約6万円

本紙に記載されている各値については、一部、令和7年度予算案に基づき制作しております。 金額は四捨五入による。

新卒・既卒・2卒からの空自自衛官候補生 18～32歳 から実現する夢

1年中スマホで受験可能です。 再就職または進学 希望者の再就職率99%以上 大学進学時年間最大53.6万円支給

採用 自衛官候補生教育 3か月間 [1任期目] 2年9か月間 [2任期目] 2年間 継続任用

任用一時金約34万円 指定場所生活調整金 6年間で最大120万円

航空自衛官として2任期(5年)で退職した場合給与の総額は **約2,443万円**

特別退職手当 約118万円(1任期目3年) 約181万円(2任期目2年)

お金を貯めて退職後は **起業しよう！**

退職後は民間企業で働いてみたい！

大学の奨学金を返済したい！

任期満了したら進学したい！

休日：年間約150日 勤務時間：08:15～17:00(基準)

プラス！！

バラエティー豊かなバランスの良い食事 自衛隊病院等での治療・入院は無料 トレーニング施設もあるよ

衣・食・住・医療全て提供

(参考) 年間の衣食住に係る費用：約111万円 (参考) 年間の保険医療に係る費用：約6万円

本紙に記載されている各値については、一部、令和7年度予算案に基づき制作しております。 金額は四捨五入による。

予備自・即自の手当が大幅に引上げ

予備自衛官

1年あたり 現行 約9万円 改定後 約23万円

1任期(3年)あたり 現行 約27万円 改定後 約68万円

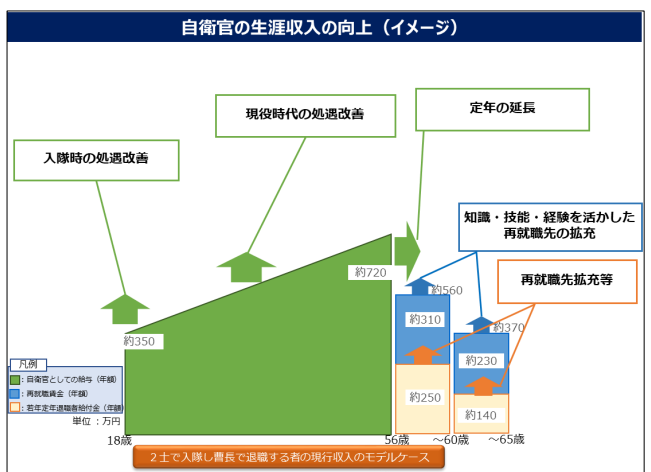
即応予備自衛官

1年あたり 現行 約54.4～65.8万円 改定後 約81～108万円

1任期(3年)あたり 現行 約163～197万円 改定後 約242～325万円

引上げ時期：令和7年度中を予定

ご連絡はこちらまで



空 白

新卒・既卒・2卒からの 自衛官候補生 (陸・海・空) 18~32歳

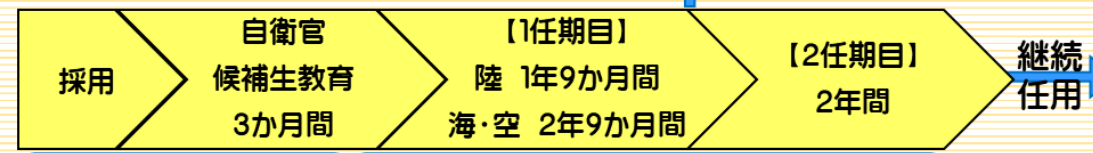
「テストワークあり」
「採用時の体力不問」

から実現する夢

1年中スマホで受験可能です。

再就職または進学

希望者の再就職率**99%以上**
大学進学時年間最大**53.6万円**支給



任用一時金**約34万円**

指定場所生活調整金 **6年間で最大120万円**

生涯収入は
約2.8億円

自衛官を続ける
事もできますよ



自衛官として最初の1年間勤務した時の
年収は

約367万円



※ 高卒任官時初任給 約22.5万円を基準に計算
大卒の場合、任官時初任給 約24.0万円で、**年収383万円!**

任期終了まで勤務すれば
更に**特例退職手当**が受け取れる!

特例退職手当	
陸	1任期目(2年) 約 73万円
	2任期目(2年) 約177万円
海・空	1任期目(3年) 約118万円
	2任期目(2年) 約181万円

これに加え、仕事内容によって
色々な手当を支給!

地域手当、特殊作戦隊員手当、
落下傘手当 航空手当、
乗組手当、航海手当 etc



処遇の詳細はコチラにアクセス!

休日:**年間約150日**

勤務時間:08:15~17:00(基準)

+ プラス!!

バラエティー豊かなバランスの良い食事
自衛隊病院等での治療・入院は無料

トレーニング施設もあるよ

衣・食・住・医療全て提供

(参考) 年間の衣食住に係る費用: 約111万円
(参考) 年間の保険医療に係る費用: 約6万円



お金を貯めて退職後は
〇〇しよう!

任期満了したら〇〇に
就職したいな!



大学の**奨学金**を
返済したい!



任期満了したら
進学したい!



本紙に記載されている各値については、一部、令和7年度予算案に基づき制作しております。

※ 金額は四捨五入による。

退職後の成長したあなたは「自衛隊新卒」

もっと詳しく
知りたい！

メリット①⇒身につくスキル

#チームワーク力、#自己管理能力、
#問題解決力、#タイムマネジメント力、
#コミュニケーション力、#論理的思考力、
#判断力、#基礎体力
その他、様々な職種ごとに専門的な知識・技術を習得！

気が付けば
身に付いているよ♪



経験者の声を
聞いてみたい

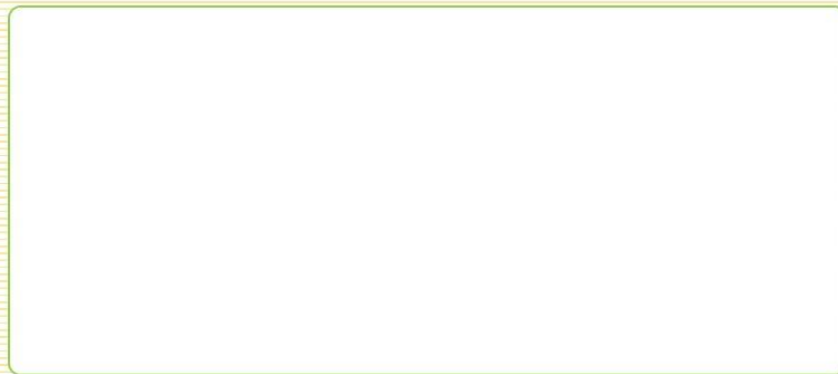


メリット②⇒無料で資格取得
大型自動車、大型特殊自動車
ドーザ免許、二等航空整備士
乙種第4類危険物取扱者
一級ボイラー技士、一級小型船舶操縦士
その他、多数ある職種ごとに専門的な資格を取得！

自費だと
最大300万円
必要な資格
もあるよ



応募も受験も
スマホでできるんだ



新卒・既卒・2卒からの

陸自自衛官候補生

18~32歳

「デスクワークあり」
「採用時の体力不問」



から実現する夢

1年中スマホで受験可能です。

再就職または進学

希望者の再就職率**99%以上**
大学進学時年間最大**53.6万円**支給



任用一時金**約34万円**

指定場所生活調整金 **6年間で最大120万円**

生涯収入は
約2.8億円
自衛官を続ける事もできますよ



陸上自衛官として2任期(4年)で退職した場合
給与の総額は

特例退職手当も出るよ

約1,932万円

特例退職手当
約73万円(1任期目2年)
約177万円(2任期目2年)



内容の詳細はコチラにアクセス！



お金を貯めて退職後は
起業しよう！

退職後は**民間企業**で
働いてみたい！

大学の**奨学金**を
返済したい！

任期満了したら
進学したい！

休日：**年間約150日**

勤務時間：08:15～17:00(基準)

+ プラス！！

バラエティー豊かなバランスの良い食事
自衛隊病院等での治療・入院は無料

トレーニング施設もあるよ

衣・食・住・医療全て提供

(参考) 年間の衣食住に係る費用：約111万円
(参考) 年間の保険医療に係る費用：約6万円



本紙に記載されている各値については、一部、令和7年度予算案に基づき制作しております。

※ 金額は四捨五入による。

退職後の成長したあなたは「自衛隊新卒」

もっと詳しく
知りたい！

メリット①⇒身につくスキル

#チームワーク力、#自己管理能力、
#問題解決力、#タイムマネジメント力、
#コミュニケーション力、#論理的思考力、
#判断力、#基礎体力
その他、様々な職種ごとに専門的な知識・技術を習得！

気が付けば
身に付いているよ♪



経験者の声を
聞いてみたい

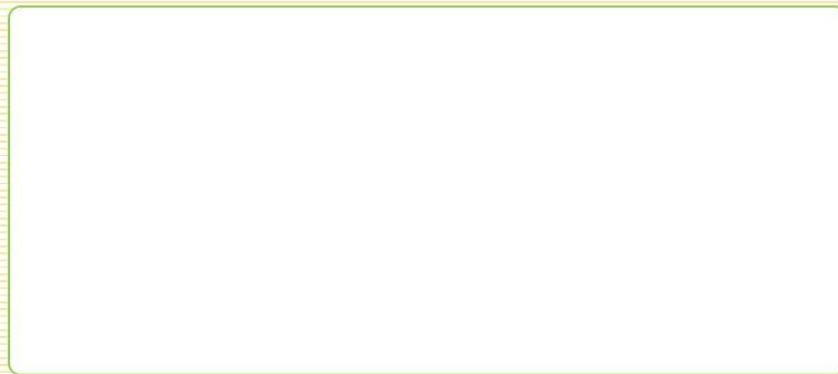


メリット②⇒無料で資格取得
大型自動車、大型特殊自動車
ドーザ免許、二等航空整備士
乙種第4類危険物取扱者
一級ボイラー技士、一級小型船舶操縦士
その他、多数ある職種ごとに専門的な資格を取得！

自費だと
最大300万円
必要な資格
もあるよ



応募も受験も
スマホでできるんだ



新卒・既卒・2卒からの
海自自衛官候補生
18~32歳

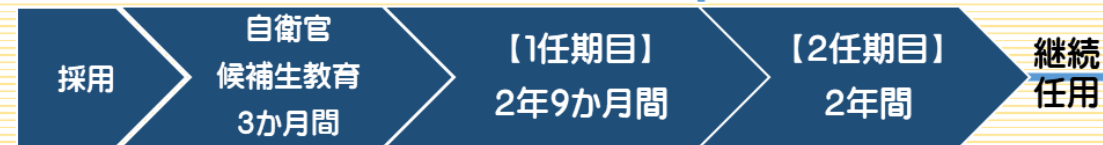
「デスクワークあり」
「採用時の体力不問」

から実現する夢

1年中**スマホ**で受験可能です。

再就職または進学

希望者の**再就職率99%以上**
大学進学時**年間最大53.6万円**支給



任用一時金**約34万円**

指定場所生活調整金 **6年間で最大120万円**

生涯収入は
約3.3億円

自衛官を続ける
事もできますよ



内容の詳細はコチラにアクセス！



海上自衛官として2任期(5年)で退職した場合
給与の総額は

特例退職手当も出るよ

約3,092万円

特例退職手当
約118万円(1任期目3年)
約181万円(2任期目2年)



休日：**年間約150日**

勤務時間：08:15~17:00(基準)

+ **プラス！！**

バラエティー豊かなバランスの良い食事
自衛隊病院等での治療・入院は無料

トレーニング施設もあるよ

衣・食・住・医療全て提供

(参考)年間の衣食住に係る費用：約111万円
(参考)年間の保険医療に係る費用：約6万円



大学の**奨学金を返済**したい！

任期満了したら
進学したい！

退職後は**民間企業**で働いてみたい！



本紙に記載されている各値については、一部、令和7年度予算案に基づき制作しております。

※ 金額は四捨五入による。

退職後の成長したあなたは「自衛隊新卒」

もっと詳しく
知りたい！

メリット①⇒身につくスキル

#チームワーク力、#自己管理能力、
#問題解決力、#タイムマネジメント力、
#コミュニケーション力、#論理的思考力、
#判断力、#基礎体力
その他、様々な職種ごとに専門的な知識・技術を習得！

気が付けば
身に付いているよ♪



経験者の声を
聞いてみたい

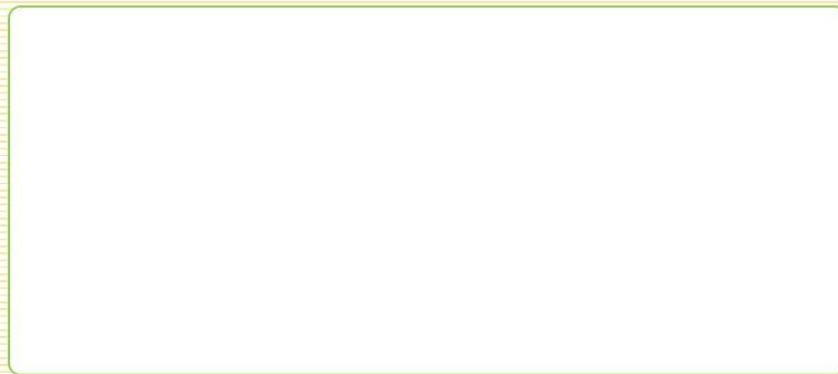


メリット②⇒無料で資格取得
大型自動車、大型特殊自動車
ドーザ免許、二等航空整備士
乙種第4類危険物取扱者
一級ボイラー技士、一級小型船舶操縦士
その他、多数ある職種ごとに専門的な資格を取得！

自費だと
最大300万円
必要な資格
もあるよ



応募も受験も
スマホでできるんだ



新卒・既卒・2卒からの

空自自衛官候補生

18~32歳

「テストワークあり」
「採用時の体力不問」

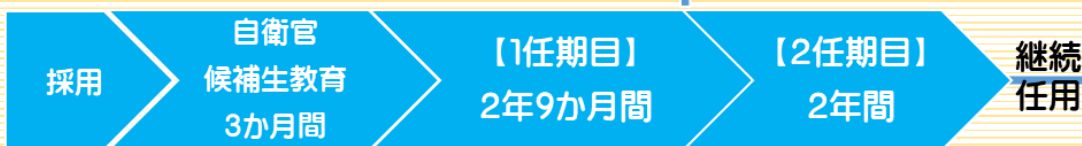


から実現する夢

1年中スマホで受験可能です。

再就職または進学

希望者の再就職率99%以上
大学進学時年間最大53.6万円支給



任用一時金約34万円

指定場所生活調整金 6年間で最大120万円

生涯収入は
約2.8億円

自衛官を続ける
事もできますよ



航空自衛官として2任期(5年)で退職した場合
給与の総額は

特例退職手当も出るよ

約2,443万円

特例退職手当
約118万円(1任期目3年)
約181万円(2任期目2年)



内容の詳細はコチラにアクセス！



お金を貯めて退職後は
起業しよう！

退職後は**民間企業**で
働いてみたい！

大学の**奨学金**を
返済したい！

任期満了したら
進学したい！

休日：年間約150日

勤務時間：08:15~17:00(基準)

+ プラス！！

バラエティー豊かなバランスの良い食事
自衛隊病院等での治療・入院は無料

トレーニング施設もあるよ

衣・食・住・医療全て提供

(参考) 年間の衣食住に係る費用：約111万円
(参考) 年間の保険医療に係る費用：約6万円



本紙に記載されている各値については、一部、令和7年度予算案に基づき制作しております。

※ 金額は四捨五入による。

退職後の成長したあなたは「自衛隊新卒」

もっと詳しく
知りたい！

メリット①⇒身につくスキル

#チームワーク力、#自己管理能力、
#問題解決力、#タイムマネジメント力、
#コミュニケーション力、#論理的思考力、
#判断力、#基礎体力
その他、様々な職種ごとに専門的な知識・技術を習得！

気が付けば
身に付いているよ♪



経験者の声を
聞いてみたい

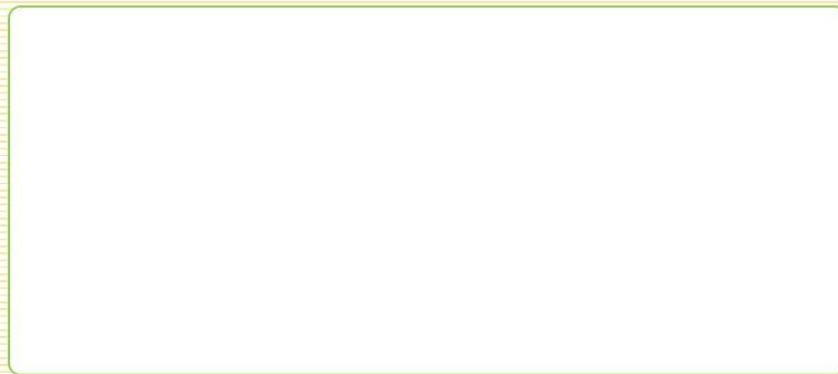


メリット②⇒無料で資格取得
大型自動車、大型特殊自動車
ドーザ免許、二等航空整備士
乙種第4類危険物取扱者
一級ボイラー技士、一級小型船舶操縦士
その他、多数ある職種ごとに専門的な資格を取得！

自費だと
最大300万円
必要な資格
もあるよ



応募も受験も
スマホでできるんだ



予備自・即自の手当が 大幅に引上げ



予備自衛官

現
行

1年あたり
約**9**万円

1任期（3年）あたり
約**27**万円

改
定
後

約2.5倍
UP

1年あたり

約**23**万円

1任期（3年）あたり

約**68**万円

※いずれも年間5日の訓練に出頭した場合の金額



即応予備自衛官

現
行

1年あたり
1士 2尉
約54.4～65.8万円

1任期（3年）あたり
1士 2尉
約163～197万円

改
定
後

最大
約1.6倍
UP

1年あたり

1士 2尉
約**81～108**万円

1任期（3年）あたり

1士 2尉
約**242～325**万円

※いずれも年間30日の訓練に出頭した場合の金額

◎引上げ時期：**令和7年度中を予定**

予備自衛官



ご連絡はこちらまで

空 白

自衛官の生涯収入の向上（イメージ）

