



MOFA

MINISTRY OF
FOREIGN AFFAIRS

総合職内定者ノート

世界史を描く
最前線へ

どうやって対策すべきなのか
内定者の生の声でわかりやすく解説！
公務員試験から官庁訪問と就活事情まで網羅

特別号

2025年度
内定者一同

CONTENT

01

はじめに 3～8ページ

編集者からの挨拶とグラフで見る2025年度内定者基本情報の紹介をしています。

02

公務員試験 9～28ページ

国家公務員総合職試験を分析しています。内定者による体験記もふまえて、参考になれば幸いです。

03

官庁訪問 29～41ページ

何を準備すればよいのか分かりづらい官庁訪問の実態を内定者の体験談も踏まえて説明しています。

04

就活全般 42～63ページ

公務員試験だけでなく民間就活の実情も紹介します。説明会の参加状況やインターンの参加有無についてもグラフで紹介しています。

05

内定者トーク 64～73ページ

2025年度の内定者による対談を掲載しています。ここだけでしか聞けないお役立ち情報もあります。

06

メッセージ74～80ページ

実際の採用担当の方からのメッセージを掲載しています。内定者からのメッセージもありますのでぜひご覧ください。

はじめに

編集担当からの挨拶

皆さんは外務省や官庁訪問にどのようなイメージを持っているのでしょうか？

敷居が高いと感じたり、どんなものなのか全く想像がつかないと感じたりしているかもしれません。我々内定者も同じようなことを感じていましたが、先輩方の内定者ノートに救われたという人も多いです。このノートを通じて皆さんに外務省の魅力を伝え、就活中の不安を和らげることの一助になれば幸いです。

編集委員長 T・F

就活は情報戦——でも本当に大切なのは、溢れる情報の中で"惑わされない力"かもしれません。

「自分なんかじゃ駄目」な理由を探しては、自信のなさに押しつぶされかけていた、かつての私のようなあなたにも、この本はそっと背中を押してくれるはずです。とはいえ、最後に向き合うのは自分自身。どうか「ふーん、こんな人もいるんだ」くらいの気持ちで、気楽にページをめくってみてください。

編集委員 M・Y

人と違った人生を歩んできました。そこに誇りも不安もありました。こんな自分でも内定がもらえるのだろうかを毎日考えました。

この内定者ノートが、かつての自分のように不安を感じている人の助けになれば幸いです。あなたならきっと大丈夫。

編集委員 K・O



編集委員長
T・F



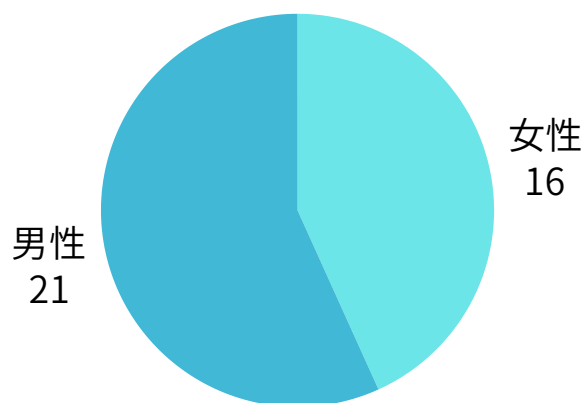
編集委員
M・Y



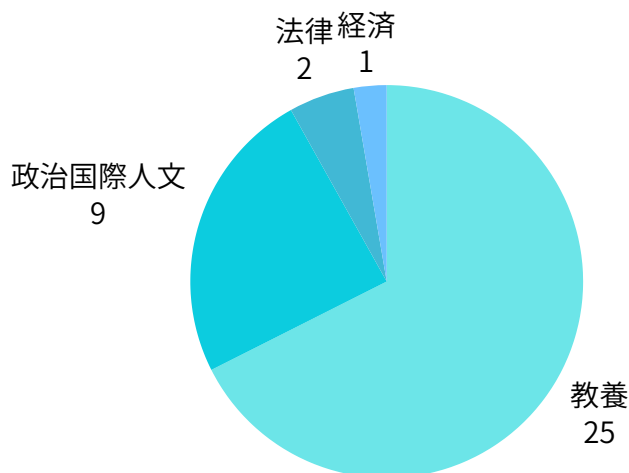
編集委員
K・O

1.2 内定者基本情報

性別



試験区分



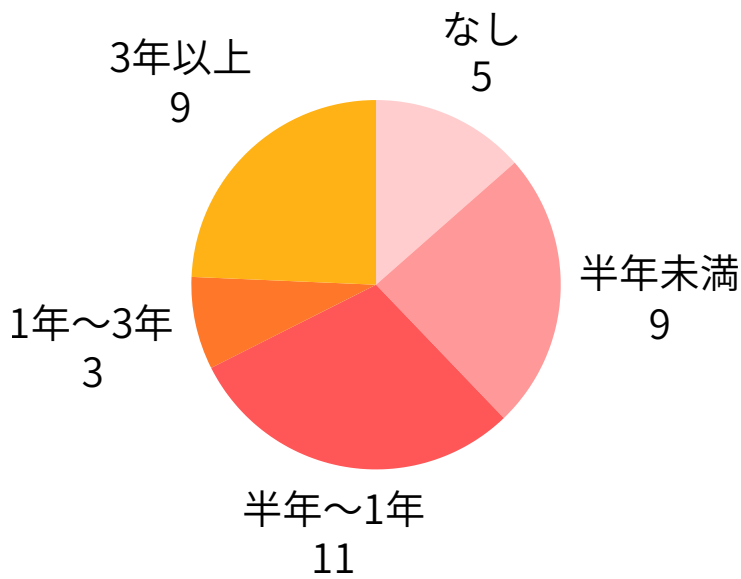
官庁訪問先

訪問省庁	1日目	2日目	3日目
外務省	35	2	
経済産業省	1	10	4
財務省	1	5	3
防衛省		3	
警察庁		2	
出入国管理庁		1	1
内閣府		1	
文部科学省		1	
国土交通省		1	
農林水産省			2
法務省			1
訪問なし		11	26

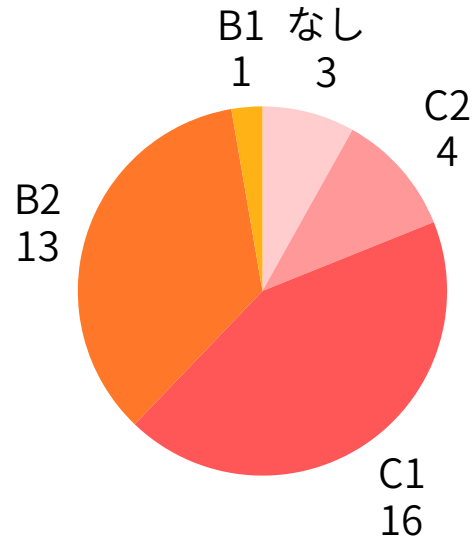
最終学歴

	大学	学部	人数	
学部	東京大学	教養	8	17
		法	7	
		経済	1	
		教育	1	
	慶應義塾大学	法	5	6
		文	1	
	早稲田大学	政治経済	1	4
		法	1	
		国際教養	1	
		文	1	
	一橋大学	法	2	
	京都大学	経済	1	
	名古屋大学	法	1	
	筑波大学	社会・国際学群	1	
広島大学	工	1		
グリネル大学	政治	1		
コロンビア大学	政治	1		
修士	東京大学大学院	公共政策	1	
	京都大学大学院	公共政策	1	

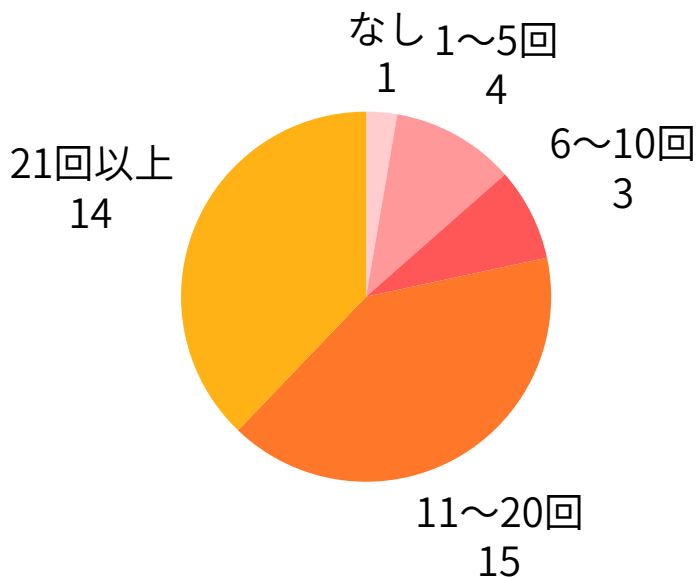
海外経験



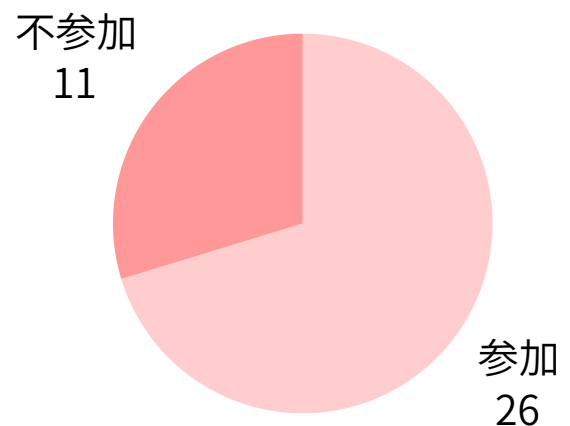
官庁訪問時の英語スコア



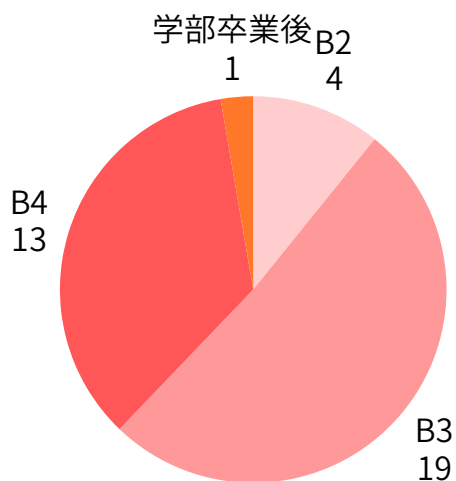
説明会・イベント参加回数



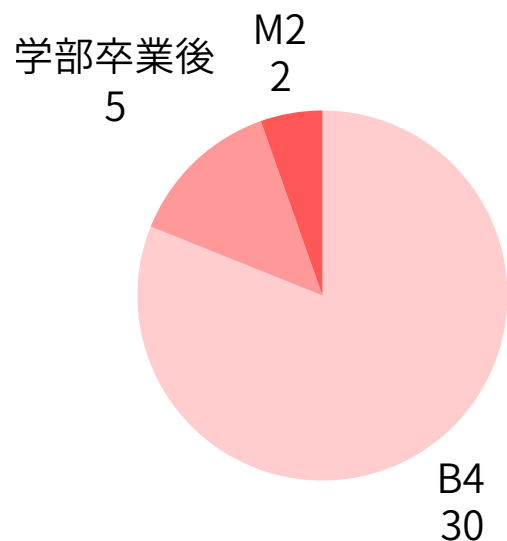
外務省インターン



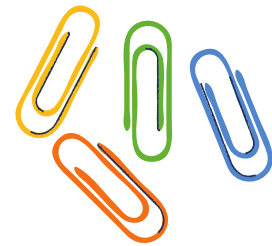
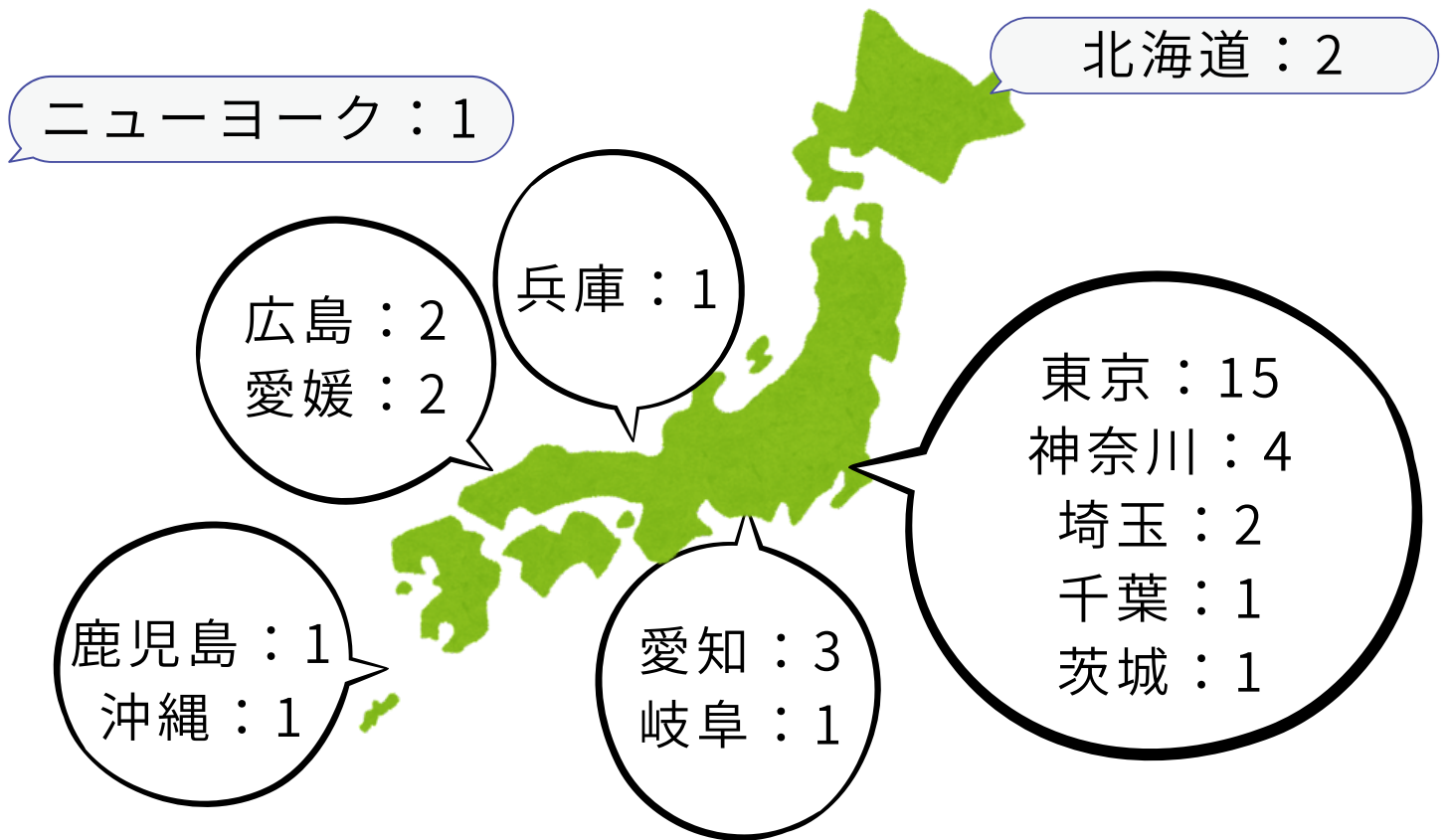
公務員試験受験時の学年



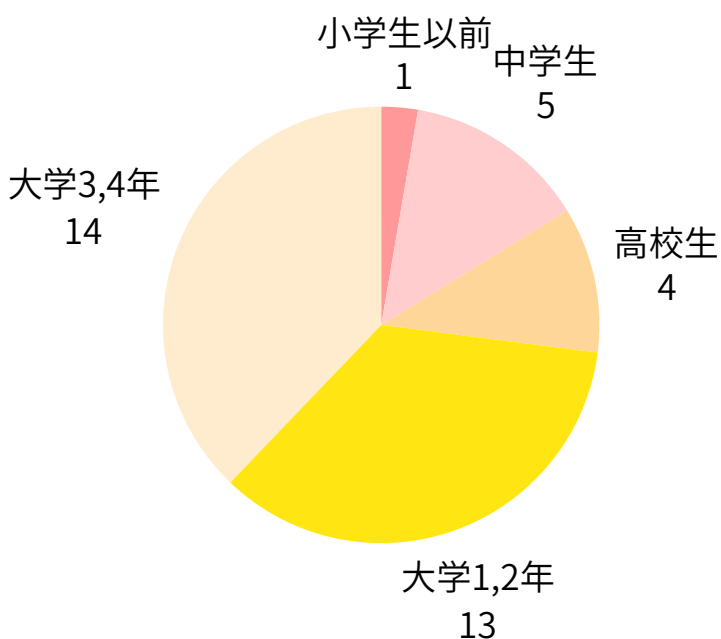
官庁訪問時の学年



出身



外務省を志した時期



SPECIAL COLUMN

VOL. 1

PERSON

こんな内定者に突撃してみました！

Kさん

3浪1留



大学入学までに+3年、大学でも卒業を遅らせ+1年。合計+4年しています。官庁ってお堅いんじゃ...？プラス4年なんて心象悪いんじゃ...？言語習得には遅いと思われるんじゃ...？という不安はありましたが、官庁訪問では、そんな背景に全くとらわれることなく、人間を見てくれていたと感じました。

これを読んでいる方の中にも、自分のバックグラウンドや経歴に不安を感じている人がいるかもしれません。しかし、その経験こそがあなたの魅力になっているはず。安心して語ってください。外務省は、寛大です！

Nさん

AIスタートアップから外務省へ

私の大学時代は、国際法模擬裁判にのめり込み、気づいたら卒業。入省前に1年早く卒業してAIスタートアップの創業メンバーとして働くという変な経歴になってます...

大学の国際法模擬裁判では、特定の国際問題に関し、法的にどう整理するかを考え抜きました。国際法を専攻する以上、「現代国際社会における国際法の意義は何か」という問いにはしっかり向き合わないといけないです（官庁訪問でもたくさん聞かれました（笑））。

卒業時、たまたま友人が起業するタイミングだったので（入省後にできない経験をしたいという建前で）、大学を卒業後、AIスタートアップの創業に関わりました。

ベンチャーの仕事は正直かなりタフですが、高い基準で働く癖がついたのは大きな財産です。アメリカ企業の技術力やインド工科大学のエンジニア受け入れを議論する中で、経済・技術・外交の結びつきを肌で感じます。既卒で官庁訪問に挑む方は、こうした経験を単に並べるだけでなく、

- ・既卒として卒業後の時間をどう使い、何を得たのか
- ・民間と迷わなかった理由を、自分の言葉で説明できるか
- ・学生時代の軸（私の場合は国際法）と一貫性があるか
- ・職場環境でどんな基準値を持って働いてきたか

をしっかり整理して伝えることが大切だと思います。それが唯一無二の個性と強みになるはずです！

Oさん

化学の世界から外交の世界へ



留学生たちとの写真

私は工学部化学科出身です。外交を志したきっかけは大学3年時のエジプト留学でした。現地の人々と交流する中で、日本に対する深い信頼と敬意を感じ、自国が世界で果たす役割の大きさを肌で実感しました。

研究室では、試薬の濃度や順序の違いで反応結果が変わる実験に向き合ってきました。外交の現場でも、言葉や政策の選択が関係性に微妙な影響を及ぼすことがしばしばあり、化学と同じように「小さな変化が大きな結果を生む世界」に知的な刺激を受けました。

平和の中で育った自分が、今度はその平和を支える側に立ちたいと考えた時、世界の最前線で日本を代表する外交官の姿に強く心を動かされました。外務省は、多様な知識や経験を尊重し、独自の視点を示す人を評価する組織です。理系でも地方出身でも、挑戦する意志があれば道は開ける——そのことを自身の歩みで示していきたいと考えています。

これからは、研究室で培った観察力と分析力を外交の現場に持ち込み、変数や条件を見極めながら最適解を模索し続けます。自らの判断と行動が次の結果につながる責任を自覚し、持続可能な平和の形を探究してまいります。

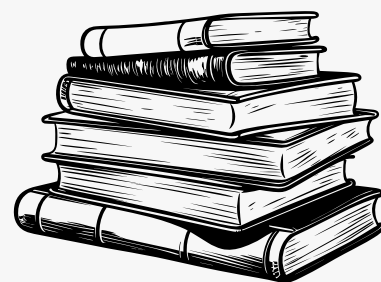
公務員試験

筆記から人物試験まで

国家公務員総合職試験は、いわゆる官僚を志す者の試験であり、政策の企画及び立案又は調査及び研究に関する事務をその職務とする係員の採用試験です。

これだけ聞くと何やら難しそうですが、多くの受験区分が存在します。また、年2回実施されており、秋に行われる教養区分と、春に行われるその他の区分（※）があります。いずれかに合格すると官庁訪問に参加する権利が得られます。高い倍率の区分も多いですが、過去問や参考書も充実しており、しっかりとした対策があれば決して無理難題ではありません。

この内定者ノートでは、受験者の多い各区分の概要をデータを踏まえてわかりやすく説明しています。また、各区分の体験記も記載されていますので、ぜひ対策の参考にしてみてください！



※2026年から、教養区分が春にも実施されることになりました！
最新情報は人事院ホームページをご覧ください。

2.1 教養区分概要

基礎情報

スケジュールは秋の教養区分に関するものです。2026年度から新設される春の教養区分については、人事院のホームページをご確認ください。

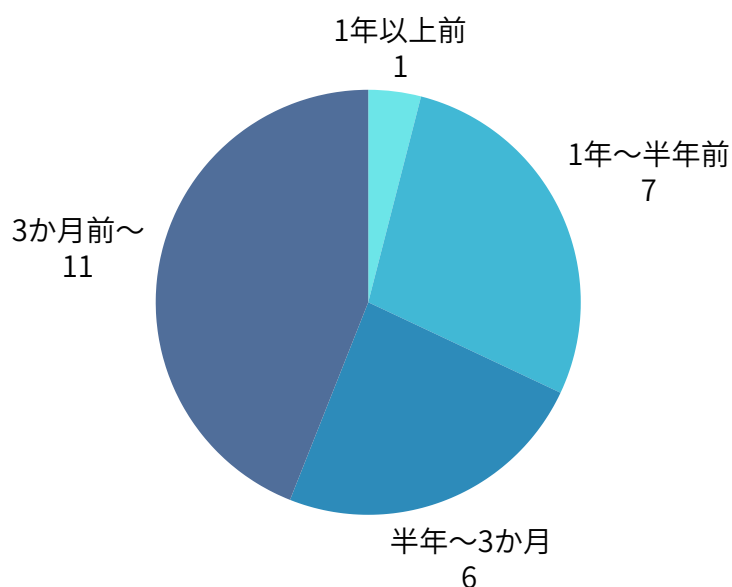
教養区分合格までの道のり

受付期間	申込みは、人事院ホームページより行うことができます。 2025（令和7）年度の場合は、8月1日（金）9:00～8月25日（月）が受付期間でした。
第1次試験	2025（令和7）年度の場合は、10月5日（日）実施 基礎能力試験と総合論文試験の二つがあります。 ●基礎能力試験（マークシート式） Ⅰ部：知能分野（配点：3/28） ・判断推理・数的処理（14問） 一次試験の最重要科目です。資料解釈や図形、判断推理など様々な分野から出題されます。半分取れると安心できます。 ・文章理解（10問） 日本語と英語の読解問題。できれば完答したい分野です。 Ⅱ部：知識分野（30問、配点：2/28） 時事、人文、自然、社会などから幅広く出題。分野を取捨選択しながら効率よく勉強しましょう。 ●総合論文試験（配点：8/28） 主にⅠは教養・哲学的な考え方、Ⅱは具体的な政策課題に関する問いが出題されます。資料等を活用しながら柔軟な思考で回答することが大切です。
第1次試験 合格者発表日	2025（令和7）年度の場合は、10月22日（水）9:00 合格おめでとうございます！
第2次試験	2025（令和7）年度の場合は、11月22日（土）、11月23日（日）又は11月29日（土）、11月30日（日）のいずれか 企画提案試験、政策課題討議試験、人物試験の三つがあります。 ●企画提案試験（配点：5/28） 一次試験後に参考資料が、試験当日に資料に関連する課題が提示されます。本番では課題を基に1時間半で企画資料を作成し、試験官へのプレゼン及び質疑応答を行う流れです。準備段階で課題を複数想定することが大事になってきます。

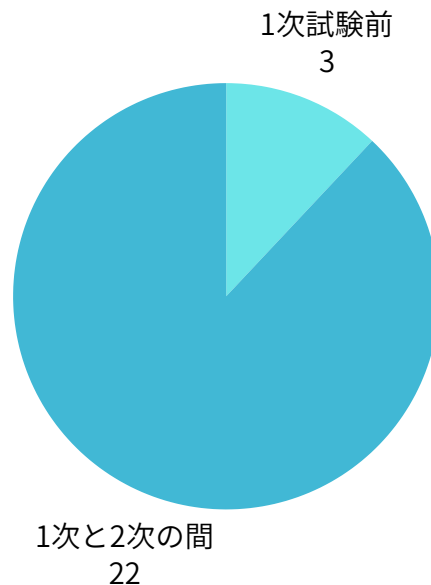
第2次試験	◎政策課題討議試験（配点：4/28） 試験当日に課題が発表され、20分程度でレジюмеを作成します。そのレジюмеをもとにグループ討議を行います。レジюмеの作成及びグループ討議の練習を重ねましょう。本番中は変に目立つことはせず班員全員で合格する気持ちを持つことが大切です。 ◎人物試験（配点：6/28） 事前にした面接カードを基に3人の面接官と対面で行う面接です。人柄やコミュニケーション能力などが5段階で評価されます。論理性や一貫性をもって伝えられるように練習しましょう。
最終合格者発表日	2025（令和7）年度の場合は、12月18日（金）9:00 合格おめでとうございます！

データで見る内定者情報

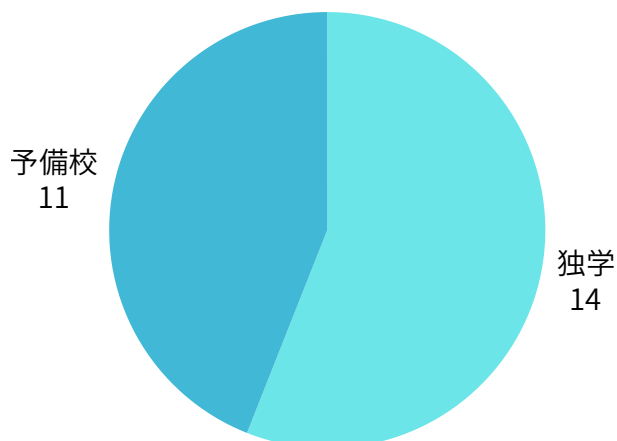
勉強開始時期（1次試験）



勉強開始時期（2次試験）



独学・予備校



内定者アンケート結果

1次試験の勉強法

過去問などを使って繰り返し問題演習をしていた人が多かったです。
特に論文試験では先輩や友人の協力をもらいながら対策していたようです。

<基礎能力試験>

- 本番の試験時間で過去問を解き、時間内に解けるように練習していた
- インプット（解き方を覚える目的で時間制限を設けず問題演習）とアウトプット（1問ごとに時間を設定して時間内に解けるようにスピードを意識して解く）のバランスを意識した
- 自然・人文・社会科学は取れる問題を確実に取ることに重点をおいた
- 予備校の教材を使い、特に数的処理の勉強はしっかりやった（数学を大学受験で使っていなかったのも）
- とにかく問題集を周回していた
- 得意分野、伸びしろ分野、不得意分野にジャンルを分け、対策方法を変えた。伸びしろ部分を集中的に対策していた。
- 暗記が必要な知識問題の対策をメインで行っていた。
- 『スーパー過去問ゼミ』を使って対策していた
- 『速攻の時事』で時事問題対策をしていた
- いろんな予備校の模試を受験し、自分の立ち位置を確認していた

<総合論文試験>

- 先輩に添削してもらった
- とにかく過去問を手書きで時間を測ってやり、友人・先輩に添削を依頼した
- 『速攻の時事』や小論文対策本で政策の勉強をした
- 行政学の教科書で基本事項を押さえた
- 前年度の過去問は構成を考えて実際に書き、その後友人にフィードバックをもらって改善点やポイントを確認していた。それ以前の過去問は書かず、構成を考える練習に利用していた
- 先輩に対策会を開いてもらった
- 日ごろからニュースをチェックし、論理的に考えることを心掛けていた



2次試験の勉強法

友人や大学等のコミュニティを利用して対策している人が多かったです。

<政策課題討議>

- 友人らとグルディスの練習をしていた
- 大学のコミュニティで企画される対策会に参加していた
- 各省庁が2次対策イベントを開催する場合もあるので、活用していた
- 民間就活を利用して練習をしていた
- 過去問や類題で練習した
- 時間を計ってレジューメを書き上げる練習をしていた

<企画提案>

- ニュースなどから実情を把握して想定テーマを挙げて解決策を考えていた
- AIに出そうなテーマを聞き、自分の考えを組み立てた
- 白書や関連する分野の資料を読んだ
- 大学のコミュニティで企画される対策会に参加していた
- 問いと政策を3セットほど用意していた

<人物試験>

- 大学のコミュニティで企画される対策会に参加していた
- 想定質問を考えて対策していた
- 友人と面接カードの相互添削をしていた
- 友達や先輩などに添削してもらった
- 模擬面接を積極的行った
- 民間就活を利用して練習していた



教養区分を選んだ理由

- 早めに合格することができればスケジュール的に楽になると思ったから
- 受験経験を活かそうだったから
- 一番独学ができそうだったから
- 学部で専門性がそこまでなかったから
- 民間就活と両立しやすそうだったから
- 試験日程が早い（注：秋試験の場合）ので、官庁訪問対策に長い時間を割けると思ったから
- 2年生でも受験ができたから
- 春試験の練習として受けてみた
- 専門区分よりも対策にかかる時間が少なく済みそう感じたから
- もし不合格であってももう一回チャンスを得られるから

2.2 教養区分体験記

受験の理由

大学2年生のうちに挑戦できたことと、専門的な対策があまり必要でなかったことが受験した理由です。

早期受験のメリットとして、仮に不合格でも翌年の秋と春にまだチャンスがあること、3・4年次に大学の部活にも注力できること、比較的時間のある2年生のうちに学習を進められることなどがあります。

私自身、2年生の間に合格をいただけたことで、就活時の負担を減らすことができました。民間就活も考えている人には、ぜひ早めからの対策と受験をお勧めします！



対策

10月の受験を視野に、その年の2月から予備校の映像講座の受講を始めました。

短答問題は春試験の教養問題よりも難易度が少し高いと言われています。教養区分に特化した市販教材が少ないため、予備校の方が情報も多く体系的に学習できると考えました。

予備校には短答対策だけでなく、2次試験の面接練習でもお世話になりました。

<1次試験>

試験が10月初旬でしたが、9月は上旬に外務省のインターンシップに参加しており、勉強時間が確保できていませんでした。もう少し全体のスケジュールを管理できていればと思う一方、直前2週間は集中力を高く保って勉強を進められました。

◆短答

大学受験で扱わない、憲法、国際関係、行政学等から勉強を始めました。歴史、文科芸術などの人文科学の分野は夏に入ってから、過去問を軸に勉強を進めました。

数的処理に時間はあまり割けなかったのですが、試験で一番点数を落としたのはこの分野だったため、若干後悔が残ります。

◆論文

予備校の論文対策ゼミの受講を軸に、過去問を解いて解説を聞くサイクルでした。

過去問を解く際は、時間制限はあまり気にせず解答していました。練習から焦るよりも、まずは知識のアウトプットを優先しても良いと思います。試験でスムーズに解答するための演習なので、プレッシャーをかけすぎずに勉強しました。

直前期には近年出題されていないテーマ（当時は子ども戦略、半導体など）について、現状、政策の概要や課題などをまとめた、テーマ別のカンペを用意しました。

＜2次試験＞

◆企画提案

私が受験した年は、事前課題として偽・誤情報に関する資料が指定されました。詳細な問題文は当日まで不明ですが、開示されている資料を読み込むと同時にそこで引用されている報告書なども読み、問題の概要を理解できるようにしました。

その後政策案の概要を立案し、詳細を詰めるという準備過程を辿りました。

政策を準備するにあたって、具体性を出すために特定の局面における偽・誤情報対策を考える工夫をしました。これによって、面接官の方にも政策のイメージを持ってもらいやすくなり、面接でのコミュニケーションも活発になると思います。私の場合は平時と非常時に分け、前者についてはヘイトスピーチに関連する政策を、後者では災害時の正確な情報発信を促す政策を準備しました。複数案用意することで、当日の問題文で追加条件を指定された場合でも対応できる状態にしておきました。具体性ととも政策の現実性も重要です。必要に応じて知り合いや先生に相談すると良いと思います。

想定質問の作成はもちろん、答案の下書きも何度も行い、書くこと書かないことを整理しました。予備校の模擬面接での質問を復習しつつ、自分でも文章を読み直して想定問答集を用意しました。

◆政策課題討議

グループディスカッションは出題のテーマが不明で、本番のグループの人たちとの相性もあるため、あまり対策に時間を割きませんでした。予備校で一度だけ模擬集団面接を行いました。

◆人物試験

面接カードは、1次試験終了後に作成を始めました。予備校の方や両親に添削をしてもらいつつ、自分で想定問答集を作り込みました。

受けたアドバイスとしては、①過去の経験に関する設問では「～～をした」という記述に加えて、それがもたらした変化や結果、あるいは受けた評価などを記載すること、②志望動機については、自分の知見や仕事を国民のために生かすという視点を常に持つておくことなどが挙げられます。

面接カードに書いた一言一句に責任を持ち、どこを問われても自信を持って返答できるようにまで準備しておくことをお勧めします。

反省点

1次試験についてはスケジュール管理がうまくいかず、直前に詰め込みをすることになってしまいました。約2週間、受験時のような缶詰め生活になったのはかなり辛かったです。過去問演習や映像授業の受講は余裕を持って進め、最後に復習オンリーの期間を設けられるとベストだと思います。

論文対策では、直前に一気に情報を集めるのではなく、中長期的に色々な情報にアンテナを張っておき情報を蓄積させていった方が良かったのでは、と感じました。暗記同様、直前のインプットには時間の制約があります。先述のカンペもいくつか抜け落ちている分野があり、その分野が出たらどうしようと不安にもなったので、日々の情報収集は本番に自信を持って臨むことにもつながります。

2次試験の人物面接は、一度しか模擬面接を経験せずに本番に臨みました。複数回練習できた方が回答を磨いていくことができ、本番の緊張度も下がると思います。試験当日にリラックスできるよう、さまざまな人たちとの間での練習機会を活用してください。

後輩へのメッセージ

教養区分は専門性が低い分、2種類の小論文や3種類の面接など、多様な局面における能力が測られる区分です。と同時に、公務員の仕事のイメージを掴むのに最適な区分とも言えると思います。

仕事を通じてどのようなことをしてみたいのか、何ができたら面白そうか…。この試験を入り口にして考えてみてはいかがでしょうか？もしご縁があれば、外務省でお会いできるかもしれません。皆様が合格できるよう、また納得のいく選択ができるよう応援しています！

2.3 教養区分不合格体験記

～教養区分VS.専門区分？～



「教養区分は勉強しなくても受かる」を鵜呑みにして舐めてかかり、1次試験で落ちた人がここにいます。私は学部3年の春に外務省を本格的に考え始め、夏インターンの後、秋の教養区分を受験しました。集中的に対策するはずだった9月に身辺でハプニングが続き、ほぼ「ノー勉」で受験会場に行ったので当然の壊滅的な結果に…。半年後に改めて政治国際人文区分を受験して、合格しました。

特に数的処理・判断推理は苦手で、「中学受験経験者なら楽勝」なんて噂もありましたが、小6当時は算数が大得意だったはずが（笑）全然解き終わらずに試験終了。民間就活のwebテスト対策を既にしていたら解きやすかったかもしれませんが、あまりにも演習不足でした。知識分野も、文系・理系・時事を問わず幅広い分野から数問ずつ出題されるので、運が悪いと全部全然わからないこともあります。常日頃から満遍なく教養を身につけている方（尊敬します…）や、大学受験時の知識が衰えていない方にとっては楽勝かも知れませんが、そうでなければ効率的な対策は結構大変と思います。一方で専門区分の基礎能力は教養の基礎能力に比べて相当易しく、時間に余裕もあります。

私は1次で落ちているので企画提案や政策課題討議は受けていませんが、プレゼンやグルディスに苦手意識がある自分にとっては、結果的に政治国際人文区分で正解だったのかなと思っています。

政治国際の専門試験（多肢選択・記述）の勉強内容は、当たり前ですが外務省の政策と深い関係があり勉強していて楽しく、大学で国際関係や政治を専攻している人が非常に解きやすいのは勿論、他専攻の人にとっても比較的とっつきやすいと思います。教養区分は「しっかり対策したが落ちてしまった」ということが結構あり得るような気がします（情報処理スピードが速い人が向いている？）、専門区分は勉強時間や演習の数が得点アップに反映されやすいと思います。専門の記述試験も、大学の授業の期末試験のような論述を書くのが苦でなければ取り組みやすいです。

教養区分に落ちた時の保険として専門区分受験を検討するのもアリです。教養1次を突破し2次で好成績を取ったものの総合論文（基礎能力試験と同日）の点数が足を引っ張って不合格になった友人もいました。専門区分の政策論文と同様、対策がしにくいと言われますが、決して侮れない科目です。

官僚志望の同期の友人たちが合格していく中で1次落ちという状況は相当きつかったですが、反省を糧に春試験で本領を発揮できました。私の場合は合格後に留学へ行き（卒業を1年延長）翌年に官庁訪問というスケジュールで余裕がありましたが、官庁訪問直前の春試験を受験する場合は、合格が出る前に各省庁のESを書き始めたりすることになり、他の就活との両立は尚更大変かもしれません。

これから受験される皆さんは、春の教養区分が新設されるということもあり、教養区分が主流なのかな？と思うかもしれません。確かに門戸が広く人数も拡大していますが、自分には合わない可能性もあります。試験合格は官庁訪問参加のための切符のようなものに過ぎず、区分に固執する必要はありません。適性やスケジュールに応じて受験の区分・タイミングを柔軟に検討してみてください。

ちなみに私は外務省の面接で教養区分不合格について少し聞かれましたが、「勉強不足で落ちてしまい、その後勉強し直して合格しました」と答えてそれ以上の深掘りはありませんでした。教養と専門の両方を受けた人は自分の周りにはいませんが、振り返れば良い経験です。不合格がキズになることはないと思うので、もうダメだと諦めずに何度でも挑戦してみてください！教養区分を受けると決めたのなら、私のようにならないように舐めずに頑張ってください（笑）。

頑張れない時は、本気で外務省・霞が関に行くぞという覚悟が足りない時かもしれません。

余談ですが、再受験時の最後の人物試験の前日に盲腸疑惑で高熱を出し、大変な思いをしました。体調管理・ストレス管理にはくれぐれも気をつけて、悔いなき選択を！

2.4 政治・国際・人文区分概要

基礎情報

政治・国際・人文区分合格までの道のり

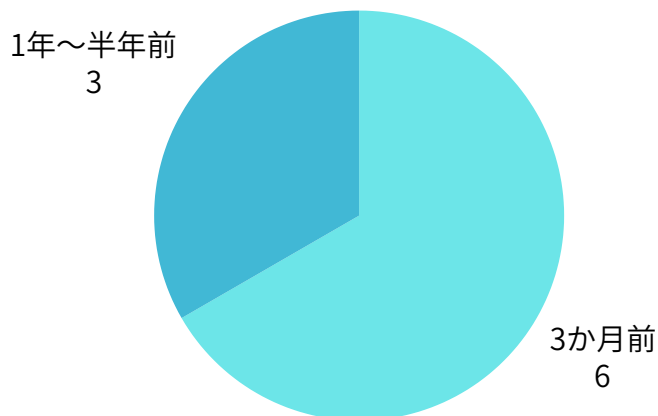
受付期間	申込みは、人事院ホームページより行うことができます。 2025（令和7）年度の場合は、2月3日（月）9:00～2月25日（火）が受付期間でした。
第1次試験	2025（令和7）年度の場合は、3月16日（日）実施 ◎基礎能力試験(多肢選択式、配点：2/15) ○知能分野 ・文章理解(合計10題) ・判断推理/数的処理(資料解釈含め14題) ○知識分野 ・自然/人文/社会に関する時事、情報(6題) 令和6年から時事を中心にこれらの知識が問われるようになった。 ◎専門試験(多肢選択式、配点：3/15) ※()内は問題数 コースA、コースBのいずれかを選択して解答する。それぞれのコースは試験会場で選べるため問題を見てから回答することが可能。 ○コースA 政治・国際系 ・政治学(10)、国際関係(10)、憲法(5)が必須問題 ・残り15題を行政学(5)、民法(3)、経済学(3)、財政学(3)、経済政策(3)、行政学(5)、国際法(5)、国際事情(3)の中から選択して解答。 ・こちらも問題を解きながら科目を選択することが可能。 ○コースB 人文系 ・政治学・国際関係・憲法(5)、思想・哲学(4)、歴史学(4)、文学・芸術(3)、人文地理学・文化人類学(2)、心理学(1)、教育学(3)、社会学(3)が必須問題 ・残り15題を思想・哲学(6)、歴史学(6)、文学・芸術(6)、人文地理学・文化人類学(2)、心理学(3)、教育学(3)、社会学(4)から選択して解答 ・令和6年度から開始された出題形式
第1次試験 合格者発表日	2025（令和7）年度の場合は、3月31日（月）9:00 合格おめでとうございます！

第2次試験 (筆記試験)	2025（令和7）年度の場合は、4月13日（日）に実施 ◎専門試験(記述式、配点：5/15) ※()内は問題数 コースA、コースBのいずれかを選択して解答する。これらのコースは1次試験の専門(多肢選択式)試験で選択したコースと異なるコースを選択してもよい。ただし、それぞれのコースを横断して2科目選ぶことはできず、それぞれのコースから2題選択する必要がある。 ○コースA 政治・国際系 ・政治学、行政学、憲法、国際関係(2)、国際法、公共政策(2)から2題を選択して解答 ※国際関係と公共政策はそれぞれA,Bの2題あり、一科目2題選択することも可能である（例：国際関係学A,Bの2題を選択）。 ○コースB 人文系 ・思想・哲学(2)、歴史学(2)、文学・芸術(2)から2題を選択して解答 ◎政策論文試験(配点：2/15) 政策の企画立案に必要な能力その他総合的な判断力及び思考力についての筆記試験。
第2次試験 (人物試験)	2025（令和7）年度の場合は、4月21日（月）～5月16日（金） 第2次試験通知書で指定する日時で受験（日時の変更は原則として認められないので注意）。 ◎人物試験(配点：3/15) 人柄、対人能力などについての個別面接。事前に人事院が提示する面接カードを記入し、持参する必要がある。
最終合格者発表日	2025（令和7）年度の場合は、5月30日（金）16：00 合格おめでとうございます！

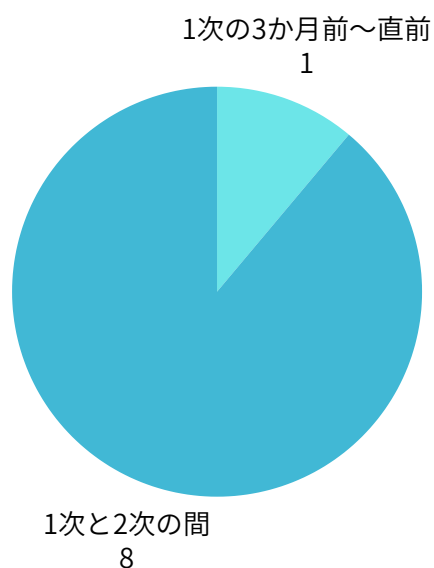


データで見る内定者情報

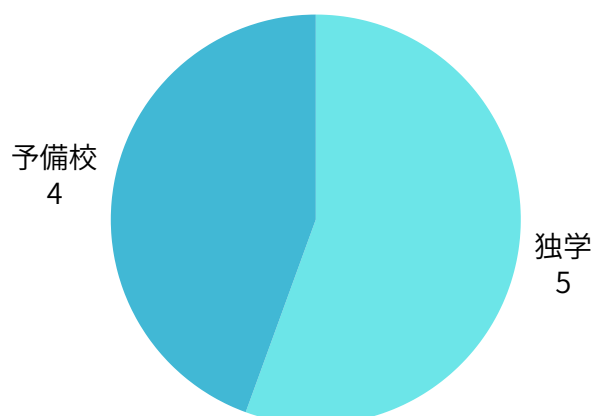
勉強開始時期（1次試験）



勉強開始時期（2次試験）



独学・予備校



内定者アンケート結果

1次試験の勉強法

<基礎能力試験>

基礎能力試験の配点はそこまで大きくないので、苦手な分野を中心に勉強している人が多かったです。

- 過去問で練習する
- 数的処理を毎日コツコツ続ける。ひたすら問題集をまわす。
- 予備校でテキストを購入し、苦手な数学科目を中心に演習する。
- 数的処理はYouTubeに上がっている解説動画を参考に一通り網羅した。

<専門試験>

予備校に入り授業を受ける人もいれば、市販の参考書で対策する人もいました。大学の専攻が役に立つ場合もあります。

- 『スー過去』などの市販の参考書を使ってひたすら暗記→演習。
- Excelを使い、過去問集に掲載されている問題を分類・整理し、解いた回数や正誤をすべて記録した。
- 学者の一覧表を自作し、通勤中に見返して復習。
- 予備校開催の模試を受験し、自分がどれだけ合格に近いか確認するようにした。
- 予備校の動画を見る→復習（暗記）を繰り返す。
- 大学で勉強していた分野・得意分野・配点が高い分野を中心に勉強した。

2次試験の勉強法

<専門試験>

マークの専門試験で身につけた知識を中心に書くので、何か新しい知識を取り込むというより、過去問の傾向を抑え、効率的に勉強する人が多いです。また、どの問題を選択するかも鍵となっています。

- 過去問をとにかく解いた。
- 1次試験の知識を維持しながら、過去問演習をした。
- メルカリや先輩から入手した予備校の教科書を使って論述の書き方を頭に入れた。
- 『国際政治学（有斐閣）』『政治学（有斐閣）』『国際法（有斐閣アルマ）』を読み込んだ。

<政策論文試験>

何か特定の知識が必要なわけではありませんが、日頃から社会問題や政府の様々な政策について知っていると有利です。また、採点者に伝わる、わかりやすい文章構成、論理で書くことも大切です。過去問を中心に、問題の傾向を掴んで行きましょう。

<人物試験>

事前に書いて持っていくエントリーシートをもとに、3人の試験官がオーソドックスな質問をしてきます。基本的には和やかな雰囲気ですが、不明瞭な点について詰められた人もいます。気を抜かず、入念な準備を行いましょう！

政治・国際・人文区分を選んだ理由

- 大学の専攻と近い！
- 学んだ知識が外交に活かせると思った。
- 外務省の業務内容に一番近い区分だと思ったから。

- 外交に興味がある自分にとって、楽しみながら勉強しやすい区分だった。
- 英語での問題が多いため、英語が得意な自分に有利だと思った！

2.5 政治国際区分体験記

基礎情報

私は大学4年の春に政治国際区分をコースAで受験しました。

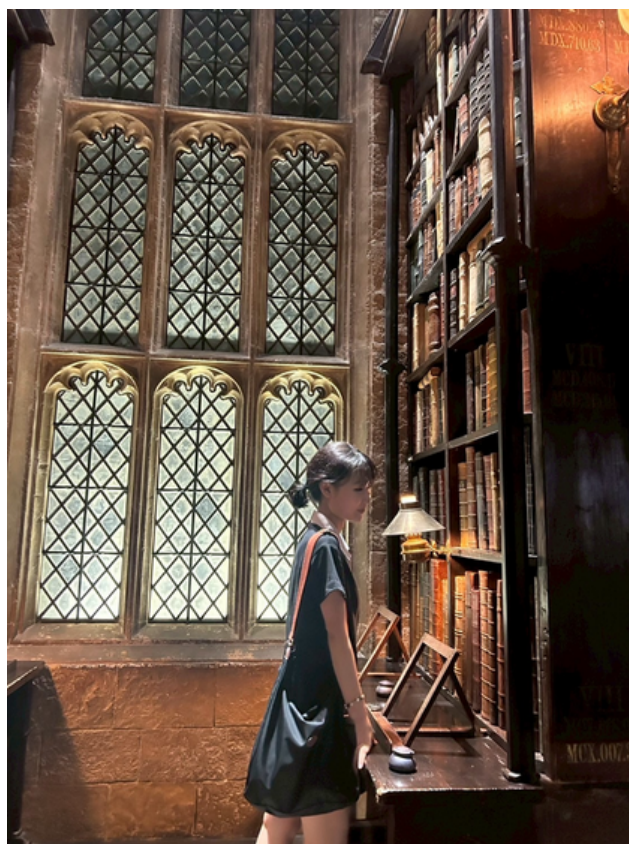
勉強に本腰を入れたのは大学3年の冬学期が終わった2月からだったので、全ての科目を網羅的に勉強することはできませんでした。なので、必須科目や配点が高い科目、大学で勉強していた範囲と重なる科目、得意科目を選択し、それらを集中的に勉強しました。

勉強方法

<1次試験>

まずは必須である数的処理と文章理解の過去問を解くことから始めました。過去問を解いた結果、文章理解は問題なく安定的に点数が取れたので、基礎能力試験の対策はほとんど数的処理に全振りしました。元々算数や数学には弱かったので、毎日数的処理の過去問を時間を測って解くことにより、どの問題を選択して解くかという判断力をつけることと、選んだ問題の正答率を上げることを意識しました。時事問題の対策に関しては、日頃からニュースに触れることを意識していました。

専門試験の対策については、予め解く科目と高い正答率を狙う科目を決めました。逆に、それ以外の科目はノータッチで試験に挑みました。私は通信制の予備校に通っていたので、2月は講義を聞くインプット→演習によるアウトプットを繰り返し、素早く知識を定着させることを意識しました。正解した問題も間違えた問題も、なぜその選択肢が正しい或いは誤っているかを細かく確認し、気になった部分はその関連知識も確認していました。解いた問題は全て一つのノートにまとめ、隙間時間に何度も復習していました。3月になると試験まで残り僅かだったので、解いたことのある問題の中で間違えたものを反復して解きました。



＜2次試験＞

2次試験の対策を始めたのは、1次試験を受験した後でした。

専門試験に関しては、1次試験対策の時に力を入れ、大学でも勉強していた国際関係のA・Bの対策を徹底的にしました。とはいえ、国際関係Bの英語の過去問はどこを探しても見つからなかったため、実質対策をしたのは国際関係Aだけでした（大学では国際関係を英語で勉強していたのでこのような選択をしました）。その代わり、記述問題用の予備校の講義を受講し、過去問は15年分ほど解きました。過去問を解くときは時間配分と自分の意見を知識によって裏付けることを意識しました。また、時間があまりなかったため、演習の時も文章の構成を考えるとところまで切り上げる、など工夫をし、出題の特徴を捉えるようにしました。

政策論文の対策も同じように、講義と演習を組み合わせました。

人物試験に関しては、とにかく「なぜ公務員か」「なぜ総合職か」を言語化することと、学チカや今までの体験（苦労したこと→どう乗り越えたか）を整理して挑みました。

反省点

一番の反省点は勉強を始めた時期が遅かったことです。大学の勉強を疎かにしたくなかった私は、「早く勉強を始めなければ」と思いつつも結果的に非常に短期間での準備になってしまいました。対策をせずに挑んだ科目がいくつかあったため、とったりリスクが大きすぎたと思います。大学・バイト・就活と、大学3年生は非常に忙しい時期ですが、少なくともバイトの頻度を減らしたり、大学の講義が多くならないように調整するなど、もう少し前もって優先順位をつけていれば防ぐことのできた事態だったと思います。

後輩へのメッセージ

政治国際人文区分は専門知識が求められる区分ではありますが、そこで得られた知識は官庁訪問の対策として外交政策について考える上でも非常に役に立ちました。何より、国際関係や国際政治について考える際に、歴史や理論で自分の意見を裏付けられるようになるのが非常に楽しかったことを覚えています。皆さんもそのような楽しみ方を見つけながら対策を進めていただけると強いと思います！

2.6 法律区分概要

基礎情報

法律区分は、受験者数・合格者数ともに、春試験における10の試験区分の中で最多の試験区分になっています。

2025年度国家総合職法律区分（大卒程度）の倍率は22.4倍、合格率は4.5%であり、最も高い倍率になります。

大学で法律を学んできた法学部生にとっては、法律区分は他の区分よりも効率的に勉強することが可能です。また、過去問も充実しており、ホームページで簡単に見ることもできるので、高い倍率の見た目以上に門戸は広がっています。

法律区分合格までの道のり

受付期間	申込みは、人事院ホームページより行うことができます。 2025（令和7）年度の場合は、2月3日（月）9:00～2月25日（火）が受付期間でした。
第1次試験	2025（令和7）年度の場合は、3月16日（日）実施 いわゆるマーク式の試験です。法律の問題だけでなく、国数英などの問題や一般教養の問題も出題されます。
第1次試験 合格者発表日	2025（令和7）年度の場合は、3月31日（月）9:00 合格おめでとうございます！
第2次試験 （筆記試験）	2025（令和7）年度の場合は、4月13日（日） 法律科目の論文や政策論文試験です。
第2次試験 （人物試験）	2025（令和7）年度の場合は、4月21日（月）～5月16日（金） 第2次試験通知書で指定する日時で受験。（日時の変更は原則として認められないので注意）
最終合格者発表日	2025（令和7）年度の場合は、5月30日（金）16:00 合格おめでとうございます！

勉強方法

《1次試験》

マークシート式の試験である基礎能力試験と専門試験の二つです。

- 基礎能力試験は、「文章理解」「数的推理」などから出題される「一般知能分野」と、「社会科学」「人文科学」「自然科学」などから出題される「一般知識分野」があり対策が難しいですが、基本的な国語や英語に関しては比較的容易ではあるのでここは落とさないようにしたいです。
- 専門試験は、出題科目は「憲法」「行政法」「民法」「商法」「刑法」「労働法」「国際法」などです。しかし、このうち「憲法」「行政法」「民法」は回答必須であるため、残りはたった9問しかありません。そのため、この「憲法」「行政法」「民法」をどこまで仕上げられるかが勝負ですが、やはり基本は過去問をやり込むことがベストだと思います。

《2次試験》

国家総合職法律区分の2次試験は、1次試験と比べるとそれほど競争は激しくありません。ただし、半分ほど落ちることになるので1次合格後も油断はしないで引き続き勉強しましょう。

- やはり勝負は配点の大きい法律論文だと思います。出題科目は「憲法」「行政法」「民法」「国際法」「公共政策」になります。事前を書く科目を絞って対策しても良いと思いますが、当日に全く対策してない論点が出てパニックになることを防ぐため、プラス1科目を受ける準備（心構え？）をしても良いと思います。個人的にはプラス1で公共政策がおすすめです。そして各科目の対策方法もやはり基本は過去問になると思います。それ以上に対策したい方は、予備試験や司法試験の過去問をやってみても良いと思います。
- また対策が遅れがちな「政策論文試験」は、与えられた問題と資料に基づき小論文を作成する試験です。法律論文を比較すると配点が低いため軽視されがちですが、メジャーな政策についてはニュースや本で事前に理解しておくことや、論理的な論述をする練習はするべきだと思います。

2.7 法律区分体験記

法律区分の理由

法学部に所属していたため、授業で学んだことをそのまま活かせる法律区分を選びました。

また、予備試験なども受験していたため、論文の対策なども比較的につけやすかったことも大きいと考えています。

勉強方法

法律科目を勉強するという点では1次2次試験で大きく勉強法を変えたわけではないです。



授業で習うような基本的な理論を疎かにしないで、その上で1次ならマーク式の過去問を勉強する。2次ならよく出るような典型論点を見ておくイメージでした。行政手続法14条1項本文の定める理由提示の要件などといったいわゆる行政法の典型論点で規範が確立しているものについては最低限知っておきたいと思います。

個人的には司法試験の過去問も見ていましたが、こんな論点見たこともないといったレベルも存在します。論文にがっつり取り組むよりは、自分でも解けそうなものはないか、基本的な小問でよく聞かれるものは何かを知っておくことが有益だと思います。よくある対策として予備校の規範集を暗記する方法があります。もちろん一定の規範を暗記することは必須ですが、問題の本質を考える練習を怠ることのないように注意したいです。法律科目で点を離したい、上位で合格したいといった人に対しては規範の暗記で安心しないようにしてください（自戒でもあります）。

政策論文についても、高得点を狙うなら手を抜きたくないです。基本的な政策知識やホットピックについては普段からニュースや本を読むようにしていました。

何が参考資料の結論で、どのように提示された課題に役立てるのかを論理的に記載する練習はしておくとう利になります。また、最近ですと参考資料が英語の場合も多いと思いますので、最低限の英語の勉強も忘れないようにしましょう。

反省点

もっと判例の理解に際して、判旨だけでなく、事例の概要もしっかり理解すべきだったと思っています。

似たような事件だからという理由だけで、この判旨のこの規範だ！のように飛びついてしまうことをもっと防ぐべきでした。規範の周りだけの理解では事例の流れや課題の本質をうっすらと理解するにとどまってしまう。

右の写真は、直前期に愛読書である判例六法を読みながら勉強していた時の写真です。判例六法は面白いですが、しっかりと百選も読み込み事例の本質を掴みながら勉強しましょう。

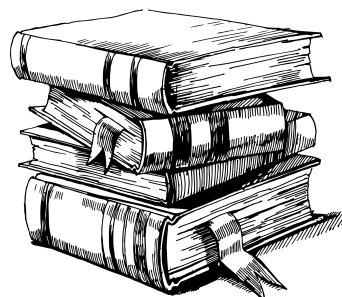


後輩へのメッセージ

ここまで偉そうに書かせてもらいましたが、過去問をしっかりとやれば誰にでもチャンスがある区分であると思います。個人的に司法試験予備試験の論文試験を受けた際にここまで時間が厳しい試験なのか！と驚いたことがあります。この法律区分はそこまで時間に厳しいわけではないと思っています。だからこそ思考の深みをしっかり見せることがより重要です。

なにより、この内定者ノートを読んでもくれるほど熱心なあなたならきっと大丈夫だと思います。僕は内定が決まった後に、色んな人に「これから暇だね。いっぱい遊ぶの？」と聞かれることがありますが、「むしろ勉強増やして、図書館に通いながら勉強で残りの学生生活を終わりたい」と答えます。たまに引かれます。でも、そのくらい勉強って本来面白いものだと思っています。この法律区分の対策も苦行かもしれませんが、辛い中でも法律の面白さを感じる瞬間を忘れないでほしいです。

何度も言いますが、きっとあなたなら大丈夫です。一緒に頑張れる時が来ることを楽しみにしてます。



2.8 経済区分概要



基礎情報

2025年度国家総合職経済区分（大卒程度）の実質倍率は7.0倍でした。

経済学部生にとって、経済区分の出題範囲は大学で学ぶ内容と被っており、対策がしやすい分野です。

受付期間や試験日は、法律区分などの春試験と共通しています。

《1次試験》

マークシート式の試験である基礎能力試験と専門試験の二つです。

- 基礎能力試験は、春試験の他区分と共通しています。
- 専門試験は、「必須問題」の31問、「選択問題」の15問中9問を合わせた40問があります。必須問題の出題科目は「経済理論」「財政学・経済政策」「経済事情」「統計学・計量経済学」、選択問題の出題科目は「経済史・経済事情」「国際経済学」「経営学」「憲法」「民法」です。選択問題は、履修したことのある科目は特に解きやすいと思います。

《2次試験》

- 専門（記述式）試験は、4科目の問題から2科目を解答します。このうち「経済理論」は必須問題です。「財政学」「経済政策」「公共政策」から任意の1科目を選びます。
- 経済理論はミクロとマクロからそれぞれ問題が出ます。
- 政策論文試験、人物試験は他区分と共通しています。

勉強方法

- 問題の難易度は過去問をご覧ください。経済学部生であれば、さほど難しくない印象です。基本的にミクロやマクロの授業の範囲と被っているため、大学の勉強をしっかりしていれば解けると思います。
- 経済学部生でなければ、ミクロとマクロの教科書で対策すると良いと思います。経済区分は、他区分と比べて暗記量が少ないと聞いたことがあります。
- 私は経済学部でありながら経済学に苦手意識があったため、1次試験では基礎能力試験で問題を落とさないこと、2次試験では政策論文や人物面接で点数を取ることを意識しました。

SPECIAL COLUMN

VOL. 2

PERSON

こんな内定者に突撃してみました！

Iさん

海外大学から外務省へ

はじめまして、アメリカのグリネル大学を卒業し2026年に外務省に入省するIです。私は大学3年時に外務省を検討し始め、大学4年時に教養区分を受験、そして卒業後に官庁訪問をしました。

REPORT

当時のお写真とともに

海外大在学中の総合職試験受験について

私が内定を得るまでに最も苦労したのが総合職試験の突破でした。

まず、試験勉強を大学の課題や授業、課外活動に追われる中で上手く行う必要があります。私は平日は大学の事、休日は試験勉強というメリハリをつけていました。しかし、教養区分の1次試験が終わるまでは友達との時間を削ることになりました。一方で、試験勉強は暗記や反復練習、大学の勉強は論文分析や研究推進、とタイプが違ったのであまり飽きずに続けられました。

また、受験のために学期中に帰国をしました。これがまた大変(汗)。1次試験と2次試験で合計2週間の授業を欠席することになりました。もちろん試験に受かることも大事ですが、私は大学での勉強を疎かにしたくなかったので、試験対策と大学での勉強の両立に大変気を使いました。具体的には、欠席する授業の内容を予習し事前に教授に内容の確認をしに行ったり、帰国中に締め切りがある課題は全て提出して帰国しました。時差についても、アメリカと日本はほとんど昼夜逆転するので心配していましたが、これは案外どうにかかりました。2次試験の企画提案は深夜テンションで行い、正直記憶は無いですが、楽しかったです。もし海外大から試験を受験しに帰ってくるという勇者がいる場合は本当に応援しています。大変なことは身をもって分かっていますが、逆にやり遂げた今となっては限界突破した気分です。ただやはり短期間で往復をすることになるのでくれぐれもよく食べて、時差調整を上手くし、体調だけは崩さないように気を付けて下さい！



よく勉強していた
大学の校舎で
パシャリ卒業写真

MESSAGE

最後にIさんからメッセージを

海外にいるからこそ感じた感情、得られた経験と成長を思う存分発揮してください！

官庁訪問は私にとって海外大生であることが最も生きた部分でありながら、海外にいることによって足を引っ張られた部分でもあります。私はアメリカの大学に通う中で様々な友人に巡り合えたことで、国際関係の「下流」部分を見ることができました。戦争や国際制裁の影響を実際に受けている友達と衣食住をし、文化の違いによるいざこざに巻き込まれ...「多国籍の集団が仲良く過ごすのって大変なんだな」としみじみ感じました。そのようなエピソードを持っていることは志望動機を説得性を持って語るにあたり大変有効でした。また、米国での就活を通して、ハードな面接にも慣れていたのも、あまり緊張せず過ごすことが出来ました。その一方で海外大に在るととにかく情報不足です。情報不足というよりも、国内の大学生がOB・OGから得る情報が来ない、勉強会に参加できないといった、ネットワークの欠如と言った方がいいかもしれません。私は新卒採用担当者をお願いして海外大出身の内定者に繋がってもらい、軽く対策法や官庁訪問当日の様子を聞くことができました。

海外大学にも色々あり、外務省を目指す理由も様々だと思います。海外大学から外務省を目指す方はぜひ、自分にしかない、海外にいるからこそ感じた感情、得られた経験と成長を思う存分発揮してください！！応援しています！！



官庁訪問編

基本情報とアンケート

官庁訪問は、国家公務員採用試験受験者が志望省庁を訪問し、業務説明や面接を受けるものです。民間企業で言うところの「採用選考活動」です。各省庁は、官庁訪問を通じて、訪問者が各省庁にとって適した人材であるか、訪問者との間でマッチングを行います。

官庁訪問は、訪問者にとって志望省庁に関する知識を深めるとともに、積極的に自己をPRできる機会であり、この過程を経て、各省庁から内々定や内定を得ることとなります。「採用試験最終合格＝採用」ではありませんので、外務省に入省するためには、必ず官庁訪問に参加することになります。

この内定者ノートでは、単なる説明にとどまらず、受験生が本当に知りたいリアルな疑問や不安に応える内容を目指しました。これから官庁訪問に臨む方にとって実践的な参考資料になることを目指しています。官庁訪問は「何を準備すればよいのか分かりづらい」と感じられがちですが、実際には決して特別に恐れるようなものではありません。大切なのは、準備段階で「なぜ外務省なのか」「自分はここでどのような貢献をしたいのか」といった軸をしっかりと考え、訪問の場ではそれを自分の言葉で率直に伝えることです。形式的な答えや完璧な模範解答を用意する必要はなく、むしろ自分らしさを素直に表現できるかどうかが重要だと思います。

3.1 官庁訪問概要

官庁訪問とは

国家公務員採用試験受験者が志望する府省庁を訪問し、その職員の方々から業務説明や面接を受けるもの。国家公務員採用試験の最終合格＝採用ではありません。訪問者にとって志望省庁に関する知識を深めるとともに、積極的に自己をPRできる機会であり、志望省庁に採用されるために重要なステップです。この仕組みを理解し、志望省庁から内々定および内定を得ましょう！

官庁訪問の仕組み

第1クール

- ・第1クールはオンラインでも参加できます！
- ・第1クールと第2クールは3日間ずつあります。

第2クール

第2クールでは、第1クールと異なる府省庁を訪問することができますが、その際は第1クールと同じ日(○日目)以降に訪問しなければいけません。

第3クール

第3クールでは、前のクールの順番に関わらず、任意の府省庁を訪れることができます！

第4クール

最終日です。内々定が言い渡されます。

2025年度のスケジュール

6月2日（月）午前9時から6月10日（火）午後5時までの、各省庁が定める期間中、開始日の午前8時30分以降の官庁訪問の予約を受付しています。

訪問開始：6月11日（水）午前8時30分

第1クール：6月11日（水）～6月13日（金）（3日間）

第2クール：6月16日（月）～6月18日（水）（3日間）

第3クール：6月19日（木）～6月20日（金）（2日間）

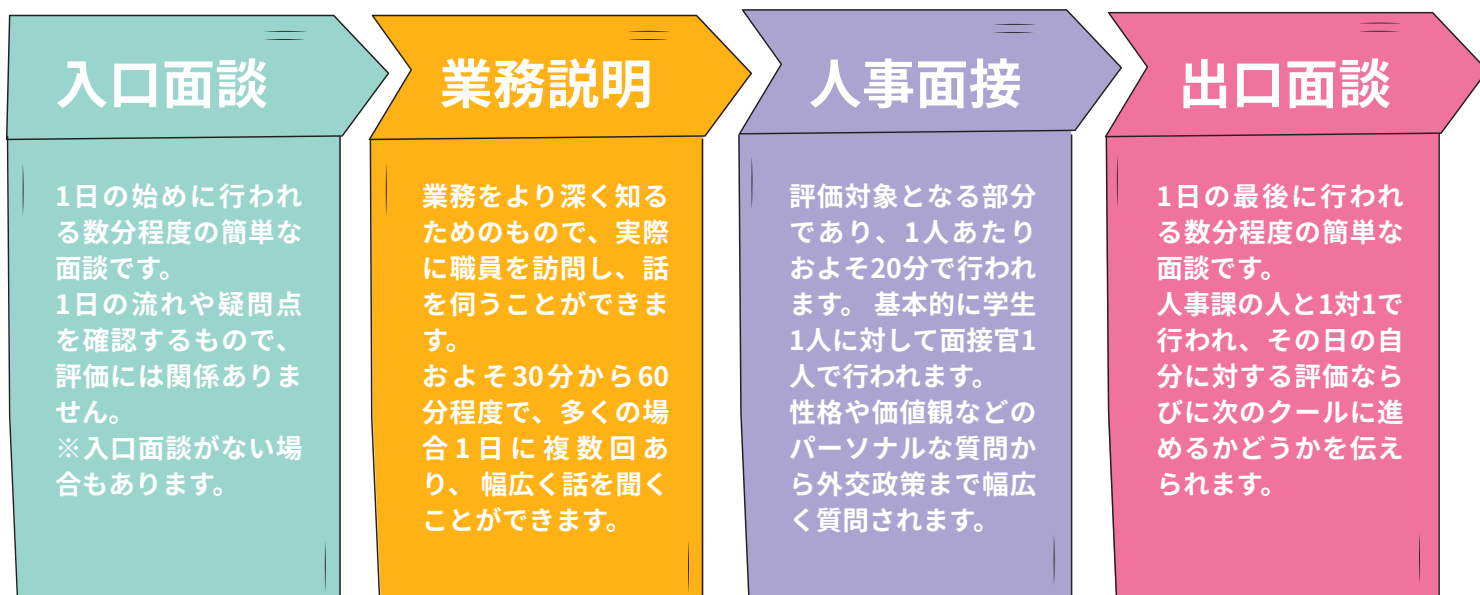
第4クール：6月23日（月）（1日間）

内々定解禁：6月23日（月）17時以降

※来年度の詳細なスケジュールなどの情報は人事院や各省庁の発表を参照。

各クールの流れ

第1クール & 第2クール



第3クール



※第3クールでは6～8人程度で集団討論が行われる。

討論とは別に、準備された資料を読み、整理する時間が15分程度与えられる。

就活における一般的な「グループディスカッション」とは少し異なり、説得的な議論を展開できるかが問われる。

3.2 持ち物

【アンケート結果】

持っていて良かったもの

- 筆記用具
- 腕時計
- ノート
 - 官庁訪問対策で使っていたもの
 - 今までの説明会のまとめ
 - 業務説明でのメモ
- お菓子
 - 手早く糖分補給できるもの、チョコ、ゼリー飲料など
- 飲み物
- お守り



～回答が分かれたもの～

- 本
 - 暇つぶしや気を紛らわすツールになるため持っていて良かったと感じる内定者がいる一方で、官庁訪問中の待ち時間は周囲の受験者や職員さんとお話ししていることが多く、読む時間はなかったという意見も！

必要なかったもの

- 外交青書
 - 読む時間がないという意見が非常に多かったです！

持っていけば良かったと思うもの

- 複数人で暇つぶしができるもの（トランプやUNOなど）
- ハンディファンやうちわ
- 長丁場に備えて多めのお昼ごはん
- 耳栓
- 首や肩のマッサージグッズ
- 自信



3.3 人事面接

【アンケート結果】

人事面接で印象に残った質問

ガクチカ・パーソナリティ・人間関係

- 様々な挑戦をされてきたと思うが、挑戦する時の原動力は何か。
- 今までに「自分がやらなければならない」という責任感を持って取り組んだエピソードはあるか。
- 挫折経験はあるか。それから何を得て、どう成長していったか。
- 様々な課外活動をしてきたと思うが、一番苦しかったことは何か。
- 留学中にどんな壁にぶち当たり、それをどう乗り越えたか。
- 今までで後悔したこと、やり直したいと思っていることはあるか。
- 強みを発揮しようとしたがうまくいかなかった経験はあるか。
- あなたの弱みを2つ挙げてください。
- 最近幸せに感じた瞬間はどんな時か。
- 一番テンションが上がるのはどんな時か。
- 最近憤りを感じたことはあるか。
- あなたを一言で表すと何か。
- 周りからどんな人だと言われるか。
- あなたは運営するサークルの他のメンバーからどう思われていると考えるか。それはなぜか。
- チームの中でどのような役割を担うことが多いか。
- 自分がリーダーを務めるプロジェクトで部下が失敗したら、どのように対応するか。
- 部活で揉めたとき、あなたはこういった立場・スタンスをとったか。
- 今までの人生で一番勉強したのはいつか。
- 新しい環境に適応するために意識していることは何か。
- 相手と価値観が違いすぎて、コミュニケーションで分かり合えないときはどのように対処するか。
- どうしても他人を理解できなかった経験はあるか。
- ○○（自分の趣味）について30秒でプレゼンして下さい。
- ○○（自分が持っている資格）の魅力を20-30秒で説明して下さい。

- 今後の日本外交の課題は何か。
- 今後日本外交が注力していくべき分野は何か。
- ○○や△△に興味があるようだが、それ以外で、興味のある地域や分野はあるか。
- 法の支配を日本が推進することに意味はあると思うか。あるとすれば、なぜあると言えるのか。
- 政府の公式見解と異なっても問題ないので、核兵器禁止条約に日本が参加すべきか否かについての私見を述べてほしい。
- トランプ政権が誕生して米国の内向き傾向が加速しているが、それでも日本は安全保障を米国に頼った方が良いと思うか。
- 中国から見ると日米安保は脅威に映ると思うが、そんな中国に対してあなたなら日米安保をどう説明するか。
- 中国はどういう国だと思うか。
- あなたが北東アジア第一課長だとして、日韓関係のためにひとつ力を入れるとしたらどのような政策か。
- 日本外交が中東に対して提供できる価値は何か。
- アフリカで特に重要だと思う国を挙げるとするとどこか。
- グローバルサウスとは何か。グローバルサウスの台頭によりどのように国際社会は変化すると考えるか。
- ODAに対する世論は様々だが、外務省がODAをやっている意義をあなたが友人に説明するとしたらどうなるか。
- 外務省の政策は、国民から批判されたり公にできない内部情報があったりすることから国民への説明責任が難しい。今後外務省としてはどうすべきか。
- 外交関連の新聞記事を渡されて、それに対する自分の意見を求められた。
- 外務省の文化はどういうものだと思うか。
- (2日目に訪問した) 防衛省と外務省の違いはどういうところにあるか。
- 現在の外務省に足りないと思うものは何か。
- 印象に残った説明会はあるか。
- 説明会を通じて外務省に対してどんなイメージを持ったか。
- あなたの外交に関する考え方に留学の経験はどう影響しているか。
- 幼少期から現在までで、あなたの「平和観」はどのように変化したか。

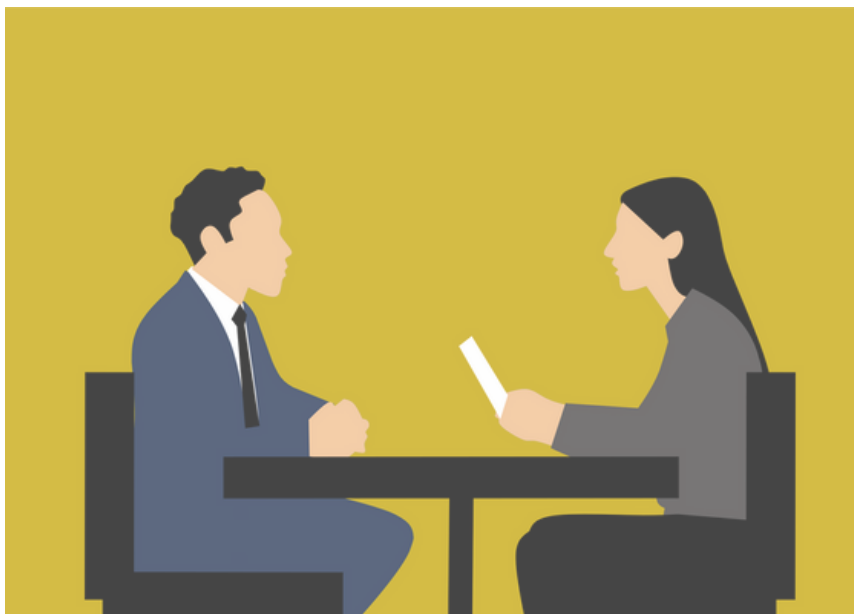


将来のキャリアや働き方

- 外交官人生で成し遂げたいことは何か。
- 外務省総合職の職員として、どういう人生を歩んでいきたいか。
- 組織の一員として、希望しない言語や国に配属されることもあるが、それでも頑張れるか。
- 民間企業から内定をもらっているが、迷いはないか。
- 民間企業に比べて待遇の面でかなり劣るが、それでもうちに来たいと思ってくれているのはなぜか。
- 外務省の仕事は責任が重いが、それでも働こうと思えるのか。
- きつい時もある仕事だが、気力・体力に自信はあるか。
- 理想の上司はどんな上司か。苦手な上司はどんな上司か。
- 上司や部下と意見が合わない時に、どのように対処するか。
- 集団の中にやる気がある人とない人がいるとき、どうするべきだと思うか。
- 部下が辞めると言ったとき、もし管理職ならどのように説得するか。

その他

- どんな部分で他省庁と迷っているのか。
- これまでの業務説明で印象的だったものは何か。
- 民間就活をやっていないのはなぜか。
- 今朝の気になったニュースは何か。そのニュースについてどう思ったか。
- 外交以外の国内の社会問題で特に重要だと思うもの・関心があるものは何か。



人事面接中に意識したこと

- 外交への熱意を伝えること！！自分が外交官になったつもりで、自分の考えをぶつけました。そして、面接官との会話を楽しむことを心がけました。
- 飾らずに自分の考えを真っ直ぐ伝えること。
- 素直に答えること。
- 自分の言葉で語ること。
- 面接だからと緊張しすぎず、等身大の自分であること。
- 面接ではなく会話だと思って、変に着飾らないこと。
- 取り繕わず、その場のコミュニケーションを大事にすること。
- 小手先の模範解答を出すのではなく、自然な自分を見てもらう、出し切ることに集中した。
- ありのままの自分で挑むことにしました。変に取り繕うこともなく、今までの自分の人生、これからの人生、日本の理想の未来などを淡々と語りました。
- 自分が一番何を伝えたいのか。強くて大きいものだけを、明確に胸に抱いて臨む。
- 自分らしさをありのままに表現することを忘れずに、でもなるべく簡潔に答えることを心がけた。
- あくまでも質問に答える場であることを念頭に置いて、情熱を乗せつつ簡潔に答えること。
- 相手の目を見て、明るい表情ではきはきと答えること。
- 姿勢よく、明るく話す。少しシンキングタイムを使ってもいいから、焦ったまま答え始めない。自分の考えをただ「喋る」のではなく、それを面接官に「伝える」。
- 相手の目を見て大きな声で笑顔でゆっくり話すこと。自信はなかったが自信ありげに話すこと。相手は敵ではなく、会話のキャッチボールに徹すること。
- 質問に対して一言目で立場をはっきりさせること。
- ESに書いていない内容に言及する時は、面接官の方にもわかりやすいように説明すること。
- 主張は理路整然としたものにする。
- 知識量や人柄、頭の回転のみならず、心身のタフさも伝わるように心がけた。
- 面接官との対話を心掛けた。20分という限られた時間の中で、聞かれたことにプラスして自分という人間を表す要素を各回答に織り込むように気を付けていた。
- こちらも全力で楽しむ、そして面接官も楽しませること。
- とにかく笑顔。接客業のバイトをしている時のスイッチを入れて、面接官がお客さんだと思って接した。
- 一度でもいいから面接官を笑わせようとした。

3.4 業務説明

【アンケート結果】

業務説明の雰囲気

- 形式としては職員の方の今までのご経歴や業務内容を伺った後に、受験者側から質問させていただくことが多かった。
- 全体的に和やか、穏やかな雰囲気、面接っぽさがなかった
- 課室で職員の方々が仕事をされているリアルな空気感が伝わり、気が引き締まった
- 熱気に満ちて楽しい雰囲気
- 職員の皆さんが熱心かつ温かく接してくださり、業務内容への興味と人の魅力でますます外務省を志す気持ちが強くなった
- 職員の方々が非常に物腰やわらかく、疑問に思ったことを自由に質問できる雰囲気だった
- 職員の方が一方的に話すというよりこちらからの質問や意見を待っている感じで、非常に双方向的だった
- 緊張はしたものの、実務家の方を前にととてもウキウキした

多くの内定者から、和やかな雰囲気の中で職員の方々が温かく対応してくださり、こちらから質問しやすい空気だったという意見が寄せられました！自分自身が興味や関心の強い分野のお話を伺うことができ、「楽しかった」「面白かった」という声がとても多かったです！

業務説明で印象に残ったこと

- 業務説明に向かう途中で、岩屋外務大臣に遭遇したこと（！？）
- 当時ニュースで話題だった外交の案件に携わっている方とお会いし、舞台の裏側を知ることができたこと
- 「外交官としての矜持」をお聞きし、官庁訪問の中で一番話が盛り上がったこと
- 職員の方の熱意やお話に感銘を受け、外務省を志す思いが強くなったこと
- 自分なりの問題意識や認識などを会話に織り交ぜながら、より実務・現場に沿ったお話を聞いて理解を深められた機会だったこと
- ある職員の方が「外交というのは究極的には言葉を自由自在に操る仕事だ。相手が100言っていることを120理解すること、極論すれば相手の発言要領を書けるのが理想だ。言葉の重要性は強調しても足りない」と仰っていたこと

職員の方々と1対1で業務内容や経歴について聞くことができ、多くの内定者が非常に貴重な時間だったと感じています！外務省で働きたいという思いを一層強めるようなお話を職員の方々から伺えたという意見が多く集まりました！

3.5 集団討論

【アンケート結果】

集団討論中に意識したこと

- 他の人の話をよく聞いて話の大きな流れをつかみながら、議論に資する発言をすること
- 議論を俯瞰し、意義のある議論の積み重ねに貢献すること
- 議論全体を俯瞰して、議論の構造を整理して重要な点を指摘するような発言をすること
- 全体の討論時間が短いため、自分の意見を簡潔にまとめて発言すること
- 喋りすぎず、的確なコメントだけをする
- むやみに発言するのではなく、自分のターンが来た時にびしっと決めるつもりで発言内容を脳内でブラッシュアップしていた
- 回数多くしゃべるのではなく、一度の発言でどれだけクリティカルでかつ他の人の発言に応答的なことを言えるかを意識した
- 自分だけが目立たないように、全体の発言量なども把握しながら全員で集団討論に参加できるように気を配った。あとは落ち着いて自分の知っている知識を総動員して理路整然と話せるように努めた。
- 意見表明ではなく議論をすること。相手の意見を踏まえた発言をする。
- とにかく自分の反論を簡潔にはっきりと相手チームに届ける、そして話を聞く時は話している人の目を見て頷く、時に他人に話をふる。
- 相手の意見を受け止め、自分の意見を新たな角度から検討し直すこと
- 相手の受け答えを尊重すること。良い意見や納得できる部分はそうと認める。
- あまり鋭い意見を出せる自信も事前知識もあまりなかったので、今何が対立点で、何については合意できている（＝話す必要がない）のかを整理する発言をした
- 議論の穴を見抜き補足的な情報を言うことで議論に深みを出す（実際にできていたかは不明...）



3.6 印象に残っていること

人事面接

- 外交官としての覚悟を聞かれたこと。
- 人事面接で自分の回答に対して面接官から「僕が20年前に答えた回答と同じだね」と言われ、胸熱。
- 面接官をしてくださった方がサークルの大先輩だった。サークルについて熱弁する私を優しく見守ってくださる感じがしたが、のちに先輩だったと伺って少し照れ臭かった。

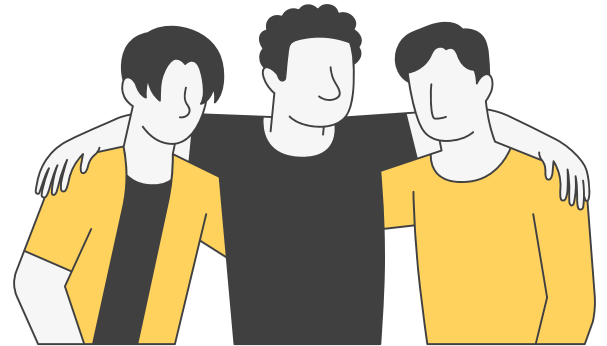
業務説明

- 対応して下さったある職員の方のお話があまりにも高潔かつ立派すぎて、ずっと涙が溢れそうになりながら話を聞いていたこと。最後に握手して部屋を出た時、このような方を模範として研鑽を積める組織で働きたいと強く思った。

待機時間

- 体力的・精神的にはしんどかったものの、待機室は他の学生と一緒に乗り切ろうというポジティブな雰囲気があり、それに支えられたこと。
- みんなが応援し合っている雰囲気が温かったこと。
- 待合室の雰囲気がとても良くて、隣の人と仲良くなれたこと。
- 待合室で、近い志を持って官庁訪問1日目に外務省に集まっている人たちとじっくり話をする中で、それが本当に盛り上がって楽しく、こういう人たちと一緒に働きたいと心から思うことができたこと。
- みんなと仲良くなれること。
- そこで初めて出会った人たちと、思わぬ絆ができたこと。
- 待合室が想像以上に賑やかだったこと。
- 開始前は緊張していたけれど、待機部屋で同志のみんなと和気藹々と時間を過ごせたこと。
- 待ち時間がとにかく長いこと。
- 待ち時間の長さの苦痛さと、いつ呼ばれるかわからない恒常的緊張感。
- 面接のタイミングは事前に分からず、いつ面接に呼ばれるか、待合室ですずっとドキドキしていたこと。
- 次何時間後に何が来るのかわからない状態で長時間待つのは、想定以上に気力を消耗した。

- どの受験生も喋りが上手でさすが外務省志望者だと思った。皆努力家で謙虚で、総じて日本の未来を良くしたいと希望に満ち溢れていて感銘を受けた。
- 待合室に、3年目（留学出発前）・7年目（在外公館帰り）の方がいらして話し相手になってくださる。プチ業務説明のようにお仕事のことを聞いたり、おすすめ本を聞いたり。人として魅力的な皆さんのお話はとても興味深かった。
- 手伝いにいらしている3年目の方々と仲良くなる機会も多く、かなり緊張が解けた。
- 第3クールの最終盤、待機室に採用担当が入ってきて次のクールに進めることを確信し、横の仲間と抱き合った時。
- 官庁訪問の途中で落ちていった仲間の背中を見て、同期になれなかった人たちの思いも背負って頑張っていきたいと思った。



その他

- 最終的にどの省に決めるかで悩みまくったこと。
- 第1クールはオンラインで受けたが、地方勢は積極的にオンライン面接を使っていると思う。
- ローソンのありがたさ。



**人事面接や業務説明といった
官庁訪問の中身と同じくらいに、
待合室で周りの志望者と話す時間が
印象に残っている人が多いようです！**

SPECIAL COLUMN

VOL. 3

PERSON

こんな内定者に突撃してみました！

Kさん

専門職と併願



国際法の勉強で
お世話になった
基本書



試験直前期はナンを
よく食べてました

私の周りには外務専門職を併願していた人が全然いなかったのですが、どうして！？外務省への強い想いを持っているのであれば、チャンスを増やすという意味でも専門職の併願はアリではないでしょうか。私は、官庁訪問の二日目にどこにも訪れず、外務省総合職に落ちたら外務専門職の2次試験を受けようと思っていたので、私にとって外務専門職が二日目訪問先のような位置づけでした。

専門職を併願するとなると、専門試験科目（国際法と憲法或いは経済学）の勉強がネックになるかもしれません。しかし、専門試験科目以外に得意な科目（英語、時事論文、基礎能力試験）があれば、専門試験科目で高得点を取れなくても、十分に1次試験を突破できると思います（私がこのケースでした）。特に、総合職試験受験者であれば、英語、時事論文、基礎能力（知能と知識、一般職試験と同じ問題です）の問題は解きやすいと感じるのではないのでしょうか。また、意外と知られていないのが、1次試験の各科目の得点が、素点ではなく偏差値でつけられるという点です。つまり、ある科目が極端にできなかった場合でも、素点は偏差値に換算されるため、実際には驚くほど低い点数がつくことはありません。そのため、苦手・未習科目があったとしても、他に得意な科目があるのであれば、十分カバー可能なのです。実際、私は憲法が試験本番、全然解けず、素点評価だったら相当低い点数になっていたと思いますが、得点が偏差値に換算されたおかげで、挽回できないほどの致命傷を負うことは避けられました。もし専門職に興味があるけれど、試験勉強が理由で併願をためらっているのであれば、この得点換算方法と近年の1次試験の倍率推移を踏まえながら、各科目をどこまで仕上げるべきか（あるいは仕上げなくていいのか）考えてみて欲しいです。意外と試験勉強は大きなネックではないと思うかもしれませんよ。

Wさん

専門分野は教育社会学？！

私は大学で社会学を専攻しており、しかも教育学部の中の社会学コースという複雑極まりない肩書き。当初は社会学者の道も考えていたほどで、外交を志すようになったのは官庁訪問のわずか一年前。就活中は「教育学部の人間がなぜここに」「社会学専門の人なんて誰もいない」「国際関係を専攻しておけばよかった」とちょっぴり情けない考えが頭をよぎることも少なからずありました。それでも、私にとっては積み重ねてきた学びや経験と外交との結びつきが明確で、法律や国際関係以外の眼差しを持った人も外交の世界には必要だという確固たる信念があり、採用担当の方や先輩方にもそのような言葉を沢山掛けていただきました。もしも専門と違うから、マジョリティではないからと足踏みをしているのなら、自分の心の声を信じて、それを官庁訪問を含むあらゆる機会でごつ付けてみてほしいと思います。応援しています！

Sさん

既卒で官庁訪問

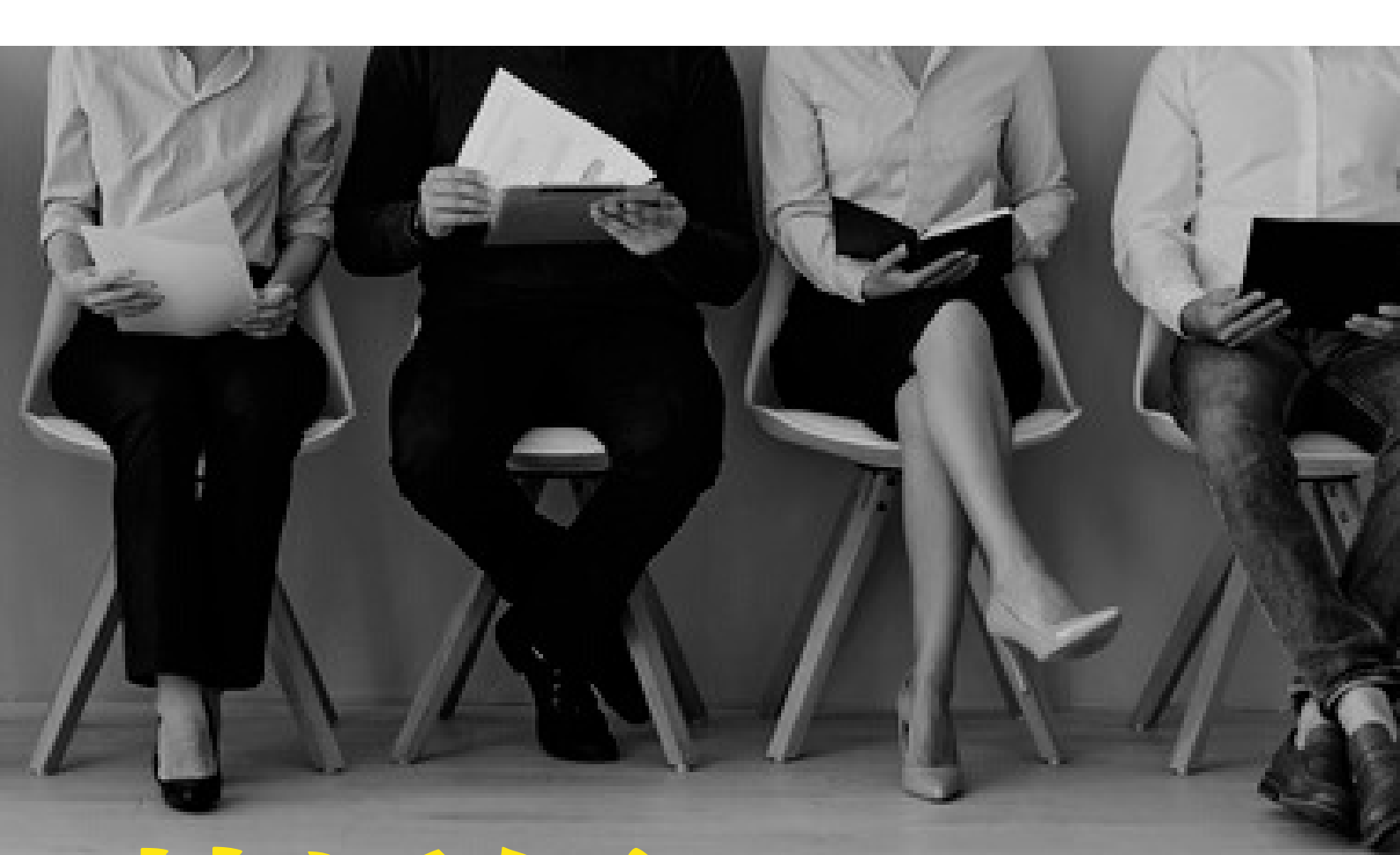


就活お疲れ様旅行で
友人と行った
マレーシア

私は既卒で官庁訪問に臨みました。

既卒であることがマイナス評価にならないか非常に不安でしたが、採用担当の方から「1.2年伸ばしている人はたくさんいる、全くハンデにはならない」と言っていたので決断することができました。既卒になった理由に加え、卒業から官庁訪問までの空白期間についても説明できるよう準備して面接に臨みました。しかし実際の面接ではほとんど触れられず、むしろ私という人間そのものを丁寧にみていただきました。

もし既卒で官庁訪問を迷われている方がいらっしゃれば、どうかそれを理由に諦めず、一歩踏み出してほしいなと思います。



就活編

民間と公務員

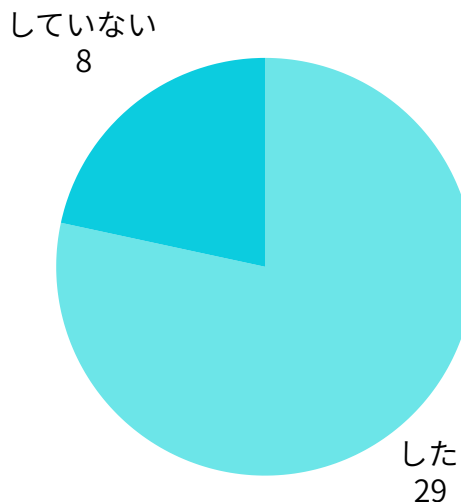
民間就活と外務省の受験をどちらにしようか迷う人は少なくないと思います。だからこそ、内定を得た人のエピソードや、先輩たちの経験談を聞いて、自分の進路を見つめ直すきっかけにしてほしいと思います。自分が何を大切にしているのか、どのような環境で力を発揮したいのかという「軸」がはっきりすれば、最終的にどの道を選ぶとしても納得感をもって進むことができると思います。

確かに、世界を舞台に活躍できる仕事は民間にもたくさん存在します。商社やグローバル企業で働くことも、国際的な舞台で自分を試す有意義な選択です。しかし、その中で「なぜ外務省なのか」「外務省でなければ果たせない役割とは何か」を改めて考えることは大切だと思います。

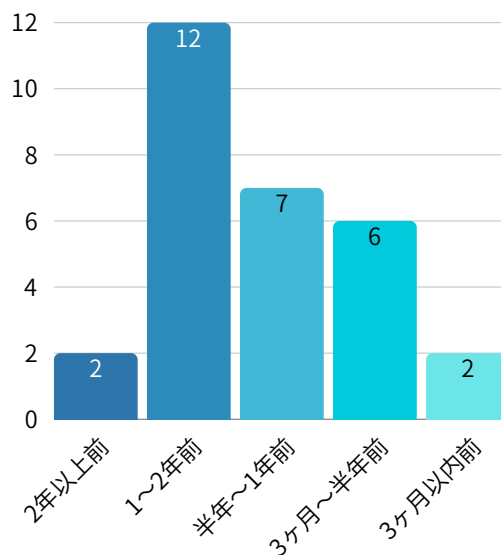
だからこそ、ぜひ民間就活と並行して外務省のことも視野に入れてみてください。両方を比較しながら考えることで、むしろ自分の志望理由は一層鮮明になるはずですし、「やはり自分は外交に挑戦したい」と確信できるのであれば、それは大きな力になると思います。外務省の仕事は決して簡単ではありませんが、その分だけ他には代えがたい意義とやりがいがあることを、ぜひ知っていただきたいです。

4.1 内定者就活情報

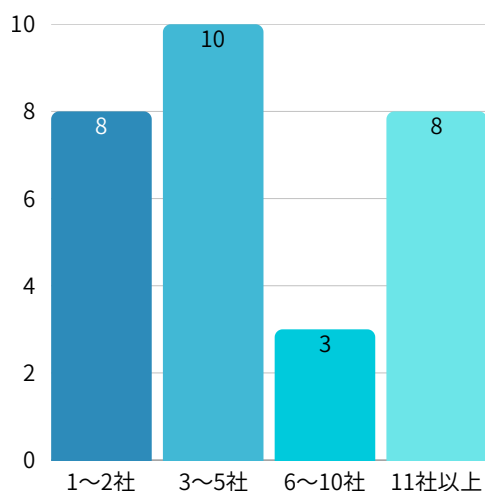
民間就活をしたか



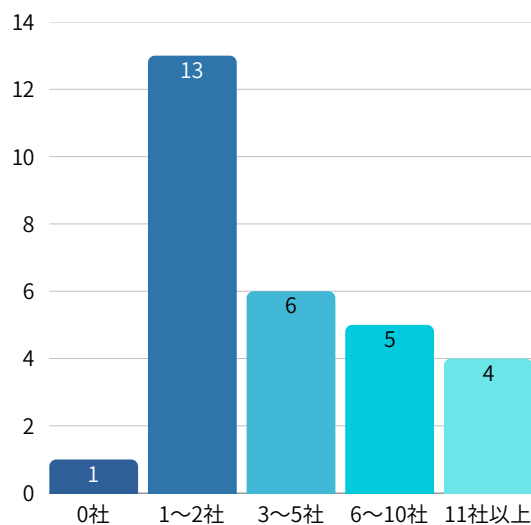
民間就活を始めた時期



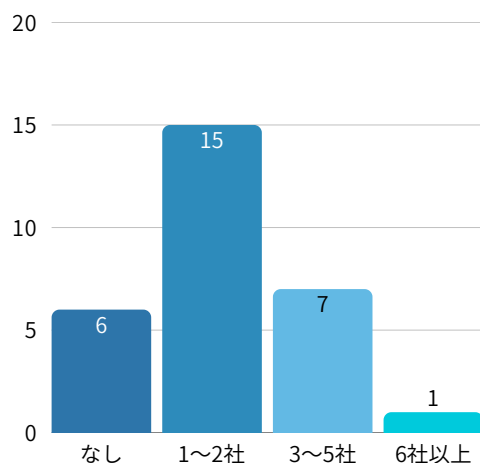
ESを提出した企業数



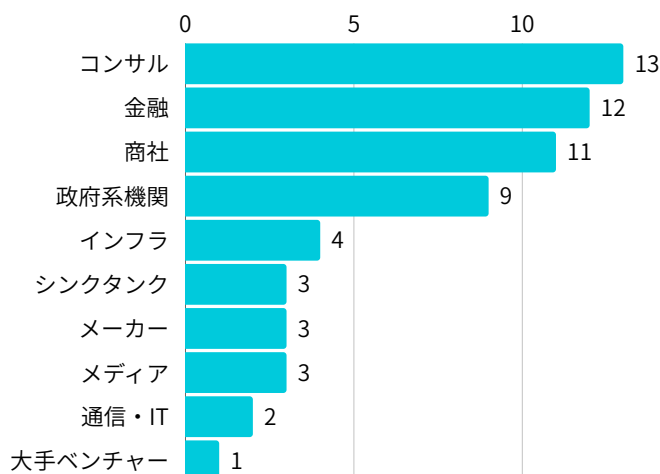
面接を受けた企業数



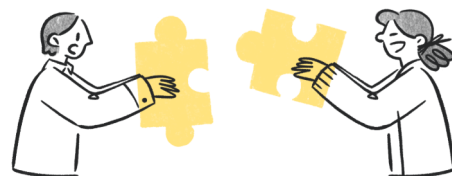
内定をもらった企業数



受けた業界



4.2 外務省説明会等



外務省は例年、学生や志望者を対象とする説明会を実施しています。

今年の内定者もその大半が事前の説明会に参加していました。

今年度も外務省のキャリアパスや外交政策に関するものから個別相談会に至るまで、多岐にわたる説明会が開催されていました。

年間スケジュール（参考）

・ 7～9月	採用担当との少人数座談会	@オンライン・対面
・ 10月	公務研究セミナー	@オンライン・対面
・ 10～11月	外交政策座談会	@オンライン・対面
・ 12月	公務研究セミナーIN霞が関	@オンライン・対面
・ 12月	他省庁合同パネルディスカッション	@オンライン・対面
・ 1月	業務説明会	@オンライン・対面
・ 1～2月	外交政策座談会	@オンライン・対面
・ 2月	他省庁合同パネルディスカッション	@オンライン・対面
・ 2月	霞が関OPENゼミ	@オンライン・対面
・ 2～3月	在外公館座談会	@オンライン
・ 4～5月	採用担当との個別相談会	@オンライン・対面
・ 5月	講演会「大使が語る」	@オンライン
・ 5月	官庁訪問説明会	@オンライン

※日程や形式は、あくまで2024～2025年の情報です。今後の情報は最終ページにあるQRコードから、外務省HPをご覧ください。

※外交政策座談会では、開発協力、経済連携、国際法、国連安保理改革、中東外交、日韓関係、日中関係、日米安保体制等について扱いました。

説明会活用方法

先述の通り、内定者は平均的に多数回の説明会・イベントに参加していることは事実です。ですが、ただ回数を重ねれば良いというわけではありません。もちろん、気負わず楽しむことは前提として、重要なのは「説明会・イベントから何を不得どう活かすか」ということです。その点で、内定者に共通するのは、以下の2点を意識することではないでしょうか。

①目的意識を持つこと！

ただ茫然と参加するのではなく、各説明会で「何を学びたいのか」「どのように感じ、何を考えたか」を明確にすることが重要です。キャリアパスや外交政策の各論に留まらず、外交官の雰囲気や言葉の使い方まで意識的に耳を傾けてみると、外務省で働く具体的なイメージを掴めるのではないのでしょうか。さらに、意見が二分されることもある政策課題においては、自身の意見を根拠づけて主張できるようにすると、官庁訪問対策にもなります！

②人との繋がりを大切に！

採用担当に加え、他の志望者との繋がりは貴重です。様々なバックグラウンドから同じ志を持った人たちなので、外交政策の話や面接対策だけでなく、良き相談相手にもなってくれます！

4.3 併願先特集

民間企業を併願志望していた内定者もたくさんいます。そんな皆さんに、併願した理由や最終的に外務省を選んだ理由、後輩へのアドバイス等を聞いてみました！

コンサルティングファーム



自己の成長を設計し、大きな案件に携わることができると考え併願しました。初めはなんとなく有名だから業界を見始めましたが選考を重ねる中で、グローバルな環境で大きな規模の案件をこなし、自己成長を図りたいという思いがあり、コンサル業界を志望していました。

インターンに参加し選考を進めていく中で、社会へのインパクトや規模の大きさから官公庁にも関心を持つようになりました。外務省の説明会で社会的意義の大きさだけでなく、自己成長の機会が多分にあり国家の歴史的な出来事に主体的にジョインできることを知りました。私としては、国家国民の利益のために邁進するという大義に惹かれ、自分と業界とのシナジーを期待して公務員を志望しました。

この冊子を手にとっている方で、コンサルティング業界を併願している方も多くいらっしゃると思います。業務規模の大きさや成長機会、グローバルな環境、社会貢献性など多くの要素が就職活動の軸となる中で、少しでも関心がある方は説明会や職員訪問などを活用することをおすすめします！納得のいくキャリアビジョンを描く一助になるはずです！

外コンの就活は年々早期化しており、26卒の夏選考は3年7-8月に内定が出ました。1対1の面接慣れができます。私はパブリックセクターに興味があり受けていましたが、課題に対し主体として携わりたいと思い省庁を選びました。

外コンの就活時期は公務員試験や官庁訪問と被らず、両立しやすいと思います。ただ、外務省のインターンに関しては、3年夏の平日を2週間拘束されることもあり、面接と被ることがありました。場合によっては面接のために予定を融通してくださり、大変助かりました。結果的にインターンをきっかけとして外務省を志望することになったため、民間に行くつもりの方も、少しでも外務省が気になれば参加することをおすすめします。

社会貢献を軸に民間をみる中で、幅広い産業を通じて日本経済を支えるコンサル業界に興味を持ちました。論理的思考の面白さ、オープンでフラットな文化や高待遇にも惹かれました。最終的に外務省に決めたのは、自分の腹の底から沸く強いものを感じるのが、外交の仕事だったから。外務省への思いの強さが他と桁違いだったことが一番の理由です。

スケジュールは、3年生の6月～8月に民間就活。9月に教養1次試験の勉強と官庁インターン。10～11月中旬教養2次試験準備。翌年6月官庁訪問。教養2次試験後から官庁訪問の間は、ありとあらゆる大人に人生相談をしていました。民間就活ゆえに教養試験1次試験の準備期間は短くなりましたが、就活は最高の社会科見学。民間就活を通じて視野が広がり、より満足のいく意思決定ができました。



K.O
首都圏出身
法学部
(戦略系)



Y.O
地方出身
経済学部
(戦略系)



S.K
首都圏出身
教養学部
(戦略系)



R.H
首都圏出身
法学部
(総合系)

私は総合コンサルを併願していました。併願した理由は、多様な分野・業界にまたがり仕事ができるキャリアが幅広い点、チームで大きなことを成し遂げることができる点の2点です。総合コンサルも外務省も共通する軸ですが、その上で日本のために仕事ができること、そして留学などで個としても成長し、チームとしても成長して成果を残せる環境は外務省だと考え、外務省を第一志望としていました。インターン経由で年内に選考が完了する会社が多いため、春試験の方も併願しやすい業界だと思いますので、頑張ってください！



K.I
地方出身
法学部
(IT系)

私は、外務省が一貫して第一志望でしたが、官庁訪問に内定がひとつもない状態で臨むのは精神衛生上よくないと思い、民間就活も並行して行っていました。色々ある業界の中で、ITコンサルをみていた理由は、選考が早かったこと、生成AIなどのテクノロジーへの興味、そして業務を通じて多様な業界を経験できる点に魅力を感じたからです。フェルミ推定、ケース問題の対策がやや手間でしたが、東大生シリーズの本で作法は身に着いたと思います。ITコンサルのフェルミ・ケース面接では、いかに整理された思考方法（構造化）を披露できるかがポイントだと思います。

話は戻りますが、実際、民間の内々定を得た状態で官庁訪問に臨むことができたのは、本当に良かったです。官庁訪問直前期・官庁訪問中はメンタルが不安定になりがちでしたが、心のどこかで「他にも選択肢がある」と思うことができたため、持ちこたえることができました。就活は実力だけでなく、運や相性の要素が大きいと思います。そのため、あらゆる場合に備えて、リスクヘッジをしておくべきです。

ただし！そればかりに目が向き、本来の目標を見失うことには気を付けて欲しいです。民間就活はやろうと思えばキリがありませんから！限られた時間やエネルギーをどこに配分するか、優先順位を考えながら、皆さんが後悔のない就活を送れるよう願っています。心から応援しています！

金融業界



Y.O
地方出身
経済学部
(外資系投資銀行)

外銀は選考時期が早く、3回冬には内定ができるため、春試験や官庁訪問と時期が被りません。就活生が多く参加している業界のため、人間関係を広めることができます。選考を通じて公務員とは異なる世界を覗き、知見を深めることができました。私は外銀と外務省でそれぞれ全く異なる志望動機がありました。初任給や専門性の高さで外銀に惹かれることもありましたが、よりワクワクする道として外務省を選びました。選考が早いいため、経験として受けてみるのをおすすめします。



元々官僚の志望度が高かったのですが、食わず嫌いにならないように民間を見ることにし、その中で民間経済の土台ということで銀行就活を体験しました。話を聞く中で国内外に拠点があり、あらゆる舞台で日本企業とその雇用を支えることはとても魅力的でしたが、その前提となる安定した外交関係にも携わりたいとの思いから最終的には外務省に行くことを決めました。

N.S
首都圏出身
法学部
(日系金融)



R.H
首都圏出身
法学部
(日系金融)

民間企業が実際に何をやっているのかというのは主体的に知ろうとすることで初めて見えてくるので、私のように官僚優先という人こそ見聞を広めたほうがいいと思います。皆さんが十分な判断材料を持った上で納得して就活を終えられるよう祈っております。

併願した理由は、多様な分野・業界にまたがり仕事ができる点、キャリアが幅広い点、チームで大きなことを成し遂げることができる点、日本のために仕事ができる点の3点でした。この3点は外務省の仕事とも共通していますが、私は日本のために仕事ができることを特に優先できる環境として外務省を最終的には選択しました。しかし併願する中で、さまざまなパターンが存在する日系金融のキャリア像を就活の時点で描く方法を学べたため、外務省でのキャリアを考える上でもとても役に立ちました。日系金融の併願は本選考期間が春試験に被っている中でOB訪問も進めていく必要があり、なにかとスケジュール管理が求められる場合もあると思いますが、すべてが役に立ちますので頑張ってください！

総合商社



T.K
首都圏出身
経済学部
体育会所属

私の就活の軸は、「当たり前前の生活を作る」というものでした。その「当たり前前の生活」をどの立場から作るかという観点で業界を絞り、結果として商社、海運を受けました。

「なぜ外務省でなければならないのか」という問いが一層明確になったことは民間就活を並行して行ったことの利点だと思います。最終的には、国旗を背負って外交できるのは外務省だけであり、自分の人生をかけて取り組みたい仕事はここにしかないという確信を得たため、外務省への入省を決断しました。

公務員試験対策と民間就活の両立については、部活の前後の隙間時間を活用することで、スケジュールを工夫しました。民間就活については、部活が忙しく、特に対策はしませんでした。受けた企業に対して公務員試験受験と外務省志望を正直に伝えました。内定後も外務省の結果を待ってもらいました。非常に感謝しています。

後輩の皆さんは、この会社に入りたいという気持ちから就活をするのではなく、「自分はこれがやりたい」をまず固めて、それが実現できる場所を選ぶというイメージで就活するほうが良いと思います。

①日本のエネルギー安全保障や経済安全保障にプレーヤーとして貢献できること、②海外駐在の機会があること、この2つの理由から商社を併願しました。実際に内定もいただきましたが、日本の安全保障に真の意味で関われるのは国家公務員、特に外務省だけだと考え、外務省への入省を決めました。

外務省や経産省のイベントで得た知識は、商社の志望理由や関心事業を語るうえでも非常に役立ちました。そのため、民間企業を併願する場合は、同じ課題に対して「民間ならどのようなアプローチをとるのか」という視点も持って省庁のイベントに参加すると良いと思います。

公務員就活も民間就活も、「自分の過去・現在・未来」と「組織のMVV」を擦り合わせるのが大切です。枝葉だけでなく、幹となる部分と向き合う時間を大切にしてください！



S.T
首都圏出身
法学部

政府系機関



W.K
地方出身
教育学部
(JICA)

JICAは、日本の外交力に直結する「信頼」を文字通り世界中で勝ち取ってきたODAを担う機関であり、その実務に関わる理解を深めたいという動機から就活を行いました。実際に、就活生として様々な職員の方々のご経験や考え方に触れることができたのは大きな学びとなりました。JICAの理念に共感する一方で、自分の関心が安全保障や軍縮・不拡散、国連外交等、幅広い外交分野に渡っていたため、志望度は一貫して外務省の方が高かったです。公務員就活との両立については、秋の教養区分で試験に合格していたので比較的余裕を持って行うことができました。インターンシップ等には参加しておらず、本選考のみの就活でした。



M.A
地方出身
教養学部
(DBJ)

私は民間就活の団体に参加しており、そこで出会ったDBJの方々がとても魅力的だったこと、そして行政機関としての公共性と民間的な柔軟さの両方を兼ね備えている点に惹かれ、志望しました。具体的には、国や人々のために貢献しつつ、待遇面では民間の強みもあるというバランスの良さに魅力を感じました。また、国際的な視野を持ちながら地方にも貢献できるのがDBJの大きな特徴だと思います。

最終的に外務省を選んだのは、自分の情熱や知的好奇心が最も刺激されるのが「外交」というフィールドだと感じたからです。日本のため、ひいては世界のために、平和という目に見えないインフラを維持・構築することに貢献したいという想いがあります。

個人的には、学生のうちにできるだけ多くの業界を見ておくことを強くおすすめします。その経験が視野を広げるだけでなく、最終的に自分が選んだ進路への納得感をより深めてくれると思います。



T.S
首都圏出身
法学部
(JBIC)

日本と世界の平和や安定に、利益に縛られないような公的な立場から関わりたいと思い、併願していました。特に、金融機能と公的使命を併せ持ち、「産・官・海外の結節点」となる唯一の組織であるJBICにおいて、国益・国際益に資するような重要な国際ビジネスを支え、国力の重要な裏付けである「経済力」にアプローチしたいと思いました。しかし、JBICはどうしても経済的な観点（重要な資源の獲得や国際金融のスペシャリスト）から日本を支えますが、外務省ではそれに加えて文化や政治など、日本の持ちうるあらゆる分野を武器として、金融だけでは解決できない問題にもアプローチできることが魅力でした。また、国と国の関係の中に日本を位置付けて進むべき方向を指し示す、ということができるのは外交だけであって、どこの課室に行っても自分の魂が震える、と思ったので外務省に決めました。



Y.Y
地方出身
文学部
(JETRO/JICA)

私企業の利潤追求とは異なり、公共性を重視して社会に直接貢献できる点に魅力を感じていました。特に、現地の企業や人々と関わりながら日本のプレゼンスを高める仕事にはやりがいがあることが明確で、志望していました。しかし、私は「現地のため」「企業のため」ではなく、「日本国民や国益のため」に働きたいという思いが強く、最終的に外務省を選びました。公共性を志望理由に挙げる場合、国家公務員との違いを必ず問われます。両者の特徴を整理し、自分がどの立場で貢献したいのかを明確に語れるようにしておくと思いいます。

インフラ



H.M
NY出身
法学部
体育会所属
(航空)

小学生の頃に渡英した経験から、就活では「日本と世界を繋ぐグローバルな職場、公共性の高い業界、専門性の高い業務」を満たす企業に行きたいと整理し、航空業界に応募しました。公務員就活をすると伝えていた中でも内々定をいただけたように、人を大切にし職場の雰囲気も良い航空会社はとても魅力的でしたが、外交活動による国家間の合意形成に貢献したい思いも強く、外務省を選びました。

航空業界は仕事の性質上、外務省に興味のある人におすすめの業界です！民間就活の時間確保のため、公務員試験には2年秋や3年春など早めに挑戦することをお勧めします。「ここなら働きたいかも！」と思える省庁・企業に巡り合えるよう応援しています！



Y.Y
地方出身
文学部
(鉄道)

インフラは人々の生活に直結し、少子高齢化や地方衰退の中でも社会を支える重要な産業です。また、インフラ輸出にも関心があり、海外で日本企業が挑戦する姿に魅力を感じて志望していました。ただ、インフラを海外に広めるには、技術力だけでなく外交的・経済的・安全保障的な視点も不可欠です。日本の繁栄を支えるためには諸外国との信頼関係を築くことが前提だと考え、外交という広い視座から国益を守る外務省を志望しました。オールジャパンで世界と向き合うとき、自分はどの立場で貢献したいかを考えてみてください。

シンクタンク



W.T
地方出身
院卒

私がシンクタンクを考えたのは、外交の中でも「科学技術の国際ルール作り」にどっぷり浸かりたかったからです。夏インターンでは宇宙関連の国際ルール作りのための施策をグループで考え、とても楽しかったです。その一方で、大学院では地域別の国際政治や国際人権法などの授業も受講し、外交の裾野の広さにも大きな魅力を感じ、その旨みもぜひ味わいたいとも考えるようになりました。そんな中で、外交の多様な分野で経験を積み大局観を育てるという外務省総合職のキャリアパスにより大きな魅力を感じるようになりました。問題関心に対して、「特定の分野を極めたいのか、多様な分野を経験したいのか」を考えてみるのはとてもお勧めです。外交では各分野を経験することではじめて全体が見えてくるので、どちらも捨てられない方には外務省がお勧めです笑。



W.K
地方出身
教育学部

自分の専攻分野が社会学であり、そこで社会調査（統計分析やインタビュー調査を通じて社会の実態の一部を明らかにすること）の手法を身につけていたので、そのスキルを活かして公共政策に携われる業界ということで、シンクタンク就活を行いました。具体的には、秋冬のインターンシップに参加し、災害対策や子どもの貧困対策のリサーチ設計・政策立案を行いました。調査研究と政策が交差する分野の視点は興味深かったのですが、自分の関心がリサーチよりもそれを踏まえた政策の立案・実施により傾いていたので、志望度は国家公務員の方が高いということを確認する機会になりました。

新聞社・メディア



S.Y
首都圏出身
法学部

国際情勢の最前線に赴き、報道をする新聞記者の仕事に魅力を感じメディア業界に関心を持ちました。公平な観点から事実や分析を報道することは重要ですが、評価や批判に留まってしまうことにもどかしさを感じました。そのため、リスクを負ってでも自ら政策立案に携わることができる国家公務員を志望しました。その中でも、外務省は日本の平和や安定した国際秩序に貢献するという自分の信念と最も一致していたため、志望するようになりました！振り返ってみれば、外務省は弱みを含めて等身大の自分を受入れてくれました。就活が進むにつれて焦りや不安が募ると思いますが、そういう時こそありのままの自分を信じて頑張ってください！



W.T
地方出身
院卒

私が新聞社業界を考えたのは、外務省のように①パブリックマインドと②たくさんのお会いがある職場だと思ったからです。新聞記者も多様な業界の人々と信頼関係を築いて情報を得、それを分かりやすく世間に伝え、日本の言論空間を支えます。しかし、新聞社業界の夏インターンに参加して感じたのは、世の中の課題に対して当事者として関わりたいということでした。新聞は重要な課題について世間の注目を集めますが、そこから工夫して制度を変えるのはやはり行政官だと気づいたのです。新聞社業界に入っても、私が関心を持っている外交を担当できるか分からない点も不安でした。皆さんも、問題意識や興味に対して「どの立場からアプローチしたいのか」まで深掘りすれば、より納得のいく選択ができると思います！

COLUMN：ボスカリ就活



H.K
首都圏出身
教養学部
(外資系投資銀行)

大学3年次の春より国家公務員（外務省）を志し、その秋に教養区分を受験しました。他方、大学4年次の夏から1年間フィンランドに交換留学するなかで、民間企業とも比較したいと思い、この年の秋にボスカリに参加しました。大学での専攻は国際政治でしたが、自分が生きる資本主義の世界がどのように維持・促進されているのかにも関心があり、ボスカリでは金融業界（投資銀行）を主に受けました。なお、民間企業の選考の際には、国家公務員と迷っていることを正直に伝えていました。

民間企業を受けることの意義の一つは、給与や働き方など、社会人になるうえでのリアルな部分、国家公務員という仕事が相対的に劣る部分を直視することだと思います。自分は、それでも「戦争」の足音さえ聞こえる世の中で日本の安全保障に取り組みたいと思い、外務省で働くことを決めました。「公務員単願ではなく民間企業も受けているからこそ、公務員志望であることの説得力が増す」と職員の方が過去に仰っていましたが、振り返ってみればまさにその通りだと思います。みなさんが様々な業界を総合的に検討して、そのうえで外務省に来てもらえることを願ってやみません。悔いのなき就活を！

※ボスカリ（ボストンキャリアフォーラム）：アメリカ、ボストンで毎年11月中旬に開かれる就職イベント。日英バイリンガル（交換留学含む）を対象に、200近くの企業がブースを出展して選考を行う。外務省のほか、他省庁もいくつかブースを出している。

4.4.1 就活体験記①



H.O
首都圏出身
教養学部
民間&他省庁併願

私の就活について

一貫して省庁が第一志望でしたが、
①官庁訪問に臨むにあたっての安心材料にしたい
②シンプルに民間の世界についても勉強したい
という理由から、コンサル及び政府系金融の選考を受けました。

他省庁では財務省と経済産業省も併願しており、官庁訪問も第2クールまで3日間全て回りました（そしてひたすら悩みました）。

内定者の中では広く就活をした方かと思います。

良かった点

①視野を広げつつ、外務省への思いを再確認できた

専攻する国際関係論は外務省の業務とは親和性が高い一方、民間や他省庁のイベントに参加すると馴染みのない話が飛び交うなど、社会に携わる様々な見方に触れることができました。ビジネスの最前線に立つ方々からフラットにお話を聞けるのは学生の特権です。そして、外務省の志望動機をはっきりさせられたのが何よりの収穫でした。外務省を志望する絶対的な理由はありましたが、やはり他の選択肢と比較検討する中で「外務省でなければダメな理由」が明確になったように思います。

②大いに悩む材料と時間を得られた

多くの選択肢の中からどれを選び取るか自分が決断しなければならないという重みを感じずと抱える大変さはあったものの、自分・人生について腰を据えて考え悩んだ過程はかけがえのない財産です。そのような自己内省は面接での答えには直結しないかもしれませんが、人生よく考えておくことで覚悟と熱意を持っている学生だなと言葉の節々で伝わるものなのではないかと思います。

苦勞した点・工夫した点

スケジュール管理が大変でした。各省庁・各社の説明会やイベントが重なりいずれかにしか参加できずにもどかしい思いをすることが何回かありましたが、そのような物理的な限界は仕方ないと割り切りつつ笑、自分で出来ることとして省庁・民間就活・大学それぞれのリソース配分を決めておいたのは有効でした。もちろん計画通りにいかない部分もありますが、常に全て完璧にこなさなくても大丈夫だという安心感が両立の秘訣だったように思います。

加えて、広範囲の就活を続けていると身体・精神両面で疲れが溜まるので、自分なりの息抜き術を確立しておくのは体調管理の意味でも重要だと感じました。

スケジュール

時期	就活（省庁/民間）	コメント
2023年9月～2024年6月 （大学3年）	外務省、財務省、経産省の説明会に参加/夏インターン選考	旅行など留学先での生活を満喫し、あまり就活はせず。
2024年7～9月 （大学3年）	教養区分一次対策・経産省WS/夏インターン・選考	留学でのんびりした焦りから教養区分対策に殆どの時間を費やす。
2024年10月 （大学3年）	教養区分二次対策/秋冬インターン選考	大学の授業と民間選考に追われ、二次対策が後手に回る。
2024年11月 （大学3年）	教養区分二次試験/コンサル早期選考・秋冬インターン	コンサルに加えて政府系金融も見るようになる。
2024年12月 （大学3年）	外務省、財務省、経産省のイベントに参加/秋冬インターン	民間選考に注力。期末とサークル活動で慌ただしい日々。
2025年1～3月 （大学3年）	外務省、財務省、経産省のイベントに参加・財務省と経産省のWS/インターン経由の早期選考	1月にコンサル、3月に政府系金融から内定をいただき民間就活終了。3月はサークル活動や旅行等で羽をのばす。
2025年4～6月 （大学4年）	官庁訪問対策のみ	3省庁の説明会には可能な限り参加し、自分のやりたいことをクリアにしようと努めた。

後輩へのメッセージ

就活を進めていくと、特に民間就活が早期化する中で最後まで省庁を志望する場合には、多くの迷いや心配事が生じると思います。そのような時にはこの内定者ノートや周囲の人のアドバイスなどあらゆるものを参考にしつつ、最終的には自分が納得できる選択をする、そのために悩み抜く、ということを大切にしてほしいと思います。私もこの体験記を偉そうに自信をもって書けたのは、自分が取ってきた選択が最適解だったからではなく、しっかりと己に向き合う過程で得られたものだったからです。

くれぐれも体には気をつけながら（最も大事！）、やりたいことを素直に追い求めた先に皆さんにとって悔いのない選択ができますように。応援しています！

4.4.2 就活体験記②



T.N
首都圏出身
法学部
民間 & 他省庁併願

併願業界を受験した理由

総合商社に興味を持ったきっかけ

- 家族が商社で勤務していたから
- 幼少期の海外経験から、海外で仕事がしたいと思った

総合商社の魅力

- 日本を背負うリーディングカンパニー
- 幅広い分野と仕事
- 年収と働き方

総合商社でできないこと

- 国家や社会を最優先として仕事をする
- 自分の専門領域を超えてジェネラリストとして活躍すること（不可能ではないが、簡単では無い）

最終的に公務員・外務省に決めた理由

3月の早期選考で内定をいただいてから官庁訪問までの間、「ある程度ホワイトで年収が高くて海外で働けるなら商社でもいいか」ということも多々ありました。家族からは、省庁のブラックな働き方に対する懸念から、官僚になることに対して反対されることもありましたが（今もまだ完全に納得してもらっていません）。

それでも、

- 国家のあるべき姿を語り合うことが出来る仲間と働きたい
- 自分の利益よりも他者の幸福のために努力したい

といったことを考え、公務員の道を選びました。民間企業にて高い報酬を約束された同期を見て複雑な気持ちになることもありますが、自分の信念に従って選択できて良かったと思っています。

公務員就活と民間就活の両立について

下記に示す通り、私は民間就活において商社だけでなく様々な業界を受けていました。省庁も、外務省だけでなく財務省・経産省も見ていました（官庁訪問したのは財務省のみ）。

たくさん受けていたのは、どのような企業が存在するのか興味があったのと、卒業後の定職を確保するためです。（切実）

4.4.2 就活体験記②

下記のスケジュールに記載の通り、留学期間中の大学3年目春休みから民間就活を始めました。大学5年目夏の官庁訪問まで、民間就活と公務員就活を1年半にわたりしていたことになります。民間企業から内定をいただく度、就活を続ける気力がなくなり、官庁訪問の準備を怠ってしまうことがありました。

そんな時に、同じく公務員を目指す大学の友人たちが勉強会を開いて理想の国家像について議論しているところを見て、自分も国を守りたいのだと思い出すことができました。

どのような人たちと働きたいか、またどのような志を共有している人たちと働きたいか、民間就活を通じて考えさせられたことで最終的に納得のいく選択ができたと思っています。

公務員就活をする上での民間就活のメリットは（面接慣れするというのはもちろんですが）、「なぜ自分の人生の時間を公のために使いたいのか」という問いに答えられるようになる、ということかもしれません。

スケジュール

時期	省庁	民間
大学3年目春休み (留学中)	留学先からオンラインで省庁説明会に参加	留学先からオンラインで企業説明会、夏インターン面接に参加
大学4年目夏休み (留学から帰国)	外務省インターン、財務省・経産省ワークショップ	夏インターン (IT、コンサル、金融)
大学4年目秋・冬休み	教養区分受験、省庁説明会	民間本選考 (コンサル、シンクタンク、金融、商社)
大学5年目春	省庁説明会、官庁訪問対策	—

*大学3年目秋からの1年間の留学のため、大学の在籍期間を1年延長しています

後輩へのメッセージ

外務省は、3年目から留学、そして5/6年目から在外勤務という貴重な学び・鍛錬の機会を提供してくれます。これは、新卒入省だからこそ経験できる人生設計でもあります。今の時代、キャリアのあり方は多様かつ柔軟なので、重く考えすぎず、自分がやりたいこと、ワクワクする分野に飛び込んでください。

4.4.3 就活体験記③



S.I
地方出身
法学部（既卒）
民間 & 他省庁併願

私の就活事情

私は、内定0、持っているのは総合職の最終合格証明書のみという状態で大学を卒業し、かなり切迫した状況にありました。そのため、官庁訪問では3府省（外務省、内閣府、法務省）を回り、併せて官庁訪問で内々定を得られなかった場合に備え、民間就活（メガベンチャー）も行っていました。

私が受けた企業は通年採用を実施していたため、官庁訪問の時期とうまく調整でき、両立はそれほど大変ではありませんでした。また、外務省の志望動機と重なる部分がある企業を選ぶことで、効率的に進めることができました。

官庁訪問1週間前にその企業から内定をいただくことができたのですが、自分の進みたい方向とは少し異なると感じ「やはり外務省しかない」と改めて決意を固めました。一方で、内定を一社持っていたことが精神的な支えにもなり、落ち着いて官庁訪問に臨むことができました。

悩んだ点・決め手

最も悩んだのは、第3クール初日に外務省と内閣府のどちらを回るかということでした。官庁訪問前は外務省への志望度が圧倒的に高かったのですが、実際に訪問してみると内閣府の業務内容にも強く惹かれ、特に、どちらの府省でも、専攻分野である人権に関する政策に携わる機会があることから、当初はなかなか決め切ることができませんでした。しかし、改めて自分が人権に関心を持つ理由を見つめ直したとき、「人権が保障されたその先にある平和や持続可能な発展を実現したい」という思いこそが自分の原点であると気づき、自分の目指す方向性が最も重なると感じた外務省を選びました。

また、外務省を選んだ一番の決め手は「人」でした。イベントや官庁訪問で出会った職員の方々、そして同期の皆、外務省で出会った方々が一番フィーリングが合い、「このような方々と一緒に働きたい」と強く思ったことが最大の決め手でした。

苦労した点・工夫したポイント

就活全体を通して一番苦労したのは、情報収集でした。

私の通っていた大学では、首都圏の民間企業や国家公務員を志望する学生が少なかったため、縦にも横にも繋がりがなく、情報を得るのに非常に苦労しました。そこで、最低限説明会やイベントには皆勤賞で参加しようと思い、民間や他府省庁も含め、本当に多くの説明会に参加しました。（多い時は毎日2~3個は説明会に参加していました）

外務省の説明会にもほぼ全て参加しましたが、地方在住だったため全てオンラインでの参加となりました。対面の方が印象を残せるかもしれないという不安はありましたが、編入生であったため単位取得のスケジュールが非常にタイトで、東京へ行くことが難しかったため、やむを得ずオンラインで参加していました。

その分、常にカメラはオンにし、毎回積極的に質問することを心がけました。

また、他の参加者の質問も参考にしながら、専攻以外の分野についてはそこから派生して勉強するようにしていました。

説明会自体は選考プロセスではありませんが、特に情報源が限られる地方在住の方はこうした機会を積極的に活用することを強くお勧めします！

スケジュール

時期	就活	コメント
2021.9 (大学1年 夏)	女子学生霞が関インターンシップに参加 (コロナ禍のためオンライン)	漠然とした憧れから脱却し、具体的な 進路として捉える
2023.4 (大学3年 春)	名古屋大学に3年次編入	取得済の単位がリセットされ、再び 単位取得に追われる
2023.8 (大学3年 夏)	経産省のSummer Schoolに参加	外務省と経産省で迷い始める
2024.3 (大学4年 春)	法律区分 不合格 / 教養区分の勉強スタート / 外務省の説明会に参加し始める	秋の教養区分しかチャンスがないこと に焦りを覚える
2024.12 (大学4年 冬)	教養区分 合格	卒論の執筆と教養区分の試験が 丸かぶりして大変だった
2025.4~6 (卒業後)	他府省の説明会に参加し始める / 民間就活スタート	毎日2、3個説明会に参加 / 6月に民間内定を頂き、民間就活を終 える

後輩へのメッセージ

私自身は、長期留学の経験もなければ帰国子女でもなく、大学編入をしていることもあって専門性も浅く、さらに地方大学に通っていました。ないもの尽くしの状況に、諦めそうになる瞬間も幾度となくありました。

それでも、自分には表面的な経歴だけでははかれない強みがあるのではないかとポジティブに捉え、何度も自己分析を重ね、それを言語化する作業を繰り返しました。決して簡単なことではありませんでしたが、その作業から逃げなかったからこそ、自分の強みを限られた面接時間の中でしっかりと伝えることができたのではないかと思います。

環境を言い訳にするか、原動力に変えられるかは自分次第です。

皆さんの挑戦を心から応援しています！

4.4.4 就活体験記④



外務省一本に絞った理由



K.S
首都圏出身
法学部
外務省一本

同期の中で唯一、私は外務省一本に絞った就職活動をしていました。つまり、民間企業も、他省庁も、大学院進学も準備せず、もし官庁訪問でうまくいかなければ、即座にニートへ一直線という、文字通りの背水の陣を敷いたのです。

なぜそこまで徹底できたのか？特別な自信があったわけではありません。むしろ、皆さんが気にされる試験の席次も、下から数えた方が何倍も早い順位でした。しかし、この「ストロングスタイル」を選び取ったのには、二つの理由があります。

一つは、他の職種に強い興味を持てなかったこと。

私は、どうせ自分の人生を費やすなら、「なるべく大きなもののために、なるべく多くの人のために働きたい」という野望を持っていました。こんな青臭い理想論と民間企業とは、とても相性悪く見えたのです。その点、国民全体の奉仕者たる国家公務員、その中でも世界を相手に仕事をする外務省という職場は、私の目指す理想にぴたりと合致していました。

もう一つは、就職活動以外の活動を諦めなくなかったこと。

同期が本格的に就活に勤しむ大学四年の春、私は他にもやりたいことがありました。夏休みに開催されるとあるプログラムの準備を抱えていましたし、もちろん授業も履修していました。就活が大事なのはよくわかっていましたが、それでも大学生である自分の人生を制限してまで就活にリソースを割く気にはなれませんでした。

こんな野望とわがままを両立させるために、私はすべてを外務省一本に懸けるという決断をしました。

外務省一本に絞ったメリットとデメリット

就活先を一本に絞った代わりに、私は参加できるイベントには全て参加し、外務省の組織や業務に関する理解をとことん深めました。そのおかげで、多様なバックグラウンドを持つ多くの職員の方々のお話を伺う機会に恵まれ、一口に総合職と言っても、十人十色のキャリアパスがあることを学びました。また、実際の外交官の皆様とお話する機会は、面接に向けて自分の考えを固めるための最高のインプット/アウトプットになりました。外務省の説明会ではいつも同じノートにメモを残していたのですが、いろんな方のお話、私の意見をぶつけた時の反応など、すべてが記録されたこのノートが、官庁訪問での一番心強い武器となりました。

他方、当たり前ですが、就活先を一本に絞ることは当然リスクが伴います。外務省に落ちたら後はない、という現実、官庁訪問において大きなプレッシャーでした。一人一人事情は大きく異なると思いますが、「一本に絞った先で内定をもらえないリスク」をどこまで容認できるか、というのは一つの重要な判断基準になるでしょう。

また、就活先を一本に絞ったことで、面接というイベントを本命でいきなり体験することになりました。他の就活も両立させていれば面接を何回か経験した上で外務省に望めますが、私にはそれがありませんでした。公務員試験の面接はありますが、いわゆる就活先での面接は、外務省が初めて。このことに官庁訪問当日に気づいて、すこし後悔しました。

スケジュール

時期	出来事	コメント
2023年8月～2024年6月 (大学3年夏～4年夏)	交換留学	改めて外交官という職業を意識するきっかけにもなりました。
2024年8月 (大学4年夏)	外務省本省インターンに参加	外務省を目指すことを決断したのはこの頃だったかも。
2024年秋頃	外務省の説明会などに参加し始める	就活は留学が終わってからと決めていたので、ようやくインターンが終わった頃から本格的に説明会に参加し始めました。
2024年9月～11月 (大学4年秋)	教養区分受験・合格	合格したはいいいものの、席次に少し凹む。
2025年1月～3月 (大学4年冬)	オンラインで開催された業務説明会にできるだけ参加	春休みには、怒涛の勢いで大量の説明会が開催されていたので、できるだけ参加しました。
2025年4月頃 (大学5年春)	ようやく官庁訪問への準備を始める	大学のOB等にアポを取ってお話を伺いつつ、官庁訪問で何を言うか考え始めました。
2025年6月 (大学5年夏)	官庁訪問	控室が暑かったり寒かったり。もう番号で呼ばれたくないです…。

後輩へのメッセージ

この体験記は、外務省に限らず一本に絞った就活を万人に勧めるものではありません。人生最大の岐路の一つですから、早とちりや視野狭窄に陥った結果後悔の伴う選択をしてしまうことだけは避けるべきです。しかし、数年前の内定者ノートから言葉を借りれば、「迷わなければならない」わけでもありません。もし今のあなたがすでに外務省に心を決めているのであれば、今後すべての時間とエネルギーを外務省にぶつけてみるのも悪い選択ではないはずです。

4.4.5 就活体験記⑤



N.I
地方出身
院卒
民間併願



私の就活事情

元々強く国家公務員を志望しており、かつ3回生夏の時点で院進を決めていたため、学部時代はほとんど就活をしていませんでした。ただし、大学院の限られた2年間でできるだけ勉学に費やしたかったので、4回生の後期など比較的時間のあるうちに大学での対面の合同企業説明会や本選考を出す可能性の高い企業のウェビナーへの参加などできることはしていました。大学院入学後は、内定をもらおうと手当たり次第にESを出すよりは、官庁訪問で不合格だった時のために本当に行ってもいいと思える企業だけに絞って就活をしていました。私自身、院1年目後期の非常に忙しい時期に、どれくらい民間就活にリソースを割くべきか大いに迷ったので、先輩や外務省の内定者等なるべく色々な方々の体験談を伺っていました。

結果的に、1社でも内定をいただいて官庁訪問に臨めたことは本当に大きな心の支えとなりましたし、外務省の仕事をより客観的に捉えられるようになった点、面接の場数を踏んで自己分析を磨くことができた点、そして将来関わりがあるかもしれない企業の方々とよく知る機会になった点から、民間就活はやっておくべきだったと自信を持って言えます。重要なのは、自分が今何をすべきなのかを冷静に見極め、中途半端になって無駄な自己嫌悪に陥らないようにすることだと思います。

苦勞した点

中学1年の時からなりたと思っていた外交官への思いが大学入学後も変わることはなく、学部時代はほぼ外務省のイベントばかり参加していました。民間も、JICAなど外務省の業務と比較的親和性の高いと思われるところばかり見ており、他の業界は食わず嫌いをしていたので、今思えば時間と心に余裕のあった学部時代にもう少し幅広く話を聞いてみても良かったかもしれないです。院1年目の後半に焦って他省庁の説明会に参加し始めたり、民間のOBOG訪問やオンラインのイベントに申し込んだりしていた記憶があります（当時は、付け焼き刃状態を自覚していたので、民間の内定を獲得することはほぼ諦めかけていました）。

実際に本選考に出した3社のうち、1つは書類選考落ち、もう1つは一次面接落ちで、背水の陣で食らいついた最後の1社から内定をいただきました（5月中旬頃）。落ちた2社は自分でも納得がいきましたが、思い入れの深くないところであっても不合格を突き付けられるのは少々メンタルにやりました。民間就活をされる際はこの点も頭の片隅に置いていただければと思います。

また、外務省以外の省庁も官庁訪問で回るかはかなり迷いましたが、自分は一つの目標に集中してそこに全力を注ぐ方が性に合っていると思っていたので、5月頃には外務省一本で行こうと決めていました。

スケジュール

時期	就活	コメント
2023年4～5月 (学部4年)	政治国際区分合格	もしダメでも2年後に院卒区分でリベンジできると思っていたので気楽に、完全にノー勉で臨んだ。
2023年9月	女子学生霞が関体験プログラムに参加@本省 (外務省、原子力規制庁)	これ以前にも外務省のイベントにはいくつも参加していたが、ここで格段に志望度が上がる。
2024年1月	政府系銀行の冬インターン選考のためのグルディスに参加 @東京本社	初めて他の就活生の熱意に触れ、無性に焦った。
2024年3月	大学での合同企業説明会に参加	採用担当の職員に顔を覚えてもらい、これが最終的な民間内定獲得の大きな第一歩となった。
2024年9月 (院1年)	外務省インターンに参加(個人応募、2週間)、環境省インターンに参加(大学院を通じてアプライ、1週間)	外務省志望度が最高潮に達した。
2024年10-12月	経産省採用担当との個別面談@京都TAC校、京僚会主催霞が関講演会参加(外務、経産、財務)@京都大学、政府系機関(3J)の対面でのワークショップに参加@大阪	外務省のオンラインのイベントにも参加しつつ、視野を広げようと興味のある所の説明会に参加していた。この年の外務省の内定者にオンラインで話を聞いて情報収集もした。
2025年1-3月	外務省外交政策座談会・霞が関OPENゼミ(外務、財務、経産)@オンライン、経産省2 Dayワークショップ@本省、NEXI 1 Dayワークショップ@東京本社、財務省若手職員との個別面談@オンライン、各会社説明会参加(NEXI、JICA、日経新聞)@オンライン、財務省2 Dayワークショップ@本省	大学院の授業やプレゼン、課外活動と並行して就活していたので目が回るほど忙しかった。
2025年4-6月 (院2年)	民間本選考・面接@東京、官庁訪問に向け院の同期や教授と模擬面談、ES添削	学部3年から続けていたバイトも官庁訪問直前までシフトを入れていた。

後輩へのメッセージ

首都圏の学生に比べて地方勢は情報量が少なく、対面のイベントの機会も格段に少ないですが、私は特に気にしていませんでした。むしろ、首都圏の学生にはないであろう視点を自分は持っているかもしれないとポジティブに捉えていました。同じような能力や志望を持っている人と自分はどうか違えるか、それがどのように外務省に貢献できる点であるかを的確にアピールできることが肝要だと思います。官庁訪問が近づいてくると、周りの学生の動向が気になったり、噂に惑わされがちですが、自分がこれまでやってきたことを丁寧に振り返り、自然体の自分で臨めばきっと面接官にもそれが伝わるはずです。最後まで諦めないで頑張ってください。

特集①：公務員専願



民間企業との併願はせず、強い思いを持って公務員一本で就職活動を終えた内定者も実は結構いるんです。この特集では、その中の4人に話を伺いました！



S.H
関西出身
教養学部

私は昔から、自らの持てる力を公共の利益のために使いたいという強い思いを持っていました。より広い世界を知るために民間就活もした方が良くないかなとも考えましたが、大学での学びを通してアカデミアへの関心も強まっていたので、国家公務員がダメなら一旦キャリアプランをパーにして院進し、その後で人生を考え直そうと思い、公務員一本に絞りました。大学生活に割ける時間をできるだけ削りたくなかったというのも大きな理由です。内定を持たず官庁訪問に臨むという点では不安もありますが、心から納得できる就職先のみ絞って就活ができたので、腹を括ることができました。選択肢が限られる分、もう一つ回った省庁である経済産業省とは、一時期は五分五分になるほど悩み抜きました。最後の最後には、日本と世界の平和と安定に自分ごととして責任を負える仕事がしたいという初心に忠実な道を選びました。大切な職業選択、皆さんも後悔のないものになることを祈っています！



W.T
首都圏出身
社会・国際学群

民間が得意とする特定の対象に焦点を当ててサービスを届けることよりも、幅広く日本や国民のために仕事がしたいと思い、私は公務員のみ絞って就活を行いました。就活の範囲を絞る最大のメリットは、他に時間を取られることなく試験勉強や官庁訪問対策に時間をかけられることだと思います。親を説得して今年だけは公務員一本で就活をすると決めたこともあり、内定のためになんでもする意気込みで取り組みました。ですが、それと同時に、他省庁の国際的な業務の説明会に参加して視野が狭まりすぎないようにも心掛けていました。周囲の人からの言葉で不安になることもあると思いますが、ご自身が一番納得できる就活、そして人生のための選択を大切にしていいただければ嬉しいなと思います！



T.N
地方出身
教養学部

専門試験と被っており、時間的余裕やモチベーションがありませんでした。面接慣れしていないことに加え、落ちたら後がないので、本番不安と緊張がありました。ですが、公務員一本なら官庁訪問への対策に時間をつかえるだけでなく、ハイリスクだけど、就活という大変なイベントを比較的短時間で乗り越えられます。不安かもしれませんが、公務員一本組は割と多いので自信持って頑張ってください！



R.U
首都圏出身
国際教養学部

大学で国際関係を学んでいた私は、戦争や紛争が絶えない世の中で、自分が育った平和な環境が如何に貴重で恵まれたものかを日々考えさせられていました。そこで、生業とするのなら今度はその環境を守っていく方に立ちたいと思うようになり、その裁量がある国家公務員を目指しました。やりたいことから逆算して、それ以外の道をあまり考えなかった(考えたくなかった)というのが正直なところです。しかし、覚悟は決めたものの、試験が終わるまでは何も進んでいる感じがしなかったもので、周りに遅れをとってしまっているという焦りと孤独感とも闘うことになりました。公務員一本で良かったことは、やはり試験と官庁訪問の準備に全ての時間を費やせたことです。私は要領がいい方ではないので、民間の就活も並行するのは難しかったと思います。魅力的な仕事はたくさんありますが、私が自分の就職活動において一番大切にしたのは「どのような形で社会貢献をしたいか」「どのような仕事なら一番役に立てるか」の二つの問いでした。それに対する自分の明確な答えがあったため、不安はありながらも自分の決断に自信を持つことができました。

特集②：JICAと悩んでいる方へ



M.Y

首都圏出身、教養学部

中高生の頃からアフリカの紛争解決や開発に関心があり、国際協力を志していたので（当初は国際機関を考えていましたが）、自ずとJICAも選択肢として入ってきました。大学在学中に課外活動や旅行でフィリピンやケニアの貧困地域に足を運ぶほど現場に行くのが好きだったのもあり、現場の声を聞いて“国づくり”に携わり、支援を通じて国家間の信頼関係に貢献するJICAの仕事にも惹かれていました。また、私の場合は官庁訪問直前まで1年間交換留学に行っていて、留学先からオンラインで就活をする必要があったのですが、JICAは海外にいる志望者への配慮が手厚く、2026新卒採用は全てオンラインで受けることができた（最新情報はご自身で確認を！）というのも理由の一つではあります。

それでもなぜ外務省へ？

最後までJICAの仕事にも魅力を感じていましたが、途上国や現場への想いを大切にしながらも、より「川上」である外務省の立場から大局的な視座を持って制度設計に関わりたいという結論に至りました。ODAだけではない様々な形の国際協力と、安全保障や地政学、経済などとの相互作用を俯瞰して、問題意識をアップデートしていきたいと考えたからです。JICAの合格が出た時は本当に嬉しく、自分自身が国際関係に関心を持った原点である途上国への想いを優先してJICAに入った方が幸せかもしれない、と思うこともありましたが、大学で国際政治を学ぶ過程で関心が変化していったことを振り返り、外交の世界を選びました。

私の場合は正直に、一次面接から最終面接まで一貫して、外務省と他省も志望していることをお伝えしていました。自分が各組織の違いをどう認識しているか、なぜ併願しているかを丁寧に伝えるようにしていました。そのお陰で、合格後もJICAのメンターの方にとっても親身に相談に乗っていただき、JICA職員の方々と官庁訪問と同じくらいの密度で話せたので、納得のいく決断ができました。官庁訪問の業務説明・人事面接でも、JICAとの比較や業務の連携について率直にお話ししました。

JICA就活との両立はどうでしたか？

JICAについては本選考に応募する2年ほど前から情報収集をして、1dayや座談会などのイベントにはなるべく参加していました。一方で、公務員試験対策と応募時期が重なったインターン（2～3ヶ月のもの）については準備不足で不合格になってしまったこともありました。

JICA本選考と官庁訪問準備は時期がガッツリ被るのでてんやわんやした記憶はあります（しかも私の場合は留学先での学業・課外活動と両立しなければならず大変でした）が、相乗効果もありました。例えば、外務省志望者同士で自主的に政策勉強会をしていた際、私が主導した開発協力の勉強会で議論がかなり白熱し、JICA志望者と外務省志望者のODA・国際協力に対する考え方や視点の違いを痛感したのはとても思い出深く、外務省に入ってから忘れずに持ち続けたいと思う感覚を身につけられました。

後輩へ何か一言！

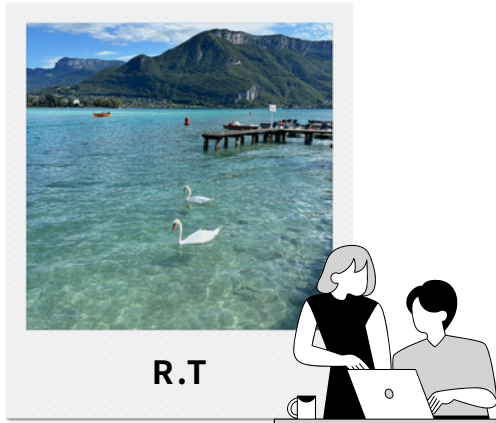
省庁以外の併願先を考えた時、私のように民間企業にはどうしてもあまり興味が持てない、という人は一定数いると思います。食わず嫌いはせず民間も見えてみると思わぬ出会いがあって良いと思いますが、自分のパブリックマインドを追究して貫き通すのも一つです。

JICAの業務は本当に幅広く奥が深いと感じましたし、同時に、外務省が持つ国際協力のツールの多さには驚かされました。

選択する前から正解はありません。先入観を持たず色々な人に沢山話を聞いて、後から振り返った時に正解だったと自信を持って言えるように、とことん悩んでください！

グローバルサウス好きの皆さん、外務省でお待ちしております！

特集③：コンサル→外務省へ！



アメリカの大学を卒業後、外資系コンサルで働きながら、国家公務員試験や官庁訪問など外務省の採用試験を受けました

外務省に挑戦するまでの経緯

海外大生の受験には、さまざまな困難が伴います。秋試験も春試験も学期中に行われるため、授業や課題に追われる中で、学期中に2回も日本へ帰国して国家公務員試験を受けるのは本当に大変です（なので、これをやり抜いた海外大生は大尊敬です）。

さらに、アメリカの大学は5月卒業というスケジュールの関係で同年4月入省が難しく、卒業から入社まで少なくとも約1年のブランクが空いてしまいます。このように、海外の大学に通っていると、採用プロセスとスケジュールが合わないのが現実です。

このような状況の中、在学中に受験するのは現実的に難しいと判断し卒業後に受けることを決めました。とはいえ、卒業時に無職でいる勇気はなかったため、在学中にボスキャリを通してコンサル会社の内定は確保していました。仮に外務省に落ちたとしても、コンサルで働きながらお金を貯め、自費で大学院に進学して国際機関を目指す、という選択肢も視野に入れていました。

そのうえで、大学卒業から外務省入省までに時間が空くことを踏まえ、せっかくなら入省前に外務省に入ってからできなさそうな、かつ役に立ちそうな経験をいろいろ積みたと思いました（受かる前提でいたのは恐れ多いですが...）。結果的に、今の会社に入社する前に、国連軍縮部とCNNでインターンを経験し、非常に貴重な学びを得ることができました。つまり、当時の私は「外務省に入る前に、今できることでやりたいことは全部やっちゃおう！」と考えてました。そして今の仕事も、転職というより外務省に入るまでのつなぎの仕事として自分の中では位置付けています。

公務員試験や就職活動はどうでしたか？

幸いにも、国家公務員試験の1次試験は入社前にあったため、国連でのインターン終了後から入社までの2.5ヶ月間は勉強に集中することができました。ただ、入社後は想像以上に仕事がハードで、入社した後に行われた2次試験や人事院面接の準備をする余裕はほとんどありませんでした。それでもなんとか両方通過（2次はボロボロでしたが...）し、官庁訪問に向けては週末を使って想定質問などの準備を進めていました。本当は模擬面接や外交政策の勉強もしたかったのですが、正直そこまで手が回りませんでした。それでも、普段から官庁訪問で聞かれそうなテーマについて考えているので、その頭の中のを考えを整理して言語化する作業は意識的に行いました。

官庁訪問時の面接ではやはり「なぜコンサルから外務省に？」と聞かれましたが、最初から外務省志望だったことや海外大卒で試験の日程が合わなかったことなどを率直に話しました。既に働いていることが不利に感じる場面は全くなく、むしろ興味を持って話を聞いてくださっていた印象を受けました。やはり、面接官は受験生一人一人のストーリーに興味があるように思うので、目を輝かせて外務省に入りたいと、ありのままの自分を見せ、見てもらうことが一番重要な気がします！

新卒で働いてるが、外務省にも興味がある後輩へ何か一言！

最近是国家公務員試験の有効期限も延長されていますし、最終的には外務省で外交官として働きたいけれど、他に興味のある仕事があるという人は、少しの間別の分野で働いてみるのも全然ありだと思います。私は現在、戦略コンサルの会社で働いていますが、日本のビジネスの中心を間近で見られる環境にいて、社会の仕組みを肌で感じることができました。論理的思考力も鍛えられましたし、社会人としての基礎力も確実に上がったと思います。スキル面でも、社会を知るという意味でも、そして人生の教訓という意味でも、将来外交官として働く上で非常に役立つ経験をできたのではないかと思います。特に外資系コンサルは風通しがよく、退職についても柔軟に対応してくれる環境です。ですので、公務員になる前に少し違う経験を積みみたいという人にはとても合うファーストキャリアだと思います。

人生は長いですし、これから長く外務省で働くことを考えると、社会の違う側面をしてみる期間があっても良いと思います。外務省の内定者同期を見ても経歴は本当に様々で、それぞれに合った入省までの経緯があるのだと実感しました。私はもうすぐ今の会社を卒業しますが、この経験にはとても満足していますし、こうした機会を得られたことに心から感謝しています。ご相談があればいつでものります！



内定者トーク

内定者同士の対談

ここでは、内定者同士による対談をお届けします。実際に就職活動や試験を経験した彼らが、自身の体験を率直に語ることで、これから受験を考える皆さんにとって大きな参考になるはずです。まず「就活編」では、民間就活との並行の有無、併願先省庁の選び方、外務省インターンへの参加経験やそこで得た学びなど、受験生が特に気になるテーマについて掘り下げます。自分自身の就活の進め方を考えるうえで、具体的なヒントが得られるでしょう。

次に「試験区分編」では、区分ごとの体験談を中心に、どのように試験対策を行ったのか、予備校を利用したのかといった学習方法について語ります。そこから、多様な工夫や戦略を知ることができるはずです。

さらに「大学編」では、大学ごとの対策環境の違いや他大学との情報格差、地方大学に通う場合の工夫、留学経験がどのように役立ったかといった幅広いテーマにまで話題が及びます。異なる環境で準備を進めてきた内定者の声を聞くことで、自分の状況に合った戦い方を見つけられるでしょう。

今回の対談では、内定者同士が率直な思いを共有しています。その等身大の言葉から、試験や就活を実際に乗り越えた人ならではのリアルな雰囲気を感じ取っていただけるはずです。公式情報や説明会だけでは伝わりにくい、生の声を通して、外務省を目指す道をより具体的にイメージしていただければ幸いです。

5.1 対談①就活編

登壇者情報



Sさん（司会）

【受験区分】教養

【併願先】経済産業省、政府系機関

【一言自己紹介】のんびり生きる！



WTさん



Nさん



KIさん

【受験区分】教養

【併願先】防衛省

【一言自己紹介】映画大好き

【受験区分】教養

【併願先】財務省、商社等

【一言自己紹介】運動不足

【受験区分】教養

【併願先】専門職、コンサル

【一言自己紹介】

新しいボードゲーム開拓中



司会

司会を務めますSです。慶應義塾大学法学部4年生で教養区分を受験しました。併願先としては経産省を3年冬から見始めて、官庁訪問では1日目は外務省、2日目は経産省を回りました。

WTさん

筑波大学社会・国際学群4年生で教養区分を受験しました。官庁訪問では1日目に外務省、2日目に防衛省を訪問しました。国家公務員総合職以外の併願はしませんでした。

Nさん

東京大学法学部4年生で教養区分を受験しました。3年春から民間就活もやりつつ、官庁訪問では1日目は外務省、2日目は財務省を回りました。

KIさん

一橋大学法学部4年生で教養区分を受験しました。官庁訪問では、外務省しかまわっておりません。外務省に採用されるチャンスを増やすために専門職にもチャレンジしました。また、内定がないことは不安だったので、民間就活もしていました。

司会

最初に、どのような点で迷われたのかを教えてください！

Nさん

財務省は所掌領域が広く、財政という国家の基盤を担う重要な仕事をしているという点で魅力的に感じました。優秀な人材が集まっていて、政治との距離も近いという点において、大きな仕事ができるのではないかと思います。

司会

私も経産省を見ていて、所掌範囲の広さや組織文化に魅力を感じていました！最終的に外交を担うことができるのは外務省だと考え、外務省に志望を固めました。いつ頃外務省を第1志望に決めましたか？

Nさん

各省のインターン・ワークショップに参加した3年の夏頃から、外務省の雰囲気自分に合っているなど感じ、何となく第1クール1日目に回ろうかなと思っていました。その後の（官庁訪問前の）面談でも採用担当の方が真摯に話を聞いてくれて、自分のやりたいことが外務省でしかできないという確信を得ました。

KIさん

私は、一貫して外務省を第1志望としてみていました。その中で、総合職と専門職で迷った時期がありました。キャリアを通じて幅広く外交に携わりたいと思っていたのに加え、いつかは政策決定に深く関与する立場で働きたいと思っていたので、総合職の方が向いているのだろうなと思いつつ、在外に出て外交の最前線で働きたいという気持ちも強かったので、その機会が多い専門職にも大きな魅力を感じていました。このことを採用担当の方に相談したところ、最近は総合職でも在外に出る機会が増えていてと伺い、最終的には、総合職を第1志望としてみていました。

司会

専門職も受けられたんですね！両立は大変じゃなかったですか？

KIさん

民間就活もかじっていたので、大変でした…。教養区分で合格し、専門職試験対策にかかる時間を確保できたことと、専門職の受験科目（国際法、憲法等）を既に大学で学んだことがあったことが救いでした。

WTさん

私は、大学2年の春に大学の授業で外務省の職員の方から話を聞いたことがきっかけで、外務省を目指しました。大学3年の春頃に他省庁にも視野を広げ、平和に関わることができるという理由から防衛省を併願先に選びました。

司会

公務員一本に絞るのは勇気がいることだと思いますが、大変だったことはありますか？

WTさん

実は、大学3年の春に一瞬だけ民間就活をしていた時期がありました。ですが、最終的に公務員一本に絞った理由は、より広く国民や日本のためになる仕事がしたいと思ったからです。また、両親を説得するのには苦労しましたが、公務員への思いを語って納得してもらいました。

司会

ちなみに民間企業の面接の際に公務員試験を受けていることをどのように説明していましたか？

Nさん

聞かれなかったもので、何も言っていませんでした。そのおかげで、外務省に行くことになった後に内定先の企業に連絡を入れたらこっぴどく叱られましたけど...

WTさん

防衛省には官庁訪問1日目の最後まで迷っていると伝えていました。それぞれの省でできること・できないことから、迷っているポイントを相談していました。そのおかげか、防衛省の官庁訪問でその迷いを解消できそうな課室の方に原課面接でお話しさせていただきました。

司会

民間企業や他省庁の併願も大変だと思いますが、併願してよかったことを教えてください！

Nさん

いろんな組織を比較する過程で複数の比較軸が出てくると思いますが、全ての比較軸において満点の組織はありません。どの比較軸を重視するか、すなわち自分の人生においてどのような価値観を大事にしたいかが（いろんな組織の比較を通じて）はっきりしたのが、併願してよかったことだと思います。

KIさん

官庁訪問前にある程度面接の場数を踏めたのが良かったです。民間就活を通じて、「面接が進むと受け答えがどんどん固くなっていく」という自分の特性を知れたので、官庁訪問ではそこに気を付けることができました。

WTさん

私は早い時期に公務員一本に絞ってしまいましたが、民間などもっと視野を広く持っておけばよかったと思っています。社会の動きを知り自分の軸に磨きをかけるためには、他と比較することも重要だと思います。

司会

外務省の官庁訪問に向けた対策も気になるのですが、外務省の採用イベントをどのように活用していましたか？

WTさん

イベントに通い詰める中で外務省の雰囲気が一番自分に合っていると感じ、ここしかないと思望を固めました。説明会は、組織や働いている人の雰囲気を肌で感じることができる数少ない機会でもあるので、できるだけ参加するようにしていました。

KIさん

説明会は、外務省でのキャリアパスを具体的に描くという点でも非常に役立ちました。本当は外務省インターンにも参加して、どのような働き方をしているのかを自分の目で確かめてみたかったのですが、落選してしまい、その希望は叶いませんでした…。その分、説明会では、外務省でのリアルな働き方について質問をするよう心掛けていました。

司会

最後に内定者ノートを手にとってくださった方へメッセージをお願いします！

WTさん

迷った時には直感に頼ることも悪くありません。悩むための材料集めはしっかりして、それでも迷うのであれば、心がわくわくする方に進んでみても意外と楽しい人生になるのではないのでしょうか。

Nさん

外務省にも、できることとできないことがあります。いろんな組織を比較していただいて、ご自身が大事にしたい価値観が最も体现されている組織に飛び込んでください。応援しています。

KIさん

他人と比べずに自分のペースで就活を進めるのが大事だと思います。先行きが不透明で、不安になることもあるかと思いますが、そんな時は「別に死ぬわけではない」と自分を落ち着かせてあげてください。最後は、自分を信じて突き進んでください！

5.2 対談②試験区分編

登壇者情報



Rさん（司会）

【受験区分】教養区分
【併願先】経済産業省、大学院
【一言自己紹介】元気が取り柄です



SHさん

【受験区分】教養区分
【併願先】経済産業省、
大学院
【一言自己紹介】
誇り高き関西人です！



TNさん

【受験区分】政治国際
【併願先】経済産業省、大学院
【一言自己紹介】
いつか隣のOK君みたいなマッ
チョになりたいです



OKさん

【受験区分】法律
【併願先】財務省、
経済産業省
【一言自己紹介】
最近MMAの練習に
ハマってます



司会

まずはそれぞれの試験区分を選んだ理由を教えてください！もしあればその区分のおすすめポイントも知りたいです。ちなみに私は早めに合格が出るという理由で教養区分を選びました。

SHさん

僕も同じです！加えて、最悪秋の教養区分がダメでも春試験でまだチャンスがあるので、比較的心の余裕を持って受けられるという理由もありました。

TNさん

日系企業の就活も並行するなら、教養区分がやりやすいと思います。僕は教養区分が留学とかぶってしまっていたので、2月に帰国してから受験できる春試験にしたかったです。春区分の中でも国際関係などが好きだったので、政治国際にしました。今振り返ると、国際関係と国際法は外交官として知らないといけない知識なので、仕事につながる専門性を身につけるいい機会だったと思います。

SHさん

僕も留学していたけど、学年を一つ落として、6月に帰国した後に教養区分を受けました。留学の時期にもよりますね。

OKさん

僕は法学部で、予備試験も受けていてがっつり法律を勉強していたので、それを活かせる法律区分にしました。法律区分の勉強は他の公務員試験を受ける場合にも役立つし、何より自分で勉強できるのが良かったです。

司会

OKさんとSHさんは独学ですもんね！独学のいいところや、逆に独学で困ったことはありますか？

OKさん

強いていうなら、論文の書き方が難しかったかな。特に公共政策は過去問や市販の問題集が少なく、もし予備校に通ってたら予想問題をもらえたかと思ったことはあります。

SHさん

独学のいいところは、やっぱりお金がかからないこと！地道な勉強が報われやすい春試験と違って、教養区分はどうしても運の要素が大きいと考えていました。出題範囲がとて広いと、それぞれの科目がどの程度得意かで人によって戦略が変わります。これさえやればいいという問題集もなく、直前までなかなか勉強に身が入りませんでした。でも、高校の教科書を引っ張り出してきて理科や社会の知識を入れ直すのは楽しかったですね。まさに「教養」の醍醐味かも。

司会

なるほど、確かに内定者データを見ても、教養区分の独学は多いように思います。T.Nさんと私は予備校を利用しましたが、ズバリ予備校を選んだ理由はなんでしょう？

TNさん

予備校の方が効率的だと思って選びました。僕は大学で語学をメインに勉強していたので、あまり政治に触れてこなくて…。自分で一から政治学や行政学を勉強するよりも、予備校でコスパよく出るところを勉強した方がいいと考えて予備校を利用しました。

司会

大学での専攻が関係ないと言われる教養区分ですが、私もよく似た理由でした！私は大学受験を世界史と英語だけで乗り越えたタイプだったので、教養区分に出題される幅広い科目の基礎知識さえありませんでした。予備校を使うことで、どこが出るのか、どこを捨てるのか、そして何よりも数的処理の勉強をみっちりすることができました。

TNさん

ちなみに、教養区分は中学受験経験者に有利って噂を聞くけど、実際どうなの？

SHさん

数的処理には中学受験とよく似た問題が出てくるから、教養区分の過去問を解いてると「これ昔やったやつだ」ってなるんじゃないのかな。まあ中学受験をしてるかに関わらず、数的処理が一番の難所なのは多くの人にとって変わらないんじゃないかと思います。過去問を何年分か解いてパターンを身につけることと、絶対に時間は足りないので、どの問題を捨てるかの見極めを上手くなることが大事です！正答しなきゃいけない問題数は意外と多くなかったりします。

司会

逆に私は難関中学受験用の問題集を使って、教養区分の勉強をしていました。小学生にもわかるように書いてあるので結構おすすめです。

TNさん

Rさんは中学受験してない？

司会

してます。

SHさん

してるんかい！（笑）

司会

それではこの内定者ノートを読んでいる方に一言お願いします！

OKさん

法律の勉強を楽しむことを忘れないでほしいです。試験対策の勉強をしていると、暗記ばかりしてしまう部分もありますが、ぜひ法律の本質について考えてみてください。外務省の内定者データだけを見ると、法律区分は少なく思えます。しかし実際には一番受験者数が多い区分でもあります（2024年度人事院発表）。そういう意味でも、法律区分は法律を学んだあらゆる人に門戸が開かれています。頑張ってください！

SHさん

教養区分は出題範囲が広いので、勉強しなきゃと思いつつ、どこから手をつけたら良いのか分からず不安でした。特に僕は独学だったから、ペースメーカーがなくて難しかった！でも専門に左右されない区分だからこそ、気軽に受けて欲しいです。教養区分で落ちて、春試験で合格し、内定をもらった人もいます。気負いすぎず、国家総合職への第一歩を踏み出すんだと思いながら頑張ってください！

TNさん

正直なところ、僕は教養区分が受験できたらそっちの方がよかったです（笑）。でも政治国際は自分の好きな分野だったので、とても面白く勉強できました。特に行政学や憲法は、行政官として必要な知識です。それまで普通に生きてたら知らないことを、まとまった時間って勉強できるのは貴重だと思うのでよかったです。これから試験を受けられる方々、応援してます！

司会

みなさんありがとうございました！教養区分は論文の比率と二次試験の比率がとても高いので、聞かれたことに素直に答えることさえできればなんとかなる試験だと思います。また、春試験の二人の話を聞いていると、試験区分と専攻が重なる場合も、全然重ならない場合も、学ぶことを楽しんでればなんとかなりそうです。国家総合職に少しでも興味があるなら、試験の倍率に不安がらずにポチッと申し込んでみてください！

5.3 対談③大学編

登壇者情報



Sさん（司会）

【受験区分】教養
【併願先】経済産業省、民間
【専攻】法学部、専攻は国際政治



Kさん

【受験区分】教養
【併願先】経済産業省、財務省、民間
【専攻】文学部、専攻は社会心理学とジャーナリズム



Iさん

【受験区分】教養
【併願先】内閣府、法務省、民間
【専攻】法学部、専攻は国際人権法



Wさん

【受験区分】政治国際(大卒)
【併願先】財務省
【専攻】学部は教養学部、専攻は社会学 / 修士は公共政策大学院、専攻は国際政治



司会

今日はお集まりいただきありがとうございます。司会を務めます、Sです。みなさん色々なバックグラウンドの中、就職活動に至る道も様々だと思いますので、まずは自己紹介をお願いします！

Kさん

慶應義塾大学文学部のKです。大学で1年間交換留学に行かせていただき、帰国した大学3年の6月頃から本格的に中央省庁を就職先として考え始め、試験の受験を決めました！

Iさん

名古屋大学法学部のIです。既卒で官庁訪問を受けました。中学生の頃から漠然と外交官に憧れていたものの、本格的に対策を始めたのは大学3年の冬でした。長期留学経験はありません！

Wさん

東京大学公共政策大学院のWです。修士2年で官庁訪問を受けました。学部時代に履修した国際政治の授業やアメリカへの一年間の交換留学を経て、学部3年の時から外交官を志すようになりました。よろしくお願いします！

司会

みなさん本当に色々な経験をされていますね！早速ですが、就職活動はどのようにされましたか？対策グループなどはあったんでしょうか？ちなみに東大では有志グループがあったかと思います。Wさんなど、皆さん参加されてましたか？

Wさん

DAWN(現ELAN)のことですね！もちろん参加していました！みんなで集まって外務省の政策について勉強したり、現役職員の先輩に就職相談をしたり。とても役に立ちました。官庁訪問直前にはみんなで面接練習もしましたね。内定者の中には、そこで知り合った友人もいます(笑)

Iさん

実は、私も他大学ですが参加していました！加えて、関西圏の京僚会に参加していました！通っていた大学にはこういったコミュニティが無かったので、情報を得たり、官庁訪問に向けた対策をする非常に貴重な場所でした。

Kさん

私も外務省ではないですが、併願した経済産業省の対策についてはDAWNの直前期の対策会に参加させていただいていました！面接カードのブラッシュアップや面接練習ができ、とても役立っていました！

司会

DAWNと京僚会は多くの大学、院問わず参加できるんですね！周りに公務員志望の方が少ない場合は情報収集で苦労された点もあるかと思いますが、他にはどのように対策されたんですか？(注)

Kさん

私は文学部所属のため、周囲に官僚を目指そうなんて人はほぼいない状態でした(笑)。私は参加していなかったですが、大学自体には一定数志望者がいるため、有志の内定者の方々が2次試験や官庁訪問に向けた対策会、座談会などが開かれていたようです！

Wさん

僕も学部時代に通ってた大学(ICU)が小規模だったこともあり、僕の知る限り同級生には官僚志望が一人もいませんでした(笑)。なので、学部時代は国際政治の先生に頼んで、どうか大学OBの外交官に繋げてもらい、相談させていただきました。今考えたら、大学の進路相談室などを利用していても良かったですね。

Iさん

私は、学生時代も卒業後も地方在住だったので、外務省の説明会には全てオンラインで参加していました。OBOGなど縦の繋がりが全くなかったのも、名古屋で行われた外務省のイベントに登壇されていた職員の方に、直接職員訪問をお願いしたこともありました(笑)

(注) 東大の対策会は年毎に他大学の受け入れを判断しているため、年毎の確認を推奨します。

司会

ありがとうございます！ここからはそれぞれ深掘りさせていただきます！
まずは、Kさん！学部では国際政治や国際関係を専門とされていない中で、どうやって外務省の志望に至ったのでしょうか？

Kさん

そもそも国家総合職を目指すこと自体が私の学部からはレアだった印象です。私は10ヶ月間ほど交換留学に行かせていただいた経験から、日本社会と直結する仕事がしたいという思いが強くなり、中央省庁を目指し始めました。日本と国際社会をつなぐ架け橋となれる分野に携わりたいと感じるようになり、外務省を中心に国際的な業務を所掌する省庁を幅広く見ていたのですが、様々なイベントや官庁訪問を経て最終的に外務省に決めました！

司会

Kさんありがとう！レアな環境の中、自分の志望軸を大事にしたんですね！
次に留学もしていたWさん！院生ということで研究との両立も難しかったと思います。大卒区分で受験されたのも気になる！どのように外務省を志望されたり、時間をやりくりされたんですか？

Wさん

もともとは国連志望でしたが、3年時の授業で国際政治が外交官一人一人の人間関係や駆け引きによって成り立っていることに魅力を感じ、外務省を志しました。米国へ留学し、日本人としてのアイデンティティが強まったことも大きかったです。修論は、履修や研究計画を工夫して官庁訪問に集中できるようにしました。周りも夏休みからギアを上げてました(笑)。民間就活のため試験は大卒区分で修士1年時に受けました！

司会

Wさんありがとう！ギア上げての対策かっこいい！お二人とも留学を経て国際的な業務に関心を持たれたんですね。ところでIさんは留学されていない中で、志望にあたって苦労された点がありましたか？

Iさん

私自身は、長期留学経験がなく、提出した語学のスコアも高くなかったもので、自分の強みはなんだろうかというところは常々考えていました。ただ、外務省では入省後に語学研修の機会があるので、留学経験が無いことを悲観的に捉えず、それ以外の面で自分らしさを出していくことが大事だと思う！

司会

そうなんだ！留学してない人も内定者に多くいますよね！大事なことは自分なりの志望動機を練ることだね！他に地方大学出身ならではの工夫された点がありますか？

Iさん

私は、周りに国家総合職そして外務省志望の学生がほとんどいなかったもので、モチベーションを維持するのに苦労しました。既卒で内定0という崖っぷちだったからこそ、他の選択肢に流されそうな瞬間もありましたが、そんな時は自分の原体験や志した理由に立ち返っていました。

司会

なるほど！色々な工夫を皆さんされたんですね！ありがとうございました！
最後に、読んでくださった方々にメッセージがあればお願いします！

Kさん

大学の学部関係なく、外務省が所掌する分野に興味と関心があれば誰でもチャレンジができる場であることを知ってもらえたら嬉しいです！就職活動は悩む場面が多々あると思いますが、誰かの意見に流されることなく、最後は自分の心に正直に、自分の意思で進路選択をすることを大事に取り組んでももらえたらと思います！

Iさん

地方大学の方は、対面での参加が難しかったり、情報格差に苦労する瞬間もあるかと思いますが、そこに一喜一憂せず、そして変な噂に惑わされず、自分らしさを追求することで自然と結果もついてくると思います！皆さんの挑戦を応援しています！

Wさん

内定者の中で院卒は少数派ですが、僕はとても良かったと思ってます！将来について考える時間ができましたし、何より自分の興味を追求できるのは幸せです(笑)。大卒か院卒かは全く関係ないので、ぜひ工夫して就活頑張ってください！応援してます！



採用担当者 インタビュー

大臣官房 人事課課長補佐 小島一真

注：趣味でたまに歌ってます

ここでは、外務省 大臣官房人事課の課長補佐（総合職採用担当）である小島一真さんへの特別インタビューをお届けします。外務省で働くうえで求められる資質や心構えといった皆さんが気になるテーマに加え、仕事を通じて得られた経験や考え方についても率直に語っていただきました。

小島さんが日々の業務で意識していることや、これまでのキャリアの中で最も印象に残っている出来事についての回答からは、外交官という職業の醍醐味や奥深さを感じ取ることができるでしょう。なかでも、「外交官の仕事とは、自分が成長していく過程であり、同時に自分自身のストーリーを紡ぎ上げていくひとつの生き様だ」という言葉は特に印象的です。

さらに、在外研修（留学）や研修言語の仕組みといった入省後のキャリア形成に関わる内容についてもお話を伺いました。本インタビューを通じて、外務省で働く将来像をより具体的に思い描くことができるはずです。

そして、ワークライフバランスについても、実際の9年間の経験から率直な意見を伺うことができました。

また、最後のメッセージの中の「悩めば悩むほど、実は自分が思っている以上に自分にとっての真の正解に近づいている」とのお言葉は、まさにこれから外務省を志す人々にとって大きな励みになるはずです。

「仕事を始めた一年目から、 キャリアを築き上げて退官するその日まで、 好奇心を持って学び続け、成長できる」

外務省 大臣官房人事課 課長補佐
総合職採用担当 小島一真

仕事の魅力

私がパッと思いつくのは、好奇心を持って仕事を始めた一年目の事務官から、キャリアを築き上げて退官するその日まで、学び続けて成長できる点ですね。

外務省の仕事は一見すると抽象的ですけど、国際社会を舞台に日本の国益をどう実現するかを考えた時に、国内の課題はさることながら世界の情勢そのものについて高いアンテナを張り、表層的な理解だけではなく広くかつそれぞれの分野について深く、互いの分野の関連性などを見極めながら、日本の外交上の舵取りをするということが求められる、そういう仕事なんです。語学もそうですけど、国・地域・文化、他にも特定の国に縛られないような世界全体にまたがるようなテーマ——経済や安全保障や国際協力——について、常に置かれた先々の部署で1から学び直す。これ自体はすごく大変なことですけど、言い換えれば、様々なものをバックボーンに学び続けて成長し続けることができる。

これは「労働に対して対価を得る仕事」ということの範疇を超えて、自分が成長していく、かつ自分のストーリーを紡ぎ上げていく**ひとつの生き様、プロセス**なのかなと思っています。こういう意味で、外交官という仕事は、他ではなかなか見ることができない醍醐味と面白さがあるんじゃないかなと思いますね。

仕事で意識していること

当たり前のことに聞こえると思うんですが、物事を定義したり、背景事情を説明した上で相手に伝えるということは、常に意識しています。皆さんも、たまに大学の授業や誰かの話が面白くなかったり、理解できないと感じる場面は多いんじゃないかと思います。行政官になって尚のこと大事だと思うようになったのは、どんな分野のことをどんな聴衆に対して話をするにせよ、相手がそのことについてまだ何も知らない更地の状態で聞いていることを可能性として念頭に置いた上で、いかに相手に対して**わかりやすくかつコンサイスに**物事を説明するか、ということです。採用担当として、外交とはどんな仕事でどういう所掌業務があるかを話す上では、特に意識しなければならないことなんじゃないかと思うんです。ある程度詳しい人であれば前提説明がなくてもパッと理解できることもあると思いますが、学生の皆さんに外交を正確に理解してもらいたいと思っています。

採用活動の範疇を超えてさらに申し上げれば、行政官として国民に対して、日本の政策がどういうものから構成されていて、政府は今どういう取り組みをしているか、ということを幅広い様々な人に対して**わかりやすく伝える**にあたっては、やはり言葉を定義したり背景を丁寧に説明したりすることは、決して軽視してはいけないプロセスです。

説明会などで学生の皆さんとお話する時には、こういったことを欠かさず、できるだけ相手にしっかり丁寧に伝わるように心がけようと思っています。



2022年8月
フランス語の国際放送ネットワーク
「TV 5 Monde」の夜のニュース番組の
インタビューに応じる様子

■ 今までの仕事で最も印象に残っていること

初めての在外勤務だったパリの大使館から帰ってきて最初の仕事で、地球規模課題総括課という部署で半年くらい応援で勤務をしていた時のことです。

任されていた仕事は2つあって、一つはG7広島サミットのコミュニケの文言交渉。こちらは実は、開発課題で決定的な対立軸があったわけではなかったのですが、すごく苦労したというわけではなかったのですが、さほど苦労することなく、文言をまとめ上げることができました。

むしろ大変だったのは、**経済社会理事会(ECOSOC)の理事国選挙の選挙対策**班長の業務でした。これは、国際機関選挙の選挙対策の仕事を通じて日本のマルチ外交での立ち位置を垣間見ることができた、貴重な経験になりました。経済社会理事会は安全保障理事会と並ぶ国連の中の主要機関の一つで、SDGsなどの開発課題を国際社会全体で足並みを揃えてどのように解決するかを考える会議体です。日本は1980年代から40年以上に渡って理事国を務めてきて、ちょうど私が帰ってきた2023年に当時の任期が切れようとしていました。次の3年、2024年から2026年までの間の任期を更新するための選挙が回ってきたんです。

日本はODAなどの国際協力における豊富な実績と国際的な信用の高さもあって、これまでは立候補すると対抗馬は出ず、基本的に手を挙げればそのまま信任されるのが通例でした。ところが、2023年は改選議席が3つしかなかったのに対して、日本以外にネパール・パキスタン・カザフスタン・イラクの4か国、いずれもいわゆるグローバルサウスと呼ばれる新興国・途上国でした。日本はこの選挙で再選はできたんですが、票を積み上げるのに思いのほか苦労した部分がありました。

この選挙経験を通じて痛感した問題意識としては、これまで日本は国際社会の中で主要国として議論をリードする、規範や価値観を打ち出すという外交上の力があり、今も私はその信用や力の源泉は決して毀損しているとは思いません。他方で間違いなく言えるのは、新興国が国際場裡により積極的に出ていこうとしているということは、言い換えれば**日本の発信力は相対化**している。より具体的に言えば、段々小さくなってきている。そういうフェーズに少しずつ入ってきてるんじゃないかなということです。

この内定者ノートを読んでいる皆さんがこれから外務省に入るとして、仮に2050年を節目とすれば、恐らく省内で管理職、課長や室長になり始めるぐらいの年次だと思うんですが、

そのとき国際社会をリードしている主要国や、より大きな発言力・発信力を持っている国々が、今の国際政治を取り巻く顔ぶれとは

打って変わって、大きく塗り替えられている世界になっている

と思います。こうした世界の中で日本がどのように今ある国際社会での地位を守り、向上させるか、外交上の発信力を減退させず推進するか、本当に今から必死に真剣に考えていかないと、日本は国際社会の中で埋もれてしまう。選挙対策班長は半年弱と短かったものの、こうした国際情勢に対する強い危機感を抱き、これからの日本外交のあるべき姿を真剣に考えさせられた大きな転換点というか、wake-up call だったと思います。

■ 在外研修(留学)や研修言語の大まかな仕組みについて

在外研修は、我々外交官が外国に赴任する際の基礎体力を養う大事な期間です。特定の言語を外務省から番号的に割り当てられた後、2年、一部の言語によっては3年、その言葉が主に話されている国に留学をする形で言語を学び、加えてその国・地域の文化、政治、生活そのものを体で吸収し、学んで帰ってきます。

制度的には、**国連公用語である英語、フランス語、スペイン語、アラビア語、中国語、ロシア語に加え、ドイツ語や朝鮮語、今年はインドネシア語も加わっていて、特にこれからの日本を取り巻く国際社会の中で関係性を強化していかないといけない国・地域も念頭に置かれた言語**が主な選択肢として含まれます。多分皆さんが気にするのは、ではどうやって各自の言語が決まるか、だと思うんですが、これは一概には言えず、皆さんの強みや関心事項にも沿って色々と総合的に検討しているというのが率直かつ正直な答えです。**外交官としてやはり大事なのは、いかに言葉という武器をうまく使いこなせるか、かつ、武器の数を増やすか**だと思います。例えば、特定の言語を学んだ実績があったり既にある程度得意だという人に関して、視野を広げる観点からもう一つ別の言語を学んでいただくというのはいくらでもあります。社会人になると、2年・3年のまとまった期間、語学を学ぶためだけに時間を割くことは難しいため最後のチャンスになるかもしれない中で、もう一つの武器を増やしてもらうということです。あるいは既にある程度学んでいるけれども、さらに武器として磨きをかける必要がある・伸びしろがある場合は、我々外交官は交渉や通訳を求められている以上、その力を伸ばす観点からもう一度その言語を学んでもらうということも、皆さんの研修言語を決める際の考え方の一つです。



ブルターニュ地方で野生の牡蠣漁に勤しむ様子（2021年、12月）

在外研修中の思い出

私はフランス語研修で、在外研修中にフランス国立行政学院（通称ENA）*というフランスの国家公務員が通う学校に1年留学をしました。コロナを挟む時期でしたが、幸いにして、学校のカリキュラムで目玉となっている地方県庁のインターンシップはちょうどコロナが流行する前にできたので、**フランスの地方を3ヶ月じっくり見るという機会に恵まれました**。私はスイスとの国境に近いブルゴーニュ・フランシュ・コンテ地方のドゥー県(Doubs)の県庁所在地のブザンソン(Besançon)という町で、そこの行政府のトップである地方長官——フランス語だと「プレフェ(Préfet)」って言うんですが——プレフェの筆頭アシスタントといういわば抱持ちとして3ヶ月お仕えし、実際に自分で県内を色々見て回りながら地方行政の実態を踏まえた政策提言を行いました。Doubs県は日本では言えば北海道の十勝と長野県の諏訪を足して2で割ったような場所で、酪農と精密機械工業が盛んで自然が豊かな地域です。干ばつで牧草不足にあえぐ農家の悩みを聞いたり、一度はクォーツ時計の普及で衰退したフランスの時計産業を復活させ、メイド・イン・フランスの時計をどのように作るかという産業振興戦略を考えるハッカソンを企画したり…。フランスの国家公務員になったつもりで自由に政策立案させてもらいました。

この地方県庁インターンシップで得た大きな学びは主に2つあります。1つは、行政課題は現場にあり、自分の足で赴き、目と耳で確かめることの重要性です。私は日本の外交官ですが、**フランスの国家公務員、その時は内務官僚になったつもりで、他国の行政・国内課題について極めて大きな裁量を持って、実際に人と会って現場を見ながら政策を動かすという経験**が、とにかく刺激的で面白かった。外交においても、オフィスで画面に向き合うのではなく、任国や交渉相手の懐に飛び込むことで初めてことが動くという点で外務官僚、外交官としての大事な心構えをこの機会に学びました。

もう1つは、これも言われてみれば当たり前かもしれませんが、フランスは複数の国と国境を接していて、自治体も車で30分でも走ればすぐ隣の国に渡れる、日本では見ることもない外国との地理的近接性があります。ですから、国際課題とか外交上の懸案に発展しかねないような問題について、**地方の自治体レベルでも国際感覚**というか、そういったものに対してのアンテナの張り方が高いんです。日本って地理的に他国と近接はしているものの、どうしても海に囲まれているので、やっぱり国内と国外に対する区別の意識が相対的に強い。一方で陸続きで複数の国と国境を接しているヨーロッパでは、そうした意識が相対的に希薄です。むしろそれによって、国際課題やいわゆる外交という言葉に絡みつけられるような課題を、中央省庁の外務省に単に丸ごと預けてしまうのではなくて、日々、自治体の町・村レベルから県庁レベルでも、**「自分たちが普段見ている守備範囲の地域が常に何らかの形で国際交流や外交と結びついていること」を地元レベルでもちゃんと考えている**んだなっていうのは、一日本人として少し新鮮な比較ができたなというか、意外な気づきでした。

*現在は廃校となり、国立公務学院（通称INSP）に代替されている

ワークライフバランス

外務省の組織を強化する、これからの外交を支える仲間を探すということに加えて、一緒に加わってくれた仲間の一人ひとりが、どのように各人のライフステージを踏まえながら存分に力を発揮して活躍できるか、そのための環境と制度づくりをすることも、私がいる人事課が担っている大事な仕事です。

自分も外務省に入って9年ほど経って、まだまだ色々霞が関の働き方とか、諸制度の改善・拡充は進めなきゃいけない部分が多々あるなと思うんですけど。ただ、この9年の間だけ見ても、色々な側面から外務省の働き方や職場環境はいい方向に好転してるんじゃないかなというふうに感じます。

どうしても外交は他律的な仕事にもなりますし、国外で起きた様々な事案に対してどのように機動的に対応するかを考えると、時間や効率だけを最優先できず、場合によっては瞬間風速の高い仕事と向き合わなければならない場面はあります。ただ、そういった期間があった分、仕事が一定程度**落ち着いたらしっかりリフレッシュしたり、休めなかった分はしっかり取り戻したり**できます。

先ほど申し上げたライフステージについても、皆さんが家庭を持ったり、お子さんを育てるということになった時、男性職員も女性職員も皆等しく必要に応じて育休とか産休を取るといった**制度の充実はもちろん、そういったことを簡単に言いやすい職場の空気**っていうのも、外務省は霞が関の中でもかなり浸透しています。そういったポジティブな面は色々あるんじゃないかなと思いますね。

外務省で働く上で必要な資質や要素

素質というよりはマインドセットになるかなと思います。一番最初にお尋ねいただいた外交官の魅力にも重なりますが、私は**好奇心を持ち続けるということ**が、外交において最も大事だと常々思っています。

好奇心って単語自体はなんだかすごく陳腐で、小学校の道徳の教科書の一節から引用したかのように聞こえてしまうかもしれませんが（笑）。外交とは、国際社会を舞台にあらゆる形の日本の国益を実現することが求められている以上、幅広い地域と分野と様々な領域について、広く深く学ばないといけない。そういう意味では、**外交官は食わず嫌いが許されない仕事**です。

外交官として自分の力を最大限発揮する、ないしは外交官としての生き様を追求するにあたって、どうすれば一番自分が納得して幸せな形でそれを実現できるかを考えると——**どんな分野・どんな地域のことを任されても、はたまたその職場が日本国内でも、どんな国・地域になったとしても、貪欲に自分が置かれた先々のことについて学んで、それを次にどう生かそうと考えられるか。そういう意味での好奇心を、入省してから退官するまでいかに持ち続けられるか、**こうした心構えがとても大切だと思います。

■ 学生のうちに経験すべきこと、入省後に役立ったこと

就活を念頭に置いたものでは必ずしもありませんが、あえて挙げるとすれば、2つあると思います。

これも皆さんは様々な場面でよく耳にする、もしかしたらありふれたアドバイスかもしれませんが、**語学**はぜひ時間のある学生生活の間にじっくり学ぶ機会を持てていただきたいと思います。ここでいう語学とは、単に文法や単語の綴りを覚えるとかではなくて、**言語を生き物として使いこなせるようになる**ということ。それを母語とする人たちと会話ができるようになる水準まで、何語でもいいので、学んでほしいなと思うんです。

これは外務省に入ろうが入るまいが関係なく、皆さんの人生を豊かにする上で大事なことだと思います。日本人は総じて語学学習には真面目に取り組んでおり、最近では小学生から英語教育も導入されていますが、長い年月を費やした割には、特に話すことに対して苦手意識をもっと人は少なくない。他のアジアの国と比べても、英語一つとっても語学の平均的な試験の比較をすると、どうしても日本の方が少し劣ってる部分はまだあるかなと思います。私なりに色々となんでなんだろうと考えるんですが、一つはやはり語学って、参考書を開いてハイライトで色分けしたり、矢印を引っ張って文法を学んでこと以上に、コミュニケーションをする上での一つのツールなので。どういう言葉遣い・どういう発音の仕方が相手に伝わるのか、どの言葉遣いが一番文脈に沿ってるかってことを**実践しながら、試行錯誤してミスを恐れずに話さない**と**語学ってやっぱり上手になれない**と思うんですよね。特に大学生の皆さんは、何か受験を意識して、例えば英語で何点取らなきゃいけないとか、共通テストで何点以上取らなきゃいけないっていう定量化された目標は別にないので、英語でも自分が純粋に興味を持った第二外国語でも何でもいいんですけど、ぜひ自分に合う形での勉強法を見つけて**言葉を「テスト」にとらわれずに、使えるような形で学ぶ**ということを実践してほしいです。

二つ目は、ぜひ**日本国内のこともよく知ってほしい**なと思います。これは私自身の反省でもあります。自分は東京出身で、人生のほとんどを東京で過ごしてきたため、恥ずかしながら日本の地方や首都圏の外のことをあまり知らなくて。それを強く感じたのが在外研修でフランスに行った時です。私は大学の時の交換留学を含めてフランスに約6年滞在しましたが、首都のパリで過ごしたのはわずか1年半ぐらいで、残りの期間はずっとフランスの地方にいました。**フランスの地方にいたからこそ、国土の豊かさや、風土の多様性みたいなものを見ることができフランスという国のことをよく理解できた**なという実感が、私は持てたんです。翻って今度は日本に帰ってきて強く感じたのは、私は日本の外交官であって、日本の国内のこともしっかりと国外の人に説明できるようにならないといけない。そうした時に、首都圏以外のことには疎い自分は、語れるものがすごく少ないなと思ったんです。就活が一巡してからでも十分時間は取れると思うので、ぜひ学生の間に自分がこれまで生まれ育った町とはちょっと違うエリアとか、自分がまだ行ったことのないところに足を運んで、**自分が住まう日本とはどういう国なのかについても、ぜひ理解を深めて見聞を広めてほしい**なと思いますね。

■ 外務省を目指す学生にメッセージ

これから就職活動をされる皆さんは、思い悩んだり、自分の人生を何に懸けるかということについて戸惑いを感じるものが色々あると思います。それは至って自然なことですし、**悩めば悩むほど、実は自分が思っている以上に自分にとっての真の正解に近づいている**と思うので、そのプロセスを辛いと片付けるのではなくて、ぜひそのプロセスを楽しみながら、自分の進路っていうのを決めてほしいなと思います。

これまでの質疑の中でもお答えしましたが、外務省は、とにかく入省してから外務省を退官するまでに成長の機会というのが常にたくさん転がっています。

自分自身の成長を実現しながら

"日本という看板を背負って人の役に立ちたい"

"国際社会で日本の国益をしっかりと実現したい"

という気概を持った人にぜひ門戸を叩いてほしい。

**そういった世界に琴線が触れるのなら、
堂々と挑戦してください！**



最後に

内定者一同より

楽しむことが一番です。楽しみながら
後悔の無い選択をしてください！
応援してます！！

外交官になることは自分の運命だと思って外務省を志望していました。それでも4月あたりから不安でかなり辛かったですが、そんなときは自分が外務省で働く妄想をしていました。想像できることは現実になると信じて頑張りました！応援しています。

情報格差、試験の順位、準備の量など不安になることもあるかと思います。大丈夫。みんな不安です。何故自分なのか、原点の思いを大切に、ひたむきに考え続けましょう！

憧れるのをやめましょう(2023, WBC, 大谷翔平) 憧れを捨て、「自分なら絶対に受かる」と大きな期待を胸に、強気で臨みましょう。そして、そんな風に思えるよう、小さな努力を積み重ねていきましょう！心から応援しています！

一度きりの大切な職業人生を、あなたは何に捧げたいですか。平和な日本を守り抜き、より良い世界を創りたいという、素朴な想いはありますか。国際社会が歴史的な転換点にあると言われるこの時代に、国運を左右する外交に、あえて自分ごととして責任を負いたいと思いますか。

もしこれらの問いに心が動くなら、自らの初心を大切に、ぜひ外務省の門を叩いてほしいです。

私が官庁訪問で出会った外務省員の先輩方は、このノートを共に作った同期たちは、青い情熱を持ち、自らの志を銜いもなく語る、本当に素敵な方々です。

この文を読んでもくれたあなたと、いつか共に世界史を描く最前線に立てる日を夢見て、少しでも先に外務省で待っています。

“Connection & Authenticity”

私が推している英国外交官の座右の銘です。官庁訪問においても、人との繋がりに感謝しながら、自分にしか出せない味を以て、挑んでみてください。そうすれば、自ずと外交への道は開かれると確信しています。頑張ってください！

*Thank you
for reading*

総合職採用関連
イベントカレンダー
↓



総合職内定者ノート
2025年度内定者一同

公式SNSも
要チェック

Facebook



X



Instagram

