

ひと、くらし、
みらいのために

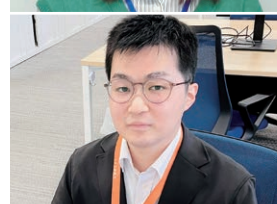
 厚生労働省 東北厚生局

2026年度 採用案内



 厚生労働省
東北厚生局

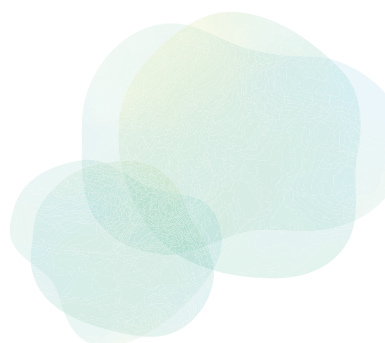
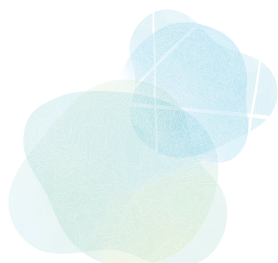
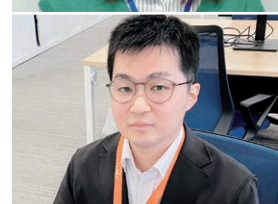
Tohoku Regional Bureau of Health and Welfare
Recruitment Guide 2026





Contents

人事担当者からのメッセージ	1
若手職員へインタビュー	2
先輩職員からのメッセージ	4
若手職員座談会	8
勤務環境について	10
東北厚生局の組織図	11
Q&A	12
先輩職員からの 官庁訪問時のアドバイス	13



人事担当者からのメッセージ

ひと、くらし、
みらいのために

厚生労働省では、国民のみなさまが、希望を持って生活できるよう医療、介護、福祉などの国民一人ひとりの生活に密接に関わり、すべてのライフステージで国民の皆様の暮らしをサポートしています。

少子・高齢化が進む中、社会保障制度を担う厚生行政は、私たちの暮らしを支えるために無くてはならないものです。

具体的には、地域において安心して医療サービスを受けられるよう保険医療機関・保険薬局に対する指導監査等の事務、年金給付の裁定等に対する不服申し立てについての審査業務、さらに、地域包括ケアシステムの構築に向けた都道府県を通じた市町村支援業務など、国民のみなさまが「安心して暮らせる社会」に大きく関係する業務です。

地方厚生（支）局は、地域の皆さんの身近なところで、こうした社会保障制度を担う組織です。東北厚生局もその一つであり、東北6県における政策実施機関と位置付けられています。

私たち東北厚生局の仕事は、社会保障制度の政策実施機関として、国民生活を支えていく大きな責任を伴う重要な仕事です。

東北6県を舞台に、国民生活の現在と未来を支えていく意欲のある若い皆さんをお待ちしています。

合言葉は、「ひと、くらし、みらいのために」です。ぜひ、一緒に働きましょう。

まずは、パンフレットを手にとって、先輩方の活躍ぶりをご覧ください！！

厚生労働省 東北厚生局
総務課長 大谷 剛志

若手 職員へインタビュー

01

総務部門
企画調整課
一般職員



Q 東北厚生局に決めた理由を教えてください

私は東北出身で、地元で働きながら公務員として医療に関わる仕事がしたいという思いがありました。元々医療に関心があり、大学では生命科学を専攻していましたが、業務説明会で「医療機関での自己負担が3割で済むのは制度によるものであり、それを厚生局が支えている」と伺い、それまで当たり前感じていた制度が多くの人に支えられていることを知り、大きな驚きとともに興味を持ちました。生活に身近な制度を支える厚生行政の仕事に魅力を感じ、ここで働きたいという思いが強まりました。配属先にかかわらず厚生行政に関わることができることや、座談会で感じた職場の雰囲気の良さに惹かれ、入局を決めました。

Q 採用後を振り返ってみて

入局当初は、業務の進め方も社会人としての基本も分からず、一つひとつの業務に不安を感じる日々が続いていました。そんな中、充実した研修に加え、上司や先輩方からメールの作成や電話応対といった基礎的なことまで丁寧に指導いただき、少しずつ仕事に慣れることができました。

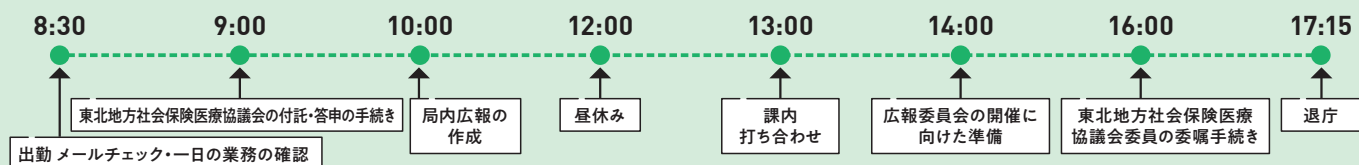
た。企画調整課という課の特性上、局内の他の課所室の方々とかかわる機会が多かったのですが、どの課所室の方も温かく接してくださり、調整が難しい案件に取り組む際には上司が同席して支えてくださるなど、安心して様々な経験を積むことができました。なかなか経験できないSNSの運営なども担当しており、楽しく仕事をさせていただいています。

Q 職場の雰囲気はどのようにですか？

職場の雰囲気はとても良く、働きやすさを実感しています。分からないことや不安なことがあっても相談しやすく、上司や先輩方がその都度丁寧にアドバイスをくださるため、一人で抱え込むことなく、安心して仕事に取り組むことができる環境です。

また、月に1回の休暇取得が推奨されており、入局してから毎月欠かさず休暇を取得することができています。職場全体として休暇を取りやすい仕組みが整っており、夏季休暇に年次休暇を組み合わせると1週間程度のまとまった休みを取得することも可能です。ワークライフバランスを大切にしながら、メリハリをつけて仕事ができる点も魅力だと感じています。

ある1日のスケジュール



02

総務部門
年金管理課
一般職員



Q 東北厚生局に決めた理由を教えてください

もともと、国という大きな枠組みだけではなく、地域に密着した業務まで幅広く携わることができる点や、専門的な分野において持続的な関わり方ができる点から、国家公務員の業務に魅力を感じていました。その中で、東北厚生局の業務説明会に参加し、大学時代の経験や自分自身の強みを活かしながら、医療の安全性確保や質の向上、地域医療構想の達成に寄与したいと考えようになりました。さらに、座談会で職員の方々と直接お話をした際に、責任感とやりがいをもって業務に向き合う姿勢や温かい人柄に触れたことで、東北厚生局の一員として厚生行政に貢献し、国民生活の現在と未来を支えていきたいという思いがより明確になったからです。

Q 採用後を振り返ってみて

振り返ってみると、学びの多い非常に充実した1年でした。年金に関する知識が乏しく、業務に難しさを感じることもありました。複雑な法令や制度について丁寧に指導くださる上司の存在や、定期的に開催される課内勉強会への参加を通して、日々成長を実感しながら業務に当たることができたと感じ

ています。年金管理課では、市町村へ交付する交付金に関する業務を担当しており、市町村への書類の提出依頼や厚生労働省本省への報告業務などを行っています。実際に市町村へ赴き、審査業務を行う機会もありました。一つ一つの業務に責任感と正確性が求められるからこそ、無事に業務をやり遂げられたときの達成感は大きく、やりがいに繋がっていると感じています。

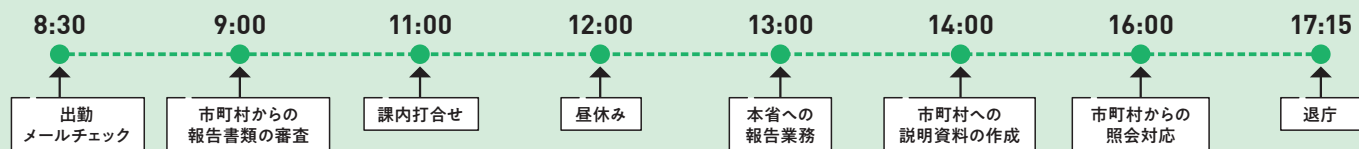
Q 職場の雰囲気はどのようにですか？

優しい方が多く、穏やかな雰囲気の職場だと感じています。落ち着いた環境の中で集中して業務を進められるとともに、小さなことでも相談しやすく、アドバイスをいただきながら着実に成長できる環境が整っていると思います。

採用1年目にはメンター制度があり、年齢の近い先輩職員とコミュニケーションを取る機会が設けられているため、1人で抱え込むことなく安心して働くことができました。

また、月1日以上休暇取得が推奨されており、上司からも声をかけていただくことが多いため、自分の予定に合わせて休暇を取得しやすい職場だと思います。私生活も大切に行うため、心身のリフレッシュを図りながらメリハリをつけて働くことができています。

ある1日のスケジュール



03

健康福祉部 地域包括ケア推進課 一般職員



Q 東北厚生局に決めた理由を教えてください

人々の生活に密接に関わる医療・年金・介護などの業務に携わることができるからです。特に厚生局では、間接的にはありますが、東北管内のより多くの地域住民の皆様に対して、貢献することができる点も大きな魅力だと思います。

また、面接の際、面接官の方がこちらのことをよく知ろうとしてくださっているのが伝わり、そこから働きやすい、風通しの良い職場だと直感的に思ったことも理由の一つです。入局して1年経ちましたが、今でもその時の印象は間違っていないかと思っています。

Q 採用後を振り返ってみて

この1年間は、非常に多くの貴重な経験をさせていただきました。メイン業務は補助金等の審査業務を担当しました。お金を扱う業務のため、ミスがないように上司と常に相談しながら取り組んでいました。また、市町村からの疑義照会対応も経験し、介護保険制度についても少しずつ知識を身に付けることができました。

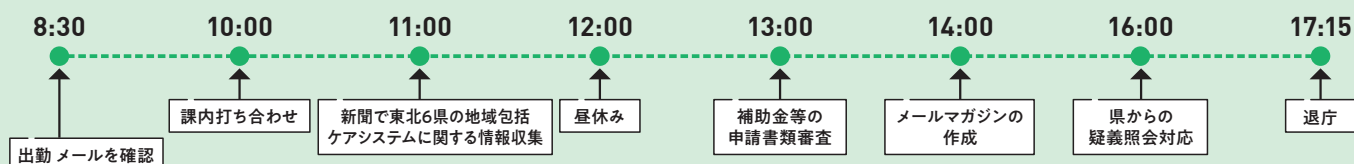
さらに、市町村への伴走支援にも参加し、実際に「通いの場(サロン)」の見学や、市町村の持つ課題に対して多くの関係者と共に解決策を導き出していくという現場に近い視点で学ぶことができ、貴重な経験を積むことができました。

Q 職場の雰囲気はhowですか？

年次休暇を取得するように上司から声かけをしていただけるため休暇をとりやすく、テレワークもできるので、プライベートとの両立をしやすい職場だと思います。また、今年度から15分単位でも休暇を使えるようになったため、より休みやすい環境になったと思います。

また、地域包括ケア推進課は市町村や病院からの出向職員や市町村出向経験がある職員など現場を知っている方が多いです。そのため、普段の業務では知ることのできない現場感を知ることができ、自分の業務がどこにどのように繋がっているのかを知ることができるため、やりがいにも繋がると思います。

ある1日のスケジュール



04

指導部門 山形事務所 一般職員



Q 東北厚生局に決めた理由を教えてください

東北厚生局は医療福祉分野に関連する国の施策を実行する機関です。公務員になるからには、人々の暮らしの向上に繋がりがやすい分野で働きたいと考えていたため、医療福祉という国民生活には必要不可欠な領域に携わることができる東北厚生局に決めさせていただきました。

Q 採用後を振り返ってみて

1～2年目は、健康福祉課で自治体に交付する補助金業務を担当しました。補助金の審査等、入局当初から裁量の大きい業務を経験することができたと思います。3年目は山形事務所に異動し、医療機関等からの申請書・届出書などの確認や疑義照会への対応を担当しております。事務所は本局と比較すると少人数で業務を行う必要があるため、職員同士の連携が求められ、また、医療機関の職員の方など、対外的なやりとりも多い部署で

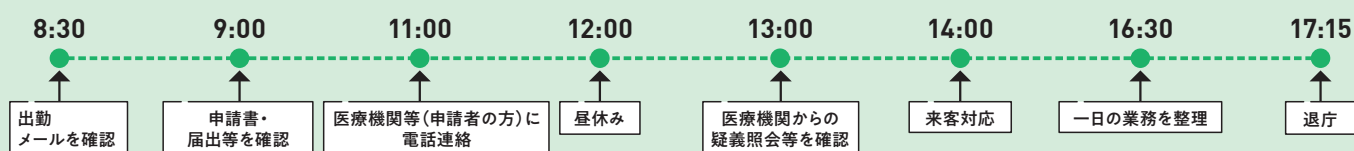
あることから、改めて社会人としての心構えを学ぶ日々です。

厚生局は医療福祉の分野がメインですので、同期や同世代の人と業務内容が共通することも多く、横のつながりで協力し合って仕事ができるこの職場で働くことができ良かったと感じています。

Q 職場の雰囲気はhowですか？

各県事務所は、本局に比べると比較的小規模な体制なので、上司にもよりダイレクトに相談しやすい環境だと感じています。また、残業などが多くなれば、お声がけしていただいたり、業務量が多くなればフォローに回っていただいたりなど、上司・同僚の皆さんも親身に接していただけます。一致団結して物事に取り組む雰囲気がある、とてもフランクな働きやすい職場だと思います。写真の笑顔は本物です。

ある1日のスケジュール



先輩職員からのメッセージ

01



総務部門 会計課 経理第一係長

PROFILE

平成28年 年金管理課
平成30年 福島事務所
平成31年 岩手事務所
令和3年 青森事務所
令和6年 総務課
令和8年 現職

● 現在の業務内容

私が所属する会計課は、令和8年度に設置された東北厚生局の中で一番新しい課です。会計課では、予算の執行管理に関すること、決算に関すること、契約に関すること、国有財産の管理営繕・売却業務を行っています。購入した物品の管理や、職員の出張に係る旅費の申請審査・支給について対応しています。

私は、その中でも予算の執行管理と契約業務を主に担当しています。

東北厚生局内の予算は年度の初めに厚生労働省本省から示されますので、年度の支払額が予算の範囲内に収まるよう局内の予算執行状況の確認を行うほか、次年度の予算要求額の算出や当年度の執行状況に係る報告を本省へ行っています。

また契約についても、入札業務を中心に、各課において要望のあった内容について契約書の内容確認等に対応しています。

● 皆さんへメッセージ

会計課は職務上国民の皆様と密接にかかわる部署ではありませんが、一方で、東北厚生局で働く方々とのかかわりが深い部署です。

他部署の職員に対しては、こちらから作業のお願い等をさせていただくことも多くありますが、それらにご協力いただき、また、より良い内容となるようお知恵を貸していただける優しさに触れるたびに、そういった職員の姿勢が東北厚生局の魅力の一つであり、東北厚生局全体の働きやすさにも繋がっていると感じます。

多くの選択肢から志望先を決めるのは大変難しいことだと思いますが、本内容が少しでも参考となりましたら幸いです。

会計課の業務内容につきましては、
スマートフォンで二次元バーコードを読み取っていただき、
WEBページをご覧ください。



健康福祉部 医事課 地域医療構想等推進専門官

PROFILE

令和4年 医事課
同年 企画調整課
令和7年 現職

● 現在の業務内容

85歳以上の高齢者の増加や人口減少がさらに進む2040年とその先を見据えた医療提供体制のビジョンが「新たな地域医療構想」と呼ばれています。

この構想を進めるため、都道府県の方との意見交換の場を設けるなどして得た情報を厚生労働省本省と共有し、国と都道府県との円滑な連携を図っているほか、地域医療構想を主体的に進める都道府県に対して様々な支援をしています。

地域の実情に寄り添い、一人ひとりの暮らしを支える持続可能な医療提供体制づくりに取り組んでいます。

● 皆さんへメッセージ

就職する前は、「自分にできるだろうか」「この選択でいいのだろうか」と不安になることも多いと思います。私自身も同じように悩みながら社会に出ました。

東北厚生局には、周囲に相談しながら少しずつ仕事を覚え、成長していける環境があります。最初は戸惑うこともあると思いますが、少しずつ仕事の面白さが見えてきます。

皆さんの柔軟な発想とチャレンジ精神を、ぜひ東北で生かしてみませんか。一緒に働ける日を楽しみにしています。

医事課の業務内容につきましては、
スマートフォンで二次元バーコードを読み取っていただき、
WEBページをご覧ください。



▶▶ 課長補佐・係長級の職員



指導部門 医療課 業務改革推進専門官

PROFILE

平成30年 年金管理課
令和2年 秋田事務所
令和4年 総務課
令和6年 指導監査課
令和7年 医療課
令和8年 現職

● 現在の業務内容

日本では国民皆保険制度により、国民全員が何らかの公的医療保険に加入しており、医療保険制度の被保険者となっています。そのため、病気やけがをしたとき、日本中のどこでもマイナンバーカード等を持って保険医療機関へ行けば、一部負担金を支払うことにより、診察や投薬を受けることができます。このマイナンバーカード等が使えるためには、どこの医療機関でもよいというものではありません。厚生労働大臣の指定を受けた保険医療機関、保険薬局である必要があります。

厚生局指導部門では、この保険医療機関や保険薬局の指定、保険医・保険薬剤師に対する指導・監査や、届出の審査業務などを行っております。私が所属する医療課では、各県事務所等で行われている保険医療機関等(病院、医科・歯科診療所・保険薬局など)に対する指導・監査の支援や助言、各種報告等のとりまとめを行っております。

また、特定機能病院や臨床研究中核病院に対して、医療安全確保体制等の確認及び指導を行い、医療従事者及び事務職員の医療安全意識の向上を図ることを目的に立入検査を行っております。

● 皆さんへメッセージ

仕事を通して病院をはじめとした保険医療機関等の医療従事者の方と直接お話しをする機会が多く、医療関係の専門的な知識など覚えることがたくさんあります。実際に医療機関等へ赴き医療安全等の確認を行うなどのデスクワーク以外の業務もあります。それらの業務の先には実際に医療を受けている患者さんのためという目的がありますので、とてもやりがいのある業務です。

興味を持たれた方はぜひ、志望していただきたいと思います。当局と一緒に働く事を心待ちにしております。

医療課の業務内容につきましては、スマートフォンで二次元バーコードを読み取っていただき、WEBページをご覧ください。



指導部門 指導監査課 課長補佐

PROFILE

平成27年 年金審査課
平成29年 山形事務所
平成31年 保険年金課
令和3年 医療課
令和5年 山形事務所
令和7年 現職

● 現在の業務内容

指導部門では、保険医療機関・保険薬局等の指定、保険医・保険薬剤師の登録、各種申請・届出の受付及び指導・監督業務等を主に行っています。

このほかにも、柔道整復施術所、あん摩マッサージ指圧師・はり師・きゅう師及び訪問看護事業所に係る療養費に関する業務も行っています。

私が所属する「指導監査課」は宮城県を、「各県事務所」は青森県、岩手県、秋田県、山形県、福島県の各県を管轄とし、それぞれの業務を行っています。

主にデスクワークが多いですが、各保険医療機関等に向いて、適切な届出や運用がされているかを調査・確認するといった業務もしており、多岐にわたる業務に日々対応しています。

● 皆さんへメッセージ

厚生局では医療保険・年金・地域包括ケアといった私たちの生活に直結する幅広い業務を行っています。

その中でも、指導部門は、皆さんの身近にある病院、診療所、薬局と関わりを持つ業務をしています。また、指導部門の中にも医師免許、歯科医師免許をもった指導医療官がおり、そういった方々から専門的な知識を得ることもでき、とてもやりがいを感じられると思います。私もその一人です。

若手の職員も増えており、職場内のコミュニケーションもとても取りやすい職場です。東北厚生局に少しでも興味を持たれた方はぜひ志望していただけたらと思います。皆さんと一緒に仕事ができることを楽しみにしております。

指導監査課の業務内容につきましては、スマートフォンで二次元バーコードを読み取っていただき、WEBページをご覧ください。



先輩職員からのメッセージ

Message

02

▶▶ 東北厚生局から出向中の職員



子ども家庭庁成育局成育環境課
家庭支援係

PROFILE

令和5年 健康福祉課
令和6年 現職

● 現在の業務内容

私が在籍する成育環境課では児童館や学童等を所管していて、広く使われる施設・サービスを支援する課であり、それらのルール作りや事業を普及させるための活動を行っています。デスクワークだけでなく、現場視察やオンラインミーティングを通してこの事業を行っている団体や社会福祉法人、市役所の方など、現場の方たちと話す機会が多くあり、日々刺激を受けながら仕事をしています。

● 出向先の業務を通じて感じたこと

東北厚生局で行っていた事務処理(以前は、健康福祉課で保育園などの施設整備を担当していました)が、なぜ行われているのか、どのようなプロセスで意思決定がされるのかを深く考えることができるようになりました。例えば、東北厚生局で担当していた「施設整備」という業務において、「保育園で購入するカメラに対して補助を行う」というものがありました。当時は、補助金の基準を満たしているか等しか注目していませんでしたが、なぜ保育園のカメラ代を国の予算から出す必要があるのか、そのプロセスの背景には子どもの事故や性暴力があるからであり、その発見や防止のために必要である、ということまで注目できるようになりました。

● 皆さんへメッセージ

子ども家庭庁には、児童養護施設で働いていた方、保育園を経営していた方、市役所の窓口で支援が必要な家庭と関わっていた方など、現場を知っている方が多く、生粋の「公務員」という方が少なかつたりします。現場を知っているからこそ「良くしたい」という強い熱意を持っている方が多く、高いモチベーションで働ける職場です。もちろん、大変なことも多いですが自分の経験や成長という面でも出向して良かったと思っています。専門的な知識は後からつけることができますので、少しでも興味を持たれた方はぜひ志望していただけたら嬉しく思います。

● 現在の業務内容

介護長寿課 長寿健康係では、主に高齢者福祉サービスに関する事業と介護予防に関する事業を担当しております。高齢者福祉サービスとしては、高齢者の移動支援のためにバス券・タクシー券の交付を行ったり、在宅で介護を受ける高齢者や家族への支援を行ったりしています。介護予防に関する事業としては、介護保険による介護予防サービスはもちろんのこと、各自自治体、介護サービスだけに頼らず地域で健康に暮らしていけるための取り組みを実施しています。名取市では、住民が主体となり週1回健康体操を行う団体の立ち上げ支援や、高齢者のつどいの場への助成、地域の支えあい活動創出の取り組みを実施しています。

● 出向先の業務を通じて感じたこと

住民との距離がとてに近いので、様々な立場の方から様々な目線での問い合わせや要望があり、なぜこの対応なのか、どこまで応えられるかを考えつつ、どのようにしたら伝わるか工夫しながら業務にあたっています。

また、自治体が独自で実施している事業があったり、法的根拠はあるものの具体的な内容については自治体で検討する事業があったりするので、裁量が広いとも感じています。特に今自分が所属している係では企画・検討する事業が多く、これまであまり経験する機会がなかった業務に携わることができています。

● 皆さんへメッセージ

「東北厚生局」は皆さんにとって聴きなじみのある組織ではないかもしれませんが、医療保険、介護、年金など、国民の一生に関わる仕事を行える職場です。また、厚生労働省の出先機関として、国と自治体・国民の間を調整する役割も担っていると考えています。

業務としては難しそうな印象を受けるかもしれませんが、必要な知識は業務の中で覚えやすく、先輩や上司もフォローして下さるのでご安心ください。みなさんをお待ちしております。



名取市介護長寿課
長寿健康係

PROFILE

平成27年 指導監査課
平成28年 福島事務所
令和2年 健康福祉課
令和5年 総務課
令和7年 現職



健康福祉部
保険年金課 調整係長

PROFILE

平成28年 医事課
平成30年 調査課
令和元年 山形事務所
(この期間に育児休業を2回取得)
令和7年 現職

ワークライフバランスについて

● 育児休業制度を利用して

令和3年3月に第一子、令和6年5月に第二子・第三子(双子)を出産し、それぞれ約1年間育児休業を取得しました。育児休業中は育児に専念し、子どもが赤ちゃんの時期にしか経験できないことをたくさん経験し、あっという間の1年間でした。職場復帰後は育児時間制度を活用し、現在は1時間半勤務時間を短縮して業務にあたっています。子どもが保育園に入園したばかりのころは、毎週のように熱を出し、急遽仕事を休まなければならないことも多々ありましたが、子の看護等休暇制度や年次有給休暇を利用し、何よりも家族や職場の方々の理解とご協力のおかげで大変な時期を乗り越えることができました。また、午後に子の予防接種や定期受診がある日は、午前中にテレワークを実施し、承認通知書送付の起案準備やオンライン研修の受講等、在宅で集中的に業務を行っています。テレワークは浮いた通勤時間を子どもとの時間や家事に充てることができ、育児と仕事の両立のための大きなポイントになっていると実感しています。

国家公務員は育児に関する制度が多々ありますが、東北厚生局は私のような育児中の方々に対する理解があり、ワークライフバランスを実現しやすい職場です。育児中の職員も多数おり、情報交換もできます。厚生行政に興味があり、将来育児と仕事の両立を目指したいという方は志望していただけたら嬉しいです。一緒に働けることを楽しみにしています。

● 育児に関する主な制度

制度	条件	内容
産前休暇	出産する場合	出産予定日の6週間前から出産の日まで取得できる休暇
産後休暇		出産日の翌日から8週間を経過する日まで取得できる休暇
育児休業	3歳未満の子を養育する場合	子の出生の日から満3歳の誕生日の前日まで休業できる制度
育児時間	小学校就学前の子を養育する場合	1日につき2時間の範囲内または1年につき10日相当の勤務時間の範囲内で勤務しないことが認められる制度
育児短時間勤務		短時間での勤務又は1週間のうちに希望する日に勤務することができる制度
配偶者出産休暇	妻が出産予定又は出産する場合	妻の出産のための入院日から出産日後2週間までの間に2日の範囲内で取得できる休暇
育児参加のための休暇	妻が6週間以内に出産予定又は出産後8週以内の場合	妻が出産する際、子を養育するために5日間の範囲で取得できる休暇
子の看護等休暇	小学校3年生までの子の負傷や疾病による看護等が必要な場合	1年に5日を限度として取得できる休暇

● 介護に関する主な制度

制度	条件	内容
介護休暇	介護が必要な配偶者、父母、子等を介護する場合	一の要介護状態において、3回以下、かつ、合計6か月の範囲で取得できる休暇
介護時間		1日の正規の勤務時間の始め又は終わりに2時間の範囲で介護のための時間を取得できる制度
短期介護休暇		1年につき5日の範囲内で取得できる休暇

● その他

フレックスタイム制度	総勤務時間を変更することなく、始業時刻や終業時刻等を変更することができる制度
------------	--

若手職員 座談会



厚生局に決めた理由は？

司 会: 本日はお忙しい中お集まりいただきありがとうございます。今日は皆さんに、厚生局への就職活動を経て感じたことや、働いてみての印象など、色々お聞かせいただきたいと思います。はじめに、皆さんが厚生局に就職を決めた理由についてお聞かせください。

職員A: 厚生行政に興味があり、かつ地元である東北で働きたいと考えていたからです。

職員B: 医療や年金、福祉、介護など、国民の生活を支える業務ができるということに魅力を感じたことと、説明会に参加した際に職員の方々の温かい雰囲気になれ、就職を決めました。

職員C: 医療・年金・福祉の分野に興味を持ったことももちろんですが、最終的には説明会等の雰囲気が良かったことが決め手になりました。

職員D: 公務員の中でも年金や医療の制度を支える仕事がしたいと思い、業務説明会に参加した際にも、職員の方々の雰囲気が自分に合っていると感じたからです。

職員E: 国民の生活に身近に関わることができる業務が多いところに魅力を感じたからです。

採用面接について

司 会: 採用面接はどうでしたか？緊張しましたか？

職員C: 非常に緊張しましたが、こちらのことを知ろうとしてくださっているのが伝わり、自分の言葉で話すことができました。

職員B: 採用面接はとても緊張しました。自分が覚えてきたことを話すことも重要ですが、自分の思いや姿勢を面接官に伝えることがより重要であると感じました。

職員A: 緊張しましたが、話したいことは何度も練習してスムーズ

に話せた気がするのでよかったです。

職員D: とても緊張しました。面接官は厳しい目で審査しているのではなく、ただ皆さんのことを知りたくて質問しているだけだと考えれば、リラックスできると思います。

職員E: 私もとても緊張しましたが、面接官の方々が笑顔で優しく質問してくださったのでリラックスできました。

採用前に不安に感じたことは？

司 会: 採用前に不安に感じたことがあればお聞かせください。

職員B: まず社会人になれるかどうか不安に思っており、さらに医療や年金に関しての知識がなかったため、しっかり覚えて業務を遂行できるかどうか不安でした。今は上司や先輩方にご指導いただき、少しずつではありますが業務を覚えていっています。

職員C: 全く知識のない分野だったので、業務をこなせるか心配でした。まだ慣れない点多々ありますが、親身に教えてくださるので、たくさん吸収し学んでいるところです。

職員E: 業務をこなせるか不安でしたが、パソコンの知識や仕事のやり方など周りの方が丁寧に教えてくださり、質問もしやすいためとても働きやすい環境だと感じています。

職員D: 業務に対する知識が無いことが不安でしたが、先輩職員の皆さんが丁寧に教えてくれます。

職員A: 朝方に就寝するような生活をしていたので、生活リズム

参考 総務担当より

採用日までのスケジュール(4月採用の例)

10月	内定式
1～2月	採用時に必要な書類等を郵送
3月上旬	配属先について連絡
4月1日	採用



が戻るか不安でした。入局後は早めに就寝することを心がけるようになり、生活リズムも健康的になってよかったです。

残業は多いですか？

司 会：毎日忙しいですか？残業は多いですか？

職員B：まだ残業はしたことがありません。定時になると先輩方が声をかけてくださいます。

職員D：今のところ残業はしていません。

職員A：今のところはほとんどないです。

職員E：定時で退勤することが多いです。残業しているときも上司に早く帰るんだよと声をかけられることが多いです。

職員C：やむを得ず残業することもあります。基本的には定時で帰ることができています。また、声がけもしていただいています。

皆さんの職場の雰囲気はどうですか？

司 会：皆さんの所属している職場の雰囲気はいかがですか？

職員A：働きやすいと思います。優しく、優秀な先輩方が多く、いい雰囲気です。

職員C：とても温かく、和やかな雰囲気だと思います。仕事の中でも、ささいな質問や確認事項を相談しやすいです。

職員D：忙しい中でもその都度、声をかけていただいているので、オープンな雰囲気だと感じています。

職員B：気にかけてくれる上司や先輩方が多く、質問や相談がしやすい環境であると感じています。

職員E：質問などに皆さん丁寧に対応してくださったり、時々世間話も楽しくお話ししたりととても和やかな雰囲気だと感じています。

帰宅後の過ごし方は？

司 会：仕事が終わってからの過ごし方を教えてください。

職員B：今は定時に帰れているので、帰宅後は夜ご飯を食べて、ドラマや映画を見たり、友人と食事や映画に行ったりしています。

職員A：一人の時間を堪能しています。

職員D：夕食などを終えた後は、趣味の時間を楽しみ、その日のうちに寝るようにしています。

職員C：自炊をしながら、趣味に費やす時間も確保できています。

職員E：帰宅後はお風呂に入ってご飯を食べて、テレビでアニメを見えています。

年次休暇は取得できていますか？

司 会：皆さん、年次休暇は取れていますか？

職員B：取得することができています。月に1回以上休暇を取るよう声をかけていただいています。

職員D：取得する予定です。年次休暇に関しても、取得する旨の声かけは常にしてくださるので、休みやすい雰囲気だと思っています。

職員C：上司からも休暇の取得を促されますし、実際に月1日以上のペースでお休みをもらえています。

職員A：まだ取得していませんが、月一以上の取得をしっかりと推奨してくれており、有給は使いやすい環境だと思います。

職員E：必ず月に一回年次休暇を取得するよう強く促されています。GWの際にはなるべく長い連休が取れるようにと声をかけられています。

参考 総務担当より

東北厚生局では、月に1日以上
の年次休暇の取得を推進しています。



採用後のキャリアパス

本人の意向、能力、実績に加えて、育児や介護等の事情に配慮しながら、概ね2～3年のローテーションによる人事異動があります。

新規採用後、いくつかの部署を経て係長級となり、担当業務を遂行しながら部下に対する指導・育成も行います。その後は課長補佐級として、課の予算・勤務時間の管理や対外調整など業務の中核を担います。その後も様々な経験を経て、課長等へ昇進していきます。

また、幅広い業務を経験できるよう、厚生労働省本省や自治体、国立病院機構等との人事交流も行っています。



※あくまで一例であり、勤務成績や能力・適性により異なります。

勤務環境について

庁舎について

- 東北厚生局の庁舎は、仙台市に2か所、その他東北各県の県庁所在地に1か所ずつあります。
- 仙台市は、花京院スクエアと仙台第二合同庁舎に入居しています。
- 花京院スクエアは、仙台駅から徒歩6～7分程度と近く、通勤に非常に便利です。また、近隣にはコンビニエンスストア等様々な施設や店舗があります。
- 仙台第二合同庁舎は、地下鉄勾当台公園駅から徒歩5分の場所にあり、こちらも通勤に非常に便利です。近隣には、宮城県庁や仙台市役所があり、また、様々な施設や店舗があります。



庁舎内の様子



庁舎内の様子(21階)



庁舎内の様子(13階)



庁舎内からの景色



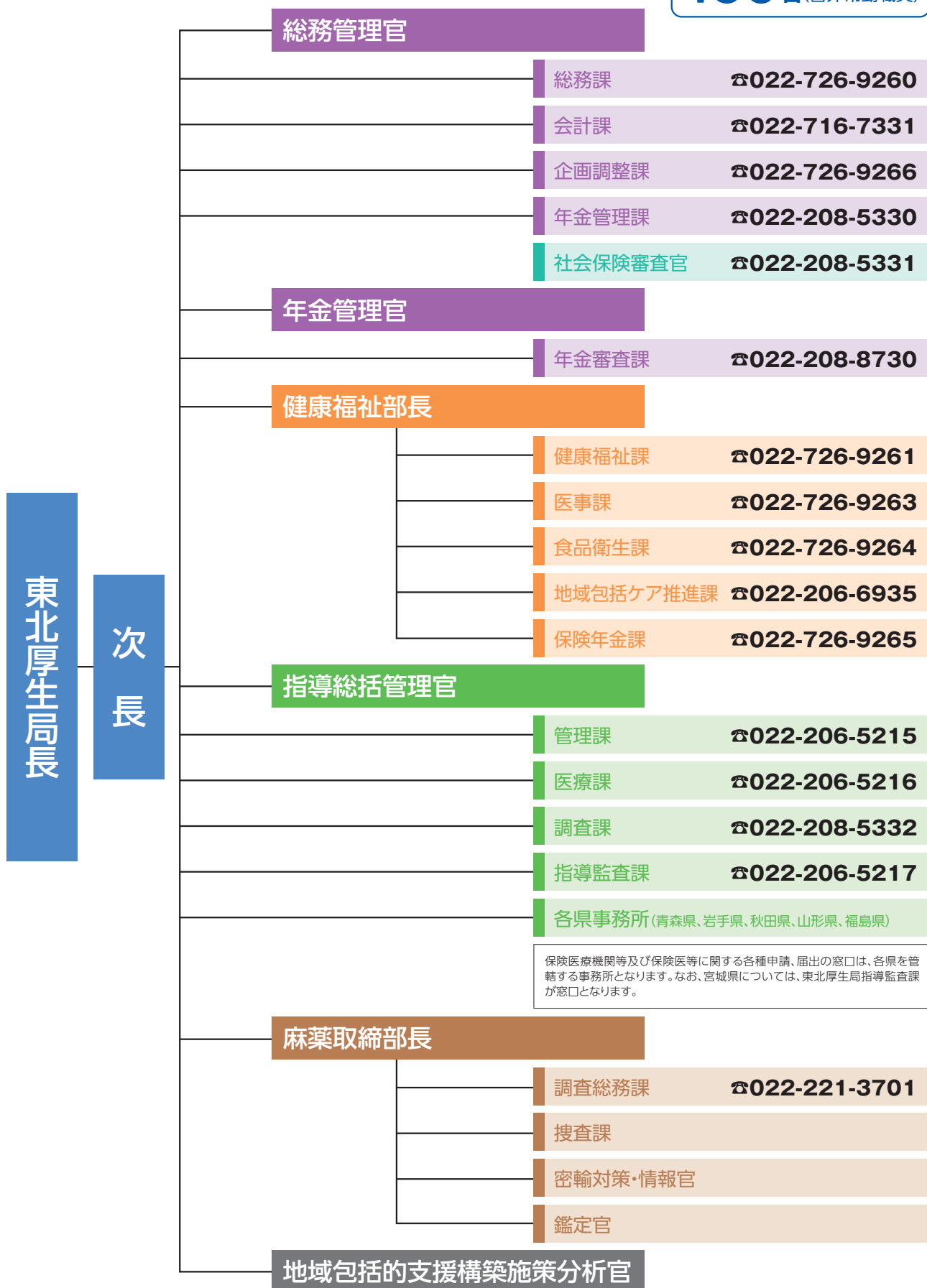
リフレッシュコーナーからの景色

東北厚生局の組織図

東北厚生局在職者数

(令和8年4月1日現在)

190名(含非常勤職員)



Q & A

Q 採用実績を教えてください

A. 過去3年間の採用実績は、次のとおりです。

採用年度	R6年度	R7年度	R8年度
一般職 (大卒)	7名(3)	5名(4)	5名(3)
一般職 (高卒)	0名(0)	0名(0)	0名(0)

※()は女性の内数。麻薬取締部を除く。

Q 勤務時間や残業について

A. 基本的には8時30分から17時15分までの7時間45分の勤務となっています。

配属先の仕事や時期によっては残業もありますが、毎週定時退庁日(水・金)を設定しており、職員のワークライフバランスに心がけています。

Q 研修について教えてください

A. 採用後に厚生労働省本省や人事院東北事務局で新規採用職員向けの研修が実施されます。また、局内でも年間を通じて職員研修を実施しているほか、厚生労働省本省や他機関で開催される研修へも参加する機会を設けています。

Q 休暇制度について教えてください

A. 4月採用者の場合、最初の年は12月末までの間に15日間の年次休暇が付与されます。翌年1月1日からは毎年20日間の年次休暇が付与され、使用しなかった日数は20日間で限度に翌年に繰り越されます。また、年次休暇のほかに、夏季休暇(3日間)や結婚時などに付与される特別休暇、病気休暇の制度があります。
【令和7年度 年次休暇取得日数】平均18.7日

Q 勤務地や異動について知りたいです

A. 人事異動は、通常2~3年毎に行われ、担当業務が変わります。本局(宮城県仙台市)内の各課室間の異動のほか、宮城県を除く東北各県の県庁所在地に事務所がありますので、転居を伴うこともあります。このほか、厚生労働省本省や他の地方厚生局、地方自治体等への出向などがあります。毎年、意向調査を実施し、本人の希望や配慮すべき事情を確認しています。

Q テレワークやフレックス勤務はできますか

A. 業務の状況による場合もありますが、テレワーク勤務も可能です。また、4週間の勤務時間数の合計を変えずに、1日の勤務時間を長く・短くすることができるフレックスタイム制度も導入しており、それぞれのライフスタイルに合わせた柔軟な働き方が可能です。

Q 主な出向先について教えてください

A. 令和8年度の主な出向先は次のとおりです。
・厚生労働省本省 ・他の地方厚生局
・県庁 ・市町村
・こども家庭庁 ・国立病院機構 等
また、他の組織からの出向者も受け入れしており、様々な経験を持つ職員と一緒に働くことができます。

Q 先輩職員からどのような指導がありますか

A. 所属課において業務を一緒に行いながら指導するOJT(On The Job Training)に加えて、新規採用職員に対するメンター制度を導入しており、新規採用職員に対して先輩職員(メンター)が1対1で定期的に面談し、相談等に対応しています。

先輩職員からの 官庁訪問時のアドバイス

東北厚生局パンフレットなどの
資料を読みこんで
準備に時間をかけたので、
自信を持って臨むことができました。



官庁訪問はとても緊張して、
自己紹介で3回ほど
噛んだ記憶があります。笑
面接官を前にすると
緊張してしまうかもしれませんが、
それに負けずに自分の思いを
伝えられれば良いのでは
ないかと思います。



緊張はつきものですが、
堂々と自分の想いを伝えれば、
それに応えてもらえるはずですよ。
プレッシャーを感じすぎず
頑張ってください。



面接では、自分の人柄や
学生時代の活動など、
落ち着いて話すことができれば
大丈夫だと思います。
自然体でいるのが一番良いです。



第一印象が重要だと思うので、
挨拶から笑顔ではきはきと話せるように
することが大切だと思います。



皆さんと一緒に働けることを楽しみにしています！

採用に関するお問い合わせ先

厚生労働省 東北厚生局 総務課(採用担当)



〒980-8426
宮城県仙台市青葉区花京院一丁目1番20号 花京院スクエア21階



022-726-9260



thkousei014-s@mhlw.go.jp
(採用専用メールアドレス)



東北厚生局ホームページ(採用情報)

https://kouseikyoku.mhlw.go.jp/tohoku/saiyo/index_00005.html





厚生労働省シンボルマークについて

国民(老若男女)の喜ぶ姿をモチーフにしました。国民が手を取り合い、一つになって幸福を目指すという意図です。二人の喜ぶ姿の間には幸せのハートの図が隠されています。

ホームページ

<https://kouseikyoku.mhlw.go.jp/tohoku/>

東北厚生局

検索



東北厚生局 Instagram



東北厚生局 YouTube



東北厚生局 X



医療機関・薬局の受付では

マイナ保険証 をぜひご利用ください!



マイナ保険証をお持ちでなくても、**資格確認書**でこれまで通り医療にかかれます