

TAC・Wセミナー 2024・2025 年度合格目標

国家総合職内定者アドバイザーホームルーム

第5回『国家総合職合格への道～そして、春になる～』

新宿校 3月21日(木) 16:30～17:30

オンライン 3月26日(火) 18:30～19:30



本日の予定

1. LAの自己紹介
2. 試験直前のあれこれ(勉強編・私生活編)
3. 官庁訪問対策(各省庁の特徴)
4. 官庁訪問当日
5. LAから贈る言葉

無断複製(コピー等)・無断転載等を禁じます。

【HR とは】

私たち国家総合職内定者アドバイザー（LA）が皆さんの勉強と官庁訪問対策をサポートする機会です。内定に近づくための6回のHRを用意しています。

基本的に月一回のペースで新宿校とオンラインにて開催する予定です。内定者スタッフが就活生だった去年の同じ時期に不安に思っていたことや、欲しかった情報などを徹底的に分かりやすくお伝えしたいと思っています。

途中入場・退出は自由です。日ごろの勉強の息抜きに、小さな悩みを解消するために、内定者にしか分からない話を聞きに、お気軽にご参加ください！

LAに寄せられた質問やその回答についてもその都度このHRで紹介したいと思っているので、そちらも併せてご利用ください。

【1.LAの自己紹介】

曾山 稔理

内閣府/慶應義塾大学法学部法律学科/法律区分

【併願先】厚生労働省、衆議院事務局総合職、
参議院法制局総合職、東京都庁、国家一般職、
(横浜市役所、裁判所事務官)

【訪問先】内閣府、厚生労働省

【講座】法律本科生

【専攻】刑法

【得意科目】憲法、行政法

【苦手科目】民法、専門記述

【しておいて良かったこと】省庁説明会への参加、官庁訪問自主ゼミへの参加(2次試験後に始まります)、TAC内定者ホームルームへの参加(毎月新宿に行っていました！)

【マイブーム】映像の世紀、光る君へ、読書

【メッセージ】3月は花粉の季節ですね。去年は試験中に花粉症を発症しないように、耳鼻科でもらった飲み薬、点鼻薬、点眼薬をフルに使ったところ、だいぶ症状が抑えられました。目と鼻がつらい季節ですが、頑張って乗り越えていきましょう！



↑ 本初子午線

北 圭佑

デジタル庁/横浜国立大学経済学部経済学科/経済区分

【併願先】人事院

【訪問先】デジタル庁・人事院

【講座】経済本科生

【専攻】財政学



【得意科目】 数的処理、経済原論

【苦手科目】 社会科学

【しておいてよかったこと】 説明会に積極的に参加すること、

官庁訪問自主ゼミ、ランニング

【マイブーム】 弾丸旅行、ドライブ

【メッセージ】

迷いに迷った末にデジタル庁にたどり着きました。

もし迷っている人がいたら我々に是非相談を！経済区分ならお任せあれ！

全部やって確かめよう！！

高崎 萌寧

外務省/早稲田大学法学部/政治・国際区分

【併願先】 農林水産省、民間（コンサル）

【訪問先】 外務省、農林水産省

【講座】 政治・国際本科生

【専攻】 民事訴訟法

【得意科目】 文章理解、数的処理

【苦手科目】 政治学・国際関係

【しておいて良かったこと】

TAC カウンセリング、省庁イベント参加（双方向コミュニケーション可能なもの）、民間就活（自己分析に役立ちます！）

【マイブーム】 一人暮らし！！

【メッセージ】

1次試験後は、友達とお昼ご飯食べたりしてまずは1次試験を頑張った自分を褒めていました！論述試験後も趣味の野球を見にっていましたん



2次試験、官庁訪問とまだまだたくさんあるので、息切れしないように適宜好きなことをして休みもとつつ頑張っていきましょう！

吉田 統磨

外務省/早稲田大学法学部/政治・国際区分

【併願先】経済産業省、民間（WEB 広告、総合商社、JAXA 等）

【訪問先】外務省、経済産業省

【講座】政治・国際本科生

【専攻】国際法

【得意科目】政治学、国際関係、憲法、国際法

【苦手科目】数的処理、自然科学

【しておいて良かったこと】

①採用担当との個別面談・イベントの参加

②自己分析（ほぼ毎日）と面接練習（週4）

【マイブーム】海外ひとり旅、日本文化、歴史

【メッセージ】

LIFE IS HIPHOP！！



高田 萌奈

農林水産省/東京外国語大学言語文化学部/教養区分

【併願先】国土交通省、民間企業（金融）

【訪問先】農林水産省、国土交通省

【講座】1.5 年法律本科生



【専攻】 イタリア（人文系）

【得意科目】 文章理解

【苦手科目】 数的処理、企画提案

【しておいてよかったこと】 省庁イベントへの積極的な参加

【マイブーム】 アド街ック天国、堺雅人の出演作を見漁ること

【メッセージ】

今回は最後の内定者 HR です。気になることやご相談があれば、今のうちになんでも尋ねてください！
官庁訪問まであと 3 か月、まだまだなようで本当にあっという間だと思います。官庁訪問本番を見据えて、できる限りの準備をしていきましょう～！

【2. 試験直前のあれこれ】

1. 勉強編 ※今年は日程が早まっているので注意！

法律区分：曾山

時期	専門記述	官庁訪問
4 月	【共通】 ・答練のやり残し、答案直しを行う。 ・テキストを使って大事な定義などを暗記。 ・できるだけ過去問を解く。 【憲法】 過去問 5 年分くらいを解いて(解くというより構成練るぐらい)、解説動画を見た。	・志望省庁の説明会になるべく参加。 ・4 月末に志望先の少人数懇談会に参加し、モチベーションを高める。 ・二次試験(5/7)後からは、興味分野の政策研究にも本腰を入れて取り組む。 ・自主ゼミに参加。
5 月	【行政法】 過去問 15 年分くらい。 『行政法入門 第 7 版』(有斐閣,藤田宙靖)を読む。 【民法】 過去問 10 年分くらい。 【政策論文】 復元答案集を読んで、答案の雰囲気と点数の相場感をつかむ。時事対策として、毎日新聞を読み NHK の時論公論を視聴する。	
反省点	コ〇ンの映画が楽しすぎて、またその余韻で試験後 1、2 週間はまともに勉強できなかったこと。もう少し早くから論文対策をすればよかった。	・大学の授業準備、併願先の ES や論文試験や面接が立て込み、かなり忙しくなってしまったこと。ただ、この忙しさを乗り越えたことでちょっと自信にもなった。

経済区分：北

時期	二次試験対策	官庁訪問
4 月	一次試験が終わった後から専門記述の問題集に初めて取り掛かる。難易度が択一試験より少し高く感じ最初は苦戦するもののやっていくうちに慣れてくる。 勉強したのは、経済理論・財政学・経済政策の三つだったが、財政学は選択せず公共政策 A を選んだ。（財政学は暗記問題が多く、本番で思い出せなかったため） また講義や答案再現集を何度も読んで政策論文も含め書き方を同時に学んでいた。 時間があったら択一問題集も使って解答をより丁寧に記述する練習しておいた。	一次試験後から説明会に再び積極的に参加し始める。職員面談もコンスタントに行っていた。
5 月	4 月同様に問題集の周回をしていた。 また人事院面接にむけて、模擬面接を何度も行っていた。	4 月と同様。 ホームページに載っている政策を細かく見ていく。特に自分の興味のある政策中心に。
反省点	答練出し遅れてもいいから取り組んでいたほうがよかった。 添削も早めに予約すべきだった。	職員面談は準備して行ったつもりだがまだまだ足りなかった印象。面談の前にどんな話を聞き出したいか入念に考えておく必要がある。

政治国際区分：高崎

時期	試験勉強	官庁訪問対策	アルバイト・民間就活
4 月第 3 週	専門択一については、2・3 月と同じ。 基礎能力試験については、直前期に資料解釈の復習と時事の勉強をしていた。	①外務省 人事の方との個別面談 1 回 ②農林水産省 座談会 1 回、職員訪問 1 回 (職員訪問と同時に人事の方にも面談していただいた)	①アルバイト 1 次試験直後に、2 日間バイトしました！ ②民間就活 いいなあと思っていた企業の選考として、2 日間インターン 1 回・面接 3 回受けました。他にも面接等を 2 回受けてました！
4 月第 4 週	政策論文対策ゼミ（答練のようなもの）に 2 回参加した。		
4 月第 5 週	二次試験対策については、過去問約 10 年分の回答の草案を作成しまだ足りてない知識を補った。また、解答集と自分の答案を見比べながらこれは書けそう・書		

	けなそう等判断して、完璧な答案ではなく合格答案を目指して対策した。 担任カウンセリングも2度利用し、人物模擬対策も1回行った。		
反省点	政策論文対策ゼミで、自分の答案を添削してもらい、それがとてもよかったです！ 答練の段階で答案を提出すべきだったと思いました。	自分には外務省は無理なんじゃないかと諦めてたところですが... もっと積極的に自分からアクションをとるべきだったなと思います。	反省点はなしです！！

時期	試験勉強	官庁訪問対策	アルバイト・民間就活
5月第1週	4月と同じです！	①外務省 人事の方との個別面談1回 説明会2回	①アルバイト 月4回（1回で8時間）
5月第2週	なし	②農林水産省 職員訪問等2回 説明会2回 ③面接対策等 LAの吉田や、友人と模擬面接や政策について話していました。2日に1回ぐらいはやっていました！	②民間就活 内定先の説明会等 3回 普通の説明会等 2回
5月第3週			
5月第4週			
反省点	特になしです。TACの担任カウンセリングを積極的に活用できて良かったです。	外務省の職員訪問をしたかったなと思います。 また、外務省の面接対策は結局2人としかしていないので、もっと色んな人と対策してみてもよかったかなと思います。つつ同じ人と何回も面接対策したのも効率的だったかなとも思います。時間があれば色んな人と対策したほうがいいと思います。	民間就活は、1つ内定をもっていたのでもう完全にストップしてもよかったと思います。

時期	試験勉強	官庁訪問対策	アルバイト・民間就活
----	------	--------	------------

6 月第 1 週	なし	①面接対策等 5 月とおなじです	①アルバイト なし ②民間就活 面接を何回か受けました
反省点	なし	経済産業省の ES を出し忘れたので、皆さん締め切りはしっかりチェックしましょう！	6 月の民間就活、ただただ無意味でした... 官庁訪問対策を全力ですべきです。

政治国際区分：吉田

時期	専門記述	官庁訪問
4~5 月	【専門記述】 専門択一の出来が良かったので、試験後の細かい知識があるうちに専門記述の対策をおこなう（これが大事。） テキスト・過去問をみたり、記述対策を WEB 受講 【政治学・国際関係 A/B・行政学(保険)】 を選択 各科目 3~5 枚ほど書いてみて（提出はほとんどなし）、解答・合格答案と照らし合わせながら、不足知識や形式を確認。 【政策論文】 WEB 受講で、試験のボーダー、論文のクオリティなどの相場観をつかむ。難易度や答案形式、資料の活かし方などは、専門と同じく、解答や合格答案で確認する。 気になる国内の社会問題は、岩波などの新書レベルでいいので、本を読んでみる。	公務員試験の人物試験対策と合わせて、志望動機・原体験、自分史、ガクチカ、アピールポイントの整理。 字数制限なしで、【文章におこして】まとめてみる。面接で聞かれたときに、どのエピソードを出すか、話している様子を想像しながらまとめていく 大学の友人や、TAC の講師などにカウンセリングで壁打ちしていく。みんな何が聞きたくて、どんな伝え方が刺さるのか、対人練習で面接の感覚を掴む
反省点	客観的な指標がないので、良い答案が書けているか不安だった。でもそれはみんな同じなので、必要以上に恐れる必要はない。やれることをやってみよう。	Word ファイルだと画面に収まらないので、超巨大ノートで一覧にして書き込んでいましたが、それだと持ち運びに不便でした (???)

2. 私生活

法律区分：曾山

朝：8 時には起きるようにしていた。10 時には学校の自習室に行き、試験前は勉強を、試験後は政策研究を始めていた。

昼：自習室で過ごす。疲れたら大学近くのコンビニに行ったり、校内を歩き回ったりしていた。

夜：21 時くらいに帰宅。家に帰ってからは一切勉強せず、ご飯を食べながら録画した時論公論を見たりしていた。

経済区分：北

朝：基本的に 9 時まで起きるようにして、朝食は決まって白米 0.5 合～1 合 納豆 ゆで卵 2 個 プロテイン。自分の部屋を勉強するのに最適な場所にしていたので家で勉強していた。具体的には者を限りなく減らすこと、大型モニターを買って大自然を映すこと、好きな音楽を流すこと。どうしてもできないときは近所のコメダ珈琲へ。

昼：昼ご飯は大体辛ラーメンに卵 2 個のつけて食べていた＋プロテイン。はまっていたコナンを流しながら昼食を大体 12:30 に摂る。説明会がある日は霞が関ビルディングの丸亀製麺へ。説明会がなくて勉強の進捗に余裕を感じる日はジムに行って筋トレを一時間する。

夜：大体 6 時半に摂る。効率重視の僕は大体放置してたら完成する料理を作り放置している間も勉強していた。

レ シ ピ
1.ジップロックに鶏むね肉 1 枚と焼き肉のたれとニンニクをいれ空気をしっかりと抜く。
2. 鍋 で 適 当 に お 湯 を 沸 か す 。
3. 沸 騰 し た ら 鍋 に 1. を い れ 火 を 切 り 、 蓋 を し て 40 分 ほ ど 待 つ 。
4.取り出してチャーシューのように切って火の通り加減を確認して、袋に残った汁をかけて完成
※火が通ってないけどまあいいやって思っていると食中毒になるので注意(経験者は語る)

昼にジムに行けなかったときは 5km 走っていた。夜食に豆乳にブルーベリーとプロテインを入れてたべながら勉強していた。12 時までには大体寝ていた。

自分がやりたくてこの生活してたので、皆さんそれぞれが理想とする生活を実現できる環境づくりが大切だと思います！

政治国際区分：高崎

朝：8 時ぐらいにおきて、身支度をする。9 時過ぎぐらいには最寄り駅前のミスドに到着。一番安い朝セットを頼んで、飲み物を何回かおかわり。基本的には、元々立てていた 1 週間の予定に沿って勉強する。集中力が切れがちなので spotify のラテン音楽ノリノリ！みたいな名前のプレイリストで気分を上げて頑張る。

昼：13 時ぐらいから駅前のフードコートで、お昼ご飯を食べる。お昼ご飯を食べて、テンションをあげて勉強をがんばる。19 時ぐらいまで勉強する。18 時ぐらいから野球が始まるので野球のラジオを聞きながらラストスパートで勉強を頑張る。勉強に飽きたときは、民間企業の研究を少しし

てみたり趣味の編み物にいそしんだりする。

夜：1日にやらなきゃいけない勉強量を決めていたので、昼までにそれが終わっていないときは勉強する。終わっていたときは、自分を褒めて休んでいた。

日々の勉強に疲れても仕方ないなあと思っていたので、好きなものを食べたり好きな音楽を聞いたりしながら、勉強していました。長丁場なので、ゆるゆると継続的に勉強することも大切だと思います。

また、若干モチベが下がってくるときとかもどうしてもあるので、省庁の説明会に参加したり職員訪問を行ったりして初心を思い出してました。実際に省庁に足を運んだり職員の方と会ったりするとモチベがかなり上がります！！

政治国際区分：吉田

朝：「第ゼロ感（映画スラムダンクの主題歌）」のアラームで目を覚ます。神保町で古本や昔の映画パンフレット、昭和ファッション雑誌を漁る。

夜：大学のラウンジで記述対策や、面接用のエピソード整理をする。週1でスラムダンクのTOHOシネマズでレイトショーをみる。七回みて、十回泣く。

就寝前：寝ない(?)。深夜テンションで(??)書いたES、エピソード、ひとつひとつの言葉選びが、かなり良いラインにあることに気づき(???)、「こりゃあ、いいにチャア...」となる(????)。

教養区分：高田

朝：遅くても9時には起きるよう心掛けていた。平日の午前中はほとんど大学図書館にある自習室で過ごした。この時間は、苦手な科目をメインで解いていた。

昼食：ご飯休憩は自分の中で最重要事項だったので、14時くらいに家に帰って1人でのんびり幸せを噛みしめた。当時、野菜の入った総菜をたくさん食べたい気分だったので、試験2週間前からはしっかりめにコンビニ飯を楽しんだ（出費はほぼ食費に消えていた記憶）。

夜：夜になったら覚醒する人間タイプなので、集中集中。2日あたり1年分の過去問を解けるようなんとなく計画を立てていた。次の日の勉強スケジュールを立ててから、机の前から離れるようにした。

就寝前：夜は暗記が捗ると聞いたので、世界史の資料集などのんびり眺めていた。

【3. 官庁訪問対策】

○それぞれの省庁特徴まとめ （建制順）

・会計検査院

官庁訪問期間中に「官庁訪問でうちにこないか」という電話がかかってくるのが風物詩となっているが、それなりに志望者は多く、評価はしっかりとしている印象。（過年度 LA より）

・人事院

厳しく詰めてくるというよりは肯定的に受け止めてくれる優しい職員さんが多かった印象。性格の悪い質問を意図的にしてくることもあった。

・内閣府

成り立ちや位置づけが特徴的であることを把握しておく。とにかく担当分野が広いため、様々なことに興味を持てる人が向いているかも。職員さんは優しく、また合理的な考え方をする方が多かった印象。

・デジタル庁

形式が唯一無二。1 部屋に 6 人集められ一人一つの机があたえられ、そこに職員の方が面接しに来る。一軍かそれ以外かがあるようで官庁訪問が始まる前からふるいにかけられている印象がある。河野大臣がのぞきにくることも（採用に一切関係なく）ある。

・消費者庁

2 日目・3 日目に入れるには丁度良いし、志望理由も考えやすい。ただ、訪問者も 30~40 人おり、採用者は 3 人程度なので、倍率は他省庁と同じくらいなので注意。説明会が少ないため、全ての面接で始めに業務の説明をしてくれて親切。第 2 クールで事実上終わり。最初の入口面接兼人事面接は人事企画室室長が担当していた。（過年度 LA より）

・警察庁

いわゆる「1 日目官庁」。説明会などに参加すると採用担当者から電話がかかってくるなど、事前のアピールを重視している印象。控室には 2 年目職員が待機しており、控室での姿勢も見られている可能性があるとのこと。学歴を重視しているが、東大じゃなくても受かっている人はいる。親族の逮捕歴は調べられるらしい。多少試験の席次を考慮に入れているらしい。（過年度 LA より）

・総務省（自治）

形式は比較的オーソドックス。採用担当者（特に説明会によく出ていらっしゃる係長）と良好な関係性を築けているかが重要。（過年度 LA より）

・総務省（ICT・行管）

形式は比較的オーソドックス。訪問中は訪問者に評価が伝えられることはあまりなく、採用プロセスに差をつけることも基本的でない。原課での評価も重要視される印象。（過年度 LA より）

・法務省

局別に面接が行われる省庁であり、事前にどの局を受けるか選ぶことができる（同じ日に複数の局を受けることも可能）。原課・人事といった風に面接が分かれている印象は無く、非常にオーソドックスな面接内容。第 3 クールでの評価が非常に重要らしい。大概第 2 クールからの募集もしているので万が一の保険にもなる。採用はほぼ法律区分からのみ。（過年度 LA より）

・外務省

第 1 クールと第 2 クールの人事課面接が非常に大切。原課面接は評価に関係ないといわれているが、印象の良しあし程度はみられていると思う。ディスカッションの重要度は、第二クールまでのその人の評価による。相場観の議論ではなく、まずは正面切って戦うべし。

・財務省

原課面接の重要度が他省に比べて高い印象。プロの行政官といかに政策に関する話をできるかという頭の回転が重要とされる。今まで説明会に行っていなくても電話がかかってくる友人がいた。（過年度 LA より）

・国税庁

3 日目でも内定している人がいる。（過年度 LA より）
上位で合格すれば電話がかかってくることもある。

・文部科学省

人気の高い省（昨年は 3 日間で 200 人以上訪問し、内定は約 20 人）のため、事前のアピールが他府省に比して重要。職員訪問や説明会に行かないで受かることはあまりない。ただ、職員訪問をしていなくても内定をもらえる人は一部いる。集団面接や集団討議など独特な形式の面接が多い。集団討議は評価が微妙な人は大事。面接内容も、政策に関する質問が比較的多い印象。（過年度 LA より）

・厚生労働省

形式は比較的オーソドックス。事前のアピールはマストではないが、効果的。質問内容も政策に関することから志望動機、趣味まで多岐にわたる。原課と人事課のミックス型が多く、全ての面接が評価に影響する。所掌分野は広いが、自分の興味のある分野・問題について深く掘り下げておくことが大事。

・農林水産省

志望動機、人事面接が特に重視される。身上書でも「国家公務員の志望動機」と「農水省の志望動機」を書く欄が別々に用意されており、深掘されること前提に準備しておく必要がある。官庁訪問が順調に進んでいるかどうかはわかりやすく実感できるかも。

・経済産業省

いわゆる「囲い込み」をされるとされるため、事前のアピールが極めて重要。評価が高ければ第 2 クール以降は安心していい。ボーダーラインの学生は第 3 クールでふるいに掛けられる。ただ、囲い込みされていなくてもきちんとアピールできれば大丈夫。時間管理はきちんとしており割と早く帰ることが出来る。

・国土交通省

人事課面接を非常に重視するらしい（過年度 LA より）。第 2 クールから一軍部屋と二軍部屋が厳格に分かれるため、第 1 クールでのアピールが重要かもしれない。2 日目訪問者の場合、政策に関する「知識」は必ずしも求められてはいない印象はある。

・環境省

事前の評価が高ければ人事課面接、低いと原課面接が重要視されるらしいが、真偽のほどは定かではない。原課面接は、説明会のような形式で、訪問者の考え方を訊かれるため、政策等の知識はそこまで必要ではないが弾を使う素地は必要とされる。省が比較的小さく採用人数も多くないため、倍率は意外と高め。（過年度 LA より）

・防衛省

経産省ほどではないが、優秀な学生はきちんとマークしている模様。職員の人当たりがよく、原課訪問は楽しめる。官庁訪問の形式は比較的オーソドックス。グルディスが評価に入っている人とそうでない人がいる。（過年度 LA より）

＊ここに書いてある、囲い込みや優秀な学生をマークしているのはあくまでも噂にすぎません。もしあったとしても内定をもらいやすいだけです。実際に官庁訪問のなかで自分の魅力を伝えることが出来れば内定は可能です。（アドバイザーの中にも採用担当に顔を覚えてもらっていないまま内定した人もいます。）

【4. 官庁訪問当日】

この項目では、官庁訪問経験者から集めた当日の経験談を紹介します。少しでも当日のイメージに役立てていただければ嬉しいです。

（1）官庁訪問あるある

- ・省庁でお菓子やジュースが配られがち。
- ・お菓子食べ過ぎて血糖値のジェットコースター。
- ・↑待合室のお菓子を爆食してる人は基本的にメンタルが強い。当時の私がおかきなんて食べようものなら喉に刺さります。
- ・訪問者同士、仲良くなりがち。
- ・待ち時間長いがち。
- ・アパに泊まりがち
- ・官庁訪問中に、成長しなきやがち。
- ・帰り道で今日の反省会と明日の準備で頭がいっぱいになる。
- ・緊張のあまり、面接までの道のりで胃が痛む。でも面接始まったら緊張おさまる。
- ・出口面接までの時間、めっちゃめっちゃ眠いがち。
- ・みんな優秀にみえがち、でちゃんと優秀がち。
- ・内々定もらい勝ち。

（2）官庁訪問当日のご飯 ＊みんなのこだわりメニュー

曾山

・コンビニのうどんとかだった気がする(限られた時間だけ買いに行けた)。全然動いてないし緊張してたので、本当におなかがすいてなかったです。みんなおにぎり一個とかうどんとか、小食でした。

北

- ・おにぎり 2 個
- ・好きなグミ
- ・お〜い、お茶 600ml

おなかすいたのもっとあるほうが良いかも

高崎

- ・外務省のときは、コンビニで買ったスモーク牛タンみたいなやつ、こんにゃくゼリーブドウ味（2 個）。
- ・農林水産省のときは、食堂に食べに行きました！

- ・お茶

緊張でのどが通らないときでも食べられそうなものを持って行っていました！どんなときでも食べられる自分の好きなものを持っていくのでいいと思います！！

吉田

- ・間違った箇所を付箋に書き込み張り付けた問題集
- ・チョコレート、コーヒー水 500ml×2 本、まいばすのおにぎり 2 個
- ・お守りと、大好きな先輩との写真
- ・目薬

高田

- ・グミとチョコは常備品（訪問者同士のお菓子交換会にも役立つ）
 - ・第 1 クール 1 日目は、コンビニのサンドウィッチ（食べきれないとだるいのでおすすめしない）
 - ・それ以外は、省内の食堂や周辺のお店でカレーや煮魚、ハンバーグなど
- お昼の時間は取ってもらえる（各自設定して取りに行く）場合も多い印象です。せっかくなら出来立ての美味しいものを食べて、元気をチャージしても良いかも？

（3）持ち物リスト

マスト

- ・身分証明書
- ・筆記用具
- ・メモ用紙
- ・提出済みのエントリーシート
- ・腕時計
- ・ハンカチ&ティッシュ
- ・政策研究ノート
- ・水など飲み物

あるとベター

- ・上着（冷え性には必須）
- ・薬（痛み止め・解熱剤など）
- ・目薬（眠気覚まし）
- ・歯ブラシ（眠気覚まし）
- ・消毒液
- ・予備のマスク
- ・小さいエチケットブラシ
- ・扇子（暑いかも）

【5.LA から贈る言葉】

・北

一次試験お疲れ様でした！わざわざ参加してくれた皆さんがこの HR で何かを得て、これからの二次試験や官庁訪問に役立てていただけると幸いです。ここからまだまだ民間就活や他の公務員試験が待ち構えている人がいると思います。思い返せば僕も含め、殆どの人がしんどい！という時期だったように思います。結果がどうなろうとこの期間でしっかり自分と向き合えたのなら、必ずあなたの人生に何らかの価値が与えられると思います。数々の試験や面接をこれから乗り越えていく皆さんを心から応援しています。最後まであきらめないで、一つ一つ自分で進む道を選んでいってください！関わってくださった人たちがみな満足いく選択をできますように。

・曾山

まずは一次試験お疲れ様でした。去年の私のように、一次試験後の解放感から二次試験の対策が遅れないようにしてください...() この先、公務員併願や民間就活などで忙しくなってくるかと思いますが、体調に気を付け、自分を労わりながら頑張ってください。

私は私の人生において、その時々をベストを尽くすことを大事にしてきました。どんな結果であれ、自分ができることはし尽くした、と言えるのであれば、気持ちの持ちようもまた変わってくるのではないかと思います。最後の官庁訪問まで、悔いが残らないよう、ぜひベストを尽くしてみてください。

これからも陰ながら、心から受講生のみなさんを応援しています。

・高崎

まずは、お忙しい中 HR に参加してもらってありがとうございました！私たち内定者の勉強法とか官庁訪問対策の経験が少しでもなんかの参考になっていれば嬉しいです…！

こんなに頑張ってきた皆さんなら絶対大丈夫です！これから先、LA として直接関わられる機会はなくとも皆さんを心から応援しています！6月の官庁訪問で、霞が関で、お会いしましょう！！

・吉田

今日まで皆さんが長く、短い受験生活を送る中で、陰ながら支えてくれた家族・講師・友人への感謝を忘れずにこれからも頑張ってください。「受験勉強」というイベントが、人生の中で占める大きさは人によって異なります。我々LAの受験と皆さんの受験も違います。でも、その過程で何を想い、何を感じ、自分の行動をどう評価するか、日々の葛藤をどう乗り越えるか、ひとりひとりに「物語」があって、そこには程度の差はあれど、今後の人生を支えるような、哲学的な示唆がきつと隠れているのだと思います。それをこれからもどうか大切にしてください。大事に、大事に。

そんな LA からの想いの結晶が、各回の HR・レジュメ・メールマガジンに溢れているのを皆さんにも感じ取っていただき、少しでもお力になれていたなら、LA としてこれ以上の幸せはありません。半年間、本当にありがとうございました。これからも応援しています。

・高田

3月も終わりに近づき、ついに官庁訪問まで3か月を切りましたね。ここからの日々は、体調を万全に整えつつ、自分の将来や日本の未来についてとことん向き合う時間にしてもらいたいと思います。ときに苦しいと感じることもあるかもしれませんが、真剣に考えている証拠だと捉え、自分を思いっきり褒めてあげてください。

また、官庁訪問は恐ろしく思われるかもしれませんが、本当に楽しいです。政策に精通する職員の方とお話しでき、近い志をもつ訪問者と仲良くなれ、理想の社会をつくるには何をすればいいのかを改めて考えることのできる素敵な場だと思います。ぜひ、存分に楽しんで下さい！

最後に、内定者カウンセリングや月例ホームルームなどのイベントに参加して下さった皆さん、本当にありがとうございました！皆さんと霞が関でお会いできることを心待ちにしています。