

先輩からのメッセージ

“Light Up Shinetsu ”
～デジタルの力で誰もが輝く信越へ～



信越総合通信局へようこそ！



信越総合通信局は新潟県と長野県を所管する総務省の地方支分部局です。
初めて知る方もいらっしゃると思います。

私たちのしごとは、携帯電話や放送の監理、インターネットのサイバー対策など生活に深く関わっています。さらに航空機・船舶の安全運航に欠かせない無線局の許認可や不法無線局の対策、情報通信による防災対策など安全・安心なくらしにもつながっています。

また、地域のニーズに応じたデジタルインフラの整備の推進と、デジタル技術の活用による持続可能な地域社会の実現をめざしています。

総合通信局だからこそできるしごと。

その内容や職場の雰囲気を感じて頂けたら幸いです。

デジタルの力で信越地域の発展に貢献

信越総合通信局の役割は、① 新潟県・長野県の皆様が安心して暮らせる環境の整備、② 信越全体の地域経済力の向上

この2点をICT・デジタルの力で強力に推し進めることです。

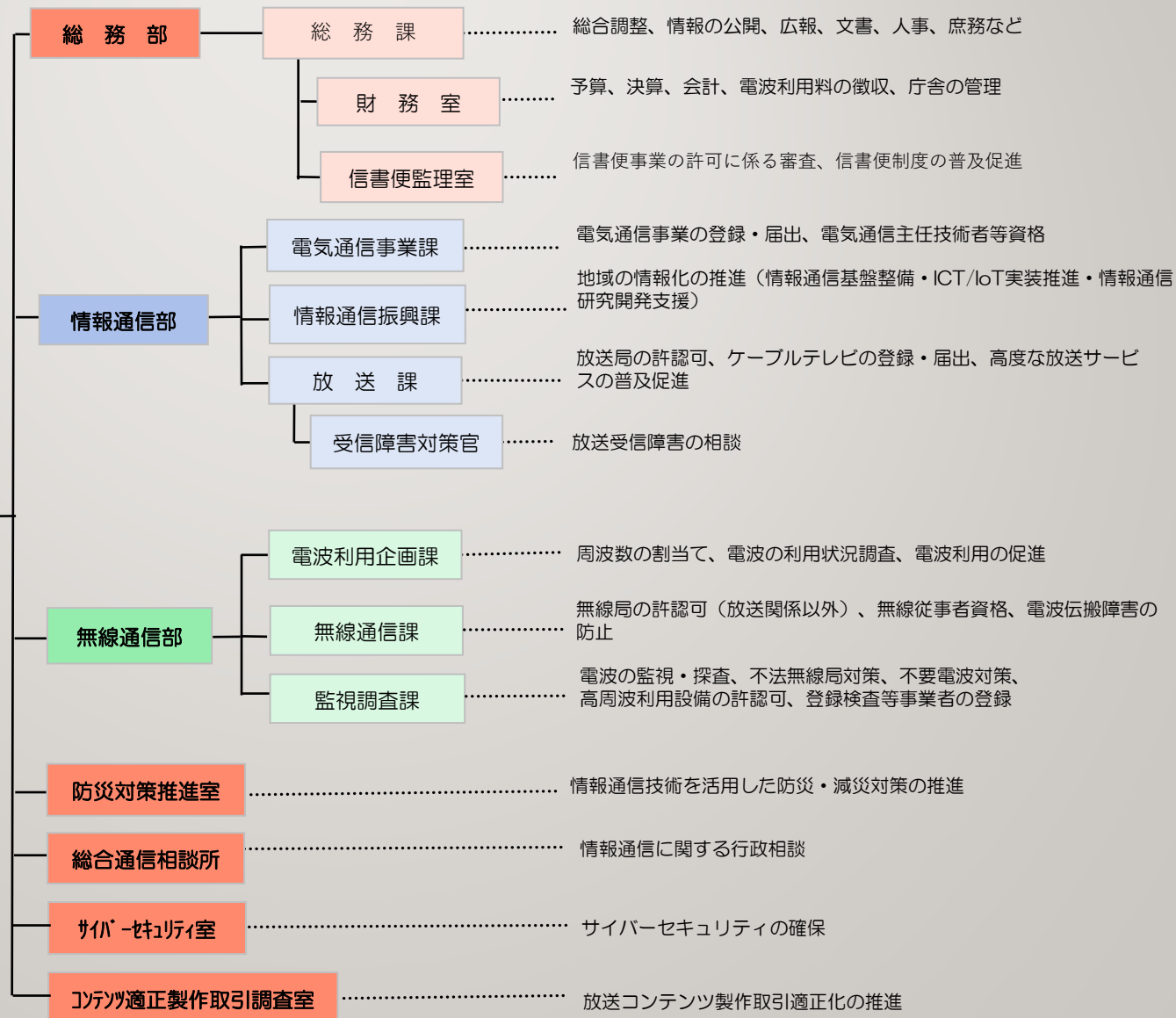
本役割を達成するため令和7年度は『“Light Up Shinetsu”～デジタルの力で誰もが輝く信越へ～』をキャッチフレーズに果敢に取り組めます。



総務省 信越総合通信局の概要

信越総合通信局

〒380-8795
長野市旭町1108
TEL 026-236-9964





無線通信部 電波利用企画課
平成31年度採用
法学部出身

ある日のSchedule



8:30 始業・メール確認
電波利用料関係の日次業務
アマチュア局の申請システム関係の日次業務

10:00 会議、イベントの資料作成・調整へ

12:00 昼休み

13:00 周波数協議対応・課内打合せ

17:15 終業

ある日のSchedule



6:50 起床

8:30 始業・業務の流れを確認

9:00 申請状況の確認

12:00 お昼休み

13:00 申請書の審査

16:00 書類等の整理

17:15 終業

18:00 試合開始(野球観戦)

23:00 就寝



無線通信部 無線通信課
令和2年度採用
法学部出身

許認可だけではなく、多様な業務を行う職場です

1年目は情報通信部放送課で放送局の許認可をしていました。2年目は情報通信部電気通信事業課で電気通信主任技術者の資格者証発行事務をしていました。3～4年目は総務本省の情報流通行政局衛星・地域放送課地域放送推進室でケーブルテレビ関係の補助金の交付業務をしていました。

その後地方局に復帰し、5年目～現在は、無線通信部電波利用企画課で周波数管理や地域の事業者で作る委員会の会議やイベントの手配等をしています。

今の部署では、様々な無線局の周波数を割り当てるので、知識の幅が広くなり、成長を感じます。また、会議やイベントが無事成功すると、達成感があります。

職場の雰囲気は穏やかです。国家公務員というと、激務なイメージと広域の転勤があると思われがちですが、信越局は残業も少なく、長野にしか庁舎がないので広域転勤もありません(3年目から総務本省への異動はありますが)。WLBのとりやすい職場だと思っています。

便利な暮らしを支える仕事

信越総合通信局の魅力について

当局は、信越管内の安全・安心な電波の確保やICTを活用した地域の情報化など、情報通信による、便利な暮らしを支える業務を行っています。地元である信越地域に目を向けながら、国家公務員として大規模な業務に従事できることが当局の魅力の一つだと感じています。和やかな雰囲気のため、疑問点も気軽に聞くことができます。また、テレワークや年休により、ワークライフバランスが実現された職場です。

これまでの業務について

私は、入局6年目で、これまで放送課に2年間、情報活用支援室(本省)に2年間所属していました。放送課では、コミュニティ放送局の開設手続きや、電波法・放送法に基づいた各種免許事務を担当していました。情報活用支援室では、高齢者・障害当事者を含め、誰もが情報にアクセスできる社会の実現に向けて補助金・調査研究業務を担当していました。現在は、無線通信課に所属していて、航空機・船舶の無線局免許事務や無線従事者免許事務を主に担当しています。



総務部 総務課
令和2年度採用
経済学部出身

ある日のSchedule



8:30 始業・メールチェック

9:00 給与事務

12:00 お昼休み

13:00 打合せ

14:00 共済事務

16:00 照会対応・文書発送等

17:15 退庁

ある日のSchedule



9:30 登庁

10:00 事業者との定例打合せ

11:00 届出書類の確認・質問対応

12:00 お昼休み

13:00 打合せ・審議会の構成員への事前説明

16:00 資料作成

18:15 退庁



総合通信基盤局
電気通信事業部 基盤整備促進課
令和3年度採用 人文学部出身

日々進化する通信を多角的な視点から

採用から2年間は、主に携帯電話の基地局等の許認可を行う業務に携わりました。管内で5Gのエリアが拡大していくことを免許処理等を通して実感しました。

3、4年目は総務本省での勤務を経験しました。航空機や船舶の許認可業務や、研究開発関係や技術試験の事務、国際的なルール作りを行うために国連の専門機関であるITU等の国際会議に参加するという経験もしました。

日本の技術を導入するために、国際標準のルールを勉強し他国と調整を行うといった刺激的な日々を過ごし、視座を高くする貴重な機会となりました。

現在は信越総合通信局にて、総務関係(採用関係も！)の業務に携わっておりますので、皆さんとお会いできることを心待ちにしています！

2年間の総務省本省での勤務経験

私は令和3年度に信越総合通信局に採用されました。入局した際は、ケーブルテレビなどの有線放送に関する許認可業務を担当していました。昨年まで、総務省本省にて勤務していました。勤務していた課では主に光ファイバの整備推進・光ファイバ等の維持費用に関する交付金制度の制度設計及び運用を所管しており、当方は後者の担当をしておりました。新制度の設計・運用を行うために自分で制度案を考えることは難しい面も多々ありますが、その分自分の考えた制度案が実際に制度や運用に反映された時は非常にやりがいを感じました。

信越総合通信局で働くのみならず、2年間総務省本省という違った場所で働くことができる機会があるというのも非常に刺激になり、より広い視野を得られますので、是非挑戦してみてください。



ある日のSchedule

- 9:30 始業・メール確認
- 10:00 照会対応
- 12:00 昼休み 周辺のパン屋へ
- 13:00 書類受付等事務手続き
- 15:00 事業者との打ち合わせ
- 17:00 過年度事業資料読込(お勉強)
- 18:15 終業



ある日のSchedule

- 8:30 始業・メール確認
- 9:00 関係者との調整打合せ
- 12:00 昼休み 1階店舗で食事
- 13:00 申請書の審査
- 14:00 資料作成
- 17:15 終業



通信から広がる未来を切り拓く。

私は情報通信振興室(現情報通信振興課)に配属され、2年間、地域課題解決のための補助金等、地域情報化に関するお仕事に携わらせていただきました。

現在は国際戦略局の中で様々な研究開発に対する支援を行っている研究推進室という部署に所属しています。研究調整係という係に配置され、庶務担当として照会対応や過年度研究で調達した物品の管理を行いながら、先端研究係のお手伝いとして多言語音声翻訳アプリ(VoiceTra)や大規模言語モデルの研究開発に関わらせていただいています。

私は工学部の出身で電波に関する知識を少しだけ勉強して採用となりましたが、配属された振興室は電波法などの法律や小難しい計算式とはむしろ縁遠い部署でした。しかし、メタバース空間から開催したセミナーや、生成AIを利用した経験から先端技術に興味を持ち、現在の部署を志望するようになりました。許認可業務などのカッコリした業務や、セミナーの企画など発想を活かせる業務を担当する機会があるのは総合通信局の魅力だと感じています。

通信の仕事を私たちと一緒にやってみませんか？

採用から2年間人事係として、職員の給与・共済事務を担当しておりました。4年目の本年4月で現所属での勤務は2年目となります。地方局時代は、職員の給与支給、認定、管理、共済事務の手続き処理を行っていました。

現所属の業務は、地方局から来るFM放送等のコミュニティ放送事業者やケーブルテレビ等の有線一般放送事業者によって提出された放送局開設に伴う必要な書類についての審査と照会依頼、地震等の災害対応の取りまとめ作業の対応を行っています。

当局的業務においては、電波法、放送法という二つの法律を使用する場面が出てくることが多くなってきますが、総務省で実施する研修制度や教材が充実しているため、事前に何か知識や資格を習得する必要はありません。興味があれば、是非検討していただければと思います。よろしくお願いします。



ある日のSchedule

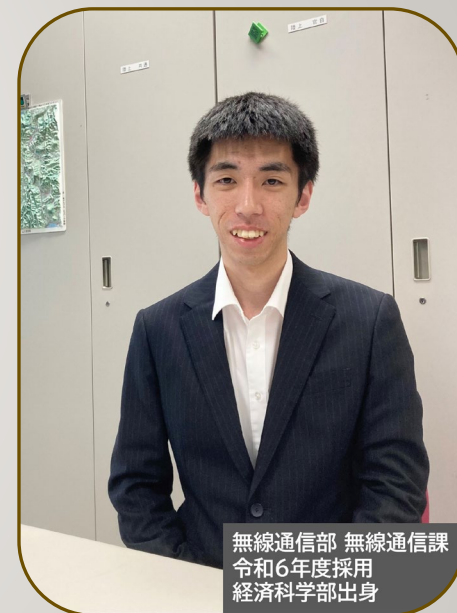


- 9:30 始業・メール確認
- 10:00 資料作成
- 12:00 お昼 全国の同期と食事
(省庁近辺をみんなで巡っています)
- 13:00 関係者と打合せ
- 15:00 メール対応
- 16:00 無線局申請に係る書類作成
- 19:15 退庁

ある日のSchedule



- 8:30 始業・メール確認
- 9:00 申請等の審査
- 12:00 昼休み 食堂で食事
- 13:00 申請等の処理
免許状等の発送作業
- 15:30 申請等の起案
- 17:15 退庁



Uターンで地元の力に

大学進学に伴い地元の長野県から東京へ転出しましたが、ゼミで地域振興について学ぶなかで地方創生における情報通信技術の重要性を強く感じ、信越総合通信局を志望しました。

入局から2年間は簡易無線等の許認可業務を行い、現在本省ではレーダーの許認可業務を行っています。

自分は生粋の文系で、電波の「で」の字も知らない状態で入局しましたが、1ヶ月程度の新規研修など充実した支援体制もあり、不安を解消して業務に取り組むことができました。現在はレーダーというまた未知の分野に携わっていますが、新たな知識を身につける面白さもあり、優しい先輩方に教わりながら日々の業務に取り組んでいます。

職場は年休を非常に取りやすく、基本的に長野市勤務で県内転勤もないことも特徴的だと思います。

今まで信越総合通信局の存在を知らなかった！（自分も就職先を探し出してから初めて知りました）という方が多いと思いますが、少しでも興味を持って説明会にお越しいただければ嬉しいです！

働きやすい職場環境

入局してから現在まで無線通信課私設無線担当に所属しております。私は簡易無線局に係る申請や届に対する審査・処理を主に担当しています。また、申請・届等に関する質問が電話やメールで寄せられるので、これに回答しています。信越地域の簡易無線局をほとんど全て自分が審査しているというのは、私の中で特にやりがいを感じる部分です。

基本的にはデスクワークの部署ですが、無線局検査のため外に出向くこともあります。普段見ることのできない無線機の裏側を見られることもあり、貴重な経験ができます。

職場は休暇が取得しやすく、時期によっては忙しい部署はあるでしょうが、しっかりスケジュール管理をすれば、年間20日の年次有給休暇は十分取得できます。

また、質問や相談があれば気軽に相談できる環境です。特に1年目はわからないことも多いのでとても丁寧に教えていただきました。

少しでも興味を抱いてくれましたら、一度説明会等にいらしてください。



情報通信部情報通信振興課
令和6年度採用
理学部出身

ある日のSchedule



8:30 始業・メール確認

10:00 打合せ

12:00 昼休み

13:00 メール確認・資料作成

15:00 打合せ

17:15 終業

ある日のSchedule



8:30 始業・メールと1日の業務の確認

9:00 申請の確認

10:00 申請処理業務

12:00 昼休み

13:00 免許人との打合せ

15:00 申請処理業務

16:00 書類等の発送作業

17:15 終業



無線通信部 無線通信課
令和6年度採用
地域科学部出身

ICTの力で地域に寄り添う仕事

私は入局以来、情報通信振興課で総務省事業の紹介やセミナーの開催等を通じて、地域の情報化を支援する業務に携わってきました。

自治体の課題を伺い、総務省の事業を紹介し、実際に採択されたときは大きなやりがいを感じます。

また、セミナー等を運営する際は緊張感もありますが、多くの方に参加いただけることで充実感があります。

大学時代は数学を専攻しており、情報通信に関する知識はほとんどありませんでしたが、周囲の先輩方に丁寧に教えていただきながら、安心して業務に取り組んでいます。

情報通信の力で地元・新潟に貢献したいという思いからこの道を選びましたが、部署を越えた若手同士の温かい交流や、転勤がない働きやすさも魅力です。

少しでも興味を持っていただけた方は、ぜひ説明会にご参加ください。皆さんとお会いできるのを楽しみにしています。

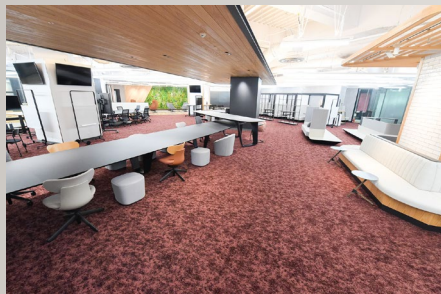
現代社会において重要な通信という分野で働く

私は無線通信課で公益企業担当をしており、今年で2年目になります。主な業務は、無線局の申請に対して、電波法関係法令に従って審査を行い、免許や許可をすることです。公益企業担当では、携帯電話、電力、鉄道、高速道路、タクシー等の事業者の無線局を扱っています。そのような社会で重要な役割をもつ分野に対し、通信という側面から関わり、より良い社会発展の一助を担っていることにやりがいを感じています。

無線局の検査や職場研修等で外に出る機会もあるため、得られる学びが多く、またどの職員の方も優しく指導してくださるため、入局前は通信関係に一切関わったことがなかった私でも、少しずつ知識を広げて、おもしろさを感じながら働くことができています。

当局を志望した理由としては、転勤がないこと(本省2年間のみ)、職場の穏やかな雰囲気、発展し続ける情報通信という分野に面白さを感じたことです。当局に少しでも興味を持ったという方は、ぜひ説明会に参加してみてください！

○塩尻市役所へ 人事交流中の先輩か らのメッセージ



core塩尻 コワーキングスペース



塩尻市商工観光部 先端産業振興室
平成29年度採用
経済学部出身

国と地域をつなげる

信越局で計5年間、本省で2年間の勤務を経て、昨年度の4月から長野県塩尻市商工観光部先端産業振興室に出向しています。

国家公務員として業務に取り組む上で、国全体を見るマクロの目線と、地域を見るミクロの目線両方が必要であると考えています。

総合通信局は、直接地域の声を傾聴することができる国の地方機関です。国と地方両方の立場を持つからこそ、どこかの誰かではなく、眼前の「地域」の抱える悩みに寄り添い、国の政策を以て伴走的に支援し、また、地域の現状や課題を吸い上げることができます。

現在は、市の職員として、地域DXやテレワークを活用した地域の就労支援に取り組んでいます。塩尻市が抱える課題にひとつひとつ向き合っていく中で、「地域」の解像度を上げながら、ミクロの目線を養っていきたいと考えています。

国として、そして地域の一員として、デジタルを活用して地域の課題解決を目指す。あなたも信越総合通信局で働いてみませんか。

○新規採用職員

★1年目の職員にきいてみた
～当局に決めたきっかけや理由は～



情報通信部 電気通信事業課
令和7年度採用
経法学部出身

・当局を志望した理由は、生まれ育った長野で働けることや、職場の雰囲気、人柄の良さに魅力を感じたからです。また、通信局の業務が私たちの生活と密接に関連した業務であることも志望した理由です。私は業務説明会に参加するまで当局のことを知りませんでしたが、説明会がきっかけで通信局に興味を持つようになりました。

・私が信越総合通信局を志望した理由は、将来的に長野で生活したいと考えていたからです。通信局は国家公務員としては珍しく、転勤がほとんどありません。人生設計のしやすさや、ワークライフバランスを重視できるという点は通信局の魅力の一つだと思います。また業務内容も魅力のあるものがあると思うので、是非一度パンフレットなどご覧になってください。



総務部 総務課
令和7年度採用
経済学部出身

・今後より重要度を増してくるデジタル分野の専門家として、様々な分野の手助けができるという貢献範囲の広さに魅力を感じました。また、国家公務員の特徴である同じ分野で働けるという職務の専門性に加えて、転勤がなく長野市でずっと働けるという地方公務員のような珍しい特性を持っており、長く働く上で大きな安心材料になるかと思います。説明会への参加や質問お待ちしております！



無線通信部 無線通信課
令和7年度採用
法学部出身

採用状況

国家公務員 (一般職大卒)		令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度	令和7年度
行政 (関東甲信越)	男性	2人	1人	3人	1人	3人	3人
	女性	1人	-	-	1人	1人	-
技術系・ 全区分	男性	1人	1人	2人	-	-	-
	女性	-	-	-	-	-	-

※上記の試験区分の他、経験者採用試験(係長級(技術))、障害者選考試験での採用がある場合もあります。

令和8年度採用

- 採用人数：3名程度
- 採用日：令和8年4月1日
- 採用区分：行政(関東甲信越)・教養(関東甲信越)・技術系全区分

採用後の配属・研修関係

■ 配属

- 官庁訪問、採用面接などで伺った話などを参考にして最初の配属先を決定します。
- おおむね2～3年ごとに配置転換が行われ、様々な部署を経験します。
- 採用3年目から2年間、総務本省で政策立案業務などを経験します。
その後の勤務地は長野市になります。
- 総務本省へ転属しキャリアアップも可能です。

■ 研修など

- 充実した研修制度(配置転換により新たな業務を経験する場合でも安心)があります。
- 経験豊富なベテラン職員のサポートがあります。
- 情報通信政策研究所(東京都国分寺市)で実施の総合研修(新規採用職員研修、新任係長研修など)や専門研修(無線技術基礎コース、放送行政総合科、地域DX推進科など)を受講することができます。

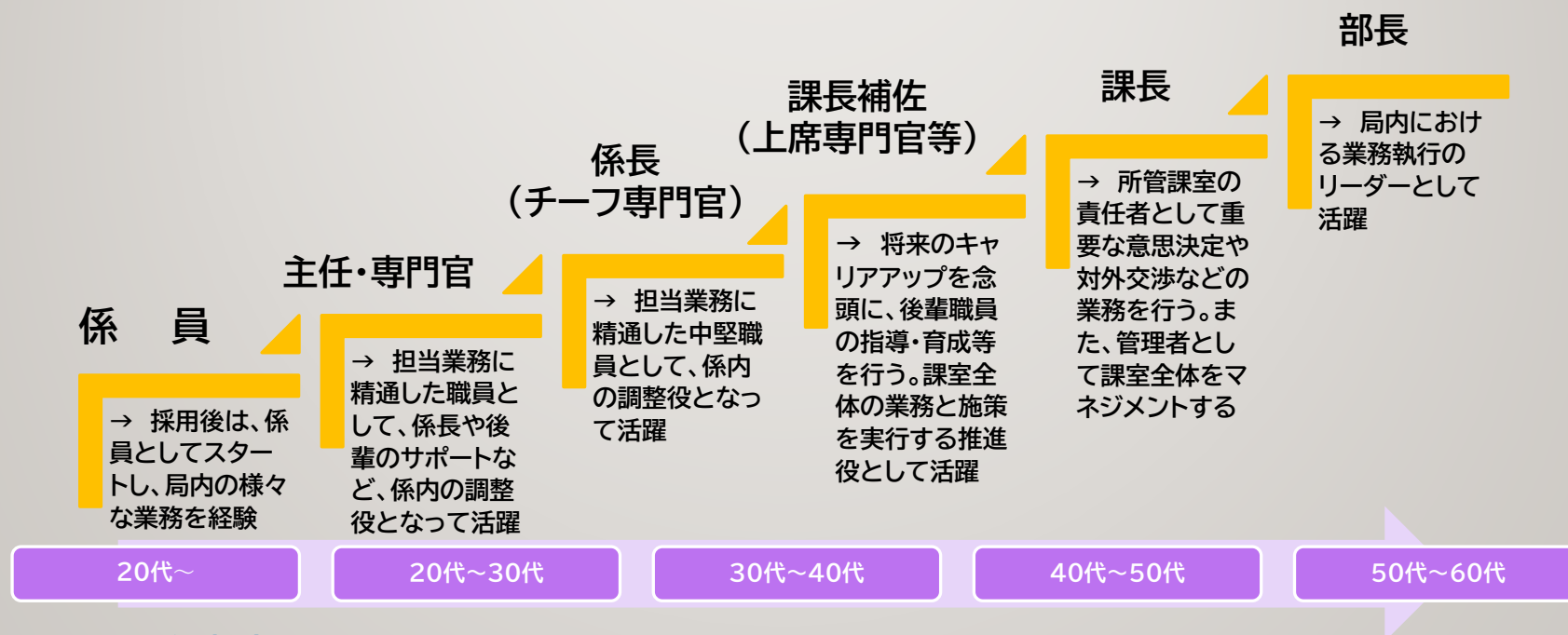
新規採用職員研修



各種専門研修



キャリアアップ



■ 研修制度

入局後すぐに東京で新規採用職員研修があります。ここで公務員として基本的な心構えや通信行政の基礎的な知識を習得していただきます。その後は地方局に戻り担当業務に応じた実践的な専門研修や局内研修が用意されています。

■ 多様なキャリアパス

様々な環境で経験を積み、多角的な視点や調整能力を身に付けることを期待されています。希望すれば本省に転任し、総務本省にて政策立案や予算業務に携わることも可能です。また、地方公共団体との人事交流も行っています。

勤務条件

勤務時間

- ✓ 基本的な勤務体系:午前8時30分～午後5時15分まで(休憩時間:正午～午後1時まで)
- ✓ 早出遅出勤務:業務の必要性により通常とは異なる時間帯で勤務が可能です。育児又は介護、修学等の事情により通常とは異なる時間帯で勤務することができます。
- ✓ フレックス制:原則4週間で155時間(1週間当たり38時間45分)を職員が希望する勤務時間帯を申告し、その申告を考慮して勤務時間を設定。例えば、午前9時～午後5時30分設定するなど公務能率の向上に資する場合に設定することができます。

テレワーク

- ✓ 職員は、所属長からテレワーク勤務の承認を得て、自宅や所属長が認めた場所でPC端末をインターネット回線経由で総務省LANに接続して業務を行うことができます。
- ✓ テレワーク勤務にあたっては、担当業務、業務遂行能力、勤務管理能力等を踏まえ計画的に実施しています。

休 暇

- ✓ 土曜日、日曜日及び祝日等の休日並びに年末年始(12月29日～翌年1月3日まで)
- ✓ 年次有給休暇は年20日間付与されます。年次有給休暇の未使用日数は20日を限度に翌年に繰り越すことができます。
- ✓ このほか、病気休暇、結婚、産前・産後、忌引き、夏期休暇などの特別休暇、介護休暇、育児休業があります。

手当等

- ✓ 通勤手当、住宅手当、超過勤務手当、扶養手当、特殊勤務手当、育児休業手当、期末・勤勉手当(いわゆるボーナス:年2回)など各種手当があります。
- ✓ また、総務省共済組合に加入することになり、医療給付等を受けられるほか、全国各地の共済施設を優待料金で利用することができます。

よくある質問①

Q1: 大学で文系学科を専攻していますが、採用後、技術的なことに対応できるのでしょうか。

A1: 行政、技術の試験区分を問わず採用しています。配属先も採用区分による区分けはしていません。採用後には、情報通信技術に関する専門的な研修を受講する体制があります。また、経験豊富なベテラン職員が非常に多く、これらの職員によるサポートが整っています。これまでの文系学科の採用者の様子を見ていると本人の努力は当然ありますが、問題なく業務に携わっています。

Q2: 勤務地はどのようになっているのでしょうか。

A2: 新潟及び長野県を管轄していますが、出先機関はありません。採用後、勤務地は長野市となります。
採用3年目からの2年間は総務本省(東京)で政策立案業務などを経験していただく機会があります。また、キャリアアップのため、本省での勤務を希望することも可能です。

Q3: 出張はありますか。

A3: 配属部署により頻度は異なりますが、出張があります。無線局検査、電波監視、警察との共同取り締まり、電波環境調査などがあります。そのほか、自治体、企業等との各種事務打合せで出張することもあります。新潟及び長野県を管轄していますので、日帰りでは不可能な場合は現地で宿泊することもあります。

よくある質問②

Q4: 残業時間、年次休暇制度など、働く環境について教えてください。

A4: 残業時間は部署ごとに若干開きがありますが、昨年度の管理職以外の職員の平均は1ヶ月あたり約10時間となっています。年次休暇は取得しやすい環境で、ゴールデンウィーク、夏季休暇及び年末年始における連続休暇等の取得も奨励しています。総務省では、ワークライフバランスを推進するため様々な取組み(Q5、Q6参照)を行い働きやすい環境づくりに努めています。

Q5: テレワーク勤務することは可能ですか。

A5: 職員一人一人に、テレワーク勤務ができるパソコンが配備されるため、柔軟な働き方が可能な環境が整っています。時間と場所を有効利用できることで、仕事と家庭の両立や通勤負担の軽減に寄与していることから総務省として推奨しています。

Q6: 出産後、子育てしながら働くことは出来ますか。

A6: 出産、育児に関する休暇や制度が確立されていますので、職員が様々な制度を活用しています。出産に関しては、産前休暇(出産予定日の6週間前から取得可能)、産後休暇(出産後8週間取得可能)があります。育児に関しては、産後休暇から引き続いて、子が3歳になるまでは育児休業制度、子が小学生に入るまで育児短時間勤務制度が利用できます。男性についても、妻が出産する場合の休暇(配偶者出産休暇、育児参加のための休暇)が設けられています。



信越総合通信局の採用・業務に関するお問い合わせは、以下の連絡先までご連絡ください。

<連絡先>



総務省

Ministry of Internal Affairs and Communications

信越総合通信局 総務課人事係

採用情報はこちら →



- ・電話 : 026-234-9964
- ・ホームページ: <https://www.soumu.go.jp/soutsu/shinetsu/>
- ・e-mail : shinetsu-jinji@soumu.go.jp