



# TOKYO

METROPOLITAN GOVERNMENT



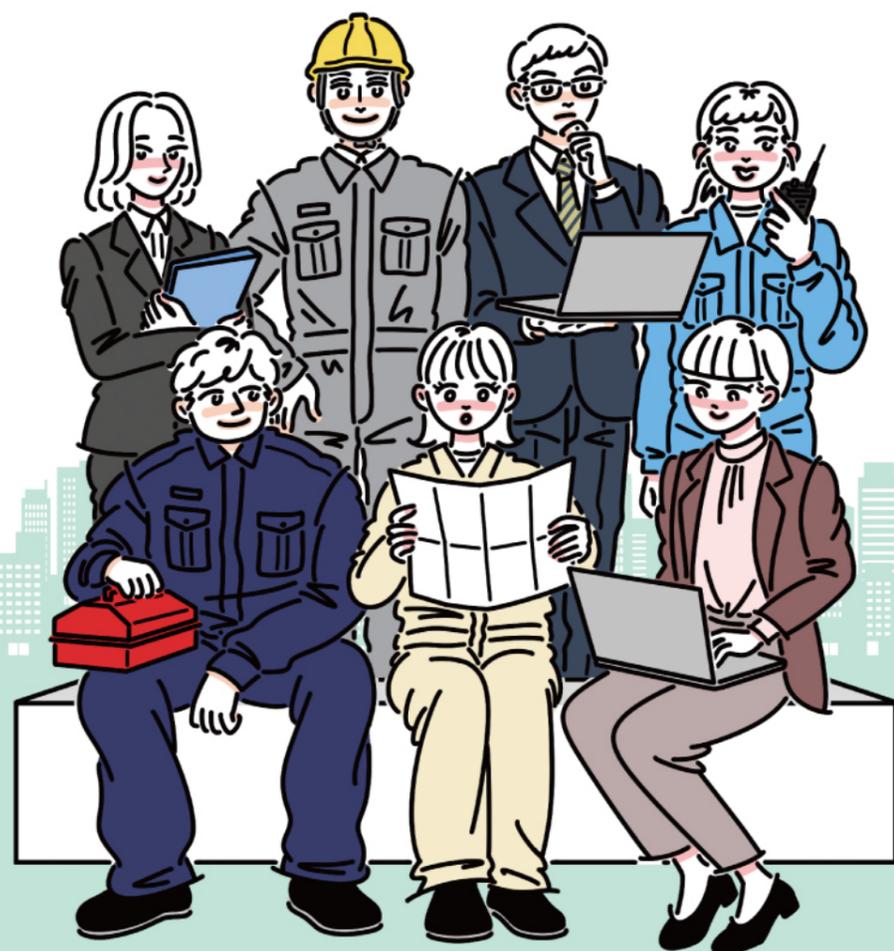
TOKYO  
METROPOLITAN GOVERNMENT



## 東京都職員Ⅲ類採用

文系も理系も、  
未来をつくるフィールドがここにある。

Your Future  
START!



東京都総務局人事部人事課  
〒163-8001 東京都新宿区西新宿2-8-1

Tel : 03-5388-2375  
E-mail : S0000016@section.metro.tokyo.jp  
URL : <https://www.saiyou2.metro.tokyo.lg.jp/>



東京都職員  
採用サイトは  
ここから!



START!



NEXT  
STAGE!!

# CONTENTS

Tokyo Metropolitan Government Type III Employment Examination

**P04** #東京都の職員って何?

**P05** #東京都職員はどこにいるの?

**P06** #先輩たちを見てみたい!

**P08** #先輩たちの1日を知りたい

**P10** #都職員でよかった! エピソード集

**P11** #Ⅲ類採用試験の合格体験記

**P12** #採用までのステップを知りたい

**P14** #よくある質問チャット  
#採用イベント情報を知りたい  
#ショート動画をCHECK!





# 東京都の職員って何？



東京都は地方自治体のひとつ。  
 都民が安心して快適な暮らしを送るための様々な業務を担います。  
 数ある地方自治体の中でも、人口1,400万人の巨大都市・東京都は  
 一国の国家予算を超えるほどの予算規模を持ち、  
 その業務は経済や防災から環境まであらゆる分野にわたります。

## 東京都の役割

都民の  
生活全般に  
関わる仕事

インフラ整備

都市計画の  
策定

中小企業の  
振興



## 東京都の特徴・魅力

1

幅広いフィールドで  
活躍できる



東京都の職員は、7分野・約30局の  
多様なフィールドで活躍してい  
ます。

(令和7年12月時点)

2

本庁から事務所まで  
多くの現場がある



区部・多摩部・島しょ部に約500か  
所の事務所があり、様々な現場で  
勤務することが可能です。

3

先進的な  
取組を実行できる



東京都の予算は一国の予算規模に  
匹敵。国や他自治体にも影響を  
与える先進的な取組を実行します。

## 東京都職員はどこにいるの？

東京都職員の活躍の場は、  
生活に欠かせない福祉や医療の領域から  
都市づくり、産業、教育、環境まで多岐にわたります。



### 福祉・保健医療

児童や高齢者、障害者の生活支援  
や、医療・公衆衛生・食品・医薬品の  
管理を通じて、安全・安心な都民の  
暮らしを支えます。



### 都市づくり

都市計画をもとに、住宅や道路、  
河川、公園緑地、港湾、バス・電車  
などの交通網までを整備。安全かつ  
暮らしやすい都市をつくっています。



### 財政・税務

あらゆる施策に必要な予算を決め、  
都税を課税・徴収し、財産や公金の  
管理を行う。行政運営に欠かせない  
東京都の「会計係」です。



### 産業・労働・経済

就職や企業の支援を通して人と企業  
を支え、卸売市場の運営や農林  
水産業の振興によって、暮らしに  
欠かせない産業を守っています。



### 教育・文化

学校や図書館などの教育現場の運  
営を行う一方で、生活・スポーツ・  
市民活動の振興といった「文化づ  
くり」の領域にも関わります。



### 環境

気候変動対策や自然環境の保全を  
大きな視点から考えるだけでなく、  
化学物質や廃棄物の処理、上下水道  
の管理で都市環境をクリーンに。



### その他

議会、政策、選挙といった行政の  
土台となる領域や、人事総務、未来  
につながるデジタル領域まで、その  
ほかにも様々な領域があります。



# Interview

## 先輩たちを見てみたい!

### わたしの学生時代

#### 部活が仕事に生きる

部活動で空手に打ち込み、仲間と厳しい稽古に励みました。大会前の緊張感や勝利の喜び、悔しさを分かち合った経験が今も自分を支えてくれます。



### 東京都職員になるまで

#### 後悔しない選択へ

地元の福岡か、東京へ行くかを迷っていましたが、先生や家族から「悔いのない人生を進みなさい」と背中を押され、東京都職員になることを決意しました。



### こんな仕事をしています

#### 相手の目線で安全を

建物が建築基準法に適合しているかを審査・指導する「建築指導業務」を行っています。建築士の方々に敬意を持ち、相手の目線に立って協議を進めることが大切です。



### 職種紹介

Ⅲ類採用で募集をしている「5つの職種」をご紹介します!



技術職(機械)  
柳本 宗樹  
Munekki Yanagimoto  
交通局 車両電気部  
車両課  
2018年入都

事務職  
松本 万由子  
Mayuko Matsumoto  
産業労働局 雇用就業部  
労働環境課  
2021年入都

技術職(土木)  
安永 いずみ  
Izumi Yasunaga  
水道局 総務部  
施設計画課  
2017年入都

技術職(電気)  
鶴田 和也  
Kazuya Tsuruta  
下水道局 建設部  
設備設計課  
2018年入都

技術職(建築)  
内田 稔也  
Toshiya Uchida  
都市整備局 市街地建築部  
建築指導課  
2017年入都

事務職  
金坂 勇輝  
Yuki Kanasaki  
主税局 資産税部  
固定資産評価課  
2023年入都

高校生から都職員になるまでに、どんな変化があったのか?先輩たちの高校時代、都職員への道のり、働く姿をご紹介します。

### わたしの学生時代

#### 技術を磨いた3年間

工業高校の機械科で学び、放課後まで溶接や切削の実習に熱中していました。先生に教わりながら、文化祭の展示品を自作したのは良い思い出です。



### 東京都職員になるまで

#### 先生に教わった東京

高2の秋に進学か就職かを悩んでいたとき、先生から「東京都はスケールが大きくて女性も活躍しているよ」と勧められたことが都職員になるきっかけになりました。



### こんな仕事をしています

#### 確信を持って指導する

都税事務所の指導・進捗管理を担当。指導部門である私たちの判断は、すべての事業所の仕事に影響します。確信と責任を持って仕事に向き合う姿勢が欠かせません。



**事務**  
福祉・教育・経済・都市づくりなどといった幅広い行政分野で、企画調整や人事、財務など運営管理に関する仕事を行います。

**土木**  
道路や河川、港湾、上下水道の整備と管理から、再開発、区画整理、都市計画まで、様々な事業に携わる職種です。

**建築**  
都市づくりや住宅政策の企画、公共住宅を建設するための計画・設計の監督、建築物の確認と許可などを行います。

**機械**  
上下水道施設や都営地下鉄にある機械設備の維持管理をはじめ、道路、河川、公園での設備建設、環境保全の規制や指導を行います。

**電気**  
都営地下鉄や空港、上下水道施設の電気設備の維持管理のほか、道路や公園の電気設備の設置、都庁LANの運営管理などを担います。

# 1 DAY SCHEDULE

先輩たちの1日を知りたい

実際に働いている先輩たちのリアルな1日をお届けします。

12:00 ランチ



Lunch

同僚とともにランチへ。  
議会棟の下の定食屋さんが行きつけです。

12:00 ランチ

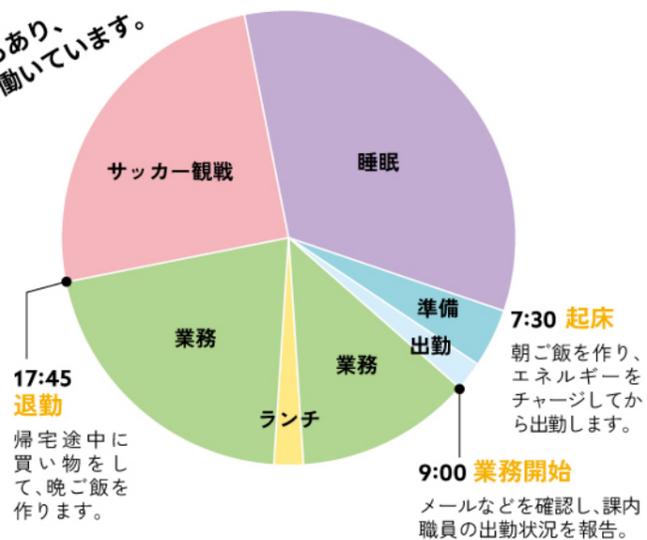


Lunch

自席や外のベンチで、お弁当を食べます。  
今日の献立は、豚汁と炊き込みおにぎり。

3年を目安に仕事内容が変わり、  
新たな業務にも挑戦できる。

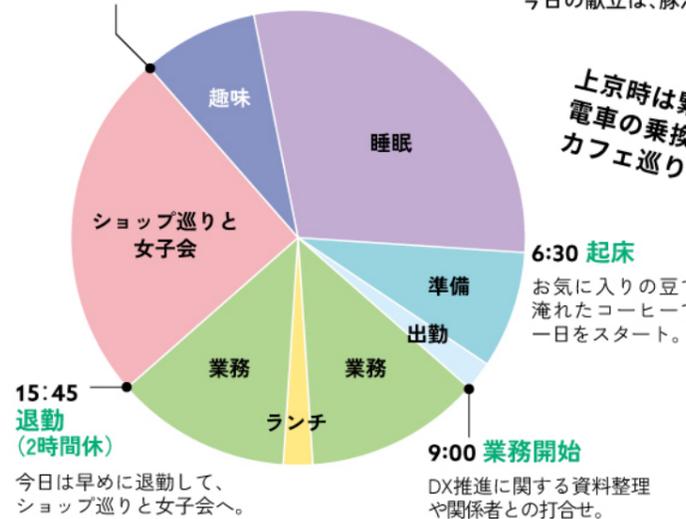
職場を越えた  
職員同士の交流もあり、  
和気あいあいと働いています。



事務職

22:00 趣味時間

旅行プランを考えたり、次に行きたい国の動画を観たりしてリラックス。



上京時は緊張した  
電車の乗換にもすっかり慣れて、  
カフェ巡りを満喫！

技術職

仕事とプライベートを両立できる  
柔軟な働き方があります。

事務職  
金坂 勇輝  
主税局 資産税部  
固定資産評価課  
2023年入都



Yuki Kanesaka  
administration



Work

打合せ結果をもとに資料の作成・修正を行います。



Work

外部との進捗確認や意見調整。  
丁寧なコミュニケーションを心がけます。

Izumi Yasunaga  
civil engineering

技術職(土木)  
安永 いずみ  
水道局 総務部  
施設計画課  
2017年入都



## 教育研修について話そう



入都してすぐの新任研修は、たくさんの同期と知り合えるのが魅力です。友人と出合いながら、都職員や社会人としての基礎をゆっくり学んでいきます。

チューターからOJTを受けながら仕事を一緒に学べるので安心ですね。また、資格取得の費用を支援してくれたり、海外の大学に留学するプログラムがあったりと、年次を重ねても学びがあります。



## 働き方について話そう



一人で集中したいときにテレワークを活用しています。また、自宅でのテレワークで通勤の時間が無くなる分、趣味の時間もしっかり取れます。

年次有給休暇は、1日単位だけでなく半日単位や時間単位でも取れるので、通院やプライベートの予定などに、業務の進捗に合わせて柔軟に対応できます。



※休暇についてのよくある質問はP14にも掲載



仕組みを変えるのは、  
たくさんの方たち。

技術職(土木)  
安永 いずみ  
水道局 総務部 施設計画課

若手職員の多い部署に配属となり、そこで改善提案が採用されて、課内の業務効率が向上。自分でも、東京都の仕組みを変える力になれることを実感しました。



被災者からもらった、  
温かいやりがい。

事務職  
金坂 勇輝  
主税局 資産税部 固定資産評価課

能登半島地震の災害派遣に従事したときのこと。被災者と向き合う中で「寒い中ありがとう」とカイロをいただき、誰かの支えになっているんだなとやりがいを感じました。



多彩な部署が  
日本の首都を支えている。

技術職(機械)  
柳本 宗樹  
交通局 車両電氣部 車両課

水道局と交通局を経験し、それぞれ浄水場の劣化調査や都営地下鉄の新車設計などに関わりました。大都市のインフラを支える設備の完成を目にしたときには、大きな達成感があります。

# Episode

都職員でよかった！エピソード集



未来の東京をつくり、  
次世代へ引き継ぐ。

技術職(電気)  
鶴田 和也  
下水道局 建設部 設備設計課

担当する大規模工事では、施設の運転を止めることなく工事を進める必要があるため、様々な調整が欠かせません。課題を克服し、設備が新たに動き出す瞬間にやりがいを感じます。



企業と人をつなぐと、  
「ありがとう」が聞こえる。

事務職  
松本 万由子  
産業労働局 雇用就業部 労働環境課

テレワークを導入している企業と、テレワークで働きたい人をつなぐイベントの運営を担当。感謝の言葉をたくさんいただき、自分が誰かの役に立っていると実感できました。



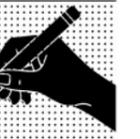
知識と言葉で、  
安全な建物をつくりだす。

技術職(建築)  
内田 稔也  
都市整備局 市街地建築部 建築指導課

高校生の頃から憧れていた建築指導業務。窓口を訪れる方の状況を丁寧に伺い、しっかり納得してもらえる答えができたときは、やりがいと成長を同時に実感できます。

# Success Note

## Ⅲ類採用試験の合格体験記



安永 いずみ



### 01 自分なりの勉強法と教材を見つける

勉強があまり得意ではなかったからこそ、「無理をしないこと」を意識。通学電車で暗記カード、寝る前は過去問を1問など、毎日1時間だけ集中して勉強しました。



得意分野や得点の大きい分野を伸ばすのも作戦のひとつですね。私は過去問を高校の進路室や書店などで入手しました。

※過去問はP12のQRコードからも確認できます。



内田 稔也



### 02 面接の秘訣は「分かりやすさと落ち着き」

面接で意識したのが、相手に分かりやすくなるように「結論→理由」の順で伝えること。そして、嘘ではなく事実だけを話すようにしたからこそ、堂々と発言できました。



柳本 宗樹



松本 万由子

私は、毎日違う先生に模擬面接をお願いして、どんな場面でも落ち着けるように準備しました。



金坂 勇輝



### 03 事前準備でイメージをつかむ

第一志望の東京都の試験前に他の公務員試験も受験しました。試験会場の雰囲気慣れたことで、本番では緊張せずに力を発揮できました。



東京都の採用HP以外にも、都職員の親戚や先輩、知り合いなどに話を聞くことで、業務や仕事場のイメージがしやすくなりました。



鶴田 和也

# STEPS to Employment

採用までのステップを知りたい

Ⅲ類採用に合格するまでには、①申込み、②第1次試験、③第2次試験、④最終合格発表の4つのステップがあります。日付や時間をしっかりチェックして、勉強の成果を発揮しましょう！

## 試験の日程 (令和8年度)



## 試験の内容

### 第1次試験

- 教養試験(2時間)**  
 ① 一般教養についての五肢択一式(45題必須解答)
- 作文(事務職/1時間20分)**  
 ② 課題式(1題必須解答)
- 専門試験(技術職/1時間30分)**  
 ③ 職務に必要な専門知識についての記述式(5題中3題選択解答)

### 第2次試験

**口述試験**  
 主として人物についての個別面接

過去問に挑戦！



## 応募のしかた

Ⅲ類採用試験への応募は「インターネット申込」で受け付けています。

### 個人情報登録



受験者サイトから新規登録を行います。登録が完了したら、「マイページ」の申込手続に進みましょう。

### 申込手続



希望する試験の「申込/確認」ボタンを押して申込手続へ。必要事項を入力して、手続を完了させます。

### 第1次受験票入手



登録したメールアドレスに受験票発行のお知らせが届きます。印刷したものを、当日お持ちください。

### 結果確認



結果のお知らせのメールが届いたら、受験者サイトにアクセスして、試験結果を確認しましょう。

※Ⅲ類採用試験は18歳～21歳の方を対象とした採用試験です(年齢は、令和9年4月1日時点の年齢です。)  
 ※最終合格者は、採用候補者として採用候補者名簿に登録されます。任命権者は、提示された候補者について採用面談・受験資格の確認等を行い、その結果に基づき採用者を内定します(最終合格しても採用されない場合があります。)  
 ※日程等は変更となる場合があります。東京都職員採用サイトで最新情報をご確認ください。

## よくある質問チャット



採用試験の成績が、配属先の決定に影響する？

配属される局は、試験の成績とは関係ありません。希望や適性を踏まえて、業務の必要性や各局の状況などを考慮して決められています。



「Ⅰ類・Ⅱ類・Ⅲ類」の採用の違いで、昇進のチャンスも違う？

入都してからある期間が経つと、採用の種類に関係なく、昇任選考を受験できるようになります。能力と業績にもとづいて選考されるので、努力次第で主任・課長代理・管理職に昇進することも。



Ⅲ類採用について聞きたいことは、どこに問い合わせたらいい？

先生に聞いたり、調べても分からないことは、このパンフレットの裏表紙に書いてあるメールアドレスと電話番号に連絡してみましょう。受験する本人が連絡したほうが、寄り添って答えやすくなります。



勤務の開始時間は9時ですか？

最大9種類の勤務時間帯から、柔軟に開始時間を選択できます。



どんな休暇がありますか？

毎年20日付与<sup>\*</sup>される年次有給休暇や、5日付与される夏季休暇、育児と仕事との両立のための休暇等があります。仕事もプライベートも充実できるよう柔軟な働き方を進めています。

※4月採用の場合、15日付与されます。



職員住宅ってあるの？

福生市や武蔵野市などにあります。住宅の種類は単身用と世帯用の2種類です。



毎月の給与水準はどのくらいですか？

高卒新卒者の初任給水準は、約24万円です<sup>※1</sup>。他にも、住宅手当や通勤手当などの諸手当が充実しているので安心です！<sup>※2</sup>

※1 区部・多摩勤務の場合 ※2 手当ごとに支給要件があります。



## 採用イベント情報を知りたい

### 都庁セミナー

東京都は何を目指し、どんな役割を担っているのか。どんな働き方をしているのか。都庁職員と話すことができる最大規模のイベントです！

### 都庁ONLINE SESSION

東京まで気軽に来られない人にも嬉しい、オンライン採用イベント。座談会やワークショップを通して、働き方や仕事について知ることができます。

### 都庁WEB EXPO

自宅でも、外出先でもライブ配信で視聴できる、オンライン説明会。顔を出すことなく、質問コーナーで気軽に質問できるのも魅力です。

### 都庁Career Meeting

対面とオンラインの両方で開催される、都職員のキャリアを考えるイベント！講演や座談会、ディスカッション、個別相談を通して、将来像を考えましょう。



その他のイベント情報は  
こちらから！



## ショート動画をCHECK！

# TOKYO CAREER × DIVERSITY



「仕事」と「働き方」をサクッと知れる特設サイト  
「TOKYO CAREER × DIVERSITY」もチェック！

