

2026 SELECT INTERNSHIP

CHALLENGE

R E A T I O

NEXT STAGE

FUKUCHIYAMA CITY



SELECT INTERNSHIP の特徴

伝えたい
届けたい
職員の熱い想い!



- ・自分の進路状況に合わせてコースを **SELECT** できます。
- ・日程、体験部署を **SELECT** できます。
- ・参加する日数を **SELECT** できます。
- ・消防職や資格職も **SELECT** できます。

実習期間中に行われる
若手職員との懇談会では
就職活動のコツも
気軽に聞けるよ!



参加者学生の感想

★★ 一般行政職 ★★ ●様々なワーク、体験をさせていただき、非常に学びの多い5日間でした。●深い内容の業務を務めさせていただき、貴重な経験となりました。

●それぞれの課を体験するだけでなく、インターンシップ生で協力し一つの目標を成し遂げる経験が自分の糧になりました。●先輩職員の方々との対談機会は、部署を横断した質問をすることができ、特にありがたい企画でした。●体験していない部署についても、他の参加者と体験内容を情報交換する時間があり、他の部署の様子も間接的に知ることができてよかったです。

★★ 技術職 ★★ ●初めてのインターンシップでしたが、職員の方が私たちのことを考えてプランを立ててくれ、どれもとても役に立つ内容でした。●公務員と民間企業の両方に勤めた経験がある方々の、両方の意見を知れたことが印象に残りました。●今まで、CADに興味はあっても触れる機会はありませんでしたが、初めて使うことができとても嬉しかったし、実際に使ってみて難しかったのでもっと使ってみたいと思いました。

★★ 消防士 ★★ ●給料をもらって仕事をするの大変さを知れたこと、また、日常生活で経験できないことを学ぶことができ、とても良い経験になりました。●1週間、日勤職員と同じ時間帯を消防署で過ごし、様々な業務を見学・体験することができました。

ENTRY



希望職種・希望コースを選びます

- ・希望コースを選びます。
- ・資格職を希望される方は専門の課程を履修している方に限ります。
- ・高校生は、将来の進路希望を見据えた職種で申し込んでください。

<申込前の注意事項>

- 参加に関する費用（交通費・宿泊費等）については全額自己負担となります。
- インターンシップ受入決定となりますと、学校と協定を結ぶこととなりますので、申込みをする前に、福知山市セレクトインターンシップへの参加意向を大学のキャリアセンターや就職課またはジョブパークにご相談ください。
- 内容や受入先が変更になる場合があります。
- 保険加入が原則となります。（個人又は学校で加入します。）

2



申込みをします

申込期限 【B日程】令和8月5月19日（火）

【B日程以外】令和8年5月29日（金）

- ・インターネットの申し込みフォームより申し込みをします。
- ・パソコンやスマートフォンから24時間申し込みできます。
- ・応募者多数の場合は選考により決定します。（先着順ではありません。）
- ・締切日を過ぎていても参加できる場合があります。事務局（0773-24-7034）までお問い合わせください。

3

参加の可否について、福知山市よりメールでお知らせします



4



福知山市から指定された書類等を期日までに提出します

- ・インターンシップ実習生調書
- ・誓約書 他

5



インターンシップに参加します



6

福知山市インターンシップ体験報告書を提出します



一般行政職・資格職版



幅広く知り、体験することができる！

一般行政職、資格職（保健師、社会福祉士、栄養士等）志望の方、どなたでも参加できます。

各日程：午前8時30分～午後5時15分

コース	受入期間	内容
【A日程】 3DAY オープンカンパニー	令和8年8月5日（水） ～8月7日（金）	庁舎見学・若手職員との懇談会・ワークショップ 他
【B日程】 1WEEK インターンシップ ※選考あり	令和8年8月24日（月） ～8月28日（金）	庁舎見学・若手職員との懇談会・職場体験・ワークショップ 他



技術職特別版



土木建設業務を余すところなく体験！！

各日程：午前8時30分～午後5時15分

コース	受入期間	内容
【C日程】 3DAY オープンカンパニー	令和8年8月5日（水） ～8月7日（金）	庁舎見学・若手職員との懇談会・ワークショップ 他
【D日程】 1WEEK インターンシップ	令和8年8月24日（月） ～8月28日（金）	庁舎見学・若手職員との懇談会・職場体験・ワークショップ 他

<職場体験例>

現地測量、現地対応、現況調査、設計業務等
（参加日程によって内容が異なります。）

<受入部門>

建設交通部、産業部
上下水道部

実際に現場の業務を
体験できます！

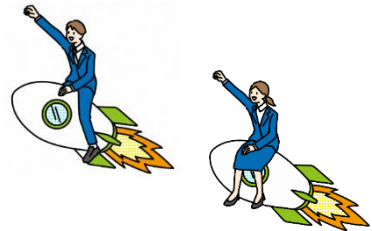


こんな人にオススメ！

●3DAY オープンカンパニー (A 日程)

市役所全体について知ることができます。

- ・ 将来のために、様々な業種を見てみたい！
- ・ 短期間で市役所について知りたい！
- ・ 幅広く公務員を志望している。民間にも興味がある。



●1WEEK インターンシップ (B 日程) ※選考あり

職場体験で多くのことを経験することができます。

また、参加者で過ごす時間もたくさんあります。

【条件】・ 公務員を志望していて、福知山市役所で働きたい！

- ・ 現時点で自分のやりたいことが明確！
- ・ 他の学生との交流の中で情報の交換やモチベーションの向上を図りたい！

※選考にもれた方は、他のコースをご案内することがあります。

●技術職特別版インターンシップ (C、D 日程)

技術職に特化した職場体験で多くのことを経験することができます。

注意事項

- * 受入部門や内容は、予告なしに変更になる場合があります。
- * 上記以外の日程を希望される場合は、御連絡ください。(必ず対応出来るとは限りません)
- * その他、何かございましたら事務局まで御連絡ください (例：日数の変更希望等)

消防職特別版



夢への第一歩！

各日程：午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分

コース	受入期間	内容
【E 日程】 3DAY	令和 8 年 8 月 5 日 (水) ～8 月 7 日 (金)	消防業務 (消防車の点検、消防訓練等の消防士体験、事務作業等)
【F 日程】 3DAY	令和 8 年 8 月 26 日 (水) ～8 月 28 日 (金)	消防に特化した内容で、

放水訓練や救助訓練も体験できます！

注意事項

- * 1 DAY や 3 DAY など希望される場合は事務局まで御連絡ください。
- * 一般行政職等と技術職または消防職の 2 つのインターンシップに参加したい場合は、事務局 (0773-24-7034) までお問い合わせください。



1日のスケジュール(例)

8:30	8:30 ~ 9:15	9:15 ~ 10:00	10:00 ~ 12:00	12:00 ~ 13:00	13:00 ~ 16:00	16:00 ~ 17:00	17:00 ~ 17:15
朝礼	オリエンテーション・ガイダンス	庁舎見学	各分野の仕事体験	昼休憩	各分野の仕事体験	先輩職員との懇談会	終礼

庁内を見学するだけでなく興味のある職場の職員から話を聞くことができます！

実際に希望の職場で体験してもらいます。事務作業だけでなく、企画のプレゼンやグループワーク、イベント補助など幅広く体験してもらいます。

毎年大好評の採用1年目等の先輩職員から採用試験、職場環境、プライベートな話までざっくばらんに話ができる懇談会です！

令和7年度の様子



様々な体験メニューを用意しています！



実際に、
 ・ 職場を見て！
 ・ 職員から話を聞いて！
 ・ 業務を体験できる！
 対面ならではの内容です



働き方改革

- ・健康管理とワークライフバランスの推進
- ・ノー残業デーの設定
- ・フレックスタイム制の実施



働きやすい職場環境

- ・フレックスタイム制・時差出勤制度
- ・女性の監督職・管理職の積極的な登用
- ・福利厚生充実
- ・研修制度の充実
- ・育児休業者の復帰支援プログラムの導入
- ・メンタルチェック制度の導入
- ・新規採用職員のメンター制度及び半年間の重点研修



採用試験の特徴

- ・筆記試験は教養試験とSPI3の選択制
- ・年に2回前期試験と後期試験実施
- ・前期試験は公務員試験では早い5月に実施
- ・前期試験の最終合格発表は7月上旬
- ・いつでもすぐにできるインターネット申請



インターンシップ生の成果

インターンシップ生による先輩職員インタビュー記事はこちらから



インターンシップ生が市役所の職場紹介記事を作成しました！
市役所の紹介文、自分が体験した内容などを盛り込んでいただいています♪

高齢者福祉課の業務を体験したインターンシップ生の記事

福知山市セレクトインターンシップ B日程

2025年夏ver.



福知山市役所とは？

福知山市役所は、京都府福知山市の行政を担う地方自治体の中枢機関です。市役所は市民サービスの窓口として、福知山市民の生活に関わる様々な行政業務を行っています。

福知山市シティプロモーション

福知山は明智光秀ゆかりの地であり、光秀を超えていくような挑戦をする“変化人”を応援したいと、市民向けの企画として立ち上げられました。



3日間のインターン内容

- 8/19 高齢企画係と介護保険係について
人権研修 災害時についてグループワーク
権利擁護ネットワーク会議参加
- 8/20 介護保険係事務（介護保険負担限度額認定・
介護給付金費過誤申立・介護給付費の分析）
貯筋体操指導者育成講座
- 8/21 介護認定審査会 振り返り
※貯筋体操とは「健康寿命」を延ばすために老後に備えて筋肉を貯める体操のこと

今回、私が業務体験をした健康福祉部高齢者福祉課には主に**高齢企画係**と**介護保険係**に分かれます。

◎高齢企画係

高齢者の生きがいづくり、健康づくり事業

◎介護保険係

介護保険料の決定、徴収、要介護認定の決定



権利擁護ネットワーク会議の様子



介護保険係の先輩職員の声

～現場で感じるやりがいと大変さ～



◆業務の実態と大変さ

- ・1件ごとの確認に時間がかかり、丁寧さが求められる
- ・申請者は「早く支援を受けたい」という思いが強く、対応の遅れがクレームにつながることも
- ・更新案内は600～800件、1週間に100件を超える対応が発生することも

◆やりがい・意義

- ・支援が本当に必要な人に届いたとき、大きな達成感を感じる
- ・自分の仕事が、低所得者支援など社会貢献につながっている実感がある

◆働きやすさ・制度の魅力

- ・フレックス制度・育休の取得がしやすく、子育てとの両立も可能◎
- ・ワークライフバランスが取りやすく、安心して働ける環境「子どもとの時間を大切にできる」「制度を遠慮なく使える」という声も

学んだこと

3日間のインターンシップを通じて、高齢者福祉課の幅広い業務について知ることができました。実際に業務を体験する中で、高齢者に関する重要な資料をExcelでまとめたり、会計処理など数字を扱う作業にも取り組みました。これらは苦手意識のある分野でしたが、「仕事としてやり遂げたい」という強い気持ちで取り組みました。最後までやり切ることができたときには、大きな達成感を得ることができました。また、先輩職員の方の発表を見学する中で、PowerPointの使い方やプレゼンテーションの工夫など、自分に足りない点にも気づくことができました。さらに、庁外での会議にも参加し、自分の意見を積極的に伝えることの大切さを学び、「発言することを恐れない」という意識も持てるようになりました。今回のインターンシップを通して得た経験や学びを、今後の学業や将来の進路選択にしっかりと生かしていきたいと考えています。



人権研修の様子



貯筋体操指導者育成講座の様子

資産活用課の業務を体験したインターンシップ生の記事



福知山市役所インターンシップB日程

福知山市

- 福知山市は京都府で2番目の市として誕生しました。
- 平成18年1月1日に福知山市・三和町・夜久野町・大江町の1市3町が合併しました。
- 福知山市は京都府の北西部に位置し、西は兵庫県丹波市、東は綾部市などと隣接し自然豊かなところであり、きれいな風景が広がっています。
- 京都市からは60km、大阪市からは70kmの距離のところに位置します。

→JR山陰本線・福知山線などが通り京都府北部における鉄道網の中心であり、北近畿の交通の要衝となっています。

面積：555.54km²
総人口：73,984人
【令和7年6月末現在】
世帯数：36,928世帯
【令和7年6月末現在】

右上の写真は旧中六人部小学校のTHE610BASEの写真
左下の写真は旧天津小学校のS-LABの写真



事務職 資産活用課

● 資産活用課体験内容

- 資産活用課の業務説明
- 課内人権研修【DVD視聴・意見発表】
- 中丹FM関連部局会議
→綾部市役所、舞鶴市役所の職員の方々に来ていただき市が力を入れている取組や課題を共有して改善していくような意見交換会を行いました。
- 係会議【公共施設マネジメント系の会議に参加】
- 廃校活用視察【旧天津小学校（サッカー等スポーツ施設）と旧中六人部小学校（いちご農園、カフェ）】
- 兵庫県神戸町視察対応
→福知山市の「廃校Re活用プロジェクト」についての説明を行いました。廃校活用の方針として地域の意向を重視したり、活用したいときは早いもの順ではなく、期間を設けて公募するといった方針があります。



←中丹FM関連部局会議の様子

旧中六人部小学校を活用しているTHE610BASE→



↑旧天津小学校を活用しているS-LAB

先輩職員の方のインタビュー

仕事をする上で心がけていることは？

- 今の業務の現状を伝えたり、考えを伝えたりして相談することが重要。→**チームワークが大事！**
- できるだけ早めに前もって計画を立てること。
- 相手に伝わりやすいような話し方で話し、自分で考え自分の意見を伝えることを意識すること。

仕事のやりがいは？

- 新聞記事に載って地域の方々に喜んでいただいたときにやってよかったといった達成感があり、やりがいを感じたこと。

廃校活用の現状と成果

福知山市では、平成24年度に27あった小学校が9年の短期間で16の廃校が発生。現在は10校の小学校で活用を実現している。**持続可能で発展性のあるような廃校を活用することが大切！**

こども家庭支援課の業務を体験したインターンシップ生の記事

福知山市役所

Intern Ship

2026 8

伝えたい、届けたい、
職員の想い！

庁舎見学から
職場体験まで！



いがいと福知山
Select Intern Ship
一般行政職も専門職も！

子育てに関わることはどんとこい！

こども家庭支援課大密着特集！

* こども家庭支援課インターンPOINT *

01 妊産婦及び0歳～18歳までの子どもとその保護者への支援



実際に4か月健診の見学・同行させていただきました！
普段赤ちゃんと触れ合う機会・お母さんのお話を聞く機会が
なかったのでこどもを育てる大変さや
楽しさの生の声を聞くことができました！

02 多様な学びアクションプラン『SIROらぼ』

不登校児童の受け入れを主に行っているSIROらぼ。
『子どもが来たいと思える場所』の通り、
自由度の高い場所だと感じました！
勉強したい子は勉強して、遊びたい子は遊ぶ。
子どものやりたい、を尊重している居場所でした。

03 子育て支援拠点・りとるハピネス

未就学児が遊んだり、お母さん同士の交流をしたり、と
笑顔いっぱいの場所でした。
お昼ごはんをハピネスで食べることができ、
職員さんと共に子どもを見守ることで
お母さんの息抜きの場になっているのだと思いました！



先輩インタビュー

実際に2名の方に
インタビュー
しました！

Q.普段どんなことされていますか？

A.看護師として、妊婦歯科検診の管理、こどもの予防接種の担当、
乳幼児健診の実施を行っています！
こども家庭支援課は、看護師・保健師・社会福祉士・栄養士等
専門職が揃っている課です！

Q.なぜ福知山市役所を選びましたか？

A.地元が京丹後市で、福知山でライフプランを組めたからです

Q.なにか一言メッセージをお願いします！

A.勉強大変だと思いますが、
無理ないように頑張ってください！



Q.普段どんなことされていますか？

A.栄養士として、乳幼児の栄養指導・離乳食教室等栄養に
関する業務を行っています！

Q.なぜ福知山市役所を選びましたか？

A.元々病院内の栄養に関する業務に興味があり、
福知山市役所はそこが充実していると感じたからです！

Q.なにか一言メッセージをお願いします！

A.こども家庭支援課は、優しい人ばかりの良い職場です！

学んだこと

まず、こども家庭支援課とは
何をしているんだろうというところ
から入ったけれど、
子どもが産まれる前から
自立できるまで一貫して
支援を行える課なのだと学びました。



▲りとるハピネス活動時の様子
親子体操に参加しました！

実際に、『SIROらぼ』や『りとるハピネス』等の現場に
行ってみて、【正解のない場所】だと感じました。
子どものやりたいこと、お母さん・お父さんの求めていることを
キャッチして、それを実行するという、
それぞれのニーズに合った支援を展開しているのだと思いました。



また、職員の方がどの方も優しく、
市民の方々が気軽に頼りたいと
思える雰囲気を
持っていらっしゃることが
印象的でした。

◀SIROらぼ活動時の様子
子どもたちと福知山駅までお散歩に行きました！

* 福知山市について *

京都府北部に位置する市

戦国武将・明智光秀が構える
福知山城を中心として、
観光業・グルメ・スイーツが
盛んに展開する、北部の中心地



★観光★

福知山城（福知山城天守閣）
↓明智光秀が丹波の拠点として築いた城。
展望台からの景色は絶景！

★グルメ★

鳥名子久兵衛
↓絶品「鴨すぎ」の他、
鳥名子ならではの鴨料理が食べられます！



★スイーツ★

足立音衛門
↓丹波栗を使った絶品スイーツ
旧佐賀小学校の廃校を活用した里山ファクトリーも！

* 福知山市役所について *

市長直轄組織・市長公室・総務部・市民生活部・健康福祉部・
こども家庭部・産業部・建設交通部・会計室・消防本部・
教育委員会事務局・市議会事務局・上下水道部・
私立福知山市民病院・選挙管理委員会事務局・監査委員事務局・
公平委員会事務局・農業委員会で成り立つ。

特に、私が3日間同行させていただいたこども家庭部は、
・ **こども家庭支援課**
↓子育てのお悩み相談、虐待・不登校児童・生徒の対応、健診等
の実施

・ **こども福祉課**
↓子育て支援給付、出産育児一時金等の対応

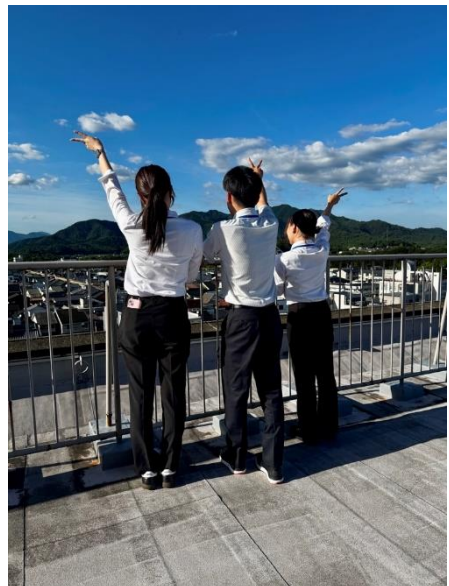
・ **幼保支援課**
↓入園・入所案内や手続き、保育所等の給食献立
に分かれており、本庁の隣の「ハピネスふくちやま」にて
業務を行っていた。

市役所外でも、
不登校児の学びの場 SIROらぼ
親子交流スペース りとるハピネス
地域でのこどもの遊び場所 各児童センター 等
の子育て支援施設運営を行っている



福知山市のことを調べたり、
先輩職員にインタビューしたりしながら、
記事を完成させました！

“ 2026 夏 ”
福知山市のインターンシップを通して、
成長しませんか？





問い合わせ 福知山市役所市長公室職員課

〒620-8501 京都府福知山市字内記 13 番地の 1

TEL (0773)24-7034

Email syokuin@city.fukuchiyama.lg.jp