

難関資格の最短ルート、
アガルート

|受|講|相|談|限|定|

最短合格 学習ガイドブック

社会保険労務士試験

社労士試験

合格ハンドブック

AGAROOT ACADEMY

目次

第1部:社労士試験の全体像と学習の基本戦略

1. 社労士とは
2. 社労士試験の概要
3. 試験科目と配点
4. 合格に向けた学習戦略の要点

第2部:合格へ導く学習カリキュラム戦略

- **Step 1:基礎力養成期(知識のインプットと土台作り)**
 - 基礎講義
 - 総合講義(肢別過去問集付属)
- **Step 2:実践力・応用力養成期(アウトプット中心の訓練)**
 - 過去問マスター答練／実力確認答練
 - 選択式集中特訓講座
 - 科目横断整理講座
 - 法改正対策講座(1年分)
 - 白書対策講座
- **Step 3:実力完成・総仕上げ期**
 - 模擬試験

第3部:合格後のキャリアと実務

1. 独立開業という選択肢
2. 組織内での活躍(勤務)
3. 先輩合格者の声
4. 合格後に必須となる「実務能力」

はじめに

社会保険労務士(社労士)という価値ある国家資格に興味を持ち、その第一歩を踏み出そうとされている皆様を心より歓迎します。

社労士試験は、合格率が例年一桁台という難関試験ですが、正しい戦略を持って計画的に学習を進めれば、必ず合格を勝ち取ることができます。重要なのは、試験の全体像を正確に把握し、自分に合った学習計画を立て、最後までやり遂げることです。

このハンドブックは、皆様が合格というゴールにたどり着くまでの羅針盤となることを目指して作成しました。第1部では社労士という資格の魅力や試験の全体像を、続く第2部では合格から逆算した具

体的な学習カリキュラムを、そして第3部では合格後の多彩なキャリアパスと専門家として成功する秘訣を解説していきます。

この一冊が、皆様の挑戦を力強く後押しし、輝かしい未来への扉を開く一助となることを心から願っています。

第1部：社労士試験の全体像と学習の基本戦略

1. 社労士とは

どんな資格？

社会保険労務士は、労働・社会保険に関する法律の国家資格であり、「人事・労務管理のスペシャリスト」です。企業経営に不可欠な「人」に関する専門家として、労働者の権利を守り、企業の健全な発展を支えるという、非常に社会的意義の大きい役割を担っています。

社会での役割と評価

社労士は、複雑な労働社会保険の手続き代行、就業規則の作成、人事・労務に関するコンサルティングなど、多岐にわたる業務を行います。「働き方改革」や「多様な働き方」が推進される現代において、その専門知識はますます重要視されており、企業からの信頼も厚く、高く評価されています。まさに「企業と働く人の架橋」となる存在です。

キャリアパスと将来性

資格取得後のキャリアは非常に多彩です。

- 独立開業：自身の事務所を構え、多くの企業のパートナーとして活躍。
- 企業内社労士：企業の人事・総務部で専門知識を活かし、組織の中核を担う。
- コンサルティング：人事制度の構築や労務問題の解決など、高度なコンサルティング業務に特化する。

AIの進化が著しい時代ですが、個別の事情に合わせたきめ細やかな対応や、経営者との信頼関係に基づくコンサルティングは、人にしかできない業務です。そのため、社労士の将来性は非常に明るいと言えるでしょう。

2. 社労士試験の概要

試験の基本情報

- 受験資格：大学卒業、一定期間以上の実務経験など、複数のルートがあります。詳細は必ず公式サイトで確認してください。
- 試験日：年1回、例年8月の第4日曜日
- 申込期間：例年4月中旬～5月末
- 合格発表：例年10月頃

近年の試験結果

社労士試験は合格率が例年6～7%前後で推移する難関試験です。しかし、これは適切な準備がで

きなかった人も含めた数字です。正しい戦略で学習すれば、十分に合格を狙えます。

年度	申込者数	受験者数	合格者数	合格率
令和5年	53,292人	42,741人	2,720人	6.4%
令和4年	52,291人	40,633人	2,134人	5.3%
令和3年	49,433人	37,306人	2,937人	7.9%
令和2年	49,250人	34,845人	2,237人	6.4%

合格基準

合格するためには、以下の2つの基準を同時にクリアする必要があります。これが社労士試験の大きな特徴です。

1. 総得点基準: 選択式試験・択一式試験それぞれの総得点が、合格基準点を上回ること。(例: 総得点の約7割)
2. 科目別基準点(足切り): 各科目で、最低限必要な得点(基準点)を確保すること。(例: 選択式は5点中3点、択一式は10点中4点)

つまり、1科目でも基準点を下回ると、たとえ総合点が満点でも不合格になってしまいます。全科目をバランスよく学習することが不可欠です。

3. 試験科目と配点

試験科目は大きく「労働編」と「社会保険編」に分かれ、出題形式は「選択式」と「択一式」の2種類です。

大分類	科目名	選択式 (80分)	択一式 (210分)
労働編	労働基準法及び労働安全衛生法	1問 (5点)	10問 (10点)
	労働者災害補償保険法	1問 (5点)	10問 (10点)
	雇用保険法	1問 (5点)	10問 (10点)
	労務管理その他の労働に関する一般常	1問 (5点)	10問 (10点)

	識		
社会保険編	社会保険に関する一般常識	1問 (5点)	
	健康保険法	1問 (5点)	10問 (10点)
	国民年金法	1問 (5点)	10問 (10点)
	厚生年金保険法	1問 (5点)	10問 (10点)
合計	全8科目	8問 (40点)	70問 (70点)

各科目の内容

- 労働基準法及び労働安全衛生法: 労働時間や賃金といった労働条件の最低基準を定める「労働基準法」と、職場での労働者の安全と健康を守る「労働安全衛生法」について学びます。全ての労働法の基礎となる科目です。
- 労働者災害補償保険法: 仕事中や通勤中に発生したケガや病気(労働災害)に対して、労働者やその家族を保護するための保険制度について学びます。
- 雇用保険法: 労働者が失業した際の生活保障や再就職支援、雇用の安定などを目的とした保険制度について学びます。
- (補足)労働保険徴収法について: 「徴収法」は独立した試験科目ではありません。労働保険(労災保険・雇用保険)の保険料をどのように集めるかを定めた法律で、その内容は主に「労働者災害補償保険法」と「雇用保険法」の科目内で出題されます。複数の科目にまたがるため、横断的な理解が求められる重要な分野です。
- 労務管理その他の労働に関する一般常識: 労働契約法や労働組合法といった個別の法律や、最新の労働経済白書・統計など、労働に関する幅広い知識が問われます。
- 社会保険に関する一般常識: 介護保険法や国民健康保険法など、主要な社会保険以外の制度に関する幅広い知識が問われます。
- 健康保険法: 主に会社員とその家族が加入する公的医療保険制度について学びます。病気、ケガ、出産などに対する給付が中心です。
- 国民年金法: 日本に住む全ての人が加入する公的年金の基礎部分です。老齢・障害・死亡に対する「基礎年金」の仕組みを学びます。
- 厚生年金保険法: 主に会社員が国民年金に上乗せして加入する年金制度です。基礎年金に加えて、収入に応じた年金が給付される仕組みを学びます。

4. 合格に向けた学習戦略の要点

学習時間と基本サイクル

- 標準学習時間: 合格に必要な学習時間は、一般的に800~1000時間と言われています。1年で合格を目指すなら、平日2時間、休日5時間程度の学習をコンスタントに続ける覚悟が必要です。

- 基本サイクル: 最も重要なのは「インプットとアウトプットの高速回転」です。
 1. インプット(講義・テキスト): まずは全体像を掴むことを意識し、完璧に理解しようとせず、どんどん先に進みましょう。
 2. アウトプット(過去問演習): インプットした範囲の過去問をすぐに解きます。最初は解けなくて当然です。目的は「何が、どのように問われるか」を知ることです。
 3. 知識の再確認: なぜ間違えたのか、どの知識が曖昧だったのかをテキストに戻って確認します。この繰り返しで、知識は単なる「情報」から、問題を解くための「使える武器」に変わります。

科目別の攻略法

社労士試験では、科目ごとの特性を理解し、それに合った学習法を取り入れることが合格への近道です。

- 労働基準法・労働安全衛生法
 - 特徴: 全ての労働法の基本となる最重要科目。条文の趣旨や背景を問う問題が多く、判例からの出題も頻出です。
 - 攻略法: なぜそのルールがあるのか(趣旨・目的)を常に意識しましょう。特に重要な判例は、結論だけでなく「どのような事案で、なぜその結論になったのか」というストーリーで理解することが記憶の定着に繋がります。労働安全衛生法は範囲が広いですが、出題分野には偏りがあるため、過去問で頻出論点を確実に押さえることが効率的です。
- 労働者災害補償保険法(労災保険法)
 - 特徴: 制度の目的が明確で、学習した分だけ得点に結びつきやすい科目です。
 - 攻略法: 「業務上の事由又は通勤による労働者の負傷、疾病、障害又は死亡に対して迅速かつ公正な保護をする」という制度の目的を常に念頭に置きましょう。保険給付の種類や要件は、図や表を使って体系的に整理すると理解が深まります。
- 雇用保険法
 - 特徴: 給付の種類が多く、支給要件の数字(日数、金額など)が複雑で混乱しやすい科目です。
 - 攻略法: まずは基本手当を中心に全体像を掴み、そこから各給付制度へと知識を広げていくのが王道です。特に数字の要件は、横断整理講座などを活用して、他の科目との違いを意識しながら正確に覚えましょう。
- 健康保険法
 - 特徴: 日常生活に身近なテーマですが、高額療養費の計算など、専門的な知識が問われます。
 - 攻略法: 労災保険や年金法など、他の社会保険制度との共通点・相違点を比較しながら学習すると効率的です。特に被保険者の資格や保険給付の種類は、混同しないように注意深く整理しましょう。
- 国民年金法・厚生年金保険法
 - 特徴: 社労士試験における最大の山場。制度が複雑でボリュームも多く、多くの受験生が苦手とします。
 - 攻略法: まずは全ての年金制度の土台である国民年金法から学習を始め、その基礎知識の上に厚生年金保険法の知識を上乗せしていくイメージで進めましょう。保険

料、被保険者期間、受給資格期間といった基本用語の定義を正確に理解することが不可欠です。複雑な給付体系は、図解やイラストを多用して視覚的に理解することを心がけてください。

- 労働に関する一般常識・社会保険に関する一般常識
 - 特徴: 出題範囲が非常に広く、対策が立てづらい科目。多くの受験生が基準点割れ(足切り)を恐れます。
 - 攻略法: 満点を目指すのではなく、確実に基準点をクリアすることを目標とします。深入りは禁物です。過去問で頻出の法律(労働契約法、労働組合法など)や、白書・統計問題の重要なキーワードに絞って学習するのが最も効率的です。

近年の出題傾向と応用力の強化

近年、単に条文を暗記しているだけでは解けない、具体的な事例に基づいた「現場思考型」の問題が増加しています。これは、実務で本当に使える知識が問われている証拠です。

このような未知の問題に対応する「応用力」を養うためには、以下の学習法が有効です。

- 「なぜ?」を常に考える: テキストを読む際、「なぜこの規定があるのか?」と常に自問自答する癖をつけましょう。
- 横断的な学習: 例えば、「雇用保険法」と「健康保険法」で共通する「被保険者」の考え方の違いを比較するなど、科目間の繋がりを意識して学習することで、知識が立体的になります。
- 法改正情報に敏感になる: 社労士試験は「法改正」が非常に重要です。最新の法改正点は最優先で学習しましょう。

第2部: 合格へ導く学習カリキュラム戦略

社労士試験の合格を勝ち取るためには、長期間にわたる学習を計画的に進める必要があります。ここでは、学習期間を大きく「Step 1: 基礎力養成期」「Step 2: 実践力・応用力養成期」「Step 3: 実力完成・総仕上げ期」の3つのステップに分け、それぞれの段階で何をすべきか、どのような能力を身につけるべきかを具体的に示します。このカリキュラム戦略は、独学で計画を立てる方にも、予備校を選ぶ際の指針としても活用できます。

Step 1: 基礎力養成期(知識のインプットと土台作り)

この時期の目的は、試験の全範囲にわたる知識を網羅的にインプットし、基本的な問題を解けるレベルの強固な土台を築くことです。焦らず、着実に知識を積み上げていきましょう。

基礎講義

- 役割・獲得目標:
本格的な学習に入る前の準備運動です。各科目がどのような目的で定められた法律なのか、全体としてどのような構造になっているのかを大まかに掴み、学習への心理的なハードルを下げることが目標です。
- 効果的な学習法:
ここでは細かな暗記は不要です。まずは講義を聴き流す、テキストをざっと読み通すなどして、

科目全体のイメージを掴むことに専念してください。全体を1周することで、この先学ぶ知識の「地図」を手に入れることができます。

総合講義(肢別過去問集付属)

- 役割・獲得目標:
合格に必要な知識をゼロから体系的にインプットする、学習の中核となる段階です。各法律の条文や制度趣旨を深く理解し、過去問レベルの基本的な問題に対応できる基礎力を確立します。
- 効果的な学習法:
第1部で解説した「インプットとアウトプットの高速回転」を最も意識すべき段階です。「講義視聴・テキスト読み込み」で知識を入れたら、すぐに付属の肢別過去問集で該当範囲の演習に取り組み、知識の使い方を確認します。特に、配点の大きい労働基準法や年金科目など、主要科目に重点的に時間を配分し、盤石な基礎を築き上げましょう。

Step 2: 実践力・応用力養成期(アウトプット中心の訓練)

基礎期でインプットした知識を「使える武器」に変え、実際の試験で得点する力を徹底的に鍛える時期です。ここからはアウトプット中心の学習にシフトします。

過去問マスター答練／実力確認答練

- 役割・獲得目標:
過去問を徹底的に演習し、知識の精度を高めます。主要な出題論点を網羅し、択一式試験及び選択式試験で確実に得点できる実践力を養成することが最大の目標です。
- 効果的な学習法:
最低でも3周は繰り返すことを前提とします。
 - 1周目: 正解できたか否かよりも、なぜその選択肢が正解(または不正解)なのか、根拠となる条文や判例をテキストで確認する作業を丁寧に行います。
 - 2周目以降: 正解の選択肢だけでなく、不正解の選択肢が「なぜ」「どこが」誤っているのかを自分の言葉で説明できるレベルを目指します。これを繰り返すことで、知識は盤石なものになります。

選択式集中特訓講座

- 役割・獲得目標:
空欄補充形式特有の対策を行い、高得点を目指すと同時に、基準点割れ(足切り)のリスクを徹底的に排除します。
- 効果的な学習法:
判例や目的条文など、選択式で狙われやすい箇所の読み込みを重点的に行います。キーワードを正確に抜き出す訓練を繰り返しましょう。

科目横断整理講座

- 役割・獲得目標:
目的条文や給付制限事由など、複数の科目にまたがる類似論点を整理し、混同しやすい知識を明確に区別します。
- 効果的な学習法:

横断的に整理された表やテキストを使って、知識を体系的に再構築し、記憶を確実なものにします。

法改正対策講座(1年分)

- 役割・獲得目標:
毎年のように出題される法改正点を効率的に学習し、得点源とします。
- 効果的な学習法:
法改正は試験の最重要ポイントの一つです。なぜ改正されたのかという背景まで理解しておくと万全です。

白書対策講座

- 役割・獲得目標:
労働経済・厚生労働白書等の対策を効率的に行います。
- 効果的な学習法:
出題範囲が広いため、深入りは禁物です。頻出の統計データやキーワードに的を絞って学習し、確実に得点できる知識を身につけます。

Step 3: 実力完成・総仕上げ期

これまで培ってきた実力を本番で最大限に発揮するための最終調整期間です。本番を想定したシミュレーションを通じて、合格を確実なものにします。

模擬試験

- 役割・獲得目標:
本番と同一の形式・時間で問題を解くことで、時間配分や解答順序といった本番での戦略を確立します。同時に、現時点での自分の弱点を客観的に洗い出し、最後の補強を行うことが目標です。
- 効果的な学習法:
「本番のつもりで解き、本番以上に復習する」ことが鉄則です。
 - 受験時: 必ず時間を計り、静かな環境で、本番さながらの緊張感を持って臨んでください。
 - 復習時: 点数に一喜一憂するのではなく、間違えた問題の原因を徹底的に分析します。「単純な知識不足か」「ケアレスミスか」「時間配分ミスか」を明確にし、一つひとつ対策を講じます。この復習の質が、最後の伸びを決定づけます。

第3部: 合格後のキャリアと実務

難関試験を突破した先には、専門家としての多彩なキャリアが広がっています。この第3部では、合格後の働き方や、プロフェッショナルとして成功するために不可欠な実務能力について解説します。あなたの未来のキャリアプランを描く一助となれば幸いです。

1. 独立開業という選択肢

社労士の働き方として、最も魅力的な選択肢の一つが「独立開業」です。

- 独立開業の魅力:

- 大きな裁量権: 働く時間や場所、受ける仕事の種類などをすべて自分で決められます。
- 収入の可能性: 自身の努力次第で、勤務社労士を大きく上回る収入を得ることも可能です。
- 定年のない働き方: 専門家として、年齢に関わらず生涯現役で活躍し続けることができます。
- 求められるスキル:
独立開業は、一人の「経営者」になることを意味します。労働・社会保険の専門知識はもちろんのこと、顧客を獲得するための営業力、事業を継続させるための経営管理能力、そして顧客との信頼関係を築くコミュニケーション能力が不可欠です。
- 開業までの流れ:
 1. 全国社会保険労務士会連合会への登録: 社労士として業務を行うための必須手続きです。
 2. 事務所・設備の準備: 自宅開業からスタートする人も多くいます。
 3. 営業活動の開始: ホームページ作成、セミナー開催、交流会への参加などを通じて顧客を獲得します。

※実務経験の重要性: 開業前に、まずは社労士事務所などで実務経験を積むことが強く推奨されます。実務の流れや顧客対応を学ぶことで、スムーズな独立が可能になります。

2. 組織内での活躍(勤務)

資格を活かして、組織の中で専門性を発揮する道も非常に有望です。

- 主なキャリアパス:
 - 社労士事務所・法人: 先輩社労士の指導のもとで、多様な案件に携わりながら実務の基礎から応用までを体系的に学ぶことができます。
 - 弁護士・会計士事務所など: 他の専門家とチームを組み、より複雑で高度な案件(例:労務問題と法務が絡む案件)に関わることで、専門性の幅を広げられます。
 - 一般企業の人事・労務部: 事業会社の一員として、自社の労務管理や人事制度の構築に深く関与します。経営に近い視点で専門知識を活かせるのが魅力です。
- 勤務社労士のメリット:
最大のメリットは、安定した収入を得ながら、リスクなく実務経験を積める点です。特に資格取得直後は、勤務社労士として数年間経験を積むことが、将来のキャリアを築く上で非常に有効なステップとなります。

3. 先輩合格者の声

Case 1: 育児と両立して合格したAさん(30代・事務職)

- 学習スタイル:
平日は子供が寝た後の2時間と通勤時間、休日は早朝の3時間を学習に充てました。スキマ時間を最大限に活用するため、スマートフォンで視聴できる講義やデジタルテキストが中心でした。
- 合格の秘訣:
「完璧を目指さないこと」を常に意識していました。1回で全てを覚えようとせず、とにかく何度もテキストと過去問を繰り返すことで、徐々に知識が定着しました。

- 後輩へのアドバイス:
「時間がない」は言い訳になりません。大切なのは、限られた時間で何をすべきか、優先順位をつけることです。

Case 2: セカンドキャリアを目指して合格したBさん(50代・管理職)

- 学習スタイル:
平日は退社後の2時間、休日は図書館で集中して6~8時間学習。長年の社会人経験で培った集中力と自己管理能力が武器になりました。
- 合格の秘訣:
年金科目が最大の壁でしたが、自分の将来にも関わることだと捉え、興味を持って学習しました。また、法律の背景や趣旨を理解することを重視したため、応用力が身につきました。
- 後輩へのアドバイス:
年齢は関係ありません。これまでの人生経験が、法律の理解を助けてくれる場面は必ずあります。

Case 3: 大学在学中に合格したCさん(20代・学生)

- 学習スタイル:
大学の授業以外の時間をすべて試験勉強に投入。1日8時間以上の学習をコンスタントに続けました。
- 合格の秘訣:
とにかくアウトプットを重視しました。講義を聴いたらすぐに該当範囲の過去問を解くサイクルを徹底することで、知識が定着するスピードが格段に上がりました。
- 後輩へのアドバイス:
短期集中で合格を目指すなら、学習計画の徹底した管理が不可欠です。自分の実力を客観的に把握し、常に計画を修正していく勇気を持ってください。

4. 合格後に必須となる「実務能力」

試験合格はゴールではなく、専門家としてのキャリアのスタートラインです。試験で問われる知識と、実務で求められる能力にはギャップがあります。

- なぜ実務能力が必要か?:
試験知識は、いわば「法律の条文」を知っている状態です。しかし、実務ではその条文を「目の前のお客様が抱える、個別の事情」にどう当てはめて解決するかという応用力が求められます。
- 実務で求められる具体的な能力:
 - コンサルティング能力: 顧客の悩みや要望を正確にヒアリングし、専門家として最適な解決策を提案する力。
 - 書類作成ノウハウ: 役所に提出する申請書を、正確かつ迅速に作成する技術。
 - 折衝・調整スキル: 労働基準監督署や年金事務所などの行政機関と、顧客の代理人として円滑に交渉する力。
- 実務能力を身につけるには:
多くの合格者は、全国社会保険労務士会連合会が主催する研修や、予備校が提供する実務講座などを活用しています。これらの場では、以下のような実践的なスキルを学ぶことができます

す。

- 主要業務の実践: 労働保険の年度更新、社会保険の算定基礎届、就業規則の作成など、社労士の根幹業務の進め方。
- 営業・マーケティング: 専門家として自身の価値を伝え、顧客から選ばれるための手法。

これらの実務能力を身につけて初めて初めて、社労士は真のプロフェッショナルとして顧客から信頼され、安定したキャリアを築くことができます。試験勉強で培った知識を土台に、常に学び続ける姿勢こそが、成功への鍵となるのです。