

(第1面)

## 様式1-1 キャリア・プランシート(就業経験がある方用)

令和 × 年 × 月 × × 日現在

ふりがな	にっぽん はなこ	生年月日	昭和 60 年 9 月 15 日
氏名	日本 花子		
ふりがな	まるまるけんさんかくさんかくしちゅうおういっちょうめ	電話	
	〒 111 - 2222	090 - 1234 - 5678	
連絡先	〇〇県△△市中央1丁目1-1	メールアドレス	××××@gmail.com
<b>価値観、興味、関心事項等</b> (大事にしたい価値観、興味・関心を持っていることなどを記入) 中学生の時に同居していた祖母の介護を家族で協力して在宅でしていたことや高校生の時に夏休みの課題で地域研究として高齢者施設でボランティアを体験しました。自分の祖母のような感覚で話すと喜ばれて嬉しかった経験をしたことから、福祉分野に興味を持ちました。子供の頃から困っている人を助けたいという気持ちが強く奉仕の精神があると方だと思えます。			
<b>強み等</b> (自分の強み、弱みを克服するために努力していることなどを記入) 部活でキャプテンをしていた経験から、何事も諦めないでコツコツと目の前の課題を解決することに喜びを見いだすことができます。また、悩みを抱える人に対して思いやりの気持ちを持ちながら、人の話をよく聞くことことを心がけることで信頼関係を大切に考えています。ただ、力が入りすぎて感情に流されやすい所があるので、適度な距離を保ちながら冷静な判断ができるようになることが今後の課題です。			
<b>将来取り組みたい仕事や働き方等</b> (今後やってみたい仕事(職種)や働き方、仕事で達成したいことなどを記入) 公務員を目指して大学で社会福祉主事の単位を取得しています。産前産後休暇や育児休業制度がありワークライフバランスを重視した働き方ができると考えたからです。決して楽なものではありませんが、生活保護の需給者が増えていることや人材の確保が難しいことから、生活に不安や悩みを抱えている人に対して女性ならではの視点を活かして役に立ちたいと思えます。将来は福祉職としてキャリアアップし、チームをまとめる管理職を目指していきたいです。			
<b>これから取り組むこと等</b> (今後向上・習得すべき職業能力や、その方法などを記入) 相談者との関わりの中で、生活だけではなく、病気や障害など様々な問題があります。関係機関との連携が求められる中、さらに専門的な対処ができるようになるために知識が必要なので国家資格である社会福祉士を目指します。働きながら勉強する時間を確保するのは大変なようですが、土日を利用してレポート作成やスクーリングを受講して令和〇年〇月に受験をし、合格を目標にしています。資格取得はで業務に活かしながら力を発揮したいと思えます。			
<b>その他</b> (以上から、自己PRやキャリアコンサルティングで相談したいことなどを自由記入)			

## 様式2 職務経歴シート

氏名 日 本 花 子

令和 × 年 × 月 × × 日現在

職務経歴			
No.	期間(年月～年月) (何年何ヶ月) 会社名・所属・ 職名(雇用形態)	職務の内容	職務の中で学んだこと、 得られた知識・技能等
1	平成 20 年 4 月～平成 25 年 1 月 ( 4 年 10 ヶ月 ) FASHION■■■  ( アルバイト )	小売業：婦人服販売	お客様との関わりの中で接客スキルが身に付きました。お客様にアピールしやすいようなディスプレイをしたり工夫することで、店長から在庫管理を任されるまでになり、責任感を持って店頭販売を行いました。
2	平成 25 年 5 月～平成 26 年 3 月 ( 年 11 ヶ月 ) 〇〇県〇〇保健福祉局  ( パート )	事務補助	会計年度任用職員と主に申請書類の確認や申請方法を学んだ。パソコンでの操作が多く、これまで使いこなせなかった機能が使えるようになりパソコンスキルが身に付きました。働きながら受験してきた公務員試験に合格をしました。
3	平成 26 年 4 月～令和 2 年 月 ( 6 年 ヶ月 ) ▲▲県社会福祉事務所 現在も在職中  ( 正規職員 )	生活相談支援員	相談者の方が1人で解決することが困難な問題、課題を抱える人が主体的に生活できるように福祉的に必要な支援、援助を行います。様々なニーズがありますが、困った時はすぐに上司に相談しながらですが、個別援助技術が身につきました。
4	年 月～年 月 ( 年 ヶ月 )  ( )		
5	年 月～年 月 ( 年 ヶ月 )  ( )		
6	年 月～年 月 ( 年 ヶ月 )  ( )		

## 様式3-1 職業能力証明(免許・資格)シート

氏名	日本 花子
----	-------

No.	免許・資格の名称 取得時期	免許・資格の実施・ 認定機関の名称	免許・資格の内容等
	1	普通自動車運転免許  平成 16 年 10 月	〇〇県公安委員会
2	  平成 27 年 10 月		
3	  年 月		
4	  年 月		
5	  年 月		

**(注意事項)**

- 1 「免許・資格の内容等」欄には、必要に応じて、免許・資格付与の基準・目安等も記入(又は添付)してください。
- 2 原則として、本シートを生涯にわたって活用していく中で、免許・資格の取得の都度、証明する書類等(写本)の添付を可能な範囲で行ってください。また、応募書類とする場合は、応募先の業務で必要な資格等の書類等(写本)を添付する等、可能な範囲で必要に応じて書類等(写本)の添付を行ってください。なお、キャリア・プランニング時には必ずしも必要ありません。
- 3 記入しきれないときは、適宜枠の数を増やす等により記入してください。
- 4 本シートは、電子的方式、磁氣的方式その他の知覚によっては認識することができない方式で作られる

## 様式3-2 職業能力証明(学習歴・訓練歴)シート

氏名	日本 花子
----	-------

No.	期間	教育・訓練機関名	内容等
		学科(コース)名	
1	平成 13 年 4 月 ～ 平成 16 年 3 月	〇〇県立〇〇高等学校	女子サッカー一部でキャプテンをし、約50名の部員の取りまとめをしていた。苦勞もしたが卒業時には後輩たちが卒部式をしてくれたことがうれしかった。
		普通科	
2	平成 16 年 4 月 ～ 平成 20 年 3 月	◇◇◇◇◇◇大学	当初は女子サッカー一部に所属していたが脚の怪我をきっかけに2年生から主務になり、裏方の役割をこなした。スポーツ分野での就職を目指していたが断念し、公務員試験を受けるために方向転換をして単位を取得した。
		スポーツ科学部	
3	年 月 ～ 年 月		
4	年 月 ～ 年 月		

**(注意事項)**

- 1 原則として、中学校卒業以降の学校、教育訓練機関での学習歴を記入してください。
- 2 「内容等」の欄には、教育・訓練の内容とともに、学んだこと・得られたことも記入します。
- 3 教育・訓練を修了した都度、証明する書類等(写本)の添付を可能な範囲で行ってください。また、応募書類とする場合は、応募先の業務で必要な修了証等の書類(写本)を添付する等、可能な範囲で必要に応じて書類等(写本)の添付を行ってください。なお、キャリア・プランニング時には必ずしも必要ありません。