

(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 たろう	生年月日	昭和 35 年 10 月 20 日
氏名	日本 太郎	電話	090 - 1234 - 5678
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	メールアドレス	abcdefghijkl@yahoo.co.jp
連絡先	〒 111 - 2222 〇〇県△△市中央1丁目1-1		

価値観、興味、関心事項等

(大切にしたい価値観、興味・関心を持っていることなどを記入)

営業と総務人事経験から、相手の立場に立って一番良い方法を提案できることに喜びを感じる事ができた。自分の提案によって相手が喜んでくれたり、成長を感じて貰えることに価値を感じている。また、5年前から父を介護しているが、これまで難しかったトイレや入浴について、作業療法士の指導とリハビリによって出来るようになったことをとおして、その人の環境や事情に合った方法やリハビリを提案し一緒に伴走する姿に共感した。患者の立場に立って具体的な提案ができ、伴走して支援する作業療法士の仕事に興味関心を持っている。

強み等

(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)

総務人事の経験の中で、現場から問題がある社員として対応を依頼されたことがあったが、その社員の話を丁寧に聞いていくと、家庭の事情やそのほかに抱える問題を話してくれ、そのことも含めてお互いが一番納得できる方法を一緒に考え解決したことがある。私はこの経験から、相手の立場に寄り添って話を聞き信頼を得られることが強みであると考えている。また、弱みとしては様々な立場を理解するあまり、優柔不断な状態に陥ることがある。そのため何かを決めるときは、まず自分の軸をはっきりさせて、そのうえで相手の立場や状況を理解して、良い決断ができるように努力している。

将来取り組みたい仕事や働き方等

(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)

父親の介護を経験し、その中で作業療法士の仕事を知り、患者の要望や生活に寄り添って一番良い方法を一緒に考えて行く仕事にやりがいを感じた。定年退職後は、作業療法士として働きたいと考えている。私はこの仕事を通して、生活上できないことが出来るようになったり、患者の生活上の困難を取り除くことによって、生活の質を上げていくことに貢献したい。相手の立場に寄り添って、丁寧に話を聞き、障害を抱えながら生きていく不安を理解した上で、患者自身が納得できる方法を一緒に考えその人の人生が豊かなものになるようにサポートしていけるような仕事をしていきたい。

これから取り組むこと等

(今後向上・習得すべき職業能力や、その方法などを記入)

作業療法士の資格を取得するために専門学校に入学し学んでいきたい。夜間クラスで4年通学の専門学校に通う予定である。今後は定年後再雇用となるため、仕事のボリュームも調整しやすくなるため、生活費と学費を捻出するために仕事をしながら通学するスタイルで専門学校に通い国家資格取得に向けて、学んでいく予定である。

その他

(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)

私は、これまで営業や総務人事で培った社会経験や、相手に寄り添って納得できる方法を提案できる力を作業療法士という仕事に活かしていきたいと考えている。そのためには、国家資格を取得するために専門学校に通学する必要があるが、定年退職後再雇用というタイミングで仕事の量も調整しやすくなるため、無理なく働き続けながら学ぶことができると考えている。私はこれまでの社会経験と強みを活かして定年後も働き続けるために、作業療法士の専門学校に通う事を希望している。

様式2 職務経歴シート

氏名 日本 太郎

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	昭和 58 年 4 月 ～ 平成 3 年 3 月 (8 年 0 ヶ月) 株式会社 ●●商事 営業部 (正社員)	<ul style="list-style-type: none">・OA機器(コピー機、FAX等)のリース・機材メンテナンス・顧客へのニーズヒアリング・提案・提案書類作成・発注業務・クレーム対応・新入社員OJTでの指導・売上目標の策定と進捗管理	フィールドエンジニアとして、約60社の顧客のOA機器リースに関わっていた中で、顧客の業務課題を把握して20%増の業績を収める事ができた。このことによって顧客の立場に立って、寄り添ってヒアリングして行く事の重要性を学び、基本的な顧客対応能力を身に付けた。また、メンバー5名の営業チームのリーダーとして、売上目標を管理していく中で、業績不振のメンバーには、面談で課題を把握し支援することで個人の目標達成をサポートした。
2	平成 3 年 4 月 ～ 平成 22 年 3 月 (19 年 0 ヶ月) 株式会社 ●●商事 総務人事部 (正社員)	<ul style="list-style-type: none">・採用活動・人員配置の計画策定・社員研修講師・研修計画策定、外部講師委託・労務管理・人事評価制度策定・他部門との調整業務	新卒、中途採用の責任者として人員配置の計画策定から関わり、社内の課題把握や部門ごとの目標に対して具体的な採用計画を提案し調整することの重要性を学んだ。社員研修においては、新入社員研修だけでなく、メンバー制度の立上げにも関わり、新卒社員の3年間の離職率を3割から1割まで減少させることに成功した。この取り組みから、組織的にサポートする仕組みを構築することでワークエンゲージメントを高められることを学んだ。
3	平成 22 年 4 月 ～ 平成 31 年 3 月 (9 年 0 ヶ月) 株式会社 ●●商事グループ 総務部 (正社員)	<ul style="list-style-type: none">・新店舗準備・ハラスメント対応・労務管理・人事評価制度策定・他部門との調整業務	総務部 部長として株式会社●●商事のグループ会社へ異動。PCリース事業の拡大により、約10店舗の出店の準備にもなう手配の指揮を執った。短期間での出店であったため、他部門との綿密な調整の重要性を学んだ。また、ハラスメント関係等社員の問題に対して、適切に対応していく責任の重さにも気付くことができた。父が要介護となり、仕事と介護との両立のため部署のメンバーに任せられる業務はマニュアルと業務フローを整えて仕事を任せられる環境を構築した。
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 太郎
----	-------

No.	免許・資格の名称	免許・資格の実施・ 認定機関の名称	免許・資格の内容等
	取得時期		
1	第一種普通自動車免許 昭和 55 年 10 月	〇〇県公安委員会	
2	 年 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、応募先の業務に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、磁気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記録であって、電子計算機による情報処理の用に供されるものをもって作成することができます。
- 5 必要があるときは、各欄を区分し、または各欄に所要の変更を加えることその他所要の調整を加えることができます。

～文部科学省、厚生労働省及び経済産業省は「ジョブ・カード」の普及に取り組んでいます～

様式3-2 職業能力証明(学習歴・訓練歴)シート

氏名	日本 太郎
----	-------

No.	期間	教育・訓練機関名	内容等
		学科(コース)名	
1	昭和 51 年 4 月	〇〇県立〇〇高等学校	四年制大学文系受験クラス
	～		
	昭和 54 年 3 月	普通科	
2	昭和 54 年 4 月	ランゲート大学	人材マネジメント、経営組織運営を専門に学ぶゼミに所属。卒業論文のテーマは「組織運営における人材マネジメントの重要性について」
	～		
	昭和 58 年 3 月	経済学部	
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。