

(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 50 年 5 月 19 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	
連絡先	〒 111 - 2222		090 - 9876 - 5432	
	〇〇県△△市中央町1-1-1		メールアドレス	jobcard@abc.com

価値観、興味、関心事項等

(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)

コンビニエンスストアでのアルバイト経験から介護という仕事に就いた。人の優しさや時には厳しく注意されたことが、今の自分を作っている感じるが多々あり、怒涛の時代を生きたお年寄りに感謝の気持ちと”人間の尊厳にこだわり”を持っており老齢による身体機能の衰えを的確に見極めて対応することに興味・関心がある。

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)

仕事をしていく上でメモを取ることを欠かさないことが強みであり後日そのメモが役に立つことが多々あり自分自身は元より後輩の指導にも役立った。
人間関係で細かいことを気にする傾向があり周囲の人達の”まっいいか”を真似するように心がけている。

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)

仕事で経験したお年寄りの急変に対応するためにも看護師免許を取得して尊敬するお年寄りに寄り添いたい。介護分野に於いても医療行為を行うには看護師免許が必須でありそのために看護師免許を取る。

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)

現在37歳であり次年度に看護学校を受験して合格後の通学が3年であり4年後の41歳迄には国家資格である看護師免許を取得して総合病院で5年の看護経験を積んだ後に高齢者施設で看護師として尊敬するお年寄りの人生の終焉を見届ける職業人になりたい。

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)

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)	職務の内容	職務の中で学んだこと、 得られた知識・技能等
	会社名・所属・ 職名(雇用形態)		
1	平成 10 年 4 月 ～ 平成 18 年 3 月 (8 年 0)	○A機器の消耗品や事務用品全般を取り扱う。 小売店からの注文を受ける。 配達伝票作成。 配達担当者へ引き継ぎ>	事務用品の名称やその中でも売れ筋商品が学べた。 事務用品に関するアイデア商品、新商品知識は仕事をする上でも勉強になった。
	○○事務用品販売社 一般事務 (正社員)		
2	平成 18 年 3 月 ～ 平成 23 年 3 月 (5 年 0 ヶ月)	派遣社員応募者との面談 受け入れ企業との調整 受け入れ企業開拓	生活の糧となる収入を得るために必死になって仕事探しをしている方、自分のライフスタイルに合わせた仕事探しをしている方、余暇の時間を活用したい方、それぞれの違いを感じた。
	○○派遣会社 相談員 (正社員)		
3	平成 23 年 4 月 ～ 令和 2 年 3 月 (9 年 0 ヶ月)	◆入居者の介護サービス全般 食事介助(朝・昼・夕食)を行う 入浴介助(スタッフが2人1組となり介助を行う) 排泄介助 日中のレクリエーション レクリエーション器具の整備と清掃 お年寄りが楽しめるようなレクリエーションの企画 ◆後輩の指導と育成 新規スタッフの指導(介護初任者研修で用いたテキストを基に指導)を行う。	介護職は人手不足であり、高齢者が増えていくこともあり求められる仕事であり、正社員で雇ってくれる事業所も多いため情報で介護の仕事に就いた。お爺ちゃん、お祖母ちゃんから”ありがとう”と言われた時は仕事のやりがいを感じて介護初任者研修資格を取得した。仕事をしてきた中でお年寄りの急変を経験し看護師免許がないと対応できない場面もあり37歳になった今看護師免許を取って専門知識を持って高齢者施設で働きたいと思うターニングポイントとなった。
	○○老人ホーム 介護職員 (正社員)		
4	()	()	()
	()		
5	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	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1種普通自動車運転 免許	〇〇県公安委員会	
	平成 6 年 10 月		
2	ホームヘルパー2級	〇〇福祉センター	高齢者や障害がある方に居宅を訪問して介護サービスできる資格。
	平成 20 年 6 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 花子
----	-------

No.	期間	教育・訓練機関名	内容等
		学科(コース)名	
1	平成 3 年 3 月 ～	〇〇県立〇〇高等学校	テニス部に所属し県大会3位優勝した。
	平成 6 年 3 月	普通科	
2	平成 6 年 4 月 ～	〇〇大学	アルバイトと勉強と忙しい毎日だったが経営学を学ぶのが楽しく自分が会社を運営してる気分になり身を入れて学んだ。
	平成 10 年 3 月	経済学部 経営専攻	
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、応募先の業務に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。