

## 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 7 月 3 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	<a href="mailto:abcde@jobcard.com">abcde@jobcard.com</a>

### 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)

- ・大事にしたい価値観：高校のバレーボール部時代に学んだチームワークとコミュニケーションの大切さを大事にしていきたいと思えます。
- ・興味：生涯スポーツに興味があります。現在も地元のママさんバレーチームに所属していますが、かなり年齢の高いチームメイトもがんばっているのが励みになります。生涯現役でバレーボールを楽しみたいと思います。
- ・関心事項：高齢者向けのスポーツ普及に関心があります。レクリエーションも兼ねた楽しい生涯スポーツを企画してみたいです。

### 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)

- ・自分の強み：バレーボールで鍛えられた根性と体力には自信があります。高校時代の部活で反復練習に耐え抜いたことが就職して製造ラインに入ったときに活かされたと思います。繰り返し作業に習熟して効率と精度を上げることにやりがいを感じました。
- ・弱みの克服：勤続10年目にライン長を任されたのですが、ラインの製造スタッフとのコミュニケーションがなかなかうまくいかずに苦労しました。上司に相談したところ、昔の日本海軍の山本提督の格言を教えられ、ラインでのマネージメントに生かしました。各種セミナーに参加してコミュニケーション能力や人間観察能力の向上に努力しています。

### 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)

- ・今後やってみたい仕事や働き方：子育てが一段落したので再就職を考えています。前職では製造部門でしたが、今後は長期安定就労を目標としてはデスクワーク中心の仕事に就きたいと思えます。自分の性格では一般事務職は向かないので、何らかの形で製造にかかわりたいと思ひ、CAD設計のデータエントリーに就職できたら良いと思ひます。また将来的には在宅ワークも検討しているので、その実現にもつなげたいと思ひます。
- ・仕事で達成したいこと：製造関係の各種資格にチャレンジして自分のスキルアップに努めたいと思ひます。コンピュータを活用したものづくり分野でエキスパートを目指したいと思ひます。

### 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)

地元のハローワークでの就職相談の際に、公共職業訓練のコースに女性向けのCAD/CAM訓練があると紹介されました。ものづくり分野でのコンピュータ技術を学ぶにはとても良い機会だと思ひ参加を希望しました。

### 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)

コンピュータに関しては初心者レベルなので、訓練開始までに自力で勉強できることはやっておきたいと思ひます。勉強の方法や初心者向け参考書などを教えていただきたいです。

### 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 16 年 4 月 ～ 平成 27 年 3 月 ( 11 年 0 ヶ月 ) ◎◎通信株式会社 電装部品製造部 ( 正社員 )	製造ラインで自動車用電装部品の組み立てを行っていた。	職場はオアシス、5エス、ホウレンソウの徹底が習慣となっていた。配属当初は戸惑いがあったが、仕事に慣れるにつれてそれがとても大事であることが理解できた。勤続10年目にライン長となり、ライン作業にはチームワークとコミュニケーションが重要であることを学んだ。
2	年 月 ～ 年 月 ( 年 ヶ月 ) ( )		
3	年 月 ～ 年 月 ( 年 ヶ月 ) ( )		
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	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	日商簿記2級	〇〇県商工会議所	簿記会計の基本資格。高校の授業の一環で受験し合格できた。
	平成 14 年 6 月		
2	普通自動車運転免許	〇〇県公安委員会	オートマ限定免許を取得。
	平成 17 年 2 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。

## 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	<div style="border-bottom: 1px solid black; padding-bottom: 5px;">○○県立弁財天商業高校</div> <div style="padding-top: 5px;">商業科</div>	春高バレー出場を目指して3年間バレーボール部で頑張った。部活と勉強を両立させるのが大変だった。チームメートと励ましあいながら無事卒業できた。
2	年 月 ～ 年 月	<div style="border-bottom: 1px solid black; height: 20px;"></div> <div style="height: 20px;"></div>	
3	年 月 ～ 年 月	<div style="border-bottom: 1px solid black; height: 20px;"></div> <div style="height: 20px;"></div>	
4	年 月 ～ 年 月	<div style="border-bottom: 1px solid black; height: 20px;"></div> <div style="height: 20px;"></div>	

**(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。