

# 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 6 月 1 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ゆうおうちよう1ちようめ1ばんち	電話	090 - 1234 - 5678
連絡先	〒 111 - 2222 〇〇県△△市中央1丁目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)

- ・幼い頃から弱者の為に役に立ちたいと思う気持ちが強く、成育歴を通して変わらない価値観だと思う。
- ・昨今の発達障害への理解が深まってきたことから、精神の広範な障害に苦勞している方々とその家族が安心して生活できる行政の仕組みづくりに関心を持ち始めた。

## 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)

- ・忍耐力はあるほうだと思う。なかなか会話が繋がらない方、表現するのが不得手な方、状況を受け入れられないご家族様に対して忍耐強く寄り添うことにやりがいを感じられる。
- ・対人支援をしていると時に知識や理論では説明がつかないことが多々あるが、柔軟に前向きに物事を考えるようにしている。マイナス面よりプラス面を考えて、自分にも人にも対応していくように努力している。

(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)

- ・短期的には、精神保健福祉士の資格取得を目指し、発達障害も含めた知的障がいへの専門知識を深め、現職で、より体系的なリワークプログラムの企画に携わりたい。継続的な就労に繋げられるように貢献したい。
- ・両親の高齢化に伴い、30歳までにはUターンで生まれ育った地域社会に貢献したいと考えている。精神保健福祉士の資格取得後は、地方公務員福祉職受験を考えている。中長期的には、行政機関で障がいの者の相談支援体制整備にぜひ関わりたいと思っている。

## 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)

- ・当面は、来年3月の精神保健福祉士の国家試験受験を目標に、x x x x スクールで短期養成講座を受講(専門実践教育訓練)し、専門知識を深め、病院で日常業務に活かしながら、リワークプログラムの構築を提案できるようにする。
- ・独学で地方公務員資格の学習は進めながら、来年4月以降は、本格的に受験勉強をする。3機会を作り、地方福祉職についている方々やx x 県の病院などの情報収集に努めて、30歳までには、故郷で就業できるようになりたい。

## 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)

- ・大学を出た時に、公務員試験を受験しようと思いましたが、その時はこちらで数年社会経験を積むことを選択しました。福祉系の大学出身で、現職の経験もあるので、精神保健福祉士の勉強は、これまでのキャリアアップと捉えて、学習にそれほど不安はありませんが、最終的な就業目標に繋がる公務員試験は年齢制限もあるので、効率的に勉強をしなくてはならないと思っています。民間の病院でのキャリアが、公務員としてどのように役にたつか、第三者のご意見も伺ってみたいです。

### 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 30 年 4 月 ～ 現在 年 月 ( 2 年 2 ヶ月 ) 医療法人〇〇会デイケアセンター ( 正社員 )	×××精神科クリニック併設デイケア デイケアの中で、比較的軽微な精神障害者の方々向けに、医療および社会復帰の過程で、ご本人やご家族向け、心理的・社会的・経済的な問題解決のために相談・援助、調整にあたる。リワークプログラムの運営にも従事。	元々のご性格や家庭環境、障害の程度など一人一人異なるケースに丁寧に寄り添いながらも、依存させすぎないようにすることが、大切だと学んだ。
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 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	普通自動車免許  平成 27 年 8 月	〇〇県公安委員会
2	社会福祉士 国家資格  平成 30 年 3 月	公益財団法人社会福祉振興・試験センター	社会福祉士は、「社会福祉士及び介護福祉士法」による、社会福祉業務における名称独占国家資格。 様々な理由により日常生活を送ることが困難になったクライアントの相談に応じ、助言や指導をおこない、福祉サービスや保健医療サービスとの調整を行う。
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 23 年 4 月 ～	私立 x x x x x 高等学校	<p>学校の方針で、毎年1回、生徒はなんらかのボランティア活動に参加することになっており、チャリティイベントや地域の高齢者介護施設慰問などを通じて社会奉仕、福祉の必要性を目の当たりにする機会があり、福祉系大学への進学の大きなきっかけになった。</p> <p>高校時代は、茶道部所属。春には高齢者介護施設で出張お点前を行うなど、地域の方々とのふれあいを大切にできた。</p>
	平成 26 年 3 月	普通科	
2	平成 26 年 4 月 ～	私立 x x 福祉大学	<p>特に、社会復帰・社会参加を促す援助方法の理論と実践や方法、援助技術を学習した。知的障がい者施設で援助実習を行い、実際の現場での仕事の大変さを実感しつつも、社会福祉士としてぜひ現場での相談業務に携わってみたいと思うようになった。</p>
	平成 30 年 3 月	社会福祉学部社会福祉学科	
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。