

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	平成 7 年 4 月 3 日
氏名	日本 太郎		
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	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	abcde@jobcard.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)

- ・大学卒業後は、営業職としてお客様第一かつ業績目標必達のために、日夜やりがいを感じながら働きましたが、体調を崩してしまい2年が経過した今年3月にやむなく退職しました。
- ・これからの新しい仕事を考えていく時に、次の事(思い)を大切にしようと思っています。
- ①大学時代児童福祉施設にも訪れ職員の方の苦労を垣間見関心があったこと、姉が保育園のことでいろいろと愚痴をこぼすのを聞いていてこの業界を自分が変えてみたいという気持ちが強くなったこと。
- ②前職はとてもやりがいがある仕事ではあったが、営業目標のプレッシャーは強く、これからは人との触れ合いを通じて何か心が豊かになるような仕事をしたいと思っていること。

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)

- ・バレーボール、ボランティア活動、前職など、へこたれずに、とことん突き詰めて実行することができる。
- ・一方で、やりすぎてしまうこともある。
- ・ネアカで落ち込んでも復旧するのが速い。
- ・礼儀正しく、物おじせずに折衝できる。
- ・筋を通しすぎてしまうことがある。

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)

- ・前職で体調を崩してしまい離職したことも、何かの機会、チャンスと考えて、まだまだ人生100年の中では1/4が過ぎたところで、十分に時間は残っているので、本当にやりたかったことにチャレンジしようと思う。
- ・小さいころから興味があった子育て(保育)の世界に入っていこうと思う。
- ・少子高齢化の時代になっているが、待機児童問題などまだまだ幼児保育体制は不十分だと思う。
- ・保育のありかたそのものもいろいろと改善の余地があると思っており、それを実践してみたい。
- ・前職とは全く違った方向への転職になるが、将来(10~20年後の40代までに)は「保育施設を経営している」夢を描いて進んでいきたいと思う。

(今後向上・習得すべき職業能力や、その方法などを記入)

- ・まずは、幼児保育教育の専門的な知識・技術・現場を経験し習得することが必要なので、その第一歩として保育専門学校に入学して保育士の資格取得を目指そうと思います。
- ・【XXYY保育専門学校】保育士コース(2年制)が専門実践教育訓練に該当しているので給付金を申請して受講したい。
- ・2年間の学校生活の中で、将来に必要な経営学、保育園幼稚園の経営に必要な知識、資金、設立に必要な諸資源など並行して調査研究し、計画を立案し、実行していこうと思います。

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)

- ・保育士は、女性の職業との思いがあり、少々引っかかっております。
- ・将来独立して保育園経営をしたいという夢があります。実現に向けてのアドバイスをいただければと思います。

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	平成 30 年 4 月 ～ 令和 2 年 3 月 (2 年 ヲ月) 大正販売 株式会社 第一営業部 営業社員 (正社員)	業種：事務機器の営業販売 ・法人向け事務機器販売を担当しました。 ・新規顧客開拓のために、ルートセールス、飛び込み営業を経験しました。 ・在庫切れの場合は、社内調達部門との納期調整を行いました。 ・営業倉庫の在庫棚卸、代金回収なども行いました。	・社会人としての礼儀作法・基本ルールを叩き込まれました。(挨拶の仕方、名刺交換の仕方、時間厳守、清潔な服装、顧客優先、相手の目を見て話す、約束を守る、などなど) ・プレゼンテーション資料作成のために、パワーポイントの活用方法・プロジェクトの操作方法を学びました。 ・顧客との交渉術を先輩社員と同行しながらOJTを受けました。やりがいを感じつつ、正社員としての仕事の厳しさを痛感しました。 ・中間、期末の現品棚卸方法を学びました。
2	年 月 ～ 年 月 (年 ヲ月) ()		
3	年 月 ～ 年 月 (年 ヲ月) ()		
4	年 月 ～ 年 月 (年 ヲ月) ()		
5	年 月 ～ 年 月 (年 ヲ月) ()		
6	年 月 ～ 年 月 (年 ヲ月) ()		

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	普通自動車免許 平成 29 年 5 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 太郎
----	-------

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 ～	〇〇県立中央高等学校	中学時代からバレーボール部に入っていた。高校でもバレーボール部に在籍し、3年時には主将になりチームをまとめ県大会まで進んだ。大会直前に大きなけがをしてしまい自分自身は出場できなかったが、有意義な高校生活であった。
	平成 26 年 3 月	普通科	
2	平成 26 年 4 月 ～	〇×大学	1年から4年までボランティアサークルに所属し、障がい者福祉施設、児童福祉施設や老人介護施設への訪問などの社会貢献活動に励んだ。
	平成 30 年 3 月	社会学部 (●△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。