

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 X 年 X 月 XX 日現在

ふりがな	にほん たろう	生年月日	昭和 50 年 10 月 7 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	abcdefghi@yahoo.co.jp

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)

私は特別養護老人ホームでの介護業務を担当する中で、話すことや食事の場面でコミュニケーションが活性化されて、利用者の表情がイキイキと変化していく事に喜びと遣り甲斐を感じていました。しかし、嚥下の専門知識がなく、食事介助の際に利用者に苦しい思いをさせてしまい、申し訳なさを感じていました。介護のプロとして、「話す」ことや嚥下の専門知識を学んで「食べる」ことを支援し、利用者の生活の質を向上させられるような人材になりたいと考えています。

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)

私の強みは、何事も相手の立場に立って行動するという事です。この強みは、特別養護老人ホームでの日常生活の介護の場面で特に活かされていました。利用者の表情を注意深く見て、今どのような介護を必要としているかを考えて行動していたため、利用者から喜んでもらい信頼を得る事ができました。一方で私の弱みは、一つの事に集中し過ぎるとのめり込み過ぎてしまうことです。特に介護の現場では常に周りの状況に気をかけておく必要があるため、作業などで集中する必要があるときはそのことを周りに共有し、対応できるスケジュールをしっかりと伝えるようにして支障がでないように気を付けています。

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)

今後は、言語聴覚士として利用者の「話す」「食べる」を通して生活の質を上げていく仕事をしたいと考えています。私は介護業務をとおして、話す事や食べる事で利用者がイキイキと変わっていく様子をみて、人間の生活に張りを与える大切な行動だと学びました。また、嚥下の専門知識がないために食事介助の際に利用者に苦しい思いをさせてしまって、非常に申し訳ないと思ったことがあります。私は介護のプロとして、専門知識を学び、「話す」「食べる」ことを通して利用者の生活の質を向上させていきたいと考えています。

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)

今後は、言語聴覚士の専門学校に通学し専門知識を学んで国家資格を目指します。仕事との両立を考えて、夜間コースで2年間勉強する事になります。現在は、夜勤を含む介護業務を主に担当しているため、職場にも通学のことを相談していて、配慮してもらえることになりました。国家資格取得後は、介護のスペシャリストとして現場に配属される予定です。

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)

仕事との両立については、職場とも相談していますが、家庭との両立を考えると不安な点もあります。通学と仕事を両立させながら家庭生活も充実したものにするために、どのような事が出来るのかを自分なりに整理したいと考えています。

様式2 職務経歴シート

氏名 日本 太郎

令和 X 年 X 月 XX 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 20 年 3 月 (10 年 ヶ月) 社会福祉法人 ●●会 長寿の里 (正社員)	<ul style="list-style-type: none"> ・一般事務職 ・受付業務 ・資料作成 ・労務管理 ・利用者の外出支援(行事付き添い等) ・介護業務 	一般事務職員として介護業務担当のパート社員の労務管理を経験した。限られた時間の中で介護業務を行う上での悩みを聞いたり、家庭との両立ができるよう労働環境を整えることの大切さを学んだ。介護業務では、日常生活の支援の他デイサービスでのレクリエーションを担当し、利用者の楽しみ場となる様に利用者の立場に立った企画を立てることの重要性を学んだ。
2	平成 20 年 4 月 ～ 令和 2 年 6 月 (12 年 2 ヶ月) 社会福祉法人 ●●会 ハートフル (正社員)	<ul style="list-style-type: none"> ・一般事務職 ・受付業務 ・資料作成 ・労務管理 ・介護業務 	介護支援員として、特別養護老人ホームで利用者の日常生活を支援する業務を担当。食べたり話をしたりすることでコミュニケーションが活性化され、利用者がイキイキと変化していく様子に心打たれたのと同時に、食事介助の際に苦しい思いをさせてしまうこともあり、嚥下の知識の重要性を特に感じている。
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 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	社会福祉士 平成 11 年 2 月	公益財団法人 社会福祉振興・試験センター	「社会福祉士及び介護福祉士法」に基づき、身体・精神上的の障害や環境的ハンデを抱える人達が、問題なく日常生活を送れるよう相談を受け、支援を行う国家資格
2	介護福祉士 平成 13 年 月	公益財団法人 社会福祉振興・試験センター	「社会福祉士及び介護福祉士法」によって基づき、介護業務、介護職への指導や利用者の相談・助言などを行う国家資格
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 3 年 4 月 ～	〇〇県立中央高等学校	私率文系4年生大学受験クラスに所属
	平成 6 年 3 月	普通科	
2	平成 6 年 4 月 ～	□□大学	社会福祉士資格取得クラスに所属
	平成 10 年 3 月	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。