

(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 たろう	生年月日	昭和 60 年 7 月 5 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	
連絡先	〒 111 - 2222 〇〇県△△市中央1丁目1-6	090 - 1234 - 5678	メールアドレス △△△@yahoo.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)

仕事で大切にしていることは常に安全運転を心掛け、運転技術の向上を考えています。その為に、先輩からの意見を聞き入れたり、研修を積極的に受講するようにしています。また、私は車の運転が大好きですが、今では日本全国を駆け回る長距離トラックドライバーに魅力を感じています。その為、大型免許取得が大きな目標になっています。

(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)

私の強みはあきらめずにコツコツと努力することです。飛び込み営業で断られても何度でも通い詰めて契約に漕ぎつけたことなどあきらめず誠意をもって対応すれば努力は報われることを知りました。また、弱みは若干、人見知りするところだと思いますが、営業をしてから積極的にコミュニケーションを取るように心がけ今ではからかなり改善されました。

### 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)

大型免許を取得して夢である長距離トラックの運転手となり日本全国津々浦々トラックでの輸送のプロとして活躍したい。

### これから取り組むこと

(今後向上・習得すべき職業能力や、その方法などを記入)

まずは大型免許取得を目指したい。また、出来れば大型二種免許を取得し仕事の幅を広げたいと考えている。そのためにも今回の教育訓練でしっかりと技能を習得し目標を達成したいと考えている。

### 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 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)	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 16 年 4 月 ～ 現在に至る 年 月 ( 16 年 月 )	最初は助手として同乗し、近郊の物流のノウハウを叩き込まれました。その後小型トラックにて奈良市の一地域を担当。一人で営業と物流を行う。	飛び込み営業で顧客と対応しコミュニケーション能力が身に付きました。また、トラックの運転技術も向上し常に安全運転を心掛けるように努め昨年度は無事故無違反を達成したとして社内表彰を受ける。
	〇〇運輸株式会社  ( 正社員 )		
2	年 月 ～ 年 月 ( 年 月 )		
	( )		
3	年 月 ～ 年 月 ( 年 月 )		
	( )		
4	年 月 ～ 年 月 ( 年 月 )		
	( )		
5	年 月 ～ 年 月 ( 年 月 )		
	( )		
6	年 月 ～ 年 月 ( 年 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	実用英語技能検定3級 合格  平成 14 年 10 月	日本英語検定協会	
2	普通自動車第一種運転 免許  平成 15 年 2 月	奈良公安委員会	
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 太郎
----	-------

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	〇〇県立中央高等学校	資格取得に力を入れている高校で、私も英検3級の資格を取得しました。
	～		
	平成 16 年 3 月	普通科	
2	年 月		
	～		
	年 月		
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。