

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	にほん はなこ	生年月日	平成 元 年 7 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	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)

大学卒業後、接客業・営業業務に就いていました。上司の指示に忠実に従って、真面目にコツコツと最後まで諦めず取り組んできました。また自分で設定した目標や会社からのノルマに対して地道に追いかけていく中で、行動力やモチベーションを保つことは非常に難しいものと感じながらも実績に繋がられるよう、知識面から土台を固めて取り組んできました。アルバイトではあったがスクールドライバーを経験。ドライバーは一人で仕事をしているイメージですが、他のドライバーと連携している部分も多い。今後は、ひとりで戦略を考えて仕事を進めていくことに魅力を感じる、また収入を増やしたいとの思いもあり物流業にて倉庫管理業務、長距離の運転業務に就きたいと思う。

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)

営業業務では、目標、目的、ゴールを決めてそれを実現させるため、今、何をするのか戦略を立てて的確に実行することで結果に繋がってきた。またお客様から寄せられる幅広い疑問や質問にできる限り答えられるよう信頼いただけるよう知識面から土台を固め取り組んできました。しかし売り込む意識が強かったから臆病になり、尻込みしてしまうこともあった。考えを改め、まずはお客様のことをよく知ることで願望は何かを知ること、私が何ができるかで選ばれるのだと学びました。そのために会話をすることを実践してきました。

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)

物流業にて、運転業務や倉庫内にて物流の搬入に関わる倉庫管理の業務に就きたい。限られた時間の中で配送させなければならないプレッシャーとの闘いの中で、常に体調を万全に整え自分で設定した目標やノルマに対し、ひとつひとつ達成したい。また人のつながりを大切にすることを第一に、お客様、お取引先様、仕事仲間との信頼関係を築いていきたい。

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)

倉庫内作業には必要不可欠なフォークリフト運転技能資格を取得したい。また長距離の運転業務には大型自動車免許も必要である。自らの健康管理と体力、お客様とのコミュニケーションに心を配り、安全、安心をもっと運転技能の向上に努めるなど、ドライバーとして基本的なことを身に付け、仕事を効率的に進められるように業務の工夫や改善に取り組みたい。

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)

受講コース：フォークリフト運転技能者

施設：

期間：

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)	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 20 年 4 月 ～ 平成 28 年 10 月 (4 年 7 ヶ月) 〇〇銀行 (正社員)	業種：金融業 窓口にてお金を預けたり引き出したりするお客様の預金を管理する預金業務、貸付業務、営業業務。	正社員として預金業務、貸付業務、また融資を通してさまざまな人達の人生の手助けをできることを学び、また様々な方々と関わることで柔軟な対応と幅広い知識を習得できた。外交員としても様々な事務処理をこなし、常に顧客に合わせ、土日、祝日でも時間を確保し信頼関係を維持し続けること、仕事の流れを止めない気配りと行動力で売上向上に貢献した。
2	平成 28 年 12 月 ～ 平成 29 年 10 月 (年 11 ヶ月) △△スイミングスクール (アルバイト)	業種：学習支援業 スイミングスクールの子どもの送迎、スクールバスの運転業務	小さな子どもたちの安全に十分配慮し、他のバスドライバーよりも親しみやすい態度が求められることから、毎日のあいさつや声かけ、地道なコミュニケーションの積み重ねが安心と信頼関係にも繋がること実感できた。
3	平成 29 年 11 月 ～ 令和 2 年 5 月 (2 年 6 ヶ月) ××農協 (正職員)	業種：複合サービス業 預金窓口業務、保険業務、福祉業務	金融、共済、福祉と通して業務を円滑に進められる上で重要となる仕事の段取りのノウハウを習得した。また課題や問題、違和感を感じた時など、多角的な見解を作り上げてきた。積極的に関わり信頼関係を維持し続けてきたことで業績アップにも貢献できた。
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		
	漢字検定2級	公益財団法人日本漢字能力検定協会	漢字全般についての知識・教養を試す試験。準1級までの12段階に細かく分かれており自分の実力に合った級を受験できる。大学の中には漢字検定の取得級を入学時の評価対象としている学校もあることから取得。
	平成 15 年 9 月		
1	普通自動車第一種運転免許	〇〇県公安委員会	
	平成 17 年 8 月		
2	日商簿記2級	〇〇商工会議所	経済管理に役立つ知識として、企業から最も求められる資格の1つ。高度な商業簿記・工業簿記を修得し、財務表の数字から経営内容を把握できるなど、企業活動や会計事務を踏まえ適切な処理や分析を行うために求められる。希望する職種には必要な資格であることから取得。
	平成 23 年 9 月		
4	中型自動車免許		大型より一回り小さい車両を運転できる免許で、車両総重量11トン未満・最大積載量6.5未満・乗車定員29人以下の条件がある。スクールバスの運転業務には必要であることから取得。
	平成 28 年 11 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

～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 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 ～	〇〇県立△△高等学校	
	平成 16 年 3 月	普通科	
2	平成 16 年 4 月 ～	〇〇大学	雇用問題から環境問題、世界経済問題までその対象は幅広く、経済学の視点を身に付けることで世の中の仕組みを学んだ。将来は金融関係に就きたい。
	平成 20 年 3 月	経済学部経済学科	
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。