

(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	にほん はなこ	生年月日	平成 7 年 9 月 14 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	
連絡先	〒 111 - 2222 〇〇県△△市中央1丁目1-1	090 - 1234 - 5678	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)

学生時代から飲食店で働いていて、人と関わって感謝の言葉を得ることに喜びを感じている。また学生時代からの部活動を振り返り、一人ではなくチームで喜びを共有することに価値を感じる。最近クリニックで受付の仕事をしているうちに、もっと直接人の役に立てる仕事をしたいという気持ちが高まった。また母が入院していたころ、担当の看護師さんから親切にもらったことを思い出し、患者だけではなくその家族にも暖かい対応ができる看護師を目指したいという気持ちに至った。

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)

中学・高校の6年間バレーボール部で鍛えた体力には自信がある。また、決めたことは努力して最後までやり遂げてきた。
チームワークを大切に、一人ひとりを活かしながら全体の力を発揮できるように助け合うことができる。
24時間営業のレストランで勤務していたので交代勤務は苦にならない。
やる気が出るまでに時間がかかることが弱みだが、目標を決めることで頑張っていける。

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)

総合病院などの病棟で入院患者に対応しながら看護の経験を積みたいと考えている。
将来的には、がん治療に興味があるので認定看護師など専門分野を極めてみたいという希望がある。
患者さんや同僚に頼られるような専門性の高い仕事の仕方をしたいと考えている。

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)

まずは看護師資格取得のため、〇〇看護専門学校に入学し、●年〇月×日～▽年◇月◎日まで看護の知識や技術を習得し、▽年の看護師国家資格合格を目指す。
看護師になっている先輩や友人たちに仕事内容や勤務の実態などを聞いて仕事理解につなげるとともに、入職後も相談できるようにつながりを大切にしたいと思う。

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)

医学の発達により、以前は治らないと言われていた病気も長くつきあう病気に変化してきている。
症状が落ち着いて大きな病院からクリニックに転院してきた患者さんと接する中で、気持ちに寄り添っているつもりでも、治療の見通しや身体の辛さ加減がわからないと信頼される存在にはなれないと感じた。
専門知識を身につけ、有資格者として患者やその家族など人の役に立ちたいと思っている。

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 26 年 4 月 ～ 平成 30 年 6 月 (4 年 3 ヶ月) ○◇株式会社××店 (正社員)	・レストランでの接客 ・厨房の手伝い ・レジ ・清掃 ・アルバイトへの教育	・社会人としてのマナー、接客の基本 ・子連れのお客様への対応や年配のお客様の座席案内などニーズを汲み取ってご案内できるようになった。 ・年上のアルバイトに対して仕事を教えるときには上から目線にならないように気をつけたが、注意すべきときには何が困るのかを生意気にならないように伝えた。
2	平成 30 年 9 月 ～ 2 年 月 (1 年 ヶ月) ▽クリニック (正社員 退職予定)	・内科クリニックでの受付、会計 ・外来患者への援助 ・診療報酬請求の手伝い ・クリニック内の簡単な整理・整頓、清掃	・医学用語や診療報酬のことについて学ぶことができた。また医療機関での衛生について学ぶことができた。 ・同じ患者さんが継続的に通院しているため、変化に気がつくことができる。高齢や体調の悪い患者さんの様子を見ながら気配りをしたり、別室に案内するなど必要な対応を取ることができた。 ・笑顔で接すると笑顔が返ってくる。辛い患者さんに少しでも気持ちよく過ごしてもらえよう声かけするなど心掛けた。
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	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	実用英語技能検定準 2 級 平成 25 年 10 月	公益財団法人 日本英語検定協会	日常的な英語のライティング、リスニング、スピーキングができる。
2	普通自動車第一種免許 平成 26 年 10 月	〇〇県公安委員会	
3			
4			
5			

(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。

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 ～	○県立×高等学校	<ul style="list-style-type: none"> ・ 選択制授業の中で英語履修を中心にしていて、文化祭で英語劇に挑戦した。 ・ 中学生から6年間バレーボール部に所属し、高校3年時は副部長を務めた。大会などで結果を残せたわけではないが、体力と持久力、良い友人を得たことが財産だと思っている。
	平成 26 年 3 月	総合学科	
2	平成 26 年 4 月 ～	××外語専門学校	<ul style="list-style-type: none"> ・ 時間の使い方を工夫し、学業と飲食店でのアルバイトを両立することができた。 ・ オーストラリアに短期留学し、異文化に触れることができた。 ・ アルバイトや社会人になってからの接客時、外国人のお客様への対応で英語を活かすことができた。
	平成 28 年 3 月	英米コミュニケーション科	
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。