

# 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 6 月 6 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しょうめ     | year    | 090 - 1234 - 5678  |
| 連絡先  | 〒 111 - 2222<br>〇〇県△△市中央1丁目1-1 | メールアドレス | <a href="mailto:abcde@jobcard.com">abcde@jobcard.com</a> |

## 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)

元々勉強嫌いで高校は普通科に入らず商業科に入った。どうしても経理や事務の仕事には興味が持てず進路に悩んでいたところ、母から看護師はどうかと勧められた。母自身看護師で、小さい頃から人のために働く母の姿を見て育ったことを思い出し、自分もやってみようと思いついた。学生時代には介護施設や海外でのボランティアも体験。特に開発途上国では食糧不足や不衛生な環境から病気が伝染して、子供やまだ将来があるはずの若者が死んでいく様子を目の当たりにして、将来は途上国で貢献できる仕事をしたいと考えるようになった。四大に行けなかったのも、看護師の経験を積んでから保健師の資格を取ろうと考えていたが、今回の新型コロナで、今どうしても公衆衛生に関わる保健師の資格を取りたいと考えるようになった。看護師経験は短く、規定ギリギリだが、早く最前線の現場に出られるよう頑張りたい。

## 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)

- ・素直さ・・・親や先輩、上司のアドバイスは素直に聞ける方だと思う。
- ・決めたことはやり抜く・・・見かけに寄らず自分で決めたことは絶対やり抜く頑固さがある、と上司からは言われる。
- ・言われたことを素直に受け留める方だが、自分で考える力が弱いと思っている。具体的な指示がなかったとしても、どうしたらできるのか？何が不足しているのか？何をやればいいのか？と自ら考えて行動できるようになろうと意識している。

## 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)

保健師の資格取得後は保健所や保健センターのような職場で様々な方々のケアや健康指導、公衆衛生・安全に関わる現場で経験を積みたい。最近は様々な障害や精神疾患の方々、児童虐待や引きこもりなどの問題も増えているので、並行してメンタルヘルスケアについての勉強も必要だと考えている。コロナ感染では保健所の役割や衛生管理体制が問題になり、対応が後手後手になっていたが、そのような現場でも貢献したい。ある程度の経験を積んだら、JICAや海外青年協力隊などで開発途上国で困っている方々の援助に携わりたい。

## 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)

病院での看護経験は2年と短いですが、保健師資格を今どうしても取得したく、退職した。4月から早稲田医療技術専門学校の専門実践教育訓練「保健学科」を受講予定。3年で保健師の資格を取得し、その後行政機関で就職するには公務員試験受験が必要と考えている。またメンタルヘルスケアについても通信講座などで勉強予定。将来海外を目指すためには継続的な英語学習も必要になると思う。

## 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)

元々勉強が苦手なので、3年で資格が取れるか不安。保健所等での公務員を目指す場合は公務員試験の勉強も必要になるが、保健師の資格を取ってから具体的に方向性を考えたい。



## 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・<br>認定機関の名称 | 免許・資格の内容等   |
|-----|---------------------------------|----------------------|---|
|     | 取得時期                            |                      |   |
| 2   | 普通自動車第一種運転免許<br><br>平成 27 年 8 月 | 〇〇県公安委員会             |   |
| 1   | 看護師<br><br>平成 29 年 3 月          | 厚生労働大臣 (国家資格)        | 保健師助産師看護師法に定められている医療従事者。傷病者もしくはじよく婦に対する療養上の世話又は診療の補助を行う者。 |
| 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。

## 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<br>～ | 〇〇県立●●高等学校    | 小学生から書道を習っており、書道部に所属。書道展や文化祭では共同制作の作品を出品した。一人で制作するのと違ってチームワークが重要で、助け合いや気遣い、励まし合うことの大切さを学んだ。                  |
|     | 平成 26 年 3 月      | 商業科           |  |
| 2   | 平成 26 年 4 月<br>～ | 〇〇医療専門学校      | 高校はやむなく商業科に進んだが、どうしても数字を扱う事務の仕事に興味を持てず、人と関わる仕事に就きたく看護師を目指すために入学。在学中は介護施設や障害児施設で様々なリクレーションをするボランティア活動にも取り組んだ。 |
|     | 平成 29 年 3 月      | 看護科           |  |
| 3   | 令和 2 年 4 月<br>～  | △△医療技術専門学校    | 保健師資格取得のため受講。公衆衛生学、地域看護学、感染症対策、衛生教育・指導等を学ぶ。<br>(令和5年3月卒業予定)  |
|     | 令和 5 年 3 月       | 専門実践教育訓練 保健学科 |  |
| 4   | 年 月<br>～         |               |  |
|     | 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。