

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 たるう	生年月日	昭和 50 年 5 月 22 日
氏名	日本 太郎	電話	090 - 1234 - 5678
ふりがな	まるまるけんさんかくさんかくしちゆうおうちよう1ちようめ1ばんち	メールアドレス	jobcard@abc.com
連絡先	〒 111 - 2222 〇〇県△△市中央1丁目1-1		

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)

高校時代は普通の事務職にあこがれたこともありましたが、幼少期から人のお世話が好きで、姉が看護師であったことから、看護師となり、いろいろな経験を積んでまいりました。自分も子育てと仕事の両立の中で、小児科で出会った子育て世代の育児不安を目の当たりにし、虐待児童などに触れることもあり、今自分にできることを考えてきました。患者さんとのコミュニケーションのなかで、看護師としての関わりだけでなく、もっと体系的に学び直して、きちんとした指導やアドバイスが出来れば、未来を背負う子供たちが生き生きと暮らせる世の中になるのではと思っています。また、子育てとの両立から、学校や企業での健康指導に従事することで、勤務時間と家庭のワークライフバランスもとりやすくなり長く働き続けられると思っています。

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)

強みとしては、まわりの人からは明るい・優しい・真面目といわれます。好奇心旺盛で、ポジティブ思考が高く、仕事柄、慎重に手順を踏む傾向がある。責任感が強く、様々な患者さんとの対応の経験から、柔軟な対応力やコミュニケーション力、ニーズを把握する力があります。弱みとしては、頑張り過ぎて仕事を抱え込みがちなので、報告連絡相談をまめにして、客観的に仕事を整理できるようにしています。正義感が強いので、ある意味短気というか、感情的な言い方にならないよう心掛けています。

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)

小児科にてご相談を受けるうち、改めて妊娠期から継続した母子への関わり的重要性を認識し、診察にてその場限りの看護で対応するのではなく、患者さんの健康的な生活全体に長期的にかかわれるよう、今後は小学校の養護教員や保健所等での保健指導を目指したいです。また、企業の保健師として就職できた場合は、健康診断・保健指導などに努めたのち、その情報をもとに、健康を積極的に管理する部門を創生したり、労働者の健康管理イベント企画などに工夫していきたいと考えています。長期的には、地域に根ざした福祉施設等を含めた子育て母子保健分野にて働きたいと思っております。

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)

保健師国家資格取得取得のため、専門実践教育訓練にて〇〇専門学校保健士科への進学を希望します。予防医学のみならず、発達心理学など、子供の成育に関する学習を深めたいと思います。

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)

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 10 年 4 月 ～ 平成 14 年 9 月 (4 年 6 ヶ月)	・緊急時対応を含め多数の分娩介助を経験 ・不妊治療 ・助産学校での産後指導 ・看護 学生指導リーダー	・産科緊急対応 ・助産学校での産後指導
	××大学病院 産婦人科 (正社員)		
2	平成 15 年 4 月 ～ 平成 29 年 3 月 (14 年 ヶ月)	慢性期医療・整形外科 ・リハビリテーション外来	・検査技術 ・リハビリ指導 ・高齢者の介助
	安藤整形外科 (正社員)		
3	平成 29 年 4 月 ～ 令和 2 年 6 月 (3 年 3 ヶ月)	小児科の看護業務 ・健診・予防接種 ・育児相談	・小児特有の病気や健診時の注意点について ・予防接種の対応 ・発達や育児の相談業務
	こどもクリニック (正社員)		
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	普通自動車第一種運転免許	愛知県公安委員会	
	平成 6 年 8 月		
2	実用英語検定準2級	英検 公益財団法人 日本英語検定協会	公益財団法人日本英語検定協会が実施する英語技能の検定。英語に関連する検定としては日本では最も長く行われている。高校にて取得。
	平成 7 年 11 月		
3	Microsoft Office Specialist(excel)	Microsoft社	エクセルを操作するスキル 高校授業にて修得
	平成 10 年 3 月		
4	看護師	厚生労働省	看護に関する国家資格。専門学校にて学習。
	平成 10 年 3 月		
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。

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 ～	△△市立〇〇高校	簿記・そろばん・パソコン等について学ぶ。 幼少期から書道を続け、中学、高校では書道部に所属。高校2年時全国大会入賞。 飲食店ホールアルバイト2年間。
	平成 6 年 3 月	商業科	
2	平成 6 年 4 月 ～	〇〇看護専門学校	看護全般を学習し、看護師国家資格取得。 ボランティアとして老人介護施設、障害者施設を慰問。
	平成 10 年 3 月	看護師科	
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。