

(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 氏名	せんだい 仙台	はなこ 花子	生年月日	平成 4 年 5 月 1 日
ふりがな	みやぎけんせんだいいし△△く□ちよう		電話	090 - 0000 - 0000
連絡先	宮城県仙台市△△区□町○丁目○番地○		メールアドレス	hanako@x x x .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)

1

障がいや要介護などの事情により、日常生活を営むことに支障がある方の力になれる福祉分野の仕事に興味を持っています。きっかけは、半年前に従兄が交通事故で後天的に障害を持つことになったことです。仕事も退職し、日常生活でも「もともとできていたことが、今はうまくできない」というもどかしさを感じ辛い日々を送っていたのですが、親身になって相談やサポートをしてくれた施設のソーシャルワーカーや理学療法士の方々のおかげで、徐々に回復し元気を取り戻してきています。私自身、教育職を目指していたこともあり対人業務には関心が強かったのですが、さらに福祉や医療の専門知識を身に付け、困難を抱えている方をサポートし、心身ともに自立を支える仕事に就きたいと考えるようになりました。

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)

日頃から相手の立場に立って物事を考えることを意識しており、周囲の方と協力して仕事を進めるように心掛けています。現職の総務部での仕事は、社内の関係部署だけでなく、外部の様々な業者とのやりとりも頻繁に行われるため、年齢や立場の異なる多くの方とコミュニケーションを取りながら円滑に業務をこなしてきました。日常的にExcelやWordを使用した書類作成もしており、事務処理も問題なくできます。弱みとしては、様々な仕事を並行して行う際に時間がかかりすぎてしまうことがあることです。そのため、仕事に取り掛かる前に、緊急性や重要性の観点から優先順位を考え、進めるようにしています。

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)

2

福祉分野へのキャリアチェンジを考えています。幅広い知識を身に付け、相談に乗る仕事である社会福祉士として、困難を抱えている方々へのサポートができる仕事に就きたいです。特に障がい者福祉を希望しており、資格取得後は身体障がい者福祉センターや福祉作業所で生活相談員として働きたいと考えています。施設での相談業務は、障がいを持った方やご家族の方への影響が大きく責任のある仕事だと思いますが、様々な機関や他職種との連携をはかり、障がいの度合いや各自の生活環境に合わせた最適なサポートができるようになりたいです。

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)

3

今の仕事は続けながら、社会福祉士の受験資格を得るために通信講座を1年半受講し、国家試験を受験する予定です。また、従兄を担当してくださっている社会福祉士の方に実際の仕事内容や適性について、話を聞いてみようと思っています。転職も視野に入れているため、福祉分野の社会福祉士として働くには、どんな求人があるか、労働条件などについても情報収集する予定です。

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)

訓練区分：専門実践教育訓練

施設名、受講コース：〇〇医療福祉専門学校 社会福祉士一般養成コース通信課程(18か月)

受講期間：令和〇年△月△日～令和〇年△月△日

～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～

1	職務経歴の棚卸しと自分の強みや仕事上の価値観を整理し、具体的に記入します。
2	1 から導かれる志望動機や課題対策を明確にします。
3	職業訓練終了後、あるいは就職先でどのように貢献したいかなど意欲や目標を記入します。

(第1面)

様式2 職務経歴シート

氏名 仙台 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)	5 職務の内容	6 職務の中で学んだこと、 得られた知識・技能等
	4 会社名・所属・ 職名(雇用形態)		
1	平成 27 年 4 月 ～ 現在 年 月 (4 年 0 ヶ月) 〇〇ハウス工業株式会社 総務部 (正社員)	業種：製造業 住宅メーカーの総務部として、備品・機器の 調達やオフィス建物の管理、福利厚生制度の 整備、社内制度の改善・推進、来客対応、会 社のイベント企画・運営等に従事。	総務の仕事は多岐にわたり、配属当初は右も 左もわからなかったため、不明な点はその場 で直属の上司や同僚に確認し業務を覚え、一 つ一つ丁寧に取り組んだ。嫌な顔をせずに対 応をすること、正確に仕事することを心掛 けて取り組んだ所、イベント運営等、少しず つ任される仕事が増えてきた。
2	年 月 ～ (年 ヶ月) ()		
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) ()		

4 正社員経歴のほか、インターンシップやアルバイト、期間雇用の経歴も記入できます。派遣社員の場合は、派遣先ごとに記入します。

5 企業の中核的な業種名を記入します。担当した職務の内容全般を具体的に記入します。

6 職務を通して学んだこと、工夫や改善を行うことで得た成果を記入します。

様式 3-1 職業能力証明（免許・資格）シート

氏名	仙台 花子		
No.	免許・資格の名称	7 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	中学校教諭一種免許状（国語）	〇〇県教育委員会	教科（国語学、国文学、漢文学、書道等）に関する科目、教職に関する科目、教科指導法を学び、教育原理や教育心理学等の教育者としての基礎的理解を深めた。 9
	平成 27 年 3 月		
2	普通自動車第一種運転免許	〇〇県公安委員会	8
	平成 28 年 5 月		
3			
	年 月		
4			
	年 月		
5			
	年 月		

～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～

7	免許・資格・認定機関は正式名称で記載する。
8	運転免許など一般的な免許、資格については記入不要です
9	免許・資格が証明している能力を記入します。取得した理由や取得後に活かした経験なども記入します

様式 3 - 2 職業能力証明（学習歴・訓練歴）シート

氏名		仙台 花子	
No.	期間	教育・訓練機関名	内容等
		学科（コース）名	
1	平成 20 年 4 月	〇〇県立△△高等学校 普通科	バレーボール部に所属。靱帯断裂等の怪我も多く、レギュラーではなかったが、県大会ベスト4というチーム目標に向かって、自主練習にも取り組み、技術の向上を目指した。プレーが出来ず辛い時期に部活の顧問から幾度となく励まされ、精神的な支えになったこともあり、教師という職業に憧れを持つようになった。また、読書が好きで休日はミステリーやノンフィクション等の小説をゆっくり読むことが楽しみだった。
	平成 23 年 3 月		
2	平成 23 年 4 月	〇〇県立△△大学 教育学部 学校教育教員養成課程	国語教諭を目指し、養成課程のある大学へ入学。学部4年時には中学校での教育実習を3週間体験した。実習では、担当教諭の指導の下、授業内容を考え、教えることで精一杯だったが、テストの作成や採点、部活指導、学校行事の準備など教師の業務内容は多岐にわたり、事務作業も数多くあることを知った。思春期の子供たちに関わる責任の大きさとやりがいを感じる経験となった。
	平成 27 年 3 月		
3	年 月		
	年 月		
4	年 月		
	年 月		

～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～

10	高等教育を収めている方は中学校を省略できます。中退も記入できます。教育訓練や職業訓練も記入します
11	積極的に取り組んだこと、部活動、学校行事、ボランティアなどを通して学んだことや得られたことなどを記入します