

(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2年 6月 2日現在

ふりがな 氏名	ふくし 福祉	さちこ 幸子	生年月日	昭和 55 年 04 月 12 日
ふりがな	みやぎけんせんだいしあおばくこうふくまち		電話	
連絡先	〒 989 - 0000 宮城県仙台市青葉区幸福町1-1-1		090 - 0000 - 0000	メールアドレス satiko.hukusi@gmail.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

若いころから、人と交わり、人と一緒に何かをしていくことが好きでした。高校時代の部活や、最初に勤めたスーパーでもそうした時間が一番楽しかったと感じています。  
 介護の仕事は最初から関心があったわけではなく、偶然のきっかけから働かせていただいたのですが、徐々にこの仕事の奥深さを感じてきました。人に関わり、人に役立つ仕事をするのが私に向いていたのだと思います。しかし、単に人が好きなだけではこの仕事は務まらないことも痛感しました。専門の知識や技術を身につけ、より多くの人を力を結集して支援につなげていくことが大切だと考えています。  
 今ではこの仕事を一生の仕事にしていきたいと思っています。

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)

高校で特に福祉について学んだことはなく、介護に関して本格的に学び始めたのは30歳を過ぎてからでした。それだけに、知識も技術もまだまだ未熟だと自覚しています。  
 一方で、コツコツとやり続けていくことが私の強みだと自負しています。今ではこの仕事で長く働いていきたいという気持ちも芽生えています。幅広く、奥深く、じっくりと様々なことを学んでいくのは私に合っていると思います。

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

いままでは特定の利用者様のお世話をするだけで精一杯でしたが、ここへきて、経験の幅を広げ、将来的に挑戦してみたいことが二つあります。  
 一つは、これまでのように介護福祉士やケアマネジャーとして目の前にいる高齢者のお役に立つだけでは、物足りない思いが募ってきました。障がいを持つ方や貧困で苦しんでいる人、引きこもりの人、DVに遭っている女性や児童など様々な人に対し、身につけてきた経験値や相談スキルを活かしたいということです。  
 二つ目は、私自身の人生設計です。介護の第一線の仕事は体力的な問題もあって、いつまでもできるとは限りません。そのためには、キャリアの転機に立った時の選択肢を多くしておきたいということです。以上の理由から社会福祉士の資格を取っておくことが挑戦のための必須条件だと考えています。

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)

3

このまま進めば、高齢者介護の世界でケアマネジャーになり、将来的には現在の職場で施設長を目指す道もあるでしょう。  
 他方、相談スキルを磨いて、前述のように様々な方々を支援するために、福祉事務所などでソーシャルワーカーとして違う経験をしてみたい気持ちもあります。可能であれば成年後見人などを行う独立型社会福祉士にも興味があります。  
 結局、私自身が福祉の世界を全うし、ここで自己実現していきたいという気持ちが強いのだと思います。いずれにせよ、より多くの人役に立つためには社会福祉士の資格が欠かせません。実務経験年数をクリアした現在、幸いにも専門実践教育訓練という支援制度があることを知りましたので、働きながら学ぶ決意をしました。

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)

専門実践教育訓練 みやぎ福祉専門学校 社会福祉士一般養成コース通信制  
 令和3年4月～令和4年9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～

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 福祉 幸子

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
	4 会社名・所属・ 職名(雇用形態)		
1	平成 10 年 04 月 ～ 平成 15 年 03 月 ( 5 年 0 ヶ月 )	小売業： 地元の総合スーパーマーケットに就職しました。 肉・魚・野菜・果物、総菜づくり、品出し、レジ、在庫管理、発注など一通り行いました。 3年目以降は新人の教育係を任せられました。	一口にスーパーといってもさまざまな業務がありました。 とくにこれを学んだことというほどの自信はありませんが、顔を覚えてくれたお客様と話をしたり、職場の同僚と一緒に頑張ったりしたことは、楽しかったと感じています。 結婚を機に退職しました。
	スーパー 青葉 みやぎ店 販売係 ( 正社員 )		
2	平成 20 年 04 月 ～ 平成 23 年 03 月 ( 3 年 0 ヶ月 )	福祉サービス： 介護の仕事は未経験でしたので、初めは掃除や食事の片付けくらいでしたが、先輩に教えていただきながら徐々にできる仕事を増やしていきました。	子供に手がかからなくなってきたので近くの特養ホームにパートで勤めました。私と夫の両親は健在ですが、近い将来のことも考え、介護を実地で勉強したいという気持ちもありました。 介護は一人一人違う人が相手であり、接し方も違います。徐々に介護の仕事の奥深さを学んでいきました。
	社会福祉法人しあわせ会 特養老人ホーム 介護 ( パート )		
3	平成 23 年 04 月 ～ 令和 02 年 05 月 ( 9 年 2 ヶ月 )	福祉サービス： この年に初任者研修を受けたことを契機に正社員にいただきました。食事・排泄・入浴・清拭など一通りできるようになりました。 平成 27 年に介護福祉士を取ってからは後輩への指導も行いました。 介護支援専門員(ケアマネジャー)の資格取得後は上司の下で、介護計画の策定や各所との連絡などの仕事もさせていただいております。	少しずつですが、介護の知識と技術を身につけながら経験を積んできました。 しかし、この施設はけっこう重度の方が多く、コミュニケーションの取り方やケアの仕方などは無資格では知識・技術の両面で歯が立ちませんでした。 こうしたことから介護を一生の仕事にしたいと思い、一人前の基準ともいえる介護福祉士をめざして勉強をしました。
	社会福祉法人しあわせ会 特養老人ホーム 介護 ( 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 )		
	( )		

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	企業の中心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。

～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 - 1 職業能力証明（免許・資格）シート

氏名		福祉 幸子	
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	介護福祉士	厚生労働大臣	認知症や寝たきりのお年寄り、重度の身体障害者など、日常生活を送るうえで何らかの不自由な側面をもつ人々の必要に応じて、入浴・排泄・食事サービス・その他の介護実務を実際に行います。また当人や介護者に指導を行います。 <b>9</b>
	平成 26 年 03 月		
2	介護支援専門員（ケアマネジャー）	宮城県知事	ケアを必要とする人の相談に乗って、その人にとって一番良い形でケアを受けられるように総合的に支援し、マネジメントします。具体的には、介護保険制度において、要介護認定を行い、介護サービス計画の立案を行います。
	令和 01 年 12 月		
3	普通自動車第一種免許	宮城県公安委員会	<b>8</b>
	平成 11 年 9 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～

<b>7</b>	免許・資格・認定機関は正式名称で記載する。
<b>8</b>	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
<b>9</b>	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

<b>氏名</b>	福祉 幸子		
No.	期間	教育・訓練機関名	内容等
		学科（コース）名	
1	平成 07 年 04 月 ～ 平成 10 年 03 月	宮城県あおば高等学校 <div style="text-align: center; background-color: #ccc; border: 1px solid black; width: 30px; margin: 0 auto;">1</div> 普通科	<p>平凡な成績でしたが、友達が多いほうだったと思います。</p> <p>部活動は家政クラブに入って、身のまわりで使うこまごましたものを友人とおしゃべりしながら作っている時間が好きでした。いつも人の輪の中心にいて、かつ、部員の面倒見がよかったせいか、3年生の時は部長に任命されました。</p> <div style="text-align: right; background-color: #ccc; border: 1px solid black; width: 30px; margin: 0 auto;">1</div>
	平成 24 年 04 月 ～ 平成 26 年 03 月	みやぎ福祉カレッジ 実務者研修(2年課程)	
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～

<b>10</b>	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
<b>11</b>	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