

(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)

令和元年〇〇月〇〇日現在

ふりがな 氏名	かんご 看護	はなこ 花子	生年月日	昭和 56 年 5 月 1 日
ふりがな	〇〇けん〇〇し△△くみなとまち 1-2-3		電話	090 - 0000 - 0000
連絡先	〒 123 - 4567		メールアドレス	
	〇〇県〇〇市△△区港町 1-2-3			

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)

私が看護師を目指すきっかけとなったのは、中学の時に父が癌を患った際に担当してくれた看護師さんの存在です。私は入院して苦しんでいる父を見守ることしかできなかったのですが、そんな私にいつも優しく声をかけてくれました。患者だけでなく、家族にまで心配りをしてくれる姿に看護師という職業へ憧れを持ちました。その後、専門学校を卒業し、病院で勤務する中で、自分の家族だったらどうするかと考えて行動するようにしています。そうすれば、おのずと心のこもった看護ができるはずだと考えるからです。看護師の仕事は医療行為のサポートだけでなく、患者様やご家族の方の気持ちを汲み取り行動することが求められることを実感しています。

1

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)

専門学校を卒業後、内科外来3年、消化器科病棟3年、訪問看護4年と経験を積んできました。相手に応じたコミュニケーションを図れることと向上心が強みです。外来も病棟も様々な年齢の方がおり、その方に合わせた対応が必要になります。外来で薬の飲み方を説明するときは、患者様に合わせてご自宅でも治療が継続できるように指導しました。また日々刻々と進む医療技術の中で、最善の看護を提供出来るように常に学ぶ姿勢を持ち続けてきました。一方で、丁寧な対応を心掛けるあまり、次の患者様をお待たせすることがあるため、必要なことはメモをして整理をし、簡潔で迅速に説明できるような対応を心掛けてきました。

2

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)

以前勤めていた病院では業務の多忙さによりスキルアップまでは余裕がなかったのですが、日頃から知識不足は感じていました。一旦育児で離職したものの子供が就学したので、勤務体系が子育てと両立しやすい訪問看護ステーションで勤務するようになりました。医療措置だけでなく利用者とその家族のメンタルサポートも必要な仕事であり、専門知識の勉強の必要性を感じていた矢先に、職場の看護師の先輩から看護学校への進学を勧められました。看護師資格の取得後は、現在の訪問看護ステーションでさらに経験を積み、将来は訪問介護の認定看護師などスキルアップも目指していきたいです。

3

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)

准看護師として勤務しながら通信制コースで学び、看護師資格を取得したいと考えています。特に認知症の方の利用も増えており、認知症ケアや終末期の看護対応もできるように必要な知識を身に付けていきたいです。少子高齢化の現代では、今後訪問看護は確実にニーズが増えていく分野だと思います。患者や家族とも深く関わっていく訪問看護の仕事で在宅ケアサービス提供者の一員として在宅療養を支えていきたいです。

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)

受講訓練 : 専門実践教育訓練 宮城看護専門学校 看護師養成2年課程 (通信制)  
 受講期間 : 令和元年〇月〇日~令和4年〇月〇日

~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 看護 花子

令和 ○ 年 ○ 月 ○ 日現在

職務経歴			
No.	4 期間(年月～年月) (何年何ヶ月) 会社名・所属・ 職名(雇用形態)	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
1	平成 14 年 4 月 ～ 平成 17 年 3 月 ( 3 年 0 ヶ月 )  MT内科クリニック (外来)  ( 正職員 )	業種：医療業  ・内科医師の診察、治療の介助をはじめ、検査のための採血・点滴・注射、患者さんへの説明補助を担当。風邪やインフルエンザの急性疾患の回復に向けた栄養指導、薬の飲み方、生活習慣病の改善に向けた生活指導も行った。	内科疾患の様々な症状や薬に関する知識を得ることが出来ました。患者様は高齢者の方が多く、診察前の問診では、曖昧な情報を5W1Hで整理し、医師への引継ぎがスムーズにできるように心掛けました。コミュニケーション力の基礎を築けたと思っています。
2	平成 17 年 4 月 ～ 平成 20 年 3 月 ( 3 年 0 ヶ月 )  医療法人つつじ会病院 (病棟)  ( 正職員 )	業種：医療業  病棟での看護業務全般(チームナース制)を担当。 ・消化器外科手術等を受ける患者様の入院後の看護全般	消化器科の準看護師として常時約30床の看護業務に従事しました。チーム医療の中で、協調性とコミュニケーション力を養い、医師や先輩看護師と連携を図るようにしました。また、入院患者様が安心して快適な入院生活を送れるように、常に相手目線で考え、精神的なケアやご家族のフォローを心掛けました。
3	平成 27 年 4 月 ～ 現在 ( 4 年 ヶ月 )  つつじ会訪問看護ステーション  ( パート )	業種：医療業  ・療養生活の相談とアドバイス、利用者の主治医の指示書に基づいた健康状態の観察(体温、血圧や脈拍、呼吸など)、病状悪化の防止・回復、点滴、注射などの医療処置、痛みの軽減や服薬管理などを担当。	担当する相手によって病気や障がいの状態や軽重、生活環境や家族構成も異なるため、病院でいくつもの診療科を経験するのと同じくらい、幅広い知識を得ることができています。必要な支援を基本的に自分一人で行うため、責任とやりがいが多いです。医師やご本人様とご家族、関係職種とコミュニケーションをしっかりと連携することで、利用者の療養生活を支えています。
4	年 月 ～ 年 月 ( 年 ヶ月 )  ( )		
5	年 月 ～ 年 月 ( 年 ヶ月 )  ( )		
6	年 月 ～ 年 月 ( 年 ヶ月 )  ( )		

～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～

- 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。

### 様式3-1 職業能力証明(免許・資格)シート

氏名	看護 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	普通自動車第一種運転免許	△△県公安委員会	8
	平成 12 年 3 月		
2	准看護師免許	〇〇市医師会看護専門学校	◎専門基礎科目 (人体のしくみと働き、疾病の成り立ち、感染と予防、看護と倫理など) ◎専門科目 (基礎看護、成人看護、老年看護、母子看護、精神看護など)
	平成 14 年 3 月		
3			9
	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	看護	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	平成 9 年 4 月	〇〇市立△△高等学校	ラグビー部マネージャーとして所属。選手の練習中の水分補給やタイムマネジメントなどのサポート、ケガの手当、部の金銭管理、物品の管理など、部員やチームのサポートを行いました。特にラグビーは怪我が多いスポーツのため、迅速で適切な手当てを行う必要があり、怪我の種類やケアの知識について独学で学びました。選手から感謝されることは一番のやりがいでした。
	平成 12 年 3 月		
2	平成 12 年 4 月	〇〇市医師会看護専門学校	診察の介助を行なうための病気に関する知識、人の体の仕組みを座学で学び、包帯の巻き方、注射の仕方などの技術を実践の中で理解しました。病院実習では緊張しましたが、目の前の患者様の役に立つ喜びを実感しました。
	平成 14 年 3 月		
3	年 月		
	年 月		
4	年 月		
	年 月		
5	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