

(様式 1-1) キャリア・プランシート (就業経験がある方用) の記入例

ご覧になりたい記入例を選択してください。

> 求職者の方

職歴が長い、若年層の方の記入例

職歴が短い、若年層の方の記入例

職歴が長い、中高年層の方の記入例

職歴が短い、中高年層の方の記入例

> 在職者 (転職希望) の方

職歴が長い、若年層の方の記入例

職歴が短い、若年層の方の記入例

職歴が長い、中高年層の方の記入例

職歴が短い、中高年層の方の記入例

> 在職者 (継続勤務希望) の方

職歴が長い、若年層の方の記入例

職歴が短い、若年層の方の記入例

職歴が長い、中高年層の方の記入例

職歴が短い、中高年層の方の記入例

## 様式 1-1 キャリア・プランシート (就業経験がある方用)

平成 30 年 4 月 1 日現在

ふりがな	こよう さくら	生年月日	平成 2 年 10 月 15 日
氏名	雇用 さくら		
ふりがな	とうきょうとちよだくかすみがせき	電話	
	〒 100 - 8916	03 - 5253 - 1111	
連絡先	東京都千代田区霞が関1-2-2	メールアドレス	sakura@xxx.yy.zz

**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)

- ・小学6年の家族旅行で海外のシティホテルとリゾートホテルを利用した時、ホテルスタッフの暖かさに触れて感動した。それ以来、くつろぎの空間とサポートの提供ができるホテルサービスに強い関心がある。
- ・今まで努力を重ねて英語力を向上させてきたので、これからも磨いていきたい。
- ・英語力を活かせる職場で働きたい。また、お客様の要求に応じていきながら、仕事を通じて更に分を上げていきたい。

**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)

- ・厳しい環境に身を置き努力をすることをいとわない。高校時代、英語力に伸び悩みを感じた時期があったが、交換留学生として1年間アメリカの公立高校で学んだことにより、英語力を向上させることができた。
- ・ホテルに就職直後の宿泊部門クローク業務では、外国人のお客様対応に困ることはなかったが、宿泊部門インフォメーションに異動後は、ビジネス英会話力が足りずに上司に対応をしていただいたことが数回あった。現在は週1回外国人講師から個別指導を受け、ビジネス英語力の向上に努めている。

**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)

- ・前職のホテルは近隣ホテルに比べて外国人のお客様が少なく、英語を使う機会が限られてしまうことに危機感を覚えていた。そのため、常に英語に触れることができる環境を求めて退職をした。
- ・グローバルホテルチェーンに転職し、日々多くの海外からのお客様にサービスを提供する業務を行うことで、専門性を上げていきたいという思いが強い。

**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)

- ・宿泊部門以外での職務経験がないため、ホテル内のどの業務に向いているのか、まだわかっていない。
- ・転職先の会社では、宿泊部門に配属されても構わないが、まずはレストラン部門かバンケットサービスのスタートでも良いと考えている。

**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)

- ・転職先の会社では長く勤めたいと思っている。この機会に結婚、出産後も働き続けられる職場環境や労働条件はどういったものなのかじっくりと考えたいので、キャリアコンサルタントに相談しようと思う。

## 様式 1-1 キャリア・プランシート (就業経験がある方用)

平成 30 年 4 月 1 日現在

ふりがな	しごと	たろう	生年月日	平成 元 年 10 月 15 日
氏名	仕事	太郎		
ふりがな	とうきょうとちよだくかすみがせき		電話	
連絡先	〒 100 - 8916		03 - 5253 - 1111	
	東京都千代田区霞が関1-2-2		メールアドレス	taro1@XXX.YY.ZZ

**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)

- ・家庭の事情により大学を3年で中退したため、新卒採用により就職することができなかった。
- ・アルバイトや資格の勉強をする中で、専門性を活かして業務を任してもらえる会社に就職したいと思うようになった。
- ・今はまだ専門分野と呼べるものを持っていないが、有期実習型訓練(国際物流コース)の受講により、基本的な物流の専門スキルが身についたのではないかと思う。食品スーパーでのアルバイト時代、商品管理業務に携わった時から物流関係の職務に強い関心があるので、今後は物流分野での専門職を目指したい。

**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)

- ・食品スーパーのアルバイトで、お困りのお客様に声をかけて店内案内をしていたことや、2年半の法人営業時代に多くの企業の担当者と接していたことから、対人接客には自信がある。
- ・今回、訓練実施企業の業担当者に能力評価をしていただき、自分の意見や主張を筋道立てて相手に説明するスキルに課題があることがわかった。そのため、ビジネスコミュニケーション力向上に向けて、先日からNPO法人〇〇のコミュニケーション基礎コースの受講を開始した。今後、自分のペースで学習しながら、力をつけていくようにしたい。

**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)

- ・今後、物流管理業務の実践を重ねていきながら、取引先と具体的な日程やコストを交渉したり社内調整する際に、皆から頼りにされるような人材に成長していきたい。
- ・将来は、物流関係の専門性を有しつつ企業経営に参加できるような人材になりたい。そのためには、大学の時に学んだ簿記の知識を深めていく必要があるため、近いうちに簿記のテキストを購入する予定である。

**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)

- ・訓練実施企業の業担当者から、現品管理基礎や棚卸などの専門能力について高い評価をいただき、嬉しかった。今後はこれに関連する分野の能力向上のため、まずは物流技術管理に関連する資格取得を目指し学習する予定である。
- ・経営に参加できる人材になるには、簿記の知識のみならず、物流コストに関する知識、会社の予算・実績管理や差異分析、経理処理に係る簿記や関連法令、作業生産性や物流品質の指標設定等に係る知識の習得が必要だと思う。今は物流業界への就職が第一目標なので、それが達成できたら取り組むようにしたい。

**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)

- ・有期実習型訓練中の6ヶ月間は、契約社員という契約形態であるが、先日訓練実施企業から「引き続き6ヶ月間を契約社員として倉庫勤務をしてスキルを向上させてみないか？」と提案された。来月訓練が終了するまでに今後の方向性を決めなければならない。
- ・家族からは経済的な自立を求められているので、今後は勉強しながら求職活動を進めたいが、訓練実施企業からの提案を受けるのが良いか、キャリアコンサルタントに相談したい。

## 様式1-1 キャリア・プランシート (就業経験がある方用)

平成 30 年 4 月 1 日現在

ふりがな	すいしん	いちろう	生年月日	昭和 40 年 10 月 15 日
氏名	推進	一郎		
ふりがな	とうきょうとちよだくかすみがせき		電話	
	〒 100 - 8916		03 - 5253 - 1111	
連絡先	東京都千代田区霞が関1-2-2		メールアドレス	ichiro@xxx.yy.zz

## 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)

- ・大学卒業後、株式会社霞ヶ関システムに就職した。その後30年間、会計経理システムの営業に力を注ぎ、売りにげに貢献した。
- ・昨年、業績不振を受けた希望退職者の募集に応じるかどうか考える機会を持った。その後、営業課長として最大限に努力をしてやり切ったという考えに至り、早期退職をした。退職金と特別加算金で住宅ローンを完済したが、まだ子供が自立していないので、転職先でもフルタイム勤務を希望する。
- ・営業戦略を立て、その目標を達成するためにチームを統率することに強いやりがいを感じている。

## 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)

- ・様々な業態・規模の顧客企業に対して、課題解決に繋がる提案をして信頼を得ながら商談を進めることが得意である。自社の取り扱いにない商品については、各方面と調整の上、信頼できる企業や専門家を紹介することで、顧客企業との関係を深め、長期的に良好な関係を築くことができる。
- ・技術革新の速度の速い業界に身を置いてきたので、環境変化に即応できる対応力がある。一時期仕事で英語を使う機会があったが、休日や通勤時間を活用し独学で英語力を身に付けた (TOEIC750を取得)。
- ・部下に対し、仕事の割りあて方や裁量の与え方を工夫することで、やる気を引き出すことが得意である。

## 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)

- ・これまで培ってきた知識・経験 (商談のノウハウ、営業戦略の立て方など) を活かせる仕事に就きたい。特に新規顧客の開拓営業については、前職で2回社長賞を受賞しており自信がある。引き続き管理系システム関連の営業職を希望する。
- ・転職先は都心部だけでなく都内近郊地域も検討している。転職希望地域によっては、実績と能力を評価されたとしても給与が下がることはやむを得ないと考えている。

## 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)

- ・十分な職業キャリアがあるので、新たな能力開発が必要だとは考えていない。ただし、転職先企業のメイン商品が会計経理システムではないことも想定される。人事管理は知識がないので、必要に応じて概要について事前に調べておくようにしたい。
- ・前職で4年間マーケティング企画部に在籍した時に、新製品開発に向けて顧客にアンケート調査をしたり専門誌向けに記事広告を執筆した経験はあるが、経験回数が少なかったため、転職先でその業務を期待されても期待にそえる自信がない。当時の進め方や思い出しておく必要がある。

## 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)

- ・現在失業手当を受給するために定期的にハローワークに通っているが、求人票を検索する以外に積極的な活動を行うことができていない。今後はハローワークの個別就職支援コーナーの利用も検討したい。
- ・キャリアコンサルタントに転職活動の進め方や応募書類の書き方について相談したい。
- ・実年齢より若く見られることが多く、体力面にも自信がある。これからの転職活動はハードな面もあるかもしれないが、営業職で培った粘り強さを武器にして頑張りたい。

## 様式 1-1 キャリア・プランシート (就業経験がある方用)

平成 30 年 4 月 1 日現在

ふりがな	ろうどう	ゆりこ	生年月日	昭和 50 年 10 月 15 日
氏名	労働	百合子		
ふりがな	とうきょうとちよだくかすみがせき		電話	
連絡先	〒 100 - 8916		03 - 5253 - 1111	
	東京都千代田区霞が関1-2-2		メールアドレス	yuriko@xxx.yy.zz

**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)

- ・ 家族を大切にしたい思いが強く、結婚後は夫の転勤により4回転居をしたため、仕事はせずに家庭(子育てと家事)中心の生活を送った。
- ・ 2年前に夫が東京本社勤務となり、昨年息子が中学受験を終えたので、自分の時間を十分に取れるようになった。今後はもう少し社会と関わりを持ちたいので、家庭との両立ができる範囲で仕事に就きたい。
- ・ 仕事に必要なスキルを身につけることで、自分の成長を実感していきたい。

**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)

- ・ 前職(銀行の窓口業務)では専用端末にお客様の名前や住所を入力する業務が多かったので、今でもキーボードを見ずに文字入力ができる。
- ・ 事務職を希望するにあたり文書作成ソフトウェア、表計算ソフトウェア、プレゼンテーションソフトウェアに関するスキルの習得が必要と感じ、先月までの4ヶ月間、パソコンの専門学校に通い学んだ。現在は関数を使用した表計算やグラフ作成もできるようになり、一日中パソコンを使った作業をしても苦にならなくなった。
- ・ 初対面の相手にも、自分から率先してコミュニケーションを取るよう心がけている。

**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)

- ・ できれば事務の中でも専門性のある業務に携われるようになりたい。
- ・ ゆくゆくは役員や管理職の事務サポートができるような人材を目指したい。
- ・ 今後も子供の学校行事に参加したいので、平日に休みが取れたり時間の融通がきくような職場を希望したい。
- ・ 仕事に夢中になり過ぎて家事をおろそかにすることは避けたい。また家庭のことを理由にして職場に迷惑をかけないようにしたい。

**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)

- ・ 現在は身につけたパソコンを使えるスキルを低下させないために自宅のパソコンで自主学習をしている。今後はデータベース管理ソフトウェアをマスターしたいので、パソコンの専門学校の先生に学習方法を相談する予定。
- ・ 社会保険や経理の基礎知識を学習し、給与計算や経理の補助業務ができるようになりたい。
- ・ 出産後も仕事を続けている友人に、効率のよい家事の仕方などの話を聞いてみようと思う。
- ・ 通勤ラッシュやフルタイム勤務に対応しながら日々の家事も行うため、体力が必要である。毎朝のウォーキングを始めて体力強化を図りたい。

**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)

- ・ 前職を退職したのが15年前なので仕事をしていない期間が長く、採用面接の自己PRの内容が思い浮かばない。キャリアコンサルタントに相談してヒントを得たい。
- ・ 今までは町内会や保護者会に積極的に参加をすることで近所の方や子供の学校関係者との交流を図ってきたが、職場で円滑な人間関係を築くにはどうしたら良いか不安である。職場でのコミュニケーションの取り方について相談したい。
- ・ 家庭との両立がしやすい職場を探すにはどうしたら良いか知りたい。

## 様式 1-1 キャリア・プランシート（就業経験がある方用）

平成 30 年 4 月 1 日現在

ふりがな	こよう さくら	生年月日	平成 2 年 10 月 15 日
氏名	雇用 さくら		
ふりがな	とうきょうとちよだくかすみがせき	電話	
	〒 100 - 8916	03 - 5253 - 1111	
連絡先	東京都千代田区霞が関1-2-2	メールアドレス	sakura@xxx.yy.zz

**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)

- ・小学6年の家族旅行で海外のシティホテルとリゾートホテルを利用した時、ホテルスタッフの暖かさに触れて感動した。それ以来、くつろぎの空間とサポートの提供ができるホテルサービスに強い関心がある。
- ・ホテル勤務の中で、お客様のお役に立てたときには達成感を得ている。また、よりよいサービスを提供するために知識・技能を磨くことにも充実感を得ている。
- ・趣味の旅行を通して各地のホテルを利用し、多様なサービスに触れることで感性を磨き、仕事に活かすようにしていきたい。

**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)

- ・学生時代より英語の習得に力を入れてきたので、ホテル利用のお客様の要望には日本語でも英語でも概ね適切に対応できてくる。
- ・インフォメーション業務の基本的知識とスキルは身に付いているが、まだ上司に相談しなければ対応できない事案もあるので、努力を重ねて更にも力をつけていきたい。困難なケースは一人で抱え込まずに上司に相談しながら対応していきたい。

**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)

- ・これからもホテルを利用されるお客様へ直接サービスを提供する業務を希望し、高い専門性を持って仕事をしていきたい。この考えは入社以来変化していない。
- ・海外から来日されるお客様に対し、また来たいと思っていただけるサービスを提供したい。また、国内外の様々な都市やリゾートで働く機会を持ちたい。
- ・ホテルの総務部門や広報担当など、管理部門や間接部門への異動は希望していない。

**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)

- ・より品質の高いサービスを提供するために、休日を使ってビジネス英会話の勉強を検討している。しかし最近、同業他社で働く友人に比べて給与や待遇が良くないことを知り、転職も視野に入れるようになった。
- ・現職同様のキャリアを積めることが前提だが、より高額な給与も得られる会社があれば、求人への応募を検討してみたい。

**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)

- ・今後、転職したい気持ちはあるが、本当にそれで良いのか不安なのでキャリアコンサルタントに相談してみたい。
- ・転職する場合は、転職活動の留意点や有利に進めるためのポイントを知りたい。

## 様式 1-1 キャリア・プランシート（就業経験がある方用）

平成 30 年 4 月 1 日現在

ふりがな	しごと	たろう	生年月日	平成 元 年 10 月 15 日
氏名	仕事	太郎		
ふりがな	とうきょうとちよだくかすみがせき		電話	
連絡先	〒 100 - 8916		03 - 5253 - 1111	
	東京都千代田区霞が関1-2-2		メールアドレス	taro1@XXX.YY.ZZ

**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)

- ・両親の影響でワインやチーズ、ナッツ類に興味があり、大学卒業後は輸入食品の卸売業を行う会社に就職した。入社研修後、新規顧客の開拓を中心とした営業部門に配属されて2年になる。
- ・海外のワイナリーにオーダーしたり船積み依頼する仕事や、食材の展示会を企画するような業務に就くことを希望して入社した。そのため、将来の展望に向けて自信を持って仕事をしたいが、それができないため転職を考えている。

**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)

- ・足繁く百貨店や高級スーパーの担当者のもとに伺い新商品の紹介を行うなど、日々努力を重ね、新規顧客を獲得してきた。
- ・プレゼンテーションソフトウェアを使って、営業資料を作成して営業に出ることも慣れてきた。また、会社からも十分な成果をあげていると評価されている。しかし、営業目標の達成のため、残業することが多くなっている。最近特に帰りが遅く、家族からはもう少し早く帰れないかと言われてい

**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)

- ・輸入食品の取り扱い自体は大変に奥が深く、やりがいのある仕事だと思っているので、転職しても貿易や貿易品の物流関係の仕事に就きたい。大学時代に英語力も身につけたので、できれば海外出張の機会を持ちたい。
- ・同業他社に転職した場合、ジョブローテーションで複数部門を経験することは構わないが、営業職は可能であれば避けたい。

**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)

- ・学生時代からジョギングを続けてきているので、残業があっても当面は体力に自信があるが、長く続けられるか心配が残る。現在の会社では営業職以外のポストに異動したいと思っても、営業職以外のポストが限られているため、転職を決断しなければこの状態が長期間続くのではないかと思う。
- ・在職期間が短い上に未経験職種を希望しているため、即戦力を求める企業の求人に応募することは難しいと思う。そのため、就職前に職業訓練を受けるか、最初に実務の訓練を受けられる企業への就職を希望する。

**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)

- ・早期に退職することにより、今後応募する先の企業から、忍耐力がない身勝手な人間と思われな
- か心配である。キャリアコンサルタントに相談に乗ってほしい。
- ・転職を考えていることについて、誰にも相談できていない。できれば同年代の人の意見も聞きたい。

## 様式 1-1 キャリア・プランシート（就業経験がある方用）

平成 30 年 4 月 1 日現在

ふりがな	すいしん	いちろう	生年月日	昭和 40 年 10 月 15 日
氏名	推進	一郎		
ふりがな	とうきょうとちよだくかすみがせき		電話	
連絡先	〒 100 - 8916		03 - 5253 - 1111	
	東京都千代田区霞が関1-2-2		メールアドレス	ichiro@xxx.yy.zz

## 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)

- ・大学卒業後、株式会社霞ヶ関システムに就職した。その後30年間、会計経理システムの営業に力を注ぎ、売り上げに貢献した。
- ・営業戦略を立て、その目標を達成するためにチームを統率することに強いやりがいを感じている。
- ・営業部営業一課課長となり9年経過した今、待遇や職務に不満は全くない。ただし、来年役職定年を迎えるにあたり、給与が下がり管理職ではなくなることへのイメージが持てずにいる。そのため、年齢に関係なく働ける会社への転職を考えている。

## 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)

- ・様々な業態・規模の顧客企業に対して、課題解決に繋がる提案をして信頼を得ながら商談を進めることが得意である。自社で取り扱いのない商品については、各方面と調整の上、信頼できる企業や専門家を紹介することで、顧客企業との関係を深め、長期的に良好な関係を築くことができる。
- ・技術革新の速度の速い業界に身を置いてきたので、環境変化に即応できる対応力がある。以前、仕事で英語を使う機会があったが、休日や通勤時間を活用し独学で英語力を身に付けた（TOEIC750を取得）。
- ・部下に対し、仕事の割りあて方や裁量の与え方を工夫することで、やる気を引き出すことが得意である。

## 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)

- ・これまで培ってきた知識・経験（商談のノウハウ、営業戦略の立て方など）を活かせる仕事に就きたい。特に新規顧客の開拓営業については、前職で2回社長賞を受賞しており自信がある。引き続き管理系システム関連の営業職を希望する。
- ・現在の給与は、これまでの社内実績と能力を評価された上の金額であると認識している。転職にあたり、過去の実績と能力を評価されたとしても給与が下がることはやむを得ないが、役職定年後に下がると見込まれる給与よりは多くの金額を得たい。

## 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)

- ・まず第一に労働市場の調査を行った上で転職をするか決めたい。まずは転職サービスに登録し、こまめに希望業界や希望職種の求人を見ていく。また、会計業界や管理職・営業職に強い人材会社を調べてアプローチし、情報収集に努めたい。
- ・転職にあたり、十分な職業キャリアがあるので、新たな能力開発が必要だとは考えていない。ただし転職先企業のメイン商品が会計経理システムではないことも想定される。人事管理関連については知識がないので、概要を事前に調べておくようにしたい。

## 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)

- ・平日は仕事を休めないの、夜間や土日に採用面接を受けたりキャリアコンサルタントに相談をすることができの教えてもらいたい。
- ・役職定年前後に転職をした人や転職をせず仕事を続けている人の話を聞く機会を持ちたい。
- ・次男が来年大学受験をする予定である。今後給与額が下がることを想定して、生活費の見直しなど考える必要があるかもしれない。今後のファイナンシャルプランについて、できれば専門家に相談してみたい。



## 様式 1-1 キャリア・プランシート（就業経験がある方用）

平成 30 年 4 月 1 日現在

ふりがな	ろうどう ゆりこ	生年月日	昭和 50 年 10 月 15 日
氏名	労働 百合子		
ふりがな	とうきょうとちよだくかすみがせき	電話	
	〒 100 - 8916	03 - 5253 - 1111	
連絡先	東京都千代田区霞が関1-2-2	メールアドレス	yuriko@xxx.yy.zz

**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）

- ・家族を第一に考えており、結婚を機に前職（銀行の窓口業務）を退職した後の15年間は、家事と子育てに専念していた。
- ・昨年から、家族のサポートに加えて、仕事を通じて多くの人をサポートしたいという気持ちが強くなり、事務職への再就職に向けて4ヶ月間、パソコンの専門学校に通った。
- ・就職先は入社研修制度が整っている会社を希望した。〇〇株式会社の有期実習型訓練の対象求人を見つけて応募し採用されたので、この3ヶ月間は働きながら実務の訓練を受けることができた。

**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）

- ・専門学校で習得した文書作成ソフトウェア、表計算ソフトウェアのスキルを実務に活かすことができている。現在は入力業務の他にも伝票処理、請求書作成、各種リスト作成をスムーズに行うことができる。
- ・有期実習型訓練を通じて社会保険の基礎知識や給与計算ソフトの操作方法を学んだことで、給与計算補助ができるようになった。まだソフト操作に時間を要することがあるため、不明点は操作マニュアルを確認した上で速やかに委託先の社会保険労務士事務所の方に質問するようにしたい。
- ・どんな状況でも業務を依頼されると全て受けてしまうので、上手にお断りをする方法を身につけたい。

**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）

- ・今後は、社会保険関係の書類作成や届出業務も一人で対応できるようになりたい。機会があれば離職票や傷病手当金支給申請書の作成に挑戦しようと思う。
- ・上司からは今後は給与計算業務も任せたいと言われたが、毎月給与の締日から支払日にかけて業務が集中する期間を時間外労働で対応しなければならないため、主担当になることは難しいと伝えた。
- ・現状では家庭との両立を図ることが難しいため、有期雇用の期間満了をもって退職することにした。次の就職先は、時間外労働がないか、ごく少ない職場であることを確認してから入社するようにしたい。

**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）

- ・社会保険の主要な届出書類を作成するポイントを学ぶため、資格取得の学校が開催している社会保険実務講座を受講したい。これから家族と相談してコースを決定するが、土日や夜間に通学するのではなく家事の合間に自宅で学べるWeb通信コースを選ぶ予定である。
- ・ヨガ教室で知り合った方で子育てが一段落してから再就職をした方がいるので、どのように就職活動をしたか聞いてみようと思う。

**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）

- ・仕事への意欲は高く、勤務時間中は精一杯集中して業務に携わるつもりだが、時間外残業をすることは極力避けたいと思っている。
- ・求人票に時間外労働の有無や平均的な月間残業時間が記載されている場合は参考にしているが、面接の際に現状を聞きづらいので、どのように確認をしたら良いか、キャリアコンサルタントに相談したい。

## 様式 1-1 キャリア・プランシート（就業経験がある方用）

平成 30 年 4 月 1 日現在

ふりがな	こよう さくら	生年月日	平成 2 年 10 月 15 日
氏名	雇用 さくら		
ふりがな	とうきょうとちよだくかすみがせき	電話	
連絡先	〒 100 - 8916 東京都千代田区霞が関1-2-2	03 - 5253 - 1111	メールアドレス sakura@xxx.yy.zz

**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)

- ・小学6年の家族旅行で海外のシティホテルとリゾートホテルを利用した時、ホテルスタッフの暖かさに触れて感動した。それ以来、くつろぎの空間とサポートの提供ができるホテルサービスに強い関心がある。
- ・ホテル勤務の中で、よりよいサービスを提供するために知識・技能を磨くことに充実感を得ている。また、お客様のお役に立てたときに強い達成感を得ている。
- ・ホテルのインフォメーション業務は、お客様からの要望も高くクレームもあるが、感謝されたり喜んでいただける機会が多く、日々やりがいを感じている。

**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)

- ・英会話については、学生時代のアメリカ留学経験に加えて、週1回のペースで外国人講師からビジネス英会話のレッスンを受けて研鑽を続けているので、外国人のお客様にも問題なくサービスを提供できている。
- ・自立心と挑戦心を大切にしながら業務にあたっているが、対応困難な事案についても周囲に相談することなく極力一人で解決しようとしてしまうので、早めに上司に相談するように心がけたい。

**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)

- ・これからもホテルを利用されるお客様へ直接サービスを提供する業務を希望し、高い専門性を持つて仕事をしていきたい。この考えは入社以来変化していない。
- ・希望が叶うのであれば、多様な職種に対応できるようになりたいので、今後レストラン部門やバンケット部門を経験してみたい。多くのサービス部門を経験した上で専門分野を定め、更に技能を高めていきたいと思う。

**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)

- ・より品質の高いサービスを提供するために、これからも休日を使ってビジネス英会話の勉強を続けていきたい。
- ・今後ともライフイベントと仕事の両立をしていきたいので、結婚出産を経て仕事を続けている先輩女性社員から、仕事と家庭の両立の仕方について話を伺う機会を持ちたい。
- ・インバウンドの増加により、英語以外の語学習得の必要性も感じている。今後どの語学を学習するかも含めて考えていきたい。

**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)

- ・結婚や出産を希望している。まだ具体的なことは決まっていないが、できれば長く仕事を続けていきたいので、今から結婚出産後のキャリアプランも考えておきたい。
- ・子供のことを考えると、一時的に管理部門など夜間勤務の少ない部門への異動も検討する必要がある。育児と仕事を両立する場合の工夫について、キャリアコンサルタントに相談したい。

## 様式 1-1 キャリア・プランシート（就業経験がある方用）

平成 30 年 4 月 1 日現在

ふりがな	しごと	たろう	生年月日	平成 元 年 10 月 15 日
氏名	仕事	太郎		
ふりがな	とうきょうとちよだくかすみがせき		電話	
連絡先	〒 100 - 8916		03 - 5253 - 1111	
	東京都千代田区霞が関1-2-2		メールアドレス	taro1@XXX.YY.ZZ

**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)

・家庭の事情により大学を3年で中退した。その後、アルバイトや資格の勉強をする中で、専門性を活かして業務を任せてもらえる会社に就職したいと思うようになった。

・食品スーパーでのアルバイト時代、商品管理業務に携わった時に物流関係の職務に強い関心があったので、物流分野での専門職を目指すべく、半年間有期実習型訓練（国際物流コース）を受講した。

・訓練中の態度や成績を評価され、訓練実施企業に正社員として登用された。まだ専門分野と呼べるものを持ってはいないが、今回身につけた物流の基礎スキルをベースに、今後専門性をつけて行くつもりだ。

**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)

・現在は物流現場のオペレーションに従事している。この業務に就いて間もないが、仕事に必要なことを理解して取り組むのは得意なので戸惑いはない。また、訓練で学んだことを上手に活かしている。

・訓練の頃から、自分の意見や主張を筋道立てて相手に説明することが不得手であると指摘を受けていたため、話す時に何が説明のポイントになるのか気を付けるようにしている。上司から、先輩の話し方を真似すると良いとアドバイスをいただいたので実践している。先日先輩が「良くなってきている」と褒めていただいたので手ごたえを感じている。

**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)

・上司、先輩に恵まれ、人間関係は良好である。また、現場で的確なアドバイスをいただけていることにより、仕事も順調にできている。今後もこの会社で物流関係のキャリアを積んでいきたい。

・将来は、物流関係の専門性を有しつつ企業経営に参加できるような人材になりたい。そのためには、大学の時に学んだ簿記の知識を深めていく必要があるので、近いうちに簿記のテキストを購入する予定である。

**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)

・先輩の動きを見て、物流技術者に必要とされる専門知識、マネジメント技術を体系的に学びたいと思うようになった。今年度中には物流技術管理士に関連する資格取得を目指し学習を開始する予定である。

・経営に参加できる人材になるには、簿記の知識のみならず、物流コストに関する知識、会社の予算・実績管理や差異分析、経理処理に係る簿記や関連法令、作業生産性や物流品質の指標設定等に係る知識の習得が必要だと思う。今は現場業務を体得することが最優先なので、それが達成できたら取り組むようにしたい。

**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)

・この数年、家族から経済的な自立を求められていたので、それに応えることができたと思っている。

## 様式 1-1 キャリア・プランシート（就業経験がある方用）

平成 30 年 4 月 1 日現在

ふりがな	すいしん	いちろう	生年月日	昭和 40 年 10 月 15 日
氏名	推進	一郎		
ふりがな	とうきょうとちよだくかすみがせき		電話	
連絡先	〒 100 - 8916		03 - 5253 - 1111	
	東京都千代田区霞が関1-2-2		メールアドレス	ichiro@xxx.yy.zz

## 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）

- ・大学卒業後、株式会社霞ヶ関システムに就職した。その後30年間は、会計経理システムの営業として社長賞2回の受賞を含め多くの成果をあげながら、プレイングマネージャーとして部下のマネジメントにも力を注いだ。
- ・9年前、営業部営業一課長であった時に、育児休業を取得した部下が複数いたこともあり、子育て期の女性社員の育成について高い関心がある。

## 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）

- ・様々な業態・規模の顧客企業に対して、課題解決に繋がる提案をして信頼を得ながら商談を進めることが得意である。自社で取り扱いのない商品については、各方面と調整の上、信頼できる企業や専門家を紹介することで、顧客企業との関係を深め、長期的に良好な関係を築くことができる。
- ・技術革新の速度の速い業界に身を置いてきたので、環境変化に即応できる対応力がある。以前、仕事で英語を使う機会があったが、休日や通勤時間を活用し独学で英語力を身に付けた（TOEIC750を取得）。
- ・部下に対し、仕事の割りあて方や裁量の与え方を工夫することで、やる気を引き出すことが得意である。

## 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）

- ・今後はこれまで管理職として培った知識・経験を活かせるよう、社内でキャリアを積んでいきたい。具体的には、本社営業部若しくは本社人材育成事業部の部長職を目指すつもりである。
- ・部長職になると、事業経営への深い関与が求められるので、それらを担える人材になり、より一層会社に貢献したい。

## 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）

- ・昨年以降、部長職に求められる能力や役割について社外セミナーに参加したり、ビジネス本を数冊読むなどして理解を深めてきたが、改めて経営管理について本格的に学ぶ必要性を感じている。そのため、現在、教育訓練給付金制度を活用して経営管理が学べる夜間や土日のスクールを調べている。
- ・部下が自身のキャリアについて自律的に考えることができるように、面談を実施したことがあるが、従来の面談より難しくうまくいかなかった。1年後には社員全員がキャリアコンサルティングを受けられる仕組みを作りたいので、まずはキャリアコンサルタントの資格取得に向けて学習をする予定である。

## 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）

- ・地元に住む両親はともに健在だが、最近急に体力が低下しているようなので心配である。今後夜間や土日にスクールに通う場合は今よりも多忙となるため、先々のことを考えて介護保険制度や地域のサポート制度について調べておきたい。調べ方について相談に乗ってほしい。

## 様式 1-1 キャリア・プランシート（就業経験がある方用）

平成 30 年 4 月 1 日現在

ふりがな	ろうどう	ゆりこ	生年月日	昭和 50 年 10 月 15 日
氏名	労働	百合子		
ふりがな	とうきょうとちよだくかすみがせき		電話	
連絡先	〒 100 - 8916		03 - 5253 - 1111	
	東京都千代田区霞が関1-2-2		メールアドレス	yuriko@xxx.yy.zz

**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)

- ・結婚を機に仕事（銀行の窓口業務）を辞めた後は家事と子育てに専念していた。15年程仕事をしていなかったの、再就職に向けて4ヶ月間パソコンの専門学校に通い準備をし、入社時研修制度が整っている会社を中心に求人を探した。
- ・〇〇株式会社の有期実習型訓練の対象求人に応募したところ採用されたので、この3ヶ月間は働きながら実務の訓練を受けることができた。
- ・家族との時間は大切にしたいが、仕事でも評価されるような人物でありたい。

**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)

- ・専門学校で習得した文書作成ソフトウェア、表計算ソフトウェアのスキルを実務に活かし、伝票処理、請求書作成、各種リスト作成をスムーズに行うことができている。
- ・先日上司から「周囲の状況を把握しながら仕事を進めることができている。今後も向上心と気遣いの心を持ち、業務にあたってほしい」と声をかけられたので、自信を持って仕事をしていくようにしたい。
- ・有期実習型訓練を通じて社会保険の基礎知識や給与計算ソフトの操作方法を学んだことで、給与計算補助ができるようになった。今後は主体的に業務ができるように、税金や社会保険についても学んでいきたい。

**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)

- ・先日、社長から有期雇用終了後も引き続き雇用していただける話をいただいた。今後は給与計算業務に加えて、業務に余裕がある時は社長や役員が社外で講演する際の日程調整や資料作成のサポートを秘書とともにしてしてほしいと言われたので、可能な範囲でチャレンジしようと思う。
- ・給与計算業務は毎月給与の締め日から支払い日にかけては勤務時間が長くなるが、その分、閑散期は勤務時間が短縮され早く帰宅ができるので、効率的に家事を行えるように思う。

**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)

- ・プレゼンテーションソフトウェアのスキルを向上させて効果的な資料作成ができるようになりたい。来週、パソコンの専門学校の先生に学習方法を相談する予定である。
- ・社外の方と打ち合わせをする時や社内会議の際には、短時間で説明や発表できる力が特に求められる。まずは上司の説明の仕方を参考にしながら、相手の理解力に合わせて論理的かつ端的に業務の説明ができるよう工夫したい。

**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)

- ・再就職したいという目標を達成することができたので、次は今後の目標についてキャリアコンサルタントに相談したい。
- ・まだ漠然としているが、10年後、20年後の働き方や社会との関わり方を考えてみたい。