

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 4 年 4 月 1 日現在

ふりがな	こうろう	なおき	生年月日	昭和 61 年 10 月 15 日
氏名	厚勞	直樹		
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	naoki@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）

- ・周りの人と、仲良く楽しくやっていきたいと考えている。競争したり、争うことはあまり好まない。
- ・人からのアドバイスは、自分のために言ってくれているので、まずは受け止めて、改善するように心がけている。
- ・自分に合った仕事や、興味や関心を持っていることがまだ明確にはわからないので、これから見つけていきたい。

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）

- ・人からは、協調性があると言われることが多い。できるだけ、お互いが尊重し合い、居心地がよくなるよう常に気を配るようにしている。自分はリーダータイプではないが、一人になっている人に気づいて声をかけるなど、リーダーをサポートする立場が向いていると思っている。
- ・弱みは、これまで正社員の経験が無いこともあり、自分に自信が持てない事である。今後、新しい経験も積んで、できることを増やしていきたい。

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）

- ・正社員として働きたい。安定した仕事と収入が得られるようにしたい。
- ・できれば、何か専門的な技術や知識を身に付けていきたいと考えている。これまで経験がないことであっても幅広く積極的に挑戦したい。

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）

- ・パソコンを学びたいと思い、職業訓練でWord、Excel、PowerPointの講座を受けて学んでいる。今後、パソコンの資格以外にも、ビジネスに必要な資格をとりたい。

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）

- ・家族から正社員の仕事をするように勧められているが、やりたいことが見つからず、自分にどのようなことが向いているのかわからないが、将来のことを考えると、収入面で漠然と不安があるので、正社員で働いたほうが良いかなと思っている。求人サイトを見ても、自分に向いている仕事なのかかわからず、これからどうすれば良いのかについてキャリアコンサルタントに相談したい。

(第2面)

キャリアコンサルティング実施者の記入欄

キャリアコンサルティングの実施日時、キャリアコンサルティング実施者の所属、氏名等

実施日時： ～ 所属： 氏名：

電話番号： 登録番号：

実施日時： ～ 所属： 氏名：

電話番号： 登録番号：

実施日時： ～ 所属： 氏名：

電話番号： 登録番号：

(注意事項)

- 1 「連絡先」欄には、連絡を希望する住所やメールアドレス等を記入してください。
- 2 「価値観、興味、関心事項等」欄、「強み等」欄、「将来取り組みたい仕事や働き方等」欄、「これから取り組むこと等」欄、「その他」欄のいずれかに記入した場合には、記入年月日を記入してください。
- 3 教育訓練関係の助成金申請の書類として活用する場合には、「キャリアコンサルティング実施者の記入欄」に、当該教育訓練の必要性に係るコメントを記入してください。
- 4 記入しきれないときは、適宜枠の幅の拡大等を行って記入してください。
- 5 本シートは、電子的方式、磁気的方式その他の知覚によっては認識することができない方式で作られる記録であって、電子計算機による情報処理の用に供されるものをもって作成することができます。
- 6 必要があるときは、各欄を区分し、または各欄に所要の変更を加えることその他所要の調整を加えることができます。

▼同じ人の記入例をもっと見る

[様式2 職務経歴シート\(在職者・30代\) 記入例 No24.pdf](#)