

(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)

● 年 ● 月 ● 日現在

ふりがな	××× ×××	生年月日	昭和 ● 年 ● 月 ● 日
氏名	●● ●●		
ふりがな	にいがたけん ××し ×××	電話	●●● - ●●●● - ●●●●
連絡先	〒 950 - ●●●● ●●県●●市●● 1丁目2番地3	メールアドレス	
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) <ul style="list-style-type: none">・施設管理系の仕事をすることがあったが、専門知識がなく、期間雇用に終わった。・建築設備の知識、技術を必要とする仕事は、社会情勢に関係なく需要がある。・きちんと学び、資格を取得して、自信をもって就職活動していきたい。			
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) <ul style="list-style-type: none">・好奇心旺盛・簡単にあきらめない根性・体力がある ・人見知りな面がある			
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) <ul style="list-style-type: none">・利用する人の立場になって考え、安全安心な施設管理、メンテナンスを行なっていく。・危険と隣り合わせの現場もあると思うが、手順や規則を守って安全に作業していく。・就職後も段階的に上級の資格取得に挑戦し、業務の幅を広げていく。			
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) <ul style="list-style-type: none">・積極的に取り組み、任意取得資格はなるべく多く取得する。<ul style="list-style-type: none">・第2種電気工事士 ・ 2級ボイラー技士 ・ 危険物取扱者乙種第4類・第三種冷凍機械責任者			
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)			

様式2 職務経歴シート

氏名	●● ●●
----	-------

● 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
	会社名・所属・ 職名 (雇用形態)		
1	平成 30 年 4 月 ～ 令和 2 年 2 月 (1 年 11 ヶ月)	業種：建築塗装 見習いで、中古住宅などのリフォーム塗装の手伝いをした。	高所での作業もあることから、安全に気をつけて作業を行った。体力仕事だったので、体調管理をしっかりとした。
	(有) ▲▲建築塗装 (アルバイト)		
2	令和 2 年 4 月 ～ 令和 3 年 3 月 (1 年 0 ヶ月)	業種：ビルメンテナンス オフィスビルで設備管理。 空調設備の点検、清掃や蛍光灯の交換、ドア修理など。	資格がないためにできることが限られていたが、自分にできることを探して、積極的に手伝うようにした。
	■■■ビルメンテナンス (株) (契約社員)		
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)	()	
	()		

様式 3 - 1 職業能力証明（免許・資格）シート

氏名	●● ●●
----	-------

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	新潟県公安委員会	
	平成 30 年 3 月		
2	年 月		
3	年 月		
4	年 月		
5	年 月		

(注意事項)

1 「免許・資格の内容等」欄には、必要に応じて、免許・資格付与の基準・目安等も記入（又は添付）してください。

2 原則として、本シートを生涯にわたって活用していく中で、免許・資格の取得の都度、証明する書類等（写本）

の添付を可能な範囲で行ってください。また、応募書類とする場合は、応募先の業務に必要な資格等の書類

等（写本）を添付する等、可能な範囲で必要に応じて書類等（写本）の添付を行ってください。な

～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 - 2 職業能力証明（学習歴・訓練歴）シート

氏名	●● ●●
----	-------

No.	期間	教育・訓練機関名	内容等
		学科（コース）名	
1	平成 27 年 4 月 ～	●×県立●×高等学校	飲食店やカラオケ店でアルバイトをして、接客の際のマナーを身に付けた。運送会社での仕分けのアルバイトでは、限られた時間で効率よく仕分けできるよう、がんばった。
	平成 30 年 3 月	普通科	
2	年 月 ～		
	年 月		
3	年 月 ～		
	年 月		
4	年 月 ～		
	年 月		

（注意事項）

- 1 原則として、中学校卒業以降の学校、教育訓練機関での学習歴を記入してください。
- 2 「内容等」の欄には、教育・訓練の内容とともに、学んだこと・得られたことも記入します。
- 3 原則として、本シートを生涯にわたって活用していく中で、教育・訓練を修了した都度、証明する書類等（写本）
 の添付を可能な範囲で行ってください。また、応募書類とする場合は、応募先の業務に必要な修了証等の書類
 （写本）を添付する等、可能な範囲で必要に応じて書類等（写本）の添付を行ってください。なお、キャリア・プランニング時には必ずしも必要ありません。