＜記入例（在職者・20代）＞ ①

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　8　年　4　月　1　日現在

ふりがな	こうろう　たろう	生年月日	平成　10　年　10　月　15　日
氏名	厚労　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	taro@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）

・仕事を通じて、人の役に立ちたいと考えている。また、子供の成長をしっかりと見守っていきたいと考えており、仕事とプライベートのバランスを保ちながら働いていきたい。
・相手に喜んでもらえたときに充実感を感じるので、ITを通じて人のサポートに繋がるような仕事をしていきたいと思っている。

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）

・初対面の人とのコミュニケーションに苦手意識があるが、仕事において、意思疎通に齟齬が起きないように気を付けている。お客様の要望をしっかりと把握・確認をすることや人の話を注意深く聞き、メモを取るなどの工夫をしている。
・自分が任された仕事や、一度やり始めたことは、困難があっても諦めず、粘り強く取り組むことができる。

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）

・SEとして、スキルアップをして、開発者として第一線で働いていきたい。新しい技術を身に付け、自分のできることを広げていきたい。

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）

・将来に備え、新しいIT技術を身に付けたい。また、外国語の習得も必要だと思っている。苦手意識のあるコミュニケーション能力も磨いてきたい。

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）

＜記入例（在職者・20代）＞

様式２　職務経歴シート

氏名	厚労　　太郎

令和　8　年　4　月　1　日現在

職務経歴

No.	期間（年月～年月） （何年何ヶ月） 会社名・所属・ 職名（雇用形態）	職務の内容	職務の中で学んだこと、 得られた知識・技能等
1	令和 3 年 4 月 ～ 令和 4 年 5 月 （ 1 年 2 ヶ月 ） ××株式会社 システム運用保守 （ 正社員 ）	大手携帯会社のシステム部門に派遣され、システム運用・保守を担当。システムの障害対応や維持管理の業務に従事。	・社会人としての基礎マナーを学んだ。 ・システムの運用・保守業務を担当し、ソフトウェアからハードウェアの一部まで幅広く携わらせて頂き、基本的な知識を得る事ができた。 ・ルーティン業務が多い中でも、不具合が起きたときは冷静に問題を把握するイレギュラーへの対応力を学んだ。
2	令和 4 年 6 月 ～ 令和 8 年 4 月 （ 3 年 11 ヶ月 ） ●●株式会社 プログラマー （ 正社員 ）	プログラマー ○○部門に派遣され担当クライアントのシステム開発・保守を担当。既存システムの一部改修やトラブル回避の保守開発に従事。	・ハードウエア含めたSEとしての技術力や業務知識を広げることができて、やりがいを感じている。 ・クライアントから現状や要望をヒアリングして把握するための、コミュニケーション能力の必要性に気づいた。 C#、Java、Oracle(SQL, PSQL) Windowsアプリケーション開発 Webアプリケーション開発
3			
4			
5			
6			