

## 様式1-2 キャリア・プランシート(就業経験のない方、学卒者等用)

※学校経験の整理等を行いたい方も対象です

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 7 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 - 3916		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

学校の課程で関心を持って取り組んだこと・取り組んでいること		
学校名	関心を持った理由、内容	学んだこと、得られたもの
科目名、テーマ、論文等		
千代大学経済学部経済学科 (マクロ経済学専攻)	大学で経済学を学ぶようになってから、発展途上国の経済成長に関心を持つようになり、より深く追求してみたいと考えた。 また、ゼミに所属する先輩たちが、みんな活発な雰囲気だったので、自分の性格にマッチしていると思った。	担当教授がとても厳しく、文献の扱い方や幅広い視点から複眼的にテーマを捉えることの重要性を学ぶことができた。その結果、東アジアの貧困国に対して抱いていた印象が大きく変わった。 また、ゼミで扱うテーマを調べる過程で、大学の先輩や友人と、数時間に及ぶ議論を行う機会が何度もあり、その度に、かけがえのない仲間を持てたことに対する充実感を得られた。
3～4年生でのゼミ活動 (テーマ: 開発経済学)		
千代大学経済学部経済学科 (マクロ経済学専攻)	先進国の経済成長が伸び悩む中、近年〇〇のGDP成長率もまた7～8%で推移しており、その要因を探るとともに、〇〇地域の経済全体に及ぼす影響を自分なりにまとめてみたいと考えた。	テーマについて調べれば調べるほど、問題の奥深さを知り、設定したテーマがやや大き過ぎることを痛感した。現在も、担当教授のアドバイスを受けつつ論文をまとめている途中だが、複雑な問題を解きほぐしてゆく過程に爽快感を感じている。
卒業論文 (テーマ: 〇〇の経済発展が〇〇地域の経済へ与える影響に関する一考察)		

学校のキャリア教育で実施される科目・プログラム、インターンシップ(正課)への参加・取組状況			
学校名	科目・プログラム名	内容	学んだこと、得られたもの
年月～年月			
千代大学	キャリアデザイン講座	グループワークを通じて、自分らしいキャリアデザインの描き方を考える。	自分の望む働き方が何か、どんな仕事に興味を引かれるか等について気付きがあった。
平成 27 年 6 月～ 年 月			
千代大学	OBOG交流セミナー	大学OB、OGの方々から学生時代をどう過ごし、それが現在の仕事にどう関連するか等について話を伺った。	短い学生時代をいかに目的意識を持って過ごすことが重要かについての認識が深まった。
平成 27 年 10 月～ 年 月			

学校の課程以外で学んだ学習歴		
教育機関名、コース名	内容・目的	学んだこと、得られたもの
年月～年月		
A 英語専門学校 国際ビジネスコース	仕事に役立つ英語を体系的に学び TOEICの高得点を目指すもの	英文資料や書籍を読むスピードが上がった。
平成 27 年 10 月～平成 28 年 3 月		
年 月～ 年 月		

社会体験その他の活動(サークル、ボランティア活動、正課外のインターンシップ、留学、アルバイト、その他の活動)		
年月～年月	内容	学んだこと、果たした役割、貢献したこと等
平成 27 年 4 月～ 年 月	大学のサークル活動として、吹奏楽部に所属し、トランペットのパートを担当している。	定期演奏会に向けて、部員が一丸となって練習に取り組む際にチームワークの大切さやチームで一つのことを成し遂げる達成感を学んだ。
平成 26 年 10 月～ 年 月	アルバイト 食品小売業の店舗における接客業務	日頃接客時に明るく丁寧な対応を心がけることにより、お客様からの感謝の声をいただくことができ、コミュニケーションの大切さを学んだ。
平成 27 年 8 月～平成 27 年 9 月	インターンシップとして、食品卸売業で営業部の事務職として、会議資料の作成の補助を行った。	食品の営業部の仕事内容や雰囲気について、業務の補助をする中で実感できた。作成の補助を行った会議資料について、分かりやすくまとまっている旨のコメントをいただいた。

**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)

普段から、国内外を問わず、政治、経済等の世の中の動きに関心があり、新聞や経済誌を意識的に目を通すように心がけている。開発経済学のゼミを選択していることもあり、最近では、〇〇地域の経済発展のゆくえに関心を抱いている。中でも〇〇は、難しい内政問題を抱えながら急激な経済成長を続けており、今後の動向に注目している。

**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)

自分が得意なことと考えるのは、短時間で他者と親しい関係を築くことである。こうした性格を活かし、昨年の大学の吹奏楽部への新入生勧誘の際、15人の勧誘に成功し、部の活性化に貢献した。また、インターンシップ先の食品会社では、社員の方々と打ち解け、同社の最新の野菜栽培の実証実験を見学するという貴重な経験をする事ができた。プレゼンテーション向けの資料を作成することが苦手なため、克服するために専門書で勉強を行っており、社会人になるまでに、基本的な能力を身につけたいと考えている。

**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)

将来的には、工業製品の原料の輸入に組み込みたい。  
大学で経済学を専攻してきたこと、大学外においては食品の小売業と食品卸売業で就業経験を経たことで、私たちの生活は輸入なしに成り立たず、安定した輸入経路を確保する必要があることを学んだ。  
なかでも、工業製品の原料となる資源に乏しい日本では、人々の生活を支えるためには安定した原料の輸入が欠かせない。一方で、昨今、新興国においては資源への需要が増しており、このことは今後も続いていくことが予想されている。この難しい状況の中で工業製品の原料輸入に携わることは、社会に大きく貢献できることであるため大変魅力を感じ、この仕事につきたいと思うようになった。

**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)

仕事を通じて、社会に貢献することを意識しながら、自分に与えられた仕事に全力で取り組んでいきたい。  
また、将来は、英語力をより一層強化し海外勤務を経験するとともに、幅広い様々なスキルを磨き、規模が大きく、社会への貢献度が高い仕事を任されるよう努力したい。そのためにも、まずは一つひとつの小さな仕事に粘り強く取り組み、自らの糧としていきたい。

**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)

ビジネスで使える英語を身につけるために専門学校に通い、今も研鑽を続けている。  
大学入学を契機に一人暮らしを始め、週末にジョギングを10キロ走ることで平日の勉強とメリハリのある生活を意識付けて続けている。定期的な運動を習慣化することで、体力面が鍛えられただけでなく、何事も前向きに考えられるようになったと実感している。

**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 ( 平成〇年〇月△日 13:00 ~ 14:00 )  
所属、氏名 ( 千代大学 キャリア支援センター 相談 太郎 )  
資格、役職名等 ( ジョブ・カード作成アドバイザー・XXXXXXXXXX )  
就職活動に向け本人の目標が明確になっており、目標に向けて英語力の向上やパソコンの能力を身につけようとするなど積極性も感じられるため、就業意欲は高い。  
また、本人の強みについて自己理解も進んでおり、何事にも前向きに取り組む姿勢が見られることや努力を続ける強い意志を感じることができる。

**(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 学校(大学、専門学校、高校、中学等)での活動歴で特記すべきことを記入してください。
- 3 学校での履修状況が分かる履修表等(写本)を可能な限り添付してください。
- 4 具体的なインターンシップの状況を評価した資料(写本)がある場合は添付してください。
- 5 「学校の課程以外で学んだ学習歴」欄には、在籍している学校以外の教育機関などで学んだものを記入してください。
- 6 記入しきれないときは、適宜枠の数を増やす等により記入してください。
- 7 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。

### 様式3-1 職業能力証明(免許・資格)シート

氏名	仕事	太郎
----	----	----

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	東京都公安委員会	
	平成 26 年 10 月		
2	TOEIC 700点	財団法人国際ビジネスコミュニケー ション協会	国際コミュニケーション英語能力を図 る世界共通テストです。 英語能力の実力を知るために受験しま した。 日常生活に必要なコミュニケーション を取ることができます。また一定程 度の業務上のコミュニケーションをと ることができます。
	平成 28 年 3 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。
- 3 記入しきれないときは、適宜枠の数を増やす等により記入してください。
- 4 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。
- 5 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。

## 様式3-2 職業能力証明(学習歴・訓練歴)シート

氏名	仕事	太郎
----	----	----

No.	期間	教育・訓練機関名	内容等
		学科(コース)名	
1	平成 22 年 4 月 ～	東京都立霞ヶ関高等学校	中学時代から吹奏楽をやっている。高校3年生時にはクラリネットを担当し、全国コンクール3位に入賞
	平成 25 年 3 月	普通科	
2	平成 26 年 4 月 ～	千代大学	開発経済学をテーマにしたゼミに所属し、先進国の経済成長が伸び悩む中、〇〇の経済発展が〇地域の経済へ与える影響を研究課題にした。この研究の過程で、研究内容と共に文献の扱いや幅広い視点から複眼的にテーマを捉えることの重要性を学んだ。
	平成 30 年 3 月	経済学部経済学科(マクロ経済学専攻)	
3	平成 27 年 10 月 ～	A英語専門学校	仕事に役立つ英語を体系的に学びTOEIC高得点を目指すもの。英文資料や書籍を読むスピードが上がった。平成27年10月時点で700点。以降は受験していない。
	平成 28 年 3 月	国際ビジネスコース	
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、応募先の業務で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。
- 4 記入しきれないときは、適宜枠の数を増やす等により記入してください。
- 5 本シートは、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