

【 ジョブ・カードを作ってみよう！！ 】

【キャリアコン・LETTERとは？】



キャリアコン・LETTERとは、働く人のお悩み(職業選択、職業生活設計、職業能力の開発・向上等)の相談のプロの国家資格キャリアコンサルタントが、お送りするキャリアの健康(いきいき働くこと)を支援するメッセージです。メッセージを読んで、ご自身に当てはめて、キャリアの健康チェックをしましょう！！

【STEP1 ジョブ・カードってなに！？】

2023年も残すところ僅かですね。年末年始の休暇がある方も多いのではないのでしょうか。普段は毎日の仕事で、忙しくてなかなかできない自分のお仕事に対する自分の考え・価値観(仕事観)を整理しませんか。ご自身の仕事観を整理することで、目標が明確になったり、今の仕事へのやる気が上がったりと、普段モヤモヤしていたことがスッキリしたりと、メリットが多いです。

そんな仕事観の整理にピッタリのツールが、厚労省が作成したジョブ・カードです。ジョブ・カードは、「キャリア・プランシート」、「職務経歴シート」、「職務能力証明シート」の3つの資料で、作成してご自身の仕事を整理できます。また、上記の3つの資料を作成するための自分を知る便利なツールがジョブ・カードのホームページにはあります。

【STEP2 ジョブ・カードのホームページを見よう！！】

インターネットで「ジョブ・カード」と検索すると、【マイジョブカード:トップページ】というサイトがあります。その中には「学生の方」「在職中の方」「求職中の方」に向けたページが用意されてます。ジョブ・カードは就職・転職をする方のためだけのものではなく、ありません。今回は、「在職中の方」を選択します。

【STEP3 ジョブ・カードを作ってみよう！！】

「在職の方」を選ぶと下記の3つの診断が表示されます。まず、この3つの診断を受けましょう！心理テスト感覚で深く考えずに答えましょう。あなたの仕事における特徴が分かります。(各5分ほどで回答できます)

自分の興味を知ると？

自分がやりたいことが
見えてくる

興味診断

自分のスキルを知ると？

応募先で活かせる
能力や強みを盛り込める

スキルチェック

自分のスキルを知ると？

自分に合った
キャリアプランが描ける

価値観診断

診断ができれば、その結果を念頭に「職務経歴シート」、「職務能力証明シート」、「キャリア・プランシート」を書いて、自身の仕事観を整理しましょう。自分の仕事に対する考えがまとまります。

～皆様、ウェルネスな良いお年を！！～

私には
こんな特徴が!?

働かれる方の心身・キャリアの健康向上に課題・ご希望がある際は当社へご相談ください。

株式会社ウェルネスサポート

TEL 052-265-8921 FAX 052-265-8922

URL <https://wellness-sp.co.jp/>