

私のキャリアデザインシート（挑戦目標とアクションプラン）

受講番号 _____ 所属 _____ 氏名 _____ 作成日 年 月 日

I. 研修の振り返り

1. この研修で学んだこと、気づいたこと(箇条書きで記述する)

--

II. キャリアデザインシート

2. めざしたい職業人としての自己のイメージ（4つの問い）

①出来る事とは何か（持ち味・能力）

②やりたいことは何か（動機・欲求）

--

--

③意味を感じることは何か（志・価値観）

④どのような関係をつくり、活かしたいか（関係性）

--

--

3. 私のキャリアメッセージ（今の気持ち、これからの私）

--

4. チームリーダーとしての役割 テーマ（ ）

*以下のテーマの中から、一つ選択し、記載ください。

人材育成、リーダーシップ、介護計画の実践、地域包括ケアの取組み

[重点目標] (テーマについて、達成したい目標を具体的に)

[アクションプラン] (どのレベルまで、いつまでに、どのように等)

Ⅲ. 上司からのアドバイスコメント

○報告を受け、励まし、アドバイス等のコメントをご記入ください

所属：

役職：

氏名：