

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. 介護職員として、5年後、10年後、さらに中長期の視点で「こうなりたい」という到達目標（キャリアイメージ）と、その達成にむけてのアクションプランをお書きください

①利用者や家族との関わりについて

[到達目標]

[アクションプラン]

②組織やチームの一員として

[到達目標]

[アクションプラン]

③自身の能力開発や資格取得について

[到達目標]

[アクションプラン]

3. 当面の重点目標とアクションプラン（1年から3年をめぐりに2～3項目設定する）

① 重点目標（具体的に、明確に）

② 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：

*期日までにメール、FAX または郵送にてご提出ください。修了証書授与の要件のひとつです。