

## これからの仕事や働き方について整理する

これからの就職や働き方を考えるために、自分自身の考えを整理しましょう。  
ここでは、あなたがこれからどんな仕事をしたいか、色々な角度から考えてみましょう。

氏名

---

記入日

年

月

日

---

記入日 年 月 日

氏名

これから、どのような仕事に就きたいか考えてみましょう。

(1) 興味がある仕事にいくつでも○をつけてください。	
①職種	・専門技術（設計・CAD、印刷・DTP、SE・プログラマー、介護・福祉、通訳・翻訳、その他（ ）） ・事務（一般、総務、会計・経理、営業・販売、データ入力、その他（ ）） ・サービス（調理、接客、ビル管理人、その他（ ）） ・販売（ ） ・保安（警察官、警備員、その他（ ）） ・農林漁業（ ） ・運輸（運転士、車掌、その他（ ）） ・生産労務（部品製造、機械組立、食品製造、印刷製本、運搬労務、倉庫作業、清掃、その他（ ）） ・その他（ ）
②仕事の領域	・機械や物を作ったり組み立てたりする仕事 ・研究や調査などの仕事 ・芸術的な仕事 ・人に接する仕事 ・企画や経営などの仕事 ・決まった方式や規則に従って行う仕事
③具体的な仕事の内容	立って行う ・ 座って行う 、 体を動かす ・ 体をあまり動かさない 、 手先を使う ・ 体全体を使う 、 精密な作業 ・ 粗大な作業 、 変化が多い ・ 変化が少ない 1つの作業を続ける ・ いくつかの作業を並行して行う 、 一人で行う ・ 周囲と協力しながら行う 、 自分の判断や裁量で行う ・ 決められた手順通りに行う 、 人を相手にする ・ 物を相手にする 、 自分のペースで行う ・ 機械などのペースに合わせて行う 、 人に指示したり教えたりする ・ 指示されたことを行う
(2) 職場環境について希望はありますか？ 強く希望するものに○、できれば避けたいものには×をつけてみましょう。どちらでもないものはそのままにしておきましょう。	
物理的な環境	・屋内 ・ 屋外 ・ 事務所 ・ 工場 ・ 店舗 ・ 賑やか ・ 静か ・ 人の出入りが多い ・ 人の出入りが少ない ・ 休憩室がある ・ 休憩室がない ・ 暑い ・ 寒い ・ まぶしい ・ 高所 ・ 高温 ・その他（ ）
人的な環境	・男性が多い ・ 女性が多い ・ 年上が多い ・ 年下が多い ・ 同年代が多い ・ 色々気に掛けて話しかけてくれる ・ 一人にしておいてくれる ・ 相談や質問できる相手がいる ・その他（ ）
(3) 希望する条件を整理しましょう。（あてはまるものに○をつけてください）	
雇用形態	・正社員 ・ 契約社員 ・ パート ・ パイト ・ 派遣 ・ 臨時 ・ 分からない ・ その他（ ）
勤務時間 (一日あたり)	・ 1～3時間 ・ 3～6時間 ・ 6～8時間 ・ 8時間以上 ・ 分からない ・ その他（ ） ・勤務日による勤務時間の変動（有・無） ・ 勤務日による勤務時間帯の変動（有・無） ・ 残業（有・無）
勤務日数 (一週間あたり)	・ 1～2日 ・ 3～4日 ・ 5～6日 ・ 分からない ・ その他（ ）
休日	・休みたい曜日等（月・火・水・木・金・土・日・祝祭日） ・ シフト制（有・無） ・ 分からない ・ その他の希望（ ）
(4) 仕事で活かしたい特技や資格はありますか？	
・語学（ ） ・ パソコン（ ） ・ 簿記（ ） ・ 書道 ・ 珠算 ・その他（ ）	

**(5) 仕事をするにあたって、得意な(楽しい)ことと苦手な(辛い)ことを挙げてみましょう。**

①得意なことや楽しいと感じること

②苦手なことや辛いと感じること

**(6) 仕事をするときに、周囲の人たちに分かっておいてほしいことや、配慮してほしいことはありますか？**

**(7) 仕事をするときに、重視することの順番をつけてみましょう。( )内に1~10の数字を記入してください。また、具体的な内容についても書いてみましょう。**

( ) 職場環境 → ( )

( ) 所在地 → ( )

( ) 人的環境 → ( )

( ) 給与 → ( )

( ) 休日 → ( )

( ) 社会保険 → ( )

( ) 通勤時間 → ( )

( ) 雇用形態 → ( )

( ) 企業規模 → ( )

( ) それ以外 → ( )

**(8) これだけは必ずないと困るということがあれば書きましょう。**