**看護職のキャリアデザインシート**

１．目標

［ポイント］目標が変わったタイミングで新たに目標を設定し書いてみましょう。

① 将来のビジョン（なりたい看護職像）

［ポイント］自分が将来どうなっていたいかというイメージを書いてみましょう。

働き方や働く場など、思い描くことがあれば併せて記載しましょう。

「将来のビジョン」を書くのが難しい場合は、看護職としてやってみたいこと、やってみたいと思う理由、そのために何をやり始めるのかなどを書き出してみて、考えてみることをおすすめします。

|  |
| --- |
| [記載日：　　年　月　日] |

② 中長期的な目標

［ポイント］将来のビジョンの実現に近づくステップとして、数年後にどのような状態を目指したいかを書いてみましょう。

|  |
| --- |
| 年後の目標　[記載日：　　年　月　日] |

③ 単年目標

［ポイント］中長期的な目標の達成に向けて、以前の目標の達成状況を踏まえ、今年どのようなことを頑張りたいかなどを書いてみましょう。

|  |
| --- |
| 年の目標　[記載日：　　年　月　日] |

|  |
| --- |
| 年の目標　[記載日：　　年　月　日] |

２．職歴

［ポイント］所属していた組織や部署と、そこでどのような看護を経験し、どのような学びを得たかを書いてみましょう。

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 入職 | ～ | 異動・退職 | 所属組織 | 部署 | 役職（ある場合） | 経験したこと・  学んだこと |
| 年　月 | ～ | 年　月 |  |  |  |  |
|  | ～ |  |  |  |  |  |
|  | ～ |  |  |  |  |  |
|  | ～ |  |  |  |  |  |

３．組織内役割

［ポイント］所属施設内での委員会活動や部署での教育担当など、担った役割と経験・学びを書いてみましょう。

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 期間 | | | 所属組織 | 組織内で担った役割 | 経験したこと・学んだこと |
| 年　月 | ～ | 年　月 |  |  |  |
|  | ～ |  |  |  |  |
|  | ～ |  |  |  |  |

４．取得資格

［ポイント］看護実践に関連する、取得した資格とその資格取得・更新の中で学んだことを書いてみましょう。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 取得日 | 更新日 | 資格名 | 経験したこと・学んだこと |
| 年　月　日 | 年　月　日 |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

５．学歴

［ポイント］看護実践に関連する教育と、その教育の中で学んだことを書いてみましょう。

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 期間 | | | 教育機関・専攻 | 学んだことなど |
| 年　月 | ～ | 年　月 |  |  |
|  | ～ |  |  |  |
|  | ～ |  |  |  |

６．研修受講履歴

［ポイント］受講した研修内容や実施組織（自分の所属組織・職能団体・学会・企業など）と、学んだことを書いてみましょう。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 受講  時期・期間 | 研修の  実施組織 | 研修名・研修内容 | 学んだことなど |
| 年　月  ～　年　月 |  | [研修名]  [内容] |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

７．組織外役割

［ポイント］看護協会などの職能団体や学会の委員など、所属組織以外で担った役割と、経験・学びを書いてみましょう。

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 期間 | | | 担った役割・活動内容 | 経験したこと・学んだこと |
| 年　月 | ～ | 年　月 |  |  |
|  | ～ |  |  |  |
|  | ～ |  |  |  |

８．能力評価

［ポイント］能力の習熟段階について自己評価したこと、客観的評価としてフィードバックされたこと、その中で得た学びなどを自由に書いてみましょう。

|  |  |
| --- | --- |
| 時期 | 自己評価、客観的評価、学んだことなど |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

９．そのほか（自由記載）

［ポイント］2～8に当てはまらない、シートに記入しておきたいこと、ライフイベント等を幅広く書いてみましょう。

|  |
| --- |
|  |

※この書式はあくまでも参考であり、個人や施設の判断で自由に改変・追記してかまいません。

※すべての項目を埋める必要はありません。必要なこと、書けることから始めていきましょう。