

# 履歴書の記入例（障がいを開示する場合）

履歴書

令和〇年 〇月 〇日現在

写真をはる位置

写真をはる必要がある場合

- 縦横
- 本人単身胸から上
- 裏面のりづけ

ふりがな 氏名	〇〇〇 〇〇〇  〇〇 〇〇	
平成 〇〇 年 〇〇 月 〇〇 日生 (満〇〇歳)	※性別	男
ふりがな 現住所 〒	あきたけん あきたし ばらじま 010-0065 秋田県秋田市茨島1-12-16 〇〇アパート〇号室	電話 018-864-4111
ふりがな 連絡先 〒	(現住所以外に連絡を希望する場合のみ記入) Eメールアドレス：abcde1234@fgh.ne.jp	電話 090-1234-××××

年	月	学歴・職歴（各別にまとめて書く）
		学歴
平成〇〇	4	秋田県立〇〇高等学校普通科 入学
平成〇〇	3	秋田県立〇〇高等学校普通科 卒業
		職歴
平成〇〇	4	株式会社〇〇 入社 (事業内容：パンの製造業) パン工場では材料を計測し投入する作業や機械操作を担当
平成〇〇	〇	株式会社〇〇 一身上の都合により退社
平成〇〇	〇	株式会社△△△△ 入社 (事業内容：物流業) 倉庫内で伝票に基づいた出荷作業と在庫管理を担当
令和〇〇	〇	株式会社△△△△ 一身上の都合により退社

※「性別」欄：記載は任意です。未記載とすることも可能です。

年	月	学 歴・職 歴（各別にまとめて書く）
<b>訓練歴</b>		
令和〇〇	〇	就労移行支援事業所〇〇〇 利用開始
		就労を希望する障害者に対して、就労に必要な知識や能力を身につけるために訓練や職場体験などを行う訓練施設
令和〇〇	〇	就労移行支援事業所〇〇〇 就職のため利用終了
<div style="border: 1px solid green; padding: 5px;">           職業訓練や就労移行支援などを受講（利用）した経験がある場合は「訓練歴」と項目を追加し、ここに記入         </div>		
<b>免許・資格</b>		
平成〇〇	〇	普通自動車第一種運転免許 取得
		パソコン（ワード、エクセル）を実務で使いこなせます。
		現在、〇〇資格の取得に向けて勉強中です。

志望の動機、特技、好きな学科、アピールポイントなど

前職では、お客様からの発注書に基づいて商品を出荷し、それに伴う在庫管理をおこなっていました。その経験から細かい作業を手順どおりに行いミスが発生させない大切さと集中力を学びました。ただし、パート社員で週29時間での勤務だったため、もう少し長い時間働きたいと考えていた際に、貴社からの求人募集が出ていることを知り、これまでの経験を活かして、是非貴社のお役に立ちたく応募しました。

本人希望記入欄（特に給料・職種・勤務時間・勤務地・その他についての希望などがあれば記入）

（体調について）  
 精神保健福祉手帳2級を所持しています。現在、月1回心療内科を受診中ですが医師からは就労に特に問題なしと言われており体調も安定しています。十分な睡眠と食事を取るよう心がけ予防に努めていますが、体調管理のために月に1回（水曜日）の病院受診のための休みをお願いします。

発達障がいの場合、「自分の気持ちを伝えることが苦手」、「タイミングよく質問することが苦手」、「仕事の優先順位をつけることが苦手」などの特性があげられます。その際に併せてその対策方法を記載すると効果的です。「指導者（キーパーソン）がいると助かります」、「あいまいな表現を避けた具体的指示をお願いします」、「定期的に質問時間を設けてもらえると安心します」など。

身体障がいや知的障がいの場合も同様に自身の得意・不得意などを記載しましょう。障がいの特性や配慮してほしいこと、対処方法などを別紙にまとめて提出する方法もあります。厚生労働省では就労パスポートという様式を推進しています。希望する場合はハローワークまでご相談ください。