

**履歴書** 令和8年 3月 2日現在

ふりがな やいづ ふじごろう		③ 写真貼付位置 写真貼付する場合は 1. 縦 35~45mm 横 24~32mm 2. 本人顔写真が中心 3. 裏面に貼付
氏名 <b>焼津 藤五郎</b> ②		
昭和62年 4月 1日生 (満38歳)	※性別	男
ふりがな しづおかけんやいづしえきた	電話	090-1111-1111
現住所 〒425-0028 静岡県焼津市駅北1-6-12	E-mail	Abcde1234@fgh.ne.jp
ふりがな	電話	
連絡先 〒 同上 ④ (現住所以外に連絡を希望する場合のみ記入)	E-mail	

年	月	学 歴 ・ 職 歴 (各別にまとめて書く)
		学 歴
平成●年	4	静岡県立●●高等学校 普通科 入学
平成●年	3	静岡県立●●● 校 普通科 卒業 ⑤
		職 歴
平成●年	4	株式会社●● 入社 (事業内容:パンの製造業)
		パン工場にて材料を計測し投入する作業や機械操作を担当
平成●年	●	株式会社●● 一身上の都合により退社
平成●年	●	▲株式会社 入社 (事業内容:物流業)
平成●年	●	倉庫内で伝票に基づき出荷作業と在庫管理を担当
平成●年	●	▲株式会社 契約期間満了により退社
		訓練歴
令和●年	●	就労移行支援事業所◆◆ 利用開始
		就労希望の障害者に、必要な知識や能力を身に付けるための訓練や職場体験を行う施設
令和●年	●	就労移行支援事業所◆◆ 就職を目指すため利用終了
		以上、現在に至る

※「性別」欄：記載は任意です。未記載とすることも可能です。

## ① 日付

算用数字で、西暦・元号のどちらでもOKですが、統一させましょう。郵送なら**投函日**、持参なら**当日の日付**に。

## ② 氏名

手書きの場合は**楷書で丁寧**に。姓と名の間に1文字分のスペースを設けて、簡単な漢字でも必ずふりがなを。「ふりがな」なら平仮名、「フリガナ」ならカタカナで。

## ③ 写真

清潔感ある服装で、**3か月以内**に撮影したものを貼付。はがれたときのために裏に氏名を記入しておきましょう。

## ④ 連絡先

現住所と同じであれば「同上」と記入

## ⑤ 学歴・職歴・訓練歴

手書きの1行目に「学歴」と記入し、2行目から書き始めましょう。「職歴」も同様。入学・卒業年度、入退社年度は間違いやすいので注意。

就労移行支援事業を利用している(した)場合や障害者訓練を実施した場合、「訓練歴」に記入します。最後は「以上、現在に至る」で締めくくります。

年	月	学 歴 ・ 職 歴 (各別にまとめて書く)
年	月	資 格 ・ 免 許
平成●年	●	普通自動車第一種免許 取得
		パソコン(ワード、エクセル)を実務で使いこなせます。 <b>6</b>
		現在、■■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、ミスを発生させないことの **7** 集中力を学びました。

その後、就労移行支援事業所◆◆で、一般就労に向けた知識と能力を身に付け、自分の適性を伸ばしてきました。このたび、「じっくり作業が好きな私」にぴったりな検査の仕事で、貴社から求人募集があることを知り、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)

うつ病により精神障害者保健福祉手帳2級を所持しています。現在、朝と夕の服薬のみで、症状は安定しており主治医からは1日5時間程度での就業許可をいただきました。 **8**

月に1回(水曜日)、定期検診のためにお休みをいただければ幸いです。

仕事の指示はゆっくりとお願いします。また、わからないことを相談できる方が職場にいと安心できます。

### 6 免許・資格

公的なものを取得した年次順に記入。  
また、現在勉強中の資格等があれば、意欲をアピールするためにも、積極的に記入しましょう。

### 7 志望動機

採用担当者が非常に注目する部分。  
企業のどこに魅力を感じたのか、自分が入社した後に何ができるのか、何がしたいのかなどを、「本人希望記入欄」も利用して具体的に記入しましょう。  
目安として、8割程度は埋めましょう。

### 8 本人希望記入欄

この欄に「障害の状況」を記入しましょう。  
どういう状態で何ができるのか、配慮してほしい点などを具体的に記入しましょう。  
それをもとに「できること」に精一杯取り組んでいく姿勢や「サポートがあれば、こんな仕事にチャレンジしていきたい」と面接で伝えることができれば、好印象にもつながります。