



ひとり親家庭にエールを届ける

# YELLながさき通信

長崎県ひとり親家庭等自立促進センター

2016年7月

No. 14

## 特集

### 職務経歴書の書き方（基礎知識編）



職務経歴書とは

求人に応募する際には、「履歴書」のほかに「職務経歴書」の提出を求められることも多くなってきています。職務経歴書とは、自分が今までどんな会社で「どのような仕事に就き、どのような能力を身につけ、どのような結果を出してきたか」をわかりやすくまとめた書類です。

しかし、実際に書こうとすると何から手を付けていいのかわからず時間だけが過ぎるということになりかねません。そこで今号より「基礎知識編」「準備編」「実践編」の3回に分けて、職務経歴書の書き方をご紹介します。

#### ■履歴書との違い

##### ◎職務経歴書は「実務経験」をアピール

職務経歴書と履歴書は、どのような違いがあるのでしょうか？

履歴書は、決められた記入欄に学業や職業の経歴などの基本情報を記載する書類です。それと違い、職務経歴書は自由な書式で、社会人としての実務経験や能力を具体的にアピールするための書類です。

履歴書には書けない自己PRの場を与えられたと捉え、自己を積極的に売り込むことが大切です。

#### ■作成するためのポイント ～誰にでもアピールポイントはある！！

職務経歴書は、具体的な仕事の経歴を通じて、備わっているスキル・能力を企業側に理解できるようにしなければなりません。ただ、いざ作ろうとすると、「自分にそんなスキルなんてないよ」と戸惑ってしまうことも少なくありません。そんな時は、自分の経歴を一つひとつ整理していけば大丈夫です。

##### 1. 具体的な事例や数字でアピール

具体的な事例や数字は説得力をグッとアップさせます。部署名、役職名、部下の人数、売上高、規模、表彰歴など職務内容や実績を正確に記載し客観的にアピールすることが大切です。そのためにも、履歴書に書ききれなかった内容についてより詳しく記載することが必要です。

##### 2. 応募先に応じて取捨選択

人事担当者は数多くの職務経歴書を読みます。だらだらと書きつらねるのは逆効果です。経験した業務の全てを書くのではなく、企業の求める人材に合わせて、選考に有利な情報やアピールポイントを取捨選択し必要な部分を強調します。

##### 3. 面接でのやり取りを想定する。

面接においては、職務経歴書の内容に基づいて質問をされることが多いです。何を伝えれば採用の可能性が高まるのか、その質問がされたらどう答えるかを想定しながら書いていきます。

自分をアピールしやすい展開になりやすいように、職務経歴書の記載内容をまとめましょう。



## ■職務経歴書の基本

### 1. 用紙と書式スタイル

用紙は A4 縦の白無地の横書きとし、枚数は基本的に 1~2 枚程度にします。パソコンで作成した方が編集・修正が容易ですし、採用担当者にとっても読みやすいのでお勧めです。手書きにする際は、市販の職務経歴書を使うとよいでしょう。

※履歴書が B5 サイズの場合は B5、A4 サイズの場合は A4 で作成してください。

### 2. 文字の大きさ、レイアウト

職務経歴書は自由な様式ですので、レイアウトも大きなアピールポイントです。パソコンで作成する場合は、本文部分を 10.5~12 ポイントとし、本文のフォントのスタイルとサイズはすべて統一し、行間も十分に取ります。標題や見出しは、フォントサイズを大きくしたり、ゴシック体や太字にするなどして強調し、メリハリをつけます。内容に応じて表組みを取り入れるなどして、分かりやすく、読みやすいレイアウトを心がけます。

### 3. 読みやすい文章にする

例えば「〇〇に配属」「〇〇の作成」「〇〇に従事」など、原則として体言止めにしめます。ただし、自己 P R や志望動機などの欄は「です・ます調」で記載します。

企業名、学校名、資格などの固有名詞は、略号を使ったり省略したりせず、正式の名称・表示で記載します。また、読み手が理解しにくい専門的な用語や内容は、( ) 書きでその説明を付記します。

今回は、職務経歴書の書き方(準備編)として、実際の作成するための準備方法をご紹介します。

## ■自立のためのエール！

### 母子・父子自立支援プログラム策定事業とは



福祉事務所に自立支援プログラム策定員（自治体によっては母子・父子自立支援員が兼務している場合もあります。）を配置し、自立意欲のある児童扶養手当受給者に対し、個別に面接を実施し、本人の生活状況、就業への意欲、資格取得への取組等について状況把握を行い、個々のケースに応じた自立支援プログラムを策定し、長崎県ひとり親家庭等自立促進センター（YELL ながさき）やハローワーク（生活保護受給者等就労自立促進事業への移行）等の関係機関と連携し、継続的な自立・就労支援を行います。

このような悩みを相談できます。

- 仕事をした経験が少なく、履歴書の書き方や面接のノウハウなどがわからず、いつもうまくいかないで悩んでいる。
- 資格や技術を身につけてスキルアップしたいけれど、どこに相談していいかわからない。
- もっと働いて収入アップを目指したいのに、なかなか転職先が見つからない。

### 問い合わせ先

詳細につきましては、お住まいの市福祉事務所の相談窓口（自立支援プログラム策定員又は母子・父子自立支援員）へご相談ください。町（長与町、時津町、東彼杵町、川棚町、波佐見町、佐々町、新上五島町）にお住まいの方は、県の福祉事務所の相談窓口へご相談ください。

発行

長崎県ひとり親家庭等自立促進センター（YELL ながさき）

〒852-8108 長崎市川口町 13-1 長崎西洋館 2 階 長崎県総合就業支援センター内

TEL 095-813-0800 FAX 095-848-1112 ホームページ <http://www.yell-nagasaki.jp>

運営主体：一般社団法人 ひとり親家庭福祉会ながさき