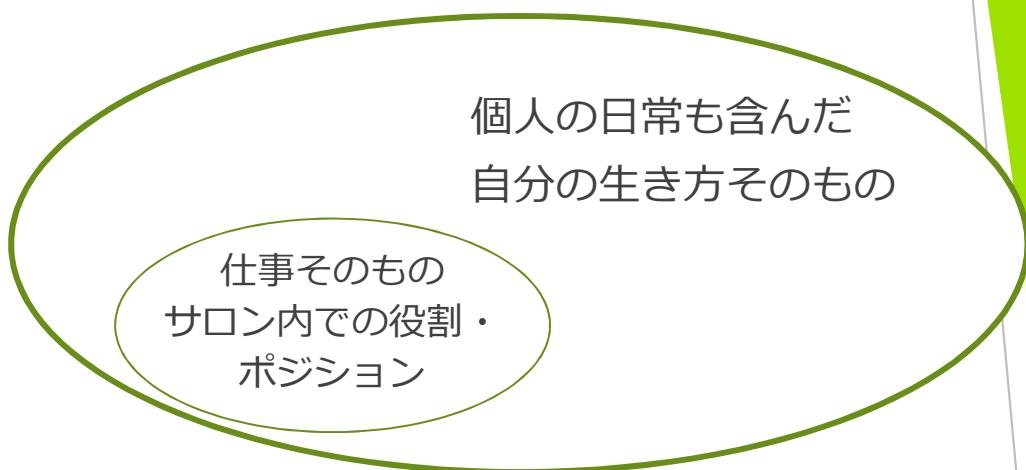


⑧キャリアビジョンの作成

キャリアとは

- ▶ キャリアとは何でしょうか
- ▶ キャリアを考えるとは、何を考えることでしょうか。

広義の“キャリア”



仕事が充実してこそ、幸せな人生

- ✓ どのような生き方が“幸せ”？
- ✓ どのような仕事が“充実”？

⇒人それぞれであり、自分で考え、自分にしか分かりません

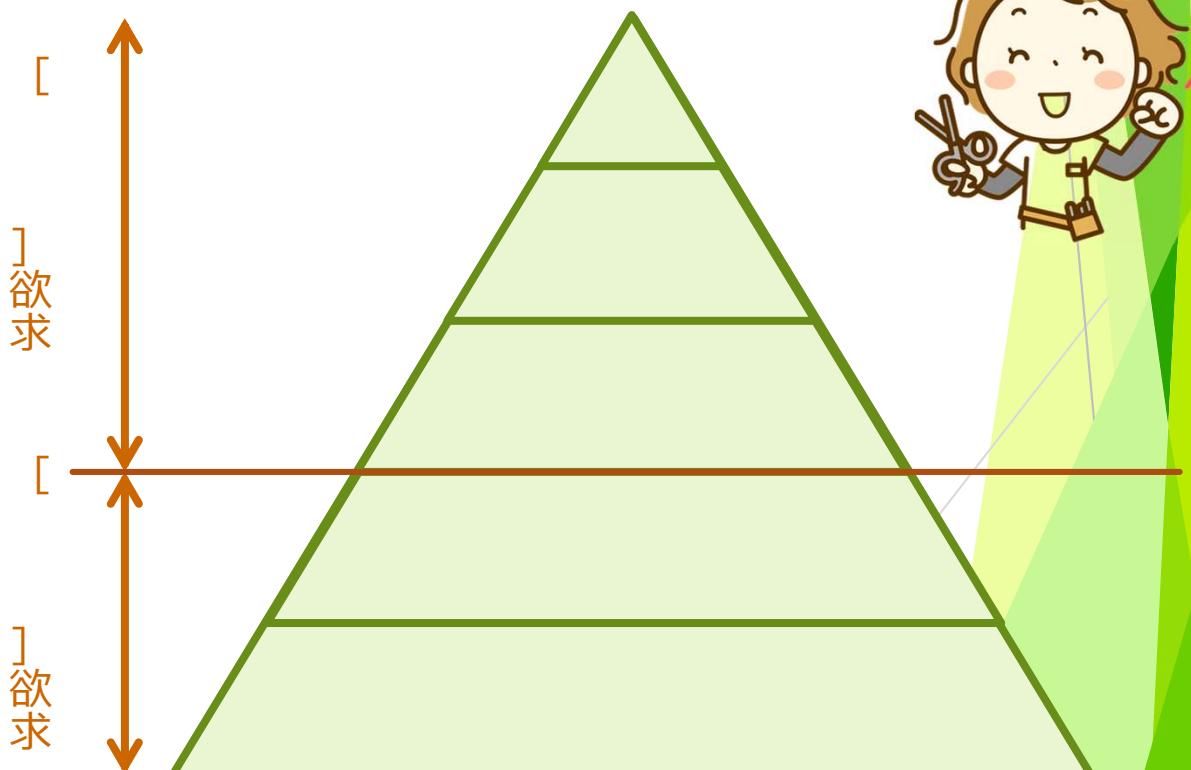


Memo

マズローの5段階の欲求

- ▶ 「〇〇をしたい」という欲求には様々なものがあります。
- ▶ 人は、欲求に基づいて、自らの行動を決定しています。

- [] … 食欲、睡眠欲などの生命維持のための本能的欲求
- [] … 健康に一定の品質の暮らしをしたいといった安定した生活を求める欲求
- [] … 家族、友人、学校など、孤独を避け、共感を得るグループに所属することを求める欲求
- [] … 自分が集団から認められ、尊重されることを求める欲求
- [] · 自分の持つ能力や可能性を発揮し、“成し遂げた達成感”を求める欲求



Memo

キャリアプランシートの作成

- ▶ キャリアプランシートを作成しましょう。
- ▶ まずは、“現在”を記入しましょう。
 - ・ どのような目標をもって入学したでしょうか。
 - ・ どんなスキルを身に付けたでしょうか
- ▶ 続いて、将来を描いてみましょう。
 - ・ まだ身に付けていないスキルを何年後までにどのような経験をすることで、身に付けますか。
 - ・ 将来の目標（○歳ごろに○○したい）から逆算すると、いつ頃、どんな経験を積んでいる必要があります。

スキルとは	技能や能力のこと 学習や練習を通じて獲得した「○○ができる」といった力のこと
-------	---



Memo

まとめ

- ▶ キャリアに絶対的な正解はない。
 - ▶ 誰かが作ってくれることは無く、自分で築きあげるもの。
 - ▶ キャリアは経験を踏まえて、発達・深化・進化していくもの。
- ▼
- ▶ 1人1人が生涯、向かい合って、考えて、育っていくもの。



Memo

キャリア（ワークシート）.doc

【自己分析ワークシート 「スキル分析】】

Q 1 : 入学後に身に付けたスキル

1 - 1 : 入学後、特に努力した点や苦労した点は何ですか？具体的に記入してください。

1 - 2 : 入学後に、身に付けたスキルや学んだことを具体的に記入してください。

キャリア（ワークシート）.doc

【キャリアビジョンシート（1年後）】

Q 1 : 1年後、理容師・美容師としての自分をイメージしてみましょう。

1 - 1 : どんなところに就職していますか？

1 - 2 : あなたの担当業務は何ですか？

1 - 3 : 今の自分より、どんなスキルがアップしていますか？

1 - 4 : 職場の中で、あなたはどんな役割を担っていますか？

1 - 5 : あなたの収入はどのくらいですか？

Q 2 : 1年後のプライベートの自分をイメージしてみましょう。

Q 3 : 1年後に実現させたいあなたの夢や目標は何ですか？

キャリア（ワークシート）.doc

【キャリアビジョンシート（3年後）】

Q 1 : 3年後、理容師・美容師としての自分をイメージしてみましょう。

1 - 1 : どんなところに就職していますか？

1 - 2 : あなたの担当業務は何ですか？

1 - 3 : 今の自分より、どんなスキルがアップしていますか？

1 - 4 : 職場の中で、あなたはどんな役割を担っていますか？

1 - 5 : あなたの収入はどのくらいですか？

Q 2 : 3年後のプライベートの自分をイメージしてみましょう。

Q 3 : 3年後に実現させたいあなたの夢や目標は何ですか？

キャリア（ワークシート）.doc

【キャリアビジョンシート（5年後）】

Q 1 : 5年後、理容師・美容師としての自分をイメージしてみましょう。

1 - 1 : どんなところに就職していますか？

1 - 2 : あなたの担当業務は何ですか？

1 - 3 : 今の自分より、どんなスキルがアップしていますか？

1 - 4 : 職場の中で、あなたはどんな役割を担っていますか？

1 - 5 : あなたの収入はどのくらいですか？

Q 2 : 5年後のプライベートの自分をイメージしてみましょう。

Q 3 : 5年後に実現させたいあなたの夢や目標は何ですか？

キャリア（ワークシート）.doc

【キャリアビジョンシート（10年後）】

Q 1 : 10年後、理容師・美容師としての自分をイメージしてみましょう。

1 - 1 : どんなところに就職していますか？

1 - 2 : あなたの担当業務は何ですか？

1 - 3 : 今の自分より、どんなスキルがアップしていますか？

1 - 4 : 職場の中で、あなたはどんな役割を担っていますか？

1 - 5 : あなたの収入はどのくらいですか？

Q 2 : 10年後のプライベートの自分をイメージしてみましょう。

Q 3 : 10年後に実現させたいあなたの夢や目標は何ですか？

キャリア（ワークシート）.doc

【職業観】

Q 1 : 職業選択条件の優先順位

2-1 : あなたが職業（就職先・仕事）を選択する上で重視するものは何ですか？ 下記の項目を参考にして5つまでに絞り込み、その優先順位と理由を記入してください。

※参考

報酬額、勤務時間、勤務地、休暇制度、残業の有無、転勤の有無
企業の規模、企業の将来性や安定性、福利厚生制度、研修制度
職場の雰囲気、上司の人柄、同僚の人柄
社会貢献度、専門技術を生かすこと、地域貢献度、やりがいや達成感、顧客の感謝
プライベートとの両立、両親が喜ぶこと、人脈が広がること、夢の実現
独立・起業へのステップとなること、変化や刺激に富むこと、人の役に立つこと
国際的に活躍できること、名声

優先順位 NO.1⇒ []

その理由

優先順位 NO.2⇒ []

その理由

優先順位 NO.3⇒ []

その理由

優先順位 NO.4⇒ []

その理由

優先順位 NO.5⇒ []

その理由

キャリアプランシート.xlsx

【キャリアプランシート】

氏名: _____

	年齢	夢・目標	どんな所で働いているか	身につけたスキル	プライベート
現在					
1年後					
2年後					
3年後					
4年後					
5年後					
6年後					
7年後					
8年後					
9年後					
10年後					

アリヤキチャフイラ

ライフキャリア.xlsx

卷之二

コラム（掃除）

サロン内の清掃

- ▶ お客様が気持ちよく過ごしていただくためには、サロン内が心地よい空間に保つことも重要です。
- ▶ インテリアや照明や音楽など、空間を整える方法は様々ですが、サロン内が清潔で、整理されていることが大前提であり、清掃にも真剣に取り組むが大切です。

鏡・ガラス面

- 開店前・閉店後に清掃する場所。
- 雑巾を使っての拭き掃除を行う。
- 曇りが汚れが付きやすく、目立つ上、サロン内はガラス面が多くあるため、一見の印象に関わる。
- 曇りや汚れ、拭きムラが残らないようにする。



棚・テーブル

- 開店前・閉店後に清掃する場所。
- 薬剤と雑巾を使用した拭き掃除を行う。
- 清掃面の材質によって使用できない薬剤があるので、清掃前に確認する。
- 鏡面（ツルツルしている素材）の場合、拭きムラが残りやすいので注意する。

床面

- 影響時間内も掃除をする場所。
- ほうきを使った掃き掃除（営業中）、水モップ・ドライモップを使った拭き掃除（開店前・閉店後）を行う。
- サロン内の最も広い面で、汚れや傷がつきやすいので、一見の印象に関わる。
- サロン内にゴミが残らないよう、奥から入口に向かって清掃し、集めたごみの取り忘れにも注意する。
- 営業中に清掃を行う場合は特に、埃や髪の毛を舞い上がらせないように注意する。

サロン内の清掃（トイレ）

- ▶ トイレ・洗面所は完全にプライバートな空間であり、くつろげると感じる人が多くいる場所です。
- ▶ 汚れやすく、空間の狭さから掃除がしにくいトイレが清潔に保たれていることは、サロン全体の「行き届いている」感を高めます。



鏡

- ・鏡・ガラス面の清掃は施術スペースの鏡等と同様。
- ・便器を拭く雑巾とは分けて使用する

洗面台・水道

- ・薬剤と雑巾を使用した拭き掃除を行う。
- ・便器を拭く雑巾とは分けて使用する。
- ・水道は鏡面となっているものが多いので、曇り・水垢・拭きムラに注意する。
- ・ボウルの外には水滴は残さない。

トイレ

- ・薬剤・ブラシ・雑巾を使った磨き・拭き掃除を行う。
- ・便器の内側は専用ブラシ、便器の外側は専用の雑巾、そのほかは雑巾を使用する。便器と他の場所を拭く雑巾は分ける。
- ・便器の内側の縁、便座は裏側は特に汚れやすいので、確認を怠らない。

その他注意

- ・トイレットペーパー、ハンドソープ、ペーパータオルなどを補充する
- ・水を使った清掃をするので、洗面台の周り以外でも、便座や床、鏡などに水滴が残っていないかを確認する。