

ケアマネの経験説明シート

1 応募先で担当する仕事を確認する

確認済みの職務と、自分の行動・担当範囲を結び付けます。ケアマネ実務が未経験なら、介護職などの隣接経験と分けて記入してください。

経験の記入へ 2頁

文章を作る欄へ 4頁

利用者・家族・職員の氏名、病歴、連絡先、非公開記録は書きません。

自分の手元で使い、サイトへ提出しません。公的様式や提出用の応募書類ではありません。

記録番号 _____

応募先の仮称・サービス種別・正式な役割

確認した職務の説明と、資料名・回答者の役職・確認日

自分が希望する仕事内容

未確認の指導・兼務・担当条件

確認する窓口・役職と、質問・予定日

架空例：居宅への応募を検討。「研修が充実している」という印象だけでは志望理由の根拠にせず、同行・確認担当・相談方法を具体的に質問します。

関連記事 使い方と考え方を読む

<https://kaigo-mgr.com/care-manager-motivation/>

ケアマネの経験説明シート

2 利用者情報を入れず自分の行動を整理する

氏名を消すだけで安全とは限りません。診断名、家族構成、施設名、日付の組合せなどで利用者を再現せず、仕事の種類と自分の行動を書きます。ケアプラン等を写す必要はありません。

記録番号 _____ 経験番号 _____

自分の職務と対象期間 実務／隣接経験を明記

仕事上の課題の種類 個別事例の詳細は書かない

自分が行った確認・調整・提案

他者が担当・判断した範囲

確認できる変化、根拠の種類、分からないこと

説明できる範囲と、削る情報・裏付けのない数値

架空例：連絡の行き違いについて確認先と方法を整理し、関係職種へ提案。
合意した運用は共同の成果として説明し、自分だけが実現したとは書きません。

参考 個人情報保護委員会・厚労省 医療介護ガイダンス 2026年4月一部改正
https://www.ppc.go.jp/personalinfo/legal/iryoukaigo_guidance/

ケアマネの経験説明シート

3 経験と応募先の仕事を結び付ける

応募先で確認した仕事を一つ選びます。資格名だけで実務経験があるように書きません。

記録番号 _____ 仕事番号 _____

応募先で確認した仕事 根拠・確認日

使える自分の経験と、担当した範囲

まだ経験していないこと

学ぶために必要な指導・同行・相談と、確認する相手

志望理由に使う／確認後に使う／削る材料と、その理由

必要な支援が確認できる場合／不明・合わない場合の次の行動

架空例：施設での多職種調整は説明できても、居宅訪問の実務経験にはしません。
支援が未確認なら質問を先に整理し、確認できた内容に合わせて応募文を直します。

参考 厚生労働省 job tag 介護支援専門員 職務説明のみ参照
<https://shigoto.mhlw.go.jp/Occupation/Detail?occupationId=132>

ケアマネの経験説明シート

4 志望動機の文章を作る

応募先を選ぶ理由、自分の経験、今後担いたい仕事をつなぎます。文字数は応募先の指定を優先。

架空例 経験者と実務未経験者の説明

経験者：「居宅で計画作成と連携を担う職務だと確認し、志望しています。
施設では多職種への確認と情報整理を担当しました。居宅訪問は未経験のため、
同行と記録確認の方法を確認しながら学びたいと考えています。」

未経験者：「計画作成と連携を担う仕事に取り組みたいと考えています。
介護職では報告と引継ぎを担当しました。ケアマネの担当実績はありません。
初回担当までの指導・相談方法を確認し、実務を学びたいと考えています。」

例は実話や合格回答ではありません。確認していない研修体制は長所として書きません。

記録番号 _____

自分の文章 確認した職務 → 経験と範囲 → 担いたい仕事・準備

未確認のため質問へ回す条件と、確認する相手

提出前に修正する表現・削る材料

この整理票をそのまま提出せず、指定の様式へ必要な文章だけに移して見直してください。

ケアマネの経験説明シート

5 追加質問に同じ担当範囲で答える

書類と面接で経験を大きく見せません。現在の仕事に必要な準備と、次の行動まで確かめます。

記録番号 _____

「自分が決めたことは」と聞かれたら

「成果の根拠は」と聞かれたら 共同成果と自分の寄与を区別

「未経験の仕事は」と聞かれたら 学ぶ方法も記入

利用者情報に触れず、自分の行動を説明する言い方

書類と話す内容の差、削る数値・情報、修正する箇所

面接前の確認先・予定日と、回答に応じて選ぶ次の行動

件数や割合は本人の担当範囲・母数・期間・実測か推定かを確認し、根拠不明なら使いません。集計のために利用者資料を持ち出さず、架空の担当実績を補いません。

過去の経験は担当時期を示し、現在の制度や技能に自動で置き換えません。
資格・証・研修の状態と、実務経験や応募先の教育体制は別々に確認します。