

シニアのための自己分析シート

以下の質問に答えて、自分に合った仕事を見つけるヒントにしましょう。

1. 過去にどのような仕事をしてきましたか？

2. どんな作業が得意でしたか？

3. 希望する働き方（曜日・時間・通勤距離など）は？

4. 健康面で配慮したいことはありますか？

5. どんなときにやりがいを感じますか？

6. 苦手な仕事や避けたい作業はありますか？

7. 今後やってみたい仕事や興味のある分野はありますか？