

経験棚卸し・応募前確認シート

Kredo Blog編集部／2026年10月9日

普段の仕事を、自分の行動と確認できる事実に分ける。
一つの経験につき、このシートを一組使ってください。日本語で記入できます。
分からないことは「未確認」。数字や成果を推測で埋めないでください。
このシートは採用・語学力・就労資格を判定するものではありません。
社内資料・顧客情報を貼り付けず、外部へ共有できる範囲だけ記入します。

1. 経験を見つける

経験の名前：

担当した期間・頻度（雇用期間全体と区別）：

相手と目的（誰が何を必要としていたか）：

自分の担当（実際に自分で行ったこと）：

他の人が担当・判断したこと（上司の承認など）：

行動（何を確認し、どう進め、どこで相談したか）：

結果・残したもの（行動と成果を区別）：

測っていない効果／まだ確かめていないこと：

根拠（許可された記録・時期・確認できる相手など）：

外部共有の可否：確認済み／未確認／共有不可

※根拠を手元で確かめることと、応募先に提出することは別です。

2. 次の仕事との接点を考える

気になる仕事・担当業務：

職務プロフィール／求人URL・募集番号・確認日：

自分の経験と似ている作業・相手・責任範囲：

違う部分（言語、連絡手段、専門知識、ツール、裁量など）：

英語などで実際にできるか、試して確かめたいこと：

不足が分かっている知識・経験と、学ぶ方法の候補：

募集元に確認したい担当範囲・研修・経験の扱い：

別途確認する資格・登録・就労条件・勤務できる場所：

確認する公的窓口・募集元／確認日：

自分の経験を短く説明する文（本人の事実だけ）：

見直し

- ☐ チームの成果と自分の担当を分けた
- ☐ 期間、頻度、数字は根拠のある範囲にした
- ☐ 自主学习や架空例を実務の成果に変えていない
- ☐ 自分で判断したことと、承認を受けたことを分けた
- ☐ 未確認、不足、募集に記載なしを混同していない
- ☐ 機密・個人情報や、外部共有できない内容を含めていない

次の小さな行動：

確認先・相談相手：

取りかかる日：_____ 見直した日：_____

設問・構成：編集部作成。参考資料は記事本文をご確認ください。

3. 記入済み例：作業を照合する

前半の事務例を使います。本人側は編集部作成の架空設定、職務側は実在する英国の公的情報です。追加設定は「請求書発行・決済処理は未経験」「英語での問い合わせ対応は未検証」。実在する応募者の経歴や採用事例ではありません。

照合する職務・出典

[National Careers Service「Sales administrator」](#)の「Day-to-day tasks」。確認日：2026年10月9日。職務プロフィールのため、募集番号・特定企業・応募締切はありません。

自分の経験

注文書と受注一覧で納品先が違う案件を営業担当へ確認し、回答後に一覧を更新。締切までの確認待ち案件を共有した。担当期間・頻度は設定していないため未確認。経理の承認やシステム開発は担当外。

共通する作業

公式職務にある「受注処理」「顧客情報の更新」と、注文に関する情報を確認して記録へ反映する部分が重なる。ただし、社内の受注一覧を直したことと、顧客管理システム全体を運用したことは同じではない。

まだ足りないこと

未経験：請求書発行・決済処理。**未検証**：英語での確認・回答。**この例から不明**：在庫管理や配送手配を担当したか。未検証を「できない」、不明を「経験あり」に変えない。

4. 記入済み例：根拠と説明文

示せる根拠

行動を確かめる手掛かりは、確認を依頼した記録、担当者の回答、受注一覧の更新履歴。どの回答を受けて自分がどの欄を直したかをつなげる。閲覧許可のある範囲で本人の担当を確認し、社外に原本を出せるかは別に判断する。この教材は実際の社内記録を提示していない。

残したもの・変化

架空設定で残したものは、修正後の受注一覧と確認待ち状況。誤配送の減少・処理時間の短縮は未測定。確認欄の追加を提案する場合も、正式採用と効果を分ける。

資料に記載がないこと

特定企業の使用システム、外国人応募者向けの語学基準、研修、就労支援は、この職務説明だけでは決まらない。個別求人を選んでから募集元へ確認する。

この設定から書ける短い説明：「営業事務として、注文書と受注一覧の納品先を照合しました。不一致は営業担当の回答を得てから更新し、締切までの確認待ち案件を共有しました。受注情報の確認・更新に関する経験です。請求書発行と決済処理は未経験です。」

この照合から言えるのは、**応募先へ説明できる作業と、追加確認する領域が分かれた**ということです。営業事務全般への適性や採用可能性を判定したわけではありません。次は個別求人で「受注入力から請求・配送まで、どこを担当するか」を確かめ、英語やツールは求められる作業単位で確認します。

出典（英国の職務情報／2026年10月9日確認）：

<https://nationalcareers.service.gov.uk/job-profiles/sales-administrator>