

PT CAREER

理学療法士 将来不安・比較整理 記録シート

※本紙は自己整理用です。比較軸をそろえ、続けるか環境を変えるかの判断材料を1枚で残せます。

氏名・イニシャル		記入日	
勤務年数		勤務先・領域	
主な悩み		理想の働き方	

判断前に固定する6点セット（比較軸のブレ防止）

固定項目	チェック（固定できたら□に✓）	メモ
譲れない条件	<input type="checkbox"/> 残業 <input type="checkbox"/> 休日 <input type="checkbox"/> 配属 <input type="checkbox"/> 教育	
許容条件	<input type="checkbox"/> 給与 <input type="checkbox"/> 通勤 <input type="checkbox"/> 委員会 <input type="checkbox"/> 異動	
今つらい主因	<input type="checkbox"/> 忙しさ <input type="checkbox"/> 人間関係 <input type="checkbox"/> 給与 <input type="checkbox"/> 将来不安	
比較期間	<input type="checkbox"/> 2週間で現職改善 <input type="checkbox"/> 1-3か月で比較	
相談先	<input type="checkbox"/> 上司 <input type="checkbox"/> 同僚 <input type="checkbox"/> 家族 <input type="checkbox"/> 外部相談	
次の行動	<input type="checkbox"/> 情報収集 <input type="checkbox"/> 見学 <input type="checkbox"/> 面談 <input type="checkbox"/> 継続判断	

比較整理（現職と候補を並べて確認）

確認項目	現職	候補	短いメモ
残業の実態			
休日・休みやすさ			
教育体制			
配属・担当の見通し			
給与・手当			
通勤・生活との両立			
総合判断（続ける / 見学 / 転職）			

次の一手メモ（相談内容・見学先・期日など）
