PT CAREER

理学療法士「勝ち組」4 軸整理シート

※本紙は整理用です。4 軸評価・比較条件・ 90 日アクションを 1 枚でまとめます。

記入日		現在の勤務先	
経験年数		主な悩み	
最優先 1 軸		90 日後の目標	

判断前に固定する 6 点セット（比較のブレ防止）

固定項目	チェック（固定できたら □ に✓）	メモ
比較軸	□ 年収 □ 裁量 □ 成長 □ 生活	最優先 1 軸と次点 1 軸を固定
比較対象	□ 現職 □ 候補先 □ 同地域相場	SNS の印象ではなく同条件で比べる
期間	□ 30 日 □ 90 日	改善の期限を先に決める
評価単位	□ 額面 □ 賞与 □ 手当込み	年収は総額で見る
職場要因	□ 教育 □ 単位 □ 人間関係	自分の努力で変えにくい要因を切り分ける
判断メモ	□ 感情だけで決めない	良い点・しんどい点を両方書く

4 軸評価（ 5 点満点＋根拠メモ ）

軸	評価の視点	点数	根拠メモ（短文）
年収	基本給・賞与・手当・昇給カーブ		
裁量	担当設計・発言しやすさ・役割		
成長	症例の幅・教育体制・FB 頻度		
生活	残業・休みやすさ・体力余裕		
合計（ Total ）	4-20		

90 日アクションメモ（改善・交渉・転職比較）