

更新日：2020年3月12日

## 転職活動のチェックリストver1.0

制作者：イッシー

※無断転載を固く禁じます

No	概要	確認事項	チェック欄
1	自己分析	今までの仕事内容を分解しリスト化しましたか？	
2	自己分析	仕事を通じて得た経験やスキルを整理しリスト化しましたか？	
3	自己分析	人には負けない、自分の強みを整理し、リスト化しましたか？	
4	自己分析	今までの仕事内容を整理した中で、転職先でもやりたい仕事をリスト化しましたか？	
5	自己分析	今までの仕事内容を整理した中で、二度とやりたくない仕事をリスト化しましたか？	
6	自己分析	会社を「即辞めたい」と思う要素（残業、仕事のやり方、社風等々）をリスト化しましたか？	
7	自己分析	将来チャレンジしてみたい、やってみたい仕事、ありたい姿をを考えましたか？	
8	自己分析	今回の転職で解決したいこと、成し遂げたい事をリスト化しましたか？	
9	自己分析	今回の転職で解決したいこと、成し遂げたい事の優先順位を決めましたか？	
10	自己分析	転職の軸は作りましたか？	
11	自己分析	キャリアのストーリーは作りましたか？	
12	企業研究・求人研究	志望する企業はブラック企業の特徴に当てはまっていないか、確認しましたか？	
13	企業研究・求人研究	志望する企業の優先順位を決めましたか？	
14	企業研究・求人研究	志望する企業に転職した場合のメリット・デメリット（リスク）を考えましたか？	
15	企業研究・求人研究	志望する企業の業界内やサービス、商品の強み、弱みを調べ理解していますか？	
16	企業研究・求人研究	志望する企業の求人内容（業界研究・仕事内容）を調べ、理解していますか？	
17	企業研究・求人研究	志望する企業の求人に必要なスキル・経験・人物像を考え言語化していますか？	
18	企業研究・求人研究	志望する企業の財務内容（帝国データ、IR資料等）を確認しましたか？	
19	企業研究・求人研究	志望する企業で働いた場合、どの様な経験やスキルを得ることが出来るか明確にしていますか？	
20	企業研究・求人研究	志望する企業で働いた場合、どの様なお仕事（企業）に転職できるか調べましたか？	
21	企業研究・求人研究	口コミサイトやネットでの志望する企業の評判は確認しましたか？	

No	概要	確認事項	チェック欄
22	企業研究・求人研究	志望する企業のHP,採用サイト、社員インタビュー記事など確認しましたか？	
23	企業研究・求人研究	仕事内容等で分からないことは、人事に問い合わせ確認していますか？	
24	企業研究・求人研究	志望する企業の優先順位を決めましたか？	
25	書類作成	履歴書・職務経歴書に誤字脱字が無いが、確認しましたか？	
26	書類作成	履歴書・職務経歴書に記入した名称は正式名称で記入していますか？	
27	書類作成	履歴書用の写真は準備できていますか？	
28	書類作成	職務経歴書は、実績や評価を細かく記入できていますか？	
29	書類作成	職務経歴書に志望する企業が求める人物像にマッチする、自己アピールの経験、スキルが記入できていますか？	
30	書類作成	志望動機は転職の軸やキャリアのストーリーに沿って記入できていますか？	
31	面接前対策	SPI対策はしましたか？ ※SPI試験がある場合	
32	面接前対策	志望する企業で活かそうなご自身の経験、スキルをリストアップしましたか？	
33	面接前対策	志望する企業が求める人物像にマッチする、自己アピールの経験、スキルを選定しましたか？	
34	面接前対策	自己アピールする為の効果的なオリジナルエピソード（過去の経験談）の選定はできましたか？	
35	面接前対策	志望動機はその企業で働く必要があることが、伝わる内容に作成しましたか？	
36	面接前対策	自己PRは企業が求める人物像に沿って作成しましたか？	
37	面接前対策	志望動機は、各企業が求める人物像を想定して作りましたか？	
38	面接前対策	想定質問（自己紹介、転職理由、志望動機、自己PR等々）の回答を作成しましたか？	
39	面接前対策	面接で確認すべき質問事項は準備していますか？	
40	面接前対策	面接の練習はしましたか？（カメラで撮影確認、友人知人との面接練習等）	
41	面接前対策	志望先の企業でやりたいこと、実現したいことをリスト化していますか？	
42	面接中の対策	面接時は礼儀正しく、明るく挨拶をし、会話することはできましたか？	
43	面接中の対策	志望先に転職した場合のキャリアパスを確認しましたか？	
44	面接中の対策	面接時に社内、社員の雰囲気を確認しましたか？	
45	面接中の対策	面接時に懸念点、不安点を質問し、確認しましたか？	

No	概要	確認事項	チェック欄
46	面接中の対策	面接官の質問の意図に沿った回答ができましたか？	
47	面接後の対策	面接が終わる毎に、面接の良かった点、イマイチだった点をリスト化していますか？	
48	面接後の対策	面接でイマイチだった点を改善していますか？（話し方、話す内容等）	
49	面接後の対策	内定がでたら即判断できる様、懸念点、不安点をリスト化していますか？	
50	内定獲得後対策	オファー面談を依頼しましたか？	
51	内定獲得後対策	社員さんとの面談を依頼しましたか？	
52	内定獲得後対策	懸念点、不安点をリスト化しましたか？	
53	内定獲得後対策	懸念点、不安点を確認しましたか？	
54	内定獲得後対策	雇用契約書を確認しましたか？	
55	内定獲得後対策	就業規則を確認しましたか？	
56	内定獲得後対策	勤務地、勤務条件等確認しましたか？	
57	内定獲得後対策	退職手続きに関する現職の「社内規定」を確認しましたか？	
58	内定獲得後対策	内定先に入社予定日は伝えていますか？	
59	内定獲得後対策	内定承諾前に、内定先の企業で自身の実現したいことはできるのか改めて考えましたか？	
60	転職エージェント	担当者から自己分析の深掘りがありましたか？	
61	転職エージェント	担当者から提案された各求人の説明はありましたか？	
62	転職エージェント	担当者とは各企業ごとに面接対策をしましたか？	
63	転職エージェント	面接後に企業からもらうフィードバック情報を確認していますか？	

このチェックリストは随時アップデートし、**最新版は100項目以上チェック項目があります。**  
また書類添削などの転職のサポートもしております。詳細はWEBサイトからご確認下さい。