

初めての薬剤師転職 | 8ステップ進行管理シート

転職活動を急いで進めるためではなく、今どの段階にいて、次に何を確認すればよいかを整理するためのシートです。前のSTEPへ戻っても構いません。

氏名・イニシャル	記入開始日
希望入社時期	現在地（STEP）

8ステップの現在地

☐ STEP1 転職で変えたいことを整理 完了目安：変えたいことを自分の言葉で説明できる	☐ STEP2 必須・希望条件と入社時期を整理 完了目安：必須条件と希望条件を分けられる
☐ STEP3 求人を探す 完了目安：求人探索ルートを選び、候補を確認できる	☐ STEP4 求人・職場を比較 完了目安：応募する理由／見送る理由を条件で説明できる
☐ STEP5 履歴書・職務経歴書を準備 完了目安：応募書類が実際の経歴と一致している	☐ STEP6 応募・面接で相互確認 完了目安：仕事内容と未確認事項を整理できている
☐ STEP7 内定条件を確認して判断 完了目安：提示条件を確認し、入社するか判断できる	☐ STEP8 退職・引継ぎ・入社準備 完了目安：退職日・引継ぎ・入社日を調整できている

使い方：求人を見てから希望条件を修正したり、面接後にSTEP4へ戻ったりして構いません。「次へ進むこと」ではなく、「判断に必要な材料がそろったか」を確認します。

今、次に確認すること

STEP1・2 | 転職理由と条件を整理する

1. 現職で困っていること／変えたいこと

現状	変えたいこと	現職で変えられる余地	転職先で確認する条件

2. 条件を3段階に分ける

優先度	条件	理由・確認方法
必須 満たさなければ働けない		
できれば できるだけ満たしたい		
こだわらない 他条件が合えば柔軟		

3. 生活上動かしにくい制約を先に確認

- ☐ 通勤できる範囲
- ☐ 勤務できる曜日・時間
- ☐ 夜間・土日勤務の可否
- ☐ 転居の可否
- ☐ 育児・介護等で必要な時間
- ☐ 最低限必要な収入
- ☐ 希望入社時期
- ☐ その他：

条件は求人と比較しながら更新しても構いません。

STEP3・4・5 | 求人探索・比較・応募管理

1. 求人探索ルート

☐ 企業・医療機関の採用ページ

☐ 求人サイト

☐ ハローワーク

☐ 転職エージェント

2. 応募候補を同じ項目で比較する

確認項目	候補A	候補B	候補C
会社・施設／配属候補			
担当業務			
勤務地・異動範囲			
勤務時間・休日			
給与・手当			
教育・研修			
未確認事項			

3. 応募・選考の期限管理

応募先	応募経路	応募日	面接日	結果予定	回答期限

4. 応募書類

☐ 履歴書

☐ 職務経歴書

☐ 企業指定書類

☐ 経歴は事実と一致

☐ 志望動機を整理

☐ 自己PRを整理

同じ求人へ別経路から重複応募しないよう、応募経路も記録します。

STEP6 | 面接後メモ

会社・施設名

面接日

応募経路

次回予定／回答期限

面接官の印象だけでなく、実際に働く条件と未確認事項を残します。確認できなかったことを推測で埋めないためのメモです。

確認項目	面接後メモ
担当予定業務	
配属先・人員体制	
勤務時間・休日	
教育・研修	
異動・変更範囲	
給与・手当・雇用条件	
確認できなかったこと	
自分が気になった点	

面接後の次の一手

☐ 追加確認が必要

☐ 次の選考へ進む／辞退を検討

求人票・面接・必要に応じた職場見学・最終提示条件を照合します。

STEP7 | 内定条件を並べて入社判断する

求人広告の印象ではなく、最終的に提示された仕事内容・場所・時間・賃金等の条件で確認します。

確認項目	現職	内定A	内定B
業務内容			
勤務地・異動範囲			
勤務時間・休憩			
休日・休暇			
賃金・手当			
雇用形態・契約期間			
教育・研修			
入社予定日			
生活への影響 通勤・育児・介護等			

求人票・面接説明との違い／追加確認

最終判断メモ

入社を決める理由

まだ確認が必要なこと

内定が出ても、重要条件を確認して入社意思を固めてから退職調整へ進みます。

STEP8 | 退職・引継ぎ・入社準備＋保存用チェック

退職・引継ぎ

- ☐ 就業規則・退職申出時期を確認
- ☐ 退職日を調整
- ☐ 引継ぎ事項を整理
- ☐ 会社物品の返却
- ☐ 有給休暇等を確認
- ☐ 保険・年金等の必要手続きを確認

入社準備

- ☐ 入社日・初日の集合場所
- ☐ 必要書類
- ☐ 健康診断等の指定手続き
- ☐ 制服・白衣等
- ☐ 勤務時間・配属先
- ☐ 薬剤師免許等の提出資料

保存用 | 初めての薬剤師転職チェックリスト

- | | |
|---|---|
| ☐ 転職で変えたいことを書き出した | ☐ 求人の仕事内容・条件を比較した |
| ☐ 現職でも変えられるか確認した | ☐ 応募書類を事実で作成した |
| ☐ 必須・できれば・こだわらないに分けた | ☐ 面接後に仕事内容・条件をメモした |
| ☐ 希望入社時期を確認した | ☐ 未確認事項を残した |
| ☐ 在職中／退職後考えた | ☐ 内定後の労働条件を確認した |
| ☐ 求人探索ルートを選んだ | ☐ 入社意思を固めてから退職日を調整した |
| ☐ 応募経路を一つの表で管理した | ☐ 引継ぎ・返却物・入社準備を確認した |

自由メモ

このシートは転職を勧めるものではありません。求人・採用・退職・入社に関する正式な条件や手続きは、求人企業・勤務先から提示される最新情報を確認してください。