**CPD ログシート**

**4 steps to CPD**

**ご氏名: CQI | IRCA 登録番号: 期間:** 201X年　月　**~**201X年　月

この様式は、CPD の計画とCPD 活動の記録という2つの部分から成り立っています。まず**PLAN (計画)** のセクションにご自身のCPD の目標を記入してください。**DO, CHECK and ACT**のセクション、つまり活動の記録の部分には、その目標を達成するために実施された活動を記録し、またその活動を振り返ります。このCPDログシートの期限が終わるときに、どのくらい目標を達成できたかを振り返り、次期の計画の素案を作成してください。

より詳しいガイダンスはIRCA ジャパンのウェブサイト <http://japan.irca.org/CPD> でご覧ください。

12か月ごとに学習及び開発の目標を決定してください。知識と技能の両面において、どのような分野について、より学ばなければならないか、知識技能を更新しなければならないかと考えてみましょう。この計画は現在進行形の文書です。したがって、5年間の更新サイクルのあいだ、常にこの文書の維持更新をおこなってください。

ご自身の開発目標を特定するために、以下のような事項を考慮するとよいでしょう:

* 規格、規制及び法令、業界やご自身の専門分野に関連する変更
* ご自身の職責/職務やその目標
* ご自身の強みと弱み
* 同僚、雇用主や顧客から得られたフィードバック
* 組織や顧客の計画や要求事項
* [力量のフレームワーク](http://japan.irca.org/IRCA/1/)

**CPD の記録**

**PLAN** (1)

目標を決定されましたら、下記の表に記入してください (5年の間に新しく立てた目標は順次追記します。必要に応じ欄を追加してください)。

|  |
| --- |
| **学習及び開発の目標　(Plan)** |
|  |
|  |

**CPD の記録**

**DO, CHECK and ACT** (2, 3 & 4)

**年間を通じて、CPD 目標に関連して実施された活動をすべて記録してください。**

1. DO の列: ご自身のCPD 目標を達成するために実施された活動を記録します
2. CHECK の列: 学習されたことと、それが計画で定めたどの目標に関連するものかを記録します
3. ACT の列: 学習されたことをどのように生かしていますか、将来どのように活用していく予定かを記録してください

ご自身の目標達成に役立つ専門的な活動はすべて記録していただけます。目安としては、年に10 ~ 15時間をご自身の専門能力開発に当てられるとよいでしょう。必要に応じて行を加えてください。

Activity log

| **日程** | **実施した活動 (Do)** | **何を学びましたか (Check)** | **学ばれたことをどのように生かしていますか(Act)** |
| --- | --- | --- | --- |
| 年月日 |  |  |  |
| 年月日 |  |  |  |

**CPD の記録**

**PLAN** (1) 次期CPDサイクルに向けて

 **期間:** 201X年　月　**~**201X年　月

上記に詳述されたCPD の目標達成を振り返り、少なくとも次の12か月の学習と開発の目標を決定してください。

|  |
| --- |
| **学習と開発の目標　(Plan)** |
|  |
|  |

* 私は、この文書に記載した情報は、私が実施したCPD を正確に伝えるものであることを宣言いたします。

**署名 日付**