

OTのための領域適性診断

あなたにぴったりの 「働く場所」はどこ？

年収・働きやすさ・やりがいから選ぶ
タイプ別キャリアガイド

ぽこぽこOT教室

<https://pokopoko-classroom.com>

タイプ別適性診断

今のあなたの希望に最も近いものにチェックを入れてください。

① インセンティブ重視タイプ

- 年収500～600万円以上を目指したい
- 自分の頑張り（件数）を給与に直結させたい
- 職場の人間関係の板挟みから解放されたい

おすすめ：**訪問リハビリテーション**

② プライベート・余白重視タイプ

- 残業ゼロで定時退社し、趣味や副業の時間を確保したい
- 土日休みで家族や友人との予定を合わせたい
- 腰痛や体力的負担を減らし、長く働きたい

おすすめ：**放課後等デイサービス / 精神科病院**

③ OTらしさ追求・専門性タイプ

- 「筋トレ」より「作業」や「遊び」を通した支援がしたい
- 対象者の「生活」がどう変わったかを間近で見届けたい
- 多職種の中でOTの視点を存分に活かしたい

おすすめ： **児童発達支援 / 通所リハ**

④ キャリア拡張・自由タイプ

- 「病院」という組織の枠組みに縛られたくない
- 場所や時間を選ばない働き方に興味がある
- OTの知識を「発信」や「商品開発」に活かしたい

おすすめ： **一般企業 / 自費リハ / Web職**

領域別比較サマリー

項目	訪問	小児	老健	精神
平均年収	★★★★★	★★★★☆☆	★★★★★☆☆	★★★★☆☆
残業少	★★★★★☆☆	★★★★★☆☆	★★★★★☆☆	★★★★★★
人間関係楽	★★★★★	★★★★☆☆	★★★☆☆☆☆	★★★★★☆☆

次のアクション：理想の場所を探す

診断結果はいかがでしたか？どの領域が「正解」ということはありません。大切なのは、****今のあなたが何を最も優先したいか****を明確にすることです。

さらに詳しい領域別ガイドはブログで公開中

病院以外の転職先のリアルな年収や、失敗しない転職のコツをまとめています。

[ぽこぽこOT教室を見る](#)

※本シートは自己適性を見極めるための補助ツールです。実際の求人条件や環境は事業所ごとに異なりますので、必ず転職サイトや見学等で最新情報をご確認ください。