

Users'
Guidebook
2024

大学院生と大学院進学希望者、ポストドクターのための
【キャリア開発支援本部】

ご利用ガイド

奈良女子大学 男女共同参画推進機構 キャリア開発支援本部 G棟 4階 G406
career-k@cc.nara-wu.ac.jp

院進学者のみち(道・未知)を拓く

本当の自分を知るために新しい世界にひととき、身を置く



目次

| | |
|--|-------|
| What's キャリア開発支援本部？ | 2-3 |
| ● はじまりは女性研究者のキャリア開発から／「研究が好き」その先の伴走者として | |
| ● キャリア開発支援メニュー | |
| ● 相談 | |
| ● 就職活動を終えて | |
| 研究職を目指すなら C-ENGINE の研究インターンシップ | 4-5 |
| ● C-ENGINE とは | |
| ● 研究インターンシップであなたの大学院生活が輝きます 大学院生だけが参加できる「研究としごとをつなぐ」プログラム／ポイントは参加のタイミング／サポートの流れ | |
| ● 研究インターンシップを研究しよう | |
| C-ENGINE 研究インターンシップ参加者の声 | 6-7 |
| 大学院生の就職活動を応援します | 8-9 |
| ● 「大学院生を採用する価値・意味」を感じてもらえる準備をしましょう | |
| ● 大学院全体としてトランスファラブルスキル (TS) の習得を支援することになりました | |
| ● キャリア開発支援本部が考える就職活動のポイント 大切にしたいこと／応募書類編／面接編 | |
| 博士後期課程の方への支援 | 10-11 |
| ● 博士後期課程学生への給付型支援制度について | |
| ● 博士後期課程学生を支援するコンテンツ | |
| ● ドクター、博士研究員、進学希望者向けのその他の支援 | |
| ● ドクター学生さんのキャリアを拓く活動を応援します | |

What's キャリア開発支援本部？

はじまりは女性研究者のキャリア開発から

男女共同参画社会をリードする人材の育成 — 女性の能力発現をはかり情報発信する大学へ —

平成 23 年度、文部科学省科学技術人材育成費補助事業「ポストドクター・キャリア開発事業」に採択されたのを機に、男女共同参画推進室（現機構）にキャリア開発支援本部が設置されました。この補助事業は平成 27 年度で終了し、奈良女子大学の「キャリア開発システム」は「S」評価（所期の計画を超えた取組が行われている）という高評価を得ました。とりわけ、「今回のプログラムの中で、ライフステージに注目した最も“養成者個人の目線”で取り組んでいる大学」、「自己分析をベースとして、自己のキャリアを考えるきっかけを与えたことはユニークな取組」という評価は、女性が研究で培った能力を社会に還元するための支援のノウハウを、奈良女子大学が持っていることを証明しているといえます。

「研究が好き」その先の伴走者として

平成 28 年度からはポストドクターだけでなく大学院生全体のキャリア開発システムとして展開するために、「研究インターンシップ」を取り入れてシステムのリニューアルをしました。博士前期課程で「研究とは何か」を知り、社会でそのセンスをどう活かすのか、さらなる研究の深化を求めて後期課程に進学する際に生じやすい不安を、冷静に受け止めて方向性を定めていくアドバイスも提供して行きます。

令和 3 年度には給付型の「博士号取得支援 SGC フェローシップ」「博士後期課程学生支援 SGC+ プロジェクト」がスタートし、「研究が好き」をさらにバックアップしています。

キャリア開発 支援メニュー

支援メニューと内容

| | |
|---|---|
| A | 面談（電話相談）や「自己分析セミナー」を通して自分のこれからのことについて考えを深める |
| B | 適職について考え、就職先の情報検索、収集を一緒に行う |
| C | 「インターンシップ」について理解を深め、応募段階から支援 |
| D | 応募書類作成、面接対策などのサポート |
| E | キャリア開発文庫（書籍・DVD）の利用 |
| ★ | 博士に特化した支援プログラム P10 参照 |

相談予約

相談は予約を優先しています。予約状況は下の QR コードから確認できます。空いている時間帯で、ご希望の日時をメールでお知らせください。

G414 予約状況確認

予約用メールアドレス



相談 キャリアとは人生そのもの、いろいろな相談に応じています

大学院生は、学部生よりも多様です。奈良女子大学から進学された方はもちろん、他大学から進学されてきた方や、社会人学生の方など、年齢も20代前半から60代以上の方も珍しくありません。ご結婚、育児期の方、ご家族の介護に向き合われている方、修了後（博士研究員の方、就職活動を継続される方）のご相談も受け付けています。

具体的な解決策が提供できる場合ばかりではありませんが、ご自身の言葉でご自身の問題をお話ししているうちに、考えが整理されたり、新しい思いが湧いてきたりして気持ちが軽くなるがよくあります。

指導教員には弱音を吐いている姿は見せられない、身近に胸の内を聞いてもらえる人がいない。そういう方も大勢いらっしゃいます。もちろん就職活動の具体的なご相談（P8-9参照）もお待ちしています。

令和3年度から相談用のスペースが、事務室（G406）とは別に個室（G414）に引っ越ししました。キャリア・コンサルタント（国家資格）の資格を持った特任教員があなたの気持ちに寄り添って、お話を伺います。

自己分析セミナー 「自分を好き」と感じられることを大切にしています

“キャリア”を職業や職歴だけでなく、学習、趣味、地域・ボランティア活動、家庭内での仕事なども含めた幅広い概念としてとらえ、“個人の特性を活かした働き方・生き方探し”を支援します。

キャリアの選択に影響する様々な要因に関して自分自身を*ていねいに見つめ直す*ことは、自分のユニークな個性と能力を大切に、将来の仕事や生活全般について考える良い機会になります。そして希望する働き方・生き方を言葉で表現できるようになります。

実施方法

- 3～4回（90分／回）で構成されています
- 個人ワークを含む楽しいセミナーです
- 個人でもグループでも
- 受講者の希望日に随時開催します
- 時間内に使いきれないワークシート集はプレゼントします
- お気軽にご連絡下さい。

※試しに受けてみたいという方は、1回90分の自己分析セミナー<Light>もあります。
※令和3年度から実施場所がG棟4階G414に変更になりました。



研究の原点からキャリアへの導き

宝田 真実

就職活動が本格的に始まり、おそらく就活生にとって一番最初の課題であるESに頭を悩ませてた時、私はキャリア開発支援本部に駆け込みました。そこで自分の取り組んできた研究内容を限られた文字数のなかでどのようにアピールすればよいのかを相談したところ、研究内容を詰め込もうとする前になぜ今の研究をするようになったのかを振り返ってみるようアドバイスいただきました。そしてコーディネーターさんと研究の原点について振り返ってみると、自分の原動力や着眼点、強みを捉えることができました。そこから、研究を通して培ってきたスキルや学びをどのように仕事に繋げていくのか、というビジョンづくりに繋げることができました。これが就職活動の軸になり、その後の面接対策にも大きく役立てることができました。こうしたお力添えのもと無事、自分が納得のいく就職先が決まりました。そして、就職先が決まったことをずっとお世話になっていたコーディネーターさんに報告した時、自分ごとのように喜んでくださったことが本当に嬉しかったです。このような親身に寄り添ったキャリア開発支援本部のサポートを通して得た経験や学びは、私の中でとても大切なものになりました。

就職活動を振り返って

菊井 春香

就職活動を振り返ると、「就職活動は1人でやるものじゃない」と強く感じます。キャリア開発支援本部の方々にはES添削や面接練習など、大変お世話になりました。就活サイト等だけで自分1人で進めていたら内定を得ることはできなかったと思います。キャリア相談では、自分では分からない強みを見つけてもらったり、何をしたいのかを一緒に考えてもらったりしました。人と話すことで見えてくることも多く、自己理解にも繋がります。また、私は特に面接で苦労しました。1次面接以降に進めず、周囲と自分を比べて落ち込むこともありました。自分がダメだったのではなく、企業との縁がなかったというアドバイスには励まされました。面接の振り返りや練習を重ね、表情や話し方を改善していき、段々と面接に自信をもって挑めるようになりました。そして無事、志望する企業から内定を頂くことができました。キャリア開発支援本部の方々の支えがあったからこそ、最後まで就活をやり切れたと思います。深く御礼申し上げます。

C-ENGINE とは

研究インターンシップの実施組織である産学協働イノベーション人材育成協議会の略称です。日本のリーディング企業30社と20大学で構成されている組織で、奈良女子大学は平成28年度から会員となり活動に加わっています。したがって、C-ENGINEの研究インターンシップは大学公認として位置づけられ、キャリア開発支援本部が最も重視している取組です。

研究インターンシップであなたの大学院生活が輝きます

大学院生だけが参加できる「研究としごとをつなぐ」プログラム

まずは参加する → 視野が広がる → 選択肢が増える → 個別の相談 → 納得できる進路選択

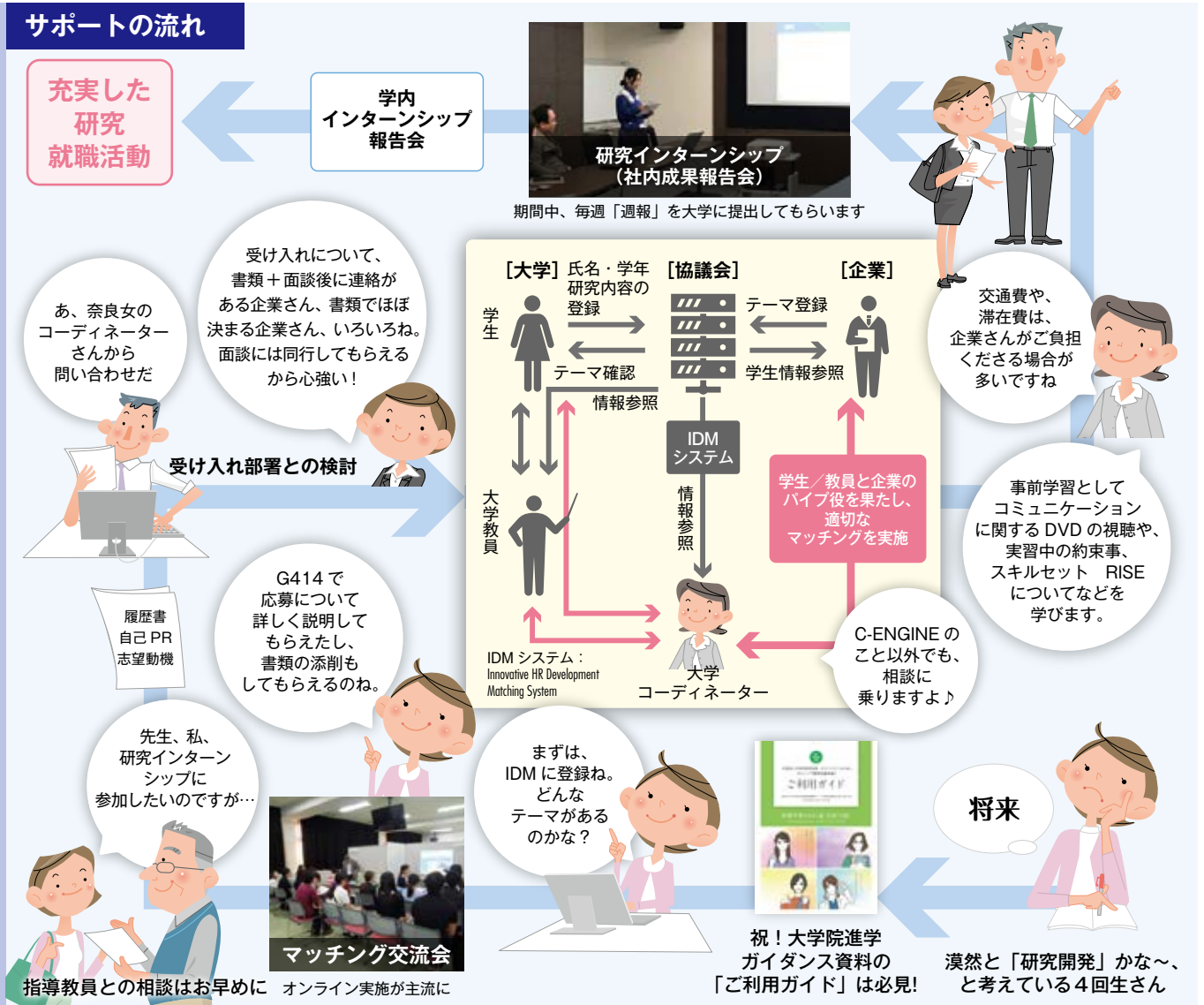
- 交通費の補助
- 専属のコーディネーター（キャリアコンサルタント）のフォロー
- 大学で加入している保険（学研災、学研賠）が適用できます
- 情報はメールマガジンとして自動的にあなたの大学アドレスに配信されます（見逃さないで！）



ポイントは参加のタイミング！

大学院生ならば、企業の研究所にじっくり腰を落ち着けて、社員の皆さんと同じ空気の中で研究の進め方や、将来の自分の働き方について考える機会を得たいですね。ぜひC-ENGINEの中長期研究インターンシップにチャレンジしてください。前期課程1回生の方は夏休みを利用することで、1～2か月のインターンシップ実現の可能性が高くなります。そのためにも、**5月には行動を開始することを**お勧めします。C-ENGINEのインターンシップは、交流会参加、面接等に関する交通費が補助されます。まずは、キャリア開発支援本部（G406・G414）にコンタクトしてください。

サポートの流れ



研究インターンシップを研究しよう

2023年度 C-ENGINE 研究インターンシップ一覧

| 所属 | インターンシップ先 | 実施期間 | テーマ(企業報告書の記載による) |
|------------------|-------------------------------------|----------------------|---|
| 自然科学専攻 | D2 (株) 竹中工務店 技術研究所 (千葉) | 5/15 ~ 7/15 (ハイブリッド) | 音響解析および感染シミュレーション解析の逆解析 |
| 自然科学専攻 | D2 ダイキン工業(株) テクノロジーイノベーションセンター (大阪) | 8/21 ~ 10/6 (ハイブリッド) | 物理ベース機械学習アルゴリズムを用いた定常気流計算の優位性についての理論的考察 |
| 化学生物環境学専攻(化学コース) | M1 (株) プロテリアル グローバル技術革新センター (埼玉) | 8/21 ~ 9/20 | 窒化珪素基板の応力マップ作成 |
| 化学生物環境学専攻(化学コース) | M1 京セラ(株) 八日市工場(滋賀) | 9/4 ~ 9/29 | タンデム太陽電池の開発 |
| 数物科学専攻(数学コース) | M1 日東電工(株) 茨木事業所(大阪) | 9/11 ~ 9/29 | 樹脂の混練工程における温度異常検出アルゴリズムの検討 |
| 住環境学専攻 | M1 三菱電機(株) 先端技術総合研究所(兵庫) | 9/11 ~ 9/29 | 東南アジアのオフィスにおける快適度向上要因の文献調査およびタイ人の快適な気流感と温度を実現する空調吹出条件の気流シミュレーションによる評価 |
| 自然科学専攻 | D1 ダイキン工業(株) テクノロジーイノベーションセンター (大阪) | 11/7 ~ 12/8 | 熱交換器における最適パス配置の検索手法についての考察 |

研究インターンシップの目標設定と自己評価を支援します

C-ENGINE は産と学の交流をとらしてイノベーションを創出できる人材育成をめざす大学・企業のコンソーシアムです

学生が身につけるべきトランスファラブルスキル R I S E

トランスファラブルスキルRISEは、研究者として自立するためのスキルセットであり、大学や企業など、どこにおいても有効に活用されます。これは研究を通じて培われ、再発見・意識されることで、今後のキャリアパスに活かすことができます。

| Research governance and organisation 研究遂行に関するスキル | Intelligence and knowledge 知識・知的能力 | Social relationship 他者や社会との関係に係るスキル | Effectiveness 自己開発に係るスキル |
|--|--|---|---|
| R-1 安全、コンプライアンス意識および情報管理技術 ・健康、安全、法令遵守・研究倫理等の重要性が理解できる ・研究者としての情報管理、技術、知的財産権、秘密保持などの契約関係について理解し、高い意識を持つことができる | I-1 理論的知識、情報収集力 数学的応用力 語学力・文章読解力 ・課題解決に必要な基礎知識を有し、必要な情報を収集することができる ・数理学の知識をベースに数値解析ができる | S-1 チームワーク力、他者との協働 ・チームの戦略・目標、役割分担を理解し、協働できる ・他のメンバーの強み・弱みを理解し、意思疎通を図ることができる | E-1 研究への取り組み姿勢 ・強みと弱みを自覚して、研究に活かすことができる ・熱意・持続力・忍耐力、責任感、主体性、専門家としての誠実さを持って行動できる |
| R-2 研究の基本的な進め方 ・研究の目的、背景を理解して、課題設定を行い、研究を取り巻く諸事の要因に配慮しながら研究計画を立てることができる | I-2 分析/統合力、論理的思考力 問題解決力 ・課題解決力、論理的思考、分析・統合力等を駆使して研究・開発を遂行できる | S-2 コミュニケーション能力 ・研究遂行にあたって研究室内外および異分野の関係者の理解を得ることができる ・様々な情報伝達手段を用いて十分な議論ができる | E-2 自己管理、時間管理 ・目的を達成するために明確な研究計画を立て、効果的な時間管理を行える ・ストレスマネジメントとワークライフバランスを考慮して自己管理ができる |
| R-3 資金管理・調達 ・研究を進める際、および、事業を行うにあたっての資金管理・調達の仕組み、実態の理解ができる | I-3 洞察力、探究心 議論展開力 ・自らの経験を活かし、新しいアイデアと裏付けとなる根拠を提示して、社会にインパクトを与える、画期的/創造的な議論ができる | S-3 研究結果の社会への還元 ・研究結果を社会に実装するプロセスを理解できる ・社会的利益を生み出す可能性のある新製品開発や既存の研究の新しい活用法について考察・発案することができる ・グローバル展開の重要性が理解できる | E-3 キャリア開発、専門能力開発 ・専門的能力の持続的開発が必要であることを認識している ・経験を分析的に振り返り、自己改革のサイクルを追求する ・キャリアプランを描くことができる ・幅広い研究コミュニティ内で、信頼関係に基づく協力的なネットワークを構築する |

RISEの各項目とその内容は、VitaeのResearcher Development Frameworkを参考に作成しました

一般社団法人産学協働イノベーション人材育成協議会 (C-ENGINE)

C-ENGINE の研究インターンシップではこのように使われています

| 開始時 | インターンシップ中 | 修了時 |
|-------------------------------|-----------------------------|------------------------|
| 学生：実習で意識して取り組むスキルを3つ選び、企業に伝える | 企業：指導担当者は、学生が選んだスキルを参考に指導する | 企業：3つのスキルについてフィードバックする |

RISE シートを利用した企業様からのご感想

良かった点として、今回、配属初日に RISE スキルシートを共有し、どのようなインターンシップを創り上げていくかを相談することができました。受入れ側としては、実習期間中に、「何をインターンシップに望んでいるか・どんなスキル/情報を学びたい/知りたいか・将来どのようなキャリアを実現させたいか」を把握したいと考えています。短い選考時間では、この辺りの考えは表面的にしか知ることができないため、このようなプログラムがあると大きな理解の助けになります。

C-ENGINE 研究インターンシップ RISE 評価証明書

| 大項目 | 小項目 | 到達率 | 評価コメント |
|---------------------------------------|----------------------------------|-----|--|
| Intelligence and knowledge (知識・知的能力) | I-2 理論的知識、情報収集力、数学的応用力、語学力・文章読解力 | 4 | 理論的知識、情報収集力、数学的応用力、語学力・文章読解力について、十分な理解と実践が確認された。 |
| | I-3 洞察力、探究心、議論展開力 | 4 | 自身の経験を活かし、新しいアイデアと裏付けとなる根拠を提示して、社会にインパクトを与える、画期的/創造的な議論が確認された。 |
| Social relationship (他者や社会との関係に係るスキル) | S-1 チームワーク力、他者との協働 | 4 | チームの戦略・目標、役割分担を理解し、協働することが確認された。 |
| | S-2 コミュニケーション能力 | 4 | 研究遂行にあたって研究室内外および異分野の関係者の理解を得ることが確認された。 |

発行先： 株式会社 産学協働イノベーション人材育成協議会 (C-ENGINE) 代表取締役 平島 景樹
 発行日： 2023年12月1日

RISE 評価証明書

C-ENGINE 研究インターンシップ 参加者の声



①参加動機・目標など ②実施内容など ③参加してよかったこと ④これから参加する人へ

自然科学専攻(数学) D2

E.K.さん

株式会社竹中工務店

2023年5月15日
～2023年7月15日



- ① 研究者として、社会で働くときにどのようなスキルが必要か、それを踏まえてこれから何をすべきかを理解することを目標としました。
- ② 自宅(リモート)でプログラムを書き、修正する作業を進め、6月末の一週間では現地でパソコンによる分析をしました。結果を研究員のみなさんに向けて発表し、今後調べるべき課題や直すべき点、できそうなことなどをたくさん提案することができました。
- ③ 集団で協力して研究を進める体験ができたのは大きかったです。今回、企業の方のお話の中で、博士後期課程に進学した理由、就職を考えている理由、何を研究しているのか、これからどうしたいのか、これらをしっかり言語化できるようにならなければならないと感じました。
- ④ 就活において大事なのはやはり「行動すること」です。「やる」と「やらない」の差はかなり大きく、体験し、現場の人の話を聞くだけで新たな視点を得ることができます。

自然科学専攻(数学) D2

E.K.さん

ダイキン工業株式会社

2023年8月21日
～2023年10月6日



- ① キャリアトークカフェで数学の技能について重視している姿勢を感じ、数学が現場でどう扱われているを知りたいと思い応募しました。
- ② さまざまな機械学習手法を学び、それらの特徴や流体の挙動計算に合うかを整理し、新たな手法を提案することが目的でした。機械学習も流体計算もほぼ知識がない状態で始めましたが、最終的には適切な手法として期待ができる案を提示することができました。
- ③ 数学的姿勢を重視されている中で、問題設定に対する意識の高さなど、自分ではあまり意識していなかった部分が評価され、自分の強みを新たに知ることができました。
- ④ 自分では当たり前だと思っていたことが社会では強みになるということを知ることができます。いつもと違う環境で自分についての評価を言語化していただい、自己分析にも役に立ちます。また、発表のスキルは必ず上達します。就職・アカデミア関わらずインターンは一度は行っておくべきです。

化学生物環境学専攻(化学コース) M1

H.K.さん

株式会社プロテリアル

2023年8月21日
～2023年9月20日



- ① 研究の仕事について知りたいと思い参加しました。X線解析というテーマが自分の研究に近く、大学の研究にも生かせたらと思いました。
- ② 窒化珪素の変形の原因を探るために、X線を用いて応力の解析をしました。測定結果から応力へと変換するまでのプロセスを勉強し、データから実際に応力を求めました。目的であった応力を求めることが出来、改善への手立てになったと思います。
- ③ 普段の研究内容とは異なり、特に応力を求める式や値の理解には時間がかかりました。しかし、最終的に解析結果をマップへと可視化した際には達成感が得られました。
- ④ 単に仕事の体験をするだけでなく、研究の一部に携わることが出来ます。解析方法から発表の準備まで、細かいアドバイスをいただけるので、研究や仕事について深く知ることができると思います。

化学生物環境学専攻(化学コース) M1

M.O.さん

京セラ株式会社

2023年9月4日
～2023年9月29日



- ① 研究室の先輩から研究インターンシップが学びになると聞いて参加した。企業の研究開発で働くイメージをつかむことを目標とした。
- ② ペロブスカイト太陽電池のp層の新材料を用いて、単膜および素子を作り特性評価を行った。単膜の特性は予測通りのものが得られたが、素子特性において予測していなかった結果が得られたため、そのことについての考察と特性向上策の検討をし、報告を行った。
- ③ 企業の研究開発について具体的なイメージを持つことができた。報告会の資料作りの際に、今後の発表全般で活かせる論理的思考を学べた。具体的に企業理解ができ、就活に対する自信がついた。
- ④ 研究室によって就活に対する方針が異なると思うので、研究室の先輩を参考にすると良いと思います。

数物科学専攻 数学コース M1

S.K.さん

日東電工株式会社

2023年9月11日
～ 2023年9月29日



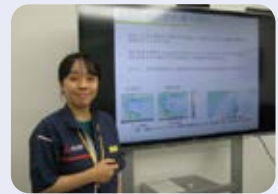
- ① ものづくりに携わりたい、大学での研究内容の企業での応用を知りたい、企業の人と環境を知りたいと考え参加した。
- ② 製造工程における温度異常を検出するためにデータの前処理をし、解析方法を検討した。またオートエンコーダを用いた教師なし異常検知を行い、その際に閾値の検討などを統計的に計算した。
- ③ 大学の研究への意識が高まった。今後の研究では理論と現実のギャップも踏まえて、さらに知識や知見を広げたいと思った。また、抽象的だった今後の軸が具体化できた。自身が働く上で大切にしたい「人・環境」について、自分がどんな人、環境に惹きつけられたかを知ることができた。
- ④ ぜひ積極的に社員の方と交流をし、自分の心が動いた瞬間などを言語化してみてください。就活に限らず今後の人生の軸となるヒントがあり、皆さんにとっての財産になるかと思えます。

住環境学専攻 M1

K.K.さん

三菱電機株式会社

2023年9月11日
～ 2023年9月29日



- ① 快適さを支える技術やそれを開発するスキル、企業での研究と大学での研究の違いを学び、自身の研究にも役立てたいと思い、参加しました。
- ② I 東南アジア人の湿度の感じ方論文調査…J-stageなどから抽出 II パッケージエアコンの気流解析に基づく、ムーブアイ検知エリア毎の快適性評価
- ③ 大学での研究・設計開発職と企業の研究の違い、文献調査のコツなどを学びました。会議に参加して、社員の方の質問の精度に感銘を受け、質問の質を高めることが今後の課題であると認識できました。常に成長できる環境があるとここで仕事をしたいと思うようになりました。
- ④ 参加理由と目標を明確化し、言動に関して根拠と意思をもって行うことが大切です。卒業後のキャリアや人生に悩んでいる方はぜひ参加をお勧めします。

自然科学専攻 D1

M.I.さん

ダイキン工業株式会社

2023年11月7日
～ 2023年12月8日



- ① 自分の研究分野と直接つながっていない分野で、どのように研究で培ってきた力を生かせるかを試してみたかったためです。
- ② 「ほかの方とのコミュニケーション」を大切にしようと思って取り組みました。自分に芯をもって、何を聞きたいか明確にしてコミュニケーションをとり、最後は自分で決めるということが大事だとひしひしと感じました。
- ③ 社員の皆さんがとても親切にしてくださったことが大変印象に残っています。普段は食堂を利用しないチームの方が、私に合わせて毎日食堂で一緒に昼食をとってくださったこと、チーム以外の方も「順調に進んでいる？」など声をかけて気を配っていただいたことが大変ありがたく、過ごしやすいインターン生活を送らせていただきました。
- ④ 普段の学生生活では体験できないような課題解決や、全く違う雰囲気の中で一から研究に取り組みます。

ちょっと教えてください

Q. みなさん、何がきっかけで研究インターンシップを考えることになったのですか？

- A1. 研究室の先輩から話を聞いていたので、キャリア開発支援本部に相談しました。
- A2. 5月に開催されたインターンシップ報告会で経験者の方のお話を聞いて、行ってみたい！と思いました。
- A3. 6月に開催されたC-ENGINEの「学生と企業の交流会」で、企業さんの話を聞いてその気になりました。

決め手は情報収集！

【奈良女キャリア開発2024****】で
始まるメールをチェックしてください！

各種のイベント情報はメールマガジンでお知らせしています。
メールマガジンは登録不要！大学院生全員に配信されます

ジョブ型研究インターンシップが始まります！

2024年度から、本学でも博士後期課程学生さんを対象にした、ジョブ型研究インターンシップが始まります。概要は以下のとおりです。詳しい情報は右のQRコードから学生用パンフレットをダウンロードしてください。

- 研究遂行の基礎的な素養・能力を持った大学院博士後期課程学生が対象
- 長期間（2ヶ月以上が原則ですが内容に応じて短くすることも可能）かつ有給の研究インターンシップ
- 正規の教育課程の単位科目として実施
- 本ガイドラインに沿ったジョブディスクリプション（業務内容、必要とされる知識・能力等）を提示
- インターンシップ終了後、学生に対し面談評価を行い、評価書・評価証明書を発行
- インターンシップの成果は、企業が適切に評価し、採用選考活動に反映することが可能



「大学院生を採用する価値・意味」を感じてもらえる準備をしましょう

■ 博士前期課程の皆さんに気づいてほしい、大学院生と学部生との大きな違い

「卒業研究(課題)」という大きなプロジェクト経験

学部生のみなさんは就職活動の時点では卒業研究のテーマが決まるか決まらないかというタイミングで活動をしているケースがほとんどです。ですから、「学生時代に力を入れたことは何ですか?」「自己PRをしてください」という設問に対して、サークル活動や部活動、アルバイト経験などの課外活動を取り上げて表現しがちです。それはそれでしっかりとあなた自身を表現できると思いますが、もしもあなたが「研究」「開発」「分析」「技術」といった仕事に興味があるのであれば、**卒業研究に打ち込んだ経験を通じて、あなた自身を表現することをお勧めします。**

「研究」から得られるものは専門知識・知見だけでしょうか?

研究活動を通じて得られる力には「研究そのものを進める力」「知識・知的能力」「他者や社会との関係を築く力」「自分自身を高める力」という、研究はもちろん、研究以外の仕事などにも役立つ力(トランスファラブルスキル)を身につける機会がたくさんあります。それらは、研究の目的の頂点にある「新しい知見を得る」という華々しいものではありませんが、**どのような場面でも活用できる、土台を形作る強固なスキルです。**それらをアピールすることは、研究・技術開発(それ以外でも)の場で働く人たちと価値観を共有できる人物だと伝えることとなります。つまり、一緒に働く仲間として認められる可能性が広がるのです。

■ 博士後期課程の皆さんに気づいてほしい、前期課程と後期課程の大きな違い

自立し、後輩を育成できる研究者としてのトレーニング経験

学部時代の卒業研究が「研究に触れる経験」であり、博士前期課程が「研究を知る経験」であるならば、博士後期課程の研究は「**研究を(自分で)進める経験**」といえるでしょう。前期課程が2年間であり、進学したと思ったら就職活動を考えなければいけない慌たしさ比べ、3年間という期間(前期課程から考えれば5年間)を**研究の深化と展開に費やせるので、研究者としての確固たる能力を身につけられることが期待されます。**また、経験者として後輩にアドバイスができ、それによって自らも成長する機会を得られます。研究室以外にも人的ネットワークを広げたり、研究資金について考える機会も増え、**トランスファラブルスキル**をさらに培うこととなります。

以下のトランスファラブルスキルを日ごろの研究の中で意識すること、
自分のことを表現する文章や会話の中に盛り込むことで、研究・就職活動に活かすことができます

大学院全体としてトランスファラブルスキル(TS)の習得を支援することになりました

博士前期課程のみなさんには、大学院の各授業とトランスファラブルスキルRISE(TS-RISE: 5ページの一覧表参照)の関係性を紐づけた「対応表」が配られます。12個のスキルに対応する授業が何科目あったかを集計する「確認票」で、わかりにくいトランスファラブルスキルを「見える化」して、みなさんの理解が深まり活用できるように応援します。

また、博士後期課程のみなさんは、授業科目「キャリアセミナー A.B.」や「自己分析・ワークスタイルセミナー A.B.」でTS-RISEについて触れることができます。日常の研究活動を「スキル」という視点からとらえ、TS-RISEの中から目標を設定し、振り返ることで、みなさんの研究力アップに効果を発揮することが期待されます。博士前期課程のみなさんの、研究力アップや就活での自己PRにも使えますので、ぜひご活用ください。

TS-RISEの活用イメージ

TS-RISEは大学院生の就活の武器になる

なるほど、大学院生ならではの強みですね。あなたの研究上での取組み姿勢や考え方を、ぜひ、わが社の仕事でも活かしてほしいです。



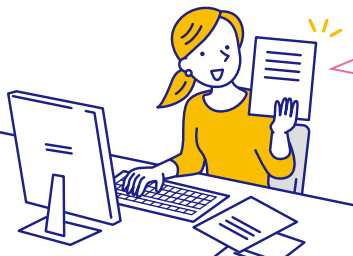
研究内容は直接活かせなくても、研究の経験の中には、面接官の心を動かす材料があるのね。RISEを知っていたからどう表現したらいいかわかってよかった!

TS-RISEは自分なりの研究上の目標設定のガイドになる

◎TS-RISEは院と学の連携を促してハイブリッドな創造できる人材育成をめざす大学・企業のコラボレーションです

学生が身につけるべきトランスファラブルスキル RISE

| トランスファラブルスキル | トランスファラブルスキル | トランスファラブルスキル | トランスファラブルスキル |
|--------------|--------------|----------------|--------------|
| 1. 主体的な学習態度 | 2. 自己管理能力 | 3. コミュニケーション能力 | 4. 問題解決能力 |
| 5. 創造力 | 6. 柔軟性 | 7. 責任感 | 8. 誠実さ |
| 9. 協調性 | 10. 忍耐力 | 11. 決断力 | 12. 実行力 |



漠然と「興味があるから」研究していたけど、それでいいのかな?って思いはじめていました。自分の弱点を見つめて、具体的にどうしたらいいか考えるのに役立ちそうです。「好きな研究」が「いい研究」になりそうな予感!

キャリア開発支援本部が考える就職活動のポイント

大切にしたいこと

- **自分への温かなまなざし**
「自分の一番の理解者（味方）は自分」という気持ちで。自信が一番の「お守り」。
- **相手に合わせるしたたかさ**
あなたの長所や経験の中から相手のニーズに適合する部分を見つけてカスタマイズ。
- **未来を語るための想像力と借り物ではない具体的な表現**
「金太郎あめ」を大量生産する就活本を参考にするのはほどほどに。自分の頭で考えよう。

■ 応募書類編 自分以外のだれかに読んでもらいましょう

ほとんどの書類に字数制限があります。最初からその字数に合わせると、だいたい「うすっぺらい」文章になってしまいます。設問で求められている内容を、字数を気にせず、まずは自分の考えや思い、エピソードの具体的な情報（5W1H）を書いてみましょう。出来上がった文章を要約したり省略していくことで、ぎゅっと凝縮されたいい文章が書けます。

● 自己PRの構成例 … 具体的なキーワードで読み手の脳にあなたの脳内と同じ像を描かせよう

- ① **キャッチコピー** 自分の「強み」「売り」を伝える
- ② ①の解説（どのような場面で役に立つか、どういう意味があるかなど）
- ③ **具体的なエピソード**（以下、盛り込む要素と得られる効果）
 - a. 感情・感性 価値観など内面的特徴（人柄）が伝わります
 - b. 思考 仕事をする際の理解力、計画性、発想力が伝わります
 - c. 行動 仕事の段取り、手際の良さなどが伝わります
- ④ **それを今後どのように生かしたいか（抱負）**

● 志望動機の構成例 … 企業研究のレポートでは×。「私は」から始めよう。

- ① 仕事を選ぶ時の自分の選択基準、あるいは「こういう人生を送りたい」
- ② ①の解説（どのような経験、価値観からそう思うか）
- ③ ①、②を受けて、だからこういう業界、職種で働きたい
- ④ その中でもこういう理由でこの会社で働きたい
- ⑤ もしも採用されたら、どう貢献するか

● 研究概要の構成例 … 詳細に伝えるのは無理。大学のHP（高校生向け）が参考になることもあります。

- ① **研究の背景と目的（または「研究に取り組んだ経緯と目的」）**
専門用語等を使う時には「○○の一種である××」のように解説するフレーズが添えられると、**専門家以外の人にも理解しやすくなります**。また、「～のメカニズムを解明することで～の研究が進展する可能性がある」など、研究の目的や意義を盛り込むようにしましょう。
- ② **研究内容**
仮説と検証のプロセスを簡潔に書きましょう。研究内容は大学（研究者）にとっては、重要な知的財産のひとつで、公表のタイミングは十分に考慮する必要があります。外部に出す内容については、指導教員の許可が必要です。
- ③ **研究を通じて得られたスキルや経験**
プログラム言語、統計、解析法、分析装置や解析装置、そのほか、アピールしたいもの（学会発表、留学、受賞等の経験）



■ 面接編 マナーや文章の暗記よりも、あなたらしい自然な笑顔が何より大切

● どういう態度で臨むべき？→ 親しみを込めた丁寧さを大切に

イメージとしては、**指導教員と話す感じです**。近い将来一緒に働く上司になるかもしれない人です。「発表会」ではなく「対話」になるように、オープンマインドを心がけましょう。

● 緊張してしまいます（汗）→ 「仲良くしたい」というイメトレを！

あなたの表情が和らいていると、面接官も安心します。「失敗したくない」「ちゃんと答えられるかな」と考えると不安になります。「どんな面接官かな？ 仲良くお話しできるといいな」と前向きな気持ちで臨む自分を思い浮かべてリラックスしてください。

新たな博士後期課程学生への給付型支援制度について

奈良女子大学次世代研究者育成プログラム

SGC-NEXUS
(つながり)

| 生活費相当額 | 研究費 | 合計 |
|-------------------|------|-------|
| 240万円 (月額20万円) | 18万円 | 258万円 |

本学では2021年度から博士号取得支援SGCフェローシップ事業、博士後期課程学生支援SGC+プロジェクトの二つの給付型の支援制度を実施してきました。2024年度から、このふたつの制度が統合されて、ひとつのプログラムになります。SGC-NEXUSという新しい名称になり、支援対象者のみなさんには、様々な「つながり」を活かしていきながら、社会にまだある「ガラスの天井」を打ち砕く(Shattering the Glass Ceiling)姿が期待されています。キャリア開発支援本部も「ともに」成長していくためのコンテンツを提供していきます。博士後期課程への進学をお待ちしています。

博士後期課程学生を支援するコンテンツ

キャリアの選択肢を
ひろげるために：

社会の多様な場面で活躍する学位取得者や本学OG、博士の採用に積極的な企業さんなどをお招きして、気軽に話がきける機会を提供します。大学院生さんはもちろん、進学希望の学部生さんも歓迎します。



研究力向上のために：

大学院生が身につけたいスキルについてのセミナーを企画します。2022年度は「プレゼン」2023年度は「対話」というテーマで実施しました。また、英語のスキルアップトレーニングも実施しています。

研究の面白さを知らせたい：

下級生に「自分たちの研究の面白さを知ってほしい」というドクター学生さんの思いから始まった研究ポスター展「博・学・カフェ」。運営学生さんの「企画遂行力」も養われます。



博・学・アルバム



国際プレゼンテーショントレーニング6、7月



チッタゴン大学との研究交流 7月



SGC/SGC+の交流会 12月



博・学・カフェ授賞式 12月



産学対話：企業の研究所での研究発表 1月

ドクター、博士研究員、進学希望者向けのその他の支援

DCD 支援

就職活動や学会発表のための交通費の補助を実施しています。この支援が、キャリア相談の糸口となることもあります。そのような相乗効果が生まれることを期待していますので、お気軽にお声がけください。

英文校閲支援

自身が主たる著者として関わる、①学術雑誌へ投稿する英語論文、②国際会議の講演趣旨・proceeding、③国際会議の原稿発表、等に該当する英文の校閲経費を支援します。

日本学術振興会特別研究員等
申請書作成サポート

略して学振DC1、DC2、PDと呼ばれているこの研究員制度は、研究者の登竜門といわれており、採用者の約90%が将来常勤の研究者になっています。M1の秋から冬に、進学とあわせてご検討ください。申請書作成時に本学名誉教授等のコメント・添削を得られるサポートを利用できます。

例年、12月に研究協力課主催の「説明会」が実施されますので、ぜひご参加ください。

学振以外の助成金等の申請でも利用できます。

ドクター学生さんのキャリアを拓く活動を応援します

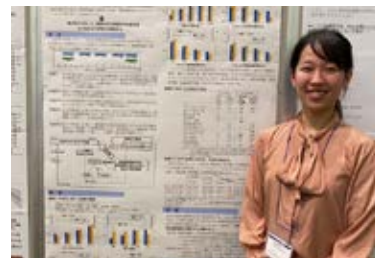
博学カフェ運営に携わって

生活環境科学専攻 山岸 万里菜

2022年度から、「博学カフェ」というイベントが実施されているのをご存知でしょうか？博士課程学生の研究を学部生にも知ってもらうことを目的としたイベントです。私自身は2023年度の運営に携わりました。

運営には専門が全く違う人が集まっていて打ち合わせの度に自分にはない視点に触れ、刺激的な時間でした。イベントのお知らせを送る側になり、その難しさに触れるたび、キャリアの皆様へアドバイスや力添えを頂けたことも心強く、新たな学びの連続でした。

博学カフェは、学情と学館でそれぞれ2週間ずつポスター展示をし、有人イベントも行いました。見てくださった方からのコメントや「いいね」のシールも頂きました。しかし、もっと多くの方に、時間を作ってでも見に来て頂けるようなイベントにしたいなと願ってやみません。「うちの大学の博士課程ではこんな研究しているんだ」と知っている、日々の講義もさらに楽しくなるかも、とも思います。難しそうだし聞いてもきっと分からない、と思われがちな大学の研究ですが、実は日々の生活と繋がることがたくさんあって、知れば知るほど面白いのです。来年もきつと開催すると思うので、ぜひ覗きにきてみてくださいね。



●研究紹介

人を対象とした栄養の研究をしています。日本は塩の摂取量が多いことによる健康への悪影響が大きい国なので、塩をテーマにしています。



国際的な研究発表に迷っている方へ

自然科学専攻 梶本 麻未

私は卒業前に現地での国際学会を経験しておきたいと思い、7月に韓国の済州島で開催された生態学会にポスター発表で参加しました。韓国・中国・日本からの参加者が多く、非英語圏の国での開催とあって、緊張はあまり覚えなかったと思います。相手の方の英語を聞き取り、意図したことを返答できるか心配な部分はありましたが、こちらの伝えたいことを積極的に聞こうと努めている相手の方の姿を目にし、英語は拙くても、自身から積極的に話す姿勢が大切なのだ気づかされました。続いて、同研究内容で、7月にチッタゴン大学との国際交流に（ポスター発表）、9月に京都産業大学での国際交流（口頭発表）に参加しました。ただし、同分野ではない研究者たちとの交流だったので、どこで引っ掛かりを感じるのか、何を伝えたら理解しやすくなるのかは考えました。特に、京都産業大学との交流のときは、キャリア開発や他の専攻の方たちと一緒に練習し、自身の研究の伝え方を学ぶ機会を得ました。予算はあるけど国際的な場での発表を迷っているなら、勇気を出して参加してみるべきです。研究の発信だけでなく、自分を奮起させることや、研究への関心にも繋がりますし、学びは必ずあります。

●研究紹介

カニやドカリなどの甲殻類に寄生するフジツボ類の一種フサクロムシに焦点を当て、その性比変動や性決定機構を研究しています。

未来の博士フェス2023に参加して

社会生活環境学専攻 田中 麻美子

文部科学省とJST主催による「未来の博士フェス2023～博士が輝き、博士が主役のイノベーションな未来の実現に向けて～」というイベントに選抜学生として参加し、ショートプレゼンテーションを行いました。

ホールでの登壇は初めてでしたが、キャリア開発支援本部の河原先生からいただいた、一般の聴衆に響く表現や言葉選びに関するアドバイスのおかげで、うまく発表することができました。

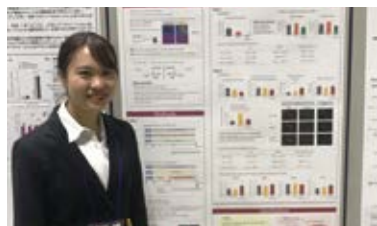
会場は満席になるほどの盛況ぶり、博士人材に対する社会からの関心の高さを実感しました。他のプレゼンターとの交流や博士号取得者によるパネルディスカッションを通じて、研究だけにとどまらない多様なキャリアパスを目の当たりにしました。また、プレゼンの際にもインターシップの経験に関する質問を受けたことから、学術の世界だけでなくより広い社会との関わり方について、私たち博士後期課程の学生も考えることが求められているように感じます。

研究を続ける中で様々な悩みに直面することもあります。充実した相談体制と支援にいつも助けられています。皆さんも固定概念にとらわれることなく、積極的な挑戦を恐れずに進んでみてください。



●研究紹介

「都市における持続可能な農の風景」をテーマに、農地の多面的機能と境界部の関係性に焦点を当てた研究に取り組んでいる。



SGCによる充実した博士課程

生活環境科学専攻 池田 祐香

私は学部、修士、博士と奈良女子大学にてお世話になりました。合計9年間の中でも、特に博士課程においては、SGCフェローシップの支援もあり、充実した日々を過ごせたと実感しています。進学を決めた際は、同級生の大半が就職し社会人として自立していくこと、進学に伴う費用などに関し、焦りや不安を感じていました。そのような中、SGCによって学費や生活費を援助頂けたことで、それらを大きく払拭することができました。また、研究費を頂けたことも、自分の興味のある研究を行う一助となりました。さらに、博士課程進学の悩みの一つとして、学位取得後の進路に関する不安があるかと思えます。これに関しても、メンターチームの先生方やキャリア開発支援本部の方々が親身になって相談に乗ってください、様々な場で活躍している先輩方の話を聞く機会や、同じく奈良女子大学で研究に取り組んでいる博士課程の方々との交流の場を設けてくださるなど、多方面からのサポートを頂きました。これらの交流から人脈も広がり、博士課程の友人達とお互い切磋琢磨しながら研究に取り組むことができた充実した3年間であったと痛感しています。

●研究紹介

潰瘍性大腸炎など様々な疾患モデルマウスを作製し、その炎症緩和に効果的な食品成分の探索とメカニズムの解析を行っています。



Web

支援メニューはこちらから

- 支援制度を利用する
自己分析セミナー
博士キャリア開発 (DCD) 支援制度 など
- 講義・イベント案内
過去のセミナーのDVDリスト
- 情報を探す
キャリア開発文庫リスト など
- 相談する
キャリアカウンセリング
就職のための応募書類作成
面接準備に関する助言・指導 など
- 中長期研究インターンシップ
参加のプロセス
過去の実績

ポスターやチラシで見かけた情報をNews & Topicsでチェック

「SGC-NEXUS」
「研究インターンシップ」の
情報はこちらから



アクセス

G406 (G棟4階) キャリア開発支援本部
C棟エレベーターで4Fに上り、G棟へお越しください。



【編集後記】

トランスファラブルスキルという舌を噛みそうな名称のスキル(能力)の話が、みなさんにも知られるようになってきました。研究で培われるスキルで、自分の専門分野以外の仕事でも役立つ転用可能なスキルのことです。この「ご利用ガイド」では数年前から取り上げていますが、ごく限られた学生さんしか知らなかったスキルだと思います。

自分の研究がどのように社会とつながっているか、たとえ現在では具体的な使い道が見えない研究や、ある法則を見つけるのが目的の研究であっても、社会と無縁な研究はないと思います。それを説明できるスキルも、トランスファラブルスキルに含まれています。「研究が好き」は「仕事ができる」とつながっています。

【編集・発行】

国立大学法人 奈良国立大学機構 奈良女子大学
男女共同参画推進機構 キャリア開発支援本部
〒630-8506 奈良市北魚屋西町 G棟 4階 G406
Tel/Fax : 0742-20-3572
Email : career-k@cc.nara-wu.ac.jp
https://cdpd.nara-wu.ac.jp