

Users'  
Guidebook  
2025

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) の習得を支援しています	
● 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、令和 6 年度からは「次世代研究者育成プログラム SGC-NEXUS」として「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（オンライン相談）や「自己分析セミナー」を通して自分のこれから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

キャリア開発相談室（G棟4階G414）では、多様な大学院生の進路についてのご相談に対応しています。就職活動のご相談はもちろん、進学や将来のことについての疑問やお悩みを言葉にしたり、コーディネーターと一緒に考える場として、相談室をお気軽にご利用ください。

本学は令和6年10月に株式会社アカリクと「連携と協力のための協定」を結び、その中に「大学院生及び教職員相互の交流を促進し、企業・団体等とつながる場づくりに関すること」が掲げられています。その一環として相談室の一角に無料※でコーヒー・紅茶が飲めるスペース「アカリクラウンジ・ブチ」を設けて、皆さんの交流、企業やイベントの情報発信の場として利用しやすい空間を整えています。 ※アカリクのサイトに登録することを原則としています。



## 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



## キャリア相談を受けて

人文社会学専攻(歴史学コース) 迎 茉奈

私は地方自治体の学芸員を目指しつつ、事務職系公務員も併願するという形で就職活動を行っていました。キャリア開発支援本部に足を運びはじめたのは、採用試験が本格化したM1の3月ごろからです。キャリア相談では、ES添削や面接練習を行っていただきました。

私は自己PRやガクチカを伝える際、情報過多でわかりにくくなる傾向にありました。キャリア相談では、志望先の自治体・職種それぞれにおける現状の課題や、求められる人物像にもとづき、自分のアピールポイントを「誰にでもわかりやすく」「簡潔に」伝えるためのアドバイスをしていただきました。主張したい点を明確にしたことで、面接にも自信をもって臨めるようになりました。

最終的には、目標としていた学芸員の内定をいただくことができました。悔いなく就職活動を終えることができたのは、ひとえにキャリア開発支援本部の皆様のお力添えのおかげです。相談員の皆様は、学生の一人一人の持つ目標や軸に沿って、親身になって対応して下さいます。これから就職活動をされる皆様も、ぜひキャリア相談を活用してみてください。

## 就職活動の振り返り

化学生物環境学専攻(化学コース) 中村 有稀

就活を始めた当初、会社選びにとっても悩んでいました。キャリア相談させていただく中で、知名度や給料など周囲や大衆の価値観が入り混じっている事に気が付き、比べても意味が無いこと、自分らしくいれる会社を選ぶことが重要だと教えていただきました。またESを書く際や面接では、この受け答えで正しいか、受けがいいかなど、正解のないものにずっと固執していた気がします。そういった中でも私自身の価値観を少しずつ拾い上げてくださったおかげで、徐々に自分らしく対話できるようになり、選考が進むようになりました。また、「話し方の感じがいい」というお言葉に励まされ、自信を失うことなく自己開示できるようになったと思います。さらに時間が無い研究室生活の中で、企業訪問に大変協力していただき、第一志望の企業を見つけることが出来ました。キャリア支援をいただいた今田さんはじめ、たくさんの方々のご協力のおかげです。本当にありがとうございました。



## 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21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

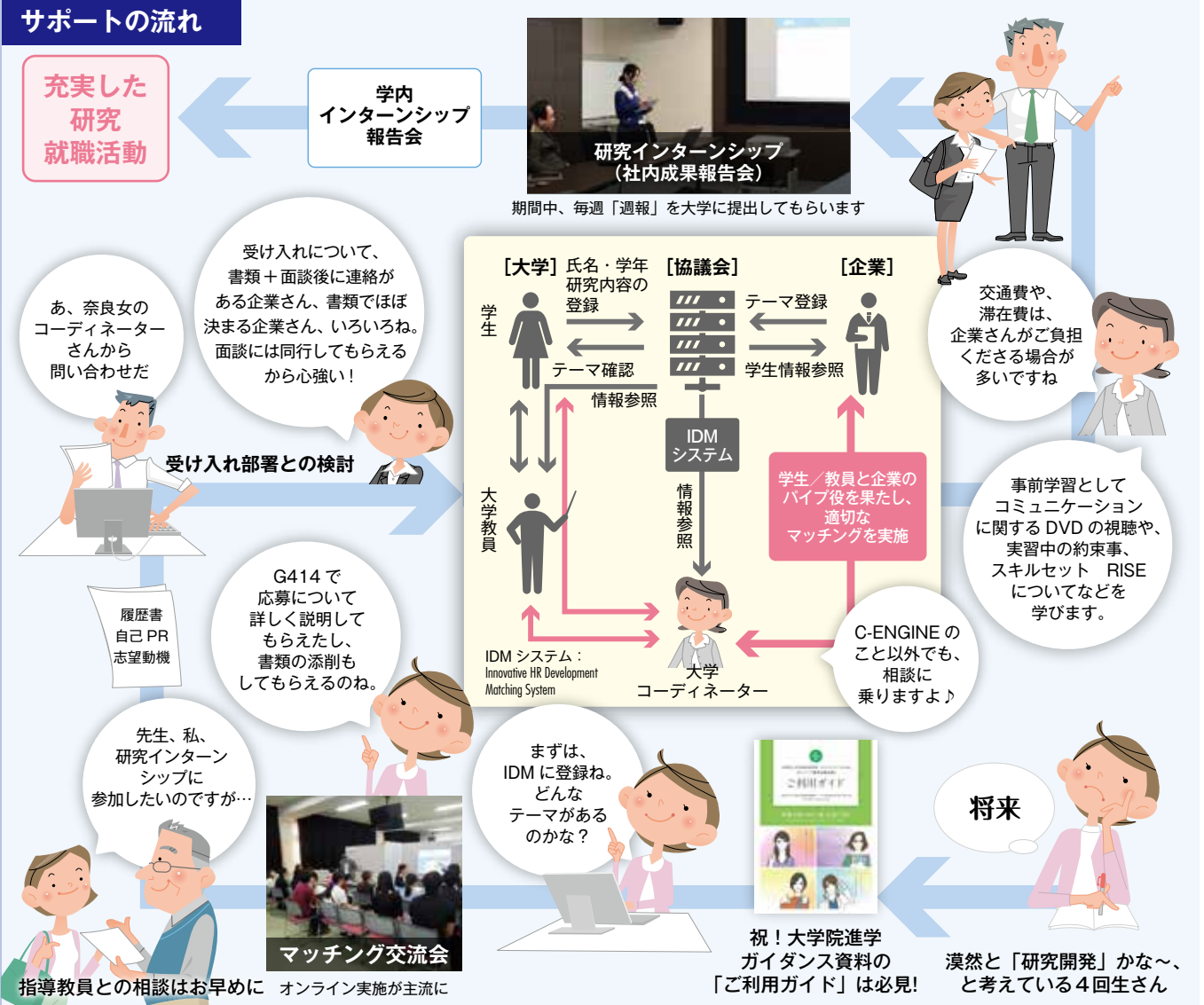
- 交通費の補助
- 専属のコーディネーター（キャリアコンサルタント）のフォロー
- 大学で加入している保険（学研災、学研賠）が適用できます
- 情報はメールマガジンとして自動的にあなたの大学アドレスに配信されます（見逃さないで！）



### 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

## 2025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(生物)	D2 (株)竹中工務店 技術研究所(千葉)	5/13 ~ 6/14	技術研究所の調の森等をフィールドにした生物多様性保全に関する研究活動
化学生物環境学専攻(化学)	M1 (株)リコー(神奈川)	8/19 ~ 9/6	プリンテッドエレクトロニクス:インクジェット作像プロセスの開発
生活工学共同専攻	D2 (株)竹中工務店 技術研究所(千葉)	8/21 ~ 9/20	医療環境における安全安心な照明/空調/温湿度環境計画の確立(FS)
自然科学専攻(数学)	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)	11/11 ~ 12/20	熱交換器パス取りを最適化するアルゴリズムの開発
数物科学専攻(物理)	M1 電力中央研究所(神奈川)	12/9 ~ 12/20	電圧解析技術を用いた全固体電池の性能評価
自然科学専攻(生物)	D1 日本ゼオン(株) セルバイオサイエンス研究所(京都)	2/1 ~ 2/28	医療、生化学、生命科学に用いられる材料・製品開発に関するテーマ

## 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と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
<b>R-1 安全、コンプライアンス意識および情報管理技術</b> ・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	<b>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</b> ・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	<b>S-1 チームワーク力、他者との協働</b> ・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	<b>E-1 研究への取り組み姿勢</b> ・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
<b>R-2 研究の基本的な進め方</b> ・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	<b>I-2 分析/統合力、論理的思考力 問題解決力</b> ・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	<b>S-2 コミュニケーション能力</b> ・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	<b>E-2 自己管理、時間管理</b> ・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
<b>R-3 資金管理・調達</b> ・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	<b>I-3 洞察力、探究心 議論展開力</b> ・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	<b>S-3 研究結果の社会への還元</b> ・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案・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	<b>E-3 キャリア開発、専門能力開発</b> ・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。

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

化学生物環境学専攻(化学コース) M1 M.Y.さん

株式会社 リコー

2024年8月19日～2024年9月6日

- ①自分自身の研究職としての適性を確認したく、参加を志望しました。チームでの研究の進め方を学ぶこと、就職後に活かせる自分の強みを見つけることなどを目標としました。
- ②インクジェット技術の基礎学習から始まり、印字評価の結果から仮説を立て検証するという、企業での研究サイクルを体験しました。1日の終わりに社員の方と振り返りを行い、進捗の共有や今後の実験についてのディスカッションをし、報告会では事前にアドバイスをいただき、実験の狙いが伝わるような発表をしました。
- ③スピード感をもって研究を行うためには、実験の狙いを常に意識すること、間違っても自分の考えをこまめに伝えることが重要だと気づきました。また、会議などに参加する機会を得て、研究が製品になるまでの一連の流れを意識して取り組むことができました。
- ④分野が異なるテーマに取り組んだため不安もありましたが、社員の方々の丁寧なサポートで、密度の濃い時間を過ごせました。日々振り返りを行い、インターンシップ中の気づきを整理しながら取り組むことで、さらに充実させられると思います。参加を迷っている方はぜひ勇気を出してチャレンジしてほしいと思います。応援しています。



自然科学専攻(生物) D2 N.H.さん

株式会社竹中工務店

2024年5月13日～2024年6月14日

- ①進路の可能性を広げたく、ゼネコンの研究業務に挑戦しました。博士号を有している研究員の方が多いと聞き、仕事を通じて交流したいという思いがありました。
- ②環境省が認定している「自然共生サイト」について、登録サイトの情報の整理、解析を行い、認定に向けた支援ツールの開発を目指しました。環境に配慮していることが企業価値に直結しつつある近年において、調査・取り組みに関する支援の需要が高まっており、今回、支援ツール開発の土台になるようなものができたと考えています。
- ③一点目は今まで就職先に全く考えていなかった業界でのインターンで、将来の可能性が大きく広がったことです。二点目は今まで自分が研究活動や学会発表などで培った能力は企業でも十分に役立ち自分の将来を支えてくれるものであると実感できたこと、三点目は博士号を持っている方をはじめ、様々な方のお話を聞くことができ、人とのつながりが増えたことです。
- ④研究を約1ヶ月中断するため、かなり悩みました。ただ参加するなら早い方がいいという助言もあり、思い切って参加しました。現地で1ヶ月しっかり業務に携わることで、自身のキャリアについてより大きな可能性を感じることができました。



生活工学共同専攻 D2 Y.E.さん

株式会社竹中工務店

2024年9月4日～2024年10月4日

- ①大学での研究より社会への実装がより強く求められるであろう企業での研究について知ることによって視野を広げ、博士修了後どのような環境で研究をしていきたいか、自身の進路を考えるきっかけとなると考え、参加を志望しました。
- ②当初から予定として聞いていた産婦人科病棟の環境評価のプロジェクトでは、実際の測定データをまとめ考察し、社内の打合せにて現状評価の報告などを行いました。また、社内閲覧用のウェブページの改変に関する活動にも携わらせていただき、自身の専門である睡眠の観点からウェブページのリソースとなる情報をまとめました。
- ③研究というものに対する視野が広がり、とてもいい経験になりました。自分にとって理想的な研究環境とはどのようなものなのか、という視点を得られたことが新鮮でした。単に自分の好きなテーマで研究ができるということ以外に、予算確保の難しさ、チームでの分担と個人の仕事の様子、研究の成果をどのように形にしてだれにどうアピールするのか、周囲の研究者との交流など、研究をしていく上で苦楽を感じる要素はたくさんあることに気が付きました。
- ④研究室を長期的に空けることには不安も伴いますが、必ずそれ以上の学びが得られると思います。





自然科学専攻(数学) D2 H.T.さん

## ダイキン工業株式会社

2024年11月11日~2024年12月20日

- ①自分の知識や思考を活かして働くようなキャリアのビジョンをより明確にするために参加しました。
- ②各配管の性能の偏りを示す指標としてエントロピーを導入することを熱力学的な側面から考察し、提案しました。
- ③【参加してよかった点】対面だからこそ社風を体感できました。また、様々な技術や経歴を持つ人々が集まることのシナジーが議論を通じて生まれる体験を通じて、協働的に活動するメリットを実感できました。【反省点】メンターの社員の方々と小さなことでもこまめに相談や議論をすれば良かったです。自分自身で調べたり考える時間も重要ですが、ある程度やってもわからないことはしっかり話したほうが早く解決したと思えました。【得られた気づき】社会や企業で扱う問題は複合的な解が多く、本質を見抜くのが難しいところが大学の研究との違いだと気がきました。その中でも自分のできることや役割を考えてアプローチするところは大学の研究との共通点だと感じました。また、自分の専攻分野を通じて課題設定力や物事を俯瞰する力を養えたと思います。
- ④普段とは異なる環境に身を置くことで自分自身のことで気づきを得ることがあり、それが就職だけでなく今後の研究活動や人生に良い影響を与えることがあります。



数物科学専攻(物理コース) M1 K.M.さん

## 一般財団法人電力中央研究所

2024年12月9日~2024年12月20日

- ①研究所ではどのように業務が行われており、所員の方々がその業務にどのように取り組まれているかを知ること、自分の課題を理解するために参加しました。
- ②本インターンシップでは、電圧解析の最適化計算手法のパラメータの検討と、電圧解析を用いた酸化物型全固体電池の性能低下要因の焼結温度及び電池サイズ依存性の評価を行いました。パラメータの検討では、最小二乗誤差が小さくなる割合の大きいパラメータ値を見出し、それらを組み合わせで検討しました。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ました。報告会の資料作りの際には、今後の発表全般で活かせる論理的思考を学ぶことができました。具体的に企業での研究の仕事の理解ができたことで、就活に対する自信ができました。
- ③二週間という短いインターンシップ期間で、何らかの成果を出し、考察し発表するためには、計画性や主体性が不可欠であることを実感しました。そのことを踏まえて、これまでの大学での研究を省みると、自分の研究の進め方や取り組み方を改める必要があると感じました。
- ④明確な目的がなくても、実際に業務を行う中で、普段の研究活動では得られない経験や、幅広い視野、考え方を得ることができます。



自然科学専攻(生物) D1 A.J.さん

## 株式会社 日本ゼオン株式会社

2025年2月1日~2025年2月28日

ただいま  
実施中!

現在、インターンシップを日本ゼオン株式会社にて行っております。テーマは細胞用マイクロプレートと他社製品との比較についてです。

企業で求められるスキルや研究を行う際に必要な視点について知り、それらの能力獲得のために参加を決めました。企業のラボでは実際に動物細胞を培養し観察・解析を行い、そのデータをもとにより良い製品づくりに向けて社員の方とディスカッションを行っています。

長期インターンシップは企業で働くということを学生のうちに経験できる貴重な機会なので、少しでも気になった方はぜひ挑戦してほしいと思います。



私たちも  
応援しているよ!



## ジョブ型研究 インターンシップにも挑戦しよう。

博士後期課程学生さんには、ジョブ型研究インターンシップをおすすめします。

概要は以下のとおりです。詳しい情報は右のQRコードから学生用リー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
- 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、土台を形成す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になります。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に比べ、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**をさらに培うことになります。

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)の習得を支援しています

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。



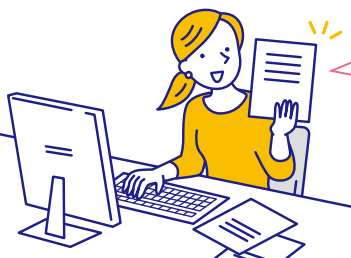
研究内容は直接活かせなくても、研究の経験の中には、面接官の心を動かす材料があるのね。RISEを知っていたからどう表現したらいいかわかってよかった!

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は院と学の両面をとりこむハイブリッドな構成から人材育成をめざす大学院生へ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 RISE

Research perspective (研究の視点)	Methodology (研究方法)	Communication (コミュニケーション)
<p>1. 問題発見・問題設定能力</p> <p>2. 仮説構築能力</p> <p>3. 実験・観察・データ収集能力</p> <p>4. データ分析・結果解釈能力</p> <p>5. 論文・報告書作成能力</p>	<p>6. 文献調査能力</p> <p>7. 実験計画立案能力</p> <p>8. 実験実施能力</p> <p>9. データ管理・整理能力</p> <p>10. 結果の可視化能力</p>	<p>11. 発表・報告能力</p> <p>12. 質疑応答能力</p> <p>13. 協働作業能力</p> <p>14. 指導・助言能力</p>



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て、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、**指導教員と話をする感じです**。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 (+10万円)	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した。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。



起業をキャリアの選択肢として：

大学院生が身につけた専門性や知識を活かして事業を起こすことをキャリアの一つとして考えるセミナーです。2024年度は起業をした方2人から事業を起こすまでの経緯についてのお話を伺いました。



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「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



SGC-NEXUSの交流会 5月



ジョグジャカルタ大学との研究交流 8月



アカデミックライティング 10月



博・学・カフェ 授賞式 12月



トランスファブルスキルワークショップ 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。

英文校閲経費支援

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

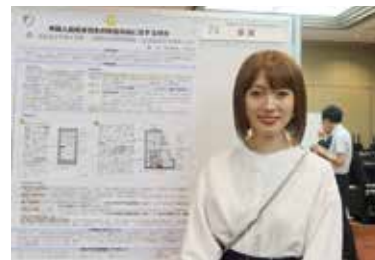
### 他大学の研究者と連携について

#### 生活環境科学専攻 華 爽

2023年から共同研究者と一緒に、大阪府、岡山県、広島県、高知県、岐阜県、長崎県などで現地調査を行い、さらに海外のフィリピン・ベンゲット州でも現地調査を行いました。

私の研究は、社会科学の視点から住環境学を探究するもので、調査対象に特性があり、指導教員の研究とは異なるアプローチが求められます。この違いを克服するため、他大学の研究者と連携してきました。最初の共同研究者はキャリア開発支援本部の紹介で出会い、現在は国内外での調査への同行や学会発表の連名、研究助成の共同申請を通じて協力関係を築いています。

調査対象との繋がりを築くことは、データ収集において大きな課題です。この課題についても、他大学の研究者との連携を通じて解決を図っています。こうした経験を通じて、多様な視点を取り入れることの重要性を実感しています。また、専門分野を越えた協力は、新たな知見を生むだけでなく、研究の可能性を広げる原動力となると確信しています。今後も、広範な連携を通じて研究を深めていきたいと思っています。



#### ●研究紹介

外国人技能実習生の居住環境に関する研究をテーマにしています。



#### ●研究紹介

囊舌類というウミウシでは、首元で自ら体を切り離し、新たな体を再生させる。本研究ではその再生メカニズムの解明に努めます。

### インターンシップで学んだ『自分の知識を社会で活かす方法』

#### 自然科学専攻 保田 海

私は株式会社バイオームという企業さんでインターンシップに参加し、その業務の中で自身の専門分野と社会での役割をどのように結びつけるのかを学びました。

バイオームさんは一般市民向けの独自開発のアプリケーションで生物の生息情報を集め、そこから数値化した生態学的情報を企業などに提供する会社です。私はキャリアトークカフェに参加した際にこの企業さんとお会い、現代社会に生態学的情報を提供している部分に興味を持ち、インターンシップに挑戦しました。

インターンシップでは主にアプリケーション内のコンテンツ作成とブース出展型のイベント業務の2つの業務にあたりました。これらの業務を通して、多くの情報を幅広い人々に分かりやすく伝える表現や工夫を学びました。また対象となる相手を観察し、言葉遣いや相手が望む情報を見抜いて情報を取捨選択するという試行錯誤を学びました。

現代の社会では生態学的情報を様々な媒体で収集して数値化し、環境保全を担う団体やその取り組みを行う企業さんへ提供されています。今回のインターンシップを通して、この仕組みを学びました。また、自身の専門知識が生態学的情報を社会へ還元する補助になることも学びました。

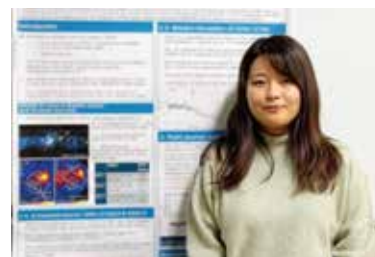
### 博学カフェ運営に携わって

#### 自然科学専攻 吉本 愛使

学部生のみなさんをはじめとした方々に「博士後期課程で研究に励む学生の研究内容を知ってほしい」という思いで博学カフェというイベントを行っています。2024年度は、博士後期課程1回生の数人で運営しました。

2022年度から先輩方が企画運営されていたイベントですが、前年度までの課題に対して改善案を考えながらイベントを組み立てる作業はとても難しかったです。そのような状況の中でも、一緒に運営を行なった異なる分野を専門とする同級生のみなさんと意見を出し合いながら同じ目標に向かって物事に取り組むことで、刺激的な日々を送ることができました。何よりも、横のつながりをもつきっかけができたことは嬉しかったです。また、学生だけでは解決できそうになかった時、キャリア開発支援本部の方々がかくださるアドバイスにとっても助けられました。

今年度の博学カフェは、学外の方にも見てもらうために学祭期間に合わせて開催しました。これは初の試みでしたが、コメントやいいねシールなどを多くいただき、たくさんの方に奈良女子大学内で遂行されている研究を知っていただく機会になりました。もし来年度も開催されましたら、ぜひ遊びに来てください。



#### ●研究紹介

最新のX線天文衛星XRISMを用いて天の川銀河に広がる高温ガスを観測し、その起源を調査しています。



#### ●研究紹介

様々な仮定において、「Hardyの不等式」と呼ばれる不等式が成り立つための必要十分条件が何なのかを研究しています。

### SGCの3年を振り返って

#### 自然科学専攻 近藤 恵夢

博士課程に進もうと思った際、最も懸念していたのが経済面でした。どうしようかと思っていた時にこのSGC-NEXUSの支援を知り、応募したところ無事採択されました。

この3年間の研究生活は、SGC-NEXUSの支援にかなり支えられました。生活費と研究費の支給により精神的な余裕を持って研究に専念ができ、研究費は遠方の学会への出張や研究に必要な文献の購入などに有効活用しました。メンターの先生方との面談は自身の研究に改めて向き合う良い機会となりました。

博士3年の夏には理化学研究所主催の「女子学部生サマーキャンプ」にメンターとして参加しました。学部生の方から社会人の方まで幅広い層の方が参加しており、普段話せない分野や学年の方とも交流ができました。博士に進むにあたって経済面や研究、進路について悩んでいる学部生や修士の方が多かったので、そのような方たちの助けとなるであろうSGC-NEXUSのような支援がさらに広まり、より知られていくことを期待しています。





# Web

2025年2月から新しい構成になりました。

## 支援メニューはこちらから

- お知らせ
- トランスファラブルスキル
- キャリア相談
- 研究インターンシップ支援
- SGC-NEXUS
- さまざまな博士支援



新しく登場のトランスファラブルスキルRISEのキャラクターもよろしく！



## 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】

3年前から、一年ごとに学生さんの声などを参考にテーマを設定し外部講師に依頼し、セミナーを開催しています。2022年度は「プレゼン」。スライドを作って発表する場が日常的にありながら、自分のスライドが見やすいのか、作っても不安というお声から開催しました。2023年度は「対話」。発表の場で伝えることが多くなるが、皆に伝わっているか心配という声から、コミュニケーションの研究者や学芸員を講師としてお招きしてお話していただきました。2024年度は「起こす」。学生起業家をメディアでも見聞きする昨今、起業した方から話を聞くことでキャリアの選択肢のひとつとして考えてもらう機会になればという思いで初の外部開催も行いました。2025年度は相談に来られる学生さんの声に耳を傾けながら検討中。乞うご期待。

## 【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>