

Users'
Guidebook
2026

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 インターンシップ・イベント参加者の声 6-7
- 大学院生の就職活動を応援します 8-9
 - 研究で身につけた力を“見える形”にする一奈良女子大学大学院TSパスポートー
 - 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・プチ」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

進路決定までを振り返って

人文社会学専攻(歴史学コース) 鹿野 里穂子

私がキャリア開発支援本部を初めて利用したのは、自身の研究に納得がいかず、修士課程の延長を決めたM2の12月のことでした。元々、進学を希望していましたが、当時の私は、自分の研究に自信が持てなくなり、何をしたいのかわからないという状況にありました。

そんな中、友人に背中を押され、キャリア相談の予約をしました。相談員の方は、迷走状態だった私の話を丁寧に聞き、自己分析も一緒にしてくださいました。そして、研究から一度距離をおき、就職活動をしてみることになりました。その間、インターンや面談などを通して、働いてみたいという気持ちが強くなり、研究活動を再開した後もそのまま就職活動を継続し、最終的に自身の希望する条件に合致した会社に内定をいただくことができました。

悔いなく自分の進路を決められたのは、イレギュラーな動きをする私にも親身になって対応して下さった、今田さんをはじめとするキャリア開発支援本部の皆様のおかげです。本当にありがとうございました。

話すことで乗り切った就職活動

生活工学共同専攻 山内 果音

私がキャリア開発支援センターに通い始めたのはM1の夏くらいからでしたが、そこから本選考の結果が出るまでの間頻繁に通わせていただきました。私は研究室の同期がおらず孤独でしたが、河原さんにES添削や面接練習をお願いするだけでなくインターンや面接の振り返りを一緒にして言語化することで孤独な就活を前向きに乗り切ることができました。さらに私は、留学に行く予定があり26卒であるものの入社は4月ではなく10月という制約がありました。10月入社という制約は就活にとって不利ではないかと思っていたのでその事実は留学が決定してから河原さんにお話したのですが、河原さんからは留学は素晴らしい挑戦だし就活にも必ず良い影響があると言ってくれたことが自信になりました。また内定が揃った後にその中から選ぶのか、27卒で就活を続けるのかを迷っていた際にも相談させていただいたことで、自分の状況や気持ちを整理することができたように思います。結果的に就活と留学を両立し納得の行く進路を選ぶことができました。自分の中で溜め込むよりも人に話すことで得られるものも多いと思います。ぜひ気軽に相談に行くことをお勧めします！

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

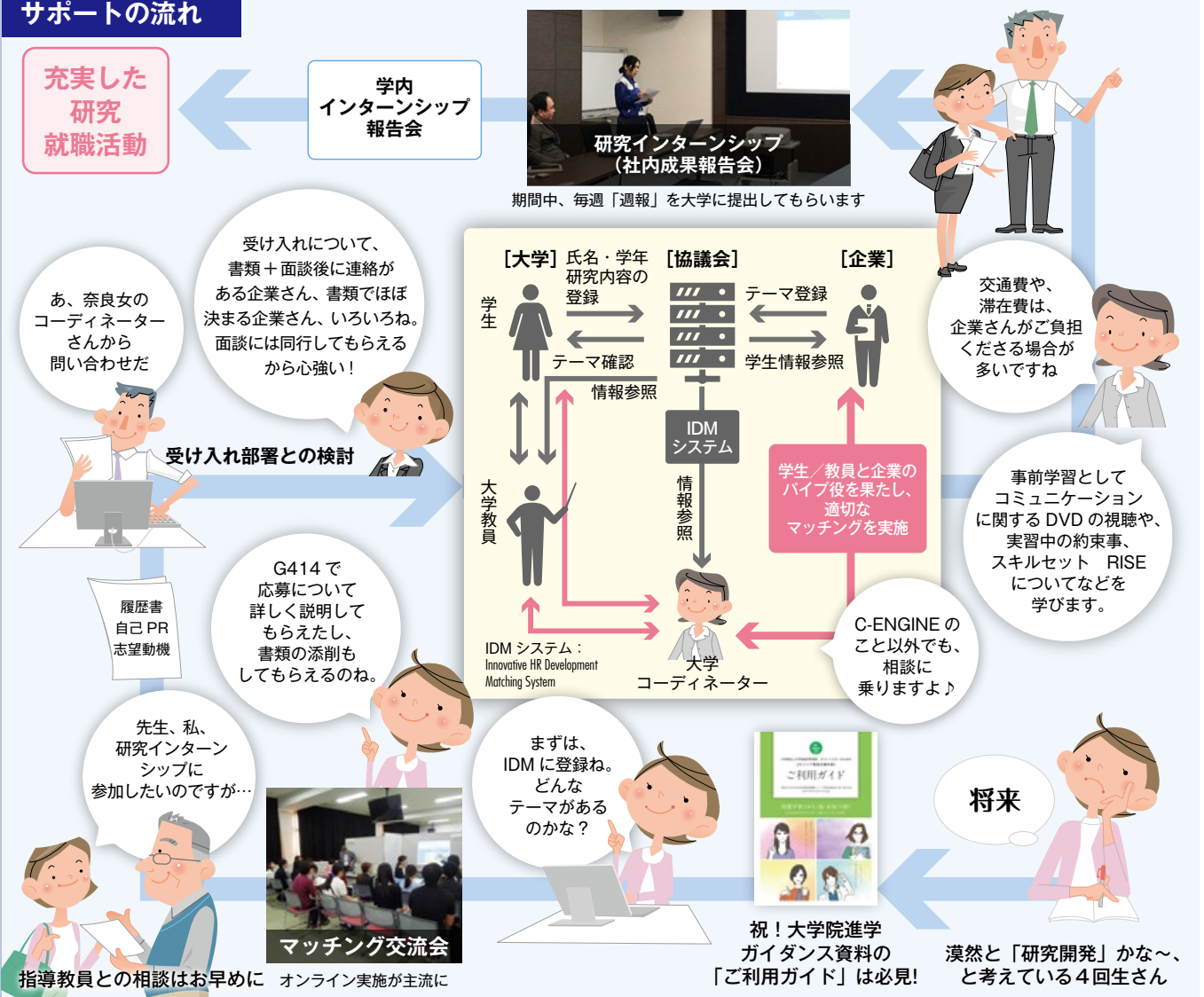
- 交通費の補助
- 専属のコーディネーター（キャリアコンサルタント）のフォロー
- 大学で加入している保険（学研災、学研賠）が適用できます
- 情報はメールマガジンとして自動的にあなたの大学アドレスに配信されます（見逃さないで！）



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)
化学生物環境学専攻(化学)	M1 東レ(株) 電子情報材料研究所(滋賀)	8/18～ 9/5	MIを活用した新規有機色素探索
数物科学専攻(数学)	M1 三菱電機(株) 先端技術総合研究所(兵庫)	8/25～ 9/12	鉄道・車・移動ロボット等のモビリティ向け アプリケーションソフトウェア開発実習
化学生物環境学専攻(化学)	M1 (株)リコー 先端技術研究所 IDPS 研究センター PV 開発室(神奈川)	8/25～ 9/12	ペロブスカイト太陽電池デバイスの分析評価
自然科学専攻(物理)	D1 (株)村田製作所 みなとみらいイノベーションセンター (神奈川)	11/10～ 12/19	数理最適化に関する研究開発業務

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 8ページのTSパスポートもみてね!

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
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	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。

RISE 評価証明書

C-ENGINE 研究 インターンシップ・ イベント 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 H.K

東レ株式会社


2025年8月18日～2025年9月5日

- ①研究に対する姿勢・課題解決力やコミュニケーション能力などのスキルを身に着け、自分の意識を高めて能力を向上させ、活躍できる人材に近づくことを参加前の目標としました。
- ②革新的な有機光エレクトロニクス材料開発の短期化を目的とした業務に携わりました。文献から得た約3000分子の量子化学計算を自動計算ツールで行いました。その結果をもとにデジタルツールを用いて、物性予測のモデルを構築し、精度向上を目的として検討を行い、目標を満たす予測の化合物群を見出しました。
- ③デジタルツールを活用し、ビッグデータの解析を行ったことで、機械学習への興味が増しました。社員の方との議論では、コミュニケーション能力の必要性を実感し、向上させる必要があると思いました。企業が身近に感じられ、大学との違いを感じることができ、とても良い経験になりました。
- ④仕事体験をすることで、業界で働いている方々のお話を気軽に聞ける機会があり、インターンシップ業務の内容だけでなく、それ以外にもたくさんのお話を学べるとも良い経験になると思います。企業の方々はとても優しく、分からないところもこちらのレベルに合わせて教えてくれて、挑戦してみることが大切だと思いました。

化学生物環境学専攻(化学コース) M1 K.S

株式会社 リコー


2025年8月25日～2025年9月12日

- ①企業における分析・評価の方法を知り、大学でのアカデミックな視点との違いを感じ取り、職業選択および今後の大学院での研究活動に活かし、将来企業で働く自身の姿を具体的に想像したいと思い、参加しました。
- ②最初に分析機器のレクチャーを受けペロブスカイトの結晶化プロセスの見学・体験を行いました。次にテーマの背景および目的を聞き、理解に努め、予備検討を行い、試作表を作成し、実際にデバイスを作製しました。最後にデバイスのペロブスカイト層のデータ分析を行い、資料を作成し、成果報告会で発表しました。
- ③会社で研究開発職として働くことに対する具体的なイメージを掴むことができ、社会に出るにあたって現在の自身に足りない能力を自覚できました。社員の方々とお話をすることができました。この経験をきっかけとして、研究開発職に就くのか・どのような社風の会社が働きやすいかなどについて再び深く考えたうえで、自身のキャリアをより具体的に考えていきたいと思います。
- ④インターンシップを通して少し自信が付き、将来像を具体的に考えられるようになりました。

数物科学専攻(数学コース) M1 K.T

三菱電機株式会社

2025年8月25日～2025年9月12日

- ①鉄道とシステムを掛け合わせた事業を魅力に感じ、自身の研究や論理的思考力をどのように業務で生かすことができるかを測るため参加しました。
- ②主に生成AIを用いてPythonコーディングを行い、実際の鉄道ログを分析しました。プロンプト方法や実際のコードの仕組み、基礎的なプログラミングスキルを日々学習しながら、与えられたテーマに対して取り組むことができ、その分析を通して社会課題をどう解決するかを策を考えることができました。7人以上の方と面談を行うことができ、大学での研究をどう生かし業務にあたっているのかなど知ることができました。
- ③日々の研究活動と、今回のインターンシップとをリンクさせて考えられよかったと思います。課題解決のプロセスや問題解決の手法が数学研究と変わらないということがわかりました。今後の大学院生活を充実させるためには、通常の研究活動でも今回の経験を生かして課題解決に取り組むことが大切だと気づきました。
- ④C-ENGINEの良さは、あくまで研究活動の一環としてインターンシップが行える点です。研究事業で活かせるスキルは何かを考え、理解できました。研究系の業務を志望する人にはぜひ積極的に活用してほしいです。

株式会社村田製作所

2025年11月10日~2025年12月19日

①私の研究分野である素粒子論は、社会との接点が見えにくく、「仕事として研究する」とはどういうことか、広い視野で、数学がどのように活かされているのを知りたい思いで参加しました。



②溶液にレーザーを当て、それにより散乱した光を計測器で観測し、そのデータから溶液中に分散している粒子の粒径を推定するというものでした。成果は、溶液中に分散している粒子の粒径が1種類の場合は、ある程度の精度で推定できる解析方法を考えました。

③実際にデータ解析を行ったことで、実験データというのがどのようにモノづくりに関連しているのかということを知ることができました。今回の経験から具体的に役立つ分野をイメージすることが出来、今後少しずつプログラミングに触れていこうと思うようになりました。

④どの仕事も自分の研究内容がそのまま活かされるわけではなく、むしろ会社に入ってから学ぶことのほうが多いことがわかりました。まずはどんな時も夢中になれる分野の仕事とは何かということを考えてみるのが大事だと思います。そしてその興味のある分野に似たインターンシップに参加することで、今後の自分の将来の最適解を見つける機会になればと思います。

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

博士学生による実践報告 一異分野で挑む研究インターン

2025年10月31日 京都大学楽友会館

①自分の背景や能力を生かして社会で活躍するために必要だと感じたことを自分なりにまとめて共有することが、進路に悩む大学院生の方々の助けになるのではないかと考えたためです。

②インターンシップのテーマの概要、経験で感じたことを話しました。特に企業で扱う問題は背景が複雑で、本質を見抜くのが難しく、視点によって正解が異なる点は研究との大きな違いだと感じた一方で、自分にできることを考え行動する姿勢は研究と共通しており、その後の就活や研究にも活かせたと感じたことをお話しさせていただきました。

③報告会では企業の採用担当の方はもちろん、就活支援を行っている企業の方や他大学の教職員の方々など、様々な層の方々がいらっしゃいました。結果として、幅広い層の方に大学院生の研究生活がもつ能力や、大学院生がインターンシップでの経験に求めているものを知っていただけるきっかけをいただけたことです。私の報告が、学生はもちろん様々な立場の方々にとって今後の参考となれば非常に嬉しいです。

④普段とは異なる環境に身を置くと、慣れないことや難しい問題にぶつかることも多いですが、だからこそ自分自身の長所や価値観に気づくことも多いです。C-ENGINEのインターンシップではそのような経験ができ、それはきっと大きな自信につながるはず。就活の情報収集の一環としてだけでなく、自己理解を深める機会としても、ぜひC-ENGINEのインターンシップを活用してほしいと思います。また、報告会に限らず、その経験を身近な後輩やご友人、指導教員の先生方などにも共有することをお勧めします。

CHIの交流会2024

2024年7月11日 C-ENGINEのoViceスペース(オンライン開催)

①他領域で研究を行っている学生や企業の方に向けて研究を発表して交流したい、という思いで参加しました。研究内容を一般の方にも伝わるように説明し、多くの人に研究の意義を理解してもらうことを目標として臨みました。

②さまざまな大学や企業に所属する多くの参加者が集まりました。oViceというアバターを用いたバーチャル会議システムを活用し、研究発表および参加者同士の交流が行われました。形式は、学生による3分間の研究発表の後、興味を持った聴講者がアプリ上の発表者の部屋に集まり、挙手制で質疑応答やディスカッションを行うというものでした。

③イベントの開催形式がアバターを用いたコミュニケーションであったため、初めてお会いする方とも、気軽に会話をすることができました。普段参加している学会や研究会では出会うことのない学生や教員、企業の方々とも自由に交流することができ、新鮮な刺激を受けました。自身の研究内容に関心を持って話しかけていただけたことは素直に嬉しく、さらに多様な視点からのご意見をいただけたことで、今後の研究へのモチベーション向上にもつながりました。

④本イベントに参加することで、たとえ小さなきっかけであっても、自身では想像していなかった新たな研究アイデアや視点を得ることができると感じます。普段の研究活動から少し距離を置き、自分の研究を俯瞰的に見つめ直す良い機会となるイベントですので、そのような機会を求めている方には、ぜひ参加を勧めたいです。

研究で身につけた力を“見える形”にする — 奈良女子大学大学院 TS パスポート —

研究で身につけた力、説明できますか？

奈良女子大学大学院 Transferable Skills (TS) パスポート

- 授業・研究で培った力を「言葉にし、証明する」ための制度です。
トランスファラブルスキルの一覧は、5ページをご覧ください。

TS パスポートとは？

- 大学院での「研究活動・授業を通じて身につけた力 (TS)」を段階的に整理・言語化
→ キャリア選択や就職活動で活用できる形にする制度

こんな悩み、ありませんか？

- 研究内容は説明できるが、自分の強みが言えない
- 「博士 (修士) 課程で何を培ったの？」と聞かれると困る
- 就職活動の面接などで「研究で身につけた力」をどう言えばいいかわからない

その解決策が TS パスポート

TS パスポートは2段階

TS パスポート B (Basic)

目標：● 授業とトランスファラブルスキル RISE の関係を理解する

取得要件：● トランスファラブルスキル確認票の提出

こんな人におすすめ

- TS って何？から始めたい人
- 博士前期課程の早い時期

TS パスポート A (Advanced)

目標：● TS とキャリア (仕事) との関係を理解する
● TS を自分の強みとして言語化できる

取得要件：以下のいずれか 1 つで OK

- TS に関する動画 + レポート + 自己 PR 文
- 中長期研究インターンシップ参加・事前研修及び報告
- 博士後期課程向けキャリア科目授業
- 海外渡航 (国際学会参加・短期留学など)
- 他、キャリア開発支援本部が認めた活動

いずれも「キャリア開発支援本部の支援」が受けられます

TS パスポートを取得すると

- 履歴書・エントリーシートに記載できる
- 面接で「研究で身につけた力」を具体的に説明できる
- 博士・修士としての強みを言語化できる

あなたの専門分野は当社の業務内容と違いますが、何ができますか？

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。



(大学院で TS パスポートを取得したので、それで説明できます。)

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！

まずは
ここから

- TS パスポート B：履修登録時にスキルをチェック → 成績結果が出たら「確認票」を提出
- TS パスポート A：キャリア開発支援本部に相談

キャリア開発支援本部 career-k@cc.nara-wu.ac.jp 相談だけでも OK です
Web サイト https://cdpd.nara-wu.ac.jp/nwu_transferable_skill/

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。

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年度から博士後期課程学生のための給付型の支援制度を実施しています。SGC-NEXUSという名称は、支援対象者の皆さんが、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)姿を期待してつけられました。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ます。皆さんの博士後期課程への進学をお待ちしています。

なお、このプログラムは、2027年度から国が制度見直しを行うことになりましたが、本学では支援を継続できるよう対応を行っています。

博士後期課程学生を支援するコンテンツの紹介

キャリアの選択肢をひろげるために：

博士号を取得した後に、企業や大学等で活躍している博士人材または本学教員から、現在に至るまでのキャリア経歴、博士号の価値、グローバルな活躍などを気軽に聞くことができる場を設けています。



博・学・アルバム



英語で研究交流 on SPMM 2025 8月



論文執筆セミナー 9月



産学対話@村田製作所 10月



博・学・カフェ ポスターセッション 12月



学振申請のためのワークショップ 1月



企業と大学の交流の場の提供：

企業の技術者と大学の研究者の交流の場であるコンソーシアム「京都クオリアフォーラム」に参加しており、他大学と協力して、学生の広い見識と実現力をアップするイベントを開催しています。

研究の面白さを知らせたい：

「博・学・カフェ」は学生が「専門分野の人以外にも、わかりやすく自分の研究の魅力を伝える」機会。発表前にはセミナーを実施し、プレゼン能力をアップする支援をしています。



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8割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

海外派遣からみえたキャリアプラン

生活環境科学専攻 小杉 夏実

私はSGC-NEXUSの支援を得て二度の海外渡航を経験しました。一度目はD1の11月に3週間イギリスに滞在し、レスター大学で修士学生とともに分子生物学に関する講義・実習を受講しました(理学部・生物科学コースのプログラム)。二度目はD2の12月にベトナムハノイ教育大学で、ベトナム・韓国・フィリピンの大学との合同シンポジウムに参加しました。以前から海外での研究活動や発表に憧れていましたが、英語力や渡航費がハードルとなり決断できずにいました。そんなときSGCによる渡航費支援を知り、キャリア開発支援本部のみなさんの後押しやサポートのおかげもあり、今しかできないのだからやってみよう!と渡航を決断することができました。結果として、これらの経験は私の将来像を大きく変えてくれました。日本と他国の研究環境の共通点・相違点を自分の目で見て、体感して、実際に海外で活躍する研究者と交流して、海外での研究活動の解像度が上がりました。また自分自身の英語力・コミュニケーション力の実情を把握し、もっと成長したいというモチベーション向上にも繋がりました。現在は学位取得およびその後海外でポストドクとして活躍するために日々励んでいます。



●研究紹介

医学生理学的観点から、女性ホルモンであるエストロゲンの摂食調節メカニズムの解明に努めています。



●研究紹介

弓道で使用する握り革(グリップテープ)の使用感を定量的に評価する手法の開発をしています。

研究成果を伝える難しさと面白さ

2025年10月に産学対話(村田製作所×奈良女子大学)に参加し、村田製作所の長岡事業所を訪問しました。そこでは研究交流として、参加学生が自身の研究について発表しました。私は作成した押下力測定インタフェースを社員の方に体験してもらいました。このインタフェースは弓型デバイスを引いている際の、持ち手部分に掛かる押下力(圧力)をリアルタイムで測定・表示するというものです。社員の方は体験を楽しんでくださり、研究の応用についてご意見をたくさんいただきました。弓道というマイナーな武道の中でも握り革に着目した研究は少なく、いつものように伝えるか悩みながら論文執筆や発表をしています。どの研究においても、研究の意義や効果を伝えることも大切ですが、研究の面白さを理解してもらうことが重要で、何より難しいことだと感じています。SGCのイベントでは産学対話だけでなく、他にも研究発表の場があり、「他者に研究の面白さを伝える」力が伸びたと感じます。これからSGCの支援を受ける方はぜひたくさんイベントに参加し、研究の面白さを伝える訓練をしてください。その力はきっと、これから先の人生で必ず役に立つものだと思っています。

生活工学共同専攻 佐藤 ふう

SGCの支援が広げた研究と国際的活動

生活環境科学専攻 藤原 万葉

博士後期課程に進学するにあたり、研究を継続しながら国際的に活動していけるのかという点は、大きな課題でした。そのような中で、奈良女子大学のSGCに採択され、生活費および研究活動に対する継続的な支援を受けられたことは、私の研究生活を支える大きな基盤となりました。

SGCによる経済的・制度的支援があったことで、研究に集中できる環境が整い、国内外での学会発表や研究交流、現地調査を計画的かつ継続的に行うことが可能になりました。これまでに、ヨーロッパ、台湾、ブラジル、オーストラリアなどで研究発表や研究者との意見交換の機会を得ることができ、研究テーマを国際的な文脈の中で位置づけ直す貴重な経験を重ねてきました。

特に、海外の研究者との直接的な対話は、自身の研究視点を深めると同時に、日本国内だけでは得られない新たな課題意識や研究の可能性に気づく契機となりました。移動や滞在、研究準備に伴う負担を最小限に抑えられたことは、SGCの支援があったからこそ実現できたことだと実感しています。

また、メンター面談やキャリア支援を通じて、自身の研究を社会にどのように還元していくのか、将来どのような進路を描くのかについても、継続的に考える機会を得ました。SGCの支援は、単なる経済的援助にとどまらず、研究者として自立し、国際的に活動するための土台を築くものであったと感じています。今後も、これまでに得た経験とネットワークを活かし、研究をさらに発展させていきたいと考えています。



●研究紹介

香料製品由来化学物質への曝露と健康影響に着目し、香害および化学物質過敏症の発症メカニズムについて研究しています。



●研究紹介

縄文・弥生・古墳時代の楽器、特に奈良県や日本の出土琴(こと)を中心に研究し、日本人としての音楽表現を模索・探求しています。

SGCと共に歩んだ3年間

人文科学専攻 榊原 明子

神戸大学で音楽全般を学び、卒業後は研究テーマを探し求めながら音楽を生業として参りました。奈良生まれ奈良育ちのピアニスト・作曲家として、奈良の音楽、日本の音楽の原点を知りたいの思いから、日本伝統音楽・伝統芸能との共演を重ねました。それらは奈良時代までのもので、さらに遡った古墳・弥生・縄文時代の音楽はどういったものだったのか、埋蔵文化財である埋もれた楽器に興味を持つようになり、約20年ぶりにアカデミアの世界へと、奈良女子大学の門戸を叩きました。

現役学生と違い、社会人の進学は生活に直結します。就学中は仕事をセーブしながらの勉強・研究になるため、SGCのご支援は本当に大きな支えとなりました。また、社会人にとっては慣れないことも多い中で、キャリア開発支援本部の皆さんの心暖まるサポートにも感謝しております。

そして、海外派遣のご支援により、研究促進に向けて大きな勢みをつけることができました。私が研究対象としている日本の出土琴(こと)は、現存する最古の木製弦楽器である和琴(わごん)の祖型で、日本独自のものと考えられています。しかし、大陸や半島など近隣諸国での出土が確認されれば、その根拠が覆されることとなります。ただ、日本で海外の出土状況を調査するのは大変難しく、現地を取材し、出土楽器と木器研究者を探す以外に方法を見出せない状況のなか、海外派遣費用をご支援いただき、大韓民国での調査研究が可能となりました。その成果は大きく、日本では未確認の大韓民国出土遺物や木器研究者との出会いへと繋がりました。

これら多大なるご支援に感謝するとともに、今後もSGCが博士後期課程進学を志す多くの学生の支えとなり、研究促進の礎となることを祈念しております。



Web

支援メニューはスマートフォンから

- お知らせ
- トランスファブルスキル
- 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

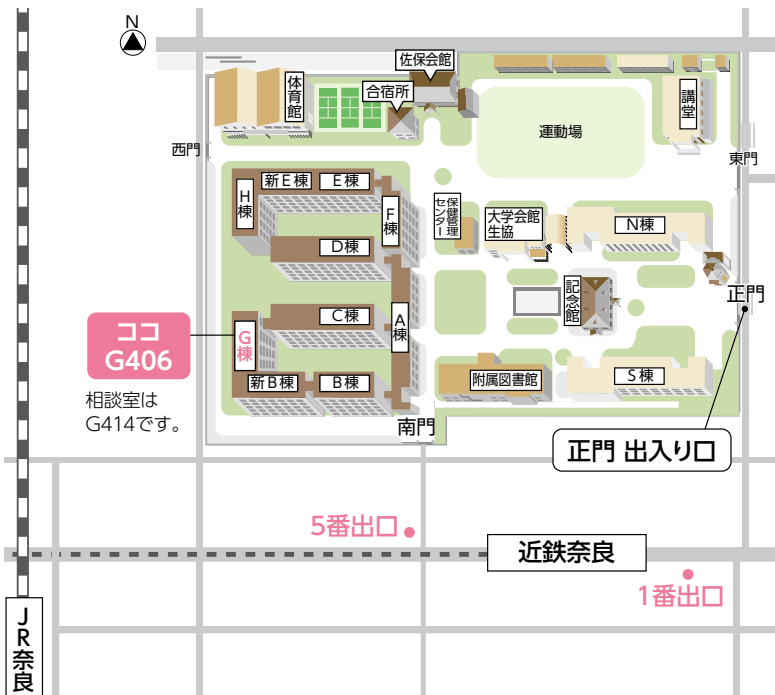


トランスファブルスキルRISEのキャラクターもよろしく！



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】

2025年は、「つながる」一年でした。京都クオリアフォーラムという、大学と企業が互いの垣根を越えた交流を通して「[知]の共鳴場」を実現することを目的に設立された団体に本学も加盟し、「博士キャリアメッセKYOTO/NARA」に参加しました。第1部(7月)は、京都府立医科大学を会場に、社会人博士によるプレゼンや博士学生との交流会、第2部(11月)は、奈良女子大学を会場として博士学生83人を含む150人が集まりました。博士学生による1分間のエレベーターピッチ、ポスター発表及び交流会が実施され、講堂や学生会館、ラウンジはいずれも大変な熱気に包まれました。参加された方々は、紅葉が美しい中庭を鹿が闊歩するキャンパス内の風情も喜んでおられました。1部2部を通じて、本学からはのべ12人の博士後期課程学生が参加し、第2部では8つの企業賞のうち2つを受賞する快挙に大きな拍手が送られました。これからも他機関とつながり、学生のキャリア支援に邁進したいと思います。

【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