

Campus Life

G 将来に向けて

就職支援・キャリアサポート ……85
男女共同参画推進機構 キャリア開発支援本部 ……93

1 一番身近な存在 学生生活課就職係を徹底活用しよう！

学生生活課就職係では求人情報や企業説明会、インターンシップ等に関する各種情報提供から就職対策セミナー等の開催や就職に関する個別相談を行うなど様々な就職支援の取り組みを行っています。

昨今の就職活動はインターネットの普及により独自で各情報を入手し、エントリーすることが主流となっていますが、就職係には新着の各企業情報、OG名簿や過去の就職活動状況のデータなど、役に立つ資料も多く整備されています。掲示物等就職係から提供する情報にはアンテナを張って、就職活動をより効果的に行うために活用してください。

●就職係のサポートについて**①個別キャリア相談**

就職活動を行ううえでの悩みや疑問に答えるため、就職係では個別にアドバイス等を行っています。対面だけでなくオンラインでも実施していますので、どんなことでも一人で悩まず気軽に相談しましょう。キャリアコンサルタントの資格を持つキャリアアドバイザーがじっくり相談にのります。個別相談については予約制ですので、希望者は、キャリアタスUC（P 123 参照）で予約をしてください。

<相談内容例>

- ・自分のやりたい仕事分からない
- ・大学院進学か就職か迷っている
- ・エントリーシートを添削してほしい
- ・面接練習をしたい

②就職ガイダンス・セミナー

各種就職対策セミナーやビジネスマナー講座、面接練習会等を就職活動の時期に合わせて、順次実施しています。また、奈良女生を採用したい企業による説明会も随時開催していますので、是非積極的にご参加ください。

セミナーの参加・視聴を希望する方はキャリアタスUCで申し込んでください。

③求人票

各企業・団体・私立学校等から送付された求人票は、求人検索システム「キャリアタスUC」（P 123 参照）で公開しています。各種の就職ナビだけに頼らず、大学に届く求人票もチェックすることを心がけましょう。

④業界・企業セミナーの案内

各企業が行うセミナーや説明会の案内、就職支援企業が開催する合同セミナーなどの案内をキャリアサポートルームの入口付近に掲示・配置しています。就職活動中はできるだけ頻繁にチェックし、企業情報収集の手段として積極的に利用しましょう。

⑤パソコン&プリンター

自宅や下宿先にパソコンがない場合は、キャリアサポートルームにパソコン、プリンターを設置していますので、就職情報の検索や企業説明会等のエントリーに活用してください。

⑥就職先企業等名一覧

卒業・修了年度別にOGの就職先をまとめた就職先企業等名一覧を作成し、就職係窓口及びキャリアサポートルーム内にファイリングして置いています。企業訪問（OG訪問）等を行う際に役立てましょう。OGの卒業後の連絡先については、就職係で管理していますので、OG訪問希望者は就職係窓口へ申し出てください。

⑦教員・公務員募集要項

各都道府県公立学校教員募集要項や国家・地方公務員の募集要項は、キャリアサポートルームの所定のケースに入っていますので、必要な人は自由に取りに来てください。

⑧就職活動関連書籍

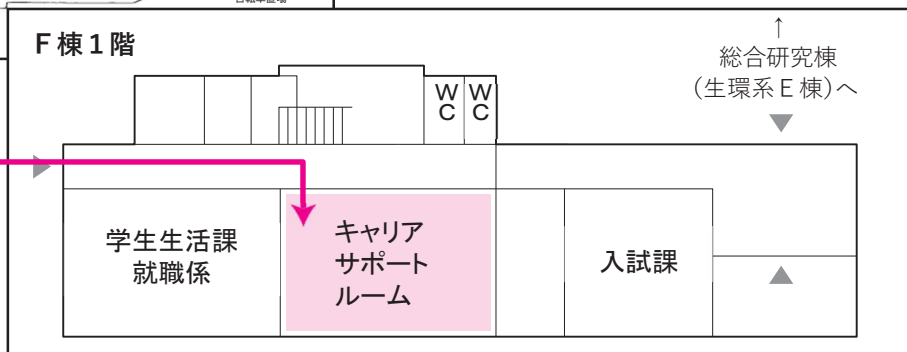
業界研究・企業研究のための図書やSPIなどWEBテストの対策本の他、教員・公務員採用試験の過去問に関する図書や関連する雑誌等がキャリアサポートルームに備えられていますので、参考にしてください。（※無断持出厳禁）

また、学術情報センターにも就職活動に関する図書が多くありますので、利用してください。

⑨新聞

日本経済新聞をキャリアサポートルームに置いています。業界・企業研究の一環として、また、志望動機をまとめる際にも役立つので、定期的に目を通す習慣を身につけましょう。

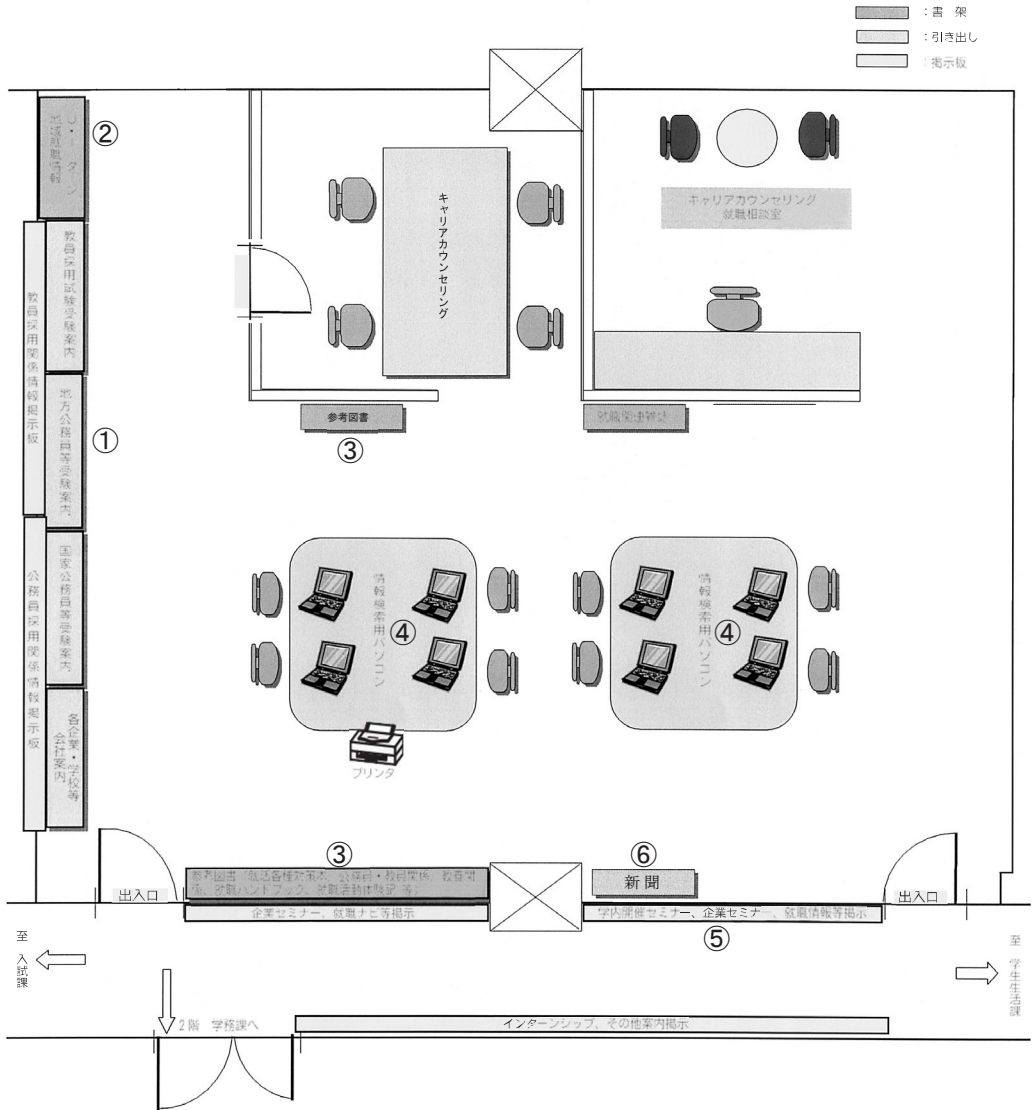
キャリアサポートルームは、F棟1階です！気軽に立ち寄って、どんどん活用してくださいね！



学生生活課就職係 TEL : 0742-20-3270・3948 (ダイヤルイン) mail : syusyok@cc.nara-wu.ac.jp



2 キャリアサポートルーム配置図



- ①「教員・公務員等受験案内」…各都道府県公立学校教員募集要項や国家・地方公務員の募集要項は、大学に届いたものから順次、所定のケースに入れてあります。
- ②「Uターン・地方情報資料」…各地方での就職情報や企業ガイドブック、パンフレットなどがあります。
- ③「参考図書」…就活のための各種対策本、就職ハンドブック、就職活動体験記の他、教員・公務員採用試験の過去問題、一般教養に関する図書があります。
- ④「パソコン」…ノートパソコンを置いてありますので、就職情報検索やエントリー等に自由に利用できます。
- ⑤「セミナー・説明会の案内」…学内就職活動支援行事や企業が開催するセミナー・説明会の案内はキャリアサポートルーム前廊下に掲示しています。
- ⑥「新聞」…日本経済新聞を置いてあります。

※平日の午前8時30分から午後6時00分まで、本学の学生なら出入り自由です。

(休業期間中は、平日の午前8時30分から午後5時15分まで)

読むノウハウ集+使うテキスト集

学部3回生・大学院博士前期課程1回生の皆さんへ、学生生活課就職係から4月に配付予定です。就職希望者は学生生活課就職係で受け取ってください。

「就職活動ハンドブック」インデックス

就職活動の進め方とポイント、就職情報収集手段、各種ワークシート、履歴書の書き方など就職活動をサポートする“読むノウハウ集+使うテキスト集”です。就職活動を始めるにあたって、活用してください。



CONTENTS

就職活動とは？	2	PART5 ビジネスマナー	87
就職活動の全体像	6	服装と身だしなみ	88
		言葉遣いのマナー	90
		メールの書き方	92
		電話のマナー	94
		手紙・送付状・封筒の書き方	96
PART1 自己分析	9	PART6 内定	99
自己分析をしよう！	10	内定（内々定）をもらったら	100
自分を知る（過去の振り返り）	12	内定辞退	102
自分を知る（長所・短所／将来の自分）	14	内定が出なくても	104
自己分析から「自己PR」へ	16	就職活動を終えたら	106
自己分析から「自己PR」へ（例）	18		
自己分析から「業界・職種・企業」へ	20	PART7 さまざまな就職活動	109
アピールポイントを探す	22	Uターン・Iターン就職	110
アピールポイントを整理する	23	女子学生の就職活動	111
		外国人留学生の就職活動	112
PART2 インターンシップ	25	障がいのある人の就職活動	113
業界・職種・企業研究	25	公務員をめざす	114
業界・職種・企業研究とは？	26	教員をめざす	116
オープン・カンパニー	28	幼稚園教諭・保育士をめざす	118
インターンシップ	30	医療・福祉分野をめざす	120
業界研究をしよう！	34		
職種研究をしよう！	38	COLUMN	
企業研究をしよう！	42	[1] オンラインでの就活について知ろう！	24
情報の集め方	46	[2] 就活の疑問や不安を解消！「就活Q&A（1）」	48
PART3 企業へのアプローチ	49	[3] Web説明会参加時に気をつけたいポイント	70
エントリーとは？	50	[4] Web面接で気をつけたいチェックポイント	86
エントリーシートとは？	52	[5] オンライン就活で気をつけたいマナー	98
エントリーシートの書き方をマスターしよう！	54	[6] 就活の疑問や不安を解消！「就活Q&A（2）」	108
エントリーシートの設問対策（1）自己PR	56		
エントリーシートの設問対策（2）志望動機	59	ワークシート	123
エントリーシートの設問対策（3）その他	62	自己分析 振り返りシート	123
履歴書の書き方	64	自己分析 整理シート	124
OB・OG訪問	66	OB・OG訪問 記録シート	125
会社説明会・セミナー	68	会社説明会 記録シート	126
		選考対策 企業研究シート	127
PART4 採用試験	71	面接 振り返りシート	128
筆記試験・適性検査	72		
面接試験とは	74		
面接形式と評価のポイント	76		
面接で好印象を与えよう！	78		
面接でアピールしよう！	80		
面接ケーススタディ	84		

※インデックスは2026年度版です

4 就職活動支援セミナー

学生生活課就職係では、就職希望者がより効果的な就職活動ができるよう、各種就職支援行事を計画・実施しています。就職マニュアル本やインターネットだけでは得られない知識や情報の収集、また演習の場として、積極的に参加・活用してください。

開催する行事の詳細な内容や実施日時・場所等は、掲示や公式LINEにてお知らせします。

下記は、例年計画・実施している主な就職支援セミナーです。この他にも全学年を対象とした地区別の教員採用試験説明会や、公務員採用試験説明会なども随時実施しています。

【主な就職支援セミナー・実践講座等】

- ・就活基礎講座（自己分析、企業研究、ES 作成、面接対策など）
 - ・就活メイクアップ講座
 - ・ビジネスマナー講座
 - ・各種企業説明会
 - ・面接／グループディスカッション練習会
 - ・公務員・教員対策講座
 - ・就活を終えた先輩による座談会 など
- 上記以外にも、年間を通じて様々なセミナーを開催しています。

5 キャリタス UC(求人・インターンシップ情報閲覧／キャリア相談予約／ガイダンス申込)

企業等から大学へ寄せられる求人情報やインターンシップ情報の検索・閲覧のほか、キャリアアドバイザーとの個別相談予約や大学が主催する様々な就活セミナー・イベントへの申込ができます。卒業・修了まで本学の学生（※正規生に限る）であれば誰でも利用でき、大学内のパソコンはもちろん自宅等、学外からも利用することができます。

なお、利用にあたっては初回ログイン時に学生情報の登録が必要となります。また、ID、パスワードは次のとおりです。【ID：学生番号、パスワード：生年月日8桁です（※初期設定時）】

<キャリタスUCへのアクセスはこちら> <https://uc-student.jp/nara-wu/>



 奈良女子大学求人検索システム
Nara Women's University



6 就職係公式LINE

学生生活課就職係では公式LINEによって大学へ届く各種就活イベント情報の配信や、就活に役立つ各種サポートリンクの掲載を行っています。就職活動に役立つ情報が盛りだくさんのツールとなりますので、ぜひ登録してご活用ください！学年を問わずご登録いただけます。（※正規生のみ）

キャンパスライフ掲載用

就職活動の必須ツール！

奈良女子大学学生生活課就職係 



公式アカウント

おすすめポイント

- Point 1 学内イベントの開催情報を受け取れる！
- Point 2 大学スポンサー企業による採用情報配信
- Point 3 就活に使える！各種サポートリンク掲載

登録方法

- ①QRコードを読み込んで 友だち追加
※QRコードをタップしても友達追加画面にリンクします
- ②追加後配信されるメッセージから
URLをタップして学生情報登録



※奈良女子大学生以外の方は利用できません。

▼問合せ先
奈良女子大学学生生活課就職係

 F棟1階  0742-20-3270
 syusyok@cc.nara-wu.ac.jp

7 進路調査および就職活動アンケート

本学では毎年、その年度の卒業・修了予定者を対象に数回の進路調査を実施しています。この調査は集計後、各種統計調査や大学の進路指導のための基礎資料として活用するとともに、大学の広報紙やホームページ等に本学卒業・修了生の進路状況として掲載します。

氏名等、個人を特定する情報は一切公表しませんので、回答にご協力をよろしくお願いいたします。進路が決定した方は速やかに、大学ホームページより「進路状況調査」(Web アンケート)に回答してください。

なお、就職先が決定した方は進路状況調査と合わせて「就職活動アンケート」も提出してください。提出いただいたアンケートは「就職活動体験記」として取りまとめ、みなさんの後輩たちに公開させていただきます。「就職活動アンケート」についても、大学ホームページより Web にて回答することができます。

URL : <https://www.nara-wu.ac.jp/nwu/syusyoku/report.html>

(本学ホームページトップページ → 就職支援 → 進路が決定したら)

8 インターンシップ

インターンシップ(就業体験)はアルバイトとは異なり、企業で社会人・職業人としての心がまえや行動の基本を学び、実際の仕事を体験することを通じて、職業選択の参考となる大変貴重な機会です。学生生活課就職係では、キャリア教育の一環として単位認定されるもの及び、単位の取得を目的としない就業体験を目的としたものの両方を取扱っています。

地方自治体や民間企業、各種経済団体が実施するインターンシップにも毎年多くの学生が参加しています。これらの情報は、F棟1階の学生生活課事務室横のキャリアサポートルーム前の掲示板にて告知します。大学を通じて手続きをする必要があるものは、学内での書類提出期限を設けています。提出期限に留意のうえ、就職係に申し出てください。

※インターンシップは大学を通じて手続きをする必要がある場合のみ学生教育研究災害傷害保険及び学研災付帯賠償責任保険が適用されます。個人で参加申込をする場合は、他の保険(大学生協の共済等)にご加入ください。(P110参照)

● 男女共同参画推進機構キャリア開発支援本部

大学院生（博士前期課程・博士後期課程）、ポストドクターのキャリア開発を応援します。みなさんが大学院で身につけた能力は、研究者、技術者はもちろん、様々な仕事に活かされます。興味のある方は G 棟の4階 G406 でお待ちしています！

① 就職係とどう違うのですか？

大学院生に特化したキャリア開発支援をしています。平成 23 年度に女性博士（ポストドクター）のインターンシップ等を支援する部署として男女共同参画推進室（現機構）に設置されました。文部科学省の補助による5年間の取組は「最も“対象者個人の目線”で取り組んでいる大学」という評価を得て、女性が研究で培った能力を社会に還元するための支援には自信を持っています。

平成 28 年度からは、大学院生全体のキャリア開発支援の場として研究インターンシップを推進し、令和3年度からは、国の施策に添って博士後期課程の学生さんの支援（経済的・研究力向上・キャリアパス支援）に注力しています。研究で培われるトランスファラブルスキル（転用可能な能力）を自分の強みとしてアピールできるように、皆さんをサポートしていきます。

② キャリア開発の支援メニューにはどんなものがありますか？

「将来何をしたいかはっきりしていない」「就職活動が不安、自信が持てない」「応募書類や面接のアドバイスがほしい」「研究内容をわかりやすく伝えるのってむずかしい」「内定はもらったけれど、不安もある」「現在仕事をしているが、このままでいいのだろうか（社会人学生さん）」などの疑問や不安を解消するために、キャリアコンサルタント（国家資格）の有資格者のキャリアコーディネーターがサポートします。

	支援メニューと内容
A	面談や「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	「研究インターンシップ」について理解を深め、応募段階から支援
D	応募書類作成、研究プレゼンテーション、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
F	後期課程学生に特化した支援

③ 自己分析セミナーってどんな感じですか？

「個人の特性を活かした働き方・生き方探し」それらを「言葉で表現できる」ように支援します。「自分を好きだと感じられると自己分析はうまく行く」というのがポリシーです。

【実施方法】3回（90分/回）で構成された楽しい個人ワークを含むセミナーです。まずはメールなどで気軽にご連絡下さい。

【受講者の感想】 自己分析セミナーに参加する前、私はこれからの将来に対して漠然とした不安を抱いていました。しかし、自己分析セミナーにおいて、様々な価値観から解放された状態で自分の心と向き合い、考えたことを実際に言葉にすることで、少しずつ将来をイメージできるようになりました。また、それと同時に漠然とした不安の正体が徐々に紐解かれていきました。勉強やバイトに追われる日々の中で、自分をゆっくと、客観的に見つめ返す時間はなかなかありません。そのような中、しっかりと自分に向き合うことのできたこの時間は、私にとってとても有意義な時間となりました。

④研究インターンシップにはどんなものがありますか？

以下の二つのインターンシップのコーディネートに力を入れています。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持ちたいものです。指導教員の方ともよく意思疎通を図り、相談しながらご自身の研究活動にプラスになるインターンシップを探ってください。

➤ C-ENGINE 研究インターンシップ

C-ENGINE とは一般社団法人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 28 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。博士前期課程、後期課程の方が対象で実施期間や時期などについては企業の担当者の方と相談しながら決めることになっています。

➤ ジョブ型研究インターンシップ

「ジョブ型研究インターンシップ推進協議会」は、大学院教育の一環として行われる長期間かつ有給の研究インターンシップの普及により、Society5.0 に相応しい雇用の在り方と高等教育が提供する学びのマッチングを図ることを目的として令和3年に設立されました。奈良女子大学は令和5年に入会し、現在108企業、63大学が会員となっています。対象は現時点では博士後期課程の学生さんのみとなっています。長期間（原則2ヶ月以上）かつ有給の研究インターンシップで、単位として認定されます。

⑤トランスファラブルスキルって何ですか？

研究を通じて身につく「転用可能な能力」のことを示し、他分野の研究や研究以外の仕事でも、それを発揮して活躍することができます。しかし、本人が意識しなければ自身の強みとして活用できません。変化の激しい時代の中で、または自分自身が新しい環境に飛び込もうとする際に、このスキルが支えになるはずで。右の一覧表 (t. s. RISE) は C-ENGINE が策定した 12 のスキルをわかりやすく示したもので、研究力を高めるための目標設定や就活で役立ちます。

C-ENGINE は産と学の交流をとおして イノベーションを創出できる人材育成をめざす産学・企業と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 orientation 研究志向性	Intelligence and knowledge 知能・知識	Social relationship 社会的関係性
自己啓発・自己実現	自己啓発・自己実現	自己啓発・自己実現
1 学問・社会・産業に関する深い理解と関心 学問・社会・産業に関する深い理解と関心 学問・社会・産業に関する深い理解と関心	4 問題解決力 問題解決力 問題解決力	7 コミュニケーション能力 コミュニケーション能力 コミュニケーション能力
2 研究の基礎的知識と応用 研究の基礎的知識と応用 研究の基礎的知識と応用	5 創造力 創造力 創造力	8 自己管理・時間管理 自己管理・時間管理 自己管理・時間管理
3 研究の基本的研究能力 研究の基本的研究能力 研究の基本的研究能力	6 読解力・読解心 読解力・読解心 読解力・読解心	9 研究発表の能力 研究発表の能力 研究発表の能力
10 研究発表の能力 研究発表の能力 研究発表の能力	11 研究発表の能力 研究発表の能力 研究発表の能力	12 研究発表の能力 研究発表の能力 研究発表の能力

⑥メールマガジンの登録をした覚えがないのですが…

キャリア開発支援本部の情報は、メールマガジンで大学院生・博士研究員全員に配信されます。登録不要で、月に3～4回程度不定期に、各種イベント等の情報が配信されます。お見逃しなく。

⑦どこにあるのですか？ どうしたら利用できるのでしょうか？

事務室は G 棟の4階の一番奥の G406 です。「知る人ぞ知る場所」にあります。そんな相談室（個室）は自分の将来を考えるには打ってつけの場所です。もちろんお友達と一緒にの利用も歓迎です。利用に際しては「予約」を優先しています。メールや電話、入室しての予約をお願いします。「りざぶ郎」というアプリケーションソフトで予約状況を知ることができますので、「りざぶ郎」で検索して id として「cdpd」を入力すると、スケジュール表を見ることができます。表の空白部分の時間帯であなたの希望する時間をメールでお知らせくだされば、キャリア開発支援本部から返信した上で予約を入れておきます。アプリから直接予約することはできません。予約なしでも、可能な限り対応します。その他、さらに詳しいことはガイダンス時にご案内した「ご利用ガイド」をご覧ください。

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

Tel 0742-20-3572

Email career-k@cc.nara-wu.ac.jp

URL <https://cdpd.nara-wu.ac.jp>