

# 博士課程学生からの情報共有

大学院ガイダンス

2026年3月

野村彩乃

工学院機械系エンジニアリングデザインコース

博士後期課程3年



## 野村 彩乃（のむら あやの）

### 学年

博士後期課程 2 年（2022.04 修士入学 2024.04 博士入学）

（学士課程から東工大・研究室はB4から継続）

### 所属

工学院機械系エンジニアリングデザインコース

### 研究

生活セントリックデザインラボ

（高齢者の転倒予防の研究）

### その他

日本学術振興会 特別研究員（DC1）

# 本日本話すること

1. 修士課程・博士後期課程のスケジュール（授業・研究）
2. 進路選択について
3. 研究室外のコミュニティ・息抜きについて

# 私の修士課程・博士課程のスケジュール

## 修士課程

1Q	2Q	3Q	4Q	5Q	6Q	7Q	8Q
週5コマ	週5コマ	週7コマ 構想発表	週2コマ	週1コマ 中間発表	夏休みに集中講義		修論発表
国内学会		国際学会		国内学会			

## 博士課程

1Q	2Q	3Q	4Q	5Q	6Q	7Q	8Q	9Q	10Q	11Q	12Q
週1コマ	週2コマ 集中講義	週2コマ	週2コマ	集中講義							
				中間発表					中間審査	公聴会	
国内学会		国際学会		Journal 執筆	Journal 採択	国内 学会	国内 学会				



# 修士課程スケジュール&ポイント

## 修士課程

1Q	2Q	3Q	4Q	5Q	6Q	7Q	8Q
週5コマ	週5コマ	週7コマ	週2コマ	週1コマ	夏休みに集中講義		
コースごとに 時期が異なる		構想発表		中間発表			修論発表
国内学会		国際学会		国内学会			

### ①修了に必要な要素を確認すること

- 30単位（講究科目（研究室ゼミ活動で取れるもの）を含む）
- コースごとに設定された発表
  - 構想発表・中間発表・修論発表の3つ設定されている場合が多い
  - コースごとに時期が異なるので、コースガイダンスや指導教員に確認を！

# 修士課程スケジュール & ポイント

## 修士課程

1Q	2Q	3Q	4Q	5Q	6Q	7Q	8Q
週5コマ	週5コマ	週7コマ 構想発表	週2コマ	週1コマ 中間発表	夏休みに集中講義		修論発表
国内学会		国際学会		国内学会			

28卒就職活動の本格化 → 内定？

## ②授業・研究・就活のバランスを考えてスケジュールを組むこと

- 28卒の就職活動は入学直後から本格化し始めてしまう（夏インターン選考）
- 志望業界によっても適切な戦略は変わってくるかも。
  - 戦略①：M1で授業と就活に集中し、M2で研究に集中する
  - 戦略②：M1で就活に集中・授業はそこそこで、M2に少し単位取得をしながら研究

# 修士課程スケジュール&ポイント

## 修士課程

1Q	2Q	3Q	4Q	5Q	6Q	7Q	8Q
週5コマ	週5コマ	週7コマ 構想発表	週2コマ	週1コマ 中間発表	夏休みに集中講義		修論発表
国内学会		国際学会		国内学会			

### ③学会を研究のマイルストーンとして有効活用しよう！

- 研究がある程度進むと指導教員が学会に連れて行ってってくれるケースもある
- 「学会出さない？」と言われたら積極的に出すと良い
  - 出張費でいろんな場所に行け息抜きにもなる！

札幌



アメリカ・  
ダラス

# 博士課程スケジュール&ポイント

## 博士課程

1Q	2Q	3Q	4Q	5Q	6Q	7Q	8Q	9Q	10Q	11Q	12Q	
週1コマ 集中講義	週2コマ 集中講義	週2コマ	週2コマ	集中講義	コースによっては研究活動で取れるものもあり →指導教員・コースガイダンス等で確認を！							
各コースで規定				中間発表					中間審査	公聴会		
国内学会		国際学会		Journal 執筆	Journal 採択	国内 学会	国内 学会					

### ①修了に必要な要素を「指導教員に」「よく」確認すること！！

- 授業 + コースでの発表 + Journal等の採択 (←博士独自)
- 博士の学生は少ないのでまとまったガイダンスがないケースもある
  - 単位：コースによっては講究科目の他にも研究活動で単位が取れるものもある
  - 修了に必要なJournal等の本数・発表数もコースによって異なる (学修案内には記載なし)

自分では気づかない適性を持つ職種が見つかる場合もある。  
・私はオファー型就活サイトに登録し、視野を広げて企業・職種を検討した。

# 就活について

私が就活をする中で重要だと気づいたこと

## ①企業・職種は狭めすぎず幅広く見ておくこと

- 自己分析などから志望業界・職種を選んでいくことになると思うが、自分では気づかないところで適性があるとみられる職がある場合も
- 私は、オファー型の就活サイトに登録し、視野を広げていた

## ②「志望企業・職種に自身の専門性をどう活かせるのか」をちゃんと説明すること

- 年々、専門性と企業・職種との関係性が重要視されるようになってきている。
- 外部進学・研究室が変わった人は卒論時のテーマでもOKなので、研究について語れるようにしておこう！

【博士進学に1mmでも興味がある人へ】

研究は早め早めに頑張っておきましょう。

## 博士の学生を対象とした資金援助制度

### 日本学術振興会 特別研究員 DC1,2(通称：学振)

- ・ 月20万 + 研究費がある
- ・ 倍率は5～7倍
- ・ 毎年5月に×切、M2～D2の3回チャンスあり

### Science Tokyo SPRING & BOOST

- ・ 月18万 (BOOSTは月30万) + 研究費 + 学外研鑽
- ・ 現在採用者：約350名

## 申請書に書く主なコンテンツ

- 博士課程での研究計画
- 研究実績
  - 学会参加や受賞歴など
  - 国際学会（査読付き）の採択や  
国際論文（査読付き）の採択があると  
強い

# 研究室外のコミュニティ・息抜きについて



授業・研究だけだと思っていたら  
入学早々、就活もやるの！？  
ちゃんとできるかなあ…

相談できる人がいないよ～(ToT)

息抜きを適度にするのが健康に研究を進めるのに大事！

## 【私の息抜き方法の紹介】

### 習い事をする

- 研究以外で成長できるものを求めて書道を開始
- 週1回、2時間程度通っている



### 学内の学生団体に入ってみる

- 新入生相談をする「ピアサポーター」と学内アンケート実施・集計・提言をする「学勢調査」に所属
- 月1,2回程度 1～2時間のミーティング

# 学生団体の紹介（大学院生でも参加可能）



## 学勢調査

- 2年に1回在学生向けアンケートを実施し執行部へ提言
- 2026年の調査に向け設問を設計中！



## 学生ボランティアグループ (VG)

- 復興支援・防災活動・地域連携を軸に、学内外で様々な活動を実施



## 留学促進団体FLAP ※学士・修士のみ

- 留学をする科学大生を増やすために活動中
- 主な活動は、留学相談・イベント企画・Webサイト運営



→他にも、学内でできるアルバイトなどでも研究室外のコミュニティができるかも？

# 最後に宣伝 & 相談窓口の紹介

ピアサポーターによる  
春の新入生相談会開催！



現役学生に相談したいことがある人は  
ご利用ください。

日時：

4/2(木) 12:00-16:30,

4/5(日), 6(月) 11:00-17:00,

4/8, 9, 10, 13, 15, 16 12:45-16:15

場所：Taki Plaza B1F

## 相談窓口のご紹介

- 聞きたいことがあるがどこに相談したらいいかわからない！  
＞学修コンシェルジュ（Taki Plaza B1F窓口）
- 進路相談したい、就活の相談ならなんでも  
＞キャリア相談（教務webから予約）
- 留学について聞きたい！  
＞留学コンシェルジュ（Taki Plaza B1F窓口）
- 人間関係が、研究が、うまくいかない、疲れた、  
＞保健管理センターのカウンセリング
- そのほか、多種多様な相談窓口があります！

頼ることは悪いことではない！！生きていく上で必要なスキルです。

**適切な場所に頼りながら素敵な大学院生活を送ろう！**