

留学を経て

私は1年間のインターン留学を通じて、行動することの大切さを学びました。私の夢は、食を通じて世界中の人々の健康を促進することです。そのために、化合物の活性評価法の理解を深め、またどのような環境下でも挑戦する力と語学力を身につけたいと考えました。そこで、ドイツのヘルムホルツ感染研究センターでのインターン留学を決意しました。

ドイツに到着した当初は、聞き慣れない外国語に戸惑い、コミュニケーションへの不安を強く感じました。特に研究室での会話では、流暢な英語を前に、自分の考えが伝わるかどうか心配で、自信を失いかけたこともあります。また、寒く曇りがちな気候に馴染めず、何度も帰国を考えました。しかし、これまでの努力と、選んだ道を諦めたくないという思いから、少しずつ英語での会話に挑戦し始めました。その結果、研究室の人々との信頼関係を築くことができ、化合物の活性試験に加え、南アフリカのFABI研究室でのプロジェクトにも参加することができました。FABIでは菌体の遺伝子解析や同定の経験を積むことができ、2つの異なる研究室での手法に触れました。さらに、いくつかの論文執筆にも関わる機会を得ることができました。この留学期間中に、多くの貴重な知識とスキルを得ただけでなく、国際的な研究コミュニティでの立ち位置を実感することができました。日常生活においては、多くの友人ができ、彼らとの交流を通じてドイツ語の基礎的な会話力が向上しました。英語についても、日常生活で使いこなせるレベルにまで上達しました。ドイツと南アフリカの2か国での生活を経験したことで、異なる文化を持つ人々とのつながりを築くことができ、海外での研究生活への興味が深まりました。特にドイツでは、環境保護が生活の一部として根付いており、スーパーにはオーガニック食品やベジタリアン向けの食品が豊富に揃っていました。この経験を通じて、「食と環境」の関連性について深く考える機会を得ました。これまでは環境への影響をあまり意識していませんでしたが、今後は健康食品の開発において、持続可能性も考慮したアプローチを取り入れたいと強く感じるようになりました。

今回の留学で得た知識や経験は、私の人生やキャリアにおいて大きな財産となると確信しています。留学を通して自己成長を実感し、今後も夢の実現に向けて挑戦を続けていきたいと思います。最後に、このインターン留学を支えてくださったすべての方々に、心から感謝いたします。