

## 留学体験談

農学部応用生物化学科 姜玫至

私はタイのバンコクにあるカセサート大学・農産業学部・食品科学技術学科に約6ヶ月間研究留学をしました。そのうち5週間は同じくタイのコラートに位置するシンクロトロン施設でインターンをしました。

留学のきっかけとしては、世界の食品開発について知りたい、英語を使う生活をしたい、そして何よりも、とにかく日本を飛び出して世界中のものをもっと見て聞いて体験したいという思いでした。留学交流推進課に貼り出されていたトビタテ！留学 JAPAN のポスターも留学への後押しとなりました。留学の目的は食品科学に関する知識・技術の吸収と経験を積むこと、海外の学生との関わりでグローバルスタンダードを確認すること、自分の可能性を試すことでした。

カセサート大学では食品科学に関する特別セミナー（海外から講師を招き、英語で短期間開催されるもの）、ベイクリー実践クラス（創作ケーキ作りなど）、院生のプレゼンテーションセミナー（英語による研究内容の紹介、成果発表）などを聴講しました。タイの学生は日本の学生より英語に関心が高く、話すことは苦手な印象でしたが、聞くことには長けていました。それは大学側が英語の講義を行ったり、積極的に外部から講師を招いてセミナーを行ったりすることも影響しているのではないかと感じました。

またメインの研究としては同学科の4年生の卒論研究を手伝わせられました。内容としては、シンバイオティックス（プロバイオティックスとプレバイオティックスの合体）のライスパウダーを製作する実験を行いました。タイにはたくさんのお米の種類があり、その中でも特別美味しいとされる紫色のお米を使用しました。その他の課外活動としては、バンコク近郊にあるビールで有名なハイネケン施設への1日研修や、日本発信プロジェクトとして日本のお菓子評価会を開催しました。カセサート大学はバンコクの中心部から少し離れていたため、遊びに行くときはバスを乗らなくては行けませんでした。大学の外に出ると、英語を分かってもらえないことが多く（特にバスのコイン収集係や屋台の人達）、簡単な日常タイ語は生きていくために習得しなければなりませんでした。大学内はとても広く移動はシャトルバスかモーターバイクでした。バイクタクシーを2ケツ状態で利用し、毎日の登校はハラハラドキドキでした。一日のスケジュールはメインの研究を中心に、研究室で作業しながら実験を行ったり、講義を聴講しに行っていたりしました。

一方、シンクロトロン施設では、インターンとして5週間の間、月～金まで朝の8時半から16時半まで（実際は18時ごろまで）仕事しました。私が関わったプロジェクトは市販されるフルーツジュースに含まれる抗酸化活動の測定実験でした。またカセサート大学の担当教員から頼まれていた米デンプンの分析実験も、シンクロトロン施設の高度な機器である WAXS を使って行いました。バンコクとは違いコラートは田舎で、移動手段も極端に

少なく、インターンに行くまでは不安がいっぱいでした。しかしインターン先の科学者ドクターたちはすごく優しく面白く、いつも私のことを気にかけてくれました。週末には皆でキャンプに行ったり、近くの大型スーパーに連れて行ったりしてくれました。インターン施設が位置していた場所がスラナリー技術大学内にあり、毎朝自転車に乗り通勤していました。この大学も広大で（カセサート大学より数倍も大きく）、仕事終わりにいつも同僚の友達のバイクに乗せてもらって、ナイトマーケットに夕飯を買いに行っていました。

このインターンを通して、私は人生の生き方や将来の選択肢をより考えるようになりました。少しだけですが、科学者としての生活を体験することができ、またそこで働く人々は自分が受け持つプロジェクトが多く、毎日大忙しにも関わらず、ご飯はいつも一緒に皆で楽しく食べることを大事にしていました。皆忙しいことに不満などなく、楽しそうに働いていました。彼らの給与や生活は、日本の基準から言えば、そこまで高くはないと思います。しかし、彼らの生き方、仕事への取り組み方、周りの人達との関係などは、私の今後のキャリアに影響を与えるものでした。お別れのときに、プロジェクトリーダーのある博士は涙を流してくれて、もうひとりの博士は、忘れられない嬉しい言葉をくれました。「あなたはここでの生活を成功したわ。なぜなら、職場の皆をあなたを大好きにさせてしまったからね。」たった5週間ではありましたが、私の中にも、彼女たちの中にも、お互いの存在が深く残る経験だったと思います。

この留学を通して、成長したと感じる部分は以下に示す通りです。

1. 新たな環境に何度も飛び込むことで未知な物に対する耐性の向上
2. 不安なこと、心配なことに打ち勝つ精神力の向上
3. 自分の将来について、より広く様々な視野を確保
4. 自分は弱い存在だと認め、周りの存在に改めて感謝

語学については、タイ語は行く前に全くしていきませんでした。現地では英語で全てを行おうと思っていましたが、予想より英語が通じないことが多く、日常生活に必要なタイ語は必死に覚えました。（注文や行き先など）また肝心の英語は人々とコミュニケーションを取るために必然的に使ったので、話すことや聞くことは上達しました。以前より英語を話すことに恥ずかしさや躊躇はしなくなりました。そして実験や論文などで使われる専門英語は現地での論文読みや、実験をしながら体当たりで勉強しました。

私はトビタテ！留学 JAPAN 日本代表プログラムの奨学金をもらいながら留学をしました。この奨学金を応募したきっかけは留学交流推進課のポスターでした。そのポスターに書いてある言葉に惹かれました。「留学がフツーになってきた」「キミが留学するという国家プロジェクト」私が行きたい留学を国が応援してくれる。そしてなによりも豊富な経済支援が私にとっては大きな魅力でした。実際にトビタテ！留学 JAPAN メンバーに選ばれて、最初に期待していた経済的支援以上の多くのものを得ました。

まずこの奨学金を出すに当たって、自分の留学を深く考えられたこと、とても貴重な体験ができたインターンをするという選択をしたこと。そしてトビタテ側が提供してくれる事前研修などで、刺激的な学生に出会えたこと、留学することがゴールではなく、その後のビジョンを考える機会がたくさんあったこと。留学中に日本代表としていいプレッシャーを感じていたことなど。タイでの充実した生活を経済面・精神面で援助してくれたトビタテ！留学 JAPAN や大学関係者の皆様には心から感謝しています。本当にありがとうございました。

そして最後になりますが、留学に少しでも興味がある学生に伝えたいことがあります。今持っているその興味をぜひ現実にしてください。留学に行けない理由は探せばいくらかでも出てくると思います。(休学問題・経済的問題・安全面問題など) しかしそんなものを言い訳に、その気持ちを失わないで欲しいです。今からでも遅くないので、どこの国に、いつ頃(どのくらいの期間)、何をしに行きたいのか、この3つのうち1つでもいいので考えておいてください。それを実現するために、これからの学生生活をどう過ごすのか変わってくると思います。留学に行く前と行ってきてから、どう変わるかは、行くまでの準備や留学中の心構え・過ごし方などで大分違うと思いますが、私は留学後の自分の方が好きです。自分も知らなかった自分の可能性をぜひ留学を通して知ってください。長くなりましたが、読んでくださってありがとうございます。



