

2022年4月15日(金)

理系大学院生 海外研修プログラム

# 昨年度参加者の声

都市環境科学研究科 環境応用化学域  
修士2年 奈良悠里

## ◆ 自己紹介

名前 奈良 悠里 (なら ゆうり)

所属 都市環境科学研究科  
環境応用化学域 川上研究室

専攻 高分子化学・機能性材料化学

英語が得意・留学経験がある  
とかではなかったです！

### 海外研修プログラムへ参加した理由

- ・ コロナ禍という環境でも、何か新しいことに挑戦するきっかけ
- ・ 研究室の先輩が毎年参加しており、その評価が高かった

### 研修に参加する前の自分



現状の自分

将来の思い描く自分  
(目標)

- ・ ぼんやりと目標はあるけど、どう行動したら良いかわからない
- ・ 挑戦する勇気が出ない

## ◆ 研修内容の紹介

### ① グループワーク



➡ 東南アジアのプラスチック・パームオイル廃棄問題、感染症を解決する製品を提案

9月から10回以上、研究の合間を縫って打合せを重ねました！

### ② 個人アポイントメント



➡ 自分と近い研究を行う海外の研究者の方とディスカッションを実施

海外の学生と話す機会もあり！

### ③ キャリア講演



➡ 海外/国内大学の先生のキャリア講演  
都立大OBOGとの交流

自分の将来を考える！

## ◆ 研修を通して

この海外研修プログラムは

インプット



アウトプット

の繰り返しです！！

#### Case 1 事前研修において

個々の専門性を活かした提案内容を  
決めることに大苦戦・・・



メンター

君たちは何者なの？  
何がしたいの？

「自分の専門性・強み」は何か  
「何を成し遂げたいのか」について考える

#### Case 2 研修プログラム中において

今までは研究室内/同じ専攻の人  
との交流がメインであった・・・



異なる専攻



異なる国籍



「どうしたら正しく自分の考えが伝わるか」  
について考えて考えて考え抜く

**STEP1** とにかく「アウトプット」することで自分の長所短所に気づく

## ◆ 研修を通して

この海外研修プログラムは

インプット



アウトプット

の繰り返しです！！

### Case 1 海外の方々との交流

海外で活躍している研究者は  
どんな人物だろうか



- ・海外で活躍している研究者は自身の研究を楽しく話す
- ・楽しいことばかりではなく、辛いことも乗り越えている

### Case 2 企業の方々との交流

「やりたいこと」と「やってきたこと」  
どうやって結び付ければ良いか分からない



- ・どこにニーズがあり、どのような製品・サービスで、どのような仕組みでお金につながるのか。

色々な人の意見を聞くことで、自分の視野が拡大した

**STEP2 挑戦することの大切さを知る、アウトプット（挑戦）へ！**

## ◆ 研修プログラムを終えて

### 研修に参加した後の自分の変化



ぼんやりと将来の夢・目標はあるけど、  
どうしたら良いかわからない、踏み出せない

- ・研究の殻に閉じこもるだけでなく、外に出て、いろんなことに挑戦してみる
- ・たくさんの人と交流してみて、自分の成長に繋がるヒントを獲得する

**新しい交流の機会を積極的に増やすように変化しました！**

- キャリアセミナーへの参加
- 展示会への参加
- 海外研修プログラムがきっかけで、関連企業と一緒に仕事をすることに！

**昨年は海外に行けていない（国内実施）ですが、十分に自分を成長させる良いきっかけとなりました。**

◆ 最後に

こんな人におすすめ

少しでも自分を変えるきっかけが欲しいと思う方  
自分の研究以外にも挑戦してみたいと思う方  
自分のキャリアに悩んでいる方



ご清聴ありがとうございました。