

# つなぎ、支え、前進する — One Healthメンター制度 —

## メンターインタビュー

ダイバーシティの事業では、研究者支援の一環として産学横断型キャリア相談窓口およびメンター制度があります。メンター担当の先生方は、研究者のしあわせなキャリアを応援する『しあキャリ応援隊』です。研究者の皆さんにこの制度をもっと身近に感じていただき、気軽に利用していただくため、『しあキャリ応援隊』の先生方にインタビューを行っています。

### Vol.10 森下 雅子 氏

アンファーマ株式会社 研究開発本部

#### プロフィール

2022年3月

神戸薬科大学薬学部薬学科 修了 薬剤師免許  
を取得

2022年4月

アンファーマ株式会社に入社 研究開発本部に  
配属

2023年4月

日本医科大学へ研究生として入籍



#### 進路を決めた理由

高校時代、部活動の練習に明け暮れた結果、学業がおろそかになり浪人生活を経験することとなりました。予備校に通い勉強漬けの毎日でしたが、第一志望の学部への入学が叶わず、将来の職業選択の幅が広がることと、薬剤師という資格を手に入れられることの2つのメリットから薬学部薬学科への進学を決めました。


#### 大学時代の話

4年次での研究室配属にて生化学研究室への所属が決まり、大学生活が一気に楽しくなっ

たことを覚えています。元々研究することが好きだったこともあり、毎日朝から晩まで研究室に籠り、研究テーマであった神経突起伸長についての実験に注力しました。そのような生活を送っているうちに、自分の好きな研究を活かした仕事をしたいと考えるようになりました。

#### 身体を動かしてストレス発散

社会人となり学生の頃と休日の過ごし方やストレス発散方法が大きく変化しました。私は26歳で社会人一年目を迎えたため、周囲の友



人とライフステージが異なる事が多く、最近では学生の頃のように頻繁に会うことが難しくなってきました。そこで今では、ジムやピラティスに通って身体を動かすこと、自宅近所のサウナをめぐること・・・など、一人でもリフレッシュできる趣味を見つけています。そのおかげで、以前より自分自身と向き合う時間ができ、メンタル面で落ち込むことが少なくなったように感じます。

### **女性・若手研究者へのメッセージ**

私自身も、ついこの間まで学生でしたのでまだまだ未熟者です。だからこそ、同じ目線で将来について考えることができるのではないかと考えています。誰でも漠然とした不安を抱えることがあります。そんな時に気軽に悩みや相談事を打ち明けられる場がメンター制度ではないかと思えます。仲の良い友人には話せないことも、良い意味でこれまでの人生において交わったことのない関係性だからこそフランクに話せるのではないのでしょうか。私も皆様の悩みに耳を傾けながら自己成長ができればと思っています。どうぞよろしくお願ひします。

2023年9月5日

