

健康管理士一般指導員活動事例取材シート

健康管理士番号	H - 16137
お名前	阿部 敏男
性別	男
年齢	57歳



なぜ健康管理士一般指導員の資格を取得しようと思ったのですか？

私自身不整脈で長年治療をしていたのですが、完治には至らず、医者も10年過ぎたらもう治らないという話を聞いて、それなら付き合っていくしかないと思い、不整脈について色々と調べ、食事療法と運動、休養という事になって、まずは自分の体を知る事という事で、資格を取得しようと思いました。

健康管理士一般指導員受験対策講座(通信教育)から資格取得までの感想はいかがですか？

この講座は仕事をしながらの勉強なので、ハッキリ言ってなかなか進まず、これではだめだなーと思い、1日に何時間やると決めて、やり始めたら何とか間に合いました。勉強している間に、体のしくみや保健法等色々と私達を取り巻く健康に関するたくさんの情報があると知り、必ず取得したいと思い、頑張りました。最初は否でしたが、2回目で合格でした。リベンジ出来て良かったです。

健康管理士一般指導員の資格をどこで・どのように活用していますか？

取得して最初はなかなか活動するチャンスがなく(東北人の気質もあり)、しばらく活動していませんでした。しかし、私の知人でスポーツ少年団に関係している人がおり、保護者の方に話をしてくれないかと言われ、食について30分という短い時間でしたが、中身を濃くして話をしました。それから職場で簡単なアドバイスや実験等しています。

その他「ほすび」や「セミナー」「能力開発講座」等の感想がありましたらお書きください。

「ほすび」は定期的に健康に関する知識を得る事ができ、大変勉強になり、アドバイスや年に何回かの講演のネタにしています。製作するのは大変だと思いますが、私達の為によりしく続けて下さい。お願い致します。