

健康管理士一般指導員活動事例取材シート

下記内容を協会ホームページ及び資格取得説明会等、健康管理士一般指導員普及活動において使用することを同意します。

健康管理士番号	H - 38316
お名前	赤坂 きみ恵
性別	女性
年齢	75歳



①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？

68年に脳梗塞を患い健康の大切さを感じ、勉強(食に関する)を始めました。8月から12月まで約4ヶ月受講し、12月14日に合格することが出来ました。その後、家族に食の大切さと伝えていきたいと思いました。そして薬がどんなに毒かという事を学び、13種飲んでいた薬も2年前からきっぱりやめました。(精神科、泌尿器科、耳鼻科、眼科、内科、神経内科など)

②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？

7年前から体調がすぐれなかった中、勉強に没頭する事で気が紛れて、集中する事ができ楽しかったです。今は、夫と2人暮らしですが、家族内がうまくいかずストレスの多い毎日ですが、私は出来るだけ外に出て皆さんと交わる事にしています。

③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？

まだ何も活動していません。唯、友人・家族に学んだ事を機会がある毎に言葉で伝えてはおります。(例えば、レンジが身体に悪い事、タバコの害など)遺伝子組み換えによる人間への害が今心配です。国もこの件を真剣に取り組んで欲しいです。昨日アロマの会で勉強しました。

④その他「ほすぴ」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。