

# 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 - 38731
お名前	彦坂 晴子
性別	女性
年齢	54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？

私は、以前デイケアで仕事をしていました。利用者の方をお迎えに行き来所して頂きリハビリや運動をして頂く通所型サービスです。デイケアでは、もう治る見込みはなくても一日々を何とか乗り越えて暮らしたいとリハビリに来られる利用者さんが殆どでした。介助スタッフの私には、身体を楽にしてあげることは何でもできず、ただ話を聞いたり楽しく過ごして頂くことしかありませんでした。利用者さん達が病気や不自由になる前なら私にも何かできたのかもしれない！ そう思ったのが勉強を始めるきっかけでした。

## 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？

半年間、仕事と家事をしながら合間の時間を見つけ、テキストを読み、レポートを仕上げるのは正直大変でした。でも、家族の日々の健康にも役立つ内容が多く、知識として嬉しい事ばかりでした。

## 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？

今のところあまり活用できていないとは言えませんが、家族や友達が不調を訴えて来たときに私なりのアドバイスができ、また、それが上手くあてはまっていたときは、役立てたことに喜びを感じています。

## 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。

まだ子供も学生で仕事もあり、中々遠方のセミナーには参加できません。近くでもっと頻繁にセミナーがあれば嬉しく思います。早く上級指導員やインストラクターになって、多くの人への健康予防の普及ができれば良いなと思っています。