

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 - 29013
お名前	前原 洋子
性別	女
年齢	39歳



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。

<p>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？</p> <p>1年前、精神的な疾患で入院しました。食事は一切摂らず、点滴と水のみで1週間を過ごすという治療内容だったのですが、5日目で血糖値が下がり、手足のしびれ、むくみ等の症状がでて担当の医師から点滴から食事に切り替えるよう指示がでました。24時間点滴をうっていたにもかかわらず血糖値がおちてしまった事におどろきを感じました。生命維持の為、いかに食事が大事かという事を身をもって実感しました。色々な情報が行き交う中、健康について深く勉強し、正確な知識を身に付けたいと思い、資格取得を考えました。</p>
<p>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？</p> <p>仕事をしながらの勉強だったので、自宅で自分のペースで勉強できるというメリットは私にとってとても嬉しい事でした。反面、1人で勉強をしている分、不安もあったのですが、分からない事があればヘルスケアトレーナーさん達に電話で相談にのってもらえる事もでき、又、合格対策講座など試験対策に役立つフォローがたくさんあり、勉強を進める上でとても心強いものでした。勉強を進めて行くたび、健康に対する意識が高まり、生活スタイルも大きく変化しました。この勉強で得た知識は一生の財産だと思います。</p>
<p>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？</p> <p>家族や友人、仕事仲間など身近な人達に健康の維持、増進について私なりに自信をもって説明ができるようになりました。資格を取得した事が私の自信となり、この知識をもっと広くより多くの人達に伝えたいと思い、2月からホームヘルパーの養成講座へ通い始めました。ホームヘルパーの資格取得後は福祉施設などでお年寄りや体の不自由な方にこの知識を伝え、明るい笑顔で毎日が送れるよう手助けできれば...と考えています。</p>
<p>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。</p> <p>毎回、ほすぴが送られてくるたび関連するテキストを見直したり、持続して勉強する事ができます。工作上、セミナーなどに参加する機会がなかなかとれないのですが、ほすぴの内容の濃さ、ほすぴと一緒に送っていただいている健康管理士ニュースの情報を拝見して、皆さんの活動内容や状況が把握でき、自分へのよい刺激になっています。今後積極的にセミナーなどに参加したいです。健康管理士一般指導員という自覚をもち、より一層能力を高めていきたいと思っています。</p>