

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 - 39883
お名前	能角 陽子
性別	女性
年齢	48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？

主婦として自分自身の健康が家族船員の幸せであると思います。それが家族の健康にもつながることでもあります。又、私たち家族を支えてくれる両方の両親のことも考えていかに健康寿命を延ばすことができるか、その為に知識として健康管理士の資格があることを知り、取得したいと思いました。

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？

子供たち2人の学校生活に主人の仕事、私の時短の仕事と家事、日々かわる天気や気温のことも考えると自宅の好きな時間で学べることは、とても有意義な時間をすごせて楽しかったです。中でも、養成講座に参加してテキストの項目ごとのポイントを絞って学べたことや、そこでの講師の方の雑談を聞くことができたことも良かったです。又、合格対策講座は大きな会場でたくさんの方が健康に関心があると考えさせられました。

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？

資格を取得してからは、食べる順番について気をつけるようになりました。(最初に野菜を食べてからごはんを食べるなど)又、子供たちにはよい睡眠をとれるように日中に活動的に過ごすことや、夜スマホなどの電子機器を居間に置くようにしています。

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。

セミナーには、多くの方が参加していて勇気づけられるとともに、講師の先生の話が上手で愉快なのとそこでの紹介の書籍を知ることができました。又、2ヶ月に1度送られてくる「ほすぴ」やクロスワードも自分自身の脳トレになってます。