

# 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 - 30853
お名前	野澤 順子
性別	女
年齢	66



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？

生活習慣病について食事、生活、運動といった事について、よくわからない事があり、しっかり勉強して少し生活改善ができたらと思って、受講しました。

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？

こつこつ勉強することが大事と痛感させられました。問題等もギリギリに3冊いっぺんに出したり、覚えるのに、必死でした。試験終了後あらためて、もう一度わからなかった所を開いたり、読み返したりと、基礎をしっかりと理解しないと、あいまいさはなくなれないと思いました。少しわかったところは、おもしろいです。

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？

まだ、人に話す段階ではありませんが、自分の食事作りが少しかわったような気がします。しかしまだ体重増加、コレステロール など改善する事があり、毎日の生活にチャレンジしています。自分の納得する結果が出たら、その過程で得られたことが話題にできるかなあと考えています。

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。

「ほすぴ」は楽しみに読んでいます。「セミナー」「開発講座」はもっと名古屋あたりであつたらいいなと思います。