

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 -35435
お名前	櫻井 教子
性別	女
年齢	42



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？

H24に子供を出産し、現在まで何とか大病もなく成長してくれました。この子が生後10カ月の時、自身が脳梗塞(脳血管収縮症候群)との診断を受け、すぐ入院。必然的に母乳からミルクへと移行。この時から、自身と我が子の健康を守るには、考え方を根本から変える努力をしなければと、日頃の食生活の不安からです。

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？

とにかく、日常生活に追われ、通学は考えられなかったもので、通信制を選択しましたが、最初はやりとげられるか不安でした。しかし、当時は働いておらず、資金面で主人の協力を得たことも、やる気の継続力を助けてくれました。子供を寝かしつけてから、夜遅くに帰宅する主人を待つ間が勉強時間でした。特別講座にも参加できたことで、少しずつ自信となり、当日は落ち着いて試験にのぞみました。

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？

今は、主には家庭です。資格を得てから子供が入園し、直接活かすことはできない職場でのパートタイム勤務、ほすぴでの学びも思うように進められてはいません。しかし、日々生活に追われ心身疲労した時、人生の老い先に少し不安になったとしても、ほすぴを見ると、5年か10年先か必ず活かしていくぞ!!と意欲がわきます。まだ、具体的な絵にはなっていません。

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。