

# 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 -36174
お名前	鈴木 文也
性別	男
年齢	27



## 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？

東京に上京してきて、約9年経ちますが、一番変わったと思うのが食生活です。毎日当たり前に出ている食卓が全くない状況に変わり、初めは都会の便利さに甘えコンビニや外食が多く7kgも増えた過去があります。また、体調を崩してしまった時に何をどう摂っていいか困った事があり、もっと自分や周りの人の為に健康の知識を深め、役に立っていきたく思ったのがきっかけです。

## 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？

自分の好きな時にテキストを進めていける所が何よりでした。色んな事に挑戦したいけど時間というものが一番の悩みでした。しかし、期間がしっかりとあり、自分のタイミングで添削問題をこなせていけた事がとてもありがたかったですし、毎回コメントまでしていただけてうれしく思いました。

## 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？

家族や身の回りの方、そして何より自分の健康を気にしていける人間になりたいです。先の事ではありますが、健康を意識した、フードを考えて、何かに活かしていけたらいいなと思っています。毎回のほすぴで知識をどんどん深めたいです。

## 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。

セミナーにはまだ一度も参加した事がないので、参加してみたいです。できたら、講座費用などは分割もできたら、ありがたいです。