

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 - 40369
お名前	成田 和子
性別	女性
年齢	75歳



●健康管理士として、資格やこれまで習得された知識を活用されている事例をご紹介します

病人のための食事改善と生活指導のアドバイスを35年間続けております。「ほすぴ」はそこでの活動を支えるような知識が満載で、毎回とても助かっています。今回も世界の食事形態を広く伝える内容で、相談者様へアドバイスをする際のエビデンスとして安心感をお届けできて、いつも貴誌にはありがたく感謝しています。

じつはその35年の集大成を3月に出版いたします。書名は仮ですが【病気・不調知らずの食の新常識。食べ方ひとつでからだは変わる】テーマは《病気の原因は間違った食生活と食べ方にある。食事改善と食べ方のコツを指南した実践の書》。薬となる食べ方をレシピとともに提案しております。

冒頭にはノーベル賞候補で癌・ウイルスの世界的権威、前田浩博士との対談があり、野菜の抗酸化力を、癌やウイルス、生活習慣病対策にどう使うかの研究結果が語られます。この本は驚くほど貴誌「ほすぴ」と価値観を共通していて、「普段の食事で自己管理をする」ことを前提に、多くの方々にその日から使っていただける内容となっております。3月の発売にはまた報告をさせていただきます。いつも勉強させていただきありがとうございます。