

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 - 45041
お名前	浦野 雅代
性別	女性
年齢	39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？

結婚前までは、病院や福祉施設で管理栄養士をしていました。今までは、病気になった方への食事指導などをさせていただいてましたが、病気になってしまったからでは、制限される事も増えてしまい、早い段階で予防ができたらいいな。と思う部分が沢山ありました。更に家庭を持って、家族の健康を考えるのにあたり、「予防」はとても大切であり、その内容をもっと幅広く勉強できたらと思い資格を取ろうと思いました。

②健康管理士一般指導員受験対策講座(通信講座)から資格取得までの感想はいかがですか？

幅広い分野の勉強だったので、試験前に対策講座などもあったのは、良かったです。食生活だけでなく、運動、睡眠、ストレス、環境など、健康でいるためには様々な事が関係していることなど、病気になる前に少しでも予防をしていく為に、幅広い内容で勉強できたことが良かったです。試験の問題も幅広く、問題数も沢山あったので少し不安もありましたが、合格できて安心しました。

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？

現在は、主に家族の健康管理です。まずは、自分や家族の体が健康でなければ、お仕事や地域活動もできないと思っています。今年の4月から大阪府健康管理士会に入会しましたので、沢山の方々と一緒に地域の活動に参加できたらと思っています。後は、予防の面から管理栄養士などの資格を活かして、お仕事の方も少しずつ始めていけたらと思っていますので、色々な面から皆さんの健康と一緒に考えていけたらと思っています。

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。

現在はコロナもあり、セミナーなどにはまだ参加できていませんが、「ほすぴ」は内容が幅広く、資格取得後も定期的に勉強できるので、とても役立っています。