

健康管理士一般指導員活動事例取材シート

健康管理士番号	H - 7332
お名前	阿部 久美子
性別	女
年齢	55歳



<p>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？</p> <p>平成6年より地域のコミュニティセンターでボランティア講師(シーズの体操)として活動するうちに、参加者の健康維持、増進を導くうえで、身体の健康管理の仕方など、色々な知識が必要とされるのを実感していた頃、新聞で紹介されている記事を読み、今の私が求めているものがここにあるという思いと、学習したい、そして健康管理士一般指導員の資格を是が非でも取得したいという思いに駆られたからです。</p>
<p>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？</p> <p>通信で学習し資格を取得するこの講座は、当時二人の子(中・高)を持つ私に適した学習方法でした。6冊のテキストは、心身の健康の管理の仕方、人間として健康な日常生活を送る上で、大切な事柄が分かりやすく記載されているので、学習内容は家族の中でも話題となり、また教室でも活用して着実に頭に入っていくので、試験日を心待ちに待っていたのを思い出します。試験会場は、私が受験の頃は2会場(東京・大阪)だけだったように覚えています。私は夫の協力があって東京会場で受験する事ができ、結果は嬉しい合格でした。</p>
<p>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？</p> <p>現在は地域で継続して活動している体操教室(シーズの体操)で健康維持、増進を参加者に導くうえで、通信や「ほすぴ」で学習した知識を関連づけ説く事で参加者が理解を示し、私自身質疑にも的確に答えられるようになりました。(以前はボランティア講師として、依頼された婦人会館、社会学級、婦人部での活動のミニ講話のなかにも活用させて頂きました。)</p>
<p>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。</p> <p>「ほすぴ」が送られてくるのは2ヶ月に1度ですが、どんどん新しい情報が入ってくるのでとても待ち遠しいですね。そして研修問題があることが、私の中に繰り返し重要なポイントを学習する機会を与えてくれるのがいいですね。資格を取得した後も、継続して学習する場が与えられているのは嬉しいですね。</p>