

# 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 - 8628
お名前	藤田 操一
性別	男
年齢	72歳



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？

私は66歳まで現役で国の政策である環境整備事業の発注する工事監督(取得した国家資格10種類)として、各都道府県全ての発注する現地に出行し工事管理をしておりましたが、40歳の頃には体調を崩してしまい、自分の体を維持する事がこんなに難しいものだと思う様になり、少なくとも定年後は自分の体調を維持し、楽しく健康でそして長生き出来る生活をする為に、整体師の講習を受講し、これらの講習の中で健康管理士一般指導員の資格を知り、取得に挑戦致しました。

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？

年の瀬も詰まった11月に整体師の講習中に健康管理士一般指導員の案内を受けまして、2月からの通信教育を受講し、3月の受験に挑戦致しましたが、見事中1ヶ月の受講では、健康管理士一般指導員の問題の内容が解らず、合格には至らず、次回の8月の受験に再挑戦し、晴れて健康管理士一般指導員になりました。試験問題はほとんどが常識問題です。

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？

私自身としては、健康管理士一般指導員と整体師の仕事を進めるに当たり、地域の自治会や老人会、その他地域の祭事などに参加し諸種活躍しており、日本食生活改善推進員にもなり、生活習慣病の予防について、私なりの考え方針を3年前から実施(どの様に対応したら病人が少なくなるのかを考え、基本的には体の深部体温を37度に維持)し、実施したところ、現在では一部の病院や老人会、その他の祭事には問い合わせがおおく、特に膝痛、腰痛(座骨神経痛)には評判が良く、大変嬉しい悲鳴をあげており、今年の予定は全て一杯で有ります。

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。

予防医学を推進するには、第1に体の深部体温を37度に維持し、体温が維持されて始めて食の改善と運動が推進され、特に子どもの体温維持に重点を置かなければ将来がありません。

第2は現在の医学では未開発であります、「足の浮き指と踵骨の変位と骨間筋(靭帯)の萎縮を解決すると、体温が維持される事を確認」しなければ、病気を予防する方法は永久に無いのではないのでしょうか。私の患者(女子が一番多い)は総て、「足の浮き指と踵骨の変位と骨間筋(靭帯)の萎縮」を実施しておりますと、1ヶ月後にはほとんどの患者は回復されて来院ありません。

従って、健康管理には体温維持が一番ではないのでしょうか。現在の予防医学の本筋としては、本当に正しい医学では医師が一番知っている事と思います。それを行うと利潤に繋がらない為実施できないのが現状ではないのでしょうか。