

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 - 38900
お名前	肥後 喜子
性別	女性
年齢	78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？

私は、看護師として病院勤務、定年後10年間介護支援専門員の仕事をしました。70歳から、その専門的な知識と技術、それに音楽、レクリエーションインストラクターの資格を活かし、地域福祉・地域レクリエーション活動をしています。活動の中で、健康でいるためには食や環境などの知識の必要性をも感じるようになりました。「健康」を全体的にとらえた活動をしたいと思い、健康管理のスペシャリストになろうと決心し資格を取得しました。

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？

私は地域福祉・地域レクリエーション活動を年間300回以上依頼を受けて行っています。プランを立て、準備練習等を入れると殆ど勉強する時間がとれませんでした。この講座は、自分の出来る時間で学ぶことができましたので、大変助かりました。6冊のテキストは、イラストつきで丁寧でわかりやすく、又、項目ごとに詳しくまとめられていますので、健康講座でも活用させて頂いています。試験1ヶ月前に行われる合格対策講座では、若い方も多く、年齢問わず健康への関心の高さを感じました。

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？

私は保育児から高齢者、そして寝たきりの方を対象に、公民館、介護施設、病院、福祉センター、保育園、コミュニティセンター及び私の家を開放(月1回)して、行っています。体のふしぎの説明、認知症予防講座では、“喜子の脳内洗濯機”と題して脳のトレーニング、健康講座では、体操(オリジナル)等やレクリエーションを入れたりして皆さまと楽しく行わせていただいています。健康相談やサロン活動では、血圧測定等も行っています。生かされている自分が少しでも地域に密着してお役に立てるように、この資格を活かして今後も活動して参りたいと思っています。

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。

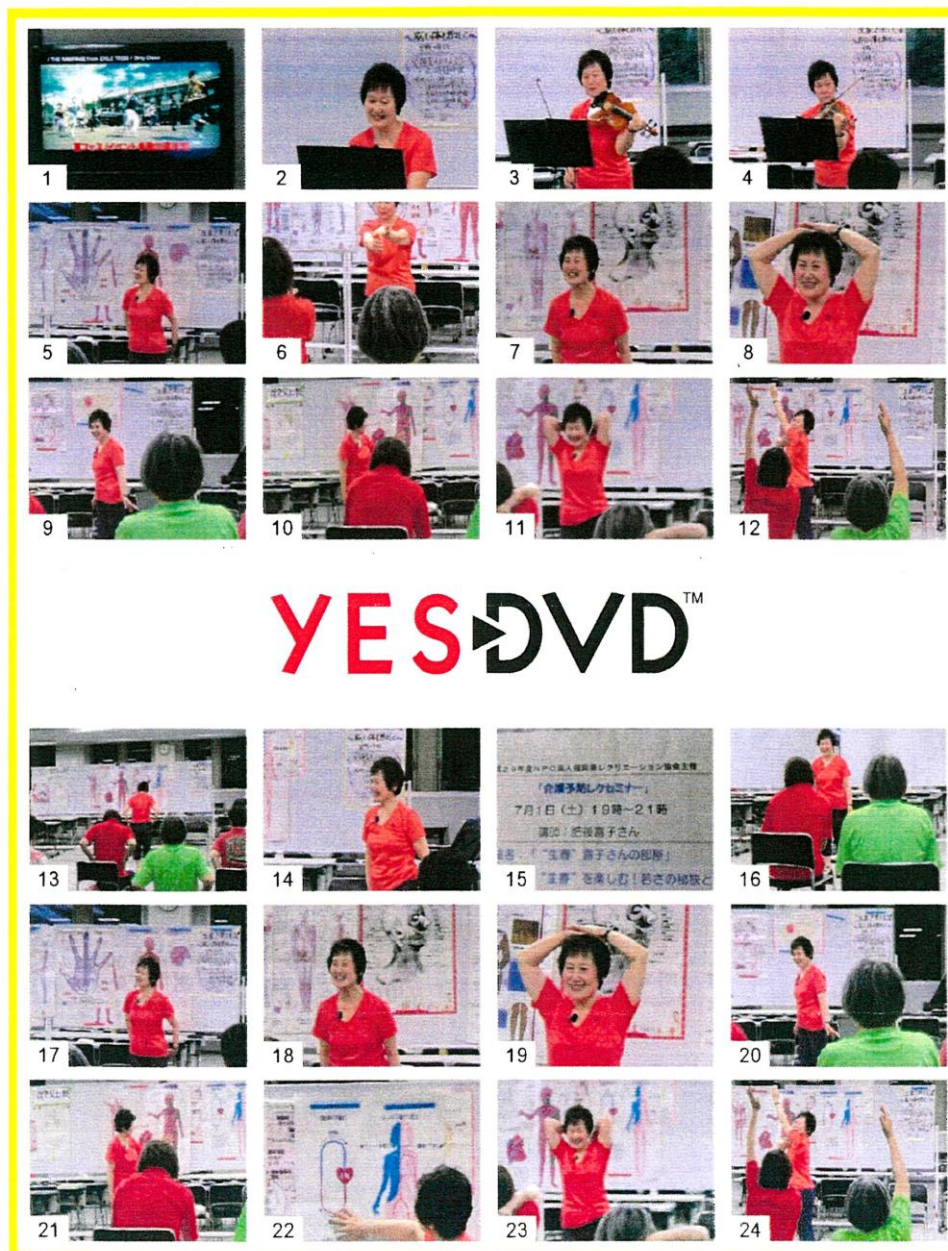
2ヶ月に一度送られてくる「ほすぴ」は、知識を更に深く学ぶことができますので、大変嬉しく、届くのが待ち遠しいです。「セミナー」「能力開発講座」には、まだ参加したことはありませんが、近くで行われる折は、是非受講したいと思っています。

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 - 38900
お名前	肥後 喜子
性別	女性
年齢	78歳

⑤活動の様子

－「喜子の部屋」福祉レクリエーションセミナー2017 1－



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 - 38900
お名前	肥後 喜子
性別	女性
年齢	78歳

⑤活動の様子



ー2018-5-17二区ミニデイ 健康についてー

ー「喜子の部屋」福祉レクリエーションセミナー2017 2ー

