

# 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 - 25953
お名前	川原宏子
性別	女
年齢	--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？

短大で栄養士の資格をとって卒業後、栄養士として働きましたが、結婚して専業主婦になり、家族の健康を守るのは自分の務めと身体に優しい日用品を使い、食事を作っています。

主婦グループで身体と心の健康について勉強していたとき、この健康管理士一般指導員という資格のを知り、これを学ぶことによって身体面について総体的に把握できるのではないかと思いました。

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？

過去、ペン習字の通信教育で挫折したので少し不安でしたが「一緒に試験を受けよう」と決めた仲間がいたのと家事の合間に「自分が勉強したい!」と思った時に集中して勉強できたのが良かったです。

一人で勉強するときも、テキストの内容がわかりやすく、添削問題も「やるぞ!」と決めたら提出できました。また、合格対策講座もありがたかったです。

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？

ゴスペル音楽を通してボランティアをするNPO法人団体に所属していて、デイケアサービスや障がい者支援センターなどの施設に演奏訪問に行かせていただいています。

その折に、演奏を聴いてくださる皆さんも参加していただけるような振付けをレクチャーしたり、一緒に歌っていただいたり、小芝居をして笑っていただいたりといったことをしています。

色々な施設で色々な方々と接するとき、テキストにあった「心」や「老い」について書かれていいるところが役に立っています。

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。

先日、参加させてもらった「能力開発講座」の「介護予防指導者養成講習会」の実践演習は今後の活動のヒントをもらいました。

それに、講座に参加することで、それぞれの地域でがんばっていらっしゃる仲間がこんなにたくさんいるんだなということを実感して嬉しいです。

また、定期的に届く「ほすぴ」のお陰で、健康に関する情報を再確認することができ「健康」について意識し続けられることがありがたいです。

# 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 - 25953
お名前	川原宏子
性別	女
年齢	--歳

## 活動の様子

