

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 - 26425
お名前	小林 邦子
性別	女
年齢	65歳



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。

<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>私は仕事で子ども達に勉強を教えており、また地域では保健推進員をしており、その1つでストレッチ体操の指導を60歳以上を対象に毎週1回やっております。健康管理士とは人間の体をトータル的に考えるものだと思い、子ども達が学校へ行く前の朝食があんぱんだけだったり、インスタントラーメンだったりするのを聞き、また60歳以上の人の体調の管理の知識を得るため、資格を取得しようと思いました。</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>自分の仕事、地域の仕事と役がある中で、自分の空いた時間を有効に活かして勉強できるのは良いと思います。自分が知りたい事が6冊の本に整理され、今でも見たい時にすぐに取り出して、その項目を読めるのが役に立っています。 社会人になる前の高校生が健康管理の知識を持って社会に出たなら、健康寿命も延びるのではないかと学びながら思いました。</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>地域では、13の自治体の保健推進員の代表の仕事をしております(ボランティア)。健康福祉まつりでは、体脂肪、体重・身長・握力測定、モデルを使っての乳がん体験を区の保健師と一緒に行いました。身近では主人のメタボ解消に、病気の予防に役立ちました。娘達には乳がんチェックの方法を学んでもらいました。私としては、家族に役に立てた事が大きな収穫でした。5~6月には、区の保健師と、地域で乳がんチェック講座を開きます。</p>
<p>その他「ほすび」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>知識の大切さはもちろんですが、体験事例から学べる事は、知識では得る事のできない、危険から安全の狭間の見落としがちな部分を学べるのではないのでしょうか。そんな事例があったら載せて頂ければと思います。 健康管理士ニュースに出ている講座には、仕事と講座の日時が重ならない時は、是非参加したいと考えております。 「ほすび」が届くのを楽しみにしております。</p>