

# 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 - 21129
お名前	水野 直三
性別	男
年齢	59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？

私は今まで、健康は大切であると良く分かっておりました。現代の医療は目覚ましい進歩をとげていると思っておりました。でも、入院して帰って来ない人が大勢います。科学も医療も進歩していて、物も食べる物も多くある日本で、帰らぬ人になってしまう病がなぜそうなるのか、心臓病、脳疾患、がん、エイズ等、罹ってから治すことに疑問を感じ、せめて家族だけでも健康で元気で暮らすことができたらと思い、健康管理士一般指導員の資格を取得しました。

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？

最初テキストを頂いた時、自分には無理かと思って臨みました。そして、自分のペースで勉強が出来ることが分かり、とても良いと思いました。テキストも分かりやすく、内容もとても為になりました。

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？

当初は家族へのアドバイスが中心でしたが、親戚や知り合いにお話していると、町内の方も聞きたいとの事で、今では月1回市民集会場や町内会館で、健康管理士でのテキストや「ほすび」の内容をお伝えしています。

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。

「ほすび」の内容はとても良いと思います。特に、東洋医学を取り上げたことです。前回のコーチングも、参加して発見でした。健康の大切さが分からない、年だからしょうがない、病気は病院で治してくれると言う古い考え方、生活の有様からなる病気、そしてストレスからくる病気、私は病気はまず心の持ち様だと思います。心、身体は一体のものであると思います。そして言葉は「言魂」、良い言葉を使って、良い物を食べて、楽しく暮らすこと、感謝です。