

# 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 - 24176
お名前	高橋 のり子
性別	女
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？

看護職で臨床を経て、訪問事業、健診事業に係わってきました。人生の節目を迎えるにあたって、生涯現役、生涯学習を目標に考えていたところ、新聞紙面で健康管理士一般指導員説明会の記事を目にし、現在又今後も必要な知識分野である事を痛感して受講しました。

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？

学習中は、今まで習得してきた事の復習と、新たに学習する内容とでとても楽しかったです。教材も分かりやすく、文字も大きく読み易く、内容もとても丁寧でした。返却されるレポートも待ち遠しく、コメントを頂くのも楽しみでした。さすがに試験が近くなると緊張はしましたが、合格対策講座に参加させて頂き、ポイントを絞ってより詳しく学習できた事は幸運でした。

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？

日常生活を送る上で、また家族の健康を守る上での基礎知識として非常に役に立っています。友人との会食等には必ず食育を話題にし、それが疾病予防や介護予防につながる事を共有し、生活習慣を見直すきっかけにしています。

資格取得後は、県の健康管理士会(栃木県)に入会させて頂き、それぞれの分野で活躍されている先輩会員の方から種々ご指導を頂いています。それがまた楽しい時間です。健康管理士会としては、各地のイベントにブースを設け、希望者への健康教育を実践しています。私は主に血液サラサラ度や血圧測定をしながら、利用者個々の生活習慣見直しのお手伝いをさせて頂いています。

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。

「セミナー」はまだ未参加ですが、「ほすび」は内容も簡単明瞭で、より詳しく復習できて楽しみです。継続して学習できる意味は非常に大きいと思います。

「セミナー」や「講座」は近隣で開催されれば参加したいと思います。今後ともよろしくお願い致します。

# 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 - 24176
お名前	高橋 のり子
性別	女
年齢	59歳

## 活動の様子

