

# 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 - 12396
お名前	田中 満恵
性別	女
年齢	71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？

長い間学校に勤務していきまして、生徒の行動の変容に強く関心を持ちました。一寸した事ですぐキレる。そのような子どもの生活を観察していて、食生活が一つの原因ではないかと思い、子ども達に健康な体と心を育むための正しい生活リズムを伝えていきたいと思い、改めて自分自身も勉強し、健康管理士一般指導員の資格を頂き、多くの方に伝えていきたいと思いました。

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？

通信教育は好きな時間に勉強できますので、大変助かりました。テキストを頂いた時は、「こんなに覚えられるのか？」と心配でしたが、読んでいまして、自分自身の健康を見守るのに役立ったり、テレビの健康講座を見ていても、教材の図を見る事により理解が早くなり、引きずられるように読み続けられました。受験対策講座でまとめをしっかりと教えて頂けて助かりました。

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？

資格を取得して、最初の目的である子ども達の健康をと、「食の大切さ」を伝えていました。朝食を摂らない子が多く居る事に気づき、今は「早寝、早起き、朝ごはん」を子ども達や保護者に聞いて頂いております。子ども達やお母様から「毎日の生活の中で実行しています」とお便りも頂きました。

また、高齢者には「いつまでも元気で居るために」、毎日の生活の中で心掛けて欲しい事などをお話して、大変好評を得て、皆さんのお役に立てている事を嬉しく思っております。

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。

「ほすぴ」は2ヶ月に一度送られてきますが、大変勉強をするには助かります。雑誌などを見ていて、忘れてしまった事などを調べたりするのに解りやすく説明されていて助かります。