

音健協通信第11号(2017年7月15日発行)より

→03♪ 音健協 News

「健康生きがいがづくり×音健士」誕生 「気軽に楽しく運動」で、3世代交流目指す

音楽健康指導士
養成講座
受講者ボイス
(東京会場)

月3回以上、多世代間交流をテーマに新潟の福祉施設や公民館などでボランティア活動を続ける笠原盡子さん。6月に東京で開催した音健士養成講座に「健康生きがいがづくりアドバイザー」の仲間たちと一緒に参加。健康づくり、仲間づくりのスキルアップを目的に受講した。



一般財団法人健康・生きがい開発財団が育成・認定する「健康生きがいがづくりアドバイザー」の仲間たち。右から2番目が笠原盡子さん

MEMO 健康生きがいがづくりアドバイザーとは

一般財団法人健康・生きがい開発財団が認定する資格。中高年齢者の在職中とリタイア後における健康生きがいがづくりを専門的に支援する資格であり、他の機関や専門の職種などをつなぐコーディネーター役も務める。職域からの円滑なリタイアおよびリタイア後の自己実現に重点を置き、行政、企業、地域などのさまざまな組織や団体との連携を通して健康生きがいがづくりを支援している。

——受講のきっかけは。

笠原 「健康生きがいがづくりアドバイザー」の仲間から聞き、シニアを元気づけるための良い資格だと思い、仲間と一緒に受講しました。健康生きがいがづくりには、気軽に楽しめる要素が重要です。今、月に3回以上、介護施設や公民館などでボランティア活動を続けていますが、この講座で学んだことを活かして、より効果的で楽しいレクリエーションが提供できると思います。

——健康生きがいがづくりアドバイザーとは。

笠原 健康・生きがい開発財団の資格です。健康生きがいがづくりを支援する人材の養成を行っています。生きがいは与えられるものではなく、自ら実現していくものという視点で、その人にとっての生きがいを創造していくことを支援する知識と技法を身につけた専門職です。

音健士2級受講者の女性アドバイザー



左より山本眞理子さん（健生千葉県連）、沢登京子さん（山梨健生）、小島美恵子さん、笠原壽子さん（以上、健生新潟）、神山弓子さん（健生都連、健生しながわ）