

2022年更新（第2、7期） 睡眠環境・寝具指導士® 資格更新対象者論文より一部抜粋 なるほどの声！ ②

編集：睡眠環境・寝具指導士®認定委員会事務局

資格者としての意義と意欲、そして、その活用策・・・（指定課題より）

●睡眠環境寝具指導士の目的を踏まえて、社会貢献 できる人材になりたい。最新の研究成果や進歩する寝具寝装品の技術などの情報や知識をアップデートし続けることで仕事に生かし、目の前のお客様のお悩みやご希望に答えを出し続けていきたい。

●お客様からのお問い合わせは様々な内容があり資格取得することで自信をもって対応することができるようになった。お客様の好みの敷布団の硬さや掛布団の重さ、寝室などの環境を伺い最適な寝具の提案をします。今後も睡眠の大切さをお伝えしながら最適な寝具選びのお手伝いができるよう心がけていきたいと思う。

●自社開発した睡眠日誌による睡眠の可視化や、ネット上では睡眠環境・寝具指導士によるお布団の取り扱い方等を載せ、お届けする商品にも紙による案内も同梱し、良い状態で快適にお使いいただけるよう努めている。今後も睡眠と寝具の関係について健康的な睡眠と環境作りのため適切なアドバイス、サポートしていきたい。

●睡眠や寝具の知識一つとっても、今までは寝具を通して寝具の素材から健康へ、そして睡眠環境から日常生活の不安や疑問の原因を仕事として生かしていく事は勿論だったが、三大欲求にもあるほど不可欠な睡眠だからこそ、持っている知識を活用しもっと普段の生活の中で、自然に個人的にも周りの人に対しても管理、助言をしていけるのではないかと考える。

●今では仕事として生かすことはないが、日常的に知識を再度深めるためにあまり触れてこなかった環境問題や健康に関する箇所を強く学び、寝具や日常生活の面では、時間をしっかり取ることが出来るセミナーや様々な書籍を通してさらにさまざまな情報を多くの所から得て生かしていこうと思う。