



●●●●●●●●●● 健康セミナーを実施して ●●●●●●●●●●

奈良県桜井市消防団

1 はじめに

桜井市は奈良盆地の中央東南部に位置し、背後には大和高原の一部と竜門山脈が連なり、山間部が全市の約60%をしめています。市の西方は奈良盆地がひろがり、大和川と多くの支流が流れています。

桜井の地は、古代大和王権の成立した土地であり、その後の古代政権の発展にたえず大きな関係と影響をもち、万葉集にも詠まれている優れた自然環境や古墳、遺跡が現在にも数多く残っています。

特に三輪山を御神体とする日本国最古の神社である大神神社や、桜やボタンなど四季を通じ「花の寺」として多くの人々の信仰を集めている長谷寺、秋の紅葉と「けまり祭」などで有名な多武峰談山神社、日本三文殊の一つで知恵の神様として親しまれている安倍文殊院など国

宝・重要文化財が数多くある歴史の町です。

また、今日、全国各地で生産されている素麺の発祥地は本市の三輪であると言われており、長い歴史が伝統の味を生み出し、独特の技法が受け継がれ「三輪素麺」の名称で全国的に親しまれています。それ以外にも皮革製品やスポーツ用品は、県内外を問わず広く人々に愛用されており、その技術・アイデア・品質の良さが継承されてきています。

2 桜井市消防団沿革

当初は、桜井町消防団として昭和23年3月消防組織法の施行により7分団、定員190名で発足し、桜井市消防団となったのは昭和31年9月からです。

昭和29年、同31年、同34年、同38年と周辺町村との合併や編入を繰り返したことに伴い消防



出初式

団の組織もその都度再編され、4回の消防団統合整備を行い、昭和43年に現体制である11分団、定員700名の組織となりました。この間、昭和39年3月には消防庁長官より竿頭綬表彰を受けるなど、伝統のある消防団です。

その後も昭和61年8月には団本部の強化を図るために副団長を4名体制とし、平成11年4月には女性消防団員を採用し女性部を立ち上げるなどの組織改編を行い、現在に至っています。当消防団は、ポンプ自動車11台、小型ポンプ付積載車10台、可搬式ポンプ28台の陣容により、日夜、市民を災害から守る活動に従事しています。平成22年1月1日現在で団員の平均年齢は42歳ですが、行動力にあふれており、地域防災活動にとどまらず多方面で防災リーダーとして活躍しています。

3 健康セミナーの開催にいたった経緯

当消防団では年間1、2件の公務災害が発生している状況で、幸いにも死亡事故などの大きな事故は発生しておりません。しかし、消防基金の資料によれば、全国的には年間1,300件ほ

どの公務災害が発生しており、脳血管疾患や循環器疾患を発症して殉職される消防団員が少なくないとのことで、消防団員の公務災害防止に取り組む必要性を感じていました。

このような現状をふまえ、奈良市で開催された「健康セミナー」に団長と3名の女性消防団員が参加させていただきました。このセミナーでは、生活習慣病の予防やメタボリックシンドロームについてわかりやすい説明がされており、公務災害を未然に防止することに大いに役立つと感じ、当消防団でも開催することといたしました。

4 健康セミナーを実施して

平成21年11月8日（日）に日本赤十字社奈良県支部の松本淳子参事を講師に迎え、消防団員100名の参加で「健康セミナー」を開催いたしました。

「生活習慣病の予防」の講演で、生活習慣病の発症や進行については、外部環境や遺伝も関係し、不適切な食生活や運動不足、喫煙などの生活習慣を続けることによって、メタボリック



講演している日本赤十字社指導員

シンδροームを発生させ、心筋梗塞などの病気を引き起こす原因になっていくと聞き、不安になる者も少なからずたようです。そして講師の生活習慣病に対する予防やストレス処理法等を聞き、食事、運動といった生活習慣病に対するストレス処理法等を聞き、食事、運動といった生活習慣の改善が必要と思う者が多数現れました。

セミナー終了後には、参加した団員から「今回のセミナーは内容もわかりやすく、朗らかに

講義していただき大変良かった」との声が多く寄せられました。消防団員の健康管理に役立ち、かつ、受講した団員には大変好評であるこの「健康セミナー」を今後も継続して実施したいと思います。

また、公務災害ゼロを目指し、「安全管理セミナー」、「S-KYT研修」といった公務災害防止研修事業を消防基金と共催するなど、いろいろな研修や講習の実施を検討していきたいと考えています。



熱心に耳を傾けている消防団員



脳トレーニングをしている消防団員