

## ▶ 消防団員健康づくりセミナーを実施して ◀

宮城県消防協会塩釜地区支部

### 1. はじめに

当支部は宮城県のほぼ中央東部に位置し、かつて独眼竜で知られる戦国大名伊達政宗が統治した地、現在の杜の都「仙台市」に西南部を接し、東は風光明媚な松島を形成する太平洋に接しています。

管内市町は塩竈市（離島の浦戸諸島を含む）、多賀城市、松島町、七ヶ浜町、利府町の2市3町であり、支部はこの塩釜地区管内（管内面積約150平方キロメートル、管内人口約19万人）の中心に位置する塩竈市（塩釜地区消防事務組合内）にあります。

構成市町の特徴としては、塩竈市は古くから奥州一の宮「鹽竈神社」の門前町として栄えており、特定重要港湾、特定第三種漁業の指定を受ける港湾都市です。管内では行政、産業経済、交通の面で中心的役割を担っています。多賀城市は陸奥の国府が置かれた管内最古の歴史のまちでもあり、仙台湾臨港における大型工業拠点を担い、東北各都市へのエネルギー供給の石油コンビナート地帯を抱えています。そして、松島町は日本三景・特別景勝地で国際観光モデル地区指定を受け、旅館・ホテル等が林立する観光の国際交流の場です。七ヶ浜町は水産資源に恵まれた近海漁業・浅海沿岸養殖漁業の基地であり、国際交流施設を持つリゾート基地でもあります。利府町は緑豊かで、仙台都市圏のベッドタウンとしての宅地整備が進み、人口が年々増加している状況で、工業団地や総合的スポーツ施設、県民の憩いの場を有し近年発展の途にあります。

### 2. 支部・管内消防団の概要

支部管内の消防団は、管内6消防団、38分団、総勢854名（うち女性消防団員40名）で構成され、消防ポンプ車23台、小型ポンプ積載車31台が配備され、様々な地域特性を持つ管内の安全・安心を確保するため、町内会、自主防災組織、婦人防火クラブ等とも連携して各種訓練等を実施するなど、日々消防団活動に努めているところです。

特に、昭和53年6月の宮城県沖地震、さらには、平成23年3月の東日本大震災の体験を踏まえ、地震・津波災害などの大規模自然災害に対応できるよう、団員や団組織の安全管理体制の構築を図りながら積極的に訓練を重ね、関係機関と一体となって地域防災力の充実強化に取り組んでいます。

支部においては、消防思想を普及徹底し、消防施設の改善と消防活動の強化を図って社会の災害を防止し、福祉増進に寄与するという目的を達成するため常備消防と連携を取りながら各種事業を展開しているところです。

事業を挙げると、消防団員の厳正な規律と旺盛な士気の高揚並びに消防諸般の要求に適応させる基礎作りと相互連携を図るため、2市3町消防団が一堂に会して、演技「訓練礼式、ポンプ操法、分列行進」を実施する塩釜地区消防団連合演習や消防行政の実情を広く研修し、支部活動に資する視察研修、そして消防団員の知識・技術の向上や消防活動上の安全管理を図ることを目的とした消防団警防研修会などです。

### 3. 「健康づくりセミナー」開催経緯

消防団警防研修会は平成14年度から支部行事に組み入れ、新人団員の教育や指導的立場のある班長以上の幹部団員を対象に、訓練礼式を主として行われてきました。しかしながら、災害現場での消防活動は複雑多様化し多岐にわたり、地域防災の担い手である消防団員が安全に活動できる体制、その環境を整えることが必要で、それには専門的知識・技術をもって活動することができる団員のスキルアップを図ることが不可欠です。

これらの観点からこれまでの基礎的研修内容を見直し、平成22年度からは消防基金の「消防団員公務災害防止研修事業」を活用させていただき、「消防団危険予知訓練（S-KYT）研修」を開催しています。

平成23年3月11日発生した観測史上かつてない巨大地震・津波により甚大な被害を受けた東日本大震災の年を除き、昨年度まで「S-KYT研修」を4回開催しました。災害現場に潜在する危険性を予知して回避・対応できる知識・技術を実践的に身に付けられ、消防団員の消防活動に対する意識や行動もこれまで以上に良い方向に変わり、ひいては公務災害防止に繋がる効果的な研修でした。

全国的にも消防団員が減少傾向にある中、管内消防団も例外ではなく消防団員不足が課題となっている現状です。この現状においては、団員が安全に消防活動できる体制の維持やマンパワーである消防活動の根幹を成す消防団員が心身ともに健康で活動することが必須であることなどから、今年度も消防基金の後援を得て「消防団員健康づくりセミナー」を開催したところです。

### 4. 「消防団員健康づくりセミナー」を実施して

平成27年10月18日（日）、利府町公民館において、日本赤十字社宮城県支部から赤十字健康生活支援指導員の佐藤麻子氏を講師に迎え「消防団員健康づくりセミナー」を開催し、管内各消防団長をはじめ団員等107名が受講しました。

セミナーでは、公務災害の現状、心臓疾患・脳血管疾患、生活習慣病、続けたい生活習慣、定期的な健康診断についての講義や実技があり、講師が話す都度に頷く団員が多く、自分の身に置き換えながら聴講している真剣な様子が印象的でした。実技「座ってできる筋力トレーニング」では「あー、痛で、痛で（痛い）」や「足、これ以上あがんねえ」などの声があちらこちらから聞こえ、若手団員入団の必要性が感じられた一瞬もありました。

また、組みになっての「リラクゼーションの実技」では、少し照れ、恥ずかしさもあったようですが、講義にあった「相手の手の温もり」をしっかりと感じながらリラックス方法を習得していたようです。

セミナー終了後のアンケートでは「講義が分かりやすく、これからの生活に活かしていきたい。」、「日常の健康管理の重要性を再認識でき



続けたい生活習慣の講義

た。日々健康管理に努めて、今後の消防活動に役立てたい。」などの意見が多く、受講者にとって、心身の健康を保つことの大切さ、健康管理が消防団活動を支える大切なセルフケアであることなどを再認識でき、自分自身の健康、日常生活等を見つめ直す良い機会になった大変有意義な研修でした。

団員一人ひとりが自己の健康管理を習慣化し、地域防災力の維持、充実強化に努めることができることを期待するものです。

## 5. おわりに

これまでの「S-KYT研修」、「消防団員健康づくりセミナー」は、いずれも受講団員に前向きな姿が見られ、即、実行する意欲さえ感じ

られた研修でした。長期的でも、ひとりでもより多くの団員が受講して、研修で得た知識・技術等を習慣化できるように、創意工夫をこらしながら企画していきたいと考えています。

そして、今後の研修は引き続き消防基金のご協力のもと、東日本大震災などの凄惨な災害現場を体験した団員に危惧される惨事ストレスの対策や災害現場での公務災害発生防止対策についての研修をこれまでの研修とあわせ、計画的かつ積極的に進めて参りたいと考えています。

最後に、研修を後援していただいた消防基金はもとより講師の皆様には感謝を申し上げますと共に、当支部事業へのより一層のお力添えをお願いいたします。



事務局も体験（事務局長、事務局員）



実技を体験してみよう（座って出来る筋力トレーニング）



全員でリラクゼーション  
（左：支部長、中：団長、右：団長）



全員でリラクゼーション