



## 健康セミナーを実施して



さいたま市消防団

### 1 はじめに

さいたま市は埼玉県南東部（都心から20～30km圏内）に位置し、県庁所在地として、また、首都圏の北の玄関口として、新幹線をはじめ周辺各地の鉄道路線が集結する交通の要衝でもあります。

本市は、平成13年5月1日に旧浦和・大宮・与野市の3市合併により誕生し、平成15年4月1日には全国で13番目の政令指定都市へと移行しました。

さらに平成17年4月1日の旧岩槻市との合併を経て、10行政区と人口約123万4千人（平成23年4月1日現在）を擁する都市となりました。

旧浦和・大宮・与野市は、古くは中山道の宿場町として、旧岩槻市は城下町として発展してきた歴史を持ち、明治以降、旧浦和市は埼玉県の県庁所在地として、旧大宮市は交通の要衝として、県内の行政、経済、文化を常にリードしてきました。

また、平成12年5月に旧浦和・大宮・与野の3市にまたがる旧国鉄大宮操作場を有効活用し、新しい都市基盤とするため「さいたま新都心」の街開きがあって平成13年5月の合併が

されたことも特筆すべきことです。従来「顔」がないと言われていた埼玉県において、さいたま市はまさに名実ともに「埼玉県の顔」として、広く行政・経済・文化を牽引する中核都市として、県内はもとより全国の自治体から視線が注がれるようになりました。

現在、本市では、「私たちがつくり、共に生きるまち」を合言葉に、「市民と行政の協働」「人と自然の尊重」「未来への希望と責任」を都市づくりの基本理念として、21世紀にふさわしい理想都市の実現に向けたまちづくりを進めています。

### 2 さいたま市消防団の概要

さいたま市消防団は、平成13年5月1日、3市合併により、さいたま市「浦和」・「大宮」・「与野」消防団の3団51分団、定数1,108人の体制で発足し、その後、政令指定都市移行と同時に3団を1団に統合するとともに、女性消防団員を採用し「女性消防分団（現在、「広報指導分団」）」を創設しました。

平成17年4月1日に岩槻市との合併により岩槻市消防団を編入して、現在の1団63分団、定数1,332名となりました。



明るい雰囲気



熱心な指導

全国的に消防団員が減少する中で、本市消防団では、平成20年4月から消防団員の入団資格を見直し、年齢上限の廃止や市内に在勤・在学していれば市外居住者であっても入団を可能とするなどの消防団員の確保対策を図るとともに、女性消防団員を副団長へ登用し、広報指導分団以外の分団にも女性を受け入れ、男女が共同して消防団活動を行える環境が整いつつあります。

### 3 健康セミナー開催に至った経過

本市消防団では、平成21年度から「健康セミナー」を開催しています。毎回、参加した団員からは好評を得ており、その成果から、消防活動中の脳血管疾患や心臓疾患による公務災害は発生していません。しかしながら、被服の再貸与請求では、「太ってしまって入らなくなったため」という理由で制服及び作業服のズボンを数多く再貸与していることから、生活習慣病予備軍が増加していることが危惧されるようです。

また、本市消防団でも高齢化が進んでおり、今後、より一層の個々の健康管理が重要となります。消防団員が地域のために活動するには、自己の健康管理と健康に対する意識の向上を図っていくことが必要であることから、「健康セミナー」を継続的に開催しています。

したがって、今後も、「健康セミナー」は本市消防団の事業の中で必要不可欠な研修であると考えます。

### 4 健康セミナーを開催して

平成23年9月24日（土）日本赤十字社埼玉県支部の長谷山和美さんを講師に迎え、「健康セミナー」を消防団員・職員合わせて69名が参加する中、開催しました。

「高齢者の健康と安全」というテーマで、健

康な高齢者を目指すには、生活習慣病の予防が大切であるという内容の講義をいただき、その原因と対策等について参加団員は熱心に聴講していました。

特に、生活習慣病を引き起こす原因となる「メタボリックシンドローム」は、不適切な食生活、運動不足、喫煙、過度の飲酒などの生活習慣の積み重ねが誘因となるもので、「自分自身のライフスタイルを見直すことから始めることがとても大切である。」と熱心にご指導いただきました。

セミナー後に回収したアンケートには、「自分の生活を見直す機会になりました」「身体の自己管理の大切さを、考え直さなければいけないと思いました」「分団員としての奉仕活動（役割）を達成するため、自らの健康が大切であることを再確認しました」「分団も高齢化が進んでいるので、団員に話します」等々、消防団員として市民の安心・安全を守るために活動するためには、まず、自分自身の健康管理が重要であることを再認識することができました。

### 5 今後の取り組みについて

生活習慣病に起因するものではありませんが、平成23年度に本市消防団では、外傷等の公務災害が数件発生し、今後も増加するおそれ



講演風景

があるため、さらなる団員個々の健康管理及び安全管理の意識向上が必要不可欠です。

このことから、来年度は、「健康セミナー」

に加えて「S-KYT 研修」を開催し、公務災害ゼロを目標に、消防団長をはじめ全団員個々の意識の向上に努めていきたいと考えています。



講演風景