

●●●●●●●●●● **健康セミナーを実施して** ●●●●●●●●●●

財団法人 広島県消防協会

1 はじめに

広島県は、日本列島の本州の西端の中国地方に位置しています。南は、風光明媚な瀬戸内海に面し、北にはなだらかな中国山地を抱いており、豊かな自然と四季折々の変化に富んだ気候に恵まれています。

当県は、日本の47都道府県の中で12番目に人口が多く、県庁所在地の広島市は、中国・四国地方の最大の都市で、政令指定都市に指定されています。

県内に「原爆ドーム」、「安芸の宮島」の二か所の世界文化遺産もあり、日本国内外から、多くの観光客が訪れています。

半面、土砂災害の危険箇所は、日本で最も多く、昭和42年と平成11年の豪雨災害、さらに、平成21年では、中国・九州北部豪雨で多くの被害を蒙りました。消防団員も毎年、土砂災害や水害と闘っております。

現在、東南海・南海地震の発生やゲリラ豪雨の増加、台風の大型化など、災害の激甚化が懸念されている中、消防団に対する県民の期待はますます高まっているところです。

2 当協会の設立と事業概要

当協会は、大正15年11月23日に設立され、その後、広島県警防協会に改組し、戦後、昭和23年2月13日に任意団体の広島県消防協会が発足

しました。

昭和26年4月1日に任意団体であった広島県消防協会は、さらに事業の積極的な推進を図るため、広島県知事の認可を得て財団法人広島県消防協会となり、市町に支部を設け支部長等を配置しました。

現在23市町に消防団数30団、消防団員数22,617人（うち、女性団員401人）で組織されており、日頃から地域住民の安全を守るため、活動しています。

事業は、防火思想普及事業、教育訓練事業、慰霊弔意事業、福祉推進事業などを実施しています。

3 健康セミナーの開催に至った経緯

当協会を構成する消防団では、数件の公務災害が毎年発生しております。特に平成18年9月



熱心に耳を傾けている受講者



講演している日本赤十字社指導員

16日に中国地方を襲った台風13号による局所的な集中豪雨では活動中の消防団員が河川に転落し、悲しくも殉職する事故が発生しました。また、消防基金の資料等によれば、毎年全国で10名の尊い生命が失われているそうです。

このような状況から、当協会としても公務災害の原因と発生防止に関して検討をしてきまし

た。その結果、消防団幹部が団員の安全を確保するための知識をさらに高める必要があることから、消防基金の公務災害防止事業を活用して「消防団員安全管理セミナー」を実施することになりました。

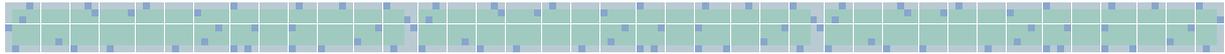
消防団員安全管理セミナーを受ける中で、消防団員の高齢化による体力の低下、日常の運動不足や生活習慣病が原因と思われるガン、脳卒中、心臓病、糖尿病などの疾患の危険因子を抱えている団員も少なくないことが分かりました。そこで、これらの疾患の発生防止、これらに起因する事故を防止するため、健康管理の知識の取得が急務と考え、「健康セミナー」を実施することになりました。

4 健康セミナーを実施して

平成20年9月26日に日本赤十字社広島県支部



腰痛予防、肩こり解消のためのトレーニング



講演に耳を傾けている受講者

の田村藤子氏を講師に迎え、団長・副団長他110名が参加して「健康セミナー」を開催しました。

講師である田村氏は、非常に分かりやすい講習に定評があるとのことでした。

今回は、生活習慣病やメタボリックシンドロームについて講義していただきました。その中では、生活習慣病の予防のための食習慣、禁煙や定期的な健康診断を勧められ、また、メタボリックシンドロームは生活の中のバランスの悪い部分が長年、蓄積されたことにより現われた「健康の危険信号」であることから、バランスの崩れた部分を早期に改善することで、簡単に改善する事ができるなど、内容も分かりやすい講義でした。その後、実技に移り、腰痛予防、肩こりの解消のためのトレーニングが実施されました。受講者は、講師の熱意に引き込まれながら、真剣にかつ楽しみながら取り組んでいました。

5 今後の取り組み

今回、実施していただいた「健康セミナー」は、大変有意義な研修でした。

90分間という長い時間でしたが、初めての「健康セミナー」であったことやメタボリックシンドロームが話題となっている時期に実施したこともあり、参加者の身近な事に関心も高く、また、生活習慣病等を患うことは自分自身や家族の幸せをも愕かすことにもなることも考えられ、研修終了後のアンケートには「今までの生活習慣を見直す。」などの意見が数多く見られました。あつという間の90分間でした。

消防団が、災害と闘い県民を守り、県民の期待に応えるためには、まず、消防団員一人ひとりが心身共に健康であり、充実した消防団活動ができなくてはなりません。今回は、団長・副団長の幹部の方を対象としましたが、今後は、消防基金のご支援を受け、全ての団員を対象とした研修を実施したいと考えております。