



## ●●●●●●●●●● 健康セミナーを実施して ●●●●●●●●●●

山形県南陽市消防団

### 1 はじめに

南陽市は山形県南部の置賜盆地に位置し、東に奥羽山脈を控え、南から西にかけて吾妻山系と飯豊山系に囲まれ、北部は山地で南部は沃野が開け気候にも恵まれており、米・野菜・果樹などの栽培に適した地で、中でもぶどう栽培は山形県の発祥の地として、現在も県内2位の出荷量を誇っています。

また、かつて「殿様の湯」と呼ばれ上杉家代々の湯治場として開湯以来900年有余の歴史を刻む「赤湯温泉」、日本三熊野の一つとして数えられ、東北のお伊勢さまとして親しまれている「宮内熊野大社」が鎮座されており、毎年秋には全国一の歴史と技を誇る「南陽の菊まつり」を開催し、菊人形とともに大菊が飾られ山形の秋の風物詩の一つとなるなど、豊富な観光資源にも

恵まれています。

「菊とぶどうといで湯の里南陽」をキャッチフレーズとし、交通アクセスも山形新幹線や国道13号線・国道113号線が走っており、県南地域の要衝の地となっています。

### 2 南陽市消防団の概要

当市消防団は、昭和42年2町1村の町村合併により南陽市と同時に22分団1,344名で発足し、昭和49年に再編整備され8分団891名の条例定数となり現在に至っています。

全国的に年々消防団員数が減少している中、当市は、地域住民のご理解、団幹部の努力により、県内の市では唯一条例定数を満たしております。

消防団員は、自らの地域は、自ら守るという



開会のあいさつ

崇高な精神のもと、地域防災のため活躍しています。また、副分団長以上の幹部は、総務・訓練・予防広報・警防の4部門の事務分掌を定め、各部門は副団長を主幹とし分団長2名、副分団長2名で担当しており、各種行事、訓練に参加するだけでなく、企画立案から参画し、自主性を大切にしています。

また、平成21年度青森県、平成22年度秋田県で開催された、国土交通省主催の東北水防技術競技大会の月の輪工法、シート張り工法の競技に2年連続山形県代表として出場し、1年目は奨励賞、2年目は優秀賞を受賞するなど、団長はじめ、積極的で活気あふれる消防団です。

### 3 健康セミナー開催にいたった経緯

当市消防団では、毎年4月の第1日曜日に辞令交付式（任免式）を挙げており、その前段として、新入団員に対する応急手当普通救命講習（3時間）を実施し、並行して新任の幹部を含めた幹部団員に対する研修会を実施していま

す。

内容は、はじめに各分団の代表8名による消防防災に関する意見発表会、引き続いて各種研修会をとなっています。

毎年、研修内容に悩まされていましたが、平成20年度の研修テーマを企画検討中、消防基金で発行している『広報消防基金』に公務災害防止研修事業として、「安全管理セミナー」・「健康管理セミナー」・「S-KYT研修」がある事を知り、この年は、「安全管理セミナー」を開催しました。受講した団幹部からは「公務災害防止のため大変参考になった。」との感想が寄せられ、「有意義なセミナーだった。」と好評を得ることができました。

毎年、消防団員の中に、公務中の事故ではありませんが、脳血管疾患、循環器疾患などの生活習慣病で入院したとの報告が数件あり、消防団としても健康管理は大きな問題であると認識していました。

消防団員である前に、人間として日常生活を



講演風景

健康な状態で生活することは、最も重要なことです。また、自らが健康でなければ、消防団員として活躍することもできません。

このような背景から公務中の病気の発症防止はもちろん、本人、家族のためにも日常的な健康管理、特に生活習慣病の予防対策として、消防基金のご協力を得て、「健康管理セミナー」を開催いたしました。

#### 4 健康管理セミナーを開催して

平成22年4月4日（日）日本赤十字社山形県支部の細谷由美子氏を講師に迎え、消防団員・職員合わせ121名が参加して開催しました。

不適切な食生活、運動不足、喫煙などの生活習慣の積み重ねが誘因となり、メタボリックシンドロームを発症させ、やがてそのまま放置すれば心筋梗塞や脳卒中など命に関わる病気を引き起こすことになるなど、不摂生をしている団員には、耳の痛い話もありました。

生活習慣病を予防し、悪化を防止するには、

生き方、暮らし方を変えることが最も効果的で、習慣を急に变えるのは難しく、あせらず、無理なく、継続することが重要と、わかりやすく、熱心にご指導いただきました。

受講した団員からのアンケート調査でも、「今は若いので自覚症状はないが、自分の将来、家族のために、酒の量を減らし、禁煙し生活習慣病にならないよう注意していきたい。」「健康のための身近な講習会で大変参考になった。」等々、大変好評を得ることができました。

#### 5 今後の取り組み

当市消防団では、安全管理には十分に配慮するよう常々指導していますが、残念ながら毎年1、2件の公務災害が発生しているのが現状です。今後は、公務災害ゼロを目標とし、消防基金はじめ多方面からのご指導ご協力を得て、公務災害防止研修事業を定期的で開催し、訓練に励み、市民の安全安心を守る防人として地域防災のために頑張っていきます。



熱心に聞き入る消防団員