



## ●●●●●●●●●● 健康セミナーを実施して ●●●●●●●●●●

奈良県香芝市消防団

### 1 はじめに

「香芝」その名の歴史はまだ新しく、昭和31年の五位堂村、下田村、二上村、志都美村の4村が合併し「香芝町」となったことに始まりました。命名の由来は合併の少し前、昭和24年に開校した前述の4村及び當麻町加守村（当時）の組合立「香芝中学校」の「香芝」を採用したものです。

香芝市は、奈良県の北西部にあり、金剛生駒紀泉国定公園を挟んで大阪府に接しています。道路網では大阪市から三重県津市を結ぶ国道165号、和歌山県新宮市から大阪府枚方市を結ぶ国道168号、及び大阪府松原市から名古屋方面にリンクする西名阪自動車道香芝インターチェンジを有しています。鉄道網ではJR和歌山線、近鉄大阪線及び近鉄南大阪線が市の中心部を縦横に走り、8つの駅を有し、大阪市内へは最短22分という至便なところに位置していることから、昭和63年には人口5万人を突破し、平成3年10月に「香芝市」が誕生しました。市制施行後は、身近に自然のある住みよい町づくりをモットーに、「伝統と新しい文化のいぶきがみなぎる香芝市」をめざして住民と市が一丸になって積極的に取り組んでいます。

### 2 香芝市消防団の概要

少子高齢化等に伴う団員数の減少や団員の高齢化、サラリーマン団員の割合が高くなることで、特に平日の昼間部の消防力の低下が全国的な問題となっています。当市消防団も定員割れはしているものの、毎年1名から3名程度であり消防団活動に大きな影響はありません。

香芝市消防団は、昨年度までは1本部、5分団、条例定数123名、実員数120名で市民約76,000人を災害から守っていましたが、今年度からは定数150名に条例改正をして10名の女性消防団員を採用しました。採用後すぐに10名の女性団員は24時間の応急手当普及員講習を受講し、消防署員と共に応急手当、AED救命救急等の指導をしています。同時に住宅用火災警報器の普及促進、防火啓発活動も行っており、今後は高齢者宅の防火訪問や幼年者への火災予防啓発活動も予定しています。

また、当市消防団は、奈良県消防操法大会のポンプ車の部において、平成8年、平成12年、平成22年と優勝し、2度の全国大会に出場しました。このように地域における防災の要として市民の期待に十分応えられるよう、団長を中心として一致団結し幅広い消防活動を行っています。

### 3 健康セミナー開催に至った経過

昨今、メタボリックシンドロームが問題となっています。以前、幹部役員会で保健士を招いて、普段の生活における指導等をお願いしたのですが、全団員にまで連絡が行き届かず、見るからに体調管理が不十分で肥満体型の団員が増加傾向にあります。

それが分かったのは、本市消防団で実施している春と秋の合同総合訓練、応援協定に基づく近隣市町村との林野火災訓練、消防出初式等の開催が近づくと「ウエストがきついでズボン新しく作ってほしい」という団員が増えてきたからです。団員自らが健康でなければ消防団活動ができず、地域に密着した活躍もできません。

そんな時、奈良県内のいくつかの消防団では消防基金の公務災害防止研修事業を活用し「安全管理セミナー」、「S-KYT研修」や健康セミナーを開催していると聞き、本市では消防団員

の健康管理と生活習慣病の予防策として「健康セミナー」を開催することにいたしました。

### 4 健康セミナーを開催して

平成23年7月10日（日）日本赤十字社奈良県支部の松本淳子さんを講師に迎え、消防団員・職員合わせて117名が参加し開催しました。

不適切な食生活、運動不足、喫煙、過度の飲酒などがメタボリックシンドロームを引き起こし、その後大きな病気を発症させるという話では、団員も身近な問題と感じているようで、非常に熱心に話を聞いていました。

また、昨今問題となっている熱中症については、「塩分を効率良く補給するためには梅干を食べると良い」「親指の爪を押さえて2秒以内に元の色に戻らなければ、水分が不足している状態」など、応急措置や予防方法について具体的にご指導いただきました。

セミナーを終えて回収したアンケートには、



研修開始



講師

「お酒の量を減らそうと思う」「禁煙に挑戦したい」や「熱中症の予防や応急措置を現場に取り入れたい」など、積極的な声が多数聞かれました。消防団員として社会貢献するためには、まず自身の健康維持・健康管理が必要不可欠であり、セミナーを通じて、団員の意識の向上を図ることができました。

## 5 今後の取り組みについて

本市消防団では、過去に操法訓練に伴う公務

災害が数件発生しておりますが、幸いにも全て軽傷ですみました。しかし、その結果に甘んずることなく、この「健康セミナー」を通じて全団員が健康管理を徹底し、市民の安心、安全を守る活動のできる環境づくりに取り組みたいと思います。また、次回は「安全管理セミナー」を開催し、消防団長をはじめ全団員が一丸となって、事故のない消防団の組織づくりにより一層努めていきます。



受講風景



受講風景2