

消防団健康マガジン

Presented by **Di treha**

HEALTH MAGAZINE for FIREMEN

秋

2017年(平成29年)11月1日発行 | 季刊4回発行 第17巻 第1号 通巻59号 | 編集兼発行人/野村元 | 発行所/株式会社トレハクラブ | TEL:03-5787-6130 FAX:03-5787-6170 | 〒154-0024 東京都世田谷区三軒茶屋1-41-9 朝日生命三軒茶屋ビル8階 | E-mail:info@treha.com | www.treha.com | 印刷/株式会社カミ

Autumn 2017

INTERVIEW

私の健康法

お天道様と一緒に行動する。

北海道消防協会
札幌市北消防団
日本消防協会

会長
副会長

平井 勇光

消防団との出会い

昭和20年に新琴似で生まれた平井会長は、成人間もない昭和41年、地域の消防団幹部に誘われ入団した。昔は消防団に勧誘されて一人前という風習があった。当時の札幌はまだまだ片田舎。屯田兵制度が出来たのが明治8年、明治20年に新琴似へ220戸が入り私は現在4代目。家系的には祖父の代から消防団員をしていて、私で3代目。家業の農家を営みながら、団員として活動を開始した。これは当時の社会情勢としては普通だったと思う。

新琴似は石狩平野にあり見通しがよく、少年時代に火災をよく見た。消防団員が声を掛け合いながら家財道具を出すなど、男気のカッコよさは子供の頃から感じていたから素直に入団した。同じころ地元氏神様のお手伝いにも誘われ、憧れの先輩から認められたことがとても嬉しかったことを懐かしむ。

入団当初、印象に残っていること

先輩に対して何も言えないこと。子供の頃からの知り合いに囲まれての入団だから仕方がない。だが先輩たちにはかわいがってもらえた。辛くて辞めようと思ったことはない。

訓練は義務、頑張った後に楽しみ(飲み会)があった。昔の先輩は面倒見が良く、随分ご馳走にもなった。

消防団員はいい人間ばかり

消防団は伝統ある組織。面接の時にその説明をした上で入団する人たちの集まりだから。災害時に連携が重要な組織だけに、一匹オオカミよりも「いい人」「体育会系の人間」が集まる。だが体育会系は言葉遣いが。全国的に女性団員増の動きもあり、最近は言葉遣いに気を付けているし指導もしている。

今、力を入れていること

女性団員の入団。女性はソフトで人当たりがいいから、被災された方からも喜ばれる。消防団にもある程度女性は必要。もちろん力仕事は男がやる

ことが前提。その他にはボランティア活動としての認証制度を活かし学生の入団にも力を入れていく。また卒業生が在校生に勧誘活動をしていく。

団員を増やす為に行っているPR活動は?

札幌市全体でPR活動に取り組んでいる。「市民が集まる場所どこかできないか」と考えている。その他には市民広報、ポスターなどを使いPR活動を行っているが、それ以前に「若い人は消防団員を正しく認識しているのか?」という不安がある。新琴似では100年史を渡して、歴史を分かってもらおう努力をしている。



新琴似分団啓蒙活動

地域のイベントに参加しながら勧誘

よさこいソーラン祭りに参加する地元チームがあり、分団員が頭をやり勧誘に動いていたこともあった。また消防団としては

警戒と救急ステーションでの活動しながらPRを行い、その他にも年末年始の神社参拝に来る人にも勧誘。勧誘の努力は様々やっている。団のエリア内のイベントを積極的に手伝えるなどしながらPRに努めている。



札幌市消防ヘリコプター運航記念式

私の信条

「真面目にやらなければ人はついてこない」「人の前に出たら頭を下げる」これが生活信条。地域の為には額に汗してご奉仕しなければならぬ。そう思っている。組織の上に立つ人はそういうものだと思う。

今の立場でいられるのは、皆さんに支えられていること、そして先の大戦で尊い命を国の為に捧げられた人たちのおかげ。だから靖国や沖繩の慰霊祭にも行く。父親は戦時中香港にいたが、父が帰ってきたおかげで今の私がいるわけ。だから先人の感謝を忘れない。



第六十二回神宮式年遷宮「お白石持行事」

私の健康法は?

自営(農業)と言っても現実的には年金生活。歩くことが昔から早いとされているが特に歩くことを意識しているわけではないが、ただ3歳の時には藻岩山に登っていたと親が話していた。特別な健康法はない。でもお天道様の下で生活を続けて来たことが健康につながっていると思う。夜明けと共に起き、お天道様の下で働き、日没と共に家に帰り食事を摂る。そして風呂に入り疲れを取ってから寝る。これが一番と思う。入浴剤は入れず湯船につかる。長湯はしない。これが最高の私のせいたくだと眼を細める。

登っていたと親が話していた。特別な健康法はない。でもお天道様の下で生活を続けて来たことが健康につながっていると思う。夜明けと共に起き、お天道様の下で働き、日没と共に家に帰り食事を摂る。そして風呂に入り疲れを取ってから寝る。これが一番と思う。入浴剤は入れず湯船につかる。長湯はしない。これが最高の私のせいたくだと眼を細める。

一つの行事が終わった時に、お酒を飲むことも大切

お酒は百薬の長と言われるだけあり、節目節目で酒を飲むようにしている。お酒は飲むが一人で飲みに行くことはない。また賭け事はしない。周りからは「硬い人だな」と言われているが(笑)

今後やっていきたいこと

消防団活動は先輩が額に汗して組織を守って引き継いで来たものだ。組織とは北海道民の為に活動される消防団員が集まる団体だから、そういう思いを持つ人に引き継がなくてはならない。先輩から引き立てられ、部下から支えられ今の立場がある。この想いは跡を継ぐ者に引き継ぐことが大事と考えているだけ。消防一筋あつぱれである。消防団を辞めても勧誘活動は続けると思う。

若い団員さんへ向けて一言

しっかりと真面目にやっていると、周りは必ず見ている。だからそのことを忘れずに頑張り続けることが大切。消防団員はそういう人たちがばかりだ。一生懸命頑張っていれば、住民さんたちは感謝の気持ちを持ち続けられるものだとキツパリ。

農業従事者で口下手と言いながらも、とても熱く語ってくれた平井会長。

消防団員である前に、人としての振る舞いを沢山学ばせて頂きました。先輩方から受け継いだ想いを次世代へ、消防団が積み上げて来た伝統を後世に残していく活動を応援していきたいと強く感じた。



平井 勇光

昭和41年7月4日 琴似町消防団
昭和50年10月1日 札幌市北消防団
平成26年4月1日 札幌市北消防団
平成28年4月21日 札幌10消防団連合協議会
平成28年6月24日 北海道消防協会
平成28年7月19日 日本消防協会
平成19年1月1日 賞
平成23年3月3日 北海道消防協会会長から特別功績賞を授与
平成28年11月25日 北海道知事から功労賞を授与
平成29年3月7日 日本消防協会会長から特別功労賞を授与
他多数受賞

公益財団法人北海道消防協会 会長
札幌市北消防団 会長
公益財団法人日本消防協会 副会長
昭和20年3月2日生まれ 72歳

伊藤園 自然が好きです。

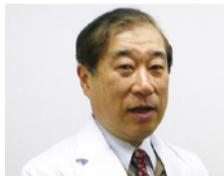
「鮮度」がいい茶葉は、おいしい。

お茶のおいしいところだけ。

空容器の散乱防止に協力ください。

医者いらず健康法

体温を上げる方法



ひろなか ひさお 宗像 久男氏

統合医学医師の会
統合医学健康増進会元会長
2004年ナチュラルクリニック代々木開設、2008年に医療法人社団一友会理事長に就任する。2011年、銀座ヘルスケアクリニック院長を経て、現在に至る。
※共著：小林英男氏

糖分と炭水化物を控える

砂糖など糖分の摂り過ぎも低体温の原因になります。なぜ糖分の摂り過ぎは低体温になるのでしょうか。人間が細胞でエネルギーを作るとき、熱を発生する方法があります。熱を発生させない方法は糖質と、砂糖や炭水化物から得られるブドウ糖を原料として使うのです。そのため糖が体内に大量にあると、熱を発生させないエネルギー生産ばかりがおこなわれて、結果として体温が下がるのです。

ちなみに、砂糖には大きくわけて2つあります。原料となるサトウキビや砂糖大根からミネラル類を削ぎ落した白い砂糖と、ミネラル類を自然なバランスでそのまま保持した黒砂糖やきび砂糖、てんさい糖などの自然な糖分です。

白い砂糖には糖の代謝を促進するビタミンやミネラルが含まれていないので、多量に摂ると血糖値を急激に上げて大量のインシュリンを発生させ、そのインシュリンによって、今度は急激に低血糖になるというジェットコースター現象を引き起こします。

その結果、健康障害の原因になりますから、特に注意が必要です。日常的に糖分を摂り過ぎると、高血糖、糖尿病、ガン、うつ病、アルツハイマーなどの原因になることがわかってきます。

また、砂糖ほどではありませんが、炭水化物（ご飯・麺類・パン類・イモ類）の食べ過ぎも、同様に高血糖を招きやすいため注意が必要です。

最近、糖質制限という栄養療法やダイエット法が広がってきていますが、この食事法は体温を上げます。食事で砂糖や炭水化物の制限をする

と、熱を発生させないエネルギー生産を抑えられ、その分、脂質とたんぱく質と酸素を材料として使う、熱を発生させる方法に比重が移るため体温が上がるのです。

水分の摂り過ぎを控える

現在、多くの健康法で大量の水分補給（一日1.5〜2リットル程度）が推奨されています。人は一日に1.5〜2リットル程度の水分を失うので、その程度の量までは許容範囲内です。しかし、毎日それ以上の量を飲んだり、またはそれ以下の量でも運動で汗をかかず、水分の使用量が少ない、体温が低く体の働きが正常でないなど、きちんと代謝がおこなわれないと体内の水分が排出されにくくなり、余分な水分が体内に溜まった状態となります。

また、体内に多量の水を抱え込むことは、体を内部から冷やすこととなります。健康に保つためには「入れたら出す」という排出が基本となります。ですから、大量に水分を摂ったら、それを汗や尿などで排出するように心がけなければなりません。

また、冷たい水分はそれだけで体を冷やし、低体温を招く要因になります。水分を補給するときには、常温の水、温かいお茶や紅茶、または健康的な飲料などで補給すると良いでしょう。

また、冷たい水分はそれだけで体を冷やし、低体温を招く要因になります。水分を補給するときには、常温の水、温かいお茶や紅茶、または健康的な飲料などで補給すると良いでしょう。

また、冷たい水分はそれだけで体を冷やし、低体温を招く要因になります。水分を補給するときには、常温の水、温かいお茶や紅茶、または健康的な飲料などで補給すると良いでしょう。

また、冷たい水分はそれだけで体を冷やし、低体温を招く要因になります。水分を補給するときには、常温の水、温かいお茶や紅茶、または健康的な飲料などで補給すると良いでしょう。

シャワーだけでなく湯船に浸かる

シャワーが完備された結果、現代人は昔ほど湯船に浸からなくなりました。

湯船にゆっくり浸かる習慣が少なくなると、低体温は無関係ではありません。人は体を冷やすこと、温めないことが常習化すると体温が下がって低体温になるのです。逆に、入浴などで習慣的に体を温めると体温が上がってきます。

※これらの文章は多くの方の文献を参考にまとめたものです。

500歳野球で交流を深めよう



ほんどう ひろし 板東 浩氏

糖尿病専門医、ピアニスト、スピードスケーター、マスターズ陸上選手、著書として「肥満脱出大作戦」「糖質制限の実践法」など。印刷物は1800点以上。

先日、陸上男子の桐生祥秀選手が9秒98を樹立。号外も出て日本中が興奮した。同じ100mを私が15歳で走ったときは平凡な13.0秒ただ3秒遅いだけだった！

いま60歳、私の自慢は長年走力が変わらないこと。昨年13.1秒とマスターズ陸上で徳島県記録を樹立。桐生選手と同じかも。私は蹴らずに前傾でプッシュする走法だ。彼は私の走り方を多少真似しているようにも見える？

父たちの甲子園―第1回全国500歳野球大会が秋田で行われ、全国から32チームが参集（図）。私は「徳島大学チーム」の一員で甲子園球児と同様に入場行進した。

対戦相手は強豪で知られる地元の「秋田銀行」。金も実力も応援団も備わり華がある。四国パワーで立ち向かったが、早実の清宮選手が何人もいるようなチームには歯が立たない。会社を挙げて応援する社員や家族にも配慮し、敵に花をもたせることとした。

1番バッターの私はヒットで塁に出てすぐに盗塁（図）。本塁を踏み、私の役割を少しだけ果たせたと思う。



全国500歳野球

冗談はさておき、私の本職は野球選手。土や芝生を走ってきたからこそ怪我が少なく、野球人生を楽しんでいる。この前に「野球に燃える親

おもてなしと交流

秋田は今までアイスやインラインスケート、国民文化祭のピアノフェスティバルなどでお世話になり、心温まるおもてなしに感謝している。

今回も小学生が全チームの都道府県を調べて応援の職（のぼり）を制作（図）。地元の新報でも紹介され、徳島のすだちを子供たちに味わってもらおうなど、すでに両県での交流が始まっている。

私は東北が大好き。以前岩手県で国際マスターズ陸上大会があったときも、前日に長距離選手と交流した小学生が競技場でずっと声援を。こんな国際交流の継続が健やかな心を育み、日本を発展させていくだろう。



私は東北が大好き。以前岩手県で国際マスターズ陸上大会があったときも、前日に長距離選手と交流した小学生が競技場でずっと声援を。こんな国際交流の継続が健やかな心を育み、日本を発展させていくだろう。

消防育英会では、消防職員・団員等で公務により死亡又は障害の状態となった者の子弟の健全な育成を願い、学資の給付など必要な支援しています。皆様の温かいご寄付をよろしくお願い申し上げます。

公益財団法人 消防育英会

振込先
りそな銀行（銀行コード0010）
東京公務部（支店コード295）
口座種類：普通預金
口座番号：6103645
口座略称：
公益財団法人消防育英会
（「ザイ）ショウボウイクエイカイ）
※誠に申し訳ありませんが、振込手数料をご負担ください。

お問い合わせ
公益財団法人 消防育英会 TEL03-3591-0543



全国の消防職員・消防団員とご家族に贈る応援 SHOP

便利な商品 豊富！

日用品・食品充実！

ファイヤーファイター応援 Q検索
http://www.firefighter-ouen.shop

近代消防社 〒105-0001 東京都港区虎ノ門2丁目9番16号（日本消防会館内）
TEL (03) 3593-1401 FAX (03) 3593-1420



北海道ツーリングからエコを考える

夏休みは北海道

ことしの夏は、北海道へオートバイでツーリングをでき、楽しい時を過ごすことができそうです。北海道はどこへ行って、地元の人たちに気持ちよく接してもらえただけでなく、もちろん、大きな風景や、海の幸、山の幸、どちらも美味しい食べ物、本場に充実しています。東京に在住しているわたしとしては、まったく別次元の世界です。一度、自分のクルマやバイクで北海道を走ってみたいと思っっている方も多いと思います。

よりスムーズに走りた

北海道の道は冬季の雪のことを考えてあるので、道も広く走りやすいです。気持ちよく走っていると、もっとスムーズに走ることができな

スムーズに走るためのマナー

はしりはじめて気がついたら、北海道のドライバーは、まわりを良く見ている人が多いということです。クルマの流れを妨げないよう走り(追い越し車線を走り続け等)をしている車が多いです。追い越し可能な車線の走行もスムーズです。ヨーロッパでもど

うようなことが言えますが、周りをみて走ることで、交通のスムーズな流れは促進されます。実際に走ってみると、ガソリンスタンドで燃費計算をしても、かなり工コな走りかできたと感じます。(もちろん、市街地走行は少ないですが、それも考慮しても本場に良かったです。)

お互いを尊重した走り

その一方、オートバイに乗っていて感じることは、日本全国そこなのですが、2輪と4輪を区別し過ぎではないかということです。もちろん、2輪車は4輪車のように車体で守られることではないので危険ですが、2輪は危険というイメージが定着し過ぎていて、思い込みで、たとえば、欧米では、バイク自体の危険性を言うのではなく、「バイクが見えるかもしれないからよく見よう」というようなキャ



川口一郎

パンペーンをしています。同じ道路(公道)を使うという意味では、2輪も4輪も、自転車も関係ありません。お互いを尊重することで、スムーズな走行が可能になり、結果として工コな運転が可能になるとののではないかと考えています。技術的な燃費向上はこれからのどんどん進んでいくと思うので、乗る側の気持ちの問題も大切だと思います。

命の選び方

いただきます



辻野 将之氏
「星のや 軽井沢」等で宿泊型
体質改善プランの企画に従事。
そら鍼灸食養生治療院院長。
著書に「からだを心を整える
「食養生」」(技術評論社)

この保育園のすごいのは、毎月100kgの手前味噌を作っており、しかも年長さんが、食べる園生のことを思いながら楽しんで作っているのだ。

昔ながらのちゃんとしを出をとった良太くさんの味噌汁に玄米ご飯、使った野菜は無農薬。そりゃ旨いわけだ。そのお陰が

残食なんて無縁の給食で、気持ちいいくらいきれいに食べきっています。

映画の裏側

上映後はオオタヴィン監督(兼撮影)と二人でお話する機会が持てました。とても物腰が柔らかく話しやすい方で、この監督が自らカメラを向けるから、あんなに自然な姿を映し出すことができたのだらうと納得しました。

本当は簡単な食養生

健康のための食事の改善というところ、「大変ぞ」と我が家は無理に聞こえてくる。実は監督は30年以

上というベテランの菜食生活者で健康体。とても素敵な顔をしておりました。58歳の監督の顔はこれまでの生き様がにじみ出ているのを感じます。

食養生の実践者であり、深い知識があったその作品です。軽快な中にも真実や深みがにじみ出ています。

私は常々、多くの普通人にこそ食養生に触れていただきたいと願っており、この映画は絶妙なバランスで表現されている最適な映画と感じました。監督の人物と映画に惚れ東京と長野で上映会を主催することに決めました。日程等詳細は後日、日本食療法士協会のHPにて告知します。

itadikimasu-miso.jp

※食養生を学びたい人は「食養生」デザイナー「養成講座」がおすすめです。
http://shokujyo.jp/coordinate/

スマート経済学

銀行金利は下げられないのか？ 不動産担保は外せないのか？

〈前編〉

2007年の金利は過去最低未曾有の世界である。困窮であると言ってしまうはそれまでもであるが、金融機関のみならず一般企業にとってもどのような事業計画を作成すれば良いのか悩むところである。

状況を整理してみると、そもそも、何故この様な低金利になったのかである。世の中は景気が良いのか悪いのかサッパリ解らない。経済学者や評論家の言い方もマチマチである。一つ言えることは、概して大企業のこと10年間の成績が良いが、中小企業全体は利益が上がっていない。それは、多くの中小企業が銀行に返済条件を緩和してもらっている状況を見れば明らかだ。

少子高齢化を迎えれば、人口、企業数が少なくなれば、お金が沢山ある会社のみが最後に残ることには火を見るよりも明らかだ。つまり、お金のない中小零細企業は倒産や廃業に向かう確立が高くなるということである。企業の絶対数が減るといことは、資本主義経済においては優勝劣敗の原理だから仕方ない。しかし、世の中の社会不安が増大することにもなる。

政府として、これは困る。ならば、銀行が企業にもっと融資するように仕向ければ良い。どうしたら、銀行は企業にもっと融資をせざるを得なくなるのか？その答が政府主導で行ったマイナス金利である。

現在、都銀を除く多くの銀行がこの政府の戦略の下、徐々にではあるが、事業性評価、という名の下の積極的融資という方向に傾いている。銀行は今までの様に黙っていても儲かる時代は終わったといえる。つまり、もっと多くの地元の企業にお金を貸して利息をしっかりと取るという銀行の本来の姿に戻らなさいという指導である。

答は、今が金利を下げてもらう交渉の一番良い時期、であるといえる。

では、どのような企業ならば金利を下げられるのか？当然ではあるが、業績の良い会社である。具体的には、銀行が企業に融資する時の評価基準である、債務者区分、が、正常先であること。正常先とは、債務超過でない。銀行からの借入れ総額を10年以内に返済できること。税金、社会保険料等の未払金がないこと。社長が高齢(概ね65歳以上)ならば、後継者がいること等、これに加え、過去3年間利益が出ていて、これからの黒字が見込めるならば、ほぼ間違いなく金利削減交渉は可能である。

現在の金利相場は、都銀は0.5%~1%、地方銀行は1%前後、信用金庫は1%~2%、信用組合は2%~3%。現在、貴方の会社が良好で、これ以上の金利ならば交渉してみるべきである。現在の融資の金利が仕組み上、下げられないということならば、新たに同額の融資を低金利で受けて、現在の融資を返済すれば良い。

それでも駄目だということならば、他の銀行からの借り換えを考えると良い。理由は今の銀行は貴方の会社を重視していないということ。そんな銀行と付き合っても意味はない。

次に不動産担保だが、現在金融機関は銀行に担保、保証人に頼らない融資慣行を作りなさいと指導し始めた。

今は昔と違って、不動産担保があっても利益を出せず、返済する原資が見えなければ借りられない。逆に不動産担保がなくとも十分な返済原資となる利益が見込まれば、融資が行われる。つまり、担保は昔ほど重視されなくなってきたといえる。保証人も担保も駄目元で外す交渉を経営者はあるべきである。

〈後編に続く〉

(執筆 事業パートナー 代表取締役 松本光輝)

消防団の皆様の研修用に！地域の防災イベントに！一般向けAED講習に！

～ AED を使える人を増やして社会に貢献したい～ AED の普及に取り組んでいるトレハクラブからのご提案です。

AED トレーナー

- CU-SP1 のトレーニング用機器です。
- 設定変更可能です。
- 8 種類のシナリオを標準装備しています。
- キャリングケース、リモコン付きです。
- 本体サイズ：260×256×69.5mm
- 本体重量：約 1.5 kg (電池含む)
- 電源：単 3 電池 × 6 本 (電池駆動のみ)



消防団様特別価格 69,800 円 (税込)

CPR トレーニング用マネキン

- LED 搭載で血流イメージが分かりやすい。
- 深さ 5 cm 以上、100 回以上 / 分のペースで胸骨圧迫すると、額の LED が点灯します。
- 正しく出来ているか、学ぶ側も教える側も一目瞭然！
- 本体サイズ：320×590×210mm
- 本体重量：約 3.1 kg
- 電源：単 2 電池 × 6 本 (別売 AC アダプター有)



消防団様特別価格 83,080 円 (税込)

お問い合わせ先：(株)トレハクラブ TEL 03-5787-6130 FAX 03-5787-6170



PICK UP!

アクパランプ210

備蓄に最適、電池を気にせず長期保存の出来るランタン

東日本大震災や熊本地震、九州北部豪雨・台風の上陸など、いつやってくるかわからない天災への日頃からの備えの必要性が叫ばれて久しいが、今回はこんな備えに最適な灯り「アクパランプ210」を紹介しよう。

乾電池を使わない灯り

一般的な野営用の灯りは灯油やガソリンなどの燃料による火器か乾電池や充電電池により発光する製品が主だが、概ね後者の電池により発光する方式のものが普及している。

また、乾電池等で簡単・手軽に使用できるため、災害備蓄用としてもこの電池式のもの準備されている自治体やご家庭が一般的ではないかと思われる。

しかし、電池式の灯りは電池の管理をきちんとしないといと「いざ」という時に電池が自己放電しており使えないという問題点がある。今回紹介する「アクパランプ210」は、この電池管理の煩わしさから開放してくれる照明器具。なんと、わずかな食塩と水さえあれば80時間も連続して点灯してくれるという優れたもののランタンだ。



しくみと使用方法

アクパランプ210は、乾電池等を電源としておらず、本体に内蔵された「空気マグネシウム電池」という空気金属電池が心臓部である。この空気マグネシウム電池とは、酸素を正極活物質に、マグネシウムを負極活物質に、塩水を電解液として構成された電池で、基本原理は小学校時代に習った備長炭電池のしくみと同様に酸素と卑金属との酸化還元反応により発電。本品の場合、正極活物質である酸素を大気中から効率的に取り込むための空気極膜と、負極活物質であるパワーバー（マグネシウムロッド）及びそれを配置し、電解液を貯留するタンク部と発光部で構成され、発光部は一般的なLEDランタンと同様である。



注水口より塩と水を投入

また約80時間を越えるパワーバーが消耗して灯りは消えるが、パワーバーを交換すれば再び同様の使用が可能となる。途中で使用を中止する場合は、パワーバー取付口より電池内の電解液（塩水）を排水し内部を流水で洗浄し塩抜き、乾燥すればよい。

長期保存可能

本製品は、使用する時に電解液（塩水）を入れて初めて活性化するため、乾電池のような自己放電もなくメンテナンスフリーで長期保存には最適な灯りだ。さらには電池が不要なため大変軽量であり、使用時に転倒させても水漏れの心配もない。また、事前に空のペットボトル等に3.5%の塩水を180ml用意して本品と一緒に保存しておけばすぐに使用することが可能となる。

更には海の近くであれば海水をそのまま投入しても同様に簡単に灯りを提供してくれるアウトドアにも使用できる商品だ。ぜひ一度お試しあれ。

（消防団員健康増進事業カタログ掲載中）

お問い合わせ先：
株式会社トレハクラブ
TEL：03-5787-6130
URL：http://www.treha.com

いきいき消防団

国際都市を支える縁の下の力持ち 北海道小樽市消防団



小樽市消防団 団長 山田 國雄

入団のきっかけ

消防団に初めて誘われたのは35歳の時。サラリーマンだった私は会社も忙しく、態度を保留したことを覚えている。だが町内会活動が消防団への入団を促していた。私の中では「町内会の方が楽？」そんなイメージがあった。以前暮らししていた街は火事騒ぎが多く、消防団員が活動する姿を見ていたからだと思っ。

実際に入団したのは38歳。会社にも入団の報告をしたが「会社に迷惑がかからないければ」ということで了承を得た。入団5〜6年で班長、平成15年頃に分団長、約3年前平成27年に団長に就任し現在に至る。（現在は定年退職し72歳）

入団後、大変に感じたこと

やはり冬。道具に雪がつき使ったあとに雪を取ることが大変。ホースが凍って外れ、近所からお湯をもらい溶かしたこともある。

また小樽は坂の街。冬の坂道には車のスリップ防止の為に砂まきをしている。近所の人から「砂をまくと汚い」とこの意見をいただくこともありますが、砂をまかなければ危険なためまき続けている。

外国人観光客の増加に伴い、消防団活動にも変化が

数年前は海外ツアー客ばかりだったが、近年は個人観光客が増えている。やはり困ることは言葉の対応。救急搬送時など、言葉の対応で困る。おたる、潮まつりが7月末にあり、そこにはもちろん外国人観光客もたくさん来る。花火終了後は会場周辺が渋滞し、車が駆け付けられない状況になっている。何もなければいいが、人が集まる場所には常に危険があると考え、対策をとらなければと思う。

今後の団員数安定に 向けた取り組みと現状

現在は430〜440人で横ばいの状態。女性団員数が

安定していることも特徴の一つ（60人前後が女性団員）。男性は仕事の関係、転職、転勤と定着しないリスクを持つこともあり安定化の要因として考えられる。女性団員の募集には特に強く呼びかけているが、口コミ、人のつながりなどが大きな要因となり定着につながっているのではないかと、企業の協力が高まれば、サラリーマン団員も増やせると思う。最近では企業への呼びかけとして「消防団協力の店は〇%引き」なども開始した。就職の際のボランティア実績として希望する学生が多いこともあり、学生認証制度も活用している。今年の8月には第一号の交付式を消防庁に行ってもらった。



第69回北海道消防大会

今後やりたいこと

私を含めた高齢者の一人暮らしには常に危険が潜んでいる、孤独死が何よりも心配。消防団をあてにするのではなく、地域みんなで生活を守ることに大切だと思っし、そのために何か取り組んでいきたいと思っ。

団員数の増加に対し様々な取り組みを行う小樽市消防団。私たちトレハクラブとしてもネット社会になって来た今、消防団としての強化対策としては団員募集に協力できることはないかと考えさせられた取材だった。

取材 中嶋 将吾

LEDスティックライト「Rスティック30」

- 充電式 連続点灯4.5時間
- 高輝度白色LED30個 強力な明るさ 280ルーメン
- 雨に強い生活防水・防塵 IP55 性能
- USB充電可能 (USBケーブル付)

TL30E-USB 11,500円税別

回転フックで吊り下げOK 360°

マグネット

明るい

赤色LED点滅モード付

金属面にマグネットで取り付け、両手がフリーになり、夜間の作業が便利です

詳しくはWEBをご覧ください。
Rスティック30 検索

【お問い合わせ】 Rスティック30日本総輸入元 株式会社 来夢
TEL 059-378-6648 info@raimu-jp.com
http://www.raimu-jp.com/products/rstick/

レーザー距離計 Leica DISTO™ D510

大規模火災、及び災害発生時の危険な場所での作業においてレーザー距離計を使えば、安全に効率良く距離を測ることができます。

ライカ ジオシステムズ株式会社
http://www.leica-geosystems.co.jp

- when it has to be right **Leica** Geosystems