

消防団健康マガジン

Presented by
ti treha

HEALTH MAGAZINE for FIREMEN

冬号

2018年(平成30年)12月25日発行 | 季刊4回発行 第18巻 第1号 通巻61号 | 編集兼発行人/片岡大宜 | 発行所/株式会社トレハクラブ | TEL03 -5787-6130 FAX03 -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/㈱ミズカミ

December 2018



おきやま ひとし
中山 仁

昭和46年10月1日 向島消防団 団員
昭和53年9月1日 向島消防団 団員
昭和64年1月1日 向島消防団 団員
平成10年7月1日 向島消防団 団員
平成13年11月1日 向島消防団 団員
平成17年4月1日 向島消防団 団員
平成18年10月1日 向島消防団 団員
平成23年10月23日 東京消防協会 監修
平成28年3月8日 日本消防協会 会長から特別功労章

入団当初、印象に残っていること
入団は昭和46年、振り返れば47年間消防団員をしている。当時は物資がまだまだ不足していた時代。装備品は先輩から譲り受けたものばかり、今では考えられないことだが汗臭かった。

消防団との出会い
私の家は代々議員一家、伯父と父が墨田区議会議員を歴任し、消防団との出会いは父の区議会議員時代。消防団の祝いの席で、父が私の入団を勧められたようだ。当時の私は父の秘書のような仕事をしていて関係もあり、消防車や救急車が入ることが出来ない区内の狭い道を広くしていく父の議員としての仕事ぶりを見て、街の安全対策には関心があった。

消防団との出会い
たことを覚えている。入団当初、消防団のプレハブが小学校敷地内にあり、校舎の拡張工事と共に移転を余儀なくされた。結果的に東武鉄道の高架下へと移転するのだが、そのプロセスは忘れられない出来事だった。移転先の建設費用だ。当時は消防署も費用は負担してくれず、団員50〜60名の寄付で材料費を賄った。団員の中には大工や工事関係者も多く在籍していたため、移転工事は団員で行ったことが入団当初の良き思い出として残っている。



東京都消防操法大会

消防団の施策について。
ポイント①は公園の有効活用。向島消防団として抱えている大きな問題が格納庫の整備。これは有事への備えを考えると、もともと充実させる必要がある。都心部では土地の問題がどうしても立ち上がり、これは墨田区に限った問題ではないと考えている。私は20〜30年前から公園の有効活用を掲げて来た。公園の活用の際には様々な問題があり壁も多く難航しているが、声を上げ続けることで公園の土地

INTERVIEW
私の健康法
毎朝飲むオリジナル青汁、そして一日の原動力をくれる朝食
東京都消防協会
東京都向島消防団
日本消防協会
会長
副会長
中山 仁

好きな言葉

私の好きな言葉は「真眼精進」。夢を求め生きることの楽しさを追求すること。私は地域の環境や防災、街づくりに関心があり、土地家屋調査士の資格を取得した。当時の合格率は3%。現在は8%前後だったと記憶している。また身体を動かすことにも関心があり、スポーツ界にもかかわって来た。墨田区ハトミントン連盟では役員を歴任後、12年ほど会長を務めた。当時のハトミントン協会はマイナーだったが、今ではメジャーなスポーツとして発展を遂げて楽しく見守っている。

を活用した格納庫の整備を実現した。

入団して良かったと思うこと

「仲間が出来たこと」、消防団で出会った仲間たちはかけがえない仲間たち。入団して辛いと思う以上に、退団して仲間と別れることの寂しさの方が辛いと思うほど、消防団で出会った仲間たちとの出会いは、一番良かったことだと思う。

私の健康法

私の妻は薬剤指導者、そして娘は薬剤師をしている。こうして家族に見守られて健康管理をする中で私の楽しみは毎朝の朝食、朝の食事が一番好きだ。朝食は一日の原動力になる。この朝食の前に毎朝必ず生の青汁を飲む。職業柄、家で夕食を摂ることは極めて少なく、偏食になりがちな私の食生活を考え、妻や娘が私の肝臓や血圧を心配して考えてくれたオリジナルの青汁だ。



園遊会にて

身体を動かすことが好きだった

八丈島出身の父の影響もあり、マリンスポーツへの関心は昔からあった。小型船舶操縦一級の免許もとった。またマスク式の潜水の免許も持っている。幼少期から勉強よりも身体を動かすことが好きで、少年時代は野球が得意、そして水泳では平泳ぎが得意だった。高校に入ってからスキーを覚え、大学時代にはスキー検定で二級を取得。当時は立山連峰で夏スキーに通い鍛えたりもした。

家族構成

家には妻と母と3人で暮らし、近所には長男夫婦と孫2人が住んでいる。長女夫妻は離れて暮らし、こちらの孫2人はアメリカに留学中で会えないことが寂しい。

若い人たちの未来に向けて

近年は女性の活躍が各業界で注目され、消防団の世界でも同様に女性団員の活躍が目覚ましい。これからの時代は女性の活躍の場がもっと必要で、消防団でも女性にしかできないことが沢山ある。女性団員の活躍を周知させたい。

近年では企業消防団も増え、行政からの働きかけにより郵便局員さんなどの団員さんも増えてきている。

若い団員さんの中にも熱い意見を持つ人が現れてきているが、地域コミュニティの薄れから消防団を知らない若者も多い。全国的にも団員の減少は避けられず、若者人口が増える東京でも団員が増えているとは言えない。団の活動をもっと普及していきたい。

これからの人生

区議会の経験と土地家屋調査士・宅地建物取引士の資格を活かして皆が楽しく住める共同住宅を作ること。建物が古く、そして狭くても、広く見えるデザインに住まいを作りたい。そして「下町にもこういう建物があるのだ」と言われるような建物を作りたい。

今後の夢

災害に強い街づくりをしていきたい。台風や河川の氾濫など、全ての世代が安全で安心して暮らせる災害に強い街づくりを目指したい。

編集後記

地元区議会議員として活躍する中山会長ならではの視点でのお話を伺えました。安全で安心して暮らせる街づくり、そして活躍している消防団員の周知やPRなどでは、私たちトレハクラブとしても応援していきたいと思えたインタビューでした。

伊藤園
自然が好きです。

人を想い、
ぬくもりを
つなぐもの。

この冬にひとつの答え。

キャップをはずして
レンジでチン

レンジOK
お茶

再加熱の際には必ず容器裏面の説明をお読みください。内容液が熱くなりますので、やけどにご注意ください。お茶の品質向上に努めています。

医者がいらず健康法

酸素不足を解消する 深呼吸

慢性的な酸素不足も低体温の原因になります。

慢性的な酸素不足の状態とは、日本では仕事や家庭環境などでストレスを抱えた場合が最も多く、こうした状況のときには酸素不足になりやすいので注意が必要です。

では、なぜ酸素不足になると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には、熱を発生する方法と発生しない方法の2つがあります。そして、熱を発生する方法は酸素を必要とするため、酸素が不足す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。

酸素不足を解消する最も簡単な方法は「深呼吸」です。

呼吸とは文字どおり呼吸と吸気、つまり、息を吐くことと吸うことから成り立っています。重要なのは息を吐くほうで、これがストレスの緩和などにかかわる自律神経とつながっています。一日の始まる朝などに朝日を浴びながら、長く息を吐くことに意識を集中してください。

また、ストレスを感じたときや気分転換をしたいときなども、とにかく深く考えずに、長く息を吐くことに意識を集中します。

され、体温まで上がってくるのです。

安全な肉と魚をしっかりと食べる

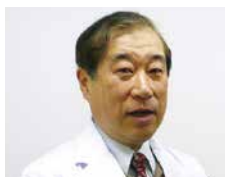
最近の若い人はそうでもありませんが、日本の女性やお年寄りなどは欧米に比べると、肉の摂取量が非常に少なくなっています。日本人全体で見ても、肉の摂取量は先進国の中で最下位です。また、最近の日本人は魚の摂取も減っているようです。肉と魚の摂取量が足りないのと、なぜ低体温になるのでしょうか。

食事で取りこまれた栄養素は、体の中でその一部が体熱となつて消費されます。これを食物の特異動的作用（SDA）と言いますが、どのくらい熱になるかは、栄養素の種類によって異なります。脂質は4%、糖質は6%、そしてたんばく質は30%が熱となるのです。

肉と魚にはたんばく質がたぐさん含まれていますので、熱に変わるエネルギーが非常に大きいのです。そのため、肉と魚を食べると体温が高くなるのです。

また、アミノ酸は細胞の中のミトコンドリアというエネルギー工場、エネルギーを作るときに熱を発生します。

酸素の項目でも述べましたが、人間が細胞でエネルギーを作るとき、熱を発生する方法と発生しない2つの方法があります。



氏名 中田 久男
氏名 宗像 久男

統合医学医師の会
統合医学健康増進会会長
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

日々の生活を 磨き輝かそう

マスターズ陸上選手が国内外から集まる2018国際ゴールドマスターズ奈良大会が先日開催された。誰もがスポーツを愛し、健康で充実した人生を目指している。

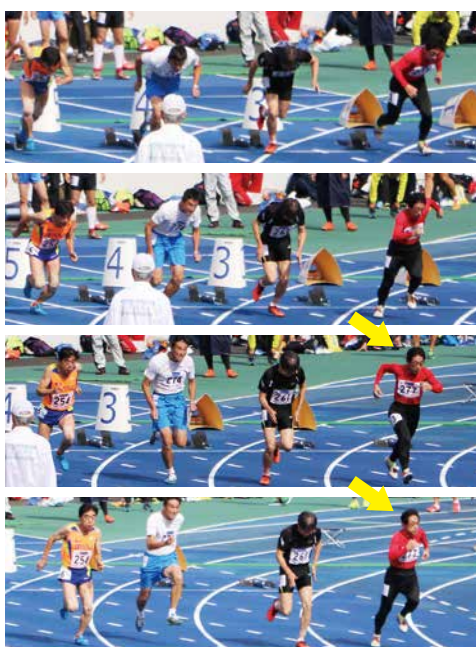
理想のモデル

同選手に対するスポーツ医学研究を筆者は続けてきた。年間を通じてコツコツと練習を重ね、暴飲暴食を控えてアルコールを上手に嗜み、ほぼ規則的な生活を送る傾向が認められる。つまり、身体的だけでなく心理的にも前向きで、健康感や幸福感をうまく活用できコントロールできる「アンチエイジングのモデル」といえよう。



氏名 板東 浩
氏名 ばんどう ひろし

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。



奈良国立博物館へ

ちょうど奈良国立博物館で第70回正倉院展が開催されていた。来訪者が多く、さすが歴史と文化の町だ。数々の宝物の中で、私が興味深く感じたのは古文書や舞踊劇で使われた縁の品々など。花や鳥が描かれ、銀や琥珀などが綺麗に輝いている。

遙か古の時代、人々が参集する政（まつりごと）はどんな様子だったのか。重要な会議の後には、文芸などの文化活動や、蹴鞠や散策の身体活動に勤しみ、皆で「馳走や舞踊、謡などを楽しんだのかも。当時、どうストレスを管理し、長生きする方法を実践して人生を輝かせていたのだろうか、心が惹かれる。

公益財団法人 消防育英会

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。

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 Tel.03-3591-0543



公益財団法人 消防育英会
公益財団法人 日本消防協会

全国の消防職員・消防団員とそご家族に贈る応援 SHOP



便利な商品
豊富！

日用品・
食品充実！

Firefighter
応援 Shop

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



果実の今と昔
昭和の初期までは貴重な栄養源としてお見舞いの品として重宝され、栄養学が発展するなかで、ビタミンなど栄養素の補給源として注目され続けている。ではあなただけは、りんごやバナナなどのくだものに何を求めるのか？健康のために積極的に摂る？それとも旨いから嗜好品として楽しむ？
後者なら問題ないが、肥満や糖の過剰摂取が問題視されている現代では前者だと最近の果物では疑問点がある。
まずは品種改良の問題がある。最近の果物は甘く大きく品種改良され、本来の性質とは大きく異なっている。甘いものが良いという観点での改良であり、食養生的には糖過多になった果物は改善ともなる。

これはビタミン補給のメリット以上に果糖など糖質過多を引き起す。果糖を考慮しなくてはならない。また、農業なしでは育てることが困難で、仮に農業なしで作った場合の収穫減少率はりんご97%、もも100%（補作は28%）となっており、現代農業から農業だけを除くと果物はほぼ全滅する。無農薬のりんごに成功したら「奇跡のりんご」になるわけである。
この虫にやられる実態をどうとらえるか、虫が食べられるほど安全だという考えもある。しかし自然栽培の世界では人と虫は住み分けができおり、例えばキャベツの外葉など窒素過多で人の有害になるような部分を虫が食べてくれる。人の食べ物である中の方は残す。これが有機肥料といえども肥料過多になると中まで窒素過多になり虫が処理してくれ、虫を取る手間を惜しむと虫食いだらけになる。無肥料の自然栽培だとそもそも虫が来ないというのだ。

命の選び方

くだもの

江戸時代は無化学肥料・無農薬しかない。しかし1940年代以降の緑の革命と称される化学肥料や農業に頼った収量増大をしてきた。そして農業なしでは育たない不自然な農作物が多くなり、果物はその中でも農業依存率が高く、今と昔では全く別物になっているともいえる。
りんごの評価
私はリンゴの産地である信州安曇野在住で知り合いのりんご農家に聞いた話だと、安全で旨いりんごが必ずしも評価されない悲しい現実がある。農協で等級分けをする際の基準が赤い色や外観だからです。センサーでむらなく赤くないと最上級の「特秀」にはならず、減農薬で頑張ったかもしろん、味すらも関係なくランクが決まる。例えばりんごが赤いのは日焼けである。そのため実の周りの

葉を摘み取り回してまんべんなく日焼けをさせる。本来、光合成をして栄養を作る葉を減らすと当然味は低下するのだが、見た目が悪く価値が下がることへの対策が優先される。その他、農園での作業効率や流通が優先され、あえて小さく弱い木を接ぎ木したりする。本当に旨くて身体にもいい果物作りが正当な対価を得られずに難しい時代でもある。
我々にできることは、農業まみれで糖質過多の現代の果物は控える目にしておくのが食養生的な選択であり、選ぶ場合は「見た目」や「甘さ」で選ぶのではなく本来のその果物の性質(80年前はどつたつたか)を再考し、味や農法、農家で選ぶのがよい。
※食養生を学びたい人は「食養生」―ダイネーター―養成講座がよい。
<http://shokuyo.jp/coordinator/>

食事療法士
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。
そら鍼灸食養治療院院長。
著書に『からだと心を整える
「食養生」』(技術評論社)

資源回収とゴミを減らした生活とは。

プラスチック消費社会

近年、「プラスチック袋の有料化」ということをニュースなどで聞くことが多くなりまりました。スーパーのレジや買い物をした時にはレジ袋はともても便利ですが、同時に、家はレジ袋やプラスチック容器で溢れていることに気が付きます。海外からの観光客が指摘する通り、日本のレジ袋の利用度合いは極めて高く感じます。たとえば、綺麗な海辺の桟橋にプラスチックゴミが大量に浮いている様子は悲しい光景でもあります。

買った物袋の持参
数年前から日本でも買い物袋を持参している方を見かけることが多くなってきました。しかし、それも少数派のように思えます。ヨーロッパのスーパーに行くとき、買い物袋を持参する率は非常に高いです。DACH(ドイツ、オーストリア、スイス)では、感覚的には9割5分以上の人は買い物袋を持参しています。持っていない人は手で持って帰るか、紙袋を購入しています。日本の都市部の場合には、通勤通学からの帰宅時にスーパーへ寄ることが多いかもしれませんが、その割合は全く異なります。

ドイツの資源回収
ドイツでビールや飲料水を購入すると、いくらかのデポジット(保証金)を支払います。飲み終わったビンやペットボトルは、各スーパーに設定された回収機(Leergutannahme)によって引き取られます。その際に、回収機の返金レシートが発行されるので、スーパーのレジで買い物時に使用するか、換金してもらえます。ペットボトルは回収機によって小さく潰されます。ドイツはビール消費国ですが、カンビールを購入する人は少数で、多くの人はビンを選択します。そして、そのビンは回収機で回収されるといふサイクルです。

技術でなくゴミを減らす
「ゴミ問題は地域生活に直結することであり、非常に大きな問題です。リサイクルをしやすい容器を作ることと同時に、ゴミを出さない生活をするように心がけることが重要な世の中になりました。何かを消費すれば、どんなものでも梱包/包装されています。過度な包装を止め、ゴミを減らした生活をする時が来たのではないのでしょうか。ふるしきを持ち歩く方を見かけることがあります。いまの世の中には洒落てみえますし、過去数十年の消費社会を見直してみるのがいいと思います。」

(コラムニスト 川口 一郎)

スマート経済学

後継者を賢く育てる方法

総務省の資料によると国内企業の3分の2にあたる66%の企業が後継者不在とのこと。年間7万社が後継者不在により廃業を余儀なくされている。更に事業主が60歳以上の割合は76%にも上っている。これらの事業主は、できれば自分の代で廃業するのでなく何らかの形で引き継ぎたいと望んでいる。これらの企業の内、57%は借金より財産の方が多く、このことも分かっていて、また、現経営者の中で事業承継に関して「誰かに相談している」という人は44%しかない。更に40%は「深く考えていない」という認識の甘さがあるというのが、現状である。

現社長が後継者に残すことは3つある。それは、人間力、経営力、忍耐力。

人間力とは「人から好かれる力」である。どんな能力のある経営者でも従業員や取引先から嫌われるようでは、会社は存続できない。経営者である前に人の人間である。特に中小企業は会社と経営者とは表裏一体つまり、経営者の人柄が会社の姿そのものである。

慕われる経営者は、従業員にとっては「社長のために頑張ろう」となり、取引先にとっては「あの社長の会社に仕事をしたいやろう」となるもの。いつも「ニコ」していれば人を騙すような悪い人とは思われない。従業員の話をしっかりと聞いてあげて、ちゃんとした返事をしてあげれば、従業員は自分の「存在感を感じるもの。すると、言われたことだけやる状態から、自分で考えて行動する状態へと動きが変わっていく。

次に経営力とは何なのか？教とは知識や技術などの能力を伸ばすこと。育とは判断の基準である価値判断を高めること。つまり、「教育」とは何をすべきかの判断ができるようになることである。人間の能力に大きな差はない。あるとすれば、熱意の差。成長している会社を見てみると共通点がある。それらの経営者は、3年後を見て今日の決断をしている。

成長するためには経営者が考えるべきことは、「経営は努力するから儲かるのではなく、儲かる仕組みがあるから儲かるのだ！」という原理原則。普通の経営者は、目の前にある日々の仕事を一生懸命にこなしている。つまり、努力している。しかし、その努力が、継続的な利益というゴールに向かっているかは分からない。つまり、頑張れば利益が追いついてくるという保証はない。ならば、始めから利益の出る仕組みをちゃんと考えて作るべきである。

また、経営者は、意志決定力、と問題解決力、を求められる。道が二股に分かれている時に、どちらの道に行くべきかを自分の頭で考えて決められるようになることである。

現経営者が元氣なうちは、後継者は色々試してみることができが、引退した後の失敗は倒産に繋がる。ならば、一日も早くその試験を経験させる必要がある。現経営者が後継者に教えられることには限りがある。経営力という点での指導点は2つしかない。1つ目は、今日までに至った会社の価値、2つ目は「会社が扱っている商品価値」である。

これから先の世の中に対応する経営術は、過去を生き延びた現経営者には教えることはできない。これからの時代は、過去の右肩上がりの経済成長下で成長を続けられた会社の経営術では対応できない。そのくらい世の中の変化のスピードが早いのである。

決定的な違いは、過去は努力が成果を証明したが、今後はしっかりとした経営計画が不可欠である。つまり、「橋を渡る前にしっかりとした計画を作りなさい！」ということである。

(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)

※この商品は「訓練用」の本体となります。実際の AED のように除細動は行えません。

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!

WV AOL I K C E E R

ハンズフリーで使える拡声器

拡声器は警備関連、交通整理、災害時の避難誘導、祭典での来客者誘導など、消防団活動で幅広く活躍する備品の一つだ。これまでは小型メガホンが人気商品だったが、最近、手に持たずに使える拡声器の取り扱いが増えてきている。そこで今回は消防団に人気の商品「VOICE WALKER」を紹介しよう。

軽量設計

「VOICE WALKER」の最大の特徴は「ハンズフリー」ということだ。両手を使えるので、多様な場所でも活躍してくれることだろう。

本体重量は約480gと超軽量設計だ。軽量の耳掛け式ヘッドセットマイクロホンを採用し、違和感のない装着感を実現、ヘッドベルト付で運動時のズレ防止を施している。身体への固定方法は伸縮ベルト（ワンタッチバックル）を採用し、腰にジャストフィット。身体の動きの邪魔にならず、長時間の装着も身体への負担は少ない。

高音質・パワフル出力

「VOICE WALKER」は軽量化を実現しているが、定格出力は6W、最大出力は10Wとなっており、通達距離は約80mとパワフル設計になっている。

音質にもこだわっている。スピーカーは大口径（φ100mm）の高性能コーンスピーカーを使用しており、屋外でもパワフルな音量感と、明瞭な音質で、確実な情報伝達ができる。高性能コーンスピーカーの採用により、高音質で広範囲の補声が可能だ。50〜60人程度の講習会やセミナーにも使うことができるので、音響設備のないところでも気軽に使うことができる。幹部会議や、救急法講習などでも活躍してくれるだろう。

また、マイクと音楽プレーヤー（市販品）が同時に使えるので、音楽を流したい時にも便利だ。

簡単装着・簡単操作

これだけ高音質・パワフル設計だと、電力消費が気になるところだが、省電力設計で電池持続時間は約8時間（アルカリ乾電池6本使用時）となっている。本体重量480gは女性でも十分軽いと感じる重量だが、少しでも軽くして使用できる。また今からますます

したい場合、バッテリースペースを4本でも使用することもできる。



本体操作をするとき、手袋を外して・・・だと緊急避難の時には勝手が悪いが、大型の回転式ボリュームと単独の電源スイッチ、表示灯を採用して、操作方法も簡単にしたので、手袋をはめていても操作することが可能。また今からますます

す寒くなる時期になり、手袋を外さなくても良いのは、本当にありがたいことだ。これ一台あれば、消防団活動の一助となること間違いなし。消防団員健康増進事業カタログにも掲載されているので、是非一度お試しあれ！

※通話距離、電池持続時間はJETA規格に基づいて表示しています。ただし、周囲の騒音によっては、実通話距離は短くなる場合があります。

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

有事の備えは日々の準備徹底

大島町消防団



大島消防団 団長
よしだ 喜重
よしだ 吉田

入団のきっかけ

入団時期は忘れてしまった。確か自宅に帰ったら団服が置いてあり、当時はそういうものだと思い入団した。最近はお願いで入団する人がほとんどだが、当時はそれが自然の流れだった。入団に際し特に抵抗もなく「団に入って一人前」と言う考えもなかった。

平成25年10月16日台風26号

大変な豪雨だった。あれから避難情報も強化されるようになった。当時、九死に一生を得たのは昭和33年の経験が活かされた。豪雨が続き中、泥臭いにおいを感じ土砂災害を予知、避難して助かった人は少ない。この件に限らず、長年の経験が活かされることはある。

毎月一回は器具の手入れを徹底

訓練の後、各分団で毎月一回は器具の手入れを徹底している。有事の際、器具が使えるよう徹底し、普段から有事への心づけは怠らないようにしている。

地域とのかわり

普段は夜警など、地域の安全に努めている。出初式の後には放水訓練を行い、子供達とくは玉割りなどをして交流をしている。

消防団としての施策や操法大会

昔は毎年操法大会を行った。このたびは13年ぶりに操法大会を行ったが、毎年となると団員が少なくなった今は、負担になってしまつことも考慮している。団員には普段から有事に備え、健康に対しては注意するよう伝えている。

私の健康法

毎朝は4時30分〜5時に起床、夜は「何かあった時に起きられるよう備えながら」9時には就寝。早寝早起きを心掛けている。また食事面では野菜を毎食摂り、好き嫌いをなく食事をすするようになっている。昔は剣道をしていたが、最近時間はなく出ていない。好

大島の現状

全体的に若者が少ない。昔は1分団で対処してきたことも、最近では3分団で対処することがほとんど。また「自分の身は自分で守る」という理解が、最近の若い人たちの意識には薄いと感じる。誰かがやってくれるだろう」と言う考えではない、いざと言う時に力を発揮できない。ただ平成25年の台風の実体験から入団した若者もいる。

普段から火災予防運動や火災報知機の設置を呼び掛けや、たき火もしなくなったこともあり以前よりも火災は減った。

未来に向けた私の夢

全く何も起こらない島、警察も消防も有事の際に備え訓練するだけ、災害のない平和な島、町の人々がトラブルに巻き込まれない生活を送ることが夢。島にある設備は限られ、何かあった時にすぐに駆けつけられない方法も限られているだけに、普段から消防職員とは密に接し、何かがあった時に対応できるように備えている。



操法大会

団長の言葉の端々から「島民に密着し、有事の際には必ず守る」という姿勢を感じました。また大島は離島だけに、団長を始めとした団員一人一人が日頃から強い意識を持って有事に備えていると感じたインタビューでした。

2人でかんたんに設営できる イージーアップ・テント

名入れや機幕などオプション品のご相談も承っております



撤収かんたん
天幕は付けたまま
収納可能

設営らくらく
大人2人で1〜2分
ゆっくりに広がるだけ



防災製品
日本消防協会認定
の防災製品です

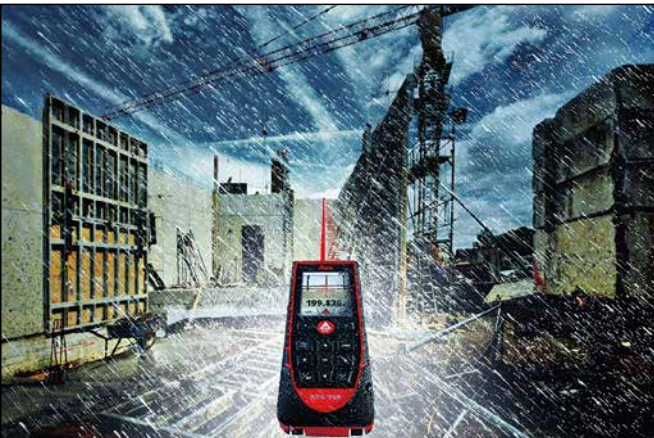


イージーアップテント 株式会社来夢

TEL:059-378-6648

イージーアップ

検索



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

