

**放送日** 令和5年10月2日（月）  
**担当者** 消防課 小林 岳飛

おはようございます。消防署消防課の小林岳飛です。

北広島市職員として業務を行い、約半年が経過しました。実際に災害現場で活動を行ったり訓練をしたりしていく中で反省と学びの毎日を過ごしています。

今回私はこの場をお借りして業務をする上で心がけている体調管理についてお話したいと思います。日々様々な業務をこなしていく中で自覚せずとも疲労は溜まってしまうものです。無理をしてしまうと体調を崩したり、思いがけぬ場所で失敗をしたり、まわりの人や市民の方に迷惑がかかってしまいます。

消防職員は人の命に関わる災害現場へ行くことがあります。そこで失敗は許されないので、私は日々体調管理において工夫をしていることがあります。それはよく食べ、適切な睡眠時間を確保し、趣味を楽しむことです。一見当たり前のように感じますが、これらの時間を満足に確保できないことがあると思います。そこで私は早起きをし、趣味の時間を作ることで満足のいく休養を取り、心と体の健康を保っています。

私は消防職員として市民の命と財産を守る使命があります。この使命を全うするためにメリハリをつけた生活を送り、現場においてたくさんの命を救えるように励みたいと思います。

それでは、本日も元気に頑張りましょう。

**放送日**      **令和5年10月4日（水）**  
**担当者**      **消防課 黒田 小鉄**

おはようございます。消防署消防課の黒田小鉄です。

今回は私の趣味であるサウナと現在携わっている消防の業務についてお話をさせていただきます。

昨今、サウナブームが到来しているのをご存知の方も多いと思います。サウナ専門店も全国に増加しており、「サウナー」と呼ばれるサウナ愛好家が増えてきています。私自身も3年前からサウナに通い始め、4月に入ってから地元旭川にはあまりなかった札幌市の良質なサウナに休日になると足を運んでいます。

4月から消防の業務に携わり、早5カ月が経ちました。特にこの夏は例年よりも猛暑日が多く、訓練や災害対応時に防火衣を着ていると非常に暑くなります。しかしながら、サウナに日々通って熱さに耐える習慣が身につけていたおかげで、なんとかこの夏を乗り切ることができました。また、消防業務は他の仕事に比べ体を動かすことが多く疲労が溜まります。サウナには疲労回復効果があり、睡眠の質を上げる効果、リラックス効果もあるので、サウナに入ることで心身共にリフレッシュした気持ちで勤務することができます。

今回はサウナと自分自身の業務に関連付けてお話ししましたが、まだまだサウナには様々な魅力・利点があります。美容効果もあるので女性の方にもおすすめです。ぜひ皆様1度整ってみてはいかがでしょうか。

**放送日** 令和5年10月11日（水）  
**担当者** 消防課 茶畑 奏太

おはようございます。消防課の茶畑奏太です。

私が消防士として採用されてから約半年が経過しました。この半年間では火災や交通事故などの災害にも出動し、少しずつ経験を重ね、日々成長を実感しています。また、徐々に隔日勤務にも慣れ、生活にも余裕が生まれてきました。最近はやっと生活サイクルにも慣れたため、本日はプライベートが仕事に与える影響についてスピーチしたいと思います。

皆さんは休日をどのように過ごしているのでしょうか。最近ではサウナやキャンプが流行っており様々だと思いますが、私の場合は、今の時期であれば釣りに行ったり、読書や料理、温泉に入りに行ったりなどして休日を楽しんでいます。そうすることで、ストレス発散やリフレッシュでき、充電満タンの状態で次の勤務に臨むことができます。

先日のニュース番組の特集で、プライベートの充実の実態に関するアンケートがあり、多くの方はプライベートが充実することで仕事のモチベーションが上がったり、疲労感の軽減、ポジティブな思考になると答えたそうです。

今週末はなにか自分の好きなことに時間を作り、気持ちをリフレッシュしてみたいかがでしょうか。今日は週の折り返しである水曜日です。今日も含めて残り半分の日数頑張りましょう。

**放送日** 令和5年10月16日(月)  
**担当者** 消防課 橋本 悠

おはようございます。北広島市消防署消防課の橋本悠です。

私は、5月10日から約4か月間消防学校に行っていました。ここでは、消防に関する法律や火災に関する知識を学ぶだけでなく、梯子などの機器取り扱いやホース延長などの訓練を毎日行い日々知識や技術の習熟に励んでいました。そして私生活では、北広島消防の新任職員をはじめ、消防学校に集まった道内各地の消防職員とも交流を深め、学校内でのチームワークや良い雰囲気づくりも意識しながら生活してきました。

私は、生まれも育ちもこの北広島市です。特に私の住んでいる大曲地区は立地や生活環境も良く、とても住みやすい街だと感じています。そのため、小学生の頃からこの町の消防で働くことを決めていました。そして今年の4月から新卒採用で北広島市の消防職員になることができました。

10月からは消防学校で学んだ知識や技術を職場で十分に発揮し、先輩職員に認められる職員になりたいです。そして生活面でも寮生活で学んだチームワークや自分で考えて行動する力を現場や職場でも十分に発揮し、職場内の良い雰囲気づくりや先輩職員への気遣いを大事にしていきたいです。そして現場に出た際は人に頼りすぎず、自ら考えて行動することを意識し、消防の即戦力としてすぐに動ける職員になります。

**放送日** 令和5年10月18日（水）  
**担当者** 消防課 矢野川 弘貴

おはようございます。消防署消防課の矢野川です。

本日は新任職員としての仕事に対する意気込みをスピーチさせていただきます。

私は、4月から10月までの約半年間の研修と教育を経て、その中で自分が目指す消防士について目標を立てました。それは、声掛けや気遣いができ周りが見える消防士になるという目標です。

私は先月まで、基礎的な訓練や教育を受けるため消防学校で生活していました。そこでは全道から新人消防職員が集まり協力して訓練を行うのですが、今年の夏の暑さもあり身体的、精神的につらい訓練が続きました。そんな中でもなんとか訓練をこなすことが出来たのは、同じ小隊や班の仲間の声掛けや気遣いがあったからです。チームで動く消防にとって、声掛けや、小さな気遣いでどれだけ活動が楽になるかを実感しました。それと同時にその行動は周りが見えていないとできない行動だということにも気づきました。

これから実際の現場に出て先輩方と活動していくことになりますが、1年目の私にできることは限られていると思います。しかし、日々の訓練や現場活動でよく周りを見て声掛けや気遣いを働かせることで活動しやすい環境を作ることはできます。消防学校で学んだこと、そして、これからの現場活動で得られる経験と知識を生かし、自分の目標とする消防士を目指しながらこの北広島市を支えていきたいです。

**放送日** 令和5年10月23日（月）  
**担当者** すずらん保育園 松井 小雪

おはようございます。子育て支援部すずらん保育園の松井小雪です。

現在、私は2歳児クラスの担任をしており、日々元気いっぱいの子どもたちと過ごしています。

初めは、子どもたちとの信頼関係が築けるか、心配を感じる時もありましたが、一人一人とのコミュニケーションを丁寧に積み重ねていくことに努めてきました。半年後の今では、「先生！」と駆け寄ってくれるようになり、その子どもたちの笑顔が日々の活力につながっております。子どもたちの成長を支えていくためには、広い視野をもって「子どもたちの視点にはどう映っているのか」という意識が重要であると感じております。そのため、子どもたちと様々なことを経験し、喜びや楽しさを分かち合いながら、子どもたちが遊びを楽しみ、安心して過ごすことができるよう、保育士としての専門性の向上に向けて努力を続けていきたいと思っております。

一方で、保護者支援ではコミュニケーションを大切にし、自ら声をかけ、寄り添う関わりを心がけています。時に悩むこともありますが、先輩職員の方々が丁寧にサポートしてくださり、保育士としても社会人としても成長できる環境に感謝しています。

今後も、先輩職員の方々の姿を目標に、業務に励み、子どもたちの思いや気づきを尊重し、学びや経験を保育実践の中で活かしながら、未来を担う子どもたちの成長を支えられる保育士になりたいと思っております。

**放送日** 令和5年10月25日(水)  
**担当者** 稲穂保育園 兼平 美咲

おはようございます。稲穂保育園の兼平美咲です。

4月に入庁し、保育士として働き始めてから6カ月程が経ちました。私は現在0歳児の担任をしています。子どもたちはかわいい笑顔を見せ、元気いっぱい体を動かして遊んでいます。子どもたちが心地よく生活できるよう、部屋の環境を整えたり、保護者と綿密に連携を取ったりするなど、常に子どもにとっての最善は何かを考えながら保育をしています。

子ども達が自分で出来ることが増えた時や、想いを通わすことができた時などその都度感動し、保育士としての道を選んで良かったと心から思いました。

保育の仕事は多岐にわたります。繰り返し行うことで少しずつできるようになってくることもあれば、行き詰ってしまうこともあります。先輩方が常に気にかけて丁寧に教えて下さり、少しずつ自分で出来る業務が増えてきたように感じます。

どんなに多忙な時でも、常に周りの状況をよく見て仕事に取り組む先輩方の姿にとっても感銘を受け、自分も一早く成長し、職場全体を見ながら仕事に取り組みたいと思います。

これからも子ども達や保護者の方々から信頼してもらえるように、より良い保育を目指し、学ぶ姿勢と、感謝の気持ちを忘れずに一生懸命勤めていきたいと思っています。

**放送日**      **令和5年10月30日（月）**  
**担当者**      **建築課 田中 大樹**

おはようございます。建設部建築課の田中大樹です。

私は先日、新任職員の研修の一環として、他市町村の新任職員が参加する研修に参加してきました。

研修の内容の一つに、絵やジェスチャーを使わずにグループ内の相手とコミュニケーションを取り、決められた目的地からゴールまでの地図を作るという研修がありました。初対面の人に自分の考えや認識を言葉だけで相手に伝えることは大変難しく、コミュニケーションの図ることの難しさと大切さを改めて学んだ研修でした。

日頃の業務においても、市民の方や職員同士で話す機会は数多くあると思います。その中で、業務を円滑に進めるために、情報伝達をきちんと行い、聞き違いや思い込み、勘違い、言い忘れ等を防ぐ必要があります。こちらから一方的に情報を伝えるのではなく、逆に自分自身が相手の考えや言いたいことを理解しようとする姿勢でいるかという点において、私自身、まだまだ見直す必要があると感じました。

これからも、市民の方、そして職場の方々とのコミュニケーションを図りながら、いいものをつくり、仕事ができたらと思っています。

今日も1日元気に頑張っていきましょう。