



藤沢市消防団員教育資料 (規律訓練)

担当: 消防局 警防課 消防団担当

1 規律訓練

(1) 目的

規律訓練は、集団行動の基本であり、あらゆる消防団活動に影響します。指導者を始めとして、全員で真剣に臨むことが大切です。

(2) 服装

規律訓練の服装は、活動服とします。また、身だしなみにもご注意ください。

(3) 指導上の注意

- ア 原則として、分団単位で行います。
- イ 指揮者は、班長以上の階級の者が務めます。
- ウ 開始前に団員の体調を確認します。
- エ 天候等を考慮するほか、周囲の状況や足元の状態等が良い場所を選んで実施します。
- オ 適宜、休憩を取り、年齢等を考慮して訓練を実施します。
- カ 訓練中、終了時に団員の体調を確認します。

(4) 号令

- ア 号令をかけるときは、必ず「気をつけ」の姿勢です。
- イ 全員に聞こえる大きさの声で明瞭に発声します。
- ウ 号令には、予令と動令に分かれるものがあり、例えば「右へならえ」は「右へ」が予令です。予令は「右へー」と末尾を伸ばし少し間をあげ、動令は短く「ならえ！」と発声します。指揮者の号令であれば、全員がそれに従わなければなりません。

2 基本動作の訓練

(1) 基本（気をつけ）の姿勢

- ア 視線は水平に前方を直視し、顎を引きます。
- イ 腰、背中を伸ばし、胸を張り、肩は力を抜きます。
- ウ 手は指をすべて閉じ一直線に伸ばし、指先は中指がズボン横の縫目位置に当てます。
- エ かかとを揃え、つま先は約60度を開きます。
- オ 室内では脱帽する場合、右手で帽子のひさしを持って下げます。



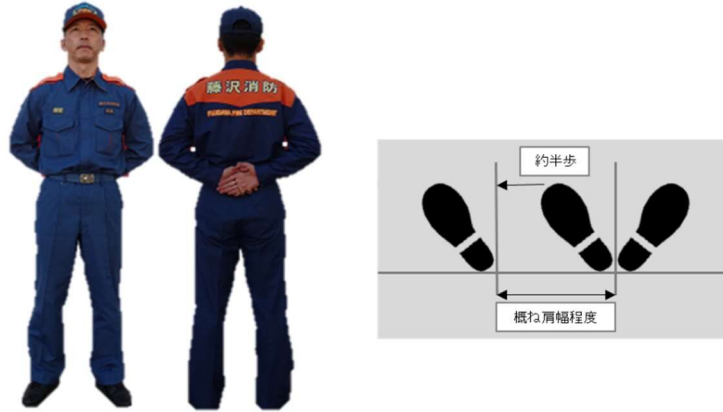
(2) 整列休め

- ア 基本の姿勢から左足を横に肩幅ほどに開きます。
- イ 同時に両手を腰の後ろ、ベルトの位置に左手で右手を軽く握るように組みます。その

時、右手は肘から指先まで、まっすぐにします。

※1 この姿勢から次の動作をする時は必ず一度「基本の姿勢」に戻ります。

※2 原則として、「整列休め」の姿勢のまま発言や返答をすることはしません。例えば、整列して全員「整列休め」の姿勢の時、指導者に対して「はい」と返事をしなければならぬ場合は、自ら「基本の姿勢」になって、「はい」と答え、すぐに再び「整列休め」の姿勢に戻ります。



(3) 休みの姿勢

整列休めの姿勢から、手を組んだまま、手の位置を下げ、肘をのばします。

(4) 室内の敬礼

ア 相手に正対（相手に向かって自分の体の正面を向ける）します。

イ 脱帽（右手で帽子のひさしを持って下に下げる）します。

ウ 基本の姿勢から、背筋を伸ばしたまま上半身を前に15度傾けます。このとき、背筋は基本の姿勢のようにまっすぐ伸ばします。

※1 指揮者の「敬礼」の号令によって敬礼した場合は、指揮者の「なおいれ」の号令で基本の姿勢に戻ります。

※2 号令なし（単独の場合）で上位のものに敬礼をした場合は、相手の答礼が終わってから、基本の姿勢に戻ります。



(5) 屋外（挙手）の敬礼

ア 相手に正対します。

イ 右腕を挙げ、肘から指先まで一直線に伸ばして指先が額の右前に位置するようにします。その時、肘は肩と同じ高さにして、指はすべて閉じます。

※1 指揮者の「敬礼」の号令によって敬礼した場合は、指揮者の「なおいれ」の号令で手を下ろし、基本の姿勢に戻ります。

※2 号令なし（単独の場合）で上位のものに敬礼をした場合は、相手の答礼が終わっ

てから手を下ろし、基本の姿勢に戻ります。

※ 3 帽子のない私服の場合は、室内の敬礼と同様に上半身を傾ける動作の敬礼となります。

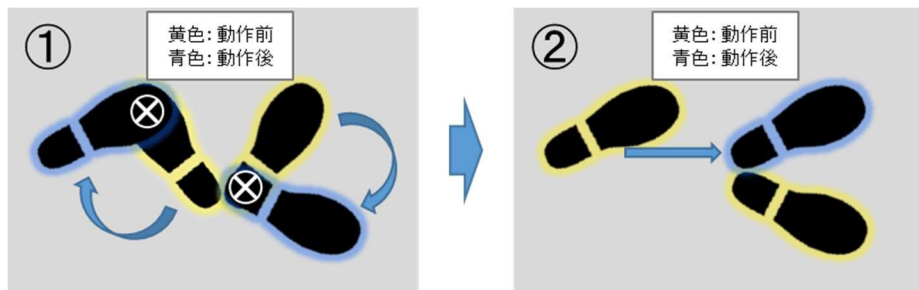


(6) 「右向け、右」

ア 下図の×印を支点に右足のつま先と左足の踵を少し浮かせて、体を右に90度回転させます。

イ 完全に右を向いたら、右足のつま先を下ろし、素早く左足を右足に揃えます。

※ この動作を行う場合は、全員が揃うように、声を出さずに「①、②」とリズムをつとります。



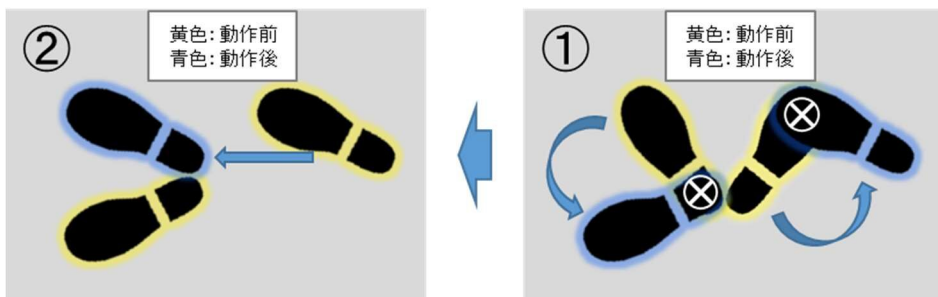
(7) 「左向け、左」

ア 下図の×印を支点に左足のつま先と右足の踵を少し浮かせて、体を左に90度回転させます。

イ 完全に左を向いたら、左足のつま先を下ろし、素早く右足を左足にそろえます。

ウ 「なかば、右向け右（左向け左）」の場合は、向く角度が45度のほかは、右向け右、左向け左と同様です。

※ この動作を行う場合は、全員が揃うように、声を出さずに「①、②」とリズムをつとります。



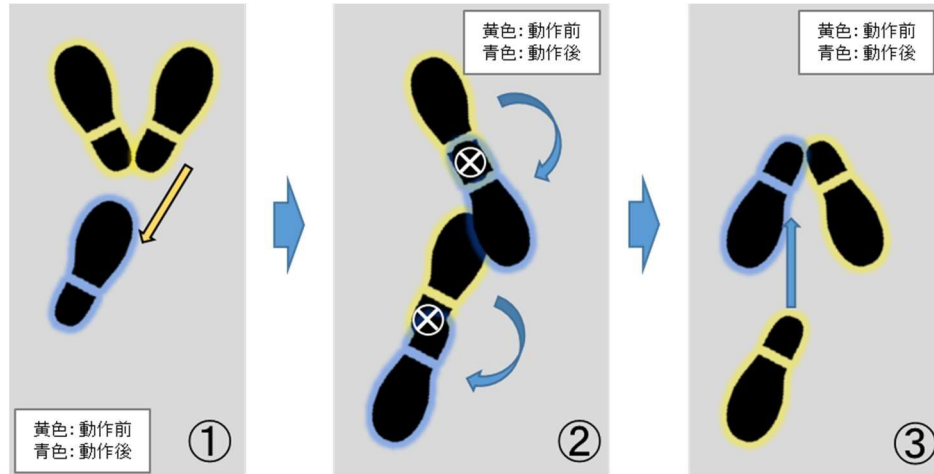
(8) 「まわれ、右」

ア 右足のつま先が左足の踵より5センチほど後ろの位置になるまで右足を後ろに引きま

イ 下図の×印を支点に両足の踵に体重をかけ、少しつま先を浮かせて、右回りで体を180度回転させ、つま先を下ろします。

ウ 離れている右足を左足にひきつけ、基本の姿勢に戻ります。

※ 3つの動作は素早く、ひとつひとつ節度をつけ、声を出さずに「①、②、③」とリズムをとります。



3 団体規律訓練

(1) 隊列の名称と役割

ア 指揮者

班長以上の階級の者が指揮者となり、号令をかけ、隊を動かします。

イ 隊列の間隔

横への間隔は「右へ、ならえ」で右肘が隣の人左腕に軽く触れる程度、前列と後列の間隔は、後列人が腕を前に伸ばして指先が、前列の人の背中から10cm手前になる程度です。

ウ 点検者・指揮者の位置

(ア) 点検者

前列中央の5m(6歩)前に、隊に正対した位置に立ちます。

(イ) 指揮者(隊の右翼で号令をかける場合)

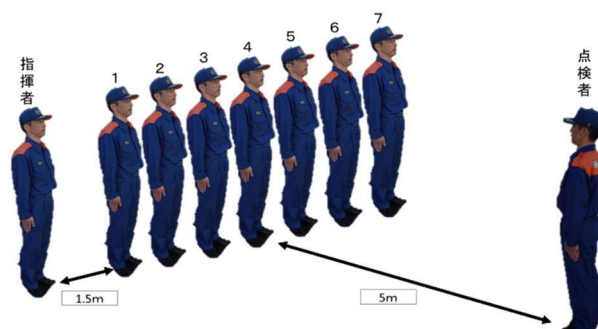
隊列の最右翼者の右側1.5m(2歩)の位置に正面を向いて立ちます。

(ウ) 指揮者(隊の正面で号令をかける場合)※点検者がいない時点

前列中央の5m(6歩)前に、隊に正対して立ちます。

エ 隊列の編成

原則として、横隊の右側から身長の高い順に列を編成します。



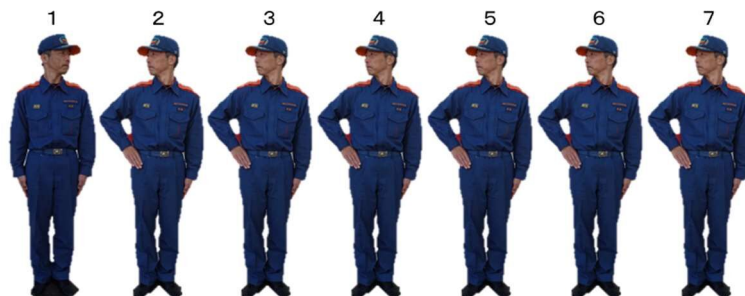
(2)「集まれ」(集合)

- ア 指揮者は右手を上挙げて、「集まれ」と号令をかけます。
- イ 最右翼者は、指揮者の号令に即応して5 m (6 歩) 離れて正対し、右手を上挙げて「基準」と声を発します。
- ウ 団員は最右翼者を基準に並び、並んだ順から右へなられます。(3 (3) イ参照)
- エ 最右翼者は自分の左に最初のひとりが並んだ時に手を下ろし、基本の姿勢で顔を左に向けます。
- オ 最右翼者は全員が揃って整列できたのを確認したら、小さい声で「よし」と言って顔を正面に向けます。
- カ 「よし」の声で右から順に手を下ろして、顔を正面に向けます。



(3)「右へ、ならえ」(整列・整頓)の動作

- ア 右手を右腰にあてて肘を立てます。
- イ 顔は右に向け、視線は右隣の団員の襟を見て、その先右隣の団員の襟が重なって見えるように、足を小刻みに動かして整頓します。
- ウ 後列はア・イの動作を行いながら前列に重なります。
- エ 「なおい」で基本の姿勢に戻ります。
- ※最右翼者は手を上げず顔だけを左に向け、「なおい」で基本の姿勢に戻ります。



(4)「番号」(人員点呼)

- ア 指揮者は必ず「気をつけ」の号令で基本の姿勢にし、「右へならえ」で整頓させてから「番号」をかけます。
- イ 最右翼者から、1、2・・・と続けます。途中で番号を間違えたり、または、途切れた

場合は指揮者による「もとへ、番号」の号令でやり直します。

ウ 二列の場合は前列が番号を発声し、前列最後の番号が終わったら、後列最後の者（後列最左端の者）が前後列同人数なら「満（まん）」、一人少ない時は「欠（けつ）」と発声します。

4 通常点検

点検者などが団員の姿勢、服装、人員、体調などを点検します。

（１）指揮者の動作

通常点検において指揮者は、点検者による点検を受けるために隊列を整列させたり、必要な隊形にしたりします。

（２）点検者を迎える前の動作

ア 指揮者は、通常点検を受ける前に隊列を整列させ、番号をかけさせて人員の確認を行います。（前列中央の 5 m（6 歩）前で号令）

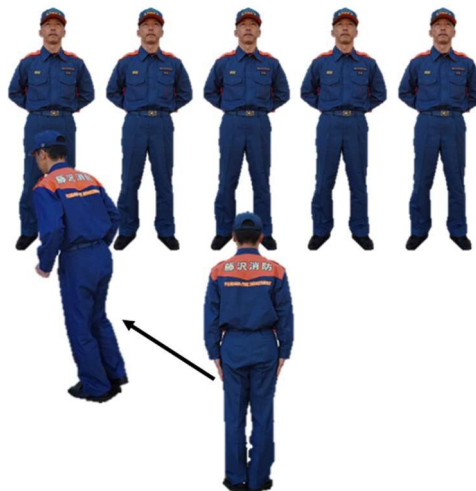
イ 人員の確認後、「整列休め」の号令をかける。



ウ 隊列の最右翼者の右側 1.5 m（2 歩）の位置へ駆け足で移動する。

（ア）基本の姿勢から移動の方向に「なかば左向け左」で向きます。

（イ）走りだす寸前に全身をやや前に傾けて、倒れかかるように左足から 1 歩、やや強く踏み出します。



（ウ）指揮者は最右翼者の右で左まわりに正面向きとなる。

(エ) 指揮者は顔を左にならう。



(オ) 指揮者は隊列になったら顔を正面向きにする。



(カ) 隊列とともに整列休めの姿勢になる。



(3) 点検者を迎える動作

- ア 指揮者は、点検者が近づいたら「気をつけ」の号令をかけます。
- イ 点検者は前列中央の5m（6歩）前の位置に進み、隊列に正対します。
- ウ 点検者が中央の隊列の前列中央に正対したら指揮者は「かしら、中」の号令をかけ、上体を点検者に向けながら、敬礼します。
- エ 隊列員は指揮者の号令により点検者の方向に顔を向けます。
- オ 点検者の答礼後、指揮者は手を下げ、上体を正面にもどし、「なおれ」の号令をかけます。
- カ 指揮者の「なおれ」の号令により隊列員は顔を元にもどします。

(4) 報告の動作（指揮者）

- ア 指揮者は、なかば左を向き点検者に正対し敬礼します。
- イ 点検者の答礼の後、点検者に正対したまま基本の姿勢に戻ります。
- ウ 「第○分団総員□名集合しました。」と報告し、「番号」の号令をかけます。
 - ※ 欠席●名の場合は「第○分団総員□名、事故●名、現在員△名」と追加します。
- エ 隊列員は、「1、2、3・・・」と番号を発声します。
- オ 指揮者の敬礼、点検者の答礼
- カ 指揮者は、なかば右を向き、もとの向き（正面）にもどり点検（服装・団員証・姿勢等）を受けます。
 - ※ 点検者の指示や合図があった場合は、指揮者は隊列に対し「整列休み」の号令をかけます。

(5) 点検終了時の動作

- ア 点検終了または点検者の訓示等が終了し、隊列が「整列休み」の状態のときは、指揮者

は「気をつけ」の号令をかけます。

イ 指揮者は隊列が「気をつけ」の状態であることを確認し、「かしら中」の号令をします。

点検者は答礼が終了したら、もとの位置に戻ります。

ウ 指揮者は点検者が隊列から離れたら、「整列休め」の号令をかけ、通常点検終了となります。

(6) 解散

ア 指揮者は、4 (2) アの位置（前列中央の5 m（6 歩）前）に至り、「わかれ」の号令をかけます。

イ 隊列員の敬礼、指揮者の答礼

5 応用動作の訓練

(1) 「前へ、進め」の動作

ア 左足から踏み出します。

イ 進む時、両手は指先まで一直線で45度に振ります。

ウ 指揮者は例外で、行進を妨げない適宜な位置に立ち、号令をかけます。



(2) 「全体、止まれ」の動作

ア 「止まれ」の号令がかかった時に踏み出した足の次の足は1歩踏み出し、その次の足で揃えて止まります。

※左足を踏み出した時に、「止まれ」がかかったら、1で右足を踏み出し、2で左足を右足に揃えて止まります。

イ 止まった時点で自主整頓をします。

(3) 「○歩、前へ、進め」の動作

ア 予め進む歩数を指定し、隊列を移動させる号令です。

イ 「進め」で左足から進み、指定の歩数進みます。

ウ 指定の歩数の次の足を揃えて止まります。

(4) 「わかれ」(解散)

ア 指揮者は、4 (2) アの位置（前列中央の5 m（6 歩）前）で、「わかれ」の号令をかけ敬礼します。

※室内では2 m（3 歩）

イ 隊列の全員が指揮者に正対して挙手の敬礼をします。指揮者より先に手を下さないように注意します。

(5) 物品授受の動作

賞状等の受け渡しの動作です。

※屋外では着帽とし、室内で脱帽している場合には帽子を携行しません。1 名の場合は、号令なしの敬礼です。

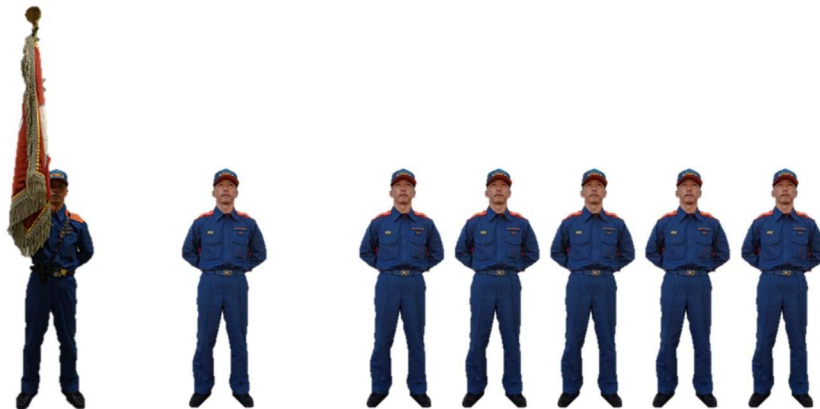


6 旗の敬礼等

(1) 旗を持つ者の位置

隊の標識である旗を持つ者の位置は、横隊にあっては、指揮者の右側1.5m(2歩)の位置です。

※縦隊にあっては指揮者の後方1.5m(2歩)です。



(2) 旗の持ち方

旗竿の下端を「旗竿止バンド」にあて、右手を旗竿の肩の高さの箇所握り、肘を自然に少し曲げ、旗の先端をわずかに前方に傾けます。(下図中①～③参照)

(3) 旗の敬礼の方式

旗の敬礼は、指揮者の号令により、旗を持つものが旗竿の下端を「旗竿止バンド」にあてたまま、右手を十分前に伸ばします。(下図中④～⑥参照)

※旗手は、旗と一体であるので、旗の敬礼を行う場合は、旗手自身の敬礼は行いません。

(4) 整列休め

ア 基本の姿勢から左足を横に肩幅ほどに開きます。

イ 同時に左手を腰の後ろ、ベルトの位置にするほか、左手は肘から指先まで、まっすぐに出します。(下図中⑦～⑨参照)

	基本(気をつけ)の姿勢	敬礼	整列休め
側面	① 	④ 	⑦ 
正面	② 	⑤ 	⑧ 
背面	③ 	⑥ 	⑨ 

以 上

NAME: _____