



中濃消防組合 就活生向け Q&A VOL. 3

消防士に必要な体力は？

消防士は体力が必要！
採用試験でも体力試験があります。
なぜ体力は必要なのでしょうか？





採用試験の体力試験 について



①握力

②長座体前屈

③立ち幅跳び

④懸垂

⑤反復横跳び

⑥上体起こし

⑦シャトルラン

以上7項目の総合値で評価します



消防士の体力

瞬発力

災害現場でいち早く活動するためにスピードが大切です。
しかし、確実性も必要です。
確実な素早い行動が住民の安心に繋がります。

持久力

火災時の放水、階段を駆け上がる。
消防士がバテては、意味がありません。

筋力

傷病者を持ち上げる、資機材を保持する。
基本的に複数人での活動ですが、個人のパワーが強いほど安全な活動になります。





安心してもらえる消防士に！



瞬発力・持久力・筋力
何かひとつが欠けていても
何か一つだけが得意でも
【安全・迅速・確実】
な現場活動はできません。

消防士は、住む人の安心・安全を守る職業です。
皆さんはどんな消防士に駆けつけてほしいですか？