

ロープ訓練



戦闘訓練

女性モニター

ドウラン体験



体力測定訓練



レンジャー体験



ようこそ

姫路駐屯地へ。

平成27年9月18日・19日と姫路駐屯地に女性モニターと防衛モニターさんがやってきました。

まずは、自衛隊とは……。真剣な面持ちでプレゼンを聞いてくださっています。

完璧な山本曹長のプレゼンに皆さん、「……」でした。



姫路駐屯地 第3特科隊が保有する155mm 榴弾砲
通称FH70の紹介です。

見たり、聞いたり、触ったり。記念撮影なんかもしちゃったりして！

皆さん興味津々です。

どれくらい飛ぶのですか？……姫路から明石くらいまで……。

「！！！！！」「……」でしたね。

史料館見学

SHIRYOUKAN

みんなが夢中！
おとなの勉強に、



史料館長の福本 和也 2等陸曹に史料館について説明を受けています。

我々の先輩方の雄姿を目にし、感動と驚きを隠せない様子で聞いていました。

姫路城が当時、現在の価格で20万で売り出されていたこと、姫路駐屯地が昔はお城のほうまで敷地があったこと、諸先輩方の活躍、そして現在に至るまで事細かく説明され、モニターさんたちにも深く心に響いたことだと思います。

さあ、つぎは・・・。



基本教練



もう困らない。「敬礼」のしかた。

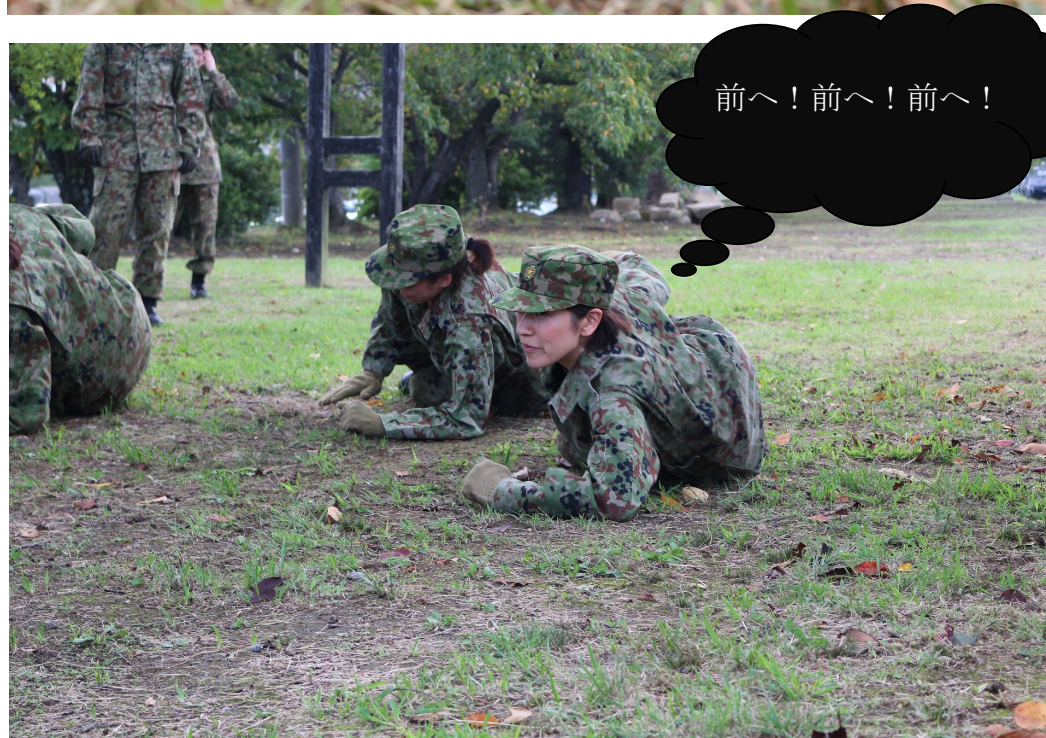
みんなで歩けばこわくない。



先頭の人についていく！？



戦闘訓練





一日目の訓練

お疲れ様でした。

課業終了



きもちいい朝

非常呼集をかけられ、山から戻ってきた女性モニターの隊員たちさん。

朝から良い笑顔で自衛隊体操の始まりです。

休みの日の駐屯地は静かで小鳥のさえずりが気持ちよく、朝日が心地よく感じます。

今日は少し暑いですが、まだまだたくさん経験していただきます。



自衛隊体操

まずは、自衛隊体操から。自衛官の基礎体力の向上を目的としており、人間の動きの限界近くまで動かすことにより、効果がでます。

自衛官は毎朝、朝礼前に自衛隊体操をし、一日の準備運動として訓練等を始めます。精一杯体を動かすことで、体の不調も確認できます。

また、何回も繰り返すと、筋肉痛になり基礎体力向上という点では筋力トレーニングと同じ効果を発揮できます。

この日は3回しました。展示した隊員は汗だくです。



体力測定



ドウラン体験

かくれんぼで





高見3曹が沢山のロープの結び方を教えました。

さて・・・どれくらい覚えているでしょうか。

本人は「災害時に必ず役にたつので!」と豪語していましたが、果たして・・・。

次はそのロープを使った、レンジャー体験です。

悲鳴をあげておられた方も・・・。



ロープが練







レンジャー体験



2日間の訓練お疲れ様でした。まだまだ、女性モニターが続くと聞いています。お体に気を付けて頑張ってください。また、自衛隊に興味をもっていたきありがとうございます。訓練はほんの一部を体験していただきましたがいかがでしたでしょうか。隊員も一所懸命頑張りますので、これからもご理解とご協力のほどよろしくお願いします。