

# 災害被災地ボランティアガイドブック

神戸学院大学  
ボランティア活動支援室  
総合リハビリテーション学部社会リハビリテーション学科

## 災害被災地派遣ボランティアの留意点

### 1 どんな準備をすればいい？

#### 1-1 動きやすい服装を

- ◆ 季節を問わず、長袖、長ズボンを用意します。着替えもしっかり準備しておくこと
- ◆ 半袖、上着などを用意し、温度差に対応できるようにしてください
- ◆ 帽子、マスク、軍手、タオルは必需品。雨天に備え雨カップも必要です
- ◆ 底の丈夫な靴を（釘の踏み抜き予防）。活動内容によっては長靴が必要です
- ◆ 現地で調達できるものがあればよいですが、ない場合を想定して準備しましょう

#### 1-2 自分の分の食料や宿泊の確保を忘れずに

- ◆ 自分の分の飲み物（お茶やミネラルウォーター）と食料は原則ボランティア自身が準備し、携行してください
- ◆ どれくらい必要か／どのようなものがのぞましいかは、大学の指示に従ってください

#### 1-3 体調管理や安全確保のために

- ◆ 応急セットや普段服用している薬を準備し携行してください
- ◆ ウエットティッシュや手ピカジェルがあると便利です
- ◆ 被災地における緊急連絡先や連絡網を確認しておきましょう

#### ～河北について～

津波や地震によって多くの方が亡くなったり行方不明になっている事はみなさんもよくご存じかと思います。現地で活動するにあたっていくつか頭に入れておいていただきたいことがあります。

自分がお話する方は自宅が無くなっている方かもしれません。大切な大切な自分の子供や孫を津波にさらわれてしまった方かもしれません。どうか言葉使いや立ち居振る舞いに気を使ってください。

**ドロ出し作業→単なるドロ出し作業ではありません**

**家具運び出し→単なる家具運び出しではありません**

工事現場で仕事をしているのではなく、そこにいる方が大事にしてきた自宅で作業をします。そこにあるものはドロにまみれていても家族の思い出がつまっているものです。おうちの方は割り切って（心境はとても複雑です）捨てていますが、自分たちボランティアは決して捨てるものでも粗末に扱わないでください。作業が長く、疲れてくると雑になってしまいます。自分の体の疲労具合も自分で常にチェックしてください。

## 2 被災地で心がけたいことは？

### 2-1 ボランティアの基本

- ◆ 「主役意識」は持たないでください。ボランティアは人からちやほやされるためにするためにするものではありません
- ◆ ボランティア同士ではしゃがないでください。ボランティア同士で盛り上がったり、注目されたがっているようなボランティアは迷惑です
- ◆ ボランティアだから多少ルールを破っても許されると思わないでください。また、自由時間は何をしてもよいと思わないでください

### 2-2 現地の状況を考えた行動を！

- ◆ 現地では、それぞれで活動している団体の指示に従い、現地の状況や自分の活動内容、役割分担の説明を受けてから活動をしましょう
- ◆ 地理や気候等周辺環境を把握したうえで活動に入りましょう

### 2-3 被災者の心情を考えた行動を！

- ◆ 学校や地域センターが緊急避難所として使われていることが多く、そうした場所での活動もあります。プライバシーへの配慮も十分ではない場合が多く、被災した人たちの心理的な負担が大きいことを忘れてはいけません
- ◆ 被災者は弱者でかわいそうな人という意識を持たないでください。
- ◆ 被害を受けた人は、心に傷を負っていることもありますし、避難所の生活に疲れてもいます。そういった気持ちを尊重して活動に臨みましょう。どんなボランティアでも同じですが、「～してあげる」という上から目線での行動はNGです。
- ◆ 常識ある行動と言葉使いでボランティア活動に参加してください

### 2-4 セルフマネジメントが大切

- ◆ 無理をしないことも大切です。復旧作業の妨げになること、自分が危険にさらされるようなこと、被災した人の迷惑になるようなことをしないように行きましょう。
- ◆ ボランティアはあくまでお手伝いです。復旧の主体者はあくまでも現地のみなさんであることを忘れないでください
- ◆ 何か困ったことが発生した時は必ず責任者や引率者に相談を。勝手な行動はかえって被災地に負担をかけてしまいます

3個人の持ち物チェックリスト：基本的なものです。その他は大学の指示に従ってください

		個数・備考	チェック
1	自分の食糧・飲料	3食×日数分※	
2	マスク（あれば防塵）	日数分	
3	雨合羽（あれば上下）	1	
4	軍手	1～2	
5	洗面具		
6	タオル	日数分	
7	常備薬、ばんそうこうなど	必要分	
8	着替え	長袖・長ズボン	
9	ゴミ袋	必要分	
10	寝袋や毛布、ひざかけ	各1	
11	使い捨てカイロ	必要分	
12	ウェットティッシュ	必要分	
13	筆記用具		
14	携帯充電器（電池式）	1（+必要分の乾電池	
15	懐中電灯	1	

☆その他、手ピカジェル、子どもとの遊び道具などがあると便利です

※食料については、実際どれくらい必要か、どのようなものが望ましいかは、大学の指示に従ってください。

～福地公民館について～

ここは住民の方たちが以前より大切に利用してきた場所です。今回被災された方への物資をお渡しする場所として区長さんをお願いしてお借りしています。

主役は住民の方たちです。自分たちボランティアはお手伝いをさせていただきに来ています。いずれ住民の方たちにお返しします。その時にあわててきれいにするのはなく、常にきれいに使用してください

ボランティアの行動は常に住民の方に見られていることを意識して行動してください。備品を雑に扱ったり粗暴な行為は慎んでください。一人のボランティアの軽率な行いがボランティア全体の信用を落としてしまうことがあります。

住民の方は物資を取りにだけ来るわけではありません。なにか話をしたかったり、ボランティアをねぎらってあげようと来る方もいらっしゃいます。元気にさわやかに挨拶してください。

～家族の心～

明るくふるまっている住民の方たちですが、ほとんどの方が家族や親類のかたを亡くされています。地域全体がお葬式をしているような状態です。挨拶など明るくしてもらいたいのですが、はしゃぎ過ぎたり住民の気持ちを逆なでするような発言や行いはしないでください。これが出来ない方は来て頂きたくないぐらい際重要なお願いです。

大きな深い悲しみの中で自分の身体の半分を失ってしまったような強烈な喪失感を抱えている方たちばかりです。どうか住民の方たちの気持ちを傷つけることが無いように配慮をお願いします。

自分の家族を亡くして家の中がめちゃくちゃだったり、家そのものがなくなってしまったと想像してください。辛くて辛くて立っていることもできないと思います。ここの方たちはそんな状態の中でボランティアを受け入れてねぎらってください。

そんな住民の方たちに自分たちは何ができるか、何をしないほうが良いのか、みなさん一人ひとりが考えてください。

**災害被災地ボランティアガイドブック 2011年5月2日**

製作協力

総合リハビリテーション学部社会リハビリテーション学科石田ゼミ3回生

：阿部、遠藤、金本、木村、谷岡、辻本、中谷、中山、村上