



【図】水害ボランティア作業時の服装

災害ボランティアセンターを通じた災害ボランティア活動では被災した家の片付けやがれきの撤去、泥出しが多いのに対して、NPO法人などの団体はそれぞれの得意分野での活動であるため、団体の数だけバリエーションがあります。

Q 災害ボランティアに参加する時は、どんな服装がいいですか？

A 作業する内容によって異なりますが、ケガをしないような服装と準備は必要です。

作業内容によって服装は異なりますが、自分がケガをしないための準備は、最低限必要です。多くの方が災害ボランティアと聞いてイメージされる被災した家の片付け

出典：認定NPO法人レスキューストックヤードHP

やがれきの撤去であれば、釘の踏み抜きが一番怖いことから、鉄板が入った安全靴を履くようにしましょう。安全靴は、現場作業や工場作業のための用品店・インターネット通販などで手に入ります。

水害の被災地で作業する時の服装の一例として、【図】を掲載しておきます。長袖

シャツに長ズボン、長靴、ヘルメット、防塵マスク、ゴーグル、厚手で長めのゴム手袋、首元に巻くタオルや手ぬぐいなどで全身をくまなく保護しましょう。というのも、泥やほこりの中にはいろいろな雑菌が含まれています。また、作業現場は泥だらけで荷物を置く場所がないことも多いですから、自分の貴重品や荷物をひとまとめにできるウエストポーチやデイパックも役立ちます。スコップやバケツ、のこぎりなどの道具は、電車やバスで持つていくことは難しいので、「可能であれば」くらいで持参するといいいでしょう。災害ボランティアセンターでも、ある程度は用意されていると思います。

Q 災害ボランティアとして、どんなことができるのでしょうか？

A 活動メニューは多種多様。自分が得意なことを生かして、支援することができます。

「災害ボランティアII被災した家の片付

けやがれきの撤去」と思われがちですが、そうではありません。

例えば私たちレスキューストックヤードでは、能登半島地震の被災地での支援活動として、避難所で段ボールベッドやパーテーションを設置したり、食事の支援をしたり、トイレの衛生環境を整えたり、足湯でくつろいでもらったり、お茶会を開いて被災者の方のお話をお聞きしたりしました。その他にも、冬の間、雪に覆われている能登では手芸が得意な方が多いので、少しでも気持ちが高まられるよう手芸の材料をお渡ししたり、アレルギーがあつて配給された食事が食べられないお子さんにアレルギー除去食を届けたりもしています。

被災した方の中には自宅で避難生活を続けられている方も多く、なかなか支援の目が行き届きませんが、一軒ずつ訪問してお話をうかがうと個別のニーズが出てきますし、被災者を支えていくにはそのニーズをしっかりと聞き出す必要があります。

仮設住宅に入居する時も、高齢者にIHキッチンやヒーターの使い方を教えたり、部屋が狭いので物置棚を取り付けたりと、ボランティア活動のメニューは本当に多種多様ですし、きめ細かな支援を届けるには人手も要ります。

本来の「ボランティア」は自由な活動ですから、自分が得意なことをやればいいのです。料理が得意な人は炊き出しができるでしょうし、車の運転が得意な人は買い物

をサポートすることができるとしよう。日曜
大工が得意な人であれば、被災した家の
修理にその腕を生かせるでしょう。

もちろん、看護師や保健師、重機を扱える
といった高度な専門スキルや資格を持つて
いる人はより重宝されます。ですが、そう
でなくても、それぞれが自分の得意なこと
を生かして、被災者のニーズに合ったきめ
細かな支援を自ら考え、工夫し、創り出して
いくことが、本来、災害ボランティアには
求められます。

Q 災害ボランティア活動を
する時に、気をつけたい
ことは？

主体はあくまでも被災者。

A 被災者の方のペースに合わせる
ことが、何よりも大事です。

災害ボランティアとして参加する方は、
自分の気持ちが先走ってしまいがちです。
しかし、他所からやって来た初対面の人に
ガツガツとやりたいことを押し付けられる
と、支援を受けるほうは引いてしまいます。
主体はあくまでも被災者です。そこをはき
違えてはいけません。

例えば、能登半島地震の被災者にはお年
寄りが多いですが、「家の中がぐちゃぐちゃ
やだから片付けましょう」と言っただけ、若い
ボランティアの人たちが一気に片付けてし

まうことは、被災者にとって果たしていい
ことでしょうか。

家の中の物はすべて、そこに住んでいた
方にとって大切な思い出です。それを捨て
ていかどうかを判断できるのは、そこに
住んでいた方だけです。判断するにしても、
お年寄りにはテキパキとはできません。物を
手にしながら思い出話をされることもあり
ますし、大事な物が壊れて涙を流される方
もいます。そういった「話を聞く」という
ことが、とても重要なのです。

ボランティアは「物」を相手にするので
はなく、「人」を相手にしています。そこを
失えば、単なる作業です。被災者のペー
スに合わせながら、会話をし、「応援して
いますよ」という気持ちを伝えることが、
被災者の活力になります。それは、現地で
活動するボランティアにしかできないこと
です。被災者の方に寄り添って、困り事を
解決するお手伝いをしながら、その方々が
元気になっていく姿をそばで見られること
は、ボランティア活動の喜びでもあります。
その反面、ボランティアがすべてをやり
過ぎてしまっても、よくありません。例えば、
仮設住宅に入った後はキッチンも付いてい
ますし、被災者は災害前同様、自身で食事
を用意します。にもかかわらず、仮設住宅
に入居後も毎日無料の炊き出しを続けてし
まえば、食事を用意する気力や能力を奪っ
てしまいます。そうすると、ボランティア
がいなくなると困るのは被災者です。

被災者がやるべきことや、できる能力を
奪わない「適度な支援」をする。それを基本
に、親睦を図るための食事会をたまに開催
するのはいいと思います。

私は能登半島地震が発生した翌日から被災地に入り支援活動が続いています。能登半島は海と山に囲まれた土地で、そこで暮らす人々は、漁をしたり農作物を作ったりしながら、つましい暮らしをしていました。過疎化と高齢化が著しいこの土地を大地震が襲いました。修羅場と化した厳しい状況にもかかわらず、自分たちからはなかなか「大変だ」と声を上げないところが能登半島地震の被災者の一つの特徴ではないかと私は感じています。雪国の厳しい自然環境に耐え抜いてこられたからか、我慢強い方が多い印象です。ですが、頑張り過ぎた末に、「もうダメだ」と声を上げた時には手遅れになることもあります。そうならないよう「こんな時くらい、甘えていいんですよ」と何度もお伝えしています。

被災者が「助けて！」と言った時に「私はこんなことができますよ」と言える人が、もっと出てきてほしい。「自分も力になりたい」という声が、もっとたくさん上がる社会になってほしい。被災地での支援は、避難所がなくなれば終わり、仮設住宅に入れば終わりではありません。まだまだ息の長い活動を担うボランティアが必要です。