

## この本を読むみなさまへ

災害ボランティアの活動に興味を持ってくださり、ありがとうございます。おそらくこの本を手にとっているあなたは、災害のニュースを見て「いつか自分が被災することになるかもしれない」、または「困っている被災者の力になりたい」と考えたことがある人だと思います。もしくは、すでに災害ボランティアの活動を経験していて、そのときのことを振り返りたいと思っているのかもしれませんが。

災害ボランティアの活動は、被害状況や場所、時期が違えば内容も異なります。誰かに強制されるものではなく、参加するかどうかを一人ひとりが自主的に決めています。そのため、集まる人数が予測しづらいという特性を持っています。一緒に活動するボランティアの経験値の違いや温度差もあります。その場に合わせた判断が必要で、臨機応変な対応が求められる活動をマニュアル化するのはとても難しいことです。それでも、これから発生するであろう災害に対して、あなたができることをひとつでも増やしてほしいと思っています。そこで私たちが被災地の現場で試行錯誤を重ねて蓄積してきたノウハウをまとめることにしました。

第1章「災害を知る」では、被災するという出来事に対しての基本的な理解が得られます。あなたが被災者になってしまったときだけでなく、災害ボランティアとして被災者と接する際にも役立つはずです。

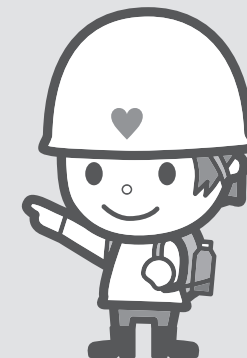
第2章「ボランティアが身につけること」では、災害ボランティアへの参加方法や注意事項がわかります。

第3章「私たちにできること」では、もっと深く学びたい、仲間を増やしたいと思っている人へのヒントを紹介しました。もしあなたが、「明日から災害ボランティアに参加する」というタイミングでこの本を手にとったのであれば、第2章から読み始めてもらってもかまいません。

またこの本は、パソコンを使ってテスト形式で受講できる「災害ボランティア入門（Web 検定）」の公式テキストでもあります。読み終えた方はぜひ挑戦してみてください。さらに深く、よりテーマを絞って学びたいという人は、巻末にいくつかの研修や文献も紹介していますので、この本だけで満足せず、積極的にステップアップにチャレンジしてみてください。

# 第1章

## 災害を知る



# 02

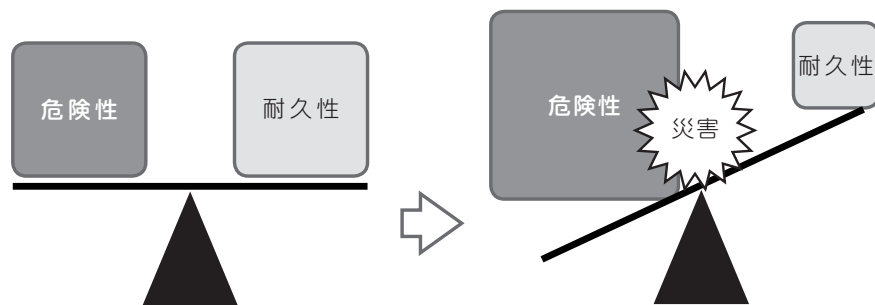
## 災害の種類と特徴

ひと口に災害と言っても、種類や特徴によって被害の内容と対策が異なります。

### ① 発災の仕組みとは？

災害が発生することを「発災」と呼びます。発災するのは、危険性と耐久性のバランスが崩れたときです。危険性とは、地震でたとえるなら「揺れ」のことです。地震が多い日本では、毎日どこかで震度1や2の小さな揺れを観測していますが、これを「災害発生だ!」とは言わないでしょう。それは、日本の建物の「揺れに対する耐久性 = 耐震性」が、震度1や2よりもずっと高いからです。一方、震度6や7の揺れでは、耐震性の低い建物は被害を受けます。つまり、発災とは耐久性よりも危険性が大きくなり、バランスが崩れたときに起こる現象のことです。

発災のメカニズム



危険性と耐久性のバランスが崩れると発災する

### ② 災害の種類と被害の違い

災害には「自然災害（天災）」と「人為災害（人災）」という2つのカテゴリーがあります。さらに、そのなかにもさまざまな種類があり、被害の特徴も異なります。

#### 自然災害（天災）と人為災害（人災）

	災害の種類	被害の特徴
自然災害 (天災)	地震	建物の倒壊、家具の転倒による圧死やケガ、ライフラインの寸断などの被害。余震もある。
	津波	沿岸部で広範囲な被害。波にのみ込まれたことによる溺死や町にヘドロが打ち上げられるなどの被害。
	洪水	台風や集中豪雨による河川の氾濫、浸水などの被害。日本では夏場を中心に数多く発生する。
	土砂崩れ	局所的だが建物や橋の倒壊などの被害。地震や豪雨が引き金で二次災害として発災することもある。
	大雪	山では雪崩、集落では孤立状態になることもある。雪下ろし、雪かき中の事故も多い。
	火山の噴火	土石流による直接被害だけでなく、有毒ガスが噴出したばあいには長期間、遠方へ避難する必要がある。
	その他：竜巻、山火事、雹（ひょう）、熱波、早魃（かんばつ）、伝染病など	
人為災害 (人災)	工場火災・爆発	ヘリコプターを使った大規模な消火活動であれば、地域住民は周辺からの避難が必要になる。
	ビルの倒壊	老朽化や手抜き工事などが原因。途上国ではいまでも発生回数が多い。
	電車の脱線事故	発生率は低いが、一度起これば死傷者が発生したり、交通インフラに大きな影響を及ぼしたりする。
	有害物質の流出	重油タンカーの座礁（ざしょう）事故など。海洋汚染などの環境・人体への影響が出る。
	原発事故	放射線による人体への影響のほか、長期の避難生活や地域の分断といった社会的な影響も大きい。
	戦争	兵士だけでなく民間人の被害が出ることもある。難民・避難民への人道支援が必要になる。
	その他：放火、大停電、将棋倒し、テロ、暴動など	

## コラム② 災害関連死

**東** 日本大震災の死者・行方不明者数を「約1万8千人」と記憶している人も多いでしょう。この数字には3,472人(2016年6月30日、復興庁発表)の「災害関連死」が含まれておらず、震災から5年経った時点の死者・行方不明者数は「約2万2千人」に上がっています。東日本大震災の死因のうち92.4%が溺死と発表されています(内閣府発表)が、これも災害関連死を除いた内訳です。災害関連死を含めると、溺死の割合が約75%、次に多いのが災害関連死で約16%なのです。

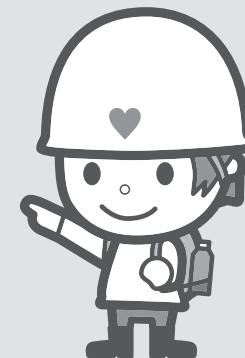
災害関連死とは、災害の直接被害ではなく、避難中や避難後にその災害との因果関係のなかで健康状態が悪化するなどして命を落とすことです。十分な医療サービスが受けられずに持病が悪化したり、避難所での劣悪な環境から体調を壊したり、仮設住宅での生活苦や寂しさから自殺してしまったりと状況はさまざまです。なんとか直接被害から生き延びた命がこれだけ多く失われてしまうのは、本当に辛く悔しいことです。2016年の熊本地震では、直接死の人数よりも関連死の人数の方が上回ってしまいました。

日本の災害対策は、建物の耐震化といった被害を未然に防ぐ「防災」に力を入れてきました。世界的にも非常に高いレベルで、これまで数え切れないほどの命を救ってきたはずですが、さらに「防災」の取り組みが進むことを期待します。一方、発生した被害を最小限に抑える「減災」はどうでしょうか？ 備蓄食の開発、消火訓練や人命救助の訓練などさまざまな取り組みがありますが、主に発災から3日間程度を想定している内容が中心です。もちろんこれらの取り組みも大切です、もっと広げていくべきです。

ただ、災害関連死を防ぐには、発災から3日間だけではなく、何カ月、何年という中長期の取り組みを考える必要があります。災害ボランティアは、発災から3日後以降に募集されることが通常で、その後中長期に渡って活動する存在です。その活動は避難生活中の環境を改善し、1日も早い自宅や店舗の復旧を支え、人と人との新しいつながりを生み出す活動です。これらの一つひとつが、災害関連死を防ぐことにもつながっています。これから力を入れて取り組むべき大きな「減災」のひとつが、災害ボランティア活動です。

## 第2章

# ボランティアが 身につけること



# 09

## ボランティアへの参加方法

自分に合った災害ボランティアの募集を探そう！

### ① 社会福祉協議会と災害ボランティアセンター



熊本市災害ボランティアセンターの様子

「家族や知り合いが被災した」となれば、直接物資を送ったり、手伝いに行ったりするかもしれません。これも、被災者のために自主的に活動するという意味では立派な災害ボランティアです。ただし、この本で紹介する災害ボランティアとは、特定の被災者と直接の面識がなくても、ある団体や組織を介してボランティアの募集に応じ、活動するケースを前提としています。

一般的な参加方法は、被災地の市区町村に立ち上がる「災害ボランティアセンター」に登録することです。災害ボランティアセンターは、一部の市区

町村では行政やNPO/NGOが運営することもあります。多くは社会福祉協議会（社協）が運営を担います。社会福祉協議会は、地域の社会福祉活動を推進することを目的に、それぞれの都道府県、市区町村で活動する民間組織です。災害対応を専門とするわけではありませんが、日頃から高齢者の見守りボランティアや地域での活動をおこなっているため、発災時にもそのノウハウを応用して災害ボランティアセンターの運営を担う仕組みが全国的に広がるようになりました。

災害ボランティアセンターは、発災後、被害状況によって「ひと」の応援が必要と判断すれば、数日間の準備を経てホームページやFacebookなどのSNSを通じてボランティアの募集要項を発表します。近隣地域へは、チラシなどで知らせることもあります。センターは市区町村ごとに別々に設置されるので、インターネットの検索サイトで「被災地の市区町村名、社会福祉協議会、ボランティア」などのキーワードで検索してください。募集要項には、その日の集合時間や場所、想定される活動内容、持ちものなどが記載されているので、参加する前によく読んで確認してください。

### ② 移動手段を確保しよう！

被災地の災害ボランティアセンターまでは、指定された集合時間・場所に、あなた個人で移動することになります。交通費や現地での食費などは、ボランティア自身が負担するのが原則です。特に、遠方からの参加であれば、現地の地理もわからず道に迷ったり、被害によって公共交通機関が止まっていることもあるので、きちんと調べてから、時間に余裕を持って移動するようにしましょう。

現地での移動にも便利なので自家用車を利用する人もいますが、事前の確認をお勧めします。被災地では、駐車場の不足や、渋滞が起こりがちです。停電で信号が停止していたり、道路標識がなくなっていることもあります。雪かきのボランティアに参加するばあいには、当然雪道の運転でしょう。ふだんの運転と勝手が違うかもしれません。ほかの個人ボランティアも乗せて現地での移動に活用しようとの心がけは立派ですが、車内が泥だらけになることも覚悟しておいてください。

### ③ 災害ボランティアの1日

さあ、災害ボランティアセンターに到着しました。そこからどのように活動するのでしょうか？ 右ページの図を参考に、一般的な災害ボランティアの1日の活動の流れを見てみましょう。

災害ボランティアセンターの設置場所は、屋外テントの場合も、施設内の場合もあります。個人参加のボランティアは、受付をすませるとチームを組み、その日の活動を割り当ててもらい、必要な資機材を持って作業の現場に向かいます。作業現場まで距離がある場合には、自家用車に乗り合わせたり送迎のバスで移動することもあります。作業現場に到着したら依頼者と作業内容の確認をします。無理せず、適度に休憩をはさみながら活動しましょう。作業終了後は、一度災害ボランティアセンターに戻って資機材の返却や作業の報告などをおこないます。

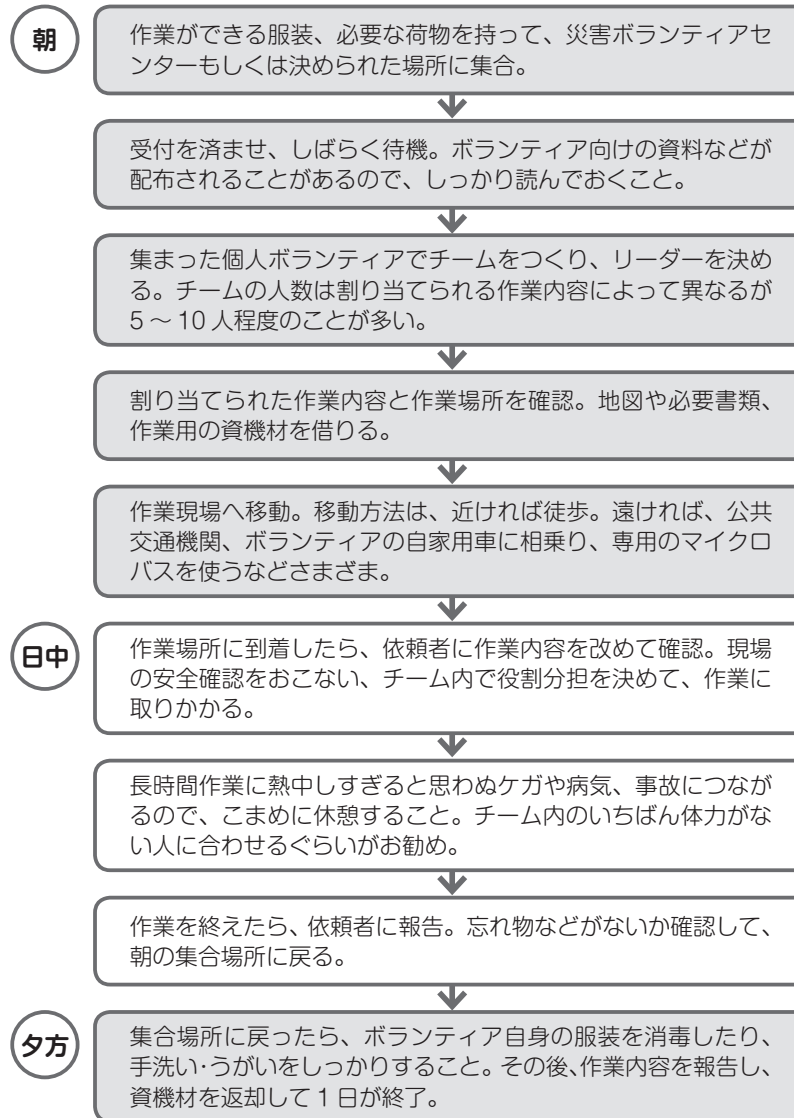
この1日の流れは参加先によって違うので、参加した先のルールに従ってください。また、必要以上のボランティアが集まればその日に割り振られる作業がなかったり、悪天候のため作業が中止になることもあります。ご紹介したのはひとつの目安だと思って、現場で臨機応変に対応しましょう。

### ④ NPO・NGO、専門ボランティア

NPO/NGO や専門職のグループが被災地で活動するケースも増えてきました。災害支援そのものを専門とするNPO/NGOの数はそれほど多くありませんが、医療や介護、子どもや教育、街づくりなどそれぞれの専門分野を持っています。「公助」では十分な対応ができないが、素人の個人ボランティアには作業が難しい知識やスキルが必要な場面で力を発揮します。

災害ボランティアセンターは、あまり高度な知識やスキルを必要とする作業は請け負いません。「医師・看護師免許がある」「語学力を活かしたい」「被災したペットや動物を助きたい」「重機が運転できる」など、自分の資格やスキルを活かして災害ボランティアに参加したいと思っている人は、日頃からその専門分野に精通しているNPO/NGOの会員になっておいたり、職能・業界団体からの情報にアンテナを張っておくことをお勧めします。

### 災害ボランティアの1日



※翌日以降も連続してボランティアに参加する人は、このサイクルを繰り返す。