

# 災害ボランティアにいこう！

WAVOC 災害ボランティアガイド



2022 年 3 月 11 日

早稲田大学平山郁夫記念ボランティアセンター（WAVOC）

※このガイドは、被災地で災害ボランティアをしたいという学生の皆さんが  
一歩踏みだすことをサポートするために作成したものです。

## 1. 災害ボランティアとは？

地震や津波、台風、豪雨などの自然災害が発生した際に、被災地で様々な活動を担うのが「災害ボランティア」です。皆さんが「被災地の役に立ちたい」「復興を応援したい」と思ったとき、どのようにしてボランティア活動を始めればいいのかご案内します。

### ※注意点

災害ボランティア活動を進めることで、新型コロナを広めてしまう恐れがあります。災害ボランティアを、市町村や都道府県内在住者と限定して募集している場合がありますので、社会福祉協議会等のウェブサイトから最新の情報を確認してください。また、学生部により認められている課外活動の範囲での活動を心がけてください。

## 2. WAVOC の災害ボランティア派遣実績

早稲田大学平山郁夫記念ボランティアセンター（通称：WAVOC）では、東日本大震災をきっかけに本格的に学生ボランティアを派遣し始めました。東日本大震災では 2011 年 4 月から延べ 8,000 名を超える学生ボランティアを被災地に派遣しました。

また、2014 年以降は、広島土砂災害、熊本地震、平成 30 年 7 月豪雨など多くの被災地に学生ボランティアを派遣しています。

### ※早稲田大学東日本大震災特設サイト

[研究、教育、貢献で考える早稲田大学と震災の記録 \(waseda.jp\)](http://waseda.jp)

### ※これまでの派遣実績

| 年    | 被災地での主な活動（地域）                  | 年    | 被災地での主な活動（地域）                         |
|------|--------------------------------|------|---------------------------------------|
| 2011 | 東日本復興支援（宮城、岩手、茨木、東京など）         | 2016 | 熊本地震支援（熊本）<br>岩手県岩泉町水害支援（岩手）          |
| 2012 | 東日本復興支援（同上）                    | 2017 |                                       |
| 2013 | 東日本復興支援（同上）※以降、継続して東北地方に派遣     | 2018 | 平成 30 年 7 月豪雨支援（岡山）                   |
| 2014 | 降雪被害農家支援（埼玉本庄）<br>広島土砂災害支援（広島） | 2019 | 台風 17 号被害支援（千葉）<br>台風 19 号被害支援（宮城、栃木） |
| 2015 | 常総市水害支援（茨城）                    |      |                                       |

### 3. 災害ボランティアの活動内容

「災害ボランティアって、どんな活動をするの？どう参加したらいいの？」「自分は被災地の役に立つの？」と思う方もいらっしゃるでしょう。

災害ボランティア活動は、被災した地域や住民が、早く元の生活に戻ることができるように力仕事からイベント支援、心のケアといった様々な活動があり、経験がなくても・体力に不安がある方もできる活動があります。また、被災直後だけでなく、長期間にわたる支援が必要で、被災地の支援ニーズは災害の種類や時期によって変化するため、災害ボランティアの活動内容も様々です。

**初期段階**：がれきの撤去や分別、泥だし、清掃など、炊き出しなど

**それ以降**：イベント支援、街の賑わい創出、心のケア、写真復元など

#### \* 初期段階のボランティア活動の様子



#### \* それ以降のボランティア活動の様子



#### 4. 災害ボランティアの手順～被災地で実際に活動するには？＜その1＞～

災害ボランティアに参加するには、大きく分けて以下のステップがあります。

直ぐに被災地へ駆け付けたいという熱い気持ちも大事ですが、必ず十分な下調べや準備を行い、くれぐれも「迷惑ボランティア」にならないようにしましょう。

- (1) 下調べ
- (2) 準備
- (3) 当日
- (4) 災害ボランティアにおける注意点

#### 5. 災害ボランティアの手順～被災地で実際に活動するには？＜その2＞～

災害ボランティアは被災地に負担をかけないようにすることが基本です。何の準備もせずに被災地に行くと、被災地に迷惑をかけることにもなるので、しっかり準備をすることが大事です。

##### (1) 下調べ

行く前に被災地の状況を確認することが一番重要です。また、現地に災害ボランティアセンター（以下、災害 VC）が設置され、ボランティアの受入れ体制が整ってから参加しましょう。

災害 VC の設置状況や受付場所・時間、求められるニーズは現地の社会福祉協議会のウェブサイトなどで確認できます。必ず最新の情報を必ず確認してください。

※学生の皆さんは、現地の災害 VC 開設後に個人で参加するか、WAVOC の災害ボランティア派遣プログラムに参加しましょう。

※現地の方々は様々な緊急対応で多忙なため、直接電話をすることは避けましょう。

※全国社会福祉協議会 HP

【災害ボランティア情報】 <https://www.saigaivc.com/>

【ボランティアを行う際の準備について】 <https://www.saigaivc.com/volunteers/十分な準備/>

#### \* 社会福祉協議会や災害ボランティア情報サイトの一例



## (2) 準備

### ①持ち物の準備・チェック

災害の種類や活動時期によって活動時に必要な服装が違います。状況に合わせて服装・持ち物を準備しましょう。

### ②食事や宿泊先、往復の交通手段の確保

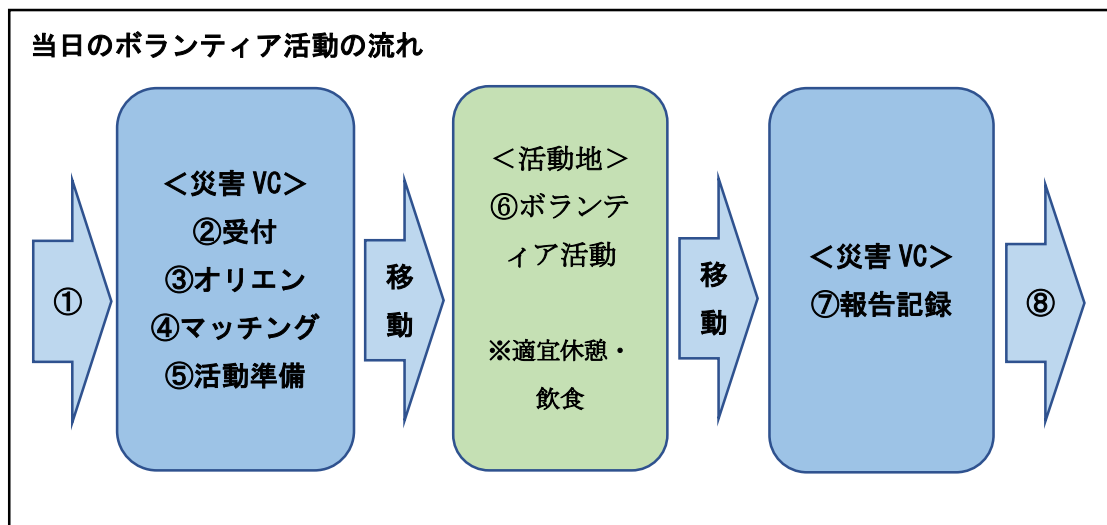
「事前に」必要な備えをして被災地に入りましょう。災害が発生して間もない被災地では、調達できる物資が少なく、宿泊できる場所や交通手段も十分にありません。

### ③ボランティア活動保険の加入

出発の前日までにお住いの地域の社会福祉協議会でボランティア保険に加入しましょう。



### (3) 当日



#### ①移動

公共交通機関やバス・車などで、災害 VC に向かいます。

最寄り駅から災害 VC までのシャトルバスなどがあることもあります。

#### ②受付

災害 VC で、個人ボランティアの登録をします。

#### ③出発前説明（オリエンテーション）

災害ボランティアの心構えから、災害の状況や主な活動内容や場所、注意事項などについて説明を受けます。

#### ④グループ分け・調整（マッチング）

個人ボランティアを5人1組などに分けられ、組ごとにリーダーを決めます。

災害 VC スタッフが、被災者の要望（ニーズ）に合わせて、活動する個人ボランティアを調整（マッチング）して、リーダーに対して役割の説明をおこないます。

#### ⑤活動準備

リーダーの指示により、必要な物品（スコップ、土嚢袋、一輪車）などを用意し、その後、バスや車で活動現場へ移動します。

#### ⑥現地でのボランティア活動

現地にて、被災された方やスタッフの指示のもと、ボランティア活動を行います。

リーダーやタイムキーパーの指示により、しっかり休憩を挟みながら活動します。

#### ⑦報告記録

活動終了後、災害 VC に戻ります。リーダーが活動内容の進捗状況や被災者の様子、気づいたことなどをスタッフに報告します。

#### ⑧移動

ボランティア活動終了後、公共交通機関やバス・車などで、自宅に帰ります。

\* ボランティアセンターの様子（オリエンテーション時、資材置き場の例）



\* 活動の様子（泥かきや清掃の例）



\* 報告記録の様子（例）



#### (4) 災害ボランティアにおける注意点

災害ボランティアの参加にあたっては、「WAVOC 学生災害支援ボランティアの心得 10 か条」を必ず事前に確認してください。また、重複する点もありますが、以下の注意点も確認してください。

- ①「被災者への心配り」を忘れず、自分の経験による判断を押し付けず、被災者の気持ちや立場に配慮し、被災者中心の支援を心がけましょう。
- ②声を出す・声を掛け合う・返事をしましょう。  
作業は班単位でおこないます。声を出す事で積極的に交流を図ってください。また、声がかかけられないほど作業に夢中になってしまう場合は疲れが蓄積しやすくなるので注意しましょう。
- ③たとえ小さな作業でも、被災地復興のボランティア活動に変わりはありません。  
また、作業内容や場所は「現場のニーズに応じて日々変わる」ことがあります。  
グループによっては、あまり作業がなかったり、指示がなかったりするかもしれませんが、与えられた場で、自分のベストを尽くすよう、主体的に考えてください。
- ④災害 VC や活動現場では、なかなかスムーズに進まないことも多くあります。その際も「待つこともボランティア」と考えて待ちましょう。
- ⑤活動現場では、被災された方から高所での作業や不慣れな機器を使った活動を求められることもあります。そんな時は無理せずにできない作業は断わってしまって構いません。活動終了後の報告記録で災害 VC スタッフに申し送りしましょう。
- ⑥活動中の健康状態に気をつけましょう。病気やケガをしてしまうと、被災地に負担をかけます。不調になったら早めに活動をやめる勇気を持つことも必要です。また、暑い時期にはこまめに水分補給するなど熱中症対策を忘れずにしてください。
- ⑦天候や現地の状況により、ボランティア活動ができないこともあります。無理はせず災害 VC の判断に従ってください。また、余震や降雨などが続いている現場では、津波や土砂災害の発生に備えて避難場所を確認するなど、自分の身を守るために細心の注意を払ってください。

#### 6. WAVOCの災害ボランティア支援、サポート

##### (1) 災害ボランティア派遣

いざ災害が発生した際に、「被災地の役に立ちたい!」という熱い思いを持った学生の皆さんのために、教職員が引率する災害ボランティア派遣を実施しています。あらかじめ WAVOC メールニュースへ登録したり、災害後に WAVOC ホームページをチェックしてください。

##### (2) 災害ボランティア活動に伴う交通費補助

災害ボランティア活動を行う学生の経済的負担を軽減することを目的に活動地ま

での交通費を補助しています。

(3) その他

WAVOC ではヘルメットなどの備品を貸出ししています。また、災害ボランティアに参加するにあたって不安なことがあれば、WAVOC 事務所にお気軽にご相談ください。

※WAVOC ホームページ：<https://www.waseda.jp/inst/wavoc/>



7. その他

(1) 災害後も息の長い支援を

被災地では、災害の直後だけでなく、その後も復興に向けたボランティア活動が行われます。時間が経つにつれ、支援ニーズは変化していきます。被災地の災害 VC は、現地の支援ニーズをウェブサイトなどによりリアルタイムで発信しています。

(2) 募金や観光も大切な被災地支援

被災地への支援は、現地に行くボランティア活動だけではなく、被災地でのボランティア活動のために募金をしたり、被災地で生産されたものを購入したり、観光で訪れたりすることなども、被災地の復興支援となります。

以 上

【問い合わせ先】

早稲田大学平山郁夫記念ボランティアセンター

[wavoc@list.waseda.jp](mailto:wavoc@list.waseda.jp)

<https://www.waseda.jp/inst/wavoc/>

## 参考 1. 学生災害支援ボランティアの心得 10 か条

WAVOC はこれまでたくさんの学生ボランティアの応援をしてきました。その経験から、これから被災地に行ってボランティア活動をしようにとする学生にこれだけは守ってほしいことを伝えます。

### WAVOC 学生災害支援ボランティアの心得 10 か条

#### 第 1 条 ボランティア保険(災害プラン)に入る

ボランティアの基本は「自己責任」です。何か事故や病気があっても自分で対応することになります。

保険に入ることはそのための準備になります。

#### 第 2 条 不眠不休で頑張らない

被災地では気持ちも高ぶり使命感から精一杯活動することになりがちです。

しかし、疲労から体調を崩すのは相手に迷惑になります。活動中でも休む判断をすることが大切です。

#### 第 3 条 被災地では信頼できる人と一緒に行動する

活動をするにあたっては安全に十分に注意してください。被災地で起こりがちな危険な問題に巻き込まれないためにもできるだけ単独行動は避けてください。

#### 第 4 条 まずは相手の話を共感的に聞く

被災者を少しでも元気づけようと「〇〇さんの分まで頑張ってください」「元気になってください」と言いがちです。励ましの言葉を軽々しくかけないことも大切です。

#### 第 5 条 被災者が自分たちでやる仕事を取らない

被災地に行くことでできることをすべて「やってあげたい」という気持ちになりがちです。

しかし、復興するのは現地の人たちです。その力をどう応援できるかが大切です。

#### 第 6 条 涙が止まらなくなったら活動をやめる

悲惨な現状や嗚咽する人などに接する場合、自分も心の傷を受けることがあります。

自分の心をコントロールできない時はその場から離れたり自宅に帰る決断をしてください。

#### 第 7 条 できないことは「出来ません」とはっきり断る

被災した人の依頼を断るのは難しいことです。しかし、無償のボランティアでも「やります」と言ったことには責任が伴います。無責任にならないように行動することが必要です。

#### 第 8 条 相手の感情に巻き込まれ過度な哀れみや同情をしない

被災者の話を聞くことで感情が揺さぶれることもあります。しかし、「かわいそう」と思うことが相手の支援になるわけではないことを知っておきましょう。

#### 第 9 条 子どもと遊ぶときなどは過度に喜ばせようとしない

ボランティアのお姉さんやお兄さんと遊ぶ体験は子どもにとってはうれしい時間です。

しかし、非日常で興奮したあとの面倒は誰かが見ることを意識してください。

#### 第 10 条 ボランティア活動の運営について批判はしない

被災地のボランティア活動では「仕事がない」、「指示が悪い」などの批判もあります。

しかし、憤慨しても何も生まれません。できることは何かを自分で考えて行動しましょう。

## 参考 2. 災害ボランティアチェックリスト・物品リスト

### 【チェックリスト】(例)

| <input type="checkbox"/> | チェック項目                      | <input type="checkbox"/> | チェック項目                  |
|--------------------------|-----------------------------|--------------------------|-------------------------|
| <input type="checkbox"/> | 現地の最新情報を把握した。               | <input type="checkbox"/> | 災害 VC が設置され、受入体制が整っている。 |
| <input type="checkbox"/> | 交通手段や宿泊場所が確保できている。          | <input type="checkbox"/> | ボランティア保険に加入した。          |
| <input type="checkbox"/> | 保証人に災害ボランティア活動の承認を得た。       | <input type="checkbox"/> | 活動内容や場所、体調に不安がない。       |
| <input type="checkbox"/> | 学生災害支援ボランティアの心得 10 か条を確認した。 | <input type="checkbox"/> |                         |

### 【持ち物リスト】(日帰り例)

|     | <input type="checkbox"/> | 持ち物       | 備考                                                                       |
|-----|--------------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------|
| 作業用 | <input type="checkbox"/> | 帽子・ヘルメット  | または日本手ぬぐい                                                                |
|     | <input type="checkbox"/> | ゴーグル      | 埃や危険物から目を守る                                                              |
|     | <input type="checkbox"/> | 防塵マスク、マスク | 使い捨てのものでも可                                                               |
|     | <input type="checkbox"/> | 作業服       | 長袖・長ズボン                                                                  |
|     | <input type="checkbox"/> | 上下カップ     | 上下に分かれているもの                                                              |
|     | <input type="checkbox"/> | 皮手袋・ゴム手袋  | 厚手、手首が隠れるほど長めのもの、ガラスや危険物があり、油断禁物                                         |
|     | <input type="checkbox"/> | 長靴        | つま先に鉄板の入った安全靴がのぞましい                                                      |
|     | <input type="checkbox"/> | 中敷き       | 長靴または安全靴に入れ、踏み抜きを防止                                                      |
|     | <input type="checkbox"/> | デイバッグ     | 飲食物、雨具などを作業現場に持っていくため。                                                   |
|     | <input type="checkbox"/> | 救急用品      | バンドエイド、常備薬、車酔い止め、消毒液、保険証                                                 |
| 衣類  | <input type="checkbox"/> | 着替え       | 活動中、帰路などの着替えが必要。乾きやすい素材のもの。                                              |
| 飲食物 | <input type="checkbox"/> | ウェットティッシュ | 食事をする際、汚れた手を清潔に！                                                         |
|     | <input type="checkbox"/> | 食料        | 昼食、塩飴など。腐りにくいもの。                                                         |
|     | <input type="checkbox"/> | 飲料        | 最低 1 L の水分は必要、水分は多めに取りように心がける（小分けのペットボトルを用意するとよい）またスポーツドリンクなど塩分補給できるのもよい |
| その他 | <input type="checkbox"/> | タオル       |                                                                          |
|     | <input type="checkbox"/> | 大きいゴミ袋    | 汚れた靴、汗をかいた作業着等を入れる。                                                      |
|     | <input type="checkbox"/> | レジ袋（数枚）   | ゴミ袋としてなど、すべてのゴミは持ち帰る。                                                    |
|     | <input type="checkbox"/> | 筆記用具      | VC 作業指示や予定、当日の緊急連絡先などをメモしたり、気づいたこと、感じたこと、考えたことも記録しましょう。                  |

|  |                          |        |        |
|--|--------------------------|--------|--------|
|  | <input type="checkbox"/> | 風呂用具   | 必要に応じて |
|  | <input type="checkbox"/> | 保険証、現金 |        |
|  | <input type="checkbox"/> | 防寒具    |        |
|  | <input type="checkbox"/> | 常備薬    |        |

※上記は持ち物例です。災害内容や宿泊の有無によって大きく異なります。

※スコップや土嚢袋などは、災害 VC や大学の備品を利用することが多いです。