



# 災害ボランティア活動の基礎 第3回 「安全衛生について」

被災地での災害ボランティア活動は、慣れない場所・慣れない作業で二次災害が起きやすく、また、活動終了後は、自身が思っている以上に肉体的・精神的に疲労します。

安全衛生の目的は、健康を保ち、危険がない中で、安心して活動できるようにすることです。

災害防止と、健康維持のための注意点を、是非ご確認をお願いします。

また、新型コロナウイルス感染が懸念される状況下での災害ボランティア活動は、感染対策を講じた上で行ってください。

## 安全衛生について

- ✓ 自分の体調を見極めよう。調子が悪い時は、「活動しない」も選択肢。睡眠時間や食欲、持病や血圧にも留意し、不調かなと思った時点で活動をやめる勇気を持ちましょう。
- ✓ 出発前に、活動にふさわしい服装、装備は持ったか確認しましょう。活動の安全チェックポイントを書き出し、安全担当も決めましょう。
- ✓ 被災地における緊急連絡先、連絡網を事前確認しておきましょう。
- ✓ 現地に着いても、すぐに活動を始めず、危険な場所がないか確認し、あれば排除します。
- ✓ 休憩時間をみんなで決めて、皆で守りましょう。
- ✓ 飲み物も十分に用意し、こまめにとります。そして、きちんとトイレに行くのも大切です。
- ✓ 夢中になると周囲の状況が見えづらくなります。寒さは？天候は？具合の悪い仲間はいない？地元の人に無理させていない？互いに声をかけ、確認しあいましょう。
- ✓ 「おかしいな」と感じたら、活動をやめてリーダーに伝えます。どんなに予防しても、ケガをしたり具合が悪くなることがあります。気づくことが大切です。
- ✓ 活動が終わったら、手洗い・うがいをしっかりと。感染症の予防を心がけましょう。

- ✓ 活動が終わったら、熱い気持ちをクールダウン。報告ではヒヤッとした経験も伝えましょう。
- ✓ 被災地での活動中、お酒は禁止、煙草もガス引火等の危険があるので禁止。
- ✓ 活動後でも、お酒は控えめに。泊る場合はしっかり寝て明日も元気に起きましょう。
- ✓ 被災地での長期間の活動は控えましょう。短期でも貴重な活動です。長い滞在が体や心の健康を害する例もあるので、一度帰郷するか休みましょう。
- ✓ 何となく不安や後悔が残っているなら、仲間と一緒に一日を振り返ってみましょう。親しい人に話を聞いてもらうのもよいですね。その後もモヤモヤが続くようなら専門家も活用しましょう。

出典：東日本大震災支援全国ネットワーク

## 新型コロナウイルス感染が懸念される状況下における災害ボランティア活動について

新型コロナウイルス感染が懸念される状況下における災害ボランティア活動では、健康管理の徹底、手洗い・手指消毒の励行、マスクの着用、対人距離の確保等が重要です。全社協・全国ボランティア・市民活動振興センターから、災害ボランティアの皆さま向けに「活動にあたっての衛生配慮にかかわるガイドライン【第1版】」が示されていますので、参考にしてください。

<https://www.saigaivc.com/covid19/新型コロナウイルス感染症対策関係/>

なお、ボランティア活動保険に、ボランティア活動中に新型コロナウイルス感染症に感染して治療を受けた場合、補償の対象となるものがございますので、必要に応じて保険会社にご確認下さい。