

ボランティアバスを運行する際のポイント ver1.0

東日本大震災支援全国ネットワーク
ガイドライン・チーム

ボランティアバスを運行する際のポイントを整理しました。ボランティアバスに参加する、企画するみなさま、ぜひ参考にしてください。

参加されるみなさまへ

被災された方々に勇気を与えるボランティア活動への参加、本当にありがとうございます。今回の災害では、多くの団体やグループがバスを利用して被災地に移動して活動するケースがありますが、その際にご注意いただきたいポイントがあります。

○エコノミークラス症候群にならないために

長時間のバス移動では同じ姿勢で座ったままの状態が長く続くため、下半身の血行が悪くなり、静脈血栓という血のかたまりができて肺の動脈を詰まらせ、呼吸困難や失神を起こし、最悪命に関わることもあります。

(水分)

- ・こまめに水分を取りましょう(1時間に100ml目安)
- ・乗車中のアルコールは利尿作用があり体の脱水が進みますので控えましょう。

(運動)

- ・2時間おきにSAで休憩を取り、必ず車を降りて軽く歩いたり屈伸をしましょう。どうしても降りられない時はふくらはぎをマッサージしましょう。

企画されるみなさまへ

各自が自家用車等を使っては被災地で大渋滞が起きてしまいます。そんな2次災害を予防しながら被災地にたくさんのボランティアを送り出すボランティアバスの運行は被災地にとって大変大きな支えとなっています。ぜひ多くのボランティアが健康に被災地まで行き、充実した活動の後、安全に帰ることができる様、企画いただくみなさまにはぜひ次のポイントを押さえてご案内ください。

○参加者が長時間乗車で疲労困憊してしまわないために

現地到着までの数時間～十数時間のバス移動から解放されても、ボランティアはすぐさま活動に移れるほどの元気は残っていません。疲労が溜まった状態での無理な活動はけがの引き金となります。

(行程)

- ・ボランティアバスのスケジュールは参加者の負担が少ない様、旅行会社など長距離バス運行ノウハウを持つ専門会社と相談しながら組み立ててください。
- ・移動の途中、旅館の大部屋での雑魚寝などでも良いので、平らなところで仮眠できる場所を確保できるよう努力しましょう。
- ・GW中や週末は特にボランティアバスの運行が増えて、深夜仮眠のための駐車場が満車で使えない、仮設トイレの数が足りない、などの想定外も起こりえますので、特にゆとりある日程での移動を心がけてください。
- ・JRや新幹線などの鉄道機関も復旧が進んできていますので、近隣駅まで鉄道、その先でバスを使うなど複数の交通機関を乗り継ぐ企画も可能になってきています。

(募集定員)

- ・バスの座席数の半分程度を応募定員にすることでゆったり過ごすことができます。定員一杯の座席での移動や仮眠は大変ストレスになります。

(出発前)

- ・参加者集合受付の際には、体調の自己申告や顔色チェックを行うなど、明らかに体調に異変がありそうな方については乗車をご遠慮いただける様な体制を用意しましょう。

(到着後)

- ・現地到着後もすぐに活動に取りかかるのではなく、現地の最新情報を仕入れた後に再度オリエンテーションを行うなど、一呼吸置いて体と心の準備ができるように工夫しましょう。

【ボランティアバスの出し方】

ボランティアバス企画のポイント集がありますのでぜひ参考にしてください。

○みえ発！災害ボラパック

<http://www.v-bosaimie.jp/modules/mydownloads/singlefile.php?cid=1&lid=3>

(目次)

- STEP1 バスを出そう！…に至るまで
- STEP2 事務局立ち上げ！…やることいろいろリストアップ
- STEP3 事前準備！ ボラパック・コーディネート
- STEP4 いよいよ当日！…集合～受付～現地まで
- STEP5 作業終了！…活動～終了～帰路・引継まで
- STEP6 活動の終わり時
- STEP7 参加者の声から…
- 被災地からのメッセージ・あとがき

【オリエンテーションのための参考資料】

事前、または移動中のオリエンテーションは重要です。以下に、オリエンテーションのために活用できる資料がありますので、ぜひ参考にしてみてください。

○「東日本大震災 災害ボランティア活動に初めて参加される方へ」基礎事項

http://www.jpn-civil.net/support/volunteer/post_3.html

○新規災害ボラ用説明スライド（2011/04/01 版：PDF 形式：863KB）

http://www.jpn-civil.net/support/guidelinefile/shinki_volunteer_setsumei.pdf

【参考：ボランティアバス企画のポイント】

シャンティ国際ボランティア会提供資料

【1】活動するだけでなく、被災された方々とのコミュニケーションが大事！

現地での活動は、単なる泥だしや片付けの作業ではありません。地元の方が片付けようと自ら手を動かしているそばにいて「お手伝い」をすることに意味があります。片付けは、現地の方が普段の暮らしの思い出探しをすることであり、ボランティアの方との思い出づくりです。そういうことを意識して、活動を依頼した方とコミュニケーションをとることが大事です。

いろいろな会話をすることが、被災された方を勇気づけることにもつながります。

- ・どんな地域だったのですか？困っていること、不安に思っていることは？
- ・なぜボランティア活動に参加したの？被災地との自分の関わりは？

現地に来られた一人ひとりが、被災された方一人ひとりとお話される中から、いろいろな気づきが発見できると思います。

【2】安全に活動して、無事帰ることが大事！

ボランティア活動が被災された地域や人々に負担をかけないために、安全に活動することが大事です。まず、自分の体調が悪い場合は無理をせず、体調を整えてから現地に向かうようにしてください。また、片付けするものの中には、先のとがったもの、釘や棘の出ている木材など、けがをしやすいものがあり、けがをした場合、感染を起こしやすくなります。安全衛生の担当者を決めて、十分に注意して活動すること、意識が散漫にならないように十分に休憩や水分をとるようにしてください。

(配慮すること(例))

- ・どんなところで活動するのか、どんな活動をするのか、事前に確認しましょう。
- ・粉塵がたくさん舞っています。マスクをかならずつけて活動してください。
- ・休憩時間は十分に、水分補給はまめに。
- ・活動後は、うがい、手洗いの徹底を。

【3】「ボランティアバス」をきっかけに、継続的な支援につなげることが大事！

一度だけで十分なお手伝いができるとは限りません。また、片付けだけが被災地の支援ではありません。被災された方とお話したこと、一緒に活動した仲間で話しあって、継続的に支援できることを考えてみましょう。繰り返し同じ活動をする、自分の地域で被災地の状況を伝えること、募金活動など、いろいろな形で支援をすることができます。