

2011年 第2号 4月20日発行 総号数 52

ふくらく通信

発行者 菅野 香織

3.11 東日本(東北関東)大震災にて、皆様それぞれにご苦労され、ふんばっておられることと存じます。じょり お見舞い申し上げます。当方、無事でした。共に一歩一歩、できることを少しずつやり、日々のご支援がな良い出来事を見つけながら、長い復興への道を進んでいきたいと思います。多勢の方の支援あり、みんな一歩一歩。

被災地を助ける活動のために必要な持ち物と装備

災害ボランティア参加者も、受け入れる側も、必要な物は知っておきたい
協力しあって 再生へ

※ゴミは現地へ出さず、持ち帰ろう

服装

下着
汗を蒸散する化学繊維のものが適している。
(綿は汗を吸うが、体を冷やせるため、冷えて体を奪取れないように)。

上着
フリースやダウンジャケットなど保温性が高く適している
雨具のカッパも必需品

靴
底の厚いもの
作業靴やトレッキングシューズなどが適している
雨もぬかるみにも対応できるものが良い。

帽子
ヘルメットや帽子を用意して、頭を保護

マスク
がれきり片付けなどで粉塵発生あり。
肺炎などを防ぐためマスク着用を
防塵マスクが適している。

手袋
軍手や皮手袋、ゴム手袋など作業に必要。

持ち物

リュックサック
登山用サックが適している。
軽いものを下に、重いものを上に入れる。

お金
あまり多くも持たない
ウェストポーチなどに
入れて体が離さないように。

痛み袋
日帰りの人は、
いらないが、
現地は押入れなどなし。
宿泊者は必需品。
使ったら陰干しを。

洗面用具
タオル、セッケン、歯磨きセットなど。

地図
被災地や周辺地図を用意。
事前に道路、鉄道などの情報も
調べておきたい

その他
携帯電話
ラジオ
懐中電灯
筆記用具
(ノート、マジックペン便利)
女性は衛生用品や
防犯ブザーも。

保険証コピー
くすり、救急用
保険証コピー
バンソウコウ
絆創膏、頭痛薬
うがい薬
風邪薬、胃腸薬
ビタミン剤など。
活動日分を用意。
念のため、保険証
コピーなども用意。

援助者は、自分で食べ物も用意。
日帰りなら弁当、
宿泊するのなら、最終
3日分用意
保存のきくものと水。
かき揚げ、おにぎりが良い。
フッキー、ビスケット類、
フリーズドライやレトルト食品
など。

みなさんの声を集めています
「ふくらく通信・ネット版」にて、みなさんが作るブログ「励ましあい広場」掲載。
河北新報社運営のウェブサイト「ふくらく」にて、ブログの「ふくらく通信・ネット版」を開設しています。
今、そこでは「励ましあい広場」という記事を掲載しみなさんの声を集めています。
「今の思い、そして変化していくじ、それを見守り共有して、明日への力になるように」
みな様の思いをお寄せ下さい。ご協力をお願い申し上げます。

参考: 内閣府「防災ボランティアのページ」(HP) 福祉協議会HP、京都市下京区役所総務課HP、NHK情報番号など