



くらしの復興へ つなぐ 架け橋

東日本大震災被災地復興支援 都民ボランティア事業実施報告書

東京ボランティア・市民活動センター

くらしの復興へ つなぐ架け橋

東日本大震災被災地復興支援 都民ボランティア事業実施報告書

東京ボランティア・市民活動センター

はじめに

2011年3月11日に発生した東日本大震災により、多くの地域でたくさんの方々の‘いのち’や‘くらし’が失われました。心よりお見舞い申し上げます。

東京ボランティア・市民活動センター（運営：社会福祉法人 東京都社会福祉協議会）は、東京都と連携し、被害の大きかった地域、被災者された方々を支援するため、できるだけ被災地に負担をかけない自立型ボランティアのプログラムを企画し、4月5日から7月15日までの3か月半にわたり、「都民ボランティア事業」を実施してきました。

本事業に参加したボランティアは、現地に一週間滞在し、主に宮城県石巻市、東松島市、気仙沼市、岩手県陸前高田市、一関市にて活動を行いました。3か月半（17期）という長期にわたるボランティアを受け入れてくださった現地の方々のご協力もあり、延べ1,535人の都民が活動を行うことができました。家にたまったヘドロのかき出し、瓦礫の撤去、避難所での炊き出し、足湯…、そして、そうした活動を通じて生まれた被災者一人ひとりとボランティアとのつながり。こうした関わりが被災者の方々が復興の一步を踏み出すためのきっかけに少なからずつながったと確信しています。なお、ボランティア派遣終了後も、現地にてボランティア活動の調整を行うスタッフの派遣を引き続き実施しています。

また、都民ボランティア事業を開始した直後から、関係機関の方々からの同事業に対する問合せを多くいただきました。震災後一早く支援活動に入った本事業を参考として、被災地へのボランティア派遣を実施した団体もありました。さらに、都民ボランティアへの参加をきっかけに、被災地支援を行う新たなグループも生まれ、継続的な被災地支援へとつながっています。都民ボランティア事業を行ったことにより、派生的に幅広い被災者支援へとつながっていく結果となりました。

そうした意味でも、本報告書は、東日本大震災における都民ボランティア事業の活動記録としてだけでなく、今後の他の被災地におけるボランティア活動の手引きとしても活用できると考えています。

今回、報告書を編集する中で、改めて、災害ボランティア活動が単なる活動内容や人数、日数などで評価できるものではなく、人と人とのふれあいの中で、確かにつながりを紡ぎながら、被災者にとってもボランティアにとっても、新しい人生の一步を見い出す機会を与えうるものだと感じています。そうした具体的な、一人ひとりの物語を含め、本書が今後に向けた「つながり」をこれからも作り続けていく一助になれば幸いです。

2011年11月12日

東京ボランティア・市民活動センター 所長 山崎 美貴子

目次

01	都民ボランティア事業の概要	5
	都民ボランティア事業の概要	6
	都民ボランティア事業のスキーム	6
	宮城県東松島市、石巻市等でのボランティア派遣の仕組み	7
	宮城県気仙沼市、岩手県陸前高田市、一関市等での ボランティア派遣の仕組み	8
	都民ボランティア派遣の流れ	9
	都民ボランティア参加者について	10
	都民ボランティア事業の経過	13
02	利府を拠点とした支援 / 1期～4期	15
03	松島を拠点とした支援 / 5期GW 特別チーム	21
04	黒川を拠点とした支援 / 5期～7期	25
05	一関を拠点とした支援 / 3期～17期	29
06	大島を拠点とした支援 / 8期～17期	35
07	コーディネーター派遣について	39
08	支援活動内容	43
	参加した主な活動	44
	ふれあいメモ	50
	都民ボランティア参加者アンケート結果	55
	活動写真	66
09	都民ボランティア事業のこれまでと今後に向けて	83
10	災害ボランティア活動の手引き	85
	個人での活動のために	86
	団体としての活動のために	94
11	プレス情報	118

01 都民ボランティア事業の概要

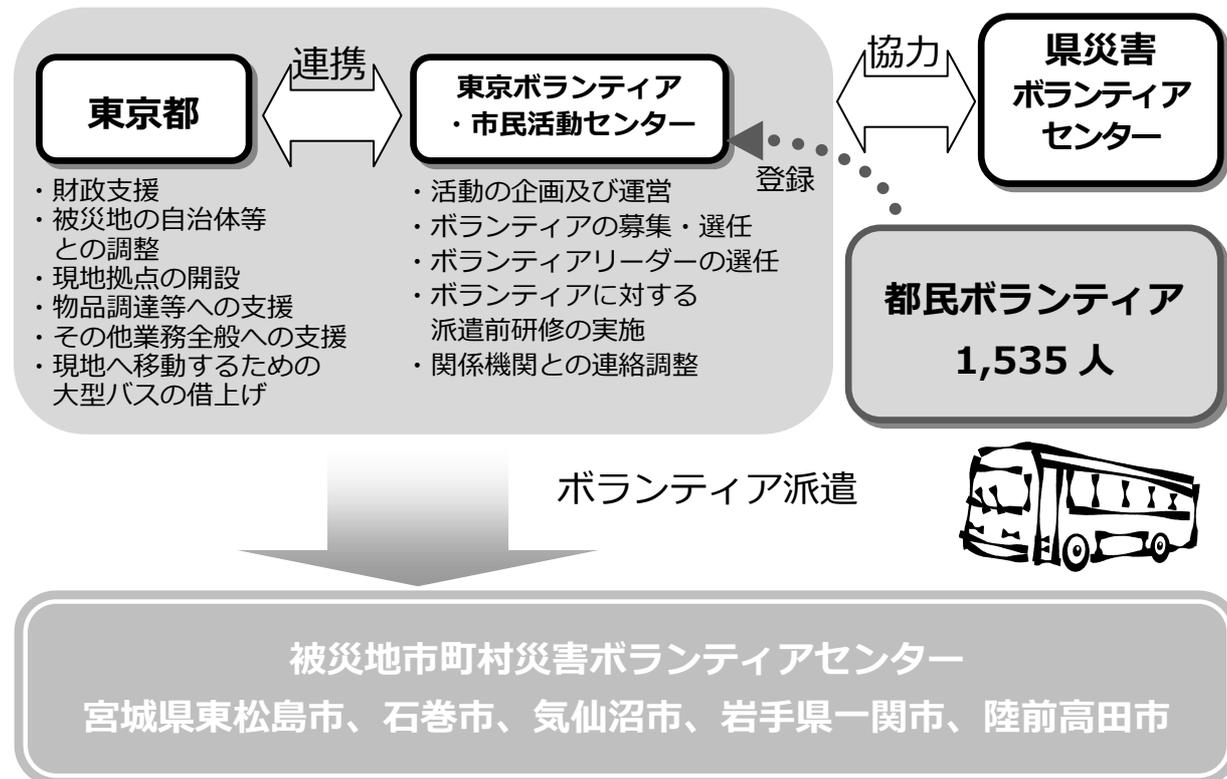
都民ボランティア事業の概要

東日本大震災により被害の大きかった地域、被災された方々を支援するため、東京ボランティア・市民活動センター（TVAC:Tokyo Voluntary Action Center）は、東京都と連携し、4月5日から7月15日までの3か月半にわたり、都民ボランティア事業を実施してきました。

都民ボランティア事業は、被災直後、交通網や施設等が甚大な被害を受け、一般のボランティアによる活動が困難な時期に、被災地に負担をかけることのないように、現地への交通手段、宿泊先、活動用物資等を確保したうえで被災地に入り活動を行う「自立型ボランティア」を派遣するプログラムです。主な活動地域は、宮城県東松島市、石巻市、気仙沼市、岩手県一関市、陸前高田市で、一週間を単位として1期から17期まで、延べ1,535人の方々に現地に派遣しました。

また、都民ボランティア事業の実施に当たり、東京都と東京ボランティア・市民活動センターとで「都民ボランティアの派遣による被災地支援に関する協定」を締結しました。この協定では、都民ボランティア事業における東京都の役割を財政支援、被災地自治体との調整等とし、東京ボランティア・市民活動センターの役割を活動の企画・運営、ボランティアの募集・選任等として、各被災県や各市町村の災害ボランティアセンター等の協力を得て、本事業を実施しました。

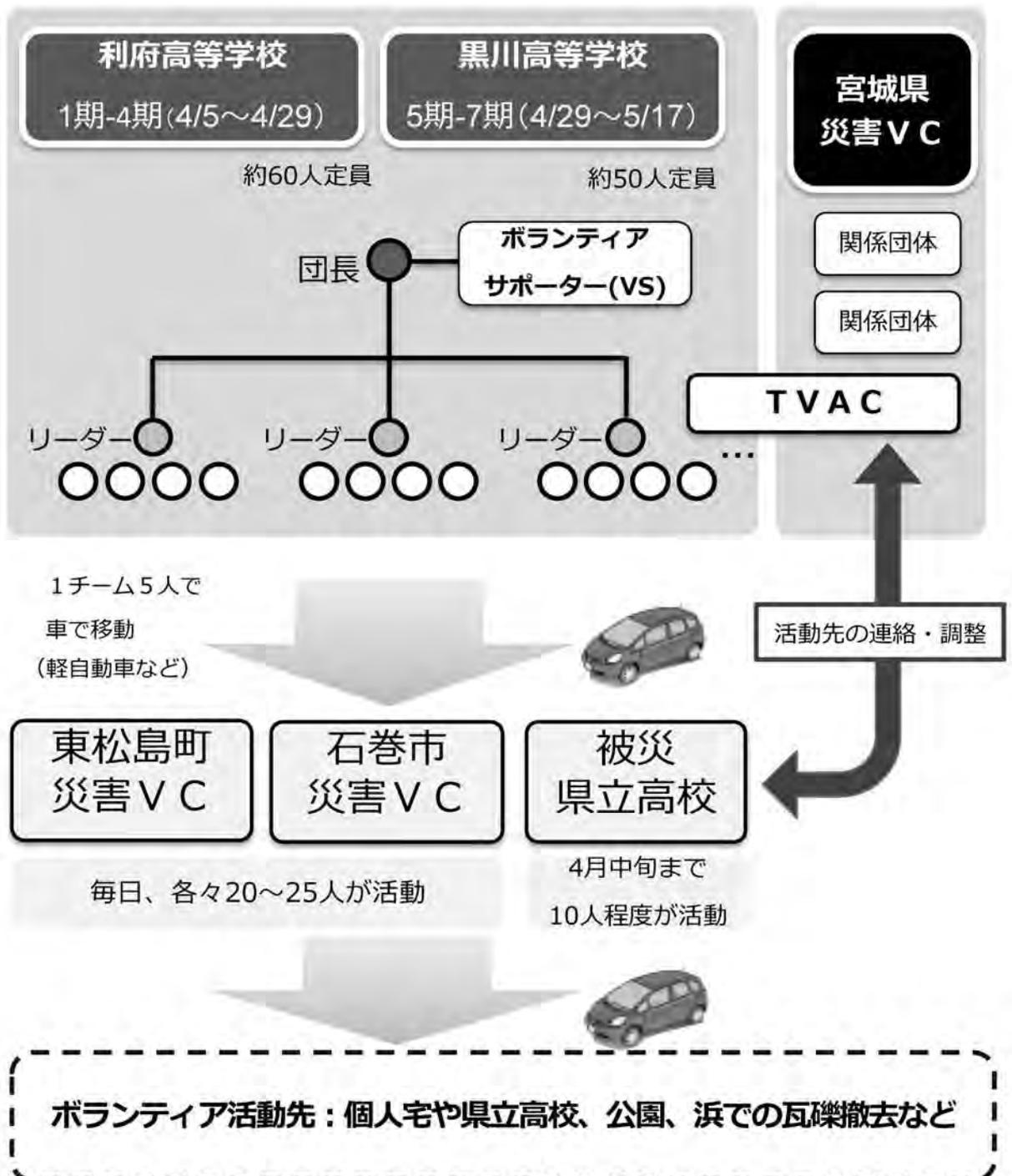
都民ボランティア事業のスキーム



宮城県東松島市、石巻市等でのボランティア派遣の仕組み

拠点：利府・黒川

※ VC：ボランティアセンターの略 TVAC：東京ボランティア・市民活動センターの略

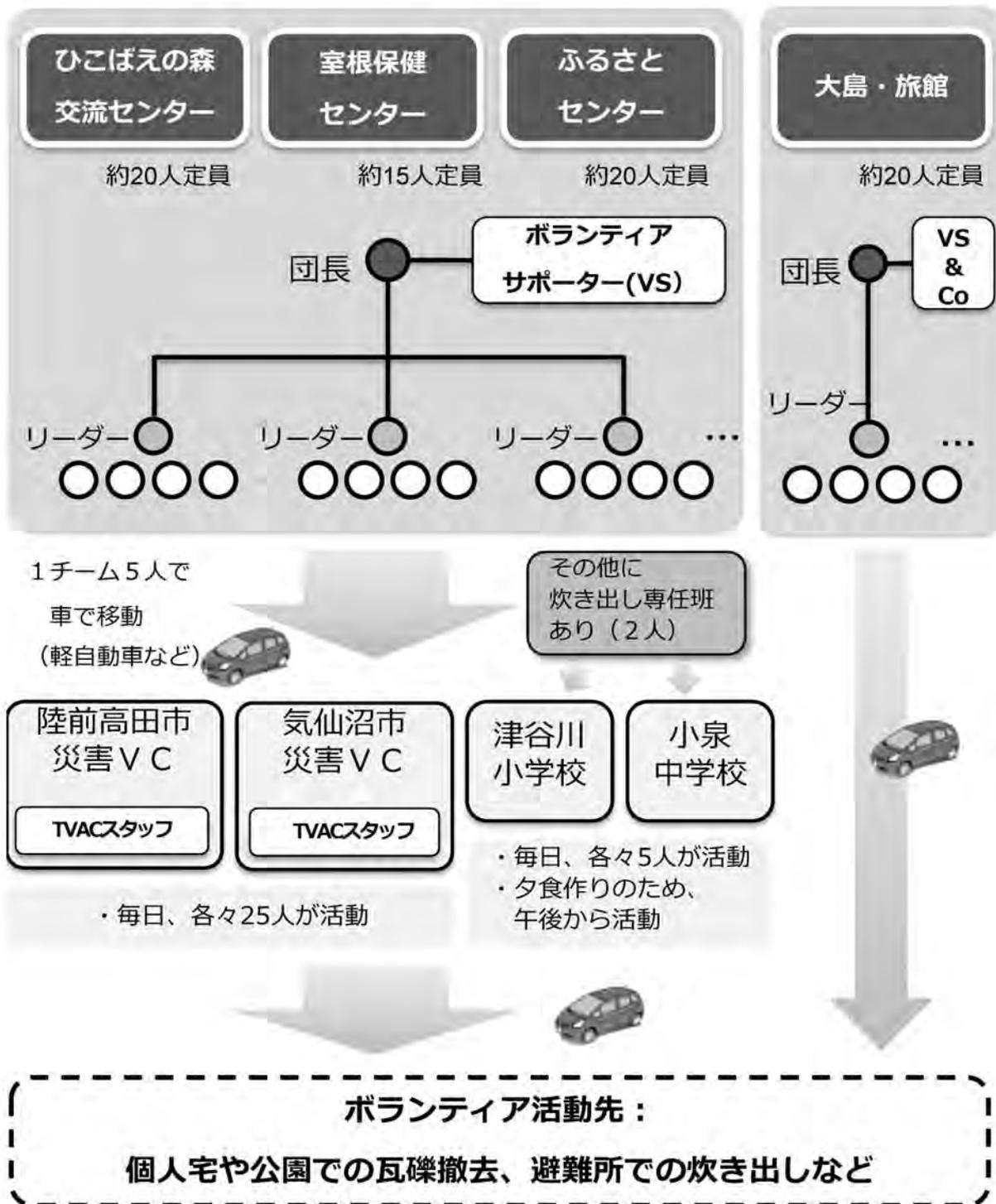


宮城県気仙沼市、岩手県陸前高田市、一関市等での ボランティア派遣の仕組み

拠点：一関・気仙沼大島

※VC：ボランティアセンターの略 TVAC：東京ボランティア・市民活動センターの略

VS：ボランティアサポーターの略 Co：コーディネーターの略



東京都社会福祉協議会職員はこの仕組みの全体調整を行った。

都民ボランティア派遣の流れ



1. 事前準備

ホームページに募集要項を掲載、参加者募

選定、参加者決定、通知

事前ガイダンス

- ・説明会
- ・ガイダンス
(グループワーク等)
- ・参加者からの報告
- ・ボランティア保険について
- ・免許証コピー回収

必要書類作成

- ・参加者名簿
- ・拠点、宿舎、チーム分け
- ・しおり
- ・レンタカー配車リスト
- ・運営体制図 等

・決定、変更事項等の連絡は、漏れのないようメールに統一した。

・事務局では、現地との連絡調整、レンタカー・宿舎等の手配、情報収集・発信、問い合わせ対応などを行った。

・事前ガイダンスは、ボランティアの心構えや現地の状況を伝えるだけでなく、参加者同士が共に考える場とした。

2. 出発当日

集合時

- ・受付
- ・ボランティア保険
加入手続き、確認
- ・しおり、ビブス、
ネームホルダー配付
- ・乗車確認

出発後

- ・配車リスト、免許証
コピーをレンタカー
会社へFAX
- ・参加者数集計
- ・現地への連絡
(人数、出発時間等)

・バスには、東京都職員、ボランティアサポーターとなる市区町村社会福祉協議会職員などのスタッフが乗車。車内ではレクリエーションや団長、各チームのリーダーの選任等を行った。

3. 活動終了後

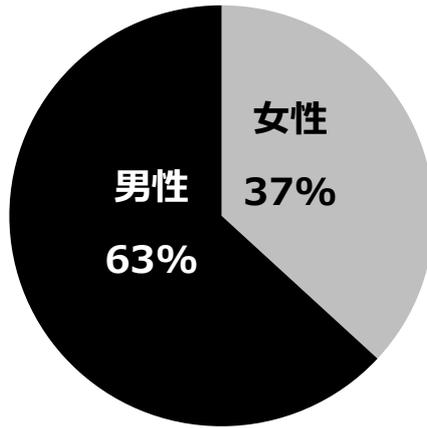
- ・アンケートメール送付、回収、集計
- ・活動報告書データ化

・アンケート結果や集計したデータは事業の改善に役立てた。

都民ボランティア参加者について

男性:762人 女性:445人 全参加者数:1,207人(参加者名の数)、延べ1,535人、リピーター数328人

全期参加者男女比



全期参加者年代別

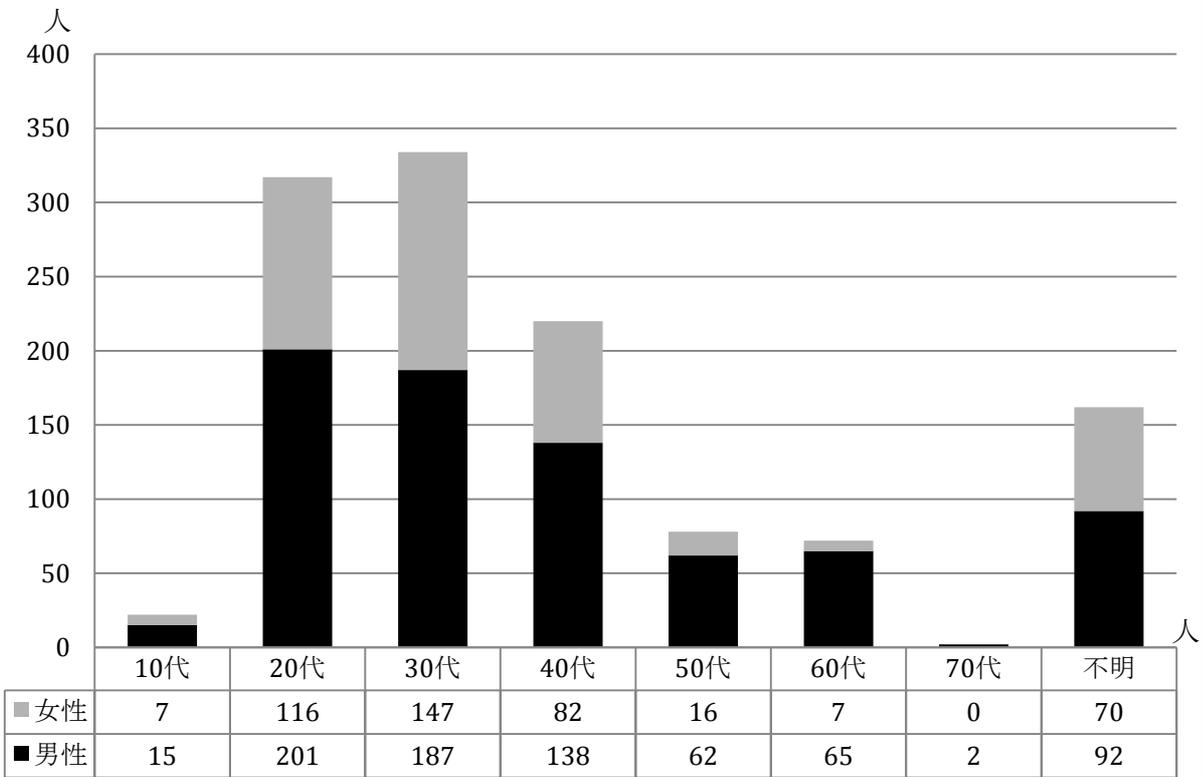


表1 都民ボランティア事業参加者数

派遣期間	ボランティア	リピーター※1	東社協	市町村社協	東京都	その他 民間団体	ドライバー※2	Vスタッフ※3	各期参加者数
1期 (4月5日～4月11日)	63	-	1	0	1	0	0	0	65
2期 (4月11日～4月17日)	62	-	1	0	1	0	0	0	64
3期 (4月17日～4月23日)	111	-	2	1	2	0	0	2	118
4期 (4月23日～4月29日)	102	-	2	1	2	1	0	2	110
5期 (4月29日～5月5日)	200	-	3	4	3	0	0	4	214
6期 (5月5日～5月11日)	127	-	2	2	3	1	3	2	140
7期 (5月11日～5月17日)	116	-	1	3	3	0	0	4	127
8期 (5月17日～5月23日)	83	18	1	3	2	0	1	4	94
9期 (5月23日～5月29日)	81	11	1	2	2	0	2	4	92
10期 (5月29日～6月4日)	81	40	1	1	1	0	2	4	90
11期 (6月4日～6月10日)	80	42	1	4	1	0	1	6	93
12期 (6月10日～6月16日)	65	27	2	2	2	0	1	4	76
13期 (6月16日～6月22日)	75	33	2	2	2	0	2	5	88
14期 (6月22日～6月28日)	71	28	2	1	2	0	2	5	83
15期 (6月28日～7月4日)	71	32	2	3	2	0	1	3	82
16期 (7月4日～7月10日)	74	32	2	3	2	0	3	4	88
17期 (7月10日～7月15日)	73	13	1	2	2	0	2	4	84
総計	1535	276	27	34	33	2	20	57	1708

※1 リピーターとは、2回以上都民ボランティアに参加したボランティアのこと。集計は、第8期から行った。リピーター数はボランティア参加者数に含まれる。

※2 ドライバーとは、職員などの被災地移動のために派遣されたドライバースタッフのこと。

※3 Vスタッフとは、現地支援のために派遣されたTVACの非常勤職員のこと。

表2 宿舎別ボランティア利用者数

宿舎		1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	9期	10期	11期	12期	13期	14期	15期	16期	17期	計
利府	宮城県利府高等学校	63	62	59	51	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	235
黒川	宮城県黒川高等学校	0	0	0	0	47	47	30	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	124
一関	保健センター	0	0	20	20	48	29	36	23	24	44	40	13	13	14	12	17	17	370
	ひこばえの森交流センター	0	0	0	0	29	27	25	20	17	0	0	16	21	18	20	19	16	228
	ふるさとセンター(男性)	0	0	32	31	17	24	25	12	15	13	10	9	13	10	11	14	12	248
	ふるさとセンター(女性)	0	0	0	0	0	0	0	6	5	4	10	8	8	9	8	4	8	70
東松島	大観荘(GW)	0	0	0	0	59	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	59
大島	椿莊花月	0	0	0	0	0	0	0	22	20	20	20	19	20	20	20	20	20	201
	各期計	63	62	111	102	200	127	116	83	81	81	80	65	75	71	71	74	73	1535

都民ボランティア事業の経過

	2011年 3月25日	東京都が被災地にボランティアを派遣することを決定
	3月31日	東京都と東京都社会福祉協議会で「都民ボランティアの派遣による被災地支援に関する協定」を締結
	4月5日	利府高校に拠点を開設
1期	4月5日	都民ボランティア1期出発
	4月6日	都民ボランティアが東松島と石巻で活動開始
	4月7日	M7.4の余震が発生 拠点は停電、断水
	4月10日	気仙沼にて活動開始
2期	4月11日	2期出発 M7.0の余震が発生 再度、拠点は断水
	4月16日	気仙沼市災害VCにコーディネーターの派遣を開始
3期	4月17日	3期出発 一関に拠点を開設
	4月20日	一関市立旧津谷川小学校にて炊き出し活動開始
4期	4月23日	4期出発
	4月24日	宮城県社会福祉協議会から依頼があり岩沼市にて活動
	4月29日	利府の拠点を閉鎖
5期	4月29日	5期出発 黒川高校に拠点を開設
		松島に拠点を開設(松島大観荘)
	4月30日	気仙沼市災害VCの依頼によりフェリーで大島に渡り活動開始
	5月1日	陸前高田にて活動開始、コーディネーターの派遣開始
	5月3日	気仙沼市立小泉中学校にて炊き出し活動開始
	5月5日	松島の拠点を閉鎖
6期	5月5日	6期出発
	5月10日	黒川高校の生徒会と交流会を開催
7期	5月11日	7期出発
	5月15日	陸前高田第一中学校にて足湯ボランティアを開始
	5月17日	黒川高校の拠点を閉鎖
8期	5月17日	8期出発 大島に拠点を開設(宿泊:民宿椿荘花月)
9期	5月23日	9期出発
10期	5月29日	10期出発
11期	6月4日	11期出発
	6月5日	ひこばえの森交流センターにて森は海の恋人植樹祭開催 都民ボランティアもボランティアとして参加
12期	6月10日	12期出発
13期	6月16日	13期出発
	6月20日	大島で避難されている島民の方と花火大会を開催
14期	6月22日	14期出発
	6月28日	室根保健センターに隣接する特別養護老人ホーム「孝養ハイツ」 の職員と交流会を開催
15期	6月28日	15期出発
16期	7月4日	16期出発
17期	7月10日	17期出発
	7月15日	一関の拠点を閉鎖 都民ボランティア17期の派遣を持ってボランティア派遣終了

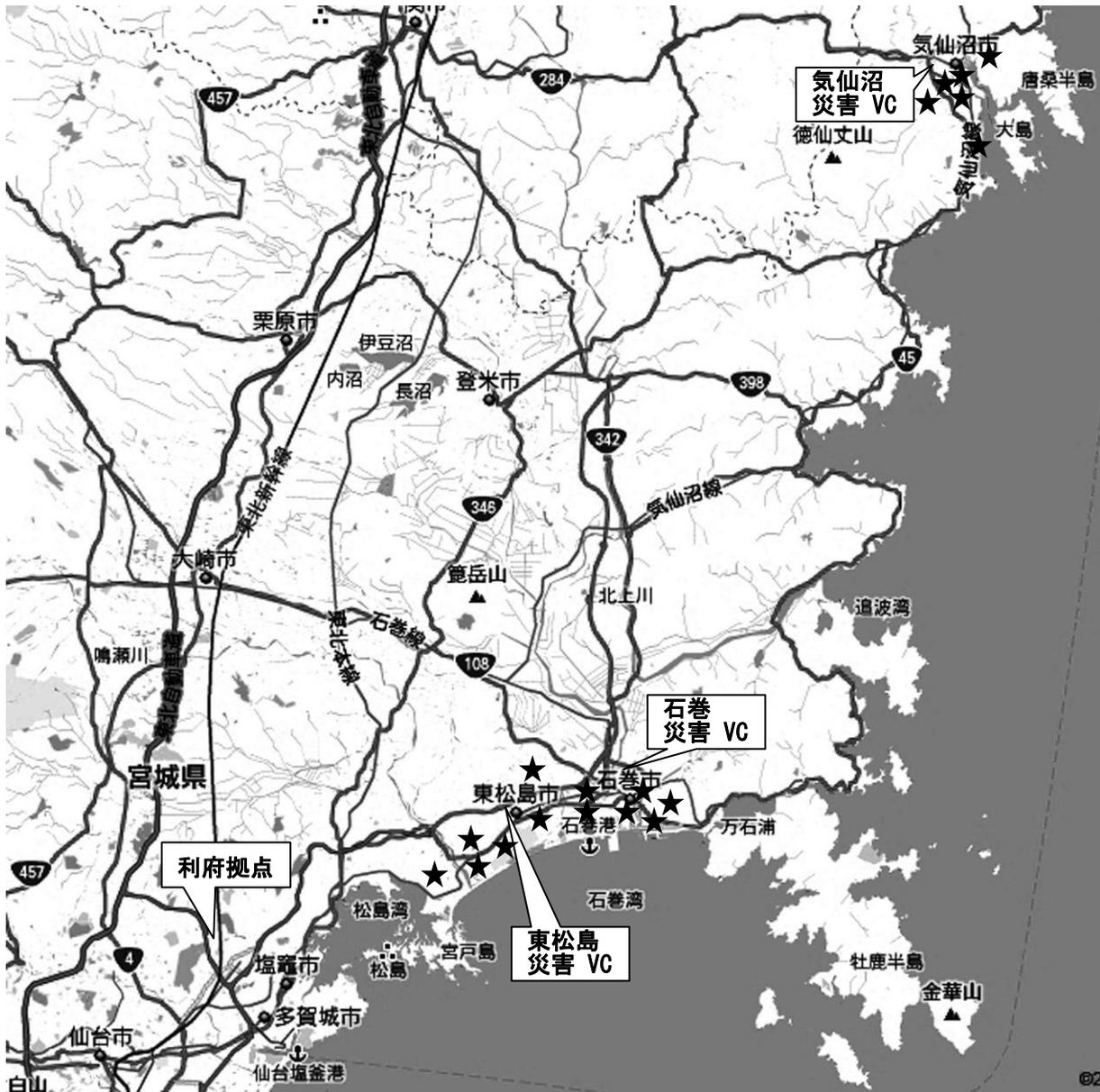
02 利府を拠点とした支援



宿泊拠点：宮城県利府高等学校 鴻翔館

活動期間：1期～4期 / 4月5日～4月29日

拠点・活動地マップ



©2011Google-地図データ ©2011ZENRIN

★ 主な活動地

事業のあらまし

都民ボランティア事業は、宮城県宮城郡利府町を活動拠点とし、ボランティアへ食料、飲料水、毛布、寝袋、そして活動に必要な資材を支給し、被災地に負担をかけない自立型ボランティアとして始まった。利府高校の厚意で、合宿所である鴻翔館を宿泊施設として借用し、同じく宮城県内にある石巻市、東松島市、気仙沼市で復興支援活動が行われた。

拠点

周辺の様子

利府町は津波による被害がなく、一部の品薄状態が続くものを除けば物流はほぼ回復しており、外食店や商店はほぼ通常通りの営業に戻っていた。しかし、震災発生から3週間ほどしか経っていない町中には、多くの場所でひび割れた道路や外壁の崩れ落ちた建物、割れた窓ガラスなどに地震の揺れによる被害が色濃く残っていた。津波による被害を受けた沿岸部の活動先の地域では、道路脇に高く積まれたヘドロの山や消えたままの信号、倒れた電信柱、押し流された家、瓦礫の山、陸に打ち上げられた船、川の中には車や家屋の形も見られる。更に、救助活動や復興支援活動を行っている自衛隊、消防、警察の姿が至るところにあり、被害の規模と深刻さをはっきりと見て取ることができた。

交通事情及び道路状態は悪く、橋や道路のつなぎ目、マンホールは盛り上がり、ひび割れている箇所も数多くあった。加えて、活動現場付近では、道路脇に積み上げられたガレキやドロの山により道幅もより狭く、運転には常に慎重さが求められた。石巻市、東松島市の災害ボランティアセンター（以下、災害 VC）への移動は利府中 IC から三陸自動車道を使い、朝夕は、様々な復興支援車両が数多く行き交うため激しい混雑が常態であり、通常なら1時間ほどの距離を、渋滞の程度によっては2時間近くかけて移動する事もしばしばあった。気仙沼市災害 VC までにはさらに距離があり、時には片道3時間以上かかる移動はドライバーへの負担を強いるものだった。3期以降は、より気仙沼市に近い岩手県一関市室根に新たに拠点が設けられたため、利府拠点からの活動は石巻市と東松島市でのものに絞られていく。

拠点での過ごし方・余震への対応

宿舎では、役割分担が自発的に設けられ、出発時間や帰着時間により拠点内の清掃や食事の準備などをチーム別に担当する。鴻翔館には畳の敷かれた大部屋が2つあり、男女に分かれて寝泊まりし生活した。食堂と浴場も備えており、食堂は、食事をとるのはもちろんのこと、毎晩のリー

ダー・ミーティングや必要に応じて設けられた全体ミーティングの場として使用した。それぞれの期の最終日には、食堂・売店を運営する「うこぎ」により、カレーや中華丼などの昼食が振る舞われた。

食事は、1期開始当初は主催者が用意した食料（カップ麺、シュウマイ、ゼリー飲料、カロリーメイト、アルファ化米、レトルト食品）や持参したもののみとする基本方針であった。入浴は、宿泊拠点の浴場が利用可能のため、それを利用した。しかし、1期活動期間中の4月7日に発生した震度6弱の余震により一帯が停電する。拠点の給水方式がタンクに貯めた水を使用するものであったため、電力供給の停止に伴うポンプの稼働の停止により、水道の使用も制限されることになった。このため、外部の入浴施設の利用や外食による対応を迫られることになる。地元の話では、この余震の揺れは本震のそれよりも激しかったとのことであった。その後、電力は4月9日早朝に回復し、それに伴って断水も解除されたものの、送水管工事のため12日より再び断水、2期終了前日の16日まで続いた。

毎期、活動最終日には宿舎の大掃除と車の清掃を行った。利府では、活動を終えて東京に帰る期が新しい期を迎え入れ、これから活動を始める期が古い期を見送るという形で入替が行われた。

運営

開始時は現地では全てが手探り状態だった。しかし、参加者の意識は高く、開始初日から自発的に生活面でのルール作りや活動準備を行い、円滑な支援活動を行える体制を徐々に築き上げていく。

利府を拠点とした支援活動が終了する4期までには、主催者からも様々な改善がなされた。主なものとして、3期以降の説明会には、過去の参加者を招き、現地での活動経験に基づいた被災地の状況と具体的な活動内容をこれから現地に入る参加者へ伝える活動報告の場が設けられようになった。更に、3期より過去の参加者がスタッフとして現地と東京に入り、常時運営を支えていくようになる。この体制は被災地の状況やニーズに合わせて少しずつ形を変えながら、都民ボランティア終了まで維持されていく。

活動

4月とはいえ東北地方はまだ肌寒く、満開の桜に雪が積もる日もあり、機器清掃など身体をあまり動かさない作業中、あるいは泥かきなど汗をかく作業後はかなり身体が冷えるため、防寒対策に気を配る必要がある時期であった。

利府を拠点とした活動の主な内容は、個人宅、学校、施設、側溝の泥かき・泥出し、ゴミ・ガレキ撤去、支援物資の仕分け、避難所での支援物資配布、機材搬出、引っ越しの手伝い、精密機器の洗浄・清掃、家財洗浄、屋内清掃、テント設営等で、活動場所も、学校、幼稚園、保育園、介護施設、公園、海岸、個人宅、ゴミ焼却場、運動施設、避難所と多岐にわたった。利府を拠点とした支援活動における各期の参加者数と、活動を行った地区は以下の通りである。

石巻市： 駅前北通り、大街道東、大街道南、鹿妻北、門脇、貞山、水明北、住吉町、

築山、中央、東中里、蛇田、湊町、山下、渡波

東松島市： 赤井、牛網、大曲、新東名、野蒜、浜市、矢本

気仙沼市： 赤岩牧沢、岩月千岩田、九条、笹が陣、南郷、東八幡前

参加者数： 1期 4月5日～4月11日（全13チーム63名）

2期 4月11日～4月17日（全13チーム62名）

3期 4月17日～4月23日（全13チーム58名）

4期 4月23日～4月29日（全13チーム58名）

03 松島を拠点とした支援



宿泊拠点：宮城県 松島大観荘

活動期間：5期 / 4月29日～5月5日

拠点・活動地マップ



©2011Google-地図データ ©2011ZENRIN

★ 主な活動地

事業のあらまし

1期63名から始まった都民ボランティアは逐次参加者数を増やし、ゴールデンウィーク（以下、GW）の5期は公共施設を利用する従来型140名のほかに、民間のホテルを利用する有料の特別コース60名を募集した。各災害VCはGWに多くのボランティアが被災地へやってくることを予測し、4月中旬頃より連休を見据えたニーズの開拓に奔走。普段休みを取ることが難しい社会人や学生からの応募が殺到し、従来型、特別コースともに数分で募集を締め切った。

特別コースの概要

- ・ 宿舎「ホテル松島大観荘」
- ・ 個人負担経費（宿泊費用）25,000円
- ・ 朝夕はホテルの食事
- ・ 男女別5人部屋（和室10畳程度）

GW初日ということもあり、朝8:15に都庁を出発して仙台でレンタカーを借り、現地に到着したのは20時、約12時間の移動となった。ホテルを宿舎として利用する最大の利点として、多様な他団体と一緒に生活するホテルでのルールを守りさえすれば、風呂、食事、布団、トイレ等、生活上の心配がなく、拠点での自治的活動の負担も少ないため、ボランティア参加者が支援活動に専念できることが挙げられた。

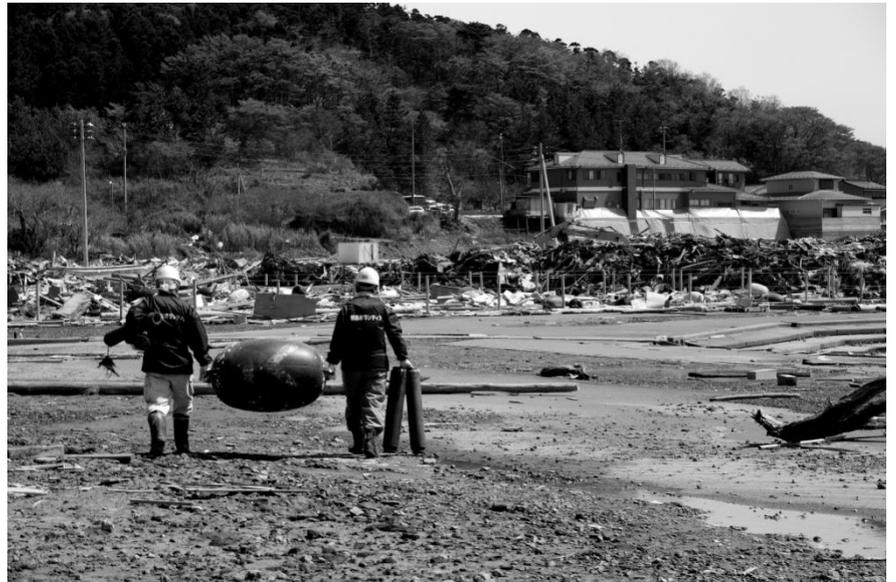
この時期のボランティアは世間の関心も非常に高く、テレビ取材を受けた参加者も多かった。GWが終わるとボランティアが減少するのではと危惧する報道も聞かれ、参加者は今後の支援について思いを巡らせながら、東京への帰路についた。

活動

活動は気仙沼災害VC、石巻災害VC、東松島大曲地区コミュニティーセンターの3か所の指示により行った。5月2日、大曲地区では、床下の泥出しが解禁になり、個人宅の作業依頼も多かった。松島を拠点とした支援活動における参加者数と、活動を行った地区は以下の通りである。

- 石巻市： 上町、吉浜
- 東松島市： 上納、大曲、堺堀
- 気仙沼： 南気仙沼、本郷
- 参加者数： 5期 4月29日～5月5日 （全12チーム59名）

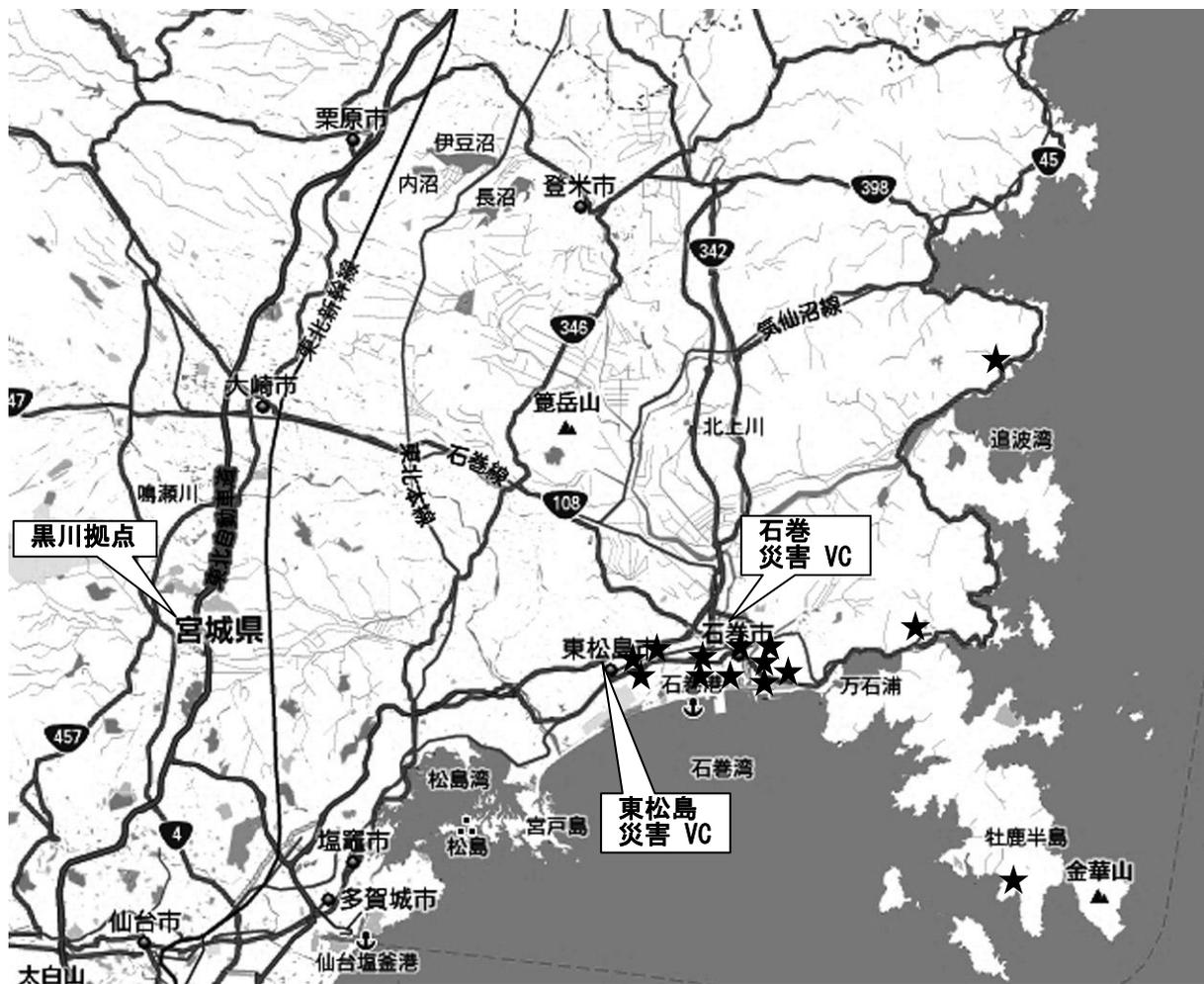
04 黒川を拠点とした支援



宿泊拠点：宮城県黒川高等学校 七蜂会館

活動期間：5期～7期 / 4月29日～5月17日

拠点・活動地マップ



©2011Google-地図データ ©2011ZENRIN

★ 主な活動地

事業のあらまし

黒川を拠点とした活動は、5期～7期で行われた。宿舎としては、宮城県黒川高等学校の厚意により七蜂会館を宿舎として使用させて頂いた。

活動中の出来事

活動の中心は、個人宅での瓦礫撤去等の作業であった。活動を行う中で、情報伝達や作業時間の明確な仕切りがないなどの問題が出たが、その都度、ミーティング等での話し合いにより良い活動につなげていった。

4月上旬から続く都民ボランティアの活動が、現地の方々から受け入れられ信頼を得てきたことで、依頼主の方から、「引き続き都民ボランティアにお願いしたい」との声が上がることも出てきた。VCスタッフからは、依頼者がボランティアに慣れてきており、ニーズが具体的なものになってきているとの話もあり、ニーズとボランティアのマッチングが円滑になりつつあることが伺えた。

その反面、活動中に迷惑であるとの旨の言葉を投げかけられたり、作業内容の確認を何度もしているうちに依頼者が困惑の表情を浮かべたりというエピソードの報告もあった。そこから、ボランティアを受け入れる現地の方々の複雑な感情やその心情に寄り添うことの難しさなどの課題が浮かび上がった。

作業環境としては、気温が徐々に上昇しつつあり、活動中には1時間に1回程度の休憩を取るなど熱中症対策をしていた。また、強風の日には粉塵がひどく、ゴーグルを着用して作業するなど注意が必要であった。

ワークショップ・交流会の実施

5期では、休息日を利用してワークショップを行った。運営スタッフも含めた6名ずつのグループでフリートークをし、その後、それぞれの思いを用紙に綴っていった。フリートークの内容は、運営に関して、作業を行って感じたこと、都民ボランティアの特徴など多岐に渡っていた。自由記述では、「自分にできること、やれることを無理せず、できる範囲で長く続けていくことが大切」、「『つらいのは物を捨てる時に、思い出も一緒に捨てて忘れる』とおっしゃった被災者の方の言葉には、胸が詰まりました」など、実際現地で活動した中で感じた事やそこでの経験が率直に記されていた。

6期では、活動最終日に黒川高校の生徒会や教員の方との交流会が開催された。地元の食材を使った郷土料理を食べながら和やかな雰囲気の中、会話を楽しんでいた。生徒の方々が、日頃からボランティア活動に取り組んでいるということで、都民ボランティア参加者に、「なぜ、被災地でのボランティア活動に参加しようと思ったのか？」など質問する姿もあった。

7期では、午後の休息日を利用して有志の参加によるワールドカフェ形式のミーティングを行った。班に関係なく様々な参加者の経験談を聞き、それぞれの思いを語り合うなど交流を深めることができた。

運営

7期では、団長とボランティアサポーター(以後、VSとする)を分けて役割分担を行った。団長がボランティアの取りまとめを行ったことで、VSには時間的余裕ができ、各活動場所の巡回、緊急時の対応等ができる体制となった。7期終了とそれに伴う黒川拠点閉鎖により、都民ボランティアの石巻市、東松島市での活動が終わり、これより一関と大島を拠点とした岩手県陸前高田市、宮城県気仙沼市と大島での活動に絞られていく。

活動

黒川を拠点とした活動は、基本的には利府拠点でのものを引き継いだ形で行われた。このため、活動内容に大きな変化はなく、石巻災害 VC、東松島大曲災害 VC、東松島陸前赤井災害 VC の指示のもと、個人宅での作業が中心であった。しかし、ゴールデンウィークを見据えた地区対応(ローラー作戦)が始まり、東松島市では大曲地区コミュニティーセンターを中心に活動が行われた。石巻市では、活動範囲が広がり、中心部から離れた北上町や牡鹿半島といったボランティアがようやく入り始めた地域でも活動をするようになった。黒川を拠点とした支援活動における各期の参加者数と、活動を行った地区は以下の通りである。

石巻市： 大街道、大街道西、大瓜、門脇町、鹿妻南、北上町十三浜吉浜、旧牡鹿町、住吉、築山、新館、湊字大門崎、明神町伊原津、女川町、吉野町

東松島市： 有明、大曲、大曲境掘、寺沼、南新町、陸前赤井

参加者数： 5期 4月29日～5月5日(全10チーム47名)
6期 5月5日～5月11日(全9チーム47名)
7期 5月11日～5月17日(全6チーム30名)

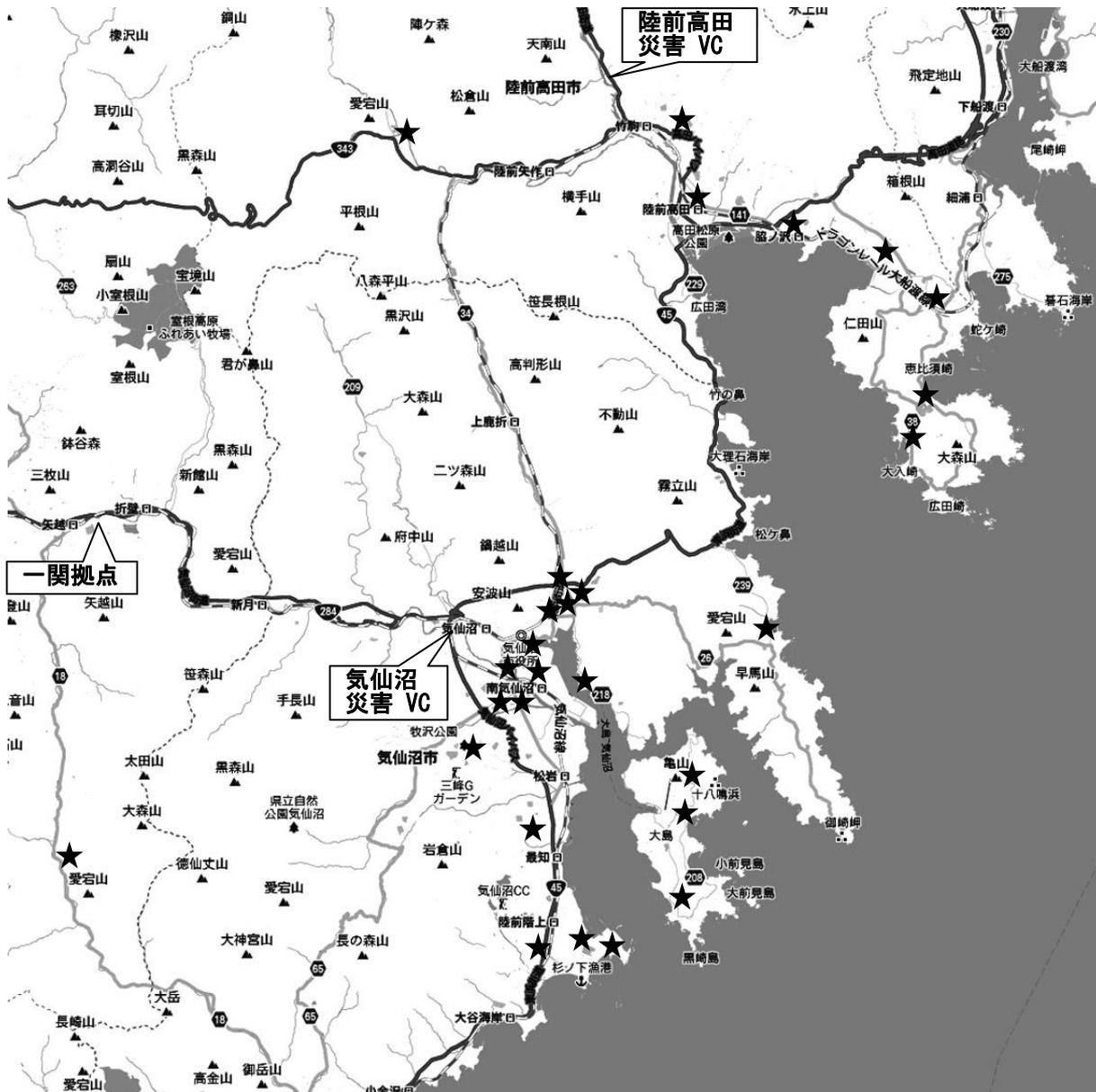
05 一関を拠点とした支援



宿泊拠点：室根保健センター、ふるさとセンター、ひこばえの森交流センター

活動期間：3期～17期（4月17日～7月15日）

拠点・活動地マップ



©2011Google-地図データ ©2011ZENRIN

★ 主な活動地

事業のあらまし

都民ボランティア事業の新たな拠点が出来たのは3期からである。それまでの利府町の拠点に加え、一関市室根町を活動拠点とし、気仙沼市への復興支援活動から始まった。

都民ボランティアが気仙沼市災害ボランティアセンター(以下、VC)と関わりを持ち始めたのは、1期最終日の4月10日(日)だった。当時、多くのボランティアが東松島や石巻に入中、奥地でもある気仙沼にはなかなか支援の手が入っていなかった。宮城県社会福祉協議会からの要請もあり、都民ボランティアの機動性を活かして、気仙沼に支援に入ることが決まった。5期からは同拠点からフェリーで向かう形で、気仙沼大島での活動に取り組み始めた。

陸前高田市災害VCでの活動が始まったのも5期からだった。当初は、陸前高田市でボランティアが足りていないという声が聞かれていたこと、また、拠点を借りている一関市が陸前高田市を支援することが決まっており、そうした後押しもあったことから陸前高田市へのボランティア派遣を決めた。

拠点

一関拠点はふるさとセンターおよび保健センターの2拠点の使用から始まった。ボランティアの参加者枠の増加を図った5期からは、ひこばえの森交流センター(以下、ひこばえ)も使用するようになった。拠点が分散することで、ミーティングの実施や期ごとのまとまりが課題であったが、各自コミュニケーションをとるよう心がけた。また、宿泊施設での入浴が不可だったため、参加者は作業後各公共の入浴施設を利用していたが、これが地元住民の方との触れ合いの場になったという参加者の声も聞こえた。

ひこばえの森交流センターで開催された植樹祭の手伝いを行ったり、宿泊拠点近隣の方々と交流のためのバーベキューを行って室根産キャベツ、気仙沼ホルモンといった地元の特産をいただいたりと、期を重ねるごとに、一関市との触れ合いの場も増えるようになった。

ボランティア募集人数も参加時期や施設の状況に合わせて変動した。

運営

7期からは現地の流通事情が改善されたこともあり、一関拠点のチームは食料を自己負担すること（持参もしくは現地で購入など）となった。5期からは気仙沼市災害VCに、6期からは陸前高田市災害VCへと長期的な専属スタッフの派遣を開始し、7期からはスタッフによるボランティア・サポーターという役割が設置され、ボランティアの活動の後方支援を行うようになった。こうして都民ボランティアの体制も被災地の状況やニーズに合わせて試行錯誤しながら進んでいった。

活動

一関を拠点とした活動の主な内容は、利府拠点同様多岐に渡った。

陸前高田市での活動の特徴は、屋外での瓦礫撤去が多いことであった。そのため、より釘の踏み抜きや熱中症に注意しながらの作業となった。しかしながら、時間の経過とともに、筏づくりや花壇作りなど、復興へ向けて多様なニーズが生まれてくるようになった。また、都民ボランティアとしても、災害VCで受け付けや資材運搬などの作業を行うチームを割り振ったり、避難所で足湯を行ったりするなど新たな取組みを行うようになった。

気仙沼市はヘドロのかき出しが多かった。水産加工場の冷凍魚が町に流れたこともあり、臭いがきついことが特徴的だった。また、ゴールデンウィークへ向けた団体バスボランティア用の大口ニーズの掘り起こしが進んだことや、特定の地区の一斉清掃の企画が計画されたことから、4,5期は、主に公共施設（公園や学校など）で多数の班で一斉に同じ活動をする事が多く、人数が多い分1日の活動達成度は著しい物となった。地元の方と一緒に作業する機会もあり、14期、気仙沼市南郷で作業をした際には、終了時、全員で円陣を組み、「けっばれ、南郷！」と地元の方へ締めエールを送った。レンタカーを用いて5人1チームという少数単位で移動出来るという機動性が特徴である都民ボランティアは、陸前高田でも気仙沼でも、個人宅のような細かいニーズにもこまめに対応出来るという点で重宝された。

道路状況

拠点のある一関市は地震の直接的な被害は感じられず、道路状況も問題がなかった。また、気仙沼市までの道のりも車で3、40分程度と利府拠点から気仙沼に移動していたことを考えると負担が減った。しかし、気仙沼市内に入るにつれ、特に津波が到達した港付近などは家が半壊しており、また、信号も作動していないため注意が必要であった。とはいえ、都民ボランティアが入り始めた4月初旬に比べると、道路状況が徐々に改善されているのは明らかだった。

一方、陸前高田への道は、片道1時間弱を必要とする点、対向車すれすれの道幅の狭い山道を通行しなければならない点で運転を行うボランティアへの負担が大きいものとなった。また、陸前高田市内は通行止めの箇所が多く、活動場所への道のりがカーナビに正しく表示されないため、活動先に辿り着くことも大変であった。このため、継続した活動先がある場合は前日に作業した班が次に作業する班へ道路状況や道順を引き継いだり、前の期のボランティアが自主的に地図を作成したりと、期をまたいだつながりを見ることも出来た。

一関を拠点とした支援活動における各期の参加者数と、活動を行った地区は以下の通りである。

気仙沼市：赤岩牧沢、鹿折、南郷、本郷、西八幡町、東八幡、幸町、唐桑、本町、
神山地区、波路上瀬向、波路上岩井崎、田中前、波路上向原、本吉、中みなと町、
南町、魚町、岩月星谷、本吉町、大島：駒形、亀山、外畑

陸前高田市：広田町、米崎町、竹駒町、大野海岸、脇の沢、小友町唐笠松、
矢作町、高田町

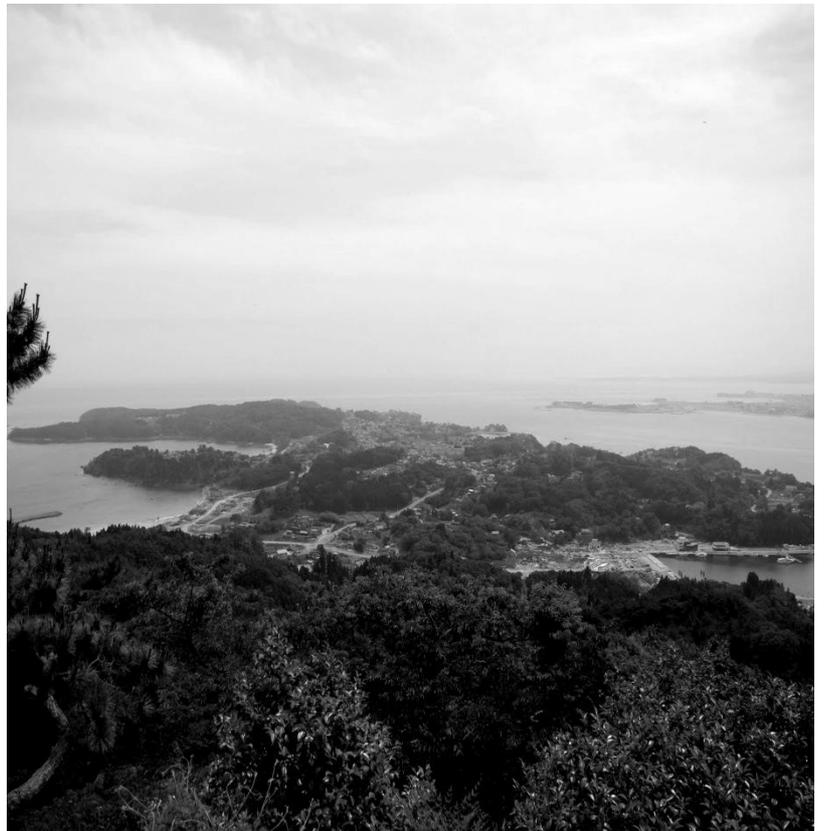
一関市：室根町

岩沼市：里の杜

参加者数：

- 3期 4月17日～4月23日（全11チーム52名）
- 4期 4月23日～4月29日（全10チーム51名）
- 5期 4月29日～5月5日（全19チーム94名）
- 6期 5月5日～5月11日（全16チーム80名）
- 7期 5月11日～5月17日（全17チーム86名）
- 8期 5月17日～5月23日（全12チーム61名）
- 9期 5月23日～5月29日（全14チーム+炊き出し担当1名、61名）
- 10期 5月29日～6月4日（全13チーム+炊き出し担当2名、61名）
- 11期 6月4日～6月10日（全12チーム+炊き出し担当1名、60名）
- 12期 6月10日～6月16日（全10チーム+炊き出し担当2名、46名）
- 13期 6月16日～6月22日（全11チーム+炊き出し担当2名、55名）
- 14期 6月22日～6月28日（全11チーム+炊き出し担当2名、51名）
- 15期 6月28日～7月4日（全10チーム+炊き出し担当2名、陸前高田付2名、51名）
- 16期 7月4日～7月10日（全11チーム+炊き出し担当2名、陸前高田付1名、54名）
- 17期 7月10日～7月15日（全11チーム+炊き出し担当2名、陸前高田付1名、53名）

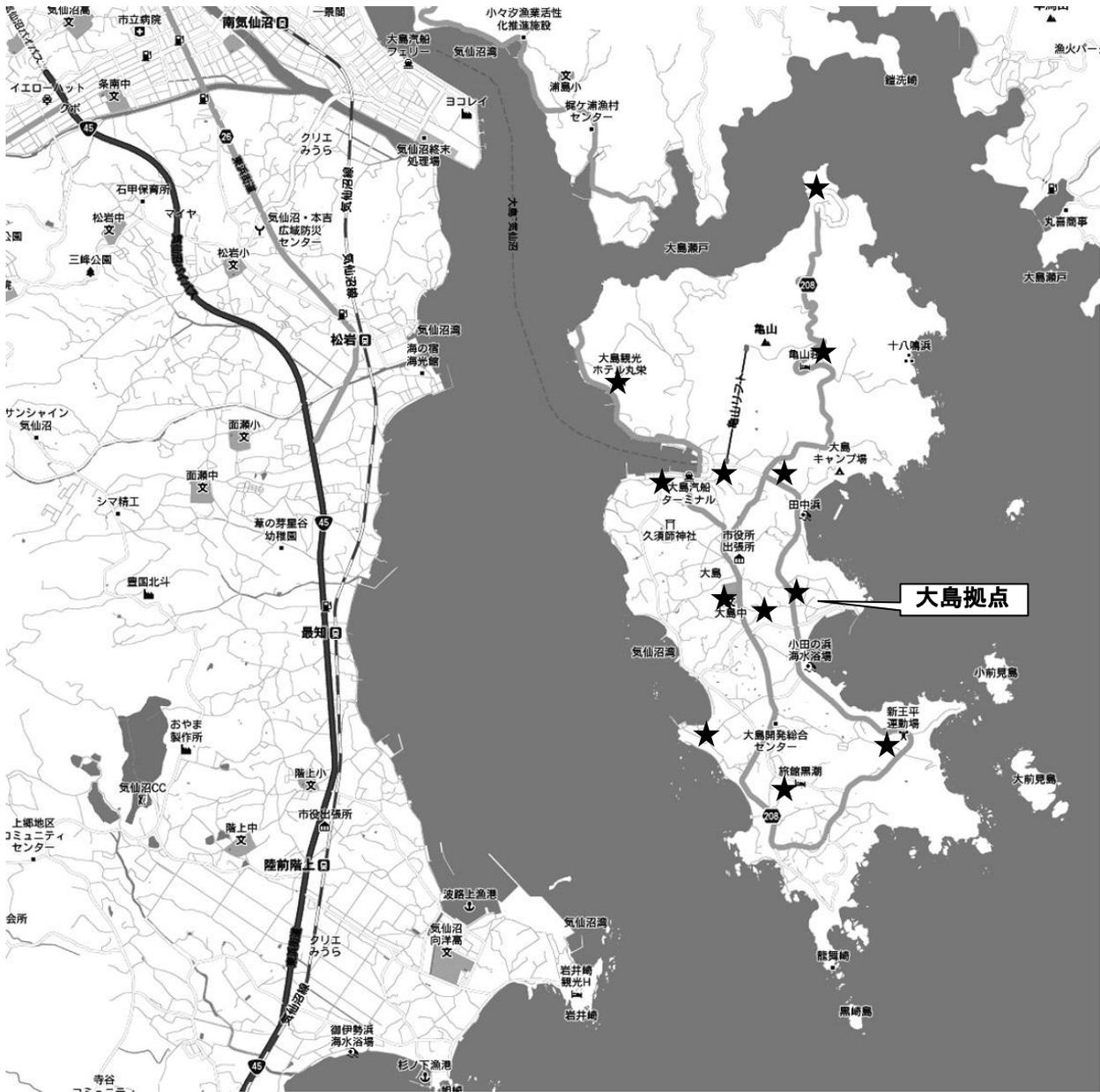
06 大島を拠点とした支援



宿泊拠点：椿荘花月

活動期間：8期～17期 / 5月17日～7月15日

拠点・活動地マップ



©2011Google-地図データ ©2011ZENRIN

★ 主な活動地

事業のあらまし

気仙沼大島は人口約 3500 人、東北地方最大の有人島である。大島出身の詩人である水上不二が「大島よ永遠に碧（みどり）の真珠であれ」と詠ったことでも有名で、夏は多くの観光客でにぎわう。今回の震災では、津波が田中浜からフェリー乗り場のある裏の浜まで島を横断し、その直後には火災が発生した。火は亀山の山頂につながるロープウェイに燃え移り、山火事へと発展していったが、救援を求めても本土の被害も甚大、また本土と大島をつなぐフェリーは陸に打ち上げられてしまい、渡航手段が絶たれていた。島民は自衛手段を模索し、不眠不休の消火活動を行った。

気仙沼市災害 VC からの要請により、大島で都民ボランティアが初めて活動したのは 5 期の 4 月 30 日。地震から 1 ヶ月以上経過した 4 月 27 日に広島県江田島からフェリーを借りて運航が再開したことにより、ボランティアが大島に渡れるようになる。6 期、7 期と活動を続けていったが、フェリーでの移動による日帰りでの活動では、実際に活動出来る時間が短く、十分な支援が難しかった。そこで、8 期（5 月 17 日）より民宿「椿荘花月」に拠点を構えることになった。都民ボランティアの一週間滞在型の活動は島の人にも徐々に認知され、一件活動を行うとその近隣からも依頼が入り、都民ボランティアの存在が周知されていった。

活動

大島は気仙沼市本土より気候が温暖なため、拠点を構えた 5 月は、天候も良く、日差しの強い日が続いた。事前の説明会でも、活動中はこまめに休憩を取ること、水分・塩分の補給に心掛けること、十分睡眠を取って活動に臨むことなど熱中症への注意を促していった。10 期（5 月 29 日～）頃からは、悪天候や台風で、活動が中止になる日もあった。

大島を拠点とした活動は、田んぼ・畑のゴミ・ガレキ撤去が多かった。また、養殖業の網、綱、ウキ等漁具の分別・整理も他の地区と比べて多いのも特徴的だった。その他、家具の運び出し、側溝の泥かき、テント設営、船舶の移動、二次避難場所から仮設への引っ越し等が見られた。田んぼや畑には全チーム 20 名が入り、数日継続してガレキ撤去を行うこともあった。ゴミの分別については、大島では 13 種類と細かく分別しなければならなかった。

大きな事故が起こりやすい場所が多々あるにも関わらず、各期、無事作業を終了することができたのは、ボランティアがケガをすると依頼主さんを悲しませてしまうと皆、常に意識していたからだろう。

大島を拠点とした支援活動における各期の参加者数と、活動を行った地区は以下の通りである。

気仙沼大島： 亀山、外浜、田尻、浦の浜、外畑、磯草、中山、長崎、要害、駒形

参加者数：	8期	5月17日～5月23日	(全4チーム 22名)
	9期	5月23日～5月29日	(全4チーム 20名)
	10期	5月29日～6月4日	(全4チーム 20名)
	11期	6月4日～6月10日	(全4チーム 20名)
	12期	6月10日～6月16日	(全4チーム 19名)
	13期	6月16日～6月22日	(全4チーム 20名)
	14期	6月22日～6月28日	(全4チーム 20名)
	15期	6月28日～7月4日	(全4チーム 20名)
	16期	7月4日～7月10日	(全4チーム 20名)
	17期	7月10日～7月15日	(全4チーム 20名)

07 コーディネーター派遣について

気仙沼市災害 VC

災害 VC の運営をサポートするコーディネーターを都民ボランティア事業として派遣し始めたのは、4月16日。気仙沼市災害 VC が外部からの大量ボランティアの受入れを行うため、ボランティアバスを専門的に受け入れる班「ボラバス班」を開設する動きが出てくるなど、VC としての活動がピークに達したころであった。

当時、都民ボランティアとしても気仙沼市災害 VC にボランティアを毎日 30 人ほど送り込み、個人宅の泥だしや側溝の泥上げ等の活動を行っていたが、県内外問わず多くのボランティアが駆け付ける中、ニーズを収集し、ボランティアを活動先までつなげるコーディネーターの不足が顕著になってきた。

そこで、3 期から東京都社会福祉協議会（以下、東社協）の職員 1 人をコーディネーターとして災害 VC に配置、翌 5 期からは東社協職員に加え、区市町村社会福祉協議会職員、6 期からは TVAC の非常勤スタッフもコーディネーターとして災害 VC の運営をサポートする体制へと変更した。配属先は「ボラバス班」。数十人のボランティアを乗せたバスを公園や公共施設などの大人数での活動先にマッチングする班である。

具体的な活動としては、

- ①大口ニーズの収集
- ②現地調査
- ③大口ボランティアの電話相談
- ④マッチング
- ⑤活動先への送り出し
- ⑥その他、資材の調整等

であった。

当時、気仙沼では、側溝に詰まっている泥を取り除くことが最大の課題となっていた。特に、雨が降ると側溝に流れるはずの雨水があふれ出してしまい、道が川のようにになってしまう。梅雨に備え 5 月中には終わらせたいニーズでもあった。そこで、本郷・南郷地区を中心として側溝清掃へのコーディネートを行った。

ゴールデンウィーク後、気仙沼市災害 VC では、外部からのボランティア数が減少し、ボラバス班も縮小する方向となった。6 月末には、ボラバスの新規受け付けを終了、個人のマッチングを

行っていたマッチング班の中に組み込まれることとなった。TVACからのコーディネーターもマッチング班の中で業務を行うこととなった。

時期によってはTVACから最大3人を派遣していたが、業務量の落ち着きと共に人数を減らしていった。

○大島でのボランティア・コーディネート

また、5期（4月30日）から始まった気仙沼大島への支援については、8期から大島に拠点を作り、1週間滞在しながら活動を行うこととなった。大島での活動先を調整するため、TVAC非常勤スタッフを大島に1名配置し、大島でのニーズ調査、気仙沼災害VCとの調整、大島災害対策本部との調整、そして、都民ボランティアのコーディネートを行った。

大島では、ボランティア依頼の受付先が気仙沼市災害VCと大島災害対策本部の2つがあり、コーディネーターは両方のニーズを把握し、調整を行うこととなった。

大島は離島という特性からボランティアが支援に入るのが遅くなってしまい（詳しくは、P35「大島を拠点とした支援」を参照）、他の地域と比較して1ヵ月以上、片づけの作業が遅れている状況だった。物資の配布や二次避難所の訪問などのニーズもあったが、そうしたニーズは他の団体が行っていた。一方、大島には個人宅の瓦礫撤去等のニーズに対応するボランティアが全く入っておらず、個人宅はまさに震災当日からほとんど手がついていない状況であった。そこで、大島の災害対策本部との調整のうえ、大島の個人宅のニーズへの対応は都民ボランティアが実質担うこととなった。

陸前高田市災害 VC

4月の後半「陸前高田でボランティアが不足している」という声が聞こえてきたため、気仙沼以外にも、さらに活動先を広げられないか東京都とTVACとで検討を行っていた。GWに入って間もない5月1日、初めて都民ボランティアとして、陸前高田市災害VCにボランティアを派遣、同時に東社協職員1名が運営スタッフとしてサポートを行う体制となった。

4月の下旬ごろ、陸前高田ではニーズがほとんど上がってきておらず、ボランティア活動者数もそれほど多くはなかった。しかし、4月28日で震災から四十九日が経ったことや、徐々にボランティアという存在が住民にも知れ渡ってきたことから、ボランティア派遣の依頼がみるみるうちに増加していった。都民ボランティアも数日間は5名体制でボランティアを送り込んでいたが、すぐにその数は20人、30人と膨れ上がっていった。

こうしたボランティアの急増に伴い、陸前高田市災害 VC の運営を担うスタッフも当然ながら必要になり、TVACからは2人を災害 VC スタッフとして配置することとなった。主に、マッチング班のサポートを行いながらも、必要に応じて資材運搬班を立ち上げたり、活動が終了したお宅を再訪問する活動を作り出したりなどダイナミックな支援活動を展開した。

○足湯ボランティアのコーディネート（避難所）

一方、当時、陸前高田市災害 VC では避難所とのつながりをいかに持っていくのかが課題となっていた。そこで、足湯を避難所で定期的に行うことで、避難所にいる方にホッとしてもらいつつ、避難所の状況をつかむことが出来ないかと、手探り状態で活動が始まった。

陸前高田市立第一中学校の事務局と調整し、毎週日曜日に活動が行えることとなった。被災された方からは、感謝の声を多く頂くことができ、ボランティア自身も被災された方から多く学ぶことがあったようである。しかし、その情報を災害 VC となかなか共有できず、当初の目的を十分に果たすことが出来なかったのは残念であった。

○小友町、広田町を中心に

災害 VC に関わる団体との調整のうえ、陸前高田市災害 VC では、団体ごとに地域を割り振るようになっていった。都民ボランティアが中心に関わるようになったのは、小友町と広田町。陸前高田市の最西で、ちょうど広田半島とのその付け根あたりである。被害の状態もひどく、津波が半島を横断した。小友町では、町内会の方とも協働し、ニーズの掘り起こし作業を進めていった。

今後について

現地ではコーディネーターの不足が今なお深刻な問題となっている。東京都とTVACでは、現在（2011年11月現在）も継続してコーディネーター派遣を実施中である。

08 支援活動内容



参加した主な活動

都民ボランティアが参加した活動は多岐に及んだ。出発前の事前ガイダンスでは、ボランティアを受け入れてくれる環境があって、はじめて私たちは活動ができるということ、復興の主役は被災者であり、ボランティアは暮らしを立て直していくサポーターであるという事を繰り返し伝えた。チームワークを大切に、出来事をまわりの人と分かち合うこと、無理は絶対しないこと、自分の経験を必要以上に振りかざさないことといったボランティアの心構えを学んでから現地入りする都民ボランティアの姿勢は、現地の方より評価していただくことも多かった。主な活動は以下の通りである。

泥かき・泥出し

被災地に残された堆積物は、大きな港付近ではヘドロをふくみ、異臭がある。泥状の堆積物の下に砂状の堆積物がたまっていることも多い。衛生上の問題で、早期の撤去が求められていた。

◆ 屋内泥かき

バールで床板をはがし、格子状に組まれた材木の間から溜まった泥をスコップやシャベルを使ってかき出す。はがした床板は洗って乾かしておく。床板をはがせない所は、ライトで照らしながら奥まで潜って作業するので、余震に十分注意して行った。かき出した泥はバケツから、土嚢袋へ移し、一輪車で集積場へ運ぶ。乾いてブロック状になった泥は、手で掴んで取り出せたが、埃がたつので、防塵マスクは必須である。8期で伺った家の泥出しが終わらず、再度、13期に続きの作業を行った。



◆ 屋外泥かき

積み重なっている泥をスコップで土嚢袋に詰め、一輪車で集積場へ運ぶ。数人一組になってスコップでかき出す人、袋の口を広げておく人、口を閉じる人をローテーションし、一人に負担が集中しないように作業した。泥は地域によって海水や油、下水や腐敗した魚が混ざり、状態は様々である。固まっている場合は鋤で崩しながら集めていくと、本来ある土まで掘りすすめ過ぎずに済んだ。1期では、地元の高校生サッカーチームと一緒に園庭の泥かきを行うなど、別のボランティア団体と一緒に活動することも多かった。

◆ 側溝泥かき

側溝の泥かきは、バールでの蓋の開閉を含めかなりの重労働で、作業は10～20人で行った。適切な道具が用意出来ず、住民の方からお借りすることもあった。蓋を開けた後は鋤簾、スコップなどを使って泥をかき出す。泥以外にも津波で流された新聞や衣類の他、瓦、ガラス、クギなど様々な危険物が溜まっているので、怪我をしないよう注意して取り出した。



ゴミの分別

気仙沼市では可燃物、不燃物、ガラスなどの危険物の3つに分けることを基本とした。自治体の分別に従うことが前提だが、瓦は再建に利用するため、割れていないものは集めておくなど、家主の意向で分別の種類を増やすこともあった。土嚢袋に詰めるものの認識が自治体と被災者の間で相違があり、対応に困る場面もあった。大島の分別は、可燃物、不燃物、割れ物、金属、危険物、タイヤ、漁具、プラスチック・発泡スチロール、コンクリート・瓦、土・泥、畳、家電、布団の計13種類。

ガレキ撤去・分別

ガレキには大量の木材・土砂・ガラス・金属などの不燃物などが含まれる。畑や田んぼ、公園や個人宅など、依頼された敷地のガレキを分別して回収する。ガラスの破片やクギのような細く危険なものは、土嚢袋へ危険物と記し、分けておく。大きなものや重いものは数人で運び、工具で分解してから運んだ。作業前日、雨が降ると、地面がぬかるみ、ガレキは沈んでしまう。運び出すためのネコ車も使用できなくなってしまうため、乾いていれば一日で作業が済むところ、二日かかってしまうこともあった。震災から5か月が経過しても、陸前高田市や気仙沼市大島では、まだまだガレキ撤去が主なニーズであった。

屋内清掃（個人宅）

天井が落ちていたり、壁が崩れていたり家ごとに被害の状態は様々なので、まず安全確認をしてから作業に入る。依頼主が処分と判断したものは集積場に運ぶが、大きい家具や天井はバールや金槌で分解して運び出した。物が散乱した部屋から写真や賞状など、様々な思い出の品が出てくると、震災以前の生活を垣間見ることができるようであった。家を取り壊してしまう前にこれだけとは、依頼主が探していた位牌を、個人ボランティアとして入っていた都民ボランティアOBが見付けたこ

とがあった。「やっぱりこの人たちだわ!」と、依頼主がとても喜んで様子を見た初参加の17期ボランティアより、何度も現地へ足を運んでいるボランティアと依頼主の関係を見ることができ、自分はわずかな力であっても参加して良かったという報告が上がった。

道具・機器清掃・サビ取り

海水によって錆の発生した金属部品の洗浄の場合、まず部品を可能な限り分解し、表面に付着したヘドロなどの汚れを水で洗い流す。一部の部品についてはサビ取り用の薬液に一定時間浸した後、ウエス（機械手入れ用雑巾）で薬液を拭き取る。薬液が使用できない部品は、水とワイヤーブラシを用いて研磨し、自然乾燥させた。サビが酷い部分はステンレスブラシ、ねじ山等繊細な部分はステンレスブラシよりも柔らかい真鍮ブラシを用いるなどの工夫をした。一つの部品の研磨に5分から10分程度の時間がかかり、なかなか作業がはかどらなかった。

魚市場ト口箱洗浄

気仙沼漁協からの依頼で魚市場にて海産物を入れるト口箱を洗う作業を、他団体や漁協関係者と一緒に行った。津波で散乱したト口箱は集められて大きな水槽に入れてあり、一つずつたわし、歯ブラシ、金属たわしを使って磨いていく。ト口箱は泥だけでなく、船からの重油で汚れ、火災にあったのもあり、きれいにするのは大変なことであったが、箱が魚でいっぱいになる日を思い、精一杯こすった。どこまでで良しとするか難しいところであったが、数をこなすよりも一つひとつをきれいにして欲しいという要望であった。6月23日は震災後初めての魚市場再開の日だった。水揚げはゼロだったそうだが、復興にむけての記念すべき確かな一歩の日であった。

物資・衣類の仕分け

衣類の仕分けは、支援したいという人の想いを被災者へ届ける橋渡し（K-wave 引き継ぎノートより）。気仙沼市総合体育館（K-wave）の2階で、救援物資として届いた衣類を種類別、サイズ別に仕分ける作業を継続して行った。分類が細かいことや、箱を閉じた後の状態を統一にするなど多くのルールがあり、9期より引き継ぎノートを利用することになった。避難されている方のストレスが溜まってきているので、一階の避難所で生活している様子にはなるべく目を向けないように、気を付けて作業した。



仮設住宅への救援物資搬入・引っ越し手伝い

救援物資として届いた布団、テーブル、食器などの生活用品を、仮設住宅へ搬入する作業の手伝い。物資は世帯ごとに振り分けされ、大きな物から運ぶ。梱包された物は滑りやすいため、軍手着用で運んだ。入室の際、入居、未入居に関わらず一声かける。布団は寝室へ、食器は台所、と使う場所を考えて置くことを心掛けた。大きな荷物が入ると、その後は避難所から身の回りの荷物や衣類を持って入居となる。

足湯

足湯の目的は、なかなか気持ちがリラックス出来ない被災者に対して、少しでもほっとできる空間を作ること。実施する際には、火番を一人必ずつける、湯の温度を上げる際の湯の足し方、衛生管理など、安全上の重要な注意事項がいくつかあるため、実施前に必ず一連の流れを練習した。毎週日曜日、陸前高田市の同じ避難所（市立第一中学校）で実施し、多くの方に喜んで頂いた。一度訪れた後に友人や家族を連れて再び来てくれる方や、中には、地震があってから話が出来なくなっていたが、足湯のサービスを受けて胸のつかえが取れ、話ができるようになったと、毎週来てくれる足湯ファンの方もいた。「仮設は今とても暑くて大変です。足湯のサービスがあるのは以前から知っていたけど、なかなか来る気になれませんでした。ようやく少し余裕が出てきました。」（17期、足湯ふれあいメモより。）



炊き出し

避難所となっている宮城県気仙沼市立小泉中学校と、隣接する岩手県一関市室根にある一関市立津谷川小学校で、継続して夕食の炊き出しを行った。物資の運搬や水場の関係で、校舎と体育館の入り口に調理場が確保された。物資の状況は刻一刻と変化するため、その日ある素材の量や鮮度を見て、メニューを決める。メニューが決まったら、調理器具の消毒、野菜の洗浄、下ごしらえ。コンロの数が限られているため、大量の野菜に火を通すには、鍋の数と時間を計算しないと間に合わない。また、量が多いため、大鍋で煮込む料理が中心となった。避難所の消灯時間が決まっていて、夕食の時間は早く、17:30~18:00の配膳に間に合うように調理を終える。都民ボランティアで行ってきた炊き出しは、報道で見るような緊急またはイベント的なものではなく、長期的な避難生活において『日々の食事をサポートする』というものであった。基本的なメニューは主菜、副菜、汁物、ご飯。避難所にはいろいろな年代の方がいて、味の好みが違うこと、5

～7人でも調理に半日かかるということ、衛生上の注意点など、各期、次の期に伝えたい情報を引き継ぎノートに書き込み、活動をつないでいった。ノートは最終的に5冊にも及んだ。長い避難生活の中で様々なストレスを抱えながら、避難所にいる方達だけで、家族以外の多人数の食事を毎日作ることの難しさ。例えあまり料理が得意でなくても、ボランティアが入ることによって、日々の負担を少しでも軽くするためのサポートが「都民ボランティアの炊き出し」であった。

災害 VC での手伝い

活動が後半に入ってくると、リピーター参加者や看護師の資格を持つ参加者が、班での活動ではなく、災害 VC の資材班やマッチング班、救護、受付の手伝いに入るようになった。ニーズは勝手に上がってくるようなものではなく、入念な聞き取り調査によって初めてニーズとなるものも多い。自分のところは最後でいいからとボランティアを断る人や、自分のところだけきれいにしてもらっては申し訳ないと依頼をためらう人もいる。上がったニーズは、必要な道具、休憩場所の確保、トイレの場所、求められるスピード、人数、優先する場所など、依頼主とひとつずつ丁寧に確認した。ニーズとボランティアのマッチングは、どのボランティアがその仕事が適しているか、見極めが重要である。

テント設営

修繕してまた暮らせる見込みのある家は、修繕前に家具や荷物を屋外に出す必要があり、修繕している間、家具が盗難に遭わないよう敷地内にテントを設営する。まず、依頼主が保管しておきたい品を探し、ボランティアは分別しながらガレキ撤去を行う。その後屋根など大きなガレキの撤去に重機が入り、細かいガラスやクギをボランティアが拾って、テント設営の為の地ならしをする。テントの設営は10人くらいで行った。家の修繕が終わるとテントから家具を屋内に戻す作業、テントを畳む作業があり、やはりボランティアが必要になってくる。

漁具の整理

特に大島の外浜で大規模に行った活動。震災前、外浜にあったいくつかの漁具保管庫が津波で跡形も無く流されてしまい、散らばって残った漁具を回収して整理する作業。地元の漁師の方と一緒に、延べ100人以上で行った。漁師の朝は早いので、朝8時に活動を始めたこともあった。大島はホタテの養殖が有名で、ホタテは最初、プラスチックの棒パーツに通した2本編みの縄に稚貝をつけて育て、網目から落ちないサイズに成長したら四角の6段網に移して育てる。成長するホタテの最大のサイズは、一段に2個。そのホタテ養殖用の網が、破れず無事、畳まれたままの状態だったものを一か

所に集めていった。稚貝の縄と、円筒に巻いてある縄、綱引きサイズの太い縄、ウキも分けて回収し、4トントラックが満載になるくらいの量が回収された。ホタテ養殖のイカダは全部流されてしまったが、イカダにはトイレ、キッチン、狭いけど寝る所もある。魚釣りも出来るそうだ。漁師の方がボランティアに語った話。

いかだ作り

世界有数のカキの産地、三陸地方。しかし、津波でカキ養殖用のいかだは、ほとんどが流されてしまった。海の中のガレキ撤去もまだ終わっていない中、名産の広田湾産のカキを復活させようと、地元の方と協力していかだ作りを行ってきた。都民ボランティアが作ったいかだの数は10台程だったが、地元の目標は200台。カキは種付けから収穫まで3年かかる。3年後には出荷出来るよう、復興に向けた産業プロジェクトである。

花の苗植え

色の無くなった町に色とりどりの花を植え、少しでも町に元気を取り戻したいという願いが込められた活動。ご自身も被災され、全てを失ってしまったという方がこのニーズの依頼主だった。二本の棒に紐をくくりつけられたものを花壇の両端に刺し、苗を直線に植えるための目安にする。シャベルを使用し等間隔になるよう穴を掘り、じょうろで水を入れていく。土が湿り十分な水が行き渡ったら、苗を植えて土をかぶせる。一列毎に花の色を変え、見栄えが良くなるようにする。役割分担したので作業効率も良く、時間までに花壇を全て飾ることができた。13期での活動は依頼者の方にとっても喜んで頂き、花が咲いたら写真を送ってくれるとのことであった。

竹林伐採

上記花の苗植えのように、ガレキ撤去や泥かきという言葉で一括りに出来ないニーズもあり、この竹林伐採は、依頼主の個人宅敷地内に流れ込んだガレキ撤去のため、重機が入れる道を確保するよう幅4~5mに渡って竹を伐採した作業。VCの電動のこぎりが出払っていたので、ノコギリと鎌で行った。足場は斜面で、慣れない鎌での作業であったが、仲間で声を掛け合い、安全に作業することを心掛けた。復興祈願の七夕飾りをつくろうと、参加者のひよりは落とした枝を1本持ち帰った。

ふれあいメモ

一週間の活動の中で、被災者との会話や交流を書きとめたものを「ふれあいメモ」として回収した。アンケートや日々の活動報告書と併せて、ボランティアに参加した感想、活動中のエピソード、被災者から直接、震災当日の様子を聞いた時の参加者の気持ちなど、様々なメモが上げられた。138枚の提出があった中からいくつかを紹介する。

- ・ 活動終了後、依頼主の奥さんとお話をしたときのこと。皆さんには本当に感謝しています、と言うお言葉から始まり次の事が印象に残りました。「隣人の土地に家が流され瓦礫の山になってしまった。お隣さんから早く片づけてほしいと言われるがなかなか進まず…。ボランティアは本当に助かります。どうせ流されるのならば海に流されればよかった。」二重にも三重にも辛い思いをされているのだと心が痛みました。
- ・ 大島では今職がない。気仙沼に行こうにもフェリー代800円かかるし、最終便までに帰らないといけないので、そんな都合のいい職はない。職がないと毎日のリズムがなく、気持ちがどんどん病んでいく。ご飯を食べる所やカフェも島内に無いのでストレス発散が出来ない。よそから来たボランティアの人達とでも会話することが島内の人にとって一番重要である。
- ・ 今回の震災の津波の影響で養殖の「かき」の筏（いかだ）が流されてしまったとのことでした。「かき」は種付けから収穫まで約3年かかるとのこと、専業で高校生や大学生のお子さんがある家庭では廃業を決めた人も多とのこと。今回お手伝させていただいた方は復興のため、養殖を再スタートさせる。その第一歩として筏にたらすロープを切ったりする作業を手伝わせてもらい、感謝の言葉と「3年後にカキを食べに来て下さい。」と言われたのが嬉しかった。本当に微力であったが、復興の手伝いをできて笑顔でお話できて感謝しています。かきについての詳しいお話もしていただき、大変有意義でした。
- ・ 活動していた隣の方が水道を貸して下さった。休憩のときに座っていたら「ありがとうね、感謝しています。遠くから来てくれて頑張っているのを見ると、私もがんばらなくちゃと思って家の片付けをしています。津波の時は日本がだめになると思ったけど、その後たくさんの支援をもらっていつの日かお返しをしたいし、日本は大丈夫だと思います。」というお言葉ももらいました。一人一人が出来る事は小さいけれどそういう風に受け取って下さることを直接に聞き目頭が熱くなりました。人と人のつながりを大切にこれからもやっていきたいです。来てよかったと思えた1日でした。
- ・ 何かお手伝いしましょうか？と何回か話しかけていくうちに、だんだんと頼み事をしてきれてくれるので、一回断られてめげてはだめだなあと思った。

- 活動終了後の入浴場なのですが、たまたま話しかけられて今回の災害で桜のきれいなことを楽しむことなどできなかったこと。桜を、花見を「見はぐれたあ。」といかにも東北弁らしいお言葉で話されました。聞かれて、東京から来ましたともいいました。私も過去に家族が神戸の震災で大変だったことも話したりしました。
- 依頼者は個人宅に避難していたため、自宅・自宅周りの片付け依頼が遅くなり、近隣からクレームがあったりと、心苦しい思いをしていた。都民ボランティアの皆さんが来て下さり、感謝されていた。猫が地震のたびに、ビクビクするようになった。近所の犬は、つながれたまま、津波にまきこまれ、悲惨な亡きがらだった。ボランティアさんが来てくれるということで、仙台から娘も手伝いに来てくれた。ボランティア万歳!!と喜んでくれた。
- 津波は大切なものは全部持って行ってしまって、ゴミのようないらぬものばかり残っていた。写真を発見してみてもらったら、昔の楽しかったことを思い出すのはつらいので処分して下さいと言っていた。人生たくさん苦勞してきたのに、こんな年齢になっても苦勞するとは思わなかった。手紙を送りたいので住所を教えてください。夏に遊びに来て下さい。おばあちゃんに会いに来て！
- 気仙沼の河口に近い個人宅で、ガレキ撤去と泥出しを行いました。依頼主の方は最初、事務的な伝達事項のみ話していましたが、若いメンバーが一生懸命作業しているのを眺めて心を開いてくれたようです。飲み物を買ってきていただいた頃には打ちとけていましたが、お昼ご飯どこかで一緒に食べましょうという流れになり気仙沼市災害VCのテントで一緒に食べました。非常に印象に残ったのは、午後、全く泥とガレキだけしかない自宅の庭を前に「あそこの角にはつつじが、こちらの日当たりの良いところにハマナスが。」と色とりどりの花や果実が、まるでそこにあるように話されていたことです。一瞬ですが私の目にもかつて色とりどりの花が咲いていた庭の姿がまぶたに浮かびました。
- 震災当日のお話。津波が自宅に来るなんて思いもしなかった。寝たきりの奥さんがいたことから地震の後自宅にいたところ、近くまで黒い波が押し寄せて驚いて奥さんを連れて逃げる準備をしているところで津波にのみこまれた。気が付くと目の前に天井がありプカプカと浮いて泳いでいた。家中がガレキだらけで水中のがれきの中で顔面蒼白の奥さんを見つけ引っ張り上げたが、その時にはほとんど息をしておらずダメだなあと思った。偶然、その日が休日の消防士の方が近くにいらっしゃったことから、その人の機転で濡れた服をその場で切り裂き、着替えさせ、車を探してきてくれて病院まで運ぶことが出来たとのこと。たまたま、いくつかの偶然が重なり、家族みんなが自宅で津波にのみこまれながらも助かることが出来た。命があっただけでよしとしないとなあ。同級生は8人中6人ほとんどが津波に流され亡くなった、さみしくなったなあとつぶやいていました。

- 津波以後一ヶ月後は自分の家も大きく被災したが、（あまりにひどくて）ボランティア活動でもしていないと、自分がどうにかなりそうだった。
- 震災後、いち早く東京消防庁が、大島に消火活動に来てくれたと、涙ながらに語られた。自分は旅館を経営しており、毎年、目黒の中学校が体験学習に来てくれており、東京には愛着がある。
- 小学校に行けることが嬉しくて友達に会えるのが楽しいけど、いなくなってしまった子もいる。かなしいなー。
- 震災後に両親と連絡が取れずに、覚悟をして過ごしていた。生存が確認できたとき本当に嬉しかった。一緒に避難された方が子供のためにおにぎりを分けて下さった。見ず知らずの人に本当にありがたく思ったこと。どんな状況でもお互いを思いやる心の大切さや優しさを思い知らされた。
- 「生き残れたのは運だと思う。」「大島は良いところなので、また来てね。」
- 「筏（いかだ）があって、ホタテを育てるの。筏にはトイレもキッチンも寝るところもある。筏の上から魚釣りができたり、良い所なんだよね〜。」
- 車4台流された。島の人はいたい島と気仙沼に車を1台以上もっているがすべて流されてしまった。今まで海が見えていなかったのに、津波で木々が流されてしまい、見えるように。こんなに近いのかと思った。
- 炊き出しで避難されている方に何を食べたいが希望を聞いたところ「しばらく天ぷらを食べてないねえ」との回答があった。その希望を聞き、天ぷらをつくったところ「3か月ぶりに天ぷらを食べた。美味しかったよ、ありがとう。」と言って下さった。

足湯ふれあいメモ

7期5月15日より毎週日曜日、陸前高田市の避難所で足湯を行い、その中での会話を「足湯ふれあいメモ」として回収した。最初は何を話したらいいのか分からず緊張してしまったというボランティアもいたが、参加者は皆、心を込めて行った。リラックスしてもらえたようで嬉しかったという感想も多かった。メモは被災者の声がダイレクトに伝わってくる内容ばかりだった。

- 雨で畑に行けなくてさびしい。畑は手のかからないサヤエンドウやカボチャの種をまいた。アスパラガスが津波を受けても芽吹いた、強いなー。
- こんなにぜいたくしていいのかしら。
- （入浴剤について）バラを栽培しており、バラの香りが良かった。つぎはラベンダーの香りを所望。仮設住宅への移住は1人でさみしい。
- 「今日は雨だけど、警察にDNAの資料を出しに行かなければならない。温泉に行く機会がないので、非常に気持ちいい。」DNA資料の話から、家族などが行方不明になっているのだろう。話題を変えたほうが良かったのかも。
- あなたたちの行動力にびっくり。逆の立場でこんなことはできない。
- 午前中にもしてもらったが、気持ちよかったのでまた来た。野球部でピッチャーをしているので左腕をマッサージしてほしい。部員が離れ離れになってしまい練習が出来ないが、大会には出たい。
- 仮設に入れた事を友達と話していて他の友人達におめでとうと言われた。まだまだいろいろな理由で仮設に行けない人が多いと感じていたので、それを喜んでいたのが印象に残った。
- 仮設住宅に1番に入れたのはご先祖様のご加護だと思い、毎日拝んでいる。ボランティアで活動できることにも感謝するといいわよ。
- 女の子が入浴剤とあれもこれもとたくさん入れてほしいと（絵具あそびみたくなくなってしまった）いわれたのを応えられてよかった。普段我慢が多くなっているであろう生活のストレスが解消できたかも。
- 前日にファンキー・モンキー・ベイビーズの支援コンサートがあり、その話をしました。一本松が学校の近くで見られることを教えてくれました。災害の話だけでなく、楽しい明るい話題をするのも大切だと思いました。

- テレビはあるがテレビから一番遠いところにいるので何も聞こえない。学校に行ってもニュースの情報についていけない。3 台中の 2 台はリモコンがなく不便。9 時には消灯だがテレビをもっと見たい。
- 今日は寒い。外よりも体育館の中の方が寒い。昨日扇風機が 50 台届いた。2、3 日前の暑かった時に。洋服をくれるっていうのがあったから行ったけど、すごい混んでて取れなくて帰ってきた。
- 毎週楽しみにしています。9 期の方が寄せ書きを書いてくださり、今も大事に持っているの
で皆さんも良かったら書いてくださいね。（スケッチブックを持っておられ、2～4 班 9 名で
寄せ書きをしました）避難所で読むのが楽しみです。

都民ボランティア参加者アンケート結果

期を重ねて行く中で、その時々被災地・被災者の目線での活動とはなにかをできるだけ把握すること、また、活動中のケガ等の安全面に対する対策や、スムーズな現地活動のための仕組みを次の期に引き継いでいくことがより大切になって行きました。そこで、都民ボランティアの活動に参加された方々を対象に、よりよい活動に繋げるためのご意見をうかがうアンケートを6期より実施いたしました。

1. アンケート実施対象および回収方法

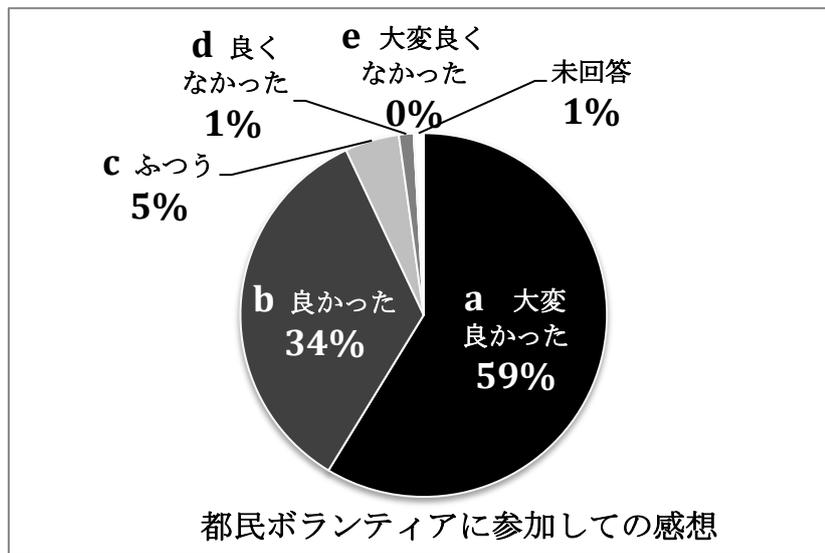
7期～11期 しおりにつけて配布。活動終了後、回収
6期、12期～17期 参加後、メールにて送付・回収

2. アンケート回収数・回収率

- ・配布枚数（6期～17期参加者）：993名
- ・回収数：461枚 48%
- ・回収率：45.1%

3. アンケート書式 添付書類参照

都民ボランティアに参加して



感想の理由

・震災にあたり、何かしたいという気持ちはあっても、個人では活動することが難しい環境の中で、宿泊所や交通手段、道具を用意してくださることにより、行動に移すことが出来た。また、同じような思いを抱えているメンバーと共に活動することにより、考えを共有したり、刺激を受けることができた。被災地の方と直接接する機会をつくってくださってありがとうございます。

(11期/30代/女性)

・ひとつの団体としての結束力が非常に高かった。活動はとてもやりやすく、スムーズに行えたと思う。事前ガイダンスを通して、ひとりひとりの意識が高かったのだと思う。

(13期/20代/男性)

・自分達にとっては、ほんの小さなスペースの作業であっても、依頼された方にとってはとても大きなことで、島にいて時間が止まった方々の時計の針を少しだけでも進めるキッカケが出来たのではないかと思います。

(13期/20代)

・依頼者様が大変喜ばれ、「これで立ち直れる」「復興に向けてがんばろうという気持ちが湧いてきた」等の言葉がいただいた。そういう活動ができたから。

(13期/50代/男性)

・8期の時に見た陸前高田の状況が少しずつではあるが改善されていることに気づけたこと。

(13期/30代/男性)

・被災地で実際にどのようにボランティアとして携われば良いのか具体的な方法が分かった。今後は個人有志としてもボランティアとして従事できるようになった。

(17期/40代/男性)

今後改善した方がよいと思った点、 気づいた点、失敗した点

- ・都ボラ経験者が多くなってきたので、慣れや甘えが生じてしまったかもしれない。
(12期／40代／男性)
- ・今回で、私達がお手伝いをするのが、4回目のお宅もあれば、存在を知らなかったり、遠慮されていたりして、私達がお力になれていないお宅も沢山あるように、見受けられた。私達が泊まっていた旅館のすぐ側で、老夫婦が、炎天下の中、がれきが散乱する、広い自宅の庭の片付けをしているのを見て、もどかしい思いがした。強制することではないが、もっと、こちらからアピールして、利用して頂けたらと思った。
(12期／30代／女性)
- ・もう少し事前に被災地の状況や被災された方々の思いについて、調べたり学んだりした方がよかったかと思いました。活動中、あと30分で活動時間が終わる頃に依頼者の方がつぶやいた「もう今日は疲れたからやめようか・・・」といった独り言のような声を、自分の活動時間に気をとられて、結果としてそれを無視してしまいました。班のリーダーとして、今日は作業を終えようと言えたのは自分だったと反省しています。ボランティアとして重視すべきことに気づきました。事前ガイダンスでは、もう少しこの辺りについてOB、OGから話を聞きたかったです。(それを事前に気づけたかどうかは微妙ですが)
(17期／30代／女性)
- ・前期の寄せ書き、過去の活動報告書の置き場所などの存在に最終出発日前に気づいたこと。
有益な情報なのに！
(13期／30代／男性)
- ・班ごとにわかれて活動するのがすごく良かったと思います。こうすることによって仲間意識が高まり、活動もスムーズに進むと思います
(9期／30代／女性)
- ・年齢、性別様々な“ミックス班”編成は肉体労働をするのに一部の人達(体力のある人)に負担がかからないか？と懸念していたが、各自が適材適所を判断、行動したことで、結果的に“男女ミックス班”は良かったと思った。
(17期／40代／女性)

作業や現地の方との関わりを通して 特に印象に残っていること

- ・家内の片づけにおいて、依頼者から「すべて捨てていい。何も見たくない。」と言われたが、アルバムは念のため捨てないで保管していたら、アルバムを丁寧に拭いて眺めていた。でもその後、外に捨てた。ガレキの撤去は思い出の消去。我々は思い出消去人。改めてガレキでも丁寧に扱う心を忘れないようにしなくてはならないと感じた。

(6期/40代/男性)

- ・ガレキ撤去で伺ったお宅で、今回津波で夫を亡くしたおばあちゃんが最近買ったばかりのもう使えなくなったプラズマテレビを前に“本当に腹立つ”と漏らしていたこと。怒りをどこに向ければ良いのかも分からず途方にくれたようなため息が、とてもリアルに感じられ、今回の津波で多くのいのちが消えてしまったことを実感した。

(6期/20代/女性)

- ・大島で漁師さん宅のガレキ撤去、家財道具の廃棄等を行った時の出来事です。ぶっきらぼうでシャイでこわもての漁師さんが別れ際に男泣きされました。我々もまさかこのいかつい漁師さんが泣かれるとは予想もしていなかったのので心にぐっと来ました。この涙にはいろいろな思いが含まれる気がしました。みんなへの感謝、自分に対しての情けなさ、自然に対する怒りもあったかもしれせん。

(6期/40代/男性)

- ・陸前高田の出来事です。未だ水道が使えない地区で足の悪いおばあちゃんに給水のお手伝いに行きました。いろいろお話をするなかでお風呂が震災当日から壊れて入れないという話になりみてあげたところ壊れては無く安全装置が働いてスイッチが入らない状態だとわかりすぐになおりました。

なんでもおばあちゃん是我々が来る日の朝、亡くなったおじいちゃんに早くお風呂が入れるようお願いしていたみたいです。今日からお風呂が入れるととても喜んで頂けました。

(6期/40代/男性)

- ・大島に行った時のこと。その日の作業が終わったが、まだまだ全然片付いていないのに、その家の御主人が「あしたは、うちはいいいので、もっと大変なところがありますのでそちらをお願いします。」と言われたこと。

(7期/40代/男性)

- ・「ボランティアバンザイ」と帰る時両手をあげて下さった個人宅の奥さんの姿がとても心に残ります。

(7期/60代/女性)

- ・亡くなった友人、知人は当たり前だが、電話しても出てくれないことが悲しくてたまらないと言われ、言える言葉が思いつかなかった。

(7期/30代/女性)

- ・依頼主の方に「天照大神…」と書かれた箱を大切なものかもしれないと思い処理法を伺ったら、「燃やして下さい。神も仏もないことが分かったので。」と言われた。

(7期/40代/女性)

- ・50代くらいの男性がホタテの養殖の方に養殖のやり方を教えて下さり、最後に「出荷させて頂いている。」という表現をされていた。海やホタテに対して本当に感謝しながらお仕事されているのだと胸が熱くなりました。

(8期/30代/女性)

- ・スタッフおよび過去の参加メンバーの頑張りでしょう。地元の方々から都民ボランティアに対する期待度が高く感じられた。

(9期/40代/男性)

- ・田んぼの片付けをした時、依頼主のおじいちゃまが、「孫が10人いたけど、1人亡くなったので9人になった。」と言ったので言葉を失った。でも田んぼの片付けが終わった後、「こんだけきれいにしてくれたんだから畑をやろうって気持ちになった。」と言ってくれてうれしかった。

(11期/30代/女性)

- ・大島で牡蠣・帆立漁をされていた漁師の方の個人宅での瓦礫撤去で伺った際、帆立漁に使用する小道具の束を見つけ、ご主人にお渡ししたところ、「もう漁しないから捨てていいよ。」と言われました。しかし、作業中ずっと楽しそうに漁の話をされていたので、本心ではないのではないかと思います。私には捨てることができず、「それじゃ、とりあえず捨てないでこちらに置いておきますね。」すると、それを手に取り、じっと見つめながら、小さな声で何度も「そうだよな。そうだよな。」とおっしゃって、紙袋にしまっていました。

(12期/30代/女性)

- ・島を離れる日の朝、伺った現場のお宅の方々わざわざ港に見送りにきてくださいました。それまで無かったことらしく、来てくださった方たちのお気持ちが嬉しく、本当に参加してよかったと思えました。

(13期/20代/女性)

- ・カキ養殖イカダ作りに伺った。依頼主さんは「ボランティアにガレキ撤去は頼んでもよいと思ったが、仕事の手伝いを頼むのは違うと思った。けれど前回来てくれた方が、産業復興の一步を手伝うのもボランティアの一つ。その一步を手伝えるのは嬉しいこと。是非依頼してください！と言われ涙が出た。ずうずうしいとは思ったが、その言葉に甘えてお願いしている。今投資しても回収できるのは3年後。また津波や台風でダメになってしまうかもしれないが、今一步踏み出さないとどんどん遅れるだけ。なんとしても軌道に乗せる！」と前に進む力強さを感じた。

(15期/40代/男性)

- ・陸前高田市で、VCから現場へ行く際、家の土台しか残っていない場所に“○日開店予定”の看板。車の中から見ていた我々は、『何の店かな？』と呟いた。(本当は店の名前等が書いてあったのだろうが、走行中の為分らなかった。)翌日に同じ場所を車で通ると、そこには、2坪位のプレハブの花屋さんがありました。女性二人が、開店準備で忙しそうに動いていました。思わず車中から誰とはなしに拍手が湧き起こりました。運転中で拍手出来なかった私は、『やったー』と叫びました。

(15期/60代/男性)

- ・足湯にいらっしゃったおばあさんが「畑と田んぼをやっていたが、まだ瓦とか刃物とか危険なものが落ちていてガスも出ている状態。また使えるようになるのか…。」と話されたあと、「地震

があった時、自分はカボチャを切っていた。急いで二階に逃げたが、カボチャを切っていた包丁は流されてしまった。あの包丁が誰かを傷つけていないといいけど…」とおっしゃっていました。ご自身でも辛い体験をされたのに、それでも人の心配をされていて、その優しさに涙がこぼれそうになりました。

(15期/30代/女性)

- ・被災者の方々の地元（生まれ育った故郷）に対する強い愛着心、その故郷を復興させるという強く、熱い思い。

(16期/40代/男性)

- ・人々の好意に触れた被災地の方が、「自分も元気を出さないとね。」とおっしゃった。その言葉にボランティアに行った我々の方が元気を頂いた。「居ることの意味」を実感した。

(17期/40代/女性)

都民ボランティア参加前と参加後の気持ちの変化

- ・参加前はボランティア活動が初めての自分がどれほど現地の方々の役に立てるか不安のほうが大きかったのですが、実際に活動してみても自分みたいに経験がない人でも役に立つことができると感じています。被災した現場を見たことにより、以前よりもボランティアに対して強い気持ちを持つようになりました。

(6期/20代/男性)

- ・2週間前に行った9期の時より、現地に行くときは恐怖が強かったです。被害があまりに大きすぎで、無力さを感じていました。でもわずかな力でもできることはあると思ったし、何より被災者が前向きに生活していて、逆に勇気をいただきました。

(12期/20代/女性)

- ・被害の大きさに呆然としたが、意外にもボランティア後は「自分の無力感」よりも、なにか小さくても役に立ちそうな支援や改善点はないのかを考えるようになった。自分周囲の人間が全て震災に関心があるわけではないが、都内にもこれだけ協力しようとしている人がいるんだという事実が、今の自分の支えになっている。

(6期/30代/女性)

- ・＜参加前＞たまたま時間が空いたのでボランティアしよう。
＜参加後＞時間を作って、何かしよう。

(12期/20代/男性)

- ・ボランティアに参加することは特別なことではないということを実感。以前の私がそうであった様に、多くの友人の意識が「ボランティア＝すごいこと、特別なこと」という傾向にあるので、今はそうではないということをしてできるだけ伝えていきたいと思っています。

(16期/40代/女性)

- ・メディアで見聞きするのと現実の気仙沼、陸前高田は全く違っていました。まだまだ手が入っていない。継続の必要性を強く感じました。
(11期/50代)
- ・今回、東日本大震災から月日が経つうちに自分の中にも風化が起こり、どこか他人事のように感じ始めていた自分を律したいと思い参加したのですが、この都民ボランティアを通して、“被災地”と総称していた場所が“誰々さんが住む場所”に代わり、風化は完全に払拭されました。
(15期/20代/女性)
- ・参加前は、少しでも励ましてあげたいと思っていたが、実際に来てみると人々は思っている以上に強く前へ向いていることが分かった。励ます→一緒に作り上げるという気持ちになった。
(7期/20代/女性)
- ・緊張感だけを感じていては、ただ疲れるだけだと思った。リラックスをしながらやることも必要なんだと思うようになった。
(13期/20代/男性)
- ・私は今回の13期が災害ボランティアとしては人生初のボランティアでした。はじめは若いエネルギーでどんどん瓦礫撤去を行っていこうと意気込んでいました。しかし、実際に活動してみて被災された現地の方の気持ちにこたえることが最も重要だということに気づきました。
(13期/20代/男性)

活動において安全面で特に気をつかったこと

- ・お風呂が大切！衛生面もそうですが、健康面（冷えた体をじっくりあたためる）とか、筋肉や関節をほぐすとか）、精神面、どれをとっても入浴のひとときにすくわれたと思います。
(10期/30代/女性)
- ・作業着、長袖シャツを多めに持参し頻繁に着替えました。また、冷却スプレー等も使いましたが、活動内容によっては、半袖シャツで行いました。これは時々の対策の優先順位によって良いのではと思います。例えば発泡スチロールの箱のつぶし作業の時には怪我の危険性はより低いとみて、暑さ対策を優先しました。
(13期/50代/男性)
- ・釘の踏み抜きをしないよう、作業中はできるだけ下を見て、ゆっくり移動するよう心がけました。田んぼでの作業で別の団体の方が釘を踏み抜いてしまったこともあり、水分が多く、何か埋まっているかが見えないあたりはできるだけ注意をして移動するよう心がけました。
(15期/30代/女性)
- ・炊き出しの際、30℃超の下、ハエの多さに食中毒をいちばん恐れた。手や調理器具を小まめにアルコール消毒したのは勿論、出来上がり時刻から逆算して、調理に取り掛かるまでの食材の管理に気を遣った。手をケガした人には食材に触れさせなかった。
(17期/40代/女性)

- ・暑さが厳しく、休憩をこまめに取った。(20分に一度)皆もくもくと作業していたので余裕があるように見えても、帰ってから聞くと、「実はきつかった。」「タイムキーパーの“あと5分”が励みになった。」という声もあった。もっと作業したかった気持ちもある一方、結果として熱中症がゼロだったことは良かった。

(17期/20代/女性)

- ・作業終了間近、キリが悪かったのでスピード上げて作業していたら、メンバーの一人がクギに当たってしまいました。幸いにたいしたことになりませんでした。慌てずマイペースにやれば良かったと、班で反省しました。

(13期/20代/女性)

感想など

- ・実際に被災地に来てみると、自分一人で一体何ができるのかとあ然としてしまい、無力感でいっぱいになった。しかし、仲間と、少しずつ力を合わせることで、自己満足かもしれないけど復興のお手伝いができていると感じることができた。

(7期/20代/女性)

- ・人と話すことが重要だと思いました。依頼者の方とはもちろん、班のメンバーや班以外、そしてスタッフの方と話が出来たことで色々な考えを知って、また自分も考えることが出来ました。

(9期/20代/男性)

- ・自腹を切って自力で苦勞して来ていないという点が依存的で、別の目的(仲間づくりや達成感を味わうため)になっている感じを受け、非常に違和感を覚えました。ボランティア精神をもう一度考える必要があると感じた。それは他者にも自分にも問いかけたい。しかし、良い点は、初心者でも出来るというきっかけを提供してくれたことです。これを機会に更なる活動に羽ばたく方も出てくることでしょう。

(12期/40代/女性)

- ・VCにて沖縄の方が言っていた言葉で「作業が一日で終わらなくてもいい。その続きを別の人が次に来てやる。それがつなぐこと。“キズナ”です。」と言っていた言葉が心に残りました。

(11期/20代/女性)

- ・魚市場に行ったとき。市場を早く復興させたいと言った漁師さんの笑顔が忘れられません。時間はかかると思いますが、再開したら絶対来て、カツオを食べたいです。

(13期/20代/女性)

- ・陸前高田へ行ったとき、被災直後の何もかも流された状態に比べたらよくなったと思ったが、所狭しと高く積まれた瓦礫の山が点在し、これがなくなる限り、復興は進まないと思った。個人宅での家具運び出しや、泥のかき出しは重機で短時間に片付け作業ではなく、まだまだ人の手も時間も足りない実態を知った。報道が少なくなった今こそ、我々のように見て、体験してきた者が、周囲に伝え、皆が東北の人達を忘れずにいてくれることが大切。

(17期/40代/女性)

- ・1か月前に参加した時と比べて片付け等が進んでいるエリアとそうでないエリアの差があり、地域の差を感じた。手つかずのエリアにも少しずつでも支援の輪が広がればと思う。

(11期/40代/女性)

- ・正直、頭と心の部分で東京に帰った後の生活が、日常生活にもどれるか不安になっています。現地の方たちが、この様な状況の中でも、しっかりと生きようとしている様と、自分の人間力のなさをまざまざと見せつけられている様な（もし自分が逆の立場ならこんなにもボランティアの人達にやさしく、親切に接することができるのか？）

(7期/40代/男性)

今後被災地とどのように関わっていきたいですか

- ・仕事の都合上、再度このボランティアに参加する事は難しそうなので、これからは東京にいても出来る事を自分で考え、それに全力を注ぎ込む事しか自分には出来ません。なのでまずは節電と節水、そして自分がここで感じた事、見た事を身の周りにいる人に伝えていきたいです。

(11期/20代/男性)

- ・“忘れない”ということが何よりも重要なことだと思います。地震から3か月が経ち、東京は落ち着きを取り戻していますが、それと同時に大変な災害だという印象はうすれて行っている気がします。それぞれにそれぞれの生活があり、誰もが現地で活動しなければならないわけではもちろんありません。しかし、忘れずに日常の中でムリなくできることをし続けて行く、ということが必要であるはずだと思います。まずは東京に帰ったらできるだけ多くの人に今回目にしたことを伝えたいと思います。そして募金を続けることの重要性を周りの人に知ってもらいたいと思います。個人的な印象ですが、「お金をだせばそれで終わり？」みたいに考えて、募金というものに抵抗みたいなものがある人がいるように思えます。これだけ大きな災害だけに、資金が本当に必要だということを伝えたいです。

(11期/20代/女性)

- ・まずは被災者、被災地などと呼ぶことをやめて、一人の人間だと考えて尊重し合いながら接するようにしていきたい。そして、東北がどれだけ素晴らしい土地かということも伝えていければと感じる。

(17期/20代/男性)

- ・今後、個人的にはボランティアは最初で最後にしようと思っている。それは後向きな態度ではなく、自分の志した仕事を死ぬ気で取り組み、自分の仕事を通してサポートし、自分は自分で頑張っていくつもりだ。

(9期/20代/男性)

- ・建築関係の仕事をしているので、災害に負けない街づくりレベルの観点から復興を考えていきたい。少しでも快適に暮らせるような仮説住宅の設計、簡単に建てることのできるシステムなどを考えていきたい。もちろん時間があれば被災地に入り、直接的な復興活動をしていきたい。

(7期/30代/男性)

- ⑧ 都民ボランティア参加前と参加後の気持ちの変化
- ⑨ 活動を行う上で、安全面・衛生面で特に気をつかったこと(事例があれば具体的に記入)
- ⑩ 感想などご自由に
- ⑪ 今後被災地とどのように関わっていきたいですか

回答者名(任意) _____

東京ボランティア・市民活動センター
都民ボランティア事業担当チーム

ご協力ありがとうございました！



1期 4月5日(火)～4月11日(月)

利府拠点 63名

都民ボランティア初となる1期のボランティア全63名が宮城県利府高校に到着。

使わせていただく施設は、利府高校の鴻翔館。学生が夏休みの合宿所として使用している施設である。

1期団長を始め、活動が始めるための拠点づくりから、活動の準備までやるのがたくさんあった。



石巻工業高校は、海から直線で約2キロの位置にある。津波が腰くらいの高さまで来たそうだ。

ヘドロが入った高校の工業実習室内の清掃作業を行なった。男性は、まず机などを外に出し、ホースを使って実習室内をデッキブラシやワイパーで綺麗にした。女性は、実習で使用する精密機器とそのケースの清掃を行った。

ヘドロと一緒に油も流れてきているため、足が滑りそうになる場面が何度かあり、危険だった。慎重に作業をするように心がける。

最終的に、床の泥を撤去することができた。



その夜。

23時32分ごろ、宮城県沖でM7.1の地震が発生。拠点となっている利府町では震度6強を観測。停電、断水となった。

この頃は大きな余震も多く、まだまだ危険な地域で活動をしているということを思い知らされた。

活動期間を通じて、一人ひとりのボランティアが主体的に動き、それぞれがそれぞれをサポートする動きが取れたのはすばらしかった。





2期 4月11日(月)～4月17日(日)

利府拠点 62名

2期は、1期が基本を作ってくれた拠点・活動の仕組みを軌道に乗せて、無事3期へと引き継ぐという期。

活動内容は、床上浸水地域での泥だしや片付け、ガレキ撤去が多かった。活動していると、時々、近所の方々からどうやってボランティアの依頼をすればいいか聞かれることも。

少しずつ活動が知られて、ニーズが上がり始めた時期だった。一方、被害の大きかった全壊地域では、当時まだ自衛隊の捜索も終了していないという状況で、ボランティアは入ることが困難だった。

石巻では、床上浸水の地域で泥出し・片付け作業をした。伺った学校では浸水した教室や備品の片付けがたくさんあり、後日も継続して行った。

民家の多くでは、水分を含んだ畳や絨毯は非常に重く、協働作業でのチームワークが大切だった。

避難所となっている施設で、支援物資の衣類などをフリーマーケット形式で被災された方々に配布する催しが行われた。その仕分けと準備をお手伝い。

ある保育園では、園庭を覆っていたヘドロを撤去し、たくさんの水につかってしまったたくさんの小物や家具は、少しのきれいなものを除いて、分別する活動を行った。中にはたくさんの子供たちの絵本や創作物も交じっていて、それを片付けるときには複雑な気持ちもあったが、終了時に施設の方から「思い出の品が多すぎて、自分たちだけではとても片付けられなかった。来ていただいて本当にありがとう。」と声をかけていただき、そういうボランティアの力もあるんだと感じた。



3期 4月17日(日)～4月23日(土)

利府拠点／一関拠点 計111名

この頃は、現地で桜が咲く季節であった。

3期利府の活動初日、石巻市での活動は全て鹿妻北小学校でのものとなった。新学期に向けた小学校の清掃作業が主な活動内容で、掃き掃除、拭き掃除、消毒、そして依頼人数よりも多くの手があったため予定していた作業が早めに完了し、残った時間を使いランドセルや食料などの物資の移動、粗大ゴミの運び出しを行った。

活動3日目、石巻で活動したチームの内4チームは石巻工業高校に向かった。1期の時に校舎内の床に溜まっていたヘドロは綺麗になり、この日は工具の清掃作業を主に行った。高校の先生のお嬢さんもお手伝いに来てくれていて、一緒に作業を行った。4月ですがまだかなり冷え、長時間座ったままの作業、身体もかなり冷えた。

活動4日目に伺った、石巻港にほど近い築山地域は津波の被害も甚大で、断水、停電状態が続いており、自衛隊も近隣で活動を行っている地域だった。活動先の家へと続く道路も倒れた電信柱によって塞がれていた。4チーム合同、19人で泥出しと家財搬出の作業を午前午後共に行ったが、完了にはまだまだほど遠い状態だった。

数チームが協力して、数日間にわたって同じ場所で活動することもあった。気仙沼市内の個人宅2ヶ所には、3日連続で都民ボランティアが入った。同じ班が続けて入ることで依頼主とのコミュニケーションも円滑になり、作業のペースも質もあがった。

小雨が降る天候の中、東松島市新東名にあるデイ・サービスの泥出しと清掃作業。午後には天候が悪化し、活動が中止となった。



4期 4月23日(土)～4月29日(金)

利府拠点／一関拠点 計102名

4期の活動も引き続き、泥出し、ガレキ撤去、片付けなどがメインだったが、炊出しも行われた。津谷川小学校での炊き出しのメニューはクラムチャウダー、ほうれん草の磯部和え、サラダと2色ごはん（にんじんご飯と白飯）。新鮮な野菜を新鮮なうちに。また、同じようなメニューが続かないよう配慮しようと、その日からメニュー日誌を付け始めた。



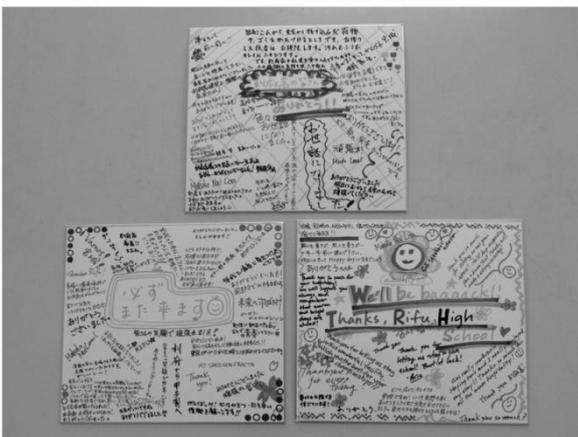
4期を最後に、利府拠点は黒川拠点へ移動。そのため、物資の移動や、拠点の念入りの清掃が行われた。

利府高校の皆さんへ感謝の寄せ書きを贈る。



最終日は、チームごとに神山地区の個人宅を回って、作業した。ヘドロに割れたガラスが多く混ざっている、飛び出た釘で作業着を切ってしまった・ゴーグルをしていなかった為、ヘドロが目に入りそうになった様々な危険を伴う作業でしたが、活動最終日ということもあり、活動報告書には「チーム全員で、今後も支援活動を続けていこうと決めた」「まだまだ人手が必要」といった言葉が上がりました。

この頃の各災害VCは、ボランティアの数に対して二重発掘が間に合わない、150～200人のボランティアを受付2名で対応した、受付が済んだのに作業が回ってこなかった、作業終了後の報告に行ったがたらいまわしになった等のことも起こっていた。GWに向けて、各災害VCで団体・個人向けニーズの把握や調整に奔走している様子だった。





5期 4月29日(金)～5月5日(木)

一関拠点／黒川拠点／東松島拠点 計200名

5期の活動期間がGWと重なっており、被災地のボランティア活動もこのとき最初のピークを迎えた。

本事業でも、一関・黒川での通常のプログラムの他、東松島GW特別プログラムも企画され、たくさんの方々が参加された。東松島拠点チームは旅館を拠点とし、東松島～気仙沼まで広範囲での活動を行った。

全体的にボランティアが多い時期であったため、気仙沼南郷地区での、教室での泥撤去や、公園などの広い場所の片付けなど、公共の場所の清掃活動のように多人数でする作業が多かった。また、気仙沼を中心に積極的なニーズ掘り起こしを行ったのもこの時期の特徴。

気仙沼大島へフェリーで活動に行き始めたのも、5期からだった。

また、この期から黒川拠点、黒川高校にお世話になった。

GW中、救援物資の運送に加え、多くのボランティアが活動していたため、石巻VCから活動先へ向かう石巻街道の混雑が激しく、到着するまでに大分時間を要し、結果的に作業時間がみじかくなってしまふことが多かった。

ある現場は、かなり大きなガレキも残されており、足場も悪く、漂着した廃材から飛び出る釘や散乱するガラス片に注意を払いながらの活動となった。力仕事だけでなく、依頼主の方の被災当時の様子のお話に耳を傾けながらの作業であった。

多くのボランティアが活動していたが、この当時ニーズに対してボランティアの数が足りておらず、まだまだボランティアの存在を知らない人も多いようだった。

6期 5月5日(木)～5月11日(水)

一関拠点／黒川拠点 計127名



黒川拠点より、石巻市の牡鹿半島に都民ボランティアとしては初めて活動に入った。市の中心部から大分離れた所にあり、ようやく2～3日前にボランティアが入り始めた時期だった。現場に向かう道路は未だ修繕、修復されていない箇所が多くあった。作業内容は側溝の泥かきや漁具の収集、整理などで、浜辺に散乱する廃材の釘には十分な注意を要した。側溝の蓋は重量がかなりあるため、持ち上げる時に腰を痛めないように、戻すときには指を挟まないように、とこちらも気を抜けない作業だった。

近くで作業していたショベルカーが電線を引っ掛け、二階建て民家の瓦が落下、危うくメンバーを直撃するところだった、というかなりひやりとさせられる場面もあった。



5日目、東松島市では写真を洗い、整理する作業があった。印画紙に焼き付けられたものや、プリントアウトされたものなど種類はさまざま。泥を落とすだけで紙が破れてしまったり、インクが流れ落ちてしまったり、はがすのが困難だったり、と、体力の消耗はそれほどではないが、かなり神経を使う作業だった。依頼された方は、ボランティアの方々にお世話になった、ボランティアの方々のおかげで…、と何度もおっしゃっておられた。

石巻市では、都民ボランティアの作業を見た近所の方から、自分も頼もうかなという言葉がきかれた。



この頃、床上の泥撤去が進み、床下の泥を撤去するニーズも多くなっていた。床板をはずして行う作業で、ケガに注意しつつ行った。



7期 5月11日(水)～5月17日(火)

一関拠点／黒川拠点 計116名

中学校での炊き出しの様子。200人分の食事を用意するので、調味料の分量なども加減が難しい。

7期から足湯の提供を始めた。場所は、避難所として使われている陸前高田市立第一中学校で実施した。午前中は足湯の経験豊富な方からやり方や注意点の説明を受け、実際にボランティア参加者同士で一度練習を行う。実際に練習をしてみたところ、用意していた資材の種類や数が大幅に足りなかったことがわかった。午後1時から足湯開始。出足は鈍かったものの徐々に人が集まり初め、雰囲気よく終わることができた。8才の女の子から、80才過ぎのおばあさんまで様々な方に足湯を楽しんで頂けたと思う。

一関市にあるスポーツ施設のグラウンドに、国連世界食糧計画（WFP）の救援物資の物流拠点として大型テントの設営を行った。本来はテントの設営だけだったが、時間に余裕があったため、側溝掘りと現在体育館に保管してある物資の移動も行い、一関市の職員の方々は大変喜ばれていた。

この日は日差しが厳しく気温も上がり、連日の活動の疲れが溜まったこともあってか体調を崩す参加者もいた。

石巻市大門町にある個人宅では、「大きな物を運んで」ということだったので、畳を全て運んでしまったところ、2階の階段の封鎖に使うものだったので再び戻したということがあった。畳はバリアードに使われることが多いそうで、配慮が必要だったと気づかされました。災害ボランティアでは、依頼された方とコミュニケーションをできるだけ取り、被災者の目線とニーズに合わせて活動をしていくことが特に求めていると再認識した。

黒川拠点は7期までとなった。



8期 5月17日(火)～5月23日(月)

一関拠点/大島拠点 計83名

7期まで、大島へ日帰りでフェリーで渡り活動していたが、8期からは大島拠点ができることとなった。

気仙沼市大島の拠点としてお世話になったのは旅館「椿荘花月」。椿荘花月は、大島の長崎という太平洋側の少し小高い位置にある。近くに田中浜や小田の浜があり、とても綺麗なところだ。

椿荘を切り盛りしている村上さんもとてもよい方で、ボランティアの皆さんに色々と気を配ってくださったほか、震災当日やその後の被害状況など、每期お話をしてくださった。



大島初日の活動は、全てのチームが外浜という島の北端に当たる外浜での活動だった。大島では、魚をさされている方が多く、網やロープ、浮き、かごなどが津波によって至る所に散らばってしまっていた。そうした漁具の整理を一輪車を使って運搬した。とても暑かったので、休憩をこまめにとって活動した。活動の際に、クギを踏み抜いたり、突風で砂が目に入ったり、脱水気味になったりと、安全衛生に気をつけなければいけないことが何回かあった。



陸前高田の避難所での足湯の様子。

15分の足湯の間や順番を待っている間など、被災された方々のお話を聞く機会も多かった。



避難所となった津谷川小学校での炊き出しの様子。

だんだん気温が上がり、食材が傷みやすくなってきていた。

沢山の野菜を順序良く使うことや、味付けの濃い保存食などを工夫することで、おいしく食べてもらえることを目指して調理を行った。



9期 5月23日(月)～5月29日(日)

一関拠点/大島拠点 計81名

大島外畑地区での活動の様子。

畑にある漂着物・ガレキなどの片付け。ボランティアによる個人宅での作業が今までなかなか入れなかったということで、ニーズは多く、毎日畑や庭のガレキ撤去となった。



陸前高田での個人宅のガレキ撤去の作業で、沢山の瓦の片付けがあった。まだ使えるものとそうでないものの仕分け作業をした。

中にはガラスの破片が多かったので気をつけた。続けるうちに瓦の片づけに各自が没頭して、だんだん瓦を投げ出したりする場面もあった。各自が「気を付けよう」と声をかけるべきだったと反省した。



別の依頼者さんのお宅では、休憩中にお茶をいただき、その時に津波が来た時の話などをした。

また、ボランティアの存在を知らなかったり、頼み方がわからなかったなどの話をお聞きし、現地の方への周知がもっと必要だと思った。

片付けなどのニーズで聞いていた作業の他に、苗（ナス、サニーレタスなど）の植え付けのお手伝いも行い、依頼主の奥様と良好なコミュニケーションをとることができ、ネギのお土産をいただいた。

ボランティアは瓦礫の撤去という作業の役割だけではないと思った。



避難所での足湯の様子。

年配の方々から小さい子供まで、多くの方がいらっしやった。足湯は笑顔が多く見られる場だ。

避難所となっている小泉中学校での炊き出しの様子。

この日は85人分の食事を用意。オムレツやポトフ、竜田揚げなど。

炊出し担当ができたことで作業引き継ぎがスムーズになった。



10期 5月29日(日)～6月4日(土)

一関拠点/大島拠点 計81名

大島での材木の移動。周辺には多くの木材が散乱しており、人手による撤去作業はかなりの力仕事となった。

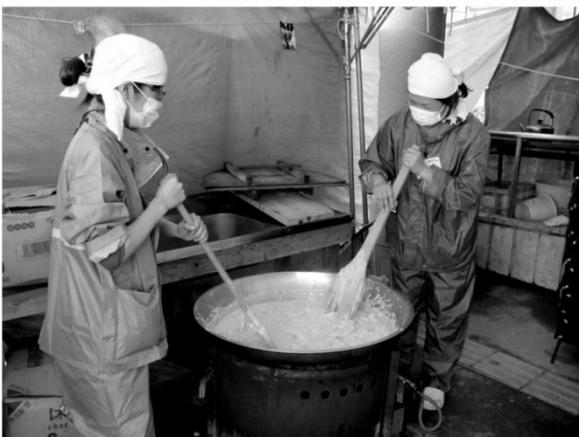


最終日、全4チームで磯草の個人宅でガレキの分別と撤去作業を行った。まだまだ大島には個人宅で20人で作業を行っても、3日～5日かかるニーズが多く、この日も全戦力で頑張ったものの達成具合は微々たるもの、まだまだ時間がかかるという感想であった。しかし、「大島の皆さんは、笑顔で、私達都ボラのことを気遣って下さり、とても親切に、かつ優しく接していただきました。もっと作業効率が上がれば、もっと進んだかもしれないが、いつも最後は笑顔でお礼を言っていました。（参加者アンケートより）」と、大島の住民の皆さんに感謝の声をいただけていることが、活動の励みになった。



一関拠点、最終日の陸前高田 広田町の大野海岸のガレキ撤去作業の様子。

浜に打ち上げられた大きな流木から、堤防の岩の間に入った漂着物まで清掃した。



気仙沼地区小泉中学校での炊き出しの様子。

大鍋で沢山のスープを調理。

80人前の旨煮、さつまいもの甘味煮、ほうれん草のお浸し、おみそ汁をつくり、津谷川小学校でも60人前のぎょうざ、玉子スープ、酢の物等をつくる。

その日現場へ行ってみないと食材や依頼者の希望が分からず、臨機応変な対応が求められる炊き出し作業だが、炊き出し担当の2人を中心に、調理が得意な人も苦手な人も衛生面に気を配りながら、調理した。



11期 6月4日(土)～6月10日(金)

一関拠点/大島拠点 計80名

一関拠点としてお世話になった、室根ひこばえの森交流センターでは、植樹祭の補助として、車場整備(案内)、植樹祭の手伝い、販売の補助等を行った。植樹班は、苗木の受け渡し、植え方の説明、鍬の貸出し・返却を行ったが、木の名前を聞かれ、わからずに困る場面もあった。

お祭りということもあり、皆明るく、地元の方が大勢声をかけてくださったり、スタッフの皆さんも親切で温かく受け入れて下さった。

地元の人たちの大事な行事のお手伝いができ、参加できてよかった。

陸前高田市の避難所での足湯の様子。
親子でいらっしゃる方も多かった。

小泉中学での炊き出しの様子。

大島での住宅の片付けの様子。

まだまだ震災からほとんど片付けが進んでいない場所もあれば、片付け後に重機が入っている場所も出てきていた。重機作業の後は、またボランティアの手が必要になる場合もあった。

3日目の大島では、外畑地区にて畑・竹林にある瓦の分別と瓦礫撤去、運搬を行った。一関から日帰り派遣された2班と大島班1班の計3班15人で活動を行った。大島は瓦礫の分別が細かく指定されており、13種類に分別しながら瓦礫を撤去、運搬する必要があった。そのため、瓦の分別、運搬、畑は概ね終了させることができたものの、竹林内の瓦礫撤去は継続となった。この日は晴天だった上に、作業現場の周囲に日影がなかったため、体調管理に気を使った。作業の最後には依頼者の方が竹林で採ったタケノコを下さり、現地の方々の温かさに触れることができた。



12期 6月10日(金)～6月16日(木)

一関拠点/大島拠点 計65名

一関拠点の保健センターでのミーティングの様子。
この期では、長く使わせていただいたホールから、倉庫へ物資を移動する作業が行われた。



大島の中山地区での作業の様子。津波で流された船を運ぶために、みんなで船を担いで山道を登る。依頼主さんを含む男性陣総動員で、ロープと滑車を使って流された舟の引き上げを行った。急斜面で足場が悪く、とても危険な作業だったが、団長の指示のもと、みんなで協力して引き上げることができた。



津谷川小学校での炊出しの様子。
豊富な野菜を中心とした、煮物や炒め物を調理。
避難所にいらっしゃる人数がだんだん少なくなり、合わせて用意する食数も調整する。



炊き出しに参加して(参加者アンケートより)「古い野菜から先に使ってほしい、さっぱりした味にしてほしいなどのリクエストがあり、それに応えられるよう、みんなで相談して調理しました。上手くいった気がする。高い達成感!」「作ったメニューは高齢者には不評だったらしく、万人受けする献立をもっと考えればよかった。」「片付けを終え、帰る準備をしていると、小学生の女の子がやって来て、「お姉ちゃんもう少しここにいてよ。お兄ちゃんたちにまた夜、車で迎えにきてもらえばいいじゃん」と手をひっぱられました。帰り際には抱きついて、荷物を奪おうとしたり、行ってしまうのをどうにか引きとめようとする子どもなりのいたずらに、胸が締め付けられる思いでした。」

気仙沼の魚市場での作業の様子。
カツオの水揚げコンテナの清掃。
コンテナについた泥や重油を、タワシ・スポンジ・歯ブラシ・デッキブラシを使って丁寧に洗う。
魚市場の方々との共同作業で、スムーズに進んだ。



13期 6月16日(木)～6月22日(水)

一関拠点/大島拠点 計75名

気仙沼での側溝泥かきの様子。

側溝での作業は、泥よけの作業着に炎天下で行うことが多い。また、コンクリート蓋は重く、取扱に注意。熱中症や足・指のケガなどに注意しながら行う。こまめな休憩をとりながら作業をすることが必要。



陸前高田では、市立第一中学校で足湯が行われた。当日は、東日本大震災が発生してからちょうど100日目ということで、慰霊祭が行われており、避難所には思ったほど人がいなかったため、足湯に来てくださる方もそれほど多くはなかった。

陸前高田では、カキの養殖が盛ん。今回のボランティア依頼は、カキ養殖のために、筏(いかだ)を作る作業があった。筏は作ったことがないので、どうやるのか分からなかったが、地元の方が教えてくださり、なんとか作ることが出来た。しかし、「200個作りたい」という依頼に対して、実際に出来たのは2個。まだまだ、ボランティアの力は必要だ。

「2年後には必ず復興して、うまいカキを食わせてやるから、食べに来い。」と言ってくれました。



津谷川小学校での炊出しの様子。

この時は40人分の食事を用意。献立はチヂミとレタスの中華あんかけ、サラダ、餃子、ますのマリネ、味噌汁。



大島のみなさんと。

この日は、いつもお世話になっている島の方々に感謝を込めて、大島拠点であった椿荘前で花火会を催した。花火を見る島の方々の笑顔が心に残った。



14期 6月22日(水)～6月28日(火)

一関拠点/大島拠点 計71名

午前6:51岩手県沖でM6.7の地震が発生し、津波注意報が発令。活動初日ということで、陸前高田で活動予定だったチームは早めに宿舎を出発していて、津波注意報が発令された時、既に災害VCに到着していた。VCより今日のボランティア活動は全て中止と発表になったため、6チームは一旦宿舎へ戻り、気仙沼市の海からほど近い旅館で、泥をかぶった食器の洗浄作業に変更になった。水道がまだ復旧していない為、雨水での洗浄となり、水を無駄にしないよう皆で工夫して作業にあたった。スポンジをたくさん持参したつもりが足りなかった、一日中中腰での作業だったので腰を下せる物を持参すれば良かったという報告が上がった。洗浄を終え階上に集めた器を見ていると、四季折々の献立が目浮かぶようだった。

気仙沼市南郷2区にて側溝の泥かきの様子。

雨の降る中の作業で、根気が必要だった。

作業終了時には町内会長さんと「けっぱれ、南郷！」と全員で締めのエールを送った。「これで頑張れます」と言って頂いた。

陸前高田にて、地元の方々との交流会の様子。

日曜日の今日、陸前高田市立第一中学校避難所では毎週末恒例の足湯の提供があった。7期から始まった都民ボランティアによる足湯の提供も7回目を数えた。この日は、炊き出しやバルーンアート、クラフトワークショップなど様々なイベントが催されていた。

毎回足湯を受けに来てくれるおばあさんの姿もあり、スケッチブックを両手で大事そうに抱え、宝物だとおっしゃっていた。避難所を訪れた有名人のサインを集めたものなのですが、そこにはこれまでに訪れた都民ボランティア足湯隊からのメッセージも書かれている。



15期 6月28日(火)～7月4日(月)

一関拠点/大島拠点 計71名

港での活動。作業の合間の休憩時に地元の方とお話。陸前高田市小友町の漁港で、2チームがカキ養殖用の筏づくりを行った。この地の名産であるカキの養殖業も津波で設備が流されてしまった模様。最初は慣れない作業に戸惑いがちだったメンバーも次第に要領を得て、その日の予定分を完成することができた。活動先のご家族は皆様気さくな方ばかりで、養殖を再スタートさせるという前向きで強い意気込みを感じた。緑のビブスを着ていると地元の方に挨拶され、私たちの活動が地域に浸透していることを感じた。

陸前高田の林地での整備作業の様子。

津波で山裾に漂着した沢山のガレキを一つ一つ片付ける根気と体力のいる作業。

活動3日目、気仙沼では田んぼの瓦礫撤去を行った。前日に雨が降って地面がぬかるんでいる事や落ちていた釘等、作業するにはいくつか困難があった。鉄板の中敷を二重にしたり軍手の上にゴム手袋を装備したり安全対策を行った。終了後、現地の方から「わざわざ遠くから来て下さり、ありがとうございます。」と言って頂いた言葉が疲れた身体に染みわたって元気が出た。

大島でのガレキ撤去作業の様子。

大きな木材はハンマーなどで壊しながら作業をする。

陸前高田にて、側溝泥かき作業を行った。泥とともに水がたまっており、作業が難しい。地元の方に、「以前は自衛隊が来てくれて安心してたし、今はボランティアの人が来てくれるので安心する」と仰っていた。



16期 7月4日(月)～7月10日(日)

一関拠点/大島拠点 計74名

気仙沼において、流されてしまった家の周囲の片付け。

陸前高田で筏作りと、筏に釣りさげて餌を取り付けるためのロープ作りを行った。この日は日差しが強く暑かったため、休憩を細めに、水分を十分取るように心がけた。

一緒に作業された依頼主さんからは、「楽しく活動出来て良かった。」と言って頂いた。産業復興への支援も大事なボランティア活動の一つです。今後150隻の筏を作りたいとおっしゃっていた。毎回、同じ作業手順を初めから説明する必要があることと、どの作業にもコツがあることもあり、できれば同じ人やグループが引き継いで活動出来るのが望ましいかもしれない。海外からのボランティアと一緒に活動したチームからは、言葉が通じず円滑にコミュニケーションが図れなかったという報告もあった。



昼食時、一緒に作業した方々との交流を深めた。

大島の要害地区では、わずかな支えでかろうじて立っているブロック塀の上に乗ってハンマーで解体作業を行った。これ以上は人の手で解体するのは危険だと判断し、途中で作業をストップすることになった。分解した塀や瓦は重かったものの、ネコ車など運搬する手段がなかったため、約50m先の集積場まで手で持って運んだ。

活動中、現地の方より、「レストランの経営を再スタートしようと包丁の支援を依頼したところ、錆びて、とても使い物にならない包丁が送られてきてがっかりしてしまった」という話を聞いた。

前回活動時、お世話になった地元の方と偶然お会いし、とても嬉しかったという報告もあった。ボランティアはニーズが終了したらおしまいではなく、引き続き地元の方とコミュニケーションを取ることで出来る関係を築けるとよいと思わせるエピソードだった。





17期 7月10日(日)～7月15日(金)

一関拠点／大島拠点 計73名

17期は、都民ボランティア最後の派遣事業となった。気仙沼市、大島、陸前高田市、一関市にて活動を行った。

大島拠点にて、つばき荘の若だんなから、震災当時とその後の復興への取組のお話を聞く都ボラメンバー。

大島の地図を見ながら、被災者の心情、被害の状況などを把握していく大切な時間だった。每期、活動を始める際に行われた。



大島の要害地区でのガレキ片付け作業の様子と、大島田中浜付近でのガレキ撤去、運搬作業の様子。

最終日、一関拠点の保健センターを出発するとき、多くの地元の方やボランティアの仲間に見送っていただいた。



東京都にて参加者集合写真。

1期から17期にわたり、1週間ごとに支援活動を引き継いだ都民ボランティア。

参加者のそれぞれの思いと被災された方々の思いがつながり、続けることのできた活動であった。



09 都民ボランティア事業の これまでと今後に向けて

都民ボランティア事業のこれまでと今後に向けて

被災地に延べ1,535人（活動延べ人数約7,400人）のボランティアを送り込んできた都民ボランティア事業のボランティア派遣も7月15日にその幕を閉じることとなった。ボランティア活動という特性上、我々スタッフは、出来るだけ参加者が主体性を持ちながら、また、次への活動につながって欲しいとの想いで運営を行ってきた。その結果は、この事業の終了後に問われることになるだろう。

都民ボランティアの派遣は試行錯誤の連続だったと言っても良い。ボランティアを単なるマンパワーとして被災地に送り込むのではなく、一人ひとりのボランティアと被災者の関わりを通じて、被災地に必要なことは何かを常に考えながら、活動を展開してきた。

一関への活動の展開、コーディネーター派遣、足湯ボランティア...、いずれも中途半端に終わってしまい、逆に、被災地に迷惑をかけてしまったのではないかとの想いもないわけではない。しかし、その中で、ボランティアが被災者からもらった数々のコトバ、そして、つながり。これらは、今後、必ず、彼らの活動の原動力となるだろう。

現地にいるコーディネーターからは、都民ボランティアとして活動した多くのボランティアが、仲の良いグループを作って活動に参加していると聞いている。また、それぞれの地元でできる活動を展開している。都民ボランティアに参加したことで、「石巻」「陸前高田」「気仙沼大島」など活動した地域が好きになったという参加者が多い。こうしたつながりのきっかけを都民ボランティア事業が担えたのであれば、言うことはない。

さらに、未来の都民ボランティアの産声があがり始めている。参加した期を超えて、ボランティアを継続的に被災地に派遣できる団体を作ろう、という動きが出てきているのだ。

都民ボランティア事業は一定の役割を終えた。今後は、コーディネーター派遣の継続など、また違った形での取り組みを始める。また、活動に使える物資は、今後、資器材が必要になる現地の災害VCに寄付を行った。

まだまだ支援を必要とするニーズは多い。一人ひとりの被災者と細く長くつながる関わりが求められている。都民ボランティア事業は、被災された方々、現地のボランティア関係者など多くの人の支えがあって出来た。彼らなしには到底なしえなかった事業である。そうであるならば、「忘れられることが一番つらい」こう話しかける被災者に対して、私たちは被災者に関わった者としての責任を持って、声を聞き続け、発信し続ける必要があるのではないか。

都民ボランティアは被災者を、被災地を、忘れない。

10 災害ボランティア活動の手引き

個人での活動のために

この手引きは、東京ボランティア・市民活動センターが東京都と連携しておこなった『東日本大震災被災地支援都民ボランティア事業』での事前ガイダンスや活動記録をもとに作成しました。

被災地でボランティアは何ができるのか？どのような行動をとればよいのか？どんなことに気を付ければよいのか？これから被災地でボランティアを考えている方のヒントになればと思います。

ボランティアの心構え（マインドセット）

その1 復興の主役は被災を受けた方々、ボランティアはサポーター

現地の方の目線に立ち、活動しましょう。自分が何をしたいかではなく、現地では何を求められているのか、という視点で考えることが非常に重要です。作業においても効率優先ではなく、依頼主の方の話に耳を傾け丁寧に作業を進めることが大切です。また、現地の状況やボランティアニーズに臨機応変に対応していきましょう。

その2 受け入れてもらっていることに感謝しよう

まだまだ、不自由な生活を強いられている方が大勢いる被災地。そんな中、ボランティアを受け入れてくださる。そのことに感謝し、できるだけ被災地に迷惑をかけないように、責任を持った行動をとりましょう。

その3 「そこに、いること」に意味がある コ・プレゼンス (Co Presence)

コ・プレゼンス (Co Presence) とは、「同じ場所にいること」と訳されます。「私たちのことなんて誰も気にかけてくれないのではないか…」と気持ちが沈みがちな被災者に対して、片付け等の復興作業が思うように進まなくても、被災地に足を運び、被災者一人ひとりに寄り添いながら同じ時間と空間を共にすることが、被災者が復興に向かって前に進む原動力となる場合が多くあります。

せっかく現地に行ったのに、何も活動がない…という日もあるかもしれません。しかし、あなたが被災地を思い現地に来ているということが、被災地の方にとっては大きな励ましとなっています。

その4 「被災者」という名前の人、「被災地」という名前の土地はない

一人ひとりの方に様々な背景があります。また、被災した土地も現地の方にとっては、「大切な町」、「わが故郷」です。

その5 無理は禁物！

体調を整え、活動中もケガの無いように十分気を付けましょう。ケガをしないのは、自分のためではありますが、依頼した方のためでもあります。手伝いに来てくれたボランティアがケガをして帰っていくのは、依頼主の方にとってもとてもつらいことです。

その6 チームワークを大切に

様々な方がボランティアとして現地におもむいています。コミュニケーションを密にとりながら作業を進め、お互い気持ちよく活動できるよう心掛けたいです。また、経験や思いを周りの人と分かち合うことでいろいろな気づきや発見があると思います。

活動スケジュール例

時間	内容
6:30	朝食
7:00	打合せ（当日のスケジュール確認）
7:30	宿泊拠点出発
8:00	★(災害)ボランティアセンター到着 (現地集合の可能性もあり)
	活動現場へ移動
9:00～12:00	午前の活動
12:00～13:00	お昼休憩
13:00～15:00	午後の活動
	(災害)ボランティアセンターへ戻る (現地解散の可能性もあり)
	(活動報告作成)
16:00	(災害)ボランティアセンター出発
18:00	夕食、入浴
20:00	ミーティング（活動報告等）

★(災害)ボランティアセンター（(災害)VC）

ボランティアの活動は、現地の(災害)ボランティアセンターがコーディネートを行っています。センターによって、ボランティア受け入れ状況やコーディネート方法は異なります。特に個人でボランティア活動しようとお考えの方は、事前に活動地域のセンターにご確認ください。

また、現地での活動前は、注意点、休憩、トイレ等、気になることがあったらコーディネーターに確認しましょう。

活動時の服装例（屋外作業時）



活動上の注意

健康管理について

慣れない土地での慣れない作業は、想像以上に疲れます。しっかり睡眠、栄養をとり活動しましょう。体調がすぐれない時は、無理せず休息を。大切なのは、体調管理と予防です。

◆熱中症

症状は、めまい・けいれん・吐き気・意識障害・頭痛などです。しかし、はっきりした自覚症状を感じず、「ちょっと調子が悪い」といった程度の状態を放置して症状が深刻になるケースもあります。

対策 → なるべく通気性の良い服装で作業しましょう。こまめに休憩をとり、水分・塩分を補給するよう心掛けましょう。（屋内や日陰での作業でも起こります。）

◆ 破傷風

破傷風菌がつくる毒素により、激しい筋肉のけいれんが起こる病気です。さびたり汚れたりしている物体によって受けた切り傷や、釘を踏んでしまったために受けた深い刺し傷などが原因になります。

対策 → ケガをしないように長袖・手袋（軍手をした上にゴム手袋）・長靴（釘の踏み抜き防止の金属製中敷きも）の装着。
ケガをしたらきれいな水で傷を洗い、消毒、速やかに受診しましょう。

事前に、予防接種を打っておくことも非常に有効です。



◆ 粉じん

廃棄物や有機物、微生物が含まれるヘドロが乾くと細かい粒子となって風などで飛び散り、傷口などから粉じんが媒介した菌が入り破傷風や肺炎を引き起こしたり、気管支を痛めたりすることがあります。

対策 → 作業時は、防塵マスク、ゴム手袋を着用しましょう。
出来る限りシャワーや入浴をして体を清潔に保つことも大切です。

◆ 虫刺され

症状は虫の種類によって異なりますが、刺されたヒトの体質等によっても様々な反応があります。子どもより大人の方が症状は軽くなる傾向にありますが、逆に刺された回数が増える事でアレルギー反応を起こし症状が悪化する場合があります。

対策 → 虫よけスプレーや虫よけシートが効果的です。また、長袖、長ズボンを着用し肌を露出を避けましょう。蜂や蚊に狙われやすいとされる黒い服はできるだけ避け、白っぽい服装にするなどの対策があります。
虫に刺されたら、まずその部分を洗い流して清潔に。あればガムテープなどで、刺さった針や毒毛を抜きます。不用意に擦ると症状を悪化させてしまうので、慌てずそっと取り除きましょう。

◆ その他

- ・ 目に泥や砂埃が入った際は、目の洗浄や点眼などを行ってください。
- ・ うがい、手洗いを徹底してください。

万が一、ケガをしてしまった際はVCに必ず連絡しましょう！

活動について

◆ まずは段取り！

- ・ 活動場所到着後、作業開始前に現場の状況や万一の場合の避難経路を確認。
- ・ 作業上注意するところ、作業方法の確認。
- ・ 危険物がないか（大きな木材、ガラス、釘など）をチェック。
- ・ チームで作業する際は、連絡、声掛けといった作業時の対応をみんなで共有しましょう。

→ 依頼された仕事でも身の危険を感じるようであれば、VCに連絡して指示を仰いでください。
どうしても不安がぬぐいきれない場合は、丁寧に断わり、他にできる作業がないかを確認してください。

◆ 作業中

- ・ 危ない時はすぐに連絡・声掛けをしましょう。
- ・ 天候の悪化など何か困ったことがあったら、現地VCへ相談、確認を。
 - ・ 活動中にアルバムなどの個人的な物を拾った場合、VCによって対応が違うので確認してください。

→ 作業が完了しなかった場合は報告に記入し、ボランティアが継続して派遣されるよう配慮しましょう。

性別や年齢に配慮した協力体制で気持ち良く作業を

肉体労働が中心の作業の場合は、体力のある男性中心の考え方で進行しがちに…。特に、女性や高齢の参加者に対しては、気力・体力への配慮を忘れずに、意見を出しやすい環境をつくりましょう。

また、タイムキーパーをもうけたり、作業分担をするなどの工夫をするとスムーズに活動を行えます。

緊急時の対応法

(1) 地震が発生した時

◆活動中

- ①活動場所到着時に、地震や津波が起きた際の避難経路・高い場所を確認。
- ②揺れの最中・直後、身の安全を守ります。（屋外退避、建物から離れるなど、冷静に行動を）
- ③強い地震の場合、即時作業を中断。津波の危険などに備え避難。
- ④比較的小さな地震の際は、作業継続かどうかの指示を現地 VC に確認。

作業継続の場合：引き続き余震など安全に注意し継続。

作業中止の場合：現地 VC に確認の上、現地 VC へ戻ります。

◆宿泊地滞在中

- ①初日に避難経路を確認しておきます。
- ②揺れの最中・直後に身の安全を守ります。
- ③大きな揺れの場合は、施設外の安全な場所へ避難、点呼。
- ④ラジオ等で情報収集。揺れが収まったら、様子を見て施設内へ戻るかどうか判断し行動。
- ⑤施設内点検。避難経路確保、危険個所がないか等を調べ余震に備えてください。

(2) 傷病が発生した時

◆失命の危険がある時

大量の出血や意識を失う、胸や頭に激しい痛みがあるなどの場合。

- ①意識、呼吸、脈拍の有無などを確認。救急車の手配をします。
- ②同時に、止血、人工呼吸、心臓マッサージなどの応急手当を行ってください。
- ③すぐに、現地 VC に連絡を入れて下さい。（救急スタッフがいる場合もあります）
- ④ボランティア派遣の主催者がいる場合は連絡をします。

◆失命の危険がない時

軽いけがや風邪など生命の危険がないと思われる場合でも、まず現地 VC に報告すること。その後、受診するなどの対処をしてください。

情報発信のマナー

災害ボランティア活動に関する情報発信は、発信をすることで、より被災者支援に役立つことを目的として行いましょう。情報は、発信する側が意図したことと違う形で伝わってしまうことがあるので注意が必要です。情報発信する場合は、以下の点に気をつけてください。

- ・自分が直接確かめられる（確かめた）情報のみ発信する。
- ・感じたことなのか、事実なのかを区別して書く。
- ・活動において知り得た被災者、参加者、関係者に関する個人情報は一切出さない。
- ・活動地域の名前は市町村レベルまでとする。

ボランティア保険

被災地でのボランティア活動では、思わぬケガをしてしまったたり、第三者にケガを負わせてしまったという報告が上がっています。ボランティア保険には、様々なプランがありますが、被災地での活動をお考えの方は、熱中症や地震、津波によるケガや感染症も補償の対象になっている、「天災プラン」に加入しておきましょう。

ボランティア保険への加入手続きは、全国の社会福祉協議会で行うことができます。

災害ボランティアから帰ったら

被災地という、「非日常」から「日常」の生活へと戻ります。初めての土地、慣れない作業、初めて出会った人との共同生活等々で少なからず疲れを感じているかもしれません。ゆっくりと休息をとり、心と身体を整えましょう。

◆惨事ストレス

大きな災害にあい、またはその場で活動することで、からだや気持ちに様々な変化（ストレス反応）が起こることがあります。これらの反応は、直接災害に関わったときだけでなく、被災された方から間接的にさまざまな災害体験を聞くことによっても生じることがあります。

あらわれ方や強さは人によって異なりますが、誰にでも起こります。この変化は、傷ついた体や心が回復しようとするときに起こるもので、異常な状況の中で起こる「正常な反応」です。これは「惨事ストレス」と呼ばれるストレス反応の一部です。

普通、これらの反応は、時間とともに消えていきますが、時にその状態が長く続き、ふだんの生活や仕事・学業に支障をきたす場合には、カウンセリングや治療の助けをかりて改善できることがあります。

・現われやすい反応

※以下のような反応が出て、それはあなたが「弱い」からではありません。
災害に何らかの立場で触れた人には誰にでも起こる反応なのです。

- ・興奮状態が続く
- ・体験を思い出す(フラッシュバック)
- ・思い出すことを避けようとする
- ・身体の不調(不眠、めまい、疲れやすい等)
- ・周囲との摩擦(ふだんなら感じないような不満や怒り、人間不信等)
- ・話せなくなる

・惨事ストレス軽減に効果があること

- 1) ゆっくり休養をとる
- 2) 親しい方と一緒に過ごす
- 3) 一緒に活動した仲間と話をし、励ましたり、支え合ったりする
- 4) 徐々に辛さを感じてきたら、カウンセラーに相談するほか、地域の保健センターなども活用しましょう。

(出典：岡野谷純、松井豊 監修「災害ボランティアの惨事ストレス プチガイド」
http://www.human.tsukuba.ac.jp/~ymatsui/disaster_manual5.html)

◆「ここ」でできること

現地での活動だけが被災地支援ではありません。支援にはいろいろなかたちがあります。災害ボランティア参加者が、現地の方に「東京にいてもできることはなんですか？」と尋ねたところ、「このことを忘れないで、そしてずっと伝えてもらいたい」とおっしゃっていたそうです。復興にはまだまだ時間がかかります。長い道りを共に歩いていきましょう。

団体としての活動のために

都民ボランティア事業は、団体として大人数を被災地に送ることで支援活動を行うプログラムであった。「できるだけ被災地に負担をかけない」ことに主眼に置き、

- ① 事前ガイダンスの徹底
- ② ボランティアのグループ化
- ③ 移動手段の確保
- ④ 災害ボランティアセンターの運営支援（コーディネーター派遣）

といった体制を整え、ボランティア派遣を行うことで、現地のボランティア受け入れ機関と被災された方の負担とならない様に配慮したものである。

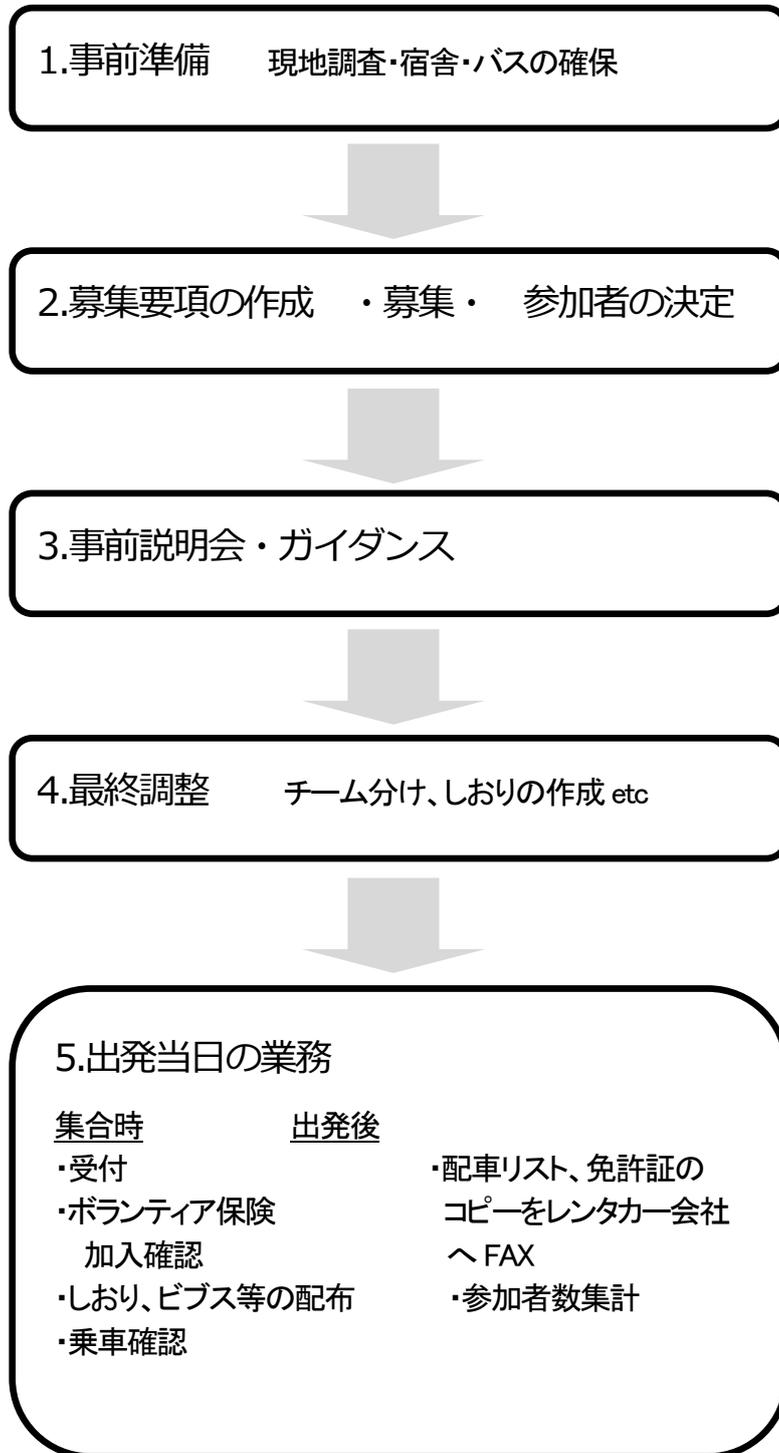
被災地でボランティア活動を行うために、自分たちでバスツアーを企画・実施する場合の参考となる手引きとして、以下に概要をまとめる。

事業理念

プログラムを実施するにあたり、ボランティア参加者の自主的な取り組み、心構えを大切にする目的で、以下の3つのことを事業理念として定めた。

- (1) 私たちは被災者の目線に立ち、被災者の立場に立って行動します
- (2) 私たちは自律的な、自己責任にあふれた大人として行動します
- (3) 私たちは仲間と協力しあい、また、分かち合いを大切にします

I 災害ボランティア派遣までの流れ（ボラバスの仕組み）



・円滑に事業を行うため、まず事務局の体制を整える。事務局では、バス・レンタカー・宿舎等の手配、情報収集・発信、問い合わせ対応等を行う。

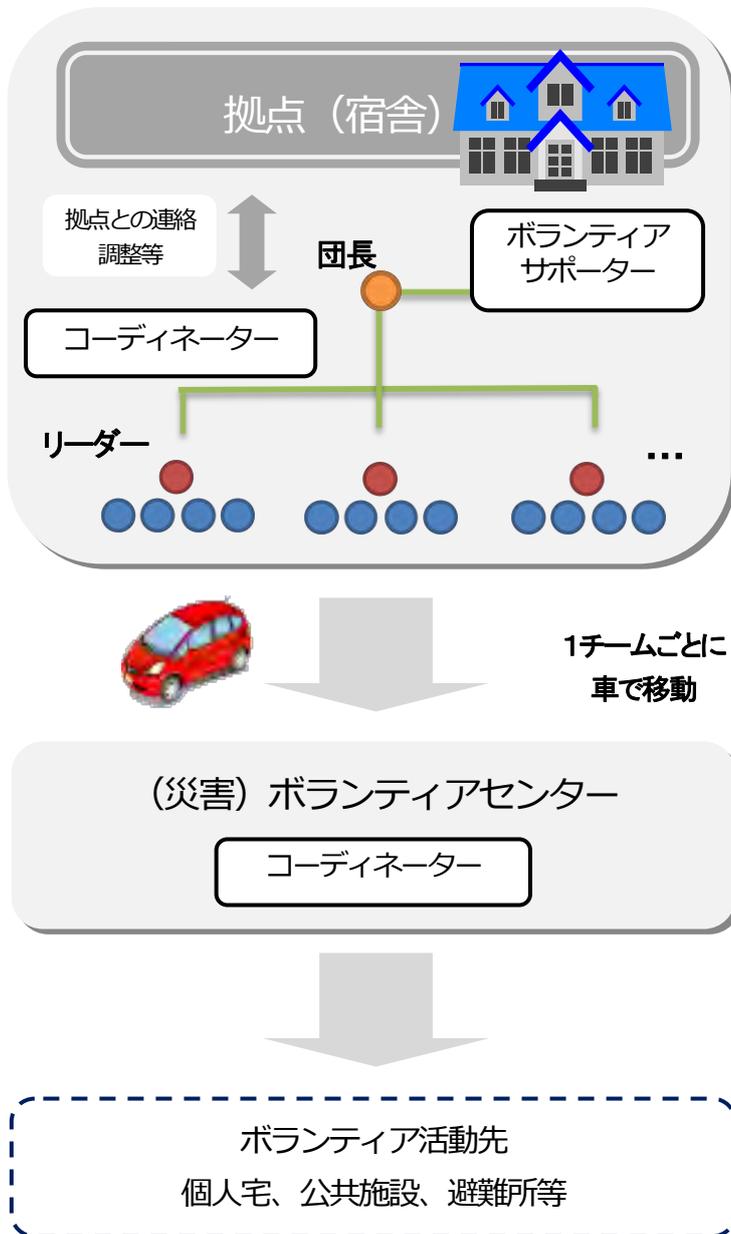
※現地へコーディネーターを派遣し、東京の事務局との連絡・調整を行うと活動を円滑に行うことができる。

・決定事項、変更事項の連絡はメールで統一した。

・現地へ参加者リスト等を送付し、現地での受け入れ態勢を整える。

・バスには、ボランティア・サポーター(スタッフ)が乗車。車内では、レクレーションや団長、各チームのリーダー決め等を行うと参加者の雰囲気作りにもつながり、現地での活動をスムーズに行うことができる。

II 現地での活動



- ・ 宿舎では、その日の活動終了後、適宜リーダー・ミーティングなどを行う。ミーティングは、情報共有の場になり、よりよい活動へつなげていくことができる。

- ・ (災害)ボランティアセンター、活動先には、チームごとにレンタカーで移動する。
- ・ (災害)ボランティアセンター付きのコーディネーターは、活動先の連絡・調整を行う。

- ・ 活動終了後には、活動報告を作成・提出してもらおう。

活動終了後

- ・ アンケートメール送付、改修、集計
- ・ 活動報告書のデータ化（経験の蓄積と情報の共有）
- ・ 情報発信 等

- ・ アンケート等参加者とのやりとりは、メーリングリスト等で行うと、データ化をスムーズに行うことができる。

I 災害ボランティア派遣までの流れ(ボラバスの仕組み)

1 事前準備～現地調査・宿舎・バスの確保～

(1) 現地調査

都民ボランティア事業の場合、震災後の3月下旬、東京都およびTVACの職員が先遣隊として都民ボランティア派遣へ向けて現地視察と活動拠点の確保に動き出した。まず、拠点が決定し、その上で拠点からアクセス出来る範囲でボランティア活動を行える災害ボランティアセンター（以下、VC）を宮城県社会福祉協議会に相談した結果、石巻市と東松島市の災害VCで活動することに決定した。

1期(4月5日)から利府拠点でボランティア活動をスタートさせたが、当初の予定の上記2カ所に加え、要請を受けて、その後気仙沼市災害VCでの活動に取り組みだしたことから、後に岩手県一関市と気仙沼市大島にも拠点を置くことになり、1週間毎の単位で約3か月間派遣を実施した。

(2) バス

東京から現地までの往復のバスや活動に使用するレンタカー、宿舎、物資の手配も行った。バスは60名程度の場合2台、90名程度の場合3台を手配した。利府拠点は次の参加者が向かったバスで前の参加者が帰るという流れだったが、一関拠点は、距離が更に遠く、バスの到着時間によっては帰宅が困難になる参加者も出てくるのが予想されたため、別に手配したバスに乗って帰京した。

2 募集要項の作成～応募

拠点の確保や現地調査と並行して、募集要項案の作成を行い、宿舎が正式に決定した時点で最終的な募集人数や物資の調整に入った。募集はホームページから行った。

(1) 募集要項記載事項

- ① 応募条件
- ② 参加費用
- ③ 期日
- ④ 募集人員
- ⑤ 活動場所・内容
- ⑥ 活動の日程
- ⑦ 宿泊場所について
- ⑧ 持ち物・装備について
- ⑨ 説明会・ガイダンスの実施日

補足

- ・ ①について、年齢制限は18歳以上であること以外は明記しなかったが、想定を伝えることが必要。
- ・ ②について、このプログラムの参加費用は特に設けず、ボランティア保険料（天災Cプラン加入1400円）とその他現地での生活費が必要と記載した。
- ・ ⑦について、本事業は震災直後にスタートしたため、現地の滞在拠点へ迷惑が掛からないよう、具体的な名称の掲載は避けた。⑧に関しては、主催者側で用意しているものと各自持参する必要があるものをそれぞれ明記した。

振り返り

- ・ 募集はTVACおよび東京都のホームページ、Twitter、テレビ・新聞等各種マスメディアで周知を行った。応募データをまとめやすくするため、応募はホームページからのみ受け付けた。
- ・ 幅広い方からの応募を受け付けるためにホームページ以外の方法で受け付けることも検討出来る。
- ・ 応募条件は、18歳以上であることを除き、上限は設けなかったが、「健康である方」、「炎天下や力のいる作業」などがあるということ、また、「現地のニーズに対応し、臨機応変に活動を行うことが出来ること」といった想定を十分に伝える必要である。

(2) 応募申し込みフォーム

応募時の申し込みフォームの内容は以下の通りである。

応募申し込みフォーム内容

- ①氏名・フリガナ
- ②住所
- ③電話番号
- ④PC メールアドレス
- ⑤性別
- ⑥生年月日
- ⑦年齢
- ⑧血液型
- ⑨属性1(社会人・学生・無職・その他)
- ⑩属性2(都内在住・都内在勤・都内在学)
- ⑪特殊技能・資格等(※例: 看護師、栄養士、調理師、大型免許、特殊車両、IT系業務 など)
- ⑫普通自動車の運転可否(可・不可)
 ※運転免許の有無ではなく、現地での宿泊拠点から活動場所への実際の運転の可否についてお答えください(免許はあっても運転経験の少ない方、悪路や被災地での運転に自信のない方は「不可」にマークしてください)。
- ⑬事前ガイダンス受講の有無(すでに受講している/受講していない)
- ⑭これまでの「東日本大震災被災地支援都民ボランティア」に参加された方は、期と活動地をお書きください。
- ⑮被災地でのボランティア活動の有無(有/無)
 「あり」とお答えの方は、活動場所・内容など、具体的にお書きください。
- ⑯被災地での活動以外でのボランティア活動の有無
 「あり」とお答えの方は、活動場所・内容など、具体的にお書きください。
- ⑰ボランティアリーダーとしての活動の有無
- ⑱これまでの職歴や経験で被災地・被災者への支援に生かせるとお考えのものをご記入ください

補足

- ・ 募集初期では、生年月日や血液型などの記入欄を設けていなかったが、現地 VC へ提出すべき書類に必要な項目であったことから、応募フォームに付け加えた。
- ・ また、途中から始まった気仙沼市大島派遣や炊き出しのニーズなどに対応するために、特殊技能の記入欄を設けるようになった。
- ・ 1週間に1度のペースで、募集要項の掲載および応募を開始し、その約1週間後に説明会・ガイダンスという派遣ペースで行った。都民ボランティア事業が緊急に始まったもので、ボランティア派遣事業の継続の判断が現地のニーズにより変わり、実施の決定が直前だったため、このようなスケジュールとなった。
- ・ 震災から3週間後の5月までは応募が殺到し、回線がパンクして定員を大幅に超す応募があった。そのため、応募締め切り後に選考基準に沿った選定を要した。一方、ゴールデンウィークを過ぎると、ボランティア志望者の数は大幅に減少し、都民ボランティア経験者の再応募の割合が多くなっていった。通常1週間の参加受付のところ、2週間連続での参加を受けつけるといった対応をした。ただし、参加者が安全に活動出来るためにも連続参加が出来るのは2週間までとした。
- ・ 選定後は、全ての応募者に選定・不選定のメールを通知した。フリーメールの場合、迷惑メールフォルダに入ってしまうメールに気がつかず読んでもらえていないというケースが多く発生したので、メールを確認後、折り返し返信をもらうように徹底した。また、送信エラーになっていないが返信の無い方や、申し込み時のメールアドレスの入力ミスでメールが戻ってきてしまった人へは、電話をかけて参加の意思を確認した。
- ・ 参加決定において考慮した点は、参加決定後に参加者のキャンセルが発生することである。この点を考慮し、宿泊地の許容人数を確認しながら、募集人数より10名程加えて参加者を選定することが有効であった。

振り返り

- ・ 募集から派遣までの期間に間がないため、社会人の参加希望者からは日程調整が難しいという声が挙げられた。また、派遣期間も、7日間は長すぎて休みがとれないという声や、反対に参加後はもう少し派遣期間を長くして現地で活動したいという声も挙がった。

3 事前説明会および事前ガイダンスの実施

(1) 実施事項

被災地で安全に活動するために、参加者は必ず事前説明会およびガイダンスを受講してもらった。

今回、都民ボランティアの参加者の多くが、初めての災害ボランティアだった。現地では、普段の生活とは違うことが多くあり、ボランティアが不意に発した一言で被災された方が傷つくこともある。そのため、災害ボランティアとしての心構えや現地での立ち振る舞い方、活動上の注意点などを伝えることで、一人一人の意識を高めた。また、現地の状況は刻々と変わっていることや、慣れやゆるみを引き締めてもらいたいと言う思いから、2回目以降の参加者にも出来るだけ参加するようアナウンスした。

当日の受付では、レンタカー会社へ提出するために、レンタカーを運転する人の免許証のコピーの回収を行った。また、未成年の参加者へは保護者の同意書の様式を渡し、出発当日に持参するようお願いした。

説明会では、募集要項の確認の他、ボランティア保険の案内も行った。ボランティア活動中における様々な事故からボランティアの方々を補償し、かつ天災による事故も補償の対象となるボランティア保険の天災プランの加入を必須としたので、未加入者は出発当日に一括して申し込む旨を伝えた。

ガイダンスは2部構成で行った。1部ではパワーポイントを使用して災害ボランティアの心構えや注意点などを学ぶ内容構成とした。その導入として、「被災された人に出会った時、あなたなら、どんな言葉をかけますか？」または「被災された方が『ウチは、ボランティアはいらないよ』と言いました。どうしてだと思いますか？」といった問いかけを行い、各自に考えてもらった。その後、近くの席の人で小グループを作り、各自が考えた内容を5分程話し合ってもらい、口頭での簡単な発表の場を設けた。

参加者からは「まず、挨拶をしっかりする。普通の日常的な会話をする、依頼者がどんなことを望んでいるのかを聞く」といった答えが挙げられ、それぞれが現場をイメージしてどうしたらいいか考えるという被災地での視点を持ってもらうことが出来た。

その後、上記内容をより詳細にした「ボランティアの心構え（マインドセット）」というテーマのガイダンスを行った。（P86 参照）

以上に加え、熱中症、破傷風、惨事ストレス等 についても触れ、様々な危険が伴う被災地での活動での安全衛生の基礎知識と一般的な対応策をレクチャーした。

災害ボランティア活動は、初めての土地、慣れない作業、初めて出会った人との共同生活等で、自分でも知らないうちに疲れていたりするので、活動現場から帰宅の途につく前に、一日の活動を仲間同士で振り返り、自分がどれだけ大切な活動に取り組んだのか、疲れているのかを自覚出来る時間を持ったり、帰宅後もゆっくりと休息をとり、心と身体を整えるようアドバイスした。

第2部では所要時間30分程で、実際にボランティアに参加した人や現地コーディネーターからの活動報告を行い、活動を通して得た活動地域の最新の情報や実際に行った活動内容、注意点、宿舎での過ごし方を話してもらった。

振り返り

- ・ 実際に参加した人の活動報告を直接聞くことで、これから参加する人にとっては現地の状況や活動内容などがイメージ出来て参考になったという声が多く寄せられた。
- ・ 説明会とガイダンスは初参加者と都民ボランティア経験者と一緒に行った。初参加者と経験者では、聞きたい内容が異なるので、ガイダンスを分けてはどうかという声も挙がった。
- ・ しかし、ガイダンスの後、経験者が初参加者に自分の経験やアドバイスを伝えるなど、交流を深め、同じ期の仲間として活動していくという連帯感を生んでいくという点では同じガイダンスを受けることに意味があったのではないかと。

4 最終調整

(1) チーム分け

参加者が決定した説明会以降から出発までの間に、チーム、宿舍分けおよび車の調整を行った。現地では、活動内容や危険情報など、様々な連絡事項を伝えなければならない。そのため、ボランティア5人で1チーム作り、リーダーを選出した。チームを編成することで、活動中に抱えた様々な想いを共有することが出来、連帯感が高まった。

また、現地では移動手段が不十分であったため、各チームにレンタカー1台を配車し、活動先までの移動手段とした。ドライバーの負担を軽減するために、必ず各チームにドライバーが2名以上配置されるようにし1人が続けて運転するという状態を避けた。

拠点が分かれている場合は、拠点の調整も行った。

振り返り

- ・ メンバー構成は年齢・性別、経験を考慮してバランスのとれたものとなるよう調整した。実際に様々な活動を行う上で、男女に分かれたチームの方が作業効率が上がるのではという声もあった。一方で、3:2の男女バランスは非常に評価を得た。「年齢、性別様々な“ミックスチーム”編成は肉体労働をするのに一部の人間（体力のある人）に負担がかからないかと懸念していたが、各自が適材適所を判断、行動したことで、結果的に“男女ミックスチーム”はよかったと思った。」（参加者アンケートより）
- ・ ニーズによっては、現場でリーダーが中心となって、体力のある人が行う仕事、細かい作業を得意とする人が行う仕事と言う様に分かれて作業を行う等臨機応変に対応した。
- ・ 拠点が複数ある時は、参加者の男女バランスや宿泊拠点の事情により、チーム毎に同じ拠点到滞り出来ないこともあった。チームごとに同じ拠点である方がチームとしてまとまりやすく、コミュニケーションを円滑にする。

(2) しおり

参加者へスケジュールや注意事項、事業の理念や実施目的の再確認等、参加者の意識を一つにするツールとして、しおりを作成し出発時に配布した。しおりには参加者名簿や拠点のマナー、活動日程、活動上の注意点、緊急時の対応、スタッフの連絡先などを掲載した。チーム構成や当日乗車するバスの席順を載せておくとスムーズに進んだ。

(3) 現地との情報共有

各VCや滞在拠点の市へ提出する宿泊者名簿と災害VCへ提出する参加者名簿（名前、住所、電話番号など）も作成してこれらの資料を現地スタッフへ送付した。スタッフ間の情報共有や、引き継ぎをスムーズに行うために、オフィスウェアを使用し、連絡事項や活動報告等の情報共有を図った。

5 出発当日の業務

出発当日の集合場所や当日の緊急連絡先は、説明会で事前に案内した。

当日、受付で氏名を伺った後、ボランティア保険の加入の有無を確認し（未加入の場合はその場で加入受け付け）、①しおり、②ビブス、③ネームプレート、④ボランティア保険領収書（該当者のみ）などを配布した。

その後、参加者へ荷物のバスへの積み込み指示をした後、参加者揃って出発式を行い、バスに乗り込んで出発した。

同じ日に、行き先が複数ある場合や参加者数が多い場合、受付窓口を増やすとスムーズに進んだ。また、遅刻者への連絡に備え、緊急時の連絡先一覧を用意しておくといよい。

説明会時に免許証のコピーが未提出の参加者の分及び未成年者の保護者同意書を回収し、免許証のコピーは一括してレンタカー会社へ送信した。

出発以降は、定期的に現地と東京事務局で連絡を取り合って情報共有を図ると共に、有事の際の対応に備えた。同時に、次の派遣チームの派遣準備や各種お問い合わせ対応、Twitter やHP での情報発信、活動報告書のデータ化などを行った。

お問い合わせ内容は、次回の派遣日程、マスメディアからのお問い合わせ、ボランティア保険、ボランティア活動証明書の発行、参加予定者個別の準備に関することが多かった。

振り返り

- ・ 当初、免許証は現地で預かり、コピーしてレンタカー会社へ送信していたが、派遣当日のアナウンスが忙しくスタッフが引き継ぎのため混乱が生じていたことから、現地の負担を減らすためにこの方法に変更した。現地で車両トラブルが発生した場合は、現地のスタッフから連絡をもらい、再度車両変更の届けをレンタカー会社へ連絡した。
- ・ 緑色のビブスには都民ボランティアと記載して所属先を明確にし、現地の方からは緑色の都民ボランティアとして安心感と継続して活動に来てくれているという信頼感を与え親しんでもらえた。

Ⅱ 現地での活動の仕組み

1 現地での活動

都民ボランティア事業は、1週間の予定の中で、移動日2日、活動日5日の7日間で行った。

現地では、チーム単位で活動を行い、ボランティア・サポーターと現地コーディネーターという2種類のスタッフが参加者の活動をそれぞれサポートした。到着日はすぐに活動に取り掛からず、ボランティア・サポーター、コーディネーターから、現地の最新情報や活動の注意点を伝えるオリエンテーションを再度行った。また、この場で、体調が悪い場合は無理をせず休んでも良いというアナウンスを行い、参加者の負担感を減らすようにした。

以下、順に運営のノウハウ、スタッフの役割を記す。

(1) 運営のノウハウ

現地での活動を円滑に進めるため、また、仲間同士で活動することで想いの共有を可能にし、連帯感も高まることから、都民ボランティア事業は5人1チームで活動を行った。また、各種情報共有を図るために各チーム、リーダーを選定し、毎日リーダー会議を行った。

□チーム

現地での行動は5人1チームのグループにレンタカー1台を配置して、チーム単位で行動した。

□リーダーおよび団長・副団長の選出／選出方法

現場で起こりうる様々な現状を把握、情報伝達を円滑にするために、都民ボランティアでは、各チーム1人、リーダーを選出した。リーダーの中からミーティングの司会進行や、各種の調整を行うため団長、そのサポートに副団長を選出した。

□リーダーの役割

- ①チーム構成員の健康や安全への配慮
- ②活動報告書を作成し、毎日ボランティア・サポーターへ提出
- ③リーダー・ミーティングへの出席を果たす役目

リーダーおよび団長はチームをまとめる存在だが、チームの他のメンバーへ命令を下す立場ではないが、過去にリーダーの独断でチームの行動が決定され、チーム内の関係の悪化と、その円滑な機能を妨げたという事例が多く生じたことがあった。リーダーにより、そのチームが大きく左右されるということもあり、特に気をつけてもらう必要があった。

時間の短縮のために、リーダーは拠点到着までにチーム内で相談して決めてもらい、ボランティア・サポーターに報告してもらったが、慎重に決めなければならないという声もあった。また、リーダーの負担が大きいという声もあり、なるべくドライバーと兼任しない、相談にのれる体制をつくるなどリーダーに負担がいかないよう周りがサポートする体制づくりも必要であった。

□エリア・リーダー

エリア・リーダーは複数チームが一つの現場で活動する場合に必要があれば設置し、宿泊拠点出発から現地出発まで同行チームの調整をしてもらった。現地到着に支障をきたした場合は、怪我人が出た場合、現地を出る時等、チーム・リーダーはエリア・リーダーに連絡し、エリア・リーダーはボランティア・サポーターに適宜報告するように周知徹底した。

□リーダー・ミーティング

翌日の活動先の決定と伝達、各チームからの報告は活動中の特記事項（失敗情報や次の活動につながる情報）の共有を図るため、スタッフ及び団長・各チームのリーダー参加によるリーダー・ミーティングを毎日実施した。

参加者の自主的な運営を促す観点から、司会進行は団長が行い、ボランティア・サポーターは必要に応じて、サポートを行った。

活動初日のミーティングは、活動内容や安全事項についての情報共有が必要なので長めになるが、二日目以降は翌日の活動先の決定と伝達、各チームからの報告は活動中の特記事項（失敗情報や次の活動につながる情報）に限っての報告とし、短く切り上げる。

複数チームが同一の現場で作業を行った場合、エリア・リーダーからまとめて報告をしてもらい、他のリーダーからの報告は補足事項に留めるとよい。

このミーティング内で、翌日の活動場所や出発時間などが決まりチームメンバーに伝えられるので、次の日の活動に支障がないよう、ミーティング全体が30分程度、最長でも1時間で終わることを目標とした。団長、副団長には開始30分前に集合してもらい、事前に打合せを行った。初日は、炊出しを行うチーム決めや、休息の取り方、マッチングの方針などを話し合い、仮決定とした上で、夜のミーティングで承認を取った。

□翌日の活動のマッチング

団長との事前の打ち合わせで活動先派遣方針を決め、リーダー・ミーティングにおいて活動先をリーダーに伝えた。決め方は参加期間によって様々であったが、各チームの希望を募り、活動先を決める方式は時間がかかりがちなので、団長一任となるのが好ましい。その際、ニーズ・疲れ具合・公平性・活動内容の多様性などを考慮に入れる必要がある。翌日に派遣するチームを活動地別に大まかに分け、リーダー・ミーティング終了後に具体的な活動先について各VC付コーディネーターと打ち合わせを行った。

特に炊き出しなど特殊技能や経験が必要とされるものに備えて、アンケートをあらかじめとっておくとよい。どの班がどこで活動したかがわかるように、活動チーム表を適宜記入するとわかりやすい。

ボランティアの中には時に自分のやりたいことを優先しがちな人もいる。そのような場合は、相手が望むもの、自分がやりたい、自分が出来ることのバランスを考え、もう一度ガイダンスで伝えたことを思い出してもらい必要がある。

□緊急時の対応

活動場所は、余震や津波などのおそれもあることから、活動を行う際にも各自で活動場所の周辺の状況や避難経路の確認をするようアナウンスを行った。

怪我人や病人が出た際、緊急の場合は救急車を呼んでもらい、それ以外の時はまずVC付コーディネーターに連絡を入れ、詳しい状況を伝えて指示を仰いでもらった。また、ボランティア・サポーターにも忘れずに連絡を入れてもらった。

病院や医療スタッフに見せる必要がある場合、移動手段である車がないと緊急事態が発生し車を使う必要が生じた際に残されたメンバーが対応出来ないので、必ずチーム全員で移動するように伝えた。連絡手段として、各チームのリーダーにはあらかじめ携帯電話を貸与した。

□最終日の全体ミーティング・振り返りの時間の確保

最終日、拠点を出発する前に、なるべく全体ミーティングの時間をとった。この場で、参加者が活動を終えての感想、ボランティア参加前と参加後の気持ちの変化、活動を通して感じたことや印象的な出来事等、想いを共有することで気持ちの整理が出来たほか、参加後の活動へとつながる話し合いの場になった。

参加者側からも、チームごと、宿舎毎等自主的に感想交流を行っている人達もいた。

(2) スタッフの役割と業務内容

都民ボランティアが被災支援活動を円滑に行うための生活環境づくりを行う役目を担うため、ボランティア・サポーター（以下VSとする）と呼ぶスタッフと、現地災害ボランティアセンターに配属され、災害VCの運営と都民ボランティアのマッチングを行うコーディネーターを配置した。

□ボランティア・サポーター（以下、VS）

常時2名体制で、主に以下のような役割を担った。

VSの役割

- ①初日の拠点到着後、及び最終日に拠点を離れる際の対応
- ②全チームのボランティア活動先の把握
- ③都民ボランティアの活動先への巡回（危険性の排除、活動写真の撮影など）
- ④チームに貸し出す車のカギ・携帯電話の把握
- ⑤ボランティア等の怪我や事故、有事の際の対応
- ⑥ボランティアの生活環境に関するTVACとの各種調整
- ⑦団長が選出されるまでの都民ボランティア全体の進行管理
- ⑧団長が選出された後の団長のサポート

VSの具体的な業務内容

- 行きのバスの中ですること
 - ・ 参加者・スタッフ自己紹介

- ・ リーダーの役割の説明・選出
- ・ 現地スタッフ及び事務所との連絡
- ・ 乗車数確認

- 宿舎到着後すること

- ・ 到着の挨拶とスタッフ自己紹介
- ・ 団長、副団長、各宿泊拠点の代表の選出、団長、副団長、各宿泊拠点の代表、リーダーの自己紹介
- ・ 各チームに必要な物品の貸与（携帯電話と充電器、車の鍵、バインダーなど）
- ・ 施設・物資使用上の注意説明
- ・ 車のシートの養生と、翌日からの活動の準備（活動装備セットの用意）の指示
- ・ 怪我人、病人、事故発生時の対応についての説明
- ・ オリエンテーション（活動上の危機管理・健康管理の注意点）
- ・ （夜）リーダー・ミーティングの実施

- 毎日行うこと

①ボランティア活動先の巡回

以下の点に留意して巡回を行った。

- ・ 活動の安全性の確認
- ・ 活動写真の撮影
- ・ 被災された方とお話をして生活状況を確認

屋内外での瓦礫撤去の場面は特に安全性に注意が必要であり、夏場は熱中症の心配があるので、巡回先毎に休憩を取っているかなど声掛けを行い安全性の確保に努めた。巡回の際には救急セット、熱中症対策（水やタオルなど）などを持参した。

②事故や怪我が発生した場合の対応

参加者からの連絡を受けて、必要に応じてレンタカー会社、保険会社に連絡し、その後、TVAC に連絡を入れるという体制で動いた。

③リーダー・ミーティング

基本的には団長が司会進行し、VS は団長のサポートを行った。

- 最終日前日に行うこと

夜のミーティングで最終日の動きの打ち合わせを行う。必要な伝達事項を伝えた。

- ・ 最終日前日の活動を終えて拠点に戻る時に、車の清掃（車内も）、給油（満タン）をしてもらう。
- ・ 各宿泊拠点の清掃（最終日の出発の時間によっては、朝の清掃が困難である可能性もあるので、その場合は前日の夜に行うよう指示）。
- ・ 借りた活動装備の清掃と返却、その仕分け方（サイズ別に分ける等）の告知。
- ・ リサイクルするもの（車のシートの養生に使ったピクニックシート等）の確認。

- ・ 時間に余裕があれば精算を行う（領収書を提出してもらう）
- ・ 物資の整理と在庫確認を行う

- 最終日に行うこと

- ・ 前日に済んでいなければ、撤収までに各宿泊拠点の清掃を行うよう計らう
- ・ 各チームのリーダーより配布物や記入物を回収する
- ・ 精算が終了していることを確認する
- ・ 全体ミーティング・振り返りの時間の実施
- ・ 乗車確認、東京へ
- ・ 解散

振り返り

VSは生活面、活動面等、全体的なオリエンテーションと調整をすることで、参加者が円滑にボランティア活動を行うのをサポートした。全体を把握し、有事の際に自由に動くことが出来る存在として必要不可欠な役割だった。

□現地コーディネーター

現地コーディネーターの役割

災害VCに配属され、災害VCの運営と都民ボランティアのマッチングを行った。

都民ボランティアの活動先の調整は、現地の災害VCにお願いをしていたが、多くのボランティアが駆けつけ、活動先の調整が現地の大きな負担となっていたため、5月以降TVACから独自に気仙沼市災害VCおよび大島、陸前高田市災害VCへのコーディネーター派遣を行い、災害VCの運営をサポートする体制を作っていた。

現地コーディネーターの具体的な内容

- ・ VCでの内容
 - ①ニーズの収集、②現地調査、③大口ボランティアの電話相談、④マッチング、⑤活動先への送り出し⑥その他、資材の調整等を行った。
- ・ 都民ボランティアのコーディネート

ニーズを調整して毎日のリーダー・ミーティングで翌日の活動のマッチングを行った。また、現地に長期で活動しているからこそ把握している被災地の現状や問題点、ボランティアに取り組む際の注意点等を語ってもらい参加者への注意や意識を高めた。

振り返り

コーディネーターが現地に入ることの利点は、現地関係者とのつながりが出来るという点、現地VCの動きが解り、現地のニーズや状況を把握出来、現地との調整を円滑に進めることが挙げられる。そして、コーディネーターを派遣したことで、地元VCからの所属団体への信頼が深まったと感じられ、安心して活動を任せてもらうことが出来たという点で、コーディネーター派遣に大きな意味があった。

2 派遣終了後

派遣終了後、参加者アンケートを行った。これは運営上の改善点や現地の声を届けてもらうだけでなく、参加者の想いを吐き出せる役割を果たした。アンケートの配布・回収方法は、当初、現地での活動最終日に紙に記入してもらっていたが、途中からメールでの配布、回収へと移行した。紙での回収方法はその場で記入・回収してもらえることで回収率が高まったり、活動直後の気持ちがより反映されたりすることが利点であった。一方、メールやインターネットを使用する回収方法では、参加者が自分の経験を落ち着いて整理して記載出来ること、アンケートを回収した後にデータを整理しやすいことが利点であった。

最後に

今回の都民ボランティア事業では、現地の負担を増やさずに活動を行うという目的を持って実施した。ガイドダンス等で現地で活動する心構えを事前に伝え、チーム毎にまとまって行動した結果、様々な面で現地の人達に喜ばれた。また、宿舎や交通手段、物資、情報などを提供することで、個人でボランティアに行きたいという意欲を持っているが、災害ボランティア経験がないのでどう行動したらいいのか分からない、というボランティア希望者の敷居を低くし、安心して現地に行って活動することが出来たという声を多く頂いた。

そしてこの事業への参加を通して、参加者は現地を肌で体感し、現地の生の声を聞くことが出来た。そこで得た現地とのつながり、一緒に活動する仲間とのつながりを活かし、新たな活動、継続的な支援に踏み出す人も多く現れている。一度で終わりではなく、次へと支援の輪を繋げていくことが、今後重要になってくると思われる。

Ⅲ 参考資料

資料(1) 募集要項

17期「東日本大震災被災地支援都民ボランティア」募集要項

東日本大震災により被害の大きかった被災地、被災された方々を支援するため、東京ボランティア・市民活動センターでは、その場、その時に現地で求められている活動を行うボランティアを支援するプログラムを東京都からの支援を受けて実施しています。

被災地に負担をかけることなく、被災地への交通手段、宿泊先を確保し、ボランティアの自立した活動を支援しています。

①応募条件

- ・原則として、都内在住、在学、在勤の方
- ・お風呂に入れないことやトイレ、食事などの不自由・不便な生活に耐えられる方
- ・現地の状況やボランティアニーズに臨機応変に対応し、活動を行うことができる方
(出発時期、活動場所によりニーズが異なります)
- ・見知らぬ第3者と一緒になってチームワークを大切にできる方
- ・現地の気温の変化に耐えうる対策のできる方(寒暖の差が激しくなっています)
- ・心身ともに健康な方
- ・18歳以上の男女(未成年の場合、親の承諾を必要とします)
- ・参加について、ご家族の了解が得られる方
- ・出発場所まで来られる方(途中参加は不可です)

②参加費用

- ボランティア保険天災Cプラン保険料 1,400円

出発日集合の際、集金させていただきます。お釣のないようご用意ください。ボランティア保険に加入済の方は(4月以降ボランティア天災プランに加入済の方は)、領収書等、加入が証明出来るものをご提示ください。
※ボランティア保険について: 加入の証明として領収書をお渡しします。今後、別のボランティア活動に参加され、万が一怪我などされた場合は、本日お渡しした保険の案内に記載されている連絡先にお問い合わせください。

- その他、現地で生活するための費用がかかります。

③期日 第17期 平成23年7月10日（日）から7月15日（金）まで

④第17期募集人員 80名（予定）

⑤活動場所・内容

第17期の活動は、宮城県・岩手県の被災地を予定しています。活動内容は①ガレキ撤去、②屋内片付け、③物資仕分け、④炊き出し、⑤足湯などが想定されていますが、参加の時期や活動場所により異なりますので、現地に入った段階で調整します。

⑥活動の日程

<第17期>

日時		内容
7月10日	8:00	東京出発（バス）
	16:00	岩手県内の宿泊拠点に到着
7月11日～7月14日		被災地支援ボランティア活動
7月15日	11:00	岩手県内の宿泊拠点を出発
	20:00	東京到着

1日の活動スケジュール（例）

時間	内容
6:30	各自朝食
7:00	打合せ（当日のスケジュール確認）
7:30	宿泊拠点出発
8:00	現地災害ボランティアセンター到着 ※現地集合の可能性もあり 活動現場へ移動（1チーム5名程度で自動車移動）
9:00～12:00	午前の活動
12:00～13:00	お昼休憩
13:00～15:00	午後の活動
	現地ボランティアセンターへ戻る ※現地解散の可能性もあり (活動報告作成)
16:00	現地ボランティアセンター出発
18:00	夕食、入浴（チーム単位で適宜）
20:00	リーダー・ミーティング（各チーム活動報告等）

⑦宿泊場所

活動を行う市町村あるいは周辺の市町村を予定しています。以下の条件での宿泊となります。

- ・ 公共施設などでの寝袋利用
- ・ 水道、電気は使用可能（余震で不可能になる場合あり）
- ・ 食事は現地で購入可能（原則自己負担。非常食は主催者で準備）
- ・ お湯で温める、レンジを使う程度の調理は可能
- ・ 宿泊場所での入浴不可だが、近くの銭湯に行くことは可能（毎日入れない可能性あり）
- ・ 宿泊場所での洗濯不可
- ・ 冷暖房なし
- ・ 携帯電話通話可能

⑧持ち物、装備等

荷物は出来る限りコンパクトにお願いします。

【主催者側で準備しているもの】

スコップ等の資材、寝袋、毛布、非常時用の水、雨天時作業用の合羽上下（男女共用 M - LL）、ヘルメット、ゴーグル、長靴と中敷（24.5cm～28cm）、ゴム手袋、軍手、マスク

※ 活動しやすいよう、ご自身のサイズに合ったものをお持ちになることをお勧めします。

【各自で用意するもの】

作業用の衣類（長袖、長ズボン。十分な着替えをお持ちください。）

ゴム手袋、軍手、出来れば皮手袋（瓦礫の中にガラスがたくさん混ざっています）

帽子、防塵用マスク、虫よけ、保険証、免許証、プラスチック等の皿、コップ、箸

水筒（日中の作業用に水道水を持って行きます）

※ 拠点が一関になった方は、炊き出し用のエプロン、日中車内での食糧保管用に保冷剤

⑨事前ガイダンス

本事業の詳しい説明と災害ボランティアとして被災地に行くうえでの事前講習（ガイダンス）を行います。この事前ガイダンスにご出席いただけないと、参加できませんのでご注意ください。以前、事前ガイダンスに参加された方につきましては、再度、受けて頂く必要はありませんが、現地の状況も変わってきていますので、出来る限り、ご参加ください。

<第17期 事前ガイダンス>

(1) 日時:平成23年7月7日(木) 午後7時～午後9時

(2) 会場:新宿区内を予定

※事前ガイダンスの詳細は、選考にて決定した方にメールでお知らせします。

⑩参加者の選考

選考に当たっては、下記の方々を優先します。

- ・被災地でのボランティア活動などの経験がある方
- ・何らかのボランティア活動を行った経験のある方
- ・ボランティア活動等でリーダーの経験のある方
- ・被災地の活動に有益な職歴などをお持ちの方

※第17期に参加いただけるかどうかの結果を、選考・不選考に関わらず、7月3日（日）の正午までにメールでご連絡します。3日の午後6時を過ぎてもメールが届かない場合は、ご一報ください。

資料(2) 事前ガイダンス資料

第17期東日本大震災被災地支援都民ボランティア 事前ガイダンス資料

【第1部】事前ガイダンス

1 災害って何だろう？

2 考えてみよう

- ・被災された人に出会ったとき、あなたなら、どんな言葉をかけますか？
- ・被災された方が「ウチは、ボランティアはいらないよ」と言いました。どうしてだと思いますか？

3 ボランティアの心構え（マインドセット）

- ①復興の主役は被災者
- ②受け入れてもらっていることに感謝しよう
- ③「被災者」という名前の人はいない。「被災地」という名前の土地はない。
- ④「そこに、いること」の意味
- ⑤無理は絶対にしない！
- ⑥チームワークを大切に
- ⑦自分の経験を必要以上に振りかざさない

4 こんなボランティアがいました・・・。

5 知っておきたいこと

- ①災害ボランティアセンター(VC)
- ②熱中症
- ③破傷風
- ④惨事ストレス

6 お願いしたいこと

- ①現地での過ごし方
- ②被災地から帰ったあと

【第2部】参加メンバーからの活動報告

○内容：

- ・被災地でのボランティア活動
- ・活動に当たって気をつけた方がよいこと
- ・宿舎での過ごし方

【参考になるホームページ】

●活動先予定災害ボランティアセンターホームページ

- ・気仙沼市災害ボランティアセンター
<http://msv3151.c-bosai.jp/group.php?gid=10247>
- ・陸前高田市災害ボランティアセンター
<http://rikutaka.ti-da.net/c183533.html>

●関係団体ホームページ

- ・防災ボランティアのページ お作法集（内閣府）
<http://www.bousai-vol.go.jp/kihan/index.html>
- ・全国社会福祉協議会
<http://www.saigaivc.com/>
- ・東日本大震災支援全国ネットワーク
http://www.jpn-civil.net/support/guidelinefile/volunteer_guideline.pdf
- ・東京災害ボランティアネットワーク
<http://www.tosaibo.net/>
- ・レスキューストックヤード
<http://www.rsy-nagoya.com/rsy/>

●安全衛生関連資料

- ・目からウロコの安全衛生プチガイド（内閣府HP）
<http://www.bousai-vol.jp/110315mekara.pdf>
- ・惨事ストレスとメンタルケア 必読書（自治労HP）
<http://www.jichiro.gr.jp/disaster/health/惨事ストレスとメンタルケア.pdf>
- ・災害ボランティア向け 惨事ストレスマニュアル（筑波大学HP）
http://www.human.tsukuba.ac.jp/~ymatsui/disaster_manual5.html#volunteer
- ・熱中症環境保健マニュアル（環境省HP）
http://www.env.go.jp/chemi/heat_stroke/manual.html
- ・破傷風（国立感染症HP）
http://idsc.nih.go.jp/idwr/kansen/k02_g1/k02_15/k02_15.html

●その他

- ・天気予報（気象庁）
<http://www.jma.go.jp/jma/menu/jishin-portal.html#c>

資料(3) 活動スケジュール例

<1日目>

時間	内容	場所
7:30	集合・受付・荷物搬入	都庁
8:00	都庁から宿泊拠点へバスで移動 (バス内ではチーム毎に着席) (バス内でこの「しおり」を各自で読む他、スタッフから連絡事項の伝達・各グループのメインドライバー決め)	都庁→拠点
15:30	拠点到着 ・荷物搬入(搬入がある場合) ・スタッフ挨拶	拠点
16:00	オリエンテーション ・団長の選出 ・団長、リーダー挨拶 ・宿泊拠点の説明	拠点
16:30	活動装備セットの用意 車のシートの養生	拠点
18:00	夕食・入浴	拠点
20:00	リーダー・ミーティング ・翌日の活動予定の確認 ・拠点運営方針の検討 チーム・ミーティング	拠点
22:30	消灯・就寝	拠点

<2～5,6日目>

時間	内容	場所
適宜	起床・朝食(当日の活動内容や場所による)	拠点
	打合せ(当日のスケジュール確認)	拠点
～8:30	宿泊拠点から現地VCへチーム毎に自動車移動 (現地VCに寄らないこともある)	拠点→VC
～9:00	現地VCから活動現場へ自動車等で移動	VC→現場
9:00	～12:00 午前の活動(現地VCの指示に従う)	現場
	昼食・休憩(現地VCの指示に従う)	現場等
13:00	～15:00 午後の活動(現地VCの指示に従う)	現場
	活動現場から現地VCへ移動(現地VCへ寄らないこともある)	現場→VC
	VCへの活動報告、身の回り清掃	VC
16:00	現地VCから宿泊拠点へ移動 (移動中に買い物や外食、お風呂も可能)	VC→拠点
	チーム・ミーティング・活動報告書の作成 夕食・入浴(チーム単位で適宜)	拠点
20:00	～21:00 リーダー・ミーティング (目安)メンバーに翌日の活動場所と出発時間を伝達	拠点
22:30	消灯・就寝	拠点

資料(4) 活動報告書

チーム別 活動報告書

*午前と午後で別々の場所で活動することになった場合は、適宜、書き分けてください。

チーム名	班	日付	月	日 ()
現地VCの名称				
活動場所	午前 地域： 種類：個人宅 ・ 学校 ・ その他 () 午後 地域： 種類：個人宅 ・ 学校 ・ その他 ()			
現地VCからの指示内容				
活動内容 (活動時間、使用器具、達成の程度など具体的に)				
活動中に生じた危険、あるいは、生じそうになった危険と対応				
活動の中で困ったこと				
反省点、課題、今後の活動の参考になると思われること				
現地の方との関わりを通して特に印象に残っていること				
その他				

活動チーム表

※活動日、チーム毎に、①受け入れVC名、②活動場所、③主な活動内容を毎日記載する表を作成した。活動期間中のミーティングや、事後において、どのチームがどういった活動を行ったのかを把握するのに役立った。

プレス情報 都民ボランティア・ボランティア関連

2011年

日付	見出し	新聞社名
4月1日	都民ボランティア／都、バスで派遣 まず宮城にテント・寝袋も支給	日本経済新聞
	都民ボランティア いざ第1陣出発	東京新聞夕刊
4月5日	都民ボランティア／宮城へ第1陣出発	産経新聞
4月6日	都募集、被災地ボランティア／宮城へまず63人派遣	毎日新聞
	食事など自前で用意ボランティアが出発／第1陣、宮城へ	読売新聞
	都派遣ボランティア／第1陣の63人宮城県へ出発	朝日新聞
4月12日	ニーズ調整難しく／被災地で活躍 ボランティア	毎日新聞
4月20日	GWに宮城でボランティア	読売新聞
	きょうから都民ボランティアのGWチーム募集	産経新聞
	被災地へGW期間限定／都、ボランティア募集／学生や社会人	毎日新聞
4月22日	GWボランティア応募殺到	産経新聞
4月26日	被災地8割超で制限 ボランティア満員／連休控え宿泊先など難題	東京新聞夕刊
4月27日	ボランティア、共感が大事／GWに被災地で活動する心構え	朝日新聞
	ボランティア事前確認を／被災地の状況や要望など	読売新聞
4月29日	「連休は被災地へ」ボランティア殺到／善意生かす対応苦慮 受付窓口「差配や送迎」急ピッチ／混乱回避へ県内限定も	日本経済新聞
	GWボランティア急増の兆し／歓迎と混乱懸念／変わるニーズ「確認を」	東京新聞
4月30日	ボランティア200人都庁出発	東京新聞
5月3日	だいある〜く東京彩人記／被災地支援／支援体制の温度差課題	毎日新聞
5月5日	被災地へボランティアに行くには	毎日新聞
5月7日	主張／ボランティア支援／「支えあう日本」への原動力 被災地復興まで粘り強い活動を	公明新聞
5月8日	ボランティア急減／盛況の被災地GW終盤一転	朝日新聞
	識別ビブス（ゼッケン）を提供／ユニホームの製作・販売会社が500着無償で／都議会公明、救援活動応援都民ボランティア用に 被災地でガレキ撤去／ボランティア宮城県で活動／第5期まで延べ538人派遣	公明新聞
	だいある〜く東京彩人記／被災地支援／ニーズ把握し効率的に	毎日新聞
5月9日	東日本大震災今何ができる 息の長い支援 継続必要／GW後のボランティア活動	産経新聞
	だいある〜く東京彩人記／被災地支援／被災者のペースで活動	毎日新聞
5月14日	頑張ろう！首都圏から 東松島市復興大田区が一役／現地派遣 ボランティア募集	朝日新聞
5月15日	ITボランティア／被災地のネット環境支援	東京新聞
	体験ボランティア／①受け入れ先探し	東京新聞
5月16日	体験ボランティア／②申し込み	東京新聞
5月17日	震災ボランティア 参加するには／初心者はツアー利用も	読売新聞夕刊
	体験ボランティア／③保険加入	東京新聞
	助け合う力大震災とボランティア⑤／住宅の復旧を手助け 都民ボランティア6期団長	河北新報
5月18日	ボランティアが減少／連休後、学校・仕事に戻る	毎日新聞
5月23日	都民ボランティア活躍／宮城GW後も途切れず	河北新報
	ボランティアの理想と現実／熱意を形にする仕組み	AERA
5月24日	被災地ボランティア 大学学生の参加を後押し／単位付与 認定証など 長期のマンパワーに期待	東京新聞
6月10日	耕論「草食系」さりげなく貢献 山崎美貴子さん 東京ボランティア・市民活動センター 所長／おじさんの姑息なやり方 堀刺激さん 慶応大教授	朝日新聞

□ 支援活動協力及び取材協力

宮城県災害ボランティアセンター
岩手県災害ボランティアセンター
石巻市災害ボランティアセンター
気仙沼市災害ボランティアセンター
気仙沼大島災害対策本部
東松島市災害ボランティアセンター
陸前高田市災害ボランティアセンター

宮城県利府高等学校
宮城県黒川高等学校
ホテル松島大観荘
一関市室根支所
一関市役所 室根支所 室根ふるさとセンター
一関市役所 室根支所 室根保健センター
ひこばえの森交流センター
気仙沼大島 旅館椿荘花月

都民ボランティアに参加された延べ1,535名のみなさん

NPO 法人日本トラベルヘルパー協会
NPO 法人地球緑化センター
サイボウズ株式会社

区市町村社会福祉協議会

(中央区・新宿区・江東区・目黒区・荒川区・練馬区・葛飾区
立川市・町田市・小平市・東村山市・国分寺市・国立市・福生市
狛江市・清瀬市・東久留米市・瑞穂町・日の出町・奥多摩町・御蔵島村)

東日本国際大学 福祉環境学部准教授 菅野道生

□ 執筆・編集

加納佑一
清水志穂

猪狩友美
多田由紀子
星井智
水野清香
若林明子

他、お手伝いくださったボランティアさん

都民ボランティアに参加された方々を始め、本書編纂において、
多くの方々にご助力いただきました。
ご支援ご協力、本当にありがとうございました。

くらしの復興へ つなぐ架け橋

東日本大震災被災地復興支援 都民ボランティア事業実施報告書

発行日 2011（平成23）年11月12日
発行 社会福祉法人東京都社会福祉協議会
東京ボランティア・市民活動センター

東京都新宿区神楽河岸 1-1 セントラルプラザ 10階
電話 03-3235-0281 03-3235-1171(代表)
ファックス 03-3235-0050
メールアドレス tominv@tvac.or.jp

インターネットサイト
ボラ市民ウェブ <http://www.tvac.or.jp/>
東日本大震災 支援レポート <http://tvac.or.jp/tominv/>

印刷所 大東印刷工業株式会社