

周辺マップ

夕方6時からの自由時間は、夕食、買い物、お風呂、洗濯の時間です。翌日の朝食・昼食はお店で買っておきましょう。



旧ワカバ電装
遠野まごころネット
岩手県遠野市遠野町 28 地割 5
TEL 0198-62-1001
(お問い合わせ 8:30~18:00 曜休)

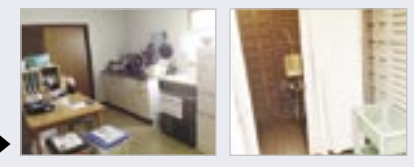
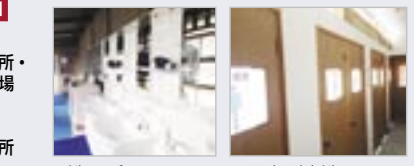
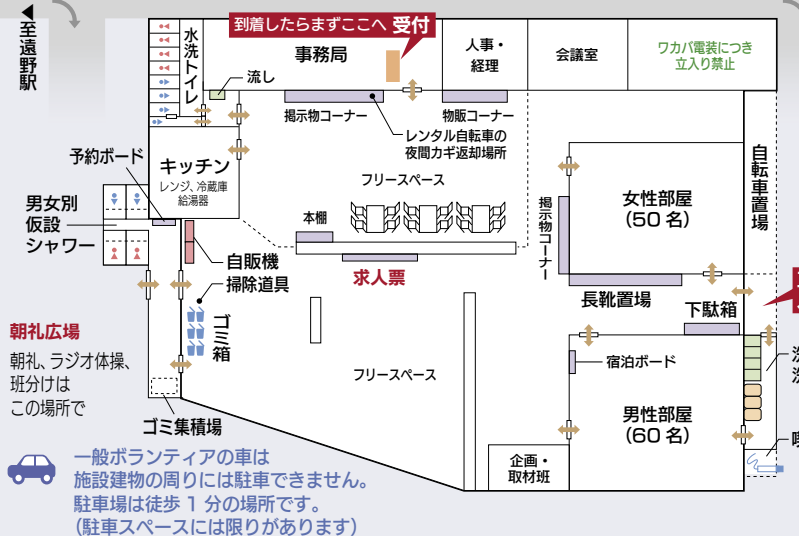
遠野まごころネット	男女別仮設シャワー (予約制15分/100円+α)	徒歩圏内
銭湯 亀の湯	15時~20時(390円) 月休、第一日曜休	
遠野市観光交流センター (駅前)	8時~21時コインシャワー (6分300円)※木曜19時まで 4月下旬~10月末まで利用可	
踊鹿温泉 天の湯	10時~21時30分(630円) 第一火曜日休	
よねつの湯	9時~20時(ボランティア150円) (月・祝・年末年始休)	
たかむろ水光園	10時~21時(520円) (最終入館20時)毎月第四日曜休 ※送迎バスによる入浴ツアーあり	お車で

とびあ (スーパー)	9時30分~20時(1/1休)
アクティ (スーパー)	9時~22時(年中無休)
サンマル (スーパー)	7時~21時(月1回日曜休)
ホームマック (ホームセンター)	9時~20時

早朝の買い出しは困難ですので、必要な物は事前にご準備ください。
お願い ボランティアセンターは住宅街にあります。住民の方々に迷惑のかからないように気配りをお願いいたします。特に早朝に騒がしくしたりしないでください。

ボランティアセンターの設備

集団生活の場です。周りの方への気遣いを忘れないようにしましょう。



- ボランティアセンターで宿泊できます。(寝袋が必要です)
※定員オーバーの場合は別の場所を確保します。
- 男女別仮設シャワー (予約制 15分 16:00~21:30 / 100円+α)
- 電子レンジ、給湯器はご自由にお使いください。
- コンセントは数カ所ありますが、譲り合って使いましょう。
- 館内は禁煙です。(喫煙所は屋外にあります)
- レンタル自転車 1回 100円 / 男女別乾燥機 1時間 100円
- TV、食堂、救護室などはございません。



遠野まごころネット

Volunteer
ボランティアマニュアル
manual



ボランティアの支援は
まだまだ必要です

ピーク時には1日約650人いた遠野まごころネットへの参加者も、最近ではわずか数人で活動する日もあるようになりました。未だ津波の傷跡がそのまま残る場所や復興が進まない場所が多いのは、皆さんもニュース等でご存知なはず。その一方、風化は進み深刻な問題になってきています。地元の方からは「ボランティアさん達の姿を見ると安心する。」「私達のことを忘れないで欲しい。」との声が数多くあります。

被災された方々の心のケアや仮設住宅にお伺いしたり、さまざまな活動を通じてコミュニケーションをとることなど大切な活動が、まだまだ必要なのです。こうした継続的な支援をするには、ボランティアの力が欠かせません。

この冊子は、一人でも多くの人にボランティアに参加して頂くため作成されましたが、あくまでも遠野まごころネットで活動して頂くための基本的なことだけを記載しています。現地のニーズは日々変化し、活動内容や支援の仕方や関わり方も変わってきていますので、最新の情報はご自身でご確認ください。

そして、どうか考えてください……今、自分に何ができるのかを。



地元の方と一緒に飲みながらコミュニケーションしたり、農作業、漁業の手伝い、花壇作り、お祭りの手伝いなど地域に密着した活動が重要視されています。

ガレキ撤去、側溝泥出し等のハード活動は、2012年10月で終了いたしました。が、地元のニーズがあれば今でも活動しています。

遠野まごころネットの紹介
遠野市被災地支援ネットワーク「遠野まごころネット (遠野被災地支援ボランティア)」は、平成23年3月11日に発生した東日本大震災で被災した岩手県沿岸部の被災者の方々を支援するべく、遠野市民を中心に結成されたボランティア集団です。岩手県庁や各市町村、全国の企業やNPO、NGOと連携し、被災地の復興に向けた活動を行なっています。3月末の設立以来、これまで遠野まごころネットで活動した人数はのべ8万人を越えます (平成25年5月時点)。

ボランティア活動や遠野まごころネットの状況はいろいろ変わります。出発前には、必ずホームページで最新情報を確認しましょう。

遠野まごころネット公式サイト (<http://tonomagokoro.net/>)

※電話での具体的な活動内容のマッチングやお問い合わせはご遠慮ください。

必須 遠野まごころネットに行く前の3つの準備

1 ボランティア保険への加入

近くの社会福祉協議会(社協)で**ボランティア保険(天災タイプ)に加入**してください。

加入していない場合は、ボランティア活動ができません。

※ボランティア保険は、加入日に関わらず年度末(3月31日)までが補償期間です。

2 インターネットでの事前登録と誓約書

「個人ボランティア登録フォーム」から**事前登録**をお願いします。また、**誓約書**をダウンロード・プリントして、内容をよく読んで上で署名をし、受付時に事務局スタッフにお渡しください。

3 公式サイトで最新情報を確認

活動内容など、あらゆる事項が急に変更になることがあります。

気候や服装についても、公式サイトで**最新情報**をご確認ください。

持ち物リスト

作業現場によっては装備に不備がある場合、活動出来ないことがあります。

ハード活動する際の装備

作業現場によっては、ガラスの破片や先の鋭い危険な物が散乱しています。みなさんの安全のためにも、必ずご準備ください。

- 帽子またはヘルメット
- ゴーグル・マスク
(なくても可ですが、埃っぽい現場もあります)
- 作業服(長袖・長ズボン)
- 作業用手袋(革手袋、軍手など)
- 長靴(踏み抜き防止インソールを中に敷く事を推奨)
- タオル等

作業現場に持って行く、飲み物やタオルなどを入れる小さなバック。
※お弁当の保管場所は隊長より指示があります。

※スコップなどの道具は用意いたします。



ヘルメットは活動内容によって着用(レンタル)

台所用ゴム手袋はNGです

貸出しピブスは送迎車乗車前に配布されます。

現場に持参するもの

- 健康保険証
- 雨ガッパ(上下に別れたもの)
- ウェストポーチ(貴重品入れ)
- 水(飲んだり、傷を洗ったりできます)
- 昼食(現場で購入することもあります。隊長に確認を)
- 大きなビニール袋(汚れた作業服・靴入れ)

送迎車に泥をあげないため、汚れたタオル、手袋、長靴を入れる大きなビニール袋が必要。

- ### 手続き関連
- 誓約書(ホームページよりダウンロード)
 - 身分証明書(免許証・保険証など)
 - ボランティア活動保険(天災プラン)加入カード(または災害ボランティア保険領収書)

生活用品

- 寝袋(ボランティアセンターに寝具はございません)
- 気候にあった防暑・防寒アイテム(防暑対策…水・塩アメ・通気性のいい服装など)
- その他、必要な生活用品はご自身でご用意ください

Q&A

Q 遠野の気温は?

A 防暑・防寒対策は重要です。体調を崩さないためにも、ご自分にあった準備をお願いします。

●出発前には最新の情報をご確認ください。

■2012年の遠野の気温(気象庁ホームページより)

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
平均	-4.3	-4.5	1.5	7.7	13.8	17.2	22.4	24.6	21.4	12.2	5.3	-1.3
最高	6.0	5.6	16.5	26.4	26.6	29.1	35.1	34.7	31.6	25.0	16.2	7.9
最低	-16.7	-18.0	-10.9	-5.1	4.2	7.8	12.8	14.3	11.5	-0.1	-5.1	-13.6

Q ケガや体調不良の場合には?

A 必ず隊長に報告してください。小さな傷でも破傷風にかかると死に至る場合があります。遠野市に戻ったら必ず医師の診察を受けてください。

Q 観光してもいいの?

A 毎日活動する必要はありません。休日をとって、観光をしても構いません。

「民話の里」の遠野を楽しむのもよし、三陸沿岸の観光もお勧めです。

観光も支援のひとつです

現地での観光事業も復興が進んできています。数々の美しい景勝地、三陸海岸自慢の海の幸、東北の魂でもある伝統芸能、郷土色豊かなお土産、そして、地元の方々の温かいおもてなしが皆様のお越しを心よりお待ちしております。

1日のスケジュール

スケジュールは変更になる場合があります

- | 時間 | 活動内容 |
|-------|---|
| 6:00 | 起床
身支度、朝食(朝食・昼食は前日にご用意ください) |
| 7:00 | 当日入りの方のボランティア登録受付 |
| 7:40 | ラジオ体操 |
| 7:45 | 全体朝礼 現場の振り分け
朝礼までに昼食をご用意ください。 |
| 8:00 | 各現場へ送迎車(マイクロバス等)で移動 |
| 10:00 | 活動開始 |
| 12:00 | 昼食 |
| 13:00 | 午後の活動開始 |
| 15:00 | 活動終了。現場や道具の片付け。送迎車で移動。 |
| 16:00 | ボランティアセンター着 |
| 16:00 | 館内清掃(全員でやりましょう) |
| 17:00 | 全体ミーティング
(当日の活動内容の報告、お知らせ等)
その後、初めての方向けのオリエンテーション |
| 18:00 | 自由時間。夕食、入浴、買い物など。 |
| 22:00 | 消灯 ※携帯電話は着信音・バイブを消すこと。アラームも禁止です。 |

遠野まごころネットでは活動前日の受付を推奨しています。活動前日の受付時間は16:30です。オリエンテーションにご参加ください。当日受付の場合7:00にお集まりください。また、活動は1日だけでも構いません。

朝礼▶



側溝泥だし▶



特殊な資格・経験のある方はお申し出ください。また持病など健康面に不安がある方もお申し出ください。

無料送迎車で1時間~1時間半移動します

現場到着後、隊長より作業内容・諸注意の説明があります

送迎車に泥をあげないよう、作業用長靴は作業現場で履き替えてください。

現場へ移動中、コンビニ等で買い物やトイレ休憩などがありますが、現場の行き先によっては立寄らない場合がありますので出発前に確認してください。作業現場でのトイレについては、隊長から説明があります。



出会いを大切に...

活動を共に行った仲間は宝物です。同じ志で集った仲間なのです。男女問わず、さまざまな年齢や全国各地の方と知り合えますし、海外からの仲間とも出会えます。

そんな仲間たちと、おしゃべりや食事、温泉を楽しむのもいい思い出になります。

毎週月曜日はボランティア活動はお休みです。(ボランティアセンターは休館ではありませんので滞在、宿泊は通常通りご利用できます)

雨天での屋外活動は、原則いたしません。活動中に天候が崩れた場合は、隊長の指示に従ってください。

ボランティアの心構え

自己完結が原則です

ボランティアは自己完結です。自分の体調は自分で管理し、無理せず休憩をいつとるかなども含めてご自身の判断をお願いいたします。

「こんな活動がしたかったのに…」「事前に知りたかった…」「せっかく来たのに…」などの、考え方はあなた中心の考え方です。ボランティアはあくまでも、被災された方々のニーズに応えるのが一番大切な事であることを忘れないでください。

そして、あなたが活動する場所は…被災地です。何千人の方が亡くなられた場所なのです。月日がいくら流れようとも、悲しみは消えない場所なのです。

被災された方々に寄り添う気持ちと…どうか、哀悼の気持ちを忘れないでください。

現地での写真撮影について

これまでは被災した方々の心情に配慮し、まごころネットでは写真撮影は禁止してきましたが、震災の風化を防ぐため、現地の様子を伝えてほしいということになり、現場の隊長の許可を得れば条件付きで許可しています。くれぐれも観光気分でのふざけたポーズやピースサインなどは絶対にしないでください。また、地元の方、個人宅など所有者・場所が特定出来るものの撮影は禁止です。

そして、地元に戻りましたら、被災地の現状やまだまだボランティアが必要であると、あなたが感じたメッセージをお知り合いの方々に伝えてください。

風化STOP