

# 港北区災害ボランティア連絡会ニュース



事務局 〒222-0032 横浜市港北区大豆戸 13-1 吉田ビル 206 港北区社会福祉協議会

TEL 045-547-2324 FAX045-531-9561

FB 港北区災害ボランティア連絡会

99号

2021年12月



\*入会は随時受け付けています。あなたの町の防災度を高めるためにお力を貸してください

## そなえよつねに！

この言葉はボーイスカウトのモットーですが、地震が多い日本にはぴったりです。地震が続いています。複数のプレートが重なっている日本ではいつも、あちこちで起きてもおかしくは無いのですが、足元で震度5弱なんて揺れると嫌ですね。ここで大事なことは「たいした揺れでなくてよかった」と済ませるのではなく、これがもっと強い地震だったら我が身は、家族は、我が家はどうなっただろうかと想像することです。多くの被災者が言うように「まさか自分のところで災害は起きないと思って」と言う失敗をしてはいけません。

連絡会では訓練も兼ねて Google フォームを使い安否確認と情報提供を求めました。しかし残念ながら回答率は決して高くありませんでした。

### 発災したら私たちは

- 1、自宅や近隣の住民の安否確認のための声かけ
- 2、被害状況の確認
- 3、緊急事態(救出や消火など)

そしてある程度落ち着いた段階(1から2日後くらい?)に安否確認メールを出せると思いますから、それに対する返事は必須です。なぜなら私たちの使命には災害時にはボランティアセンター運営もあるからです。もちろんすべての災ボラのメンバーに災害ボランティアセンター運営にかけつけると要求しているわけではありません。私たちの活動はボラン

ティアです。力のある人は力を、知恵のある人は知恵を、時間のある人は時間を、可能な中でそれぞれの力を提供してくれれば良いわけです。

### 災害ボランティアセンター開設に

#### 必要なヒト・カネ・モノ

- 1、ヒト=経験のある災害ボランティアが複数欲しい。1人しかいないとその人の経験に引っ張られる危険性があるからです。私(宇田川)が運営に関わった中越地震、中越沖地震、東日本大震災すべて外部からの応援者がある程度揃ったところで初めて災害ボランティアセンター開設となりました。そのような人材を提供するため「災害ボランティア活動支援プロジェクト会議」(支援P)と言う制度があります。これは企業・社会福祉協議会・NPO・共同募金会が協働するネットワーク組織です。
- 2、カネ=どこにあるだろう

中央共同募金会や日本財団は過去の災害時にボランティアセンター立ち上げ資金を提供してくれました。しかしそれが届くまでは社協の信用に頼るしかないと思います。

- 3、モノ=特に水害の現場活動では多くのものがが必要です。台風被害にあった地域ではブルーシートや養生テープがあつという間になくなりましたが、これらを日常的にストックしておく事は困難ですから、難しい課題です。

以上の要素を充足できるかどうかは、被害の範囲の大小でも違ってきますが、それらが足りない事態を防ぐためには自前でどれだけ揃えられるかは重要な問題です。(宇田川)

# mini らくらく市 2021

2年ぶりの「らくらく市」が11月21日(日)に開かれました。懐かしいような、嬉しいような。でも参加団体はいつもの3分の1。被災地支援の物販を買っていただけるほど広場に集まってくださるか不安でした。物販販売が出来ても、災ボラの事・被災地の事・物販の事が広報できるか不安でした。



「いつものお兄ちゃんいないの?」と声をかけられ、いつもお隣で助けてくれる「らんがく舎のメンバー」が日程の関係で今回いなかったことに寂しさを感じました。私たちが出来るSDGs(プラスチックごみ削減)と今では当たり前のように皆さんが持っているマイバッグなどから考えて、物販を入れるビニール袋を今回は準備しませんでした。(内緒で、自宅の紙袋を少し持ち込み)でも、「袋はないの?」と尋ねる人はいませんでした。コロナ禍で試食もなく、初めて見る商品を味わっていただけないもどかしさもありました。災害時には一番大切と思っている「普段からの関係」がとても重要な事を改めて思いました。物販をお買い上げご協力いただいた皆さんありがとうございました。(付岡)

\* らんがく舎：障害を持っていても積極的に街に出て活動をしている

\* SDGs：持続可能な開発目標

## 大倉山みんなの食堂の今

港北区内にも子ども食堂は多く活動してきました。連絡会会員の鈴木智香子さんのMIELで開催していた「大倉山みんなの食堂」もその一つです。毎月多くの人に利用されてきましたが、コロナのため食堂の活動は中止せざるをえなくなりました。このような食堂の開設の目的の1つに食支援があります。食堂ができなくなった代わりにフードパントリー(食材やお弁当の配布)を実施中です。食堂からフードパントリーになり利用者に変化が見えてきました。スクールカウンセラーとつながることができたことや、コロナ禍で生活が困難となった家庭が多くなったことが関係していると思います。

災害時には普段から生活に困難を抱えている人は災害後の生活再建が厳しいものとなります。そのためのセーフティーネットを平常時から多く持っているとなりに有利になるのですが、このような人たちはそもそも社会的つながりが弱い人が多いのです。周りからのちょっとした

おせっかいの声掛けができないか、可能なサポートはないかなど、周囲の人が気にかけることが今、特に求められていると思います。

共助は平常時にも求められるのです。

(宇田川)

大倉山みんなの食堂 公式 Facebook

<https://www.facebook.com/1882836201957090/photos/a.1882838688623508/1882838671956843>

シリーズ災害食【番外編】

## 災害食にかえて

淡泊な食事が続いた時にひと工夫してコクのある一品にできそうな裏ワザのご紹介です。  
(白状するとネタ切れです、ごめんなさい)

### [塩昆布のおにぎり 2個分]

ご飯 200g  
塩昆布 12g  
マヨネーズ 小さじ2

ボウルに材料をすべて入れて混ぜ合わせ、にぎる

### [ハムとコーンのおにぎり 2個分]

ご飯 200g  
ハム 2枚  
コーン缶詰(ホール) 大さじ2  
マヨネーズ 小さじ2  
ハムは1cm角に切る

ボウルに材料をすべて入れて混ぜ合わせ、にぎる

### [マヨソースバリエーション]

#### ごまマヨソース

マヨネーズ 大さじ2  
中濃ソース 大さじ2  
すりごま 小さじ1

#### オーロラソース

マヨネーズ 大さじ2  
トマトケチャップ 大さじ1

#### わさびマヨソース

マヨネーズ 大さじ2  
しょうゆ 小さじ2/3  
わさび(チューブ) 2cm

肉や魚のソース、野菜のディップとしても！単調になりがちな食事の味が変わりそう

(小澤)

出典「今日はらくらくマヨレシピ」  
キューピーマヨネーズ株式会社

## 災害食ではないですが・・・キャンプ飯ご紹介します

<材料>

- ・豚肉ブロック (もも、肩ロースなど脂身の少ないもの) を食べたいだけ
- ・細い青竹 (新鮮な青竹を用意してください)

<作り方>

- ・豚ブロック肉に塩胡椒
- ・豚ブロック肉を竹に刺し、金串で落ちないように、回転しないように止める
- ・炭火にかざして、回しながら焼く
- ・ときどきタレをかける

\*\*\*ひたすら1時間くらい、肉に火がとおるまで回しながらじっくり焼いてください。どうしたら楽に焼けるかは、それぞれで工夫を。焼く人は結構大変です。優しく我慢強い人、どうしてもうまく焼いたおいしい肉が食べたい人、が適任です。

(監修 松田)



大学生のスカウト達が楽しみながら作った「キャンプ飯」です。災害食ではありませんが、焚き火があればこんな料理もできます。

松田くんは、元ボーイスカウトで今は「もったいない料理人」として活躍中です。

<https://tabi-labo.com/292742/tsukanomano-matsuda-mikio>

## サービス介助士について

あまり聴き慣れない資格かもしれませんが、電車に乗ると、「お客様ご案内」といった放送が流れ、車椅子の乗客の案内をしている駅職員を見かけたことがあるかもしれません。その職員のネームプレートを見ると、「サービス介助士」と刻まれています。私も同じ資格を持っています。

この資格は「お手伝いが必要な方」を介助する訓練を受けて、修了試験に合格した証です。制度発足時から、JR や私鉄は資格取得を奨励しており、私も JR の方と一緒に訓練を受けました。

このニュースの中で、「障がい者、ハンデを持つ者」という言葉が使われていますが、サービス介助士の訓練では、ご高齢の方を含めて「お手伝いが必要な方」と呼び、「同じ人間である」事を徹底的に指導されます。

数ヶ月の自宅学習の後、2 日間の座学と実技、修了試験を受けて合格すると、資格が認定されます。2 日間の最初に「高齢者体験」として、

- ・特殊なゴーグル(白内障)
- ・腕や脚にサポーターやウエイト(自由に動かない)
- ・耳栓(音が聞こえにくい)
- ・特殊な手袋(細かい作業がしにくい)

を装着して、街を歩いて、コンビニで現金で買物をしたりします。

座学では、相手への尊厳、相手が不要と思うまでのお手伝いをしない事を指導されます。

実技では、着替や食事のお手伝い、車椅子の操作を学び、総仕上げとしてケーススタディのグループワークを行います。

この資格は、今も役に立っています。先日の事、ファーストフードの前で白杖をお持ちの方がお困りの様子でした。お声かけすると「お店混んでますか？」とおっしゃるので、

「レジまでご案内しましょうか？」

「お願いします」

レジ前につくと

「大丈夫です。ありがとう」

レジ係の女性が私に笑顔を返しました。

災害が発生し避難生活となれば、誰もが助け合って過ごさなければなりません。その時、この資格はきっと役に立つと思っております。(岩撫)

### 【編集後記】

○「共生」という言葉があります。共に生きるのです。(岩撫)

○「サービス介助士」の資格を持つことはとても心強いです。資格を持っていなくても、誰かが困っている場に遭遇した時、声掛けすることが第一歩と思います。(付岡)

○熊本地震でライフラインが止まった時、熊本 YMCA のプールの水が生活用水に使われたり、シャワーで汗を流したりする方が多くいたとの報告を受けました。横浜北 YMCA も室内プールがありますので覚えておいてください。(鴨下)

○火災避難のとき口鼻に当てるタオルは濡らさなくて良いです(まだ誤解が残っているようなので) (室伏)

○スカウトのモットー、ボーイ隊の下の学年、カブ隊スカウトは「いつも元気」、ビーバー隊スカウトは「なかよし」です。被災時はこちらが大切かもしれませんね。(中島)