

## ボラパック説明会 Q&A マニュアル

2011.9.04

### 持ち物・荷物について

質問	回答
スーツケースで行っても大丈夫ですか？	現地ボランティアセンターの 50m ほど手前のところにバスが停車します。そこからご自身で引いていける方はご利用ください。「全ての荷物を自分で一度に持ち運べること」が目安です。
活動中は大きな荷物はどこかに置いておけますか？	宿泊場所である武道場に置いておくことができます。ただし、貴重品は置かないようにしてください。
下着は日数分必要ですか？	屋外作業が多く汗をかくことが予想されます。非常時に備える意味でも余裕をもって持参してください。
足りない物は現地で買いに行くことはできますか？	車で買い出しに行くことはできますが、共有車なので自由に使えるわけではなく、毎日買い物に行くことができるとは限りません。そのため、買い出しに行かなくても大丈夫な準備をご用意ください。
ハンガーは持って行った方がよいですか？	宿泊スペースにあるハンガー等は自由に使うことができますので、特に必要ありません。
寝袋は冬物を用意した方がよいですか？	現時点では 3 シーズン用寝袋が良いでしょう。朝晩は冷え込む日もありますので、毛布やブランケット等を掛けて対応してください。
日中の暑さ対策としてはどのような物を用意するとよいですか？	<ul style="list-style-type: none"> <li>・帽子（必須アイテム）</li> <li>・塩飴、スポーツドリンクの粉末（熱中症予防）</li> <li>・急冷材や首を冷やすタオル</li> <li>・うちわ、扇子などあおぐもの</li> </ul>
朝夜の寒さ対策としてはどのような物を用意するとよいですか？	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ブランケット</li> <li>・カイロ</li> </ul>
薬はありますか？	備え付けのボラパック用応急手当セットはありますが、あくまでも応急手当てに使うものが入っています。持病の薬や普段飲み慣れた薬、虫刺され薬、特にバスや車に酔いやすい方は酔い止め薬を持参してください。

### 生活環境について

質問	回答
宿泊施設はどのような所ですか？	武道場に宿泊します。畳が敷いてありますが寝具はありませんので、寝袋などの準備をお願い致します。

水道の水はそのまま口に入れることができますか？	飲むことができます。
携帯電話の充電は可能ですか？	可能ですが共同でコンセントを使用しますので、譲り合ってください。自分用のタップがあると便利です。
洗濯はできますか？	洗濯機は、近隣のキャンプ場のご厚意でお借りできるものと、山田ボラセンのものがありますが、自由に使用できない可能性があります。手洗いは可能です。洗剤はありませんのでご持参ください。 (※2011/09/04 女性用洗濯機は故障中と報告あり)
洗濯物を干す場所がありますか？	あります。就寝スペースには物干しロープやハンガーもたくさんありますので自由に使うことができます。但し、男性スペースは干す場所が少ないです。
これからの夏の虫対策はどのようにすればよいですか？	ご自分の体質に合った虫除けスプレーや塗り薬などをご持参下さい。(ハエが異常発生しているのでハエ取りが活用できます)
お風呂はありますか？	現地ボランティアセンターの近くにあるキャンプ場のシャワーを、管理人さんのご厚意で使わせて頂いています。
冷蔵庫はありますか？	現地の方からの寄贈で、ボランティア用に男女一台ずつあります。他団体さんとの共同です。
ごみはどうしたらよいですか？	ごみの分別や清掃はメンバーの皆さんでお願いします。三重から持ち込んだものは持ち帰る心づもりで、途中の道の駅などでは捨てないでください。

## 服装等について

質問	回答
出発時は私服でよいですか？ 現地に着いてから着替える時間がありますか？	出発時は私服でもかまいません。ただし、ボランティアセンター到着後、すぐに着替えられるようにしてください。
どんな服装で行ったらよいですか？	<p>&lt;ガレキ撤去&gt; 汚れてもよい動きやすい服装。安全のため長袖長ズボンを着用してください。</p> <p>&lt;保育園での雑務&gt; 動きやすい服装(ただし子どもと触れ合うこともあるので衛生面も気を付けましょう)</p> <p>&lt;物資搬入&gt; 動きやすい服装。運動靴。園芸用手袋があるとよいでしょう。</p>
会社の作業着を着て行ってもよいですか？	会社が良いのであれば構いません。

寝る時の服装は夏用でも良いですか？	明け方は気温が低くなります。薄めの長袖を着たり、ブランケットなどかけたりするなど、体温調節がしやすいようにしていただくと良いと思います。いつ余震が来るかわからないので、避難できる服装で寝てください。
保護メガネとゴーグルではどちらがよいですか？	ゴーグルの方が粉じんの侵入をより防ぐのでおすすめします。また、ゴーグルは使用中にくもりやすいのでくもり止めの使用をおすすめします。
防塵マスクは毎日使い捨てた方がよいですか？	使う物やボランティア本人の気にする程度にもよりますが、安全衛生上、使い捨てることをおすすめします。
コンタクトなのですが、メガネも必要ですか？	必要です。山田町は風がきつく、コンタクトは乾きやすいです。また、風で粉塵が舞いますので、眼の保護をする必要があります。
長靴と安全靴ではどちらがよいですか？	現在は長靴の必要性が高くなっています。安全中敷は必須です。いずれもホームセンターなどで販売されています。
長靴の丈の長さは？	ショートブーツよりは丈の長いものをおすすめします。長靴は入口が絞れるものであれば、泥や木片、ガラスなど危険物の侵入を防ぐことができます。
靴は、作業用のみの1足でよいですか？	作業靴に加え、下記のものがあれば便利です。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・搬入作業用に脱ぎ履きしやすい運動靴</li> <li>・バスの中、シャワーをお借りしているキャンプ場やトイレへの移動の際のスリッパ</li> <li>・室内作業で足の汚れが気になる方は中履き</li> </ul>
手袋の種類や枚数は？	<ul style="list-style-type: none"> <li>・物資搬入などでゴム付の軍手または園芸用手袋</li> <li>・ガレキ撤去ではガラスなどが見られるため皮手袋</li> <li>・水場作業の際は長めのゴム手袋など</li> </ul> それぞれ汚れた時のために複数枚あると好ましいです。革手袋は必ずご用意ください。

## 食事について

質問	回答
現地での食事はどうなっていますか？	朝食は各自持参したものを食べてください。 昼食（おにぎり 2 個 300 円）・夕食（日替わり弁当 500 円）を手配することができます。
食事が量的に足りない時は？	お弁当が 1 食では足りない方は 2 食購入することも可能です。
カップ麺等を作る時お湯は使えますか？	みえボラ専用で男性側にポットが 1 台、女性側に電気ケトルが 1 台ありますので、みなさんと共有で使うことができます。

自炊はできますか？	携帯用コンロを持ち込むなどすれば可能ですが、宿泊場所の室内は火気使用禁止ですので、屋外で使用してください。 (※火器を使用する際は必ず現地ボランティアセンターの許可を得ること)
お酒を飲んでもよいですか？	安全衛生上、ボラパック参加期間中の飲酒は禁止しています。
冷たい飲み物がほしい時は？	自動販売機が 5 台あります。ただし、品切れになっているときや、おつりが切れているときがあるのでご注意ください。

## お金について

質問	回答
現金はいくら位持っていけばよいですか？	<p>&lt;参加費(交通費)&gt; 1万円を出発時にいただきます。</p> <p>&lt;食費&gt; 朝食代(各自用意)、昼食 300円(1食)、夕食 500円(1食)が現地に滞在する日数分かかります。さらに、移動中の食費も必要です。</p> <p>&lt;温泉&gt; 帰路の途中、クールダウンするために温泉に寄ります。そこで 3,000円前後が必要となります。</p> <p>&lt;お土産&gt; 道の駅などでTシャツなど現地限定のお土産を購入できます。欲しい方は考慮してください。</p> <p>合計すると、20,000~30,000円程度は必要です。</p>
ATMは使えますか？	近くのコンビニで利用することができます。常に利用できるとは限らないのでご注意ください。
郵便局はありますか？	近くに郵便局がありますが、混雑するため常に利用できるとは限りません。

## ボランティア活動について

質問	回答
具体的にどのような作業をしますか？	<p>一例として、がれきの撤去や清掃、資材の整理、子どもの遊び相手、写真洗浄、物資の仕分け・搬入など。状況によってニーズは変わります。</p> <p>(※各自が希望の作業をできるとは限りません)</p>

現場作業に行く時はどのような物を持っていきますか？	作業に必要な作業道具（スコップ、土のう袋、等）は現地ボランティアセンターから貸し出されます。貴重品・水分は各自で持っていてください。
ケガをしたときはどうしますか？	応急手当をし、リーダーと現地ボランティアセンタースタッフに報告の上、必ず医師の診察を受けてください。

## 日程・交通手段について

質問	回答
途中で体調を崩したり急用の場合、自費で帰ってくることはできますか？	可能です。後日、片道分の交通費 5000 円を返金させていただきます。 体調を崩された場合、宿泊先で休むことができます。また、近くに病院もありますので、現地で治療・休養されてからメンバーと一緒に帰ってくることをおすすめします。
途中下車は可能ですか？	原則としてできません。
1 便分で帰るつもりだったが、途中で延長することは可能か？	連続 2 便までは活動できますが、バスの乗車人数の都合によりご希望に沿えないこともありますので、必ず事務局までご相談ください。