

# 災害ボランティアを対象とした防災教育の実践報告

## ～メンタルヘルス対策を中心に～

鈴江 毅\*

### Research on the educational program for disaster volunteers from the mental health approach

Takeshi Suzue

#### 要旨

東日本大震災の復旧・復興にあたっては、多数の災害ボランティアが参加し、大きな成果を上げてきた。またその後も日本各地で頻発する震災・水害・土砂災害・大規模事故など様々な災害の現場で、災害ボランティアの活動が活発化している。しかしそれら災害時・災害後の過酷な状況では、専門家と呼ばれる人だけでなく、一般の災害ボランティアもカウンセリングの基礎知識を習得したうえで、被災者の心に配慮した言動や行動が求められる。また、ライフラインが未復旧の現地において、ボランティア自らが心身の健康を維持することも大切となる。

今回このような災害ボランティアが心得ておくべきメンタルヘルスに関する講習会を開催した。講習会参加者は大学生や地域の保健医療・福祉関係者など99名であった。講習会の内容は、「各地の災害の実践から」、「ボランティアの心得・ボランティア保険について」、「自己の健康管理について」、「被災者の話を伺う時の心得」などであった。講習会の企画段階で意図した「実際の活動支援から、ボランティア保険、メンタルヘルス対策、公衆衛生的視点までを組み込んだ総合的かつ実践的なプログラム」として機能したことが実感された。さらに自己完結の徹底、コミュニケーションや傾聴の重要性など災害ボランティアの基本的事項が整理され、実際の活動に役立つものと考えられた。また豊富なデモンストレーションや全員参加のロールプレイなどの実習を重視したメンタルヘルス対策の重要性が再認識され、今後の災害ボランティア教育には、PFA (Psychological First Aid : 心理的応急処置) 研修などを取り入れていく必要があると思われた。

これらの結果およびPFA研修などを参考に、メンタルヘルス重視の継続的支援を目標とした災害ボランティア教育の総合的カリキュラム案を作成した。今後はこれらの案をさらに検討し、実際に防災教育を行った上でフィードバックを繰り返し、よりよい災害ボランティア教育を実現していく予定である。

キーワード: 災害ボランティア、防災教育、メンタルヘルス、PFA (Psychological First Aid)

## I はじめに

近年、大規模災害の発生に伴い、被災者への支援が重要な課題となっている。平成7年の阪神淡路大震災、平成23年の東日本大震災など、最近の災害においても、災害発生直後より短期的あるいは長期的に多数の災害ボランティアが参加し、瓦礫撤去や避難所支援など様々な活動を行い、復旧・復興には欠かせない存在となっている<sup>12)</sup>。

災害ボランティアとは、「災害発生後に、被災者の生活

や自立を支援し、また行政や防災関係機関等が行う応急対策を支援する、自発的に能力や時間を提供する個人・団体」である。災害ボランティアは機能によって、医師や看護婦、通訳等専門的な技術や知識を活用する専門職ボランティアと一般ボランティアに区分される。また、ボランティアの所属としては、1) 組織や団体に所属するボランティア: NGO や NPO、企業及び宗教団体等、組織や団体に属するボランティアで、自らの行動規範で活動する。2) 個人ボランティア: 学生や勤労者の中で、組織や団体に属さず、個人の資格で参加する活動経験の少ないボランティアが多い。3) 後方支援や資金の提供: 直接被災地で活動する支援ではなく、

\* 静岡大学教育学部

被災地以外で資金・機材等の支援を行う。」に分類される<sup>9)</sup>。

また、「災害対策基本法」では、第五条の三で、国及び地方公共団体は、ボランティアによる防災活動が災害時において果たす役割の重要性に鑑み、その自主性を尊重しつつ、ボランティアとの連携に努めなければならない。とある<sup>4)</sup>。

「防災基本計画」においても、第2章 防災の基本方針として、「周到かつ十分な災害予防：国民の防災活動を促進するための住民への防災思想・防災知識の普及、防災訓練の実施、並びに自主防災組織等の育成強化、ボランティア活動の環境整備、企業防災の促進等」および「迅速かつ円滑な災害応急対策：ボランティア、義援物資・義援金、海外からの支援の適切な受入れ」の記載がある<sup>5)</sup>。

わが国における災害ボランティアに関する記録としては、1923年（大正12年）の関東大震災において、当時の東京帝国大学の学生が上野公園などで被災者の支援にあたったという記録がある。その後、1948年（昭和23年）福井地震、1990年（平成2年）から雲仙噴火災害、1993年（平成5年）北海道南西沖地震などでも災害ボランティアが活躍した。（「災害白書」より）1995年（平成7年）の阪神・淡路大震災では延べ137万7300人のボランティアが全国から参集し、「ボランティア元年」といわれた。同年「防災基本計画」が改訂され、「防災ボランティア活動の環境整備」「ボランティアの受入れ」に関する項目が追加された。また災害対策基本法の改正により「ボランティア」という文言が法律中に初めて登場した。その後「ナホトカ号」重油災害、有珠山噴火災害、東海豪雨など各地の災害において、災害ボランティアは不可欠の存在となってきた。2011年（平成23年）の東日本大震災においても、震災発生後1年間だけでも926,200人の災害ボランティアの活動が記録されている。災害ボランティアの内訳は、社会人、大学生、医療関係者、福祉関係者など様々であり、特に医学生<sup>6)</sup>、薬剤師<sup>7)</sup>、助産師<sup>8)</sup>の活動など、多くの報告がなされている。その後も台風被害、大雪による災害、河川の氾濫など多くの災害地において災害ボランティアの活動が続けられている。

これらの活動の中から、災害ボランティアの問題点や今後の課題として、ボランティア活動の統一性、地区組織活動の活性化、安全衛生、機関連携、支援体制の整備などが挙げられている<sup>9)</sup>。またライフラインが未復旧の現地において、ボランティア自らが心身の健康を維持することも大切とされている<sup>10)</sup>。

これらの問題点に対処するためにも、現地での災害ボランティア活動に際しては、学生から社会人まで様々なレベルで、ボランティア活動の基本などの教育・訓練が必要とされ、惨事ストレス予防のための心理教育介入<sup>11)</sup>、看護学生への教育<sup>12)</sup>、透析医療の観点からの準備<sup>13)</sup>、大学の保健管理センターからの災害ボランティアにおける注意<sup>14)</sup>などが行われている。しかしながら、時間や場所の制限、対象者の絞り込みなど様々な要因もあり、比較的短時間でメンタルヘルス面を含めてボランティア養成を目的とした講習会は少ない。

A大学ではかねてより、A大学メンタルヘルスアップ・プロジェクトを発足し、大学・地域の自殺予防および精神的健康の増進を目的とした講習会等を開催してきた。

2011年（平成23年）3月11日に発生した東日本大震災に際して、A大学内でもDMAT（Disaster Medical Assistance Team：災害派遣医療チーム）を派遣するとともに、学生を中心としたボランティア志望者が活動するべく立ち上がりつつあった。しかしボランティア参加志望者からも実際の現地での活動に不安視する声もあり、大学からのなんらかの発信が必要と考えられた。そこでA大学危機管理研究センターと共同で、災害ボランティアに向かう人々に対して、これらの課題を克服するために、実際の活動支援から、ボランティア保険、メンタルヘルス対策、公衆衛生的視点までを組み込んだ総合的かつ実践的なプログラムで災害ボランティア養成講習会を立案し、実際に講習会を開催した。

## II 目的

災害ボランティアに向かう初心者を中心に、実際の活動支援から、ボランティア保険、メンタルヘルス対策、公衆衛生的視点までを組み込んだ総合的かつ実践的なプログラムを用いて、災害ボランティア養成を目的に講習会を開催した。今回はその活動について報告するとともに、講習会の有効性あるいは反省点をあきらかにしたうえでプログラム改善を行い、今後取り組まれる防災教育のカリキュラムを含めて、防災ボランティアにおけるメンタルヘルス対策を概観することを目的とする。

表1 講習会当日の内容

主催	A大学危機管理研究センター・A大学メンタルヘルス向上に関するプロジェクト		
場所	A大学キャンパス研究交流棟5階研究者交流スペース		
期日	平成23年4月28日（木曜日）18:30-20:00		
対象	災害ボランティア志望者（一般、個人、学生）		
定員	70名		
受講料	無料		
講習会	時間	内容	担当者
	18:30-18:35	1. あいさつ	A大学危機管理研究センター
	18:35-18:50	2. ボランティアの心得 ボランティア保険について	A県社会福祉協議会
	18:50-19:10	3. 各地の災害の実践から	B市消防職員協議会副会長
	19:10-19:20	4. 自己の健康管理について	A大学医学部公衆衛生学教授
	19:20-19:50	5. 被災者の話を伺う時の心得 (実習)	A大学医学部公衆衛生学准教授 A県立高等学校教諭 C大学看護学部講師
	19:50-20:00	6. 質疑応答	講師全員

### Ⅲ 結果

開催した講習会の概要については、下記の通りである。  
「災害ボランティアが心得ておくべきメンタルヘルスに関する講習会」

開催日時：平成23年4月28日（木）18:30～20:00

開催会場：A大学キャンパス 研究交流棟6階 生涯学習教育センター 第1講義室

対象者：災害ボランティア志望者（学生、社会人など）

主催：A大学危機管理研究センターおよびA大学メンタルヘルス向上に関するプロジェクト

講座内容：

1. あいさつ
2. 各地の災害の実践から
3. ボランティアの心得、ボランティア保険について
4. 自己の健康管理について
5. 被災者の話を伺う時の心得
6. 質疑応答

講座開催に先立ち、開催趣旨を説明したパンフレットを作成し、対象者の災害ボランティア志望者（学生、社会人など）以外にも、本大学内の全学部の教職員・学生はもとより、A県下の大学・短期大学、消防署や危機管理課などの行政機関、医療・社会福祉の関係者などに配布し、参加

を呼びかけた。講習会開催当日の内容を表1に示す。

講習会参加者は大学生やボランティア志望の社会人など99名であった。参加者の男女別内訳は男性58名、女性41名であった。職種別では、保健医療関係者18名、福祉関係者17名、大学生17名、大学教職員12名、防災士12名、消防士3名、その他社会人20名であった（表2）。

以下、講習会の内容について報告する。

1. あいさつ（A大学危機管理研究センター所長）  
本講習会の目的および意義、大学としての支援体制などについて簡単な説明がなされた。
2. 各地の災害の実践から（B市消防職員協議会副会長）  
各地の災害の実践からの実際にボランティア活動を行う

表2 講習会参加者の概要（人数）

性別	男性	58
	女性	41
	合計	99
職種別	保健医療関係者	18
	福祉関係者	17
	大学生	17
	大学教職員	12
	防災士	12
	消防士	3
	その他社会人	20

のにあたり、最小限必要な事項が説明された。「災害ボランティアで心がけること」として、ボランティアの押し売りは行わない、相手の「気持ち・事情」を話の中で察し、心のケアを心がける、適度な休憩・終了時間の順守、個人個人勝手な行動は行わない、ボランティア参加者自身の心のケア、・出発前に現地の情報をできるだけ入手し、必要なものは事前に揃える、などが重要であることが指摘された。まとめとして「自己完結の徹底（交通手段：宿泊：食事：その他必要なもの）」が強調された。

### 3. ボランティアの心得、ボランティア保険について（A県社会福祉協議会地域福祉課課長）

ボランティアの基本的な心得についての講義の後、「災害ボランティアセンター」について説明され、災害ボランティア活動に関する注意事項が列挙された<sup>16)</sup>。またボランティア活動保険については、全国社会福祉協議会が窓口になって保険会社と契約している団体保険の紹介が行われた。

### 4. 自己の健康管理について（A大学医学部公衆衛生学教授）

被災地でボランティア活動を行うのに必要な自己の健康管理について、公衆衛生の立場から実践的知識が教授された。まず「被災地・避難所でボランティアを計画されている皆様の感染症予防について」として予防接種や現地での健康管理の重要性が指摘された<sup>16)</sup>。次に災害ボランティアが活動中に被災地で倒れたり、また活動後にメンタル不調になったりすることを予防するために、自分自身が被災地に行く活動をするのが良いか、被災地に行かずに現在住んでいる場所での支援活動をするのが良いかの判断を助けるためのものとして「被災地でのボランティア活動参加を決める前に」が紹介された<sup>17)</sup>。さらに「災害ボランティアの『お作法集』～活動に参加するあなたへ、みんなでまもりたいこと～」として、①規範（きはん）、②工夫（くふう）、③べからず、などが紹介された<sup>18)</sup>。また「健康管理について」では現地情報、作業内容の確認から日々の健康チェック、基本的衛生の重要性が示され「がれき撤去、泥出し、掃除等」では保護具の正しい着用などについて<sup>19)</sup>、説明および実際の活動についての注意が喚起された。

### 5. 被災者の話を伺う時の心得（A大学医学部公衆衛生学准教授、A県立高等学校教諭、C大学看護学部講師）

災害ボランティアに最低限必要なコミュニケーションの基本およびメンタルヘルス対策の初歩について簡単な講義がなされた後に、挨拶から傾聴訓練（話の聴き方の演習）、

コンプリメントシャワーまで実習が行われた。主な講義・実習内容を抜粋して以下に紹介する。

#### 1) ボランティアに求められるコミュニケーション資質とは？

以下のような内容の講義がなされた。

・災害を体験した人は、大人も子どもも深く傷ついている。その際の心理的ストレスは被災者の方たちの様々な側面に深刻な影響を及ぼしている。このつらい時期を乗り越えるためには、被災者たちの力だけでなく、ボランティアの人たちが彼らの傷ついた心を理解し、温かい愛情のこもった支援をすることが大切である。

・ボランティアの人たちの力に支えられてはじめて、被災者の人たちは徐々に元気を取り戻すことができる。ボランティアの人たちとの温かいコミュニケーションが、彼らの不安を和らげるために大いに役立つと考えている。

・自分が傷つきつらいときや困ったときに、話してみようという人は、どのような人なのであろうか。それは、「温かい眼差しを注いでくれる人」「やさしく声をかけてくれる人」「ちゃんと話を聞いてくれる人」「口のかたい人」「自分の意見を言わずに、私の話を聞いてくれる人」「裏切らない人」「自分のことのように考えてくれる人」ではなからうか。それこそが、ボランティアに求められるコミュニケーション資質だと考えている。

#### 2) 話の聴き方の演習

次に、以下の順にグループワークなどの演習が実施された。

- ・アイスブレイキング（自己紹介）
- ・えらそうな聴き方
- ・かかわりの少ない聴き方
- ・積極的すぎる聴き方
- ・関心を示す温かい聴き方
- ・言語以外のコミュニケーション

#### 3) 関心を示す温かい話の聴き方

以下のような技法について紹介された。

- ・Facing（相手の顔や表情をしっかりと見る）
- ・Eye-contact（相手の目線を穏やかに見守る）
- ・Listen（少し身を乗り出すように話を聴く）
- ・Open（胸を開き、心を開いた姿勢をとる）
- ・Relax（リラックスした気持ちで聴く）<sup>20)</sup>

#### IV 考察

災害ボランティアに関しては、東日本大震災の直後より、様々な活動が行われ、多くの実績をあげている。しかし日本においてはまだまだボランティアという概念が浸透していない面もあり、ボランティア活動の統一性、地区組織活動の活性化、安全衛生、機動連携や支援体制の不備などボランティアゆえの問題点も指摘されている。長期間にわたって被災者が避難所生活を余儀なくされている過酷な状況では、専門家と呼ばれる人だけでなく、一般の災害ボランティアもカウンセリングの基礎知識を習得したうえで、被災者の心に配慮した言動や行動が求められる。また災害ボランティアに限らず、様々な地域で住民を対象に活動する際には、最低限メンタルヘルス対策およびコミュニケーション能力の基本的知識と基本的行動ができることが必要であると考えられる。今回の講習会を受講することにより、災害ボランティアの基本的事項が整理され、実際の活動に役立つ内容であったと思われる、本講習会を開催した意義は十分に達成されたと考える。以下、今回施行した講習会の内容を受講者の理解の深度やニーズ把握等より多角的に分析し、本講習会プログラムの理論的な解析を試みた。

まず、「各地の災害の実践から」では、様々な事例の紹介とともに災害ボランティアで心がけることの実例が示され、ボランティアの基本の理解に役立つものであった。次の「ボランティアの心得、ボランティア保険について」は、まさに実践的な内容で、災害ボランティアセンターでの活動の仕方やボランティア保険の掛け方まで丁寧な説明がされた。ボランティアは自己責任が基本であり、自己の安全を確保するために保険をかけることの重要性が指摘された。また、講習会参加者にボランティア保険の必要性を十分に理解してもらうことができた。ボランティアが初めてという受講者からは、「万一のことを考え保険は大事だと思う」、「周囲の人たちからの不安払拭にも有効である」「具体的にボランティア保険に入りたい」など、声が聞かれた。

次に、「自己の健康管理について」では、軽視されがちなセルフケアについて説明がなされた。特に公衆衛生的な部分は長期的活動も踏まえたものであり、東日本大震災の津波被害の場合のみならず、台風、水害、噴火被害、地震、津波、高潮、大規模事故、テロ・戦争など、世界の様々な被災地で活動する際に不可欠なものである。受講者は自己の健康管理について深く理解し、「実際のボランティア活動で役立つ」「心配している保護者へ安心を与えるためにも必

須である」などの受講者の声があり、ニーズに応えたものとなっていた。

最後の「被災者の話を伺う時の心得」では、メンタルヘルス専門家ではない災害ボランティアが、最小限必要とするコミュニケーション能力やメンタルヘルス対策の基本について知識を伝えるとともに、簡単な傾聴訓練やロールプレイなどの実習を行うことで、具体的かつ実践的な効果が得られた。受講者からは、「今までは理論しか習ってこなかった」「実際にロールプレイを行うことで自信が持てた」「普段の生活にも応用できるのでは？」などの声があがり、受講者の深い理解と実際の行動に移す準備ができていたことが伺われた。

講習会のすべてのプログラムの終了後には、参加者から「参加してよかった」、「初めてなので不安だったが見通しが持てた」、「これで心配が軽減された」「実習などの時間が短かったのが残念」などの感想が寄せられた。講習会の企画段階で意図した「実際の活動支援から、ボランティア保険、メンタルヘルス対策、公衆衛生的視点までを組み込んだ総合的かつ実践的なプログラム」として機能したことが実感された。

しかしながら今回の講習会では、緊急的に開催された面もあり、短期的な活動支援の基本的な事項のみ、しかも講義中心で、実習は簡単な傾聴訓練やロールプレイなどにとどまり、全員が個別に十分な実習を施行することができなかった。その反省に立ち、今後の災害ボランティア講習会では、支援前の十分な準備、支援中の被災者・ボランティア双方の危険回避、支援終了後の注意点など、中・長期的視点と、豊富なデモンストレーションや全員参加のロールプレイなど、実際にそして直ちに役立つ実習等を取り入れたプログラム開発が必要だと考えられた。また今回は準備不足で用意していなかったが、今後は講習会前後あるいは、ボランティア活動後など、数回にわたってアンケート調査などを行い、参加者の実態把握および講習会の効果を判定し、より効果的な講習会の開催を目指す必要があると考えられた。

なお最近では、被災者への心理的支援および災害ボランティア自身のセルフケア等に関しては、WHO版PFAなどの国際的な基準に従い1日かけたプログラムを用いた研修会が国際的にも開催されている<sup>2)</sup>。PFA (Psychological First Aid) は、「心理的応急処置」と訳され、World Health Organization、War Trauma Foundation、World Vision

表3 災害ボランティア教育の総合的カリキュラム案

講座名：災害ボランティア養成講座～メンタルヘルス対策を中心に～	
対象者：災害ボランティア希望者（大学生・社会人など）	
（一つの研修は25名程度を上限とする。参加人数が多い場合は2つないし3つの班に分けて研修を行う。実習等を体験する機会を増やし、参加者からのフィードバックや質疑応答などを重要視しているため、人数制限を行う）	
所要時間：基本的には1日研修会とする	
（シミュレーションやロールプレイなど実習を繰り返す行うため、十分な時間をとることとする。しかし現場の状況に応じて、半日で行う場合や二日間にしてじっくり行う場合も想定している）	
講義・実習内容：以下のような順序と時間配分とする	
1. 各地の災害の実践から	(20分)
2. ボランティアの心得・ボランティア保険について	(20分)
3. 自己の健康管理について	(20分)
4. PFA研修	(前半3時間・後半3時間)
1) 講義：「イントロダクション・アイスブレイク・基本ルールの説明」	
2) シミュレーション・・・参加者を被災者役と支援者役に分けてその場で避難所運営のシミュレーションを行う	
3) 講義：「概論・活動原則について」（準備・見る・聴く・つなぐ）	
4) ケースシナリオを用いたグループワーク・・・地震・交通事故などのケースを用いる	
5) ロールプレイ・デモンストレーション・・・避難所で被災者と支援者のやりとりを再現する	
6) コミュニケーション・エクササイズ・・・支援者役と目撃者役に分かれて、コミュニケーションスキルの実習	
7) ロールプレイ・・・複数の状況設定のもと、支援者役を交代で演じる。観察者役が意見を述べる	
8) 講義：「特別な配慮を必要とする可能性の高い人」・・・若年者、高齢者、障害者などに配慮する	
9) セルフケア・グループワーク・・・個人・同僚・組織に分け、支援前・中・後の行動をディスカッションする	
10) 講義：「倫理綱領」・・・支援者として守るべき倫理的事項	
5. 質疑応答・全体のまとめ	(10分)

International の3機関の協働で作成され、24の国際機関 (UN/NGO) が推奨しているプログラムである。PFAは、深刻なストレス状況にさらされた人々への人道的、支持的かつ実際に役立つ援助であり、次のような基本的原則にのっとっている。

- ・押しつけがましくない、実際に役立つケアや支援
- ・ニーズや心配事の確認
- ・水や食料など、必需品の援助
- ・無理強いせず、傾聴する
- ・安心させ、落ち着かせる
- ・被災者に、情報や公共サービス、社会的支援をつなぐ
- ・さらなる危害からの保護

PFA研修会は基本的には1日を使って行うプログラムであり、現在までに全国各地で200回以上開催されており、研修修了者は2,200人以上にのぼる。PFAは被災者への心理的支援であるが、被災者を傷つけない原則や、セルフケアや仲間のケアの重要性、そして支援前・中・後まで含めた支援方法などについての講義に加え、豊富なデモンストレーションや全員参加のロールプレイなど、実際にそして直ちに役立つ実習が重視されたプログラムになっている。以上より、PFAは災害ボランティアの課題の多くを克服する可能性のあるプログラムであり、現時点では災害ボランティアを含め被災者支援を担う人々を対象とした最も効果

的なプログラムと考えられた。今回の講習会の開催時点では、WHO版PFA研修会はわが国ではまだ十分に浸透しておらず、取り入れられなかった。また、対象がボランティア初心者であり、また時期的にボランティア出発の直前であったため時間がなく、3時間程度の講習会とした。本来はレベル別に1日あるいは数回に分けてじっくり講義や訓練を受けるべきと考えられる。今後は、WHO版PFAなどのプログラムを取り入れて、少なくとも1日かけた講習会を受講したうえで活動を開始するべきであると考えられた。以上、これらの結果およびPFA研修などを参考に、メンタルヘルス重視の継続的支援を目標とした災害ボランティア教育の総合的カリキュラムの改良案を作成した(表3)。

A大学メンタルヘルス向上プロジェクトでは、今回の講習会の成果および反省点やWHO版PFAなど他のプログラムを参考に作成した、継続的支援を目標にした災害ボランティア養成のカリキュラム案をさらに検討し、実際に防災教育を行った上でフィードバックを繰り返し、よりよい災害ボランティア教育を実現していく予定である。

## 参考文献

- 1) 管鷹志保, 山下祐介, 渥美公秀. 災害ボランティア論. 弘文堂. 2009.
- 2) 全国社会福祉協議会地域福祉部全国ボランティア活動振興センター. 【災害対策の新たな視点 震災から10年を経て】風水害・地震等に対する福祉救援・災害ボランティア活動の状況について. 月刊福祉 88(1): 36-39. 2005.
- 3) 神戸市防災会議・神戸市. 神戸市地域防災計画(平成27年9月).  
<http://www.city.kobe.lg.jp/safety/prevention/plan/>  
(2016年1月25日アクセス可能)
- 4) 災害対策基本法(昭和三十六年十一月十五日法律第二百二十三号).  
<http://law.e-gov.go.jp/htmldata/S36/S36H0223.html>  
(2016年1月25日アクセス可能)
- 5) 内閣府. 防災基本計画.  
<http://www.bousai.go.jp/taisaku/keikaku/kihon.html>  
(2016年1月25日アクセス可能)
- 6) 伊関 憲, 高橋一則, 三澤友誉, 林田昌子, 篠崎克洋, 山下英俊, 佐藤慎哉. 東日本大震災における医学生の動向と災害ボランティア活動に関する調査. 日本臨床救急医学会雑誌 15(5): 685-689. 2012.
- 7) 谷 博子. 東日本大震災における被災地への薬剤師ボランティア報告 薬剤師災害ボランティア活動報告書. 千葉県薬剤師会雑誌 57(8): 565-568. 2011.
- 8) 田中 美子. 被災地からのレポート 日本助産師会の災害ボランティアへ参加して 宮城県東松原市の新生児訪問のかかわり助産雑誌 65(10): 916-919. 2011.
- 9) Okada Fumi. 災害時の自発的支援において介護ボランティアが直面する現実と課題 日本介護福祉士会に属する介護福祉士ボランティアの調査から (The Reality and Challenges Facing Care Work Volunteers during Support of the Vulnerable in Times of Disaster: From an investigation into care work volunteers belonging to the Japan Association of Certified Care Workers). Niigata Journal of Health and Welfare. 9(1): 54-65. 2009.
- 10) 尾島俊之. 【災害時に保健医療従事者は何をすべきか 期待と現実の Gap】災害におけるボランティアの役割. 保健医療科学. 57(3): 245-251. 2008.
- 11) Okanoya June, Kimura Risa, Mori Makiko, Nakamura Saki, Somemura Hironori, Sasaki Norio, Ito Yukio, Tanaka Katsutoshi. 災害ボランティアにおける惨事ストレスを防ぐための心理教育介入 (Psychoeducational intervention to prevent critical incident stress among disaster volunteers). The Kitasato Medical Journal. 45(1): 62-68. 2015.
- 12) 原田秀子, 田中周平, 張替直美. 災害訓練への参加を通じた看護学生の災害看護についての学び. 山口県立大学学術情報 5: 37-46. 2012.
- 13) 杉崎弘章. 透析医療の現場から 災害ボランティア活動を行うときに、どのような準備をすべきか. 透析フロンティア. 22(1): 24-27. 2012.
- 14) 吉川弘明. 災害ボランティアにおける注意点. 金沢大学保健管理センター年報・紀要. 38: 74-76. 2010.
- 15) 全社協 被災地支援・災害ボランティア情報. 水害ボランティア活動マニュアル. <http://www.saigaivc.com/> (2015年12月10日アクセス可能)
- 16) 国立感染症研究所感染症情報センター. 被災地・避難所でボランティアを計画されている皆様の感染症予防について. <http://idsc.nih.go.jp/earthquake2011/IDSC/20110317volunteer.html> (2015年12月10日アクセス可能)
- 17) 厚生労働科学災害ボランティア研究班・ボランティアの安全衛生研究会作成. 2011年3月16日版. 被災地でのボランティア活動参加を決める前に. <http://kiki.umin.jp/> (2015年12月10日アクセス可能)
- 18) 内閣府防災担当. 防災ボランティアの『お作法』集へ活動に参加するあなたへ、みんなでまもりたいことへ.  
<http://www.bousai-vol.go.jp/kihan/051106osahou.pdf>  
(2015年12月10日アクセス可能)
- 19) 中皮腫・じん肺・アスベスト センター. 復旧作業や片付けを行う人が知っておきたいほこり(粉じん)・アスベストに関する7つのポイントと防じんマスクの正しい装着法. <http://www.asbestos-center.jp/mask/points.pdf> (2015年12月10日アクセス可能)
- 20) バーンズ亀山静子, 矢部文 (訳) ピア・サポート実践マニュアル. 川島書店. 2002.
- 21) WHO. 心理的応急処置 (サイコロジカル・ファーストエイド: PFA) フィールドガイド.  
[http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44615/18/9789241548205\\_jpn.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44615/18/9789241548205_jpn.pdf) (2015年12月10日アクセス可能)