

## 재해시 자원봉사 활동에 관한 기초 지식

4월14일에 구마모토를 습격한 구마모토 지진은, 피해지에 막대한 피해를 초래했습니다. 이러한 재해가 일어나면 재해구원 자원봉사가 큰 힘을 발휘하고, 자원봉사의 활동에 큰 기대가 물려옵니다. 22일부터 재해 자원봉사 센터를 여는 자치단체가 생겼습니다. 그러나, 자원봉사를 통하여 여러분의 선의를 확실히 피해지역의 사람들에게 전하기 위해서는, 자원봉사를 하시는 한 사람 한 사람이 지켜야하는 재해 자원봉사의 마음의 준비나 예의범절이 있습니다. 여기에는, 재해구원 자원봉사 활동에 뜻을 두시는 여러분께, 재해 자원봉사의 기초 지식을 안내합니다.

재해 자원봉사란?

재해 시, ①능력이나 시간 등을 무보수로 제공하고, ②피해자의 생활이나 자립의 확보를 목적으로 하여 ③행정 등의 손이 닿지 않는 영역을 커버하고, ④자발적, 자율적, 창조적으로, 지원활동을 전개하는 개인이나 단체 말합니다.

재해 자원봉사의 요건이란?

◆재해 자원봉사의 「마음·기법·몸」

재해지원이란, 가혹한 장소에서 목숨을 살린다는 중대한 일

「마음」...사회공헌 혹은 피난민을 생각하는 뜨거운 마음(신뢰관계)

「기법」...지원에 필요한 기능이나 규범을 습득한다(기초 지식과 자율 규범)

「몸」...조직성이나 제휴성이 없어서는 안된다(협동제휴와 팀플레이)

◆활동에 8개의 원칙을 익히자

- (1) 무리는 하지 않는다(건강관리)
- (2) 자신의 활동에는 책임을 가진다
- (3) 활동에서는 매너와 룰을 지킨다...피해지역에 폐를 끼치지 않는다.
- (4) 평소부터 배운다는 마음가짐
- (5) 사람들과의 만남을 중요시 한다
- (6) 피해자와 서로 기댄다...피난자의 입장이 되어 생각한다
- (7) 피난자의 힘을 북돋는다
- (8) 다같이 힘을 합친다...피난자와 자원봉사가 함께 힘을 합친다

◆재해 자원봉사에게 요구되는 「4규범」

-자원봉사 활동을 의의 있는 사회공헌으로 하기 위해서-

자기완결: 식사, 이동, 숙박 등 모든 것을 자기책임으로 확보하고, 쓰레기도 갖고 간다.

자기관리: 부상이나 병이 나지 않도록, 안전 위생 관리에 노력한다.

자기조직: 집단으로 활동할 수 있게, 팀 만들기에 유념한다.

자기실현: 활동 속에서 많은 것을 배워서 성장하고, 자원 봉사로서의 달성감을 소중히 한다.

피해지역에 도착할때 까지 해야 할 일은 무엇인가?

(1)현지의 정보수집

피재측 상황과 지원측의 상황(지원의 필요성과 가능성)을 사전에 확실히 확인합니다.

①피해지역, 피난자의 요구를 확인... 신문 기타의 미디어로부터 「어디서, 누가, 무엇을」 요구하고 있을지를 확인한다

재해시 자원봉사 활동에 관한 기초 지식

②피해지역의 지리, 기풍, 기후 등을 확인한다... 「입향순속(로마에 가면 로마의 법에 따르라)」 기후정보는 안전관리에 빠질 수 없습니다.

③자원봉사활동 환경을 확인한다... 주차장을 포함하는 교통상황, 물이나 음료 등의 유통상황, 숙박시설의 상황, 자원봉사 센터의 개설상황 등.

(2) 접수처에의 연락

재해 자원봉사활동은 「팀플레이」가 원칙(효과적인 활동, 안전위생의 보장, 협동정신) 팀이 되기 위해서는, 수용(자기조직화)창구에 연락을 할 필요가 있습니다.

받아들이는 측: 현지 혹은 그 주변에서 「자원봉사센터」 「지원활동거점」 이 사회복지협의회나 NPO등에 의해 개설되어 있습니다. (우선은 인터넷으로 액세스)

보내는 측: 자치단체, 사회복지협의회, NPO, 대학 등에서 「자원봉사 창구」가 개설되고 있습니다. 「자원봉사 버스」 「자원봉사 팩」 등이 기획되어 있는 경우가 있습니다.

(3) 각자 교통 수단이나 숙박하는 장소를 확보

(4) 개인이 가져 가는 장비의 준비※표지 뒤: 작업 장비 메뉴얼을 참조해 주세요.

《참고장비》

복장: 움직이기 쉬운 복장, 밑바닥이 두터운 구두, 목장갑, 마스크 등

휴대품: 우비, 우산, 건전지, 쓰레기봉투 등

식료품: 음료, 비상식(사탕, 초콜릿등)

생활품: 타월, 세면 도구, 구급품, 양치약등

기타:건강보험증, 휴대전화, 지도, 메모 등

(5) 자원봉사 보험에 가입한다 (참가하는 단체에 질문해 주세요)

(6) 사전 연수나 오리엔테이션을 받는다

○피해지역에서 먼저 해야 할 일

매칭: 현지 「재해자원봉사센터」나 「자원봉사수용거점」에서, 일의 분배나 의뢰를 받는다 (자신이 할 수 있는지 없는지를 확인해서 받아들인다)

현지 리서치: 현지에 있는 선배 자원봉사 등으로부터, 인계를 포함한 유의사항을 배운다. 일을 시작하기 전에 현지주변을 돌아다니고, 위험한 장소나 상황 파악에 노력한다.

○활동중, 활동후에 해야 할 일

안전위생에 관한 관리...휴식을 확실히 확보한다. 종료시간을 넘어서 일을 하지 않는다. 2주 물을 지킨다.

피난자 목소리에 귀를 기울인다 신뢰 관계를 쌓고, 피난자의 요구를 알고, 서로 함께 배워간다.

활동 후 동료와 함께 되돌아본다 ...하루의 활동을 되돌아보고, 활동의 의미와 개선 점을 확인하고 「침착해지는 것」에 노력합니다.

보고서 작성...자원봉사 센터에 보고하고, 지원해 준 많은 사람들이나 앞으로 자원봉사 활동에 참가하는 사람들을 위해서, 그리고 무엇보다 자기자신을 위해서 보고서를 작성하고, 보고회를 개최합니다.

피해를 당한 분께 다가가는 방법

대피소란 어떤 곳인가?

●대피소의 역할

- 위험을 피하고, 일시적인 생활을 하기 위한 장소 제공
- 가족의 안부확인
- 생활 정보를 제공
- 식료·물·구원 물자 등의 배분

● 평소와 다른 곳

- ① 한 사람당 공간은 좁고, 언제든지 누구나 출입가능하며, 휴식이나 사생활을 유지하기 힘들어집니다.
- ② 잠을 자고 식사를 하는 것을 같은 장소에서 할 필요가 있으므로 생활의 신축성이 약해지는 경우가 있습니다.
- ③ 단수나 대량의 쓰레기로 인한 악취, · 이상한 냄새, 해충이 발생 하기도 합니다.
- ④ 식료품이나 물, 침구 등 구원물질이 골고루 미치지 않을 수도 있습니다.
- ⑤ 목욕이나 옷을 갈아입을 장소가 없거나, 화장실이 사용하기 힘들거나 해서, 청결을 유지기 어려워질 수 있습니다.

대피소생활을 건강하게 극복하는 요령

- 손을 잘 씻는다
- 양치질
- 운동
- 환기
- 수분을 부지런히 섭취한다
- 웃는다

대피소에 있는 시간과 마음의 변화 \* 피난자의 마음 상황을 잘 이해하고 자원봉사에 임합니다.

	신체	사고	감정	행동	주요한 특징
재해 발생후 수일(급성 기)	심박수 증가, 호흡이 빨라진 다. 혈압 상승, 땀이 나거나 몸의 떨림. 어 지러움이나 실 신	비합리적 사고. 사고능력 감소. 집중력 저하. 기 억력 저하. 판단 력 저하	망연자실, 공포 감, 불안감, 슬픔, 화남	짜증, 침착하지 못함, 경직화, 비 난하기 쉬움, 커 뮤니케이션 능력 저하	투쟁, 투쟁반응
1~6주간 (반응기)	두통, 요통, 피 로 폭적, 악몽, 수면장애	자신이 처한 힘 든 상황이 점점 바뀐다	우울감, 상실감, 최악감, 기분의 고양, 슬픔과 힘 듬, 공포가 자주 되살아난다.	피해현장에 돌아 갈 것에 대한 두 려움, 알콜 섭취 량 증가	억제하던 감정이 터져 나온다
한 달~반 년 (회복기)	반응기와 같지 만, 점점 증상 의 강도가 줄 어든다.	점점 자율적인 생각이 가능해진 다.	슬픔, 외로움, 불 안	피해 현장에 가 까워지는 것을 피한다.	일상생활이나 장 래에 대해 생각 하게 되지만, 재 해의 기억이 되 살아나, 힘든 생 각을 한다.
부흥기	재해 시 일어났던 일을 되돌아 봐도 스트레스 반응을 일으키지도 않고, 경험으로 받아들여, 다른 스트레스에 대응할 준비가 되어있는 상태가 된다. 개개인에 따라 회복 과정에는 차이가 있을 수 있다.				