

## 5 ム こういうときは 現地に行ってはならない

### I

#### 現地に行く前に

### もともと病気を持っている場合

心臓、肝臓、腎臓などに病気がある。持病を抱えている人がボランティア活動に参加するときは、必ずかかりつけ医に相談し、活動参加が可能かどうか確認しましょう。かかりつけ医の判断でボランティア活動が無理そうなときは、勇気をもってあきらめるか、他の可能な活動に予定を変更しましょう。現地で病気が悪化したとき、すでに疲労している被災地の医療者をさらに苦しめてしまっては本末転倒です。

精神科にかかっている、うつ病などの薬を飲んでいるときもかかりつけ医に相談しましょう。被災地の惨状を見たり、環境の変化に病気が悪くなってしまうことがあります。もし、現地の環境に堪えられないとかかりつけ医が判断した場合は、参加しないほうがよいです。

### 感染症のリスクがあるとき

熱がでている、せきをしている、下痢をしている…  
こういうときは感染症にかかっている可能性があります。被災地で周りに病気をうつしてしまったら、なんのためにボランティアに参加したのかわかりません。ときどき、せきをマスクでごまかして、熱を解熱薬で無理やり下げながらがんばってボランティア活動に参

加している人を見ます。その献身ぶりは素晴らしいですが、被災者の人たちがそのために苦しむのであれば、独りよがり以外の何者でもありません。ボランティア活動は自己満足のためだけに行ってはなりません。被災者の人たちに迷惑をかけないのは最低限のマナーです。しっかり病気を治して、それから参加しましょう。