

# 日赤青森県支部個人ボランティア 主な内容

## ☆日赤青森県支部事業のサポート

- 職員や指導員、防災セミナー指導者と共に地域での講習・防災セミナーの補助
- 講習・防災セミナーの一部（救急法、ひなんじょ体験、ダンボールベッド組立て、ハンドマッサージ、防災食作り等）を地域の人と一緒に実施
- イベントやブース出展のサポート  
（資機材の準備、搬入、ブースの担当など）
- 支部SNS運用協力（SNSの記事作成や編集・投稿、行事へカメラマンとして同行等）

## ☆災害ボランティア活動

- 職員と共に救援物資の積込みや被災地への救援物資の搬送補助
- 避難所等の情報収集（近隣に避難所が開設された場合の現地調査等）
- 災害ボランティアセンターでのボランティア活動  
※片付け作業等は被災地の災害ボランティアセンターの指示に従い活動します。

## ☆地域の困り事への対応や暮らしのサポートなどの活動

- 一人暮らし高齢者の生活支援・生きがいづくり  
（高齢者サロン、趣味教室の開催）
- 地域での清掃活動、防災教室の開催、協力
- 地域イベントでの運営ボランティア
- ボランティアの特技・資格を活かした活動
- JRC加盟校・加盟園の行事等の補助

