

# 元気に活動!



「密」を避けても  
作業が  
止まらない!

# 2班で 15分 交代

体調不良を  
感じたら  
リーダーへ



地域の方と  
一緒に  
休みましょう!

# しっかり休憩!

自衛隊などでも取り入れられている、重作業を効率的にすすめるための方法です。

熱中症対策、コロナウイルス感染症対策などのため、

## 同一グループで2班に分かれ、15分交代での活動を

こんなメリットがあります!

- 熱中症予防
- 「密集」「密接」の回避
- 作業効率のアップ
- 資機材の効率運用

災害ボランティアへのご参加ありがとうございます。皆さんの善意が被災者の皆さんにしっかり届くよう、災害ボランティアセンターは皆さんの健康と安全を第一に考えています。

災害ボランティアセンター