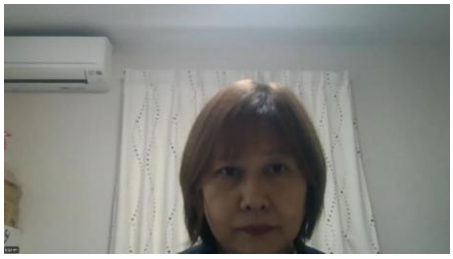
開催地名	高知県 香美市
開催日時	令和6年7月27日(土)10:00～11:30
開催場所	リモート開催
語り部	山縣　嘉恵(宮城県東松島市)
参加者	香美市の自主防災組織・防災対策課職員　計42名
開催経緯	出水期の災害対応は毎年あるものの、近年大きな災害は起こっておらず、本格的な避難所運営の経験がない状態にある。必ず来るといわれている南海トラフ地震は、超広域的に想像を絶する規模で発生すると想定されており、避難所は避難生活の現場そのものであるので、防災意識の高揚を促進し、自助・共助の強化を図りたい。
内容	■ はじめに 講演者の山縣嘉恵氏は、宮城県東松島市在住であり、東日本大震災において被災した経験をもとに、防災啓発活動を続けている。震災発生時、家族とともに避難を経験し、その後、地域防災の取り組みに積極的に関わるようになった。今回の講演では、震災当日の状況、避難生活の実態、そして地域の復興に向けた取り組みについて語られた。 山縣氏は、「災害は突然やってくるが、事前の備えと行動が重要である」と述べ、特に津波避難の重要性を強調した。さらに、避難の遅れが被害の拡大につながることを指摘した。 ■ あの日のこと 2011年3月11日、東日本大震災が発生し、宮城県東松島市は大津波に襲われた。震度6強の激しい揺れが長時間続いた。山縣氏はそのとき自宅にいたが、強い地震の揺れに危機感を抱き、すぐに避難する決断を下した。家族の安否を確認しながら、子供の通う小学校へ子供を引き渡してもらいに行った。その後、地域の避難所だと思っていた地区センターに子供を置いて自宅に戻った。自宅に待機させていた義母を連れて子供を預けていた避難所へ子供を迎えに行った。 津波は海岸から600メートル離れた自宅をのみ込み、地域全体に壊滅的な被害をもたらした。避難先の小学校も浸水被害を受けた。 ■ その後のこと 震災後、避難所での生活が始まったが、そこには多くの課題があった。避難所は想定を超える避難者で溢れた。水が流せない状況でトイレを使用しなければならなかった。 全国から支援物資が届いたが、配布の仕組みが整っておらず、混乱が生じた。自治体の支援体制が整うまでの間、住民同士が助け合い、物資を運ぶ姿が見られた。被災地においては、地域の助け合いが非常に重要であることが改めて認識された。 復興に向けた取り組みとして、被災者が主体となって地域の復興計画が策定され、自治体と協力しながら復興が進められた。防災集団移転が進められ、高台に新たな住宅地が建設されることとなった。 ■ まとめ 山縣氏は、東日本大震災の経験から学んだ教訓をもとに、今後の防災対策について述べた。まず、避難の判断は一刻を争うものであり、「まだ大丈夫」と考えるのではなく、すぐに避難する意識を持つことが重要であるとした。避難ルートを事前に確認し、津波のリスクがある地域では、迷わず高台を目指すことが求められる。また、一度避難したら戻らず、津波の第二波・第三波に備えて長時間の避難を前提とするべきである。 地域防災も重要な課題である。住民同士が連携し、日頃から避難訓練を行うことが必要。 避難所の環境改善についても避難生活が長期化することを想定し、備蓄を充実させることが不可欠である。特にトイレや水の確保は最優先事項の一つである。 参加型・体験型避難訓練を行うことで、災害発生時に適切な行動が取れるようになる。防災学習の場を設け、過去の災害を知り、それを未来の備えにつなげることが大切である。 日常生活の中でも、防災に備えた工夫が重要である。家具の固定や非常持ち出し袋の準備を行い、災害時に備えた環境を整えることが求められる。家族で連絡方法を確認し、安否確認のルールを決めておくことも重要である。

	最後に、山縣氏は「災害はいつどこで起こるかわからない。だからこそ、日頃からの備えが命を守る」と述べ、地域全体で防災意識を高めることの大切さを強調した。 
開催地より	語り部の大震災の体験談から、普段からの地域のつながりが役立ったこと、避難所の運営に女性の視点がいかされたこと、事前に準備できることがたくさんあることなど多くの気づきを得ることができた。