

開催地名	大阪府 大阪狭山市
開催日時	令和7年1月18日(土)10:00～11:30
開催場所	大阪狭山市立コミュニティセンター4階 大会議室
語り部	仲條 富夫(千葉県旭市)
参加者	39人
開催経緯	本市は、南海トラフ巨大地震発生時に震度6弱が、上町断層帯による直下地震では、震度7が想定されている。しかしながら、過去に大きな災害経験等がなく、住民の災害についての意識高揚や取り組みの推進に苦慮しているところである。 発災時の避難所運営等については、避難所ごとの避難所運営マニュアルを策定する動きが一部地域で見られ、避難所の実態を知りたいなど関心が高い。
内容	<p>早めの避難にまさる防災なし ～東日本大震災の体験談～</p> <p>■ 体験 東日本大震災では、未曾有の津波が発生し、多くの命が奪われた。私自身も津波の被害を経験し、瞬時の判断が生死を分けるという現実を痛感した。事前の防災意識や、避難の重要性について考えさせられる体験となった。</p> <p>■ 被災した状況 震災発生後、地域全体が壊滅的な被害を受け、電気・水道などのライフラインが完全に断絶した。道路も寸断され、行政や自衛隊による支援が届くまでに時間がかかり、多くの住民が孤立を余儀なくされた。情報も乏しく、どのような状況で何をすべきかが分からない中、不安な時間が続いた。</p> <p>■ 津波警報について 震災当日、津波警報は発令されていたものの、多くの住民がその危険性を軽視し、すぐに避難をしなかった。その結果、避難の遅れが大きな被害を招いた。日頃から警報の重要性を認識し、迅速に行動することの大切さを改めて思い知らされた。</p> <p>■ 住民の避難状況 地域の中でも、避難の早かった人と遅かった人の間で、生死を分ける結果となった。避難をためらった人の多くは、家財や自宅への執着から逃げ遅れた。一方で、迅速に避難した人々は、わずかな時間差で命を守ることができた。また、情報の共有が十分でなかったため、避難が遅れた人もいた。地域全体での防災意識の向上が求められる。</p> <p>■ 津波襲来及びその後 津波は想像をはるかに超える勢いで襲来し、家屋や建物を瞬く間に飲み込んでいった。私の自宅も流され、地域の風景は一変した。津波が引いた後、街は瓦礫の山と化し、多くの命が失われたことを知ったときの衝撃は計り知れなかった。</p> <p>■ 自宅と近隣の状況 私の自宅は全壊し、近隣の家屋もほぼ壊滅的な被害を受けた。かつての生活は一瞬にして奪われ、地域全体が廃墟のような状態になった。家族や近所の人々の安否が分からない中で、避難所に向かった。</p> <p>■ 避難場所において 避難所はすぐに多くの人であふれ、過密状態となった。水や食料の供給が追いつかず、最初の数日は極めて厳しい生活を強いられた。トイレの数も不足し、衛生環境が悪化していった。</p> <p>■ 避難所の生活状況 長期間の避難生活が続く中で、健康問題や精神的な負担が大きくなった。特に高齢者や持病を持つ人々にとっては、厳しい環境であった。人との距離が近く、プライバシーの確保も困難であったため、ストレスを感じることも多かった。</p> <p>■ 仮設住宅について 仮設住宅が用意されることで、一時的ではあるが最低限の生活環境が確保された。しかし、狭い住空間や設備の不足など、仮設ならではの問題も多くあった。それでも、多くの人にとっては、新たな生活の基盤を築く場となった。</p>

■ 仮設住宅の生活状況

仮設住宅での生活が始まると、次第に地域社会が分断され、孤立する人が増えていった。もともと住んでいた地域とは異なる場所での生活を余儀なくされたことで、近隣とのつながりが薄れ、精神的な負担を抱える人も多かった。

■ ボランティア活動

震災後、全国から多くのボランティアが駆け付け、復興を後押ししてくれた。食事の提供や清掃、心のケアなど、多岐にわたる支援が行われた。ボランティアの存在が、被災者にとって大きな支えとなった。

■ 助けられ・励まされ

支援者たちの温かい言葉や行動は、絶望の中で希望を見出す力となった。物資だけでなく、「大丈夫」「一緒に頑張ろう」といった励ましの言葉が、どれほど心の支えになったかは言葉では言い尽くせない。

■ 自宅介護者のその後

震災後、自宅で要介護者を抱える家族にとっては、避難生活が一層厳しいものとなった。避難所にはバリアフリーの設備が不足しており、介護環境は決して十分とは言えなかった。その後の生活の再建においても、多くの困難があった。

■ 要介護者の避難生活

避難所では要介護者への対応が十分に整っておらず、家族が自ら介護しなければならない状況が続いた。医療機関の支援が行き届くまでに時間を要し、適切なケアを受けることができない要介護者もいた。

■ 復旧・復興のその後

震災からの復興は、徐々に進められていった。しかし、住民の生活再建には長い時間が必要であり、すぐに元の生活に戻ることは困難だった。地域のコミュニティも変化し、以前のようなつながりを取り戻すことには多くの努力を要した。

■ 個人住宅・復興住宅の生活

新たな住宅での生活は、再出発の希望となった。一方で、復興住宅に移ることで、新しいコミュニティでの生活に馴染む必要があり、課題も多く残された。震災前の環境とは異なる中で、どのように新しい生活を築いていくかが問われた。

■ まとめ

震災を経験し、最も大切だと感じたのは「早めの避難」に尽きる。警報が発令されたら、迷わず行動することが命を守る鍵となる。また、避難生活においては、事前の備えやコミュニティのつながりが重要であることを痛感した。防災意識を日頃から高め、いざというときに迅速に行動できるように備えておくことが、最大の防災対策となる。



開催地より

東日本大震災の当時の実体験に基づき、早めの避難の重要性や家族、近隣住民とのつながりの大切さなどを聞くことができた。本市でも聞いたこと、学んだことを参考に、地域と連携しながら防災訓練や避難訓練など防災対策に取り組む必要があると改めて感じた。