

開催地名	愛媛県 四国中央市
開催日時	令和7年2月22日(土)10:00~11:30
開催場所	四国中央市消防防災センター3階 大会議室
語り部	大谷 慶一(福島県いわき市)
参加者	100名(市内自主防災組織、市防災士ネットワーク会員、市職員)
開催経緯	当市では、南海トラフ巨大地震による被害が想定されており、各地区の自主防災組織を中心に防災・減災に対する取り組みを進めているが、過去に地震による大きな被害が発生していないこともあり、住民の災害への意識は低い傾向にあるため。
内容	<p>(1)はじめに</p> <p>本プロジェクトでは、2011年の東日本大震災を経験した語り部が、自身の被災体験をもとに震災の教訓と防災意識向上の重要性について講演を行った。語り部は震災の翌年から、福島県いわき市が主催する「スタディツアー」に参加し、被災者としての体験を伝える活動を続けている。</p> <p>講演では、災害発生時に迅速な避難行動を取るために重要な「避難スイッチ」という概念を提唱し、日常生活の中で災害時の行動をイメージするトレーニングの必要性について語られた。これにより、実際に災害が発生した際に、迷うことなく命を守る行動ができるようになることを目指している。</p> <p>(2)震災の経験から学ぶ</p> <p>津波の恐ろしさ</p> <p>語り部は、東日本大震災において目の当たりにした津波の破壊力について、具体的な事例を交えて説明した。津波に飲み込まれた自動車のバッテリーがショートし、潮水の中で発火するという衝撃的な現象が確認された。水中にもかかわらず火が消えず、異様な光景が広がったという。</p> <p>また、津波は海岸だけでなく、河川の氾濫という形でも被害をもたらすことがある。いわき市では、全長2km・川幅4mの川が氾濫し、数百軒の住宅が浸水し、1名が犠牲となった。このように、一見すると安全そうに見える場所でも、災害時には予想を超える被害が発生することを改めて認識しなければならない。</p> <p>(3)震災の体験談</p> <p>① 地震発生直後</p> <p>語り部の自宅は海岸から約200mの距離にあった。地震の揺れは約3分間続き、周囲の状況を確認すると、隣家の屋根瓦はすべて剥がれ落ち、自宅の2階の壁には40cm幅の亀裂が生じていた。道路には瓦礫が散乱し、混乱の中で泣き叫ぶ小学生たちの姿を目撃した。</p> <p>その後、学校が再開された際、学校側へ抗議の電話を入れた。しかし、8年後になって、その小学生のうち2名が津波によって命を落としていたことを知り、大きな衝撃を受けたという。</p> <p>② 津波襲来の瞬間</p> <p>ラジオでは、津波警報の情報が次々と更新され、当初の3mという予測は6m、10mと修正されていった。実際の津波の高さは9mに達し、想定をはるかに超える規模となった。</p> <p>語り部は海の様子を確認するため、防潮堤へ向かった。午後3時13分、防潮堤に到着すると、海の色が異様なまでに黒く濁っているのを目撃し、ただならぬ異変を感じ取った。すぐさま自宅へ戻るため全力で走った。そして、3時27分、ついに津波が襲来した。家族と共に神社の石段を駆け上がる途中、背後には黒い水の壁が迫っていた。わずかな時間差が生死を分け、一瞬の判断と行動が、奇跡的な生還につながった。</p> <p>③ 生還までの14分間</p> <p>津波が押し寄せたその瞬間、語り部は恐怖と混乱の中で必死に逃げた。しかし、その間の記憶は曖昧であり、津波に巻き込まれた人々の叫び声すら思い出せないほどだった。今では、当時の記憶を断片的に思い出しながら、周囲の証言をもとに語り部活動を続けている。</p> <p>④ 生死を分けた瞬時の判断</p> <p>語り部は、「生き残るために最も重要なのは、瞬時の判断である」と強調した。まず、海の異変を目の当たりにした瞬間、直感的に「大波が来る」と理解したという。自宅へ戻</p>

る途中、周囲の人々に「逃げろ！」と声をかけたが、どこに逃げればよいかわからず動けなくなっている人もいた。もし指定された避難所である小学校へ向かっていたら、助からなかった可能性が高い。その場で、より高い場所である神社の石段へ向かう決断を下したことが、生死を分ける結果となった。

また、自宅に戻った際、92歳の高齢女性を背負おうとしたが、数歩歩いただけで落としてしまった。奥さんと77歳の女性が助けようとしたが、迫りくる津波の危機に「手を離せ！」と叫び、一心不乱に神社へと走った。振り返ると、津波が家々を巻き込みながら迫っていた。この瞬時の判断がなければ、全員が犠牲になっていた可能性が高い。

(4)まとめ

二度と同じ悲劇を繰り返さないために

語り部は、震災で犠牲になった116人について、「誰のせいでもなく、彼ら自身の過信や判断の遅れが招いた結果だった」と述べた。人は「避難しろ」と言われると、避難しなくてもよい理由を探してしまう傾向があり、「本当に津波が来るのか？」という疑念が逃げ遅れの要因となる。

災害発生時に「避難スイッチ」を押すために

災害時に即座に避難するためには、日常生活の中でのイメージトレーニングが重要である。例えば、「今この場所で地震が起きたらどう動くか」「津波警報が出たらどこへ逃げるか」「家族とはどこで合流するか」など、様々なシナリオを普段から考えておくことで、実際の災害時に迷うことなく行動できるようになる。また、家族や友人と防災について話し合うことで、より実践的な防災意識を高めることができる。

(5)最後に

災害が発生してから考えるのではなく、事前に備えることが何よりも重要である。防災意識を持ち、いざという時に迷わず避難することが、命を守るための最も効果的な方法である。「避難するかどうか」ではなく、「どのように確実に避難するか」を考えることが求められる。事前の準備と意識があれば、避難スイッチは誰でも押すことができる。

本講演が、参加者の防災意識向上につながることを願い、語り部は引き続き震災の教訓を伝え続ける。



開催地より

実際に被災された経験、また人命救助を行った経験に基づくお話を聞き、今まで映像や文献でしか見聞きしたことのない大災害の悲惨な状況を知ることができた。

来る大災害に備え、今後の防災業務や住民全体の防災意識向上に努めていきたい。