開催地名	徳島県上板町
開催日時	令和７年７月６日（日）　10:00　～　11:30
開催場所	上板役場
語り部	京　英次郎（宮城県仙台市）
参加者	上板町自主防災リーダー、消防団員、町長、役場職員など 約 100 名
開催経緯	住民の防災意識向上を図るため
内容	(1)　はじめに 私は仙台市消防局に 41 年間勤めておりました。宮城県は 30 年から 40 年に一度、大きな震災が起こる地域である。昭和 53 年、6 月にM7.4、震度 5 の宮城県沖地震が起こり、犠牲者も多数出ているのにも関わらず、対策は十分ではなかった。この宮城県沖地震の再来対策を呼びかけている時の 14 年前に東日本大震災が起こったのである。今日は「防災の主役は皆様である」ということ、災害で命を落とさない、ケガをしないこと、自主防災の大切さについて話したいと思う。 （２）災害に対する備え この地域は（上板町）海から遠く離れているため、津波は来ないかもしれないが、これから生きていく中で、どのような災害に遭うかわからないのが現状である。地震の予知やコントロールは不可能であり、人間は自然災害に対しては無力であることを自覚して、「備える」ことが非常に重要である。今日のテーマは防災の知識を深めるのではなく、意識を変えるということ、そして今日の話を持ち帰って地域の方々と共有し、仙台の自主防災をあてはめるのではなく、自分たちの自主防災についてもう一度考え直してほしい。自主防災の基本には、自助、共助、公助の３つがある。「自助」とは自分は自分で守る、ということ。これが 100%できれば命を落としたり、ケガをしたりはしないということ。「共助」は隣近所の助け合い、「公助」は役場、消防、警察、自衛隊などの組織による活動であるが、すぐには役立たず、2、3 日かかることもある。そのため、まず自分の命を守るために「災害発生時の行動ポイント」の順番を間違えず、冷静に対応する必要がある。また、人間には「正常性バイアス」があり、私は大丈夫、と考え、行動に移さない人が多数いるのが現状である。そのため、津波で命を落とした人がたくさんいたのである。津波が来るというのは、非常に緊急な状況なので、先ずはいち早く自分が逃げることが大切である。東北では「てんでんこ」と言って別々に、まず自分が逃げることが大切である、家の人が心配かもしれないが、家の人も逃げているかも知れないので、うちに帰って安否確認はしない。津波発生情報には３つしかなく、津波注意報、津波警報、大津波警報である。津波注意報は 20 ㎝から１ｍまでの高さの津波であるが、それでも立っている人が倒れてしまうくらいの力があり、津波には勝てない。だから津波注意報が出たらすぐに避難するべきである。また、よく「想定外」という言

	葉を使うが、想定外とは「自分が考えられない範疇のこと」すなわち自分には責任がないので対策は立てていない。私たちがしなくてはならないのは災害のイメージを考え、想定内の範囲を広げることだ。 （３）具体的にどのようなことをするべきか 　災害に備えるのが億劫なのは、お金、時間と手間がかかると思い込んでいるからかもしれない。しかしながら、お金をかけずにできることもたくさんある。まず、寝ているときに地震が起きた場合、どうなるかというイメージトレーニングをしてみる。寝ているときに家具が倒れたり、物が落ちてきたりしていないだろうか。倒れそうなものを片付けたり、家具の向きを変えたり、寝ている向きを変えることもできる。地域でできることとしては、ライフラインが止まっても、どのようにしたら少しでも安心して生活ができるかを考えてみることも重要だ。現代の生活は非常に便利なので、避難所に来ても、普段の生活をそのまま避難所に持ち込んだだけの人もたくさんいた。避難所に行ったら避難所の生活をすること、トイレットペーパーも少しだけ節約して使うことを心掛ける。節約する経験をしてみる、不便な生活をする訓練もみんなでしておくことは重要である。
開催地より	この度の講師先生におかれましては、長きにわたり消防業務に従事し、数多くの災害を体験されているので、話に実感が溢れておりました。「東北地方太平洋沖地震」での津波被害や「能登半島地震」発災後、傷の癒えない状態の中「奥能登豪雨」の発生、活断層によって引き起こされた大地震と記録的な豪雨災害が重なった複合災害などの被害状態や課題を伺った中で、我々行政は早急に尚一層の防災対策を講ずるべき必要性を感じました。加えて、自助・共助に基づく地域防災力を高めることの重要性も改めて感じました。大規模災害時には、住民自身が「自分の命は自分で守る」「自分たちのまちは自分たちで守る」ことに徹しなければなりません。行政としては、これまで以上に、自主防災組織結成の促進や活動支援に取り組む必要があると感じております。

	今後 30 年以内に 80%程度の確率で発生すると懸念されている南海トラフ巨大地震について、今年 3 月に国が被害想定の見直しを行いました。被害者（死者）数は減少したものの、津波被害や激しい揺れの地域は広域化されております。本町においては、津波被害の想定はされていないのですが、震度 6 強程度の激しい揺れに伴う家屋の倒壊や液状化現象などの被害が想定されております。今後については、地震などの緊急事態に冷静に行動できるよう、避難訓練・応急救護訓練・安否確認訓練などの防災訓練を、地域住民や関係団体と連携して実施し、有事の際にスムーズに助け合える関係を築いていきたいと考えております。 この度の実体験に基づいた講演は非常に有意義な講演でありました。誠にありがとうございました。