

開催地名	愛媛県今治市
開催日時	令和7年12月4日(木) 13:20 ~ 14:10
開催場所	今治市立北郷中学校
語り部	吉田 亮一(宮城県仙台市)
参加者	北郷中学校 全校生徒
開催経緯	災害には縁がない地方だからこそ、実際に震災を体験された方のお話を聞き生徒たちに防災意識を高めてもらいたい。
内容	<p>(1)これまでの地震の経験について</p> <p>これまでに地震災害を5回、震度5弱以上の地震をおよそ25回、最大震度7も経験してきた。避難所の責任者や防災リーダーも務めてきた立場として、少しでも皆さんに知っておいてほしいことを伝えたいと思う。</p> <p>(2)災害に対する「危機感」を持つということ</p> <p>東日本大震災を語る前に、ぜひ学んでほしい重要なことがある。自然災害には地震や津波、台風、豪雨、豪雪、火山噴火だけでなく、クマ被害のようなものも含まれる。それぞれ発生のメカニズムは異なるが、共通点が一つある。それは、防災の基本は自助・共助・公助ではなく、まずは「危機感」であるということだ。大きな災害が起きたらどうなるのかという危機感がなければ、行動は生まれない。想定というのは人間が立てるが、災害を起こすのは自然であり、自然は人間の想定を超えてくる。だからこそ、想定以上の備えが必要である。危機感を持ち、行動に移すことが防災の基本であり、その先に自助・共助・公助がついてくるのである。</p> <p>(3)東日本大震災での経験、子供たちが運営した避難所</p> <p>東日本大震災には、沿岸部の災害と内陸部の災害という二つがあり、その両方を合わせて初めて東日本大震災と言える。私たちの地域は内陸部の災害であり、中学校の指定避難所を17日間、地域住民主体で運営することに成功した。学校の先生や市職員の手助けは一切なく、すべて地域住民の指導で行った。地域住民とは大人だけではない。小学生、中学生、高校生も、家に帰れば家族の一員であり、同時に地域の一員である。普段から地域の一員として何ができるか、何をしなければならぬかを考えて生活することが、災害時の行動につながる。揺れが収まって約1時間半後、吹雪の中で地域住民は公園の一時避難場所に集まった。そこには小学校3年生の女の子が一人で避難していた。家の近くで被災し、地域が集まる避難場所を知っていたため、迷わずここに来ることができたの</p>

である。さらに、中学校から1・2年生8人が走ってきて、避難所の準備ができたので来てほしいと呼びに来た。電気の消えた体育館では、柔道の畳を全面に敷くなど、最初の設営を中学生が行った。これは、震災の5年前から地域防災リーダーとして、小中高校生に「学校が避難所になったとき、地域の一員として何ができるか」を伝え、5年計画で訓練してきた成果である。

避難所では、総務、受付、設営、物資、衛生、情報、炊き出し、警備といった多くの役割を、小中高校生が中心となって担った。

物資は全国から届き、仕分けや台帳管理も必要であった。炊き出しではアレルギーや持病、宗教への配慮、高齢者向けに嚥下食にするなどの対応も求められた。水の運搬や清掃、感染症対策も含め、世代を超えた連携が行われた。こうした活動や記録は、中高生が自主的に残したものであり、今も私の宝物である。多くの災害では大変だった話ばかりが語られるが、うまくいった避難所の事例はほとんど聞かれない。この成功事例こそが、これから何に気をつけ、何をすべきかを考えるための大きなヒントにしてほしい。

(4)地震・津波発生時の行動

室内の安全確保も欠かせない。家具は重いものを下、軽いものを上に置き、割れ物も同様に配置する。タンスが倒れる方向によっては寝ている人を直撃する危険があるため、自分の寝る位置が安全かを確認しておく必要がある。避難経路となる通路に物を置かず、ショーケースなどが倒れて通路を塞がないよう工夫することも重要である。

地震時には、ブロック塀や屋根瓦の落下、道路の陥没、電柱や看板の転倒などにより、普段は安全な通学路が一転して危険な場所になることがある。そのことを日頃から理解しておかなければならない。身を守るためには頭を守る工夫が大切であり、ランドセルだけでは支えきれない場合もあるため、手持ちのバッグなどを使って頭や首を守り、姿勢を低く保つことが効果的である。

寝ているときの地震では、机の下に正しく隠れることが重要である。学校の机には安全なものや危険なものがあり、四点で支える机は平行に持つと倒れやすいため、斜めの対角線を上から押さえると安定する。下を向く姿勢は危険であり、周囲を見渡すことが必要である。

また津波の想定について少しお話すると、ハザードマップの「5m」「10m」「20m」という数値は水面の高さであり、その上には車、建物、コンテナ、船などの瓦礫が大量に浮上して流れてくる。つまり、水面より高い場所においても安全とは限ら

ず、瓦礫によって命を落とすことが多いということ。実際、津波による多くの犠牲者は溺死ではなく瓦礫による致命傷でした。柱が体に刺さったり、火がついた瓦礫が流れてきたりする場合もあるため、「想定より高い場所にいるから安心」という考えは禁物。状況をよく理解し、正しい避難行動をとることが大切である。

(5) 日常の備え

お弁当や食品の容器は、洗って乾かしておけば災害時に皿として再利用できる。断水時にはラップを敷いて使えば洗う必要がなく便利である。こうした知恵は経験がなければなかなか思いつかないため、体験者の話を知ることが重要である。日頃から容器を洗って保管しておくことが、いざという時に役立つ。水と食料は最低でも1週間分、できれば10日分を備蓄してほしい。

「3日分」では物流は回復しないため不十分である。また、カップラーメンは塩分が多く、スープまで飲むと喉が渇いて貴重な水を消費してしまうため、スープを捨てる、薄める、最初から半分にするなどの工夫が必要である。甘味の備蓄については、夏場に溶けやすいチョコレートよりも、保存性の高い黒砂糖が適している。

夜間の地震に備え、避難用持ち出し袋より先に使うものとして、靴下、スニーカー、懐中電灯、ヘッドライト、防寒用のフード付き雨具などの「防災用品6点セット」をリュックに入れ、枕元に準備しておく。停電時は部屋に物が散乱していることが多く、ブレーカーを上げるために移動する際には足元の安全確保が欠かせない。

(6) さいごに

災害時に自分の命を自分で守ってほしい。災害が起きる時間によっては、家族がお仕事で家におらず、すぐに戻れないこともある。戻れても再び職場に行かなくてはならない場合もある。先生たちにも家庭があり、状況によっては学校に来られない、あるいは家を離れて学校に来なければならないこともある。このように、大人が必ず助けに来られるとは限らない。その時に動けるのは、君たち自身。小学生、中学生、高校生も大きな力になる。だからこそ自分たちが支え合う存在になれることを覚えておいてほしいと思う。



開催地より

南海トラフ地震が起きる可能性が高いという情報は生徒たちもよく知っているが、それに対する備えや家庭での話し合いは十分でない。講演の中で、危機感を持つ大切さを伝えてくださり、参加者全員が自分事として考えていた。避難用持ち出し袋を準備する必要性を感じていたが、実際の災害に必要なものは何かということ具体的に教えていただき、早速準備するという生徒・教職員も多かった。また、水や食料の備蓄はこれまで3日分を目安にと聞いていたが、1週間分から10日分必要と知った。必要量を備蓄している家庭はなかったため、これからは学校からも1週間分は最低必要であると啓発をしていきたい。

また、中学生が避難所運営の中心となって活動したことを知り、もし、この学校が避難所になった場合、どのようにして運営していけばよいのかを具体的に知ることができた。さまざまな班があり、活動内容を分担することで中学生が地域を支えることができるということを知ったので、これからの防災訓練に取り入れていきたい。

今回の防災意識向上プロジェクトに参加することができて、大変良かった。今回の講演を参考に、今後の防災教育を進めていきたい。