

開催地名	神奈川県秦野市
開催日時	令和8年1月24日(土) 10:30 ~ 11:30
開催場所	秦野市保健福祉センター 多目的ホール
語り部	山縣 嘉恵(宮城県東松島市)
参加者	市職員、一般市民など 約100名
開催経緯	本市で毎年度開催している防災講演会について、防災意識向上プロジェクトを活用し、市民の防災意識の向上を図るため。
内容	<p>「東日本大震災の教訓から考える、子育て中に大事だと感じること」</p> <p>(1)はじめに</p> <p>① 自己紹介</p> <p>私は宮城県東松島市から来ました。東日本大震災の経験をもとに「反省から学ぶ防災」をテーマに各地で話をしている。特にまずかった点、反省点に注目して聞いていただきたいと思う。</p> <p>生まれは仙台で、結婚を機に平成10年から東松島市野蒜地区に住むようになった。一人息子を育てながら、PTA活動や読み聞かせボランティアなど、頼まれた役は断らずに引き受けてきた。何気なく続けていたこれらの活動が震災後、顔の見える関係として大変役に立った。現在は、防災講話や防災まちづくりツアーガイド、一般社団法人石巻震災伝承の会の理事として、震災遺構の管理や伝承活動にも携わっている。また、自治会を越えた有志による「みんなの食堂」の運営などを行っている。</p> <p>② 東松島市について</p> <p>東松島市は宮城県の太平洋沿岸に位置し、仙台市の北東、松島の隣にある。航空自衛隊松島基地があり、ブルーインパルスの中継点としても知られる。市街地の約65%が津波で浸水し、1268棟の住宅が流失した。人が住むエリアが広く被災したため、仮設住宅の用地確保にも苦労した地域である。</p> <p>また、市内には島嶼部の宮戸島があり、地震後は津波から高台へ逃げるといった家庭内伝承が根付いていた地域もある。一方、私が住んでいた野蒜地区では、そうした伝承が十分に共有されていなかったことが、被害の差につながったと感じている。</p> <p>(2)あの日のこと -津波からの避難-</p>

2011年3月11日、当時私は、野蒜海岸から約600メートルの自宅にいた。夫は職場、義母は敷地内の離れ、息子は小学校3年生で下校前だった。突然の激しい揺れに、こたつに頭を隠すことしかできなかった。マグニチュード9.0、震度6強の地震であった。

揺れが収まると、私は義母に「息子を迎えに行き、地区センターに置いて戻るから待っていてほしい」と声をかけ、一人で小学校へ向かった。渡り廊下で担任の先生と息子に偶然会い、その場で引き渡しを受けた。後で知ったが、息子の学年を含む1年生から4年生は、もう既に放課後だった。学校では地震想定引き渡し訓練を一年に一度行っており、引き渡し場所は、体育館と校庭を一年ごと交互に行っていた。私はそのどちらでもない、渡り廊下での引き渡しの臨機応変な対応を「ラッキー」だと思った。津波を想定した引き渡しの訓練はしたことはなかった。

息子を地区センターに連れていき、そこに待たせたまま、一人で自宅へ戻る途中、近所の男性に「津波が来る、やばいぞ」と声をかけられた。この一言で初めて避難のスイッチが入った。防災無線は鳴っていたが、心には入らず、日頃から顔見知りの人の言葉が最も確かな情報となった。男性は義母を心配し、一緒に自宅まで来てくれた。

動転する義母を連れ、私は一区間だけ車を使う判断をしたが、すでに激しい渋滞が始まっていた。義母の実家に車を置き、再び地区センターへ歩いて行き、息子と再会した。地域の方々も地区センターを避難場所、避難所だと信じて避難していたが、避難してきた人でいっぱいになり、すぐ北の小学校の体育館に移動した、と残っていた方に教えてもらい、私たち親子も小学校の体育館へ移動した。しかし中は満員で入れず、外にいるしかなかった。

ほどなく、消防団員が「津波が来ている、校舎へ逃げて」と叫んだ。振り返ると、運河の向こうから黒い壁のようになった泥水が迫っており、それが津波だと理解した。私は周囲に叫びながら校舎へ走ったが、途中で義母と息子を見失った。必死で走り、校舎に逃げ込むことができた。校舎に入ってから約5分後、義母と息子と再会できたがその時間はもっと長いものを感じた。校舎1階は水没し、浸水高は約3.5メートルに達していた。

最大の反省は、まずは義母を待たせてしまったことである。地震から津波までは時間があるという勝手な思い込みがあり、近地地震と遠地地震の違いを理解していなかった。息子から「なぜ最初から義母と一緒に連れてこなかったのか」と言われ、その言葉が今も心に残り、反省している。

また、避難場所を一つしか知らず、体育館や地区センターが平屋建てのため、津波避難には適さないことを認識していなかった点も大きな反省である。津波避難には校舎の2階以上、あるいは校舎の裏手北西の山や金山峠など、複数の選択肢

を把握しておくべきであった。学校と地域が連携した津波避難訓練や、マニュアルの共有も行われていなかった。

一方で、近所の男性との日頃のコミュニケーションが、命を守る行動につながったことも事実である。避難時に重要なのは「待たせない、待たない、戻らない」こと。

### (3) 逃げたあとの避難生活のこと

#### ① 地域の女性の力で救われた避難生活

小学校では校舎の1階が水没し、2階と3階で避難生活を送ることになった。金曜日に発災し月曜日までの3~4日間が限界であり、備蓄はもともと何もなかった。夜になってから深夜にかけては体育館にいた子どもたちが、足が濡れてしまったため、消防団員や地域の人々が瓦礫の中に作った道をおんぶして校舎まで運んでくれた。普段は数分の距離を、20~30分かけて命をつないだ行動であった。避難所では、学校や保育所の先生を中心に、応急的な運営が行われた。食料は極端に不足し、届いたパンも高齢者や子どもを優先し、食パン1枚を複数人で分け合った。近隣の被災していない地区からは、塩むすびや2階が大丈夫だった方々からも乾パンなどが運ばれた。最も困ったのはトイレであり、保育所の先生たちがゴム手袋をつけて清掃し、使い方のルールを徹底した。懐中電灯や生理用品なども不足したが、女性たちが持ち寄り、互いに補い合った。私は地域の給食費を集める委員長をしていたため、担当の地域の児童の家を把握していた経験から、安否確認の情報を伝えることができた。また、土埃を防ぐために廊下を掃除したことが、後に災害関連死の予防につながる行動だったと知った。医療従事者でなくとも、顔色や体調の変化に気づけるなど、女性ならではの細やかな気配りや気づきが、避難生活では重要になると実感した。

#### ② 子育て中に大事だと感じること

避難生活を通して、安否確認と事前の話し合いの重要性である。家族を探すために避難先を離れ、命を落とした例もあり、普段から「連絡が取れなくても、それぞれが最善の行動を取る」と話し合っておくことが必要である。171の災害用伝言サービスを事前に練習しておくのも有効である。

また、日常の挨拶や近所付き合いが命を救うことがある一方、善意の行動が悲しい結果につながる場合もあり、判断の難しさを感じた。子どもは恐怖を言葉にできないことが多い。災害時こそ、大人が子どもの気持ちを受け止め、心のケアを意識することが、子育て中には大事なことである。

#### (4) 東松島市の取り組み

	<p>東松島市では、発災前から小学校区単位の自治組織制度を整えており、震災後のまちづくりにおいても、その組織を基盤として部会編成を見直しながら議論を進めることができた。新たに組織を立ち上げる必要がなかったことは、大きな支えとなった。</p> <p>また、平時から建設業協会と災害協定を結んでいたことで、震災後の瓦礫の選別、いわゆる「東松島方式」が実現した。有事に迅速に対応できたのは、日常の準備と協定が生きた結果である。</p> <p>震災後は自主防災組織の強化にも取り組み、全自治会に自主防を整備し、市と地域との間で月1回のデジタル無線通信訓練を実施している。これにより、発災時の情報が地域全体に行き渡る体制を構築した。私自身も、野蒜地域において避難所運営の支援に携わっている。</p> <p>さらに、防災備蓄基地や避難拠点の見直しを行い、県立高校を市の指定避難所とした場所もある。大規模災害では行政も被災する中、全国からの支援は大きな心の支えとなった。日々の備えと、人とのつながりの積み重ねこそが、本当に大切であるということ。</p>
開催地より	<p>このたび、子育て世代の方に、過去の災害の体験談や日頃の防災対策について知っていただくため、防災意識向上プロジェクトを活用させていただきました。</p> <p>講師の山縣様には、「東日本大震災の教訓から考える、子育て中に大事だと考えること」をテーマに、発災から避難所生活の経験談を中心に御講演いただきました。特に女性ならではの視点を交えた避難生活の工夫などは、被災経験のない子育て世代の方でも、災害時の自身の行動をイメージすることができたと感じています。また、講演の中に、自身が反省している点を入れていただいたことで、自分が当事者になった際に気を付けることが明確になり、今後の防災対策にも繋がったと考えています。大変有意義な講演であったため、今後も防災意識向上プロジェクトを活用させていただき、市民の防災意識向上に繋げていきたいです。</p>

