開催地名	香川県土庄町
開催日時	令和８年２月９日（月）　10:00　～　11:30
開催場所	土庄町立中央公民館
語り部	太田　千尋（宮城県仙台市）
参加者	土庄町役職員　36 名
開催経緯	県などが開催している講演会に各々で参加している職員はおりますが、加盟・非加盟などにもよるため、職員を対象にした研修会は初実施となります。南海トラフ地震に対する備えも急いでいる中で、地域防災の中核を担う職員として知識の習得はもちろんのこと、現場では何が起きるのかという視点を持って業務にあたることが求められます。自分事として捉えて知見を吸収してもらいたいと考えております。
内容	－3.11 東日本大震災を経験して－ ・はじめに 　私は元消防職員であり、現在は仙台市の行政職員として地域防災リーダーの育成に従事しています。昭和 53 年の宮城県沖地震をきっかけに消防の道へ進み、東日本大震災時は仙台市消防局の要職にありました。退職後は、行政の最前線で被災者支援やコミュニティづくりに携わっている。いつ発生してもおかしくない南海トラフ地震に備え、役場職員が現場での視点を養うことを目的として本公演を実施する。 （１）発災時の状況 2011 年 3 月 11 日に激しい揺れに見舞われ、時間にして 6 分以上も揺れが続きました。マグニチュード 9.0 という巨大な地震となり、震源域が東西 150km・南北 350km から 400km に及ぶ広大なものであった。そのため複数の地点から地震波が発生し、緊急地震速報のシステムが正確な情報を処理しきれず、場所によっては緊急地震速報が十分に機能しないという現象が起きた。将来の南海トラフ地震でも同様の事態が想定されるため、危機感を持って緊急地震速報などの情報に頼りすぎない姿勢が必要であると考える。 ・行政の初動対応と組織運営・維持 　地震発生時、震度 6 強ほどの揺れに見舞われた消防庁舎内は意外なほど静かであった。これは日常的に非日常の経験である災害を扱っている職員たちが冷静に対応したためである。非日常環境に身をおいた時に冷静な判断をして、誤った行動を取らないように避難訓練などを行うのである。常日頃から防災訓練

	を経験することこそが大切である。私は東日本大震災が及ぼす影響が長期に渡ることを見越して、発生当日の夜には職員たちの勤務シフト表を作成した。発災直後は消防隊員も含め、誰もがアドレナリンが出て興奮状態にあるため寝なくても平気で活動するが、長期間職員たちの能力を100%維持し続けるためには、休息と回復をローテーションに組み込むことが不可欠であると考えた。一瞬だけ120%の力を出せることができても、その後に疲弊して50%しか動けなくなるのであれば、かえって市民に迷惑をかけることになると考え、個々の職員たちの健康管理を100%に整えるため管理に注力した。結果として市民へ継続的に最良のサービスを提供でき、数ヶ月間パワーを持った状態で組織を維持させることができた。この経験から得た教訓は、行政の災害対応として今後、いつ災害が起こっても伝承して活かしていくべきであると考える。 ・被災現場での過酷な経験 津波被害を受けた現場での捜索活動は凄惨を極めた。黒いヘドロを巻き込んだ津波は海水と違って比重が重く、水はすぐに腐敗してしまい、肌に触れると赤くただれるほど不衛生なもので、さらには巨大なギンバエも発生している劣悪な環境であった。特に子供の遺体を収容する際の精神的苦痛は計り知れず、壮絶なものであった。 職員たちはこういった過酷な環境下でPTSD（心的外傷後ストレス障害）のリスクに晒されましたが、常日頃からの研修や適切な管理が功を奏したこともあり、精神的な不調で離職する職員を出さずに活動を継続できたのである。PTSD対策の重要性を痛感できたが、今でも悲惨な光景がフラッシュバックすることもあり、私たちに多大なる傷跡を残したのである。また、混乱期には関東から来た少年たちによる窃盗未遂と思われる事案にも遭遇した。この近くで開いている避難所を教えてほしいと尋ねてきたが、地縁のない者が避難所の場所を特定しようとすることは、無人となった家屋を狙うための情報収集である可能性が考えられる。災害時には想像もつかないようなトラブルが発生することを、全員で警戒することが大切である。 （2）自助なくして公助なし 　災害時において、自分自身や家族の命は自分で守るという自助の意識と日頃の備えがなければ、行政による公助も十分機能させることができず、被害を抑えられない。震度5強や6弱の地震が発生した際、職員には自らの判断で職場に駆けつける自己参集が求められるが、例えば自分の家族が倒れた家具の下敷

	きになっている状況で、果たして使命感だけで市民を救う職務を全うすることができるのだろうか。そういった不安を解消し、安心して職務に専念するためには、先ずは自分の家庭を 100%安全な状態を作ることから始め、安全を確保しておく必要がある。 ・自助の徹底 　先ずは、自宅で極力背の高い家具を配置しない、倒れる危険性がある大きな家具はあらかじめ固定しておくなど、比較的簡単な物理的な対策から始めると良い。身の回りの対策から進め、実際に避難訓練などを通じ、落ち着いて行動するための型を身に付けることが大切であると考える。 ・備蓄の重要性 　被災後の生活も視野に入れて備蓄することが大切だ。自宅では家族分含めた非常食を充分に備蓄し、避難所に行かずに済む体制を整えることも、災害に限らず非常時には有効である。 （３）避難所運営での教訓・住民との共同体制 仙台市では震災当初、住民と学校と行政との連携不足によるトラブルが相次いだ。この反省から震災後に「避難所担当課制度」という新たな制度を創り、平時から行政と学校と住民が顔を合わせて、避難所の開設や運営支援・管理などを迅速かつ円滑に行うための組織体制を構築している。その結果、連携がスムーズになり避難所開設の際のトラブルが劇的に減少したのである。また、早期の日常生活への復帰も行政の重要な役割である。被害の少ない地域の避難所は 3 日目から順次閉鎖し、住民を自宅へ帰すよう誘導した。いかに早く日常生活に戻れるかが地域の復興スピードを左右するためである。そんな中、私が平時から防災研修を行っていた保育園では、発災翌日から子供を預かり始めたのである。私は津波災害の恐れがある地域では、平時から食料や毛布などの物資を 2 階に上げておいてと具体的に指導しており、地域の早期復旧に大きく貢献できたと考えている。 （４）明日への備え 　南海トラフ地震においても、津波の高さや到達範囲は地形によって大きく異なります。ハザードマップを確認するだけではなく、自分の住む土地の災害歴や歴史を知ることが大切であり、自分にできる一つだけの準備から始めることが、命を守る第一歩になると考える。また防災訓練は、非日常の行動を日常化

	するために実施し備えるものであり、非常時における「落ち着いて行動してください」という言葉は、訓練通りの行動をしてくださいという意味である。 そんな中、私が平時から防災研修を行っていた保育園では、発災翌日から子供を預かり始めたのである。私は平時から食料や毛布などの物資を2階に上げておいてと具体的に指導しており、地域の早期復旧に大きく貢献できたと考える。訓練もなしに、災害発生時に極限状態で落ち着くことは不可能に近い。地域の防災リーダーの育成にも注力しているが、行政と住民が対等なパートナーとして、共に自分たちの街を自分たちで守るという意識を醸成することが今後、重要事項になってくるかと考える。
開催地より	同じ自治体職員の立場から命を守る行政の在り方を示す経験談は、大震災時に現場で行動する指針になると感じた。今後に備え、管理職として職員を守る勤務シフトを整備し、震度5での参集は家族を優先する意識を徹底したい。地域では避難所運営を担う生涯学習課と住民の顔合わせを次年度に実施する予定である。風水害が多い一方、広報誌の閲覧が少ないため、訓練やイベントを通じ啓発を進め、「やっぱり来たか」と備える意識を地域に広げることを目標にしたいと思う。