

開催地名	埼玉県行田市
開催日時	令和8年2月14日(土) 9:30～11:30
開催場所	行田市商工センターホール
語り部	井上 達彦(宮城県石巻市)
参加者	防災士、自主防災組織役員、市職員など 103名
開催経緯	行田市では防災・減災の取組を進めている。自然災害が少ないという認識の方も多いかと思うが、災害は起こるものと考えていた方がよい。発災直後に重要となるのは、自助・共助となり、自主防災組織のリーダーである防災士の皆さまの役割が非常に重要となる。本講演が実り多きものとなればと思う。
内容	<p>—自分の命は自分で守る! 自分たちの地域は自分たちで守る!—</p> <p>(1)はじめに 早いもので、来月の11日で東日本大震災から15年を迎えようとしている。これまで世界各地・日本各地の皆様そして埼玉県行田市からも様々な形で温かいご支援をいただいた。この場を借りて感謝申し上げます。私の住む石巻市は、宮城県の太平洋側に位置し半島を含む宮城県でも広い範囲を占める地域である。「がんばろう! 石巻」という看板は、復興のシンボルとして今でも海沿いに掲げられている。</p> <p>(2)東日本大震災の被害 東日本大震災では、死者・行方不明者は約2万2000人で阪神淡路の2.7倍、宮城県だけで約1万2000人と半数を占めた。行方不明者の捜索は今も続き、昨年には震災から14年を経て遺骨が発見され家族の元に帰されたという事もあった。現在も毎月11日には捜索が行われている。石巻市では約4000人が犠牲となった、これは津波を甘く考えていたからだ。震災当時16万人だった人口は15年で13万人に減少した。住宅被害は市内12万8000棟のうち全壊4万4000棟、浸水3万4000棟に及び多くの方が住まいを失った。海岸地域は災害危険区域となり建築制限が設けられ、半島の漁業集落は山側へ集団移転した。住宅再建は遅れ、体育館から仮設住宅へ移るも1年以上の滞在が続き、復興住宅整備の遅れから帰還を諦め市街地へ移住する人が増え、人口減少につながった。学校は当時71校の多くが浸水し、大川小学校では児童74人と教職員10人、計84人が犠牲となった。震災後は人口減少に伴い学校の統廃合も進んだ。</p> <p>(3)津波の体験</p>

2011年3月11日14時46分の地震から約1時間後、住宅地にヘドロ混じりの津波が押し寄せ、海岸から7～800m離れた地点でも水位は3.8mに達し平屋の1階が埋まった。家内が撮影したこの1枚の写真(家の2階ベランダに隣家の車が突き刺さっている)は、後に私を防災活動へと駆り立てるきっかけとなった。地震発生後、私も家内も自宅に戻りお互いの安否は確認できた。私は義母の安否確認のため車で出かけ、家内は片付けをしようとした時、異変を感じすぐに2階へ避難、直後に津波で自宅が浸水した。私はというと、義母の家から帰宅する途中で津波が来て、自宅には戻る事が出来なかったが、無事であった。後になってその写真を見た時、家を出るタイミングが5分でも違えば命を落としていただろうと思った。多くの犠牲者は津波による水死・溺死・低体温症であった。津波は車や家を流し、大型船が市街地に打ち上げられ、非日常の光景が広がった。さらに津波後には火災も発生し、重油流出などによる津波火災の危険性もあった。また高台にある幼稚園から園児を引き渡すため海側へ下りた幼稚園バスが被災し犠牲が出るなど、人の判断ミスによる人災も起きた。大川小学校の事例も含め、災害時の大人の判断が子供たちの命を左右した、大変悲しい事故である。

(4)防災士協議会の設立と活動

多くの方が大切な人を亡くしながらも、その沢山の尊い犠牲を無駄にはしていないとの思いで、防災士資格を取得した方も多い。石巻では平成25年から5年間で417名が資格を取得したが活用策はなく、費用は1人約6万円、約2400万円の税金が使われたが活動している人は14%にとどまった。市に協力を求めアンケートを行うと、2回目で約8割が活動希望、86%が団体の必要性を回答し、設立に向け動き出した。名簿共有ができず準備に3年を要したが、積極的な人と出会い準備委員会を結成し30人が参加、最終的に約170人が入会して協議会が発足した。2019年5月26日に設立後、コロナで活動は制限されたが学校や町内会、老人クラブへ働きかけ活動の場を開拓した。行政主導ではない100%ボランティアとして会費を原資に継続し、自分たちで考え行動できる強みを得た。防災は行政だけでなく市民も担うものであり、震災の悲劇を繰り返さず人的被害は防げるとの信念のもと、できることを模索し地道に取り組んでいる。

〈避難訓練支援活動〉

町内会の避難訓練支援に初めて参加した際は役員13人が集まり、各担当に分かれ住民を指導するのではなく訓練の様子を確認し、終了後に改善点を助言した。避難訓練は成功・失敗で評価せず、むしろ失敗から学ぶことが重要であ

る。炊き出しもカレーなど事前準備が必要なものではなく、アルファ米やパッククッキングなど実際の災害時にできる方法を体験すべきだと指摘する。従来のやり方にとらわれず、遊びやゲームを取り入れて若い世代や子どもが参加するきっかけを作ることが大切である。

〈避難所開設訓練活動〉

避難所運営は行政ではなく住民が担うものである。災害時は行政職員も被災者であり、行政支援は数日後からとなるため、発災直後は一人ひとりが命を守る必要がある。避難所も即時開設できるとは限らず、住民や避難者が協力して開設することが求められる。そのため地区リーダーに中学校体育館での実践訓練を行い、1人2×2mの区画を確保し、雑魚寝ではなくパーティション内に段ボールベッドを設置して居住空間を作る体験活動を行っている。感染症対策やプライバシーは配慮されるが、従来よりも収容人数は少なくなるため、平時から友人・知人・親戚など安全な自主避難先を確保しておくこと。避難所は移動が難しい人のための場所と捉えるべきである。

〈学校防災教育活動〉

震災から15年が経ち、小中学生は全員震災後に生まれたため、聞いた話しか知らない。次世代へ伝承し風化させないことが重要だと考え、防災教室では「自分の命は自分で守る」ことを伝えている。地震時の姿勢も、屋内では頭を守るダンゴムシのポーズが有効だが、校庭など落下物がない場所では周囲を確認できるカエルのポーズが有効で、状況に応じた対応が必要だと伝えている。

〈女性防災士の集い〉

防災士協議会では女性会員が20数名いるが、発言しやすいよう女性部を設け、段ボールベッドの組み立て訓練など実施している。またビニール袋で米を炊くパッククッキングも行い、水が不足する非常時に備え、焼酎やコーラ、ジュースなど様々な液体で試し試食した。こうした体験を普段から行うことで応用力が養われる。

〈会員向け各種セミナー・研修会・講習会の開催・PR活動〉

定期的な防災訓練に加え、会員向け勉強会や研修会を年に複数回実施している。大学専門家を招く防災セミナーは年1回開催し、講師には3回ほど来てもらっている。パッククッキングやロープワーク、避難所の開設ではなく運営を学ぶ運営訓練など、実践的な学びを行っている。防災士は救急救命講習が義務だが継続受講しない人も多いため、会員向けに毎年講習を開催している。毎年

1月には震災後に設立された民間団体・ボランティア・NPO・一般社団法人など約30団体が集まり、防災・震災伝承のつどいを開催し、活動紹介や体験を通して防災を身近に感じてもらうことを目的に企画運営している。これまで4回開催し、昨年は約600名、今年は会場を拡大し約800名が来場、内容はYouTubeでも発信している。さらに地元FM局と共同で毎月1回30分番組「みんなの防災サロン」を制作・放送し、市民の防災意識向上を目的に継続しており、まもなく5年目となる。

〈石巻市防災士協議会が取り組む重点5項目〉

1. 行政機関との連携
2. 地域防災力向上への取組
3. 学校防災活動
4. 市民への防災意識啓蒙活動
5. 安否確認方法の普及啓発活動

(5) 自助・共助・公助の考え方 ―自助・共助(近助)が重要―

災害前にできることは多く、近隣の危険箇所や避難ルートを複数歩いて確認することや非常持ち出し袋も市販品のままにせず、薬や老眼鏡、筆記用具を加え、季節に応じて内容を入れ替え、定期的に見直すことが重要である。家の中では家具の固定や配置の見直しが必要で「出入口や避難経路を塞がない、階段やタンスの上、玄関に物を置かない、特に子ども部屋では倒れる家具がないか確認すること」が大切。防災は日常の見直しでできることが多い。自分でやることと地域で協働することが重要で、共助は「近助」、近所で助け合うことだと捉えてほしい。声を掛け合い一緒に避難できる関係づくりを行い、自分と地域の備えがあつてこそ公助が生きる。何もせず公助に頼るのではなく、まず自分の役割を果たすことが大切である。公助は3日後や1週間後でなければ届かない場合もあり、その間は自助と共助が基本であり、すべてはそこから成り立つため、今日をきっかけに自助と近助を見直してほしい。

(6) 会員とのコミュニケーションと運営体制

会員は130人おり顔を合わせない人もいるが、危機意識の高い会員に恵まれ、「自分たちがやらなければ誰もやらない」という使命感で活動している。普段は各地域で活動し、防災イベント時は運営スタッフ登録制度で参加を募り、約30人が登録、メールで募集して5人や10人など必要人数でチームを編成する。毎回メンバーは入れ替わり、活動はすべて100%ボランティアで、補助金に頼らず継続する姿勢を大切にしている。活動はホームページで発信し、研修

	<p>や行事の様子を掲載して会員向けと外部への情報発信を行っている。閲覧しない人もいるため年2回手作り新聞も発行し、活動内容や方向性を共有し「市民による市民のための防災活動」という原点を伝えている。防災は特別なことではなく、先頭に立つ人がいれば仲間や理解者は集まり、地域防災を広げることができる。</p> <p>(7)最後に</p> <p>活動開始から7年が経ち知名度も上がってきている。最初の2年でまいた種が芽を出し、依頼や要請が増えてきた。一方で会員といつも話すことは「この活動が役立つ日が来ないこと、無駄で終わればいいね」と話している。災害を待っているのではない、いつ起きるかわからないから備えるのであり、災害は起きない方がよい。こういった矛盾や葛藤を抱えながら活動を続けている。</p> 
開催地より	<p>地域防災力向上を目的に防災士資格取得支援により、269人の防災士が誕生しているが、自主的な活動をしているのはほんの一握りである。このような状況の中、実際の被災経験から自主的に活動を行っている井上氏の講演は、参加者から「具体的な話でわかりやすかった」「地域の活動の参考にしたい」という感想をいただくなど大好評であった。また、事務局には講師選定や当日など大変お世話になった。</p>