1. 事業の趣旨

市町村の災害対応力の向上や住民の防災意識の向上を図るため、市区町村のニーズに応じた、東日本大震災の被災地で活動した経験を有し、自らの体験を住民に広く伝承していただける方を消防庁が指定する市町村に派遣し、市町村職員や自主防災組織等の地域住民に対して実践型の研修等を実施する。

2. 実施結果

（1）北海道 黒松内町（京　英次郎）..... 2
（2）北海道 別海町（吉田　忠雄）..... 4
（3）宮城県 塩竈市（瀬戸　元）..... 6
（4）秋田県 秋田市（瀬戸　元）..... 8
（5）福島県 郡山市（山崎　義勝）..... 10
（6）栃木県 鹿沼市（草　貴子）..... 12
（7）栃木県 壬生町（草　貴子）..... 14
（8）群馬県 安中市（今野　均）..... 16
（9）埼玉県 白岡市（佐々木　守）..... 18
（10）埼玉県 吉見町（菅原　康雄）..... 20
（11）千葉県 勝浦市（佐藤　敬一）..... 22
（12）東京都 江東区（田村　剛一）..... 24
（13）東京都 八王子市（島田　福男）..... 26
（14）神奈川県 横浜市（山崎　義勝）..... 28
（15）神奈川県 座間市（佐々木　守）..... 30
（16）神奈川県 中井町（高橋　進一）..... 32
（17）新潟県 小千谷市（吉田　一弥）..... 34
（18）新潟県 上越市（大和田　哲男）..... 36
（19）富山県 入善町（木田　一夫）..... 38
（20）石川県 野々市市（菅井　茂）..... 40
（21）福井県 福井市（大和田　哲男）..... 42
（22）長野県 木島平村（影山　洋二）..... 44
（23）静岡県 下田市（菊池　のどか）..... 46
（24）静岡県 御殿場市（山崎　義勝）..... 48
（25）愛知県 幸田町（京　英次郎）..... 50
（26）愛知県 大治町（齊藤　賢治）..... 52
（27）愛知県 田原市（瀬戸　元）..... 54
（28）愛知県 日進市（影山　洋二）..... 56
（29）愛知県 尾張旭市（佐々木　守）..... 58
（30）三重県 朝日町（吉田　忠雄）..... 60
（31）三重県 名張市（京谷　国雄）..... 62
（32）滋賀県 高島市（山崎　義勝）..... 64
（33）滋賀県 東近江市（山崎　義勝）..... 66
（34）京都府 大山崎町（草　貴子）..... 68
（35）兵庫県 篠山市（高橋　文雄）..... 70
（36）大阪府 岬町（菅野　和夫）..... 72
（37）奈良県 大淀町（佐々木　守）..... 74
（38）奈良県 生駒市（田村　剛一）..... 76
（39）和歌山県 みなべ町（草　貴子）..... 78

(40) 島根県 益田市（星　初枝） 80
(41) 岡山県 真庭市（今野　均） 82
(42) 山口県 下関市（平山　和哉） 84
(43) 山口県 光市（佐藤　敬一） 86
(44) 徳島県 牟岐町（田村　剛一） 88
(45) 香川県 土庄町（横山　幸雄） 90
(46) 愛媛県 西予市（仲條　富夫） 92
(47) 高知県 安芸市（島田　福男） 94
(48) 福岡県 吉富町（高橋　文雄） 96
(49) 福岡県 古賀市（横山　幸雄） 98
(50) 福岡県 太宰府市（菅井　茂） 100
(51) 福岡県 築上町（平澤　つぎ子） 102
(52) 長崎県 長崎市（菅原　康雄） 104
(53) 熊本県 長洲町（菅野　和夫） 106
(54) 宮崎県 門川町（佐々木　守） 108

報 告 書

開催地名：北海道黒松内町	
開催日時	平成 27 年 9 月 1 日（土）　18：00～19：30
開催場所	黒松内町総合町民センター
語り部	京　英次郎（宮城県仙台市）
参加者	町内会役員、役場職員、消防署員など　計 116 名
開催経緯	平成 5 年の南西沖地震を経験しているが、活断層・黒松内低地断層帯による直下型地震では大被害が予想される。しかし、多くの住民が震度 6 弱以上の地震を未経験であり、被害イメージが抱けていない。体験談などを通して地震被害を身近なものとし、防災・減災意識の向上を図る必要がある。
内容	**1. はじめに** 防災で大事なことは、各人が日々生活の中で「私の防災」「私の危機管理意識」を考えていくことだと思う。そのヒントとメニューを提供したい。 **2. 自助について** 地震直後における不安の 1 つは家族の安否、2 つは避難所生活、3 つはけがや命だ。命がなければ、家族のことも食べることも心配できない。けがをしない、命を守ることを優先したい。地震対策にせよ危機管理意識にせよ、優先すべきは人命だ。究極的には「みんなの命」ではなく「自分の命」であり、「自助」あってこその「共助」「公助」だと思う。 災害現場は修羅場だ。瞬時の判断が求められる。判断の物差しは、安全確保を前提にした対応が可能かどうかである。かつては、火が出たら「とにかく消せ」が優先された。今日、火を消すチャンスは、「（地震で）揺れたら」「揺れがおさまったら」「避難するとき」の 3 回とされている。生き残らなければ、消火活動はできない。みんなの命も守れない。 地震最初の大きな揺れは「君が代」1 曲分、1 分間だと思っておく。実際は 1 分以上でも、まずは心の備えができる。揺れが収まったら、①火元・家族の安全を確認、②ラジオ・テレビなどで正しい情報をつかむ、③災害の状況に応じて冷静に対応、④正確な情報を入手し、安全が確保できるまで警戒が行動パターンである。慌てず、次に何をするのかを事前に理解しておくことが大切だ。38 年前の宮城県沖地震では、仙台市民 60 万人中、けが人は 1 万人。東日本大地震では 100 万人中 2,000 人だった。この差は、市民の初期行動に対する意識度の高低にあったと思う。東日本大地震では、市民の多くが「あ、来た、来た。宮城県沖地震だ」と思ったそうだ。「なんだこれは！」と「あ、来た」という認知の違いは大きい。 みなさんの地には、黒松内低地断層帯がある。人間は予知も地震をコントロールすることもできない。「あ、来た」と思う住民が増えてほしい。

	3. どこで災害に遭う？ 　どのような“守り”、減災対策を選択するかが問われている。いずれ地震に遭うなら、どんな場所を望むだろう。まずは、遭うならここと答えた場所の地震対策を進めてほしい。あわせて、一人ひとりが地域防災のリーダー意識を持つ。人の行動範囲は町内にとどまらない。遠隔地で被災したら、帰宅困難者になり、その地の避難所を頼らなければならない。 　ふだんなら数十秒しか乗車しないエレベーターが突然止まって、閉じ込められる事態もある。エレベーターの安全装置が災いになることもある。人間が考えた「安全」のための工夫は、100%安全につながるとは限らない。 **4. 便利な生活下で思うこと** 　便利な生活に慣れきった今日、災害に遭うと不便を感じる。しかし、あの被災地にあって、夜空の星を見上げ、昔に戻っただけだと言い聞かせようとした人もいた。仙台市内・避難所の備蓄非常食はすぐになくなった。大多数が「被災者」意識を抱いていた。私は、みんなにその場のリーダーになってもらいたいと思った。 **5. 松・竹・梅コースの選択** 　梅＝「命を守る」を基本に意識を変える。お金はかからない。 　竹＝自宅の整理整頓、備蓄品の備え、避難所運営の手伝いなど、命を守ることを基本にしたうえでやれることを考える。 　松＝お金も存分にかけた対策を実行する。 　それぞれを選択して地震に備えてほしい。簡易トイレは用意したい。いざとなったら、「地震だ」「落ちつけ」「消化器を使用、1、2、3。消火完了」などと声を上げよう。みんなが減災をもたらす地域のリーダーだという意識を持ってほしい。
開催地より	・「まずは自分が生き残らないと何もできない」「助け合うにしてもまずは自分が生き残ってから」と強調され、目から鱗が落ちる思いだった。 ・防災に関する知識啓発イベントの有効性を高める材料にしていきたい。

開催地名：北海道別海町	
開催日時	平成 27 年 11 月 11 日（水）　18：00～19：30
開催場所	別海町東公民館
語り部	吉田　忠雄（岩手県大船渡市）
参加者	地域住民、町職員　計 33 名
開催経緯	本町では、ハザードマップ、別海町地域防災計画を改正し、新たな避難施設の建設も予定している。今後、大規模地震の発生も指摘されているが、住民の危機意識の向上や防災に対する関心を引くことが課題だ。
内容	**1. 岩手県で初の自主防災組織** 津波被害の多い三陸沿岸にあって、私たちの地元、大船渡市赤崎町生形（おいかた）は、県初の自主防災組織を設立した。防災訓練の参加率は毎年 60%超で、年によっては 90%超を記録している。実は阪神淡路大震災のあった 1995 年は約 40%と低かった。私は参加率を高める工夫を考えた。 訓練参加者は全員ヘルメットを着用し、黄色のリックサックを背負っている。住民への配給装備品だ。県の補助金や自治会予算の関係で訓練全参加者に配給できない年もあるが、来年度なら配給できそうだと説明すると、次回参加の動機付けにもなる。3 年かけて全世帯にヘルメットを配布し、次いで 2 年かけてリックサックを配給することにした。訓練に参加した隣人が持っていて、自分にはないと、人というのは所有欲が湧く。私とすれば、防災意識の向上を図るための一つの戦略である。さらにデータを記録することにした。地区の班長は自分の集落の参加率を意識せざるを得ない。訓練参集時には住民の前列にいる班長に、参加人数を報告してもらっている。 **2. 訓練の成果について** 訓練の 1 つに消火バケツリレーがある。災害時に実行できるわけではないが、連帯感を醸成できる。アメリカ軍「ともだち作戦」でヘリが救援物資を輸送してくれたとき、物資をみんなでリレー搬送した。子供たちに惨状を見せないよう大人たちが周囲を囲ったことも、バケツリレーの成果だと思う。 訓練ではクルマは原則不使用だ。340 名が避難所で 4 日間、孤立した現実があるが、避難過程でクルマ使用の例は少ない。交通渋滞の発生や交通誘導で犠牲になってしまう人もいなかった。 子供たちも訓練に参加している。誘拐事件の未然防止にも役立っていると思う。子供たちは通学路の道路事情に通じている。避難路の危険箇所を指摘してくれる存在で、有効な防災マップづくりに貢献してくれている。 **3. 自主防災組織の動き** 備蓄食料が底をついた。賞味期限の確認、数日間保てる分量の確保と補充に留意すべきだった。情報発信の一助として、テレビ局に声掛けして全国中

	継してもらった。避難所暮らしは精神的にきついので、みんなでコミュニケーションをとり、地域一丸で乗り切ろうと朝礼で話した。衛生面に気を配り、みんなで掃除し、きれいな環境を保った。所々のトラブル回避にもつながったと思っている。4 か月間、毎朝、朝礼を続けた。避難者に役割を与え、働いてもらった。秩序を保つために、7 名のリーダーを選任した。各人、避難名簿に名前を記入してもらった。人数確認できたので、提供する食事不足を回避できた。各地域の班長 9 名が副隊長、市職員 3 人、総隊長の私、計 13 名は黄色の腕章を付けた。腕章はおばあちゃんたちがつくってくれた。“黄色つながり”で、映画「幸福の黄色のハンカチ」に出演していた武田鉄也氏がアポなしで来訪してくれた。昼は安否確認のため瓦礫の下で捜索活動した。トイレを我慢する高齢者が目立つようになった。夜間、トイレに行くために懐中電灯を借りる遠慮心もあった。私たちは夜間、ろうそくを灯すことにした。他県から医者と看護師が来てくれて助かった。市の職員は、住民のために上司と大喧嘩した。後日、私はその上司に「いい職員を持ったあなたは幸せだ」と言った。市とは訓練を軸に意思疎通していた間柄にある。避難所にいる人だけが避難者・被災者ではない。 **4. 教訓として伝えたいこと** 人間の財産というのは、土地でも家でもなく、人脈だと思う。どんな災害に遭っても、人脈というのは逃げない。人との絆を大切にしたい。いざというとき、助けてくれるのは築いてきた絆の先にある人間だ。地域のリーダーは、よくよく認識していただきたい。私は子供たちにも、人とのつながりを大事にするように語っている。
開催地より	・防災教育、啓蒙啓発活動、食糧など備蓄の大切さ、御近所つきあいの大切さを感じた。 ・今後、子供（幼稚園、小学校）も含めた、定期的な防災・避難訓練を企画し、実行していくことを検討したい。

開催地名：宮城県塩竈市	
開催日時	平成 27 年 6 月 26 日（金）　13：45～14：45
開催場所	ふれあいエスプ塩竈　エスプホール
語り部	瀬戸　元（岩手県釜石市）
参加者	町内会役員等　計 117 名
開催経緯	本市では、共助の中心的な担い手である自主防災組織の結成を促進しており、市内 165 町内会の 55.2%が組織済みであり、世帯数による結成率は 68.6%であるが、目標とする 90%を達するには、町内会の高齢化及び人手不足、あるいは防災意識の低下などへの対策が必要となっている。
内容	**1.「自分の命は自分で守れ」の教え** 三陸沿岸は過去、複数の大津波を経験した。先人は教訓として、いかにまちを守るかではなく、いかに命を守るかという知恵袋を残した。 我がまちは、明治三陸大津波で人口の 9 割（820 人）が犠牲になったが、昭和三陸大津波では 3 人である。いずれも夜の時間帯だったから、津波来襲を目撃した人はいない。明治の教訓は、「自分の命は自分で守れ」という「命てんでんこ」。声をかけ合って早く逃げる率先避難が一番大切で、母を見捨て、父を見捨てても逃げろという非情な教えだ。「行かないで」という動けない母の声を背にして逃げた子は、生涯苦悩を背負うだろう。その子を、その後みんなで温かく支え合う。それが地域の役割である。 戦争、戦後復興、高度経済成長、バブルという時代に翻弄された人々は、災害における先人の教訓を学んでこなかったと思う。東日本大震災では多数の犠牲者が出た。教訓を生かせなかった。 **2. 自主防災組織の立ち上げ** 私たちの町内会は大震災の前年 12 月、自主防災会を立ち上げた。取り組みの重点は、8 割が率先避難の徹底であり、2 割が初期消火だ。 要援護者の救護にあたっては「15 分ルール」を発案した。三陸沖で地震が発生すると、津波来襲は概ねその 30 分後だ。前半 15 分間を要援護者の救護に、残りの 15 分間を搬送にあてようという内容である。誰が誰を救護するかのペアを決め、「救護搬送車」のステッカーを用意し優先車両にするなど、スムーズな避難なども考えた。近くを助ける「近助」班も設定した。いわゆる「共倒れ」の回避のため、15 分で救護できなければ、置き去りにして逃げることにした。「近助作戦」は、非情な心を持って救護に当たれというものだ。ルールがあれば、見捨てた人が、その後、自責の念にかられて自殺するようなことも少なくなるだろう。 年開け、町内会は津波が 5 月までには来るだろうと準備を始めた。地域は 230 世帯 620 人。米 10 袋、みそ、サランラップ、ごみ袋、大釜、ブルーシ

	ート、ワイヤレスハンドマイクなどを備蓄した。 **3. 津波来襲とその後** 津波が何度も襲ってきた。最大波は 20 メートル超。地域で 33 名が亡くなった。わがまちは壊滅した。自主防災組織が機能するのは３～４日後、共助のもと避難所が運営された。それまで、誰も「腹減った」と言わなかった。一升炊きのプロパンガス釜や土鍋で１日２回、煮炊きした。おにぎりは小型サイズだ。排泄処理の不便さを意識したからだ。高齢者は水を控えたが、血が濃くなるから危険だ。飲食より暖房を欲した。温かさが何より勝る。 よかった点＝早期避難できた。複数の避難所があった（4 カ所中 1 カ所被災）。個々のサバイバル力が生かされた。明治・昭和三陸大津波を踏まえ危機管理意識を高めていた。要援護者を把握していた。食料の備蓄があった。避難者全員を 3 日目に仮避難所に収容できた。隣接する大槌町から保安要員を数日間帯在させた。6 日目に指定避難所へバス移動した、などである。 反省点＝230 世帯中 15 軒しか残らないという壊滅を想定していなかった。防災無線の波高 3 メートル予想を聞いて悠長に構える人がいた。避難道路の不備、旧国道が渋滞した、などである。 防災とは、いかにまちを守るかではなく、いかに命を守るかだ。ハードには限りがある。ハードを整備して「安心」しても「安全」ではない。ソフト面の向上が一番大切だ。その取り組みは、「防災」と言うより「減災」と言うべきものだろう。減災については、釜石市内の生徒が「100 回逃げても、100 回津波が来なくても、101 回目も逃げよう」という教訓を残してくれた。 マニュアルでは対応できないことがたくさんある。マニュアルどころか、先人の教訓さえ知らない人が多い。結果、多くの犠牲者を出してしまったと思う。東日本大震災の教訓はまだまだある。教訓を生かしてほしい。
開催地より	・受講者は町内会および自主防災会の役員であったため、当時町内会長だった講師の体験談が、より説得力をもって伝わったようだ。今後、未組織町内会の自主防災組織結成促進及び活動の活性化に生かしたい。

開催地名：秋田県秋田市	
開催日時	平成 28 年 2 月 13 日（土）　15：00～16：30
開催場所	秋田市北部市民サービスセンター
語り部	瀬戸　元（岩手県釜石市）
参加者	自主防災リーダー　計 89 名
開催経緯	県の津波浸水想定に基づいた津波ハザードマップを作成・配付し、市民の防災意識の啓発に努めている。しかし日本海中部地震から 30 年以上が経過し、東日本大震災でも直接的な被害がほとんどなかったことから、大規模災害下における実体験を、市民が聞く機会が少ないことが課題となっている
内容	**1. 先人の教訓「命てんでんこ」** 江戸末の安政八戸沖大津波、明治の三陸大津波、昭和の三陸大津波、今回の大震災、私のまちは 160 年の間に 4 回壊滅した。鬼の心、非情な心を持たなければ、自分の命を守れないという先人の教訓が「命てんでんこ」である。天災という自然災害と共存してきた先人の教訓は、命を守る知恵袋だと私は思っている。しかし今回、教訓を知らない人が多かった。あるいは、命を守る知恵袋のひもを、ひも解く知恵がなかった。昭和という時代、戦争に翻弄され、先人の教訓は語られず、途絶え、戦後も伝えられてこなかったからだ。 釜石市では今回、1,040 人が犠牲になった。うち津波を侮ったための犠牲が約 6 割、大規模災害時の危機管理意識が甘かった方々が約 3 割、残りの 1 割は、要援護者を見守る福祉関係者、避難誘導や交通整理をしていた消防団や警察官の方々だ。 「安心」と「安全」は、危機管理上、全く別物だ。私は届いたハザードマップを一見したのち、すぐ処分した。ハザードラインの設定は、油断を生む。先人の教訓である率先避難、「命てんでんこ」を守れば、大半の人が助かる。自然災害と向き合うときの心構え、備えの意識を醸成するのが、自主防災会、自主防災組織のあり方であろう。 みなさんが知る、てんでばらばらになって逃げろという「津波てんでんこ」のマスコミ言葉には誤解がある。昔からの言い伝えは「命てんでんこ」で、率先避難が真意だ。地震が起きたら、さっさと逃げろ、そうでなければ置き去りにされるぞ、見捨てられるぞ、避難の足枷になる年長者ほど、さっさと逃げろ、という意図、つまり避難勧告である。そもそも津波が来たら、誰もが即逃げざるを得ない。教訓を正確に理解しておくことも大事だ。 **2. 自主防災はどう機能したか** 私の町内会の自主防災組織は大震災前の結成だが、市内では遅い発足だった。だが、町内会活動の一環として防災に取り組んできた経緯がある。活動に通底するのは「命てんでんこ」の鬼の心だ。私たちの避難訓練には笑いが

	ない。他の地区では、悠長な避難行動、あるいは右往左往して犠牲になった人がたくさんいた。緊張感のない訓練しかやっていなかったのではないか。 　私は「防災力はイメージ力である」と常に言う。イメージ力を高める方法は、地域の災害環境、災害歴史、教訓などを勉強することだ。私たち町内会では、避難の呼びかけ、要援護者の救護、被災後の炊き出し、住民の安否確認など、難なく対応ができた。釜石東中学校の生徒がつくった安否札を発災1年前に配布した。共倒れ防止につながった。よくぞつくってくれたと思う。 　一方、鵜住居地区の「鵜住居地区防災センター」では多くの犠牲者を出した。発災の前年、チリ沖地震による津波警報で、避難所ではない防災センターに「寒いから」という理由で、当該町内会の役員らが住民を呼び込んだ経緯も影響したようだ。私たちは、大規模災害と向き合うときのイメージというのをよく捉え、対応を考えなければならない。 **3. 生きる、を大切にしたい** 　みなさんのなかには昭和 58 年、日本海中部地震を経験している人もいるだろう。その災下、要援護者をどうされたか。釜石には「15 分ルール」があって、地震発生 15 分間を避難誘導・援護にあて、その後は逃げろ、が大原則である。見捨てられるか、置き去りにできるかを問われる。市内には身内を置き去りにした人がいる。宮城県でも「助けて」と声を出す母を瓦礫から出せず、寒空、瓦礫の海を泳いで一夜を過ごした中学生の娘さんがいた。家族を見捨てた娘さんらは生涯、その場面を背負っていかなければならない。自責から自殺した人もいる。「命てんでんこ」を地域で共有し、娘さんたちを支えたい。
開催地より	・教訓を次の世代へと引き継がなければいけないと思った。 ・地域の防災力を向上させるためには、日ごろからの自主防災活動を充実させる必要性を改めて感じた。 ・今後、自主防災組織の結成促進、自主防災組織どうしの連携の重要性を啓発していきたい。

開催地名：福島県郡山市	
開催日時	平成 28 年 1 月 20 日（水）　14：00～15：30
開催場所	郡山市労働福祉会館
語り部	山崎　義勝（岩手県釜石市）
参加者	事業主、従業員　計 85 名
開催経緯	復興への取り組みに加え除染活動が行われている。また、地域の住民も防火・防災に対する意識が向上し、自助・共助への取り組みが進められている。しかし住民の不安は消えていない。防火・防災活動の一助を求めたい。
内容	**1. はじめに** 私は震災当時、釜石市の消防長であり、部下の殉死にも直面した。その後は、災害廃棄物処理、危機管理監として検証の任に就いた。被災県下のみなさまを前に戸惑いはあるが、私見も交え災害検証に重きを置いて話したい。 **2. 釜石のその後** 震災前、約 4 万人だった人口は約 4,000 人減った。発災直後、市長以下、みんなで「不撓不屈の精神」で事にあたろうと誓った。しかし復興途上である。2014 年 2 月、新しい消防庁舎が完成した。大阪の消防部隊が絵画を寄贈してくれた。新消防庁舎の玄関前に設置させてもらった。 かつてラグビー最強を誇った釜石は今、2019 年にラグビー・ワールドカップの試合が当地でも開催されることを心待ちにしている。 **3. 災害の検証** ①地形で異なる被害＝水鳥の棲息地を想起させる「鵜住居」地区は被害が顕著だった。一方、高台移転集落では 1 軒も被災しなかった。リアス式海岸に押し寄せる津波は複雑な動きをする。地区ごとに被害様相も異なってくる。 ②孤立地域の発生＝大槌湾と両石湾に突き出た箱崎半島では、山間集落だけが生き残った。数日間、孤立した。食料を持ち寄り、住民みずからが救助・救出、遺体捜索活動し、見知った顔の遺体を寺へ安置した。地域には、助け合う人とのつながりがあった。自主防災に必須な土壌だと思う。 ③年齢差で異なる被害＝高齢者の死亡比率が相対的に高い。逃げない高齢者を救おうとして死んだ人が少なくない。浸水域に居住する高齢者全員を救うのは非現実的だ。要援護者らも含め高台転居が有効だろう。 ④発生状況で異なる避難行動の違い＝昼間は家族が分散しているので、各人が出先、あるいは自宅で避難の判断をすることになる。各人の状況下における判断能力が問われよう。家族の安否確認には時間を要す。一方、夜間なら大多数が家族とともに避難する。家族で話し合っておくことが肝要だ。 ⑤事業所の避難行動＝事業所の判断が従業員の生死を左右した。A 事業所は避難場所に全員が即避難し無事だった。B 事業所は即避難の判断をしたが、

	勤務場を離れた従業員は自由行動であり、クルマで避難した人は亡くなった。C 事業所は当該事業の性質上、残務整理が必要で、結果、逃げ遅れてしまった。海から離れた場所にある D 事業所は、全員を拘束し無事を確保した。 　大きな事業所では自社の避難マニュアルを整備している。小規模事業所でも危機管理体勢を整えてもらいたい。事業所の存在は復興にも大きな影響を及ぼす。率先避難を促すステッカーを製作した事業所、避難路・避難所マップを社内・店舗に張りだした事業所、バスやタクシー運転手に海から即時離れるようマニュアル化するなど、全国には参考にしたい多くの事例がある。 　なお、釜石の自主防災会や消防団には「15 分ルール」がある。地震発生後 15 分間は避難誘導・援護時間、その後の 15 分間は避難行動時間である。前半 15 分間で実施できない世帯があっても、15 分経過したら高台に逃げる。ルールがあることで、救えなかった自責の念は、少しは軽減されよう。 ⑥避難所の開設・運営＝現実には「指定避難所」「緊急避難所」だけが避難する場所ではない。生きていさえいれば避難所運営はどうにかなる。 ⑦「釜石の奇跡」＝伝えられる「奇跡」は、正確には防災教育の結実である。鵜住居地区の小中校以外の生徒も「奇跡」があった。防災教育の継続が防災文化を築くのだと思う。 ⑧「釜石の悲劇」＝津波避難訓練時に使われていた施設で犠牲者が出た。本来は津波で避難する場所ではない。行政と市民に認識の違いがあった。周知不足を反省したい。遺族、生き残った消防職員、みんなが深い傷を負った。 ⑨過去の教訓＝明治と昭和の教訓を記した 2 つの石碑に新たな碑が加わった。「震災はみんなで乗り切る試練」の文字が刻まれている。 **4. 防災対策への提言「みんなで築く防災対策」** 　命があればどうにかなるという思いが私は強い。自分の命は自分で守る、避難する、事業所は従業員を守る、みんながこぞって訓練に参加して、命を守っていただきたい。
開催地より	・今後、大災害が発生した場合、行政と地域の協力が必要不可欠で、地域の助け合いなどによって、人的被害を最小限度に食い止めること、手際よい活動をしていくように努力していきたい。

開催地名：栃木県鹿沼市	
開催日時	平成 27 年 7 月 11 日（土）　9：30～11：00
開催場所	鹿沼市消防本部　大会議室
語り部	草　貴子（宮城県仙台市）
参加者	婦人防火クラブ、自主防災会　計 123 名
開催経緯	近年の大災害において多くの課題が見られ、地域防災計画の見直しをした。防火・防災は、常日頃からの備えが大切だが、市民の危機意識は希薄であるため、災害に備えた自助力の強化が必要になっている。
内容	**1. はじめに（仙台市泉区市名坂東町内会について）** 市名坂東町内会は、地域の女性たちが平成 20 年に創設。以後、家庭の主婦目線で運営されている会だ。「防災力」を意識し、設立２年目には災害時の避難所として利用できるよう集会所を建設した。集会所の建物はかつての災害の教訓が生かされた仕様になっている。 **2. 東日本大震災時における集会所の運営** 集会所ができた約半年後の３月 11 日、家電量販店の店内で地震に遭った。ガラスが割れ、天井が落ち、悲鳴が響き渡った。私は自宅に戻り、住民名簿・ホイッスル・懐中電灯・ラジオなどをリュックサックに詰め込み集会所に向かった。備蓄米や毛布を確認し、避難者を受け入れた。避難者の中からリーダーを決め、町内会はサポートする形で運営することにした。コーヒータイムを設けるなど、避難者間のコミュニケーション円滑化などに気を配った。 12～13 日の２日間だけ支援物資を引き取ったが、その後は地域の力で対処した。大学生らは、子供たちのために寺子屋学習塾を開いてくれた。 **3. 発災後の集会所運営・地域の活動について** 区別なく誰でも避難者として受け入れたが、今後、非町内会員への対処が課題だ。町内会員を優先した方向性を考えている。 新たに開始した主な活動は、週１回の子育て支援活動、全国おもちゃ図書館「ずんだっこ」の開設、クリスマス会、郷土料理を食べる会、カレー大会、育児相談日の設定、防災便利マップ作成、消防署との意見交換、地域団体とともに「市名坂小学校区避難所運営委員会」の立ち上げ、女性コーディネーター部門の設置、「七北田方言防災かるた」の製作、「泉区女性町内会長の集い」の立ち上げなど。人のつながりを重視して邁進していきたい。 **4. 住民の言動と「私の涙」** さまざまな言動に直面した。ある世帯は楽しそうに笑顔でバーベキューをしていたが、道を隔てた世帯では肉親を失ったことを知り、私は戸惑った。私の実家が壊滅したことを何度も大声で言いにくる人、支援物資を各家庭に届けることを要求する人、掃除当番の表をつくった途端に自宅に戻る人、震

	災当夜に歯磨きに使う水を要求する人、ハンドバックにスカート姿で来所する避難者などだ。汚れた衣服を支援物資として送られる、高カロリー・高糖質の支援食料によって高血圧・糖尿病になる、布教活動、不必要な NPO やボランティア活動などもあった。「支援」のあり様を一考すべきだと感じた。 　数多くの遺体が浜に打ち上げられたというラジオの一報に接したとき、私は涙した。その後、崩壊した故郷の女川町を歩いたとき、涙もなく喪失感に包まれた。同級生は避難した神社ごと波に連れて行かれた。あるおじいちゃんは「さようなら」と手を振り、沖に消えたそうだ。沿岸部の被災者には文句も要望も口にする気力もなかった。救援に行き自身が犠牲になった人もいた。「てんでん」に逃げる「津波てんでんこ」が大事とされているが、子供が流されたら、私は救うため流れに飛び込むだろう。 **5. 明日への心構え** 　今、生かされている私たちはしっかりと生きなければならない。私たちの役目を一瞬、一時、大事にしなければならないと思う。 　まちも、人に愛され、大切にされ、築かれていく。女性なら女性の視点で、メンタルに気を配る活動や、炊き出しなど得意分野をやればいい。男性も得意分野をやる。ともに各人が自分たちの特性を考え、オリジナリティーのある身の丈に合ったことを、一つずつ実践していくことが大事だ。 　消防職員など災害時に不眠不休で活動している被災者及びその家族には、感謝しかない。公共機関の職員や避難所の運営者に対し、文句ばかり叫ばれても困る。私たち町内会は自主でやってきた。100 人の友達をつくるより、３人でも信頼のおける人をつくるほうがいい。 　防災の「災」は物質的な災いだけではない。人の心をむしばむもの、悲しく壊すことも含まれている。少しでも災いを減らすよう、お互い頑張っていきたい。
開催地より	・東日本大震災の被災者が想像以上の状況であった事実を知った。今後、災害への備えの充実と地域とのつながりの強化をして、「自助力」「共助力」の強化に反映したい。 ・研修会の受講者が広く伝達してくれるよう促していきたい。

開催地名：栃木県壬生町	
開催日時	平成 27 年 12 月 2 日（水）14：00～15：30
開催場所	壬生中央公民館　会議室
語り部	草　貴子（宮城県仙台市）
参加者	自主防災組織、自治会長　計 100 名
開催経緯	自主防災組織の設立・活動の活性化を促している。活発に活動する組織が増えてきたが、いずれの組織も東日本大震災以降に設立されたもので、災害を経験していないこともあり、常時、非常時の活動が定まっていない。
内容	**1. 女性たちが運営する町内会** 泉区にある市名坂東町内会は、女性が立ち上げた町内会で、全役員８名も女性だ。設立２年目に開設した集会所は、緊急時の避難場所として使えるよう防災を強く意識・工夫した。オール電化、広々としたロフトつきの倉庫、71 平方メートルのフローリング・ワンルーム、対面キッチンなどを備えた。備蓄倉庫の収納高は、女性の腰高とほぼ同じ。「子育て支援」「ふるさとづくり」「防災」といった町内活動も主婦が担っている。 ３月 11 日、地震が発生し、集会所をあけると、女性と子供 100 名ほどが避難してきた。避難者の大半は町内会に入っていない住民だったが、全員を受け入れた。避難者の中からリーダーを決め、町内会がサポートする形をとり、運営を始めた。リーダーと副リーダーの指示に従うようにお願いした。顔見知りでない者同士だったので、毎日、午前と午後にコーヒーの時間を設けた。町内会は、12 と 13 日の２日間だけ支援物資をいただいたが、あとは各家庭で対処していただいた。子供たちは生活情報を町内に広報し、大学生と高校生は寺子屋を催してくれた。役員は、母親目線で子供たちを見守り、おばさん目線で若い母親を見守ったように思う。 **2. 震災下での問題と反省点** マンション住民など非会員への対応が問題だ。夫が会社に出勤している間の災害に見舞われれば母子は困惑する。気軽に来所してもらおうと、お茶会、子育て支援活動の開始、「おもちゃ図書館ずんだっこ」の開設、クリスマス会や食事会などを催すことにした。 お店やガソリンスタンド、病院などを記した「防災便利マップ」を作成した。消防署とは意見交換も重ねている。 市名坂小学校区避難所運営委員会が発足し、小学校を拠点に、町内会、連合町内会、市民センター、児童館、民生委員、PTA、婦人防火クラブなどと地域団体の連携が形成された。 女性の視点を大いに生かすため、女性コーディネーター部門を設けた。例えば、女性用生理用ナプキンの申請と受け渡しや、家庭内で起きるトラブル

	などもフォローしていく。市の夜間訓練では、女性コーディネーターの目くばり、気くばり、心くばりが発揮され、感謝もいただいた。 　地域内活動として、「七北田方言防災かるた」を作成した。「泉区女性町内会長の集い」を立ち上げた。市の仙台地域防災リーダー（SBL）養成に応じた。泉区には 108 名の地域防災リーダーがおり、コミュニケーションを図っている。人と人とのつながりが大事だ。やるべきことはやるという気持ちを持って邁進することが望ましい姿だと思う。 **3. 震災時の出来事** 　心ない言動をする人がいた。人間関係が崩れていく、心が崩れていくのも災いの一つ。朝食には菓子パン、10 時のおやつにはまんじゅう、３時にドーナツ、賞味期限は「今日」「明日」。震災後、高血圧や糖尿病の人が増えた。使用に耐えない粗悪な「支援物資」が届けられた。 　支援する側も、される側も、いま一度考えなければならないと思う。 **4. 結び** 　今日、町内会役員が担う「指定避難所」「緊急避難所」の運営分担をめぐって調整が図られている。家庭第一を基本にしているのが私たちの会だ。土日の会合には参加しづらい。夫が会社を休んでまで町内会にかかわり合うのは負担だから、主婦が担っているのが実態だ。町内会として秋祭りは実施するが、草取りはシルバー人材センターに委託した。 　地域防災の大事なことは、自分たちの特性を考えて、オリジナリティーのある、身の丈に合ったことを実践していくことだと思う。このまちに住んでよかった、ふるさとを大切にしたい、あなたと暮らしていきたいと思っていただければ、それだけで一歩前進だ。一人一人が主役であり、生かされている私たちは、一瞬、一時とも大切にしっかりと生きなければならない。
開催地より	・自治会の方の「自主防災」の必要性が十分に理解していただくことができた。当町では、来年度に各地域においての防災のリーダーを育成し、自主防災についてよりいっそう強化していきたい。

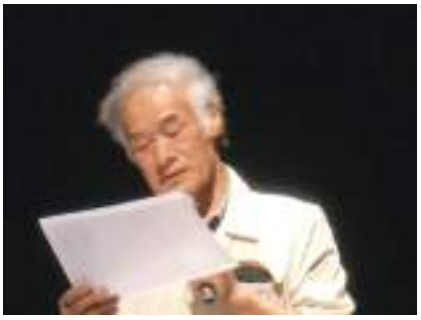
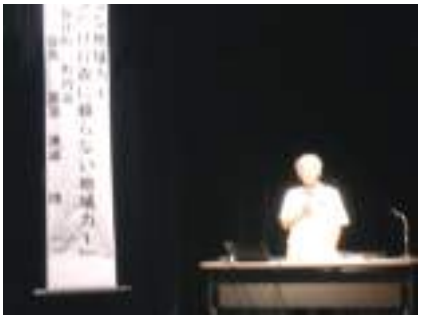
開催地名：群馬県安中市	
開催日時	平成 28 年 1 月 16 日（土）　14：00～16：00
開催場所	安中市松井田文化会館
語り部	今野　均（宮城県仙台市）
参加者	自主防災会、消防団、防災士、その他　計 150 名
開催経緯	「安全な地域」と思っている住民が多く、災害への現実感や危機感などが薄れている。自助・共助意識や自主防災組織結成率を向上させるためにも、いつ被災者になってもおかしくないという意識の定着が課題となっている。
内容	**1. 片平地区のまちづくり活動** 青葉区片平地区は仙台駅から約 1～2 キロ圏内、海からは約 8 キロ離れた市中心部に位置し、5,400 世帯 9,400 人が暮らす。連合町内会は 8 町内会で構成され、まちづくり活動を担う「片平地区まちづくり会」も存在する。私たちは、地域全体で取り組むまちづくりを目標に、問題解決型と提案型の 2 本立て活動を基本にしている。テーマに「安心・安全確保」「コミュニティ活性化」「歴史･環境保全」を掲げた。例えば、「安心・安全確保」の質を高める防災対策の検討会では、「自主防災」に加え、「防犯や交通安全にも取り組もう」「持続可能な体制構築のため多様な主体との連携も必要ではないか」などといった意見が出され、複数の実践プロジェクトを始動させ、経過を検証していくという流れで諸活動が展開されていく。 **2. 東日本大震災での対応** 震災では、各町内会の自主防災マニュアルは機能しなかった。近所の一時避難所より指定避難所に逃れる住民、参集する役員が多かったのだ。マニュアル想定が非現実だった一面である。また指定避難所は、地域住民だけでなく、帰宅困難者らであふれ、混乱した。自主防災対応の難しさを痛感した。 炊き出しでは商店主らが無償提供してくれた。復旧ボランティア活動では、中高校生が力を貸してくれた。災害相互協力協定を 2 カ所と結んでいた町会がある。協定先の 1 つは市内の町会だ。近い場所であれば、手弁当でやってきて宿泊で苦労することもないという狙いがあったが、今回はお互い被害が出ている状況だった。もう 1 つの協定先は山形県下の町内会で、震災 4 日目にかけつけてくれた。 片平地区全域という視点でみると、都市型避難所ならではの実態が浮かびあがった。1 例は、観光客・帰宅困難者らが殺到し、避難者の 8 割超を占めたこと。要は、避難所の収容能力を超えるほど、駅や会社から多様な人たちが殺到したのだ。さらに、マンション居住者も恐怖心があるし、外国人留学生も指定避難所を頼る。みんな情報や食事が欲しい。こうなると、交通事故も発生する。

	震災 2 日目、「片平地区災害防災委員会」を立ち上げ、混乱の収束と検証材料を残す手立てを検討した。どんな事態にどう対応して、結果はどうだったか、翌日以降毎日記録した。 **3. 震災後の取り組み** 片平地区災害防災委員会は、災害時における対応の提言を自助、共助、公助別にまとめ、市に提出した。具体的には、情報交換のありよう、指定避難所以外の施設利用、大学などの研究機関が有する危険物の二次災害防止、観光客や帰宅困難者への案内・誘導などが盛り込まれている。 町内会としては、実践プロジェクトである「地域防災体制強化プロジェクト」（一時避難所が有効に機能する方策の検討や、多様な人が参加する合同防災訓練の開催など）、「共助体制構築プロジェクト」（要援護者の登録など）を引き続き実施している。なお、復興公営住宅については、物理的に隔離しないようバリアを設けない、住宅の集会所は周囲の住民も利用できるなどの工夫が試みられている。 自主防災の主翼「片平地区災害に強いまちづくり委員会」での課題は、①安否確認、②避難所運営、③情報の共有、④食料の確保、⑤防災訓練、⑥新住民への対応、である。また、自助の観点から「自宅避難所」の設置と、循環備蓄を徹底したいと思っている。 **4. 今、地域に求められている防災活動** 自主防災活動というのは「自主防災」だけを考えるのではなく、みんなが参画するまちづくりだと思う。災害時、大学生は、リアカーを引いて、荒れた各家をまわって、あとかたづけを手伝った。みんながつながることが防災・減災の一歩だと思う。
開催地より	・自助・共助の取り組みを地域で話し合うきっかけづくりになった。今後、一人ひとりの自覚を促す取り組みをしていきたい。 ・災害の恐ろしさを理解して、子供たちへ災害伝承していきたい。

開催地名：埼玉県白岡市	
開催日時	平成 27 年 8 月 20 日（木）　14：00～15：30
開催場所	白岡市保健福祉総合センター「はぴすしらおか」
語り部	佐々木　守（岩手県釜石市）
参加者	市役所職員、関係機関　計６５名
開催経緯	近い将来、首都圏を震源とした巨大地震が発生するとされ、当市でも地震による被害が想定されている。その中で、いっそう職員に防災意識を持たせること、災害対応への意識を持たせることが課題だ。
内容	**1. 東日本大震災に見舞われた釜石の現実と課題** 釜石市は津波対策を重視してきたが、被害は甚大だった。 3 月 11 日、地震が発生し、すぐ防災行政無線で避難放送をするよう指示。当初の津波警報から 3 メートルという予想波高もアナウンスしたが、後日、大きな非難を受けた。すぐ防災行政無線マニュアルを変更し、予想値を排除。また緊急時には命令口調にする、市長が近くにいれば市長にアナウンスさせるなど、避難放送の仕方を大きく変えた。 津波が来たときは、なすすべがなく頭が真っ白になったが、3 日間は不眠不休で指示を出した。あの瞬間を思い出すと今でも震えがくる。 浸水により湾岸は 1 メートルくらい地盤沈下した。まちの中心部も地盤沈下し、大潮時期は中心部まで潮が上がり、大変困っている。 888 人が亡くなり、まだ 152 人が見つかってない。今も毎月 11 日には遺体捜査をしている。避難者数はピーク時で 88 カ所に約 1 万人、人口の 4 分の 1 の規模だ。死亡者の 6 割は 65 歳以上、建物被害は全世帯の約 3 割に及ぶ。水産関係施設は全滅、公共施設も多くが流された。ライフラインも全滅。特に困ったのはトイレで、仮設トイレをつくった。飲料水確保のため井戸も掘った。 今、まちは盛り土だらけだ。県内の復興住宅第 1 号は、かつて企業城下町の産業基盤を支えてくれた新日鐵の支援に負うところが大きい。率先して動いてくれた全国の自治体には感謝している。手続きが煩雑な国と県の動きは鈍かった。本当に助けてもらった思いが強いのは、姉妹都市や災害応援協定を結んでいた都市だ。ふだんからのつながりが大事だ。 反省や課題は多い。避難所ではない公共施設で避難訓練をしていた、ハザードマップなど被害想定に対する本質的認識不足、避難誘導にともなう 2 次被害の発生、災害時要援護者対策の有効性、車の渋滞対策、機能しない災害対策本部、実行できなかった地域防災計画などきりがない。事前の取り組み全てが準備不足だったのだ。なかでも「逃げる」という基本ができていなかったのは反省している。子供たちの防災教育を重視していきたい。

	2. 災害時における行政職員の災害対応 職員のマンパワー不足は深刻だった。解消に向かったのは、他市町村からの派遣職員がたくさん来てからだ。 住民からの荒々しく声高な苦情により、メンタルを不安定化させる職員が増えた。本当に大変な思いをして乗り切った。 ふだんから職員の能力を知っておくことが必要だ。防災研修や訓練を通じたひとづくりが大事だ。 行動記録を残す時間は現実的には少ないが、後日の検証を考えれば、やるべき業務だ。 職員は、家族に仕事への理解を得る、他部門の人とのコミュニケーションを深めるなどして、理解者をつくっておきたい。 情報発進時、「想定外」という言葉は使わないほうが望ましいと思う。 住民を死なせないのが行政の基本的役割だと思う。 **3. 避難所の開設・運営について** 避難所の運営で、特に困難を実感したのは初期対応、避難者名簿の製作などだが、在宅避難者にも気を配った。複数の避難所が自然発生的にできて、把握に時間がかかった。市外に避難した人の情報把握は難しかった。 住民のコミュニティーを構築するのは、行政だけでは限界がある。 避難所では「公平・平等」の実現は難しい。 運営には女性の視点が必須だ。 **4. 職員の心構え** 安全な場所はないという心構えを持つ。 避難３原則（想定を信じるな・率先避難・最善を尽くせ）を徹底する。
開催地より	・意識変化、コミュニケーションの重要性を改めて認識できた。 ・今まで以上に防災・災害に対しての危機管理意識を高めていきたい。 ・家族も被災者にならないように、家庭内での防災対策を行っていきたい。 ・県外の市町村との協定締結を検討したい。 ・講座に参加できなかった職員にも、きちんと時間を設けて説明したい。

開催地名：埼玉県吉見町	
開催日時	平成 27 年 11 月 17 日（火）　18：00～20：00
開催場所	吉見町民会館（フレサよしみ）
語り部	菅原　康雄（宮城県仙台市）
参加者	一般住民、区長(自主防災組織代表)、民生委員、消防団、町職員　計 360 名
開催経緯	災害に対する危機意識が低く薄れている傾向にある。公官庁がマヒするほどの災害経験がないことから、災害時の公助に頼れるという意識が少なからずあるようだ。また、近所のつながりも薄れているように感じられる。自助・共助の大切さからコミュニティの重要性を再度知ってもらう必要がある。
内容	**1. 私たち町内会の備え** 宮城野区福住の町内会には金はないが、人の力というものがある。地域力を侮らないでほしい。2003 年に自主管理マニュアルを策定。毎年、訓練の実施、名簿の更新を継続している。大震災を「訓練の延長戦」で乗り切った。 私たちは「できるだけ行政に頼らない地域力」を重視している。被災自治体は機能不全に陥る。しかし、防犯、交通、防災の即戦力が必要だ。ならば、自分たちでやるしかない。そのうえで住民にお願いしていることは、①人と動物の命を含めた減災対策、②安否確認に必須となる名簿づくり、③救援医療体勢の構築、④トイレ設置と衛生管理、⑤復旧・復興を見据えた、災害時相互協力協定による他地域との関係づくりなどだ。 町内防災計画の柱には、①減災、②訓練、③協力、④支援というキーワードを据え活動している。支援というのは物資に加え、えにしの支援、絆が含まれる。防災組織は町内会の横滑りである。町内会には副会長 12 名をはじめ総役員 36 名がいる。各人が、発災時の即戦力である防災・防犯・交通分野のノウハウを訓練でインプットして、誰もがリーダーになって事にあたることを目指している。情報収集、救援物資、消防協力、救急救護、給食・給水などの班があるが、中学生にも加わってもらっている。 防災訓練は企画・立案、実施まで会の主導だ。高齢者や障害者などを車いすやリアカーで運ぶ際の注意を中学生に教える、盲人介添え体験、簡易テントの設置、トリアージの学習、重傷者の病院搬送、動物と同行避難などが催されている。 大震災下、感謝された活動・事前準備が功を奏した実例は、全役員による見回り、安否確認、要支援者宅での家具の転倒防止やガラス飛散防止を施したこと、域内の危険箇所を記した地図づくり、ポータブル水洗トイレ以外にも水を流さない工夫をしたトイレの備え、天水おけ設置などである。 **2. 災害時相互協力協定について** 協定書の項目は「できる範囲内の支援・協力を行う」という 1 事項のみで

	ある。縁のできたところは、仙台市内の町内会、茨城県・山形県・長野県・静岡県下などの協議会・自治会、プロパンガス会社などだ。頼れる存在であるとともに、お祭りなどコミュニティづくりの相互応援団だ。計 20 か所とつきあいをしている。 **3. 被災下で住民はどう動いたか** 隣接の若林区では、救助犬が足から血を流しながら土を掘り遺体を捜索した。宮城野区福住町の住民は、行政に依存せず乗り切ろうとした。 1 時間かけて要支援者宅を巡回、30 分後に報告し合い、割り当てを決め再巡回した。安否や要援護の情報を区に提供、災害対策本部には食事も差し入れた。避難所を転々し、飲酒して騒ぐ人も出る。隔離するのが有効だが、場合によっては退場願う。行政対応は不可能だから、私たちが出てくれとお願いするしかないのだ。避難所は発災時の集合所ではない。本当に必要な人だけが使う場所だ。救急車利用の判断と同じ理屈である。避難所では身体負荷の高い和式トイレは設置しなかった。瓦礫は予め定めていた公園に集めた。 **4. 現在の活動動向と教訓** 現在の主要活動は、災害時相互協力先との交流、「他助」、動物によるメンタルヘルスケアなどである。 みなさんにお伝えしたい教訓として、①高速有料道ののり面への階段設置、②ハード整備において塩害劣化を考慮すること、③高台造成への資金投入、④動物の避難、⑤地域ごとに適した防災・避難マニュアルの作成、である。その場、その時間の対応力をつけよう。我がまちの、名簿、自主管理マニュアル、災害時相互協力協定、ご近所づき合いをみなさんにも検討していただきたい。命を守り抜く強固な意思を貫く地域でありたい。「見捨て」て「逃げた」ことを自責するな。守った命を「他助」につなげよう。  
開催地より	・地域活動への支援方法や体制づくりの参考にしたい。 ・町ができること、地域でできること、地域にお願いすることを理解し、協力して安心で安全なまちづくりに取り組む。

開催地名：千葉県勝浦市	
開催日時	平成 27 年 10 月 25 日（日）　10：30～12：00
開催場所	勝浦市芸術文化交流センター
語り部	佐藤　敬一（岩手県山田町）
参加者	自主防災組織、消防団、赤十字奉仕団など約 300 名
開催経緯	当市では、地震による被害想定を首都直下地震に、津波にあっては元禄地震津波を想定している。市内全域では土砂災害に、老朽家屋が密集する地域では家屋の倒壊や震災火災に、また、リアス海岸を有する土地柄であるため津波被害に注意を要する。災害に備えて何をすべきか、実体験を踏まえたお話を伺いたい。
内容	**1. はじめに** 岩手県内でも最も被害の大きかった陸前高田市の津波の様子を実際に見ていただきたい。 三陸海岸は明治 29 年と昭和８年にも地震・津波の被害を受けており、その教訓で高台に移転したが、東日本大震災の津波はその高台も襲った。 災害は忘れた頃にやってくると言うが、様々な自然災害、人的災害から身を守っていかなければならないということを、子供たちに伝えていただきたい。 **2. 経験・体験したこと** ３月 11 日、地震発生当初には、建物が倒壊しているところは見られなかった。ラジオの津波警報を聞いて、言い伝えに従って漁船を沖に出そうと海岸に向かうと、防潮堤は既に閉鎖されていた。津波から逃げるように山の頂上に上り、下を見下ろすと火災が発生していた。 2 日目、ライフラインが途絶えていることが分かり、長期戦に備えてトイレ、暖房設備、井戸水の確保などにあたった。 3 日目、自宅がどうなっているか不安を覚え、3 人で様子を見に行ったところ、風下はほとんど焼けており、まだ鎮火していなかった。このままでは避難所も延焼の危険があるため、アマチュア無線機を使って役場に連絡し、自衛隊のヘリで救助された。被災者捜索、炊き出しなどのため、10 名ほどはとどまる選択をした。 4 日目以降には、行方不明者の捜索活動を行った。亡くなって 3 日経つ遺体は土砂にまみれており、身元の確認は困難を極めた。 消防長を務めていた経験から、避難所の指揮をとることになった。 **3. 被災後の山田町の状況** 1 週間後、自宅に戻った。全壊しているのでもう住めないかと思ったが、基礎も柱も丈夫に残っていたため、8 月までかけて修復作業を行い、雨風を

	しのげるようになった。 　やっと避難所が開設されても、プライバシー問題やお酒のトラブルなどが絶えない場所もあった。 　山田町では 823 人が亡くなった。災害関連死、避難後に体調を崩して亡くなった人もいる。発災が冬でなく夏だったらまた状況も違ったかもしれない。震災後に内陸に移り住む人が多く、町の人口も減ってしまった。 　560 億円という莫大な金が復興のために投資されたが、入札を行っても不調に終わってしまい、なかなか執行できていない。金はあっても電気がないという状況である。 **4. 最後に** 　「命、生きるべし」ということ。どういう状況下になっても、生き延びて、天命を全うすることが大事だと思った。 　被災直後には、生きる気力もなかった。しかし、子供たちの姿や笑い声が気持ちを奮い立たせてくれ、復興、再生に向かう勇気を与えてくれた。
開催地より	・冒頭に上映された津波襲来の動画は、被災者の目で見たものであったことから、空撮によるものよりもリアルであり、津波避難の重要性は十分に伝わってきた。 ・津波避難の誘導や被災者の救助活動・捜索活動、避難生活における避難所運営についての話は、出来事別に一つひとつ解説され、詳しく解かりやすいもので、受講者それぞれの立場で役立つものだった。 ・災害対応の不足部分が浮き彫りになり、一刻も早く解消しなければならないという、危機感を持つことができた。

開催地名：東京都江東区	
開催日時	平成 27 年 11 月 30 日（月）　10：00～11：30
開催場所	江東区教育センター
語り部	田村　剛一（岩手県山田町）
参加者	区立小中学校管理職　約 70 名
開催経緯	本区では大規模災害発生時の減災を図るために、避難所となる小中学校を中心とした地域連携体制を強化し、共助力の向上を目指す取り組みを進めている。避難所運営においては、大多数の教職員は大規模災害を経験したことがなく、特に施設管理者として避難所運営のリーダーとなる学校管理職の災害時における応急対応力の向上が急務となっている。
内容	**1. 津波来襲** 自宅に 94 歳の母親を残し、私はリアカーを用意して、高齢者を搬送しようとまちに向かった。避難警報が出たときには、独居老人、高齢者夫婦を乗せて避難することは事前に決めていたことだった。山田町が全戸に配布している防災リュックを肩にかけたおじいさんは、おばあさんと私の「逃げっぺし」に同意してくれない。５分以上の押し問答のすえ、おじいさんは「おめえさんを殺すわけにはいかない」とうなずいてくれた。高台に避難させたが、まだ声をかけなければならない世帯が残されていた。防潮堤近くに行ったときに「津波だ」の声で、私はまた高台に引き返した。 変色した波の一線が迫ってくるのが見えた。水位が増せば、波が防潮堤を越える。安全ではなくなった自宅に戻り、若い消防隊員の助けを借りて、歩けない母親とともに山に避難することができた。 津波で冠水したところどころで火が上がり、延焼していた。 家内と母と私は、ふだんなら 5 分で行ける公民館まで 30 分かけて移動した。役場の女性職員が入口で名前の聞き取りをしていたが、多くの人は避難者確認の聞き取り行為を理解できず、寒さから館中に入ることを優先した。やがて火が公民館にも迫ろうとしていた。夜の 10 時ごろ、山あいの地区にある学校に逃れることにした。徒歩ならおそらく 1 時間以上かかる。私たち家族は、同地区にある甥っ子の家に世話になった。 私が住む地区は全 150 戸 300 人と小さく、みんな顔見知りだが、発災直後は、顔の表情が違っていて、ほとんど誰が誰だかわからなかった。 中央商店街の店舗は 1 軒も残っていなかった。残った民家には空き巣被害もあった。私の家は大規模半壊だった。修理してとにかく住めるよう作業したが、家内は腰を痛めて、今歩くのがやっとという状態にある。震災後、身体を壊した人は大勢いる。なかには悪化して亡くなった人も少なくない。 生存者・行方不明者を捜すのは容易でなかった。遺体の扱いにも苦慮した。

	当初、町では土葬を検討したが、内陸の自治体にお願いして、火葬していただくことができた。 **2.学校という避難所の運営について** 全学校の体育館が避難所になった。体育館を開放して、まず先生たちが床にマットやシートを敷く。避難者を受け入れ、会場はごった返しの状態だ。自治会長がリーダーになって、班をつくるなど整理した。一定の落ち着きを取り戻し、避難所としての体育館が機能し始めた。 校庭は避難場所、体育館は避難所だ。しかし全壊した学校もある。危険を察知して学校からのさらなる避難を主導したのは、地元の用務員さんだ。一方で、津波被害や地元事情に通じていない教員の指示が招いた悲劇というものもあったと思う。親が迎えに来て、生徒といっしょに避難する途中で、犠牲になったケースもあった。親は内陸地からの転勤者だった。「地震が来たらすぐ山へ」が山田町の鉄則だ。 今、山田町では、災害時、小中高問わず避難所に指定されることになっている。飲料水・食料の備蓄、体育館のかぎを自治会長にも預けるなどのルールもある。震災時、一番困ったのがトイレだった。水の確保や衛生問題を考えておくべきだ。 津波被害と洪水被害は別問題だと思ってもらっては困る。内陸部の自治体も洪水や地震に遭えば、火事が発生する。一番怖いのは火事で、相当の大きな被害を被る。学校としても、防火訓練をおろそかにしないでいただきたい。 山田町では、子供たちにがけ崩れなど、津波だけではない災害の危険を話しかける努力をしている。子供たちも真剣に防災訓練に参加するようになるだろう。防災教育を、学校だけでなく、地域の人たちとともに進めていければ望ましいと思う。
開催地より	・災害対策に正解やゴールはないので、実際の被災地、被災者の話から学び、最良と思われる対策を施していかなければならないと感じた。 ・多くの先生に講演を聴いていただくことができた。さらに学校との協力体制を強めていきたいと思う。

開催地名：東京都八王子市	
開催日時	平成 28 年 3 月 5 日（土）10：20～11：50
開催場所	八王子市役所
語り部	島田　福男（宮城県仙台市）
参加者	自主防災組織　計 147 名
開催経緯	当市では、市民に「自助」を呼びかけるとともに「共助」としての自主防災組織の育成に努めている。現在、市内の全町会自治会の 8 割に自主防災組織が結成されているが、結成後の組織運営や継続的な活動に課題がある。
内容	**1. はじめに** 大震災の折には、八王子市のみなさんから多大なるご支援をいただき、感謝している。震災から 5 年、沿岸部での災害復興は計画どおりには進んでいないが、頑張っているさなかだ。 **2. 青葉区川平地区の自主防災活動** 川平地区は仙台市北西部に位置し、昭和 40 年代、山を造成し大規模団地が形成された一帯である。震災前、6 町内会があったものの、現在は 5 つで人口は 1 万人弱。坂が多くクルマは必需品だ。高齢化も進んでいる。 震災前の昭和 56 年当時、町内会の防災部長をしていた私は、自主防災組織をつくった。市から防災関連備品が配給されるメリットがあった。他の町内会でも防災会結成に動いたが、役員の任期切れとともに活動は停滞傾向にあった。平成 12 年、自主防災組織を見直そうと提案したが、各町内会の反応は鈍かった。ならばと、連合町内会に自主防災組織をつくることにした。結成まで数年かかったが、会則のなかに自主防災の役割分担も定めた。平成 19 年 2 月には連合町内会独自の「自主防災行動計画」を策定した。 町内会の模範となるよう、私の川平団地町内会では、毎月 1 日を町内会防災の日と定め、「育てよう防災意識　川平団地・防災の日」というのぼり旗を 150 本つくって、町内に掲げてもらう。約 10 世帯宅のうち役員宅 1 軒にのぼりが立つので、住民に役員の存在を知らせることもできる。役員には共通のビブス（半袖ユニフォーム）も支給した。防災無線ほか、3000 万円をかけて防災の資機材 2 セットも購入した。なお震災後、1 セット追加して 3 カ所の防災倉庫に置く態勢にした。パトロール隊が巡回する防犯活動もある。震災時、他地区では犯罪も起こったそうだが、当町内ではなかった。 これらの過程では、市や消防と相談して進めてきた経緯があり、青葉区の災害対応計画策定モデル事業に選定された。結果的に、地域 50 団体と連携した川平地区防災対策連絡協議会の結成につながった。震災前の 1 年前のことである。協議会には「応急対策部」「避難所要援護者対策部」「地域対策部」の 3 つの専門部会がある。防災訓練、防災研修会、HUG（避難所運営ゲー

	ム)、DIG（災害図上訓練)、ワークショップなど、活動は多彩だ。 　協議会の災害対応計画もほぼできていたが、大震災に見舞われた。 **3. 地震発生後の動き** 　安否確認、一時避難所の運営、地区災害対策本部の設置、水の確保などをしたが、指定避難所になるはずだった小学校が「指定」から除外された。被害の大きい沿岸部の指定避難所を重点的に開設したいという区の判断だそうだ。しかし、避難者が集まってくる。マスコミによって小学校が指定避難所であると報じられたからだ。学校と話し合い自主判断で“指定避難所”を開設することにした。町内会で発電機、投光器、燃料の持ち寄り、ガソリン借用などを手配して設営した。「避難者カード」も発行した。明るさを確保できたことと、避難者情報を把握できたのは大きかったと思う。 　ガソリンスタンドやスーパーなど地元事業所に要請し、優先的に協力してもらった。要介護者は、一時的に民間の福祉施設に援助を頼んだ。多くの人は自宅に戻った。掃除をして体育館を学校に返した。水道局とのやりとりは混乱したままだった。 **4. 検討すべきこと** 　区や市との情報連携がツールも含めうまくいかなかった。避難所によって人数に偏りがあった。中学生が戦力になってくれ、今では自主防災組織のメンバーだ。ケータイの充電設備は重宝された。水の確保や仕様などトイレをめぐる諸問題。遅かったガス復旧。燃料確保の協定締結の必要性。……検討すべき項目は多くある。 　地域が主体となった防災計画が必要だ。市内には、まだ地域版避難所運営マニュアルが策定されていない地区もある。地域を最も知っているのは、地域に住む私たちだ。自分たちの地域は自分たちで守りたい。
開催地より	・住宅団地の話など、当市との共通点があり、参考点が多かった。 ・講演内容を機関誌で情報提供し、各自主防災組織の活動の活性化につなげたい。

開催地名：神奈川県横浜市	
開催日時	平成 27 年 11 月 27 日（金）　15：30～17：15
開催場所	中村ウォータープラザ
語り部	山崎　義勝（岩手県釜石市）
参加者	職員、一般市民　計 183 名
開催経緯	相模トラフ沿いで今後 30 年以内にマグニチュード 7 程度の地震が発生する確率は 70%程度と想定されている。過去の震災事例においても、水道に対しては大きな被害をもたらしており、大規模地震災害時に市民に水を供給するための、「自助」「共助」「公助」の連携による対策が急務になっている。
内容	**1. 釜石の被災** 津波が去ったあと、道路は川になり、瓦礫の山が築かれた。津波来襲は、一人ひとりにとって、自身の判断と行動が生死に直結する出来事だった。 遺体捜索は困難を極めた。消防職員と自衛隊員は崩壊の危険がある瓦礫の下を這いつくばった。海保員は瓦礫が散乱する水中で、パーティーを組みながら潜水捜索をした。 避難者は厳しい避難生活を余儀なくされた。災害ボランティアが支援してくれたが調整には苦労した。市は支援や応援を現実化するノウハウが求められた。支援物資の搬送に際しては宅配業者の作業進行に感心した。 **2. 復興へ** 私たちは「不屈の精神で頑張ろう」という合い言葉のもと、復興に取り組んでいる。モデルになるような仮設団地を整備したが、災害復興公営住宅については、土地造成に手間がかかってまだ建設途中の住宅もある。 海水による水源汚染は、大学の協力も得て継続して水質検査している。災害時、住民への給水活動では、輸送道路事情に影響を受けた経緯がある。道路復旧と併せた給水活動を念頭に置いて実行に移すべきだろう。海路・空路を利用する手もある。釜石は港まちだから船輸送が有効だ。ただ、実際の避難生活で実感したのは、山の豊かな湧水のありがたさだった。地域それぞれで水源を確認しておく必要があろう。 **3. 命を守るための避難について** 自然災害の違い、発災時間の違い、地形の違い、人口構造など、災害遭遇時の避難は多様な面を考慮しなければならない。釜石でも複数の異なる被害と避難生活が生じた。その土地に住む人の判断が問われる。自主防災組織が果たす役割は大きい。 釜石で明らかになったのは、高齢者が逃げようとせず、一方で子供たちが率先避難したことだった。要は、教訓を生かしたのは防災教育を学んだ若年層であり、訓練こそしていたものの高齢者は教訓を生かせなかったという事

	実である。釜石の小学校では、帰宅途中に警報サイレンを鳴らし、聞いた生徒が自主判断で避難場所に飛び込むという風景が見られる。実践重視型の避難訓練が釜石における防災教育の特徴だ。 事業所個々の判断が、従業員の生死を分けた事実にも注目すべきだ。避難を統率した事業所の従業員は無事だったが、避難行動を従業員に委ねた事業所は犠牲者を出すなど、幾多の事例があるが、事業所における避難マニュアルの再検討が必要だと強く訴えたい。徳島県の事業所には「私たちは率先避難企業です」と宣言している。釜石の飲食店では店内に避難所マップを張りだしている。行政の「指定避難所」ではなく、独自に避難所を用意している会社もある。従業員の危機意識向上にもつながっているそうだ。 釜石における自主防災会の救出・避難活動は、地震発生から 15 分で救出、その後 15 分を避難にあてる「30 分ルール」が設定されている。「見捨てるのか」という指摘もあろうが、おそらく議論に正答は見いだせないだろう。 避難する車中で亡くなる人が多かった。条例こそないが、釜石の防災行政は、徒歩避難を原則にしている。私は住民に行政依存意識を捨ててほしいと思っている。地域の人々が強い防災力をつけるべきだ。自治会が自ら避難所を開設して、数日間、自力で生存した集落がある。3 日間は自身で乗り切っていける地域づくりをしてほしい。行政のハード整備には限界があるし、救援に行くにも時間を要す。漁師には「防潮堤は不要だ」という声すらある。 釜石の高台には大津波が来るたびに石碑に文字が刻まれる。「震災はみんなで取り組む試練」が新たに刻まれた。インフラは復旧するが、失った命は戻らない。職員も地域の一員であり、家族のひとりだ。命を守ることを最優先して地域に貢献していただきたい。
開催地より	・地域住民に自ら考え災害に備えてもらう必要があると感じた。「自助・共助・公助」の考えのもと、地域住民を巻き込んだ災害対策を進めていきたい。 ・市立図書館職員の発案・企画により、釜石市の震災関係書籍を市立図書館に所蔵することとなった。また、3 月には図書館で防災展示を開催し、関係書籍を紹介した。

開催地名：神奈川県座間市	
開催日時	平成 27 年 11 月 25 日（水）13：30～16：00
開催場所	サニープレイス座間
語り部	佐々木　守（岩手県釜石市）
参加者	市幹部職員、新規採用職員、小中学校校長・教頭　計 120 名
開催経緯	本市では、関東大震災の被災状況の伝承も特定の地域に偏っている。現在は 4 キロ四方の狭い市域全域に約 13 万人が居住している。地震の破壊力を理解し、自助、共助の意識を高める必要がある
内容	**1. 釜石のまちと「奇跡」「悲劇」への思い** 釜石の海岸はリアス式で、大槌湾、両石湾、釜石湾、唐丹湾の 4 つの湾からなる。大槌湾の根浜海岸にはきれいな海水浴場があったが、集落の 70 軒はすべてさらわれ、地盤沈下で砂浜はなくなった。生誕地の原風景は記憶にしかない。釜石湾にはギネスに掲載される湾口防波堤があるが、ハードを過信した面も否めない。防災教育の一翼を担う群馬大の片田敏孝先生は、震災前、お年寄りから軽視されていた。「世界一の防波堤がある、大丈夫だ」という声を何度も浴びた。大人の意識を変えるのは大変だ。ならば子供から、というのが防災教育の導火である。教育長は津波の怖さを知っている唐丹湾岸の出身で、熱心に関係者を説き伏せた。震災前、先生の「防災教育を 30 年やって本当の津波（防災）文化をつくろう」という思いを市は共有した。震災後、先生と我々は「あと 2～3 年あればどうにかなった」と慚愧の念を抱いた。「釜石の奇跡」と表現されるのはつらい。 「鵜住居地区防災センター」は、救急車を配置する意図から、私が設置を主導した。住民から、高齢者は指定避難所に行くのが難しいので防災訓練場として使いたいと願いがあり、許可した経緯がある。発災当日、センターに逃げ込んだ住民が亡くなった。私も部下も「人殺し」と非難され、行政責任を問う裁判になっている。 **2. 行政はどう動いたか** 3.11、議場にいた私は、避難発令の防災行政無線放送を指示した。「大津波警報 3 メートル」を発したのは失敗だった。津波の高さは刻々と修正された。避難優先の放送内容にマニュアルを改訂した。クルマ不使用が避難の原則だったが、交通渋滞が発生した。本庁の窓から、車中にいる人がさらわれたことを視認した。職員は家族の安否確認もできず、3 日 3 晩庁舎に閉じ込められた。情報は入らず、寒く、食べ物もない。便所の水は流れなかった。後日の検証材になる記録を残す時間はなかった。消防団員の一人が現れて「薬がないと死ぬ人がいる」と言う。私は「お前が病院に行って薬を取って、山越えして届けろ」と命じた。不眠不休で指示し続けた。防災本部を 4 日目

	に移動させた。多数の遺体があがるので、遺体確認・取り扱いの体勢を整えた。全国から応援派遣部隊がやってきて助かった。死者 888 人、行方不明者がまだ 152 人いる。捜索活動が続いている。大潮時は、今も浸水する状況だ。 　現在、復興途上にある。完成していない災害復興公営住宅があり、まだ 2,600 世帯が仮設住宅暮らしだ。三陸鉄道はいずれ全路線が三セク運営されるだろうが、大船渡～久慈間の全通まで、おそらくあと 3 年ぐらいかかる。 　災害対策基本法は、被災自治体が自力で乗り切ることを前提に設計されている。国や県は助けにならないという思いが私には強い。被災実態を知らない県とのやりとりで、私は怒りを覚えた。今もその怒りは消えない。だが、全国の市町村は当事者意識を持って支援してくれた。つきあいは大事だ。内陸部の隣接自治体・遠野市は後方支援に尽力してくれた。 **3. 職員は何をなすか** 　避難訓練には 2 つの役割がある。避難する意識をつくること、避難場所を知ることだ。ハザードマップは被害の目安にすぎない。その認識を住民と共有しなければならない。私たちは検証委員会から、すべてが準備不足だと指摘された。先送り体質の排除、遺体処理を盛り込むなど地域防災計画の有効性を高める、関係機関との意思疎通を図る……すべきことは山積している。 　職員は訓練を通じ、適時適切な対応力を身に付けてほしい。災害下では、犯罪も発生する。直視すべきだ。マニュアル人間ではだめだ。自治体は住民の命と財産を守るのが使命だが、災害時、職員が最優先すべきは命を守ることだ。津波は一瞬でまちを壊滅させる。“命以外”はあきらめよ、というのが私の思いだ。「正常化の偏見」を捨ててほしい。みなさんは、これからシェイクアウト訓練をされるそうだが、“生きる”ことを念頭に臨んでほしい。
開催地より	・「シェイクアウト」を核として、自助・共助による地域防災力の強化に取り組む。また、講演の中であった防災教育の取り組みについて「子育て世代の防災対策」として来年度より事業を立ち上げ、子供たちの堅実な保護と親世代の連携による地域防災に担い手の創出を目指したい。

開催地名：神奈川県中井町	
開催日時	平成 27 年 9 月 29 日（火）　14：00～16：00
開催場所	中井町役場大会議室
語り部	高橋　進一（千葉県旭市）
参加者	町職員　計 28 名
開催経緯	本町は、大規模地震対策特別措置法に基づき強化地域に指定されており、南関東地震が起きた場合の被害想定では、3,000 棟以上の建物が全半壊の影響を受け、全町的にライフラインが支障を来すことになる。経験者の減少や高齢化による地域活動の停滞が見られるとともに、若年層の地域コミュニティへの軽薄化などが課題になっている。
内容	**1. 私の震災体験** 震度 5 強の揺れに私は動けなかった。揺れが収まっても、足腰が弱った高齢の母親は動けない。 旭市飯岡に寄せた津波は、九十九里の海底泥を巻き込み黒色だった。沖に出ようとしていた船は、進行できず難渋しているように見えた。 デイサービスから帰ってきた父と、母、当初逃げることを嫌がっていた近所のおばあさん 3 人を車に乗せて、私は「飯岡保健福祉センター」に向かった。水路は氾濫していたが、当初の津波は 4.5 メートルの堤防を越えていなかった。 避難をしたら戻らないという原則を破り、町内会長、行政区長、民生・児童委員だった私は海辺に戻った。大津波警報の発令を知らせる防災無線が何度も放送されていた。5 時 20 分、最大波 7.6 メートルの大津波が、家屋や大きな石を引き連れて上陸してきた。津波に追いつかれたが逃げ切った。 福祉センターに駆け込んでいた人は全員、内陸部の学校体育館へ移動していた。駐車場で、家内と息子が乗っていた車を見つけた。息子は障害があり、体育館で過ごせないと思ったので、車中でともに一晩過ごすことにした。寝袋が役立った。暖がありがたかった。 旭市では約 3,000 人の避難者を記録した。死者 14 名、行方不明者 2 人。瓦礫の中で、私は捜索活動をしたが、一人でへとへとになった。やがてボランティアの世話になった。県境を越え隣接自治体の世話にもなった。井戸水やプロパンガスが役立った。自主防災組織など、防災関連のネットワークづくりの必要性を強く感じた。 **2. 伝承できていない過去** 1703 年の元禄大津波では、九十九里浜一帯で 2,000 名以上が亡くなった。元禄大津波を知っている人がどれだけいただろう。なぜ語り継がれなかったのかが、今日、問われている。過去に学ぶことの重要性を再認識したい。

	3. 避難生活について 以下、みなさんの質問に応え、私の意見・感想をいくつか申し上げる。 避難所には備蓄品があった。支援物資も届いた。しかし、支援してもらえるとは限らない。私は、健常者は自分の身を守り、自分のことは自分でやろうと住民に語っている。手を差し伸べるべきは、体の不自由な人や障害を持った人であろう。災害現場からまず安全なところに行く、その過程が一番大事で、食事は二の次だが、水を優先し、食事、毛布、処方されている薬を持ち出せれば望ましいと思う。 全国から支援物資をいただいたが、避難者が感謝したのは、約 200 台もの自転車だった。車を持っていない人も移動が可能になった。 地域では、まずは「自助」、次いで「共助」、最後に「公助」という認識が理解されてきているように思う。津波の避難訓練には、みなさん率先して参加してくれるようになり、700～800 人ぐらいの規模に膨らんでいる。 旭市では、防災施設整備の一環として、津波避難タワーを 4 基建造した。ビルの屋上に抜けられるよう、新たに螺旋階段を設置するなどした高層建物を「津波避難ビル」に指定している。防潮堤のかさ上げ工事、防災林の整備なども進められている。徐々にだが、安全なまちづくりが進んでいると思う。長期的展望を持って方向性を描くのは、行政の役割だろう。
開催地より	・自主防災組織の役割が非常に大きいことがわかった。今後、「自助」「共助」についての意識付けを促すことがより重要であると感じた。 ・災害時の一時的な避難はもとより、二次災害を想定した訓練が必要となってくると感じた。 ・被災者がどのような物資を特に必要としたのか（水、食料、毛布など）ということがわかった。今後の備蓄品整備のうえで留意したい。

開催地名：新潟県小千谷市	
開催日時	平成 27 年 7 月 11 日（土）15：00～16：30
開催場所	小千谷市総合産業会館サンプラザ
語り部	吉田　一弥（福島県いわき市）
参加者	新潟県消防協会北魚沼地区支会（小千谷市消防団・魚沼市消防団）約 80 名
開催経緯	当市は、新潟県中越地震でライフラインが途絶え、被害状況の把握が困難ななか、多くの孤立集落が発生した。消防団活動は多岐にわたった。10 年が過ぎ、地域の復興が進んできている反面、当時活動した団員も変わり、災害時における防災意識が希薄となることが課題となっている。東日本大震災の被災地で活動された消防団員の体験等をうかがい、当地域の防災意識と災害対応能力の向上を図っていきたい。
内容	**1. 震災直後、消防団の活動について** 震災当日、いわき市の南部・小名浜一帯を管轄する「いわき市消防団第二支団」の第一分団詰所で大津波警報の発令を知り、私たちは周辺住民に避難を呼び掛けるとともに、通行車両全てを高台に誘導した。震災前の 3 日間、地震により津波注意報が出されていたが、体感できる津波はなかった。だが 3.11 の津波は、体感上、大小 20 数波までは数えることができた未曾有の規模だった。 中之作地区では区民館が臨時避難所となった。しかし断水により、水の確保には苦労した。発災から 1 か月間、消防団は給水活動に追われたというような思いが強い。 食料については、地域住民が所有する冷蔵・冷凍食材、レトルト食品などを最大限活用するとともに、他の避難所 5 箇所にも配布した。救援物資が配られたのは 3 日目だが、水不足は解消されなかった。水道がほぼ復旧したのは 4 月 11 日だが、直下地震が起き再び断水、再復旧したのは 20 日である。 **2. 原発事故、風評被害について** 原発事故では、情報不足のなか、住民に避難を呼び掛けた。道路は大渋滞になった。 原発事故の影響は、ガソリン不足をさらに深刻化させた。給油車が福島への配送を拒否したり、当地から他県にある精油所に配車しようとしても乗り入れを拒否された。給油制限などもあり身動きが取れない状況だった。 今も風評被害は続いている。1 年間、漁業関係者は何もできなかったうえ、今日も「小名浜の水揚げ」水産物は商売にならない状況だ。 **3. 津波対応について** 津波を体験したことがなかった私は避難誘導を最優先させた。地元には巨大な防波堤もなかったこともあって、ある意味、津波への慢心もなかった。

	避難最優先が被害を軽減できた一要因。津波犠牲者ゼロの地区もある。 **4. 震災対応の渦中で** 団員（折戸・中之作地区計 30 名）は、他職種と兼務しているが、被災により、兼務している職場に戻れる見通しが立たなかった。団員は、兼務職場の立て直しと消防団活動を並列的に取り組んだ。 避難所に集まった食品・飲料品のなかには、消費期限切れで廃棄せざるを得なかったケースがある。非常に残念な思いだ。 捜索活動においては、組織間で情報を共有する連絡手段が途絶えた。震災直後は、団員個々、目の前しか見えないというのが当時の実態だろう。消防団のオペレーションに支障が生じた一要因でもある。 大型トラックの横転、中之作港の漁民センターの津波被災、消防団詰所の破壊及び人的被害等々、まちの景色は一変した。団員も支団施設も地域全体が被災したなかでの消防や復旧作業だった。 **5. まとめ** いわき市は、3.11 の大地震と大津波、原発災害、1 か月後には再び大地震という出来事に遭遇した。おそらく被災した他県とは異なる被災状況がある。大事なことは、自分も含め家族、親戚も含め、目の前の災害から、いかに逃げるかということである。行政から避難の指示が出ても、ピンとこない方もいる。しかし肉親、古くからの付き合いがあれば、この人の言うことだから逃げようということになると思う。そうした意味でも日常からのつながりは、非常に重要だと思う。
開催地より	・福島県いわき市における複雑な事情を知った。 ・消防団員の大災害現場における活動内容について、住民の安全確保を目的とした、効果的な運用等について検討を進めたい。

開催地名：新潟県上越市	
開催日時	平成 27 年 9 月 27 日（日）10：00～11：30
開催場所	上越文化会館
語り部	大和田　哲男（宮城県多賀城市）
参加者	職員、消防団員、自治会・主防災組織、女性（婦人）防火クラブ　計 680 名
開催経緯	新潟県南西地震が想定され、第 1 波到達時間は 5 分以内であり、市民の避難行動について課題になっている。特に避難行動要支援者の対策である名簿作成、高齢者・障害者への処遇への対応が重要な課題である。
内容	**1. 自主防災組織の訓練** 平成 20 年、4 町内会連合は自主防災組織を結成し、21 年に区主導型の避難所運営、仮設トイレ組立訓練を実施した。22 年からは住民目線を生かした津波避難訓練、消火訓練、濃煙体験、避難所運営訓練、防災訓話会、救援救助訓練、通報訓練、仮設トイレ組立訓練を実施した。さらに世帯の理解を得たうえで、「家族構成調査」も実施したことで、緊急時、要援護者対策を要する世帯を把握できたことは有意義だった。 **2. 発災時の状況** 仙台港に津波が押し寄せ、港湾施設、七北田川沿いの下水処理場、小学校も破壊され、人々は津波にさらわれた。タンクやボンベなど工場施設が爆発して、火災が発生して湾は火の海になった。深夜、避難した学校で、飛来してきたヘリに向かって懐中電灯を振った。体育館は人でいっぱいだった。寒くて避難所では風邪が蔓延した。飲食物はあったが、とにかく寒さがこたえたため、区役所に毛布を求めた。4 月になると全国からボランティアが来てくれた。5 月には天皇皇后陛下が体育館にお越しになった。 若い人は冷静に手早く避難誘導路をつくった。簡易トイレの設置もスムーズだった。訓練の成果だと思った。消防局のヘリは、真っ暗な空を飛行して消火活動をした。他地域から応援部隊として飛来した消防ヘリのパイロットに状況を説明すると、すぐ救助行動に移ってくれた。 **3. 震災後の活動** 3 月中に「中野小学校区災害対策委員会」を立ち上げ、復旧活動と遺体捜索などを自衛隊や仙台市とともに実施した。7 月に「復興委員会」と変名した。警察も入ってもらい、地域防災対策も実施している。 5 月に市が実施した住民アンケート結果を踏まえ、集団移転を検討した。のち、国から災害危険地域に指定され、防災集団移転促進事業の認可を受けた。 仙台市では毎年 3 月 11 日、合同慰霊祭を催している。4 町内会でも、11 日の後の日曜日に慰霊祭を催している。

	西原町内会では、地域情報や会の活動を発信する「西原（にしっぱら）新聞」というコミュニティ紙を発行した。老人クラブ旅行会、「いきいきサロン」、いも煮会などのイベントを実施している。 **4. 震災で感じたこと** 家族のきずな、地域のきずなが大切だと感じる。全国から温かい支援を頂戴した。 身にしみて感じたのは訓練の大切さだ。リーダーの存在が大きいと思う。訓練をとおし、防災意識の向上はもちろん、みんなが動けるようになる。早い避難を心がけたい。 私たちはできることは全部やっていくという思いで活動してきたつもりだ。地域内コミュニティを大事にした活動を続けているなかで、やがて行政が注目してくれる。行政と連携し、地域と行政のコミュニケーションが深まっていったと思う。今年、「未来に伝えたい　ふるさと　西原」という冊子が発刊された。震災前からの町内会の行事や思い出などが記録されている。慰霊碑を設置中のメモリアルパークも造成された。 まもなく震災から 5 年を迎えようとしている。震災を風化させたくないと思う。
開催地より	・「自助」の重要性、地域、町内のコミュニケーションが大事だと感じた。 ・自主防災活動を活発化させたい。 ・自主防災組織の組織率向上に努めたい。

開催地名：富山県入善町	
開催日時	平成 28 年 2 月 28 日（日）　13：30～15：00
開催場所	入善町消防防災センター
語り部	木田　一夫（福島県いわき市）
参加者	自主防災会、消防団、防災士、その他　計 150 名
開催経緯	当町は、「日本海における大規模地震に関する調査検討会」で最大津波高が 7.5 メートルと推計されたが、津波の浸水想定がされていないこと、沿岸部には高台がないことなどから、津波避難場所の確保が課題となっている。一方、「地震が起きない地域」という「根拠のない安心感」を持つ町民も少なくなく、災害意識を高め、円滑な避難体制などの確保が課題となっている。
内容	**1. 発災から 2 日間、消防団はどう動いたか** いわき市久之浜は、市の北部に位置し、双葉郡に隣接する。町内の一部は福島第一原発 30 キロ圏内であり、居住区の住民は 3 月 13 日早朝、市から自主避難を要請され、我々の消防団活動も中断した。 3 月 11 日、沿岸部で土木作業をしていた。立っているのが困難なほどの揺れで、地盤は液状化現象も起こった。直感的に津波が来ると思った。家族の安否を確認するため、自宅に向かう途上、街区から黒煙が上がっていた。 ヘルメットと防寒ジャンパーを羽織って本署に向かう。他班の大型ポンプ車の隊員とともに消火活動を始めたが、消火栓が 1 本しかなく水が細い。吸水ポンプをセットして川から水を汲みあげ放水した。他の団員らが集まってきた。3 人ぐらいで町内を巡回することにした。道は瓦礫が山積みになって進みにくい。余震のたびに津波到来の注意情報が入る。川の水位が 1～2 メートル上がり、ポンプ車作業をあきらめ、高台に退避することを繰り返した。 高台から見た街区の複数箇所で火があがる。プロパンガスに引火し隣家が次々と燃えあがった。旅館は爆発した。北風を受け延焼が広まる。 午後の 8 時半、余震の回数が減り、街区に降りて、消火活動を再開した。市内外から応援隊が来た。警察も消防も自衛隊もそろった。警察とともに 3 人組になって捜索活動を始めた。明かりは LED ヘッドライトと炎だけだ。ある奥さんの求めに応じ、2 階で動けない寝たきりのおばあさんを救助した。毛布を担架がわりにして 6 人がかりの作業になった。家の勝手口の壁と瓦礫にはさまれた遺体を発見した。生存者の救援を優先させようとしたが、遺体は死亡未確認状態なので、遺体を収容した。私は 5 遺体と接した。津波の“巨大な洗濯槽”のなかで何回も回転しているから、すべてが裸体である。 再び消火活動に戻った。午前 3 時半ごろ、大きな道路に人員を集め、その道路で延焼をくい止める諸作業に入った。午前 4 時 45 分に鎮火することができた。朝 5 時半、差し入れてもらったおにぎりをみんなで食べた。味付け

	も具もなかったが、本当においしいと思った。 12 日昼間、新たな遺体も発見された。若いお母さんはおばあさんの遺体を前に泣き崩れてしまった。3 歳の小さな男の子も捜してと懇願されたが、重機がなく限界があった。13 日、私たちのまちは自主避難の求めに応じ、消防団活動も中断した。後日、子供の遺体は発見されている。 **2.「そのとき、あなたは身内になれますか」** 瓦礫にはさまれ血まみれの遺体を前に、親族の若者が「じいちゃん、今出してあげるからね。冷たかったね」と声かけた。遺体を抱きかかえるように搬出した私の防寒ジャンパーは真っ赤になった。 我々、消防団というのは「自分たちの地域は自分たちで守る」存在だ。まちの人すべてが自分の身内と思って接する、そういう心構えを持っていたいと私は思う。「あそこに手首が見えている」、その手首は我々の身内なのだ。自衛隊員のなかには遺体捜索にショックを受けた人もいたようだが、若い消防団員は気丈だった。 第 1 波が引いて物を取りに行き第 2 波で犠牲になる、海面が低下した海の様子を見て逃げ遅れるなどの報に触れると、我々は率先避難の声がけなど、できることがあったと思う。 **3. 今日の久之浜** 5 年が経ち、災害公営住宅の完成、災害防衛エリアの設定、盛り土で造成した公園エリアなどもできた。ただ、まだ仮設暮らしが続いている人もいる。新たな商店街づくりも検討されているが、人口は震災前の 3 分の 1 ぐらいの水準だ。子供を持つ若い世帯の減少が目立つ。いかんともしがたい現実だ。
開催地より	・地域自らによる防災力の充実強化につなげたい。 ・「自分自身のことは自分で守り」「地域ことは地域で守る」、自助・共助の取り組みを活性化させ、地域で話し合いを行うキッカケづくりとして、一人ひとりの自覚を促す取り組みを行いたい。 ・災害の恐ろしさを理解して、子供たちへの災害伝承を行いたい。

開催地名：石川県野々市市	
開催日時	平成 27 年 10 月 8 日（木）　19：00～20：30
開催場所	野々市市文化会館フォルテ　小ホール
語り部	菅井　茂（宮城県仙台市）
参加者	町内会、市民、市職員　計 88 名
開催経緯	本市は、過去に大災害の経験もないため、市民の防災意識も低いと言われており、自主防災組織の結成率も約 7 割だ。町内会や自主防災組織代表のほか、一般市民で防災に興味がある方を対象に、自助・共助の重要性や自主防災組織の必要性、避難所の運営方法などの実践力・意識の向上を図りたい。
内容	**1. 避難所の運営へ** 仙台市若林区は沿岸部に位置するが、南材地区は直接的な津波被災の後背地である。沿岸部の学校に避難した人が救助ヘリで運ばれてくるなど、南材地区の指定避難所（南材小学校・八軒中学校）は人でごった返した。私は約１カ月間、避難所の運営に携わった。 ストーブを使ってまずは暖を取ってもらった。防災センターから消防機関の自家発電機４基を取り寄せ、小学校・中学校に２基ずつ分配し、明かりを確保した。避難時訓練の予行どおり、トイレも新設した。 発災当夜は 905 名だった避難者が、翌朝には 1,200 名に膨らんでいた。指定避難所ではない南材コミュニティ・センターにも避難者が来たので、避難所運営委員会では、指定外の避難場所にも人を配置した。区全域が被災地になったこともあり、区職員は多忙で南材地区への参集は遅かった。 南材小学校での避難者名簿作成は区職員と住民・ボランティアが協力した。起床６時半・朝食８時半・夕食５時を基本ルールとし、ごみ分別、トイレの適正使用、節水、禁酒・禁煙を徹底した。トイレはプールの水を使った。新設したトイレへ通じる出入り口は、通行のたびに寒風が吹き込むので、付近にいた住民には一時、寒い思いをさせてしまった。避難者に「ここは自分の家です、やってもらうのではなく、自分でしなくちゃならない」と呼び掛けた。「自助」が大切だと思った。 豆腐製造会社が提供してくれた食材で大量の味噌汁をつくり、食器持参の周辺マンション住民にも与えた。調味料は備えておくべきだ。仙台市中央卸市場や地元商店街も飲食品を届けてくれた。調理不要のバナナはありがたかった。みんなで助け合いながら、避難所は運営された。 南材小学校の体育館は完成したばかりで、３月 20 日に卒業式が予定されていた。大掃除をして体育館を引き渡すと、校長は「すごい地域だ」と驚いていた。 八軒中学校では、沿岸部からヘリで運ばれた被災者が多かった。当初、運

	営は先生たちが担ったが、避難者・被災者住民の代表も交えて運営委員会をつくった。「自分たちの避難所である」という認識を持ってもらった。意見を出し合い、協力した。被災者には、優先的に秋保温泉で入浴してもらった。 　後日、被災者らは八軒中学校から別の施設に移動したが、そこでは食事づくりもせず、3 食与えられるだけで、非自主的な避難生活に不満を抱く人もいたそうだ。八軒中学校では、お母さんたちが料理した。地域のリーダーたちは運営リーダーになってくれていた。施設も運営も自分のものという意識が醸成されたことがよかったと思う。防災訓練の成果という一面もある。 **2. 問題点を踏まえ改善へ** 　23 年 7 月、南材地区自主防災行動計画を策定した。新たな取り決めで最も大きいのは、安否情報の把握である。震度 6 以上の地震が発生したら、町内会長は会員の安否と状況を把握し連合町内会に報告。その後、速やかに災害対本部に連絡することにした。以下、小・中学校へ避難する世帯の割り振り、コミュニティ・センターなどの補助避難所における防災備品の整備・チェック体制の確立、要支援者は極力移動させない方向性を検討する、在宅避難者への食事配給を町内会で実施する、などである。なお、私は、大雨時の避難は慎重を期したほうが望ましいと思っている。 　「自助」がなにより重要だ。次いで「共助」、最後が「公助」である。もちろん、行政との連携関係は強めていく。地域の交流づくりが重要だ。防災訓練だけでなく、運動会やパトロールなど、ふだんから「顔の見える」関係を築きたい。地域をよく知った頼もしい人たちが、ヨコの関係を築き、地域の輪が広がるよう、リーダーシップを発揮していくことが大切だと思う。
開催地より	・町内会やボランティアなどを含め、避難所運営は一丸となって取り組むことが大切だと感じた。 ・次回の市総合防災訓練において、安否確認訓練及び避難行動要支援者支援訓練を実施する予定だ。これからの訓練は高いレベルが要求される。今回の講演を、市民の防災意識向上、円滑な訓練の実行などに結実させたい。

開催地名：福井県福井市	
開催日時	平成 27 年 10 月 4 日（日）　9：00～11：00
開催場所	福井市防災センター
語り部	大和田　哲男（宮城県多賀城市）
参加者	一般市民、自主防災組織関係者、防災会関係者　計 46 名
開催経緯	福井市は、過去に福井地震（M7.1）、水害、豪雪などの大規模災害に見舞われ、不死鳥のごとくよみがえったことから「不死鳥」をシンボルに、その願いを市民憲章として今日に受け継いでおり、地震の前触れや備えを謳った伝承・口承も残してきた。しかし、福井地震から 66 年が経過し、地震経験者の減少や高齢化から災害経験者の活動体験や災害教訓の伝承が停滞し、実体験者から学ぶ機会が少なくなっている。
内容	**1. 東日本大震災前に自主防災組織を立ち上げ** 平成 20 年、4 町内会の連合は自主防災組織をつくった。21 年に区主導型の避難所運営・仮設トイレ組立訓練を実施したが、22 年からは住民目線を生かした訓練法も取り入れた。「家族構成調査」も実施した。個人情報の扱いは慎重を期したが、緊急時、要援護者対策を要する世帯を把握できた。 **2. 東日本大震災、発災時の状況** 仙台港には 7.2 メートルの津波が押し寄せた。港湾施設も七北田川沿いの下水処理場も小学校も被災し、人々は津波にさらわれた。火災が発生し、湾は火の海になった。深夜、避難した学校で飛来してきた自衛隊ヘリに向かって懐中電灯を振った。通信手段が何もなかった。体育館は人でいっぱいだった。寒くて避難所ではしだいに風邪が蔓延した。女性たちはビニール袋に細工を施しビニール製の服をつくった。被災している役所に毛布を求めた。4 月になると全国からボランティアが来てくれた。5 月には天皇皇后陛下が体育館にお越しになった。みんな泣いた。 混乱の火災現場で若い人が冷静に避難誘導路をつくった。簡易トイレの設置もスピーディだった。訓練の成果だ。消防局のヘリは、真っ暗な空を飛行して消火活動をした。機長は事前に高圧線の位置を把握していたそうだ。 **3. 震災後の活動** 町内の三役らと話し合い、「災害対策委員会」を立ち上げ、瓦礫撤去や犠牲者捜査などを、自衛隊、仙台市とともに実施した。7 月に「復興委員会」と改名した。 当年 5 月、市は住民アンケートの結果を公表した。町内では「仮設住宅に入居しますか」の問いに、「希望する」が 31 名、「希望しない」が 71 名だった。「災害前の住所に住みますか」の問いには、「移転します」が 84 名で、うち「個人で移転する」が 28 名、「集団の移転を希望」が 54 名だった。

	私たちの住んでいる一帯は、その後、国から災害危険地域に指定され、防災集団移転促進事業の認可を受けた。移転の決断まで、みんなで悩んだ。 仙台市では毎年３月 11 日、合同慰霊祭を沿岸部と内陸部で催している。私たち４町内会でも、11 日の後の日曜日に慰霊祭をしており、約 1,000 人の参加がある。 西原町内会では、地域情報や会の活動を発信する「西原（にしっぱら）新聞」というコミュニティ紙を発行している。ばらばらになった人たちへ情報提供しようという思いが背景にある。このほか、老人クラブ旅行会、高齢者を対象にした「いきいきサロン」、いも煮会などもある。 現在、多くの造成地が整備され、建築ラッシュになっている。今遅れているのは外構工事だ。施工業者が少ないのだ。 **4. 震災で私が感じたこと** 異常な地獄を見て、みんな足が震えていたと思う。家族のきずな、地域のきずなが大切だと感じる。 指定避難所・備蓄倉庫の把握は重要だ。大きい問題はかぎの扱い。日曜・祭日、夜間の区別なく、使えるよう学校と話し合っておくべだ。 身にしみて感じたのは訓練の大切さだ。訓練して初めて気づくことは多い。リーダーを決めて訓練をしていけば、みんな自主的にやってくれる。 私たちはできることは全部やっていた。やがて、行政のほうから「お手伝いします」と声がかかってくる。行政とのコミュニケーションは大事だ。 今年、「未来に伝えたい　ふるさと　西原」という冊子が発刊された。町内会の行事や思い出などが掲載されている。記憶を風化させたくはない。
開催地より	・机上の論だけでなく実体験に基づく生の声を聞くことができ、大変に有意義であった。自主防災活動の活性化を推進する上での参考としたい。 ・本市では、毎年、３回のテーマ別防災研修会、女性対象研修会、リーダー研修会及び中核リーダー研修会と、年６回の研修会を開催している。今後、これらの研修会の機会を通して、今回の講座で得られた本市の自主防災活動の課題等をテーマとして取りあげていきたい。

開催地名：長野県木島平村	
開催日時	平成 27 年 8 月 30 日（日）　10：00～11：30
開催場所	農村交流館
語り部	影山　洋二（福島県郡山市）
参加者	住民、日赤奉仕団、消防団員、岳北消防本部、役場職員　計 250 名
開催経緯	昭和 57 年に河川の氾濫による大規模な水害を経験したが、その後 30 年あまり大規模災害の経験はなく、災害に対する危機意識が薄れていている。危機意識はあるものの、実際の対応がわからないという住民も多い。
内容	**1. はじめに** 大震災からまもなく 5 年、福島県では、地震、津波、原発事故、風評の 4 大被害を受け、現在も多くの人が避難生活を送っている。風評被害もいまだ終息していない。今日の主題は「突然災害が発生したら、あなたはどうしますか」である。 **2. 突然やってきた地震災害** 地震発生時、私は公共施設の館内にいた。悲鳴があがったものの、揺れが収まったのちは、冷静に判断ができる状況下だった。私自身も冷静であろうと努めた。災害の内容・規模によって異なるだろうが、自助の初動で大事なのは、冷静な判断をともなう行動だろう。駐車場の車内で、ラジオを聞きながら頭を整理した。市街地、国道を観察し、給油を済ませ自宅に戻った。 連合会参加の町内会長と話し合い、自宅内を整理したうえで町内の巡回・安否確認に向かった。町内会総務部では 1 年前、安否確認の段取りを決めていた。ガスの再起動法、指定避難所の存在もハンドマイクを使ってアナウンスした。約 2 時間を費やし安否確認を終えた。老人会の世話役からも独居老人の無事を知らせる連絡が寄せられた。共助の初動は状況把握である。 当夜、町内会役員と話し合い、断水が発生するので給水活動を翌日からすることで話がまとまった。市内には 15 カ所の飲料水用耐震性貯水槽があり、市民 3 日分の使用水をまかなえる。私たちの連合会下の町内会では、合同給水活動の訓練を実施してきた。 給水活動は訓練どおり進められたものの、難儀だったのは、“モンスター住民”の出現である。30 回使用に耐える給水袋約 700 枚は、その日のうちになくなった。各自持参してもらう容器に給する方式に変更した。一人 1 日 3 リットルが原則だが、大きなポリタンクを持参する人、家族が多いと申告する人などがいた。町内会活動だと認識していない住民もいる。私たちは複雑だった。言いたいのは、あなたがモンスターになれば、みんなの疲労が増すということだ。災害下、みんなが負担をかかえている。 マスコミで給水活動が報じられたこともあり、合同給水活動 2 日目（3 月

	13 日）は交通渋滞が発生し、警察が交通整理する事態になった。情報発信のありようを考えさせられた。給水活動は 15 日で終えたが、「若いお母さんが、赤ちゃんにミルクも作ってあげられず、水を求めてきました」と聞き、背筋が凍てつくほど衝撃を受けた。反省を生かした対策を検討している。 町内会・自主防災会で最も必要なのは、知を持ち寄り共有すること。共有の知を諸活動に反映させたい。行政よりも町内会は世帯実態を把握している。 **3. 自助・共助の構築** 私たちは 17 日、地域 10 団体からなる「地域災害対策本部」を設置して、避難者の支援活動をした。「地区災害対策本部だより」も発行した。避難者の実態を市にも伝えた。小さい施設なら、私たちだけでも避難者のケアができると思った。1 回約 500 食の炊き出しが必要になるような大きな避難所では、ボランティア、社会福祉協議会などの協力が欠かせない。商店主ら地域からの食材無償提供などで乗り切れた。瓦が崩れたり雨漏りで困った家屋の修理も手伝った。水道管がどのように連結されているのか、住民は知っておく必要がある。なにもかも他者依存では震災を乗り切れない。みんなで協力して事に当たる、みんなで協力していく心構えを醸成しておく必要があると思う。そのツールは隣近所、小さな町会レベルからの訓練だと思う。 放射能汚染に対しては、除染効果があるとされるヒマワリを植えたり、サーベイメーターを購入して計測をした。土をいじった除染活動もしたが、公助に負う部分が多いと思う。 地域事情は異なるだろう。各人の意見も異なる。町内会は、少しでも住民の思いを地域づくりに反映していければよい。地域のリーダーを育てて、活動を積み上げていくしかない。もっとも、行政でなければ対処できない公助もあるから、関係機関との協力が必要だ。
開催地より	・小さな単位での活動や地域リーダーの存在、日ごろの訓練の重要性を再認識した。当村のような小規模自治体だからこそ可能な土壌があると思った。自主防災組織はまだ少ないが、今後、組織化の必要性、重要性を伝えたい。

開催地名：静岡県下田市	
開催日時	平成 27 年 9 月 3 日（木）　13：50～15：50
開催場所	下田市立大賀茂小学校体育館
語り部	菊池　のどか（岩手県釜石市）
参加者	大賀茂小学校児童・職員、自主防災組織、地域住民　計 110 名
開催経緯	当市では、南海トラフ巨大地震の津波被害想定において、甚大な被害が想定されている。また半島部の先端に位置するため、応急対策、復旧対策の難しさが浮き彫りとなっている。東日本大震災以後、より防災教育に力を入れて来ているが、臨場感に欠けるところがあり、危機意識の醸成までには至っておらず、より効果的な防災教育の実施が課題となっている。
内容	**1. 釜石の防災教育と生徒たちの活動** 東日本大震災時、私は、釜石市鵜住居地区にある釜石東中学校の 3 年生だった。中学校に入って津波を学んだ。群馬大学の片田敏孝先生は「想定にとらわれるな」「最善を尽くせ」「率先避難者たれ」と教えてくれた。 防災教育の柱は、「自分の命は自分で守れる人になる」「助けられる人から助ける人になる」「防災文化の継承」の 3 つにあった。 私たちは震災の前年、生徒主導型の「EAST-レスキュー」という活動をした。East（東中学校の生徒）、Assist（助ける）、Study（学習する）、Tsunami（津波）の意が込められている。具体的な活動は以下である。 ①小・中合同避難訓練＝隣接する鵜住居小学校との合同訓練。 ②宮古工業高校による出前講座＝津波来襲シミュレーション講座など。 ③「安否札」の製作＝世帯の安否を示す札をつくり 1,000 枚を配布した。 ④「防災ボランティースト」結成＝学年の異なる生徒複数人によるグループをつくり、専門家の意見を聞く、応急処置やけが人を運ぶなど体験活動をした。地域と連携し、消火訓練・救助活動・炊き出しなどにも参画した。 ⑤「EAST レスキュー隊員 1 級合格（認定制度）」＝地域に出てボランティアなどをしたとき、5 回なら 2 級、10 回なら 1 級が与えられる。 **2. 中学生の私が体験した 3.11** 小学校敷地内の電話ボックスで、母に迎えを頼む電話をしていた。急に地面が揺れ出し、立っていられなくなった。東中学校では、避難訓練どおり、点呼場所に大勢が集まっていた。校舎と離れた場所にいた私は、集まることができない 1 人だったが、避難路のほうに走り出した。とりあえず中学生だけで逃げた。私たちは警報が出る前に走り出していた。「ございしょの里」という避難場所に向かう途上で、小学校の生徒と鵜住居保育所の園児と合流した。道路の舗装が整っていなくて走りづらい。車も急に増えた。1 台が入ると避難路をせき止めてしまう。小学生の子たちはすごく泣いていて、過呼

	吸で苦しむ子もいた。私はなだめるのが精いっぱいだった。小学生と中学生が手をつないで、小学生同士でも助け合って、地域の人たちもそれについて避難した。疲れたが、体力のない不安顔の小学生がいたので耐えた。崖崩れもあり、さらに逃げようとみんな思った。向かった「やまざき機能訓練デイサービスホーム」の坂道を上ると、津波が後ろに迫っていた。私は最後尾だった。海に向かう車、つまり子供を迎えに行こうとする車が、私たちの避難路をふさいだ。絶対にやめてほしい行為だと思った。津波は白い砂ぼこりみたいな煙を上げていて、怖かった。 小学校の 3 階には軽自動車が刺さっていた。学校近くの「防災センター」は避難所ではないが、お年寄りが避難して、多くの人が死んだ。 **3. 避難所での体験** 避難所には知らない人が多い。夜や早朝、怒鳴りこむように家族を捜す声が響いた。避難者名を張り出しておけば、怒声がなくなると思って、避難者カードをつくった。移動 2 カ所目の避難所では、お年寄りの話し相手になった。中学生は「足湯隊」を結成して、子どもたちの足を洗い、お年寄りに肩もみをした。食べ物は少なかった。つらい気持ちも失せ、生きているのかどうかわからなくなる瞬間もあった。 **4. 小学生のみんなへ伝えたいこと** 「100 回津波が来なくても、101 回ちゃんと逃げる」と思った。仲間づくりが大事だと思った。今日、隣にいる友人は明日もいる保証はない。地域の人にも挨拶しよう。ふだんから運動しよう。走る体力がなければ逃げられない。生きていればまた会える。 発災前、災害の話をしても、家族や大人にちゃんと聞いてもらえないということもあるかもしれない。小学生のみんなも、1 人でもどんな場所にいてもすぐに逃げられるようになってほしいと思う。
開催地より	・しっかりとした防災教育を行うことで、災害時の戦力として中学生は十分計算できると感じた。 ・あらためて防災教育の重要さが明らかとなったため、今後も教育委員会と協力しながら防災教育に力を入れていきたい。

開催地名：静岡市御殿場市	
開催日時	平成 27 年 10 月 23 日（金）　13：15～15：00
開催場所	御殿場市民会館
語り部	山崎　義勝（岩手県釜石市）
参加者	市職員　計 110 名
開催経緯	南海トラフや相模トラフの巨大地震が想定されており、また富士山の麓にある自治体として火山災害への対応を必要としている。東海地震説が発表されて以来、地震対策への取り組みを行ってきたが、実際大被害の経験はなく、行政職員としての行動や心構えなど人材の育成が課題となっている。
内容	**1. 大震災の経過** 釜石はリアス式海岸が入り組み、漁村・集落が点在している。市街地は海に面し背後は山である。世界一の湾口防波堤は津波で壊れた。 震災直後から、市職員は「不撓不屈の精神」で頑張ってきた。現在、復興に向け、住宅整備・商業施設整備・公共機関の再配置及び整備が進んでいる。 **2. 私が検証した東日本大震災** 震災を振り返り、私なりに検証した。 ①地形により異なる被害＝安全だった地域、被災した地域がある。地形条件の違いが大きいが、過去の教訓を生かしていたか否かが影響した面もある。 ②孤立地域＝国道が寸断され孤立した集落では、自ら生き残る努力をした。救助・救援活動、安否確認、遺体安置、炊き出しなどを実施した。多くは顔を知った仲であったが、諸対応ができる地域づくりが大切だ。 ③年齢差で異なる被害状況＝子供は危ないと思ったら逃げる。一方、犠牲の多かった高齢者は「大丈夫」と逃げない。結果、避難支援した人まで犠牲になってしまう実態もあった。救う労力と危険性の検討が必要だ。 ④状況で異なる避難行動＝昼間は家族が分離しているから、各人の判断で逃げなければならない。一人ひとりがシミュレーションしておく必要がある。 ⑤事業所の避難行動＝事業所の判断が犠牲者の有無を左右した。従業員を事業所にとどめたことが幸いしたケース、一定時間拘束したことが災いしたケースなどがあり、一概には定められないが、自社の避難行動を考えていただきたい。集客商業店舗には、避難所を示す案内版を掲示しているケースもある。避難誘導意識を高める効果もあるという。今後の防災を考えるうえで大きなテーマだ。 ⑥避難所の開設・運営＝避難所をめぐっては、今日、さまざまな観点から提案がされている。避難所では厳しい局面も多く経験した。運営は市職員だけでは不可能だ。機能不全状態の対策本部から離れ、自主的な判断で住民と協力し合って何をすべきかを考える覚悟が必要だ。

	⑦「釜石の奇跡」＝鵜住居地区の小中校生の率先避難行動は「奇跡」として知られたが、「奇跡」は無数にある。「最善を尽くせ」の教えが身についた児童は、自身の判断で浸水域から逃げたし、体の不自由な人に声を掛け連れ添って逃げた子もいた。実践を優先した防災教育の成果だと思う。 ⑧「釜石の悲劇」＝鵜住居地区では、本来、避難所ではない防災センターに逃げた人が犠牲になった。現場で生き残った消防職員は、その後、非難を浴びた。私は当人の任務は救急出動の出動司令であったこと、命の危機から上階に飛び移った事情などを住民に説明した。行政が、防災に対して住民と相対するときは、曖昧な周知や態度は排除すべきだ。災害というものは、人に生涯消えない記憶を残す。 ⑨過去の教訓＝釜石では明治、昭和に震災を伝える石碑を立てた。今回で３回目だが、津波はまた来るだろう。過去の教訓は「津波が来たら逃げろ！」という一点に収斂される。今回、94 人の目線で石碑が刻まれた。小学生の子は「震災はみんなで乗り切る試練」と記した。 **3. 防災対策の提言** 「みんなで築く防災対策」が大事だ。「公助」には限界がある。大災害時、必要になるのは「自助」だ。「共助」というのは自然に形成されると思う。 防災対策の原点は命を守ることだ。命を守る術は避難行動で培われる。釜石の子供たちはそれを証明してくれた。行政は、適切な避難所を的確・地味に発信すれば、ある意味、役割は終わりだと私は思っている。三陸一帯には「15 分ルール」がある。地震発生後 15 分で避難支援、その後の 15 分は避難行動にあてる。避難支援を継続し続けると殉職者が出る。 自分の命は自分で守る、家族を守る、企業が従業員を守る努力をする、地域には自主防災組織を設立していく、この４つが重なれば、防災力は相当高まる。人任せにしない防災力というものを地域文化にできれば理想だ。
開催地より	・災害時対応の経験者でなければ語れない内容だったと思う。 ・危機管理担当部署だけなく、今後、さまざまな部署の職員にも災害を踏まえた施策を考えていきたい。

開催地名：愛知県幸田町	
開催日時	平成 27 年 8 月 2 日（日）　10：30～12：00
開催場所	幸田町中央公民館
語り部	京　英次郎（宮城県仙台市）
参加者	地区自主防災会、女性消防クラブ、防災安全課等　計 89 名
開催経緯	南海トラフ巨大地震が想定されている。内陸部にある本町では津波被害は想定されていないが、沿岸部の被災者受け入れが期待されている。 過去には東南海地震、三河地震による震災を経験しており、南海トラフ巨大地震対策のため、町職員などへ啓蒙活動に取り組んでいる。しかし、過去の震災発生からかなりの年月が経過し、経験者の減少や高齢化から、対策活動が停滞しており、職員や地域への災害伝承が課題だ。
内容	**1. 地震が起きて不安になることは何か** 地震発生時、多くの人が不安に思うことは、1 つ目に家族の安否、2 つ目に避難所生活、3 つ目が自身の命である。不安を感じるということは、その時点で生命があるということ。すなわち対処として優先すべきは自分の命を守ることだ。あなたが防災リーダーなら、なおさらである。 **2. 地震発生時の行動パターン** 地震の最初の大きな揺れは 1 分間だと思って行動するのがいい。実際は 5 分だろうが、1 分間我慢できれば 5 分我慢できる。慌てて行動して負傷する可能性は少なくなる。揺れがおさまったら、火元と家族の安否確認→テレビ・ラジオで情報をつかむ→状況に応じ冷静に行動する→正確な情報を把握し安全が確保されるまで警戒する、というのが行動パターンだ。 **3. 宮城県沖地震と東日本大震災** 3.11 当日、宮城県沖地震の経験を踏まえ、消防署のロビーに応急救護所を設けたが、けが人は誰一人来なかった。2 つの地震下では、市民の意識に違いがあった。3.11 では、多くの市民が昭和 53 年（宮城県沖地震）の再来を予想し、防災訓練などを通じ“備え”“守る”の意識が高まっていた。地震時をイメージしておくことは大事だ。 **4. 地震遭遇場所として望ましい場所は？** 地震に遭遇するとしたらどこが望ましいか聞くと、最も多いのは自宅という回答であった。ならば、自宅の地震対策をしていただきたい。 **5. 意識変化の重要性** 地域防災力を上げるには、住民も防災リーダーも意識の変化が必要だ。例えば、エレベータに閉じ込められれば、やがて水を欲するだろうし、トイレにも行きたくなる。しかし、ふだん、閉じ込められることを想定している人はまずいない。エレベータの安全装置の構造を知っている人は少ない。便利

	な環境に慣れ、いざというときになって大変な思いをすることになる。 　避難所生活は不便だ。時間の経過とともに不満や被害者意識が高まる。防災リーダーは、入所してきた人に運営上の役割を担ってもらうなどして、権利意識の強い「避難者」「被災者」を生ませない工夫も求められる。 　日ごろから、不便なリアル感を感じてもらうなどして、意識変化を促すことも必要だ。その意味で、問題・反省点が出ない防災訓練、避難訓練、避難所開設訓練は不要だ。「自助」「共助」も育たない。 　ライフラインが止まったと想定し、ぜひ日常生活を変えてほしい。食器の扱い、トイレの使いづらさなど、いろんな不便が見えてくる。どの簡易トイレが便利かなど、ふだんから何が役に立つのかを考えてほしい。 **6. その場でリーダーになれ** 　災害時、リーダーの不在が混乱を大きくする。その場で声を出す人が必要だ。「落ち着け！」の一声は、自身に向けた言葉でもある。声出しによって、消化器の作動など行動が容易になる。 　リーダーは、「安全に」という物差しで行動してほしい。 **7. 地震対策の「松」「竹」「梅」** 　各地区で地震対策の３つのコースを選択してほしい。 　梅コース：お金も時間もかけず、安全意識だけは高める。 　竹コース：多少のお金と手間をかけた対策。我が家の地震対策、消火器や簡易トイレの準備などをしたうえで、安全意識も高める。 　松コース：安全地帯への引っ越しなど、大金をかけた対策。 　いずれにせよ、生きることを大切にしてほしい。
開催地より	・災害時、防災の大半は個人、地域（自主防災）で行うものであり、その役割を世間に広め、人材を育てることが大事であると理解できた。そのためにも町民（特に地域のリーダー）の防災意識の向上は欠かせないものである。 ・地域の防災リーダーの防災に対する意識を向上させることで、地域の防災力強化につなげていきたい。

開催地名：愛知県大治町	
開催日時	平成 28 年 2 月 13 日（土）　10：00～12：00
開催場所	大治町総合福祉センター「希望の家」
語り部	齊藤　賢治（岩手県大船渡市）
参加者	各地区総代、消防団、婦人消防クラブ、自主防災組織　計 95 名
開催経緯	南海トラフ巨大地震被害想定に基づき、地域防災計画、防災ガイドブック及びハザードマップなどを改定中である。「真に役立つ自主防災組織」を目指す活動も継続中だ。しかし自主防災の現状は、一部住民の孤軍奮闘的な状態であり、より多くの町民が参画する底辺の拡大が必要である。特に壮年層、若年層の参加率の低迷克服が課題となっている。
内容	**1. 津波から逃れた私の行動** 大船渡の湾口堤防はことごとく破壊された。現在、鉄筋入りの堤防が再建されている。復興の途上において、人口減という「第 2 のツナミ」に直面しているのが、今日の大船渡である。 津波を知らない人間は異常な行動をする。津波の水があふれる方向に向かったクルマが犠牲になった。道沿いなど無視して、高台に突き抜ける、あるいはクルマを乗り捨てて高台に上がれば、助かったかもしれない。家族で話し合い、「てんでんこ」に逃げて、落ち合う場所を決めておきたい。 私が津波から避難できたのは、地震発生から津波到来までわずか 3 分間という北海道奥尻島の事例を記憶していたこと、両親から「大きな地震が来たら、何も持たなくていいから早く逃げろ」と教えられていたことが影響している。父からは昭和 8 年の三陸沖地震で九死に一生を得た詳細を、母からは「枕元には必ず服を置いておけ」と教えられて育った。 私は津波への恐怖心が強い。社屋には避難路を記した案内図を張りだしている。避難案内図への注意をつなぎ止める工夫が必要かもしれない。 後日、社員に聞くと私はパニックに陥っていたらしい。私は車で道なき道を 4 時間半かけて、高台にある自家にたどり着ついた。最初にやったことは、蛇口からわずかに出る貯水槽からの水を風呂桶にためる作業だった。 **2. 防災対策** 私は津波で死ぬ夢をよくみる。 自宅は家具転倒防止を施しており、食器も割れていなかった。逃げる際、持ち出すのはお薬手帳と入れ歯だけでいいと思う。プロパンガスを使っていたので飯を炊けた。県外から応援に来た給水車の作業員は朝 4 時から作業し、「みなさんのご苦労に比べればたいしたことはありません」と言った。アウトドア用に備えた発電機で、洗濯機を回すこともできた。パンを太陽光で発酵させ七輪で焼きあげた。川に行って水中ポンプで水を汲みあげ、10 日ぶ

	りに風呂を沸かし、近所の人にも入浴してもらった。じゃま扱いされていたポリタンクが役立った。装置を動かす知識を学校でも教えたほうがよい。 　避難所に入った人はプライバシーなどなく、怒声も飛び交うなかで生活した。運営を統括する地域のリーダーがいないともめ事も発生する。災害時は、自助、共助が問われる。コミュニティの構築こそが、唯一生き長らえられるツールだと思う。 　南隣地の陸前高田市は「高田松原」で知られる砂浜が広がる地だった。指定避難所で多数の犠牲者が出た。海抜 1 メートル、建屋は 2～3 階建てだったが、15 メートル高の浸水跡を建屋に残した。「安全地帯」は安全ではない。 　沿岸から奥まった立地下にある大船渡の事業所でも作業服を着た遺体が上がった。事業主の安全管理姿勢が問われている。なお、大船渡の学校では「子供たちは守る。迎えに来ないでください」が徹底されている。 　なにより、津波警報が発令されても逃げようとしない意識が大問題である。自宅に戻って犠牲、あるいは危機に瀕した人もいたし、津波が到来してもゆっくりと歩いている人もいた。「正常性バイアス」は怖い。 **3. 悔いが残る事柄** 　発災前日に戻って、内陸部出身の人に津波の怖さを話したい。「明日津波が来るから逃げなさい」と言いたい。 　遺体安置所は死臭で満ちた。遺体の損傷が激しく、遺族の手術痕を見つけようとしたが確認できなかった。親族とは違う遺体を埋葬したり、遺骨のない墓に葬った世帯もある。ある少年は「これが父、こっちが母」と言った。 　平和な日常が続くと人は過去を忘れる。また、大災害のないような地域では危機意識がなく、心配だ。
開催地より	・講演を聞いた人からは、今後、「地域で話し合う」「避難所・避難路の確認」「家具の転倒防止」「住居の耐震診断」「自主防災訓練への参加」など、諸活動していきたいという声があがった。さらなる普及・啓発活動を展開したい。

開催地名：愛知県田原市	
開催日時	平成 27 年 11 月 21 日（土）　19：00～20：30
開催場所	赤羽根文化会館
語り部	瀬戸　元（岩手県釜石市）
参加者	地域住民　計 26 名
開催経緯	「愛知県東海地震・東南海地震・南海地震等被害予測調査報告書」による当市の深刻な被害が想定されている。一時避難場所・避難ルートの設定、避難マップの作成をはじめ、避難訓練などの対策をしてきたが、防災意識の低下や、訓練内容のマンネリ化が課題となっている。
内容	**1.「命てんでんこ」の教え** 私が住むまちは津波の常襲地帯だ。安政、明治、昭和、そして今回もまちは壊滅した。壊滅下、問われたのは生死の選択だった。先人が残した言葉に「命てんでんこ」がある。みなさんが知る「津波てんでんこ」という言葉は、平成 2 年、大学の先生らが命名したもので、地元の年配者は親から「命てんでんこ」と教えられた。 私は中学校の防災学習で「命てんでんこ」には 3 つの教えがあると伝えている。率先避難、共倒れの防止、子孫繁栄である。子孫繁栄というのは、子孫を残せるのは若者だから「君たち若者は生きろ」という意図だ。 **2. 自主防災の視点について** 自主防災の諸活動は、まず自分の命を自分で守ることから始まる。次に家族を守る。この原点がないと事は始まらない。 防災力はイメージづくりである。10 メートルの津波が来たら、どう逃げるか、どのように命を守るか、そういうイメージを描けない人に防災力は養えないだろう。イメージを描く有効なツールが訓練だ。物が落ちてくる、ガラスの破片が飛散する、いちいちパニックになっていたらお話にならない。 避難の足かせになるのは高齢者で、何もせず呆然としているのが常だ。高齢だろうが年少だろうが、訓練で自然に行動に移せるよう鍛えるしかない。 被害を目のあたりにして、「神も仏もないものか」と思う瞬間は人によってはあろう。だが、私とみなさんは「訓練をしていたのか」と自問すべきだと思う。天を恨む前に、我々にはなすべきことがあるはずだ。 **3. 私はどう行動したか** 浜に住む人なら、あんな地震があれば津波が来ることは直感できる。数日前から、ウニが沖の深みに移動し不漁続きで、漁師も異変を感じていた。3 月 9 日には地震もあった。11 日、地震が起き、私は桟橋に出て、波高を測る目盛りのテープを這いつくばって取り付けた。直後、海面が約 1 メートル沈んだ。バイクにまたがって、ハンドマイクと無線を町内会事務所に取りに

	行き、自宅に向かった。当初、「注意してください」と声がけしたが、津波が来て「逃げろ」と連呼した。「お父さん助けて」の声は津波の渦に飲まれた。津波が去ったあと、肢体が土中に突き刺さっている遺体があった。地区で 40 人超の犠牲が出たが、半数は遺体が上がっていない。 津波には 1 分で 1 キロを走れる足がある。だから、避難したら「絶対に戻ってはいけない」が大原則である。 **4. 釜石の防災教育** 鵜住居地区・釜石東中学校の副校長は当初、津波を知らなかった。私の話を熱心に聞き、勉強してくれていた。「校庭から水がしみ出したら、時間を置かず大津波が来るからすぐ逃げてください」と伝えていた。実際、現象が起こった。校庭に集まった生徒に、副校長は「点呼も整列もいいから、すぐ逃げろ」と、校舎の窓から叫んだそうだ。以降の行動が「釜石の奇跡」なのだが、鵜住居小学校では、親の迎えで帰した生徒が死んだ。 一方、同地区では指定避難場所ではない市の施設に大人たちが避難し、多くの住民が死んだ。指定避難所より「安心」な施設だと思ったようだ。「安全」と「安心」は、そもそも別物だということを肝に銘じなければならない。 宮城県の女子生徒は、母とともに津波にさらわれた。母は骨折し流木や瓦礫に挟まれ動けなかったそうだ。「行かないで」と言う母に、娘は「今までありがとう、大好きだったよ」と言って、暗い夜空の下、瓦礫をかけ分けて、近くの小学校へ泳ぎ、ひとり寒夜を明かしたという。「命てんでんこ」の一局面である。釜石では、義父を捨てた娘が自責の念に耐えられず、海に身を沈めたケースもある。生き残った人を、地域みんなで支えなければいけない。「命てんでんこ」をみんなで共有したいと私は思う。 「100 回逃げて、100 回津波が来なくても、101 回目も逃げよう」。釜石では、逃げる文化の醸成を掲げて減災に取り組んでいる。
開催地より	・体験者ならではの、説得力ある話を聞くことができた。より多くの住民に知っていただきたいと思う。今後も継続的にテーマや地区ニーズに応じた、普及・啓発活動を展開したい。

開催地名：愛知県日進市	
開催日時	平成 28 年 1 月 23 日（土）　9：30～12：00
開催場所	日進市民会館
語り部	影山　洋二（福島県郡山市）
参加者	自主防災会会員、防災推進委員、市町村職員　計 122 名
開催経緯	南海トラフ巨大地震震度 6 強が想定され、家屋全壊は最大 600 棟と予想されているものの、大災害の経験がなく、地域での対応ノウハウがない。防災意識向上ほか、日頃の備えや、災害時初期初動対応による減災活動を実施するために、地域の防災リーダーの育成が不可欠だ。
内容	**1. 町内会・自主防災会はどう動いたか** 郡山市のまちは、太平洋から直線距離で約 60 キロ、周囲の火山からは 30～40 キロ離れている。私たちの自主防災会は郡山駅から約 5 キロ西に位置する地域で活動している。他地域に比べれば、自然災害が少ない一帯かもしれないが、東日本大震災では市役所上階の展望台が壊れ 1 名が圧死した。 地震発生時、人々から悲鳴があがった。町内会長であり自主防災会・会長である私は、冷静に対応しようと努めた。駐車場に止めていたクルマの中で情報を収集し、市街地、国道を観察。ガソリンを満タンにしたうえで、町内を巡回し高齢者の安否確認にあたった。町内会総務部は 1 年前、安否確認の段取りを定めていた。他の役員 2 名とともに約 2 時間を費やし安否確認を終えたが、老人会の方々も加わってくれた。自動遮断されたガスの再起動法、指定避難所の周知も同時にアナウンスした。 2 日後、沿岸部の双葉郡から被災や原発事故で逃れてきた約 500 名が指定避難所にやってきた。私たち町会は、極力、自分のことは自分でする思いで、逃れてきた人を受け入れた。 最大問題はライフラインへの対応だった。断水しなかった世帯もあるが、早朝から複数の町内会で合同給水活動をした。市内には 15 カ所の耐震性貯水槽があり、市民 3 日分の使用水はまかなえる。給水訓練の経験も功を奏したと思うが、給水時の対応には神経を使った。少しでも水を多く欲する人が殺到した。30 回使用に耐える給水袋 600～700 枚は、その日のうちになくなった。市の対応だと誤認識されたようで、情報発信のありようも考えさせられた。反省を生かした訓練のありようを検討している。 燃料不足の深刻化などの難局もあったが、「自分の命は自分で守る」が大きな経験だったと感じる。そのうえで、地域の人たちを助けることができればいい。町内会・自主防会で最も必要なのは、個人の知を持ち寄り共有することだと思う。共有の知を防災マップや福祉のマップに反映させたい。昨日元気だった人が体調不良になるなど、世帯事情は日々変化している。地域が

	連携して、世帯事情に明るい町内会でありたい。町内会員も非会員も同じ命に変わりはない。次世代にその思いを伝えたい。 **2. 自助・共助の構築** 町会は対策本部を設置して避難者の支援活動をした。避難者の約 9 割以上は恐怖感を抱き続けている高齢者だ。市職員に、避難者の心理や生活実態などを伝えた。公民館のような小さい施設なら、私たちだけでもケアできると思った。1 回約 500 食の炊き出しが必要になる避難所では、地域のボランティアグループ、社会福祉協議会などの協力が欠かせない。商店主ら地域からの食材無償提供などで乗り切れた。水道管がどのように連結されているのか、住民は知っておく必要がある。行政頼みでは震災を乗り切れない。要は、地域で一致団結して事に当たるのが重要だということ。自助・共助の力が問われる。訓練でその力を高めるしかない。 **3. できること・できないこと** 放射能汚染には対応できない。できることは、線量計の測定結果を得て、除染や心のケアを行政にお願いする程度だろう。私たちは、除染効果があるとされるヒマワリを植えたり、サーベイメーターも購入した。公共施設周辺で土を掘り起こす活動もした。少しでも除染に貢献したい思いだった。 地域がなすべきこと、すべきは、地域事情によって異なるだろう。各人の意見が異なってもいい。町会は、優先順位を決め、少しずつでも各人の思いを地域づくりに反映していければよいと思う。もっとも、個人情報の扱いなど、留意すべき点は多々ある。関係機関との協力が必要だ。
開催地より	・被災者の復興につなげていこうとする姿勢を再認識した。 ・個々人が日ごろの備えや地域のコミュニティを生かした減災への取り組みを効果的に実施していきたい。

開催地名：愛知県尾張旭市	
開催日時	平成 27 年 12 月 10 日（木）　10：00～12：00
開催場所	尾張旭市役所
語り部	佐々木　守（岩手県釜石市）
参加者	市議会議員、市職員　計 86 名
開催経緯	本市では、災害で大被害を受けたことがなく、市民及び市職員における自然災害への危機意識が薄い。今後、発生が懸念される南海トラフ巨大地震や直下型地震に対し、市職員の危機管理意識の高揚を図り、発災時に迅速かつ的確な行動ができるかどうかが大きな課題である。
内容	**1. 釜石の現実** 津波の常襲地である釜石市は、防災に力を入れてきたはずだった。私は、後悔し、反省している。 地震時の大きい失敗は、最初に 3 メートルの津波警報を防災行政無線で流したことである。津波の高さはその後、修正された。高台避難を優先する内容に改めたが、住民避難の遅れを招いた。津波が来て、まちは壊滅し、地盤は 1 メートル沈下した。多数が犠牲になった。 両石湾には 30 メートルの津波が来襲した。250 世帯中、残ったのは 15 軒、今も遺体捜索をしている。大槌湾の砂浜は海の下に沈んだ。鵜住居地区の小中高生による率先避難行動は「釜石の奇跡」だそうだ。奇跡ではない。防災教育・訓練の賜物だ。 本庁にいた職員は、自家発電機も備蓄品もない庁舎に 3 日 3 晩閉じ込められた。トイレの水は流れない。市役所を捨て避難本部を移した。市内あちこちで家族の安否確認をする声でごった返した。住民は劣悪な環境下で避難所生活をすごした。1 か月後、寒い空の下、みんなで黙とうすることにした。 **2. 復興** 公費や民間資金を投じた復興事業が進められている。全国の自治体に感謝している。つきあいは大事だ。後方支援基地になってくれる隣接自治体の存在は大きい。一方で、当事者感覚や現場の実情認識ができていない機関や職員もいる。そのことに対し、私は今でも怒っている。 **3. 後悔と反省** かつて釜石には、複数の病院があった。製鉄や水産の存在が市民生活の基盤を支えた。高炉の火が消え、構造的変化が起きた。その前もあとも、市政の大きな柱は防災行政だったが、「3 メートルで、また避難放送か」と住民から「オオカミ少年」視された。反省と検証が必要だ。恒常化している避難訓練の仕方も問われている。本来、指定避難所ではない公共施設を仮の避難所として訓練した影響で、多くの人がその施設に避難し亡くなった。多くの非

	難が行政に浴びせられた。精神的に支障をきたした職員は少なくない。 **4. 質問に対する回答** ・「職員の参集状況はどうでしたか」＝昼間に議会開催中だったこともあり、多くの職員が庁内に残っていた。職員の死者数は、他の被災自治体に比べ少ないかもしれない。夜間時の発災だったら被害は大きかったろう。 ・「災害発生時に戻るとしたら、市職員として何をしたいか」＝災害時対応を頑張るのが最低条件だが、住民の危機意識づくりに力を注ぎたい。災害対策本部の備えを充実させたい。津波では災害弱者を救出する困難がある。災害弱者を住まわせない地域指定があっていいと思う。理不尽な死、納得できない死を減らしたい。「正常化の偏見」を排除したい。女性たちの視点を生かしたい。「愚者は経験に学び、賢者は歴史に学ぶ」そうだが、ただの経験に学ぶだけなら、また同じ失敗だ。記録を残し検証材料にしよう。教訓を伝承していく文化を築こう。子供たちの教育に期待したい。 ・「災害後の職員の私生活及び業務変化について」＝家族の安否確認もできず、災害時対応の任にあたった。150 名の職員は家を失った。家族を亡くした。悲惨であった。全国の市町村が応援職員を派遣してくれて助かった。業務変化という面でいえば、私には地域防災計画などまったく役に立たないという思いが強い。本当に役立ったのは、「おい、お前、山越して薬を届けろ」の声に応えてくれる部下だった。 ・「市職員の意識、行うべきこと」＝災害死亡者を出さないために何をするかえを考える。人との連携を大事にしたい。先送り体質から抜け出せ。検証委員会から指摘されたのは、「すべてが準備不足」だったことだ。 **5. 伝えたいこと** 「安全・安心なまち」なんてあり得ない。ハードや情報には限界がある。訓練を繰り返して危機回避する力を身につけてほしい。
開催地より	・市民へはもちろん、市職員の意識啓発を行っていく必要性を強く感じた。 ・災害対応力の向上・減災力強化のため、より応用が利く訓練の実施や、効果的な啓発等を積極的に行う必要がある。

開催地名：三重県朝日町	
開催日時	平成 27 年 9 月 6 日（日）　10：00～11：30
開催場所	朝日町保健福祉センター
語り部	吉田　忠雄（岩手県大船渡市）
参加者	自治会関係者、自主防災組織関係者、地域住民　計 125 名
開催経緯	県の南海トラフ巨大地震による津波浸水想定では、内陸部の当町でも約半分が浸水する。過去の大規模災害は明治 24 年の濃尾地震のみ。災害経験者の講演により、幅広い世代の防災意識を向上させたい。
内容	**1. 東日本大震災による被害** 岩手県大船渡市の死者･行方不明者は計 419 名。うち東部の赤崎地区（1500 世帯）は同 47 名で、まちは壊滅したが、人的被害は少ないほうだ。危険地帯とされてきた赤崎地区生形（おいかた）では 114 世帯が被災、1 軒を残し 113 世帯の家屋が消失したが、死者・行方不明者は計 9 名である。 なぜ、人的被害が少なかったか。今年、亡くなった先輩は、地域自ら防災力の強化を図った中心者だった。彼は、阪神淡路大震災などの映像を見て、行政に依存しない地道な防災活動を先導していた。 **2. 地区における防災訓練と実際** 毎年 5 月 24 日、朝 5 時になるとサイレンが鳴る。チリ地震津波が襲った時刻で、赤崎地区でも避難訓練が行われてきた。だが、参加者の真剣度は疑わしい。阪神淡路大震災の翌年以降、訓練への参加状況をデータ化した。その旨をアナウンスすると、参加数は明らかに増加。以後も右肩上がりで推移している。データにするということが成績アップにつながったようだ。 地区の訓練会場では、プラカードを持った 13 班長（公民館館長等）の後ろに住民が続く。班長はそれぞれ、自班の参加者数を大声で報告、実数は記録として残る。参加促進の工夫もした。黄色いヘルメットやリュックサックは、少ない公民館運営予算をもとに、複数年をかけ配布した。住民とすればもらえる物はもらいたい。班長は「今度は予算を取れるから、来年（参加したら会場で）配布できる」ということで、参加促進にも効果があった。 バケツリレーの消火訓練もある。2 次的被害として火災を認識してもらう、住民同士の連携強化が意図だ。お互い顔を知ることは重要で、子供の誘拐防止にもつながる。子供は大人が気づかない危険箇所を指摘してくれる。通学路のすみずみを知っているのだ。転ぶことを嫌う子供目線は非常に役立つ。 チリ地震津波では津波だけが来た。潮が引いたようになって、魚を拾いに行って死んだ女性がいた。訓練は伝承の場でもある。 340 人が 4 日間孤立した避難所「漁村センター」の庭には、事前に緊急ヘリの着陸場所を示しておいた。発災後、米軍ヘリが飛来。バケツリレーの訓

	練経験者らが整列し、上空から降ろされる物資を複数回、リレーして受け取った。米軍兵と英会話できない私は、フィリピンから移り住んでいる女性に通訳役になってもらった。 **3. 地域のリーダーがなすべきこと** 避難所で私はこう言った。「残念ながら我々は、大きな災害によって、ここに 300 人以上が集まった。秩序を保っていかなきゃならない。あんまりいらいらするな」。地域を知っている人の言うことなら従ってくれる。私は、複数のリーダーを選任した。生活トラブル回避のため、ミーティングを欠かさず、情報を共有するようにした。救援物資の受け取り・配布での混乱は回避できた。生活上の工夫もみんなで考え合った。バカ話をして盛り上がるなど、不安解消に気を配った。 避難所内では、誰が誰を助けるのか、個人名を伏せ屋号表記で掲示した。 私は最後まで避難所で生活し、相談事を聞いた。 地区活動の運営上、全国から支援してもらって今日がある。 リーダーというのは、信念を持ち、リスクを背負わなければやっていけないだろう。 **4. 避難所生活上の教訓** 一番大事なのはライフラインだ。風呂はないし、トイレも遠慮する。ご老人がペットボトルに用を足して隠しており、申しわけないと思った。 マスコミを利用して、全国に困り事を発信した。 長野県佐久市から医師が派遣されて医療・衛生面は保たれた。定期的な一斉そうじも効果があったと思う。 人間の財産は人脈だ。人を知っているということぐらい心強いことはない。
開催地より	・人脈の重要性が理解できた。 ・今後、地域の自主的な防災訓練を促進させたい。 ・子供目線の防災対策を検討したい。

開催地名：三重県名張市	
開催日時	平成 27 年 8 月 30 日（日）　10：30～12：00
開催場所	名張市防災センター
語り部	京谷　国雄（宮城県仙台市）
参加者	地域役員、学校職員、市職員　計 200 名
開催経緯	当市は、南海トラフ巨大地震による被害が想定されている。しかし、内陸部に位置し、津波の直接的な被害及び過去に大きな地震に見舞われたことがない。行政側から防災に対する啓発を普及するのに苦慮している。
内容	**1. 地震前の町内会における取り組み** 仙台市太白区鉤取ニュータウン町内会は、阪神淡路大震災の教訓を生かそうと、20 年前から「地震に強いまちづくり（自分達のまちは自分達で守ろう）」のモットーを掲げ、防災活動を続けている。当初、住民の反応は鈍かった。かつて宮城県は、昭和 53 年に宮城県沖地震を経験しているが、記憶は薄らいでいた。私はみんなに、「宮城県沖地震と同じような地震が必ずくる」という認識を深めてもらうことを心掛けた。 まず簡単な訓練から始めた。防災士などから、地震と被害を学ぶことを主眼とした訓練だ。専門家の力をいかに生かすかが大事だ。 また、「出さない君」というキャラクターをつくって、ゆるやかな啓蒙活動を展開した。「死傷者を出さない」のが大事。具体的に、①崩壊建物を出さない（住宅の耐震診断・補強等）、②近隣居住情報の共有（居住マップ製作等）、③火災を出さない（住宅用火災報知器の設置等）を重点化した。 自助・共助・公助を理解してもらった。「お互いの顔が見えるまちづくり」をしてもらおうという意図だ。私の意図がどうであれ、主役はあくまで住民だから、町内会長は会員と常にコミュニケーションを取っておくのがいい。 要介護者居住の把握は、個人情報問題がからむ難問だが、理解を得たうえで、登録が進み、100％把握できた。「みなさんの将来は、自分たちの将来」が、私の持論だ。 「黄色い旗運動」を展開した。安否確認の手段として、無事な状態なら郵便ポストなどに旗を掲げてもらうという取り組みで、全世帯が黄色い旗を所有している。 災害下での犯罪・詐欺を防止するため、町内会独自の防犯ベストを用意し、パトロール時などに着用している。 心肺蘇生、けがの応急処置、夜間防災、消火、炊き出しなどの訓練を実施した。組織図をつくって役割分担を明確にすると、自覚が高まり、一人ひとりの判断力も高まる。子供の参加を促すため、「焼き芋をやるよ」と声がけをした。まずは関心を持ってもらうため、楽しさを演出するのがいい。

	2. 東日本大地震当時とその後 ライフラインが停止した。集会所の常備品は、発電機、プロパンガス、コメ、食器、トイレの水（天水）、携帯電話充電、スピーカー、車いす、担架、懐中電灯、毛布、座布団、鍋・釜、味噌・醤油・食料、石油ストーブである。 避難所では、自家発電機が稼働、照明の確保ができた。 反射板の石油ストーブなら、煮焼きもできる。 避難所で使うガスはプロパンガスが望ましい。 水は備蓄されていたものの不足し、区内町内会の間で融通し合った。 安否確認は、町内会の最優先事項として進めた。「黄色い旗運動」の効果もあり、効率よく全戸確認できた。 町内会の主な活動を整理すると、炊き出し、コメの調達、コメ・おにぎりの配達、安否の確認・再確認、パトロール、情報収集・提供である。なお、食料は備品があったが、各自、持ち込みで調理した。食料を調達できないような世帯には食事を届けた。 インフラ復旧には一定の時間を要する。想定されていた応急対策が、パニック下では想定どおり進まない局面もある。自助・共助の力を伸ばさなければならないと思う。 宮城県の被害総額は約 9.5 兆円。復興期３年、再生期４年、発展期３年の合計 10 年をめどとした、日程が示されている。現在、公共施設は 100%復旧されたが、地区の集会所などの細部はこれから優先的に取り組むという現状である。
開催地より	・要援護者の把握や飲料水の確保など、自助と共助の部分を強調されていたので、非常に参考になった。 ・今後、地域住民による安否確認の徹底や、各地域を取り巻く課題点の解決等を図っていきたいと考えている。

開催地名：滋賀県高島市	
開催日時	平成 27 年 10 月 22 日（木）　18：30～20：00
開催場所	高島市民会館
語り部	山崎　義勝（岩手県釜石市）
参加者	市職員、一般市民　計 420 名
開催経緯	当市では琵琶湖西岸断層帯や南海トラフ巨大地震による被害が想定されており、また、平成 25 年には豪雨災害を経験し、職員の災害対応能力や地域の防災力向上に取り組んでいる。豪雨災害以前は、ほとんど大きな災害は経験しておらず、職員の災害対応能力、危機管理意識に多くの課題が残った。
内容	**1. 釜石市の震災と復興** リアス式海岸線に漁村・集落が点在している釜石市を襲った大津波は、ギネス級の湾口防波堤も防潮堤も越え、壊滅的な被害をもたらした。 市長の「たわまず、屈せず、不撓不屈の精神で頑張ろう」を合言葉に、復興に向かっている。住宅や公共機関施設、民間施設も整備されてきたが、4 年半を経た現在、まだまだというのが実感だ。 **2. 私が検証した東日本大震災** 私は 9 つの項目について、自分なりに検証してみた。 ①地形によって異なる被害＝安全だった地域、被災した地域があるが、地区が「全滅」するという事態は想像できていなかった。 ②孤立地域＝孤立した集落では住民が救助・救援活動を展開、安否確認や避難者名簿づくり、炊き出しなどを実施した。「顔の見える」関係が築かれていたからこそ可能だったと思う。 ③年齢差で異なる被害状況＝若年層は率先避難行動できたが、犠牲者の多くは高齢者だ。身体的条件の違いはあるが、「逃げる」意識の違いは大きい。 ④発生状況で異なる避難行動＝夜間発災なら家族いっしょだが、昼間時は各人の行動は異なる。自身の判断で逃げなければならない。 ⑤事業所の避難行動＝従業員を事業所にとどめたことで犠牲者を出さなかった事業所、事務整理をしたため避難が遅れた事業所、独自で避難所を確保している事業所がある。自社の避難行動というものを考えていただきたい。なお三陸沿岸域では、地震発生 15 分間は防災活動、その後の 15 分を避難活動にあてる「15 分ルール」が社会的に認知されている。要援護者を捨てて自分が避難するという一面もある。住民の理解が必要だ。 ⑥避難所の開設・運営＝行政には限界がある。臨時の避難場所や運営にしても、地域の力が必須だ。自主防災組織の存在は大きい。なお、大雨が降ってからの避難は危険だ。批判されても降雨前に避難誘導をすべきだと思う。 ⑦「釜石の奇跡」＝鵜住居地区の小中校生（釜石東中学校と鵜住居小学校）

	の行動だけが「奇跡」なのではない。津波浸水域にいた釜石小学校の児童は、自分たちの判断で高齢者を引き連れ、あるいは遊んでいた仲間とともに避難し、犠牲者を出さなかった。総合的な防災教育の成果だろう。 ⑧「釜石の悲劇」＝鵜住居地区では、本来、避難所ではない防災センターに駆け込んだ人が犠牲になった。行政と住民意識に乖離があった。防災に対して住民と相対するときは、曖昧な周知・態度は許されない。 ⑨生かせなかった過去の教訓＝過去の震災を伝える明治、昭和の石碑がある。平成で３回目の石碑を建てることになった。書いていることは、津波が来たら逃げろ！　命は大切だよ、ということ。小学生の子は今回、「震災はみんなで乗り切る試練」と刻んだ。 **3. みんなで築く防災対策** 「自助」をもっと伸ばしていきたと考えている。 防災対策の原点というのは、命を守ることだ。知識は必要だが、避難行動がなければ何の用もなさない。職員も、家に帰れば家族の一員だ。まずは自分の命を守るという観点を、常に考えておく必要がある。 行政は避難情報を的確に住民に発信していく。また、住民側もその情報をもとに避難行動を確実に実践する。こういうお互いの考え方があれば、もっともっと防災対策は高まる。 企業には、独自で行政に頼らない避難対策をつくってほしい。企業というのは、トップの判断、一組織体で動ける存在だ。 地域においては、自主防災組織が果たした役割が大きかった。 自分で考え、家族で考え、企業で考え、地域で考える。地域の実態に即した避難訓練を実施していけば、力強い防災体制が構築できると思う。
開催地より	・防災教育の重要性を思い知った。 ・行政には限界というものがある。今後、市民全員で災害に立ち向かっていく意識づくりが重要だと思った。もっと防災知識の普及や防災教育の充実を図っていきたい。

開催地名：滋賀県東近江市	
開催日時	平成 27 年 10 月 2 日（金）　13：30～15：00
開催場所	東近江市役所
語り部	山崎　義勝（岩手県釜石市）
参加者	市職員　計 359 名
開催経緯	当市では、南海トラフ巨大地震では震度５強～６弱、本市を縦断している鈴鹿西縁断層帯地震では６弱～６強の震度が想定されている。しかし、数十年の間、巨大地震の経験がなく、市職員の防災に対する意識がたいへん低い状況である。市職員の防災意識の向上が課題となっている。
内容	**1. 釜石の復興へ** 釜石は鉄とラグビーと魚のまちだ。沿岸はリアス式海岸で、前を見れば広い太平洋、背後は山という急峻地に、漁村集落が点在する。海岸には防潮堤があり、釜石港には世界一の湾口防波堤があった。私たちは発災後、「不撓不屈の精神」で事にあたっているが、「復興」にはまだまだ時間がかかりそうだ。 **2. 大震災を検証する** 私はさまざまな観点から災害を検証してみた。9 つに整理して伝えたい。 ①地形によって異なる被害＝地形や建造物の質などの違いによって、被害の度合いは違う。過去の高台移住は成功したが、土砂災害のリスクを抱える。 ②孤立地域＝多くの集落が孤立した。集落自ら、救助・救出活動、炊き出し、遺体安置、瓦礫撤去、被災者のケアなどをせざるを得なかった。地域の自立強化には、行政の力が及ばない領域というものがあると思う。 ③年齢差で異なる被害状況＝犠牲者の大半は高齢者だ。高齢者を避難支援して犠牲になった人、高齢者を救った若年層の率先避難もあった。津波被害は他の自然災害より多くの不明者を出す。瞬時の判断が生死に直結する。 ④発生状況で異なる避難行動＝昼間は家族が分離しており、避難行動はそれぞれの判断による。状況に応じた各人の避難行動が問われる。事前のシミュレーション、訓練が大事だ。安否確認は時間を要する。 ⑤事業所の避難行動＝警報が出て従業員を即避難させ警報解除まで拘束した事業所、即避難させたものの自由行動を許して犠牲を出した事業所、業務整理をしたため犠牲者を出した事業所、全従業員を浸水区域外で拘束し安全を確保した事業所――。事業所の判断が従業員の生死を左右した。 なお、徳島県にある事業所では、警報が出たら誰にも何も言わずに逃げるという「率先避難企業」が存在する。三陸のある宿泊施設では、食堂に避難所を明記し、従業員が避難を誘導する体制を整えた。タクシー・バスの運行マニュアルで浸水区域への進行を禁止した交通機関もある。わがまちは災害

	時、徒歩避難が原則だ。リスク管理としての避難行動指針が求められる。 ⑥避難所の開設＝大規模災害では避難所が不足する。神社など民間の施設を活用していくことになる。自主防災組織の助けが必要だ。大雨・洪水や土砂災害にせよ、避難所開設にあたっては、災害前、暗くなる前に決断すべきだ。 ⑦「釜石の奇跡」＝率先避難した鵜住居地区の小中生徒のほかにも「奇跡」はある。釜石小学校は放課後で、生徒は帰宅したり、釣りをするなど外で遊んでいた。警報サイレンが鳴ると、生徒は自分の判断で自力避難したり、海から離れ、見かけたおばあちゃんを連れて避難した。 　私たちは子供に学ぶべきものがあると感じる。防災教育が期待するのは、最終的に避難するという行動だ。義務教育化を検討してほしい。 ⑧「釜石の悲劇」＝避難訓練で使われていた「防災センター」へ逃げ込んだ住民の多くが犠牲になった。センターは仮の避難場所であり、実際の津波のときには「指定避難所」への避難を前提とした訓練なのだが、訓練主体の自主防災組織でどこまで主旨が共有されていたかはわからない。行政側は、住民に対して曖昧な周知というのは絶対にしてはいけない。 ⑨過去の教訓＝津波はまたやってくるだろう。過去の教えは、高台に逃げなさい、という１点に収斂されるが、今回、小学校６年生の子は「震災はみんなで乗り切る試練」と碑に刻んだ。 **3. みんなで築く防災対策** 　防災での最優先は命を守ることだ。住民は避難行動を確実に実践する。この自助がなければ、対策は中途半端に終わってしまう。まず自分の命が大事だ。そのうえで、家族や企業や地域が防災を考える。最低３日間は、自力で生き残るのだ。避難訓練を通じて、その力をつけてほしいと思う。
開催地より	・避難行動等を考えるうえで、企業とどうかかわっていくかは今後の課題だと認識した。 ・災害への備えは多岐にわたり、充分な備えをすることは難しいが、「命を守る」ということを基軸として、防災体制の推進を図っていきたい。

開催地名：京都府大山崎町	
開催日時	平成 28 年 2 月 13 日（土）　9：00～10：30
開催場所	大山崎町立大山崎中学校
語り部	草　貴子（宮城県仙台市）
参加者	大山崎中学校生徒、保護者など　計 250 名
開催経緯	南海トラフ巨大地震による大被害が想定されている。また、豪雨により避難勧告などを発令する回数も増加傾向だ。出前講座や防災訓練などにより啓発に努めているが、自主防災活動に結び付かない。高齢化が深刻化しており、現役世代や次世代を担う中学生などの防災意識向上が課題となっている。
内容	**1. 市名坂東町内会の集会所が緊急避難所に** 私たちお母さんたちが立ち上げた市名坂東町内会は、加入数 167 世帯、役員 8 名全員が女性だ。震災の半年前に、災害時想定と女性の使いやすさを意識した集会所が完成した。 発災の日、女性と子供 100 人ほどが避難してきた。大半は非会員だったが、区別なく受け入れた。避難者からリーダーと副リーダーを決め、リーダーの指示に従ってもらうよう、強い口調でみなさんにお願いした。おろおろしたり、自分勝手なことをする言動が見受けられたからだ。 子供たちは、役員が区で得た情報を手書きし、各家々に広報してくれた。女子大学生・高校生は子供向けに寺子屋を開いてくれた。役員は母親目線で子供たちを見守り、おばさん目線で若い母親を見守り、できることはやるという気持ちがあったから、乗り切れたと思う。 **2. 課題と対応** 非会員のマンションの方々をどうするかが課題として残った。未就学児を持つ若いお母さんを対象に子育て支援を始めた。「おもちゃ図書館ずんだっこ」を開設した。世界の玩具メーカーからおもちゃ、出版社からは図書を寄附され、今ではクリスマス会や、季節ごとのイベントや食事をみんなでつくって食べたり、月 1 回は児童館から保育士を招いて、育児相談をしている。 震災時、お店やガソリンスタンド、病院などの位置がよくわからなかった反省から「防災便利マップ」を作成したり、消防署と意見交換する形で、市のフォーラムに参加できない母子を対象に、講話をいただいている。 地域内活動としては、地域団体の方々とともに、運営委員会を発足させた。女性ならではの視点を生かす女性コーディネーター部門も設けた。今年の避難訓練に向け、中学生部門を設けることも検討している。 災害下、みんなで乗り切ろうとしているのに、考えさせられる出来事に遭遇した。汚れた衣服を支援物資として送る人…。支援する側もされる側も、相手の立場に立って、いま一度考えなければならない。

	3. 私の涙 私のふるさと女川町は被災した。人も犬も猫も何もかも消えてしまった。今、みんなが、町のため、人のため、自分のためにと、一所懸命だ。学校卒業後、仕事を通じ女川の役に立とうと地元での就職を選択した人もいる。役目はみんな違っていい。生かされている私たちは、しっかりと生きなければならない。まちも人に愛されて、大切に築かれていくものだと思う。 **4. これから** 地域防災の大事なことは、自分たちの特性を考えて、オリジナリティのある身の丈実践だと思う。町内会や自主防災でもっと女性の声を高めたい。 防災、災害の「災」という文字は、物質的なものばかりでなく、人の心もむしばむ牙をも含んでいる。震災後、心を病んだ母を支えようと学校と地域が連携している地域もある。「悲しんでいる人をなぐさめたいから楽しく」に一理はあろう、個人の判断だから私はうなずくしかない。しかし本当に当人のなぐさめになるのだろうか。家族を亡くした人へ、どのような言葉をかけるか、考えてみてほしい。 中学生が避難訓練や災害下でやれることはなんだろう。おそらく大人が見えない視点をみなさんは持っていると思う。 震災時、テンションが高くなり冷静ではいられない。備蓄米のおにぎりは、たぶんコンビニおにぎりより美味しくない。女子中学生が握ってくれた備蓄米おにぎりを「こんなの食えるか」と言った大人がいたそうだ。大人げない。パニックになったお母さんに代わって、子守をしてくれた女子中学生がいた。ありがたかった。「大丈夫?」という何気ない言葉が、本当に身にしみてうれしかった。人としての思いやりや優しさを忘れずにいたい。
開催地より	・中学生に対して語りかけ調でお話しいただき、質疑の時間もたくさんとっていただいた。生徒の自発的な発言もあった。 ・顔の見える関係づくり、災害時でも気遣いし合える地域づくりが肝心だと感じた。災害に対する知見を積み重ねていきたい。

開催地名：兵庫県篠山市	
開催日時	平成 27 年 11 月 4 日（水）　9：00～11：00
開催場所	篠山市民センター
語り部	高橋　文雄（宮城県仙台市）
参加者	市職員　計 259 名
開催経緯	当市では、活断層の影響により、最大震度 6 強の地震発生が想定されている。また、集中豪雨等による土砂災害の被害も懸念されている。しかし、多くの職員は大被害の経験がない。災害時に対応する市職員として取るべき行動や自覚を促し、迫りくる様々な大災害に対応する意識を醸成したい。
内容	**1. 大震災の概要** 地震の揺れについて、私は体感的には昭和 53 年の宮城県沖地震のほうが強いと感じた。宮城県沖地震はユッサユッサと揺れ、建造物を（直撃的に）破壊した。一方、3.11 の地震はガタガタガタと強弱を長時間繰り返す（広域的な）揺れという感覚である。私は、発災当日、総務省・消防庁長官に、（広域的被害を予測し）「宮城県内の死者は 1 万人を超えるのではないか」と伝えた。宮城県内の死者は 1 万 530 名。石巻市は 3,545 名で、福島県の 3,461 名より多い。東日本大震災は、大地震、大津波、原発災害、風評被害の 4 大被害をもたらした。 仙台市では、東部沿岸の津波被害（火災含む）、丘陵地の宅地被害、市内全域での建物の被害という 3 大被害があった。市内死者総数 917 名に占める災害関連死の割合は約 28%で、県内平均の 8.7%を上回った。災害関連死はあまり報道されないが、自治体にとって、災害関連死への対応は避難所運営にもかかわるテーマとしても留意すべきと思う。市内では全世帯の約半数で住宅被害を受けた。津波被災地では建物の土台だけが残るという壊滅的被害で、広域な仙台平野が津波浸水域を広めた。 **2. 津波被災地での災害活動をめぐって** 津波被災地での救援活動はヘリ輸送に頼った。道路が瓦礫で埋まり陸送できないからだ。8 カ月間、水の引かない浸水域で諸活動が展開された。人の手による捜索活動は限界があり、重機を投入した。救助犬は疲労すると鼻が利かなくなる。休みを与えなければならない。救助隊員にとって、リフレッシュ効果が高いのは、シャワーや入浴である。食べられなくてもシャワーの価値は高いと感じた。現場では瓦礫に混在する釘に留意した。釘抜きしたらすぐに破傷風予防のワクチン接種などをしたが、消防隊員 3 名は重症化した。 ストレスチェックの結果、職員の約 1 割が高スコアだった。多忙で診断を拒否した職員もいる。発災後、職員は家族安否確認もできず、1 週間泊まり込みで対応にあたった。食事はパン 1 枚、よくてもカップ麺 2 個だった。サ

	プリメントやコメ食を備蓄したい。コメを食べないと「力が入らない」という人間は少なくないようだ。凄惨な現場活動に従事した職員には、それなりの処遇を考慮すべきだと思う。 **3. 市民生活** 燃料不足が深刻化した。一自治体の対応では限界があり、国レベルでの対応が必要だ。 帰宅困難者も含め避難者対応は混乱した。避難所は弱者のための施設であるべきだと思う。避難所の誘導やあり方について、今後、議論が必要だと思う。なお、仙台市内の避難所をめぐっては、①物資不足、②運営上のノウハウ・要員不足などの困難性、③帰宅困難者の対応、という 3 点について重点的に検討されている。 **4. 防災計画を読み込み、対応にあたる** 防災計画は諸機関・諸法制との体系的整合性が求められるが、具体的行動指針は地域主体に委ねられる。そのうえで、被災により自治体機能が不全になると、対応可能な諸機関が補完していく流れだ。したがって、いざというときに備え、市町村・県・国各職員はふだんから災害というものを意識しておく必要がある。全職員が、防災計画を知らずして災害対応はあり得ない。 シミュレーションは大切だが、もっと大切なのは訓練であろう。 被災者を相手にする一場面に直面する職員がいる。相手を思いやる姿勢がないと摩擦が起きる。地域防災計画を読み込み、災害対応のルールを理解し、市民には是々非々で対応していくことが必要だと思う。
開催地より	・市役所全体で防災に取り組む必要があると感じた。また、市職員である限り、防災の業務は避けて通れないということを再認識した。 ・今後、地域防災計画や防災活動マニュアルを理解する機会を設ける。災害対応訓練の継続実施を行いたい。

開催地名：大阪府岬町	
開催日時	平成 27 年 10 月 31 日（土）　14：00～15：30
開催場所	岬町文化センター
語り部	菅野　和夫（岩手県宮古市）
参加者	自治会長、町職員　計 91 名
開催経緯	本町は、南海トラフ巨大地震による津波被害等が想定されているが、町職員のみで多種多様な事案に対応できないことも想定される。自主防災組織の活動が非常に重要だ。自主防災活動を積極的に推進することが必要である
内容	**1. 自主防災組織の設立、そして発災** 自主防災組織の設立を市から促されたのが 2005 年、設立総会は 07 年だった。規約や組織体系を整えただけの簡素なものである。09 年に地元紙は「（大地震発生の確率は）30 年以内に 99%」という予測を報じていた。「（今後）30 年」と「10 年」とでは、受け取る側の年齢により、現実感というものが違ってくる。要は、生きている間に起こるのか、死後の話なのかということである。現実感の高低は、自主防の設立や活動にも影響する。 三陸地方では、2011 年の 3 月 9 日と 10 日にも地震があったが、津波は低かった。そして 11 日午後、私は車中にいたが、這いつくばって車外に出た。防災無線が鳴り響いていたが、足を止めて聞く余裕はなかった。震源は広域で複数あったことをあとで知った。南海トラフも、複数カ所が連動すると、複数回の大津波が発生するだろう。私は物心ついてから津波の話を耳にしてきた。ところが、子供たちが表現する「モンスター津波」の出現は頭になかった。岬町では、モンスター級の災害に想像をめぐらせていただきたい。 私どもの自主防災会は 7 つの地区自治会から成る。顔を見知った住民関係のある地域だが、個人情報をめぐる難しさというものがあった。しかし、災害弱者などの把握は、地域を知る町内会や自主防組織が最適な存在だろう。ただ、各区の役職者に役割分担を定めたとしても、当人が被災すれば機能しない。津波は、地域に自治会機能不全の空白域をもたらす。したがって、役員はまず生き延びなければならない。 **2. 助かった命と失われた命** 石巻市大川小学校の悲劇と、釜石市鵜住居小学校・釜石東中学校の奇跡があった。大人の判断が招いた悲劇と、生徒の自主判断と行動がもたらした奇跡だと思う。釜石の生徒に「想定にとらわれるな」「最善を尽くせ」「率先避難者たれ」と教えた群馬大の片田敏孝先生の防災教育を共有したい。 一方で、高齢者たちには逃げようとしない人もいた。「正常性バイアス」であろう。若い人の迷惑顔を見て、やっと避難に応じてくれた。 三陸には、各自てんでばらばらに逃げる「てんでんこ」の教えがある。私

	も爺さんから教わった。だが、子供を迎えに行って犠牲になった現実もある。地域が検討すべきことは多岐だが、生き延びることが第一である。防潮堤があっても、避難タワーを用意しても、安心することなく、早く安全なところに避難するが勝ちなのだ。南海トラフ地震では死者 32 万人が想定されているが、逃げることを優先すれば死者は確実に減るだろう。 **3. 避難生活と防災組織** 私たちは 3 日間、自助努力で生活した。防災備蓄品不足が深刻化したが、住民からの食料提供で乗り切った。腹が減っても我慢できるが、寒さはきつかった。サバイバル訓練で経験したように、新聞紙を体に巻いた。最も厳しかったのはトイレだった。 防災組織の長は町内会が一番の適任だ。結束力が高い。被災犠牲者の発生を想定し、地域のリーダー役複数人に加わってもらうべきだろう。また、学校の先生は、町内会長より生徒や父兄の顔を知っている。要支援者などの住民情報をもとに、その場その場で、適切に対処していただきたい。民間宅配業者が配送ノウハウを生かし、支援物資を分配してくれた。協力体制を築いておいてよかったと思った。物資のニーズは日々変化する。お母さんたちの声や力を生かすべきだ。町内会間のつきあいは大事だ。いざというとき助けてくれる大きな存在になってくれる。 現在、次の災害に備える対策を再検討しているが、今、災害対応の備えを急ぐべきは、私の地元ではなく、岬町のように、近々、大規模自然災害が想定されている地域だろう。岬町のハザードマップを見ながら現地を歩いたが、山への配慮が足りないように感じた。海だけでなく、貯水池やダムなどにも気を配ってほしい。海側では地盤沈下の想定も必要だと思う。
開催地より	・津波からの避難については、発災前の地域における災害時要支援者の把握など、自主防災組織の果たす役割が重要だと感じた。 ・今後、自主防災組織の組織率向上、活動の活性化につなげたい。

開催地名：奈良県大淀町	
開催日時	平成 28 年 1 月 28 日（木）10：00～12：00
開催場所	大淀町役場　会議室
語り部	佐々木　守（岩手県釜石市）
参加者	大淀町役場管理職職員　計 57 名
開催経緯	大災害を経験した職員が誰一人いない。災害発生時の被害状況の把握や避難所開設など、多くの業務を担い、迅速な対応が求められる職員の訓練および意識の向上が課題となっている。
内容	**1. 災害に直面して** 防災行政無線の第一報で「(想定波高) 3 メートル」を流してしまったという失敗がある。波の高さはその後、修正され、避難を優先するアナウンスに改めたが後手にまわった。行政無線のマニュアルを改訂した。 公共施設も産業施設も津波に持っていかれたか、洗われた。全滅した集落もある。美しかった景観は、今、記憶にしかない。沿岸市街地は地盤沈下した。遺構を残せという声が全国から殺到したが、地元は複雑な思いである。 災害対策本部がある市庁舎は、電気も食料もなくトイレの水も流れない。 内陸に隣接する遠野市は後方支援、全国の市町村から応援隊が駆けつけてくれて、私たちは救われた。被災自治体が対応の主体を担うのは無理だ。実態を知らぬ県や国の職員への怒りが収まらない。 **2. 慚愧** 自分だから言わなければならない事がある。鵜住居地区にある防災センターに逃げ込んだ住民が犠牲になった。防災センターは救急車の配置を意図して、私が設置を主導した。開設後、避難所ではないセンターを、訓練所として使用を許可した経緯がある。こと防災では、行政はあいまいな態度をしてはいけない。遺族も、生き残った職員も、生涯、いろんな思いを背負うことになった。補足すれば、ハザードマップは安心でも安全を記したものではない。その旨、みなさんは住民に周知徹底していただきたい。 **3. 課題** 釜石市東日本大震災検証委員会の指摘は、防災への危機意識に基づいた事前準備が不足していた、という 1 点に集約できる。私自身に甘さがあった。 災害対応は、フェーズが変わるたび、次々に課題が出てくる。職員も被災者である。3 分の 1 くらいの人は家を流され、肉親を津波にさらわれた人もいる。職員 5 名が死亡した。みんな大変な思いをしたが、頭数はあっても有効性ある対応ができなければ意味がない。訓練の重要性を再認識した。 メンタル面で不調をきたす職員が出る。特に連日、遺体を扱う非日常業務は負担が高まった。いろんな人が被災地に入る。犯罪は発生する。住民もス

	トレスが高まり、職員に文句を言う。想定しないことが出てくる。打ち上がった漂流物の所有権、火葬できない遺体の処置、タレント訪問の対応、仮設風呂の入浴者選定……地域防災計画など、何の役にも立たない。「俺たちはなんの計画をつくっていたのだ」と思った。 **4. 行政職員として** 「住民の生命と財産を守る」は非現実的だ。防災の根っこは、流されようが、けがをしようが、命が助かれば、それでいいという１点に尽きる。１人でも死者が出たら職員として失格だと私は思う。 災害対策本部は機能不全に陥った。職員個々の判断力が問われる。豪雨災害対応で定評のある他市の職員が、災対本部の動きを見て「報告ばかりで即決できない」と指摘した。マニュアル人間は対応できない。強い精神力と強靭な体力が災害時には必要だ。職員は被災者になるな。住民とふだんからつきあえ。関係機関とも顔の見える関係を築きたい。 **5. 復興への課題** 復興というのは自立だと思う。目下、巨費が投じられているが、それがなくなったときにどうなるか。全国支援に依存しきってはならない。今、私が心配しているのは、心に傷を負っている「奇跡」の生徒・子供たちの反動だ。全国から応援してもらうのはありがたいが過剰はよくない。自治体・職員にも置き換えることができる。 **6. 伝えたいこと** 人は災害をすぐ忘れ、津波注意報が出ても避難しなくなる。どのような取り組みをするのかが行政に問われている。「正常化の偏見」を見据えた対応ということだ。そもそも「安全なまち」など存在しない。大人たち、まして高齢者の意識を変えるのは至難だ。「愚者は経験に学び、賢者は歴史に学ぶ」。私は今、経験だけを伝えている。みなさんが検証し、本伝を後世につないでいただきたい。
開催地より	・災害時の初動体制の強化と、管理職員としての的確な判断能力、指示能力を身につけるための研修を行い、非常事態に即対応できるよう日常業務の中で実践しながら対応能力の強化を図っていきたい。

開催地名：奈良県生駒市	
開催日時	平成 27 年 7 月 10 日（金）　8：45～10：35
開催場所	生駒市立生駒北中学校　多目的室
語り部	田村　剛一（岩手県山田町）
参加者	生駒市立生駒北中学校生徒、職員　計 110 名
開催経緯	本校校区内には２つの大きな池があり、大地震発生時には、堤防の決壊が心配されている。市教委では高山地区のハザードマップの作成が進められている。災害発生時に生徒が自分の身を守る知識を持たせる必要がある。
内容	**1. はじめに** 内陸部にいる生徒や先生にとって、津波は他人事ではない。かつて、山間にある小学校が日本海沿岸に遠足に行き、海面が引いた地震直後の浅瀬で魚捕りをして犠牲になった。地震と津波の知識があれば悲劇は避けられた。 **2. 「逃げる」を優先する教え** 震災の 2 カ月前、推定年齢 125 歳のタヌキのおばあさんを語り部に、明治三陸地震の津波を伝える紙芝居をつくった。「防潮堤があるっけって、油断できねえんだ」「先に逃げれば助かるんだ。津波がおっかねえこと、忘れちゃなんねえぞ」「おっかねえのは津波、地震、火事、雷」。 紙芝居を見せた小学校は全壊したが、犠牲者はいない。用務員の機転で、より高台に避難したからだ。内陸部から沿岸地区に赴任してくる先生は多い。校長が用務員と同じ判断ができたかはわからないが、校長は不在だった。 津波は堤防を越え、高台にある学校にもやってきた。水浸しになった町では火事が起き一帯を焼き尽くした。備蓄飲料水も消失した。 山田町の死者・行方不明者は約 800 人で、今も捜索活動が継続されている。私のおばも行方不明だ。焼けた家の跡から拾った石と、娘の家に置き忘れていた当人の櫛があったので、遺体のない墓に納めた。 **3. 「逃げる」「助ける」という行動** 津波来襲を意識していたはずの三陸沿岸で、なぜ「逃げる」ことができなかったのか、検証が必要だ。 地震直後の町なかで、「先生、助けて」と私はかつての教え子にしがみつかれた。彼女は地震恐怖症で混乱していた。彼女の娘が来て連れ帰った。私はリアカーに高齢者を乗せて高台に移動させようとしたが、おじいちゃんは当初、「大丈夫」だと避難に応じなかった。私は、その場から逃れられなくなった。津波に飲まれた母娘は直後、「母さんはいいからおれを助けてけろ」「おれはいいから娘を助けてけろ」と求めたそうだ。2 人はともに助かった。「共助」のもとでは「助けましょう」が重視されるが、自分も亡くなったらどうしようもない。見極めが必要だと思う。

	4. 私が体験した避難について 「津波だ！」の声を聞き、私は防波堤に上がるのを止めた。静かに迫る第一波を背に、94 歳の母と私は山へ避難した。母を見捨てようと覚悟した局面もあったが、若い消防団員の助けがあった。軽トラの上から助けを求める人を見たが、やがて見えなくなった。帰る場所がなくなり、公民館に向かった。見知った町職員が避難者名簿への記入を求めたので、妻と母の名を書いた。後日、私は安否未確認者になっていた。 公民館は人で混雑し座る場所がなかった。ずぶ濡れになった人、病人、けが人もやって来た。場所を融通し合った。文句を言う人はいなかった。 **5. 避難所となる学校をめぐって** 山田中学校は、地震時、卒業式の練習を終えたばかりだった。先生たちは帰宅途中の生徒を追いかけ、学校に連れ戻し、犠牲者はなかった。小学校では、親に帰した 3 人の生徒が犠牲になった。親は地元の人ではなかった。 山田中学校の生徒約 500 名は、延焼の危険もあり、避難者とともに深夜、山田高校に避難した。途上、生徒たちは倒れている人たちを担架で運んだ。 私は高校で教えていたとき、生徒たちの「いざ」は、避難警報発令ではなく、「津波が来たとき」であり「足が速いから走って逃げる」だと知り、危機感を抱いた。今回の震災では複数の教え子が死んだ。とても優しかった女生徒は、寝たきりの母を助けようとしていっしょに亡くなった。 私は、お年寄りの前では「若い人たちの言うことを絶対聞く年寄りになりなさい」と言う。「俺は大丈夫だ」という意識、「逃げない」姿勢は、息子も嫁も孫をも危険にさらす。 地域によって自然災害の内容は異なるが、どう避難するかを認識しておくべきだ。避難生活で最も困ったのはトイレだ。凍った畑に穴を掘ったりもしたが、日々刻々の悩み事だった。
開催地より	・今後の避難訓練に反映させたい。 ・教師自身が災害を語る機会を設けたい。 ・防災に対する意識づけを高めたい。

開催地名：和歌山県みなべ町	
開催日時	平成 27 年 9 月 29 日（火）　13：25～15：15
開催場所	みなべ町立上南部中学校
語り部	草　貴子（宮城県仙台市）
参加者	中学生、教職員　計 160 名
開催経緯	当町の学校では、津波襲来災害の想定および対策が課題であり、津波浸水想定をもとにきめ細かい津波ハザードマップを作成し、津波避難計画についても生徒の目線で、毎年作成している。子供たちの防災意識の向上を図り、取り組みをさらに進めていきたい。
内容	**1. 市名坂東町内会について** 仙台市泉区市名坂東町内会は今年、設立 8 年目を迎えた。役員 8 名全員が女性。スローガンは、「子育て支援」「ふるさとづくり」「防災」。安心して集まれる集会所は、女性が使いやすいように工夫し、震災の半年前に完成した。 **2. 震災の時** 集会所を開けると、女性と子供ら 100 名ほどが避難してきた。避難者の大半は町内会未加入のマンション住民だが、町内外も問わず受け入れた。避難者の中からリーダーを決め、町内会はサポートにまわった。毎日、コーヒータイムを設けて交流を図った。子供たちは生活情報の広報などで大活躍、大学生と高校生は子供向けに「寺子屋」を開いてくれた。 避難所の閉鎖日、小学 1 年生の男の子が大泣きし、私たちは泣き笑いした。彼は、お手伝いをした達成感、緊張からの開放感、心の糸がプツンと切れたのだと校長先生がおっしゃっていた。 町内会役員 8 名は、母親・おばさん目線で、「出来ることはやろう」の思いで、乗り切ったと思う。 **3. 震災で起きたことの問題点と反省** 町内会に入会していないマンションの方々をどうするかは課題だ。 震災のあった年の 11 月から、若い母子を対象に、週 1 回 2 時間、集会所を開放し、子育て支援を始めた。平成 24 年 4 月に「全国おもちゃ図書館」に認定され、「おもちゃ図書館ずんだっこ」が誕生した。以降、世界の玩具メーカーからおもちゃ、出版社からは図書を寄付いただいた。季節ごとのイベント、食事会、児童館から保育士を招いた育児相談等もしている。 **4. 地域内での活動** 平成 25 年、小学校を拠点として、地域団体とともに避難所運営委員会が発足した。地域住民の声を聞きながら、望ましい運営が検討されている。委員会では、女性視点を生かす女性コーディネーターを設けた。女性の目配り、気配り、心配りはとても大切だ。

	5. 震災時にあったこと 実家が壊滅した人に「壊滅！壊滅だってよ！」と大声の連呼、「ラジオや支援物資は各家庭に届けて！」「(震災当日の真っ暗な中で) 歯磨きをするので水をください」「子供がパニックで勉強ができない」「女は黙って炊き出しをしてろ！」などの声があった。整骨院の医師がやって来て処置行為し、後日、高額な医療費を請求をする。ごみ山の出現。支援物資とは名ばかりの汚れた衣類、さまざまな思想を持った団体。 「支援」する側もされる側も、今一度考えなければならないと思った。 **6. 私の涙** 「仙台市荒浜で 200～300 の遺体が打ち上げられている」とラジオで聞いた。みんなと一緒でなければ泣き崩れていただろう。 故郷、女川では、心に穴が開いたような気持ちになった。同級生のひろみちゃんは逃げた神社ごと流された。近所のおばさんは、飼い猫を連れに戻り海へ消えた。「さようなら」と手を振りながら海へ消えたおじさん、「お母さーん」と叫びながら海へ消えていった子供。みんな消えてしまった。 **7. 復興へ** 父親が行方不明だったある女の子は、避難所で毎日支給される冷たいおにぎりをお腹に詰め込むような生活を送っていたが、ボランティアの人が作ってくれた温かいソース焼きそばが本当に美味しかった。これを機に彼女は、栄養士を目指し、女川の復興に尽力することを亡くなった父に誓ったそうだ。人には尊い役目がある、みんな違っていい。 **8. 結び** 地域防災の大事なことは、自分たちの特性を考えて、オリジナリティーのある身の丈に合った実践だと思う。 「災」は、人の心をもむしばむ牙を持った、恐ろしく悲しいことも含んでいる。思いやりや優しさを忘れたくない。
開催地より	・マスコミでは報道されないような事柄を聞くことができました。 ・今後、学校と保護者間のコミュニティーが深まる手立てを考えたい。 ・地域が一体になって防災・減災に関心を持っていける方向性を考えたい。

開催地名：島根県益田市	
開催日時	平成 28 年 1 月 16 日（土）　10：00～11：30
開催場所	小野地区振興センター
語り部	星　初枝（宮城県七ヶ浜町）
参加者	市民、自治会・自主防災組織、消防・警察　計 120 名
開催経緯	沿岸部の一部地域においては、津波避難訓練などを実施しているが、多くの市民は災害発生の現実味が薄いことが課題である。防災意識の向上を図るとともに、低年齢層への災害伝承・防災教育の機会にしたい。
内容	**1. はじめに** 塩竈市、多賀城市、仙台市に隣接する七ヶ浜町は、松島湾の南、太平洋に突き出た半島状の地にあり、三方を海に囲まれている。多聞山から眺望は松島四景のひとつだ。震災時、島根県には医療応援ほか、お世話になった。地元を代表し、感謝の気持ちを届けたい思いも抱いて、私はこの場にいる。 **2. 発災** 被災したとき、外出先から這いつくばるようにして車に乗り、自宅に戻った。自宅は 2 か月前に耐震診断をして、リフォームを終えたばかりだった。自主防災会役員として安否確認を始めた。その後、高台の避難所に行き、運営に必要となる物資を求めようと高台を下りた。津波に飲まれ、立ち泳ぎしたが、沈んでしまい、亡き母を思った。気がついた“洗濯機”の海中で瓦礫の釘を踏みながら、首を出し呼吸した。高台に向かって「助けて」と叫んだ。「頑張れ」という声を聞いた。周囲の家屋はなくなっていた。 吐いた水が異臭をはなった。吐けるだけ吐いた。寒かった。深夜、破傷風予防のために行った病院はパニック状態だった。インフラが途絶えた病床で、水蕎麦を食べた。 津波が押し寄せないと想定されていた避難所に津波が来て犠牲が生じた。最悪を想定することが大事だ。もし貴重品だと思っている品があるなら、常に手元に置いておくのが海の住民だと思う。 **3. 震災で得たもの** 私は長く病床生活をすごした。聞くと、避難生活では人間関係が支えになったそうだ。避難所内では孤立化を避ける狙いから、衝立を設けなかったという。その後、仮設住宅に入った人は、そのときの助け合いの心を大事にした。全国からボランティアに来ていただいた。人は支え合いによって生きることができるのだと思う。失った命はあったが、まちは全国の支えを得た。 **4. 心身の変調** 1 年たち 2 年たち、私はお風呂に入れなくなった。洗濯の水が襲いかかってくるような変調を私はきたした。みんな困っているなか、誰にも言えなか

	った。ひとりでプールに行って水になれようとした。高血圧の人、足腰の悪い人は仮設生活で症状を悪化させた。公営住宅はできたが、気持ちは落ち込み、身体は衰える人ばかりだ。人間関係が途絶えた人も多い。 **5. 生きる思い** 自助、共助、公助は大事だ。 宮城県で実施しているように、避難生活を体感する訓練を検討すべき。できること、できないこと、不便なことを知る有効な機会になる。 地域の自主防災会は消防との連携が必須だ。婦人会、老人会、学校を巻き込みたい。子供たちは大人たちが考えないアイデアを出してくれる。 津波がきたら決して戻らないでほしい。戻らなかったら、私はもっと役に立てることができたと思う。戻って生きたのは私だけだった。みんな亡くなった。もし危機に瀕してもあきらめないでほしい。 5 年がたち、忘れてもいいことはあるが、忘れてはならないこともある。津波は後ろからもやってくる。生き残っても寒さで死んだ人もいる。渋滞に立ち往生して亡くなった人は多い。 私は、明日命があったら、みんなが話し合える集いの場をつくりたいと思っている。だから、もう少し生かしてくださいと思い、努力もしている。 昨日、益田市に到着し、美しいまち並みになつかしさを感じ、私の胸はいっぱいになった。5 年を経た今も、私は深夜、潮のかおりのする海にひとりたたずむときがある。海草採りをしたいが身体がきかない。でもやれることがあると思っている。みなさんも命とまちを守ってほしい。 私は女性に「台所から離れないで」と言う。おいしい食事をつくって、おしゃれをしてほしい。男の人も着飾って元気でいれば、みんなも元気になる。
開催地より	・大震災から 5 年、今一度、東日本大震災を思い直す機会となった。 ・市の防災講習会などでも講話内容を住民に広く伝え、市民の防災意識の向上につなげていきたい。

開催地名：岡山県真庭市	
開催日時	平成 27 年 11 月 11 日（水）　13：30～14：30
開催場所	真庭市久世公民館
語り部	今野　均（宮城県仙台市）
参加者	自主防災組織、一般市民　計 50 名
開催経緯	本市は、これまで豪雨による災害で道路や河川が被害を受けている。鳥取西部地震では震度 4 を経験した。しかし、市民の防災への意識は高いとは言えない状況である。東日本大震災での体験や復興状況を知ることで、市民や市職員が災害への意識を高め、自主防災組織育成のきっかけとしたい。
内容	**1. 仙台市片平地区のまちづくり活動** 地区は、海から約 10 キロ内陸に位置し、5,400 世帯 9,400 人が生活する。自主防災組織は、8 町内会（組織率 92%）からなる。地区では「安心・安全の確保」「コミュニティ活性化」「歴史・環境の保全・活用」を軸とした、まちづくりが展開されている。基本活動、問題解決活動、提案型活動というステップを踏んでおり、要望・陳情型ではなく、地域主導指向型なのが特徴だ。 平成 21 年、過去の宮城県沖地震を踏まえ、安心・安全なまちづくりを検討しようと「まちづくり準備委員会」を立ち上げ、「片平地区まちづくり会」が発足した経緯がある。 **2. 東日本大震災時の対応** 災害対応の自主マニュアルと現実とは乖離があった。町内会役員が被災により参集できず、班ごとの避難場所は機能せず、人々は一斉に指定避難所（片平小学校）に集中するなど混乱した。 片平小学校に避難した 1,500 人のうち 85%は地域外で、入れなかった地元の住民は引き返さざるを得なかった。炊き出しは町内会の実施事項だが、食堂店主や商店主が在庫品を寄附してくれ、継続的な実施が可能になった。 全国からボランティアが集まる体制が築かれたのは 1 週間後だ。発災当初は、地元の中高大学生が活動してくれた。災害時相互協力協定による、公的なボランティアは機能しなかった。お互いが被災自治体だったからだ。もっとも、被災していない山形県内の自治体などからは、発災数日後に支援物資が持ち込まれた。災害協定の広域化は重視すべきだ。 片平小学校の想定収容人数は 350 人だったが、発災当日に集まったのは 3,000 人、その半数を受け入れたものの、残りの人は迷走した。校内に設けられた災害対策本部には行政・団体職員も参集していたが、対応できないというのが実態だった。 3 日目になって対応実態の記録化が始まった。その後も、聞き取り調査を重ね、報告書をまとめた。今のまちづくりの貴重な検証資料となっている。

	3. 震災後、災害に強いまちづくりに向けて 自主防災組織である「片平地区災害に強いまちづくり委員会」では、震災の教訓を生かし、さまざまな防災活動が実施されている。①安否の確認、②避難所の運営、③情報の共有化、④食料の確保、⑤防災訓練、⑥新住民への対応の 6 つがベースだ。 ②避難所運営と④食料の確保という点では、救援食料品の受け入れを指定避難所となる片平小学校に 1 本化し、地域ごとの避難所（「がんばる避難所」）に配分する。配送活動では学生ボランティアが動けないか、東北大と協議している。避難所に来所できない人（在宅要援護者等）に関しては、顔見知りの人が支援することを基本にした。ここでのポイントは、循環備蓄の考え方だ。循環備蓄とは、2 週間分の食料備蓄を理想とする考えで、不足になった水や食材ごと順次補充していく考えである。 ③情報の共有化という点では、防災行動マップの製作・配布、地域の避難所開設情報の発信法を検討中。 ⑥新住民対応という点では、外国人居住者対応が主眼で、多言語に翻訳されたルールブックが配布されているほか、HUG（避難所運営ゲーム）に留学生などへ参加を促している。⑤防災訓練は、これまでも片平小学校を拠点に実施されているが、留学生を含む大学生に実行委員会に参画してもらうなど工夫している。なお、訓練後に実施されている綱引き大会は、学生のアイデアにより設けられたイベントだ。 霊屋（おたまや）・霊屋下エリアの「霊屋復興公営住宅を考える会」では、街路樹を残した街並みづくりなどが注目されている。エリアでは、町内会それぞれが地域事情に応じたまちづくりが模索されている。“防災だけの防災”というまちづくりではなく、「結果として防災・減災につながればいい」という思いで取り組んでいる。
開催地より	・まちづくりに関わる仕組みをつくっていく必要を痛感した。 ・今後、自主防災組織の育成・強化できるよう推進していきたい。特に過疎化が進む中、地域では小組織が多く存在している。これをつなげる手立てを考えていくことを最優先したいと考えている。

開催地名：山口県下関市	
開催日時	平成 27 年 7 月 10 日（金）　15：40～17：10
開催場所	下関市民会館
語り部	平山　和哉（福島県いわき市）
参加者	防災協会会員事業所関係者、消防職・団員、婦人防火クラブ員　計275名
開催経緯	東日本大震災から 4 年が経過し、各種報道で取り上げられる機会が減少するにつれて、比較的地震の少ない当市においては震災の風化が懸念される。防災意識の高揚と災害伝承が課題となっている。
内容	**1. いわき市の概要** 市の人口は 33 万人だが、原発や復興関連の作業員が流入し、約 36 万人が在住している。住居の確保難、地価高騰の現象も見られる。 **2. いわき市消防本部について** 消防組織は、本部に 4 つの課、5 消防署、7 出張所、分遣所などで構成されている。職員は 354 名。大地震の発生確率は極めて高いと指摘されてきたが、リアル感を伴った危機意識はあまりなかったと思う。 **3. 地震の津波の概要** 東日本大地震の揺れは数分間続いた。市の最大震度は 6 弱。津波は複数回に及んだが、最大は第八波で 8.6 メートルを記録。津波の共振現象が起きて、波高が高まったのが要因だ。津波の遡上距離は最大 4 キロ。市の死者は 460 名、行方不明者数はゼロ（死亡認定 37 名）、約 9 万棟の建物が被害を受けた。 **4. 消防本部はどう動いたか** 地震発生時、私は指令課で 119 番を受信していた。大きな揺れが続いた。震度 4 以上が約 190 秒、震度 5 強が 40 秒、震度 5 以上が 70 秒だった。揺れが収まったとたん、一斉に指令システムの許容を超える 119 番が鳴り続いた。バックアップ用の通信サーバーもフル稼働状態になった。当日の通報は 1,177 件、1 週間では 4,363 件に上った。 地震発生から約 1 時間後、高エネルギー外傷者が増えた。消防本部全 14 台の救急車は全て現場に向かっていたが、救助活動が追いつかず、コールトリアージも実施した。市民も自助・共助の努力をしてくれた。ただ、不明な通報内容、複数の通信システム障害も起こるという異変な状況だった。災害優先携帯電話もつながらなかった。 災害現場では、消防隊の行動を上回るスピードで津波が遡上した。 救急活動では、当初、落下物による外傷者や転倒者の救助が多かったが、溺水、低体温などが増えた。心肺停止状態にある人には、避難所で心肺蘇生法を施してもらうなど、協力を仰いだが、当時の活動は非常に苦しかった。 救命センターは負傷者全てを受け入れた。複数の DMAT（災害派遣医療チ

	ーム）が来て、支援してくれた。緊急消防援助隊の力を借りて、約 100 人の患者を市内の病院に転送搬送した病院もある。 救助活動では、津波後、車両に閉じ込められたなど、当初の救援要請内容とは一変した。静岡県の緊急消防援助隊から応援をいただき、協議のうえ、倒壊物・堆積物の下を確認していった。自衛隊も参加した。 発災２日目、市内全域が断水、ほぼ１か月続いた。延岡市水道局からは緊急排水車を配置してもらった。自衛隊による入浴サービスも実施された。 透析患者の対応として、病院へ優先的に給水を手配した。支援物資がいろいろ届いたが、運動不足と高カロリーの食事が続いた。野菜は全く食べられなかった。物資が届くまで３日分の水と食料は確保しておくべきだろう。 14 の婦人消防隊（隊員約 1,800 人）は、地域の巡回、食料の配給、炊き出しなど約１か月間、活動を継続した。 プライバシーのない長引く避難所生活に住民の疲労は増した。 東京消防庁のハイパーレスキュー隊とは、密接な関係を築いた。 沿岸の捜索では、17 の区分けをして、警察、消防、自衛隊が捜索活動を行った。収集物は目立つ場所に置いた。翌日、手にした家族が感謝の手紙を置いてくれていた。１か月以上捜索活動を継続できた糧になった。 土砂崩れに関しては、広域応援体制（20 隊超・194 名）を整えた。救助犬も大いに貢献してくれた。 **5. まとめ** 以上を踏まえ、大事なポイントは、連絡手段の確保、搬送手段の確立、避難所への支援体制の確立、燃料、資機材、食料の確保である。 消防関係者は、緊急援助隊としての、支援する側と受ける側の体制を確立すべき。また自治体は確率論的地震動予測地図を検証して、リスクを認識しておきたい。津波ハザードマップ、地震マップを有効なものにされたい。
開催地より	・防災協会会員事業所及び婦人防火クラブ：地震・津波対策を再検討し、よりよい行動計画を策定する。 ・消防職・団員：市民への防災意識の普及啓発を更に推し進めていきたい。

開催地名：山口県光市	
開催日時	平成 27 年 7 月 5 日（日）　9：10～10：40
開催場所	光地区消防組合　多目的ホール
語り部	佐藤　敬一（岩手県山田町）
参加者	自主防災組織、防災士、市関係機関など 86 名
開催経緯	南海トラフ巨大地震が発生した場合、津波の襲来が予想されており、地震や津波に対する防災意識の高揚が必要である。一方で、地震や津波に関する被災経験がないため、体験者である語り部による講演を実施していただくことで、実際の災害を身近に感じてもらうと共に防災意識の高揚を図りたい。
内容	**1. はじめに** 明治 29 年と昭和８年の津波を教訓に、山田町では高台移転が進められた経緯がある。だが、東日本大震災の津波は、その高台も襲った。 自然災害にせよ、人的災害にせよ、いつどこで起こるかわからない。生きていくために自身を守っていかなければならないということを、子供たちに伝えていただきたい。 **2. 経験・体験したこと** ３月 11 日、地震当初、屋根瓦の落下はあったが、倒壊している建物は一帯には見えなかった。大津波警報が発令され、船を沖に出そうと海岸に向かった。防潮堤は閉鎖されていた。私は津波に遭わないよう山に向かった。中腹からは、船を出した人が波間に消えるのを見た。漁から帰ってこようとしていた漁船は、再び沖に向かっていた。再度、海岸に降りた私は、かろうじて第二波から逃れ、山頂に避難した。住宅地は瓦礫になり、漏電による火災も発生した。山頂にある寺を開放し、大勢の避難者を収容してもらった。 12 日、長期戦に備え、トイレの設置ほか、井戸水、石油ストーブ、灯油缶の確保などをした。 13 日、“離島”状態にあった私たち約 100 名は延焼の危機に瀕していた。アマチュア無線機を使って役場に連絡し、自衛隊のヘリ救助が実現したが、数十名は被災者捜索、炊き出しなどのため、とどまる選択をした。 14 日以降、連日、捜索活動をした。寺の境内が遺体の仮置き場になった。遺体は損傷が激しく、身元の確認は困難を極めた。 妻は別地区に避難していた。火災に追われて、山中を２日間、２０～30 人で歩いたという。３歳、４歳の子もいたが、山道を知っていたお年寄りが道案内してくれたそうだ。 私のもとに副分団長が来て、諸事情から私は分団の指揮を執ることになった。大工を営む分団員は、男湯と女湯の簡易な風呂をつくってくれた。 **3. 被災下で思ったこと**

	発災から1週間後、壊れた自宅を応急的に継ぎ足して住むことにした。資材がなかったので、応急修理は8月までかかった。雨風をしのげる程度のものだ。やがて高台移転を余儀なくされるが、年金暮らしには厳しい。家を失うと男は弱い。一方、女性には生きる強さが備わっていると思う。柔軟性もある。自主防災組織にも、女性のリーダーを配置していくべきだろう。 山田町では 823 人が亡くなった。うち認定死亡者数は 210 人だ。救助されたり避難しても、津波で体が濡れてそのまま亡くなったり、体調を崩して亡くなった人もいる。まずは自分の身は自分で守ることが大事だ。地域を最もよく知っている自治会や自主防災会の役割は大きい。阪神淡路大震災でも、避難所の開設・運営を担ったのは地域の人々だった。自主防災組織の重要性は明らかだ。 **4. 後世に伝えたいこと** 生き延びた子供たちは、生き延びた高齢者の支えになった。子供たちは、復興・再生活動に勇気を与えてくれる存在だ。私は、命、皆、生きるべしということを胸に刻んだ。どういう状況下になっても、生きる、天命を全うすることが大事だと思う。 山田町には莫大な復興費が投入されたが、執行できていない。入札不調が続くなど、県下で最も進捗状況は悪い。「復興」を連呼しても、復興にはならない。新しく町をつくっていく、再生するという発想が必要だ。
開催地より	・災害時の緊迫感を伴った具体的な困難を知ることができた。 ・今後は、南海トラフ地震に備えて、津波の恐ろしさ、津波浸水想定にとらわれず、より安全なところを目指して、素早く避難を開始することの大切さを伝えていきたい。 ・また、自主防災組織のリーダー等に防災意識の高揚と備えの必要性を感じていただけたと思うので、活動活性化に向けて支援をしていきたい。具体的には、避難場所や避難経路の選定、それらに基づいた避難訓練、大規模災害時の避難所運営への協力体制構築等を展開していきたい。

開催地名：徳島県牟岐町	
開催日時	平成 27 年 12 月 19 日（土）　13：30～15：00
開催場所	牟岐町海の総合文化センター
語り部	田村　剛一（岩手県山田町）
参加者	町職員、学校教諭、自主防災組織、地域住民　計 55 名
開催経緯	南海トラフ巨大地震による被害が想定されており、県の津波浸水想定をもとに、津波避難マップ、津波避難計画を見直した。地震発生から津波到来まで 11 分と予測時間が短く、災害時避難行動要支援者対策や避難後の避難所運営のあり方が課題となっている。
内容	**1. 発災** 山田町は釜石と宮古の中間にある人口約 2 万人の港町で、陸中海岸国立公園のきれいな景観に恵まれていた。震災で約 800 人が犠牲になり、私たちの町内（150 世帯 300 名）でも約 30 人が亡くなった。 当日、自主防災会の会合場で地震を感じた。外に出ると、地震恐怖症の女性が泣きながら私にしがみついた。急きょ、高台にある家に戻ると、94 歳の母親は「ここには絶対津波が来ない」と動こうとしない。私は、町会内の高齢者や身体の不自由な人に避難の声掛けが必要と思い、役員 3 人とともに海に下った。逃げようとしない高齢男性がいた。予想 3 メートルの津波なら「大丈夫だ」と言う。町の防潮堤は 6.5 メートル、牟岐町の防潮堤とほぼ同じ高さである。私は置いて逃げることができず、「私も死ぬし、あなたも死ぬよ」と言ったら、やっと腰を上げてくれた。高台に避難させたあと、再び海岸に下った。「津波だ」の声で、急いで標高 100 メートルの高台に戻った。湾を見ると、色の異なる一線が迫っていた。さらに高台に避難しようと思い、母・妻とともに寺に逃れた。若い消防団員が高齢の母を背負ってくれた。下に見えた街区は白い煙が上がり、第八分団の消防車は波をかぶった。寺の境内には複数の消防団員がいた。出動命令がないという。電源がないのだから発令も届かないのは当然ではないのか。彼らはやっと役場に向かった。寒い中、みんなで指定避難所の公民館に向かった。ふだんなら数分で移動できるが、母がいたので 30 分もかかった。公民館には 1,500 人ぐらいが殺到していた。避難者を確認している見知った役場職員に、母と妻の名だけを告げた。後日、私は安否不明者だったことを知った。津波が引いたあと、私と妻は壊れた家の後片づけをし、どうにか雨風をしのげる状態にしようとした。重労働で妻は体を壊してしまった。 私は防災会長として住民の安否確認にあたった。ところが他の家に立ち入ることはできないと制止された。役場の悪口を言う意図はないが、自主防災会をつくれと言っておいて、なんでだと思った。窃盗団が入ったという嘘が	

	流れた。1か月間、風呂に入れず、みんなで遺体を捜索・搬送した。安置所は親族であふれた。みんなが疲れていた。 **2.命を守るとは** 逃げようとしないお姑を説得しようとして犠牲になったお嫁さんがいる。私はお年寄りに「嫌でも若い人の言うことを聞きなさい」と言うようにしている。身障者と若い人が同居している世帯に避難支援しなかった判断は間違っていた。昼は若い人が不在だ。高齢者にも障害者にも難病者にも、「自分で生きる行動をしてくれ」が、私の語りかけだ。財産より命が大事だ。 新潟出身で一人暮らしだった友人が死んだ。火葬してもらおうとしたが、親族でない者の要請は拒否された。私は親族を捜し当てなければならなくなった。位牌を自分の命より大事にし、逃げ遅れた人もいた。 学校の用務員さんの機転で、生徒が指定集合場より高台に避難し救われたケースがあった。内陸部出身の先生より、地元の人は津波に通じている。亡くなった生徒は、内陸部出身の親の迎えで帰してしまった子だった。 クルマ避難は原則禁止だが、地区の道は広く、救われたケースもある。牟岐町は曲がりくねった道路が多いようだ。クルマが通行許可区間と不使用区間を指定しておいたほうがいいと思う。 震災は必ずあるだろうが、助かる道も必ずあると思う。
開催地より	・被災時の問題点・課題などを改めて当町の防災対策を見直す参考とするともに、住民への防災意識の啓発活動推進や自主防災組織等と連携・協議しながら、よりよい防災対策の実施に生かしたい。 ・住民一人ひとりが「自らの命は自らで守る」という意識を持ち、行政頼りではなく、各地域や自主防災組織、個人で日頃より防災に対する意識を持っていただき、住民自らの防災対策と行政・その他関係機関の防災対策があり、かつ、連携して有効な対策が実施できる町づくりを目指したい。また、避難のスタートラインに立つために災害予防の対策も推進していきたい。

開催地名：香川県土庄町	
開催日時	平成 27 年 8 月 30 日（日）　10：00～11：30
開催場所	土庄町立中央公民館
語り部	横山　幸雄（岩手県釜石市）
参加者	自治会、消防団、町関係機関、一般町民　約 400 名
開催経緯	地域住民一人ひとりの意識を高め、地域における共助の担い手である自治会、その他団体等の防災力を向上させ、自助・共助の力を確立していくことが必要である。
内容	**1. 津波の来襲** 釜石市老人クラブ連合会事務局長である私は、世話をする立場から世話をされる立場になった。一命は取り留めたものの、津波に飲まれ、手の甲に複数のクギが刺さるなど破傷風が懸念される負傷者になったからだ。 津波来襲時、ビルから退避し、避難所に向かった。「助けてください」と連呼する人もいた。私は遭遇した人たちに避難の声掛けをした。 堤防が決壊し、“海が見えない”カーテンのような波が迫った。足がすくんだ。私自身、パニック状態に陥っていたと思う。 流されるより、水の中に潜って何かに捕まろうと判断した。手足頭がもがれると感じたが、命が助かるなら腕がもぎ取られてもいいと思った。電柱にぶつかり、刻々、家屋や車が流されていく様子を目にした。津波は複数回に及んだ。 救助されたが、身体は痛く、避難所で多くの人に世話になった。救助ヘリで緊急に設置された治療所に運ばれた。治療にあたってくれた人は、私の身体状況の経緯を「生年月日と名前を見れば、ちゃんと勘でわかるのだ」と言った。「地獄のなかの仏」と思ったほどの人が数多くいた。人の輪というのは大事だと思った。 救助ヘリで運ばれた人は、夜中に 200 人ぐらいに達した。夜は寒かったが、備蓄していた毛布は役割を果たしてくれたと思う。 **2. 大震災以降** 勤務先の事務所ビル内には、何も残っていなかった。緊急に NTT が設置した電話の受話器を握ったが、なかなか声が出なかった。 震災を経験した神戸など遠方の人から多くの援助をいただいた。 **3. 体験を伝える** 依頼もあって講演や執筆など体験談を全国に伝える活動をするようになった。被災映像を集め、DVD も制作した。先々では寄付金を募り、社会福祉協議会、赤い羽根、さらには土石流に襲われた広島にも寄付した。 内陸地の中学生や老人クラブなど全国の人々に関心を持っていただいた。

	私は涙を流した。全国各地から心の温まるご支援をいただいた。感謝を申し上げたい。 **4.「心は流されない」という思い** 　釜石市の防災教育のなかには、「津波てんでんこ」「想定にとらわれるな」「最善を尽くせ」「率先避難者たれ」「高い所に逃げろ」などのキーワードがある。「釜石の奇跡」は、その実践がもたらしたと思う。 　私は、家も家財も友人も失ったが、誰も恨むすべがない。いかなる苦難にあっても、乗り越えられない試練はない。全国から寄せられる応援の声を胸に、「心は流されない」をモットーに、今、観光ボランティアガイドなどの活動をしている。
開催地より	・防災に関するヒントがたくさんあった。情報・教訓を分析し、より備えをレベルアップする必要があると実感した。 ・今後、ハード面の整備だけでなく、ソフト面での対策を更に加速させる。 ・訓練等を実施し、行政・住民・企業の連携をより充実させる。 ・備蓄物資等の拡充をしていく。

開催地名：愛媛県西予市	
開催日時	平成 27 年 11 月 8 日（日）　10：00～11：30
開催場所	西予市三瓶体育館
語り部	仲條　富夫（千葉県旭市）
参加者	地域住民、消防団員、関係機関　約80 名
開催経緯	当市は、海抜 0～1,400m まで広大で多様な地形であり、さまざまな災害が想定されている。住民個々の防災意識は非常に向上している。反面、日常の地域づきあいが希薄になっていることから、災害を乗り越え被災生活を乗り切るための、自主防災活動等共助の意識醸成が喫緊の課題となっている。
内容	**1.「早めの避難にまさる防災なし」** 津波の被害から身を守るには「早めの避難」が有効だが、「早目」の目安として、「10 メートルの津波なら最低 10 分」という数字を記憶しておきたい。とはいえ、10 分間という行動時間は、実際問題として短い。まして日本は高齢社会である。10 分間で避難できる人は限られよう。 東日本大震災では、地震発生が 2 時 46 分、津波の第一波が千葉県に襲ったのは 3 時 40 分、最大波到来は 5 時 20 分である。旭市飯岡地区は高齢者が多く、78 人ほどが被災の影響を受けた。なお、市内全域での死者・不明者は計 16 名である。 千葉県内には 230 戸の仮設住宅がつくられたが、うち飯倉地区は 150 棟で、250 名ほどが入居した。その後、33 戸の災害復興住宅が整備され、31 世帯 56 人が入居した。入居者の多くは高齢者だ。 飯岡港では新堤防が整備されたが、防災は単に堤防を高くすればいいというものではない。「海が見えなくなる」「いや安心だ」と賛否両論があった。 海岸部 8 つの地区では 336 棟が全壊し、立て直されたのは約 30 棟にとどまっている。「旭市海岸減災林」も整備中で、風景も変わる。 ハードには、あまり期待・過信しないようにしたい。 **2. 決めごとを確認する** 災害時の行動では、決めごとを確認しておくことが大事だ。消防員の海岸での見回り出動、情報入手の手立て、情報共有の仕方など、切りがないほどある。決めごとが不鮮明だと混乱をきたす。飯岡地区では、結果的にボランティアの受け入れを中止した。ルールを定めるために、地区の自主防災組織や地区長など、地元をよく知っている人の果たす役割は大きい。 **3. 自助・共助・公助** 大災害では、まずは自助である。命があってこそ、近所が助けることができる。それでないとつらい。行政に助けを求め、待っているうちに悲劇に襲われるという事態は、大災害時、どこでも散見される。

	救助に行く消防や警察も自衛隊も一斉に出動すれば大混乱だ。助けたいけど助けに行けないという事態もある。 私は津波に流されたが、自力で一命を取り留めた。 避難所に入ったが、避難所に指定されていない区民館では、地区民かどうか確認できない人に食料を配給しなかった。お年寄りや身体に障害のある人もいた。避難所では、水も食べ物も配給されたが、備蓄が少なくなると、1人で複数個の弁当を取ってしまう人もいた。結果、みんなに行き渡らない状況になる。また、個人空間がないため、ストレスは溜まった。 5月18日にプレハブの仮設住宅に入った。居住空間は狭かったが、バス・トイレ、冷蔵庫、電気釜、レンジ、オーブントースター、掃除機が備えられていた。冷凍・レトルト食品やコメもあった。 仮設住宅の住民には、「いい人」「悪い人」さまざまいた。「悪い人」というのは、オレオレ詐欺ではないが、そんなような人たちだ。正確な情報というのは大事だと思った。人間の業というものを考えた生活でもあった。 **4. 高齢社会と向き合う** 介護行政の流れは自宅介護に向かっている。阪神淡路大震災では圧死による死者が多かった。自宅の耐震性を高めたり、家具の固定化など、さまざまな対策が提唱されているが、老老介護の世帯が増える今日、どこまで現実可能性があるだろうか。時間の経過とともに高齢者は増えていく。昔には戻れないが、ヨコのつながりのある社会は楽しいと私は思う。 行政にせよ自主防災組織にせよ、これからも進む高齢社会という現実を踏まえた視点が必要だろう。言葉をかけ合うことが大事だ。 しかし、自然災害は待ってくれない。だが減災対策が功を奏し、「(被害が少なくて）想定外だった」という状態をつくりたいものだ。
開催地より	・津波災害に対する早期避難の重要性、避難所生活での共助の大切さ等、意識づけができたと感じた。 ・今後、津波被害の軽減のために、早めの避難行動、全ての地区・住民による避難訓練の継続的な実施等、ソフト面の強化を行いたい。

開催地名：高知県安芸市	
開催日時	平成 27 年 9 月 16 日（水）　19：00～20：30
開催場所	安芸市市民会館大ホール
語り部	島田　福男（宮垣県仙台市）
参加者	一般市民　約 60 名
開催経緯	平成 16 年度から地域の自主防災組織の設立を支援し、22 年度に組織率 100%を達成した。今後は、実体験を聴くことにより、より知識を深め、事前の備え、事後に対する共助の取り組みなどを地域住民に啓発したい。
内容	**1. 東日本大震災被害の特徴と仙台市の特性** 震災の特徴の 1 つは、犠牲者の 80%が津波被害による死亡、うち 90%は車内だったことだ。 仙台の南は仙台平野が広がる平坦地で、津波は内陸部まで押し寄せ、高規格道路にぶつかって止まった。仙台の北、湾岸部はリアス式海岸で、高台に逃げた人は助かった。 市では徒歩による避難訓練を実施してきたが、車で避難した人は 4 割にのぼった。大渋滞により混乱は増した。車による避難は余震時でも発生した。車利用を見込んだ新たな避難ルールを模索している。 市内中心部の指定避難所は帰宅困難者であふれた。企業にとどまってもらうなど、今、企業を交え協議している。 **2. 川平地区の町内会、避難所について** 青葉区川平地区の避難所は住宅団地にある。避難者の 8 割は地元住民で、顔見知りが多く、運営は比較的スムーズだった。現在、連合町内会は 5 つの町内会で組織されている。震災前は 6 つの町内会があったが、震災後、1 つは解散を余儀なくされた。 **3. 自主防災組織について** 自主防災組織が誕生したのは、昭和 53 年の宮城県沖地震により、仙台市が「防災都市宣言」をしたのが契機だ。平成 22 年 4 月時点で、結成率は 95.3%。 昭和 56 年当時、町内会の防災部長を務めていた私は、責任者として自主防災組織を結成した。市から、ハンドマイク・名前入りヘルメット・消火用バケツ・救急箱セット・担架などを給付してもらった。 町内会の役員は 1～2 年で交代する。交代を機に私は自主防災組織の運営から離れた。平成 12 年に町内会長になったとき、自主防災組織は事実上、機能していなかった。見直しを検討し、連合町内会にも自主防災組織を結成した。平成 19 年 2 月、連合町内会自主防災行動計画を策定。各町内会の自主防災組織に見直しを迫った。川平団地町内会では、毎月 1 日を「防災の日」と定め、「川平団地・防災の日」と記したのぼり旗 150 本をつくった。ビブ

	ス（ユニフォームベスト）も 150 人の役員に配った。22 人の役員には購入した防災無線を貸与している。このほか町内会単独で 300 万円を支出し、防災の資材・機材（発電機・リヤカー・毛布等）を２セット分購入した。 　市から「地域における災害対応計画策定事業」のモデル認定も受け、新たに結成された「川平地区災害防災対策連絡協議会」（50 団体）の創設団体の 1 つにもなっている。協議会の定例会は、「応急対策部」「避難所要援護者対策部」「地域対策部」の３専門部に分かれて協議、最後は全体会で閉められる。県外の町内会を招いた講演会の開催、学区の総合防災訓練、防災教室、防災研修会、避難所運営訓練、災害図上訓練、ワークショップなど多彩な活動を展開するようになった。 **4. 発災当時を振り返って** 　コミュニティ・センターに地区防災対策本部を設置した。小学校の校庭が人であふれ返っているという一報が入る。学校と協議し、区長の指示を待たず、自主的に避難所を開設し、対策本部も学校に移した。発災直後の数時間には大事な対応ポイントがある。1 つは町内会が照明を持ち込んだことだ。明るさを確保できたことで、みんなの不安の解消にもなった。2 つ目は避難者カードの発行。人数を区切って配給するなど運営がスムーズになった。 　振り返れば、自分たちの地域は自分たちで守るという意識が強くなったと思う。事前の備えが大事だ。発災時、停電で防災無線が使えなかった。震災後、全指定避難所にカセットボンベ式の発電機を 2 機ずつ設置、ソーラーパネルも設置中だ。ライフラインがストップした際の備えは極めて重要だ。 **5. これからの地域防災** 　仙台市は地域防災計画を見直し、地域が中心になって動く方向性を示した。自助・共助のもと、地域住民の手による地域ごとの避難所の運営マニュアルの策定、指定避難所ごとの避難所運営マニュアルの策定などだ。
開催地より	・避難所運営について、貴重な体験談は、現在策定中の避難所運営マニュアルを作成するうえで大変参考になった。 ・順次策定していく避難所運営マニュアルや避難訓練、自主防災組織の活動等へ生かしていきたい。

開催地名：福岡県吉富町	
開催日時	平成 27 年 9 月 1 日（火）　19：00～20：30
開催場所	吉富フォーユー会館大ホール
語り部	高橋　文雄（宮城県仙台市）
参加者	地域住民、自主防災組織、関係機関、吉富町役場職員　約170名
開催経緯	平成 25 年度から全町を対象とした防災避難訓練を実施している。今後は巨大地震に対する対策も必要となってくる。防災・減災のため、災害に対する意識をより向上させたい。実体験を交えた臨場感のある講演により、災害に対する意識を高め、地域防災力の向上につなげたい。
内容	**1. 東日本大震災の概要** ３.11 の被害は甚大だった。地盤沈下に起因する、下水、用水路の被害で、インフラや農業などの産業に大きな影響があった。 人的被害は死者 1 万 6,000 人、行方不明者 2,600 人で、死者数が上回った。 東日本大震災の災害は今でも続いている。内容は、大地震、大津波、原発、風評という 4 つの災害に大別できる。 仙台市の人口は、震災当時、104 万 9,000 人、平成 27 年 7 月現在は 107 万 5,000 人だ。当初、人口減が予測されたが、被災地からの転入が相次いだ。転入者の多くは、元の場所に戻りにくい環境条件下に置かれているようだ。 **2. 仙台市の地震災害** 仙台市の主な震災被害は、1 つは東部沿岸の津波被害、2 つが造成団地建物被害、3 つが市街全域の建物被害に大別できる。 震災に起因する火災件数は 39 件で、内訳は揺れによるものが 17 件、津波によるものが 22 件。海水は塩分の影響で電気回路をショートさせるため、間違いなく火災が起きる。消火出動は、建物火災 26 件、車両火災 3 件、船舶火災が 1 件。救助件数は 599 件、救護・救援件数は 106 件。 仙台市の人的被害は死者 917 名。うち災害関連死が 261 名、直接関連死は 656 名。直接関連死者のなかで、5 名を除き全て津波による死だった。行方不明者は 28 名。 住宅被害は約 25 万戸だが、私有施設関係、公共施設などでも大きな被害が出た。建物被害の特徴を整理すると、大天井の崩落、ガラス壁材の破損、搭屋や煙突などの崩壊、構造物の落下に大別される。宅地被害は 5,000 件以上に及ぶ。液状化現象などもあり、なかには法務局にある土地の公図と現実の土地の境界が一致しないというような現象も起きている。 **3. 津波災害の実態** 仙台市の津波浸水は、海岸線から内陸約 5 キロまで及んだ。水田が多く、浸水域は 52 平方キロ。小学校へ避難した人たちを救助できない現実や、夜

	間の空中消火という出来事もあった。 　震災当日、私は映像などから推測して、県内で死者１万人に上るかもしれないと消防庁長官に伝えた。その後、若林区荒浜地区に入ると、これは現実ではないという感覚になった。人の気配がない無音の世界だった。隊員には破傷風対策としてワクチン接種などもしたが、非常に疲労度が高まる活動だった。３月～８月末までの生存救助者は 899 名。亡くなられた方の火葬も難儀した。活動する隊員たちは家族の安否を最も気遣っていたように思う。 **4. 自助・共助・公助** 　自助・共助・公助が連携しないと、大規模災害には対応できないと思う。 　まずは自分のことは自分で守るという意識と行動が必要だ。自助には大切な３点がある。１つは家庭での備蓄、２つが家具の転倒防止、３つは建物の耐震対策だ。自助としての考え方のなかで、とかく避難所避難を優先させる考えに、私は疑問を持っている。避難所にはプライバシーがないうえ、衛生、感染などのリスクを抱えた方々にとっては、非常に厳しい環境だ。一定の条件をクリアすれば、自宅で過ごしたほうが、健康的・安全な避難生活が送れるのではないか。 　共助という観点から、自主防災組織のなかには、自立した防災活動に取り組み、防災協定を定めた地区や、中高生たちを巻き込んだりして、「崩壊建物を出さない」「死傷者を出さない」「火災を出さない」という活動に取り組んでいるところもある。 　公助においては、震災を通して複数の課題が見えてきた。被災者数の把握ができず避難所が大混乱したこと、帰宅困難者の事前対応が不十分、建物の耐震化などだ。有効だったのは、自販機の転倒防止策、防災協定に盛られていた道路啓開だった。公助には行政機能の継続が欠かせない。職員を非常参集させる際、１箇所に集めたら絶対だめだ。
開催地より	・災害の伝承の必要性を実感した。 ・「自助」・「共助」の考え方の普及啓発活動に力を入れていきたい。

開催地名：福岡県古賀市	
開催日時	平成 27 年 9 月 8 日（火）　14：30～16：00
開催場所	古賀市役所　大会議室
語り部	横山　幸雄（岩手県釜石市）
参加者	古賀市自主防災組織連絡協議会会員、市職員　計 55 名
開催経緯	当市では風水害及び地震・津波等の被害が想定されており、各種ハザードマップを整備するとともに、市内 46 の自治会を単位に自主防災組織が設立されている。しかし、活動内容には温度差があり、具体的な活動を見いだせていない組織もある。加えて、昭和 28 年の水害以来、人命にかかるような大規模災害を経験しておらず、住民の災害に対する意識が低い事も課題だ。
内容	**1. 発災当日** 釜石市老人クラブ連合会事務局は、海に隣接するビルに入居していた。海岸には防潮堤があるし、港には世界一の湾口防波堤もあった。 最初の地震が起き、私はビルを出て車で自宅に向かった。家内は地元のハマっ子だから、とっくに逃げたと思っていた。釜石は、知られているように「津波てんでんこ」が継承されている港町だからだ。ところが、妻は避難していなかった。また、酸素吸入を余儀なくされているお年寄りが住む隣家を見に行くと、娘さんが私を拝み「助けてください」と言う。何もせずにいたのだ。怒っても仕方がないから私が 119 番したが、消防車は全車出動していて対応できないという。娘さんが知り合いの電話番号を知らせ、私がケータイの番号を押したが、通信不良である。助けを求めて外に出た私だったが、自宅で波にのまれ、やがて気を失った。意識が戻ったとき、水中にあった私は手足をもがれてもいいと思った。手が漂流物に挟まって抜けず、水没していく私は死を覚悟した。手の甲にクギが刺さるなどの痛手を負ったが、電柱の上にしがみついた。びしょ濡れで、外気は冷たかった。 **2. 津波という試練** 妻とともに避難所に行った。私は民生委員だから、本来ならみんなの世話をしなければならないが、世話になる立場になった。 震災後の老人クラブ運営では、全国から多くの支援をもらった。私は去年 3 月、持病もあって役職から退いた。 仮設住宅での生活は苦しい。津波というのは試練だと思う。その試練に負けて亡くなる人もいるが、常日ごろ仲間を持って生活していれば、必ず助けがくるだろう。そう考えている今の自分は本当に幸せだと思っている。 **3. 三陸の大人たちはなぜ危険感度が鈍化したか** 大津波は予測されていたが、大人は真剣に考えていただろうか。 地震発生と津波来襲を科学的知見から指摘し、釜石の防災教育に尽力して

	きた群馬大学の片田敏孝先生は、お年寄りから“オオカミ少年”扱いされていた。また、明治・昭和の三陸沖津波の石碑が刻まれる以前、三陸には口述伝承しかなかったようだが、複数の伝承の主題は明白で、地震が起きたら津波が来るから逃げろ、である。 片田先生の指摘と三陸の伝承を、我が身に置き換えたのは小中生たちだった。自主的に逃げた生徒が、自分の命と逃げない老人の命を救った。一方、その「釜石の奇跡」があった鵜住居地区では、本来、避難所ではない「防災センター」に避難した人の多くが犠牲になった。同センターが防災訓練の会場として使われていたこともあり、センターを「避難所」だと思っていた住民もいた。行政責任を問う裁判になっている。 震災後、新たに地質を調査して過去の津波を調べた学者が、貞観 11（869）年の大津波を確認した。貞観地震では大津波が宮城県多賀城を襲ったという古文書があるが、釜石の記述はない。だが、多賀城に津波が来て、三陸に来ないというのは現実には考えられない。今回、釜石にも来襲したことが科学的に証明された。我々が知らなかっただけなのだ。 今日、シミュレーション技術を駆使すれば、津波の規模や地形に応じたきめ細かな被害想定図を描ける。地元に反対意見があっても、津波危険地帯を堂々と表示すべきだと私は思う。より有効な避難路の研究にもつながる。 私はかつて、雲仙普賢岳や阪神淡路大震災の断層も見たことがある。地球の変動というのはすごい。過去を学び、未来に備える研究がもっと進んでほしいと思っている。
開催地より	・注意報や警報が出てから、災害発生までの間、何をすべきか再確認することができた。 ・今、当市で準備している装備品の不足分が見えてきた。

開催地名：福岡県太宰府市	
開催日時	平成 27 年 9 月 5 日（土）　11：00～12：00
開催場所	太宰府東中学校
語り部	菅井　茂（宮城県仙台市）
参加者	学校関係者、生徒、保護者、地域住民、市職員　計 300 名
開催経緯	本市は、多くの土砂災害警戒区域等が点在しており、過去には大雨・土砂災害の被害も受けた。警固断層もあり、地震被害の可能性もある。しかしながら、自主防災組織は 23 組織（44 自治会中）と少ないため、今後は地域住民に自助・共助の重要性を認識してもらうとともに、防災意識の向上を図ることが課題だ。中学生への防災・減災意識の啓発にもつなげたい。
内容	**1. はじめに　中学生のみなさんへ** みなさんは今後、進学したり社会人になり、いろんな場所で暮らすことになる。東日本大震災を知ることは、いずれきっと役に立つと思う。 **2. 避難所になった南材小学校と八軒中学校** 私が住む地域は沿岸から離れた内陸部で、南材小学校と八軒中学校がある。学校は震災時、避難所として多くの人を受け入れた。 発災 11 日の夜 7 時、南材小学校は人でいっぱいだった。人数を確認すると 905 名、翌 12 日朝には 1,200 名に増えていた。「避難所運営委員会」をつくり、生活ルールを決めた。朝 6 時半起床、8 時半朝食、夕食 5 時、消灯 10 時、禁酒・禁煙。朝食には、アルファ米に沸騰水を加え、1,200 食を出した。ガスは止まっていたが、燃料屋さんがガスボンベを持ち込んでくれた。 既存トイレは排泄物が流れなくなったので新設した。排水はプールの水を使った。トイレに通じる出入り口付近にいた人は、外風が入ってくるので寒そうに耐えていた。さらに別場所にトイレを新設することにした。 飲食物は、地元の商店街、市場、豆腐メーカーらが提供してくれた。ただ、調味料がなかった。味噌を提供してもらい、温かい味噌汁をつくって食べた。お椀と箸を用意できる避難者には食器を持参してもらった。近くのマンション住民も食事に困っていたので提供した。 沿岸部の学校から救援ヘリやバスで搬送された被災者は、当初、八軒中学校に入った。八軒中の生徒はボランティアをしてくれて、温かい味噌汁を被災者にも提供できた。風邪をひいた避難者は、隔離室（放送室）に入ってもらった。八軒中の歌唱部は全国大会に出場予定だったが、移動手段がなく断念。そのかわり、親と被災者を前に合唱を披露した。 生徒たちの協力を見て、訓練してきてよかったと私は思った。小中の生徒たちは、川の氾濫などに備え、避難訓練をしていた。いざというときは、一時避難場所に逃げる、臨時避難所を開くためのテント張り、待機場所でブル

	ーシート敷き、アルファ米の調理、救護活動、消火活動など、日ごろの訓練成果が発揮されたと思う。 　訓練をしてきた目的は、まず「自分の命を守ろう」が一番だ。「自助」があってこそ、家族、近所の人たちを気遣うことができる。そして、避難所運営でも証明されたように、生徒ほかみんなを含めた地域の人でやっていくのが「共助」。最後に、行政の手を借りると考えてほしい。なぜなら、行政の人はすぐ来られない事情があるからだ。消防の人なら、例えば、津波被害地へ行って捜索をしている。区役所の人たちだって、手分けしなければない。だから、「公助」にはあまり期待しないで、まず自分たちでできることをやる「自助」「共助」が大切だと思う。もちろん、どうしても公の力を借りなければならない事態も多い。そのときは力を借りればいい。そのぐらいの覚悟でやると、困難を乗り切っていけると私は思う。 　もちろん、大変なことはいっぱいあった。避難所では立って寝た人もいた。１つのキャラメルを３つに割って３人で一晩を過ごした人もいた。みんなで融通し合いながら、助け合いながら過ごした。大事なことは、避難してきた人はお客さんではないということ。掃除や調理したり、トイレの水を運んだりと、ここは自分の居場所なのだという意識を持つことだ。中学生のみなさんができることがある。君たちがそれを受けとめて、ぜひ社会に役立つ人間になってほしい。 　最後に伝えたい。みなさんと同年代にあった被災者の一人は、発災時、みんなで頑張ろうと一生懸命だった。今、ひきこもりになっている。立ち上がろうにも、立ち上がれない精神状態にある。その子は、目の前で親が津波の犠牲になった。地域みんなの支えが必要だと思う。
開催地より	・保護者や地域住民等の参加もあり、充実した講演となった。太宰府東中学校の生徒も身近に感じることができたと思う。 ・今後の防災訓練の実施内容や、被災時に何が必要かを自身で考え、家庭や学校で共有し、万一に備えてもらえるよう防災意識の向上に生かしていく。

開催地名：福岡県築上町	
開催日時	平成 27 年 11 月 1 日（日）　14：00～16：00
開催場所	築上町文化会館
語り部	平澤　つぎ子（千葉県旭市）
参加者	自治会、消防団員、行政機関　計 250 名
開催経緯	当町では、比較的甚大な災害が起こりにくい地域という認識の住民が多く、災害意識の向上が課題である。県の津波浸水想定が示され、津波被害想定区域も広がっており、津波被害経験者の体験を聞き、防災意識を高めたい。
内容	**1. 旭市の被害** 旭市では、三陸沖と茨城県沖を震源地とする震度 5 強の地震が計 2 回、津波は 3 波あり、最大波高は 7.6 メートル。旭市沿岸は遠浅で、津波は来ないと言われてきたが、銚子と九十九里の波が寄せ集まり高く盛り上がって襲ってきた。漁港には船舶が 189 隻あったが、陸に乗り上げたり不明になったのが 85 隻、沖へ避難出港したのが 104 隻。津波は川を遡上し住宅を破壊した。崖崩れや液状化もあった。市内の死者・行方不明者は 14 名だった。 **2. 避難所の実態** 当初、市は 10 カ所の避難所を指定した。14 日には 3 カ所に絞られたが、指定所での避難者は約 3,000 人を数えた。 避難者は、びしょ濡れで寒い思いで避難所に入っていた。1 人分のスペースは狭く、手を伸ばせば他者に触れる。避難所はいつでも出入り自由で、プライバシーの保持はもちろん、休息しようにも困難だ。老若男女が混在し、精神患者、有病者もいる。話もできない。寝食は同一場所で生活のめり張りもなくなる。敷かれたブルーシートの上には、食べかすや紙くず、糸くずが溜まっていく。掃除をしても不衛生で流感が発生した。食べ物、水、寝具は十分ではなかった。お風呂も入れず、体も拭けない。他人のいびきで眠れない。子どもの泣き声・騒ぎ声が気になる。着替える場所がない。食べ物が偏る。個人によっては食べられない食事もある。プールの水を汲んできて、ひしゃくで流しながら水洗トイレを使う。トイレに行きたくないから水を飲まない。やがてエコノミー症候群になる。不安、絶望、恐怖、怒り、やりどころのない精神状態になる。混乱も生じる。 **3. 避難所でのボランティア** 私のボランティア活動はおにぎりづくりから始まった。おやつを 10 時と３時に渡した。支援物資の仕出し弁当、飲み物を渡した。昼食の炊き出し、保健衛生面での諸活動などをした。 心のケアに気を配った。やがて自然に会話が増えるようになった。冗談を言えるような関係もできた。花屋さんは廊下にいろんなお花を持ってきてく

	れた。私は、うちに咲いていた水仙を持っていって廊下に生けた。何人もそこへ立ちどまって見ていてくれた。 **4. その後の旭市** 　冊子「被災地あさひ」の製作、防災林の整備、避難タワーの建造、「復興かわら版」を毎月約 7,000 部無料配布、女性が中心になって聞き取りをした「語り継ぐいいおか津波」の発刊、防災教育など、さまざまな防災力強化と伝承活動が展開されている。 　私も媒体制作などに携わったが、「津波が来たらすぐ逃げろ」の重要性、要援護者に対する避難のあり方を考えさせられた。 **5. 自然災害への対応** 　自然災害は、地震、風水害、雪害、火山噴火など多様だ。ふだんから気象情報を把握して、多様な災害への備えを点検する重要性を再認識している。 　危険だと思っていても「大丈夫」という正常バイアスが諸対応を阻害する一要因になると思う。周りと同じ行動をすれば安全だと思い込む、多数派同調バイアスも恐ろしい。自然災害は、容赦なくやってくる。ふだんの備えが大事だ。 **6. 震災を通して思うこと** 　避難所での体験などを通じ、私は、人間同士だから助け合えるという確信を持った。人間の力で抑えることのできない災害には、ふだんの生活の中で支えて、備えておくしかない。「安心」は「安全」ではない。心の準備も物の準備も必要だ。女性だからできる事は多い。自分のまちは自分たちで守るという意識をもつことが大切である。
開催地より	・今後の災害に備えられる、地域連携を模索したい。 ・自主防災組織の活動を活発化し、地元力の向上を図るとともに、生存者の確保及び災害時対策の充実化を図りたい。

開催地名：長崎県長崎市	
開催日時	平成 28 年 3 月 19 日（土）　10：00～11：10
開催場所	長崎市消防局
語り部	菅原　康雄（宮城県仙台市）
参加者	長崎市民防災リーダー　計 100 名
開催経緯	当市では自主防災組織結成状況が全国平均を下回っていることが課題とされている。防災意識の高揚及び防災知識の普及啓発のため、語り部の災害時の体験談を交えながら、自主防災組織についての重要性をお話しいただきたい。
内容	**1. 福住町内会防災計画** 宮城野区福住町内会では、「行政に頼らない地域力」を重視している。町民訓練を 8 回実施した後に津波が来たため、3.11 のときは訓練の延長線上で対応することができた。これは訓練の賜物だと思っている。①減災、②訓練、③協力、④支援（支縁）を町内会防災計画の柱とし、情報収集、救援物資、消防協力、救急救護、給食・給水などの班に分かれて活動している。特に、支援というのは物資に加え、「縁」「絆」があってこそである。減災は、工夫をすれば必ずできる。資金力はなくとも人力を活用すれば、地域コミュニティでの活動はできる。できるだけ行政に頼らず、発災から 2 週間は自分たちの力で生き延びようと考えている。 地域住民が何をすべきかというと、まずは命を守ること。建物の強化、家具の転倒防止やガラス飛散防止、子ども目線での防災マップ作り、食糧や薬などの備蓄。安否確認のための名簿づくり、個人情報保護の観点から作らなくなってしまっているが、災害時には必要である。 福住町内会では防災訓練の DVD も独自に作成しているので、みなさんにも活用していただきたい。 **2. 災害時相互協力協定について** 全国町内会のネットワークづくりこそ重要である。福住地区では災害時相互協力協定の締結に力を入れており、全国でも先駆け的存在となっている。3.11 前には花壇大手町等 4 団体と、3.11 後には全国の自治会だけでなく、会社とも締結。災害時だけでなく、お祭りなど日頃の交流も大切にしており、むしろ平常時のつながりこそ重要ではないかと考えている。 **3. 東日本大震災発災直後の被災状況** 仙台市内でも、近隣の若林区・宮城野区中野地区などで多くの被害が出た。建物の屋上に避難したが、警報通り 1 時間以内に津波が来なかったため降りてしまい、失われた命もあった。 福住地区の住民はどういう行動をとったか。訓練できなかったことは実際

	の場で出来るはずがない。常の訓練が実を結んだ。出来るだけ行政に頼らずに 2 週間程度、電気が復旧するまで自助を心掛けた。名簿による安否確認も 1 時間で終了し、人的被害もなかったのは幸運だった。 　指定避難所は本当に必要な人のための場所であり、発災時の集合場所は町内の集会所にしている。発電装置もストーブもある暖かい避難所で、約 100 名の方が過ごした。公園に簡易トイレを設置し、瓦礫置き場も予め決めておいた公園にした。 **4. 発災後の支援活動と教訓** 　現在の活動は、災害時相互協力協定締結先との交流、届いた支援物資を他の被災地に搬送するなどの「他助」、動物によるメンタルヘルスケアなどである。子どもたちに対して、命の大切さを教えることを大切にしている。復興支援を目的としたアイドルグループ「ORI☆姫隊」の結成など。 　教訓はいろいろあるが、特に「防災は歴史に学べ」ということ。自然は絶対に変えられないのだから、歴史は繰り返す。 　福住町として理想の避難所は、①指定避難所を地域のリーダーが運営すること、②在宅避難者と指定避難者への支援を同等にすること、③ライフラインの設置、④食料品・暖房などの備蓄、⑤避難所となりうる全ての公共施設にも簡易備蓄、⑥動物の同行避難を事前に取り決める、ということ。 　防災マニュアルは作った段階で終わりにしては意味がない。そこから訓練に活用してこそ、役に立つ。地域ごとに活かすためには、マニュアルを念頭において、災害時を想定したゲームでの訓練を行うこと。 　最後に、重要なのは強い危機管理意識を持って、自分が助かる術を真摯に検証し、たったひとつの大切な命を守りぬく強固な意志を貫くことである。
開催地より	・過去の教訓を活かし、平常時から備えることの大切さを実感した。 ・全国に先駆けて、町内あげた防災と取り組み（名簿作り、他市町との災害協定等）をされており、自らが率先して、身近な行事をうまく活用しながら継続した取り組みを行うことの大切さを認識した。

開催地名：熊本県長洲町	
開催日時	平成 27 年 9 月 5 日（土）　14：00～15：30
開催場所	ながす未来館
語り部	菅野　和夫（岩手県宮古市）
参加者	自主防災組織、消防団、町職員　計 180 名
開催経緯	沿岸部に位置する本町では、標高マップの作成、海抜表示板の設置など高潮・津波などの防災対策に取り組んでいる。過去、雲仙岳の火山性地震による津波襲来で犠牲者を出した経験もあるが、年月の経過により現実味が薄れ、防災意識の向上が課題になっている。
内容	**1. 津波から命を守るすべ** 三陸では地震があれば津波が来襲する、九州の火山地帯なら地震があれば噴火する、が先人の教えである。私の曽祖父は江戸時代の話を親から聞き、私の両親は祖父から明治三陸津波を、私は母から昭和三陸津波を聞いていた。みなさんの地域には「島原大変肥後迷惑」（1792 年）の伝えがある。先日、有明・島原・天草湾一帯を見てまわり、南海トラフが動いた場合の被害データを調べた。熊本では想定死者数は少ないようだが、子供たちといっしょに過去を知り、対策を考えていきたい。 宮古市はじめ三陸沿岸の市町村は防潮堤に囲まれたまちだ。防潮堤を越えた潮は沖に戻りにくい。山ぎわに打ち寄せられた瓦礫は山積みになった。火災が発生した地区もあった。まちのあちこちで惨状が起こった。 釜石市鵜住居地区では「釜石の奇跡」と報じられた小中学校生徒の率先避難行動によって、多くの命が救われた。一方、石巻市の大川小学校では大人の判断が悲劇を生んでしまった。釜石で防災教育をしていた群馬大の片田敏孝先生は、「想定を信じるな」と教えていた。また、その想定が過去を検証した結果の浸水域設定なのかどうか、よくよく過去を知ることの重要性も説いていた。大川小学校ではハザードマップを信用し、本来は危険地帯の「避難場所」で被災した。鵜住居と大川の違いを検証して次代に伝えたい。 三陸には「津波てんでんこ」の教えがある。大人も子供も各人が、てんでばらばらで逃げろという内容だ。命がなければどうにもならない。自主防災組織にせよ、自治会にせよ、命を守ることが第一の眼目である。 **2. 津波から住民を守るための大人の責務** 私たちの地区は陸の孤島になってしまい、3 日間を自力で生き延びた。食べ物を各世帯が持ち寄り、体に新聞紙を巻いて寒さに耐えた。防災訓練をしていてよかったと思うが、トイレには難儀した。 やがて救援物資が届いた。自治会にせよ隣接自治体にせよ、宅配業者などの民間業者、自衛隊やアメリカ軍も、つきあいというものは大事だと思った。

	内陸部に位置する遠野市は三陸沿岸の後方支援基地として尽力してくれた。 　自治会に自主防災会が設けられたのは発災の 4 年前 2007 年だった。市の要請に応じたものだが、当初は簡素なもので、訓練こそ実施してきたが、防災装備品の不足などを実感する事態になってしまった。インフラが壊滅しているから、便利な生活環境ではない。飲食料品はもちろんだが、自家発電機や無線機など、非日常下で使える機器を再検討すべきだと思う。 　防災組織のトップは地域事情に通じた町内会が最もふさわしい。個人情報をめぐる難しさはあるが、あの家のおばあちゃんは寝たきりだとか、腰が悪くなったようだなど、日々、災害弱者化する隣人の把握は行政組織より明るい。なにより、いざというときの結束力がある。もっとも、役員が被災で死んでしまえば、機能しないので、複数人の役職者を配す必要がある。サバイバルには、生活力というものに通じたお母さんたちの目と力が大きな力になってくれたと実感した。男が気づかない生活物資を指摘したり、炊き出しの原動力になってくれたからだ。避難所運営においては、住民の安否確認などの情報把握が必須だ。顔見知りが多い地域だが、全員を掌握できているわけではない。避難者名簿を製作する必要がある。学校の先生は、生徒や父兄の顔を知っている。避難所では、要援護者との共同生活である。多々、反省点はあるが、みんなで支え合うしかない。 　東日本大震災を踏まえ、私の地元では対策を再検討している。先に長洲中学校の生徒を前に話をする機会があった。「島原大変肥後迷惑」を知っている子は少なかった。地域の防災リーダーは、まずは生きることを優先したうえで、事にあたってほしい。
開催地より	・地域コミュニティ、人とのつながり・きずななどの重要性を再認識できた。 ・災害を最小限にするには、地域防災力強化が必要である。今後、住民が安心して暮らせる安全なまちを目指し、自主防災組織の活性化、地域リーダーの育成等を更に推進したい。

開催地名：宮崎県門川町	
開催日時	平成 27 年 7 月 22 日（水）　13：30～15：30
開催場所	門川町役場　会議室
語り部	佐々木　守（岩手県釜石市）
参加者	門川町役場職員、日向市職員、町社会福祉協議会職員　計 50 名
開催経緯	南海トラフ巨大地震による大被害が想定されている。当町は大地震や津波を経験したことがなく、防災意識の向上が課題だ。地域防災計画の見直し、実務的なマニュアルづくりを検討しており、有効性を高めたい。
内容	**1. 東日本大震災に見舞われた釜石** 釜石市の防災行政無線は「３メートルの大津波警報です」とアナウンスした。市民は、１年前のチリ地震津波（予想３メートルが実際は 50 センチ）の記憶もあり「またか」という思いがあったと思う。修正されていく津波の高さは、停電の影響もあって、住民に伝わらなかった。市はマニュアルを改訂。予想波高を不使用にし、切迫感ある口調にするなど、避難を促すことに力点を置いた内容にした。 地震直後に災害対策本部を立ち上げたが、設備は停電で使えず、市役所は孤立した。４日目に本部を移動させ、職員は 24 時間対応をした。港湾施設、公共施設、ライフラインなど全てがやられた。水のない環境下でのトイレには特に大変な思いをした。最多の人的被害が起こったのは鵜住居地区だ。ハザードマップが示す危険域外で亡くなった高齢者が多い。「想定対応」の怖さを痛感した。一方、鵜住居地区では「釜石の奇跡」も起きた。 まだ 152 人が不明だ。地盤沈下で、大潮になると今も浸水する現実がある。 **2. 釜石の反省・明日に向けて** 市は「釜石市東日本大震災検証委員会」をつくり、検証を続けている。これまでに指摘されているポイントは、「防災への危機意識に基づいた事前準備の不足」に集約されると思う。みなさんは「備え」を大切にしてほしい。 釜石は、先進的に防災に取り組んできたつもりだったが、事前に対する本気度不足を痛感せざるを得ない。群馬大の片田敏孝先生は、「もうお年寄りの意識を変えるのは難しい。子供から変えよう」という思いを抱いて防災教育に取り組んでいた。学校の管理下を離れ、親が連れ帰った子供が亡くなってしまうケースがあった。津波に関する避難意識を地域で醸成する手法として、子供の防災教育を入口にするのは有効だと思う。もっと人を巻き込みたかったというのが偽らざる思いである。 自主防災組織は自ら育てなければならない。生き抜く手段を自身で考えてほしい。避難所対策、孤立集落対策、災害時要援護者対策など個々における課題は多いが、関係機関との“顔の見える関係”を築くことが必要だ。自治

	体間の災害応援協定も同様だ。 **3. 職員の対応について** 職員の対応はフェーズによって違ってくるが、今回の被災は昼間の勤務時間帯だった。夜中だったら、集まれない人や犠牲者はより多かっただろう。それでも多くの職員が亡くなった。市民を守る職員が死んではだめだ。 当初、職員は不眠不休の過剰勤務だった。避難所運営にあたった職員は、住民の苦情に追われ、食事も休憩もできない。全国の自治体から職員が派遣され、解消に向かった。地域防災計画は実務上、役に立たなかった。慣れない仕事、ハードな仕事、過剰労働でメンタルが不調になる職員が多かった。 長期的な被災者支援で浮かび上がってきた問題は、復興事業の遅れだ。復興住宅 1,100 戸のうち完成したのは約 400 戸、集団高台移転の地に家を建てられるのは 2 年後という現状である。長引く仮設住宅暮らしで孤立し、自殺した人もいる。新たなコミュニティづくりが求められている。心のケアをはじめ、高齢化という社会変化への対応が求められる。 住民支援の場で「公平」「平等」は非現実的だと思う。住民の行政依存性が高い。「復興」というものは「自立」だと私は思う。生業の再生が大事だ。今、釜石は、心にぽっかり穴があいているような状態にあるようだ。被災のフラッシュバックで苦しむ子供が出てこないか心配だ。 大災害下で「住民の財産を守る」ことはむりだ。「生命を守る」を優先すべきだと思う。職員には「死者を出さないために」の視点を大事にして、刻々の変化に対応してほしい。 私には、ある種の敗北感がある。何を考え、どう行動したか、検証材料を残したい。多くの人は被災の悲惨さを認識したとしても、他人事感がぬぐえていない。「正常化の偏見」を懸念している。
開催地より	・「備えが大切だ」という指摘の重要性を再認識した。地域防災計画や初動マニュアル等の内容を高め、いつ起こるか分からない有事の際に役に立つよう、全庁的な取り組みを進めていきたい。