

令和4年度
災害伝承10年プロジェクト
報告書

令和5年3月
総務省 消防庁

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、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（以下「語り部」という。）を消防庁が指定する市町村（特別区を含む。以下同じ。）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	新篠津村	(島田 福男)	2
2	北海道	苫小牧市	(大河内 喜男)	4
3	北海道	苫小牧市	(山縣 嘉恵)	6
4	青森県	弘前市	(山縣 嘉恵)	8
5	青森県	藤崎町	(野田 幸代)	10
6	岩手県	矢巾町	(山田 修生)	12
7	茨城県	牛久市	(大内 幸子)	14
8	埼玉県	鴻巣市	(菅井 茂)	16
9	埼玉県	三郷市	(菅野 祥一郎)	18
10	埼玉県	三郷市	(武蔵野 美和)	20
11	埼玉県	三郷市	(糸日谷 美奈子)	22
12	埼玉県	鶴ヶ島市	(大内 幸子)	24
13	千葉県	松戸市	(大内 幸子)	26
14	千葉県	館山市	(大谷 慶一)	28
15	千葉県	浦安市	(島田 福男)	30
16	東京都	多摩市	(草 貴子)	32
17	東京都	稲城市	(島田 福男)	34
18	東京都	品川区	(太田 千尋)	36
19	東京都	青梅市	(菅野 澄枝)	38
20	東京都	国分寺市	(山田 修生)	40
21	東京都	世田谷区	(平澤 つぎ子)	42
22	東京都	港区	(菊池 由貴子)	44
23	東京都	昭島市	(大内 幸子)	46
24	東京都	町田市	(糸日谷 美奈子)	48
25	東京都	八王子市	(大内 幸子)	50
26	東京都	中野区	(菊池 由貴子)	52
27	東京都	東村山市	(菊池 満夫)	54
28	神奈川県	平塚市	(草 貴子)	56
29	神奈川県	大井町	(草 貴子)	58

30	神奈川県	南足柄市	(菊池 健一)	60
31	神奈川県	逗子市	(糸日谷 美奈子)	62
32	富山県	高岡市	(草 貴子)	64
33	富山県	射水市	(高橋 進一)	66
34	富山県	砺波市	(菅井 茂)	68
35	石川県	小松市	(草 貴子)	70
36	福井県	越前市	(山縣 嘉恵)	72
37	福井県	福井市	(菅野 澄枝)	74
38	山梨県	甲府市	(山田 修生)	76
39	長野県	安曇野市	(島田 福男)	78
40	岐阜県	海津市	(茨島 隆)	80
41	岐阜県	輪之内町	(佐々木 守)	82
42	岐阜県	輪之内町	(菅井 茂)	84
43	静岡県	静岡市	(菊池 健一)	86
44	静岡県	湖西市	(草 貴子)	88
45	静岡県	沼津市	(宮本 英一)	90
46	静岡県	下田市	(山田 修生)	92
47	静岡県	袋井市	(太田 千尋)	94
48	静岡県	伊豆の国市	(菊池 健一)	96
49	愛知県	南知多町	(伊藤 正治)	98
50	愛知県	岡崎市	(菊池 健一)	100
51	愛知県	名古屋市	(菅原 康雄)	102
52	愛知県	豊橋市	(大河内 喜男)	104
53	愛知県	東浦町	(吉田 亮一)	106
54	愛知県	日進市	(鈴木 秀光)	108
55	愛知県	東郷町	(菊池 由貴子)	110
56	三重県	鳥羽市	(伊藤 正治)	112
57	滋賀県	彦根市	(菊池 のどか)	114
58	京都府	城陽市	(菊池 のどか)	116
59	京都府	城陽市	(菅野 祥一郎)	118
60	京都府	宇治田原町	(菅原 康雄)	120
61	京都府	大山崎町	(山田 修生)	122
62	大阪府	大阪市(住吉区)	(太田 千尋)	124
63	大阪府	大阪市(西淀川区)	(大内 幸子)	126
64	大阪府	泉佐野市	(吉田 亮一)	128
65	大阪府	和泉市	(武藏野 美和)	130
66	大阪府	大阪狭山市	(山縣 嘉恵)	132
67	大阪府	吹田市	(大内 幸子)	134
68	大阪府	忠岡町	(仲條 富夫)	136
69	兵庫県	姫路市	(山崎 義勝)	138

70	兵庫	加古川市	(伊藤 正治)	140
71	兵庫	明石市	(茨島 隆)	142
72	兵庫	小野市	(佐々木 守)	144
73	奈良	桜井市	(佐々木 守)	146
74	和歌山	串本町	(武藏野 美和)	148
75	和歌山	橋本市	(菅野 澄枝)	150
76	和歌山	御坊市	(菅原 康雄)	152
77	和歌山	紀の川市	(伊藤 正治)	154
78	和歌山	和歌山市	(瀬戸 元)	156
79	岡山	瀬戸内市	(菊池 健一)	158
80	岡山	倉敷市	(石川 弘子)	160
81	広島	大竹市	(草 貴子)	162
82	広島	竹原市	(吉田 亮一)	164
83	山口	下関市	(島田 福男)	166
84	徳島	北島町	(大内 幸子)	168
85	徳島	藍住町	(武藏野 美和)	170
86	徳島	吉野川市	(菊池 健一)	172
87	徳島	徳島市	(菅野 澄枝)	174
88	徳島	勝浦町	(京 英次郎)	176
89	愛媛	今治市【菊間中】	(菅原 康雄)	178
90	愛媛	今治市【日高小】	(菊池 由貴子)	180
91	愛媛	今治市【立花小】	(菅野 祥一郎)	182
92	愛媛	宇和島市	(菅野 祥一郎)	184
93	愛媛	四国中央市	(菅野 澄枝)	186
94	愛媛	八幡浜市	(菅井 茂)	188
95	愛媛	上島町	(大谷 慶一)	190
96	愛媛	伊予市	(鈴木 秀光)	192
97	高知	南国市	(大河内 喜男)	194
98	高知	四万十町	(大内 幸子)	196
99	高知	高知市	(吉田 亮一)	198
100	佐賀	唐津市	(甚野 敬司)	200
101	宮崎	木城町	(山縣 嘉恵)	202
102	宮崎	国富町	(吉田 亮一)	204
103	宮崎	串間市	(佐々木 守)	206
104	鹿児島	龍郷町	(伊藤 正治)	208
105	沖縄	宮古島市	(草 貴子)	210
106	沖縄	糸満市	(齊藤 賢治)	212
107	沖縄	宜野湾市	(菅原 康雄)	214
108	沖縄	読谷村	(武藏野 美和)	216

3. 講演会参加者アンケート結果

1	参加者の所属と年齢	218
2	講演内容について	219
3	今後学びたいと思う災害の知識について	223
4	その他 自由記述	224

※本報告書は、語り部が講演会や研修会で発言した内容に基づいて作成しています。国や都道府県、市町村から公表されている記録とは一部異なる場合があります。

報告書

開催地名：北海道新篠津村	
開催日時	令和4年11月4日（金） 10：30 ～ 12：00
開催場所	新篠津村自治センター
語り部	島田 福男 （宮城県仙台市）
参加者	自主防災組織、地域住民、関係機関 60名
開催経緯	<p>当村は近隣に海や山がない平坦な地域のため、ここ十年来大きな災害は発生していない。しかし、近年過去に例のない災害が日本中で発生しており、今後当村でも大地震や、河川氾濫に伴う洪水を想定して備えを進めていく必要があると認識している。災害未経験者がほとんどである村民に対して、まずは災害に対する意識づけを行うため、本講演会を実施することとする。</p>
内容	<p>（１）連合町内会の防災活動</p> <p>地震というのは、なかなか予知できない。いつ、どこで、どの程度の規模のものが起きるのか、誰にも分からない。したがって、災害に対する備え、準備が必要であり、みんなで話し合っそれぞれ地域のルールを決めておかなければ対応が難しいということである。平時にできないことは、災害時には絶対にできないからだ。</p> <p>そのような観点から、私たちの地区では平成14年に連合町内会に自主防災組織を作った。川平学区連合町内会は5つの町内会で組織されており、地域の人口は約1万人という、規模の大きい連合町内会である。そして450万円をかけて発電機やリヤカー、炊き出し用大鍋など防災用資材・機材を購入した。公園の倉庫など各所に置き、すぐ利用できるようにした。</p> <p>（２）仙台市の被害状況</p> <p>最も被害の大きかった東北の3県の中で、宮城県で亡くなった方は9,544人、行方不明者は1,213人と、被害が一番大きかった。犠牲になった方の90パーセントは津波による被害に遭った方である。そして、そのうちの90パーセントは車に乗っていて犠牲になった方である。仙台市は、仙台より南は仙台平野で沿岸部からずっと平坦地が続く。津波はとどまるところを知らず、内陸部5キロメートル地点まで押し寄せた。訓練のときは徒歩で避難するが、いざ地震が起きたら慌てて車で逃げてしまい、犠牲になってしまったのだ。</p> <p>（３）避難所の状況</p> <p>中心部の避難所は、体育館はおろか校庭まで人であふれ、身動きの取れない状態であった。原因は、帰宅困難者である。指定避難所だけでなく、公的な施設である県庁、市役所、区役所などに人が押し寄せて、中に入り切れなくなった人が道路にまであふれてしまった。そのため、地域住民と企業、自治体三者で話し合いをし、災害が起きた場合は、すぐに帰さないで会社にとどめておくなどの協力を、企業に求めた。今は企業において、防災教育も盛んに行われている。</p>

発災初期の段階で重要なポイントが2つあった。1つは照明用の器具を町内会から借りて、避難所の体育館内を明るくしたことである。これにより、ひどい余震に揺れる体育館の中でパニックを避けることができた。もう1つは避難者カードを発行したことである。避難所の運営はカードを基に行った。カードは避難者の問合せの際に活用したり、また、外出するときは所定の場所に置き、帰ると戻すことで所在の確認に役立てた。食事のときもカードを基に名前を呼ぶ。カードを発行したことで、整然と避難所運営を行うことができた。

3月16日には、仙台市内では1、2を争うぐらい早く、指定避難所を閉鎖することができた。震災前に1年間かけて話し合いや訓練を継続していたので、意識の共有ができており、協力体制を取ることができたのだと思う。

(4) 震災での気づき

ライフラインがストップするとどういうことになるか。電気が止まれば信号が止まる。照明がなくなって真っ暗になる。また、意外に盲点だったのが、家庭用の電話機で、コンセントに電源を差し込むタイプの電話機はほとんど使えなかった。一番役に立ったのは携帯電話で、通話はかかりづらかったが、ショートメールはとても便利だった。また、トイレ用の水の確保にも苦労した。飲料水は意外と何とかなるが、生活用水の確保は量も多く必要なため、大変である。具体的には近隣の小・中学校のプールの水を利用した。

震災後、市内の指定避難所に非常用電源の確保することと、避難所のトイレをすべて洋式に転換することを、仙台市に要請した。東日本大震災を経験して、この2つは必須ということを強く認識したからだ。現在はすべての避難所にソーラーパネルが設置されるとともに、洋式トイレの設置も完了した。



開催地より

実体験に基づく、避難所の設置及び運営方法と自主防災組織の取組についてわかりやすくご説明いただいた。今後の「自助」、「共助」を基本とする防災対策、災害対応に役立てて行きたい。そして、自主防災組織の活動として、住民に対しての防災意識の強化と、防災訓練の継続的实施に努めていきたい。

開催地名：北海道苫小牧市	
開催日時	令和4年11月6日（日） 13：00 ～ 14：30
開催場所	苫小牧市文化交流センター（アイビープラザ）
語り部	大河内 喜男 （福島県いわき市）
参加者	苫小牧市民 56名
開催経緯	<p>当市では東日本大震災を教訓に、北海道が太平洋沿岸について最大クラスの津波を想定した「津波浸水予測図」を作成し、それをもとに「苫小牧市津波ハザードマップ」を平成25年に策定するとともに、防災訓練と併せて地域の防災力の強化や防災意識の向上を図ってきた。今後地域防災計画やハザードマップなどの修正が必要となるが、過去に大規模で広域な津波災害の経験がないことから、東日本大震災を経験した語り部を介して、大震災の教訓を風化させることなく苫小牧市民全般に災害伝承することが急務となっている。</p>
内容	<p>（１）はじめに</p> <p>東北地方太平洋沖地震が発生した2011年3月11日の午後、私は内陸部にある病院の待合室にいた。いわき市では震度6弱の揺れを観測した。すぐに車で自宅に向かったが、あと2キロの所で道路が陥没していて立ち往生し、ようやく自宅付近にたどり着いた時には、すでに大津波が来た後だった。</p> <p>いわき市では過去数百年の間、大きな津波被害を受けた具体的な記録が残っていない。また、今生活している私たちにも津波被害の経験がないため、市民の間では津波に対する警戒意識がほとんどなく、津波の被害を受けるとは誰もが考えていなかった。そのため、東北地方太平洋沖地震の際も、すぐに避難所に向かう人は少数で、海を見に来ていた人が大勢津波の犠牲になってしまった。</p> <p>（２）災害に対する心構え</p> <p>身の回りで災害が起こった時、どれだけ安全な行動がとれるかが命を守れるかどうかのターニングポイントとなる。実際に災害に直面すると、多くの方はパニックとなり、どうしていいかわからなくなってしまう。家族がいれば、その安否も気になるのは当然であるが、一番大事なことは、何があっても一人一人が自分の命を守ることである。自分の命を守ること、生き抜くことが最優先される。日頃から災害に対する意識を持ち、備えをしておくことが重要である。</p> <p>ハザードマップや避難所については、書類等で確認するだけでは自分の命を守ることはできない。地震だけでなく、現在全国で発生している様々な災害から身を守るには、避難所はどこにあるのか、そこに行くルートはどうなっているのか、周辺に危険な箇所はないか等について、自分の目で確かめることが大切だ。この行為が安全なまちづくりにつながるので、是非家族と一緒に取り組んでいただきたいと思う。また、2、3日しのげる食料を準備しておくことや、その他各々の必需品を準備しておくことが必要だろう。</p>

(3) 避難所の状況

大きな災害が発生すると、避難所が開設される。東日本大震災時には市内の各所に避難所が開設され、私の避難所生活は2か月半に及んだ。避難所生活で一番の課題はトイレの問題である。避難所によっては数百人以上の人々が、数時間の利用ではなく、数か月以上も滞在するので、足りない上に使用頻度は極めて高く、清掃や廃棄等が追い付かずすぐに使用できなくなってしまう。もちろん手分けして頻繁に清掃や廃棄等の対応をするべきなのだが、なかなか難しい問題だ。少しでも改善するには、簡易トイレなどを準備して、なるべく使用を分散させるしかない。避難してきた人たちがいかに協力しあえるかがポイントになるが、町内会や自主防災会の役員だけでなく、避難してきた住民も巻き込んで運営していくのが理想だと考える。

また、避難生活が長期化するといろいろなストレスがたまる。原発のある県内の他の自治体から、約5万人の人々がいわき市に避難してきたことで、市内の幹線道路の渋滞、病院・スーパーの混雑、他県もしくは外国人の窃盗団による盗難被害等、想定していないことが次々と起こった。平常時では考えられないことだが、避難所内では支援物資の奪い合い等も実際に起こった。

(4) さいごに

津波で多くの人々が亡くなったことと併せて、原発の風評被害も深刻な問題だ。今なお福島県の海産物は元の漁獲量に達していないし、値段も安い。震災後しばらくは、全国各地に避難した福島県民が、いろいろな嫌がらせを受けて傷ついた。私の居住地の子供たちの数は、震災前の6割程度までしか回復していないし、住民も3割程度減少してしまった。原発のある自治体は、住民に対して放射能についての最低限の教育及び情報提供が必要だと思う。



開催地より

東日本大震災の被災体験談と災害教訓について、具体的なお話を織り交ぜてお話しいただいた。改めて災害に対するイメージを強く認識することができたと思う。今後当市としては、語り部の経験を参考にした防災出前講座の実施、個人備蓄の呼びかけ、津波災害時の早期避難の啓発に取り組んでいきたいと思う。

開催地名：北海道苫小牧市	
開催日時	令和4年12月20日（火） 14：00 ～ 15：30
開催場所	苫小牧市文化会館
語り部	山縣 嘉恵 （宮城県東松島市）
参加者	苫小牧市町内会連合会役員、市職員 84名
開催経緯	<p>本市は太平洋に面し、また活火山である樽前山を有していることから、各町内会では、津波や火山噴火を想定した防災訓練を積極的に実施し、地域の防災力の強化や防災意識の向上を図っている。令和2年4月に内閣府より「日本海溝・千島海溝沿いの巨大地震モデル」（概要報告）が公表され、北海道も令和3年7月に地震・津波に係わる被害想定及び減災目標を策定し発表された。地域（町内会）としても、災害時の対応について、改めて考えなくてはならないが、過去に大規模で広域な津波災害の経験がないことから、東日本大震災を経験された語り部を介し、大震災の教訓や日頃の備えについて講演をいただき、今後の防災活動や地域防災力の向上の参考としたい。</p>
内容	<p>（１）はじめに</p> <p>私が住む東松島市は、桃生郡矢本町と鳴瀬町の合併（平成の大合併）によって2005年に発足した。西側に松島町が隣接し、仙台市と石巻市の間に位置しており、海苔、牡蠣、米、野菜の生産が盛んである。</p> <p>2011年3月11日に発生した東日本大震災では、津波の襲来により、1,110人の犠牲者が発生した。そのうち震災関連死が66人、行方不明者が23人、消防団員の殉職者8人となっており、私が住む野蒜地区でも510人が犠牲となった。野蒜地区では、震災前に4,700人が暮らしていたが、現在は2,700人程度に減少している。震災後の暮らしは選択の連続で、仮設住宅もしくは「みなし仮設」、他地区への移住等の選択を経て、野蒜ヶ丘防災集団移転団地が設置されたが、集団移転に応じた住民は約1,300人となっている。</p> <p>（２）東日本大震災発生時の避難の状況</p> <p>地震発生時、私は自宅に、息子は小学校に、義母は自宅の離れに、夫は勤務先にいた。2003年にあった宮城県沖地震（宮城県北部沖地震）後、我が家では家具をL字型金具で固定したり、家具の上にモノを置かないことを徹底していたので、幸いにして家具の転倒等はなかったが、経験したことの無い大きな揺れが長く続いた。津波が来ることは予想していたが、1960年のチリ地震津波同様、到達まで時間的余裕があると誤った認識を持っていたために、義母を置いてまずは息子を迎えに小学校に向かった。そして息子を引取って一旦地区センターに待たせておき、義母を自宅に迎えに行き、そして地区センターで3人一緒に合流してから避難所である野蒜小学校の体育館に向かった。</p> <p>野蒜地区は、西から東に東名運河が流れており、避難所の野蒜小学校は運河の北側、自宅は南側（海側）にあった。野蒜小学校までは野蒜海岸から直線距離で1.2キロ（自宅までは600メートル）あり、この運河の北側までは津波が来ない</p>

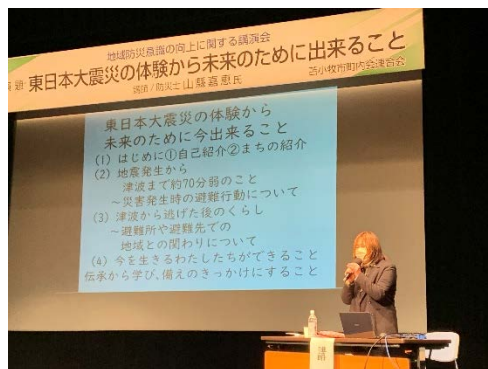
と思い込んでいた。避難所に着いた私たちは、既に体育館は避難してきた住民でいっぱいだったため、中に入れずにいた。その時、海側から黒い津波が運河を越えて小学校に向かってるのが見えたため、校舎に向かって走った。私たちは津波から免れたが、体育館にいた避難者の一部に犠牲者が出ってしまった。

(3) まとめ

この震災を経験して感じた思いは3つある。1つ目は何も知らなかったなという「反省」である。津波避難に適したところは、当然標高の高いところであるので、私たちは校舎の2階以上や北西の山、市道東側の峠等に逃げるべきであったのだ。2つ目は、自分たちは助かったが、できればみんなで助かりたかったという「後悔」である。私たちは、校舎の2階以上に避難するという津波を想定した防災訓練を、学校や地域と連携して実施したことがなかった。避難所と地域が連携して防災訓練を行うこと、そして避難マニュアルを共有することは必要である。そして3つ目は、災害が起こる前にやれることも多いという「気付き」である。是非みなさんも、避難行動についての以下の7つのポイントを家族で確認していただきたい。

- ・家の中の地震対策が有効
- ・避難場所は一つだけでなく複数把握
- ・災害が起きたら、待たせない、待たない、戻らないことが重要
- ・避難場所は災害により使えないところもあることを知っておく
- ・地域の人と日頃からのあいさつが大切（顔の見える関係性の構築）
- ・車での避難も想定した訓練も必要
- ・学校と地域の連携した訓練やマニュアルの確認・共有も必要

今を生きる私たちが未来のためにできることは、伝承していくことであり、伝承から学び、行動を起こすことである。伝承が、命を救う備えをすることのきっかけになることを願いたい。



開催地より

東日本大震災を経験された語り部から、災害発生時の避難の状況、地域での関わり的重要性、平常時の災害の備えや心構えについてわかりやすくお話しいただいた。本日の内容を防災活動において参考にするとともに、自主防災組織連合会との連携や、HPや広報紙による啓発活動の推進について強化していきたい。

開催地名：青森県弘前市	
開催日時	令和5年1月28日（土） 10：00 ～ 11：30
開催場所	弘前市民会館
語り部	山縣 嘉恵 （宮城県東松島市）
参加者	弘前市防災マイスター 60名
開催経緯	<p>当市は、過去の災害経験が少なく、市民の防災に対する意識も決して高いとは言えない状況にあるため、市民全体の防災に対する意識を高めることと、市民の中から地域防災の推進者となる防災リーダーを育成していくことが課題となっている。</p>
内容	<p>（１）はじめに</p> <p>私が住む東松島市は、桃生郡矢本町と鳴瀬町の合併（平成の大合併）によって2005年に発足した。西側に松島町が隣接し、仙台市と石巻市の間に位置しており、ブルーインパルスで有名な航空自衛隊松島基地が近くにある。</p> <p>2011年3月11日の東日本大震災では、津波の襲来で、市内全住宅の3分の2を超える約11,000棟が全半壊した。正確な人的被害状況は、死者（東松島市民）1,110人（震災関連死66人を含む）、行方不明者23人、東松島市内での遺体収容数1,067人（うち東松島市民963人、市民以外102人、身元不明遺体2人）となっている。野蒜海岸では10.3メートルの津波が観測された。私が住む野蒜地区では、東側の石巻湾から押し寄せた津波が内陸2キロ弱を横断し、西側の松島湾に流れ込んだため、野蒜小学校の体育館で13人が、特別養護老人ホーム「不老園」の入所者56人が亡くなるなど、壊滅的被害を受けた。市内の指定避難所は106箇所及び、15,000人以上が避難所生活を送った。</p> <p>野蒜地区では、震災前に4,700人いた住民のうち、511人が犠牲となった。震災後の暮らしは選択の連続で、仮設住宅もしくは「みなし仮設」、他地区への移住等の選択を経て、野蒜ヶ丘防災集団移転団地が設置されたが、現在人口は2,700人ほどにまで減少している。</p> <p>（２）東日本大震災時の状況</p> <p>地震発生時、私は自宅に、息子は小学校に、義母は自宅の離れに、夫は勤務先にいた。2003年にあった宮城県沖地震（宮城県北部沖地震）後、我が家では家具をL字型金具で固定したり、家具の上にモノを置かないことを徹底していたので、幸いにして家具の転倒はなかったが、経験したことのない大きな揺れが3分程度は続いた。津波が来ることは予想していたが、1960年のチリ地震津波同様、到達まで時間的余裕があると誤った認識を持っていたために、義母を置いてまずは息子を迎えに小学校に向かった。そして息子を引き取って一旦地区センターに待たせておき、義母を自宅に迎えに行き、そして地区センターで3人一緒に合流してから避難所である野蒜小学校の体育館に向かった。</p> <p>野蒜地区には、西から東に東名運河が流れており、避難所の野蒜小学校は運河</p>

の北側、自宅は南側（海側）にあった。野蒜小学校までは野蒜海岸から直線距離で1.2キロ（自宅までは600メートル）あり、この運河の北側までは津波が来ないと思い込んでいた。避難所に着いた私たちは、既に体育館は避難してきた住民でいっぱいだったため、中には入れずにいた。その時、海側から黒い津波が運河を越えて小学校に向かってくのが見えたため、校舎に向かって走った。私たちは津波から免れたが、体育館にいた避難者の一部に犠牲者が出てしまった。

多くの命が失われた悲劇がある一方で、津波から命を救った素晴らしいエピソードも存在する。「津波なんてここまで来るわけがない」。そう言われながらも、野蒜地区の佐藤善文さんは自宅の裏山を私財を投じて購入し、約10年がかりで山の上に避難所を造った。日頃、山は「佐藤山」と呼ばれ、時に変わり者と呼ばれながらも、1,000人以上が死亡した宮城県東松島市で、この場所が約70人の命を救った。

また、阪神大震災を経験した方が、野蒜小学校等東松島市内の避難所を回り、避難者のメッセージをデジカメで撮影してアップしてくれていた。これにより、家族や知人が生きていると確認することができた人がたくさんいた。混乱を極める災害現場での、災害経験者による実に有難いエピソードである。

（3）まとめ

この震災を経験しての思いは、何も知らなかったなという「反省」、自分たちは助かったが、できればみんなで助かりたかったという「後悔」、そして平時に備えられることが多いという「気付き」である。是非みなさんも、避難行動についての準備を行うことで、いつ起こるかわからない災害に備えてほしい。

今を生きる私たちが未来のためにできることは、伝承していくことであり、伝承から学び、行動を起こすことである。命を大切にすることは、防災に取り組むことであり、人を大切にすることであり、人づくり・街づくりをすることである。未来へつなぐため、命を守るための伝承につながることを祈念したい。



開催地より

防災に取り組むことは命を大切にすることであり、それは人づくりやまちづくりにつながるということを改めて認識することができたと思う。弘前市内各地域での防災活動力の向上と、安全で安心な地域社会の実現のための活動推進を強化していきたい。

開催地名：青森県藤崎町	
開催日時	令和5年1月15日（日） 10：00 ～ 11：30
開催場所	藤崎町文化センター
語り部	野田 幸代 婦防みやぎの朗読会（宮城県仙台市）
参加者	町内会・自主防災組織・町消防団 132名
開催経緯	<p>本町では、平成16年の台風21号以来大災害に見舞われていないため、住民の防災意識が薄れてきている懸念がある。また、未だ経験したことのない大災害についてのイメージが沸きにくいいため、被災時の対応について、住民の間に浸透しているか甚だ疑問である。今回語り部による実体験等の話しについて聴講することで、防災意識の向上と、地域の団結、自主防災組織の結成の促進を図ることとしたい。</p>
内容	<p>震災当日3月11日（金）は昼食後、主人と二人でのんびりしていた矢先の14時46分、体に大きな揺れを感じた。家全体が左右、上下大きく揺れて部屋中の物が転げ落ち散乱した。それらを片付けはじめていると、外から男性の声が耳に入ってきた。「津波が来るゾォ～」と大きな声で叫んで通り去った。私も主人も自宅の隣の方達と一緒にとりあえずそこにあったバックを持ち、玄関の鍵を掛け出ていた長靴を履き、中野小学校へ行くことにした。途中、近所に住む、体の少し不自由な夫婦がまだ避難しようとしていなかったもので、皆でせかして用意をさせ、付き添いながら学校へ向かった。</p> <p>学校は目の前なのに、歩いた時間はとても長く感じた。学校はすぐに避難してきた人々でごった返し、我先に2階へ行こうとしていた。体の不自由な奥さんの方を体格のいい男性に手伝いを頼み、いやがる本人を無理矢理おぶってもらい2階へ上がることができた。その人達を先生にお願いして私たちは屋上へ駆け上がった。そこには近隣の人達や小学生も集まっていた。</p> <p>目の前の七北田川を見たら船が上流に上って来る。海に目をやると、何と説明したらいいのか、波が高く立ち上がっていた。何という光景か?? まさにベルリンの壁である。身も心も恐怖で固まってしまう、その波をちゃんと見たのか、我が家がいつ流されたのかわからない。あっという間に回りは海になっていた。私も屋上にいた人達も叫び声も出ず、ただ呆然としていた。周りを眼で追ったら、屋根の上に乗った男の人が体育館脇を流されていき、七北田川を見ればテールランプがついた車が何台も海に向かって流されていった。この時始めて、私自身の「命」が助かったとだと胸の中でつぶやいた。</p> <p>寒い、大粒の雪が降ってきた。2階の教室へ戻ったら、小学生たちが泥水を下に掃きだしていた。夫も私も使えるものをみつけ、一生懸命水をかき出した。夜になり、ヘリコプターが上空に来て、低学年の子供たちや体調不良の人が優先で霞目の自衛隊に救助された。時間が過ぎて行くのが早くもあり、遅くも感じる中で一夜が明けた。</p>

	<p>翌朝、昨日の出来事が「ウソ」のように海から太陽が上がっていた。校庭は瓦礫や車が重なり合って見るも無惨である。お昼過ぎに札幌のヘリコプターが七北田川の堤防に降り立ち、70歳以上の人が優先に救助された。</p> <p>私たちは、救助に来た数台の市営バスまでヘドロや瓦礫の中を歩き、一次避難所の「仙台工業高校」へ向かった。中野小学校を出る時に、体育館や昇降口に亡くなった方のご遺体があることを知っていた私たちは、見ることができず、下を見ながら黙々とバスに乗り込んだ。行き先が仙台工業高校と知った子供たちの父兄は、昨夜子どもたちが運ばれた霞目の自衛隊に行つてほしいと騒ぎになり、運転手はかなり困惑していた。後で町内の人を手配し、無事子供たちと親は一緒になることができた。仙台工業高校の体育館も近くのマンションの避難者などでいっぱいだった。ストーブの周りに身を寄せて、この日から避難生活が始まった。3日目の夜にして初めて、温かいごはんを口にした。支援物資に毛布、衣類、食品、バナナ、みかん類を食べ1ヶ月過ごした。今までの何不自由ない生活、日常が、一瞬にして変化した。</p> <p>2次避難は新田の宮城野体育館と告げられ、着いたら皆喜んだ。「畳」が敷いてあり、一人ひとりに組布団が渡され、その場で思わず大の字になった。ここでの集団生活が始まった。3ヶ月の日々の中、人とのつながり、絆が生まれた。避難生活中の4月27日は、両陛下にお見舞いに来ていただき、この世に生きていて良かったと、思い、感じた日であった。</p> <p>全国の方々に励ましをいただいて、私は今日に至っている。娘の嫁ぎ先である開上では、両親や兄弟など4人も亡くなっており、深い傷を負った娘婿が気の毒であり、震災前の生活に戻るにはまだ時間を要するが、あの時（3月11日）助けて助けられ、お互いの命の尊さを一生忘れることはできない。</p>
開催地より	<p>東日本大震災の被災者の体験談を纏めた文集を朗読していただき、災害の伝承を行った。当町としては本日の災害伝承語り部による朗読講演を受けて、自主防災組織の設置と実務研修会の開催を進めていきたい。</p>



開催地名：岩手県矢巾町	
開催日時	令和5年1月28日（土） 10：30 ～ 11：30
開催場所	矢巾町公民館
語り部	山田 修生 （宮城県仙台市）
参加者	矢巾町防災士 31名
開催経緯	<p>本町では、近年全国的に増加傾向にある大雨災害等に備え、自主防災組織や各地区の防災士を中心とした避難所運営等のための訓練やマニュアル整備に力を入れている。しかし、現状は、避難所開設を要するほどの災害に直面する機会はそれほど多くないため、実際の避難所運営がどのように行われているかイメージが不十分な方が多数存在すると思料する。また、地域住民の安否確認や避難完了の確認を行う際の留意点などに関する知識が乏しいものと思料する。</p>
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>45年前ほど前の昭和53年6月に、死者28人、負傷者11,000人、家屋損壊13万戸を記録した宮城県沖地震が発生した。この地震がターニングポイントとなって、宮城県は地震防災に本格的に取り組み始めたと言える。</p> <p>2011年3月11日14時46分に、水深6,500メートルにある縦500キロ、横200キロの広さの海底プレートの跳ね上がりによって発生した大地震は、マグニチュード9.0を記録した。西暦869年にこの大地震に匹敵する規模の貞観地震が東北地方で発生しているため、1,000年に1度の規模の災害と言われている。</p> <p>2011年3月11日の午後、突然、地下からすごい勢いで突き上げる感じの揺れを感じた。そして縦揺れ、横揺れ、今度はななめ揺れと、どうしたら良いか分からないような揺れが長く続いた。その後大きな津波が来ると思い、住んでいるマンションの居住者を避難所へ誘導した。これまで実施してきた避難訓練は町内会の有志が集まってやっていたが、町内会ごとの自主防災組織は全く稼働できず、家族、あるいは近所同士の小単位で避難を余儀なくされたのが実情である。</p> <p>現在各地で行われている避難訓練は、通常土・日・祝日を中心に行われている。しかし東日本大震災は、勤労者、特に男性がほとんどいない平日の昼間という時間帯に発生した。高齢者や主婦しかいない状況下での避難訓練も想定していただくとともに、自主防災会や役員への女性の登用についても、今後は推進していく必要がある。</p> <p>地震が収まった後、私は避難所の運営に携わった。すでに訓練等で担当が決まっているところも多いだろうが、名簿班、総務班、情報広報班、食料物資班、救護衛生班などに分かれて活動することになる。一番重要になるのはトイレの問題である。避難所は人数が多く、トイレが必ず詰まる。組み立て式のトイレもすぐいっぱいになる。これは今後の重要課題として意識しておいてほしい。</p> <p>また避難部屋の周知徹底も重要である。指定避難所に行った場合、どこの部屋に行けば良いか皆悩む。体育館だと思われることが多いが、水害の場合1階の高さでは水没する恐れがある。必ず2階以上に避難するように周知したい。</p>

(2) 東日本大震災から学んだこと

東日本大震災は、災害対策を決して怠っていたわけではないが、これまでの取り組みが無効だと感じてしまう程の規模であった。いどこで起こるかかわからない自然災害を予測することは難しい。従って、自然災害と共生していくことが、被害を最小限にする手立てとなる。自分の居住する地域で起こった土砂崩れや河川の氾濫、水害、地震についての情報は、必ず把握していただきたい。

避難時には、声が大きく統率力のとれる人が先頭に立つのが良い。気が動転している人が沢山いるため、混乱している人を鼓舞することが大切である。そしてもし可能なら、皆さんの自宅の中に、家族全員が地震の際に逃げ込む部屋を準備しておいていただきたい。その部屋には家財道具も何も一切置かないということが肝心である。もし地震があった場合、家族全員がその部屋に逃げ込む。何もなければがをやる心配もない。

また、各地域で、災害時に当面の避難生活を行なう避難所として、指定避難所が設定されている。指定避難所となっている学校の近隣に居住されている方々については、平常時の防災訓練等で、学校との連携を密にしていきたいと思う。そうすることで災害時にも連携がスムーズに行なえるはずだ。

(3) まとめとして

公助が機能するまでの72時間、自助と共助で乗り切る必要がある。3日間は役所の援助を頼らずにしのげるよう、必要な備蓄や準備に取り組んでいただき、まずは自分の命を、そして家族の命を優先に考え、行動していただきたい。

経験は決して自分を裏切らず、役に立ってくれるものである。防災訓練、避難訓練等、役に立たないと思わずに、いざとなったらこれは必ず役に立つと考えて参加してほしい。避けられない災害と共生することを意識して、備えは怠らずに生活していただきたいと思う。



開催地より

災害時は、自主防災組織の主体的な活動が重要であることから、自助・共助の意識を向上させるような訓練を実施していきたい。また、防災訓練等を通じて、地域のつながりを重視し、女性や子供も参加できるような訓練を、自治会と共同で工夫していきたい。

開催地名：茨城県牛久市	
開催日時	令和4年12月23日（金） 15：00 ～ 17：00
開催場所	牛久市保健センター
語り部	大内 幸子 （宮城県仙台市）
参加者	牛久市行政区長及び牛久市防災会員 50名
開催経緯	大規模災害時、実際に避難所の運営や地域での災害対応にあたった自治会や自主防災組織のリーダーから体験談を聞くことにより、自助・共助の重要性の普及や、地域における自主防災組織活動の活性化を図ることができるようになる。
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>仙台市福住町は、50年ほど前に開発された新興住宅地である。毎年夏祭りを実施し、住民の横のつながりが構築されている。2003年から自主防災組織を立ち上げ、重要支援者の名簿作成や、他市町村との災害時相互協力協定の締結等を進めてきたことから、防災意識の高い町として全国に知られている。震災当日も、支援者リストにある約50人全員の安否確認は約1時間で完了した。備蓄食料が底をつく4日目には、2010年に町内会レベルで「災害時相互協力協定」を結んだ山形県尾花沢市・鶴子地区の人たちが、トラックに食料を積んで駆けつけてくれた。こうした町内会の取り組みは、「福住町方式」と呼ばれ、地域の防災モデルとして一躍注目された。</p> <p>（2）東日本大震災時の避難所について</p> <p>ライフラインは止まり、電話・メールなどの通信も途絶えた。災害時に水が出る公園を知っていたので水汲みに行き、炊き出しを行った。最も困ったのはトイレである。小学校のプールに水汲みに行き、トイレを流した。公園に手掘りのトイレも作った。震災の関連死にはトイレに関したものが多。外のトイレは寒いし、中のトイレは機能していないので我慢して水分を摂らない人がいる。そうすると体調を崩す。トイレ対策は事前に最優先事項として考慮していただきたい。</p> <p>指定避難所の高砂小学校には500名分の準備しかなかったが、そこへ1,500～1,600名が来たため、立ち上げが遅れた。市役所には、帰宅困難者である2,000名以上の避難者が殺到した。避難所に殺到する8割はいわゆる災害弱者と言われる人たちであり、具体的には高齢者や障害のある方、女性、子どもである。女性は子育てをされていて地域の人たちのことをよく把握しているし、コミュニケーション能力が一般的に高いので、女性が男性と一緒にリーダーとなって動いたほうが避難所はうまくいく。</p> <p>また大災害では公助は期待できない。通信手段がストップしているし、道路も寸断されている。その上行政自体もパニックで、立て直すのに時間がかかる。そのため、公助に頼らない、地域での自主防災の対応が重要で、そのためには周</p>

到な事前準備が必要なのである。普段から準備や訓練をしていないところは、非常時になってもできない。これが私たちの東日本大震災の教訓である。

(3) まとめ

福住町の防火・防災訓練では、災害時の対応、減災を「自分たちの町は自分たちで守る」をモットーに毎年訓練している。15年前から消防署の指導ではなく、福住町独自の企画と運営で、「全員参加型」を目指す防災訓練である。大きな公園に20あまりのブースを設け、さまざまな催しをしている。中には水道、ガスなどライフライン担当者から話を聞くブースもあり、発災からどうやって対処したら良いかを教えてもらう。訓練には中学生にも参加してもらっている。防災教育は子どもの頃からでないと言に合わないし、中学生たちは東日本大震災の際、実際に貴重な戦力として避難所で活躍してくれた。

震災後、避難所運例マニュアルにも変化し、避難所は体育館から校舎の2～4階に避難するようになり、避難所運営委員企画員として女性の参画も進んでいる。また、避難所で使用する簡易トイレは、東日本大震災時の教訓から洋式化を促進してもらい、現在は7：3で洋式トイレが増えている。

被害を少なくするのも復興も、主体は自分であることを認識していただきたい。災害が大きければ大きいほど公助は来ない。自分のことは自分でやり、隣近所、町内で助け合うしかない。また、どんなに文明が発達しても私たちは自然災害の前では無力である。東日本大震災では、このことを思い知らされた。災害に対する知識や備えがないと、一方的に災害に負けてしまうのである。日常の取り組みと訓練が、災害時に力を発揮するということを強く認識した。重要支援者の住民の名簿作成を行っていたこと、全員参加型の防災訓練を行っていたこと、それから災害時相互協力協定を結んでいたこと、これらが全て大いに役に立ったことは間違いない。



開催地より

これから当市で取り組んでいかなければならない防災活動について、一つのヒントとしていきたい。今後は、市職員参加の防災訓練等において自助共助の重要性について講話を行うとともに、HP等で備蓄の呼びかけを行っていききたいと思う。

開催地名：埼玉県鴻巣市	
開催日時	令和5年2月19日（日） 15：00 ～ 16：00
開催場所	鴻巣市文化センター（クレアこうのす）
語り部	菅井 茂（宮城県仙台市）
参加者	自治会長、自主防災組織代表者、市自治振興課、市危機管理課 200名
開催経緯	<p>鴻巣市は、今後30年以内に70%の確率で発生するとされる「東京湾北部地震及び茨城県南部地震」において、震度5強の揺れが想定されている。（平成26年3月埼玉県地震被害想定調査）これは、東日本大震災時に鴻巣市で観測された震度と同等の震度であり、今後これらの地震が発生した場合、又、想定規模以上の地震が発生した場合に、自治体の助け（公助）を待つことなく、市民（自治会や自主防災会）が自助又は共助により主体的に行動をしてもらう「自助及び共助の意識づくり」が課題となっている。</p>
内容	<p>（1）大震災発生時の状況と指定避難所での運営</p> <p>東日本大震災発生時、私は南材地区町内会連合会の副会長を務めていた。2011年3月11日の午後に発生した東北地方太平洋沖地震は、今までに体験したことのない大きな揺れだった。地震発生後、最寄りの南材木小の避難所へ駆けつけて、町内会連合会長の立場から地元地域被災者の受け入れと、津波によって行き場を失った他地区の被災者の受け入れに奔走することとなった。</p> <p>南材木町小学校では、地震が発生してから住民が続々と避難してきており、人数を把握する意味からも20時前に水と乾パンを全員に配り、その際に905人が避難していることが判明した。避難者数は最終的には1,200人になった。仮設トイレを北側にも設置したが、寒くて誰も使用しなかったため、翌日に急遽東側に作り直した。また、自家発電機は2基あったが1基は作動しなかった。こうしたことも、日頃からのチェックが必要であると反省した。3月11日の夜、避難所運営委員会を立ち上げ、役割を分担し、ボランティアを募った。その結果、若い人が寝ずの番でトイレ番をしてくれるなど、トラブルもなく運営できた。</p> <p>私は、3月13日からは八軒中学校の避難所へ移った。こちらには、近隣の住民300人と、津波被害を受けて孤立していた荒浜地区の津波被災者160人の合計460人の避難者がいた。南材コミュニティ・センターには乳幼児と母親の約80人が入所することになり、私たちは3カ所の避難所の運営に携わるようになった。避難所は避難した人たちのホームである。地区の代表者を係に決め、少しでも住みやすい環境を作るために、ルールを守れない避難者には退所してもらうと伝えるとともに、希望や不満を伺った。</p> <p>振り返ると、避難者に対して避難所内の決まりごとを周知して、実際にそれらを遵守してもらったことが、トラブルもなく快適に運営できた要因ではないかと思う。具体的には、避難所内では「禁酒」、「禁煙」とし、避難所の起床時間は6時半、朝食が8時、夕食が17時として、1日のスケジュールを明確化した。そしてごみの分別（燃えるゴミ、プラスチック、ペットボトル）とトイレの管理（各自美化清潔を心掛ける）、節水について周知徹底を依頼するとともに、所内玄関以外からの外出を禁止し、これらのルールを避難所内4カ所に掲示した。</p> <p>また、八軒中学校合唱部は、3月19日の全国大会に出場予定であったが、新</p>

幹線も不通となっており参加できる状況ではなかったため、武道場で、父兄及び避難者対象に合唱してもらった。この光景が様々な形で報道され、辛い避難生活の中での明るい話題として心を和ませてくれた。

(2) 在宅被災者と災害弱者対応

避難所に滞在している人には食事を支給できるが、自宅にいる住民(避難所に来れない方々)への食事の支給方法についての問題が存在する。我々は在宅避難者に対して、ライフラインが完全に復旧するまでは全員に対し支援を行うこととし、復旧してからは自宅から移動できない住民にのみ、食料・物資・医療等の支給と援助を行った。また、災害弱者への対応については、南材コミュニティ・センターを補助避難所として、災害時要援護者や災害弱者に特化した避難所として運営することで、彼らの生活環境を守った。

(3) 震災経験を踏まえて

避難所運営がスムーズに行われたのには要因があった。まず1つは、平成17年から地域で総合防災訓練を実施していたことである。平成19年からは避難所となった八軒中学校とも連携し、同校で防災訓練を行っていた。東日本大震災の2日前にも、同年の防災訓練について打合せをしたばかりであった。さらに、地区の昔からの住民とマンション住まいの新住民が、小学校の諸行事を通じて互いに顔見知りになっていたことも大きい。こうした諸行事は、地域の人が出会う良い機会になる。

震災後も、「防災訓練」をひと工夫して、様々な世代に防災の重要性を認識してもらうことをテーマに活動を継続している。学校には生徒の登校日に訓練日が重なるよう依頼していて、濃煙体験、防災クイズ大会など、参加者の防災活動経験が増えるような工夫を行っている。防災倉庫で防災装備品が故障していないかのチェックも怠らない。コミュニティ・センターでは民間企業との連携も図って、協力を得ている。地道な活動が、ひいては「自助」・「共助」のありかたを見直すきっかけにもなるかと思う。



開催地より

「東日本大震災から学んだ地域防災」という演題で、発災後からの避難所運営や地域を巻き込んだ防災訓練の実施について、お話しいただいた。本講演を受けて本市では、自主防災組織の結成促進や活動の活性化と、児童に対する防災教育の充実化を進めることで、自助・共助の体制強化につなげていきたいと思う。

開催地名：埼玉県三郷市	
開催日時	令和4年9月27日（火） 13：40 ～ 15：10
開催場所	三郷市立彦糸中学校
語り部	菅野 祥一郎 （岩手県陸前高田市）
参加者	彦糸中学校第2学年生徒・職員 102名
開催経緯	<p>本校中学2年生は、東日本大震災発生時3歳という年齢で、震災発生時の様子やその後の避難所生活、高速道路分断による物資の供給もままならない状況を理解している生徒はほとんどいない。近い将来、関東地方を中心とした地震が発生する可能性について、各方面から指摘されているところであり、中学2年生となった現在は、守られる立場から、幼児や小学生、高齢者を助ける立場へと変化していることを自覚し、災害時における行動を確認しておきたいと考えている。東日本大震災の語り部のお話を直接伺うことで、自分事として、考える機会をいただきたい。</p>
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>私が住む陸前高田市は、岩手県の南端に位置し、すぐ隣は宮城県である。東日本大震災では津波の被害を受け、多くの人命が失われた。</p> <p>津波には3つの特徴があると言われている。1つ目は一度に多くの命を奪ってしまうということ、2つ目は、遠くまで流された人の遺体が見つからないということである。そして3つ目は、いつのまにか忘れ去られてしまうということである。大きな津波は毎年来るものではない。忘れたところに突然やってくる場所に怖さがある。</p> <p>今日の私の話を聞いて、ここ埼玉県は海がないので、津波の心配は無用だということではなく、いつ、どこで起きるかわからない災害に対して、自分の命を守るためにどうすればいいのかを、是非自分で考えてほしいと思う。</p> <p>（2）避難について</p> <p>地震が発生したときに所用で校外にいた私は、急いで学校に戻ろうとしたが、途中の橋が通行止めになり、想定外の時間がかかってしまった。戻った時、子どもたちや近隣の住民は校庭に整列していたが、既に津波は川を遡上しており、時間の猶予はなかった。マニュアルにはなかったが、私は、丸太の階段を使って隣の山の上にある青いフェンスまで、6年生から順番に登るように指示した。低学年から登れば渋滞してしまい、時間がかかってしまうので。</p> <p>さっきまで校門付近にいた数十人の人たちは、私たちのそばから消えてしまった。校舎に逃げた人たちは、屋上の貯水槽の上に登れた一人の方を除き、流されてしまった。子どもたちが助かった理由は、そして住民の生死を分けたものは何か。それは、「誰よりも早く避難することを決断した」という責任ある判断をしたことに尽きる。</p> <p>（3）避難所では</p> <p>私たちの学校の子どもたちは全員が助かった。そして、何日か経ってどんどん</p>

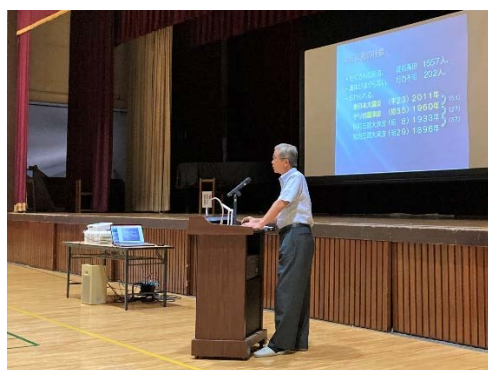
家族の迎えが来た。避難所ではみんなが一生懸命働いた。特に6年生と中学生が頑張っていた。そして、いたるところで家族や親戚、知人、友人との再会の光景が見られた。しかし、日が経つにつれ、お互いの無事を涙ながらに喜び合う様子は少なくなり、遺体との対面が増えていった。それでも、たくさんの行方不明者がいる中で、発見された人は幸運だったと言える。

避難所で生活していたある小学生には、最後まで誰も迎えに来ることはなかった。一人ぼっちで、どんな思いで家の人が見れるのを待っていたか、皆さんは想像がつかだろうか。そんな中で許せない出来事もあった。私が直接見たわけではないが、家族が瓦礫の中からようやく息子さんの遺体を発見した際、その横には、中身が全部抜かれた財布があったという。こんな状況の中で、なぜそんなことができる人間がいるのか。皆さんはそんな人間にだけはならないでほしい。

(4) 皆さんへのお願い

皆さんに、以前教師だったという立場からお願いしたいことがある。それは「命を大事にしてほしい」ということである。まずは自分の命を、そして隣の人の命を尊重していただきたい。必死で逃げたのに、命を絶たれてしまった少女がいる。彼女だけでなく、たくさんの若い命が一瞬にして奪われた。どんなに怖かったのか、無念だったのか、想像しても、その恐ろしさや無念さは私にはわからない。こんな恐ろしい災害が起こるなんて、だれが想像できたであろうか。

しかし、人生には思いもよらないことが起こる。災害は、いつ、どこで起こるかわからない。だからこそ、今、この時を大切にして、自分の命を大切にして、生きていることの幸せをかみしめてほしいと思う。陸前高田市の人は、大切な人をたくさん亡くした。しかし、厳しい環境の中で、精一杯明るく前を向いて歩む人がたくさんいる。皆さんには自分の家があり、家族がいる。そして、自分の学校があり、学校には広い校庭があり、友達もいる。皆さんには当たり前のことかもしれないが、素晴らしいことであるということ認識してほしい。当たりの幸せを失った人たちのためにも、自分の家族や友達を大事にして、一生懸命勉強してほしいと思う。



開催地より

本日お話いただいた内容は、災害の恐ろしさを我々にしっかり伝えるものであり、津波の恐ろしさ、命の大切さを強く感じさせるものだった。学校としては、災害を含めた困難なことに直面したときの心構えや、いろいろな場面での避難訓練の実施方法について、取組みを強化していきたいと思う。

開催地名：埼玉県三郷市	
開催日時	令和4年9月30日（金） 10：40 ～ 12：20
開催場所	三郷市立高州東小学校
語り部	武蔵野 美和 （岩手県陸前高田市）
参加者	4・5・6年児童 123名
開催経緯	<p>小学生にとって、東日本大震災は高学年の児童が生まれたばかりの出来事であり、体験はもとより実際に見聞きした記憶もほとんど無い状況である。ここ最近地震が頻発している中で、関東地方でも将来的に大きな地震が予測されている。今回は小学生への伝承とともに、災害現場でのお話を聞くことで、非常時における自分自身の行動を見直す機会としたい。また、災害時の対応だけでなく、災害現場や復興に向かう中での、人と人とのつながりについても考えさせたい。</p>
内容	<p>（1）震災発生時の陸前高田市について</p> <p>私が住んでいるのは、岩手県陸前高田市という、人口約2万4,000人ほどの小さな市である。岩手県の中では比較的温暖な地域で、小さな街であるが、きれいな風景の場所がたくさんある。海岸沿いに面した部分が少なく、市の中心に大きな川が通っている。かつて川から中州が生まれ、そうして出来た平野に人が住み始めたことで栄えた歴史があり、震災時は川の近くに市役所や図書館、学校といった主要な建物や住宅が集中していた。そして、残念ながら災害防止に繋がる対策は講じられていなかった。</p> <p>（2）東日本大震災時の状況</p> <p>2011年3月11日の午後、マグニチュード9.0の大きな地震が発生した。陸前高田市の震度は6弱であった。地震そのものより、しばらくしてからやってきた津波による被害が大きかった。津波の恐ろしさは、いろいろなものを破壊しながら、水が塊で襲ってくるころだ。地震発生から40分ほど経った頃、気仙川を火事のような煙と砂埃を上げながら津波が遡り、市役所や消防署などの公共施設は全壊した。線路の橋げたが飴のように捻じ曲げられ、2キロ先まで流されたほどの威力だった。</p> <p>川の近くに建物が集中していたことから、津波を予測し真っ先に高台や建物の屋上へ逃げた者は難を逃れたが、多くの市民が地震の揺れで倒れたり落ちたりしたものを片づけている最中に津波に遭遇し、巻き込まれて犠牲になった。子どもたちは学校で避難して無事でも、家にいた家族が津波に巻き込まれてしまったケースも多く、そのため震災孤児も発生した。また、亡くなった人だけでなく、11年半が経過した今でも、202人の人たちが行方不明となっている。</p> <p>この経験を通して、私は1人ひとりが「災害が起きたらどう動くか」ということを常に考える意識が必要だと強く感じた。住んでいる場所や、置かれている状</p>

況を見て、どう避難するのが安全なのか、一人一人自分で考えることが大切だと思う。

(3) 防災意識を高めるためには

自分の命を奪ってしまうもの、そのすべてが災害である。交通事故も、新型コロナウイルスも、地震や洪水なども、すべてが含まれる。そして、これらの災害を防ぐことが「防災」だ。交通事故や新型コロナウイルス感染については、工夫することで未然に防ぐことができるが、地震や洪水などの自然災害については、いつ起こるかかわからないうえ、発生を止められない。それでも、自分の命は自分で守ることが鉄則なので、自分の住む地域の災害リスクをハザードマップなどで知ることは必要であるし、以前の津波や洪水の被害について知ることも大切なことだ。

近年は地震や台風などの自然災害が増えてきていることから、非常時持ち出し袋を準備するなどして、1次防災や2次防災の備えをしている人は多いかと思うが、0次防災への備えも重要だ。0次防災への意識は、緊急事態での安全と衛生を確保するために必要な、言わば生きるための基礎となりうる。また災害時だけでなく、電車やエレベーターのトラブルで長時間閉じ込められてしまうような場合にもとても心強い。みなさんが毎日マイボトルを持ち歩くことも0次防災の一つと言える。日頃から「万が一」を考え、自分の命を守るための「備え」を意識してほしい。

また、避難と避難所へ行くことは同じではない。身の安全が確保できるのであれば、とどまることも重要であるし、ストレスが大きい場所にあえて行く必要はないと言える。家が安全であれば家で生活してもらって全く問題ない。究極の防災は、逃げなくても良いところに住むことだ。家には3日から7日程度食べつなげる食材をストックしていただきたい。また、大切なものは人それぞれであることから、自分にとって必要なものについては、自分で備える必要がある。



開催地より

経験者による具体的なお話を聞くことで、児童たちは災害のイメージをつかむことができたと思う。今日のお話しを受けて、学校としては「避難訓練の内容精査（水害時など）」、「日常からの防災教育への取り組み」、「学校の避難所としての体制強化」に取り組んでいきたいと思う。

開催地名：埼玉県三郷市	
開催日時	令和4年9月30日（金） 10：50 ～ 12：40
開催場所	三郷市立早稲田中学校
語り部	糸日谷 美奈子 （千葉県千葉市）
参加者	中学2年生生徒 209名
開催経緯	<p>75年前に発生したカスリーン台風による大規模な水害や、当時まだ0歳～3歳だった東日本大震災については、生徒たちにとっては自分事として考えることはできない。さらに、当市では、東京湾北部地震等による被害が想定されており、地域防災力の向上が求められている中で、当校では避難訓練等は定期的に行っており、生徒たちは静かに取り組んでいるが、実際の被害を経験したことがないため、自分事としてとらえられない様子を見受けることもある。また、学校は有事の際の避難場所となるため、避難所に関しての情報も欲しい。</p> <p>以上のような状況をふまえ、生徒の防災に対する意識の向上と視野を広げるため、東日本大震災の語り部の講演を実施することとする。</p>
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>東日本大震災が発生した11年前、私は岩手県釜石市立東中学校で理科の教師をしていた。東北地方太平洋沖地震が発生した際に、皆さんと同じ中学生がどのような行動をとったのか、今日は皆さんにお話ししたいと思う。なお、皆さん自身は、災害時に「助けられる側」の人間か、「助ける側」の人間か、考えながら聞いてほしい。</p> <p>（2）東日本大震災の発災時について</p> <p>平成23年3月11日14時45分ごろ、震度6弱の地震が発生した。地鳴りが聞こえ、地面はグニャグニャ揺れており、渡り廊下が大きくたわんでいた。揺れが収まるとまずはサッカー部の生徒たちが走り出し、続いて校内にいた生徒たちも高台に向かって走った。</p> <p>最終目的地となる高台の福祉施設に到着して海の方を見ると、大きな音と共に砂煙が迫ってくる光景が見えた。災害時、この施設まで逃げることは想定していたが、その先は何も決めていなかったのでパニックに陥った。「逃げろ！死ぬぞ！」と叫ぶ声が聞こえて我に返り、避難してきていた小学生や父兄とともにさらに上に向かって走った。山の上で安全を確保し、津波がここまでは到達しないという確認が取れるまでしばらくそこにいたが、暗くなり始めたので、避難できる建物まで移動する必要があった。開通したばかりの高速道路を歩いて、市内の廃校になった中学校の体育館に移動した。小・中学生と近隣の住民併せて2,000人が、狭い体育館で足も延ばせずに、食事も暖房もトイレもない中で一夜を明かした。</p> <p>翌日、さらに内陸の中学校に移動し、食料や寝具をはじめ、必需品の提供を受けてようやく安心することができた。携帯電話が不通で使用できなかったため、生徒たちの家族との連絡や情報収集のために、ラジオ局に情報発信を依頼した。</p>

(3) 釜石市という土地と、釜石東中学校での取り組み

東北地方の太平洋側に位置する岩手県釜石市では、明治三陸地震津波(1896年)、昭和三陸地震津波(1933年)という2度の津波被害を受けた歴史がある。また、政府から、30年以内に震度6弱以上の地震が起こる確率が75%以上であると発表されていた。そのため2009年から防災教育を強化し、釜石東中学校では避難訓練だけではなく、総合学習の時間を利用して、防災マップの作成、救急搬送や応急処置、水上救助、炊き出し等の学習、安否札1000枚の配布を実施した。平日の昼間に地域にいるのは高齢者や主婦、幼児、そして学校にいる小・中学生である。中学生は、助けられる人ではなく、助ける人でなければならないということも、総合学習で学んだ。

この大震災で、釜石東中学校を含む釜石市内の小・中学校では、学校にいた児童・生徒は全員無事だった。これまでの歴史と、災害の危険性を日頃から教育していたこと、避難所の想定をしていたことが実を結んだのだ。このことは釜石の奇跡として報道されたが、釜石東中学校の生徒たちは、日頃から災害に対してしっかり準備をしていたので、決して奇跡ではないという気持ちを持っている。私自身もそのように考えるが、一方では多くの犠牲者が発生した事実もあるので、中学生が学んだことを、もっと地域の人たちに伝えることができたらという後悔の念もある。

(4) 皆さんにお伝えしたいこと

つらいときこそ、周りの人に「ありがとう」と言われることを率先して行おう。苦しい時ほど、周りの人に「ありがとう」と素直に言えるようになろう。そして後悔しない未来を創るためには、いつ来るかわからない災害の前に準備をしておくことが大切である。できることから、一つでもいいから行動に移してほしい。自分の命は自分で守り、学んだことを地域に伝える姿勢を意識してほしいと思う。



開催地より

震災時の中学生の具体的な行動についてお話しを聞くことができ、非常に参考になった。避難訓練の実施はもちろん、ボランティア活動に力を入れて、地域が有事の際には積極的に活動できる生徒に育てていきたいと思う。

開催地名：埼玉県鶴ヶ島市	
開催日時	令和4年11月26日（土） 10：25 ～ 11：55
開催場所	鶴ヶ島市女性センター
語り部	大内 幸子 （宮城県仙台市）
参加者	自治会員、自主防災組織役員等 80名
開催経緯	本市は、過去に大きな災害を経験していないことから、災害対策本部の運営面が課題となっていたため、令和3年度に本プロジェクトに応募し、災害対策本部職員を対象とした防災研修として、防災意識の向上を図った。さらに本市の防災力を向上させるためには、住民及び市職員、双方の意識向上が必須である。とりわけ、今回は自治会及び自主防災組織を対象とし、自主防災を専門とする語り部の講演を実施したい。
内容	<p>（1）福住町について</p> <p>福住町は2つの川に挟まれた新興住宅地であり、水害に見舞われることが多い土地である。東日本大震災時も、津波が6キロも七北田川を遡上してきて、ところどころ堤防が決壊する被害を受けた。特に、昭和61年の台風10号による被害は甚大で、その当時の苦い思い出が2003年の自主防災組織発足につながった。それが今日の「福住町方式」の基礎となっている。</p> <p>私たちが数々の災害を経験して何よりも必要だと感じたのは、「住民の安全確認のための名簿」である。そのため、2003年にはまず要支援者および住民全員の名簿作成を行った。この名簿は、現在でも年一回の防災訓練のたびに更新を続けている。名簿の作成とともに、備蓄倉庫の整備やわかりやすい防災マップの作成、さらには近隣市町村を中心に「災害時相互協力協定」の締結を進めた。この協定は、大災害が発生した場合にお互いに助け合うことを目的としたもので、災害時に起きたボランティアとのトラブルから教訓を得た活動である。災害の被害が大きければ大きいほど、外部から救援の手が入るのは遅くなってしまう。だからこそ、いざというときは自分たちの手で対処しなければならない。</p> <p>（2）東日本大震災時の記憶</p> <p>福住町は津波による直接の被害こそなかったが、堤防は所々崩れ、家の中はどこもめちゃくちゃになった。安否確認を実施後、避難所開設を始めた際に、まず作ったのはトイレとゴミ置き場である。併せて、炊き出しの準備も行った。日頃の訓練の成果が出て、暗くなる前にこれらの準備を終えることができた。福住町は人口1,500人程度の小さな町であり、災害時の収容施設も大きくないし、備蓄品もそこまで多くはない。しかし、東日本大震災当時は、周辺地域の帰宅困難者、および津波から逃げてきた人々が福住町へ殺到した。</p> <p>「災害時相互協力協定」を結んでいた4団体からは、直接福住町に支援物資が次々と送られてきて、とても有難かった。福住町ではこれらの4団体の許可を得て、いただいた支援物資の8割は気仙沼市や石巻市等、甚大な被害を受けていた海沿いの地域に届けた。</p>

支援が必要な人や、乳幼児や妊婦さんなど、手厚いケアが必要な人は小学校等の避難所から集会所へと誘導した。実際、避難してくる人の約8割は支援が必要な災害弱者と呼ばれる方々である。当時の避難所運営時に、女性による細やかな対応の重要性を感じた。だが、避難所運営マニュアルに女性の参画はなかった。この経験から、私はいろいろなことを学び、研修を受けて女性防災リーダーを目指すようになった。

(3) 震災後の地域防災活動

福住町の防災訓練は、「自分たちの町は自分たちで守る」をモットーに行われる。普通なら消防の人に来ていただいて教えてもらう形式かと思うが、私たちは15年前から、自分たちだけで訓練を行っている。災害の規模が大きければ大きいほど、警察や消防は対応に忙殺され、地域にいなくなることを想定しているからだ。自分たち自身で考え、実行していくこと、もしもの時にトップがいなくても問題がないように対応すること、それが福住町方式である。中学生が学校の授業の一環として参加して実施しているのも特徴である。

災害時に行政に頼りたい気持ちはわかるが、行政も被災するので、災害の規模が大きくなればなるほど、スピーディに公助を受けることは期待できないし、東日本大震災ではこの点が証明された。災害発生から3日間は公助を期待せずに、自助と共助で対応することを普段から訓練して備えておくことが大切である。そして、防災は日常生活そのものであると認識し、様々なイベントや活動の中に防災につながる事象を意識して散りばめることで、多くの人が参加して防災の取り組みは活性化する。備えて、知識を得て、訓練をする。そして、忘れないこと、伝えていくことが重要だ。これが命を助けることにつながっていくと私は信じている。



開催地より

東日本大震災の体験談をベースに、女性の視点からの避難所開設・運営についてや、自助、共助の考え方の普及促進について、わかりやすくお話しいただいた。今後当市としては、地域防災における女性の参加・活躍の場を広げていくことで、自主防災組織設立の支援・促進を進め、住民の防災・危機意識の向上を図っていきたいと思う。

開催地名：千葉県松戸市	
開催日時	令和5年1月13日（金） 14：00 ～ 16：00
開催場所	松戸市民会館（オンラインによる講演）
語り部	大内 幸子（宮城県仙台市）
参加者	防災リーダー、防災ボランティア、町会・自治会、災害協定団体、女性防火クラブ、市民、防災会議委員、職員 約600名
開催経緯	本市では、首都直下地震の発生や、巨大地震発生の切迫性が懸念されている中、市民一人ひとりの防災意識や知識の向上を図ることを目的として日頃から啓発活動を行い自主防災組織の結成及び活動を進めている。平成26年より避難所ごとに避難所運営委員会を設置し、すべての避難所で開設・運営訓練を実施することを目標としているものの偏りがある状況である。また防災リーダーの高齢化、災害に対する危機意識の低下、低年齢層への防災意識の向上が課題となっている。
内容	<p>（1）東日本大震災を忘れない</p> <p>私の住む仙台市福住町は、50年ほど前に開発された新興住宅地である。毎年夏祭りを実施し、住民の横のつながりが構築されている。2003年から自主防災組織を立ち上げ、重要支援者の名簿作成や、他市町村との災害時相互協力協定の締結等を進めてきたことから、防災意識の高い町として全国に知られている。2011年3月11日の午後に発生した未曾有の大震災でも、福住町では、避難行動要支援者を含む住民の安否確認、避難誘導、緊急対策本部の立ち上げ、避難所の開設、炊き出しの準備、公園に手作りトイレと瓦礫置き場の設置を、普段の訓練通りに対応することができた。卒業式を2日後に控えた中学生も避難所にかけてくれ、水汲みの手伝いや、子供たちの面倒を見てくれた。</p> <p>（2）東日本大震災時の避難所について</p> <p>避難所の高砂小学校では、500人分の備蓄品が用意されていたが、午後6時半の時点で約2,000人の避難者が押し寄せた。ライフラインは止まり、電話・メールなどの通信も途絶えた。災害時に水が出る公園を知っていたので水汲みに行き、炊き出しを行った。最も困ったのはトイレである。小学校のプールに水汲みに行き、トイレを流した。公園に手掘りのトイレも作った。震災の関連死にはトイレに関したものが多い。外のトイレは寒いし、中のトイレは機能していないので我慢して水分を摂らない人がいる。そうすると体調を崩す。トイレ対策は事前に最優先事項として考慮していただきたい。</p> <p>避難所に殺到する8割はいわゆる災害弱者と言われる人たちであり、具体的には高齢者や障害のある方、女性、子どもである。女性は子育てをしていて地域の人たちのことをよく把握しているし、気配りや配慮ができるので、女性が男性と一緒にリーダーとなって動いたほうが避難所はうまくいく。東日本大震災時には避難所運営委員に女性が含まれていなかったため、女子更衣室や授乳室の</p>

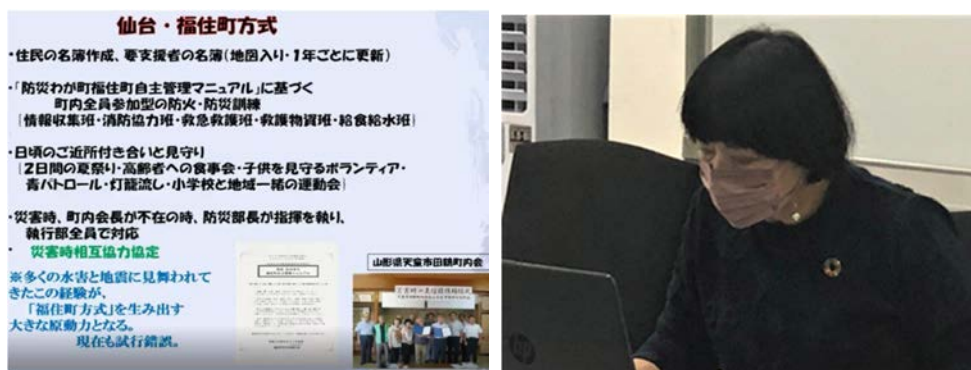
確保を始めとする避難所の環境整備の部分で、反省点や気づきが多々あった。私は、東日本大震災を経験することで、専門的な知識がないと災害時に適切な行動ができないことや、過去の災害について伝えることの重要性について認識したので、防災や減災、福祉、救護等について学び始めた。そして仙台市地域防災リーダー（SBL）の認定を受け、女性のための防災リーダー養成講座を受講するとともに、国連防災世界会議のパブリックセッションで「地域防災の取組みと活動」について発表の機会も得た。

（3）自然災害に備えて

福住町の防火・防災訓練では、発災時の訓練だけでなく、「自分たちの町は自分たちで守る」をモットーに、減災についても毎年学んでいる。15年前から消防署の指導ではなく、福住町独自の企画と運営で、「全員参加型」を目指す防災訓練である。大きな公園に20あまりのブースを設け、さまざまな催しをしている。中には水道、ガスなどライフライン担当者から話を聞くブースもあり、発災からどうやって対処したら良いかを教えてもらう。訓練には中学生にも参加してもらっている。防災教育は子どもの頃からでないとい間に合わないためだ。

震災後、避難所運営マニュアルにも変化し、避難所は体育館から校舎の2～4階に避難するようになり、避難所運営委員に女性の参画も進んでいる。また、避難所で使用する簡易トイレは、東日本大震災時の教訓から洋式化を促進してもらい、現在は7：3で洋式トイレが増えている。

お祭りやイベントを通じ、顔の見える関係が減災に効果的である。また、学校の防災教育と地域防災をタイアップすることで、地域の発展と防災力向上につながっていくと言える。普段から、災害が起きた時取るべき行動を、家族で話し合っておくことは必要だ。そして、地域の災害の歴史を次世代に根気よく伝承していくことが、地域の災害リスクの理解と共有につながり、安心・安全な町づくりを導く。地道に防災・減災の活動を進めていきたいと思う。



開催地より

これから当市で取り組んでいかなければならない防災活動について、一つのヒントとしていきたい。今後は、市職員参加の防災訓練等において自助共助の重要性について講話を行うとともに、HP等で備蓄の呼びかけを行っていききたいと思う。

開催地名：千葉県館山市	
開催日時	令和5年1月21日（土） 13：35 ～ 14：30
開催場所	館山市コミュニティセンター（オンラインによる講演）
語り部	大谷 慶一（福島県いわき市）
参加者	自主防災会、消防団、館山総合高校 93名
開催経緯	<p>当市は、南海トラフ地震防災対策推進地域に指定されており、県から示された最大規模の津波浸水想定を基に、津波ハザードマップを改訂し、その対策に臨んでいる。過去には元禄地震や大正地震による津波襲来の歴史もあるが、それを具体的に市民に伝承する機会が極めて少なく、伝承がなされていないのが現状である。そのため、住民の津波に対する防災意識の向上が課題である。</p>
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>私は福島県いわき市の薄磯地区に住む、東日本大震災の語り部だ。東日本大震災前の薄磯地区は、1キロ程度の海岸を有し、340世帯、780人が生活していたが、東日本大震災の津波により、一瞬にして地域は壊滅状態となり、住民116人が犠牲となった。また、福島県内では原発事故も発生し、強制避難を強いられた住民は10数万人にも及んだ。放射線の風評被害は今なお残る。本日は震災時の私の行動を基に、お話ししたいと思う。</p> <p>（2）東日本大震災発生</p> <p>2011年3月11日の14時46分に発生した地震はとてつもなく大きく、山が左右にゆっさゆっさ揺れているのが分かるほどだった。揺れが収まってテレビをつけたが映らなかったのので、車のラジオで情報を集めた。ラジオによれば、近くの小名浜港には15時10分頃に3メートル以上の津波が到達するということがあったが、すでにその時刻となっているにもかかわらず、津波はまだ到達していなかった。津波は来ないと勝手に思い込み、200メートルほど離れた海岸まで行ってみると、海水が沖合の水平線まで引いており、海底が見える状態だった。それを見て大津波が来ることを確信し、自宅に引き返した。</p> <p>近所のお年寄り二人（うち一人は足が不自由）と自宅で待機していた妻に逃げるよう指示し、足の不自由な老婆を背負って一緒に裏山への石段を駆け上ったが、途中で津波が押し寄せた。この時、私は自分だけでも助かろうと行動した。背負っていた老婆を置き去りにし、もう一人の老婆の手を引き、飼い犬を抱いて登っていた妻に、老婆と犬を置いて急いで登るよう叫んだ。私と妻は助かったが、足の不自由な老婆は亡くなった、もう一人の老婆は津波に巻き込まれたが、奇跡的に助かった。</p> <p>私は、海を見に行き、海底を見てから、津波が押し寄せるまでの13～14分間の記憶がほとんどない。津波が押し寄せてからの記憶も鮮明ではない。津波が家々を飲み込む音だったり、津波に飲み込まれる住民の悲鳴だったり、津波に伴う音の記憶も全くない。助かるために無我夢中で石段を登ったこと、津波が押し</p>

寄せた後は、巻き込まれた住民を救出するために夢中で水の中で行動したことははっきり覚えていないのが実情だ。

裏山に駆け上った私と妻を含む住民 49 人は、山の上にある神社で一夜を明かし、翌朝救助に来てくれた消防の方々に連れられて内陸の避難所に向かった。避難後も、一週間以上はのどの渇きや空腹をほとんど感じる事がなかった。今思えば、心の余裕が全くなかったのだと思う。

今では皆さんの前で普通にこの話ができるようになったが、震災後しばらくは、自分の行った行動が果たして正しいものだったのか、悩み苦しんだ。亡くなってしまった老婆の目を、私は今でも忘れられない。しかし、苦しくて悲しい自分の気持ちをさらけ出し、一人で抱え込まないようにすることで、ようやく精神的に落ち着いた。今は、あの時の自分の判断は正しかったのだと思っている。

(3) 震災を振り返って

住民のほとんどは、地震の後に津波が来ることはわかっていた。しかし、こんなにも大きな津波が来るとは誰も想像していなかった。防潮堤を超えるような津波は来ないと勝手に判断し、高を括っていたのだ。住民の心の隙間に、災害が入り込んでしまった格好だ。災害が大きければ大きいほど、我々は原因を人に押し付ける傾向があるが、想定外の災害が発生する可能性を常に頭に入れておく必要がある。そして、日常的に正常性バイアスを破る訓練をする必要があろう。

災害が起きた時、逃げるタイミングはとても難しいが、自分で判断するしかない。逃げるスイッチは自分だけしか押せないのだ。自分の命より大切なものはないのだから、判断に躊躇は禁物だ。皆さんにお願いしたいことは、今日の私の話を、時々でいいから思い出していただきたいということだ。そして、今、自分の身の回りで命の危険が迫ったらどう行動するのかということ、時々でいいので考えほしい。想定外の災害は、ハザードマップのとおりにはいかない。死にたくないという本能の力を鍛えることで、自分の命を守れる人になっていただきたい。



開催地より

東日本大震災のご自身の体験をベースに、津波から自身の命を守ることにについてについてお話しいただいた。当市では本日のお話しを受けて、自主防災会との連携強化と防災訓練の実施を進めていく所存である。

開催地名：千葉県浦安市	
開催日時	令和4年9月10日（土） 10：30 ～ 12：00
開催場所	浦安市文化会館
語り部	島田 福男 （宮城県仙台市）
参加者	自治会関係者、自主防災組織関係者 約100名
開催経緯	本市は、想定最大規模の高潮浸水想定でほとんどが浸水する想定となっており、避難計画の策定が課題となっている。また、自主防災組織の高齢化や自治会加入者の減少による担い手の不足が認識されているとともに、東日本大震災で甚大な被害が発生した液状化現象についても、時が経つに連れ風化してきている。このような状況下の中、自治会関係者や自主防災組織関係者を対象に、東日本大震災時の災害伝承の語り部の講演を開催することで、防災意識の認識を高め、避難行動要支援者への避難支援についての意識の向上を図ることとする。
内容	<p>（１）はじめに</p> <p>東日本大震災の災害復旧、復興工事もだいぶ進み、特に仙台市では、遅れていた津波の被害を受けた沿岸部もだいぶ整備された。あのような大災害は、起きてからでは手の打ちようがなく、対応がなかなか難しい。やはり、起きる前に皆で話し合い、日頃から十分に備えておくことが一番大事である。「平時にできないことは災害時にはなおできない」と言うが、まさにその通りだと思う。</p> <p>（２）仙台市の被害状況</p> <p>最も被害の大きかった東北の3県のうち、宮城県で亡くなった方は9,544人、行方不明者が1,213人であった。岩手県では亡くなった方が4,675人、行方不明者が1,110人で、福島県では亡くなった方が1,614人、行方不明者が196人であった。全国では、亡くなった方が15,900人、行方不明者が2,523人である。宮城県の被害が一番大きかったが、犠牲になった方の90パーセントは津波による被害に遭った方である。そして、そのうちの90パーセントは車に乗っていて犠牲になった方である。仙台市は、仙台より南は仙台平野で沿岸部からずっと平坦地が続く。津波はとどまるところを知らず、内陸部5キロメートル地点まで押し寄せた。</p> <p>（３）避難所の状況</p> <p>中心部の避難所は、体育館はおろか、校庭まで人であふれ身動きの取れない状態であった。原因は、帰宅困難者である。指定避難所だけでなく、公的な施設である県庁、市役所、区役所などに人が押し寄せて、中に入り切れなくなった人が道路まであふれてしまった。そのため、地域住民と企業、自治体三者で話し合いをし、災害が起きた場合は、すぐに帰さないで会社にとどめておくなどの協力を企業に求めた。今は、企業において防災教育も盛んに行われている。</p>

(4) 自主防組織の立ち上げ

昭和 53 年に発生した宮城県沖地震で、仙台市では 16 人の方が亡くなった。原因は津波ではなく、家屋やブロック塀の倒壊が多かった。この地震をきっかけに、仙台市では防災都市宣言を行い、災害に強い都市となることを発表した。具体的には、自主防災組織を町内会単位で結成することに取り組み、東日本大震災発生前年の平成 22 年時点では、結成率は 95.3 パーセントに到達した。

私自身も、平成 14 年に地元で連合町内会の会長になった時、連合町内会に自主防災組織を結成した。そして、平成 22 年 4 月に、地域の 50 団体で、川平地区防災対策連絡協議会を設置した。昭和 40 年代の大規模住宅団地開発により形成された川平地区は、急速な高齢化が進んでいた。300 万円の予算を使い、防災の資機材を購入した。毛布や発電機、投光器、リヤカーなど、一通りの物を用意すると、1つの倉庫で約 150 万円かかる。震災後はこれでは足りないという意見があり、現在は3つの倉庫に 450 万円分を備蓄している。この他に、研修会や講習会において、主にHUG（避難所運営ゲーム）、DIG（災害図上訓練）、クロスロード（分かれ道）という3つのカードゲームを行った。平成 23 年 2 月には大体の災害対応計画案が完成したので、ワークショップを開いて、地域住民に説明をした。

(5) 震災後の自主防災組織の見直し

仙台市では震災後、地域防災計画を見直した。それまでの防災計画は公助を中心とした、どちらかという市の職員向けのものであった。しかし、公助では限界があり、市民力、地域力、これを全面に出した自助、共助を生かさないとたない。自助、共助、公助の共同による対策が一番望ましいため、計画を練り直し、当然、避難所運営マニュアルも見直した。それまでのマニュアルは、仙台市一律であり、193 ある指定避難所全部が同じであった。しかし、一律のマニュアルでは到底役に立たないため、193 の指定避難所ごとに地域版避難所運営マニュアルを作るようになった。今はそれに従って避難所の運営訓練などを実施している。



開催地より

自主防災組織の必要性や防災計画の大切さについて、改めて認識することができた。今後の防災活動に参考になる点が多かったので、今後の自治会及び自主防災組織での活動に役立てていきたいと思う。

開催地名：東京都多摩市	
開催日時	令和5年2月25日（土） 9：40 ～ 10：40
開催場所	多摩市立永山公民館
語り部	草 貴子 （宮城県仙台市）
参加者	市内各自主防災組織、消防団員等 55名
開催経緯	東日本大震災から10年以上が経過し、大きな被災は免れた本市にとって、記憶の風化は大きな問題である。甚大な被害にならなかったからこそ、記憶の定着は難しく、震災を語り継いでいく必要がある。また、傾向として避難・避難所への関心が高く、その点の学習を必要としている。
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>東日本大震災が発生してまもなく12年が経とうとしている。死者18,131人、行方不明者2,829人、負傷者6,194人が発生したあの震災を知らない世代も徐々に増えている一方で、まだ悲しみに包まれたままの方もたくさんいる。あの大災害について語り継いでいくことは間違いなく意義があり、必要なことなので、私たち語り部はこれまで以上に、これからが正念場だと自覚して伝えていきたい。</p> <p>私の所属する市名坂東町内会は、仙台市の泉区東部に平成20年に設立した、現在加入数186世帯の町内会で、働き盛りの40、50代の方や、単身赴任の家庭が多い中で、必然的に私達女性が立ち上がり、作り上げた町内会である。役員9名が全員女性であることも、設立2年目に建設した集会所の為に銀行にローンを組んだことも、仙台市では初めてのことだ。</p> <p>町内会の3つのスローガンの中に、防災、子育て支援、ふるさとづくりとあるが、中でも防災に注力した活動を行った。身の丈にあった町内会、オリジナルティーのある町内会、そして、街をつくるために人が集まる場所がなくてはならないと考えた。銀行にローンを組んでまでも集会所建設にこだわったのは、そんな思いからである。普段の町内会活動においても、活動出来るのは主婦だけで、高齢者も少ない実情から、子ども会以外の組織はあえて作っていないので、町内会と自主防災組織、婦人防火クラブの性格を兼ね備えている組織と言える。</p> <p>（2）東日本大震災</p> <p>地域では、電気は2～3日、水道は3～4日、ガスは1カ月で復旧したので、各自が持ち寄った材料で子供達が調理するなど、ほのぼのとした時間も取れた。翌日から、折りたたみリヤカーで指定避難場所に支援物資の引き取りに行ったが、支援を受けたのは3月12日と13日の2日間だけで、その後は各家庭で対処していただいた。集会所に集まった子供たちは、私達が区役所で得た病院や給水車の情報等を、町内に広報する作業を手伝ってくれた。学校も休みになっていたのも、避難者の大学生と高校生が「何か出来ることを」と申し出てくれた際には、「寺子屋」という形で子供たちの勉強を見てもらうことをお願いした。女子学生は小さい子の子守りをしたり、男子学生は公園で鬼ごっこをしたり、それぞれができることを一生懸命していたように思う。</p>

(3) 震災後の活動

市名坂小学校区には1万人以上の人に住んでおり、小学校を拠点とした町内会、連合町内会、市民センター、児童館、民生委員、青年団、PTA、婦人防火クラブ等の20の地域団体がある。こうした組織を取りまとめ、平成25年度に運営委員会が発足した。行政に頼るのではなく、私たち地域住民一人ひとりの声を聞きながら、私は初代事務局長として邁進しているところである。

委員会では、市民センターや児童館との施設との情報共有化、救護班、総務班、情報班等の各班の具体的な活動内容の充実化を計り、スムーズな運営を心がけている。そして、地域の顔がよく見えることや気軽に声掛けできる雰囲気づくりを目指し、女性ならではの視点を活かして活動するために女性コーディネーターを設置した。女性コーディネーターは、避難者の悩みや声を聞き出して、対応やアドバイスを行う。女性ならではの細やかな配慮で対応していくことが期待されている。

(4) 最後に

11年前に発生した東日本大震災は、誰もが経験したことのない1,000年に一度と言われる大災害だと言われている。その際に被災者の方々は、それぞれの役目を、みんなが自分なりに一生懸命に果たした。子供だからとか、男性だからとか、女性だからとかではなくて、私の役目、貴方の役目、みんな違ってそれでいいと思う。いつ起こるかわからない自然災害に立ち向かうことは難しいけれど、「防災」や「減災」について考え、実践していくことは必要であるし、一時、一瞬を大事にしていかなければならないと思う。そして、地域防災の大事なことは、自分達の特性を考えて、オリジナリティーのある身の丈にあったものを実践していくことだと思う。健康な体を維持し、自分のため、大切な人のために防災・減災活動を継続していただくことをお願いしたい。



開催地より

東日本大震災以前に取り組まれていたことを含め、地域防災の活動についてのご経験についてとてもわかりやすくお話しいただいた。当市としては本講演をふまえ、自主防災組織の組織力の向上、住民に対する備蓄推進の啓発活動を強化していくとともに、より現実に即した避難所運営マニュアル等の策定を進めていきたい。

開催地名：東京都稲城市	
開催日時	令和5年2月4日（土） 10：00 ～ 11：30
開催場所	稲城消防署
語り部	島田 福男 （宮城県仙台市）
参加者	稲城市自主防災組織 19名
開催経緯	本市は、自主防災組織が49組織結成されており、避難所の設営運営に関する訓練については定期的実施しているが、1～2年で役員交代となる組織が大半であることから、継続して避難所設営運営訓練を実施し、市民や自主防災組織が、自らの地域の避難所を運営設営するという意識の向上を図ることが必要である。
内容	<p>（1）仙台市の被害状況</p> <p>2011年3月11日14時46分、三陸沖を震源とする国内観測史上最大規模のマグニチュード9.0の地震が発生した。最も被害の大きかった東北の3県のうち、宮城県で亡くなった方は9,544人、行方不明者は1,213人といずれも最も多かった。犠牲になった方の90パーセントは津波による被害に遭った方である。そして、そのうちの90パーセントは車に乗っていて犠牲になった方である。仙台市は、仙台より南は仙台平野で沿岸部からずっと平坦地が続く。津波はとどまるどころを知らず、内陸部5キロメートル地点まで押し寄せた。訓練のときは徒歩で避難するが、いざ地震が起きたら慌てて車で逃げてしまい、犠牲になったと言える。震災後は車で避難する際のルール作りも行われたが、その後数回発生した余震の際も車で避難する住民が後を絶たず、地域ごとでのルール作り・運用が今後の課題となっている。</p> <p>（2）避難所の状況</p> <p>中心部の指定避難所は、体育館はおろか、校庭まで人であふれ身動きの取れない状態であった。原因は、帰宅困難者である。指定避難所だけでなく、公的な施設である県庁、市役所、区役所などに人が押し寄せて、中に入り切れなくなった人が道路まであふれてしまった。そのため、地域住民と企業、自治体三者で話し合いをし、災害が起きた場合は、すぐに帰さないで会社にとどめておくなどの協力を企業に求めた。今は、企業において防災教育も盛んに行われている。</p> <p>発災初期の段階で重要なポイントが2つあった。1つは照明用の器具を町内会に借り、避難所の体育館内を明るくしたことである。おかげでひどい余震に揺れる体育館の中でパニックにならずにすんだ。もう1つは避難者カードを発行したことである。避難所の運営はカードを基に行った。カードは避難者の問合せの際に活用した。また、外出するときは所定の場所に置き、帰ると戻す。食事のときもカードを基に名前を呼ぶ。カードを発行したことで、整然と避難所運営を行うことができた。</p> <p>（3）自主防組織の立ち上げ</p> <p>仙台市では、昭和53年に発生した宮城県沖地震を教訓に町内会を単位とした自主防災組織の結成促進に努めてきた。自主防災組織の目的は、町内会の基本的</p>

な活動のひとつである「災害に強いまちづくり」であり、町内会の目的と合致するものである。私の所属する町内会でも、昭和 56 年に自主防災組織を結成し、仙台市からヘルメットやメガホン、担架等をいただいた記憶がある。しかしその後、町内会の自主防災組織の活動は尻つぼみとなり、平成 12 年に私が町内会長になった時にはほとんど機能していなかった。平成 14 年に 5 つの町内会で組織されている川平学区連合町内会の会長になった際に、連合町内会に自主防災組織の立ち上げを目指すこととし、平成 19 年に川平学区連合町内会自主防災行動計画を策定、防災の取組を始めた。昭和 40 年代の大規模住宅団地開発により形成された川平地区は、既に急速な高齢化が進んでいたため、地域での防災対策の重要性を意識し、東日本大震災前の平成 22 年 4 月には地域の 50 団体を巻き込んで、川平地区防災対策連絡協議会を設立した。毎月 1 回 70～80 名が集まって分科会形式での活動を始めるとともに、避難所設営と運営に関する防災訓練も実施した。実施 50 団体には社会福祉協議会や小・中学校、地区内にある私立高校を始め、福祉施設や病院、商店等のあらゆる団体が参加した。

この他に、研修会や講習会において、主に HUG（避難所運営ゲーム）、DIG（災害図上訓練）、クロスロード（分かれ道）という 3 つのカードゲームを行った。平成 23 年 2 月には大体の災害対応計画案が完成したので、ワークショップを開いて、地域住民に説明を行った。

（4）震災後の自主防災組織の見直し

仙台市では震災後、地域防災計画を見直した。それまでの防災計画は公助を中心とした、どちらかというと市の職員向けのものであった。しかし、公助では限界があり、市民力、地域力、これを全面に出した自助、共助を生かさないとたない。自助、共助、公助の共同による対策が一番望ましいため、計画を練り直した。当然、避難所運営マニュアルも見直し、193 の指定避難所ごとに地域版避難所運営マニュアルを作ることになった。今はそれに従って避難所の運営訓練などを実施している。平時にできないことは、災害時に行うことは難しい。日頃から災害時の備えについて、十分に準備しておく必要がある。



開催地より

東日本大震災を経験された語り部から、東日本大震災の被災状況や避難所運営、備えについて、具体的なお話を聞くことができた。本日の講演をふまえ当市では、自主防災組織が主体となった避難所運営に関することと、自主防災組織の日常からの取組の強化について取り組んでいきたいと思う。

開催地名：東京都品川区	
開催日時	令和4年12月11日（日） 10：00 ～ 11：30
開催場所	品川区立第二延山小学校
語り部	太田 千尋 （宮城県仙台市）
参加者	防災区民組織 56名
開催経緯	災害時の避難施設に関しては、避難所や広域避難場所など名称が似通っており、区民へ適時適切な避難方法を啓発することが課題である。実災害を経験した方の講話を通じて、区民の避難に対する理解が進むことが期待される。
内容	<p>（1）3.11 東日本大震災</p> <p>私は震災発生当時、仙台市消防局に勤務しており、この悲惨な情景を目の当たりにした。地震のエネルギーを表す単位であるマグニチュードは9.0と日本最大の地震で、東北沖の東西150キロメートル、南北350キロメートルの海底の広い範囲が震源だった。仙台市内では宮城野区が震度6強、青葉区、若林区、泉区が震度6弱、太白区が震度5強を記録した。関東大震災のマグニチュードは7.9と記録されている。マグニチュードが1増えると、地震のエネルギーは約32倍になることから、この地震がいかに大規模なものだったかがわかるはずだ。</p> <p>この地震による人的被害は死者（市内で死亡が確認された方）が904人（仙台市民以外の方95人を含む）、建物被害は全壊が30,034棟、大規模半壊が27,016棟、半壊が82,593棟と記録されている。なお、これだけ建物の被害が出たにもかかわらず、死者のほとんどが津波によるもので、地震そのものによる死者はほとんどいなかった。</p> <p>（2）避難所で浮かび上がった問題点とその対策</p> <p>地震後は仙台市中心部でも帰宅困難者が発生し、避難所が開設された。仙台市の人口約100万人のうち、1割にあたる10万人以上の人々が避難所に避難したと言われている。避難所には、発災後すぐに大勢の方々が身を寄せる。仙台市では、避難所の運営は、その地区の自治会長たちで作った避難所の運営委員会で行っており、そしてその運営委員会の中で、分野別に班を構成し、住民主体の役割分担をしていた。東日本大震災の際は、これらの運営委員会が速やかに避難所を開設したところは上手く機能したが、市の職員が担当していた避難所では開設までに時間を要し、運営が軌道に乗るまで大変だったようだ。また、元気な住民から避難してくるため、体力のない高齢者やケアの必要な住民が避難して来る頃には、トイレのそばや暖房の効いた温かい場所等の生活環境の良いスペースは空いていない。このあたりについては、各自治体で配慮が必要になると思われるので是非ご検討いただきたい。</p> <p>さらには、着替えをする場所がなかったり、女性用の物干し場がないことから下着が干せなかったり、生理用品やおむつ、粉ミルクの不足や配布方法に不手際が発生するなど、様々な問題が発生した。これらは、自主防災組織の中に女性リ</p>

ーダーが配置されていれば改善されるケースが多いので、今後の防災対策においては女性の視点を取り入れることや、女性の参画等を推進していくことが極めて重要だ。一般的に、女性の方が男性よりもコミュニケーション能力が高いことを認識していただき、スタッフの配置をお願いしたい。

(3) 防災・減災対策

万一に備え、自宅周辺の災害リスクや避難場所、避難ルート、待ち合わせ場所等を家族で共有しておくことは極めて大切である。こうした準備をしっかりとっておかないと、発災時のパニックになってしまう状況では落ち着いた行動ができない。

家具等の転倒や落下防止対策については、地震には間違いなく有効であるのでお薦めしたい。仙台市では、ご自分で取り付けできない高齢者の住宅等に自主防災組織のメンバーが出向き、L字型金具やガラス飛散防止フィルム等の取り付けの対応を行っていた。この対応が被害を抑制したという報告もある。

東日本大震災では、ご存知のように車の燃料が極端に不足し、仙台市でも避難所での生活に大きな影響を及ぼした。当時から11年経ち、社会の変化によりさらに街中のガソリンスタンドが全国で減少している。これは、ガソリンや灯油の街中での備蓄量が減ることを意味する。私の地元の町内会では、このような状況をふまえて、カセットコンロのボンベで発電が可能な発電機を購入した。皆さんの地域でも、避難所で必要な物資の検討をお薦めしたい。

行政には平等の原則があり、切迫した状況での臨機応変な対応は期待できない。そのため、自分たちで何とかして助け合うのが最良であり、地域の防災力は、コミュニティで高めることが必須である。そして訓練で成功しないことは本番で成功しない。町内会をはじめとする自主防災組織の設置や日頃の訓練を是非進めていただきたい。



開催地より

消防吏員として経験した東日本大震災について、主に災害対策本部の目線による避難所の開設や運営に関する教訓をお話しいただいた。災害について具体的にイメージすることができたと思う。本日のお話しを受けて当区では、避難所運営を担う、町会を母体とした自主防災区民組織の、実践的な避難所運営を強化していきたい。

開催地名：東京都青梅市	
開催日時	令和5年1月15日（日） 10：00 ～ 12：00
開催場所	青梅市役所
語り部	菅野 澄枝 （宮城県仙台市）
参加者	自主防災組織、関係機関等 90名
開催経緯	青梅市では、これまで地震による大きな被害の発生は確認されていないが、立川断層帯地震が発生した場合、最大震度7の強い揺れが生じることが予想されている。現在も自主防災組織の強化、災害時要配慮者支援体制の充実、実践的な総合防災訓練の実施などにより、地域における防災体制の確立を図っているが、今後も地域防災体制の充実を図るため、自助・共助の更なる強化が必要である。
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>私が住んでいる仙台市宮城野区の岩切地区は、沿岸部から内陸に向けて10キロほど入った地点なので、直接の津波被害はなかった。しかし、近隣にある七北田川からの津波の逆流や、沿岸部の住民の避難などの影響は大きく、指定避難所は避難民であふれた。また、地盤の関係で仙台市内でも宮城野区は最大震度を記録し、私の自宅を含めて全壊や半壊の世帯も多く出た。</p> <p>東日本大震災では、死者、行方不明者の数は、合計で22,312人に及ぶ。一人一人にヒストリーがあるので、本当に悲しくて思い出すのも辛い。東日本大震災の犠牲者の方々の死因は、津波による溺死が圧倒的に多い。阪神・淡路大震災の際は、家屋の倒壊や家具などの転倒による圧迫死がほとんどだったことを考えると、地震の揺れに対する対策はできていたと言える。</p> <p>（2）仙台市防災リーダー</p> <p>東日本大震災が起こるおよそ9か月前の平成22年6月に、仙台市宮城野区の総合防災訓練で「岩切・女性たちの防災宣言」が発表された。当時の女性区長が「日中に大地震が発生したら、家にいるのは女性が多い。女性の視点で防災対策を進める意義は大きい。」と提案したのがきっかけだった。宣言は、仕事で夫や父親が家にいない状況での心の備えを促す言葉で構成され、「私たちは、ここ岩切でみんなが安心して暮らすために、自分たちでできることを考え行動します。大切な人の命を守るために。この地域で育つ子供たちのために。」と結ばれている。翌年に東日本大震災が発生し、大勢の被災者が避難を余儀なくされた非常事態の中で、防災宣言を作ったメンバーは自然と行動を起こした。そこから、仙台市防災リーダーという動きも始まった。</p> <p>防災は、自分一人で行うものではない。みんなが自分の問題と思い、力を合わせて取り組むことで大きな力となる。仙台市防災リーダー（SBL）は仙台市特有の地域防災の動きである。SBLの養成は仙台市が行っているが、実際の活動は町内会が主体であり、町内会を支援する組織である。現在は774人のSBLがおり、そのうち、189人が女性だ。</p>

平常時の活動としては、地域の実情に応じた実践的な防災訓練等の企画・運営や地域住民に対する情報提供、啓発活動、指定避難所の運営に関する学校をはじめとした関係団体との協議・連携、災害時要援護者の支援体制の整備などが挙げられる。そして発災時には、避難誘導、災害時要援護者の支援、避難所の開設・運営、避難者の支援などが役割となる。発災時の活動は極めてレアケースであり、平常時の活動が発災時の活動のためのベースとなる。自主防災組織と協力し、その構成メンバーとして平常時から顔が見える関係作りも重要な業務といえる。やはり、災害時に初めて見た顔が指示をするよりも、気心の通じた人間が声がけをするほうが、何事もスムーズに行くはずだ。SBLは実働部隊という側面はもとより、地域住民に防災活動を啓蒙していくことも重要な任務であると考えている。

(3) 地域防災

災害時には、自助、公助、共助という考え方が一般的だが、自助というのは、「自分の力だけで自立してください」ということではなく、地域の中で心を通わせて、何事に対しても他人事は無い、という意識を持ち、助け合っていくことが肝要である。

お互いのことを思い合える状況があつてこそ、自分で頑張る力が出てくる。地域というのは、そういった思いの積み重ねではないかと強く思う。そして、無理なく、楽しく、末永く活動を継続していくことが重要である。一人では難しいことも、仲間と一緒に協力してあたられば、もう一歩上のステージに進んでいくことができる。そして、仲良しグループで無難に事を進めるのではなく、多様な意見を聞き、参考にすることで、よりよいアイデアや方法を見つけていくことも必要である。私の町だから当たり前前に私が守る、私だけではできないから、みんなの力を集めて守っていくというスタンスで、是非皆さんの地域での防災活動を推進していただきたいと思う。



開催地より

今日の講演を受けて当市では、自助、共助の重要性を念頭に避難所運営について周知、理解を深めていくとともに、日常から地域の関係性づくりを強化し、災害時に共助の力を発揮できるよう働きかけを行っていきたい。

開催地名：東京都国分寺市	
開催日時	令和5年2月15日（水） 14：00 ～ 15：30
開催場所	cocobunji プラザ
語り部	山田 修生 （宮城県仙台市）
参加者	市民防災推進委員及び市民 69名
開催経緯	<p>本市では、平成25年度に災害対策基本法で地区防災計画が位置づけられる37年以上前から、市民が中心となり、地区防災計画を策定し、現在は15の防災まちづくり推進地区が策定済である。また、策定より年数が経過し、現在の国分寺市地域防災計画に沿っていない計画もあるため順次見直しを図っている。</p> <p>本市は過去に大きな災害に見舞われたことが無く、実体験に基づいた計画でないことから、本当に計画とおりになるのか不安な一面もある。日常の自助や共助への備えや避難所での運営や自主防災組織による在宅避難者への支援などの実体験をお聞きし、さらなる対策を講じたい。</p>
内容	<p>（１）はじめに</p> <p>45年前ほど前の昭和53年6月に、死者28人、負傷者11,000人、家屋損壊13万戸を記録した宮城県沖地震が発生した。この地震がターニングポイントとなって、宮城県は地震防災に本格的に取り組み始めたと言える。</p> <p>2011年3月11日14時46分に、水深6,500メートルにある縦500キロ、横200キロの広さの海底プレートが崩れたことによって発生した大地震は、マグニチュード9.0を記録した。西暦869年にこの大地震に匹敵する規模の貞観地震が東北地方で発生しているため、1,000年に1度の規模の災害と言われている。大地震の前には震度2～4程度の地震が何回かあるのが一般的である。その際、横揺れについては心配ないが、東日本大震災では地下から「ゴオー」と音がして縦揺れ、横揺れ、斜め揺れと、すごい揺れが継続した。その後大きな津波が来ると思い、住んでいるマンションの居住者を避難所へ誘導した。東日本大震災発生時、自分がどう動けばいいのかわからず、震災前にそれなりの準備や訓練をしていて知識はあったが、まったく活用できなかったと言える。</p> <p>現在各地で行われている避難訓練は、通常は土・日・祝日を中心に行われている。しかし東日本大震災は、勤労者、特に男性がほとんどいない平日の昼間という時間帯に発生した。高齢者や主婦しかいない状況下での避難訓練も想定していただくとともに、自主防災会や役員への女性の登用についても、今後は推進していく必要がある。</p> <p>地震が収まった後、私は避難所の運営に携わった。すでに訓練等で担当が決まっているところも多いだろうが、名簿班、総務班、情報広報班、食料物資班、救護衛生班などに分かれて活動することになる。一番重要になるのはトイレの問題である。避難所は人数が多く、トイレが必ず詰まる。組み立て式のトイレもすぐいっぱいになる。これは今後の重要課題として意識しておいてほしい。</p>

(2) 東日本大震災から学んだこと

東日本大震災は、災害対策を決して怠っていたわけではないが、これまでの取り組みが無効だと感じてしまう程の規模であった。いつどこで起こるか分からない自然災害を予測することは難しい。従って、自然災害と共生していくことが、被害を最小限にする手立てとなる。自分の居住する地域で起こった土砂崩れや河川の氾濫、水害、地震についての情報は、必ず把握していただきたい。

そして、自宅避難者への対応についても、特に注意をお願いしたい。小学校、中学校の指定避難所に避難しないで、自宅にとどまると主張する方が、特に高齢の男性の方を中心に一定数存在するはずである。避難所に行けば食料等も提供されるが、自宅に残っている方は、どうしても見落とされてしまう。自宅に残った方々の情報もしっかりと把握したうえで、物資の供給等を行っていただきたいと思う。高齢者の一人暮らしについては、単独で避難できない方もいらっしゃるの、十分な注意喚起をお願いしたい。

また、各地域で、災害時に当面の避難生活を行なう避難所として、指定避難所が設定されている。指定避難所となっている学校の近隣に居住されている方々については、平常時の防災訓練等で、学校との連携を密にしていきたいと思う。そうすることで災害時にも連携がスムーズに行なえるはずだ。

(3) まとめとして

公助が機能するまでの72時間、自助と共助で乗り切る必要がある。3日間は役所の援助を頼らずにしのげるよう、必要な備蓄や準備に取り組んでいただき、まずは自分の命を、そして家族の命を優先に考え、行動していただきたい。

経験は決して自分を裏切らず、役に立ってくれるものである。防災訓練、避難訓練等、役に立たないと思わずに、いざとなったらこれは必ず役に立つと考えて参加してほしい。避けられない災害と共生することを意識して、備えは怠らずに生活していただきたいと思う。



開催地より

東日本大震災時の実体験に基づくお話しを、非常にわかりやすくご説明いただいた。参加者は災害について具体的なイメージを認識できたと思う。本市としては、自助・共助の意識を向上させるような防災活動を推進していくとともに、地域のつながりを重視した防災計画の策定に取り組みたい。

開催地名：東京都世田谷区	
開催日時	令和5年2月25日（土） 10：00 ～ 11：30
開催場所	祖師谷区民集会所
語り部	平澤 つぎ子 （千葉県旭市）
参加者	世田谷区内防災区民組織ほか 40名
開催経緯	震災を想定した避難所運営訓練等を地域住民主体で行っているが、実際に震災を体験している人は少なく、震災時の避難所生活等についてイメージが薄い。震災から11年が経過し、震災対策としてさまざまな情報・文献が出されている。その中で本当に大切なものは何かについては、情報の過多により絞り込めていない。
内容	<p>（1）震災被害の状況</p> <p>千葉県旭市は銚子市のすぐ隣に位置している。東日本大震災では14時46分に震度6弱を記録し、約30分後にも同じくらいの揺れを観測した。そして最初の揺れから約1時間後の15時50分に津波の第一波が到達した。そこから約30分後の16時20分に第二波が到達し、第一波が引いたことで安心して家に戻った方が第二波でさらわれ、亡くなった事例もあった。たった6～7メートルの津波と思われるかもしれないが、14人の方が亡くなられた。津波はコンクリートの橋を壊し、川を遡上する。津波は海上では時速約800kmにもなる。上陸すると速度は落ちるが、それでもマラソン選手でも逃げ切れない。とにかく津波が来たら、速く・遠く・高いところへ避難するように心がけてほしい。</p> <p>また旭市での住居被害については、全壊が336世帯、大規模半壊が432世帯、半壊が509世帯、床上浸水が677世帯、床下浸水が276世帯、液状化現象が768世帯となっており、液状化面積は874ヘクタールに及んだ。</p> <p>（2）避難所の状況について</p> <p>自分のいた避難所には約3,000人が避難してきた。津波で濡れたままの衣服、泥だらけの履物で避難所ではトラブルも多く発生した。避難所は1人分のスペースが狭く、いつでも誰もが出入り自由で、プライバシーの保持や精神的な休息が困難だった。寝食は同一場所なので周囲が汚れがちになり、断水や大量のごみによる悪臭、異臭、害虫が発生した。食料や水、寝具などの救援物資が十分でなく、入浴や清拭、更衣などは不自由で、清潔保持は難しかった。トイレの設備上の不自由さや使用困難などの環境の中では、特に女性や高齢者は飲水を控えることで体調を壊してしまうケースも多く見られた。また、着替える場所が不足していることや、子供の泣き声や他人のいびき、他人が混在していることで経済的なことや家族の話もできない等のストレス、精神疾患、結核、その他感染症の人と一緒に滞在することによる不安等、厳しい環境下での避難所生活だった。</p> <p>避難所に必要とされることは、安全で健康が保てること、水・食料・生活物資があること、トイレ等衛生面が整っていること、情報交換や連絡が可能なこと、コミュニティの維持や形成が可能なこと（要支援者）などがあげられる。</p>

私は地震発生の3月12日～5月21日の間、食事関係（おやつ、昼食の配膳、夕食の下準備）、保健衛生面（掃除、窓の開閉、ごみの始末、体調の観察）、心のケアとして傾聴、話し相手、相談なども行っていた。その他にホットタオルの配布、生け花、その他依頼されたこと等を臨機応変に対応した経緯がある。ボランティアとして避難所の炊き出しに参加した際には、緊張感だけでなく、切迫した雰囲気を感じた。農家の方からいただいたお米を、2日間にわたって提供し続けた。市役所の方の「まだ足りない、まだ足りない」という声が響き、夢中で作り続けた記憶が残っている。全国各地からボランティアに来ていただいたが、地元の高齢者も活躍していた。古い名簿を解説したり、地理的なことを教えてくれたり、貴重な存在だったと感じている。色々な活動を行っている中で、避難している高齢の漁師からの差し入れや、中学生からの声掛けや挨拶など、心の繋がるふれあいをとても嬉しく感じた。

（3）参加者に伝えたいこと

平時から居住する市町村のハザードマップで自宅周辺を確認し、避難場所の位置や避難ルート、避難手段について確認することは重要だ。また、避難する際の必需品についても、各自で検討していただきたい。そして避難する際には、近隣の要介護者や要支援者の情報や、ペットの問題なども考慮する必要がある。

日本ではどこでも地震が起きており、予報・予知は難しく、地震が起きない場所はないと感じている。正常性バイアスという意識を持たず、備蓄品、持ち出し品、部屋の家具の固定などについて、今一度備えを見直して欲しい。阪神・淡路大震災発生では誰に助けられたかという、自力、家族、友人・近隣で95パーセントを占めており、公助ではなかった。自助、緊急時に備えた平時の研修、訓練、情報共有など、地元・町内・向こう3軒両隣で日頃の付き合いをすることは大切である。身近なことでは、車のガソリンはメーターが半分になったら入れておくことや、1年に1回、月日を決めて備蓄品をチェックすること、そして連絡網の確認、スマホの充電をしておくなど、日頃から心掛けてほしい。そして、自分たちの地域は自分たちで守る自主防災組織の存在が重要であると思う。



開催地より

東日本大震災を経験された語り部から、避難所での生活等について具体的なお話を聞くことができ、地域住民の震災に対するイメージを深めることができたと思う。区民が必要な知識を身につけて、地域の防災力を向上させるための啓発活動を、今後も継続して実施していきたいと思う。

開催地名：東京都港区	
開催日時	令和4年9月27日（火） 10：35 ～ 11：20
開催場所	港区立御成門小学校
語り部	菊池 由貴子 （岩手県大槌町）
参加者	在籍児童 合計413名
開催経緯	<p>本校は学区域が非常に広く、地域によって特色が異なる。「ビルに囲まれている」、「海からの影響を受ける」、「広い道路を渡る」、「開発が進んでいる」等、エリアごとに災害発生時の状況も様々である。</p> <p>以前の講演から年数が経ち、聴講した児童もほとんどが卒業しているため、改めて講演を開催して、自分の身を守ることの大切さを知り、周りの状況に応じて自ら判断して自身の安全を確保する力をつけてもらいたい。</p>
内容	<p>（１）災害とは</p> <p>みんなも経験してよく知っていると思うが、台風の影響で強い雨が降ったり、強い風が吹いたりすることがある。また、最近ではゲリラ豪雨と言って、局地的に大雨が降ることも多い。雷が落ちたり、大雨によって洪水が発生したりすることもあるし、火災や停電、地震、津波も災害である。今日は地震と津波を中心にお話ししたいと思う。</p> <p>（２）東日本大震災とは</p> <p>2011年3月11日の午後2時46分に、東北地方でとても大きな地震があった。地震の大きさはマグニチュード9.0で、これは日本最大の大きさであり、世界でも4番目の大きさの地震だった。</p> <p>次にこの地震でどのくらいの揺れが発生したのか検証してみる。それぞれの場所でどれくらい揺れたかを示す「震度」は1～7まであり、私の住む岩手県の大槌町では震度5強から6弱の揺れであった。皆さんの住む東京都港区でも震度5弱を記録し、北は北海道から南は九州まで、日本中が揺れた地震だった。</p> <p>震度5弱 怖くて、物につかまりたい、食器や本がおちる、電柱が揺れる 震度5強 物につかまらなさと歩けない、食器や本がたくさんおちる 震度6弱 立ってられなくなる、窓が割れたり建物が傾くこともある 震度6強 這わないと動けない、家具が動き倒れる、山が崩れることもある 震度7 丈夫な建物でも傾いたり、倒れたりする</p> <p>また、この時の地震では、青森県から千葉県までの海岸沿いを津波が襲った。高さ10メートルを超えるものもあった。津波は陸地でも人より速く、しかも繰り返しやってくる特徴があるので、高いところに逃げる必要がある。高さ0.3メートルの津波でも、立ってられなくなり流されてしまうし、高さ1メートルの</p>

津波に巻き込まれると、ほとんどの人が亡くなってしまいます。東日本大震災では、このように大きな地震と、地震に伴う大きな津波により、多くの人々が流され、亡くなってしまった。

(3) 防災とは

防災とは、災害に備えることだ。災害は必ずやってくるものだが、私たちはそれを止めることはできない。しかし、災害に備えることや、準備をすることはできる。

防災で大事なことが3つあるので説明したい。一つ目は訓練が大事ということである。東日本大震災の際には、中学生が小学生や保育園児の手を引いて高い所に避難した。これは普段からきちんと訓練を実施していたからできたことだ。野球やテニス、剣道をやっている人は、素振りの練習を必ず行う。これをしないと試合の時にうまくいかないからだ。防災のための訓練は素振りと一緒に、普段の訓練をしっかりと行わないと、災害時にうまくいかなくて苦労してしまう。

二つ目は「あたりまえのことに感謝する」ということだ。みんなは家族や友達が周りにいることが当たり前だと思っているが、このような当たり前の生活ができなくなってしまった人が、東日本大震災でたくさん発生したことを忘れてはならない。

三つめは「命を大切に生きる」ということだ。生きたくても死んでしまった人がたくさんいる。辛くても悲しくても、命を大切に生きることがとても大切である。みんなには、自分の命、周りの命を大切に、よりよくなるために生きることを目指してほしい。



開催地より

東日本大震災被災時の体験について、東日本大震災の地震災害の状況について、避難所における生活についての3点をわかりやすくお話しいただいた。学校としては今日のお話しを受けて、毎月の避難訓練計画の見直しと、児童への安全教育の徹底について重点的に取り組んでいきたいと思う。

開催地名：東京都昭島市	
開催日時	令和4年12月3日（土） 9：00 ～ 11：00
開催場所	昭島市役所
語り部	大内 幸子 （宮城県仙台市）
参加者	市防災課、自主防災組織 55名
開催経緯	<p>本市では、主に自治会毎に自主防災組織が結成され、各学校に組織されている避難所運営委員会の中で、避難所運営の検討・訓練等の活動を行っている。自主防災組織の方の防災に対する意識は決して低くはないが、本市においては、大規模な災害を経験したことがないため、災害時に実際に起こり得ること、またその対応策の検討など、実践的な知識・危機感が乏しいことが課題となっている。</p>
	<p>（1）福住町における自主防災組織発足の経緯</p> <p>私が住む仙台市福住町は、仙台駅の東部にある新興住宅地で、2本の川に挟まれており、水害を受けやすい場所であった。中でも昭和61年の台風10号による被害は甚大で、その当時の苦い思い出が2003年の自主防災組織発足につながり、それが今日の「福住町方式」となっている。「自分たちの町は自分たちで守る」を合言葉に、日本一災害に強い町内会を目指すことになり、できるだけ行政に頼らない地域力、町内をあげての災害対策として進められた経緯がある。災害発生時に名簿がないと、誰が被災しているかもわからないので、まずは要支援者の名簿作成や住民全員の名簿作成に取り組んだ。</p> <p>また、災害時相互共有協定を締結し、お互いできる範囲内での支援と交流を実施し、互いに防災訓練に参加する等、顔の見える関係をつくっていた。自主防災組織を発足した翌年の2004年に新潟中越地震がおきた際に、自分たちでできることがないか検討したうえで、支援金や支援物資を集め、車やトラックで新潟県小千谷市池原地区に向かい、支援させていただいた。</p> <p>（2）東日本大震災時の記憶</p> <p>震災が発生した3月11日は、被災時を想定した訓練どおりに、要支援者の安否確認を30分で終わることができた。普段から45～50人ぐらいの要支援者の見守りをしていたので、名簿がなくてもすぐに駆けつけることができた。避難所の開設については、小学校の避難所には2,000人近くの避難者が殺到したため立ち後れたが、町内では暗くなる前に炊き出しの準備をし、公園に手作りのトイレや災害時がれき置き場を、訓練どおりに設置することができた。</p> <p>また、小千谷市の池原地区の方々が「7年前のご恩を忘れません」と駆けつけてくださり、支援物資をたくさん届けていただいた。小千谷市を含め4団体から支援物資をお送りいただいたので、約8割相当の物資については、支援いただいた4団体の許可を得たうえで、福住町より甚大な被害を受けた海沿いの地区へお届けし、役立てていただいた。</p>

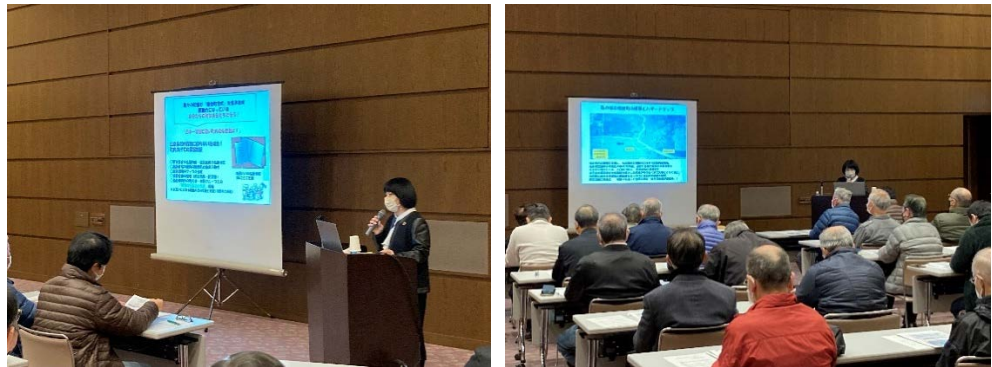
(3) その後の地域防災活動

仙台市では、平成 24 年度より地域防災の担い手を育成する目的で「仙台市地域防災リーダー（SBL）養成講習」を開始した。仙台市地域防災リーダー（SBL）には、町内会長などを補佐しながら、平常時には地域特性を考慮した防災計画づくりや効果的な訓練の企画運営、災害時には地域住民の避難誘導や救出・救護活動の指揮を行うなどの役割が期待されている。

災害規模が大きいほど、公助には限界がある。自助・共助の取り組みが重要と感じ、併せて災害時には女性の視点に立った防災・減災が必要だと強く感じた。東日本大震災をきっかけに、私は仙台市地域防災リーダーの認定を受け、女性のための防災リーダー養成講座を受講し、せんだい女性防災リーダーネットワークを立ち上げ、東日本大震災の教訓と人の命の大切さなどを発信し、人材育成活動を行っている。

福住町の防火・防災訓練では、災害時の対応、減災を「自分たちの町は自分たちで守る」をモットーに毎年訓練している。15 年前から消防署の指導ではなく、福住町独自の企画と運営で、「全員参加型」を目指す防災訓練であり、授業の一環として中学生も参加しているのも特徴である。

震災後、避難所運例マニュアルにも変化し、避難所は体育館から校舎の 2～4 階に避難すること、避難所運営委員企画員として女性の参画が進んだこと、簡易トイレは 7：3 で洋式が増えたことなどに改善点が見られる。また、防災訓練により各自の役割が明確化されるとともに、地域の名簿を毎年メンテナンスし、地域の中での見回りの体制が構築されている。地域住民が自分ごととして、防災・減災を考えられるように工夫していて、ボランティア活動や夏祭りやイベントで住民のコミュニケーションの構築を共に図っているのも特徴である。



開催地より

東日本大震災を経験された語り部から、自主防災組織の取り組みや震災時の具体的なお話を伺うことができた。これから当市で取り組んでいかなければならない防災活動について、一つのヒントとしていきたいと思う。具体的には、市民に対する自助・共助の重要性についての啓発強化と、各避難所運営委員会に対する避難所運営体制の強化を進めていきたいと思う。

開催地名：東京都町田市	
開催日時	令和5年1月16日（月） 10：00 ～ 11：30
開催場所	町田市役所 現地開催及びオンライン配信（ハイブリッド講演）
語り部	糸日谷 美奈子 （千葉県千葉市）
参加者	市防災課、自主防災組織、市内学校関係者、NPO 32名
開催経緯	<p>当市では、近年の新型コロナウイルス感染症を契機として、1人当たりの避難スペースの見直しを行った。その中で、避難スペースの不足の解決策として、在宅避難の呼びかけを広めていきたい。</p> <p>また、地域における自主防災組織への加入率も市民全体の50%ほどであり、町内会や自治会、自主防災組織の垣根をこえた周知が求められるため、デジタル化などによる成功事例や取組み例について先行事例などがあれば、共有していただきたい。</p>
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>東日本大震災が発生した11年前、私は岩手県釜石市立東中学校で理科の教師をしていた。東北地方太平洋沖地震が発生した際に、皆さんと同じ中学生がどのような行動をとったのか、「助けられる人から助ける人へ」をテーマに、今日は皆さんにお話ししたいと思う。</p> <p>（2）東日本大震災について</p> <p>平成23年3月11日14時45分ごろ、震度6弱の地震が発生した。私はその時、校舎の一階にある職員室にいた。教室では帰りの会が終わり、生徒たちは部活動など次の活動に移動するタイミングで、校内にバラバラに滞在していた。地鳴りが聞こえ、地面はグニャグニャ揺れており、渡り廊下が大きくたわんでいた。揺れが収まるとまずはサッカー部の生徒たちが走り出し、続いて校内にいた生徒たちも高台に向かって走った。</p> <p>最終目的地となる高台のデイサービスセンターの駐車場で海の方を見ると、大きな音と共に砂煙が迫ってくる光景が見えた。災害時、この施設まで逃げることは想定していたが、その先は何も決めていなかったのでパニックに陥った。「逃げろ！死ぬぞ！」と叫ぶ声が聞こえて我に返り、避難してきていた小学生や父兄とともにさらに上に向かって走った。波がここまでは到達しないという確認が取れるまで山の上にはいたが、暗くなり始めたので、避難できる建物まで移動する必要があった。開通したばかりの高速道路を歩いて、市内の廃校になった中学校の体育館に移動した。小・中学生と近隣の住民併せて2,000人が、狭い体育館で足も延ばせずに、食事も暖房もなく、仮設トイレが1台外にあるだけの中で、段ボールを体に巻き付け背中を合せて暖をとり、一夜を明かした。</p> <p>翌日、さらに内陸の中学校に移動し、食料や寝具をはじめ、必需品の提供を受けてようやく安心することができた。携帯電話が不通で使用できなかったため、生徒たちの家族との連絡や情報収集のために、ラジオ局に情報発信を依頼した。</p>

(3) 釜石東中学校での取り組み

東北地方の太平洋側に位置する岩手県釜石市では、明治三陸地震津波(1896年)、昭和三陸地震津波(1933年)という2度の津波被害を受けた歴史がある。また、政府から、30年以内に震度6弱以上の地震が起こる確率が75%以上であると発表されていた。そのため2009年から防災教育を強化し、釜石東中学校では避難訓練だけではなく、総合学習の時間を利用して、防災マップの作成、救急搬送や応急処置、水上救助、炊き出し等の学習、安否札1000枚の配布を実施した。この総合学習の講師は、学校の職員ではなく、地域の方々が担った。平日の昼間に地域にいるのは高齢者や主婦、幼児、そして学校にいる小・中学生である。自分の命は自分で守るということ、中学生は、助けられる人ではなく、助ける人でなければならないということ、そして学んだことを地域に伝えるということを総合学習で学んだ。

この大震災で、釜石市では888人の死者と154人の行方不明者が発生したが、釜石東中学校を含む釜石市内の小・中学校では、学校にいた児童・生徒は全員無事だった。これまでの歴史と、災害の危険性を日頃から教育していたこと、避難所の想定をしていたことが実を結んだのだ。このことは釜石の奇跡として報道されたが、釜石東中学校の生徒たちは、日頃から災害に対してしっかり準備をしていたので、決して奇跡ではないという気持ちを持っている。しかし一方では、多くの犠牲者が発生した事実もあるので、中学生が学んだことを、もっと地域の人たちに伝えることができたらという後悔の念も否定できない。

(4) 伝えたいこと

つらいときこそ、周りの人に「ありがとう」と言われることを率先して行おう。苦しい時ほど、周りの人に「ありがとう」と素直に言えるようになろう。そして後悔しない未来を創るためには、いつ来るかわからない災害の前に準備をしておくことが大切である。できることから、一つでもいいから行動に移してほしい。自分の命は自分で守り、学んだことを地域に伝える姿勢を意識してほしいと思う。



開催地より

防災教育は、市内小中学校、都立高校と連携を始めており、避難施設開設訓練等の機会に、学校、地域が連携をして児童生徒に対し、講義や体験学習を行っている。引き続き、地域連携を高めることで防災意識の向上、さらには将来の防災リーダーの担い手育成につなげていきたい。

開催地名：東京都八王子市	
開催日時	令和5年3月4日（土） 14：00 ～ 15：30
開催場所	ユニカミノルタ サイエンスドーム（八王子市こども科学館）
語り部	大内 幸子（宮城県仙台市）
参加者	市内自主防災組織 86名
開催経緯	<p>本市では、地域住民の防災・減災の意識向上を図るため、自主防災組織の結成や、地域防災リーダーの育成事業、防災講座、グループワーク等を継続的に行っており、地域住民の防災に対する意識向上や女性や子ども目線に立っての避難所運営についても意識向上が感じられるが、被災地での活動等実体験の話を直接聞く機会が少ないことから、自分に置き換え難いことが課題となっている。</p>
	<p>（1）はじめに</p> <p>間もなく東日本大震災が発生してから12年を迎える。あっという間の12年だったというのが率直な感想だ。皆さんのように、防災・減災に関わる方々が少しでも増えたらいいと思い、震災後も様々な活動を行ってきた。今日は災害時の自助・共助の重要性についてをテーマにお話ししたいと思う。</p> <p>私が住む仙台市福住町は、仙台駅の東部にある新興住宅地で、2本の川に挟まれており、水害を受けやすい場所であった。中でも昭和61年の台風10号による被害は甚大で、その当時の苦い思い出が2003年の自主防災組織発足につながり、それが今日の「福住町方式」となっている。「自分たちの町は自分たちで守る」を合言葉に、日本一災害に強い町内会を目指すことになり、できるだけ行政に頼らない地域力、町内をあげての災害対策として進めていった経緯がある。災害発生時に名簿がないと、誰が被災しているかもわからないので、まずは要支援者の名簿作成や住民全員の名簿作成に取り組んだ。</p> <p>また、災害時相互共有協定を締結し、お互いできる範囲内での支援と交流を実施し、互いに防災訓練に参加する等、顔の見える関係をつくっていた。自主防災組織を発足した翌年の2004年に新潟中越地震がおきた際に、自分たちでできることがないか検討したうえで、支援金や支援物資を集め、車やトラックで新潟県小千谷市池原地区に向かい、支援させていただいた。</p> <p>（2）東日本大震災時の記憶</p> <p>震災が発生した3月11日は、被災時を想定した訓練どおりに、要支援者の安否確認を30分で終わることができた。普段から45～50人ぐらいの要支援者の見守りをしていたので、名簿がなくてもすぐに対応することができた。避難所の開設については、小学校の避難所には2,000人近くの避難者が殺到したため立ち後れたが、町内では暗くなる前に炊き出しの準備をし、公園に手作りのトイレや災害時がれき置き場を、訓練どおりに設置することができた。</p> <p>また、発災直後に小千谷市の池原地区の方々が駆けつけてくださり、支援物資をたくさん届けていただいた。小千谷市を含め4団体から支援物資をお送りいただいたので、約8割相当の物資については、支援いただいた4団体の許可を得たうえで、福住町より甚大な被害を受けた海沿いの地区へお届けし、役立てていただいた。</p>

(3) その後の地域防災活動

仙台市では、平成 24 年度より地域防災の担い手を育成する目的で「仙台市地域防災リーダー（SBL）養成講習」を開始した。自主防災組織の必要性和重要性が震災によって明らかになったことに拠る。災害の規模が大きいと、行政も大きな影響を受ける。そのような場合には自分たちの町は自分たちで守り、自分の命は自分で守るという強い意識が必要である。

併せて、災害時には女性の視点に立った防災・減災が必要だと強く感じた。これは阪神淡路大震災のときにも言われていたが、避難してくる住民の 8 割が、いわゆる災害弱者と言われる高齢者、障害者、妊婦、乳幼児等という事実から、男性だけで運営するよりも女性のリーダーがいることで、より細かいところまで行き届いた対応が可能となる。東日本大震災をきっかけに、私は仙台市地域防災リーダーの認定を受け、女性のための防災リーダー養成講座を受講し、せんだい女性防災リーダーネットワークを立ち上げ、東日本大震災の教訓と人の命の大切さなどを発信し、人材育成活動やイベント、研修会など、様々な切り口から楽しく防災を学ぶワークショップなどを開催している。女性ならではの視点と、リーダーシップを活かした地域防災力を高める活動を意識している。

福住町の防火・防災訓練では、災害時の対応、減災を「自分たちの町は自分たちで守る」をモットーに毎年訓練している。15 年前から消防署の指導ではなく、福住町独自の企画と運営で、「全員参加型」を目指す防災訓練には、授業の一環として中学生が参加しているのも特徴だ。防災訓練により各自の役割が明確化され、地域の名簿を毎年メンテナンスし、学校の防災教育と地域防災のタイアップにより、地域の発展と防災力向上に繋がっていくことを伝えたい。

また、地域住民が自分ごととして、防災・減災を考えられるように工夫していて、ボランティア活動や夏祭り等、イベントで住民のコミュニケーションの構築を共に図っているのも特徴である。自分の命を守るため、大切な家族を守るために継続していれば、災害が起きた時には必ず役に立つと思っている。

現在、自助・共助・公助の割合は、7 対 2 対 1 だと言われている。まずは自助の力を高めることが必要だ。そして、持続可能な防災・減災の取組みを地域で行い、子どもから高齢者まで総力戦で災害に立ち向かっていただきたいと思う。



開催地より

東日本大震災以前から自主防災活動を実施してきた福住町の取組みについて、具体的な内容をわかりやすく伺うことができた。当市では本日の講演をふまえ、自主防災組織の自助・共助の強化と、防災活動への女性参画について取組を強化していきたいと思う。

開催地名：東京都中野区	
開催日時	令和5年2月19日（日） 10：30 ～ 12：00
開催場所	中野区役所（オンラインによる講演）
語り部	菊池 由貴子（岩手県大槌町）
参加者	中野区在住・在勤の方 81名
開催経緯	<p>本区では、首都直下型地震等による被害が想定されており、各種普及啓発活動行っているところである。しかし本区では近年、大きな災害が発生していないことに加え、防災訓練や座談会への参加について、参加者の年齢層の偏りや、固定化がされつつあることから、将来的に災害に関する知識を持つ者が減少し、災害への認識の狭まりや希薄が懸念される。</p> <p>そこで、語り部による講演会を実施することにより、幅広い年齢層の方々が、災害発生時の役割を理解し、「自助」・「共助」を基本とする防災対策の重要性を改めて認識できるような学びの場としたい。</p>
内容	<p>（1）東日本大震災について</p> <p>私が住む大槌町は、岩手県の宮古市と釜石市に挟まれた、三陸海岸に面した町である。海沿いの大槌湾に大槌川と小槌川が流れ込んでおり、この両河川の間には山があるため、限定されたわずかな平地に街が存在し、町民の多数が住んでいた。この街を津波が襲った。津波が来襲するとほぼ同時に火災が発生し、街は壊滅状態で、木造の建築物は軒並み流された。人口が約15,900人だった町で、死者821人、行方不明者413人、震災関連死52人、合計1,286人の人的被害が出た。この数字は県内ワースト（被災率8パーセント）となっている。また、家屋被害も6,417棟中4,375棟（約7割が被災）と極めて大きかったと言える。</p> <p>震災発生時、私は隣の釜石市内にいた。釜石市の震度は6弱だった。揺れがどんどん大きくなり、地面が裂けてしまうのではないかと思う程であった。「災害時は冷静に」と言われているが、実際に直面すると人間はパニックになってしまいうし、思考停止状態に陥ってしまう。実際私は、釜石市の避難場所も海の位置もわからないまま、車で移動していた。いつどこでどんな災害にあうかわからない以上、最低限の基礎知識を身につけ、いろいろな状況を日頃から想像し、シミュレーションするくせをつけていただきたい。また、家族や知人に、その日の行動や行き先を伝えておくと、万一の際は安心だ。</p> <p>大槌町では、最大38箇所の避難所に6,000人以上が避難した。避難所の一つだった大槌高校では、生徒たちも役割を分担して運営に協力した。また、応急仮設住宅は48団地に2,146戸整備され、家を失った4,708人の町民が利用した。</p> <p>（2）公助について</p> <p>まずは「自助」で自分や家族の命を守り、その後は「共助」で助け合う。「公助」は機能し始めるまで少し時間がかかるので、しばらくは「自助」と「共助」で対応しなければならない。避難所や避難経路、防災情報などの確認や、水や食料、非常持ち出し品の準備も自助であるし、平時に地域で実施する防災訓練や隣近所との付き合いが共助に有効なことは東日本大震災で実証済である。</p>

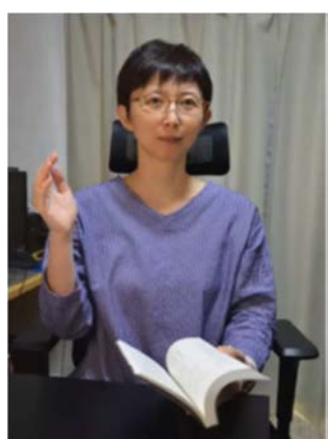
大槌町役場でも、町民に対する公助が機能しなかった。町長を含む職員 40 人が亡くなったこともあり、指示命令系統が上手く機能しなかったこともあるが、震災前の平時における備えの部分にも大きな不備があったと言える。自治体には「住民の命を守る責務がある」ことを、首長や自治体職員は肝に銘じてほしい。対応すべき「公助」はたくさんある。地域情報の発信、災害情報の周知徹底（住民＋職員）、ブロック塀の倒壊対策、トイレトレーラーやダンボールベッドの活用、避難所のトイレの確保等、いつ来るかわからない災害に備えて準備が必要だ。（※避難所ではトイレが 50 人に一つ必要）

（3）防災備蓄について

特別なものを用意するのではなく、日常にいかにもうまく組み込むか、楽しみながら取り組むかがポイントになる。具体的には、普段持ち歩くカバンに、人から借りることができないもの（持病の薬やコンタクトレンズ等）、防寒グッズ（使い捨てカイロ等）や水・食料（飴やチョコレート）、携帯充電器、ラジオ、メモ帳、ペン、家族などの連絡先を紙に書いたもの、小銭、最低限のお金、生理用品、タオル、顔を隠すバンダナ等を常に入れておくことをお奨めしたい。食料等の備蓄については、日常的に少し多めに買い置きしておき、賞味期限を考慮しながら消費して買い足すという行為を繰り返し、常に一定量の食糧を備蓄する「ローリングストック方」が基本だ。

家や車には、飲料用と料理用として一人一日 3 リットルの水の常備をお願いしたい。その他に生活雑水（手洗い、トイレ、お風呂、洗濯）が一人一日 10～20 リットル必要となる。お風呂の残り湯を活用したり、ポリタンクに入れておけばいい。その他、カセットコンロ、ランタン、災害用トイレとトイレトーパーも必要だ。車のガソリンはこまめに給油し、満タンを維持してほしい。

国内外で、次の災害はいつどこで起こるかわからないし、迫りつつあると言っても過言ではない。災害時に支援してくれた誰もが、被災者になる可能性があることを忘れず、今すぐ準備を進めていただきたい。



人的被害と家屋被害(大槌町)

- ・死者 821人
- ・行方不明者 413人 ⇒3人に一人が行方不明
- ・震災関連死 52人
- 計1286人 ⇒被災率8%(県内最悪)
- ・家屋被害
- 6417棟中4375棟 ⇒約7割が被災

大槌町東日本大震災記録誌より

開催地より

今回の講演を受けて、避難所運営を強化していくために、防災リーダーの積極的参加を推奨していきたい。また、避難所生活（運営）における立場の弱い方（女性・子ども・性的マイノリティー・高齢者・障害者等）にも防災訓練に参加していただき、あらゆる視点から考えていきたい。

開催地名：東京都東村山市	
開催日時	令和4年12月1日（木） 15：00 ～ 16：30
開催場所	東村山市役所
語り部	菊池 満夫 （岩手県陸前高田市）
参加者	東村山市職員 29名
開催経緯	<p>当市は、多摩直下の地震が発生した場合、市内ほぼ全域で震度6強の揺れとなることが予測されている。そのため、発災時には市民が主体となって避難所を運営していくために、市内小中学校で避難所運営連絡会を開催し、市民と市職員が協働して避難所の運営について検討を進めている。</p> <p>一方、地域防災計画の目標として「自主防災組織の強化」と「避難所運営連絡会の強化」を掲げているものの、当市において近年大規模な災害が発生しておらず、被災時の避難所運営における知見が不足しているため、この状況の改善を図る機会を設けることが課題となっている。</p>
内容	<p>（1）陸前高田市の被害状況</p> <p>宮城県沖で発生したマグニチュード9.0の地震により、陸前高田市では震度6強を観測するとともに、最大波高17.6メートルの津波に襲われた。この津波により、陸前高田市の全世帯、8,069世帯のうち、4,065世帯が被害を受け、このうち、3,803世帯が全壊となった。地震の全壊は4棟だけであり、地震そのものによる被害はほとんどなかったと言える。死亡・行方不明者は、人口の7.3パーセントにあたる1,760人にのぼった。市庁舎も全壊し、市職員の約4分の1が死亡または行方不明となった。災害対策の中心となるべき職員を失い、行政機能の復旧や被災者支援が困難な状況に陥った。</p> <p>被災直後のインフラの状況については、電気は市内全域で停電し、市内全域での復旧は3カ月後の5月末であった。電話も不通となり、外部との連絡手段は衛星携帯電話を除き利用不可能という形で、固定電話等の復旧は1カ月後であった。水道は、水源が浸水したことから、市内全域での復旧は4か月後の6月末となった。</p> <p>市役所が崩壊したため、給食センターに対策本部を設置した。発災から7月末まで毎日、朝と夜に対策本部員会議を行い、情報共有及びその他対応に追われた。事務室を災害対策本部とし、会議室は安否確認所として利用したため、連日大勢の方々が安否確認所に訪れ大変混雑した。また、閉校した学校の体育館に遺体安置所を設置したが、あまりにも犠牲者が多かったため、隣の体育館を借りて遺体安置所として使用した経緯がある。燃料不足で自家用車も民間のバスも利用できなかったため、経済産業省から支援を受けた燃料を使って、住民のために遺体安置所を巡回するバスを市が運行した。</p> <p>避難所は指定避難所の他にも様々な形で設置され、最大で92カ所、避難者数は1万人を超えた。最初は備蓄品を炊き出しとして提供していたが、徐々に底を尽き、避難所と一般世帯まで含めて1万6,000人分の食糧支援をしなければならぬ状況であった。商店も流され、ガソリンスタンドも流されて燃料もないため、外部からの物資に頼らざるを得なかった。学校、体育館等の避難所では、一</p>

人当たりのスペースが狭く、仕切り等もなかったもので、プライバシーはないも同然であった。また、トイレの数が少なく、水がないので汲み取りができず、対応が非常に大変だった。仮設住宅の建設も急ぎ、抽選で順次入居していただいた。仮設住宅は、被害を受けなかった学校の校庭を利用するケースが一般的だったので、入学後一度も校庭で運動することなく卒業した子供たちが、陸前高田には大勢いる。

(2) 教訓と反省、そして復興へ

生存した人と犠牲になった人を検証した結果、生存した人の80パーセントは津波が来る前に避難していたが、犠牲になった人の40パーセントは避難をしていなかったことが判明した。また、一時避難所に避難しても、38箇所の一時的避難所で、それぞれ303～411人が犠牲となっていた。早く、高く、安全な場所への避難が求められるということだ。さらに、住民の避難誘導を行っていた方々（市職員や消防団、区長、民生委員、警察官、自主防災組織役員）に多数の犠牲者が出たことも忘れてはならない。

市では地域防災計画を見直し、実態に即した計画に改訂した。具体的には、津波到達時刻の10分前までの避難完了（消防団や自主防災組織含む）等、発災後24時間以内の初動対応を明示した職員向けのマニュアルを作成した。さらには、避難の重要性を記載した避難マニュアルを作成し、要配慮者の避難や家族内での連絡方法の確認等、具体的な防災の心得を市民に公開するとともに、自主防災組織のリーダー等を対象に、2次避難所運営マニュアルも作成した。

復興は長期化し、復興期間は令和8年3月までに延長された。一方で、市内の人口減少と高齢化は進行し、震災前は24,246人いた人口は18,166人に、令和4年3月時点の高齢化率は40パーセントを越えている。新たな住宅団地では自治会の結成や自主防災組織の設立等、コミュニティの再構築まで進んでいない現状がある。



開催地より

語り部から避難所運営についての具体的なお話を聞くことができ、災害発生時に必要な対応についてのイメージを強く認識することができたと思う。今後の避難所運営連絡会の中で共有し、自主防災の強化に取り組んでいきたい。

開催地名：神奈川県平塚市	
開催日時	令和5年1月14日（土） 13：30 ～ 15：30
開催場所	平塚市教育会館
語り部	草 貴子 （宮城県仙台市）
参加者	平塚市民 70名
開催経緯	本市では、災害時におけるボランティアの活動及び市民の自主的な防災活動を普及・促進するため、また災害への備えの充実・強化を図ることをテーマに、広く市民を対象に、毎年1月頃に「防災講演会」または「防災フォーラム」を開催してきており、今日に至る。しかし、自助・共助の普及・啓発や女性目線での防災については、不十分であり課題となっている。
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>もう間もなく阪神淡路大震災が発災して28年、東日本大震災が発災して12年になり、これらの震災を知らない世代が増えてきてきた。これまでよりも、むしろこれからが、これらの震災を伝承していく正念場であると、私は認識している。いつどこで発生するか予測不能である自然災害に対し、どのような活動をすれば防災、減災につながるのか、これからお話しする私たちがこれまで取り組んできた活動を参考に、皆さん各自が考えるきっかけにさせていただければと思う。</p> <p>（2）東日本大震災以前の状況</p> <p>震災当時、私は宮城県仙台市泉区市名坂に住んでおり、町内会を運営していた。仙台市泉区は100万都市仙台の副都心で、人口は21万5千人である。泉区は内陸部であるため、幸いにして津波の被害は免れた。</p> <p>市名坂東町内会は、仙台市の泉区東部に平成20年設立された。働き盛りの40代、50代の家庭や単身赴任の家庭が多い中で、女性を中心となって立ち上げた組織である。役員9名が全員女性であること、集会所設立のために銀行ローンを組んだということは、仙台市初の試みだった。行事はなるべく卒業式、入学式、転勤、引っ越し、受験の時期を避けるように設定し、月1回実施している役員会も、あくまでも任意で、できることを無理なく行うこととして活動をしていた。地区の指定避難場所は町内から2キロ離れた小学校であるため、平成22年に完成した集会所は、最初から緊急時の避難場所として防災上の観点を強く意識し、オール電化の導入や収納の高さを女性の腰に合わせたり、トイレを2箇所設置するなどの工夫を凝らした。</p> <p>（3）震災時の状況と対応</p> <p>3月11日の午後2時46分、近所の電気店で買い物中、地震に見舞われた。立ってられないほどの強い揺れがあり、ガラスの割れる音、人の悲鳴、天井が落ちる中、夢中で外に出た。建物も電柱も倒れそうで、車は上下に動いた。発災後、すぐに避難をした。避難先では避難者の中からリーダーとサブリーダーを決め、町内会はサポートするかたちで運営に入った。リーダーとサブリーダーの指示に従うようお願いし、「指示に従わない人は出て行って構いません」とアナ</p>

ウンスしたところ、出て行ったご夫婦もいた。電気は2～3日、水道は3～4日、ガスは1カ月で復旧した。卓上コンロを使って、各自で持ち寄った材料で子どもたちが料理をつくるなど、ほのぼのとした時間も取れた。支援物資の引き取りの支援を受けたのは12日と13日の2日間だけで、その後は各家庭で対応していただいた。非常事態の避難所で、思いがけず優しい言葉をかけてくれる方もいれば、自分の権利主張だけをする人もいる。外国人の方の食べ物の問題や、宗教的な問題など、普段の生活では気付かないことにも直面し、とてもいい経験ができたと感じている。

(4) 震災をふまえての活動

町内会では、平成23年11月から未就学児を持つ若い母子を対象に子育て支援を開始した。平成24年4月には、町内会として「全国おもちゃ図書館」に申請し、「おもちゃ図書館ずんだっ子」が誕生した。災害時に備えたまちづくりに関しては、毎年1回しているお祭りの中で、防災訓練を開催している。煙を炊いての濃煙体験をはじめ、防災減災に関するクイズや消火訓練を実施して、お祭りの収益金の一部を津波遺児に寄付している。

行政にできることは限られているので、避難所の運営方法等は私たちが考えなければならない。地域防災で大事なことは、自分たちの地域の特性を考えて、オリジナリティのある身の丈に合ったことを実践することだと思う。また、100人の友人を持つことも素晴らしいことであるが、心から信頼できる数名の仲間がいれば、苦しい時やつらい時にとても心強いということも、震災で改めて認識した。私たちは今、お互いに助け合い、支えあって、共に生きていく仲間づくりができればいいと考え、様々な活動を進めている。

最後になるが、逃げることも避難所のお世話も、防災・減災を考えるにしても、健康な体がなくては何もできない。足腰を鍛えて、元気な体で地域での活動に邁進していただきたいと思います。



開催地より

東日本大震災を経験された語り部から、自主防災組織(町内会)の活動内容や避難所運営についての具体的なお話を聞くことができた。本日の講演を受けて本市では、市民への自助・共助の推進と避難所配備職員に向けた研修の実施を進めていきたいと思う。

開催地名：神奈川県大井町	
開催日時	令和4年12月4日（日） 14：00 ～ 15：30
開催場所	生涯学習センター
語り部	草 貴子 （宮城県仙台市）
参加者	地域住民、役場職員、町三役、議員 101名
開催経緯	<p>当町は、富士・箱根の活火山と丹沢山地に囲まれ、かつ、ユーラシアプレート・大陸プレート・フィリピン海プレートの三つのプレートが重なり合う大規模災害発生の高発性が高い場所であるものの、幸いこれまで大規模災害に見舞われることがなかったため、町民の防災意識の向上が課題となっている。</p>
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>私の所属する市名坂東町内会は、仙台市の泉区東部に平成20年に設立した、現在加入数186世帯の町内会で、働き盛りの40、50代の方や、単身赴任の家庭が多い中で、必然的に私達女性が立ち上がり、作り上げた町内会である。役員9名が全員女性であることも、設立2年目に建設した集会所の為に銀行にローンを組んだことも、仙台市では初めてのことで。</p> <p>町内会の3つのスローガンの中に、防災、子育て支援、ふるさとづくりとあるが、中でも防災に注力した活動を行った。身の丈にあった町内会、オリジナリティーのある町内会、そして、街をつくるために中核となるものとして、人が集まる場所、人を集める場所がなくてはならないと考えた。銀行にローンを組んでまでも集会所建設にこだわったのは、そんな思いからである。普段の町内会活動においても、活動出来るのは主婦だけで、高齢者も少ない実情から、子ども会以外の組織はあえて作っていないので、町内会と自主防災組織、婦人防火クラブの性格を兼ね備えている組織と言える。</p> <p>（2）東日本大震災</p> <p>地域では、電気は2～3日、水道は3～4日、ガスは1カ月で復旧したので、各自が持ち寄った材料で子供達が調理するなど、ほのぼのとした時間も取れた。翌日から、折りたたみリヤカーで指定避難場所に支援物資の引き取りに行ったが、支援を受けたのは3月12日と13日の2日間だけで、その後は各家庭で対処していただいた。集会所に集まった子供たちは、私達が区役所で得た病院や給水車の情報等を、町内に広報する作業を手伝ってくれた。学校も休みになっていたため、避難者の大学生と高校生が「何か出来ることを」と申し出てくれた際には、「寺子屋」という形で子供たちの勉強を見てもらうことをお願いした。女子学生は小さい子の子守りをしたり、男子学生は公園で鬼ごっこをしたり、それぞれができることを一生懸命していたように思う。</p>

(3) 震災後の活動

市名坂小学校区には1万人以上の方が住んでおり、小学校を拠点とした町内会、連合町内会、市民センター、児童館、民生委員、青年団、PTA、婦人防火クラブ等の20の地域団体がある。こうした組織を取りまとめ、平成25年度に運営委員会が発足した。行政に頼るのではなく、私たち地域住民一人ひとりの声を聞きながら、私は初代事務局長として邁進しているところである。

委員会では、市民センターや児童館との施設との情報共有化、救護班、総務班、情報班等の各班の具体的な活動内容の充実化を計り、スムーズな運営を心がけている。そしてまた、地域の顔がよく見えることや気軽に声掛けできる雰囲気づくりを目指し、女性ならではの視点を活かして活動するために女性コーディネーターを設置した。女性コーディネーターは、避難者の悩みや声を聞き出して、対応やアドバイスを行う。女性ならではの細やかな配慮で対応していくことが期待されている。

(4) 最後に

11年前に発生した東日本大震災は、誰もが経験したことのない1,000年に一度と言われる大災害だと言われている。その際に被災者の方々は、それぞれの役目を、みんなが自分なりに一生懸命に果たした。子供だからとか、男性だからとか、女性だからとかではなくて、私の役目、貴方の役目、みんな違ってそれでいいと思う。いつ起こるかわからない自然災害に立ち向かうことは難しいけれど、「防災」や「減災」について考え、実践していくことは必要であるし、一時、一瞬を大事にしていかなければならないと思う。そして、地域防災の大事なことは、自分達の特性を考えて、オリジナリティーのある身の丈にあったものを実践していくことだと思う。



開催地より

東日本大震災以前に取り組まれていたことを含め、地域防災の活動についてのご経験を、とても興味深く聴くことができた。当町としてはこの講演をヒントとして、自主防災組織の組織力の向上（訓練基盤の付与）と防災備蓄品の追加、住民に対する備蓄推進の啓発活動を強化していくとともに、町民の防災意識の向上を推進していきたいと思う。

開催地名：神奈川県南足柄市	
開催日時	令和5年1月14日（土） 14：00 ～ 15：30
開催場所	南足柄市文化会館
語り部	菊池 健一 （宮城県仙台市）
参加者	市民、自主防災リーダー 約140名
開催経緯	当市においては、自主防災リーダーに対し年2回の各種講演等教育を実施し、防災意識の高揚に努めているところである。近年大規模な災害を経験していないことから、災害経験者より実体験の講演を受け、市民に災害の実情を理解していただきたい。
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>東北地方は非常に地震が多い地域であり、特に宮城県など太平洋沿岸地域については、過去に幾度となく地震や津波の被害を受けてきた。1896年（明治29年）にマグニチュード8.5の明治三陸地震、1933年（昭和8年）にマグニチュード8.1の昭和三陸地震、1978年（昭和53年）に宮城県沖地震、2003年（平成15年）に宮城北部連続地震、2005年（平成17年）に宮城県沖地震を記録している。1978年の宮城県沖地震では、死者28人（ブロック塀などの下敷き18人を含む）、負傷者1,325人、建物の全半壊7,400戸、停電70万戸、断水7,000戸という多大な被害が生じた。特徴の1つとして、ブロック塀倒壊の多発が挙げられ、このブロック塀の倒壊によって18人の子供が犠牲となった。この地震は、当時の人口50万人以上の都市が初めて経験した都市型地震の典型と言われ、この地震を契機に、宮城県では自主防災組織を各町内会に設置する動きが起り、1995年の阪神・淡路大震災以後、この動きは加速した。</p> <p>（2）東日本大震災時の状況について</p> <p>地震発生時、私の自宅がある七郷地域は震度7の烈震で、4～5分ほどすごい揺れが続いた。仙台市では11.5メートルの津波の被害を受けた。海面が11.5メートル高くなった状態で海水が押し寄せ、海岸から3キロ以上内陸まで浸水した。県警へりの避難指示を聞き、3つの町内会を走り、周辺住民に津波から声をかけてまわった。町内会では、大規模災害に備えて毎年避難訓練を行っていたが、東日本大震災ではほとんど役に立たなかった。激しい揺れに動揺する中、道路は寸断され、携帯電話、固定電話ともつながらないため、火の始末、出口の確保、家族への連絡、周りの人の安否確認等、身を守るすべてのことができなかったからだ。</p> <p>避難所への避難についても、速やかに移動できない人たちが目立った。貴重品を探していたり、貴重品を置いていくことに抵抗を感じて避難を拒んだりする方もいた。人命第一（余震が続き、津波の可能性大、いち早い避難が必要）であること、電気・水道・ガス等のライフラインが止まっている中での高齢者の独り暮らしは難しいこと、避難を支援する住民の二次災害を避ける目的から、毅然</p>

とした態度で避難を求めることが必要である。また、夜間はどうしても周囲の目が届かないので、自警団を編成して区域のパトロールを行った。

避難所の運営についても、スタート時点からうまく機能はしなかった。運営を阻害したものとしては、情報の不足、燃料の不足、通信手段の不足の3つがあげられる。また、1つの避難所に8つの町内会が集まっており、町内会ごとでは避難訓練を行っていたが、合同では実施してないため連携がうまくいかず、運営に支障が出た。地震4日目まで物資が届かなかったことも不安をあおった。対策として、町内会長を中心とし、町内会ごとにまとまってコミュニティ最優先の運営を進めた結果、人員の掌握及び情報・伝達等の迅速化に効果があったとともに、避難者個々の不安の軽減につながった。

(3) 避難所の状況と、避難生活から得た教訓

長い避難生活を考え、町内会の主要な役員を核とした組織編成を行ったが、組織に対する不満、顔見知り同士の派閥、プライバシーのない集団生活でのストレス、ペット問題、ボランティア団体の過度な訪問など、避難所生活では対処すべき課題が絶えなかった。原因の1つとして、津波避難と防災訓練は行ってきたが、「避難所運営訓練」を全く行っていなかったことがあげられる。今後の防災対策では、行政、町内会、民生委員等との連携の強化（指揮系統を通じた行政と地域との情報の共有）、地域、行政、学校との積極的な訓練の実施（早朝・夜間の実施・避難所運営訓練など）の実施を是非検討していただきたい。

また、避難所での最低限の安心・安全の確保と、災害リスクの高い方（高齢者や障害をお持ちの方、乳幼児をお持ちの家庭）の生活上の配慮などを考慮するとともに、東日本大震災時の避難所では女性への配慮に欠けた事例が多く見られたことから、女性の視点から意見を言える女性防災リーダーの養成と、話し合いの場への女性の積極的な参加を進めていただきたいと思う。



開催地より

東日本大震災時の実体験に基づく避難所運営についてのお話しを、非常にわかりやすくご説明いただいた。本日聴講した自主防災リーダーをはじめとする市民の方々も、具体的なイメージを持つことができたと思う。当市では今日の講演をふまえ、防災対策の促進を進めていきたいと思う。

開催地名：神奈川県逗子市	
開催日時	令和5年2月18日（土） 10：00 ～ 11：30
開催場所	逗子市役所 現地開催及びオンライン配信（ハイブリッド講演）
語り部	糸日谷 美奈子 （千葉県千葉市）
参加者	逗子市民 70名 （オンライン聴講 400名）
開催経緯	本市は、逗子湾及び二級河川田越川を有する南海トラフ巨大地震の津波被害想定地域であり、相模湾沿いの最大クラスの地震では想定震度7となるなど、大地震発生時には甚大な被害が予測されることから、東日本大震災発生後には、県から示された津波浸水想定を基に津波ハザードマップの改訂、新たな津波避難ビルの協定締結、年2回の津波避難訓練等を実施し、市民の津波防災意識の向上に取り組んでいる。しかし東日本大震災発生から10年が経過し、津波避難訓練等への若年層の参加率の減少等から津波防災意識の低下が見られるとともに、高齢化が進み、若年層の津波防災意識の維持及び向上が課題となっている。
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>東日本大震災が発生した11年前、私は岩手県釜石市立東中学校で理科の教師をしていた。出身は内陸部の奥州市で、釜石市に赴任するまで津波の知識はほとんどなかった。東北地方太平洋沖地震が発生した際に、釜石市の中学生がどのような行動をとったのか、「助けられる人から助ける人へ」をテーマに、今日は皆さんにお話ししたいと思います。</p> <p>（2）東日本大震災について</p> <p>平成23年3月11日14時45分ごろ、震度6弱の地震が発生した。私はその時、校舎の一階にある職員室にいた。教室では帰りの会が終わり、生徒たちは部活動など次の活動に移動するタイミングで、校内にバラバラに滞在していた。地鳴りが聞こえ、地面はグニャグニャ揺れており、渡り廊下が大きくたわんでいた。地震の影響で停電となり、校内放送は利用できなかったため、普段は一旦集合して点呼を取ってから避難するのだが、この時は揺れが収まるとまずはサッカー部の生徒たちが走り出し、続いて校内にいた生徒たちも続いた。</p> <p>最終目的地となる高台のデイサービスセンターの駐車場で海の方を見ると、大きな音と共に砂煙が迫ってくる光景が見えた。災害時、この施設まで逃げることは想定していたが、その先は何も決めていなかったためパニックに陥った。「逃げろ！死ぬぞ！」と叫ぶ声が聞こえて我に返り、避難してきていた小学生や父兄とともにさらに上に向かって走った。波がここまでは到達しないという確認が取れるまで山の上にはいたが、暗くなり始めたので、避難できる建物まで移動する必要があった。開通したばかりの高速道路を歩いて、市内の廃校になった中学校の体育館に移動した。小・中学生と近隣の住民併せて2,000人が、狭い体育館で足も延ばせずに、食事も暖房もなく、仮設トイレが1台外にあるだけの中で、段ボールを体に巻き付け背中を合せて暖をとり、一夜を明かした。翌日、さらに内陸の中学校に移動し、食料や寝具をはじめ、必需品の提供を受けてようやく安心することができた。携帯電話が不通で使用できなかったため、生徒たちの家族との連絡や情報収集のために、ラジオ局に情報発信を依頼した。</p>

(3) 釜石東中学校での取り組み

東北地方の太平洋側に位置する岩手県釜石市では、明治三陸地震津波(1896年)、昭和三陸地震津波(1933年)という2度の津波被害を受けた歴史がある。また、政府から、30年以内に震度6弱以上の地震が起こる確率が75パーセント以上であると発表されていた。そのため2009年から防災教育を強化し、釜石東中学校では小・中学校合同の避難訓練だけではなく、総合学習の時間を利用して、防災マップの作成、救急搬送や応急処置、水上救助、炊き出し等の学習、安否札1000枚の配布を実施した。この総合学習の講師は、学校の職員ではなく、地域の方々が担った。平日の昼間に地域にいるのは高齢者や主婦、幼児、そして学校にいる小・中学生である。自分の命は自分で守るということ、中学生は、助けられる人ではなく、助ける人でなければならないということ、そして学んだことを地域に伝えるということを総合学習で学んだ。

この大震災で、釜石市では888人の死者と154人の行方不明者が発生したが、釜石東中学校を含む釜石市内の小・中学校では、学校にいた児童・生徒は全員無事だった。これまでの歴史と津波災害の危険性を日頃から学習し、津波てんでんこ、率先避難が浸透していたことが実を結んだのだ。このことは釜石の奇跡として報道されたが、釜石東中学校の生徒たちは、日頃から災害に対してしっかり準備をしていたので、決して奇跡ではないという気持ちを持っている。しかし一方では、自分たちの身の回りを含め、多くの犠牲者が発生した事実もあるので、中学校で学んだことを、もっと地域の人たちに伝えることができたらという後悔の念も否定できない。

(4) 伝えたいこと

後悔しない未来を創るためには、いつ来るかわからない災害の前に準備をしておくことが大切である。具体的には、避難場所とそこまでの移動ルート、その時に持っていくもの、避難する手段等々、しっかりと決めておくことが必要だ。できることから、一つでもいいから行動に移してほしい。そして、自分の命は自分で守り、学んだことを地域に伝える姿勢を意識していただき、助けられる人から助ける人になっていただきたいと思う。



開催地より

「助けられる人から助ける人へ」をテーマにお話いただいた。自分の身は自分で守るということと、低年齢層への災害の伝承について市民に対する啓発を行っていくとともに、後悔しない未来を創るために必要な努力を、当市全体で実施していきたいと思う。

開催地名：富山県高岡市	
開催日時	令和5年2月5日（日） 13：30 ～ 15：30
開催場所	ふくおか総合文化センター
語り部	草 貴子 （宮城県仙台市）
参加者	防災士、自主防災組織 約100名
開催経緯	<p>県内は急流河川が流れていることに加え、県域を急峻や山々に囲まれているため、洪水や土砂災害の危険がある一方で、過去に被災した経験が無いことから、行政・防災組織・住民ともに災害に対して現実味や危機感が乏しいといった課題があるため、本市は、とやま呉西圏域連携事業として、富山県西部の6市（高岡、射水、氷見、小矢部、砺波、南砺）と連携し、災害時における地域防災の担い手である“防災士”の育成に取り組んでいる。そこで、実際に被災した地域で防災に取り組まれた方から、災害時における様々な事象についてお聞かせいただきたい。</p>
内容	<p>（1）震災時の宮城県仙台市泉区について</p> <p>私が住んでいる、仙台市泉区東部に位置する市名坂東町では、平成20年に女性が中心となって町内会を設立した。特に防災に力を入れており、平成22年に完成した集会所は、災害時に避難場所として機能する施設を意識して設計された。復旧の早さを考えたオール電化の施設で、障害者用を含め2か所のトイレを設置するとともに、必需品一式の備蓄など、災害時でも普段通りの生活を送れる準備を行っていた。女性が防災活動に加わることで、男性では気づきにくいことに対応できたり、女性ならではのきめ細やかな対応を取り入れることができる。</p> <p>（2）当日の状況と避難生活について</p> <p>震災当日、私は小学校の卒業式に出席していた。その後、家電量販店での買い物中に被災した。立ってられないほどの強い揺れが襲い、店内はガラスの割れる音や悲鳴が響いていた。外では周囲の電柱が倒れそうになり、車が上下に大きく動いている恐ろしい光景が広がっていた。泉区は内陸のため、幸いなことに津波被害はなかった。集会所には女性や子供など100人が避難し、町民でない方も受け入れた。</p> <p>その後、避難者の中からリーダー・サブリーダーを決め、町内会は補佐に回る体制を整えた。避難生活中は毎日温かいコーヒーを淹れ、全員と会話で交流を図った。電気は2～3日、水道は3～4日、ガスは1か月程度で復旧した。子供たちは、区役所で得た給水車などの情報を瓦版にし、町内へ広報を行った。高校生は子供たちの勉強サポートや、子守を担当した。各自が率先して協力しながら避難所解散までの日々を過ごしたが、避難生活は誰もが初めての経験だったため思わぬトラブルも多く、想定不足を強く感じた。</p>

(3) 東日本大震災から得た教訓と新たな取り組み

防災のためには規則・訓練・備蓄は大切なことであるし、想定外の事象について考えることも重要だ。だが、決まりや子供・男女などの属性にとらわれず、ひとりひとりが「私の役目とは何か」という想いを持って行動することが非常に重要であると強く感じた。それは、「1000年に1度」と言われる大震災の中、それぞれが自分の役割を懸命に果たしたことで、厳しい現実を乗り越えることができたからだ。

避難所の解散後、私は町内会に所属していない人たちを対象に、災害から守る対策を始めた。加入は任意とはいえ、町内会に入っていない人が被災時に支援を受けられない事態があってはならない。主に行ったのは、マンション住まいで未就学児がいる若い家族を対象とした育児支援と、「おもちゃ図書館ずんだっこ」の開設である。完璧な答えを出せないとしても、お互いが知恵を出し合うことでその過程を大切にし、少しでも前に進めていきたいと思っている。これらの活動が功を奏し、町内会への入会者は増加した。

(4) 今後の展望

災害はいつ発生するかわからない。だからこそ、いかなる時も仲間と自分を信じ、地域と歩んでいけるように備えることは重要だ。私は自身の役目を考え、平成25年に地域の組織団体と「避難所運営委員会」を作った。現在、初代事務局長として防災活動の充実と地域への理解を広めるため、この取組を強化していきたいと思っている。そして、東日本大震災だけでなく、あらゆる災害がもたらす悲しみや苦しみ、辛さに、自分だけでなく、家族や知人が巻き込まれたりしたらと考えてみてほしい。そして、そのような事態にならないよう、防災・減災に対する心構えを大きく保って生活してほしい。一番大切なのは「心」である。災害時は、やり場のない感情から自分を見失うことがある。人を敬う「心」が何より大切である。是非そのような観点で災害に対して考え、準備する気持ちを持っていただきたいと切に望んでいる。



開催地より

本日の講演をふまえ当市では、市の防災計画において女性の意見を積極的に取り入れていくとともに、自主防災組織に女性を配置するように啓発し、女性防災士の育成及び地域の防災訓練への積極的な参画を進めていく所存である。

開催地名：富山県射水市	
開催日時	令和5年2月12日（日） 13：30 ～ 15：00
開催場所	高周波文化ホール
語り部	高橋 進一 （千葉県旭市）
参加者	自主防災組織、自治会、防災士、消防団、一般募集、市職員 160名
開催経緯	<p>当市では、今後予測されている呉羽山断層帯による地震など災害の発生に備え、市民の防災意識向上にむけて防災講演会や防災啓発講座を実施しているが、十分にその危険性や事前準備の必要性を伝えることが出来ていない。</p> <p>また、当市は沿岸域を有するため津波被害も想定されているが、富山県が災害の少ない県であることから体験談や教訓などを交えての講演の実施は難しく、実際に災害の発生を想定できるような危機感の醸成が難しい。</p>
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>今から約300年前の1703年に、元禄大地震が発生した。深夜に発生したこの大地震は、マグニチュード8前後で、それに伴う大津波は高さ5～10メートルにも達し、房総半島沿岸一帯に甚大な被害をもたらした。特に九十九里から外房の村々では、この津波で多くの死者を出した。九十九里浜での犠牲者は2,000人、私の住む飯岡地区でも70人が犠牲になった記録が残っている。しかし、東日本大震災発災時には、地元の住民もこの事実について知らない人がほとんどだった。日本各地で、様々な災害が発生してきたことと思うが、我々はその歴史を記録に残し、後世に語り継いでいくことが必要である。そうすることが、いつ起こるかわからない災害に対する戒めになり、備えや防災につながるはずだ。</p> <p>（2）震災発生時の被害状況</p> <p>2011年3月11日の午後、大きな地震が発生した。立ってられないほどの揺れが長い時間続いた。私の家は海岸からほど近いところなので、海の様子を見に行った。津波が来ることを確信していたので、避難するように呼び掛けたが、海の様子を見に来ていた多くの住民は避難しなかった。</p> <p>地震発生からおよそ2時間半後、最大の津波が押し寄せた。津波は堤防を越え、町を大きく飲み込んでいった。多くの人たちが一時避難所に避難した。停電や断水が続く中で、余震も継続して発生し、住民は寒さの中で不安な夜を過ごした。私は地区の要支援者や自分の親を避難させると、銚子に買い物に出かけていた妻と息子を内陸部の避難所で偶然見つけることができた。家族で過ごした3月11日の寒い夜をはっきりと覚えている。</p> <p>津波以外にも道路の陥没や地割れ、家屋の半壊や屋根瓦の落下など、多くの被害が発生した。さらに、液状化でも大きな被害が発生した。地盤が一旦液状化したところでは、二次災害の恐れが大きいと言われている。旭市の被害状況は死者14人、行方不明者2人で、住宅被害は3,827世帯に及んだ。住宅被害のうち、床上浸水が677世帯、床下浸水が277世帯、液状化774世帯、特に被害の大き</p>

かった飯尾地区では、この他にも津波による建物等の倒壊等で道路が通行不能になったり、漁船が転覆する等の被害を受けた。

私たち家族は親戚の家に移り、毎日瓦礫の片づけを行った。やってもやっても瓦礫は減らず、とても苦勞したが、ボランティアの方々の助けは大きく、非常に有難かった。私の家が、津波被害からようやく住めるようになったのは5月に入ってからだった。

(3) 震災を振り返って

東日本大震災発災時、自分がどう行動すべきなのかわからず、知識はあっても、最低限の備えはしていても、結局は何もない状態からの対応となったことは否めない。事前に準備・想定していた町内会単位での避難はできず、近隣の数世帯ごと、家族単位、個人単位での避難がほとんどであった。これが現実である。

また、家族で防災についての話し合いをしていただき、避難場所や携帯電話不通時の相互の連絡方法などについて確認しておくことも重要であるし、非常時に持ち出すものを、日常使うものとは別に準備しておく必要がある。中でも、食料より大事なものは水である。1人1日2リットル、生活するために使う水は3リットルと言われているが、量販店で売っているペットボトルを家族分だけは準備しておいたほうが良い。

そして東日本大震災では、想定外のこともたくさん発生した。自治体で作成されたハザードマップを信用して安心せずに、災害に想定外はつきものだということ意識していただきたい。

東日本大震災では、200人以上の消防団員の方が亡くなり、民生委員の方も40人程亡くなったと聞いている。私はあの震災を受けて、自分の命が第一であると考えようになった。まず守るのは自分の命であり、次に困っている人を助けるのが順序である。命を守ることはすべてに優先する。自分が負傷したり、命を落としたら、家族や友人を誰も助けることができない。不用意に危険な行動をとらずに、必ず安全を最優先したうえで活動していただきたいと思う。



開催地より

非常にわかりやすいお話で、参加者は皆熱心に聴いていた。「普段できないことは、非常時でもできない。」という言葉が印象に残った。今後各市としては、実体験の話は効果的なので、地域で開催する出前講座でも避難所を開設した事例等を盛り込んでいきたい。

開催地名：富山県砺波市	
開催日時	令和4年11月22日（火） 19：00 ～ 20：30
開催場所	砺波市庄川生涯学習センター
語り部	菅井 茂 （宮城県仙台市）
参加者	砺波市防災士連絡協議会 約120名
開催経緯	<p>当市には、今後30年以内に地震が発生する確率が最も高いとされる「Sランク」に位置づけられる「砺波平野断層帯東部（高清水断層）」が市内を縦走しており、さらに、平成29年12月に富山県が発表した地震被害想定において、市内で初めて震度7の地震が発生する可能性が示されるなど、地震による被害が危惧されている。また、平成30年に土砂災害の発生危険がある地区を対象に避難情報（避難準備・高齢者等避難開始）を発令し、避難所を開設したが、行政、自主防災組織及び住民等ともに多くの課題も残った。災害経験の少ない本市において、今後起こりうる各種災害への対応について、実例を踏まえた訓練の実施などは困難な状況にある。</p>
内容	<p>（1）大震災発生時の状況</p> <p>私は、県内にある鳴子温泉から自宅へ帰宅する際に、岩出山というところで大きな揺れに遭遇した。「これはただごとではない」と感じ、すぐに地元へ連絡をとろうとしたが、電話はすべて不通となっていたため、取りあえず細心の注意を払い、停電のため真っ暗闇の中、何とか地元へたどり着くことができた。</p> <p>帰宅後、自宅がめっちゃめっちゃな状態だったのは予想通りだったが、一番気掛かりだったのが地域住民の安否だったので、直ちに最寄りの南材木町小の避難所へ駆けつけた。ここから、町内会連合会長の立場として地元地域被災者の受け入れと、津波によって行き場を失った他地区の被災者の受け入れ対応に奔走することになった。</p> <p>（2）避難所に詰めかける人々</p> <p>地震発生後、私は南材木町小学校で避難所開設の準備をしていた。20時前に、水と乾パンを全員に配り、その際に905名が避難していることが判明した。避難者数は最終的には1,200名になった。仮設トイレを北側にも設置したが、寒くて誰も使用しなかったため、翌日に急遽東側に作り直した。また、自家発電機は2基あったが1基は作動しなかった。こうしたことも、日頃からのチェックが必要であると反省した。3月11日の夜、避難所運営委員会を立ち上げ、役割を分担し、ボランティアを募った。その結果、若い人が寝ずの番でトイレ番をしてくれるなど、トラブルもなく運営できた。</p> <p>避難所の起床は6時半、朝食が8時、夕食が17時と決めた。地区内で倒壊家屋はなく、断水だけだったので、帰れる方は帰宅して食べていただくようご案内した。また、ライフラインが復旧したら帰ってほしいとあらかじめお伝えしていたこともあり、10日後の3月21日には全員速やかに帰宅してもらった。</p>

(3) 避難所運営がうまくいった要因

私は3月13日からは八軒中学校の避難所へ行った。こちらには460名の避難者がいた。避難所は避難した人たちのホームである。地区の代表者を係に決め、少しでも住みやすい環境を作るために、希望や不満を伺った。その結果、毎日ラジオ体操を実施することや、女性には食事の献立を決めてもらい、調理してもらうことを決め、すぐに実行した。

また、八軒中学校合唱部は、3月19日の全国大会に出場予定であったが、参加できる状況ではなかったため、武道場で、父兄及び避難者対象に合唱してくれた。この光景が様々な形で報道され、辛い避難生活の中での明るい話題として心を和ませてくれた。

避難所内で「自転車がほしい」という要望が複数出たため、南材地区のいたる所に自転車を譲ってほしいと貼り紙をしたところ、15台集まった。その自転車を皆に自由に使ってもらった。自転車で他の地域へ行き、知り合いの農家からネギなどの野菜をもらってきてくれた人もいた。

避難所運営がスムーズに行われたのには要因があった。まず1つは、平成17年から地域で総合防災訓練を実施していたことである。平成19年からは避難所となった八軒中学校とも連携し、同校で防災訓練を行った。東日本大震災の2日前にも、同年の防災訓練について打合せをしたばかりで、避難所を開設したらどう動く、ということが頭に入っていた。さらに、地区の昔からの住民とマンション住まいの新住民が、小学校の諸行事を通じて顔見知りになっていたことも大きい。こうした諸行事は、地域の人が出会う良い機会になる。震災後も、「防災訓練」にひと工夫して、様々な世代に防災の重要さを認識してもらうことをテーマに活動を継続している。地道な活動が、ひいては「自助」・「共助」のありかたを見直すきっかけにもなるかと思う。



開催地より

非常にわかりやすいお話で、参加者は皆熱心に聴いていた。地域での地道な活動が「自助」・「共助」の拡充につながることを改めて認識することができた。本講演を受けて当市では、実例をふまえた防災訓練の実施と、防災リーダー育成や避難所運営組織の強化に尽力していきたいと思う。

開催地名：石川県小松市	
開催日時	令和4年9月18日（日） 13：30 ～ 15：00
開催場所	こまつドーム
語り部	草 貴子 （宮城県仙台市）
参加者	小松防災士の会 41名
開催経緯	<p>当市では、大規模災害は発生自体が稀有であることから、個々の実体験から対策を立てるということが困難となっている。</p> <p>一方で、近年では能登地方での地震が多発しており、大規模災害を想定した訓練等の実施が重要であると考えられる。今回の東日本大震災の語り部による災害伝承の講演をはじめとし、新たな知見を取り入れながら、防止全般に対する備えを推進していきたい。</p>
内容	<p>（1）震災時の宮城県仙台市泉区について</p> <p>私が住んでいる、仙台市泉区東部に位置する市名坂東町では、平成20年に女性が中心となって町内会を設立した。特に防災に力を入れており、平成22年に完成した集会所は、災害時に避難場所として機能する施設を意識して設計された。復旧の早さを考えたオール電化の施設で、障害者用を含め2か所のトイレを設置するとともに、必需品一式の備蓄など、災害時でも普段通りの生活を送れる準備を行っていた。</p> <p>（2）当日の状況と避難生活について</p> <p>震災当日、私は小学校の卒業式に出席していた。その後、家電量販店での買い物中に被災した。立ってられないほどの強い揺れが襲い、店内はガラスの割れる音や悲鳴が響いていた。外では周囲の電柱が倒れそうになり、車が上下に大きく動いている恐ろしい光景が広がっていた。泉区は内陸のため、幸いなことに津波被害はなかった。集会所には女性や子供など100人が避難し、町民でない方も受け入れた。</p> <p>その後、避難者の中からリーダー・サブリーダーを決め、町内会は補佐に回る体制を整えた。避難生活中は毎日温かいコーヒーを淹れ、全員と会話で交流を図った。電気は2～3日、水道は3～4日、ガスは1か月程度で復旧した。子供たちは、区役所で得た給水車などの情報を瓦版にし、町内へ広報を行った。高校生は子供たちの勉強サポートや、子守を担当した。各自が率先して協力しながら避難所解散までの日々を過ごしたが、避難生活は誰もが初めての経験だったため思わぬトラブルも多く、想定不足を強く感じた。</p> <p>（3）東日本大震災から得た教訓と新たな取り組み</p> <p>防災のためには規則・訓練・備蓄は大切なことであるし、想定外の事象について考えることも重要だ。だが、決まりや子供・男女などの属性にとらわれず、ひとりひとりが「私の役目とは何か」という想いを持って行動することが非常に重</p>

要であると強く感じた。それは、「1000年に1度」と言われる大震災の中、それぞれが自分の役割を懸命に果たしたことで、厳しい現実を乗り越えることができたからだ。

避難所の解散後、私は町内会に所属していない人たちを対象に、災害から守る対策を始めた。加入は任意とはいえ、町内会に入っていない人が被災時に支援を受けられない事態があってはならない。主に行ったのは、マンション住まいで未就学児がいる若い家族を対象とした育児支援と、「おもちゃ図書館ずんだっこ」の開設である。

完璧な答えを出せないとしても、お互いが知恵を出し合うことでその過程を大切にし、少しでも前に進めていきたいと思っている。これらの活動が功を奏し、町内会への入会者は増加した。

(4) 今後の展望

災害はいつ発生するかわからない。だからこそ、いかなる時も仲間と自分を信じ、地域と歩んでいけるように備えることは重要だ。私は自身の役目を考え、平成25年に地域の組織団体と「避難所運営委員会」を作った。現在、初代事務局長として防災活動の充実と地域への理解を広めるため、この取組を強化していきたいと思っている。そして、東日本大震災だけでなく、あらゆる災害がもたらす悲しみや苦しみ、辛さに、自分だけでなく、家族や知人が巻き込まれたりしたらと考えてみてほしい。そして、そのような事態にならないよう、防災・減災に対する心構えを大きく保って生活してほしい。是非そのような観点で災害に対して考え、準備する気持ちを持っていただきたいと切に望んでいる。



開催地より

様々な人の視点で考えることが、より良い防災対策に繋がっていくのではないかと感じた。また、自分にできることは何かを考え、当事者意識を持って日頃の防災活動に取り組んでいきたい。当市としては、自主防災組織や女性（婦人）防火クラブの加入促進キャンペーンの実施と、「自分の地域は自分で守る」という認識の普及について、特に強化していきたい。

開催地名：福井県越前市	
開催日時	令和5年2月5日（日） 13：30 ～ 15：00
開催場所	越前市生涯学習センター
語り部	山縣 嘉恵 （宮城県東松島市）
参加者	越前市防災士の会、各地区防災安全部 約60名
開催経緯	<p>当市の問題点は、災害時の知見の欠如、被災時の実働と運用に関する経験の欠如、女性視点からの防災活動及び運営知識の欠如が挙げられる。この3つの課題を解消すべく、女性の語り部の講演を開催することとしたい。</p>
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>私が住む東松島市は、桃生郡矢本町と鳴瀬町の合併（平成の大合併）によって2005年に発足した。西側に松島町が隣接し、仙台市と石巻市の間に位置しており、ブルーインパルスで有名な航空自衛隊松島基地が近くにある。</p> <p>2011年3月11日の東日本大震災では、本市で震度6強を記録し、想定をはるかに上回る巨大津波が直撃した。それにより死者・行方不明者は、当時の全市民の約3%にあたる1,133人（死亡1,110人、行方不明23人）にのぼった。津波が到来した市街地の浸水域は約65%にも達し、これは全国の被災地の中でも最も高い割合で、農地や漁港をはじめとする産業施設や社会基盤施設も壊滅的な被害を受けた。私が住む野蒜地区では、東側の石巻湾から押し寄せた高さ10メートル規模の津波が内陸2キロ弱を横断し、西側の松島湾に流れ込んだため、野蒜小学校の体育館で13人が、特別養護老人ホーム「不老園」の入所者56人が亡くなるなど、壊滅的被害を受けた。市内の指定避難所は106箇所に及び、15,000人以上が避難所生活を送った。</p> <p>野蒜地区では、震災前に4,700人いた住民のうち、511人が犠牲となった。震災後の暮らしは選択の連続で、仮設住宅もしくは「みなし仮設」、他地区への移住等の選択を経て、野蒜ヶ丘防災集団移転団地が設置されたが、現在人口は2,700人ほどにまで減少している。</p> <p>（2）東日本大震災時の状況</p> <p>地震発生時、私は自宅に、息子は小学校に、義母は自宅の離れに、夫は勤務先にいた。2003年にあった宮城県沖地震（宮城県北部沖地震）後、我が家では家具をL字型金具で固定したり、家具の上にモノを置かないことを徹底していたので、幸いにして家具の転倒はなかったが、経験したことのない大きな揺れが3分程度は続いた。津波が来ることは予想していたが、1960年のチリ地震津波同様、到達まで時間的余裕があると誤った認識を持っていたために、義母を置いてまずは息子を迎えに小学校に向かった。そして息子を引き取って一旦地区センターに待たせておき、義母を自宅に迎えに行き、そして地区センターで3人一緒に合流してから避難所である野蒜小学校の体育館に向かった。</p> <p>野蒜地区には、西から東に東名運河が流れており、避難所の野蒜小学校は運河の北側、自宅は南側（海側）にあった。野蒜小学校までは野蒜海岸から直線距離</p>

で1.2キロ（自宅までは600メートル）あり、この運河の北側までは津波が来ないと、地元の住民は思い込んでいた。避難所に着いた私たちは、既に体育館は避難してきた住民で一杯だったため、中には入れずにいた。その時、海側から黒い津波が運河を越えてくるのが見えたため、校舎に向かって走った。私たちは津波から免れたが、体育館にいた避難者の一部に犠牲者が出てしまった。

一方では、混乱を極める災害現場で、実に有難いエピソードもあった。避難所には大勢の住民が避難しているため、安否確認に時間がかかる。阪神大震災を経験してそのあたりの事情をよくご存知の方が、野蒜小学校等東松島市内の避難所を回り、避難者のメッセージをデジカメで撮影してアップしてくれていた。これにより、家族や知人の生存を確認することができた人がたくさんいたのだ。

(3) まとめ

この震災を経験しての思いは、何も知らなかったなという「反省」、自分たちは助かったが、できればみんなで助かりたかったという「後悔」、そして平時に備えられることが多いという「気付き」である。是非みなさんも避難行動についての以下の7つのポイントを家族で確認していただきたい。

- ・家の中の地震対策が有効
- ・避難場所は一つだけでなく複数把握
- ・災害が起きたら、待たせない、待たない、戻らないことが重要
- ・避難場所は災害により使えないところもあることを知っておく
- ・地域の人と日頃からのあいさつが大切（顔の見える関係性の構築）
- ・車での避難も想定した訓練も必要
- ・学校と地域の連携した訓練やマニュアルの確認・共有も必要

今を生きる私たちが未来のためにできることは、伝承していくことであり、伝承から学び、行動を起こすことである。命を大切にすることは、防災に取り組むことであり、人を大切にすることであり、人づくり・街づくりをすることである。未来へつなぐため、命を守るための伝承につながることを祈念したい。



開催地より

「東日本大震災の体験から未来のために今できること」というテーマでお話しいただいた。参加者は、自主防災組織や防災士としての具体的な活動について、イメージできたと思う。本日の講演内容を市民に対する防災活動に落とし込み、防災訓練や啓発事業を展開していきたい。

開催地名：福井県福井市	
開催日時	令和5年2月12日（日） 9：30 ～ 11：00
開催場所	福井県自治会館
語り部	菅野 澄枝 （宮城県仙台市）
参加者	福井市内自主防災組織連絡協議会役員、 ふくい連携中枢都市圏構成市町防災関係者 72名
開催経緯	本市は終戦直後の福井地震、九頭竜川堤防決壊をはじめ、福井豪雨や豪雪などさまざまな災害を乗り越えてきたまちである。しかし、福井地震の発生から70年以上が経過しており、それ以降大きな地震も発生していないことから、震災経験者の減少や防災意識の希薄化、低年齢層への災害伝承が課題となっている。
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>私が住んでいる仙台市宮城野区の岩切地区は、沿岸部から内陸に向けて10キロほど入った地点にあるため、直接の津波被害はなかった。しかし、近隣にある七北田川からの津波の逆流や、沿岸部の住民の避難所での受け入れもあり、指定避難所は避難民であふれた。また、地盤の関係で仙台市内でも宮城野区は最大震度を記録し、私の自宅を含めて全壊や半壊の世帯も多く出た。</p> <p>東日本大震災の犠牲者の方々の死因は、津波による溺死が圧倒的に多い。阪神・淡路大震災の際は、家屋の倒壊や家具などの転倒による圧迫死がほとんどだったことを考えると、地震の揺れに対する対策はできていたと言える。それは、44年前に発生し、28名の死者を出した宮城県沖地震以降、宮城県では大きな地震に対する意識が常にあったことによる。いつ起こるかわからない地震に対する備えの意識が、県民の間で一定程度浸透していたのだ。</p> <p>宮城野区では、当時の女性区長の発案により、総合防災訓練の際に女性による防災宣言を作ったり、防災組織について改めて考える活動が始まっていた。奇しくも震災が起こる9ヶ月前のことである。「女性であっても、子どもであっても、高齢者であっても、自分の大切な人を守るのと同じこと。全てを男の人の仕事にするのではない」という、当事者意識を重視したメッセージを中心に活動を広げていった。防災宣言を作り、国連の世界会議で発表する等の諸々の活動が、現在のSBL、仙台市地域防災リーダーのひな形となっていった。</p> <p>（2）仙台市防災リーダー（SBL）</p> <p>東日本大震災が起こるおよそ9か月前の平成22年6月に、仙台市宮城野区の総合防災訓練で「岩切・女性たちの防災宣言」が発表された。当時の女性区長が「日中に大地震が発生したら、家にいるのは女性が多い。女性の視点で防災対策を進める意義は大きい。」と提案したのがきっかけだった。宣言は、仕事で夫や父親が家にいない状況での心の備えを促す言葉で構成され、「私たちは、ここ岩切でみんなが安心して暮らすために、自分たちでできることを考え行動します。大切な人の命を守るために。この地域で育つ子供たちのために。」と結ばれている。翌年に東日本大震災が発生し、大勢の被災者が避難を余儀なくされた非常事</p>

態の中で、防災宣言を作ったメンバーは自然と行動を起こした。そこから、SBL（仙台市防災リーダー）という動きも始まった。

防災は、自分一人で行き詰るものではない。みんなが自分の問題と思い、力を合わせて取り組むことで大きな力となる。SBLは仙台市特有の地域防災の動きである。SBLの養成は仙台市が行っているが、実際の活動は町内会が主体であり、町内会を支援する組織である。現在は774人のSBLがおり、そのうち、189人が女性だ。

平常時の活動としては、地域の実情に応じた実践的な防災訓練等の企画・運営や地域住民に対する情報提供、啓発活動、指定避難所の運営に関する学校をはじめとした関係団体との協議・連携、災害時要援護者の支援体制の整備などが挙げられる。そして発災時には、避難誘導、災害時要援護者の支援、避難所の開設・運営、避難者の支援などが役割となる。平常時の活動が発災時の活動のためのベースとなるため、自主防災組織と協力し、その構成メンバーとして平常時からの顔が見える関係作りが重要である。SBLは実働部隊という側面はもとより、地域住民に防災活動を啓蒙していくことも重要な任務であると考えている。

（3）地域防災とは

お互いのことを思い合える状況があつてこそ、自分で頑張る力が出てくる。地域というのは、そういった思いの積み重ねではないかと強く思う。そして、無理なく、楽しく、末永く活動を継続していくことが重要である。一人では難しいことも、仲間と一緒に協力してあたられば、もう一歩上のステージに進んでいくことができる。そして、仲良しグループで無難に事を進めるのではなく、多様な意見を聞き、参考にすることで、よりよいアイデアや方法を見つけていくことも必要である。無いものを欲しがらず、あるもので対応していくことも必要だ。そして、私の町だから当たり前で私が守る、私だけではできないから、みんなの力を集めて守っていくというスタンスで、是非皆さんの地域での防災活動を推進していただきたいと思う。



開催地より

東日本大震災の体験談を交えながら、仙台市地域防災リーダー（SBL）としての活動や、女性をはじめとした多種多様な人が防災組織に参画することの重要性についてお話しいただいた。今日の講演を受けて当市では、自主防災組織への女性等の参画促進と、自主防災組織の活動、運営を牽引する防災リーダーの養成に取り組んでいきたい。

開催地名：山梨県甲府市	
開催日時	令和5年1月15日（日） 13：45 ～ 15：15
開催場所	甲府市総合市民会館
語り部	山田 修生 （宮城県仙台市）
参加者	甲府市防災リーダー登録者 181名
開催経緯	<p>近年、全国各地で未曾有の自然災害が相次いで発生しており、線状降水帯による豪雨により多くの被害が報告されている。本市においても30年以内に南海トラフ地震が発生する確率が80%とされ、南海トラフ地震防災対策推進地域に指定されていることから、地域の防災リーダーを育成するための研修会や避難訓練などの実施により災害対応力の強化や防災意識の向上に努めている。しかし、水害、地震等の大規模災害の経験が少ないこともあり、災害発生時の対応が不十分となる可能性がある。</p>
内容	<p>（1）東日本大震災とは</p> <p>2011年3月11日14時46分に、水深6,500メートルにある縦500キロ、横200キロの広さの海底プレートの跳ね上がりによって発生した地震は、マグニチュード9.0を記録し、1,000年に1度の規模の災害と言われている。</p> <p>まずは、東日本大震災の私自身の体験をお話したい。私は所用で自宅に帰っていたが、突然、地下からすごい勢いで突き上げる感じの揺れを感じた。そして縦揺れ、横揺れ、今度はななめ揺れと、どうしたら良いか分からないような揺れが長く続いた。</p> <p>そのあと、大きな津波が来ると思い、住んでいるマンションの居住者を避難所へ誘導した。これまで実施してきた避難訓練は町内会の有志が集まってやっていたが、町内会ごとの自主防災組織は全く稼働できず、家族、あるいは近所同士の小単位で避難を余儀なくされたのが実情である。現在各地で行われている避難訓練は、通常土曜や日曜など、勤労者にとって都合の良い日時に行われている。しかし東日本大震災は、勤労者、特に男性がほとんどいない平日の昼間という時間帯に発生した。高齢者や主婦しかいない状況下での避難訓練も想定していただくとともに、自主防災会や役員への女性の登用についても、今後は推進していく必要がある。</p> <p>地震が収まった後、私は避難所の運営に携わった。避難所でどう活動するかについては、町会や自主防災会ごとにまず係を決めて対応してほしい。すでに担当が決まっているところも多いだろうが、名簿班、総務班、情報広報班、食料物資班、救護衛生班などに分かれて活動することになる。大きな問題は、トイレの確認である。避難所は人数が多く、トイレが必ず詰まる。組み立て式のトイレもすぐいっぱいになる。これは今後の重要課題として意識しておいてほしい。</p> <p>また避難部屋の周知徹底も重要である。指定避難所に行った場合、どこの部屋に行けば良いか皆悩む。体育館だと思われることが多いが、水害の場合1階の高</p>

さでは水没する恐れがある。必ず2階以上に避難するように周知したい。

(2) 東日本大震災から学んだこと

東日本大震災は、災害対策を決して怠っていたわけではないが、これまでの取り組みが無効だと感じてしまう程の規模であった。同規模の地震・津波発生時は、「より遠く、より速く、より高く」を意識して、まずは自分の命を守ることを第一に考えて行動してほしい。避難時には、声が大きく統率力のとれる人が先頭に立つのが良い。気が動転している人が沢山いるため、混乱している人を鼓舞することが大切である。そしてもし可能であるならば、皆さんの自宅の中に、家族の皆さんが地震の際に逃げ込む部屋を準備しておいていただきたい。その部屋には家財道具も何も一切置かないということが肝心である。もし地震があった場合、家族全員がその部屋に逃げ込む。何もないからけがする心配もない。

また、各地域で、災害時に当面の避難生活を行なう避難所として、指定避難所が設定されている。指定避難所となっている学校の近隣に居住されている方々については、平常時の防災訓練等で、学校との連携を密にしていきたいと思う。そうすることで災害時にも連携がスムーズに行なえるはずだ。

(3) まとめとして

公助が機能するまでの72時間、自助と共助で乗り切る必要がある。3日間は役所の援助を頼らずにしのげるよう、必要な備蓄や準備に取り組んでいただき、まずは自分の命を、そして家族の命を優先に考え、行動していただきたい。

経験は決して自分を裏切らず、役に立ってくれるものである。防災訓練、避難訓練等、役に立たないと思わずに、いざとなったらこれは必ず役に立つと考えて参加してほしい。避けられない災害と共生することを意識して、備えは怠らずに生活していただきたいと思う。



開催地より

講師の方には、ご自身の東日本大震災時の体験談を交えながらわかりやすくお話していただいた。今日の講演を受けて本市としては、防災リーダーフォローアップ研修について隔年から毎年実施できるように見直しを行い、更なる市民の防災・減災意識の向上を図っていききたいと思う。

開催地名：長野県安曇野市	
開催日時	令和5年2月25日（土） 14：00 ～ 15：30
開催場所	安曇野市豊科公民館
語り部	島田 福男 （宮城県仙台市）
参加者	自主防災組織、消防団、市議会議員、市職員、地域住民 194名
開催経緯	<p>当市は糸魚川―静岡構造線断層帯（北部・中北部）に位置し、近い将来に大規模な地震の発生が想定されているが、近年は大きな災害に見舞われた経験がない。当市としては、防災訓練や出前講座等により災害への備えを啓発しているものの、当事者感が薄く、防災意識が低くなってしまっていることが課題となっている。</p>
内容	<p>（１）はじめに</p> <p>まもなく発災後12年を迎える東日本大震災の災害復旧、復興工事もだいぶ進んだ。特に仙台市では、遅れていた津波の被害を受けた沿岸部に、海岸公園や津波避難タワーが設置された。実は東日本大震災の2日前の2011年3月9日11時45分に、マグニチュード7.3の地震（最大震度5弱）が発生しており、3月10日の新聞では、「当面大きな地震の発生する可能性は低くなった」と掲載されていた。しかしながら3月11日にあのような大地震が発生したことで、地震予知の難しさ、いつ起きるかわからない恐ろしさを改めて認識した。</p> <p>（２）仙台市の被害状況と避難所の状況</p> <p>2011年3月11日14時46分、三陸沖を震源とする国内観測史上最大規模のマグニチュード9.0の地震が発生した。最も被害の大きかった東北の3県のうち、宮城県で亡くなった方は9,544人、行方不明者は1,213人といずれも最も多かった。犠牲になった方の90パーセントは津波による被害に遭った方である。そして、そのうちの90パーセントは車で逃げて犠牲になった方である。仙台市は、仙台以南は仙台平野で沿岸部からずっと平坦地が続く。津波はとどまるところを知らず、内陸部5キロメートル地点まで押し寄せた。訓練のときは徒歩で避難するが、いざ地震が起きたら慌てて車で逃げてしまい、犠牲者が発生した。</p> <p>市内中心部の指定避難所は、体育館はおろか、校庭まで人であふれ身動きの取れない状態であった。原因は、帰宅困難者である。指定避難所だけでなく、公的な施設である県庁、市役所、区役所などに人が押し寄せて、中に入りきれなくなった人が道路まであふれてしまった。そのため仙台市では、行政や民間事業者等の役割を明確にし、課題の解消に向けて帰宅困難者対策に取り組んでおり、帰宅困難者対応指針等に基づく帰宅困難者の誘導や一時滞在場所への案内、受入対応といった災害時の行動ルールの検証と関係機関の協働による対応策の確認を行うことを目的に「帰宅困難者対応訓練」を実施している。</p> <p>（３）自主防組織の立ち上げ</p> <p>昭和53年に発生した宮城県沖地震（仙台市のマグニチュード7.4、震度5）で、仙台市内で、死者16人、重軽傷者10,119人、住家の全半壊が4,385戸、一</p>

部損壊が 86,010 戸という多大な被害が生じた。この地震では津波の被害は発生せず、ブロック塀の倒壊や家屋の倒壊が多く見られた特徴がある。そしてこの地震は、当時の人口 50 万人以上の都市が初めて経験した都市型地震の典型といわれ、この地震を教訓に、仙台市では町内会を単位とした自主防災組織の結成促進に努めてきた。自主防災組織の目的は、町内会の基本的な活動のひとつである「災害に強いまちづくり」であり、町内会の目的と合致するものである。

私の所属する町内会でも、昭和 56 年に自主防災組織を結成し、仙台市からヘルメットやメガホン、担架等をいただいた記憶がある。しかしその後、町内会の自主防災組織の活動は尻つぼみとなり、平成 12 年に私が町内会長になった時にはほとんど機能していなかった。平成 14 年に 5 つの町内会で組織されている川平学区連合町内会の会長になった際に、連合町内会に自主防災組織の立ち上げを目指すこととし、平成 19 年に川平学区連合町内会自主防災行動計画を策定、防災の取組を始めた。昭和 40 年代の大規模住宅団地開発により形成された川平地区は、既に急速な高齢化が進んでいたため、地域での防災対策の重要性を意識し、東日本大震災前の平成 22 年 4 月には地域の 50 団体を巻き込んで、川平地区防災対策連絡協議会を設立した。毎月 1 回 70～80 名が集まって分科会形式での活動をスタートし、避難所設営と運営に関する防災訓練も実施した。実施 50 団体には、社会福祉協議会や小・中学校、地区内にある私立高校を始め、福祉施設や病院、商店等のあらゆる団体が参加した。

(4) 震災後の自主防災組織の見直し

仙台市では震災後、地域防災計画を見直した。それまでの防災計画は公助を中心とした、どちらかという市の職員向けのものであった。しかし、公助では限界があり、市民力、地域力、これを全面に出した自助、共助を生かさないと維持できない。自助、共助、公助の共同による対策が一番望ましいため、計画を練り直した。当然、避難所運営マニュアルも見直し、193 の指定避難所ごとに地域版避難所運営マニュアルを作ることになった。今はそれに従って避難所の運営訓練などを実施している。平時にできないことは、災害時に行うことは難しい。日頃から災害時の備えについて、十分に準備しておく必要がある。



開催地より

東日本大震災を経験された語り部から、東日本大震災の被災状況や避難所運営、備えについて、具体的なお話を聞くことができました。本日の講演をふまえて本市では、自助、共助の更なる啓発を進めていくとともに、自主防災組織との連携のあり方を検討していきたいと思う。

開催地名：岐阜県海津市	
開催日時	令和4年8月24日（水） 10：30 ～ 12：00
開催場所	海津市役所
語り部	茨島 隆 （青森県八戸市）
参加者	海津市防災委員会委員及び部課長 72名
開催経緯	<p>本市は、木曾川・長良川・揖斐川の木曾三川下流域に位置し、その他にも12の中小河川が流れ、水害リスクが非常に高い地域である。しかしながら、幸いにも伊勢湾台風以降は大きな水害がなく、堤防の強化や樋門等の耐震化が進められていることもあり、水害リスクに対する意識が高まっているとは言えない状況である。このような状況下の中、職員の防災に対する意識も同様で、職員の防災意識の高揚が課題となっているため、災害伝承の語り部の講演を開催することで、職員の防災意識の高揚、職員の日頃の防災体制の強化、初動における迅速な対応の意識強化につなげることにしたい。</p>
内容	<p>（1）八戸市の被害状況</p> <p>国内の最大震度は宮城県栗原市の震度7であったが、八戸市の最大震度は5強、そして津波高は6.2メートルだが、これについては県で設置している気象庁の測定計の最大値を出している。被害については、地震そのものよりも津波によるものの方が大きかった。その後の八戸工業大学の調査で、実際の最大津波高は10メートルにも達していたということが明らかになった。</p> <p>具体的な被害内容については、八戸港の物流拠点機能と八戸漁港の生産・流通機能が麻痺したことと、臨海部立地企業群の生産活動が停止してしまったことが挙げられ、被害総額は臨海部の企業群など商工関係が567億円、漁船や魚市場施設など水産関係が168億円となっている。</p> <p>（2）避難所の運営状況</p> <p>市内全部で69か所に避難所を設置し、避難者は9,257人、市が把握している記録では、避難所開設51日間で、延べ1,933人の市職員が派遣されていた。基本的には12時間交代で、朝勤と夜勤で対応していた。職員が不足している状況だったので、女性職員にも夜勤を強いる結果となってしまった。また、避難者総数に対して配布用の毛布が足りず、群馬県伊勢崎市から足りない分を補充してもらい、何とか寒さをしのいだ。一方で、避難者は八戸市民よりも、津波で被災した太平洋沿岸部の岩手、宮城の各県民の方が多くなり、中には原発被害も併発した福島県の沿岸部からたどり着いた被災者もいた。（他県からの避難者は372人にのぼった）</p> <p>避難所生活が落ち着いてくると、他県から物資が続々と送られてきた。非常にありがたい一方で、避難している人たちの支援にならないものも多く含まれていた。避難所の抱える問題の一つにゴミの回収の問題があるが、送られてくる物</p>

資がそのままゴミになるケースも多く、避難所の運営サイドにとっては頭を悩ます問題だった。

(3) 命を守るためには

自助とは自分のことは自分で守るということ、共助とは近隣の人たちと協力して、お互いが助け合うということである。公助は公的機関によるものだが、大災害の発生時には、発災後数日間あまり期待できず、限定的なものになる。従って、避難する時は自主的に、その後の対応は地域ぐるみでご対応いただきたい。近隣の住民との日常の挨拶から始まって、地域行事や自主防災活動への参加、地域での防災訓練、高齢者や障害者への支援等々、平時の生活の中でコミュニケーションをとりながら、防災・減災に対する意識を共に持つことが大切になると思う。

また、幾度も津波の被害を受けてきた三陸地方には、「津波てんでんこ」という防災標語が1990年に生まれている。この言葉は、「津波が起きたら、他の人のことは気にせず、それぞれで逃げろ」という意味である。東日本大震災に襲われた岩手県釜石市では、小・中学校に通う子どもたちのほぼ全員が避難し、難を逃れた。人口約4万人の市内で1,000名を超える死者・行方不明者が出る一方、小・中学生の99.8%が無事だったという事実は、「釜石の奇跡」として有名だが、「津波てんでんこ」の精神がいかに小・中学校に浸透していたかの証明であると言える。

最後に、避難することと併せて、避難所と避難経路の確認、非常持ち出し品と備蓄品の準備、家族の安否確認、高齢者を含む社会的弱者の避難及び避難指示については、災害時の対応として非常に重要なポイントであるので、準備が必要である。家庭や職場、自主防災組織単位で、確認と徹底をお願いしたい。



開催地より

貴重な体験談をわかりやすくご説明いただき、参加者も改めて防災意識の必要性を認識できたと思う。今後本市としては、過去の教訓を忘れず（津波てんでんこ）、職員は絶対に被災してはいけないという心構えを持って、日常業務の延長として防災対策に取り組んでいきたいと思う。

開催地名：岐阜県輪之内町	
開催日時	令和4年9月4日（日） 9：15 ～ 11：00
開催場所	輪之内町文化会館
語り部	佐々木 守 （岩手県釜石市）
参加者	輪之内町役場職員 126名
開催経緯	<p>本町は長良川・揖斐川の2つの河川に挟まれた位置にあり、水とともに発展してきた地域である反面、「洪水常襲地域」とも言われ、洪水のリスクが非常に高く、水害に悩まされてきた地域である。また、地盤についても沖積層の堆積が厚く、非常に軟弱であることから、南海トラフや断層系の大地震が発生した際は甚大な被害が発生することが予見されている。</p> <p>幸いなことに、直近では大規模な災害は発生していないが、その反面、経験不足による役場職員の災害対応に係るノウハウが不足している。災害発生時の動きを各種計画・マニュアル等に定め、対応することとしているが、実際に災害が発生した時に対応できるのか不安があるため、語り部の講演を実施して職員の準備と心構えの一助としたい。</p>
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>三陸沖、深さ24キロメートルを震源とするマグニチュード9.0の地震による津波が、岩手県釜石市を襲った。釜石市全体で888人が犠牲となり、152人が未だ行方不明となっている。私は震災当時、釜石市の防災課長を務めていた。釜石は津波の常襲地区であり、震災前年のチリ地震の際には大津波警報が発令（3メートルの津波）されたが、結局津波は到達しなかったことから、この震災でも「どうせ津波は来ないだろう」という過信により、このような被害を招いたものだと考えている。</p> <p>一方で、釜石市内の児童・生徒の多くが無事であった。この事実は『釜石の奇跡』と呼ばれている。なかでも、海からわずか500m足らずの近距離に位置しているにもかかわらず、釜石市立釜石東中学校と鶴住居（うのすまい）小学校の児童・生徒、約570人が、地震発生と同時に全員が迅速に避難し、押し寄せる津波から生き延びることができたことは、積み重ねられてきた防災教育が実を結び、震災発生時に学校にいた児童・生徒全員の命を大津波から守った事実として、大きな反響を呼んだ。</p> <p>（2）震災当日の実際の様子</p> <p>私は、「強い揺れのあとには必ず津波が来るから、とにかく逃げろと呼びかけろ」と防災無線経由で何度も指示を出した。しかし、前述のように市民の多くは逃げなかった。あまりの津波の威力に世界一の防波堤も決壊して、町にあるものすべてが流されて、綺麗な海岸も無残な姿になってしまった。（釜石市内海岸部</p>

はほぼ全滅状態) 地震直後に役所内に設置した災害対策本部は津波で壊滅状態になったため、別の場所へ移し、自家発電にて緊急会議を行った。避難所も全く同じ状況で寒々しかった。

自主防災計画や地域防災計画を立てても実際には何の役にも立たなかった。これは計画になかったことが次々と出てきてしまったことによる。例えば、800体も遺体が出て、それを運んで収容・安置し、火葬まで行なうことになったのだが、誰もこのような状況を想定していなかったため、非常に苦労した。他にも、救援物資が届くのは良いが、それを効率よく、公平に分配するのに想像以上の労力が必要になるなど、想定外の問題が山積した。(災害時には想定外のことが起きることを覚悟する必要がある)

(3) さいごに

防災活動のポイントは、事前の取り組みの重要性、これに尽きると思う。私たち釜石市は事前の取り組みが甘かった。防災への危機意識に基づいた事前準備の不足、災害に強いインフラの整備、避難誘導體制の構築、実態に沿った訓練や筋書きのない訓練等々、あらゆる取り組みが不足していた。取り組みの充実のためには、行政だけでなく、住民の意識を変えていくことが必要である。率先して避難をしないと命を助けることはできないので、そういう取り組みを徹底させていくことが必要だと痛感している。平時にしっかりとした防災教育を行い、他市町村や消防、民間企業等との広域での連携や、災害弱者対応への取り組み等を、しっかり行っていただきたいと切に思う。そして、災害で受けた被害を単なる「経験」ととどめることなく、「歴史」として語りついでいくこと、残していくことが、後世の住民の財産となるはずである。



開催地より

東日本大震災時に市の職員として、先頭に立ってご対応された語り部の言葉には重みがあり、ひしひしと伝わってきた。行政職員としての対応、災害への備えについて、本当に考えさせられた。本町としては、職員への更なる防災意識の啓発及び訓練を通じた知識の習得と、小・中学生への防災教育の充実に取り組んでいく所存である。

開催地名：岐阜県輪之内町	
開催日時	令和4年11月13日（日） 9：30 ～ 11：00
開催場所	輪之内町文化会館
語り部	菅井 茂 （宮城県仙台市）
参加者	区長・防災士 32名
開催経緯	<p>本町は長良川・揖斐川の2つの河川に挟まれた位置にあり、「洪水常襲地域」とも言われ、洪水のリスクが非常に高く、水害に悩まされてきた地域である。また、地盤についても沖積層の堆積が厚く、非常に軟弱であることから、南海トラフや断層系の大地震が発生した際は甚大な被害が発生することが予見されている。幸いなことに直近では大規模な災害は発生していないが、その反面、災害の記憶やそこから得た教訓も薄れつつあり、大規模災害に対するノウハウの不足や、災害に対する危機意識そのものが希薄化していることが危惧されている。それは町内の自主防災組織も同様であり、「自分たちの命は自分たちで守る」という基本的な考えや防災に対する当事者意識を植え付け、住民が自ら災害に対して考え・行動するといった体制の構築が急務となっている。</p>
内容	<p>（1）大震災発生時の状況</p> <p>私は2011年3月の発災当日、打ち合わせで県内の鳴子温泉に滞在しており、帰宅途中の車の中で激しい揺れを体感した。それは車外に放り出されるくらいのもので、今までに体験したことのない大きな揺れだった。揺れが収まった後、すぐに地元へ連絡を試みたが、すでに携帯、固定電話ともに寸断されており、連絡がつかなかった。大規模な停電も発生して真っ暗闇の中、そのまま慎重に車を走らせて、何とか地元に戻った。予想通り自宅はおろか、その周りにはめちゃくちゃな状態となっていたが、海岸沿いの地域ではなかったため津波の被害はなかった。その後、地域住民の安否確認をすべく自宅近くの避難所へ駆けつけ、被災者の受け入れ、人数の把握に奔走することとなった。</p> <p>（2）避難所に詰めかける人々</p> <p>地震発生後、私は南材木町小学校で避難所開設の準備をしていた。20時前に水と乾パンを全員に配り、その際に905名が避難していることが判明した。避難者数は最終的には1,200名になった。仮設トイレを北側にも設置したが、寒くて誰も使用しなかったため、翌日に急遽東側に作り直した。また、自家発電機は2基あったが1基は作動しなかった。こうしたことも、日頃からのチェックが必要であると反省した。3月11日の夜、避難所運営委員会を立ち上げ、役割を分担し、ボランティアを募った。その結果、若い人が寝ずの番でトイレ番をしてくれるなど、トラブルもなく運営できた。</p> <p>振り返ると、避難者に対して避難所内の決まりごとを周知して、実際にそれらを遵守してもらったことが、トラブルもなく快適に運営できた要因ではないかと思う。具体的には、避難所内では「禁酒」、「禁煙」とし、避難所の起床時間は</p>

6時半、朝食が8時、夕食が17時として、1日のスケジュールを明確化した。地区内で倒壊家屋はなく、主たる被害は断水だけだったので、帰れる方は帰宅して食べていただくようご案内した。また、ライフラインが復旧したら帰ってほしいとあらかじめお伝えしていたこともあり、震災が発生して10日後の3月21日には、全員速やかに帰宅してもらった。

(3) 避難所運営がうまくいった要因

私は、3月13日からは八軒中学校の避難所へ行った。こちらには460名の避難者がいた。避難所は避難した人たちのホームである。地区の代表者を係に決め、少しでも住みやすい環境を作るために、希望や不満を伺った。その結果、毎日ラジオ体操を実施することや、女性には食事の献立を決めてもらい、調理してもらうことを決め、すぐに実行した。

また、八軒中学校合唱部は、3月19日の全国大会に出場予定であったが、参加できる状況ではなかったため、武道場で、父兄及び避難者対象に合唱してくれた。この光景が様々な形で報道され、辛い避難生活の中での明るい話題として心を和ませてくれた。

避難所運営がスムーズに行われたのには要因があった。まず1つは、平成17年から地域で総合防災訓練を実施していたことである。平成19年からは避難所となった八軒中学校とも連携し、同校で防災訓練を行っていた。東日本大震災の2日前にも、同年の防災訓練について打合せをしたばかりで、避難所を開設したらどう動く、ということが頭に入っていた。さらに、地区の昔からの住民とマンション住まいの新住民が、小学校の諸行事を通じて互いに顔見知りになっていたことも大きい。こうした諸行事は、地域の人が出会う良い機会になる。震災後も、「防災訓練」にひと工夫して、様々な世代に防災の重要性を認識してもらうことをテーマに活動を継続している。地道な活動が、ひいては「自助」・「共助」のありかたを見直すきっかけにもなるかと思う。



開催地より

東日本大震災の体験談・教訓や、避難所における自主防災組織での活動について、わかりやすくお話しいただいた。本講演を受けて当町では、自主防災組織を中心とした防災訓練の実施による防災意識の啓発を拡充し、自主防災組織による自助・共助の体制強化につなげていきたいと思う。

開催地名：静岡県静岡市	
開催日時	令和4年11月19日（土） 10：00 ～ 11：30
開催場所	清水テルサ
語り部	菊池 健一 （宮城県仙台市）
参加者	自主防災組織等 236名
開催経緯	<p>地域への出前講座や「せとうち防災リーダー研修」など市独自の研修を行い、住民の防災意識の向上に努めているものの、「自助」の意識はまだまだ低く、行政任せになっている地域もみられる。また、自主防災組織の結成を推進しており、全体の75.2%の自治会が自主防災組織を結成しているが、定期的に避難訓練を行うなど実効性のある「共助」の仕組みづくりを行っている自主防災組織は限られている。</p>
内容	<p>（１）震災被害の背景</p> <p>東北地方は非常に地震が多い地域であり、特に宮城県など太平洋沿岸地域については、過去に幾度となく地震や津波の被害を受けてきた。1896年（明治29年）にマグニチュード8.5の明治三陸地震、1933年（昭和8年）にマグニチュード8.1の昭和三陸地震、1978年（昭和53年）に宮城県沖地震、2003年（平成15年）に宮城北部連続地震、2005年（平成17年）に宮城県沖地震を記録している。1978年の宮城県沖地震では、死者28人（ブロック塀などの下敷き18人を含む）、負傷者1,325人、建物の全半壊7,400戸、停電70万戸、断水7,000戸という多大な被害が生じた。特徴の1つとして、ブロック塀倒壊の多発が挙げられ、このブロック塀の倒壊によって18人の子供が犠牲となった。この地震は、当時の人口50万人以上の都市が初めて経験した都市型地震の典型と言われ、この地震を契機に、宮城県では自主防災組織を各町内会に設置する動きが起り、1995年の阪神・淡路大震災以後、この動きは加速した。</p> <p>（２）東日本大震災時の状況について</p> <p>地震発生時、私の自宅がある七郷地域は震度7の烈震で、4～5分ほどすごい揺れが続いた。仙台市では11.5メートルの津波の被害を受けた。海面が11.5メートル高くなった状態で海水が押し寄せ、海岸から3キロ以上内陸まで浸水した。県警への避難指示を聞き、3つの町内会を走り周辺住民に津波から声をかけてまわった。町内会では大規模災害に備えて、毎年避難訓練を行っていたが、東日本大震災では、ほとんど役に立たなかった。激しい揺れに動揺する中、道路は寸断され、携帯電話、固定電話ともつながらないため、火の始末、出口の確保、家族への連絡、周りの人の安否確認等、身を守るすべてのことができなかつたからだ。</p> <p>避難所への避難についても、速やかに移動できない人たちが目立った。貴重品を探していたり、貴重品を置いていくことに抵抗を感じて避難を拒んだりする方もいた。命に関わる問題なので、毅然とした態度で避難を求めることが必要で</p>

ある。また、夜間はどうしても周囲の目が届かないので、自警団を編成して区域のパトロールを行った。

避難所の運営についても、スタート時点からうまく機能はしなかった。運営を阻害したものとしては、情報の不足、燃料の不足、通信手段の不足の3つがあげられる。また、1つの避難所に、8つの町内会が集まっており、町内会ごとでは避難訓練を行っていたが、合同では実施してないため連携がうまくいかず、運営に支障が出た。地震4日目まで物資が届かなかったことも不安をあおった。対策として、町内会長を中心とし、町内会ごとにまとまってコミュニティ最優先の運営を進めた結果、情報収集と伝達に効果があった。

(3) 避難所の状況と、避難生活から得た教訓

長い避難生活を考え、町内会の主要な役員を核とした組織編成を行ったが、組織に対する不満、顔見知り同士の派閥、プライバシーのない集団生活でのストレス、ペット問題、ボランティア団体の過度な訪問など、避難所生活では対処すべき課題が絶えなかった。原因の1つとして、津波避難と防災訓練は行ってきたが、「避難所運営訓練」を全く行っていなかったことがあげられる。今後の防災対策では、避難所へ移動して終わる避難訓練だけではなく、その後を想定した避難所運営訓練を多く行うことと、自主防災組織や避難所運営組織には女性を積極的に登用することが必要である。また、避難所はどうしても高齢者中心になる（実際9割が高齢者で占められた）ため、高齢者の目線での生活サイクルを維持できるように工夫する必要がある。

さらには、地域、行政・学校と連携して、実態に即した訓練の実施を行うとともに、町内会行事等に積極的に参加して、近隣の住民とのコミュニケーションをとっていくことの必要性も強く感じた。そして何より求められるのは、迅速な判断と行動であると思う。



開催地より

東日本大震災時の実体験に基づく避難所運営についてのお話しを、非常にわかりやすくご説明いただいた。当市では今日の講演をふまえ、女性の防災リーダー育成を進めるとともに、大規模災害時の避難所運営を想定し、学区等での防災の取り組みを進めていきたい。

開催地名：静岡県湖西市	
開催日時	令和4年10月22日（土） 9：30 ～ 11：00
開催場所	新居地域センター
語り部	草 貴子 （宮城県仙台市）
参加者	地域住民（女性） 40名
開催経緯	湖西市では、指定避難所ごとに自治会や自主防災会を中心に避難所の開設や運営について連絡会や訓練を行っているが、避難所運営には女性や子供等への配慮が、特に重要となっている中、女性の要望や意見を反映させられる女性防災リーダーの育成が課題となっている。
内容	<p>（1）震災時の宮城県仙台市泉区について</p> <p>私が住んでいる、仙台市泉区東部に位置する市名坂東町では、平成20年に女性を中心となって町内会を設立した。特に防災に力を入れており、平成22年に完成した集会所は、災害時に避難場所として機能する施設を意識して設計された。復旧の早さを考えたオール電化の施設で、障害者用を含め2か所のトイレを設置するとともに、必需品一式の備蓄など、災害時でも普段通りの生活を送れる準備を行っていた。</p> <p>（2）当日の状況と避難生活について</p> <p>震災当日、私は小学校の卒業式に出席していた。その後、家電量販店での買い物中に被災した。立ってられないほどの強い揺れが襲い、店内はガラスの割れる音や悲鳴が響いていた。外では周囲の電柱が倒れそうになり、車が上下に大きく動いている恐ろしい光景が広がっていた。泉区は内陸のため、幸いなことに津波被害はなかった。集会所には女性や子供など100人が避難し、町民でない方も受け入れた。</p> <p>その後、避難者の中からリーダー・サブリーダーを決め、町内会は補佐に回る体制を整えた。避難生活中は毎日温かいコーヒーを淹れ、全員と会話で交流を図った。電気は2～3日、水道は3～4日、ガスは1か月程度で復旧した。子供たちは、区役所で得た給水車などの情報を瓦版にし、町内へ広報を行った。高校生は子供たちの勉強サポートや、子守を担当した。各自が率先して協力しながら避難所解散までの日々を過ごしたが、避難生活は誰もが初めての経験だったため思わぬトラブルも多く、想定不足を強く感じた。</p> <p>（3）東日本大震災から得た教訓と新たな取り組み</p> <p>防災のためには規則・訓練・備蓄は大切なことであるし、想定外の事象について考えることも重要だ。だが、決まりや子供・男女などの属性にとらわれず、ひとりひとりが「私の役目とは何か」という想いを持って行動することが非常に重要であると強く感じた。それは、「1000年に1度」と言われる大震災の中、それ</p>

ぞれが自分の役割を懸命に果たしたことで、厳しい現実を乗り越えることができたからだ。

避難所の解散後、私は町内会に所属していない人たちを対象に、災害から守る対策を始めた。加入は任意とはいえ、町内会に入っていない人が被災時に支援を受けられない事態があってはならない。主に行ったのは、マンション住まいで未就学児がいる若い家族を対象とした育児支援と、「おもちゃ図書館ずんだっこ」の開設である。災害時に備えたまちづくりに関しては、毎年1回あるお祭りで防災訓練を開催している。煙を炊いての濃煙体験、防災減災に関するクイズや消火訓練を実施して、お祭りの収益金の一部を津波遺児に寄付している。

行政にできることは限られているので、避難所の運営など私たちが考えなければならぬ。地域防災で大事なことは、自分自身の特性を考えて、オリジナリティのある身の丈に合ったことを実践することだと思う。完璧な答えを出せなくても、お互いが知恵を出し合ってその過程を大切に、少しでも前に進めていきたいと思っている。これらの活動が功を奏し、町内会への入会者は増加した。

(4) 今後の展望

災害はいつ発生するかわからない。だからこそ、いかなる時も仲間と自分を信じ、地域と歩んでいけるように備えることは重要だ。私は自身の役目を考え、平成25年に地域の組織団体と「避難所運営委員会」を作った。現在、初代事務局長として防災活動の充実と地域への理解を広めるため、この取組を強化していきたいと思っている。そして、東日本大震災だけでなく、あらゆる災害がもたらす悲しみや苦しみ、辛さに、自分だけでなく、家族や知人が巻き込まれたりしたらと考えてみてほしい。そして、そのような事態にならないよう、防災・減災に対する心構えを大きく保って生活してほしい。是非そのような観点で災害に対して考え、準備する気持ちを持っていただきたいと切に望んでいる。



開催地より

当市としては、自分にできることは何かを考え、当事者意識を持って日頃の防災活動に取り組んでいただくよう、住民に対して啓蒙していくとともに、備蓄の呼びかけを推進していきたい。

開催地名：静岡県沼津市	
開催日時	令和5年2月16日（木） 19：00 ～ 20：30
開催場所	プラサヴェルデ（コンベンションぬまづ）
語り部	宮本 英一 （千葉県旭市）
参加者	沼津市防災指導員、沼津市各連合自治会会長 30名
開催経緯	<p>当市では、南海トラフ地震による被害が想定されており、市民の防災意識の高揚、自主防災組織の育成等防災対策の推進を図るため、防災指導員を市内28ある連合自治会から推薦をうけ任命している。南海トラフ地震が発生した場合に想定される被害は、各連合自治会がある地域によりさまざまであり、居住地域の防災上の課題を検討して災害に備える必要がある。</p> <p>一方で、当市では大規模地震の被災経験がなく、自主防災組織の活動、避難誘導、避難所の運営の検討などが課題となっている。</p>
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>私の住む千葉県旭市は、平成17年7月に、旭市、飯岡町、海上町、干潟町が合併してできた市である。人口は66,500人程度の農業と漁業の市で、醤油と漁業で有名な銚子市の隣に立地する。</p> <p>津波で亡くなった方々や行方不明者の多くは、一度目の堤防を越えた津波が来た時には避難していて、もうこれで終わりだと思って家に帰ってしまい、二度目の堤防を越えた津波で流された方々が殆どである。津波の到達距離は海岸線から200メートルから300メートルで、旭市全体が津波に襲われたわけではない。従って、震源地である東北地方で起きた津波とはその規模や被害の大きさについては比べようがないが、震源地から遠い千葉県でも津波による大きな被害があったことを、是非知っていただければと思う。</p> <p>（2）津波襲来</p> <p>地震発生後、近所の人たちは荷物を持って、区民館や近くの神社に避難していた。私は、「津波は家の前の堤防を越えることはないだろう」と思いながら、特に避難せずに、庭に立って海を見ていた。この日まで「津波警報」や「津波注意報」が数え切れない程発令されたが、大抵は数十センチ海水面が上がる程度だったこと、そして千葉県の九十九里浜は、リアス式の海岸と違って広い海岸なので、大きな津波は来ないと思い込んでいたことによる。</p> <p>そして津波は地震発生から約1時間後に来たが、私の予想通り、家の前の堤防は越えなかった。避難していた住民は安心して自宅に戻り、片づけを行っていた。海岸では、潮がかなり沖合まで引いている状況が継続する中で、第一波から1時間半後に第二波が沿岸部を襲った。防災無線では「大津波警報、緊急避難、緊急避難、団長命令」という放送が、何度も流れていた。これは、消防団員に対しての放送で、団員も危険だから緊急避難をするようにという指示だった。私たちは玄関の前に立ちながらその放送を聴いて、ただごとではないと思い、避難しようとしたが、あっという間に津波の激しい流れに巻き込まれて、</p>

水の中に沈んでいった。水を飲みながら浮き上がると、屋根の上に上って何とか助かった。

(3) 震災での気づき

飯岡地区での津波の被害は、海沿いの数百メートルの地域に限定しており、それ以外の地域ではほとんど被害がなかったとはいえ、避難所は10か所開設されて、2,863人の市民が避難し、3日後の3月14日に4か所に統合された。その4か所の避難所には、津波や土地の液状化などにより自宅に住めなくなった住民が残り、仮設住宅に入居するまで73日間続いた。その一方で、通常の生活が可能な住民も多く存在し、区長として難しい対応に迫られた。

避難所での生活でも問題点は多かった。最も困ったのはトイレの問題である。消防団が簡易防火水槽を設置し、避難所従事者が、トイレにバケツで水を汲み置きしたが、それでもトイレが汚物だらけになった。停電や断水が発生しても、トイレだけは使えるような避難所の整備が必要である。

また、被害を受けた地域には多くのボランティアの方々が来てくれたが、申請や受付、保険加入手続きや作業現場への移動等に時間を割かれることで作業時間が限定されてしまい、せっかくの好意を必ずしも適切に受けることができなかったと言える。

災害は、人と場所を選ばず、突然やってくる。あの時津波に流されて一番反省している点は、大津波警報が出ても、自分だけは大丈夫と思い、避難しなかったことである。また、津波は繰り返しやって来る。「自分の命は自分で守らなければ」と強く思った。

ここにいる皆さんは、災害が起きた時はそれぞれの役割を果たされると思うが、皆さんや、皆さんのご家族が被災しないとは限らない。万が一そうなった場合、自分の家族を守りながら、地域のためにどういった行動をとるべきか、日頃から考えておく必要があると思う。



開催地より

被災体験に基づく貴重なお話を、大変興味深く受講することができ、防災意識の啓発に役立ったと感じた。災害をもたらす被災者の苦労、共助の重要性や行政との緊密な連携の必要性などについて考えさせられた。平素からの災害に対する備えやルール作り、良好なコミュニティ環境の重要性について考えていく必要を感じた。

開催地名：静岡県下田市	
開催日時	令和4年11月8日（火） 14：00 ～ 15：30
開催場所	下田市民文化会館
語り部	山田 修生 （宮城県仙台市）
参加者	市職員、自主防災組織 23名
開催経緯	<p>当市は、南海トラフ巨大地震、東海地震における津波被害が想定されており、災害時に迅速な避難、対応、その後の復興活動等に活かすために、普段からの自主防災組織を中心とする備えや、計画の策定が課題となっている。災害伝承10年プロジェクトによる講演を通じて、下田市の自主防災会の防災意識を高め、東日本大震災の教訓を各地域の活動に活かしたい。</p>
内容	<p>（1）東日本大震災とは</p> <p>2011年3月11日14時46分に、水深6,500メートルにある縦500キロ、横200キロの広さの海底プレートの跳ね上がりによって発生した地震は、マグニチュード9.0に達し、1,000年に1度の規模の災害と言われている。</p> <p>地震発生時、私は自宅にいた。突然、地下からすごい勢いで突き上げる感じの揺れを感じた。体が床からボンと跳ね上がるような感じがした。それから縦揺れ、横揺れ、ななめ揺れと、今まで体験したことのないくらい長い時間揺れが続いた。このまま死んでしまうのではないかという恐怖感の中、家族の安否を大声で確認するのが精一杯だった。全く身動きがとれず、両手両足で何かにつかまっていけないと立ってられない程であった。各地で地震に関する講演や研修を行ってきた身であるが、頭が真っ白になり、どのように対処すればよいか全く分からなくなってしまった。</p> <p>揺れが収まってから、津波に備えるために、住んでいるマンションの住民を避難所へ誘導した。これまで実施してきた避難訓練は、町内会の有志が集まったのものだったが、町内会ごとの自主防災組織は全く機能せず、家族、あるいは近所同士といった小単位での避難を余儀なくされたのが実状である。地下の排水管からは水が噴出し、電信柱などは倒壊して火花を散らしていた。津波が来ることを想定し、とにかく海岸からできる限り離れるように避難した。地震が収まった後、指定避難場所へ移動したが、津波が届く恐れがあったため、自衛隊のヘリコプターで別の指定避難所まで一人一人運んでもらった。周りの人は泣き叫んでいる人が多かったため、拡声器を持って避難民を鼓舞し、懐中電灯と携帯電話またはラジオを持って行動するよう指示した。</p> <p>（2）東日本大震災から学んだこと</p> <p>東日本大震災は、災害対策を決して怠っていたわけではないが、これまでの取り組みが無効だと感じてしまう程の規模であった。同規模の地震・津波発生時は、「より遠く、より速く、より高く」を意識して、まずは自分の命を守ることを第一に考えて行動してほしい。避難時には、声が大きく統率力のとれる人が先</p>

頭に立つのが良い。気が動転している人が沢山いるため、混乱している人を鼓舞することが大切である。

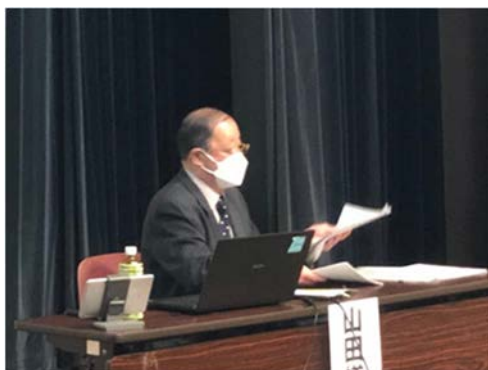
みなさんに実施してほしい取り組みは、可能であれば家族間で1部屋を「自宅避難場所」として設定し、物を置かずに、災害時に家族が集合する部屋とすることである。また、避難訓練は大体において、土曜日や日曜日など仕事をしている人の休日に開催するのが一般的であるが、今回の大震災のように平日の日中に発生した場合は、自宅には主婦や高齢者、乳幼児しかいないため、主婦を中心とする女性中心の防災訓練や、要援護者対応を実施していただきたい。そして、自主防災会や役員への女性の登用についても、今後は推進していく必要がある。

また、各地域で、災害時に当面の避難生活を行なう避難所として、指定避難所が設定されている。下田市の場合は、市内の8つの小・中学校が該当する。指定避難所となっている学校の近隣に居住されている方々については、平常時の防災訓練等で、学校との連携を密にしていきたいと思う。そうすることで災害時にも連携がスムーズに行なえるはずだ。

(3) さいごに

公助が機能するまでの72時間、自助と共助で乗り切る必要がある。3日間は役所の援助を頼らずに頑張れるよう、必要なものの備蓄や準備に取り組んでいただき、まずは自分の命を、そして家族の命を優先に考え、行動していただきたいと思う。

経験は決して自分を裏切らず、役に立ってくれるものである。防災訓練、避難訓練等、役に立たないと思わずに、いざとなったらこれは必ず役に立つと考えて参加してほしい。避けられない災害と共生することを意識して、備えは怠らずに生活していただきたいと思う。



開催地より

講師の方には、ご自身の東日本大震災時の体験談を交えながらわかりやすくお話しいただいた。本日参加した自主防災組織の方々には、防災について再認識してもらったいい機会になったと思う。今日のお話しをベースに、災害時の避難場所の周知や、感染症対策を踏まえた救護所訓練を強化していきたい。

開催地名：静岡県袋井市	
開催日時	令和4年9月22日（木） 18：30 ～ 20：00
開催場所	袋井市防災センター
語り部	太田 千尋 （宮城県仙台市）
参加者	袋井市職員ほか 108名
開催経緯	<p>当市では南海トラフ巨大地震による被害が想定されており、市内指定避難所を64ヶ所、拠点となる支部拠点避難所を18ヶ所設けている中で、現在、避難所設営に際して、「避難者（住民）主体の避難所設営」と「男女共同参画に配慮した避難所設営」を重点課題とした取り組み防災訓練を実施しているところである。自主防災組織が中心となり自主運営する避難所に対し、市の公助をどう取り入れるか、避難所を運営した経験から得た課題等をご教授いただきたく、本講演を実施する。</p>
内容	<p>（1）東日本大震災</p> <p>私の住む仙台市内では、宮城野区が震度6強、青葉区、若林区、泉区が震度6弱、太白区が震度5強であった。震度5と震度6とでは揺れの大きさが全く違う。縦揺れ、横揺れ、今度はななめ揺れと、どうしたら良いか分からないような揺れが6分程度長く続いた。地下からすごい勢いで突き上げる感じの揺れであった。そのあと、皆さんご存じのように仙台市でも津波に襲われ、大きな被害を受けた。今までこのような津波に襲われた経験がなかったことが、避難が遅れた要因であろう。また、市内各所で避難所が開設され、多くの住民が避難した。</p> <p>（2）避難所運営について</p> <p>避難所内は土足禁止にしないと、特に津波や洪水などの水の災害の場合は避難所が砂漠みたいになってしまい、マスクをしないと中にいられない状況になってしまう。トイレについては、男性用と女性用のトイレの距離を離すということや、手洗い用のジャグを用意することの必要性を痛切に感じた。これらについては、避難所に派遣された保健師に工夫をしていただいた。保健師が派遣されて適切な対処をした避難所と、派遣できなかった避難所では、避難所内の環境に大きく差が出てしまったことは事実である。</p> <p>仙台市では、避難所の運営はその地区の自治会長たちで作った避難所の運営委員会で行い、その運営委員会の中で分野ごとに班を構成し、住民主体の役割分担を実施していた。そしてその避難所に、機械的に割り振られた市職員が派遣され、運営に携わるようなやり方だった。派遣された市職員は思うような活躍ができず、心理的にも苦勞した事実があり、これは震災後に反省点として指摘された。そのため、現在では避難所の担当を決めて定期的に訓練にも参加するような形式に移行した。</p> <p>東日本大震災後の避難所生活に伴い、東北地方では窃盗団も多く発生した。仙台市でも見受けられたので、自治体関係者は心づもりが必要である。避難所で避</p>

難生活をしているということは、家は不在（留守）の状態ということである。他県ナンバーの車両や標準語を話すグループ等、怪しいと感じた場合はむやみに情報を提供しないよう注意したい。

（3）さいごに

昭和 53 年に発生した宮城県沖地震と東日本大震災では、大規模損壊した住宅の数は約 6,000 棟と約 57,000 棟ということで、地震の規模に比例した形となっているが、死者という観点で見ると、建物等の下敷きとなって亡くなった方は、宮城県沖地震の際が 16 名で、東日本大震災ではほとんど発生していない。ご認識の通り、東日本大震災では、ほとんどの犠牲者が津波によるものだったのだ。この事実は、いつか大きな地震が来るだろうという予測のもとに、様々な準備を行っていたことが要因だったと思う。

仙台市は、東日本大震災の津波により被害を受けた仙台市東部地域の再生に向けて、平成 26 年度から平成 28 年度にかけて東部地域の 13 カ所に津波避難施設（タワー型 6 カ所、ビル型 5 カ所、津波避難屋外階段 2 カ所）を整備した。津波の到達時間を 45 分と想定し、それまでに安全地域まで避難できない住民が頼ることのできる施設として、夜間停電時にも避難がしやすいよう、屋上に太陽光発電柱を設置したり、車椅子等での避難に配慮してスロープを設置するとともに、水や食糧をはじめ、発電機、投光器、ストーブ、簡易トイレセット、防災行政無線等を備蓄している。

私の家には震災発生時にカセットコンロが 3 台ほどあった。震災の際にそのうち 1 台を知人に貸してあげたところ大変喜ばれた。水や食料はもちろんだが、このように有効な物資についての備蓄は非常に大切なことである。常日頃から防災啓発活動を、組織内や地域内で実施していくことが極めて重要である。



開催地より

避難所運営において「必要なこと、苦労したこと、体験したこと」について豊富な資料を基にわかりやすくお話しいただいた。今回の講演を参考にして、職員の身体的ケアを含めた、長期間の避難所運営に耐えうる職員配置についてや、ボランティアセンター立ち上げに取り組んでいきたいと思う。

開催地名：静岡県伊豆の国市	
開催日時	令和4年10月7日（金） 19：00 ～ 20：45
開催場所	あやめ会館
語り部	菊池 健一 （宮城県仙台市）
参加者	自主防災組織、地域住民、市職員 93名
開催経緯	<p>当市では、自主防災組織に対して、公民館を避難所として開設した場合の対応をお願いしている。また、指定避難所等の運営においても、自主防災組織に協力してもらう可能性は十分に考えられる。しかしながら、昨年度県が実施した自主防災組織実態調査によると、「避難所運営について不安がある」と回答していた組織も多く存在するため、本講演にて自主防災組織における避難所運営の知識やノウハウを学ぶこととしたい。</p>
内容	<p>（1）震災被害の背景</p> <p>東北地方は非常に地震が多い地域であり、特に宮城県など太平洋沿岸地域については、過去に幾度となく地震や津波の被害を受けてきた。1896年（明治29年）にマグニチュード8.5の明治三陸地震、1933年（昭和8年）にマグニチュード8.1の昭和三陸地震、1978年（昭和53年）に宮城県沖地震、2003年（平成15年）に宮城北部連続地震、2005年（平成17年）に宮城県沖地震を記録している。1978年の宮城県沖地震では、死者28人（ブロック塀などの下敷き18人）、負傷者1,325人、建物の全半壊7,400戸、停電70万戸、断水7,000戸という多大な被害が生じた。特徴の1つとして、ブロック塀倒壊の多発が挙げられ、このブロック塀の倒壊によって18人の子供が犠牲となった。この地震は、当時の人口50万人以上の都市が初めて経験した都市型地震の典型と言われた。</p> <p>この地震を契機に、宮城県では自主防災組織を各町内会に設置する動きが起こり、1995年の阪神・淡路大震災以後、この動きは加速した。しかし、2011年に起こった東日本大震災で、この自主防災組織が県内すべてで機能していたわけではない。その時仙台市内ではどんな問題が起き、住民はどう対応したのか。これからお話ししたい。</p> <p>（2）東日本大震災時の状況について</p> <p>地震発生時、私の自宅がある七郷地域は震度7の烈震で、4～5分ほどすごい揺れが続いた。仙台市では11.5メートルの津波の被害を受けた。海面が11.5メートル高くなった状態で海水が押し寄せ、海岸から3キロ以上内陸まで浸水した。県警への避難指示を聞き、3つの町内会を走り、周辺住民に声をかけてまわった。しかし1人暮らしの老人の中には避難を嫌がり、自宅のカギや通帳・印鑑を探させる人がいた。この時は、人命が大事だと言って半ば強引に避難させた。ライフラインが止まってしまうと、高齢者が1人で暮らすのは難しくなるからだ。この処置が正しかったかどうかはわからないが、災害時こそ二次災害を防</p>

ぐための迅速な判断が必要だ。被災者の中には油断して避難しなかった人や、「津波がまだ来ないから玄関のカギをかけてくる」と言って戻ってしまった人なども多かった。

(3) 避難所の状況と、避難生活から得た教訓

私は指定避難所である近隣の小学校に避難した。避難所では、人数の把握をはじめとする必要な業務に対応すべく、避難所の運営組織を立ち上げる必要があった。そこで、各町内会長と学校長に相談の上で急遽組織をつくり、私も防災アドバイザーの立場で支援を行った。その時注意したのは、あくまでもコミュニティを中心とし、町内会長をメインとした組織にすることだった。そうすることで、同じ地区の住民が周りにかたまるとなり、人員の把握や情報の集約と伝達が迅速になることが期待された。また、自宅で寝起きできる人たちには、数日分の食糧を提供の上で自宅に戻ってもらい、避難所に滞在する住民の数を収容能力に見合う数に限定していった。

長い避難生活を考え、町内会の主要な役員を核とした組織編成を行ったが、組織に対する不満、顔見知り同士の派閥、プライバシーのない集団生活でのストレス、ペット問題、ボランティア団体の過度な訪問など、避難所生活では対処すべき課題が絶えなかった。原因の1つとして、津波避難と防災訓練は行ってきたが、「避難所運営訓練」を全く行っていなかったことがあげられる。今後の防災対策では、避難所へ移動して終わる避難訓練だけではなく、その後を想定した避難所運営訓練を多く行うことと、自主防災組織や避難所運営組織には女性を積極的に登用することが必要である。そして、顔の見える隣組とのさらなる関係づくりが、生き延びるために極めて重要であると感じた。



開催地より

東日本大震災時の実体験に基づく避難所運営についてのお話しを、写真やスライドを使ってわかりやすくご説明いただいた。当市では今日の講演をふまえ、今後の避難所運営訓練などの実践的な訓練の促進や、関係機関、関係部署、各地区との連携体制づくりを進めていきたいと思う。

開催地名：愛知県南知多町	
開催日時	令和5年1月27日（金） 10：00 ～ 11：45
開催場所	南知多町役場
語り部	伊藤 正治 （岩手県大槌町）
参加者	町長含め幹部職員、職員 50名
開催経緯	<p>当町は愛知県内で3自治体しかない南海トラフ地震津波避難対策特別強化地域として指定されている。被害予測（愛知県東海地震・東南海地震・南海地震等被害予測調査結果（H26. 5県公表））では、町民の1割以上の死者が出るなど甚大な被害が見込まれている。</p> <p>一方、幸いにも近年災害（特に地震・津波）による大きな被害が起こっていないため、災害対応経験のある職員が少なく、事前の準備が十分なされているか、的確に災害時対応が行えるかなどの点について懸念している。</p>
内容	<p>（1）大槌町の被害について</p> <p>大槌町はリアス式である三陸海岸のほぼ中央に位置し、古くから豊かな海の資源に恵まれ、水産業で生計を立ててきた歴史がある。震災前の人口は15,994人であったが、現在の人口は11,018人となっており、30パーセント以上の約5,000人が減ってしまった。</p> <p>平成23年3月11日の午後2時46分に発生した地震により、大槌町では津波が発生し、死者822人、行方不明者413人、関連死51人の合計1,286人の犠牲者がでた。これは人口の8パーセントに達するものであり、自治体機能の著しい低下、生活基盤の喪失、地域コミュニティの分散、社会関係資本の喪失等々、町が消滅してしまったような大打撃を受けた。平地は町の面積の2パーセントに過ぎないが、そこに町の人口の8割の人々が住んでいたことも被害を大きくした要因であった。</p> <p>この地震により、町内の小中学校7校のうち、5校がこの震災で使用できなくなり、新年度用の教科書をはじめとする教材もすべて使えなくなってしまい、学びの場を完全に喪失してしまった。卒業式間近の児童、生徒、父兄にはとても残念な思いをさせてしまったことと思う。</p> <p>被害を大きくしてしまった要因は、外部からの強烈的な刺激に対し「きっと大丈夫だろう」と思うことで落ち着こうとする「正常性バイアス」、自分以外に大勢の人がいるとき、周りに合わせてしまう「同調性バイアス」、経験していないものに対してなかなかリアリティを持つことができない、「経験バイアス」の3つである。津波の常襲地帯であり、地震と津波の恐ろしさをよく認識していながら、このような被害を招いてしまったのだ。</p> <p>（2）避難所での問題点</p> <p>津波による被害から家を失い、まさに命からがら逃げこんだ避難者がほとんどであった。避難所内を清潔に保つのが難しく、衛生環境の悪化や感染症発生</p>

の恐れが常にあった。さらには、身体が不自由な人や治療を要する疾病を抱えた人等、介護・介助が必要な人も一緒に滞在したため、細やかな対応も必要になり、運営は多難を極めた。避難所の生活は「共助」そのものである。その基本は相互理解であり、多様性の尊重である。少しのわがままと少しの我慢が大事である。そして刻々と変わる状況に対応できるようにするため、考えられる備えをしておくことが大事である。備えて備え過ぎるということはない。学校や町内会（自治会）との連携や備蓄物資の確保、そして実効性のある避難訓練の実施を是非実行していただきたい。

（３）発災時の職員の動向

発災から翌日までは、目の前の助けを求める町民の救助、避難誘導が最優先され情報の収集・発信ができなかった。県その他の関係機関とも連絡が取れず、大槌町はまさに消滅したとの情報が飛び交っていたという。３日目になってようやく県からの物資が入り始め、毛布やおにぎり、米などが届けられたが、十分な量には程遠かった。一方では、避難者の確定、移動、死亡届など対応する職員の負担が膨らみ始め、残された職員の業務は多忙を極めた。

大槌町は、3.11 震災津波の前年、平成 22 年に地域防災計画の全面見直しを行い、計画の修正、地震・津波対策アクションプログラムの作成、職員用防災手帳の作成、災害時要援護者支援計画の作成等を行った。その 1 年後の津波であった。平成 25 年に開かれた震災検証委員会の報告を見ると、防災計画の問題点として、以下 3 点に集約されると思う。是非参考にさせていただき、適切な防災計画の策定と、住民の積極的な関与を図っていただきたい。

- ① 総合性の欠如 各項目の相互補完と連続性の確保がされていない
- ② 実効性の欠如 計画が計画として機能しない
- ③ 参画性の欠如 計画策定に住民が関与していない



開催地より

東日本大震災を経験された語り部から、災害対策本部や本部員会議の運営についてや、避難所運営についてのお話を聞くことができ、災害に対するイメージを強く認識することができた。今日のお話しを、当町職員に共有するだけでなく、地域防災力の向上を図るため、地域の防災リーダーの育成にも役立てていきたいと思う。

開催地名：愛知県岡崎市	
開催日時	令和4年12月3日（土） 9：30 ～ 11：30
開催場所	岡崎市福祉会館
語り部	菊池 健一 （宮城県仙台市）
参加者	市防災課、地域住民 74名
開催経緯	<p>当市では、小学校区を単位とする自主防災組織に「防災担当委員」を設置し、地域の防災リーダーとしての活躍を支援している。平常時には、自主防災組織の会長と協力し地域防災力の向上に努めることを役割としているが、被災時や被災後の役割について事例を踏まえ具体的に伝えることに苦慮しており、自主防災組織における「防災リーダー」の役割をどう啓発するかが課題となっている。</p>
内容	<p>（1）震災被害の背景</p> <p>東北地方は非常に地震が多い地域であり、特に宮城県など太平洋沿岸地域については、過去に幾度となく地震や津波の被害を受けてきた。1896年（明治29年）にマグニチュード8.5の明治三陸地震、1933年（昭和8年）にマグニチュード8.1の昭和三陸地震、1978年（昭和53年）に宮城県沖地震、2003年（平成15年）に宮城北部連続地震、2005年（平成17年）に宮城県沖地震を記録している。1978年の宮城県沖地震では、死者28人（ブロック塀などの下敷き18人を含む）、負傷者1,325人、建物の全半壊7,400戸、停電70万戸、断水7,000戸という多大な被害が生じた。特徴の1つとして、ブロック塀倒壊の多発が挙げられ、このブロック塀の倒壊によって18人の子供が犠牲となった。この地震は、当時の人口50万人以上の都市が初めて経験した都市型地震の典型と言われ、この地震を契機に、宮城県では自主防災組織を各町内会に設置する動きが起り、1995年の阪神・淡路大震災以後、この動きは加速した。</p> <p>（2）東日本大震災時の状況について</p> <p>地震発生時、私の自宅がある七郷地域は震度7の烈震で、4～5分ほどすごい揺れが続いた。仙台市では11.5メートルの津波の被害を受けた。海面が11.5メートル高くなった状態で海水が押し寄せ、海岸から3キロ以上内陸まで浸水した。県警への避難指示を聞き、3つの町内会を走り、周辺住民に声をかけてまわった。町内会では大規模災害に備えて、毎年避難訓練を行っていたが、東日本大震災では、ほとんど役に立たなかった。激しい揺れに動揺する中、道路は寸断され、携帯電話、固定電話ともつながらないため、火の始末、出口の確保、家族への連絡、周りの人の安否確認等、身を守るすべてのことができなかったからだ。また、ひとり暮らしの老人の中には避難を嫌がり、自宅のカギや通帳・印鑑を探させる人がいた。この時は、人命が大事だと言って半ば強引に避難させた。ライフラインが止まってしまうと、高齢者が1人で暮らすのは難しくなるからだ。被災者の中には油断して避難しなかった人や、津波がまだ来ないから玄関のカギをかけてくると言って戻ってしまった人なども多かった。</p>

さらに、避難所に滞在する人が多くなると、住宅地では住民が不在となるため、夜間はどうしても不用心となってしまいます。区域外からの不法侵入者に備えるために、自警団を編成して区域のパトロールを行った。

(3) 避難所の状況と、避難生活から得た教訓

長い避難生活を考え、町内会の主要な役員を核とした組織編成を行ったが、組織に対する不満、顔見知り同士の派閥、プライバシーのない集団生活でのストレス、ペット問題、ボランティア団体の過度な訪問など、避難所生活では対処すべき課題が絶えなかった。原因の1つとして、津波避難と防災訓練は行ってきたが、「避難所運営訓練」を全く行っていなかったことがあげられる。今後の防災対策では、避難所へ移動して終わる避難訓練だけではなく、その後を想定した避難所運営訓練を多く行うことと、自主防災組織や避難所運営組織には女性を積極的に登用することが必要である。また、避難所はどうしても高齢者中心になる（実際9割が高齢者で占められた）ため、高齢者の目線での生活サイクルを維持できるように工夫する必要がある。

災害時には食料や燃料の不足が予想される。日頃から数日分の食料と水を備蓄しておくことはもちろん、車の燃料も、満タンを維持するように心がけたい。

また、運ばれてきた物資の運搬や、避難所の掃除など、手伝ってくれた子どもたちの活躍が目立った。東日本大震災以降、学校を含めた地域、行政が連携して、積極的な訓練の実施を行うとともに、町内会行事等に積極的に参加して近隣の住民とのコミュニケーションをとっていくことの必要性を感じた。そして何より求められるのは、行政、町内会、民生委員等との連帯を密にし、情報の共有化を図ることであり、迅速な判断と行動である。



開催地より

東日本大震災時の実体験に基づく避難所運営についてのお話しを、非常にわかりやすくご説明いただいた。当市では今日の講演をふまえ、女性の防災リーダー育成を進めるとともに、大規模災害時の避難所運営を想定し、自主防災組織による避難所運営のスキルアップを進めていきたい。

開催地名：愛知県名古屋市長	
開催日時	令和5年1月21日（土） 14：00 ～ 16：00
開催場所	有松・鳴海絞会館
語り部	菅原 康雄 （宮城県仙台市）
参加者	有松消防団、その他地元団体等 20名
開催経緯	<p>名古屋市に所在する「有松伝建地区」は築年数の古い木造建築物等が数多く残っていることから、火災や地震などの災害に対する脆弱性があり、歴史的な町並みを保存するためには、保存地区及び周辺地区を対象とした総合的な防災対策に取り組む必要がある。そのため令和3年度末には、災害による生命の安全を確保及び伝統的建造物の滅失の防止を目的に、防災計画を策定しており、今後は、防災計画に基づく事業を推進するとともに、地域住民の自助・公助に関する考え方の普及啓発が必要であると考えている。</p>
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>災害に対しての取組みを検討する際に、私は自分の住む地域の自助、共助を最優先で考えてきた。「防災」は費用が伴う活動となるので、公助での対応に任せ、「減災」を自助と共助で実行する。いつ起こるかわからない自然災害に対して備えるために訓練をするのではなく、一人の犠牲者も出さないという強い気持ちで、減災を実行していただきたいと思う。</p> <p>（2）福住町町内会の取組み</p> <p>福住町町内会は仙台市宮城野区の中央に位置し、417世帯1,138人からなる。福住町の防災・減災に対する取組は、住民全員参加による災害応急対策の訓練と災害時の復旧、復興の支援である。平成15年に自主管理マニュアルを作成、その後2か月で全住民の名簿を完成させ、防火・防災訓練を強化した。</p> <p>我々は、自分の身は自身で守るというスタンスを基本として活動している。具体的には、実際の被害を想定した「訓練」と、地域での「協力体制の整備」の2本柱で取り組んでいる。特に「協力体制の整備」については、日頃の挨拶にはじまり、顔見知りになっていくことから始めている。そうすることによって、色々な町内会が相互に協力してくれるようになってきたと言える。そして、続いて紹介したいのが「名簿作り」である。この名簿こそが我々福住町の徹底した防災対策の根幹をなすものとなっている。名簿の中に落とし込むのは住所、氏名、電話番号、勤務先、緊急連絡先、動物（ペット）の有無といった項目で、これを毎年1度行う防災訓練の前に更新している。もちろん町内の全員が賛同してくれる訳ではないので、「個人情報保護法」を遵守しつつ作成をしている。</p> <p>もう一つの柱である「訓練」については、市民センター、中学校、中学校区にある14の町内会が三位一体となり、同日同時刻に訓練を実施することで、行政</p>

職員や消防関係者の方々だけの緊張感のない、形式的な「防災訓練」とはならず、かつ中学生が全員参加する、極めて意義のあるものとなっている。

(3) 発災時に感じたこと

毎年工夫を重ねて繰り返される防火・防災訓練による効果は、東日本大震災直後の行動に顕著に表れて、発災後 30 分で重要支援者の安否確認を完了し、集会所への避難住民誘導、仮設トイレ・瓦礫置き場、ガス・水道のライフライン等を設置させた。避難所の設営、運営では、空気の読める顔見知りの地域のリーダーが中心となり、女性のリーダーも必要だ。福住町町内会では、執行部役員 41 人中 23 人が女性であるため、細やかな気配りや災害弱者に対する配慮等において、万全の対応が可能だと自負している。

避難所で最も問題となるのはトイレである。飲食を我慢できたとしても、トイレを我慢することはできない。現在はポータブルトイレといった便利なものも発売されているので、非常時用にご準備いただきたい。

事前に災害時相互協力協定を締結していた全国 4 団体（現在 14 団体）から届けられた支援物資は、津波で打撃を受けた遠方の 109 箇所に順次送り届け、支援させていただいた。近々の新型感染症の予防対策については、周知されている予防の他に、福住町では在宅避難を奨励している。

(4) 今後の課題と心構え

この町から一人の犠牲者も出さない、全員が結束すれば、どこよりも隣人に優しい住みよい町になることを請い、最後に後藤新平が残した言葉を紹介したい。それは、『人のお世話にならぬよう。人のお世話をするように。そして報いを求めぬよう』という、「自助、互助、自制の精神」である。是非皆様の地域での減災活動の参考にさせていただきたいと思う。



開催地より

「究極の減災をめざして 地域防災モデル 仙台・福住町方式」をテーマに、わかりやすくお話をしていただき、本日参加した消防団の方々には、防災や減災について改めて認識してもらったいい機会になったと思う。今後当市としては、各自主防災組織の自主防災力の強化を進めていきたいと思う。

開催地名：愛知県豊橋市	
開催日時	令和5年2月25日（土） 10：50 ～ 12：20
開催場所	ライフポートとよはし
語り部	大河内 喜男 （福島県いわき市）
参加者	豊橋市防災リーダー 67名
開催経緯	当市の自主防災組織の現状としては、若年層の減少、防災会長（自治会長）が毎年変わる校区では、防災訓練が実施しにくい状況、各校区の活動に温度差があること、校区防災会による訓練回数の減少等のウイークポイントが挙げられる。これらの解決のヒントを得るために、本講演を開催することとしたい。
内容	<p>（1）東日本大震災当日</p> <p>私は福島県いわき市の薄磯という所に居住している。漁港として有名な小名浜港のそばで、現在は観光名所となっている塩屋埼灯台のそばにある。</p> <p>2011年3月11日の14時46分に発生した東北地方太平洋沖地震は、いわき市では震度6弱を記録した。私はこの時、内陸部にある病院の待合室にいた。地震発生後いわき市沿岸部では、津波を警戒してすぐに海岸から離れるように繰り返し指示が出されていた。私の自宅は海岸の堤防のすぐ前にあり、家族が家にいると思ったため、私はとにかく家族のことが心配ですぐに車で自宅に向かってしまった。あと少しの所で道路が陥没していて立ち往生し、ようやく自宅付近にたどり着いた時には、すでに大津波が来た後だった。そのためたまたま私も、地震発生後になんとか避難所の小学校に避難していた家族も助かったが、私のような行動をとった人たちが大勢津波の犠牲になっている。</p> <p>大津波は、薄磯地区に大きな被害をもたらした。大津波は防潮堤を大きく乗り越えて集落全部を飲み込み、ほとんどの家屋を破壊した。津波の高さは8.5メートルに及び、住宅被害は、全壊家屋が87パーセントを占め、公共施設のうち唯一、集落の最も奥に位置していて避難所にもなっていた豊間小学校の校舎はかろうじて難を逃れた。薄磯地区の被害はいわき市内で最も多く、約250世帯、780人の人口のうち116人が亡くなった。</p> <p>いわき市では過去数百年の間、大きな津波被害を受けた具体的な記録が残っていない。また、今生活している私たちにも津波被害の経験がないため、住民の間では津波に対する警戒意識がほとんどなかった。そのため、津波はここまで来ないという思い込みにより、すぐに避難する人は少数で、海を見に来ていた人が大勢津波の犠牲になってしまった。</p> <p>（2）災害に対する心構え</p> <p>身の回りで災害が起こった時、どれだけ安全な行動がとれるかが命を守れるかどうかのターニングポイントとなる。津波の場合はいち早く高いところに逃げることである。しかし、実際に災害に直面すると、多くの人はパニックとなり、どうしていいかわからなくなってしまう。家族がいれば、その安否も気になるのは当然であるが、一番大事なことは、何があっても一人一人が自分の命を守ることである。自分の命を守ること、生き抜くことが最優先され、その行動が周りの多くの命を助けることにつながる。日頃から災害に対する意識を持</p>

ち、備えをしておくことが重要である。そして、自分だけでなく、周囲の人たちに「逃げろ」と避難を促すことができる人間になることが重要だ。

地震だけでなく、現在全国で発生している様々な災害から身を守るには、避難所はどこにあるのか、そこに行くルートはどうなっているのか、周辺に危険な箇所はないか等について、自分の目で確かめることが大切だ。是非家族と一緒に「防災まち歩き」に取り組んでいただきたい。そして、家族で災害時の行動や安否確認方法について確認しておくことも必要である。

(3) 避難所の状況

東日本大震災時には市内の各所に避難所が開設され、私の避難所生活は2か月半に及んだ。避難所生活で一番の課題はトイレの問題である。避難所によっては数百人以上の人々が、数時間の利用ではなく、数か月以上も滞在するので、足りない上に使用頻度は極めて高く、清掃や廃棄等が追い付かずすぐに使用できなくなってしまう。また、支援物資の保管場所や保管方法、そして配布方法についても避難所運営スタッフの頭を悩ませた。平常時では考えられないことだが、避難所内では支援物資の奪い合い等も実際に発生した。スムーズな避難所運営には、避難してきた人たちがいかに協力しあえるかが重要なポイントになるが、町内会や自主防災組織の役員だけでなく、住民も巻き込んで運営していくのが理想であろう。

また、避難生活が長期化するといろいろなストレスがたまる。いわき市は大部分が福島原子力発電所から30キロ圏外であり、避難を免れた一方で、原発のある県内の他の自治体から避難者を受け入れた。約5万人の人々がいわき市に避難してきたことで、市内の幹線道路の渋滞、病院・スーパーの混雑等、想定していないことが次々と起こり、住民にストレスがたまってしまった。

日常生活で地域のコミュニケーションが取れていれば、災害時でも互いに協力し合うことが可能である。自主防災組織の活動も含め、平時の時にきちんとやっておくことが必要である。みんなが少しでも生活しやすいように、地域の人たちと組織を作って互いに協力していくこと、自分たちでできることは人を頼らずに対応していくことが必要だろう。



開催地より

東日本大震災の被災体験談と自主防災組織の役割、期待することについて、具体的なお話を織り交ぜてお話しいただいた。本講演を受けて今後当市としては、防災リーダー、自主防災組織中心の避難所運営訓練と、市主催のイベントでの防災リーダーの活用に取り組んでいきたい。

開催地名：愛知県東浦町	
開催日時	令和4年9月7日（水） 10：55 ～ 12：30
開催場所	東浦町立緒川小学校
語り部	吉田 亮一 （宮城県仙台市）
参加者	東浦町防災危機管理課、東浦町学校教育課、緒川小学校4年生児童 109名
開催経緯	<p>当町では、大きな災害を実際に経験した人が少なく、避難を経験した人はほとんどおらず、いざという時に動くことができないと想定できる。従って、町民の災害に対する危機意識は低下しており、特に若年層についてはその傾向が強く、災害について自分事として考えられていない傾向がある。</p> <p>このような状況下の中、災害伝承の語り部の講演を開催することで、子どもたちへの防災教育の実施と防災意識の強化につなげたい。</p>
内容	<p>（1）防災の基本とは</p> <p>世界中で、様々な自然災害が発生している。私たちが暮らす日本でも、地震、津波、台風、火山の噴火、竜巻、豪雪、そしてゲリラ豪雨などが各地で起こっている。このような自然災害はなぜ起こるのか。難しい問題であるが、地球自体が動いており、生きているから、地球上の各地で様々な現象が発生し、時にはそこで生活する人間に被害が及んでしまうのであろう。そう考えると、私たちは自然災害と一緒に暮らしていかなければならないということになる。</p> <p>それでは、自然災害と一緒に暮らしていくにはどのような点に気を付けたらいいのか。それは、災害についてしっかり考えるということ、そして考えたことを踏まえて行動するということである。どの地域でも発生する可能性がある自然災害のことをしっかり理解して、危機感を持つということが大切である。つまり、想定以上の備えをすることが、防災、減災の基本となるということである。</p> <p>（2）災害に対する備え</p> <p>災害が起こると、コンビニやスーパーの商品は品薄になってしまうので、東日本大震災以後、食料、飲み水については1週間分を用意しておくように案内している。お風呂の水は、断水になってしまったときに、トイレのお水として使用できるため、いつも浴槽にお湯が入っているように習慣づけておくと、災害が発生したときに有効である。</p> <p>（3）地震から身を守るために</p> <p>大地震はいつ起こるか分からない。小学校の下校時ということも考えられる。揺れから身を守るためにランドセルを頭にのせる、と答える児童が多いが、それだけでは不十分だ。例えば、ブロック塀は道路側に倒れるようにできているため、頭だけでなく背中もガードしないといけない。下校時に地震に遭遇したら、後ろに手を回してランドセルの金具をはずし、肩の方からふただけを頭にかぶ</p>

せる。そして、体操座りすることで全身を守ることができる。また、寝ているときに地震が発生したら、立ってうろろせず、布団をかぶって丸まり、“ダンゴムシ”になることが有効である。さらに、枕元には、靴下、スニーカー、ヘッドライト、防犯ブザー、イヤホン付き携帯ラジオ、雨用カップの6点セットを入れた防災袋を日頃から置いておくと良い。

(4) 東日本大震災を踏まえて

東日本大震災が起こったとき、私の住む地域では全世帯が5日間停電し、ガスは3、4週間、水道は2週間止まった。指定避難所の茂庭台中学校では、避難所が17日間にわたって開設され、最大時は200名の住民の方々が避難していた。地域には、地震発災時は平日の午後だったため、地域にいたのは高齢者と小・中学生が中心だったが、避難所はすぐに開設しなければいけない。また、避難所開設後においても、会社員や高校生は早朝から通勤・登校してしまうため、運営には避難所に残っている小・中学生等の力が必要であった。ありがたいことに、避難所では彼らが大活躍してくれた。震災当日、私が一時避難場所にいると、中学生が走ってきて、「避難所の準備ができたので避難してきてください。」と伝えてくれた。避難所に移動すると、中学生が自らのアイディアで避難所の床に柔道用の畳やマットを一面に敷いて、私たちを迎えてくれた。その後、避難所内では必要事項の掲示やごみの分別など、小・中学生が自発的にアイディアを生かして行ってくれた。毎朝、避難所を掃除してくれたのも小学生であった。

このような経験から、私は年少者への防災教育は非常に重要だと実感した。いざというとき、彼らは大きな役割を担ってくれる。先生方や防災訓練の担当者をお願いしたいのは、地域の避難訓練や避難所設営訓練に是非児童・生徒を加え、受付や設営、炊き出しなどを体験させてほしいということである。



開催地より

防災の基本や、災害に対する備えについて、東日本大震災での体験談をわかりやすくお話しいただいた。また、避難所での具体的な工夫について、実際に体験させていただき、子どもたちは積極的に参加していた。本町としては、今後も小・中学生の防災力の向上に努めていきたいと思う。

開催地名：愛知県日進市	
開催日時	令和4年11月14日（月） 10：00 ～ 11：30
開催場所	日進市役所（オンラインによる講演）
語り部	鈴木 秀光（宮城県気仙沼市）
参加者	日進市職員 40名
開催経緯	<p>当市では、南海トラフ巨大地震における震度が、市内全域で震度6弱以上になると予測されている。東海豪雨以降大きな災害に見舞われていない状況であるが、災害発生時には全職員による災害対応が必要不可欠であるため、災害対応経験の少ない若手職員を中心とした災害対応等、防災意識の啓発が課題である。</p>
内容	<p>（1）震災の被害状況</p> <p>気仙沼市は面積が333.36平方キロメートル、水産業と観光が中心の太平洋に面した市である。明治以降、明治三陸地震津波、昭和三陸地震津波、チリ地震津波による被害を受け、津波に対する経験と対策は一定程度保持していたし、行っていた。しかしながら、平成23年3月11日、14時46分頃に三陸沖で発生した地震は、マグニチュード9.0の大規模なもので、東北の太平洋側は想定外の津波による大きな被害を受けた。気仙沼市でも40隻以上の大型船が陸上に打ち上げられ、約3,000隻の漁船が流出・損壊した。テレビ等でご覧になった方もいると思うが、共徳丸という全長50メートル、330トンの船が港から800メートルも内陸に移動した。海から約500メートルの位置にある気仙沼向洋高校では、校舎の4階まで津波は到達した。市内の浸水面積は18.65平方キロメートルで市内全体の5.6パーセントに及ぶ。気仙沼市での死者数は1,034人を数え、行方不明者も212人、震災関連死と認定された方は109人にのぼった。死者・行方不明者数の合計は、気仙沼市全体の人口の約1.8パーセントにあたる。被災家屋も15,815棟にのぼり、市内全体の約40.9パーセントにのぼった。震災によって、被災した事業所、従業員は全体の8割を超え、震災直前には約74,000人いた人口は、59,141人まで減少している。（令和4年10月末現在）</p> <p>（2）震災の教訓と今後の心構え</p> <p>大規模な地震と津波は想定をはるかに超えており、多くの試練をもたらした。浸水区域外と想定されていた市役所前の道路は瓦礫で埋まり孤立し、庁舎は浸水のため停電した。避難所では自家発電機が故障して使えないところもあり、市内で給油ができたガソリンスタンドは3か所のみであった。緊急車両が優先とはいえ、通院や遺体確認、火葬等、一般住民の需要も無視することはできず、燃料の配給にも手間と時間を取られた。停電が市内全域で解消されたのは震災から2か月後、水道の復旧は3か月後であった。</p> <p>市内の避難所は最大105箇所へのぼり、1日2食の食料を提供した避難者数は20,000人以上に上った。大規模な災害であったため、防災計画で想定していた避難所の他に、コミュニティセンターや寺、大きな家も避難所として機能し</p>

た。市の職員だけでなく、地域住民や公民館長、議員などが率先して統率し、階上中学校には 1,600 人の避難者が体育館や各教室に避難した。学校では生徒や学生が強力な支援者であり、配食の手伝いなどで活躍した。避難所で不足していたものとしては、仕切りや床に敷くマット、着替え場所、シャワー、トイレ等の一般生活に必要な物品やスペースにとどまらず、病気の方の薬や、透析患者の対応等、命に係わる問題もあった。特に透析患者の方々への対応については、全ての患者に対して市内での対応ができなかったため、93 人の透析患者については、千葉や秋田、山形、北海道への患者移送が行われた。

避難所の運営について言えることは、防災計画を準備しておくことの重要性はもちろんであるが、災害が発生したときに、その場で判断・決断・行動ができる人がいなければならないということである。そのような、住民のリーダーになれる人材の育成についても、今後は取り組んでいく必要があると強く思った。

日進市も今後、愛知県東海地震・東南海地震・南海トラフ地震などの大規模な災害に見舞われることも想定される。この地震では、市内全域で震度 6 弱～ 6 強の揺れが予想されており、避難者数は約 8,300 人、帰宅困難者数は 11,000 人～ 13,000 人にのぼると想定されている。大事なことは、過去の地震規模のみならず理論上最大限のケースを想定しておくことである。また、その震災が単独で起こるパターンだけでなく、連鎖的に、または時間差的に起こる可能性もあるといえる。さらに、地震が発生する時間帯によって、被害や対応についても変わってくる可能性も含め、皆さんで考えなければならないことはたくさんあると思う。

気仙沼市は、全国、そして全世界から非常に多くの支援を受けた。他の自治体の方々に同じ思いをさせないためにも、我々が得た教訓を伝えていくのは、被災自治体の責務だと考えている。「フェーズゼロ」、つまり、「今日は災害の前日であるかもしれない」という意識を念頭に置いて、具体的な災害対策を考えていくことが重要である。今できることは何か。考えて生活していただきたいと思う。



開催地より

講師の方には、東日本大震災時の状況について、資料を基にわかりやすくご説明いただき、本日参加した本市職員には非常に参考になったと思う。今後本市としては、市職員の防災意識向上のための啓発と、災害発生時の初動体制の強化に積極的に取り組んでいきたいと思う。

開催地名：愛知県東郷町	
開催日時	令和4年10月23日（日） 9：15 ～ 10：30
開催場所	東郷町立春木中学校
語り部	菊池 由貴子 （岩手県大槌町）
参加者	地区住民 約20名
開催経緯	東郷町では、南海トラフ巨大地震による被害が想定されており、毎年防災訓練等により災害への啓発に取り組んでいる。しかし、町職員を始め、地域住民の多くは実際に大きな地震災害を経験しておらず、災害に対しての緊張感や身近な問題としての当事者意識が少ないことが、訓練を行う上での課題となっている。
内容	<p>（1）東日本大震災について</p> <p>私が住む大槌町は、岩手県の宮古市と釜石市に挟まれた、三陸海岸に面した町である。海沿いの大槌湾に大槌川と小槌川が流れ込んでおり、この両河川の間には山があるため、平地は限定されている。このわずかな平地に町が存在し、町民の多数が住んでいた。このわずかな平地を津波が襲った。津波が来襲するとほぼ同時に火災が発生し、街は壊滅状態で、木造の建築物は軒並み流された。人口が約15,900人だった町で、死者821人、行方不明者413人、震災関連死52人、合計1,286人の人的被害が出た。この数字は県内ワースト（被災率8パーセント）となっている。また、家屋被害も6,417棟中4,375棟（約7割が被災）と極めて大きかったと言える。</p> <p>震災発生時、私は隣の釜石市内にいた。釜石市の震度は6弱だった。揺れがどんどん大きくなり、地面が裂けてしまうのではないかと思う程であった。私がいた場所は内陸部だったので津波の心配はなかったが、どうしていいかわからなくなってしまう、無意識に家族の住む大槌町に車で向かった。「災害時は冷静に」と言われているが、実際に直面すると人間はパニックになってしまうし、思考停止状態に陥ってしまう。実際私は、釜石市の避難場所も海的位置もわからないまま、車で移動していた。いつどこでどんな災害にあうかわからない以上、最低限の基礎知識を身につけ、いろんな場面を日頃から想像し、シミュレーションするくせをつけていただきたい。また、家族や知人に、その日の行動や行き先を伝えておくと、万一の際は安心だ。</p> <p>（2）公助について</p> <p>まずは「自助」で自分や家族の命を守り、その後は「共助」で助け合う。「公助」は機能し始めるまで少し時間がかかるので、しばらくは「自助」と「共助」で対応しなければならない。阪神・淡路大震災で生き埋めや閉じ込められた際の救助主体についての報告では、家族を含む「自助」が7割弱、隣人等の「共助」が3割、救助隊による「公助」は1.7パーセントとなっており、通行人の2.6パーセントより少ない記録が残っている。</p>

大槌町役場でも、町民に対する公助が機能しなかった。町長を含む職員 40 名が亡くなったこともあり、指示命令系統が上手く機能しなかったこともあるが、震災前の平時における備えの部分にも大きな不備があったと言える。自治体には「住民の命を守る責務がある」ことを、首長や自治体職員は肝に銘じてほしい。対応するすべき「公助」はたくさんある。地域情報の発信、災害情報の周知徹底（住民＋職員）、ブロック塀の倒壊対策、トイレトレーラー、ダンボールベッドの活用、避難所のトイレの確保等、いつ来るかわからない災害に備えて準備が必要だ。（※避難所ではトイレが 50 人に一つ必要）

（3）防災備蓄

特別なものを用意するのではなく、日常生活をいかにうまく組み込むことができるかがポイントになる。具体的には、普段持ち歩くカバンに、人から借りることができないもの（持病の薬やコンタクトレンズ等）、防寒グッズ（使い捨てカイロ等）や水・食料（飴やチョコレート）、携帯充電器、ラジオ、メモ帳、ペン、家族などの連絡先を紙に書いたもの、小銭、最低限のお金、生理用品、タオル、頭を隠すバンダナ等を常に入れておくことをお奨めしたい。食料等の備蓄については、日常的に少し多めに買い置きしておき、賞味期限を考慮しながら消費して買い足すという行為を繰り返し、常に一定量の食糧を備蓄する「ローリングストック方」が基本だ。

家や車には、飲料用の水と料理用の水として一人一日 3 リットルの常備をお願いしたい。その他に生活雑水（手洗い、トイレ、お風呂、洗濯）が一人一日 10～20 リットル必要となる。こちらについてはお風呂の残り湯を活用したり、ポリタンクに入れておけばいい。その他、カセットコンロ、ランタン、災害用トイレとトイレトペーパーも必要だ。車のガソリンはこまめに給油し、満タンを維持してほしい。



開催地より

具体的な経験談を通してわかりやすくお話しいただいたことで、災害を身近な問題として捉えることができた。住民の防災意識の向上と、防災訓練等での取り組む意識の向上につなげていきたい。

開催地名：三重県鳥羽市	
開催日時	令和4年10月29日（土） 13：30 ～ 15：00
開催場所	鳥羽市民体育館（オンラインによる講演）
語り部	伊藤 正治 （岩手県大槌町）
参加者	自治体、自主防災組織・自治会等 50名
開催経緯	<p>当市は、南海トラフ地震で震度7の地震動及び甚大な津波被害が危惧されており、津波被害等による集落の孤立も想定されている。そのため、公的な援助に時間を要することが想定されることから、地域による自助・共助は必要不可欠であると考え。また、当市は大規模災害への対応経験がほとんどないことから、職員や市民への災害の体験談や教訓が蓄積されていない現状がある。そのため、防災訓練や広報紙による防災コラムの掲載、出前講座による啓発活動は行っているものの、いかにして職員や市民の防災意識を維持し続けていくのかということも課題となっている。</p>
内容	<p>（1）大槌町の被害について</p> <p>大槌町はリアス式である三陸海岸のほぼ中央に位置し、古くから豊かな海の資源に恵まれ、水産業で生計を立ててきた歴史がある。震災前の人口は15,994人であったが、現在の人口は11,018人となっており、30パーセント以上の約5,000人が減ってしまった。</p> <p>平成23年3月11日の午後2時46分に発生した地震により、大槌町では津波が発生し、死者822人、行方不明者413人、関連死51人の合計1,286人の犠牲者がでた。これは人口の8パーセントに達するものであり、自治体機能の著しい低下、生活基盤の喪失、地域コミュニティの分散、社会関係資本の喪失等々、町が消滅してしまったような大打撃を受けた。平地は町の面積の2パーセントに過ぎないが、そこに町の人口の8割の人々が住んでいたことも被害を大きくした要因であった。</p> <p>この地震により、小学生が3名、中学生が2名、高校生が6名亡くなった。震災後に転居を余儀なくされた子供も多く、児童生徒数は震災前の1,262人から717人と、500人以上減ってしまった。町内の小中学校7校のうち、5校がこの震災で使用できなくなり、新年度用の教科書をはじめとする教材もすべて使えなくなってしまい、学びの場を完全に喪失してしまった。卒業式間近の児童、生徒、父兄にはとても残念な思いをさせてしまったことと思う。</p> <p>被害を大きくしてしまった要因は、外部からの強烈な刺激に対し「きっと大丈夫だろう」と思うことで落ち着こうとする「正常性バイアス」、自分以外に大勢の人がいるとき、周りに合わせてしまう「同調性バイアス」、経験していないものに対してなかなかリアリティを持つことができない「経験バイアス」の3つである。津波の常襲地帯であり、地震と津波の恐ろしさをよく認識しながら、このような被害を招いてしまったのだ。</p>

(2) 避難所での問題点

津波による被害から家を失い、まさに命からがら逃げこんだ避難者がほとんどであった。避難者は思い思いのところに場所をとり、遅れてきた避難者の居場所がなくなる。また、土足で上がり込んだり、汚れたままの服装の着替えもしにくい環境だったため、避難所内を清潔に保つのが難しく、衛生環境の悪化や感染症発生への恐れが常にあった。さらには、身体が不自由な人や治療を要する疾病を抱えた人等、介護・介助が必要な人も一緒に滞在したため、細やかな対応も必要になり、運営は多難を極めた。避難所の生活は「共助」そのものである。その基本は相互理解であり、多様性の尊重である。少しのわがままと少しの我慢が大事である。そして刻々と変わる状況に対応できるようにするため、考えられる備えをしておくことが大事である。備えて備え過ぎるということはない。学校や町内会（自治会）との連携や備蓄物資の確保、そして実効性のある避難訓練の実施を是非実行していただきたい。

(3) 語り継ぐこと

人は、忘れる動物である。「風化」は出来事が終息した瞬間から始まるといっても過言ではない。今年、小学校の4年生と5年生の一部は震災津波後に生まれた子供たちである。100年後には直接体験した人は誰もいなくなる。そうしたとき、防災教育の重要な要素は「語り継ぐ」ことである。語り継ぐことが次の災害への備えを促し、災害に強い社会を構築することにつながる。語り継いでいくことで、災害に対する地域文化・伝統が形成される。

次の災害で少しでも多くの命を救うために、自分の住む地域のハザードマップ、防災マップを日常生活の中で意識することが大事であると思う。さらには、想定外の事象に対しても対応できるよう、日常生活で準備をすることが必要である。そして、災害に弱い人を助けるルール作りにも取り組んでいただきたい。



開催地より

東日本大震災を経験された語り部から、津波の恐ろしさや避難所生活についての具体的なお話を聞くことができ、防災に対するイメージを強く認識することができた。今日のお話を、行政、町内会・自治会、学校などのそれぞれの組織による連携した実効性のある訓練の実施に繋げていきたい。また、防災意識を高く保つための継続的な啓発の実施にも取り組んでいきたいと思う。

開催地名：滋賀県彦根市	
開催日時	令和4年11月11日（金） 13:20 ～ 15:20
開催場所	彦根市立西中学校（オンライン開催）
語り部	菊池 のどか （岩手県釜石市）
参加者	彦根市立西中学校1年生生徒 133名
開催経緯	<p>当市では、南海トラフ巨大地震による最大震度6強の被害が想定されている。当学区は、河川や琵琶湖によってつくられた低地が多く、河川氾濫や地盤の脆弱性等の心配がある。また、旧城下町の名残として木造密集住宅、狭い道路が多く延焼危険度が高い上、住宅地の道幅が狭い場所も多く、災害時には救急車両が通れない事態が想定され災害への対策が必要と考えられる。</p> <p>本校では、地震に対する避難訓練及び水害に対する避難訓練や、防災学習計画を立案し、訓練や学習を行っており、災害時に、中学生ができることやすべきことを考えさせ、防災に貢献できる生徒を育てるとともに、災害時の人権擁護の観点からも、防災についてじっくりと考えさせたいと考えている。</p>
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>私は、岩手県の南部、太平洋側にある釜石市という所に住んでいる。ラグビーが盛んな街で、2019年に日本で開催されたワールドカップでは会場の一つとして試合も行われた。私は現在、この街で東日本大震災の語り部をするとともに、防災学習に関わる仕事を行っている。東日本大震災が起こる前、私が通っていた中学校では防災学習を実施しており、様々な取り組みを行っていた。その一つが安否札の配布である。安否札とは、津波災害時に避難したかどうか一目でわかるよう、避難済であれば玄関に貼り出す札のことである。私たちは地元の住民を1件ずつ訪問して安否札を手渡しするとともに、そこにお住いの家族と話をすることで、家族構成等についての情報も聞き取った。</p> <p>安否札の配布の他にも、地域の人の協力を得ながら防災マップを作成したり、防災頭巾の作製や救助訓練、応急処置訓練の実施等を、授業の一環として実施するとともに、隣にある小学校と合同で高台まで避難するという避難訓練も行っていた。</p> <p>（2）東日本大震災当日</p> <p>今から11年前、私が中学3年生で卒業式の2日前の2011年3月11日の午後2時46分、東北地方で大きな地震が発生した。大きな揺れが約3分間続き、その後、東北地方の太平洋側に津波が押し寄せた。釜石市には、最大11メートルの津波が合計18回も繰り返して来た。地震が発生したとき私は校内にいたが、これまでに体験してきた地震と違い、ものすごく大きな音がして立ってられないほどの横揺れが長く続いた。揺れが収まると、訓練の際と同様に点呼場所に向かった。避難訓練時には必ず点呼を取ってから避難していたが、先生が「早く逃げろ」と叫んだので一目散に走りだした。やむを得ず車で避難しなければならな</p>

い人たちもいたため、避難経路は混乱していた。狭い道に歩行者が集中し、歩行で避難する人で渋滞が発生した。高台に到着後点呼を取り、私たちも、後から逃げてきた小学生も全員無事であることが確認できた。津波が来ることにおびえながら、そして無事に津波から助かる方法を考えながら、さらには死にたくないという一心で、小学生と手をつないで、さらに上の高台まで必死に歩いたことを覚えている。幸いにして高台まで津波は来なかったが、下の方では津波が建物を飲み込む、その轟音が聞こえた。そして、地面が振動し、黒い塊のような津波が見えた。

私たちは約9キロ離れた避難所に移動した。避難所は座るスペースもないほど避難してきた人たちでいっぱいだったが、小・中学生が避難所に到着したことを知った地域の人たちが、自分たちが外に出る代わりに私たちを体育館の中に入れてくれた。寒さに震えながら、家族のことを思いながら、早く朝にならないかとずっと考えていた記憶がある。

(3) 避難生活

避難所には人がたくさんいたが、照明もなかったし、毛布も全然足りず、食料を含む救援物資もほとんどない状況だった。これらが避難者に十分行き渡るのには2週間程度たってからで、その頃からようやく避難生活も落ち着き始めたことを記憶している。自衛隊による炊き出しや風呂の設営を始め、日本赤十字の方々による救護所の開設や、全国から沢山の支援物資をいただく等、多くの温かい支援をいただいた。大人たちは朝から捜索や復旧活動に出かけてしまうので、日中避難所で活動できるのは私たち中学生が中心だった。私も配給物資の配布や炊き出しの手伝い、困ってる人の対応等、避難所の運営の手伝いをした。深刻な被害状況が明らかになるにつれて、心配や悲しみがあふれてくるので、避難所で働いているときの方が気が紛れたことを覚えている。



開催地より

東日本大震災を経験された語り部から、津波の怖さや避難所生活についての具体的なお話を聞くことができ、生徒たちは災害に対してイメージすることができたと思う。語り部が中学生時代に取り組まれていた防災学習を参考にして、できることに取り組んでいくことで、災害に対する備えをしていきたいと思う。

開催地名：京都府城陽市	
開催日時	令和4年11月7日（月） 10：40 ～ 12：15
開催場所	城陽市立寺田南小学校
語り部	菊池 のどか （岩手県釜石市）
参加者	4年生児童 68名
開催経緯	<p>児童は、避難訓練等で自然災害が人々の生活に大きな影響を及ぼすことを学習するほかに、4年生は社会科の学習で水害について学び、さらに5年生では地震について学ぶことで、防災対策や災害の現状や災害対策等を学習する。机上での学習では、自然災害を身近なものとして捉えるには限界もあり、自然災害が自分たちの身近な問題と捉え、自分たちの命を自分で守れる実践力をつけていけるようにしていくことが課題となっている。本事業で語り部からお話を聞くことで、自然災害に対する見識を広め、防災意識の向上を図りたい。</p>
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>私は、岩手県の南部、太平洋側にある釜石市という所に住んでいる。今から11年前、私が中学3年生で卒業式が間近だった3月に、東日本大震災という大きな災害が東北地方を中心に発生した。太平洋に面した海岸沿いには大きな津波が押し寄せ、多くの人々が亡くなったり、行方不明となった。今日はこの時のことを皆さんにお話ししたい。</p> <p>（2）東日本大震災当日</p> <p>2011年3月11日の午後2時46分、東北地方で大きな地震が発生した。大きな揺れが約3分間続き、その後、東北地方の太平洋側に津波が押し寄せた。釜石市には最大11メートルの津波が、合計18回も繰り返し来た。津波が来た後で、釜石市の隣町では火災が発生し、被害はさらに拡大してしまった。</p> <p>私は卒業式の歌の練習のため、友達と一緒に中学校の校舎内にいた。揺れが収まると、サッカー部や野球部の生徒が校庭から走り出すのが見えた。避難訓練であれば最初にまず点呼を取るのだが、その時は先生が「点呼を取っている場合じゃない、逃げろ」と叫んだので、私たちも高台に向けて走り出した。小学生も中学生に遅れて走ってきた。やむを得ず車で避難しなければならない人たちもいたため、避難経路は混乱していた。狭い道に歩行者が集中し、歩行で避難する人で渋滞が発生した。高台に到着後点呼を取り、私たちも、遅れて避難してきた小学生も全員無事であることが確認できた。津波が来ることにおびえながら、そして無事に津波から助かる方法を考えながら、さらには死にたくないという一心で、一生懸命走ったことを覚えている。幸いにして高台まで津波は来なかったが、下の方では津波が建物を飲み込む、その轟音が聞こえた。そして、地面が振動し、黒い塊のような津波が見えた。</p>

私たちは地域の避難所に移動した。座るスペースもないほど、避難してきた人たちでいっぱいだったが、小・中学生が避難所に到着したことを知った地域の人たちが、自分たちが外に出る代わりに私たちを体育館の中に入れてくれた。寒さに震えながら、家族とどうやったら会えるのかをずっと考えながら、朝を待っていた記憶がある。

(3) いのちてんでんこ

皆さんは「てんでんこ」という言葉を知っているだろうか。意味は「各自」とか「めいめい」を表す東北地方の方言だ。「命（津波）てんでんこ」と言い、津波避難の防災標語となっているところもある。「いのちてんでんこ」は「自分の命は自分で守る」ということだが、それだけではなく、「自分たちの地域は自分たちで守る」ということも含まれている。緊急時に子どもやお年寄り、病気の人などを手助けするために、その方法は各地域であらかじめ、話し合っていて決めている。つまり、この標語は、「他人を置き去りにしてでも逃げよう」ということではなく、あらかじめ互いの行動をきちんと話し合っておくことで、とっさの判断に迷ったりして、逃げ遅れるのを防ぐのが目的である。もし家族と離れている時に地震・津波が来ても、心配して探し回ったりして逃げ遅れること無く、「それぞれ」がしっかり避難し、家族を互いに信頼し合い、自分の命を守るためにまず逃げなさいという教訓だ。

学校も同じことが言えると思う。児童生徒の皆さんや先生方が怪我をしたり、命を落としたりしないために、毎年、訓練を行っている。私たちも何回も行ってきた。しっかりと避難方法を身に付け、安全に避難するようにしてほしい。そして、1分1秒を大切に、自分の命を大切にできる人間になってほしいと思う。命より大切なものはない。どんなことがあっても逃げることを考えよう。命があればどうにでもなる。未来に向かって歩き出せる。



開催地より

東日本大震災を経験された語り部から、ご自身の被災体験と命の尊さ、大切さとともに、防災活動についてお話しいただいた。学校として、今後の安全指導、避難訓練、危機管理マニュアルの見直しについて取組みを強化していくとともに、保護者への安全教育の啓発についても積極的に取り組んでいきたい。

開催地名：京都府城陽市	
開催日時	令和5年2月2日（木） 8：45 ～ 10：20
開催場所	城陽市立寺田南小学校
語り部	菅野 祥一郎 （岩手県陸前高田市）
参加者	小学校5年生児童 83名
開催経緯	児童は、避難訓練等で自然災害が人々の生活に大きな影響を及ぼすことを学習し、5年生の社会科では、地震について学び、防災対策や災害の現状、災害対策等を学習する。ただ、机上での学習では、自然災害を身近なものとして捉えるには限界もあるため、本事業の語り部の方から話を聞くことで、自然災害に対する見識を広め、防災意識の向上を図りたい。
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>私は岩手県の南、宮城県に接している陸前高田という地域に住んでいる。岩手県の太平洋側は、非常に入り組んだリアス海岸なので、津波の高さが増すことで被害が大きくなった。既に東日本大震災から11年経った。あの震災が起きた時、大津波が押し寄せてきた小学校の校長として、こんなことがあったのだという体験をお話したいと思う。</p> <p>（2）津波被害の特徴</p> <p>津波災害には3つの特徴がある。1つ目は、一度に多くの命が奪われてしまうことである。東日本大震災で亡くなった方々は、すべて津波で犠牲となられた。2つ目は、遺体が遠くに流されてしまい、見つからないことだ。行方不明者が多いのはこのためだ。3つ目は、忘れられてしまうということだ。東日本大震災の前に三陸地方で被害を受けた「チリ地震津波」は、もう50年以上も前の出来事である。津波は、頻繁に来ないことはいいことだが、前回被害にあったときから間隔がかなりあいてしまうため、いつの間にかその怖さを忘れてしまうのである。東日本大震災も時間が経つにつれて、テレビ等で報道されることも少なくなってきた。露出が減ると、もう自然と人々は、災害のことを忘れていくような雰囲気がある。</p> <p>（3）命を守るとは</p> <p>最初に知っておいてほしいことが3つある。1つ目は私の小学校が海と川の近くにあったということ、2つ目は街と学校との間には橋があり、津波注意報が出るとこの橋は通行止めになってしまうということ、3つ目は私の小学校は災害時の避難場所だったということだ。</p> <p>地震が発生したときに所用で校外にいた私は、急いで学校に戻ろうとしたが、途中の橋が通行止めになってしまった。教師として、児童たちの命を守ることにしか考えていなかった私は、焦りながら、いつもより時間をかけて違うルートで学校へ戻った。その時、子どもたちや近隣の住民は校庭に整列していたが、既に津波は川をさかのぼり始めており、時間の猶予はなかった。校舎に入った方がいいと言っている人もいたが、私は、6年生から順番に、隣の山の上に登るように指示した。低学年から上るとつかえてしまい、より時間がかかってしまうと考えた</p>

からだ。校長の指示に従い、子どもたちも周りの大人たちもすぐに登り始めた。つい先ほどまで校門付近にいた数十人の人たちは、いつのまにか消えてしまった。校舎に逃げた人たちは、屋上の貯水槽の上に登れた一人の方を除き、流されてしまった。市役所の前には、女の子が3人乗った家の屋根が流されてきたが、誰も助けることはできなかった。私の小学校の子どもたちが助かった理由は、住民の生死を分けたものは何なのか。それは、「誰よりも早く逃げることを決断したこと」、率先避難に尽きると思う。

(4) 避難所では

私たちの学校の子どもたちは全員が助かった。そして、何日か経つにつれて迎えに来る家族の人も増えた。いや、正確には迎えに来ても帰る家がないのだから無事確かめに来た、と言った方がいいのかもしれない。ある子には最後まで誰も迎えに来ることはなかった。その子がどんな思いで家族が来てくれるのを待っていたか、みなさん想像がつくだろうか。本当に辛かったと思う。

このような状況の中で、信じられない人間もいた。遺体から財布の中身を盗む者たちだ。なぜこのようなことをするのか、目を疑った。皆さんは絶対このようなことをする人間にならないでほしい。

(5) 皆さんへのお願い

皆さんに、是非お願いしたいことがある。それは「命を大事にしてください」ということである。まずは自分の命を、そして隣の人の命を。必死に逃げても力尽き、亡くなってしまった女の子がいる。どんなに怖かっただろうか。生きてくても、何の予告もなく人生を断ち切られてしまったのだ。持っていた夢をかなえることなく。だから、今、この時を大切に、生きていることの幸せをかみしめて、誰の命でも大切に作る人になってもらいたい。

地震だけでなく、いろいろな災害が日本中で発生しているが、自分の命を守るために率先避難を忘れずに、想像力を働かせて、日常生活の中で備えを進めてほしい。そして、気づき、考え、行動することを忘れずに、陸前高田の助かった子供たちのように、明るく前を向いて進んで行っていただきたい。



開催地より

東日本大震災での被災、避難体験と、命の尊さ、大切さについてお話しを伺った。本日の講演を受けて本校では、保護者への安全教育の啓発を実施していくとともに、安全指導、避難訓練、危機管理マニュアルの見直しを行っていききたい。

開催地名：京都府宇治田原町	
開催日時	令和5年2月5日（日） 10：00 ～ 12：00
開催場所	宇治田原町総合文化センター
語り部	菅原 康雄 （宮城県仙台市）
参加者	自主防災会、防災士、消防団、民生児童委員等 約150名
開催経緯	<p>近畿地方において発生した阪神・淡路大震災や大阪府北部地震では、幸いにして本町は大規模な被害を免れており、地震に対する危機意識が低下している。しかし、本町で最も大規模な被害が想定されている奈良盆地東縁断層帯地震や南海トラフ地震の発生が危惧されているとともに、土砂災害警戒区域が町内に点在しており、大規模地震による土砂災害発生の危険性があるため、災害に対する危機意識の醸成を図りたい。</p>
内容	<p>（1）福住町町内会の取り組み</p> <p>福住町町内会は仙台市宮城野区の中央に位置し、417世帯1,138人からなる。（令和4年10月末現在）そして、町内会の執行部は41人で構成されており（10世帯に1人程度の役員を選出）、そのうち23人が女性である。一般的に女性のほうが男性より生活能力が高いため、災害時の避難所で食事の準備をしたり、子供や高齢者、病人等の面倒をみたりするのはほとんどが女性である。力仕事や交渉事など、男性のほうが適している能力もあるので、互いの長所を有効に活用していくことが、特に災害時には重要だ。</p> <p>我々は、自分の身は自身で守るというスタンスを基本として活動している。具体的には、実際の被害を想定した「訓練」と、地域での「協力体制の整備」の2本柱で取り組んでいる。「協力体制の整備」については、日頃の挨拶にはじまり、顔見知りになっていくことから始めている。そうすることによって、色々な住民が相互に協力してくれるようになってきたと言える。</p> <p>そして、続いて紹介したいのが「名簿作り」である。この名簿こそが我々福住町の徹底した防災対策の根幹をなすものとなっている。名簿の中に落とし込むのは住所、氏名、電話番号、勤務先、緊急連絡先、動物（ペット）の有無といった項目で、これを毎年1度行う防災訓練の前に更新している。もちろん、町内の全員が賛同してくれる訳ではないので、「個人情報保護法」を遵守しつつ作成をしている。それでも町内の約8割は賛同してくれるので、大災害時の安否確認の時には非常に役立った。</p> <p>もう一つの柱である「訓練」については、通常の「防災訓練」だと一般の方々の参加はあまり見込めない。そうなると、行政職員や消防関係者の方々だけの緊張感のない形式的な「防災訓練」となってしまう、あまり効果を見込めないものとなる。「防災訓練」を地域のお祭りやイベントなどと一緒に行うと、お年寄りから幼児まで幅広い層の参加者が見込め、ひいては、地域全体で「協力体制」を取れるようなシステム作りにつながって行くようになる。福住町では中学生も学校行事として参加するように設定し、住民とともに役割を持って消火訓練等に取り組んでいる。</p>

(2) 東日本大震災時に感じたこと

毎年厳しく繰り返される防火・防災訓練による効果は、東日本大震災発災直後の行動に顕著に表れて、発災後 30 分で重要支援者の安否確認、集会所への避難住民誘導、仮設トイレ・瓦礫置き場、ガス・水道のライフライン等を設置させた。この時改めて感じたことは、避難所設営では、空気の読める顔見知りの方が中心となることと、運営面では女性の目線が絶対が必要であるということだ。そして避難所運営で最も大切なのはトイレの問題である。トイレの問題は、阪神淡路大震災でも取り上げられた。命からがら逃げ込んできたのに、地震の直接の原因以外で亡くなってしまう要因の一つに、「トイレへ行かない」という事が報告されていた。従って、緊急事態の時でも、いかにしてトイレを利用しやすい状態で準備・設営するかを真剣に考えなくてはならない。

また、避難所では、在宅避難者にはおにぎりなどを配布できなかった。30 分かけて高齢者が自宅から歩いて来ても、食料を提供できなかったのだ。在宅避難者も同じように被災している。しかし自宅にいるというだけで救援物資を分け与えることができない。こうした点は今後検討していく必要がある。

事前に災害時相互協力協定を締結していた尾花沢市等の全国 4 団体（現在 14 団体）から届けられた支援物資は、避難所でありがたく消費・活用させていただいたが、余剰となった分については、順次津波で打撃を受けた県内・県外の地域に送り届け、支援させていただいた。この取り組みは今後も継続していきたい。

(3) さいごに

皆さんの地域でも、減災を目標とした防災活動を実践していただき、災害に対する備えを進めていただきたいと思います。最後に是非実践していただきたい言葉をお伝えしたい。「止むことのない災害に強い危機管理意識を持って、自分が助かるすべを真摯に検証し、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」という言葉だ。この町から一人の犠牲者も出さないと全員が結束すれば、どこよりも隣人に優しい住みよい町になると思う。



開催地より

ご自身の体験談を交えながら、住民の危機管理意識を向上させ、自助・共助に力を注ぐことの大切さについてわかりやすくお話をしていただいた。参加者は災害に対する具体的なイメージをつかむことができたと思う。今後本市としては、大規模地震に対する危機意識の向上を図るとともに、各地区での、自主防災活動への女性や小・中学生の参加の呼びかけを、積極的に行っていききたい。

開催地名：京都府大山崎町	
開催日時	令和5年2月12日（日） 13：30 ～ 14：50
開催場所	大山崎町立中央公民館
語り部	山田 修生 （宮城県仙台市）
参加者	自主防災組織関係者、自治会関係者、町内在住の方 23名
開催経緯	<p>令和2年度はコロナ禍により中止となったものの、令和元年度より大山崎町の地域防災の要として「自助」「共助」の重要性を地域全体に広め、防災活動の活性化に寄与する人材を育成することを目的とする「大山崎町防災伝道師養成講座」を実施しているところであり、その講義の一環として、災害を経験された自主防災組織や自治会の方々の経験や教訓等をお聞きすることができれば、より実りのある講義となる。また、令和元年度に町内の自主防災組織相互の連携を強化することを目的に「大山崎町自主防災組織連絡協議会」が設立されたが、活動や事業に関するノウハウが不足している。加えて、高齢化に伴う若年層への災害伝承が課題となっている。</p>
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>45年前ほど前の昭和53年6月に、死者28人、負傷者11,000人、家屋損壊13万戸を記録した宮城県沖地震が発生した。この地震がターニングポイントとなって、宮城県は地震防災に本格的に取り組み始めたと言える。</p> <p>2011年3月11日14時46分に、水深6,500メートルにある縦500キロ、横200キロの広さの海底プレートが崩れたことにより発生した大地震は、マグニチュード9.0を記録した。西暦869年にこの大地震に匹敵する規模の貞観地震が東北地方で発生しているため、1,000年に1度の規模の災害と言われている。</p> <p>2011年3月11日の午後、突然、地下からすごい勢いで突き上げる感じの揺れを感じた。そして縦揺れ、横揺れ、今度はななめ揺れと、どうしたら良いか分からないような揺れが長く続いた。地震発生時は、全く身動きがとれず、両手両足で何かにつかまっていなくて立ってられない程であった。各地で地震に関する講演や研修を行ってきた身であるが、頭が真っ白になり、どのように対処すればよいか全く分からなかった。地下の排水管からは水が噴出し、電信柱などは倒壊して火花を散らしていた。町内会や自主防災組織などの団体に避難訓練を行ってきたが、家族・近隣住民など小単位で避難せざるを得なかった。津波が来ることを想定し、とにかく海岸からできる限り離れるように避難した。</p> <p>現在各地で行われている避難訓練は、通常土・日・祝日を中心に行われている。しかし東日本大震災は、勤労者、特に男性がほとんどいない平日の昼間という時間帯に発生した。高齢者や主婦しかいない状況下での避難訓練も想定していただくとともに、自主防災会や役員への女性の登用についても、今後は推進していく必要がある。</p> <p>地震が収まった後、私は避難所の運営に携わった。すでに訓練等で担当が決まっているところも多いだろうが、名簿班、総務班、情報広報班、食料物資班、救</p>

護衛生班などに分かれて活動することになる。一番重要になるのはトイレの問題である。避難所は人数が多く、トイレが必ず詰まる。組み立て式のトイレもすぐいっぱいになる。これは今後の重要課題として意識しておいてほしい。

また、避難スペースの周知徹底も重要である。指定避難所に行った場合、どこの部屋に行けば良いか皆悩む。体育館だと思われることが多いが、水害の場合1階の高さでは水没する恐れがある。必ず2階以上に避難するように周知したい。

(2) 東日本大震災から学んだこと

東日本大震災は、災害対策を決して怠っていたわけではないが、これまでの取り組みが無効だと感じてしまう程の規模であった。いつどこで起こるかわからない自然災害を予測することは難しい。従って、自然災害と共生していくことが、被害を最小限にする手立てとなる。自分の居住する地域で起こった土砂崩れや河川の氾濫、水害、地震についての情報は、必ず把握していただきたい。

また、各地域で、災害時に当面の避難生活を行なう避難所として、指定避難所が設定されている。指定避難所となっている学校の近隣に居住されている方々については、平常時の防災訓練等で、学校との連携を密にしていきたいと思う。そうすることで災害時にも連携がスムーズに行なえるはずだ。

(3) まとめとして

公助が機能するまでの72時間、自助と共助で乗り切る必要がある。3日間は役所の援助を頼らずにしのげるよう、必要な備蓄や準備に取り組んでいただき、まずは自分の命を、そして家族の命を優先に考え、行動していただきたい。

経験は決して自分を裏切らず、役に立ってくれるものである。防災訓練、避難訓練等、役に立たないと思わずに、いざとなったらこれは必ず役に立つと考えて参加してほしい。避けられない災害と共生することを意識して、備えは怠らずに生活していただきたいと思う。



開催地より

本日の講演を受けて当町では、地震など災害に直面した際の様々な課題や緊張感等を学ぶことができたため、今後「自助」「共助」の重要性を出前講座等で再度地域に伝え、大山崎町の防災力向上に努めていきたい。

開催地名：大阪市住吉区	
開催日時	令和4年11月12日（土） 10：20 ～ 11：50
開催場所	錦秀会住吉区民センター
語り部	太田 千尋 （宮城県仙台市）
参加者	大阪市職員 67名
開催経緯	<p>本市では、南海トラフ巨大地震による被害や直下型地震として上町断層地震等が想定されており、大阪市住吉区では毎年11月に、住吉区総合防災訓練（区的全職員、地域役員や地域住民も参加し全避難所開設・運営訓練）を行っている。訓練では、様々な想定をして訓練を行っているところであるが、実際の災害を経験していないことから実感に乏しい部分がある。</p>
内容	<p>（1）3.11 東日本大震災</p> <p>私は震災発生当時、仙台市消防局に勤務しており、この悲惨な情景を目の当たりにした。地震のエネルギーを表す単位であるマグニチュードは9.0と、日本最大の地震で、東北沖の東西150キロメートル、南北350キロメートルの広い範囲の海底が震源だった。東日本大震災以前の最大の地震は、関東大震災のマグニチュード7.9と記録されている。マグニチュードが1増えると、地震のエネルギーは約32倍になることから、この地震がいかに大規模なものだったかがわかるはずだ。地震の揺れは仙台では6分程度続いた。発災時、私は消防局の執務室にいたが、職員は落ち着いていた。仙台市民の多くも、「やっぱり来たか」というような反応であったという。これは、ある程度この地震を想定していたということであり、そのための準備もしていたということである。津波による被害は想定を超えるものであったが、死者のほとんどが津波によるもので、地震そのものによる死者はほとんどいなかったことは、事前の備えがある程度できていたことの証明であると思う。</p> <p>（2）避難所での経験</p> <p>避難所には、発災後すぐに大勢の方々が身を寄せる。仙台市では、避難所の運営は、その地区の自治会長たちで作った避難所の運営委員会で行っており、そしてその運営委員会の中で、分野別に班を構成し、住民主体の役割分担をしていた。東日本大震災の際は、これらの運営委員会が速やかに避難所を開設したところは上手く機能したが、運営が軌道に乗るまで時間を要したところもあった。</p> <p>避難所には元気な住民から避難してくるため、体力のない高齢者や、ケアが必要な住民が避難して来る頃には、トイレに行きやすく、暖房がよく効いて温かい、生活環境の良いスペースは空いていない。このあたりについては配慮が必要になると思われるので、各避難所でご対応いただきたい。また、着替えをする場所がなかったり、女性用の物干し場がないことから下着が干せなかったり、生理用品やおむつ、粉ミルクの不足や配布方法に不手際が発生するなど、様々な問題が発生した。これらは、自主防災組織の中に女性リーダーが配置されていれば改</p>

善されるケースが多いので、今後の防災対策においては女性の視点を取り入れること、女性の参画等を推進することが極めて重要だ。

その他、居住者と旅行者を含め、多くの外国人が滞在している自治体では、避難所に外国語のサイン等も必要になると思われるので、予め想定しておく必要があるし、東日本大震災後の避難所生活に伴い、東北地方では窃盗団も多く発生した事実がある。仙台市でも見受けられたので、自治体関係者は心づもりが必要である。避難所で避難生活をしているということは、家は不在（留守）の状態ということである。他府県ナンバーの車両や標準語を話すグループ等、怪しいと感じた場合はむやみに情報を提供しないよう注意したい。

避難所の運営が順調になる3日目以降は、避難所で本当に困っている人はごく一部であり、大多数の方々は不安を解消するために滞在しているのが実情である。もちろん皆と一緒にいたいという気持ちは理解できるのだが、ライフラインが復旧して自宅に戻れる状態であれば、すぐにでも戻っていただいた方が自治体サイドとしては有難いし、住民にとってもその方が快適なはずだ。

(3) 防災・減災対策

万一に備え、自宅周辺の災害リスクや避難場所、避難ルート、待ち合わせ場所等を家族で共有しておくことは極めて大切である。こうした準備をしっかりとっておかないと、発災時のパニックになってしまう状況では落ち着いた行動ができないので、公助に勤しむ皆さんは、まずは自身の家庭ありきである。

行政には平等の原則があり、切迫した状況での臨機応変な対応は期待できない。そのため、自分たちで何とかして助け合うのが最良であり、地域の防災力は、コミュニティで高めることが必須である。そして訓練で成功しないことは本番で成功しない。町内会をはじめとする自主防災組織の設置や日頃の訓練を是非進めていただきたい。



開催地より

本日の講演をふまえ、職員研修や防災訓練等で職員としての心構え・意識の向上を目指したい。具体的には、地域での防災訓練時に聞かせていただいた体験談を共有するとともに、想定外の対応についてシュミレーションしていきたいと考えている。また、研修等で改めて自助の大切さを伝えていきたいと思う。

開催地名：大阪府大阪市西淀川区	
開催日時	令和4年10月4日（火） 10：00 ～ 11：00
開催場所	西淀川区各避難所（事前収録による配信）
語り部	大内 幸子 （宮城県仙台市）
参加者	西淀川区各地域 地域活動協議会防災役員、地域住民（約2,000名）
開催経緯	当区は南海トラフ巨大地震の際に浸水が想定されており、発生に備えて防潮堤耐震化といったハード対策に加え、早期避難意識の徹底や平時からの備えといったソフト対策が重要となっている。そのため、避難の重要性への意識啓発は継続的な課題となっており、今回東日本大震災の語り部から避難に関してのお話を伺うことで、関係者及び住民の認識を高めることとしたい。
内容	<p>（1）福住町の紹介</p> <p>福住町は仙台市の東北部に立地する1,500人前後の新興住宅地で、七北田川と梅田川に囲まれており、過去に台風や豪雨による水害災害を度々受けている。東日本大震災時は、七北田川を遡上した津波が瓦礫とともに町のそばまで遡上した。2003年に発生した宮城県北部地震をきっかけに自主防災組織を結成し、夏祭りを通じての住民の参加及び協力を得ながら地盤を作り、防災活動に取り組んできた。できるだけ行政に頼らない地域力を特徴とするもので、町内あげての災害対策を意識して進めてきた『福住町方式』と呼ばれている取組みには、要支援者の名簿作成、住民全員の名簿作成（1年更新）、仙台市内外の町内会・市民グループとの災害時相互協力協定の締結、お互いにできる範囲内での支援と交流（14団体）が挙げられる。2004年10月に発生した新潟中部地震の際には、小千谷市に向けて、福住町から始めてとなる災害ボランティアを派遣している。</p> <p>（2）3.11（東日本大震災発生）の1日の動きと、避難所の状況</p> <p>東日本大震災の際も、炊き出しなどの訓練を行っていたので普段通りの活動ができた。安否確認を行い、公園にトイレと災害時瓦礫置き場を設置、小学校集会所でアルファ米のおにぎりづくりを行った。高砂小学校が避難所となり、500人収容の避難所に2,000人の避難者が集まった。仮設トイレは外にあって和式だったので、足の不自由な高齢者には不便で不評だった。この震災以降は、避難所のトイレについては洋式に変えてもらう要望もあげてきた。当時の避難所運営の防災マニュアルは男性主体であり、女性参画が無かったが、女性たちが自主的に動くことで、子どもや高齢者などの災害弱者への女性の気配りが高く評価されたと言える。</p> <p>小千谷市からは支援物資を積んだトラックが、11時間かけて駆けつけてくれた。災害時相互協力協定を締結していたからとは言え、有難さを痛感した。</p> <p>（3）震災で思ったこと</p> <p>災害規模が大きいほど、公助には限界がある。自助・共助の取り組みが重要と</p>

感じ、併せて災害時には女性の視点に立った防災・減災が必要と強く感じた。また、過去の災害について伝えていくことは、人の命を守ることにつながると認識し、災害に関することを積極的に学び、その学びと経験を発信していくことを意識し始めた。女性のための防災リーダー養成講座を受講し、せんだい女性防災リーダーネットワークを立ち上げ、災害伝承プロジェクトの語り部として、東日本大震災の教訓と人の命の大切さなどを発信し、人材育成活動を継続しているところである。

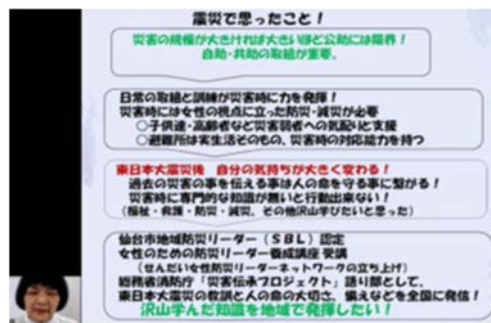
(4) 福住町の活動について

福住町の防火・防災訓練では、災害時の対応、減災を「自分たちの町は自分たちで守る」をモットーに毎年訓練している。15年前から消防署の指導ではなく、福住町独自の企画と運営で、「全員参加型」を目指す防災訓練である。震災後、避難所運営マニュアルも変化し、避難所は体育館から校舎の2～4階に避難する、簡易トイレは7対3で洋式が増加といった事象に加え、避難所運営委員企画員として女性の参画等、女性の参画の大切さを示す事柄も出てきている。

福住町の災害履歴とマップ作りを目的とした防災まち歩きや、地域保育園での防災訓練、締結している災害時相互協力協定団体からの定期的な訓練への参加など、できることはやり続けたいと考え、継続して行っている。

(5) みなさんにお伝えしたいこと

できるだけ行政に頼らない地域力を持つこと、地域の災害の歴史を次世代に根気よく伝承していくこと、備えや準備・取り組みをしている事は災害時のリスク削減に繋がること、お祭りやイベントを通じ、顔の見える関係が減災に繋がること、学校の防災教育と地域防災のタイアップが、地域の発展と防災力向上に繋がっていくことについて、福住町では真摯に取り組んできた。是非とも参考にさせていただきたいと思う。防災・減災を進めていくには工夫と努力と知恵が必要だ。自分の命を守るため、大切な家族を守るため継続していれば、災害が起きた時には必ず役に立つと思っている。



開催地より

東日本大震災の体験談、教訓についてわかりやすくご説明いただき、災害に対する準備の重要性や様々な工夫について認識を深めることができた。今後の各地域での防災活動で参考にしていきたいと思う。

開催地名：大阪府泉佐野市	
開催日時	令和4年11月4日（金） 13：45 ～ 15：25
開催場所	泉佐野市立中央小学校
語り部	吉田 亮一 （宮城県仙台市）
参加者	4、6年生児童、教職員 208名
開催経緯	本市における小・中学校では、防災教育を、命を守ることをベースとしながら、災害発生の理屈を知ることや、備え方を学ぶこと、災害発生時の対処の仕方等を学ぶこと等をめざして、各校にて発達段階に応じて学習を位置付けて取り組みを進めている。一方で、今後の防災活動の重要な担い手となる子どもたちに、南海地震等過去の災害による被害や経験を伝承していく機会は、地震発生からかなりの年月が経過していることから、経験者の減少や高齢化から活動が困難な状況があり課題となっている。
内容	<p>（1）防災の基本とは</p> <p>世界中には様々な自然災害が存在している。私たちが暮らす日本でも、地震、津波、台風、火山の噴火、竜巻、豪雪、近年のゲリラ豪雨などが挙げられる。このような自然災害はなぜ起こるのか。難しい問題だが、地球自体が動いており、生きているから、地球上のあちこちで色々な現象が発生し、時にはそこで生活する人間に被害が及んでしまうのであろう。そう考えると、私たちは自然災害と一緒に暮らしていかなければならないということだ。</p> <p>それでは、自然災害と一緒に暮らしていくにはどのような点に気を付けたらいいのか。それは災害について考えるということ、そして行動するということがある。自然災害のことをしっかり理解して、危機感を持つということが大切である。そして、想定以上の備えをすることが、防災、減災の基本になる。</p> <p>（2）地震から身を守るために</p> <p>大地震はいつ起こるか分からない。みなさんの家は整理整頓されていますか？ 家の中がきちんと片付けられていないと、夜間地震が発生したときに、真っ暗な中で躓いたりする危険性がある。窓ガラスが割れる可能性もあるし、物が落ちてきたり、家具が倒れてくるかもしれない。想定されることに対して、身の危険がないか確認してほしい。</p> <p>寝ているときに地震が発生したら、“ダンゴムシ”になることだ。立ってうろろせず、布団をかぶって丸くなる。枕元には、靴下、スニーカー、ヘッドライト、防犯ブザー、イヤホン付き携帯ラジオ、雨用カッパの6点セットを入れた防災袋を日頃から置いておくと良い。</p> <p>また、登下校時に地震と遭遇した場合は、揺れから身を守るためにランドセルを頭にのせる、と答える児童が多いが、それだけでは不十分だ。例えばブロック塀は道路側に倒れるようにできているし、看板やガラスの破片が落ちてくる可能性もあるので、頭だけでなく背中もガードしなければならない。後ろに手を回</p>

してランドセルの金具をはずし、肩の方からふただけを頭にかぶせる。そして体操座りすることで、全身を守ることができる。

災害に対する備えについては、東日本大震災以後、食料、飲み水は1週間分を用意しておくよう案内している。災害が起こると、コンビニやスーパーの商品は品薄になってしまうので、少なくとも1週間分くらいの備えは確保してほしい。

(3) 避難所での小学生の役割 ～ 東日本大震災での経験から

東日本大震災が起こったとき、私の住む地域では全世帯が5日間停電し、ガスは3～4週間、水道は2週間止まった。指定避難所の茂庭台中学校で、17日間避難所が開設され、最大時は200名の方々が避難していた。地域には高齢者と小・中学生しかいなかった。しかし避難所はすぐに開設しなければいけない。避難所でも会社員や高校生は早朝から通勤・登校してしまう。運営には彼らの力が必要だった。避難所で、小・中学生は大活躍してくれた。震災当日、私が一時避難場所にいると、中学生が走ってきて、「避難所の準備ができたので避難してきてください。」と伝えてくれた。避難所に移動すると、中学生が自らのアイデアで避難所の床に柔道用の畳やマットを一面に敷いて私たちを迎えてくれた。そのあと、避難所内では必要事項の掲示やごみの分別など、小・中学生が自発的にアイデアを生かして行ってくれた。毎朝、避難所を掃除してくれたのも小学生である。

このような経験から、私は年少者への防災教育は非常に重要だと実感した。いざというとき、小・中学生は大きな役割を担ってくれる。防災訓練の担当者をお願いしたいのは、地域の避難訓練や避難所設営訓練にぜひ児童・生徒を加え、受付や設営、炊き出しなどを体験させてほしいということである。



開催地より

防災の基本についてや、災害に対する備えについて、東日本大震災での体験談をわかりやすくお話しいただいた。また、実際に体験させていただき、子どもたちは積極的に参加していた。今後は、学校全体で避難のポイントを共有した上での避難訓練を実施していきたいと思う。

開催地名：大阪府和泉市	
開催日時	令和5年1月14日（土） 9：30 ～ 11：00
開催場所	和泉シティプラザ
語り部	武蔵野 美和 （岩手県陸前高田市）
参加者	自主防災組織、消防団他 55名
開催経緯	阪神・淡路大震災の発生を契機に、防災意識の高揚を図るため、「防災とボランティアの日」を毎年1月17日とし、1月15日から1月21日までを「防災とボランティア週間」とした。市としても、毎年、防災とボランティア週間に合わせて、防災研修会等を毎年実施している。当市では、平成29年の台風21号、平成30年の大阪北部地震及び台風21号以降、大きな自然災害もなく、市民（職員）の自然災害に対する危機管理の意識が低下している。
内容	<p>（1）震災発生時の陸前高田市について</p> <p>私が住んでいるのは、岩手県陸前高田市という、人口約1万8,000人ほどの小さな市である。東日本大震災の前には、約2万4,000人の住民が暮らしていた。岩手県の南部にあるので比較的温暖な地域で、陸前高田市の象徴とも言える白砂青松の高田松原は、市民はもとより県内外の来訪者からも愛される場所だった。約7万本と言われる松は、「奇跡の一本松」以外ほとんどが流されてしまった。海岸沿いに面した部分が少なく、市の中心に大きな川が通っており、かつて川から中州が生まれ、そうしてできた平野に人が住み始めたことで栄えた歴史があり、震災時は川の近くに市役所や図書館、学校といった主要な建物や住宅が集中していた。そして、残念ながら災害防止に繋がる対策は講じられていなかった。</p> <p>（2）東日本大震災時の状況</p> <p>2011年3月11日の午後、マグニチュード9.0の大きな地震が発生した。陸前高田市の震度は6弱で、約160秒揺れ続けた長い地震だった。地震そのものより、しばらくしてからやってきた津波による被害が大きかった。東日本大震災の死者の95パーセントが津波による溺死だと言われている。津波の恐ろしさは、いろいろなものを破壊しながら、水が塊で襲ってくるころだ。地震発生から40分ほど経った頃、気仙川を火事のような煙と砂埃を上げながら津波が遡り、市役所や消防署などの公共施設は全壊した。</p> <p>川の近くに建物が集中していたことから、津波を予測して真っ先に高台や建物の屋上へ逃げた者は難を逃れたが、多くの市民が地震の揺れで倒れたり落ちたりしたものを片づけている最中に津波に遭遇し、巻き込まれて犠牲になった。子どもたちは学校で避難して無事でも、家にいた家族が津波に巻き込まれてしまったケースも多く、岩手県全体で94人、陸前高田市だけで32人の震災孤児も発生した。また、行方不明者を含む死者数は1,758人に及び、11年半が経過した今でも、202人の人たちが行方不明となっている。</p>

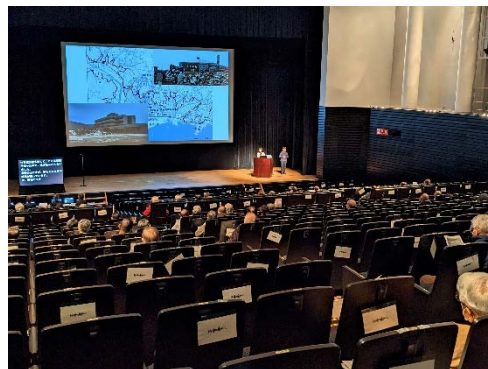
この経験を通して、私はひとりひとりが「災害が起きたらどう動くか」ということを常に考える意識が大切だと強く感じた。住んでいる場所や、置かれている状況を見て、どう避難するのが安全なのか、一人一人自分で考えることが大切である。また、防災に関して自分たちが学んだことや得た情報を、地域の人たちに伝えていくことによって、災害発生時により多くの命が救えるということを感じておいてほしい。

(3) 災害に対する心構え

自分の命を奪ってしまうもの、自分や家族の笑顔を奪ってしまうもの、自分の大事なものを奪ってしまうもの、そのすべてが災害である。命や生活を脅かすものすべてを災害ととらえ、そして、これらの災害を防ぐことが「防災」と意識してほしい。自分の大事なモノをなくさないように大切にすることも防災だと言える。交通事故や新型コロナウイルス感染については、工夫することで未然に防ぐことができるが、地震や洪水などの自然災害については、いつ起こるかわからないうえ、発生を止められない。それでも、自分の命は自分で守ることが鉄則なので、自分の住む地域の災害リスクをハザードマップなどで知ることは必要であるし、以前の津波や洪水の被害について知ることも大切なことだ。

近年は地震や台風などの自然災害が増えてきていることから、非常時持ち出し袋を準備するなどして、1次防災や2次防災の備えをしている人は多いかと思うが、自分にとって大事なものをいつでも持ち出せるようにしておくことも重要だ。好きなものをストックして、消費したら補充しておく。使いまわし、循環が備蓄につながる。

防災講話で一度だけ知識を学んでも、忘れてしまうことがほとんどである。日頃から好きなお菓子を持ち歩いたり、新聞で皿を作ったりなど、生活の知恵そのものが防災につながるので、これらを『生活者の視点の防災』と呼んで大事にしてほしい。日頃から「万が一」を考え、自分にとって必要なものについては自分で備えることが、自分の命を守ることにつながる。



開催地より

経験者による具体的なお話しを聞くことで、生徒たちは災害の具体的なイメージをつかむことができたと思う。今日のお話しを受けて、自主防災組織、活動拠点等の促進と、防災訓練費、備品購入等の補助等を積極的に対応していく所存である。

開催地名：大阪府大阪狭山市	
開催日時	令和5年1月15日（日） 10：00 ～ 11：30
開催場所	大阪狭山市立コミュニティセンター
語り部	山縣 嘉恵 （宮城県東松島市）
参加者	地域住民、自主防災組織・自治会、消防団等 34名
開催経緯	本市は、南海トラフ巨大地震発生時、震度6弱を想定され、上町断層帯による直下地震では、震度7が想定されている。しかしながら、過去に大きな災害経験等がなく、災害についての意識高揚や防災への取組みの推進に苦慮している。発災時の避難所運営等については、避難所ごとの避難所運営マニュアルを策定する動きが一部地域で見られるとともに、自主防災組織代表者から避難所の実態を知りたいなどの要望があり、関心が高くなっている。
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>私が住む東松島市は、桃生郡矢本町と鳴瀬町の合併（平成の大合併）によって2005年に発足した。西側に松島町が隣接し、仙台市と石巻市の間に位置しており、ブルーインパルスで有名な航空自衛隊松島基地が近くにある。</p> <p>2011年3月11日の東日本大震災では、津波の襲来で、市内全住宅の3分の2を超える約11,000棟が全半壊した。正確な人的被害状況は、死者（東松島市民）1,110人（震災関連死66人を含む）、行方不明者23人、東松島市内での遺体収容数1,067人（うち東松島市民963人、市民以外102人、身元不明遺体2人）となっている。野蒜海岸では10.3メートルの津波が観測された。私が住む野蒜地区では、東側の石巻湾から押し寄せた津波が内陸2キロ弱を横断し、西側の松島湾に流れ込んだため、野蒜小学校の体育館で13人が、特別養護老人ホーム「不老園」の入所者56人が亡くなるなど、壊滅的被害を受けた。市内の指定避難所は106箇所に及び、15,000人以上が避難所生活を送った。</p> <p>野蒜地区では、震災前に4,700人いた住民のうち、511人が犠牲となった。震災後の暮らしは選択の連続で、仮設住宅もしくは「みなし仮設」、他地区への移住等の選択を経て、野蒜ヶ丘防災集団移転団地が設置されたが、現在人口は2,700人ほどにまで減少している。</p> <p>（2）東日本大震災時の状況</p> <p>地震発生時、私は自宅に、息子は小学校に、義母は自宅の離れに、夫は勤務先にいた。2003年にあった宮城県沖地震（宮城県北部沖地震）後、我が家では家具をL字型金具で固定したり、家具の上にモノを置かないことを徹底していたので、幸いにして家具の転倒はなかったが、経験したことのない大きな揺れが3分程度は続いた。津波が来ることは予想していたが、1960年のチリ地震津波同様、到達まで時間的余裕があると誤った認識を持っていたために、義母を置いてまずは息子を迎えに小学校に向かった。そして息子を引き取って一旦地区センターに待たせておき、義母を自宅に迎えに行き、そして地区センターで3人</p>

一緒に合流してから避難所である野蒜小学校の体育館に向かった。

野蒜地区には、西から東に東名運河が流れており、避難所の野蒜小学校は運河の北側、自宅は南側（海側）にあった。野蒜小学校までは野蒜海岸から直線距離で1.2キロ（自宅までは600メートル）あり、この運河の北側までは津波が来ないと思い込んでいた。避難所に着いた私たちは、既に体育館は避難してきた住民でいっぱいだったため、中には入れずにいた。その時、海側から黒い津波が運河を越えて小学校に向かってくのが見えたため、校舎に向かって走った。私たちは津波から免れたが、体育館にいた避難者の一部に犠牲者が出てしまった。

（3）まとめ

この震災を経験しての思いは、何も知らなかったなという「反省」、自分たちは助かったが、できればみんなで助かりたかったという「後悔」、そして平時に備えられることが多いという「気付き」である。是非みなさんも、避難行動についての以下の7つのポイントを、家族で確認していただきたい。

- ・家の中の地震対策が有効
- ・避難場所は一つだけでなく複数把握
- ・災害が起きたら、待たせない、待たない、戻らないことが重要
- ・避難場所は災害により使えないところもあることを知っておく
- ・地域の人と日頃からのあいさつが大切（顔の見える関係性の構築）
- ・車での避難も想定した訓練も必要
- ・学校と地域の連携した訓練やマニュアルの確認・共有も必要

今を生きる私たちが未来のためにできることは、伝承していくことであり、伝承から学び、行動を起こすことである。命を大切にすることは、防災に取り組むことであり、人を大切にすることであり、人づくり・街づくりをすることである。未来へつなぐため、命を守るための伝承につながることを祈念したい。



開催地より

「東日本大震災の体験から未来のために今できること」というテーマでお話しいただいた。本日の講演を受けて本市としては、備蓄（非常食）の追加及び住民に対する備蓄の呼びかけの推進とともに、図上訓練や避難訓練など、実践的な訓練の強化を進めていきたい。

開催地名：大阪府吹田市	
開催日時	令和5年2月18日（土） 10：30 ～ 12：00
開催場所	吹田市役所
語り部	大内 幸子 （宮城県仙台市）
参加者	市民 35名
開催経緯	<p>本市では、地域住民の防災・減災の意識向上を図るため、自主防災組織の結成や、地域防災リーダーの育成事業、防災講座、グループワーク等を継続的に行っており、地域住民の防災に対する意識向上や女性や子ども目線に立っての避難所運営についても意識向上が感じられるが、被災地での活動等実体験の話を直接聞く機会が少ないことから、自分に置き換え難いことが課題となっている。</p>
	<p>（1）福住町における自主防災組織発足の経緯</p> <p>私が住む仙台市福住町は、仙台駅の東部にある新興住宅地で、2本の川に挟まれており、水害を受けやすい場所であった。中でも昭和61年の台風10号による被害は甚大で、その当時の苦い思い出が2003年の自主防災組織発足につながり、それが今日の「福住町方式」となっている。「自分たちの町は自分たちで守る」を合言葉に、日本一災害に強い町内会を目指すことになり、できるだけ行政に頼らない地域力、町内をあげての災害対策として進めていった経緯がある。災害発生時に名簿がないと、誰が被災しているかもわからないので、まずは要支援者の名簿作成や住民全員の名簿作成に取り組んだ。</p> <p>また、災害時相互共有協定を締結し、お互いできる範囲内での支援と交流を実施し、互いに防災訓練に参加する等、顔の見える関係をつくっていた。自主防災組織を発足した翌年の2004年に新潟中越地震がおきた際に、自分たちでできることがないか検討したうえで、支援金や支援物資を集め、車やトラックで新潟県小千谷市池原地区に向かい、支援させていただいた。</p> <p>（2）東日本大震災時の記憶</p> <p>震災が発生した3月11日は、被災時を想定した訓練どおりに、要支援者の安否確認を30分で終えることができた。普段から45～50人ぐらいの要支援者の見守りをしていたので、名簿がなくてもすぐに対応することができた。避難所の開設については、小学校の避難所には2,000人近くの避難者が殺到したため立ち後れたが、町内では暗くなる前に炊き出しの準備をし、公園に手作りのトイレや災害時がれき置き場を、訓練どおりに設置することができた。</p> <p>また、発災直後に小千谷市の池原地区の方々が駆けつけてくださり、支援物資をたくさん届けていただいた。小千谷市を含め4団体から支援物資をお送りいただいたので、約8割相当の物資については、支援いただいた4団体の許可を得たうえで、福住町より甚大な被害を受けた海沿いの地区へお届けし、役立てていただいた。</p> <p>（3）その後の地域防災活動</p> <p>仙台市では、平成24年度より地域防災の担い手を育成する目的で「仙台市地域防災リーダー（SBL）養成講習」を開始した。自主防災組織の必要性和重要</p>

性が震災によって明らかになったことに拠る。仙台市地域防災リーダー（SBL）には、町内会長などを補佐しながら、平常時には地域特性を考慮した防災計画づくりや効果的な訓練の企画運営、災害時には地域住民の避難誘導や救出・救護活動の指揮を行うなどの役割が期待されている。災害の規模が大きいと行政も大きな影響を受ける。そのような場合には自分たちの町は自分たちで守り、自分の命は自分で守るという強い意識が必要である。

併せて、災害時には女性の視点に立った防災・減災が必要だと強く感じた。これは阪神淡路大震災のときにも言われていたが、避難してくる住民の8割が、いわゆる災害弱者と言われる高齢者、障害者、妊婦、乳幼児等という事実から、男性だけで運営するよりも女性のリーダーがいることで、より細かいところまで行き届いた対応が可能となる。東日本大震災をきっかけに、私は仙台市地域防災リーダーの認定を受け、女性のための防災リーダー養成講座を受講し、せんだい女性防災リーダーネットワークを立ち上げ、東日本大震災の教訓と人の命の大切さなどを発信し、人材育成活動を行っている。メンバーは町内会役員、学校支援関係者、民生委員、防災士、市職員、SBLのメンバーから成り立っており、イベントや研修会など、様々な切り口から楽しく防災を学ぶワークショップなどを開催している。女性ならではの視点と、リーダーシップを活かした地域防災力を高める活動を意識している。

福住町の防火・防災訓練では、災害時の対応、減災を「自分たちの町は自分たちで守る」をモットーに毎年訓練している。15年前から消防署の指導ではなく、福住町独自の企画と運営で、「全員参加型」を目指す防災訓練には、授業の一環として中学生も参加しているのも特徴である。防災訓練により各自の役割が明確化されるとともに、地域の名簿を毎年メンテナンスし、学校の防災教育と地域防災のタイアップが、地域の発展と防災力向上に繋がっていくことを伝えたい。

また、地域住民が自分ごととして、防災・減災を考えられるように工夫していて、ボランティア活動や夏祭り等、イベントで住民のコミュニケーションの構築を共に図っているのも特徴である。防災・減災を進めていくには、工夫と努力と知恵が必要だ。自分の命を守るため、大切な家族を守るために継続していれば、災害が起きた時には必ず役に立つと思っている。



開催地より

大内氏も講義の中でお話されていたように、多種多様な被災者のニーズに対応していけるような体制を構築するため、吹田市地域防災リーダー育成講習の受講者募集に当たり、女性や若年層等幅広い方に参加していただけるように広報を工夫していきたい。

開催地名：大阪府忠岡町	
開催日時	令和5年2月5日（日） 10：00 ～ 12：00
開催場所	忠岡町ふれあいホール
語り部	仲條 富夫 （千葉県旭市）
参加者	自主防災会、防火協力会等 74人
開催経緯	大阪湾沿岸部に位置している本町は、南海トラフによる海溝型地震や、上町断層による直下型地震を想定して、東日本大震災や阪神・淡路大震災を教訓とした、防災訓練や避難訓練を実施している。また、訓練実施にあたっては、町内11団体の自主防組織が中心として活動しているが、更なる自主防組織の意識向上及び組織強化を図る取り組みが重要であると考えている。
内容	<p>（1）震災発生時の状況</p> <p>平成23年3月11日に三陸沖を震源として発生した地震により、私の住む千葉県旭市でも震度5強を観測し、液状化現象、飯岡海岸等での津波被害が発生した。死者14人、行方不明者2人、重軽傷12人のほか、住家全壊336世帯、住家大規模半壊434世帯、住家半壊512世帯、住家一部損壊2,545世帯の被害を記録した。</p> <p>大津波警報が発表され、防災無線で避難が呼びかけられたため、ほとんどの住民は避難所へ避難した。第一波が押し寄せた時は避難所はパニックとなったが、詳しい情報が全く入ってこない状況の中で、第一波より弱かった第二波を見て安心し、油断してしまったことは否めない。この油断により、高さ7.6メートルの第三波によって犠牲者が出てしまったと言える。私の家は海岸近くにあり、目の前は堤防だったので、津波の怖さは誰よりも理解していたつもりだったし、早めの避難を心がけていた。しかし、津波によって流されてしまったのである。</p> <p>（2）震災直後の問題点について</p> <p>震災から数日は、災害を乗り越えようという気持ちがひとつになり、一丸となっていた。しかし、気持ちの落ち着いてきたころに、避難所をあたかも我が物顔で私物化する者が出てきたのである。校長室や職員室に入り込み、横柄な態度で占領していた。原因は市職員の手が回らず、指揮できなかったからだと考えられる。別の市から手伝いとして職員がやってきたものの、よそ者として扱われ口出しすることはできない状態であった。震災2日目には1,300人近くのボランティアが受付に殺到し、多い日には1,800人に及んだ。とてもありがたかったが、午前中に来ていただいて、保険に加入していただいたうえで、各地域に必要な人数を割り振る必要があったため、お願いしたい業務内容や必要な人数等について、しっかりと把握している人がきわめて少ない状況の中ではうまくマッチングができず、十分に活用できなかったと言える。これは他の県、地区でも起こっていた現象だと推察する。ボランティアの方々の受け入れ態勢、指示命令系統の確立</p>

などについても、災害の発生を見越した準備が必要である。

(3) 震災を経験して得られた教訓

みなさんにお伝えしたいのは、命の大切さだ。そして、早めの避難に勝るものはなしということだ。生死を分けるタイムリミットは72時間である。そのためには、災害による被害をできるだけ少なくする「自助」・「共助」・「公助」の考え方が不可欠だ。その中で私が最も大切だと考えているのは「自助」である。

まずは自分の身を自分で守っていただきたい。自分の身を守らなければ、近くで助けを求めている人を助けられない。指示を待たずに、まず各自がバラバラになって高台へ逃げる必要がある。公助は必ず来るけれど、行き届くまでには数日かかるものなので、生き延びるためには事前に水や食料などの備えをしておくことも重要である。また、普段から地域のコミュニティづくりを行い、地域を良く知る人が、いざという時に指揮できる体制を整えておくことよ。

何も訓練をしていない場合、災害が起こって避難の準備をしようと考えたと、最短で準備をしても10分はかかってしまう。このため避難訓練などを行う際には、避難までの行動をスムーズにするための練習なども実施してほしい。

避難所ではさまざまな年齢の方が一緒に過ごすため、避難が長期にわたる場合はいろいろな対策が必要となる。また、普段の生活の中で、防災マップについて確認することも有効だ。いざというときに危険に対してどのように対応していくか。例えば地震後、津波の可能性がある場合に川を渡って避難する危険性なども、しっかりと事前に理解しておく必要がある。



開催地より

ご自身の被災経験をもとに災害の備え、早めの避難の重要性について、地域コミュニティの目線でご講演いただいた。発災初動期は混乱が生じるが、その期間をいかに冷静に行動できるかということや、自助、共助を意識した防災行動をとることが大切である旨を語られた。そのことから、平時からの地域での連携協力、すべては“備え”がなくてはならないということに参加者が学べたと推察する。当市としては、自主防災組織等、地域コミュニティにおける共助意識の向上と、地区単位での主体的な防災訓練や避難訓練の実施を推進していきたい。

開催地名：兵庫県姫路市	
開催日時	令和4年8月29日（月） 13：30 ～ 15：00
開催場所	姫路市防災センター
語り部	山崎 義勝 （岩手県釜石市）
参加者	姫路市職員 37名
開催経緯	<p>姫路市は、天候に恵まれた瀬戸内地方に位置し、甚大な災害に対する自治体職員の危機感が薄れている可能性がある。一方で、山崎断層地震や南海トラフ地震に対する職員の危機管理意識の向上のため、初期対応にあたる職員の研修が必要である。そこで今回、東日本大震災の語り部より、緊急消防援助隊を受援する際の具体的な対処方法や、若年層職員等に対する災害伝承について、お話を伺うこととする。</p>
内容	<p>（１）はじめに</p> <p>岩手県釜石市は製鉄業で発展し、ラグビーの強豪、新日鐵住金釜石を擁する、鉄と魚とラグビーの町である。最盛期の人口は9万人を超えたが、製鉄業の衰退と東日本大震災の影響で、現在の人口は約32,000人となっている。</p> <p>東日本大震災では、リアス式海岸に押し寄せた津波によって、888人の尊い命が奪われ、関連死を含めると死者数は約1,000人に達し、152人が行方不明となった。家屋倒壊は3,656棟を数えた。震災当時、釜石大槌地区消防本部消防長だった私は、震災発生当時消防庁舎の3階にいた。震度5弱の揺れは経験があったが、震度6弱は初めての経験だった。とても歩けるような状況ではなく、建物が倒壊するのではないかという恐怖を覚えた。地震直後は被害状況の情報が全く入ってこなかったため、静まり返っていたことを覚えている。通信は使えなくなっていたので携帯無線機を使用した。そこから聞こえてくる言葉は「全滅」もしくは「何もなくなってしまった」というような信じられないものが続いた。</p> <p>（２）大津波警報発令</p> <p>政府の地震調査委員会によると、釜石市をはじめとする三陸沿岸地域では、この30年以内に宮城沖で地震が発生する確率は99パーセントと非常に高くなっており、それにとまなう津波が発生する確率も当然高いものと考えられていた。釜石市には、ギネスブックにも登録された世界最大水深（63m）の湾口防波堤が31年の歳月をかけて2009年3月に完成していた。明治三陸地震津波規模の大津波に対して、湾内の防潮堤の天端高（おおむね4m）より低い水位に減水させることで市街地への浸水被害の拡大を防ぐ機能が期待された。</p> <p>しかしながら、東日本大震災では、設計外力を超える大津波の威力により、防波堤は大きく損壊し、津波は湾内の防潮堤を越え、ハザードマップで想定</p>

していた浸水域を大きく越えて被害が広がった。地震発生の約 30 分後に襲われたこの津波により、一瞬にして約 1,000 人の命が奪われた。防波堤は一定の減災効果を発揮したことが認められたが、想定以上の津波だったことが伺える。

被災状況は、地域によって異なった。孤立した漁村集落もあり、無線機による安否確認を継続して行った。翌日、緊急消防援助隊の受け入れ準備が開始され、自衛隊による被害状況調査活動と救出活動、物資配給活動が開始されるとともに、海上保安庁による洋上捜索も大規模に展開された。

(3) 東日本大震災を受けて

災害に備えるにあたっては、市街のみならず、自分が勤務している庁舎がどのような環境にあるのか、どのような構造なのかを意識して把握しておく必要がある。被害を受けた消防署の壁をみたとき、津波の高さを実感した。以前は通信指令室は消防車両の近くにあり、基本的には一階部分に設置していた。しかし、復興による改築、復旧を行う際には、建物の高い位置に設置するように変化した。これは、震災時に通信指令室にいた 2 名の方が殉職されたことによる。

消防団の安全確保に関しては、活動時間を制限する『15 分ルール』というものを設定した。地震発生から津波が到達するまでの時間から計算し、15 分は消防活動を行い、それ以降は自分の命を守るために避難をするというものである。しかし、緊急時に時間を確認しながら実際に 15 分で切り上げられるのかという疑問は残る。市民の命だけでなく自分の命も、同じように守るべきものだと意識することが重要だと考える。



開催地より

豊富な映像を使って、震災時における取組や教訓について、実体験をベースにとっても分かりやすくお話しいただいた。参加者はそれぞれ興味深く聞くことができた。とても意義のある講演だったと思う。平常時からの防災に対する心構えが大切であるため、今後もこのような経験者による講演会開催などにより、行政職員の研修に力を入れていきたい。

開催地名：兵庫県加古川市	
開催日時	令和5年1月17日（火） 14：00 ～ 15：30
開催場所	加古川市役所
語り部	伊藤 正治 （岩手県大槌町）
参加者	加古川市幹部職員 100名
開催経緯	平成29年度より職員の防災意識の向上を目的とした研修会を積極的に実施しているが、幸いにも、近年当市での災害被害経験がなく、防災意識が低下している状況である。避難所開設や運営等災害対応等に携わったことのない職員に対し、実体験を基にした講話をいただくことで、災害対応に係る啓発及び意識の向上につながる。
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>大槌町はリアス式である三陸海岸のほぼ中央に位置し、古くから豊かな海の資源に恵まれ、それを各時代でうまく活用してきた歴史がある。</p> <p>平成23年3月11日の午後2時46分に発生した地震により、大槌町では津波が発生し、死者822人、行方不明者413人、関連死51人の合計1,286人の犠牲者がでた。平地は町の面積の2%に過ぎないが、そこに町の人口の8割の人々が住んでいたことも被害を大きくした要因であった。浸水面積は住宅地で52%に及び、町の機能が消滅してしまった。震災前に15,994人いた人口は、昨年10月末現在10,998人となっており、5,000人弱減少している。また、児童生徒数についても、1,262人から717人に、500人以上減少している状況だ。</p> <p>町の職員についても、臨時職員を含む136人のうち40人が犠牲となり、町内の小中学校7校のうち、5校が震災で使用できなくなった。年度末だったこともあり、新年度に向けた教科書をはじめとする教材がすでに到着していたが、すべて使えなくなってしまった。さらには、避難所となった公民館の暗幕は寒さ対策のために手の届く範囲で切り取られたり、町内の学校では、ピアノの鍵盤の上に置いてあるフェルトも切り取って焚き付けに使われ、理科室のアルコールランプも暖を取るために利用された。</p> <p>（2）被害を大きくした要因</p> <p>「きっと、大丈夫だろう」という気持ちによって、強い揺れが長く続いたにもかかわらず、すぐに避難しなかった。「まさか、ここまで来る」とは考えなかったため、建物内に避難したとはいえ、高さ、強度が十分でなかった。「みんなも逃げてないから」を理由に、逃げ遅れてしまった。</p> <p>以下は国土交通省が行った被災住民からのアンケート調査から見えてきた問題点である。津波の常襲地帯でありながら、心の在り方、物の準備、避難行動の在り方、組織体制が十分でなかったことがわかると思う。</p>

津波対応への問題点

1. 防災意識の低下
2. 適切な避難行動の欠如
3. 災害時要援護者への対応
4. 避難場所、避難経路の機能不全
5. 自主防災体制の不徹底
6. 災害時の職員行動手順の未整備
7. 対策本部機能の移設計画の未整備

(3) 学校再開と防災教育

教職員は、自らも被災して避難所で寝起きしながら、安否不明の児童生徒の情報の入手、卒業式などの年度末対応、心のケアの必要な児童生徒や保護者の把握、学校再開に向けて必要な物品の把握や手配に不眠不休で取り組んだ。早く学校を再開してほしいというみんなの思いを受けて、4月20日の学校再開と4月26日の新年度入学式を決めた。その結果、小学校については、被災した4校のうち3校は被災を免れた小学校で、残る1校は隣町にある県の生涯学習施設で再開した。中学校については、1、2年生は被災を免れた中学校で、3年生は町内にある県立高校の空き教室を借りて再開することができた。

今年、小学校の4年生と5年生の一部は震災津波後に生まれた子供たちである。100年後には、直接体験した人は誰もいなくなってしまう。防災教育の重要な要素は「語り継ぐ」ことである。語り継ぐことが次の災害への備えを促し、災害に強い社会を構築することにつながり、少しでも多くの命を救うことになる。そして、語り継いでいくことで、災害に対する地域文化・伝統が形成されるはずだ。私を含め、決して絶やすことのないよう、継続して取り組んでいただきたいと思います。



開催地より

東日本大震災を経験された語り部から、震災時の行政の状況と対応についてや、震災での教訓と今後の展望についてお話を伺った。当市としては、本研修のような災害時の行政機関の実態、状況を知る研修を開催していくとともに、職員の災害に対する意識の強化、職務について再認識できるような訓練・研修を計画していく所存である。

開催地名：兵庫県明石市	
開催日時	令和5年1月17日（火） 14：00 ～ 15：30
開催場所	明石市役所
語り部	茨島 隆 （青森県八戸市）
参加者	明石市総務局総合安全対策室 70名
開催経緯	本市では阪神・淡路大震災以降、大規模な地震が発生しておらず、震災を経験している職員が減少しているため、災害伝承が課題となっている。
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>私は平成21年から25年まで、八戸市で防災対策グループリーダーとして勤務しており、東日本大震災に遭遇した。市役所の職員として自然災害時に活動するには、皆様ご自身とご家族が被災者となつてはならないという大前提がある。人口の1パーセントというのが標準的な市役所職員の割合と考えると、災害時に対応するためには非常に貴重な人材だと認識していただきたい。そしてそのためには、自分の住むエリアの危険因子を把握するとともに、非常時を想定した準備をしておくことが重要であることを認識していただきたい。</p> <p>（2）八戸市の被害状況</p> <p>国内の最大震度は宮城県栗原市の震度7であったが、八戸市の最大震度は5強、そして津波高は6.2メートルだが、実際は10メートルに達していたことが後の調査で判明した。</p> <p>具体的な被害内容については、家屋の被害は2,021棟（うち全壊が254棟）にのぼり、八戸港の物流拠点機能と八戸漁港の生産・流通機能が麻痺し、臨海部立地企業群の生産活動が停止してしまったことによる被害総額は、臨海部の企業群など商工関係が567億円、漁船や魚市場施設など水産関係が168億円となっている。</p> <p>（3）避難所の運営状況</p> <p>市内全部で69か所に避難所を設置し、避難者は9,257人、市が把握している記録では、避難所開設51日間で、延べ1,933人の市職員が派遣されていた。基本的には12時間交代で、朝勤と夜勤で対応していた。職員が不足している状況だったので、女性職員にも夜勤を強いる結果となってしまった。また、避難者総数に対して配布用の毛布が足りず、群馬県伊勢崎市から不足分を補充してもらい、何とか寒さをしのいだ。一方で、避難者は八戸市民よりも、津波で被災した太平洋沿岸部の岩手、宮城の各県民の方が多くなり、中には原発被害も併発した福島県の沿岸部からたどり着いた被災者もいた。（他県からの避難者は372人にのぼった）</p>

避難所生活が落ち着いてくると、他県から物資が続々と送られてきた。非常にありがたい一方で、避難している人たちの支援にならないものも多く含まれていた。避難所の抱える問題の一つにゴミの回収の問題があるが、送られてくる物資がそのままゴミになるケースも多く、避難所の運営サイドにとっては頭を悩ます問題だった。

(4) 命を守るためには

災害時には平常時で考えたマニュアルがうまく機能するとは限らない。現場で現実的にマニュアルによる対応をしようとしても、マニュアル通りに対応できることの方が少ないと感じた。防災に関する人材育成が必要である。

自助とは自分のことは自分で守るということ、共助とは近隣の人たちと協力して、お互いが助け合うということである。公助は公的機関によるものだが、大災害の発生時には、発災後数日間は期待できず、限定的なものになる。従って、避難する時は自主的に、その後の対応は地域ぐるみでご対応いただきたい。

また、幾度も津波の被害を受けてきた三陸地方には、「津波でんでんこ」という防災標語が 1990 年に生まれている。「津波が起きたら、他の人のことは気にせず、それぞれで逃げろ」という意味である。東日本大震災に襲われた岩手県釜石市では、小・中学校に通う子どもたちのほぼ全員が避難し、難を逃れた。人口約 4 万人の市内で 1,000 名を超える死者・行方不明者が出る一方、小・中学生の 99.8%が無事だったという事実は、「釜石の奇跡」として有名だが、「津波でんでんこ」の精神がいかにか小・中学校に浸透していたかの証明であると言える。

最後に、避難することと併せて、避難所と避難経路の確認、非常持ち出し品と備蓄品の準備、家族の安否確認、高齢者を含む社会的弱者の避難及び避難指示については、災害時の対応として非常に重要なポイントであるので、準備が必要である。家庭や職場、自主防災組織単位で、確認と徹底をお願いしたい。



開催地より

市内被害状況及び避難状況について、災害時における市職員としての備え（心構え）についてお話しいただいた。「自治体が機能するために、まず職員自身が被災しないことが大切」との話があり、印象に残った。市民への防災減災の取り組みはもちろんのこと、職員自身やその家族の防災の意識向上にも取り組んでいきたいと思う。

開催地名：兵庫県小野市	
開催日時	令和5年1月17日（火） 14：00 ～ 16：00
開催場所	小野市役所
語り部	佐々木 守 （岩手県釜石市）
参加者	小野市職員 56名
開催経緯	<p>当市では、南海トラフ巨大地震や山崎断層帯地震震災による被害が想定されており、地域防災計画などで職員の対応などを定めている。しかし、当市も被害を受けた阪神淡路大震災から年月が経過し、災害対応した職員の減少や高齢化から災害対応時等の過酷な状況について、職員全体の防災意識の相違が課題となっている。</p>
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>釜石市は岩手県の南東部に立地する三陸復興国立公園の中心地で、リアス式海岸が有名だ。一方では津波常襲地域としても知られており、これまで多くの津波被害を受けてきた歴史がある。東日本大震災発災以前に、30年以内に宮城県沖地震が99パーセント以上の確率で発生すると言われていた。</p> <p>2011年3月11日、三陸沖、深さ24キロメートルを震源とするマグニチュード9.0の地震による津波が、岩手県釜石市を襲った。あまりの津波の威力に世界一の防波堤も決壊して、町にあるものすべてが流されて、綺麗な海岸も無残な姿になってしまった。（釜石市内海岸部はほぼ全滅状態）釜石市全体で888人の方々が亡くなり、間もなくあの震災から12年が経つ現在でも、152人の方々が行方不明となっている。震災前年のチリ地震の際に、やはり大津波警報が発令（3メートルの津波）されたが、結局津波は到達しなかったことから、この震災でも「どうせ津波は来ないだろう」という過信があったことが、このような被害を招いたと考えている。当時釜石市の防災課長だった私の最大の反省点は、これほど大きな揺れを体感して津波が予測されたにもかかわらず、率先して逃げる市民を養成できなかったことに尽きる。</p> <p>（2）行政職員としての対応</p> <p>地震直後に役所内に設置した災害対策本部は津波で壊滅状態になったため、別の場所へ移し、自家発電にて緊急会議を行った。避難所も全く同じ状況で寒々しかった。自主防災計画や地域防災計画を立てていても、実際には何の役にも立たなかった。これは計画になかったことが次々と発生したことによる。例えば、800体も遺体が出て、それを運んで収容・安置し、火葬まで行うような状況を誰も想定していなかったため、非常に苦労した。他にも、救援物資の管理と配布方法、復興住宅への入居や追加設備に関する対応、ボランティアの受け入れ等、次々と対応しなければならない事象が発生し、想定外の問題が山積した。災害時には、予想を超えること、想定していなかったことが連続して発生することを覚悟する必要がある。</p> <p>災害時に求められる自治体の使命は、住民の命を守ることである。住民の命を</p>

守るためには、市職員は絶対に生き抜くことが必要であり、自分の町は自分で守るという気概が求められるが、自治体単独で対応できることは限定される。また、これだけの災害が発生し、市の行政機能が崩壊しても、国や県の支援はしばらくの間は全く期待できない。頼りになったのは姉妹都市や災害応援協定による支援だ。災害応援協定とは、物資の供給、医療救護活動、緊急輸送活動等の各種応急復旧活動について被災自治体をサポートする旨の協定で、多くの自治体と民間事業者や関係機関との間で締結されている。例えば、岩手県遠野市はその立地を活かし、津波被害を受けた沿岸部の後方支援基地として機能し、様々な支援を行ったことは有名であり、釜石市も多大な支援を受けた。

東日本大震災の甚大な被害と、浮き彫りになった行政サイドの多くの課題の中で、「釜石の奇跡」は唯一の明るいニュースだった。釜石市鶴住居地区の鶴住居小学校と釜石東中学校にいた児童・生徒約 570 人は、全員無事に避難することができたのだ。子どもたちは、自らの手で登下校時の避難計画を立て、津波の脅威を学ぶため、年間 5～10 数時間の防災授業を受けるとともに、年に 1 回、鶴住居小学校と釜石東中学校の合同訓練が実施され、「小学生を先導する」、「まず高台に逃げる」という教えも徹底されていた。そして子どもたちは、「想定にとられない」、「状況下において最善をつくす」、「率先避難者になる」という「避難 3 原則」を徹底して身につけていた。

(3) 伝えたいこと

普段からの危機管理能力、判断能力の醸成を意識し、マニュアル人間ではなく、状況への対応能力を鍛えることをお奨めしたい。平時にしっかりとした防災教育を行い、他市町村や消防、民間企業等との広域での連携や災害弱者対応への取り組み等をしっかり行なっていただきたいと切に思う。そして、災害で受けた被害を単なる「経験」にとどめることなく、「歴史」として語りついでいくこと、残していくことが、後世の住民の財産となると考える。



開催地より

職員の危機意識と災害業務について、災害への備えの課題について、ご自身の体験をベースにわかりやすくご説明いただいた。当市としては、市職員の災害対応力を向上させるための防災訓練の実施を目指すとともに、備蓄資機材及び食料等の見直しや自主防災組織の体制作り、初動訓練の促進、市民の非常持出袋や備蓄品に対する呼びかけ強化に取り組んでいく所存である。

開催地名：奈良県桜井市	
開催日時	令和4年11月14日（月） 13：30 ～ 15：00
開催場所	桜井市役所
語り部	佐々木 守 （岩手県釜石市）
参加者	桜井市職員 35名
開催経緯	地震、台風、記録的豪雨など様々な自然災害が日本全国で多発している。特に桜井市内には奈良盆地東縁断層帯が走り、最大震度7の地震が想定されているが、これまで大きな災害を経験したことがなく、災害時にどのような状況に陥るのか、どのような対応が求められるかなど、職員の災害に対する認識、意識が高いとは言えない状況である。そのため、今回東日本大震災の語り部による講演を実施し、職員の防災意識の向上を図ることとしたい。
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>釜石市は岩手県の南東部に立地する三陸復興国立公園の中心地で、リアス式海岸が有名だ。一方では津波常襲地域としても知られており、これまで多くの津波被害を受けてきた歴史がある。東日本大震災発災以前に、30年以内に宮城県沖地震が99パーセント以上の確率で発生すると言われていた。</p> <p>2011年3月11日、三陸沖、深さ24キロメートルを震源とするマグニチュード9.0の地震による津波が、岩手県釜石市を襲った。あまりの津波の威力に世界一の防波堤も決壊して、町にあるものすべてが流されて、綺麗な海岸も無残な姿になってしまった。（釜石市内海岸部はほぼ全滅状態）釜石市全体で888名の死者、152名が行方不明となっている。震災前年のチリ地震の際に、やはり大津波警報が発令（3メートルの津波）されたが、結局津波は到達しなかったことから、この震災でも「どうせ津波は来ないだろう」という過信があったことが、このような被害を招いたと考えている。</p> <p>（2）行政職員として</p> <p>地震直後に役所内に設置した災害対策本部は津波で壊滅状態になったため、別の場所へ移し、自家発電にて緊急会議を行った。避難所も全く同じ状況で寒々しかった。自主防災計画や地域防災計画を立てても実際には何の役にも立たなかった。これは計画になかったことが次々と発生したことによる。例えば、800体も遺体が出て、それを運んで収容・安置し、火葬まで行うような状況を誰も想定していなかったため、非常に苦労した。他にも、救援物資が到着するのは有難いことだが、それを効率よく、公平に分配するのに想像以上の労力が必要になるなど、想定外の問題が山積した。災害時には、予想を超えること、想定していなかったことが連続して発生することを覚悟する必要がある。</p> <p>災害時に求められる自治体の使命は、住民の命を守ることである。絶対に死者を出さないという強い意識と、自分の町は自分で守るという気概が求められるが、自治体職員も一定数の被害を受け、全員が継続して災害対応にあたること</p>

難しい以上、そのあたりも考慮に入れた事前準備を検討しておく必要がある。

東日本大震災の甚大な被害と、浮き彫りになった行政サイドの多くの課題の中で、「釜石の奇跡」は唯一の明るいニュースだった。釜石市鶴住居地区の鶴住居小学校と釜石東中学校にいた児童・生徒約 570 人は、全員無事に避難することができたのだ。子どもたちは、自らの手で登下校時の避難計画を立て、津波の脅威を学ぶため、年間 5～10 数時間の防災授業を受けるとともに、年に 1 回、鶴住居小学校と釜石東中学校の合同訓練が実施され、「小学生を先導する」、「まず高台に逃げる」という教えも徹底されていた。そして子どもたちは、「想定にとられない」、「状況下において最善をつくす」、「率先避難者になる」という「避難 3 原則」を徹底して身につけていた。

これだけの災害が発生し、市の行政機能が崩壊しても、国や県の支援はしばらくの間は全く期待できない。頼りになったのは姉妹都市や災害応援協定による支援だ。災害応援協定とは、物資の供給、医療救護活動、緊急輸送活動等の各種応急復旧活動について被災自治体をサポートする旨の協定で、多くの自治体と民間事業者や関係機関との間で締結されている。民間事業者は、自治体にはない専門的な技術や知識、資機材などを有していることから、様々な分野の民間事業者と協定を締結することで、広域的確な応急復旧活動が期待できる。

(3) 私が伝えたいこと

普段からの危機管理能力、判断能力の醸成を意識し、マニュアル人間ではなく、状況への対応能力を鍛えることをお奨めしたい。平時にしっかりとした防災教育を行い、他市町村や消防、民間企業等との広域での連携や災害弱者対応への取り組み等をしっかり行なっていたいただきたいと切に思う。そして、災害で受けた被害を単なる「経験」ととどめることなく、「歴史」として語りついでいくこと、残していくことが、後世の住民の財産となると考える。



開催地より

後世に災害の課題や教訓を語り継ぐ観点から、発災後の記録の重要性について知る機会となった。また、本日の講演から学んだ内容をできることから少しずつでも実践していくことで、災害時にどのような状況に陥るのか、どのような対応が求められるのかなど、職員の災害に対する認識及び意識の更なる向上を図っていきたいと思う。

開催地名：和歌山県串本町	
開催日時	令和5年1月24日（火） 18：00 ～ 19：30
開催場所	串本町役場
語り部	武蔵野 美和 （岩手県陸前高田市）
参加者	自主防災会、防災士 52名
開催経緯	<p>串本町は南海トラフ巨大地震において、最短3分で最大で17メートルの津波が押し寄せると言われているが、中心街が低地に広がっていて多くの住民が津波浸水想定区域内に住んでおり、高齢者からは避難を諦めてしまう声も聞こえてきている。また、串本町は実際に大地震で被災した経験がなく、いずれ必ず起こると言われている大地震に対するイメージもなかなか湧いていない状況である。こうした状況下で本講演を開催することで、災害に対する意識を高め、地域の防災力を向上させる一助としたい。</p>
内容	<p>（1）震災発生時の陸前高田市について</p> <p>私が住んでいるのは、岩手県陸前高田市という、人口約1万8,000人ほどの小さな市である。東日本大震災の前には、約2万4,000人の住民が暮らしていた。岩手県でありながら、伊達藩（宮城県）の文化を併せ持った文化を持つ特徴がある。岩手県の南部にあるので比較的温暖な地域で、陸前高田市の象徴とも言える白砂青松の高田松原は、市民はもとより県内外の来訪者からも愛される場所だった。海岸沿いに面した部分が少なく、市の中心に大きな川が通っており、かつて川から中州が生まれ、そうしてできた平野に人が住み始めたことで栄えた歴史があり、震災時は川の近くに市役所や図書館、学校といった主要な建物や住宅が集中していた。そして、残念ながら災害防止に繋がる対策は講じられていなかった。</p> <p>（2）東日本大震災時の状況</p> <p>2011年3月11日の午後、マグニチュード9.0の大きな地震が発生した。陸前高田市の震度は6弱で、立っていることができないまま約160秒揺れ続けた長い地震だった。地震そのものより、しばらくしてからやってきた津波による被害が大きく、202人の行方不明者を含む1,757人が犠牲となった。東日本大震災の死者の95パーセントが津波による溺死だと言われている。津波は、1896年（明治29年）、1933年（昭和8年）の三陸地震津波、1960年（昭和35年）のチリ地震津波を凌ぐ大きなもので、甚大な被害をもたらした。津波の恐ろしさは、いろいろなものを破壊しながら、水が塊で襲ってくる場所だ。地震発生から40分ほど経った頃、気仙川を火事のような煙と砂埃を上げながら津波が遡り、市役所や消防署などの公共施設は全壊した。</p> <p>津波を予測して真っ先に高台や建物の屋上へ逃げた者は難を逃れたが、多くの市民が津波に遭遇し、巻き込まれて犠牲になった。子どもたちは学校で避難して無事でも、家にいた家族が津波に巻き込まれてしまったケースも多く、岩手県全体で94人、陸前高田市だけで32人の震災孤児も発生した。この経験を通して、私はひとりひとりが「災害が起きたらどう動くか」ということを常に考える</p>

意識が大切だと強く感じた。住んでいる場所や、置かれている状況を見て、どう避難するのが安全なのか、一人一人自分で考えることが大切である。また自宅が安全である場合には、備蓄を十分に準備することで避難は不要になる。ハンデのある人や意思の疎通が難しい人に、どのように避難経路や危険を伝えるか想定してみる。人によって最適な避難方法・できることは違うのだから、「自分はこうやる」という心意気が、災害発生時の安全な避難に備えることにつながるということを意識していただきたい。

(3) 災害に対する心構え

自分の命を奪ってしまうもの、自分や家族の笑顔を奪ってしまうもの、自分の大事なものを奪ってしまうもの、そのすべてが災害である。命や生活を脅かすものすべてを災害ととらえ、そして、これらの災害を防ぐことが「防災」だと意識してほしい。自分の大事なモノをなくさないように大切にすることも防災だと言える。

そして、例えばハザードマップは安全を担保するものではなく、あくまでも災害時の目安となる資料に過ぎない。児童・生徒が安全に通行できる場所はどこか、どのくらいの雨でここが冠水するか等々、生活に根付いた事象をしっかりと地域で共有していくことが重要になってくる。

近年は地震や台風などの自然災害が増えてきていることから、非常時持ち出し袋を準備するなどして、1次防災や2次防災の備えをしている人は多いかと思うが、0時防災として、自分にとって大事なものを常に持ち歩くことが推奨されている。自宅でも好きなものをストックして、消費したら補充しておく。使いまわし、循環が備蓄につながる。

防災講話で一度だけ知識を学んでも、忘れてしまうことがほとんどである。日頃から好きなお菓子を持ち歩いたり、新聞で皿を作ったりなど、生活の知恵そのものが防災につながるので、これらを『生活者の視点の防災』と呼んで大事にしてほしい。日頃から「万が一」を考え、自分にとって必要なものについては自分で備えることが、自分の命を守ることに繋がる。



開催地より

経験者による具体的なお話しを聞くことで、災害の具体的なイメージをつかむことができたと思う。今日のお話しを受けて当市では、自主防災組織の運営に係る支援と、自主防災会や防災士の活動を後押しする講演会やイベント開催などの活動を積極的に推進していく所存である。

開催地名：和歌山県橋本市	
開催日時	令和5年2月26日（日） 13：15 ～ 14：45
開催場所	橋本市サカイキャニング産業文化会館
語り部	菅野 澄枝 （宮城県仙台市）
参加者	自主防災組織、橋本市危機管理室、聴覚障害者団体等 約300名
開催経緯	<p>当市では、南海トラフ巨大地震及び中央構造線断層帯地震による被害を想定しており、地域ごとのハザードマップの作成や地域防災計画等を策定している。各地域の自主防災組織の重要性、自助・共助の考え方の重要性などの普及啓発が課題となっている。</p>
内容	<p>（１）はじめに</p> <p>私が住んでいる仙台市宮城野区の岩切地区は、沿岸部から内陸に向けて10キロほど入った地点にあるため、直接の津波被害はなかった。しかし、近隣にある七北田川からの津波の逆流や、沿岸部の住民の避難所での受け入れもあり、指定避難所は避難民であふれた。また、地盤の関係で仙台市内でも宮城野区は最大震度を記録し、私の自宅を含めて全壊や半壊の世帯も多く出た。宮城野区内での被害状況は、死者904人、行方不明27人、全壊世帯30,034世帯、大規模半壊27,016世帯、半壊82,593世帯となっている。</p> <p>東日本大震災の犠牲者の方々の死因は、津波による溺死が圧倒的に多い。阪神・淡路大震災の際は、家屋の倒壊や家具などの転倒による圧迫死がほとんどだったことを考えると、地震の揺れに対する対策はできていたと言える。それは、44年前に発生し、28名の死者を出した宮城県沖地震以降、宮城県では大きな地震に対する意識が常にあったことによる。いつ起こるかわからない地震に対する備えの意識が、県民の間で一定程度浸透していたのだ。</p> <p>（２）仙台市防災リーダー（SBL）</p> <p>東日本大震災が起こるおよそ9か月前の平成22年6月に、仙台市宮城野区の総合防災訓練で「岩切・女性たちの防災宣言」が発表された。当時の女性区長が「日中に大地震が発生したら、家にいるのは女性が多い。女性の視点で防災対策を進める意義は大きい。」と提案したのがきっかけだった。宣言は、仕事で夫や父親が家にいない状況での心の備えを促す言葉で構成され、「私たちは、ここ岩切でみんなが安心して暮らすために、自分たちでできることを考え行動します。大切な人の命を守るために。この地域で育つ子供たちのために。」と結ばれている。翌年に東日本大震災が発生し、大勢の被災者が避難を余儀なくされた非常事態の中で、防災宣言を作ったメンバーは自然と行動を起こした。そこから、SBL（仙台市防災リーダー）という動きも始まった。家庭、地域で協力し助け合い、自主防災活動を推進するために、防災に関する知識と技術を持つ市民を養成しようとするねらいであった。どのような人がSBLになるのかというと、連合町内会の推薦を受けた人か一般公募によるもので、2日間の養成講座の受講が必要である。運用上、町内会の防災担当者（中高年男性）が多いのが特徴だ。</p>

防災は、自分一人で取り組むものではない。みんなが自分の問題と思い、力を合わせて取り組むことで大きな力となる。SBLは仙台市特有の地域防災の動きである。SBLの養成は仙台市が行っているが、実際の活動は町内会が主体であり、町内会を支援する組織である。各町内会連合会ごとに5人の配置を目指しており、現在は合計774人のSBLが活躍中で、そのうち、女性は189人にとどまっているため、今後の女性の積極的な参加が期待されている。

平常時の活動としては、地域の実情に応じた実践的な防災訓練等の企画・運営や地域住民に対する情報提供、啓発活動、指定避難所の運営に関する学校をはじめとした関係団体との協議・連携、災害時要援護者の支援体制の整備などが挙げられる。顔の見える関係づくりと、災害に対する備えの推進である。そして発災時には、避難誘導、災害時要援護者の支援、避難所の開設・運営、避難者の支援などが役割となる。平常時の活動が発災時の活動のためのベースとなるため、自主防災組織と協力し、その構成メンバーとして平常時からの顔の見える関係作りが重要である。SBLは実働部隊という側面はもとより、地域住民に防災活動を啓蒙していくことも重要な任務であると考えている。

(3) 地域防災とは

お互いのことを思い合える状況があつてこそ、自分で頑張る力が出てくる。地域というのは、そういった思いの積み重ねではないかと強く思う。そして、無理なく、楽しく、末永く活動を継続していくことが重要である。一人では難しいことも、仲間と一緒に協力してあたれば、もう一步上のステージに進んでいくことができる。そして、仲良しグループで無難に事を進めるのではなく、多様な意見を聞き、参考にすることで、よりよいアイデアや方法を見つけていくことも必要である。無いものを欲しがらず、あるもので対応していくことも必要だ。そして、私の町だから当たり前が私が守る、私だけではできないから、みんなの力を集めて守っていくというスタンスで、是非皆さんの地域での防災活動を推進していただきたいと思う。



開催地より

東日本大震災の体験談を交えながら、女性視点の避難所運営についてや、仙台市地域防災リーダー（SBL）としての活動についてお話しいただいた。今日の講演を受けて当市では、自主防災活動における女性の参画と自助・共助の重要性の周知について、取り組みを強化していきたい。

開催地名：和歌山県御坊市	
開催日時	令和4年11月6日（日） 13：30 ～ 15：00
開催場所	御坊市民文化会館
語り部	菅原 康雄 （宮城県仙台市）
参加者	市内自主防災組織、市職員 120名
開催経緯	<p>当市では南海トラフ地震による被害が想定されており、平成25年に和歌山県より示された津波浸水想定を基に、津波ハザードマップ及び地域の津波避難計画等を作成している。また、地域の防災力向上を目的に、昨年7月に市内の自主防災組織を会員とした「御坊市自主防災組織連絡協議会」を設立したところである。しかし、正直なところ、地域での防災活動や行政側からの啓発にも限りがあると感ずるところであり、併せて大規模災害に対する知見の欠如等も見られることから、今後取り組むべき防災活動についての検討が急がれている。</p>
内容	<p>（1）福住町町内会の取り組み</p> <p>福住町町内会は仙台市宮城野区の中央に位置し、428世帯1,162人からなる。福住町の防災・減災に対する取組は、住民全員参加による災害応急対策の訓練と災害時の復旧、復興の支援である。平成15年に自主管理マニュアルを作成、その後2か月で全住民の名簿を完成させ、防火・防災訓練を強化した。この取組は平成16年、19年と続いた新潟県中越地震、中越沖地震、さらには20年の岩手宮城内陸地震に生かされ、複数回に渡って物資・義援金等の支援に繋がった。</p> <p>我々は、自分の身は自身で守るというスタンスを基本として活動している。具体的には、実際の被害を想定した「訓練」と、地域での「協体制の整備」の2本柱で取り組んでいる。特に「協体制の整備」については、日頃の挨拶にはじまり、顔見知りになっていくことから始めている。そうすることによって、色々な町内会が相互に協力してくれるようになってきたと言える。そして、続いて紹介したいのが「名簿作り」である。この名簿こそが我々福住町の徹底した防災対策の根幹をなすものとなっている。名簿の中に落とし込むのは住所、氏名、電話番号、勤務先、緊急連絡先、動物（ペット）の有無といった項目で、これを毎年1度行う防災訓練の前に更新している。もちろん町内の全員が賛同してくれる訳ではないので、「個人情報保護法」を遵守しつつ作成をしている。それでも町内の約8割は賛同してくれるので、大災害時の安否確認の時には非常に役立った。従って、「プライバシーの侵害」のデメリットに目を向けるよりも、多くの賛同者を含んだ名簿の作成というのは非常に重要であり、有益なことだと考えている。</p> <p>もう一つの柱である「訓練」については、お祭りの中に組み込む等の工夫をして、参加しやすい環境を作る必要がある。通常の「防災訓練」だと、一般の方々の参加はあまり見込めない。そうすると、行政職員や消防関係者の方々だけの緊張感のない、形式的な「防災訓練」となってしまう、あまり効果を見込めないも</p>

のとなる。「防災訓練」を地域のお祭りやイベントなどと一緒に実施することによって、お年寄りから幼児まで幅広い層の参加者が見込め、ひいては、地域全体で「協力体制」を取れるようなシステム作りにつながって行くようになる。(先程挙げた「名簿作り」への協力体制が築きやすくなるという一面も合わせ持つ)

(2) 発災時に感じたこと

毎年厳しく繰り返される防火・防災訓練による効果は、東日本大震災直後の行動に顕著に表れて、発災後 30 分で重要支援者の安否確認を完了し、集会所への避難住民誘導、仮設トイレ・瓦礫置き場、ガス・水道のライフライン等を設置させた。避難所設営では、空気の読める顔見知りの人が中心となり、運営面では女性のリーダーが必要だ。福住町町内会では、執行部役員 41 人中 23 人が女性である。

事前に災害時相互協力協定を締結していた全国 4 団体 (現在 14 団体) から届けられた支援物資は、順次津波で打撃を受けた遠方の 109 箇所に送り届け、支援させていただいた。近々の新型感染症の予防対策については、周知されている予防の他に、福住町では在宅避難を奨励している。

(3) 今後の課題と心構え

顧みて思うことは、災害発生直後に急を要することと一段落した後では、支援の有り様が変わるのは当然であるということだ。一段落した後の支援として、過去の被災地ではメンタルヘルスケアとして動物ふれあいの場を設けて実践したり、綿あめ機やジャイアントパンダのはく製を持参して子どもたちに喜んでもらった。この町から一人の犠牲者も出さない、全員が結束すれば、どこよりも隣人に優しい住みよい町になることを請い、皆様の参考になれば嬉しい。

最後に是非実践していただきたい言葉をお伝えしたい。「止むことのない災害に強い危機管理意識を持って、自分が助かるすべを真摯に検証し、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

ご自身の体験談を交えながらわかりやすくお話をしていただき、本日参加した自主防災組織の方々には、防災について再認識してもらったいい機会になったと思う。今後当市としては、各自主防災組織の防災意識、防災力向上を目指すとともに、犠牲者をゼロにするため、自助及び共助の意識強化の取組みを進めていきたいと思う。

開催地名：和歌山県紀の川市	
開催日時	令和4年9月1日（木） 13：30 ～ 15：00
開催場所	紀の川市役所
語り部	伊藤 正治 （岩手県大槌町）
参加者	紀の川市立小中学校校長または教頭・教育総務課職員・危機管理課職員 30名
開催経緯	<p>災害時には小・中学校教職員として、児童・生徒を守るための行動は本能的にとれるが、避難所として訪れる地域住民の対応や施設の管理・運営については、ある程度の想像と認識はあるものの、実際の災害発生時に、施設管理者側（学校）として協力を求められるものが、どのような内容なのか認識が薄く、対応に右往左往することが想定される。今回の語り部講演では、避難所施設管理者（教職員等）としての実体験、実際に避難所となった際、考えておくべき対応についてお話いただければと考えている。</p>
内容	<p>（１）はじめに</p> <p>大槌町はリアス式である三陸海岸のほぼ中央に位置し、古くから豊かな海の資源に恵まれ、それを各時代でうまく活用してきた歴史がある。</p> <p>平成23年3月11日の午後2時46分に発生した地震により、大槌町では津波が発生し、死者822人、行方不明者413人、関連死51人の合計1,286人の犠牲者がでた。これは人口の8%に達するもので、海に向かって拓けていった町であるため、津波には弱い構造だったことが要因と言える。また、平地は町の面積の2%に過ぎないが、そこに町の人口の8割の人々が住んでいたことも被害を大きくした要因であった。浸水面積は住宅地で52%に及び、町の機能が消滅してしまった。</p> <p>町の職員についても、臨時職員を含む136人のうち40人が犠牲となり、町内の小中学校7校のうち、5校が震災で使用できなくなった。年度末だったこともあり、新年度に向けた教科書をはじめとする教材がすでに到着していたが、すべて使えなくなってしまった。さらには、避難所となった公民館の暗幕は寒さ対策のために手の届く範囲で切り取られたり、町内の学校では、ピアノの鍵盤の上に置いてあるフェルトも切り取って焚き付けに使われ、理科室のアルコールランプも暖を取るために利用された。</p> <p>（２）発災当日からの対応</p> <p>個人宅の避難所を含めると、約100箇所の避難所に約6,000人の町民が避難した。避難所での避難生活は最長で8月11日まで続いた。</p> <p>当面は、災害対策本部の業務に当たる職員を除いた職員90人ほどを3班編制として対応した。災害対策本部では毎日6時と18時に関係機関調整会議を開き、情報の共有に努めた。その他食料物資班、避難所対応班、遺体収容班を設置</p>

して業務を進めたが、救助活動や物資の移動のための道路の確保が進み、新たなニーズへの対応や改善が必要となってきたことから、これらに加えて新たに救護班、清掃班、工務班及び水道班を設置した。また、本部機能の充実や遺体火葬に係る証明書の発行等、本来業務の遂行のため避難所に配置していた職員を引き上げ、避難所運営についても改善を図るよう協議・指導を行った。

(3) 学校再開と防災教育

教職員は、自らも被災して避難所で寝起きしながら、安否不明の児童生徒の情報の入手、卒業式などの年度末対応、心のケアの必要な児童生徒や保護者の把握、学校再開に向けて必要な物品の把握や手配に不眠不休で取り組んだ。早く学校を再開してほしいというみんなの思いを受けて、4月20日の学校再開と4月26日の新年度入学式を決めた。その結果、小学校については、被災した4校のうち3校は被災を免れた小学校で、残る1校は隣町にある県の生涯学習施設で再開した。中学校については、1、2年生は被災を免れた中学校で、3年生は町内にある県立高校の空き教室を借りて再開することができた。

今年、小学校の4年生と5年生の一部は震災津波後に生まれた子供たちである。100年後には直接体験した人は誰もいなくなってしまう。防災教育の重要な要素は「語り継ぐ」ことである。語り継ぐことが次の災害への備えを促し、災害に強い社会を構築することにつながり、少しでも多くの命を救うことになる。そして、語り継いでいくことで、災害に対する地域文化・伝統が形成されるはずだ。私を含め、決して絶やすことのないよう、継続して取り組んでいただきたいと思う。



開催地より

東日本大震災を経験された語り部から、避難所施設管理者（教職員等）としての実体験、実際に避難所となった際考えておくべき対応について、お話いただいた。今日のお話しを受けて、今後は各校の危機管理意識の向上、児童生徒の安全を守るための各校での備えについての検討、防災・減災教育と防災研修の実施に取り組んでいきたいと思う。

開催地名：和歌山県和歌山市	
開催日時	令和5年1月15日（日） 13：30 ～ 15：20
開催場所	和歌山城ホール
語り部	瀬戸 元 （岩手県釜石市）
参加者	市民、自主防災組織 66名
開催経緯	本市では、南海トラフ地震の影響を大きく受ける地域に位置しており、広範囲に及ぶ津波の被害が想定されている。そのような状況の中、東日本大震災から年月が経過し、津波に対する意識が低下してきている。
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>過去の失敗から反省すべきことや改善すべきことを語り継いでいくことは、未来の命を守るためにはとても重要である。そしてその使命は私たち、そして皆さんが担っているということ、まずは認識していただきたいと思う。</p> <p>（2）災害時の心得</p> <p>岩手県釜石市両石町はリアス海岸のため、高い津波の常襲地である。江戸末期から今回の東日本大震災までの約160年の間に、4回の津波によって町が壊滅しているが、それでも先祖は町を復興してきた。そして2011年、東日本大震災の津波によって、釜石市北部の私の住む地域では、230世帯中高台の8軒のみしか残らないという壊滅的な被害を受けた。震災前には680人いた人口は、現在は120世帯、300人弱となっている。釜石市全体でも、震災前は約4万人いた人口が、現在は3万人弱にとどまっている。</p> <p>災害のとき一番大事なのは、まず自分の命、次に家族の命である。自主防災組織は、避難しろという声掛けだけで良い。住民を助けに行っても自分が犠牲になることもありうる。もし間に合わないときには、見捨てるしかない。消防団、警察、福祉関係者、介護者には、他人を見捨てることができなくて、一緒に亡くなった方、巻き添えになった方が少なくない。限られた時間までは手を差し伸べるが、それ以降は逃げなければならないという、その地域の避難についての規則が周知されているべきだった。私の地域では、15分たったら一斉に逃げる15分ルールというものが決まっている。消防団や警察にも、皆家族があるからだ。</p> <p>子どもたちに「避難」という防災能力を植えつけるべきである。防災教育を終えた子どもたちが大人になったとき、皆同じような考えを持って、「逃げよう」と言ったら逃げるようになる。実際に釜石市の子どもたちは「100回逃げて、100回津波が来なくても、101回目も逃げよう」という新しい教訓を生んだ。避難するときには、他人に注意を喚起する言葉を発しなくてはならない。そして避難したら、安全が確認されるまで絶対に戻ってはならない。私にとって、震災のとき統率や安否確認に役立ったのは、強く大きく声が出るハンドマイクだった。私が防災指導をしている釜石東中学校の生徒たちが、住人が家屋から避難済みかど</p>

うかを示すための安否札を作り、震災の前年に避難弱者の家に配っていたことも震災時には役立った。

(3) 避難所運営に関すること

避難時、何が一番困ったかというところとトイレの問題である。トイレの環境が整っていないと、寒さが増すとともに体力も落ちてくる。特に年配者は、腰が痛んで和式トイレが使えないので、ビールケースの底を四角く切り、仮設トイレの便器にそれを被せて使ってもらった。震災後、私は町内会長としてトイレトーパーを備蓄した。600人が3日間使用することを考え、必要な数量を購入した。

次に困ったのは暖房である。東日本大震災の教訓を活かし、震災後は暖房器具等を備蓄した。災害時に何が起こるかイメージして事前に準備しておくことは非常に大切である。例えば、水にぬれた体をふくだけでなく、首に巻いて寒さをしのいだりすることもできるタオルは、災害時には非常に役に立つ。避難する際には必ず数本を持参していただきたい。

(4) 最後に

私は防災力とは、意識力であり、イメージ力であり、そして備える力であると思っている。まず意識力とはなにか。意識力とは災害と向き合う姿勢、心構えである。イメージ力とは災害を想定した対策のことである。それから備える力とは、日頃の防災活動のことで、避難訓練や避難弱者の救護を含んだ自助共助のことである。詳しく申し上げれば、災害を意識するという事は、災害と向き合う姿勢、いわゆる危機管理意識のことである。その意識とは災害の予兆にもつながるはずだ。常に災害と向き合う姿勢を持つこと、そして災害を想定した対策を講じ、避難訓練や備蓄品を準備することが我々には必要である。



開催地より

東日本大震災の体験談をベースに、津波の恐ろしさ、災害時の心得や避難所運営についてお話しいただいた。当市としては本講演をふまえ、自主防災組織の育成、強化と推進していくとともに、避難所運営方法の普及、啓発に取り組んでいく所存である。

開催地名：岡山県瀬戸内市	
開催日時	令和5年1月21日（土） 10：00 ～ 12：00
開催場所	ゆめトピア長船
語り部	菊池 健一 （宮城県仙台市）
参加者	地域住民 55名
開催経緯	<p>当市では自主防災組織の結成を推進しており、全体の75.2%の自治会が結成しているが、実効性のある「共助」の仕組みづくりを行っている自主防災組織は限られている。また、地域への出前講座や市独自の研修を行い、住民の防災意識の向上に努めているものの、「自助」の意識はまだまだ低く、行政任せになっている地域もみられる。そこで今回市民を対象とした防災講話を実施し、防災について具体的なイメージを持ってもらい、課題を認識してもらうこととする。</p>
内容	<p>（１）はじめに</p> <p>東北地方は非常に地震が多い地域であり、特に宮城県など太平洋沿岸地域については、過去に幾度となく地震や津波の被害を受けてきた。1896年（明治29年）にマグニチュード8.5の明治三陸地震、1933年（昭和8年）にマグニチュード8.1の昭和三陸地震、1978年（昭和53年）に宮城県沖地震、2003年（平成15年）に宮城北部連続地震、2005年（平成17年）に宮城県沖地震を記録している。1978年の宮城県沖地震では、死者28人（ブロック塀などの下敷きとなった子ども18人を含む）という被害が生じた。</p> <p>この地震は、当時の人口50万人以上の都市が初めて経験した都市型地震の典型と言われ、この地震を契機に、仙台市では自主防災組織を各町内会に設置する動きが起こり、1995年の阪神・淡路大震災以後、この動きは加速した。私が住む地域でも町内会による避難訓練を実施するとともに、学校と共同での避難訓練や津波避難訓練も実施してきたが、避難所の運営についての訓練は東日本大震災以前に実施したことがなかった。</p> <p>（２）東日本大震災時の状況について</p> <p>地震発生時、私の自宅がある七郷地域は震度7の烈震で、4～5分ほどすごい揺れが続いた。仙台市では11.5メートルの津波の被害を受け、海岸から3キロ以上内陸まで浸水した。町内会では大規模災害に備えて、毎年避難訓練を行っていたが、東日本大震災では、ほとんど役に立たなかった。激しい揺れに動揺する中、道路は寸断され、携帯電話、固定電話ともつながらないため、火の始末、出口の確保、家族への連絡、周りの人の安否確認等、身を守るすべてのことができなかったからだ。</p> <p>避難所への避難についても、速やかに移動できない人たちが目立った。貴重品を探していたり、貴重品を置いていくことに抵抗を感じて避難を拒んだりする方もいた。人命第一（余震が続き、津波の可能性大、いち早い避難が必要）であること、電気・水道・ガス等のライフラインが止まっている中での高齢者のひとり暮らしは難しいこと、避難を支援する住民の二次災害を避ける目的から、毅</p>

然とした態度で避難を求めることが必要である。

避難所の運営についても、スタート時点からうまく機能はしなかった。運営を阻害したものとしては、情報の不足、燃料の不足、通信手段の不足の3つがあげられる。また、1つの避難所に、8つの町内会が集まっており、町内会ごとでは避難訓練を行っていたが、合同では実施していなかったため連携がうまくいかず、運営に支障が出た。地震4日目まで物資が届かなかったことも不安をあおった。対策として、町内会長を中心とし、町内会ごとにまとまってコミュニティ最優先の運営を進めた結果、人員の掌握及び情報・伝達等の迅速化に効果があったとともに、避難者個々の不安の軽減につながった。

(3) 避難所の状況と、避難生活から得た教訓

長い避難生活を考え、町内会の主要な役員を核とした組織編成を行ったが、組織に対する不満、顔見知り同士の派閥、プライバシーのない集団生活でのストレス、ペット問題、ボランティア団体の過度な訪問など、避難所生活では対処すべき課題が絶えなかった。原因の1つとして、津波避難と防災訓練は行ってきたが、「避難所運営訓練」を全く行っていなかったことがあげられる。今後の防災対策では、行政、町内会、民生委員等との連携の強化（指揮系統を通じた行政と地域との情報の共有）、地域、行政、学校との積極的な訓練の実施（早朝・夜間の実施・避難所運営訓練など）の実施を是非検討していただきたい。

また、避難所での最低限の安心・安全の確保と、災害リスクの高い方（高齢者や障害をお持ちの方、乳幼児をお持ちの家庭）の生活上の配慮などを考慮するとともに、東日本大震災時の避難所では女性への配慮に欠けた事例が多く見られたことから、女性の視点から意見を言える女性防災リーダーの養成と、話し合いの場への女性の積極的な参加を進めていただきたいと思う。

地震や自然災害を食い止めることはできないが、被害を最小限にとどめることは可能である。そのためにも日頃からの訓練と、隣近所をベースとしたコミュニティづくりを大切にして、「近助」の力を育んでいただきたいと思う。



開催地より

「避難所運営の実態『自助・共助（近助）の力』」というテーマで、非常にわかりやすくご説明いただいた。本日聴講した市民の方々も、具体的なイメージを持つことができたと思う。当市では今日の講演をふまえ女性の防災リーダー育成を進めていくとともに、大規模災害時の避難所運営を想定し、学区等での防災の取り組みを進めたい。

開催地名：岡山県倉敷市	
開催日時	令和4年10月18日（火） 13:20 ～ 14:50
開催場所	倉敷市立黒崎中学校
語り部	石川 弘子 （福島県いわき市）
参加者	黒崎中学校生徒・保護者・職員 50名
開催経緯	<p>当市では真備町の水害が4年前に起き、災害の恐ろしさを目の当たりにしてきた。また、本校周辺は土砂災害警戒区域に入っており、海岸沿いのため津波の危険性もあるため、日頃から防災意識を高く持つ必要があると考えている。さらに、地域住民は高齢者が多く、低年齢層が少ないため、災害発生時には、低年齢層が大きな役割を担うことになる。その意識付けも必要であることから、昨年からは、防災に関する講演会や授業を実施するとともに、「防災の日」を設定するなどして啓蒙活動を推進している。</p>
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>まず初めに皆さんにお伝えしたいことは、命は自分のものであり、自分で守らないといけないということだ。家族も、友達も、それぞれが自分の命を守るために避難しなければならない。しかし、一見簡単そうなこのことが、想定外の地震が起これると、なかなかうまくいかないものである。</p> <p>また、皆さんに考えてもらいたいことは、将来ここ倉敷で地震が発生したときに、どのように避難するのか、そして避難したときどのように行動するのかということだ。地震は近い将来発生するかもしれないし、数十年先のこともかもしれない。日中に起きるかもしれないし、夜中に発生するかもしれない。さらに言えば、地震は想定外の大きさのものかもしれないし、想定未満のものかもしれない。いずれにしても、皆さんにお願いしたいのは、決して先送りせず、日常的に意識して備えを進めることだ。今日は私が体験したことを皆さんにお話ししたいと思う。</p> <p>（2）東日本大震災の被害状況</p> <p>2011年3月11日の午後に発生した地震は、これまで経験した地震の中で最も大きなものだった。壁に掛けてあったものがすべて落ち、食器棚から食器も落ちてきた。揺れが収まり、外に出てみると、いろんなものが倒れていた。テレビでは、3メートルの津波が来る恐れがあると言っていた。私は家の近所を回り、地震の被害状況を写真撮影していた。津波は来ないだろうと油断していたのだ。しかし、7.5メートルの津波が、地震の40分後にやってきた。近所のお年寄りが何人か巻き込まれるのを目撃した。また、その後堤防沿いを歩いているときに、津波が川をさかのぼってきて、川の対岸にいる大勢の人たちが津波に巻き込まれていくのが見えた。私の町では、関連死を含めて69人の命が犠牲となった。もっと早く避難しておけばよかったと、今でも後悔をしている人が大勢いる。</p>

私の住む町は、福島第一原発からギリギリで30キロ圏内に入るため、すぐに避難を求められた。スパリゾートハワイアンズの近隣にある小・中学校の体育館が避難所となり、バスで移動した。長い人は2か月以上も避難所で避難生活を送ったのだが、避難生活で一番大変だったのはトイレである。食べることは、食事の間隔が多少開いても我慢できるが、生理現象は我慢することができない。また、トイレに行くことを避けるために水分を取るのを控えたりすることで、体調を壊してしまう。避難所だった体育館に収容できたのは約500名で、入りきれない人たちは、校庭や、学校へ向かう道路に車を停めて車中泊でしのいだ。

(3) 地震が起きたら

揺れが来たら、まずは上から落ちてくる物から身を守る必要がある。机の下などにうずくまるのが正解だ。スーパーマーケット等で地震に遭遇した場合は、かごを頭にかぶってうずくまり、揺れが収まるのを待つべきだ。外に出るのは揺れが収まってからである。そして火災が発生した場合は、119番や避難と併せて、周囲の人たちに火事だということを伝達することが重要である。

南海トラフ地震は、概ね100～150年間隔で繰り返し発生しており、前回の南海トラフ地震（昭和東南海地震（1944年）及び昭和南海地震（1946年））が発生してから70年以上が経過した現在では、次の南海トラフ地震発生への切迫性が高まってきている。必ず発生するものと想定して、備えることが重要である。そして、どこにどうやって避難するのか、家族でしっかり話をしておくことが大切だ。平時の毎日の積み重ねが、皆さん一人一人の命を守ることにつながる。是非実行してほしい。



開催地より

東日本大震災を経験された語り部から、映像を使って津波の怖さや避難所生活について、ご説明いただいた。改めて災害に対するイメージを強く認識することができたと思う。また、災害時を想定してバケツリレーについてもご指導いただき、防災意識を高めることができたと思う。より早く避難することを常に意識していくとともに、津波対策の避難訓練を強化していきたい。

開催地名：広島県大竹市	
開催日時	令和4年11月20日（日） 13:30 ～ 15:00
開催場所	大竹市役所
語り部	草 貴子 （宮城県仙台市）
参加者	大竹市地域防災リーダー 31名
開催経緯	<p>当市の防災における共助活動は、土砂災害や洪水災害に対する減災を最優先事項に位置づけており、相応の対処力が向上しつつある。</p> <p>一方で当市は、昭和26年のルース台風以来、大規模災害に遭遇することなく約70年以上の年月を過ごして来たため、大災害や長期の避難所運営の経験がない。このため災害に対して、正常化バイアスが発生しやすいという弱点を抱えている。また、大きな地震や津波を受けた経験がないため、これらに対する判断力に乏しく、将来必ず発生すると考えられる「南海トラフ巨大地震及び津波」に対し、漠然とした不安はあるものの、効果的な対策に至っていないと考えられる。</p>
内容	<p>（1）東日本大震災以前の状況</p> <p>震災当時、私は宮城県仙台市泉区市名坂に住んでおり、町内会を運営していた。仙台市泉区は100万都市仙台の副都心で、人口は21万5千人である。泉区は内陸部であるため、幸いにして津波の被害は免れた。</p> <p>市名坂東町内会は、仙台市の泉区東部に平成20年設立された。働き盛りの40代、50代の家庭や単身赴任の家庭が多い中で、女性が中心となって立ち上げた組織である。役員9名が全員女性であること、集会所設立のために銀行ローンを組んだということは、仙台市初の試みだった。地区の指定避難場所は町内から2キロ離れた小学校であるため、平成22年に完成した集会所は、最初から緊急時の避難場所として防災上の観点を強く意識し、オール電化の導入や収納の高さを女性の腰に合わせたり、トイレを2箇所設置するなどの工夫を凝らした。</p> <p>（2）震災時の状況と対応</p> <p>3月11日の午後2時46分、近所の電気店で買い物中、地震に見舞われた。立ってられないほどの強い揺れがあり、ガラスの割れる音、人の悲鳴、天井が落ちる中、夢中で外に出た。建物も電柱も倒れそうで、車は上下に動いた。</p> <p>発災後、すぐに避難をした。避難先では避難者の中からリーダーとサブリーダーを決め、町内会はサポートするかたちで運営に入った。リーダーとサブリーダーの指示に従うようにお話をし、「指示に従わない人は出て行って構いません」とお話ししたところ、出て行ったご夫婦もいた。電気は2～3日、水道は3～4日、ガスは1カ月で復旧した。卓上コンロを使って、各自で持ち寄った材料で子どもたちが料理をつくるなど、ほのぼのとした時間も取れた。支援物資の引き取りの支援を受けたのは12日と13日の2日間だけで、その後は各家庭で対応し</p>

ていただいた。非常事態の避難所で、思いがけず優しい言葉をかけてくれる方もいれば、自分の権利主張だけをする人もいる。外国人の方の食べ物の問題や、宗教的な問題など、普段の生活では気付かないことにも直面し、とてもいい経験ができたと感じている。

(3) 震災を通して感じたこと

町内会では、平成23年11月から未就学児を持つ若い母子を対象に子育て支援を開始した。平成24年4月には、町内会として「全国おもちゃ図書館」に申請し、「おもちゃ図書館ずんだっ子」が誕生した。災害時に備えたまちづくりに関しては、毎年1回しているお祭りの中で、防災訓練を開催している。煙を炊いての濃煙体験をはじめ、防災減災に関するクイズや消火訓練を実施して、お祭りの収益金の一部を津波遺児に寄付している。

行事はなるべく卒業式、入学式、転勤、引っ越し、受験の時期を避けるように設定し、月1回実施している町内会と役員会も、あくまでも任意で、できることを無理なく行うこととして活動をしている。行政にできることは限られているので、避難所の運営方法等は私たちが考えなければならない。地域防災で大事なことは、自分自身の特性を考えて、オリジナリティのある身の丈に合ったことを実践することだと思う。また、逃げることも避難所のお世話も、防災・減災を考えるにしても、健康な体がなくては何もできない。足腰を鍛えて、元気な体で地域での活動に邁進していただきたい。



開催地より

東日本大震災を経験された語り部から、自主防災組織（町内会）の活動内容や避難所運営についての具体的なお話を聞くことができ、巨大地震や津波に遭遇した時、自分の身に何が起き、どのような問題に直面するのか、どうやって乗り越えていけばよいのか等について、多くの参加者が考えるきっかけとなり、これまで漠然としていたことがイメージできるようになったと思う。今日の講演をふまえ、市としては南海トラフ巨大地震・津波に対し、効果的な対策を具体化し、準備していきたいと思う。

開催地名：広島県竹原市	
開催日時	令和4年11月5日（土） 10：00 ～ 11：30
開催場所	ピースリーホームバンブー体育館
語り部	吉田 亮一 （宮城県仙台市）
参加者	自治会、防災リーダー、関係団体 69名
開催経緯	<p>切迫性が指摘されている南海トラフ巨大地震の発生により、市域では震度6強及び3メートルを超える津波が想定されている。瀬戸内海沿いの山陽地方では、これまで大きな地震や津波の経験がないことから、要配慮者等の避難対策を含めて、対応に不安な要素がある。特に地震等の大災害時の場合は多数の避難者が想定され、避難所運営体制の在り方は喫緊の課題となっているため、今回の語り部講演でご教授いただくこととしたい。</p>
内容	<p>（1）自然災害に対する防災の基本</p> <p>自然災害は、人間には防ぎようがない以上、共存していかざるを得ない。人間には考えて行動するという能力があるので、災害について考え、行動に移していくことが防災の基本となる。その際、前提になるのは災害への危機感である。心配ない・あり得ない・大丈夫・まさかといった考えは慎んでほしい。ニュース・新聞等でよく耳にする言葉に、「長い間住んでいるがこのような被害は初めてだ」とか、「まさかこんなに雨が降るとは」とか、「地震は来ない地域だったのに」といったようなものがあるが、防災は危機感と想定以上の備えが基本なので、様々な自然災害に備えて、全ての責任者は最大の危機感と想定以上の備えで命を守ることを意識していただきたい。</p> <p>（2）避難所運営について</p> <p>避難所にはいろいろな種類がある。比較的大きな広域避難所と言われるものもあれば、地域の集会所やコミュニティセンターを利用した地域の避難所、そして学校の体育館を利用した指定避難所等、それぞれの役割があり、あり方や利用するにあたってのルールもそれぞれ異なる。利用する住民と、市などの自治体や地区の自主防災組織等の運営側とで相談しながら、よりよい運営を目指していく必要がある。また、避難所の内容は場所によって全て異なり、一時避難場所、地域指定避難場所、広域避難場所、福祉避難場所等の種別がある。基本的には他所の方が「地域指定避難場所」には行ってはいけないことになっていて、あくまでも地域の方々が優先であるということを確認していただきたいと思う。そして、避難所へ運ばれてくる「救援物資」についても、まずは避難場所に避難してきている方々のためということなので注意していただきたい。</p> <p>地域防災の「地域」とは、地域内すべてを指す。家庭保育園、保育園、幼稚園、学校、消防、警察、商店会、商工会議所、医療機関、高齢者施設、企業等すべてが地域防災に関係する。日本は小・中学校の学区体制が整っているため、学区ごとの防災が基本となる。従って、地域内の行政の様々な組織と連携するととも</p>

に、地域の学校との連携も必要である。特に学校は、災害時に指定避難所として開放されるケースがほとんどなので、学校での防災訓練の実施と、地域住民の参加が求められる。

私は平成 18 年に町内会総括防災部長となって防災活動を開始し、共助としての防災を意識して様々な活動を行った。具体的には、まずは「防災マップ」の作成、次にマニュアルの作成を行った。さらには「自主防災組織」も作り、そして防災の勉強会の実施を経た上で、防災訓練を実施した。定期開催の防災訓練では、普段自宅や地域にいる大人や高齢者、小学生の子供を中心に行った。なぜなら、働いている大人の方々は、平日に地域に居ないケースが多いうえ、職場や現場等の復旧に駆り出されてしまい、あてにできないからである。

平成 23 年 3 月 11 日に発生した東日本大震災では、指定避難所の責任者を 17 日間勤めた。私の住む地域では全世帯が 5 日間停電し、ガスは 3～4 週間、水道は 2 週間止まったが、町内会で共助への活動を進めてきた経験が活かされ、指定避難所は全て地域住民主導で行うことができた。地域の小・中学生も個々に役割を与えられ、運営に貢献してくれた。

(3) 災害に対する備え

東日本大震災以後、食料、飲み水については 1 週間分を用意しておくように案内している。災害が起こると、コンビニやスーパーの商品は品薄になってしまうので、少なくとも 1 週間分くらいの備えは確保してほしい。

お風呂の水は、断水になってしまったときにトイレの水として使用できる。いつも浴槽にお湯が入っているように習慣づけておくと、災害が発生したときに有効である。車のガソリンはこまめに満タンにすることを心掛けたい。

そして最後に、家族間での災害発生時の安否確認や連絡方法、非常用持ち出し品についての確認についても忘れずに実施し、日頃からの防災・減災に対する積極的な取り組みを推進していただきたい。



開催地より

東日本大震災以前に行われた災害に対する準備や、その準備が活かされた避難所運営等について、とても分かりやすくご説明いただいた。当市としては、南海トラフ巨大地震等の大規模災害に対する想定以上の備えと、平日昼間を想定した避難所開設訓練などに取り組んでいきたい。

開催地名：山口県下関市	
開催日時	令和4年10月29日（土） 9：30 ～ 11：30
開催場所	下関市立勝山公民館
語り部	島田 福男 （宮城県仙台市）
参加者	防災職員、地域住民、防災士 約50名
開催経緯	本市は、山口県西部の本州最西端に位置し、瀬戸内海（周防灘）と日本海（響灘）さらには本州と九州を隔てる関門海峡に面しており、今年、高潮浸水想定区域の見直しも実施されているが、過去を振り返っても大きな被災経験が少ないため、職員及び市民の防災意識の低迷が課題となっている。
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>東日本大震災の災害復旧、復興工事もだいぶ進み、特に仙台市では、遅れていた津波の被害を受けた沿岸部も大分整備され、津波避難タワーも設置された。実は東日本大震災の2日前の3月9日11時45分に、マグニチュード7.3の地震（最大震度5弱）が発生しており、3月10日の新聞では、「当面大きな地震の発生する可能性は低くなった」と掲載されていた。しかしながら3月11日にあのような大地震が発生したことで、地震予知の難しさ、いつ起きるかわからない恐ろしさを改めて認識した。</p> <p>（2）仙台市の被害状況</p> <p>2011年3月11日14時46分、三陸沖を震源とする国内観測史上最大規模のマグニチュード9.0の地震が発生した。最も被害の大きかった東北の3県の内、宮城県で亡くなった方は9,544人、行方不明者は1,213人といずれも最も多かった。犠牲になった方の90パーセントは津波による被害に遭った方である。そして、そのうちの90パーセントは車に乗っていて犠牲になった方である。仙台市は、仙台より南は仙台平野で沿岸部からずっと平坦地が続く。津波はとどまるどころを知らず、内陸部5キロメートル地点まで押し寄せた。訓練のときは徒歩で避難するが、いざ地震が起きたら慌てて車で逃げてしまい、犠牲になったと言える。震災後は車で避難する際のルール作りも行われたが、その後数回発生した余震の際も車で避難する住民が後を絶たず、今後の課題となっている。</p> <p>（3）避難所の状況</p> <p>避難所は、体育館はおろか、校庭まで人であふれ身動きの取れない状態であった。原因は、帰宅困難者である。指定避難所だけでなく、公的な施設である県庁、市役所、区役所などに人が押し寄せて、中に入り切れなくなった人が道路まであふれてしまった。そのため、地域住民と企業、自治体三者で話し合いをし、災害が起きた場合は、すぐに帰さないで会社にとどめておくなどの協力を企業に求めた。今は、企業において防災教育も盛んに行われている。</p> <p>発災初期の段階で重要なポイントが2つあった。1つは照明用の器具を町内会に借り、避難所の体育館内を明るくしたことである。おかげでひどい余震に揺れる体育館の中でパニックにならずにすんだ。もう1つは避難者カードを発行</p>

したことである。避難所の運営はカードを基に行った。カードは避難者の問合せの際に活用した。また、外出するときは所定の場所に置き、帰ると戻す。食事のときもカードを基に名前を呼ぶ。カードを発行したことで、整然と避難所運営を行うことができた。

(4) 自主防組織の立ち上げ

私の所属する川平学区連合町内会は5つの町内会で組織されている。地域の人口は約1万人で、規模の大きい連合町内会である。平成19年、川平学区連合町内会自主防災行動計画を策定、防災の取組を始めた。昭和40年代の大規模住宅団地開発により形成された川平地区は急速な高齢化が進んでいた。700万円の予算を使い、防災活動に必要な資機材を購入した。毛布や発電機、投光器、リヤカーなど、一通りの物を用意すると、1つの倉庫で約150万円かかる。震災後はこれでは足りないという意見があり、現在は3つの倉庫に450万円分を備蓄している。この他に、研修会や講習会において、主にHUG（避難所運営ゲーム）、DIG（災害図上訓練）、クロスロード（分かれ道）という3つのカードゲームを行った。平成23年2月には大体の災害対応計画案が完成したので、ワークショップを開いて、地域住民に説明をした。

(5) 震災後の自主防災組織の見直し

仙台市では震災後、地域防災計画を見直した。それまでの防災計画は公助を中心とした、どちらかというと市の職員向けのものであった。しかし、公助では限界があり、市民力、地域力、これを全面に出した自助、共助を生かさないともたない。自助、共助、公助の共同による対策が一番望ましいため、計画を練り直した。当然、避難所運営マニュアルも見直し、193の指定避難所ごとに地域版避難所運営マニュアルを作ることになった。今はそれに従って避難所の運営訓練などを実施している。



開催地より

東日本大震災を経験された語り部から、避難所生活や自主防災組織の立ち上げについて、具体的なお話を聞くことができた。改めて防災活動に対するイメージを強く認識することができたと思う。今後の市内各地域での防災活動に役立てていきたいと思う。

開催地名：徳島県北島町	
開催日時	令和4年9月28日（水） 19：00 ～ 20：30
開催場所	北島町立図書館・創世ホール
語り部	大内 幸子 （宮城県仙台市）
参加者	自主防災会・女性防災会・防災士の会・町職員等 120名
開催経緯	<p>もともと町内で大災害が起こったことがないため、町内の災害への危機感が薄く、「共助」の必要性や重要性が理解されていない。また、感染症流行のため町内の防災活動が滞り、町内の南海トラフ巨大地震への防災意識が薄れている懸念がある。一方で「北島町防災士の会」が発足しているが、活動の方向性や内容が決まっていない事情もあるため、今回の語り部による講演会を、町内の防災活動の活性化の手立てとしたい。</p>
内容	<p>（１）福住町における自主防災組織発足の経緯</p> <p>福住町は2つの川に挟まれた町であり、水害に見舞われることが多い土地である。特に、昭和61年の台風10号による被害は甚大で、その当時の苦い思い出が2003年の自主防災組織発足につながった。それが今日の「福住町方式」の基礎となっている。</p> <p>私たちが数々の災害を経験して何よりも必要だと感じたのは、「住民の安全確認のための名簿」である。そのため、2003年にはまず要支援者および住民全員の名簿作成を行った。この名簿は、現在でも年一回の防災訓練のたびに更新を続けている。名簿の作成とともに、わかりやすい防災マップ作成や、さらには近隣市町村を中心に「災害時相互協力協定」の締結を進めた。この協定は、大災害が発生した場合お互いに助け合うことを目的としたもので、災害時に起きたボランティアとのトラブルから教訓を得た活動である。災害の被害が大きければ大きいほど、外部から救援の手が入るのは遅くなってしまふ。だからこそ、いざというときは自分たちの手で対処しなければならない。</p> <p>（２）東日本大震災時の記憶</p> <p>福住町は津波による直接の被害こそなかったが、堤防は所々崩れ、家の中はどこもめちゃくちゃになった。安否確認を実施後、避難所開設を始めた際に、まず作ったのはトイレとゴミ置き場である。併せて、炊き出しの準備も行った。日頃の訓練の成果が出て、暗くなる前にこれらの準備を終えることができた。福住町は人口1,500人程度の小さな町であり、災害時の収容施設も大きくないし、備蓄品もそこまで多くはない。しかし、東日本大震災当時は、周辺市の帰宅困難者、および津波から逃げてきた人々が福住町へ殺到した。500人収容予定の施設に2,000人が詰まっていた。支援が必要な人や、乳幼児や妊婦さんなど、手厚いケアが必要な人は小学校等の避難所から集会所へと誘導した。実際、避難してくる人の約8割は支援が必要な災害弱者と呼ばれる方々である。当時の避難所運</p>

営時に、女性による細やかな対応の重要性を感じた。だが、避難所運営マニュアルに女性の参画はなかった。この経験から、私は研修を受けて女性防災リーダーを目指すようになった。

(3) その後の地域防災活動

福住町の防災訓練は、「自分たちの町は自分たちで守る」をモットーに行われる。普通なら消防の人に来ていただいて教えてもらう形式かと思うが、私たちは15年前から、自分たちだけで訓練を行っている。災害の規模が大きければ大きいほど、警察や消防は対応に駆り出されていなくなることを想定しているからだ。自分たち自身で考え、実行していくこと、もしもの時にトップがいなくても問題がないように対応すること、それが福住町方式である。

災害時に行政に頼りたい気持ちはわかるが、行政も被災するので、スピーディに公助を受けることは期待できないし、東日本大震災時にはこの点が証明された。災害発生から3日間は公助を期待せずに、自助と共助で対応することを普段から訓練して備えておくことが大切である。そして、防災は日常生活そのものであると認識し、様々なイベントや活動の中に防災につながる事象を意識して散りばめることで、多くの人に参加して防災の取り組みは活性化する。備えて、知識を得て、訓練をする。そして、忘れないことが重要だ。これが命を助けることにつながっていくと私は信じている。



開催地より

東日本大震災を経験された語り部から、自主防災組織の取り組みや震災時の具体的なお話を伺うことができ、改めて災害に対するイメージを強く認識することができたと思う。これから当町で取り組んでいかなければならない防災活動について、一つのヒントとしていきたいと思う。早速地域のつながりに関する取り組みと、要支援者名簿の作成に取り掛かりたい。

開催地名：徳島県藍住町	
開催日時	令和4年11月29日(火) 13:30～14:30
開催場所	藍住町立藍住中学校
語り部	武蔵野 美和 (岩手県陸前高田市)
参加者	藍住町立藍住中学校生徒 167名
開催経緯	<p>当町では、南海トラフ巨大地震による地震動や一部地域での津波被害が想定されており、ハザードマップ、津波避難計画等を作成し、訓練等を通じて住民の防災意識の向上を図っている。しかしながら、当町では大規模な災害の被災経験がないため、住民の防災意識が低調となっている。特に、若い世代においては、東日本大震災等の大規模災害をリアルタイムで見聞していないため、さらに防災意識が低い状況となっており、その向上が課題となっている。</p>
内容	<p>(1) 震災発生時の陸前高田市について</p> <p>私が住んでいるのは、岩手県陸前高田市という、人口約1万8,000人ほどの小さな市である。(震災前の人口は約24,000人)岩手県の中では比較的温暖な地域で、陸前高田市の象徴とも言える白砂青松の高田松原は、市民はもとより県内外の来訪者からも愛される場所だったが、約7万本と言われる松は、「奇跡の一本松」以外ほとんどが流されてしまった。海岸沿いに面した部分が少なく、市の中心に大きな川が通っており、かつて川から中州が生まれ、そうしてできた平野に人が住み始めたことで栄えた歴史があり、震災時は川の近くに市役所や図書館、学校といった主要な建物や住宅が集中していた。そして、残念ながら災害防止に繋がる対策は講じられていなかった。</p> <p>(2) 東日本大震災時の状況</p> <p>2011年3月11日の午後、マグニチュード9.0の大きな地震が発生した。陸前高田市の震度は6弱で、約160秒揺れ続けた長い地震だった。地震そのものより、しばらくしてからやってきた津波による被害が大きかった。東日本大震災の死者の95パーセントが津波による溺死だと言われている。津波の恐ろしさは、いろいろなものを破壊しながら、水が塊で襲ってくるところだ。地震発生から40分ほど経った頃、気仙川を火事のような煙と砂埃を上げながら津波が遡り、市役所や消防署などの公共施設は全壊した。</p> <p>川の近くに建物が集中していたことから、津波を予測して真っ先に高台や建物の屋上へ逃げた者は難を逃れたが、多くの市民が地震の揺れで倒れたり落ちたりしたものを片づけている最中に津波に遭遇し、巻き込まれて犠牲になった。子どもたちは学校で避難して無事でも、家にいた家族が津波に巻き込まれてしまったケースも多く、陸前高田市だけで32名の震災孤児も発生した。行方不明者を含む死者の数は1,758人に及び、11年半が経過した今でも、202人の人たちが行方不明となっている。</p>

この経験を通して、私はひとりひとりが「災害が起きたらどう動くか」ということを常に考える意識が大切だと強く感じた。住んでいる場所や、置かれている状況を見て、どう避難するのが安全なのか、一人一人自分で考えることが大切である。また、防災に関して自分たちが学んだことや得た情報を、地域の人たちに伝えていくことによって、災害発生時により多くの命が救えるということを感じておいてほしい。

(3) 災害に対する心構え

自分の命を奪ってしまうもの、もっと広く言えば、自分や家族の笑顔を奪ってしまうもの、そのすべてが災害である。命や生活を脅かすものすべてを災害ととらえ、そして、これらの災害を防ぐことが「防災」だと意識してほしい。交通事故や新型コロナウイルス感染については、工夫することで未然に防ぐことができるが、地震や洪水などの自然災害については、いつ起こるかわからないうえ、発生を止められない。それでも、自分の命は自分で守ることが鉄則なので、自分の住む地域の災害リスクをハザードマップなどで知ることは必要であるし、以前の津波や洪水の被害について知ることも大切なことだ。

近年は地震や台風などの自然災害が増えてきていることから、非常時持ち出し袋を準備するなどして、1次防災や2次防災の備えをしている人は多いかと思うが、自分にとって大事なものをいつでも持ち出せるようにしておくことも重要だ。外出中に災害が発生した際に、外出先から自宅や避難所まで安全に移動するための助けになる備えを0次防災と言い、0次防災用のグッズを普段使用しているバックに入れておき、常に持ち歩くことが推奨されている。0次防災への意識は、緊急事態での安全と衛生を確保するために必要な、言わば生きるための基礎となりうる。みなさんが毎日マイボトルを持ち歩くことも0次防災の一つと言える。日頃から「万が一」を考え、自分の命を守るための「備え」を意識してほしい。自分にとって必要なものについては、自分で備える必要がある。



開催地より

経験者による具体的なお話しを聞くことで、生徒たちは災害の具体的なイメージをつかむことができたと思う。今日のお話しを受けて、学校としては若年層からの防災意識向上と自助・共助の推進しての体制強化に取り組んでいきたいと思う。

開催地名：徳島県吉野川市	
開催日時	令和4年11月2日（水） 14：00 ～ 15：30
開催場所	吉野川市役所（オンラインによる講演）
語り部	菊池 健一 （宮城県仙台市）
参加者	自主防災組織 37名
開催経緯	本市では南海トラフ地震や吉野川の氾濫等の災害が想定されており、自主防災組織も存在している。しかし、避難誘導等で災害時に活動した経験は僅かであるとともに、避難所生活を経験したことがない役員や構成員が多数を占めることが課題となっている。また、組織の女性比率も低い傾向にあり、災害時の女性特有の課題についても対策が不十分なところがあるため、語り部の講演を実施し、課題に対するヒントを得ることとしたい。
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>宮城県沖や福島県沖を震源とする地震がしばしば発生しているため、東北地方は地震の多い地域であるというイメージをお持ちの方は多いと思う。実際に、これまで大規模な地震やそれに伴う津波による被害を受けてきた歴史がある。1978年に発生した宮城県沖地震では、18人の子どもたちがブロック塀の倒壊によって亡くなった。これを契機に宮城県では、自主防災組織を各町内会に設置する動きが起こり、1995年の阪神・淡路大震災以後、この動きは本格化した。しかし、2011年に起こった東日本大震災で、この自主防災組織が県内すべてでうまく機能したわけではない。その時災害現場ではどんな問題が起き、住民はどうか対応したのか。これからお話しする内容を基に、是非皆さん自身で考えていただき、今後の防災活動に役立てていただきたい。</p> <p>（2）避難所の開設と運営</p> <p>私が避難した指定避難所の小学校には、当初約1,200人の住民が避難していたが、この地区には自主防災組織がなかったため、人数の把握をはじめとする必要な業務に対応するべく、避難所の運営組織を立ち上げる必要があった。そこで、各町内会長と学校長に相談の上で急遽組織をつくり、私も防災アドバイザーの立場で支援を行った。その時注意したのは、あくまでもコミュニティーを中心とし、町内会長をメインとした組織にすることだった。そうすることで、人員の把握が容易になり、情報の集約や伝達が迅速になることが期待できた。</p> <p>しかし、避難所の住民の数の把握は容易ではなかった。炊き出しをすると、自宅避難者も食料をもらうために避難所に来るので、想定数以上の食糧が必要となった。そのため、電気やガスが復旧した方には、数日分の食糧をお渡しして自宅へ戻っていただき、自力での復興をお願いした。その結果、11日間を要して、避難者数は最終的には自宅に住めなくなった住民や、一人暮らしの高齢者等の270人程度に減った。</p> <p>不特定多数の人々が集まって共同生活を行う避難所では、着替える場所がな</p>

い、好きな時に寝ることができない、人と違うものを食べにくい、雑魚寝である、トイレがいつも混んでいて汚い、ペットを連れてきたい等々、実に様々な不満や悩みが発生した。このような環境では、特に女性に対する配慮が必要になるので、できれば避難所運営組織の中には、男性だけでなく女性を含めるべきだと考える。そして、最低限の安心と安全が確保される必要がある以上、解決可能な不満については解消していく必要がある。また、避難所はどうしても高齢者中心になるため、高齢者の目線での生活サイクルが維持できるように工夫する必要がある。(実際9割が高齢者で占められた)

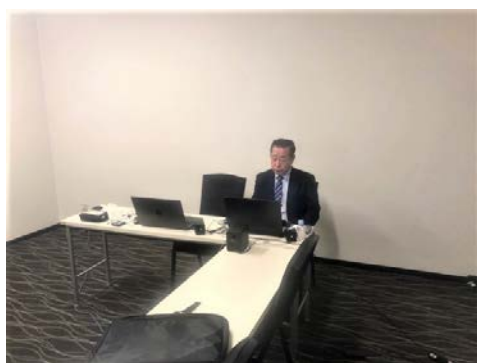
避難所の運営を阻害したものとしては、情報の不足による避難者の不安の増大、暖房燃料と避難所運用車両の燃料の不足、通信手段の不全による状況の共有化の難しさが挙げられる。信頼できる情報入手ルートを確立し、災害時に乱れ飛ぶ様々なデマに惑わされないように注意したい。また、燃料の不足と通信手段の不全は予測できるので、車の燃料は常に満タンを維持することや、冬季は灯油もある程度ストックしておくこと、無線を使用した訓練の実施をお勧めしたい。

(3) 震災の教訓

大規模災害が発生すると公助は期待できない。しばらくは自助、共助で乗り切る必要がある。そのためにも、行政、町内会、民生委員等との連帯を密にし、情報の共有化を図ることが必要だと感じた。

また、災害はいつ起きるかわからない以上、地域、行政、学校と連携して、早朝や夜間を含めた、よりリアルに近い環境での避難訓練を行うとともに、避難所運営訓練についても実施して、やるべき事柄の確認と想定される問題点の整理等を行っていただきたい。

最後に、町内会行事等に積極的に参加して、顔の見える近隣の住民とのコミュニケーションをとっていくことの必要性を強調したい。挨拶や声がけなどを日頃から意識して行い、信頼関係の構築をお願いしたい。



開催地より

東日本大震災を経験された語り部から、避難所運営についてのお話しを実体験に基づき、わかりやすくご説明いただいた。本市においては本年7月に各自主防災会に対して避難所運営マニュアルを配布しており、今後は災害時に迅速に避難所開設ができるよう、訓練等を充実させていきたい。

開催地名：徳島県徳島市	
開催日時	令和4年10月2日（日） 10：00 ～ 11：30
開催場所	徳島市役所
語り部	菅野 澄枝 （宮城県仙台市）
参加者	市防災対策課、防災士 16名
開催経緯	本市では、南海トラフ巨大地震による被害が想定されており、平成26年度に策定した徳島市津波避難計画を基に、地域ごとの津波避難計画等を策定中である。また、今年度から、避難所において地域住民を牽引する役割を担う防災サポーター登録事業を発足させ、研修及び訓練を通して防災サポーターの育成を行う予定である。当事業において、災害対応力の強化や防災意識の向上を図るため、災害時の体験・教訓を伝承したい。
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>私が住んでいる仙台市宮城野区の岩切地区は、沿岸部から内陸に向けて10キロほど入った地点なので、直接の津波被害はなかった。しかし、近隣にある七北田川からの津波の逆流や、沿岸部の住民の避難といった影響は大きかった。また、地盤の関係で仙台市内でも宮城野区は最大震度を記録し、私の自宅を含めて全壊や半壊の世帯も多く出た。</p> <p>全校児童108人の7割に当たる74人と教員10人が死亡、行方不明となった石巻市の大川小学校を襲った津波の悲劇については、皆さんもご存知かと思う。一人一人にヒストリーがあるので、本当に悲しくて思い出すのも辛いですが、東日本大震災の犠牲者の方々の死因は、津波による溺死が圧倒的に多い。阪神・淡路大震災の際は、家屋の倒壊や家具などの転倒による圧迫死がほとんどだったことを考えると、地震の揺れに対する対策はできていたと言える。</p> <p>震災後10年経つと、被災者に対する様々な生活支援は終了していき、並行して行われてきた堤防の嵩上げや道路改良工事、住宅の建替えも一通り完了して震災前の生活が戻りつつあるが、被災地であるという事実はなくなる。安全な暮らしが戻ったとしても、一人一人の安心の保障が手に入ったわけではないと私は考える。それではどうしたら安心の保障を手に入れることができるのか。私はそれを追い求めて、全国各地でこのような講演をさせていただくとともに、学び続けている。</p> <p>（2）仙台市防災リーダー</p> <p>東日本大震災が起こるおよそ9か月前の平成22年6月に、仙台市宮城野区の総合防災訓練で「岩切・女性たちの防災宣言」が発表された。当時の女性区長が「日中に大地震が発生したら、家にいるのは女性が多い。女性の視点で防災対策を進める意義は大きい。」と提案したのがきっかけだった。宣言は、仕事で夫や父親が家にいない状況での心の備えを促す言葉で構成され、「私たちは、ここ岩切でみんなが安心して暮らすために、自分たちでできることを考え行動します。</p>

大切な人の命を守るために。この地域で育つ子供たちのために。」と結ばれている。翌年に東日本大震災が発生し、大勢の被災者が避難を余儀なくされた非常事態の中で、防災宣言を作ったメンバーは自然と行動を起こした。そこから、仙台市防災リーダーという動きも始まった。

防災は、自分一人で行き届くものではない。みんなが自分の問題と思い、力を合わせて取り組むことで大きな力となる。仙台市防災リーダー（SBL）は仙台市特有の地域防災の動きである。SBLの養成は仙台市が行っているが、実際の活動は町内会が主体であり、町内会を支援する組織である。現在は774人のSBLがおり、そのうち、189人が女性だ。

自主防災組織と協力し、その構成メンバーとして災害対策本部を運営したり、計画策定をしたり、平常時からの顔が見える関係作りも重要な業務といえる。やはり、災害時に初めて見た顔が指示をするよりも、気心の通じた人間が声かけをするほうが、何事もスムーズに行くと思う。SBLは実働部隊という側面はもとより、地域住民に防災活動を啓蒙していくことも重要な任務である。

（3）お互いを思い合えるからこそ、自助の力が湧く

災害時には、自助、公助、共助という考え方が一般的だが、自助というのは、「自分の力だけで自立してください」というのとは違うと思う。私たちは「地縁力」と呼んでいるが、地域の中で心を通わせて、何事に対しても他人事は無い、という意識でもって助け合っていくことが肝要と思う。

避難所の煩雑で緊迫した状況の中では、リーダーに「どうしたらいいのか決めてください」と丸投げするのではなく、「今の状況を考えると、こうしたらいかがでしょうか」と提案する方がスムーズな意思決定につながる。お互いのことを思い合える状況があってこそ、自分で頑張る力が出てくる。地域というのは、そういった縁の積み重ねではないかと強く思う。



開催地より

東日本大震災の被害状況とともに、岩切地区の取組や仙台市地域防災リーダーの取組についてわかりやすくご説明いただいた。また、ワークショップでも有益なアドバイスをいただいたので、防災士を対象とした防災サポーターの活動に役立てていくとともに、防災サポーター登録育成制度を強化していきたい。

開催地名：徳島県勝浦町	
開催日時	令和4年10月22日（土） 19：00 ～ 20：30
開催場所	農村環境改善センター
語り部	京 英次郎 （宮城県仙台市）
参加者	自主防、自治会、消防団、自治体等 46名
開催経緯	本町は内陸部に位置しており、地震における津波災害はなく、その他の大きな災害も経験したことはない。しかし、急激に進む高齢化と人口減少の状況の中で、消防が非常備であるため、いざ災害が発生した時の対応に遅滞をきたす恐れがある。今回は災害を経験した語り部からの講話を拝聴し、今後の防災活動の一助としたい。
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>災害は、忘れていても、忘れていなくても、必ず発生するものであり、私たちは避けて通れないものである。人生100年の時代となった現代では、今後皆さんが生きている間に、直接的に災害と向き合わなければならない局面が来るかもしれない。本日は、その時の参考としていただくための話しをしたい。</p> <p>（2）普段から考えることの必要性</p> <p>地震だけでなく、台風や大雨などによる災害についても、普段から備えることが必要である。災害が発生した際には、正常な思考や判断ができなくなる可能性が高い。従って平時から万一の災害に備えた準備をし、災害時にはその備えを基に対応することが大切だ。</p> <p>宮城県沖を震源とする比較的大きな地震が、ここ200年間の間に30～40年スパンで発生していることから、東日本大震災が発生した際に地震の揺れを感じながら、仙台市民の6～8割は「想定していた大きな地震が来たな」と考えたそうである。つまり、仙台市民の6～8割は、普段からある程度大きな地震が発生することを想定し、何らかの準備や備え、心構えができていたということである。津波による被害は予想を超えていたが、地震そのものによる被害が想定以下だったのはそのためだ。</p> <p>地震が起きた時に最優先すべきことは、自身の安全確保だ。地震発生から時間が経過していく中で、優先すべき大切なことは変化していくが、自分の命がなければ家族のことを心配できないし、避難所生活に不安を抱くこともできない。普段から備えること、つまり避難場所や避難時の行動等について、前もって考えておくことが大切である。</p> <p>（3）日常から災害時を意識する</p> <p>地震等の災害発生を予め予想することはできない。従って、いつ発生してもいいように備えることが必要だ。災害が発生して避難所に避難するような場合は、避難所には手ぶらで行くのではなく、最低でも1～2日はしのげる</p>

食料等必要な物品を持っていくことが望ましい。震災時に公助が行き届き始めるまで一定の時間がかかるので、それまで自分たちで持ちこたえる必要があるからだ。

3.11 を経て、私の日常生活に変化が起こった。食事後に口をぬぐったティッシュペーパーで食器を軽く拭くようになった。また、トイレトペーパーも震災前より節約しての使用を心がけている。例えば、我々は1回あたり大体1.5メートル程度のトイレトペーパーを使用するのが平均的だが、是非皆さんには、今日から20センチほど節約していただきたい。災害時の避難所で使用する簡易トイレは水洗ではないので、拭いた汚物のごみになってしまうからだ。ポケットティッシュも、通常使う量の半分で用が足りる。東日本大震災時、避難所ではトイレトペーパーはもちろんなくなった。日頃の生活の中で節約する意識がないと、いざというとき困ることになる。普段から節約する意識を、生活の中で保持していただきたい。

(4) リーダーのあるべき姿

リーダーは最後まで生き残って、地域の人たちのために、やるべきことを最後までやりきる必要がある。災害現場で救助、消火、救急等の活動をする際の引き際の物差しは、世の中で一番大切な自分の命である。これは危険だと判断したら、まず1回退却して自分の身を守り、体制を整えて出直すべきである。防災のリーダーは、自分で自分の身を徹底して守れなければ活動できない。それを考えないで災害に遭った場合、失敗するリスクが高い。自分を含む、周りの人たちの安全を確保した上での対応が必要である。あくまでも生き残ることがリーダーの鉄則だ。



開催地より

いつ発生するかわからない災害に対して、普段から準備することの大切さを改めて認識することができた。今日のお話しを参考にして、自主防災組織、消防団等と連携した防災訓練の実施を検討するとともに、子供や若い人たちへの防災意識啓発を図れるようなイベントの実施についても、今後は積極的に取り組んでいきたい。

開催地名：愛媛県今治市	
開催日時	令和4年11月30日（水） 14：00 ～ 15：55
開催場所	今治市立菊間中学校
語り部	菅原 康雄 （宮城県仙台市）
参加者	生徒、教職員、地域住民、関係機関 110名
開催経緯	<p>本校校区の南海トラフ巨大地震での想定震度は、ほぼ全域が震度6弱、海岸に近い地域では最大3m未満の津波の浸水域があり、それに伴う被害の発生も想定されている。その対応を課題とし、本校では地域防災マップを作成して小学生への啓発活動を行ったり、防災教育講演会を行ったりして防災教育に取り組んできたが、その過程において防災教育は学校だけでは推進できないことを痛感し、家庭、地域と共に歩む防災教育の推進が今後の課題となっている。</p>
内容	<p>（1）福住町町内会の取り組み</p> <p>福住町町内会は仙台市宮城野区の中央に位置し、417世帯1,138人からなる。（令和4年10月末現在）そして、町内会の執行部は41人で構成されており（10世帯に1人程度の役員を選出）、そのうち23人が女性である。一般的に女性のほうが男性より生活能力が高いため、災害時の避難所で食事の準備をしたり、子供や高齢者、病人等の面倒をみたりするのはほとんどが女性である。力仕事や交渉事など、男性のほうが適している能力もあるので、互いの長所を有効に活用していくことが、特に災害時には重要だ。</p> <p>我々は、自分の身は自身で守るというスタンスを基本として活動している。具体的には、実際の被害を想定した「訓練」と、地域での「協力体制の整備」の2本柱で取り組んでいる。「協力体制の整備」については、日頃の挨拶にはじまり、顔見知りになっていくことから始めている。そうすることによって、色々な住民が相互に協力してくれるようになってきたと言える。</p> <p>そして、続いて紹介したいのが「名簿作り」である。この名簿こそが我々福住町の徹底した防災対策の根幹をなすものとなっている。名簿の中に落とし込むのは住所、氏名、電話番号、勤務先、緊急連絡先、動物（ペット）の有無といった項目で、これを毎年1度行う防災訓練の前に更新している。もちろん、町内の全員が賛同してくれる訳ではないので、「個人情報保護法」を遵守しつつ作成をしている。それでも町内の約8割は賛同してくれるので、大災害時の安否確認の時には非常に役立った。</p> <p>もう一つの柱である「訓練」については、通常の「防災訓練」だと一般の方々の参加はあまり見込めない。そうすると、行政職員や消防関係者の方々だけの緊張感のない形式的な「防災訓練」となってしまう、あまり効果を見込めないものとなる。「防災訓練」を地域のお祭りやイベントなどと一緒に行うと、お年寄りから幼児まで幅広い層の参加者が見込め、ひいては、地域全体で「協力体制」を取れるようなシステム作りにつながって行くようになる。福住町では5年前から中学生も参加するように設定し、住民とともに役割を持って消火訓練等に取り組んでいる。</p>

(2) 東日本大震災時に感じたこと

毎年厳しく繰り返される防火・防災訓練による効果は、東日本大震災発災直後の行動に顕著に表れて、発災後 30 分で重要支援者の安否確認、集会所への避難住民誘導、仮設トイレ・瓦礫置き場、ガス・水道のライフライン等を設置させた。この時改めて感じたことは、避難所設営では、空気の読める顔見知りの方が中心となることと、運営面では女性の目線が絶対に必要であるということだ。そして避難所運営で最も大切なのはトイレの問題である。水や食料は我慢できるが、排泄を我慢すると病気につながってしまう。家庭に水洗ポータブルトイレを用意していただき、災害時に使用できるようにしていただくと、避難所でのトイレの問題は大幅に改善すると思う。

事前に災害時相互協力協定を締結していた尾花沢市等の全国 4 団体（現在 14 団体）から届けられた支援物資は、避難所でありがたく消費・活用させていただいたが、福住町で余剰となった分については、順次津波で打撃を受けた県内・県外の地域に送り届け、支援させていただいた。この取り組みはメリットがとても大きいものなので、今後も継続していきたい。

(3) さいごに

私の住む小さな町でも、減災を目的にして今日お話ししたような事柄を実践してきたことで、東日本大震災では一定の効果を確認することができた。皆さんの学校や地域でも、減災を目標とした防災活動を実践していただき、災害に対する備えを進めていただきたいと思います。

最後に是非実践していただきたい言葉をお伝えしたい。「止むことのない災害に強い危機管理意識を持って、自分が助かるすべを真摯に検証し、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」という言葉だ。この町から一人の犠牲者も出さないと全員が結束すれば、どこよりも隣人に優しい住みよい町になると思う。



開催地より

減災の取組と地域力の向上について、わかりやすくお話をしていただいた。本日参加した生徒たちには、防災について考えるいい機会になったと思う。今日のお話をふまえ、すぐに対応できる活動として、地域の方への挨拶運動と地域住民と連携した防災訓練を実施していきたいと思う。

開催地名：愛媛県今治市	
開催日時	令和5年1月20日（金） 9：25 ～ 11：10
開催場所	今治市立日高小学校
語り部	菊池 由貴子 （岩手県大槌町）
参加者	小学校5年生、自主防災会 102名
開催経緯	<p>南海トラフ巨大地震による被害が想定されているが、自主防災会を中心とした地域防災への取組が十分に行われていない現状である。また、過去には南海地震による災害も経験しているが、年月が経過し、経験者の減少や高齢化から、子ども達への伝承活動が全く行われていない。そこで、子どもの頃から防災意識を高め、災害時に自分の命を守り、適切な行動をとることのできる力を育てていくことが課題となっている。</p>
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>私は岩手県の大槌町に住んでいる。大槌町は太平洋に面していて、岩手県三陸沿岸部のほぼ中央に位置している、自然豊かな町だ。古くから漁業が盛んで、町内を流れる川は山や森から栄養を海へと運び、湾内を豊かな漁場としてきた。また、沿岸部でありながら町の大部分を山林が占め、山の幸も豊富である。大槌川と小槌川に挟まれた平地が街の中心部となっていた。</p> <p>（2）東日本大震災とは</p> <p>2011年3月11日の午後2時46分に、東北地方でとても大きな地震があった。地震の大きさはマグニチュード9.0で、これは日本最大の大きさであり、世界でも4番目の大きさの地震だった。大槌町でも高さ10メートルを超える津波に襲われ、町の中心部の建物は次々と津波にのみこまれて壊滅してしまった。</p> <p>私は発災当時隣町の釜石市にいた。揺れがどんどん大きくなり、なかなか終わらず、とても長く感じたことを覚えている。揺れが治まったのち、私は車で大槌町の家に戻ろうとしたが、道路は渋滞しているし、電話はつながらない。そもそもどこに避難したらいいのかもわかっておらず、海がどちら側にあるのかも特定できないまま車で移動していた。災害時には冷静になって避難することを求められていたが、私のようにパニックになってしまったり、本能で動いてしまったり、思考停止になってしまうケースも多い。また、自分の住む町の外で災害に合う可能性もある。最低限の基礎知識を身につけ、いろんな場面を日頃から想像し、シミュレーションするくせをつけていただきたい。また、家族にその日の行動や行き先を伝えておくと、万一の際は安心だ。</p> <p>（3）避難所生活を支えた大槌高校の生徒の自主的な活動</p> <p>津波をのがれた大槌高校には地震発生直後から町民が続々と集まり、震災当日の夜から8月上旬まで、避難所として利用された。校庭は自衛隊の駐留所となり、教室には銀行や病院が入り、高校全体がひとつの町のようになり避難者を支</p>

えた。大槌高校は全校生徒 345 人のうち 6 人が死亡または行方不明となっており、家族の行方が分からない生徒や、家を失った生徒も多くいたが、大槌高校での避難所運営は、大槌高校生徒と教職員で行われた。40 人前後の生徒たちが、自分たちがやらないとだめだと思って、話し合ったわけでもなく、初日から避難所の仕事を始めたのだ。避難者名簿の作成や、布団がわりの段ボールやカーテンの配布、トイレ用の水汲み、食事の配給、小さな子どもの遊び相手など、避難者の方々から必要とされたあらゆる役割を率先して行った。

(4) 防災とは

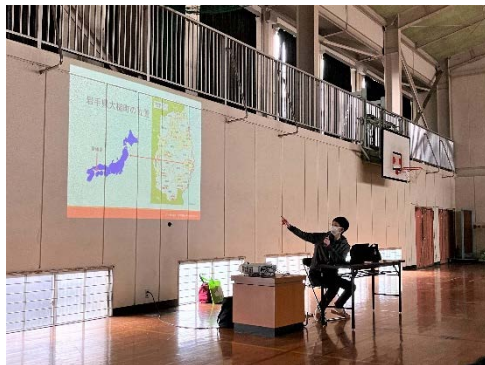
防災とは、災害に備えることだ。災害は必ずやってくるものだが、私たちはそれを止めることはできない。しかし、災害に備えることや、準備をすることはできる。防災で大事なことが 3 つあるので説明したい。

一つ目は訓練が大事ということである。東日本大震災の際には、中学生が小学生や保育園児の手を引いて高い所に避難した。これは普段からきちんと訓練を実施していたからできたことだ。野球やテニス、剣道をやっている人は、素振りの練習を必ず行う。防災のための訓練は素振りと一緒に、普段の訓練をしっかり行わないと、災害時にうまくいかなくて苦勞してしまう。

二つ目は「あたりまえのことに感謝する」ということだ。みんなは家族や友達が周りにいることが当たり前だと思っているが、このような当たり前の生活ができなくなってしまった人が、東日本大震災でたくさん発生したことを忘れてはならない。

三つめは「命を大切に生きる」ということだ。生きたくても死んでしまった人がたくさんいる。辛くても悲しくても、命を大切に生きることがとても大切である。みんなには、自分の命、周りの命を大切に、よりよくなるために生きることを目指してほしい。

そして最後に、家族会議による避難場所、避難経路の確認を行うとともに、水や食料、日用品の備蓄は最低 3 日分、できれば 1 週間分確保してほしい。



開催地より

今日のお話しを受けて当校では、常に災害状況をイメージしながら行動する、より実効的な避難訓練の工夫と、家庭を巻き込んだ防災意識の向上(家族会議による避難場所、避難経路、防災グッズ、防災食などの災害への備え)に取り組み、地域と連携した防災教育の充実を目指していきたい。

開催地名：愛媛県今治市	
開催日時	令和4年10月18日（火） 13：50 ～ 15：30
開催場所	今治市立立花小学校
語り部	菅野 祥一郎 （岩手県陸前高田市）
参加者	小学校5年生児童 95人
開催経緯	第5学年は総合的な学習の時間に、「防災」について学習する。内容は、主に地域防災についてであるが、実際に震災を経験した人々の話を聞くことで、より身近な問題としてとらえることができ、学習の成果につながるものと考え、今回の講演会を実施する。
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>私は岩手県の南、宮城県に接している陸前高田という地域に住んでいる。岩手県の太平洋側は、非常に入り組んだリアス式海岸なので、津波の高さが増すことで被害が大きくなった。既に東日本大震災から11年経った。皆さんは5年生だから、この震災が起こった時にはまだ生まれていなかった人もいるはずだ。このように時間が経つにつれて、テレビ等で報道されることも少なくなってきた。露出が減ると、もう自然と人々は、災害のことを忘れていくような雰囲気がある。私は政治家でも研究者でもないのに、東日本大震災のことを皆さんにどの程度詳しくお話しできるかわからないが、あの震災が起こった時、大津波が押し寄せてきた小学校の校長として、こんなことがあったのだという体験をお話ししたいと思う。</p> <p>（2）津波被害の特徴</p> <p>津波災害には3つの特徴がある。1つ目は、一度に多くの命が奪われてしまうことである。東日本大震災で亡くなった方々は、ほとんどが津波で犠牲となられた。2つ目は、遺体が遠くに流されてしまうことだ。行方不明者が多いのはこのためだ。3つ目は、忘れられてしまうということだ。東日本大震災の前に三陸地方で被害を受けた「チリ地震津波」は、もう50年以上も前の出来事である。津波は、台風のように毎年やって来るわけではない。頻繁に来ないことはいいことだが、前回被害にあったときから間隔がかなりあいてしまうため、いつの間にかその怖さを忘れてしまうのである。</p> <p>（3）命を守るとは</p> <p>地震が発生したときに所用で校外にいた私は、急いで学校に戻ろうとしたが、途中の橋が通行止めになってしまい、想定外の時間がかかってしまった。戻った時、子どもたちや近隣の住民は校庭に整列していたが、既に津波は川をさかのぼり始めており、時間の猶予はなかった。校舎に入った方がいいと言っている人も入れば、学校の裏に逃げようと言っている人もいたが、私は、隣の山の上に登るように指示した。校長の指示に従い、子どもたちも周りの大人たちもすぐに登り始めた。つい先ほどまで校門付近にいた数十人の人たちは、私たちのそばからいつの間にか消えてしまった。校舎に逃げた人たちは、屋上の貯水槽の上に登れた一人の方を除き、流されてしまった。市役所の前には、女の子が3人乗った家の</p>

屋根が流されてきたが、誰も助けることはできなかった。私の小学校の子どもたちが助かった理由は、住民の生死を分けたものは何なのか。それは、「誰よりも早く逃げることを決断したこと」に尽きると思う。

(4) 避難所では

私たちの学校の子どもたちは全員が助かった。そして、何日か経つにつれて迎えに来る家族の人も増えた。いや、正確には迎えに来ても帰る家がないのだから無事を確かめに来た、と言った方がいいのかもしれない。ある子には最後まで誰も迎えに来ることはなかった。その子がどんな思いで家族が来てくれるのを待っていたか、みなさん想像がつかうだろうか。本当に辛かったと思う。

このような状況の中で、信じられない人間もいた。遺体から財布の中身を盗む者たちだ。なぜこのようなことをするのか、目を疑った。皆さんは絶対このようなことをする人間にならないでほしい。

(5) 皆さんへのお願い

皆さんに、是非お願いしたいことがある。それは「命を大事にしてください」ということである。まずは自分の命を、そして隣の人の命を。必死に逃げても力尽き、亡くなってしまった女の子がいる。どんなに怖かっただろうか。生きてくても、何の予告もなく人生を断ち切られてしまったのだ。人生には思いもよらないことが起こる。だから、今、この時を大切に、生きていることの幸せを噛みしめて、誰の命でも大切に作る人になってもらいたい。

地震だけでなく、いろいろな災害が日本中で発生しているが、自分の命を守るために想像力を働かせて、日常生活の中で備えを進めてほしい。そして、気づき、考え、行動することを忘れずに、陸前高田の助かった子供たちのように、明るく前を向いて進んで行っていただきたい。



開催地より

東日本大震災の体験談と児童に対する避難誘導についてとともに、被災後の生活や災害時における命を守る考え方についてもお話しを伺った。今後は、被災したときにどのように考えて行動して命を守るかという、思考型の防災学習を実施していくとともに、自助、共助の視点に立った自己と他者の命を守る防災学習を行っていききたい。

開催地名：愛媛県宇和島市	
開催日時	令和4年11月27日（日） 12：50 ～ 14：20
開催場所	宇和島市立奥南小学校
語り部	菅野 祥一郎 （岩手県陸前高田市）
参加者	奥南小学校児童・保護者・教職員・公民館・防災組織・消防 100名
開催経緯	奥南地区では、災害後、防災さんぽを実施し、安全な避難経路を確認するための防災マップの作成に取り組み、防災フェスティバル等で防災啓発活動を実施してきた。防災活動に取り組む中で、沿岸部でありながら津波についての防災や津波被害者の体験談等がなく、津波から命を守る知識や実践力が不足している現状がある。今回は奥南地区の奥南小学校での講演を実施することで、児童のみでなく、保護者や地域住民に対して、防災意識を高めたいと考えている。
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>私は岩手県の南、宮城県に接している陸前高田という地域に住んでいる。岩手県の太平洋側は、非常に入り組んだリアス式海岸なので、津波の高さが増すことで大きな被害を受けた。既に東日本大震災から11年が経ち、テレビ等で報道されることも少なくなってきた。皆さんのほとんどがまだ生まれる前の災害なので仕方がないが、露出が減ると、もう自然と人々は、災害のことを忘れてしまうような雰囲気がある。うまくお話しできるかわからないが、あの震災が起こった時の体験をこれからお話ししたいと思う。</p> <p>津波災害には3つの特徴がある。1つ目は、一度に多くの命が奪われてしまうことである。東日本大震災で亡くなった方々は、ほとんどが津波で犠牲となられた。2つ目は、遺体が遠くに流されてしまうことだ。行方不明者が多いのはこのためだ。3つ目は、忘れられてしまうということだ。東日本大震災の前に三陸地方で被害を受けた「チリ地震津波」は、もう50年以上も前の出来事である。津波は、台風のように毎年やって来るわけではない。頻繁に来ないことはいいことだが、前回被害にあったときから間隔がかなりあいてしまうため、いつの間にかその怖さを忘れてしまうのである。</p> <p>（2）命を守るとは</p> <p>地震が発生したときに所用で校外にいた私は、急いで学校に戻ろうとしたが、津波注意報が発令されたため、途中の橋が通行止めになってしまい、非常に焦った記憶がある。何とかして学校に戻った時、子どもたちや近隣の住民は校庭に整列していたが、既に津波は川をさかのぼり始めており、時間の猶予はなかった。校舎に入った方がいいと言っている人も入れば、学校の裏に逃げようと言っている人もいたが、私は、丸太の階段を使って、6年生から順番に隣の山の上に登るように指示した。校長と担任の先生の指示に従い、子どもたちも周りの大人たちもすぐに登り始めた。つい先ほどまで校門付近にいた数十人の人たちは、私たちのそばからいつのまにか消えてしまった。校舎に逃げた人たちは、屋上の貯水槽の上に登れた一人の方を除き、流されてしまった。私の小学校の子どもたちが助かった理由と、住民の生死を分けたものは何なのか。それは、「誰よりも早く逃げることを決断したこと」、つまり「率先避難」に尽きると思う。子どもにつ</p>

られ、地域の人たちも走ったことにより、多くの命が助かった。人間には、自分に都合の悪い情報を無視する気持ちがあるため、「津波はまさかここまで来ないだろう」とか、「ここにいれば大丈夫だろう」といった気持ちがどうしても芽生えてしまう。しかし、この気持ちを振り切って避難を指示し、実行したことが命を救ったのだと思う。

(3) 避難所では

私たちの学校の子どもたちは全員が助かった。そして、何日か経つにつれて迎えに来る家族の人も増えた。いや、正確には迎えに来ては帰る家がないのだから無事な確かめに来た、と言った方がいいのかもしれない。ある子には最後まで誰も迎えに来ることはなかった。その子がどんな思いで家族が来てくれるのを待っていたか、みなさん想像がつかだろうか。本当に辛かったと思う。

このような状況の中で、信じられない人間もいた。遺体から財布の中身を盗む者たちだ。なぜこのようなことをするのか、目を疑った。皆さんは絶対このようなことをする人間にならないでほしい。

(4) 皆さんへのお願い

皆さんに、是非お願いしたいことがある。それは「命を大事にしてください」ということである。まずは自分の命を、そして隣人の命を。必死に逃げても力尽き、亡くなってしまった女の子がいる。どんなに怖かっただろうか。生きたくても、何の予告もなく人生を断ち切られてしまったのだ。人生には思いもよらないことが起こる。だから、今、この時を大切に、生きていることの幸せをかみしめて、誰の命でも大切にしたい。

人間の記憶は時間とともに薄れてしまうものだが、11年前の東日本大震災で起こったこと、残された教訓、防災の心構えだけは忘れないでいただきたいと思う。地震だけでなく、いろいろな災害が日本中で発生しているが、自分の命を守るために想像力を働かせて、日常生活の中でいろいろな経験を積んでほしい。そして、気づき、考え、行動することを忘れずに、生きる力を育ててほしいと思う。



開催地より

東日本大震災の体験談と児童に対する避難誘導についてとともに、津波の怖さだけでなく、立ち上がろうとする人間の強さ、頑張っている子供のことについてもお話しを伺った。今後は、被災したときにどのように考えて行動して命を守るかということ意識し、様々なケースを想定した避難訓練を行っていくとともに、学校と地域、行政との連携にも取り組んでいきたいと思う。

開催地名：愛媛県四国中央市	
開催日時	令和5年1月28日（土） 10：00 ～ 12：00
開催場所	四国中央市消防防災センター
語り部	菅野 澄枝 （宮城県仙台市）
参加者	自主防災組織役員・関係者、防災まちづくり推進課職員 70名
開催経緯	<p>当市では、南海トラフ巨大地震による被害が想定されており、各地区の自主防災組織を中心に防災・減災に対する取り組みを進めている。しかし、過去に地震による大きな被害が発生していないこともあり、経験者が少なく、伝承活動ができていない状態である。</p>
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>私が住んでいる仙台市宮城野区の岩切地区は、沿岸部から内陸に向けて10キロほど入った地点なので、直接の津波被害はなかった。しかし、近隣にある七北田川からの津波の逆流や、沿岸部の住民の避難などの影響は大きく、指定避難所は避難民であふれた。また、地盤の関係で仙台市内でも宮城野区は最大震度を記録し、私の自宅を含めて全壊や半壊の世帯も多く出た。</p> <p>東日本大震災では、死者、行方不明者の数は、合計で22,312人に及ぶ。東日本大震災の犠牲者の方々の死因は、津波による溺死が圧倒的に多い。阪神・淡路大震災の際は、家屋の倒壊や家具などの転倒による圧迫死がほとんどだったことを考えると、地震の揺れに対する対策はできていたと言える。それは、44年前に発生し、28名の死者を出した宮城県沖地震以降、宮城県では大きな地震に対する意識が常にあったことによる。いつ起こるかわからない地震に対する備えの意識が、県民の間で一定程度浸透していたのだ。</p> <p>地震の発生が14時46分だったため、小学生はちょうど帰宅途中だった。私たちは揺れが治まると、帰宅途中の小学生を何とか自宅まで連れ帰ることに追われた。私の娘も地域の大人たちから守られ、自宅にたどりつくことができた。災害発生時に、地域の人たちが子どもや高齢者、要支援者などを守ることが自然にできる社会を作りたい。そんな思いで、私は今地域での活動を行っている。</p> <p>（2）仙台市防災リーダー</p> <p>東日本大震災が起こるおよそ9か月前の平成22年6月に、仙台市宮城野区の総合防災訓練で「岩切・女性たちの防災宣言」が発表された。当時の女性区長が「日中に大地震が発生したら、家にいるのは女性が多い。女性の視点で防災対策を進める意義は大きい。」と提案したのがきっかけだった。宣言は、仕事で夫や父親が家にいない状況での心の備えを促す言葉で構成され、「私たちは、ここ岩切でみんなが安心して暮らすために、自分たちでできることを考え行動します。大切な人の命を守るために。この地域で育つ子供たちのために。」と結ばれている。翌年に東日本大震災が発生し、大勢の被災者が避難を余儀なくされた非常事態の中で、防災宣言を作ったメンバーは自然と行動を起こした。そこから、仙台市防災リーダーという動きも始まった。</p>

防災は、自分一人で取り組むものではない。みんなが自分の問題と思い、力を合わせて取り組むことで大きな力となる。仙台市防災リーダー（SBL）は仙台市特有の地域防災の動きである。SBLの養成は仙台市が行っているが、実際の活動は町内会が主体であり、町内会を支援する組織である。現在は 774 人の SBL がおり、そのうち、189 人が女性だ。

平常時の活動としては、地域の実情に応じた実践的な防災訓練等の企画・運営や地域住民に対する情報提供、啓発活動、指定避難所の運営に関する学校をはじめとした関係団体との協議・連携、災害時要援護者の支援体制の整備などが挙げられる。そして発災時には、避難誘導、災害時要援護者の支援、避難所の開設・運営、避難者の支援などが役割となる。平常時の活動が発災時の活動のためのベースとなるため、自主防災組織と協力し、その構成メンバーとして平常時から顔が見える関係作りが重要である。やはり、災害時に初めて見た顔が指示をするよりも、気心の通じた人間が声がけをするほうが、何事もスムーズに行くはずだ。SBLは実働部隊という側面はもとより、地域住民に防災活動を啓蒙していくことも重要な任務であると考えている。

（3）地域防災

お互いのことを思い合える状況があつてこそ、自分で頑張る力が出てくる。地域というのは、そういった思いの積み重ねではないかと強く思う。そして、無理なく、楽しく、末永く活動を継続していくことが重要である。一人では難しいことも、仲間と一緒に協力してあたられば、もう一歩上のステージに進んでいくことができる。そして、仲良しグループで無難に事を進めるのではなく、多様な意見を聞き、参考にすることで、よりよいアイデアや方法を見つけていくことも必要である。無いものを欲しがらず、あるもので対応していくことも必要だ。そして、私の町だから当たり前私を守る、私だけではできないから、みんなの力を集めて守っていくというスタンスで、是非皆さんの地域での防災活動を推進していただきたいと思う。



開催地より

東日本大震災の体験談を交えながら、仙台市地域防災リーダー（SBL）としての活動や、避難所での運営についてお話しいただいた。今日の講演を受けて当市では、自主防災組織による自助・共助の取組への支援と、小学校、中学校と連携した避難所の運営訓練を実施していく所存である。

開催地名：愛媛県八幡浜市	
開催日時	令和5年1月20日（金） 14：00 ～ 15：55
開催場所	八幡浜市民文化活動センター
語り部	菅井 茂 （宮城県仙台市）
参加者	自主防災組織・学校関係・社会福祉関係 125名
開催経緯	<p>当市では南海トラフ地震の発生が危惧され、発生した後の被害は甚大とされているため、八幡浜市自主防災会主催の八幡浜市防災訓練を毎年実施しているが、訓練参加者がマンネリ化しているように思える。</p> <p>そのため、今回、語り部の講演で災害発生時の自助、共助、近助の重要性を直に聞くことで、自主防災組織を中心に、市民一人一人の防災・減災に対する更なる意識向上と、災害時における避難所運営について知見を高めることとし、全市民が参加する避難訓練の実施に繋げたいと考える。</p>
内容	<p>（1）大震災発生時の状況</p> <p>東日本大震災発生時、私は南材地区町内会連合会の副会長を務めていた。発災当日、打ち合わせで県内の鳴子温泉に滞在しており、帰宅途中の車の中で激しい揺れを体感した。それは車外に放り出されるくらいの、今までに体験したことのない大きな揺れだった。その後、地域住民の安否確認をすべく自宅近くの避難所へ駆けつけ、被災者の受け入れ、人数の把握に奔走することとなった。</p> <p>（2）指定避難所での運営</p> <p>地震発生後、私は南材木町小学校で避難所開設の準備をしていた。20時前に水と乾パンを全員に配り、その際に905名が避難していることが判明した。避難者数は最終的には1,200名になった。仮設トイレを北側にも設置したが、寒くて誰も使用しなかったため、翌日に急遽東側に作り直した。また、自家発電機は2基あったが1基は作動しなかった。こうしたことも、日頃からのチェックが必要であると反省した。3月11日の夜、避難所運営委員会を立ち上げ、役割を分担し、ボランティアを募った。その結果、若い人が寝ずの番でトイレ番をしてくれるなど、トラブルもなく運営できた。</p> <p>私は、3月13日からは八軒中学校の避難所へ移った。こちらには460名の避難者がいた。津波被害を受けて孤立していた荒浜地区の荒浜小学校から、避難者の一部がヘリコプターで移送されて八軒中学校に入るようになったほか、南材コミュニティ・センターには乳幼児と母親が入所することになり、私どもは3カ所の避難所の運営に携わることになった。避難所は避難した人たちのホームである。地区の代表者を係に決め、少しでも住みやすい環境を作るために、ルールを守れない避難者には退所してもらおうと伝えるとともに、希望や不満を伺った。</p> <p>振り返ると、避難者に対して避難所内の決まりごとを周知して、実際にそれらを遵守してもらったことが、トラブルもなく快適に運営できた要因ではないかと思う。具体的には、避難所内では「禁酒」、「禁煙」とし、避難所の起床時間は</p>

6時半、朝食が8時、夕食が17時として、1日のスケジュールを明確化した。
 また、八軒中学校合唱部は、3月19日の全国大会に出場予定であったが、参加できる状況ではなかったため、武道場で、父兄及び避難者対象に合唱してくれた。この光景が様々な形で報道され、辛い避難生活の中での明るい話題として心を和ませてくれた。

地区内で倒壊家屋はなく、主たる被害は断水だけだったので、帰れる方は帰宅して食べていただくようご案内した。また、ライフラインが復旧したら帰ってほしいとあらかじめお伝えしていたこともあり、震災が発生して10日後の3月21日には、津波被害を受けた沿岸地区の住民以外は、速やかに帰宅してもらった。

(3) 震災経験を踏まえて

避難所運営がスムーズに行われたのには要因があった。まず1つは、平成17年から地域で総合防災訓練を実施していたことである。平成19年からは避難所となった八軒中学校とも連携し、同校で防災訓練を行っていた。東日本大震災の2日前にも、同年の防災訓練について打合せをしたばかりで、避難所を開設したらどう動く、ということが頭に入っていた。さらに、地区の昔からの住民とマンション住まいの新住民が、小学校の諸行事を通じて互いに顔見知りになっていたことも大きい。こうした諸行事は、地域の人が出会う良い機会になる。震災後も、「防災訓練」にひと工夫して、様々な世代に防災の重要性を認識してもらうことをテーマに活動を継続している。学校には生徒の登校日に訓練日が重なるよう依頼していて、濃煙体験、防災クイズ大会、土のう造り・土のう積みなど、参加者の防災活動経験が増えるよう工夫している。防災倉庫で防災装備品が故障していないかのチェックも怠らない。コミュニティ・センターでは民間企業との連携も図って、協力を得ている。地道な活動が、ひいては「自助」・「共助」のありかたを見直すきっかけにもなるかと思う。



開催地より

「東日本大震災から学んだ自主防災」という演題で、発災後からの避難所運営や地域を巻き込んだ防災訓練の実施について、わかりやすくお話しいただいた。本講演を受けて当市では、自主防災会を中心とした地域を巻き込んだ防災訓練の実施、南海トラフ地震への家庭での備えの強化を進め、自助・共助の体制強化につなげていきたいと思う。

開催地名：愛媛県上島町	
開催日時	令和4年11月10日(木) 15:00～16:25
開催場所	弓削商船高等専門学校
語り部	大谷 慶一 (福島県いわき市)
参加者	学生会・寮生会役員、クラブ同好会リーダー、教職員 27名
開催経緯	現在、自主防災組織や学校防災教育の推進に取り組んでおり、本事業語り部によるご講演を取組みの一環として取り入れることで、各活動や事業の質の向上が見込まれる。
内容	<p>(1) はじめに</p> <p>私は福島県いわき市の薄磯地区に住む、東日本大震災の語り部だ。東日本大震災前の薄磯地区は、1キロ程度の海岸を有し、340世帯、780人が生活していたが、東日本大震災の津波により、一瞬にして地域は壊滅状態となり、住民116人が犠牲となった。また、福島県内では原発事故も発生し、強制避難を強いられた住民は10数万人にも及んだ。放射線の風評被害は今なお残る。本日は震災時の私の行動を基に、お話ししたいと思う。</p> <p>(2) 東日本大震災発生</p> <p>2011年3月11日の14時46分に発生した地震はとてつもなく大きく、山が左右にゆっさゆっさ揺れているのが分かるほどだった。揺れが収まってテレビをつけたが映らなかったので、車のラジオで情報を集めた。ラジオによれば、近くの小名浜港には15時10分頃に3メートル以上の津波が到達するということがあったが、すでにその時刻となっているにもかかわらず、津波はまだ到達していなかった。津波は来ないと勝手に思い込み、200メートルほど離れた海岸まで行ってみると、海水が沖合の水平線まで引いており、海底が見える状態だった。それを見て大津波が来ることを確信し、自宅に引き返した。</p> <p>近所のお年寄り二人(うち一人は足が不自由)と自宅で待機していた妻に逃げるよう指示し、足の不自由な老婆を背負って一緒に裏山への石段を駆け上ったが、途中で津波が押し寄せた。この時、私は自分だけでも助かろうと行動した。背負っていた老婆を置き去りにし、もう一人の老婆の手を引き、飼い犬を抱いて登っていた妻に、老婆と犬を置いて急いで登るよう叫んだ。私と妻は助かったが、足の不自由な老婆は亡くなった、もう一人の老婆は津波に巻き込まれたが、奇跡的に助かった。</p> <p>私は、海を見に行き海底を見てから、津波が押し寄せるまでの13～14分間の記憶がほとんどない。津波が押し寄せた後の記憶も鮮明ではない。助かるために無我夢中で石段を登ったこと、津波が押し寄せた後は巻き込まれた住民を救出するために、夢中で水の中で行動したことをはっきり覚えていないのが実情だ。</p> <p>裏山に駆け上った私と妻を含む住民49人は、山の上にある神社で一夜を明か</p>

し、翌朝救助に来てくれた消防の方々に連れられて内陸の避難所に向かった。避難後も、一週間以上はのどの渇きや空腹をほとんど感じる事がなかった。今思えば、心の余裕が全くなかったのだと思う。

今では皆さんの前で普通にこの話ができるようになったが、震災後しばらくは、自分の行った行動が果たして正しいものだったのか、悩み苦しんだ。亡くなってしまった老婆の目を、私は今でも忘れられない。しかし、苦しくて悲しい自分の気持ちをさらけ出し、一人で抱え込まないようにすることで、ようやく精神的に落ち着いた。

(3) 震災を振り返って

住民のほとんどは、地震の後に津波が来ることはわかっていた。しかし、こんなにも大きな津波が来るとは想像していなかった。防潮堤を超えるような津波は来ないと勝手に判断し、高を括っていたのだ。住民の心の隙間に、災害が入り込んでしまった格好だ。災害が大きければ大きいほど、我々は原因を人に押し付ける傾向があるが、想定外の災害が発生する可能性を常に頭に入れておく必要がある。

災害が起きた時、逃げるタイミングはとても難しいが、自分で判断するしかない。逃げるスイッチは自分だけしか押せないのだ。自分の命より大切なものはないのだから、判断に躊躇は禁物だ。皆さんにお願いしたいことは、今日の私の話を、時々でいいから思い出していただきたいということだ。そして、今、自分の身の回りで命の危険が迫ったらどう行動するのかということも、時々でいいので考えほしい。想定外の災害は、ハザードマップのとおりにはいかない。死にたくないという本能の力を鍛えることで、命を守れる人になってほしい。



開催地より

震災の際のわずか数十分の間の緊迫した状況を再現していただき、とても引き込まれるお話で、参加者は皆熱心に聴いていた。常にリスクについて考える癖をつけ、いつか来るであろう災害に対する備えを構築していきたい。また、当校としては、災害発生時に適切な判断ができるよう、防災教育や救命講習等の取組を強化するとともに、定期的に行われる住民避難訓練に積極的に参加したり、学校が自治体と連携して避難所運営訓練などを積極的に取り組んだりすることで、災害発生時の学校と地域の連携を見直し、学校に求められていることや、問題点などを模索していきたいと思う。

開催地名：愛媛県伊予市	
開催日時	令和4年11月8日（火） 10：00 ～ 11：30
開催場所	伊予市役所（オンラインによる講演）
語り部	鈴木 秀光 （宮城県気仙沼市）
参加者	市議会議員、市職員 29名
開催経緯	<p>当市では、大規模災害の経験が少なく、災害経験に乏しい職員が多い。その中で、発災時に本部と現場の各担当との意思疎通をどのようにしていくかが課題となっている。そこで、行政職員として災害対応をされた東日本大震災の語り部に経験則等をお伺いすることとする。</p>
内容	<p>（１）震災の被害状況</p> <p>平成23年3月11日、14時46分頃に三陸沖で発生した地震は、マグニチュード9.0という大規模なもので、東北の太平洋側に甚大な被害をもたらした。気仙沼市では震災直後、70センチメートルも地盤が沈下した。また、津波により40隻を超える大型船が陸上に打ち上げられ、約3,000隻の漁船が流されたり、損壊したりした。市内にある宮城県気仙沼向洋高校には、4階部分まで浸水の跡があり、およそ16～17メートルの津波が来ていたと推測される。気仙沼市での死者数は1,033人を数え、行方不明者も212人、震災関連死と認定された方も110人にのぼった。この数字は、気仙沼市全体の人口の約1.8パーセントにあたる。被災家屋も15,815棟にのぼり市内全体の約40.9パーセントにのぼった。震災によって、被災した事業所、従業員は全体の8割を超え、震災直前には約74,000人いた人口は、59,239人まで減少している。（令和4年9月現在）</p> <p>気仙沼市では、想定していた浸水区域外である市役所前の道路まで浸水し、庁舎は瓦礫で埋まり孤立してしまい、停電を誘発した。そのため調査や救助にも大きな影響が出た。市内で給油ができるガソリンスタンドは3カ所しかなく、十分な燃料を配給するにも手間と時間を取られた。ライフラインは3日ほどで復旧すると予想していたが、想定を超える津波被害により、停電が市内全体で解消されたのは震災から2か月後、また水道の復旧に関しては3か月後であった。</p> <p>市内の避難所は最大105箇所へのぼり、1日2食の食料を提供した避難者数は20,000人以上に及んだ。大規模な震災被害だったため、コミュニティーセンターや寺院、一般住宅も避難所として機能した。救助物資については、震災直後からすぐに市役所から各避難所に配送した。はじめのうちは食料や水などの提供が中心だったが、避難が長期化するにつれてプライバシーを守るためのパーテーションや、床に敷くためのマット、着替える場所やシャワー、トイレなどの生活用品の必要性が高くなっていった。また、病気の方のための薬など、命に関わる物資も必要であったが、提携先の製薬会社と連携しても、実際に薬が手元に届けられるまではかなりの時間を要した。各避難所では、市役所職員や大人だけでなく、生徒や学生も強力な支援者となり、率先して配食の手伝い等の業務を手伝ってもらい、非常に助けられた。</p>

(2) 震災後の復興

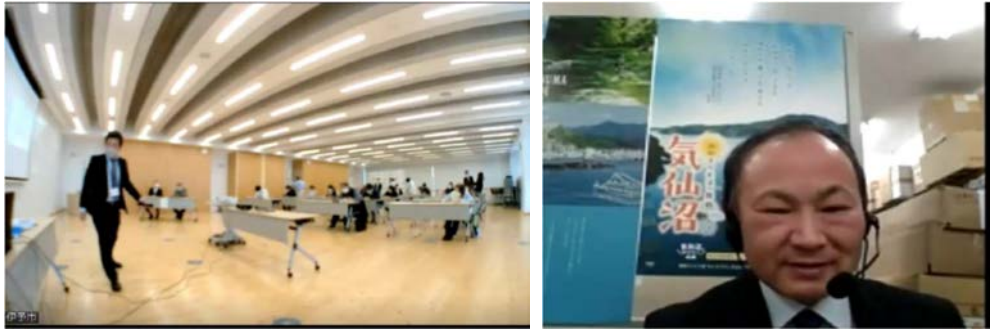
仮設住宅は93箇所に分散して建てられた。市内はリアス式地形のため、山がちで平地が少ない。従って大規模な住宅を建設することができず、点在する方法を取らざるを得なかった。

津波による水害の影響は復興作業にも大きく影響した。市役所が浸水したため、書類やCD、パソコン等の行政に必要なデータが汚損したからだ。当時はクラウドシステムの利用を考えていなかった。また、当時は緊急用の発電システムが存在せず、発電機はあったものの、しばらく使用していなかったために使い物にならなかった。支援物資の集積、管理も慣れない市職員には大変な作業だった。気仙沼市の場合は、近隣に廃業した青果市場があったので、そちらを使うことで難を逃れたかたちである。だが、実際は支援物資の受け入れ対応もマニュアルを決めておくことが必要だと考える。

(3) さいごに

地震が起きたらまず何をすべきか。それを考えておかねばならない。本部はどこに立ち上げるのか。庁舎が被災したらどこに移って、市民への対応を再開するのか。データを持っていく準備はできているのか。支払業務や死亡届等、災害時でもやらねばならない業務は多数ある。ご遺体の安置場所も決めておく必要がある。行方不明者のご家族を探すのにも、市職員の力が必要だ。震災対応がある程度落ち着いた後には、生活再建支援金など、支援制度への対応が始まる。あらかじめ各制度を理解しておかないとスムーズに対応はできない。

気仙沼市は、全国、そして全世界から非常に多くの支援を受けた。他の自治体の方々に同じ思いをさせないためにも、我々が得た教訓を伝えていくのは、被災自治体の責務だと考えている。「フェーズゼロ」、つまり、「今日は災害の前日であるかもしれない」という意識を念頭に置いて、具体的な災害対策を考えていくことが重要である。



開催地より

ご自身の東日本大震災時の体験談を交えながらわかりやすく、お話をしていただいた。どれだけ対策をしても、想定外の出来事は起こりうることを改めて認識した。今後も、職員への意識啓発に努めていきたい。

開催地名：高知県南国市	
開催日時	令和5年1月22日（日） 9：30 ～ 12：00
開催場所	ザ・ミーニッツ
語り部	大河内 喜男 （福島県いわき市）
参加者	市危機管理課、自主防災組織、関係機関 42名
開催経緯	本市は幸いなことに大規模災害を経験していないことから、大規模災害発生後の自主防災組織をはじめとする住民に、どのような災害対応が必要となるかといった防災意識を持つことが課題となっている。このことから、過去の災害体験や教訓を受け継ぐことで、防災意識の向上を図ることを目的としている。
内容	<p>（１）はじめに</p> <p>私は福島県いわき市の薄磯という所に居住している。漁港として有名な小名浜港のそばで、現在は観光名所となっている塩屋埼灯台のそばにある。</p> <p>2011年3月11日に発生した東北地方太平洋沖地震による大津波は、薄磯地区に大きな被害をもたらした。大津波は防潮堤を大きく乗り越えて集落全部を飲み込み、ほとんどの家屋を破壊した。津波の高さは8.5メートルに及び、住宅被害は、全壊家屋が87パーセント、このうち流失家屋は65パーセントを占めた。公共施設のうち唯一、集落の最も奥に位置していた豊間小学校の校舎はかろうじて難を逃れた。薄磯地区の被害はいわき市内で最も多く、約780人の人口のうち116人が亡くなった。</p> <p>この地震が発生した2011年3月11日の午後、私は内陸部にある病院の待合室にいた。いわき市では震度6弱の揺れを観測した。津波が来るのですぐに避難するよう指示が出されていたが、私は家族のことが心配ですぐに車で自宅に向かってしまった。あと2キロの所で道路が陥没していて立ち往生し、ようやく自宅付近にたどり着いた時には、すでに大津波が来た後だった。たまたま私は助かったが、私のような行動をとった人たちが大勢犠牲になっている。</p> <p>いわき市では過去数百年の間、大きな津波被害を受けた具体的な記録が残っていない。また、今生活している私たちにも津波被害の経験がないため、市民の間では津波に対する警戒意識がほとんどなかった。そのため、津波はここまで来ないという思い込みにより、すぐに避難所に向かう人は少数で、海を見に来ていた人が大勢津波の犠牲になってしまった。</p> <p>（２）災害に対する心構え</p> <p>身の回りで災害が起こった時、どれだけ安全な行動がとれるかが命を守れるかどうかのターニングポイントとなる。実際に災害に直面すると、多くの方はパニックとなり、どうしていいかわからなくなってしまう。家族がいれば、その安否も気になるのは当然であるが、一番大事なことは、何があっても一人一人が自分の命を守ることである。自分の命を守ること、生き抜くことが最優先され、その行動が周りの多くの命を助けることにつながる。日頃から災害に対する</p>

意識を持ち、備えをしておくことが重要である。そして、「逃げろ」と避難を促すことができる人間になることが重要だ。

ハザードマップや避難所については、書類等で確認するだけでは自分の命を守ることはできない。地震だけでなく、現在全国で発生している様々な災害から身を守るには、避難所はどこにあるのか、そこに行くルートはどうなっているのか、周辺に危険な箇所はないか等について、自分の目で確かめることが大切だ。この行為が安全なまちづくりや避難ルートの確認につながるので、是非家族と一緒に「防災まち歩き」に取り組んでいただきたいと思います。また、最低でも2、3日しのげる食料を準備しておくことや、その他各々の必需品を準備しておくことが必要だろう。

(3) 避難所の状況

東日本大震災時には市内の各所に避難所が開設され、私の避難所生活は2か月半に及んだ。避難所生活で一番の課題はトイレの問題である。避難所によっては数百人以上の人々が、数時間の利用ではなく、数か月以上も滞在するので、足りない上に使用頻度は極めて高く、清掃や廃棄等が追い付かずにすぐに使用できなくなってしまう。少しでも改善するには、簡易トイレなどを準備して、なるべく使用を分散させるしかない。避難してきた人たちがいかに協力しあえるかが重要なポイントになるが、町内会や自主防災会の役員だけでなく、避難してきた住民も巻き込んで運営していくのが理想だと考える。

また、避難生活が長期化するといろいろなストレスがたまる。原発のある県内の他の自治体から、約5万人の人々がいわき市に避難してきたことで、市内の幹線道路の渋滞、病院・スーパーの混雑、他県もしくは外国人の窃盗団による盗難被害等、想定していないことが次々と起こった。支援物資の保管場所や保管方法、そして配布方法についても避難所運営スタッフの頭を悩ませた。平常時では考えられないことだが、避難所内では支援物資の奪い合い等も実際に発生した。



開催地より

東日本大震災の被災体験談について、具体的なお話を織り交ぜてお話しいただいた。改めて東日本大震災に対するイメージを強く認識することができたと思う。今後当市としては、自主防災組織や地域住民へのさらなる啓発と、避難所運営訓練等の実践演習に取り組んでいきたい。

開催地名：高知県四万十町	
開催日時	令和5年1月22日（日） 9：00 ～ 10：10
開催場所	窪川四万十会館
語り部	大内 幸子 （宮城県仙台市）
参加者	四万十町職員、自主防災組織、関係機関、地域住民等 約140名
開催経緯	<p>当町には現在88の自主防災組織があり、各組織においては、毎年、地域の実状に合わせた防災活動が実施されている。しかし、少子高齢化による後継者不足や防災活動への参加者の固定化、男性中心の防災活動、防災意識の低さ、危機感の無さ等により、共助の要である自主防災組織が万全に機能しているとは言えない状況である。</p>
	<p>（1）福住町の紹介</p> <p>私が住む仙台市福住町は、1,500人前後の新興住宅地で、過去の被災をきっかけに、独自の防災方式を生み出してきた。できるだけ行政に頼らない地域力の向上を目指すとともに、町内あげての災害対策を行っている。まずは要支援者の名簿作成、住民全員の名簿作成（1年更新）、仙台市内外の町内会・市民グループとの災害時相互協力協定の締結、お互いのできる範囲内での支援と交流（14団体）等を実施している。</p> <p>（2）東日本大震災時の記憶</p> <p>震災が発生した3月11日は、被災時を想定した訓練どおりに、要支援者の安否確認を30分で終わることができた。普段から45～50人ぐらいの要支援者の見守りをしていたので、名簿がなくてもすぐに駆けつけることができた。避難所の開設については、小学校の避難所には2,000人近くの避難者が殺到したため立ち後れたが、町内では暗くなる前に炊き出しの準備をし、公園に手作りのトイレや災害時がれき置き場を、訓練どおりに設置することができた。</p> <p>また、小千谷市の池原地区の方々が「7年前のご恩を忘れません」と駆けつけてくださり、支援物資をたくさん届けていただいた。小千谷市を含め4団体から支援物資をお送りいただいたので、約8割相当の物資については、支援いただいた4団体の許可を得たうえで、福住町より甚大な被害を受けた海沿いの地区へお届けし、役立てていただいた。</p> <p>（3）その後の地域防災活動</p> <p>仙台市では、平成24年度より地域防災の担い手を育成する目的で「仙台市地域防災リーダー（SBL）養成講習」を開始した。仙台市地域防災リーダー（SBL）には、町内会長などを補佐しながら、平常時には地域特性を考慮した防災計画づくりや効果的な訓練の企画運営、災害時には地域住民の避難誘導や救出・救護活動の指揮を行うなどの役割が期待されている。</p> <p>災害規模が大きいほど、公助には限界がある。自助・共助の取り組みが重要と感じ、併せて災害時には女性の視点に立った防災・減災が必要だと強く感じた。</p>

東日本大震災をきっかけに、私は仙台市地域防災リーダーの認定を受け、女性のための防災リーダー養成講座を受講し、せんだい女性防災リーダーネットワークを立ち上げ、東日本大震災の教訓と人の命の大切さなどを発信し、人材育成活動を行っている。メンバーは町内会役員、学校支援関係者、民生委員、防災士、市職員、SBLメンバーから成り立っており、イベントや研修会など色々な切り口から防災を学ぶワークショップなどを開催している。女性ならではの視点とリーダーシップを活かした地域防災力を高める活動を意識している。

福住町の防火・防災訓練では、災害時の対応、減災を「自分たちの町は自分たちで守る」をモットーに毎年訓練している。15年前から消防署の指導ではなく、福住町独自の企画と運営で、「全員参加型」を目指す防災訓練であり、授業の一環として中学生が参加しているのも特徴である。

震災後、避難所運例マニュアルにも変化し、避難所は体育館から校舎の2～4階に避難すること、避難所運営委員企画員として女性の参画が進んだこと、簡易トイレは7：3で洋式が増えたことなどに改善点が見られる。また、防災訓練により各自の役割が明確化されるとともに、地域の名簿を毎年メンテナンスし、地域の中での見回りの体制が構築されている。地域住民が自分ごととして、防災・減災を考えられるように工夫していて、ボランティア活動や夏祭りやイベントで住民のコミュニケーションの構築を共に図っているのも特徴である。

(4) 参加者に伝えたいこと

できるだけ行政に頼らない地域力を持つこと、地域の災害の歴史を次世代に根気よく伝承していくこと、災害に対する備えや準備・取り組みは災害時のリスク削減に繋がること、地域での顔の見える関係が減災に繋がること、学校の防災教育と地域防災のタイアップが、地域の発展と防災力向上に繋がっていくことをお伝えしたい。防災・減災を進めていくには工夫と努力と知恵が必要だ。自分の命を守るため、大切な家族を守るために継続していくことをお奨めしたい。



開催地より

東日本大震災を経験された語り部から、自主防災組織の取り組みや女性視点の避難所運営等の具体的なお話を伺うことができた。本日の講演を受けて当町としては、自主防災活動や避難所運営等に女性が参加しやすい体制づくりを進めるとともに、住民が飽きずに毎年参加したくなる防災訓練の実施を検討の上、進めていきたいと思う。

開催地名：高知県高知市	
開催日時	令和4年9月12日（月） 9：10～10：40
開催場所	学校法人高知学園 高知小学校
語り部	吉田 亮一 （宮城県仙台市）
参加者	高知小学校児童 約35名
開催経緯	<p>当市では、南海トラフ巨大地震による被害が想定されており、今後30年以内に70～80%で発生すると言われていた中、昭和南海地震からかなりの年月が経過し、経験者の減少や高齢化から低年齢層への災害伝承が課題となっている。今回の東日本大震災の語り部による講演を機に、児童と家庭が一体となって防災意識を高め、自分たち身の守り方などを学ぶ機会を作っていくことを目標としたい。</p>
内容	<p>（1）防災とは</p> <p>世界中には様々な自然災害が存在している。私たちが暮らす日本でも、地震、津波、台風、火山の噴火、豪雪、ゲリラ豪雨などの災害が毎年各地で発生している。地球自体が動いていて、生きているから、地球上のあちこちで色々な現象が発生し、時にはそこで生活する私たち人間に被害が及んでしまうのである。そう考えると、私たちは自然災害を受け入れ、一緒に暮らしていかなければならない。それでは、自然災害と一緒に暮らしていくにはどのような点に気を付けたらいいのか。それは災害について考えるということ、そして行動するというのである。自然災害のことをしっかり理解して、危機感を持つということが大切である。そして、想定以上の備えをすることが、防災、減災の基本になる。</p> <p>（2）災害に対する備え</p> <p>通学路でよく見かけるブロック塀は、地震で倒れてきたときにはとても危険である。実際に2018年に発生した大阪北部地震で、当時小学校3年生の女の子が亡くなっている。登下校中に地震が発生した場合は、道にしゃがんだ状態でランドセルのふたを頭にかぶせることで、頭と首筋を落下物等からカバーすることができる。</p> <p>夜間寝ているときの地震対策としては、布団を頭からかぶってダンゴ虫のように体を丸めることで、身の安全を確保する方法を覚えてほしい。そして、靴下、スニーカー、雨合羽、携帯ラジオ、ヘッドライト、防犯ブザーの6つを手の届くところに置いておくことをお奨めする。この6点は避難する際に必要となる重要な物品なので、是非準備していただきたい。</p> <p>東日本大震災以後、食料、飲み水については1週間分を用意しておくように案内している。災害が起こると、コンビニやスーパーの商品は品薄になってしまうので、少なくとも1週間分くらいの備えは確保してほしい。</p> <p>お風呂の水についても覚えておいてほしいことがある。お風呂の水は、断水になってしまったときに、トイレのお水として使用できる。いつも浴槽に水が入っているように習慣づけておくと、災害が発生したときに有効である。</p>

(3) 東日本大震災を踏まえて

約 11 年前に東日本大震災が起こったとき、私の住む地域では全世帯が 5 日間停電し、ガスは 3～4 週間、水道は 2 週間止まった。指定避難所の茂庭台中学校で、17 日間にわたって避難所が開設され、最大時は 200 人の住民の方々が避難していた。

地震が発生したのが金曜日の午後だったため、地域には高齢者と小・中学生しかいなかった。しかし避難所はすぐに開設しなければいけない。震災当日、私が一時避難場所にいると、中学生が走ってきて、「避難所の準備ができたので避難してきてください」と伝えてくれた。避難所に移動すると、中学生が自らのアイデアで避難所の床に柔道用の畳やマットを一面に敷いて私たちを迎えてくれた。

避難所を開設してからも、会社員や高校生は早朝から通勤・登校してしまうため、運営には彼ら小・中学生の力も必要だった。実際に避難所では、小・中学生が大活躍してくれた。避難所内では必要事項の掲示やごみの分別など、小・中学生が自発的にアイデアを生かして行ってくれた。朝、昼、夕の 1 日 3 回、炊き出しを手伝ってくれたのも中学生であった。自衛隊の方々が届けてくれる避難物資を避難所の一角にまとめ、数量がわかりやすいように配置や管理をしてくれたのは小・中学生であったし、新聞の情報を共有できるように、毎日掲示板に張り出してくれたのも小・中学生であった。毎朝、避難所を掃除してくれたのも小学生である。

このような経験から、避難所では小学生や中学生にも担える役割があるということをも是非認識してほしい。いざというとき、皆さんは大きな役割を担うことができる。覚えておいてほしい。



開催地より

東日本大震災を経験された語り部から、地震に対する備えについての具体的なお話を聞くことができ、改めて災害に対するイメージを強く認識することができたと思う。また、避難所での小・中学生の活躍ぶりについてのお話しも、児童それぞれが自分の役割について考えるきっかけにしていきたいと思う。有難うございました。

開催地名：佐賀県唐津市	
開催日時	令和4年12月11日（日） 13：30 ～ 15：00
開催場所	ボートレースからつ
語り部	甚野 敬司 （宮城県大和町）
参加者	市民、市職員 70名
開催経緯	原子力災害の実態についての理解が十分ではなく、避難計画の市民周知が進まない現状に対し、原子力の危険性だけを取り上げ、原子力施設の廃止や縮小などの一方的な考え方に偏らずに、原子力という危険性があるものに対し、市民の立場として、原子力を正しく理解し、災害に備える力をつけることが重要である。今回の講演を実施することで、東日本大震災時の被災現場の実態を学び、災害対応力の強化及び防災意識の向上を図りたい。
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>東日本大震災が発生したとき、私は自衛隊に勤務していた。その後、宮城県大和町の職員として勤務することになり、現在に至る。自衛隊勤務時代に多くの災害派遣活動を経験しており、特に東日本大震災時の現場での経験は、とても貴重なものだと認識している。年齢的に現役時代が残り少なくなったことと、東日本大震災から10年の節目が経過したことから、語り継ぐのは今ではないかと考え始め、命の大切さを伝えていくことを自分の使命と意識し、語り部としての活動を始めた。これからお話しする内容について、一つでも学びがあれば幸いである。</p> <p>（2）東日本大震災時の活動</p> <p>2011年3月11日、死者、行方不明者、関連死者合わせて22,209人という大災害が発生した。当時私は福島駐屯地に所属する自衛官で、地震発生とともに福島原発事故対応に向かった。2日間住民の救助活動を実施すると、休む間もなく石巻市に移動して、5月上旬まで門脇地区での行方不明者捜索活動や、民生支援に従事した。その後再び福島原発事故対応のため福島に戻り、第一原発10キロ圏内の行方不明者の捜索や、道路の修復等の環境整備、そして12月までの長期にわたり、主に除染作業を実施した。</p> <p>地震発生直後は、第一原発の一号機が水素爆発を起こし、防護服姿の警察官が散見されたが、情報が錯綜していたために、我々は何が起きたのかもわからないまま生存者の救助活動を継続し、3月11日から13日までに174人の住民を救出した。</p> <p>タイレックスやウェダーといった防護服を着込んでの捜索活動は、5月以降は汗がブーツにたまって靴下がビショビショになるほどで、初夏を迎えた福島ではとても辛かった記憶がある。浪江町の立ち入り禁止区域で除染活動を行う際には、また防護服が欠かせなかった。汚染された落ち葉や廃土を徹底的に掻き出して地中に埋め、側溝などに落ちたものも丁寧に取り去り、ブラッシングと高</p>

圧洗浄を繰り返すことで、少しずつ汚染量を和らげていった。途中、一時帰宅者の受け入れや移送も担当し、自衛隊のみでなく、東京電力や環境庁の職員、地域の除染チームとともに、毎日のように現地本部会議を実施した。

浪江町では、震災発生時には21,434人いた人口は、令和2年9月末現在で1,500人弱まで減少してしまった。(現在は2,000人程度まで戻っている)2011年12月に実施した、浪江町役場機能回復のための除染作業では、若い隊員たちによる献身的かつ誠実な対応が多く見られたことを、今でも誇りに思っている。

(3) 震災で得た教訓

我が家ではある程度備蓄をしていたが、親戚から米を分けてもらうなど、助け合いながら日々をしのいだことで、改めて家族や親戚など、身近な人とのつながりの大切さについて気付かされた。冷凍食品やカセットコンロ、小麦粉、乾麺、新聞紙など、災害時に役に立つものをある程度備蓄しておくことをお奨めしたい。車の燃料も、こまめに満タンにしておくべきである。

私が職務を通じて経験したことを、皆さんに、あるいは次の世代に伝えていくことは、今を生きる災害経験者の責任であるし、とても意義のあることだと考える。伝えることで、「助けられる人」を「助ける人」へと、意識を変えることができるはずだ。被災した当事者になることは無理でも、話を通じて「備える」ことは可能である。想定外のことが起こる可能性を否定せずに、普段から何を備えておくべきか、考えるくせをつけることが必要だ。原発周辺の住民の皆様については、原子力防災訓練に参加することでその内容を知り、何を「備える」べきなのか、認識することができる。そしてその重要性に気づいて、適切な行動していけば、具体的な身の回りへの備えが必ずできるはずであり、安心・安全につながると信じている。



開催地より

東日本大震災の活動内容、教訓について非常にわかりやすくお話しいただいた。今日の講演を受けて、本市としては自主防災組織などによる自助意識の向上と、原子力防災時の唐津市職員行動マニュアルの策定、職員研修の実施に向けて取り組みを強化していきたい。

開催地名：宮崎県木城町	
開催日時	令和4年11月27日（日） 13：30 ～ 15：30
開催場所	木城町総合交流センター
語り部	山縣 嘉恵 （宮城県東松島市）
参加者	木城町役場職員・木城町消防団・地域住民・関係機関 40名
開催経緯	<p>当町の町民は、台風を中心として風水害による被害を毎年のように受けているため、水害への危機意識は高く、今年度は、当町の中央を流れる一級河川の堤防決壊時浸水想定区域を柱とした総合防災マップを更新の上配布し、総合防災マップを活用した防災に関する説明会を開催するなど、防災意識の向上に取り組んでいる。一方、大規模な地震災害への対応は、直近でも1662年の外所地震であることから、地震に対する意識（知識）の向上が課題となっている。</p>
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>私が住む東松島市は、桃生郡矢本町と鳴瀬町の合併（平成の大合併）によって2005年に発足した。西側に松島町が隣接し、仙台市と石巻市の間に位置しており、ブルーインパルスで有名な航空自衛隊松島基地が近くにある。</p> <p>2011年3月11日の東日本大震災では、津波の襲来で、死者1,000人以上が出て、市内全住宅の3分の2を超える約11,000棟が全半壊した。野蒜海岸では10.3メートルの津波が観測された。私が住む野蒜地区では、東側の石巻湾から押し寄せた津波が内陸2キロ弱を横断し、西側の松島湾に流れ込んだため、野蒜小学校の体育館で13人が、特別養護老人ホーム「不老園」の入所者56人が亡くなるなど、壊滅的被害を受けた。航空自衛隊松島基地も冠水し、多くの航空機が破損した。市内の指定避難所は106箇所及び、15,000人以上が避難所生活を送った。</p> <p>野蒜地区では、震災前に4,700人いた住民のうち、511人が犠牲となった。震災後の暮らしは選択の連続で、仮設住宅もしくは「みなし仮設」、他地区への移住等の選択を経て、野蒜ヶ丘防災集団移転団地が設置されたが、現在人口は2,700人ほどにまで減少している。なお、犠牲者の511人には、小学生24人、中学生8人、保育園児11人、幼稚園児1人が含まれている。（いずれも放課後の犠牲者）</p> <p>（2）東日本大震災時の状況</p> <p>地震発生時、私は自宅に、息子は小学校に、義母は自宅の離れに、夫は勤務先にいた。2003年にあった宮城県沖地震（宮城県北部沖地震）後、我が家では家具をL字型金具で固定したり、家具の上にモノを置かないことを徹底していたので、幸いにして家具の転倒はなかったが、経験したことのない大きな揺れが3分程度は続いた。津波が来ることは予想していたが、1960年のチリ地震津波同様、到達まで時間的余裕があると誤った認識を持っていたために、義母を置いてまずは息子を迎えに小学校に向かった。そして息子を引き取って一旦地区セン</p>

ターに待たせておき、義母を自宅に迎えに行き、そして地区センターで3人一緒に合流してから避難所である野蒜小学校の体育館に向かった。

野蒜地区には、西から東に東名運河が流れており、避難所の野蒜小学校は運河の北側、自宅は南側（海側）にあった。野蒜小学校までは野蒜海岸から直線距離で1.2キロ（自宅までは600メートル）あり、この運河の北側までは津波が来ないと思い込んでいた。避難所に着いた私たちは、既に体育館は避難してきた住民でいっぱいだったため、中には入れずにいた。その時、海側から黒い津波が運河を越えて小学校に向かってるのが見えたため、校舎に向かって走った。私たちは津波から免れたが、体育館にいた避難者の一部に犠牲者が出てしまった。

(3) まとめ

この震災を経験しての思いは、何も知らなかったなという「反省」、自分たちは助かったが、できればみんなで助かりたかったという「後悔」、そして平時に備えられることが多いという「気付き」である。是非みなさんも避難行動についての以下の7つのポイントを家族で確認していただきたい。

- ・家の中の地震対策が有効
- ・避難場所は一つだけでなく複数把握
- ・災害が起きたら、待たせない、待たない、戻らないことが重要
- ・避難場所は災害により使えないところもあることを知っておく
- ・地域の人と日頃からのあいさつが大切（顔の見える関係性の構築）
- ・車での避難も想定した訓練も必要
- ・学校と地域の連携した訓練やマニュアルの確認・共有も必要

今を生きる私たちが未来のためにできることは、伝承していくことであり、伝承から学び、行動を起こすことである。命を大切にすることは、防災に取り組むことであり、人を大切にすることであり、人づくり・街づくりをすることである。従って、防災は街づくりであるとも言えると思う。



開催地より

東日本大震災を経験された語り部から、津波の怖さや避難所生活についての具体的なお話を聞くことができ、地震に対する防災意識の向上や自助・共助の大切さについて認識できた。今後の防災活動に活かしていきたいと思う。

開催地名：宮崎県国富町	
開催日時	令和4年9月2日（金） 14：30 ～ 15：50
開催場所	国富町立八代中学校
語り部	吉田 亮一 （宮城県仙台市）
参加者	国富町立八代中学校生徒と教職員、国富町総務課危機管理担当 75名
開催経緯	<p>宮崎県は、県の東部が日向灘に面し、日向灘を震源とする大規模の地震が発生した場合、本町では最大震度7が想定されており、大きな被害が発生することが予想される。そのため本町では町のハザードマップを作成するなど、小・中学校での防災教育推進に取り組んでいる。</p> <p>しかし、東日本大震災から11年が経過し、その記憶が風化しはじめている。また、中学生も幼い頃の災害であったこともあり、災害を自分事として捉えられなくなっている。そこで今年度は、若い世代への災害伝承として「自助、公助の考え方の普及啓発」と「避難所における中学生の活動事例の紹介」を中心に、東日本大震災の語り部にご講演いただくこととする。</p>
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>地球上では、様々な自然災害が起きているがその原因は何か。いろいろな理由があると思うが、一つは皆さんと同じように地球も生きているということによる。地球も生きているからこそ、災害も起こるということを忘れないでほしい。その上で、災害の際には考えて行動するということの大切さを、本日皆さんにお伝えしたい。</p> <p>（2）災害に対する備え</p> <p>地震が起きた際には、学校にも危険がたくさんある。廊下は避難通路になるので、避難する際に邪魔になるようなものは置いてはいけない。登下校にも危険がたくさんある。狭い道や歩道が多く、揺れでブロック塀が倒れてくることがある。また、道路が割れて穴ができることもある。昼間であれば確認できるが、夜間で電気がない状態では確認することは難しい。トランス電柱、自動販売機、看板など上から物が落ちてくる可能性があり、注意しなければならない。</p> <p>東日本大震災以後、食料、飲み水については1週間分を用意しておくように案内している。災害が起こると、コンビニやスーパーの商品は品薄になってしまうので、少なくとも1週間分くらいの備えは確保してほしい。</p> <p>風呂の水についても覚えておいてほしいことがある。風呂の水は、断水になってしまったときに、トイレの水として使用できる。いつも浴槽にお湯が入っているように習慣づけておくと、災害が発生したときに有効である。</p> <p>また、皆さんが持っている防災マップについても、いつも携帯するようにしていただき、活用してほしい。このマップは地震を想定したものであるが、風水害の情報を盛り込んだものも作成してもらいたい。そしてさらには、非常口や非常</p>

階段はどこにあるのか、消火器はどこに設置されているのか等々の情報を盛り込んだ学校の防災マップと、家（マンション）の防災マップについても、皆さん一人一人に作成してほしいと思う。

（3）東日本大震災を踏まえて

約10年前に東日本大震災が起こったとき、私の住む地域では全世帯が5日間停電し、ガスは3～4週間、水道は2週間止まった。指定避難所の茂庭台中学校では、17日間にわたって避難所が開設され、最大時は200名の方々が避難していた。平日の日中、地域にいる住民は、高齢者と小・中学生が中心だった。しかし避難所はすぐに開設しなければいけない。避難所開設後も、会社員や高校生は早朝から通勤・登校してしまう。運営には小・中学生の力が必要だった。避難所で、彼らは大活躍してくれた。震災当日、私が一時避難場所にいると、中学生が走ってきて、「避難所の準備ができたので避難してきてください。」と伝えてくれた。避難所に移動すると、中学生が自らのアイデアで避難所の床に柔道用の畳やマットを一面に敷いて私たちを迎えてくれた。そのあと、避難所内では必要事項の掲示やごみの分別など、中学生が自発的にアイデアを生かして行ってくれた。朝、昼、夕の1日3回、炊き出しを手伝ってくれたのも中学生であった。自衛隊の方々が届けてくれる避難物資を避難所の一角にまとめ、数量がわかりやすいように配置してくれたのは小学生であったし、新聞の情報を共有できるように、毎日掲示板に張り出してくれたのも小学生であった。毎朝、避難所を掃除してくれたのも小学生である。

このような経験から、避難所では小学生や中学生にも担える役割があるという事を是非認識してほしい。いざというとき、皆さんは大きな役割を担うことができる。是非覚えておいてほしい。



開催地より

東日本大震災で避難所の責任者を務め、ジュニア防災リーダー育成事業を立ち上げ、ジュニア防災リーダーの育成も行っている吉田亮一氏から、避難所生活についての具体的なお話を聞くことができ、生徒たちも、改めて災害に対するイメージを強く認識することができたと思う。

開催地名：宮崎県串間市	
開催日時	令和4年10月28日（金） 14：00 ～ 15：30
開催場所	道の駅くしま
語り部	佐々木 守 （岩手県釜石市）
参加者	串間市職員 31名
開催経緯	<p>当市では南海トラフ巨大地震による被害が想定されており、地域ごとの津波ハザードマップや津波避難計画を策定するとともに、災害時の職員初動マニュアルや受援計画等を策定し、職員を対象とした訓練を実施したところである。しかし、職員の防災に対する意識が低く、訓練を実施しても指示待ちの職員が多く、自主的な行動がみられない等の課題が残る。南海トラフ巨大地震に備え、職員への教育目的で、本講演を実施したい。</p>
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>釜石市は岩手県の南東部に立地する三陸復興国立公園の中心地で、リアス式海岸が有名だ。近代製鉄発祥の地としても知られており、新日鉄釜石ラグビー部の活躍をご記憶の方も多いと思う。</p> <p>一方では津波常襲地域としても知られており、これまで多くの津波被害を受けてきた歴史がある。明治29年、昭和8年の津波でも、かなりの被害を受けている。東日本大震災発災以前に、30年以内に宮城県沖地震が99パーセント以上の確率で発生すると言われていた。</p> <p>2011年3月11日に発災した東日本大震災では、釜石市中妻町で震度6弱を記録し、津波の最大高は推定30メートルのところもあった。人的被害においては、死者888人、行方不明者152人で、家屋の損壊は4,704戸（市全戸の29パーセント）に及んだ。産業については、市内全事業所2,396事業所のうち1,382事業所（57.7パーセント）が被災し、主要産業の漁業における保有漁船の被災は深刻で、所有している漁船の約98パーセントが被災した。</p> <p>（2）行政職員として</p> <p>ライフラインが全滅したことや、市庁舎が建物自体の倒壊もあって司令部として全く機能しなかったこと、市職員の数多くが被災したためのマンパワー不足と業務の増大・複雑化、想定していなかった業務の対応等、とにかく手の打ちようがない状況の中で、行政機能は完全に崩壊してしまい、多くの震災対応に課題が残った。すべては防災への危機意識に基づいた事前準備に対する取組みの甘さに起因するものだと思う。</p> <p>災害時に求められる自治体の使命は、住民の命を守ることである。絶対に死者を出さないという強い意識と、自分の町は自分で守るという気概が求められるが、自治体職員も一定数の被害を受け、全員が継続して災害対応にあたるのが難しい以上、そのあたりも考慮に入れた事前準備を検討しておく必要がある。</p>

東日本大震災の甚大な被害と、浮き彫りになった行政サイドの多くの課題の中で、「釜石の奇跡」は唯一の明るいニュースだった。釜石市鶴住居地区の鶴住居小学校と釜石東中学校にいた児童・生徒約 570 人は、全員無事に避難することができたのだ。子どもたちは、自らの手で登下校時の避難計画を立て、津波の脅威を学ぶため、年間 5～10 数時間の防災授業を受けるとともに、年に 1 回、鶴住居小学校と釜石東中学校の合同訓練が実施され、「小学生を先導する」、「まず高台に逃げる」という教えも徹底されていた。そして子どもたちは、「想定にとられない」、「状況下において最善をつくす」、「率先避難者になる」という「避難 3 原則」を徹底して身につけていた。

これだけの災害が発生し、市の行政機能が崩壊しても、国や県の支援はしばらくの間は全く期待できない。頼りになったのは姉妹都市や災害応援協定による支援だ。災害応援協定とは、物資の供給、医療救護活動、緊急輸送活動等の各種応急復旧活動について被災自治体をサポートする旨の協定で、多くの自治体と民間事業者や関係機関との間で締結されている。民間事業者は、自治体にはない専門的な技術や知識、資機材などを有していることから、様々な分野の民間事業者と協定を締結することで、広域的確な応急復旧活動が期待できる。

(3) 私が伝えたいこと

あの日、3月11日、市庁舎いた私は、何も食べることができずに、寒さに凍え、三日三晩、何も情報がないまま災害対策本部で情報収集に追われていた。自分ではそのときの記憶がほとんどない。自家発電もない、備蓄もしていないという状況で、大変な思いをしたということ、特にトイレについては避難所では非常に重要度が高いということを感じた。普段からの危機管理能力、判断能力の醸成を意識し、マニュアル人間ではなく、状況への対応能力を鍛えることをお奨めしたい。そして、災害を踏まえた教訓を語り継いでいくこと、単に経験で終わらせずに歴史として残していくことが重要であり、我々の使命だと考えている。



開催地より

実際に大震災を体験され、先頭に立って乗り越えられた方のお話は極めて価値がある。今日のお話しを、今後の災害時における職員の配備体制や、危機管理能力及び判断能力の醸成に役立てていきたい。

開催地名：鹿児島県龍郷町	
開催日時	令和4年11月11日（金） 13：30 ～ 15：00
開催場所	龍郷町生涯学習センターりゅうがく館
語り部	伊藤 正治 （岩手県大槌町）
参加者	役場職員・集落駐在員・教職員・町議会議員・防災担当者 59名
開催経緯	<p>本町では、喜界島沖地震が想定されており、県から示された津波浸水想定を基に、津波対策を行っているところである。また、過去には豪雨災害による被災経験もあり、当時の被災経験者を中心として子ども達への伝承活動に取り組んでいるところであるが、年月の経過や、経験者の減少と高齢化により活動が停滞しており、低年齢層への災害伝承が課題となっている。</p> <p>今回、語り部による講演会を実施し、防災意識の定着化と、防災に係る課題を解消していくべき方策を探りたい。</p>
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>大槌町は岩手県南部の太平洋側、狭い湾が入り組む三陸海岸のほぼ中央に位置し、古くから豊かな海の資源に恵まれ、それを各時代でうまく活用してきた。</p> <p>平成23年3月11日の午後2時46分に発生した地震により、大槌町では浸水高10.7メートルの津波が発生し、死者821人、行方不明者413人、関連死52人の合計1,286人の犠牲者がでた。これは人口の9.4パーセントに達するもので、浸水面積は住宅地で52パーセントに及び、町が消滅してしまった。</p> <p>町の職員についても、臨時職員を含む136人のうち40人が犠牲となり、町内の小中学校7校のうち、5校が震災で使用できなくなった。年度末だったこともあり、新年度に向けた教科書をはじめとする教材がすでに到着していたが、すべて使えなくなってしまった。</p> <p>（2）避難所での問題点</p> <p>津波による被害で家を失い、まさに命からがら逃げこんだ避難者がほとんどであった。土足で上がり込んだり、汚れたままの服装の着替えもできなかったため、避難所内を清潔に保つのが難しく、衛生環境の悪化や感染症発生の恐れが常にあった。さらには、身体が不自由な人や治療を要する疾病を抱えた人等、介護・介助が必要な人も一緒に滞在したため、細やかな対応も必要になり、運営は多難を極めた。避難所の生活は「共助」そのものである。その基本は相互理解であり、多様性の尊重である。少しのわがままと少しの我慢が大事である。そして刻々と変わる状況に対応できるようにするため、考えられる備えをしておくことが大事である。備えて備え過ぎるということはない。学校や町内会（自治会）との連携や備蓄物資の確保、そして実効性のある避難訓練の実施を是非実行していただきたい。</p>

(3) 被害が拡大した要因

「まさか津波がここまで来るとは思わなかった」、「周りの人も逃げていないから」といった思い込みが住民にあったことは否定できない。6メートル以上の津波を想定した防潮堤が建設されていたこともあり、津波の襲来に対して甘く見ている背景も存在する。また、訓練通りの避難行動をとる人が少なかったことは、従来の防災計画には住民の視点に基づく実行性が欠けており、決まった時間、場所に逃げるだけの訓練が通用しないことが明確になったと言える。今後は、有事に取るべき行動の優先順位を具体的に共有する必要がある。

(4) 語り継ぐ防災教育

人は、忘れる動物だという。「風化」は出来事が終息した瞬間から始まるといっても過言ではない。今年、小学校の4年生と5年生の一部は震災津波後に生まれた子供たちである。100年後には直接体験した人は誰もいなくなる。そうしたとき、防災教育の重要な要素は「語り継ぐ」ことである。語り継ぐことが次の災害への備えを促し、災害に強い社会を構築することにつながる。語り継いでいくことで、災害に対する地域文化・伝統が形成され、次の災害への備えを促し、災害に強い社会を構築する

津波防災教育の基本となっている三陸の言い伝え「津波てんでんこ」は、津波常襲地において海とともに生きる人々の津波から自らの命を守る知恵であり、大切な人を失わないための約束である。自然界には、どんなに緻密な避難計画も堅牢な工作物も役立たない状況がしばしば引き起こされる。人はそれを「想定外」として締め括る。過去の教訓もなかなか生かされないことが多い。最大受け継がれるべき教訓は「命を最優先で守る」ことである。防災計画も、具体的な手順も、防災の施設設備も、「命を最優先で守る」ことを中心に据えて提示されなければならない。



開催地より

壮絶な津波の被害を体験された語り部のお話しに引き込まれた。当町として、職員向け防災講習会等の実施及び災害を想定した訓練の実施を計画するとともに、各地区の地域性を考慮した実効性のある地区防災計画の策定と避難訓練の実施、指定避難所となっている学校や事業所との連携に取り組んでいきたい。

開催地名：沖縄県宮古島市	
開催日時	令和4年11月2日（水） 14：00 ～ 16：00
開催場所	城辺公民館
語り部	草 貴子 （宮城県仙台市）
参加者	市防災課、地域住民、関係機関 200名
開催経緯	<p>当市は南海トラフ地震防災対策推進地域に指定されており、1771年に「明和の大津波」によって大きな被害を受けた地域でもある。さらに今年3月には、政府の地震調査委員会より「南西諸島周辺でマグニチュード8程度の地震があり得る」と評価され、地震・津波に対する備えが急務となっている一方で、地域防災を支える自主防災組織の結成数（現在5団体でカバー率4パーセント）が少ないことが課題となっている。今回語り部による講演会で東日本大震災時の経験談や教訓を学ぶことで、自主防災組織の重要性や自助・共助の必要性を再認識したい。</p>
内容	<p>（1）東日本大震災以前の状況</p> <p>震災当時、私は宮城県仙台市泉区市名坂に住んでおり、町内会を運営していた。仙台市泉区は、100万都市仙台の副都心で、人口は21万5千人である。内陸部であったため、東日本大震災において津波の被害は免れた。</p> <p>市名坂東町内会は、仙台市の泉区東部に平成20年に設立された。働き盛りの40代、50代の家庭や単身赴任の家庭が多い中で、女性が中心となって立ち上げた組織である。役員9名は全員女性であること、集会所設立のために銀行ローンを組んだことは、仙台市初の試みだった。地区の指定避難場所である小学校は、町内から2キロほど離れているため、平成22年に完成した集会所は緊急時の避難場所として防災上の観点を強く意識し、オール電化の導入や収納の高さを女性の腰に合わせてたり、トイレを2箇所設置するなどの工夫を凝らした。</p> <p>（2）震災時の状況と対応</p> <p>3月11日14時46分、近所の電気店で買い物中に地震に見舞われた。立ってられないほどの強い揺れがあり、ガラスの割れる音、人の悲鳴、天井が落ちる中、夢中で外に出た。建物も電柱も倒れそうで、車は上下に動いた。自宅に帰る途中、集会所近くの公園にぞろぞろ人が集まっていた。集会所を開けると、女性や子ども約100人が避難してきた。</p> <p>避難者の大半は町内会に入会していないマンションの住民だったが、4名の役員で話をし、全員受け入れることにした。避難者の中からリーダー・副リーダーを決めて、町内会はサポートする形で運営に入った。約10日間の共同生活では人間の様々な一面を見た。思いがけない嬉しい言葉をかけてくれる人もいる一方、自分の権利ばかり主張する人もいる。集団生活の中で一番怖いのは、些細なことで人の心や築き上げてきた関係性が壊れてしまうことだ。どんな災害</p>

よりも、非常時に垣間見る本来の人間性が一番怖いのではないかと感じた。様々な思想や宗教を持った方々との生活も、考えさせられることが多かった。

(3) 震災を通して感じたこと

市名坂小学校区には2万人以上の人々が住んでおり、小学校を拠点とした町内会、連合町内会、市民センター、児童館、民生委員、青年団、PTA、婦人防火クラブ等の20の地域団体がある。こうした組織を取りまとめ、平成25年度に運営委員会が発足した。行政に頼るのではなく、私たち地域住民一人ひとりの声を聞きながら、私は初代事務局長として邁進しているところである。委員会では、市民センターや児童館との施設との情報共有化、救護班、総務班、情報班等の各班の具体的な活動内容の充実化を計り、スムーズな運営を心がけている。そしてまた、地域の顔がよく見えることや気軽に声掛けできる雰囲気づくりを目指し、女性ならではの視点を活かして活動するために女性コーディネーターを設置した。女性コーディネーターは、避難者の悩みや声を聞き出して、対応やアドバイスを行うのが役目であり、女性ならではの細やかな配慮で対応していくことが期待されている。行政にできることは限られているので、避難所の運営などは私たちが考えなければならない。地域防災で大事なことは、自分自身の特性を考えて、オリジナリティのある身の丈に合ったことを実践することだと思う。

東日本大震災は、誰もが経験したことのない1,000年に一度の大災害だと言われている。被災者の方々は、それぞれの役目を、みんなが自分なりに一生懸命に果たした。子供だからとか、男性だからとか、女性だからとかではなくて、私の役目、貴方の役目、みんな違ってそれでいいと思う。いつ起こるかわからない自然災害に立ち向かうことは難しいことであるし、さらにコロナ禍の現在、コミュニケーションをとりづらい難しい環境になっているが、「防災」や「減災」について考え、実践していくことは絶対に必要である。自然災害に対する準備や備えを大切にして、一時、一瞬を悔いのないように生きていきたいと思う。



開催地より

自主防災組織での語り部の活動について、わかりやすくお話いただき、自主防災組織の重要性について共有できたと思う。今後は自主防災組織の結成促進と、避難所の設置及び運営訓練についての取り組みを強化していきたい。

開催地名：沖縄県糸満市	
開催日時	令和5年2月8日（水） 14：00 ～ 15：30
開催場所	糸満市役所
語り部	齊藤 賢治 （岩手県大船渡市）
参加者	糸満市職員、自主防災会、自治会役員、その他市関係団体 約60名
開催経緯	<p>本市は沿岸部に位置し、東日本大震災や熊本地震相当の災害に見舞われた場合、津波による甚大な被害が想定される。令和4年2月にはトンガ諸島火山噴火に起因する津波注意報が市内全域に発令され、多くの市民が不安と混乱に陥る事態となった。来たる大災害に備えるため、市民一人一人が平時より防災意識を高めていく必要があるが、防災において重要な「共助」にあたる自主防災組織の結成率が当市では12%と極めて低く、近年伸び率も鈍化していることが大きな懸念事項となっている。</p>
内容	<p>（1）はじめに</p> <p>私たちは自然災害の被害を多く受け続けている。沖縄においては台風、北海道や熊本では最近大きな地震が発生し、山崩れ等が起こった。その他、大雨による洪水や地すべり、落雷等が毎年日本国内で発生している。津波の場合の対処法は簡単で、高い所に避難をすること、これしかない。日頃から訓練することで、被害は防げるはずである。</p> <p>平成23年3月11日の東日本大震災時の大津波は、最大20メートル強あり、大船渡市では10～20メートルまで達した場所もあった。しかし、三陸地方に伝わる「津波てんでんこ」という教えにより助かった方が大勢いる。「取るものもとりにあえず、肉親にも構わず、てんでんばらばらに1人で高台へ逃げろ、自分の命は自分で守れ」というものだが、このような考え方が、実際の災害時には重要になる。一方では、家族を待っていたり、探しに行ったりして逃げるのが遅れてしまい、命を失った住民も多数いた。</p> <p>また普段から防災の知識を学んでいない人は、発災時にパニック状況に陥り判断もできづらくなる。避難場所までどのように移動するとどのくらいの時間がかかることも普段から把握し、訓練を実施することや高台に避難することを話し合っておくこともとても重要であった。</p> <p>（2）避難生活の実態</p> <p>震災時の沿岸では大津波警報が発令され、「高台に避難」という放送が流れた。津波は一瞬で湾口防波堤（昭和35年のチリ地震津波の波の高さを基準となって作られたもの）をはるかに越えるほどだった。家や車なども流され、家の中に入れば助からないような状況がわかった。</p> <p>震災後、困ったことはまず水である。そして2つ目に食料、3つ目がトイレだ。さらに贅沢を言えば、ガソリンが欲しいとか電気が欲しいとかガスが欲しいとか、文化的なものばかりの要求になってしまう。とにかく震災直後からサバイバル生活が続いた。災害時は、公的な機関の援助を得るまで時間がかかるので、</p>

近所の皆さんとの関係が重要になってくる。皆さんも是非、地域でのコミュニケーション、連携を大切にしていきたい。

災害後2～3カ月は互いを知らない人々が、同じ空間で避難生活をした。その際にはトイレも十分な数を用意できず、各人のスペースも十分に確保することはできない。ストレスがたまり、とてもつらい日々を送った。その後仮設住宅に入れたが、5帖2間でとても狭く、不便な生活が続くこととなった。

(3) 避難状況の実態

地元の新聞、岩手日報が、亡くなった方々1,600人の避難動向を独自に調査したところ、津波に巻き込まれた場所については、自宅が44.9%、路上などが19.3%ということで、この上位2つだけで64%を越える。このことから、速い避難ができていれば、間違いなく助かったということが言える。また、9.5%は避難場所という結果が出ている。行政が指定している、安全であると思われていた避難場所でも多くの命が奪われたということだ。

次に津波に巻き込まれた状況をまとめた結果を見てみると、逃げなかった人が40%いた。避難の途中だった方が19.5%で、自宅に戻った人が5.9%、帰宅の途中が3.9%であった。これらを合計した約70%の人たちが速やかに避難していたら、多くの人がかんりの確率で助かったと考えられる。そのような状況を妨げる、「まさか」とか「ここまでは津波が来ないという思い込み」が危険なので、「必ず逃げる」ことが重要ということを知ってほしい。

震災後、100年先の人々にすべてを伝承することはできないが、「地震が起きたら津波が来る、すぐ高台へ避難、決して戻るな」と1人でも多くの方々に伝承し、お子さんや周囲の人々を通じて後世まで伝えて欲しいと考えている。



開催地より

東日本大震災を経験された語り部から、津波の怖さや避難所生活についての具体的なお話を聞くことができた。本講演をふまえ、自主防災組織等関係団体の方々には大規模災害時における共助の重要性を啓発し、防災意識の向上を、市職員等においては避難行動等の事前準備の必要性を理解してもらうことにより、避難計画の策定等、本市が抱える課題解決の一助となるよう努めたいと思う。

開催地名：沖縄県宜野湾市	
開催日時	令和5年1月15日（日） 10：00 ～ 11：30
開催場所	宜野湾市中央公民館
語り部	菅原 康雄 （宮城県仙台市）
参加者	自主防災組織、防災士、指定避難所施設管理者、市役所職員 74名
開催経緯	<p>当市では、沖縄県に來襲する台風の特徴をもとに、大きな被害をもたらすおそれがある台風の経路及び中心気圧（最低中心気圧 870hPa）を想定した場合、西海岸一帯が波浪と高潮による浸水区域となることが予測されている。</p> <p>また令和3年度において、自主防災組織が全自治会に結成され、防災倉庫等資機材のハード整備が概ね完了しているが、訓練や研修等のソフト整備が進んでおらず、防災組織の育成促進が課題となっている。</p>
内容	<p>（1）福住町町内会の取り組み</p> <p>福住町町内会は仙台市宮城野区の中央に位置し、428世帯1,162人からなる。福住町の防災・減災に対する取組は、住民全員参加による災害応急対策の訓練と災害時の復旧、復興の支援である。平成15年に自主管理マニュアルを作成、その後2か月で全住民の名簿を完成させ、防火・防災訓練を強化した。この取組は平成16年、19年と続いた新潟県中越地震、中越沖地震、さらには20年の岩手宮城内陸地震に生かされ、複数回に渡って物資・義援金等の支援に繋がった。</p> <p>我々は、自分の身は自身で守るというスタンスを基本として活動している。具体的には、実際の被害を想定した「訓練」と、地域での「協力体制の整備」の2本柱で取り組んでいる。特に「協力体制の整備」については、日頃の挨拶にはじまり、顔見知りになっていくことから始めている。そうすることによって、色々な町内会が相互に協力してくれるようになってきたと言える。そして、続いて紹介したいのが「名簿作り」である。この名簿こそが我々福住町の徹底した防災対策の根幹をなすものとなっている。名簿の中に落とし込むのは住所、氏名、電話番号、勤務先、緊急連絡先、動物（ペット）の有無といった項目で、これを毎年1度行う防災訓練の前に更新している。もちろん町内の全員が賛同してくれる訳ではないので、「個人情報保護法」を遵守しつつ作成をしている。それでも町内の約8割は賛同してくれるので、大災害時の安否確認の時には非常に役立った。従って、「プライバシーの侵害」のデメリットに目を向けるよりも、多くの賛同者を含んだ名簿の作成というのは非常に重要であり、有益なことだと考えている。</p> <p>もう一つの柱である「訓練」については、お祭りの中に組み込む等の工夫をして、参加しやすい環境を作る必要がある。通常の「防災訓練」だと、一般の方々の参加はあまり見込めない。そうすると、行政職員や消防関係者の方々だけの緊張感のない、形式的な「防災訓練」となってしまう、あまり効果を見込めないものとなる。「防災訓練」を地域のお祭りやイベントなどと一緒を実施することによって、お年寄りから幼児まで幅広い層の参加者が見込め、ひいては、地域全体</p>

で「協力体制」を取れるようなシステム作りにつながって行くようになる。(先程挙げた「名簿作り」への協力体制が築きやすくなるという一面も合わせ持つ)

(2) 発災時に感じたこと

毎年厳しく繰り返される防火・防災訓練による効果は、東日本大震災直後の行動に顕著に表れて、発災後 30 分で重要支援者の安否確認を完了し、集会所への避難住民誘導、仮設トイレ・瓦礫置き場、ガス・水道のライフライン等を設置させた。避難所設営では、空気の読める顔見知りの人が中心となって進めるとうまくいく。そして運営面では、女性が男性より優位と認識されているコミュニケーション能力や、多方面に気付きを得られる能力が必要となる。福住町町内会では、執行部役員 41 人中 23 人が女性である。

事前に災害時相互協力協定を締結していた全国 4 団体 (現在 14 団体) から届けられた支援物資は、順次津波で打撃を受けた遠方の 109 箇所へ送り届け、支援させていただいた。近々の新型感染症の予防対策については、周知されている予防の他に、福住町では在宅避難を奨励している。

(3) 今後の課題と心構え

顧みて思うことは、災害発生直後に急を要することと一段落した後では、支援の有り様が変化するのは当然であるということだ。一段落した後の支援として、過去の被災地ではメンタルヘルスケアとして動物ふれあいの場を設けて実践したり、綿あめ機やジャイアントパンダのはく製を持参して子どもたちに喜んでもらった。この町から一人の犠牲者も出さない、全員が結束すれば、どこよりも隣人に優しい住みよい町になることを請い、皆様の参考になれば嬉しい。

最後に是非実践していただきたい言葉をお伝えしたい。「止むことのない災害に強い危機管理意識を持って、自分が助かるすべを真摯に検証し、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

本日の講演をふまえ、本町では避難所におけるトイレが災害時に不足することを考え、仮設トイレを提供できる協定先の検討や、避難所外にて避難する住民に対して家庭備蓄を推奨する必要があると考える。また、防災訓練の参加者の増加を目指し、地域のお祭りやイベントと同時開催するなど、今後の開催方法の見直しを検討していきたい。

開催地名：沖縄県読谷村	
開催日時	令和5年2月8日（水） 15：30 ～ 16：30
開催場所	沖縄残波岬ロイヤルホテル
語り部	武蔵野 美和 （岩手県陸前高田市）
参加者	自主防災組織、自治会、観光協会、民生委員児童委員、消防団等 約70名
開催経緯	<p>当村では、村民が自主防災活動をより効率的に行うため、地域ごとに自主防災組織を設立することを推進しているところであり、これまで訓練や講演会等を実施してきた。しかし、現在は急傾斜地及び沿岸部地域の5つの自主防災組織のみの設立にとどまっており、村として自主防災組織の結成を積極的に推進することや、既存組織の育成強化が課題となっている。また、本村においては、西海岸沿いに多くのリゾートホテルがあり、観光関連も含めた津波避難体制の強化が必要となっている。</p>
内容	<p>（1）震災被害の背景</p> <p>私が住んでいるのは、岩手県陸前高田市という人口約1万8,000人ほどの小さな市である。岩手県の南部にあるため比較的温暖な地域で、伊達藩（宮城県）の文化を併せ持った文化を持つ特徴がある。陸前高田市の象徴とも言える白砂青松の高田松原は、市民はもとより県内外の来訪者からも愛される場所だった。約7万本と言われる松は、「奇跡の一本松」以外ほとんどが流されてしまった。また、岩手県でありながら、伊達藩（宮城県）の文化を併せ持った文化を持つ特徴がある。この陸前高田市は、皆様をご存知のように東日本大震災で起こった津波の影響で、大きな被害を受けた。本日は、その災害経験から避難や備えについて等のお話しをさせていただきたい。</p> <p>（2）東日本大震災時の状況</p> <p>2011年3月11日の午後、マグニチュード9.0の大きな地震が発生した。陸前高田市の震度は6弱で、約160秒揺れ続けた長い地震だった。地震そのものより、しばらくしてからやってきた津波による被害が大きかった。東日本大震災の死者の95パーセントが津波による溺死だと言われている。津波の恐ろしさは、いろいろなものを破壊しながら、水が塊で襲ってくるころだ。地震発生から40分ほど経った頃、気仙川を火事のような煙と砂埃を上げながら津波が遡り、市役所や消防署などの公共施設は全壊した。</p> <p>川の近くに建物が集中していたことから、津波を予測して真っ先に高台や建物の屋上へ逃げた者は難を逃れたが、多くの市民が地震の揺れで倒れたり落ちたりしたものを片づけている最中に津波に遭遇し、巻き込まれて犠牲になった。子どもたちは学校で避難して無事でも、家にいた家族が津波に巻き込まれてしまったケースも多く、岩手県全体で94人、陸前高田市だけで32人の震災孤児も発生した。また、行方不明者を含む死者数は1,758人に及び、11年半が経過した今でも、202人の人たちが行方不明となっている。</p> <p>この経験を通して、私はひとりひとりが「災害が起きたらどう動くか」という</p>

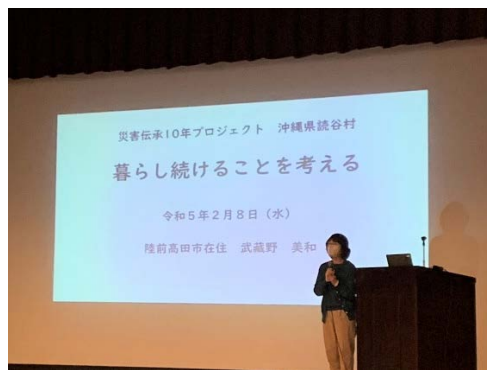
ことを常に考える意識が大切だと強く感じた。住んでいる場所や、置かれている状況を見て、どう避難するのが安全なのか、一人一人自分で考えることが大切である。また、防災に関して自分たちが学んだことや得た情報を、地域の人たちに伝えていくことによって、災害発生時により多くの命が救えるということを感じておいてほしい。

(3) 災害に対する心構え

自分の命を奪ってしまうもの、もっと広く言えば、自分や家族の笑顔を奪ってしまうもの、そのすべてが災害である。普通の暮らしが続けられる工夫、安全に命や生活を脅かすものすべてを災害ととらえ、そして、これらの災害を防ぐことが「防災」だと意識してほしい。自分の住む地域の災害リスクをハザードマップなどで知ることは必要であるし、以前の津波や洪水の被害について知ることも大切なことだ。

近年は地震や台風などの自然災害が増えてきていることから、非常時持ち出し袋を準備するなどして、1次防災や2次防災の備えをしている人は多いかと思うが、自宅で好きなものをストックして、消費したら補充しておくことにより、使いまわし、循環が行われ、これが備蓄につながる。生活者の視点で物事を考えていくことが大切である。多様な人たちの存在を認識して、それに合わせて対応しなければならない。毎日の生活をよくするための工夫が、いざという時の避難所の生活や安全に非難する事に繋がるはずだ。

また、自分にとって大事なものをいつでも持ち出せるようにしておくことも重要だ。外出中に災害が発生した際に、外出先から自宅や避難所まで安全に移動するための助けになる備えを0次防災と言う。0次防災用のグッズを普段使用しているバックに入れておき、常に持ち歩くことも推奨したい。0次防災への意識は、緊急事態での安全と衛生を確保するために必要な、言わば生きるための基礎となる。日頃から「万が一」を考え、自分の命を守るための「備え」を意識してほしい。自分にとって必要なものについては、自分で備える必要がある。



開催地より

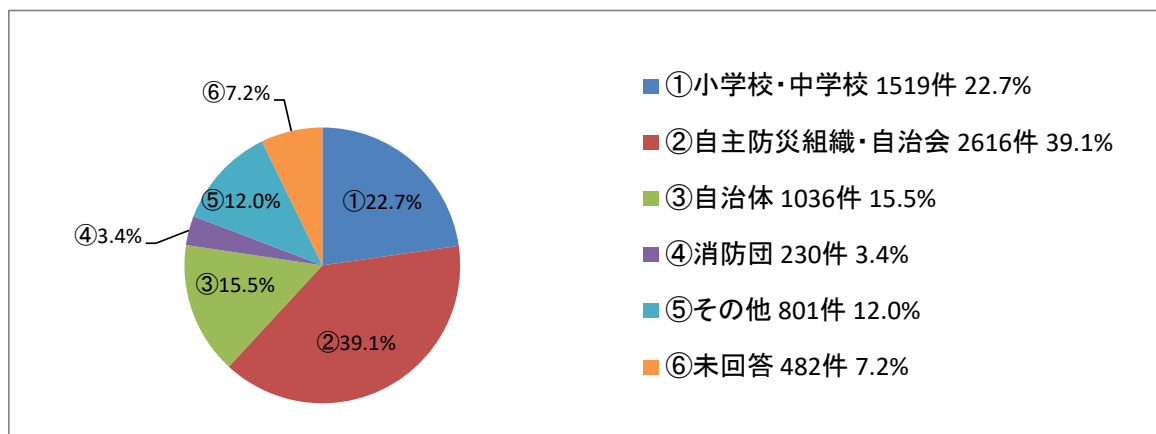
経験者による具体的なお話しを聞くことで、災害の具体的なイメージをつかむとともに、災害に対する備えや、暮らし続けていくためのヒントについて、学ぶことができたと思う。今日のお話しを受けて当市では、村民の防災意識の向上に向けた啓発活動を積極的に推進していく所存である。

「災害伝承10年プロジェクト」アンケート調査集計結果表

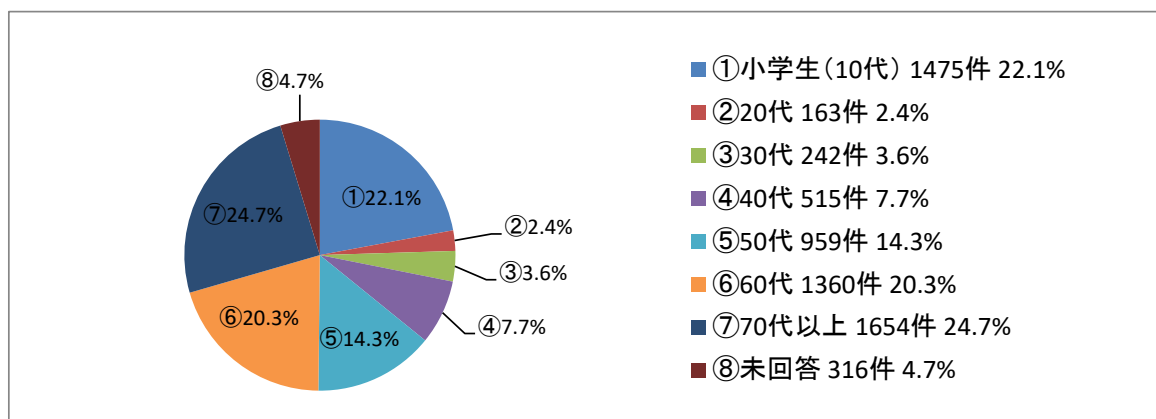
開催地 合算
開催日 2022/8/24～2023/3/3
回収枚数 6684件

〈1〉あなた自身のことについて

【所属する組織】

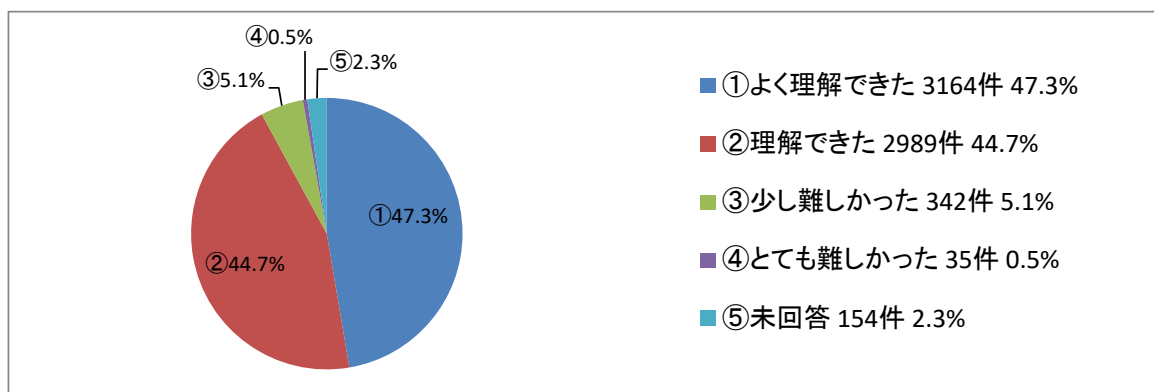


【年齢】



〈2〉講演内容について

【(1)講演の内容は理解できましたか】



【理由】

①よく理解できた

- ・実体験に基づいた説明であり、わかりやすい説明で興味を持って聞くことができた。
- ・具体的な御経験をもとにしたエピソードも多くあり、プレゼンレジュメがよく理解できました。温かいお人柄がよく分かる語り口で、とても分かりやすかったです。
- ・災害復興や災害支援に当事者として携わった方にしか語れない内容と、津波によって家が軽々と流されていく映像を目の当たりにして、改めて災害の恐ろしさと、日頃からの防災意識の重要性を改めて感じた。震災の教訓を風化させてはならないと思った。
- ・いつか起こるであろう大地震に対して、危機感を持っているが、果たして起こった時にどのような行動ができ、復興に向けてやっていくのだろうかかと危惧している。具体例を挙げて頂きながらのご講演だったので、改めて本校職員にも伝えておきたいと思った。
- ・地域住民との顔の見える関係づくり、意識改革、自助、互助につながる仕掛けが大事。
- ・津波の被害に遭い、復興に向けて取り組んできた経験を踏まえての講話は、今まで聞いた防災の話の中で一番理解できた。
- ・実際の取り組み事例を伺うことができてよかった。
- ・SBLの取り組みについて、話を聞くことができてよかった。
- ・発災から時間経過に伴う動きや、当時の地域としての対策が十分ではなかったところに何を加えていったのかが分かりやすかった。自治体職員として「公助はあてにならない」とは言えないが、対応に時間が掛かるのが課題なので、その対策の一つとして、非常に勉強になった。
- ・命は自分で守るということは小学生の頃から言われてきたけれど、よく思い出してみると、自分で命を守る場面あまりなかったことがないので分からなかったが、今日の講演を聞いて、自分の行動について考えてみようと思った。
- ・実際の市民対応にあたる立場の方の体験を聞かせていただいたので、イメージが湧きやすかった。アドレナリンが出ているので、3～4日寝ずに働いていたというのが、リアルだった。

②理解できた

- ・日頃からの準備が必要だと感じました。
- ・被災当時の状況について防災担当としての立場でどのような状況だったのか分かりやすく説明をいただけた。
- ・震災時の様子がわかり、避難所設置の大変さや情報の把握の大変さがよくわかりました。
- ・災害時における行政の対応の難しさについて、現場を統括していた方からの「生の声」を聞いたので、共感を持って理解できたと思う。
- ・震災が発生した際の避難所となった学校の様子がよく分かった。
- ・改めて南海トラフ地震について、もっと危機感を持って取り組んでいかなければならないと思った。
- ・内容が具体的で写真も織り交ぜての説明だったので、分かりやすかった。
- ・災害は時間の経過とともに忘れ、風化してしまいがちなので、災害伝承は大切だと感じた。
- ・災害について詳しく説明していただいたので、理解することができた。特に避難のことや柱の下に挟まってしまった時の方法など。

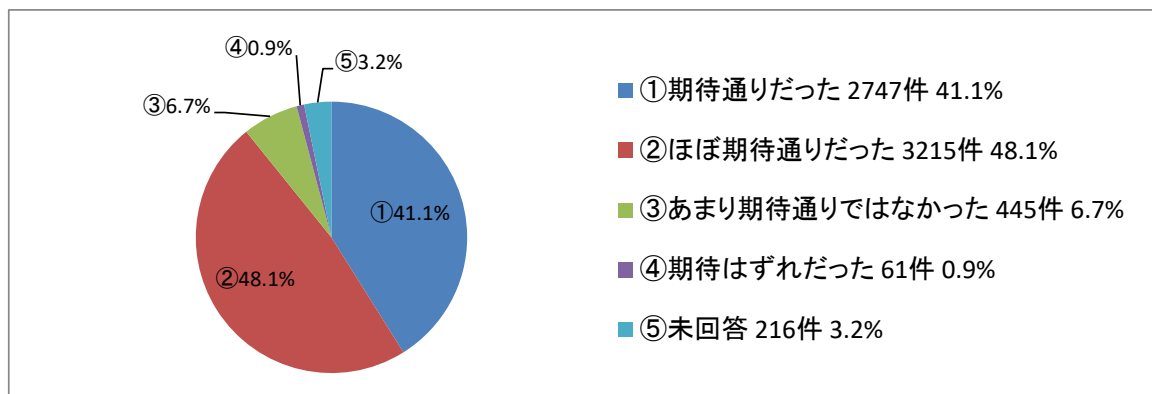
③少し難しかった

- ・DMATなど勉強不足であり知らない用語などが出てきたから。
- ・災害時の町の状況、講師の方が苦勞された部分など、伝えたいことが多くあったかと思いますが、時間の都合もあり概要としてまとめられた形になっており、個人的には少しテンポが速く、難しく感じた。
- ・慣れない単語が多かった。

④非常に難しかった

- ・知らない言葉がたくさんでてきた。

【(2)この講演の内容は、期待通りでしたか】



【理由】

①期待通りだった

- ・行政のお立場からのお話であるため、行政目線で現状を学ぶことができました。
- ・いつ起きるか分からない災害に対して想定外ではなく想定内にしておくことの大切さを考えることができた。
- ・東日本大震災時に実際に被災地で災害対策本部の陣頭指揮を執られた経験を踏まえ、色々な観点から震災の教訓や防災対策について貴重な講話を聞くことができた。
- ・現地で被災された中、自治体職員として対応された方の生のお話を聞いて、とても有意義な時間だった。
- ・参考になる部分が多く、特に女性コーディネーターは町内でも取り入れたい。
- ・地震は本当に苦手で、恐いので、今日のような避難を心掛けたい。
- ・共助の取り組みは、地域によって多種多様な課題があるが、その課題にどう取り組んだのか、プロセスを具体的にお話いただいた。
- ・語り部の方からの説明が非常に分かりやすかった。
- ・地震当時の民家での映像は見たことがなかったので臨場感があった。ペットの対応の話はよかった。
- ・全てスムーズにいかなかったこと等、現実的な話で期待通りの話だった。
- ・避難所ではない区役所に市民が押し寄せたり、窃盗団がくるなど、予想外のことが起こる…といういろいろな話が聞いてよかった。
- ・たくさんの写真を見せていただいたが、これでも当時は写真はあまり撮れなかった。撮る雰囲気でないくらい殺気立っていたという話が、印象的だった。

②ほぼ期待通りだった

- ・地域それぞれに条件が異なり、「自分たちの地域は、地域で助け合い自分たちで守る」自主防災組織の活動はやはり重要であると再認識することができました。
- ・大規模災害の発災当初の混乱期は、情報収集もできず、何もできなかったということや地域住民が行った災害活動など、実情をご紹介いただき、リアリティがあった。
- ・学校・管理職の役割・責務の大きさを感じ、訓練の在り方について考える機会となった。
- ・もう少し復興に向けた具体的な内容、先生方の苦勞、子どもたちの様子を伺いたいと思った。
- ・いろいろな地域の取り組みを知ることができた。防災についてのアイデアをもらった。
- ・私は気付き・考え・行動するということが心に残った。もし津波がきた時は、先生の指示に従い、落ち着いて行動したい。

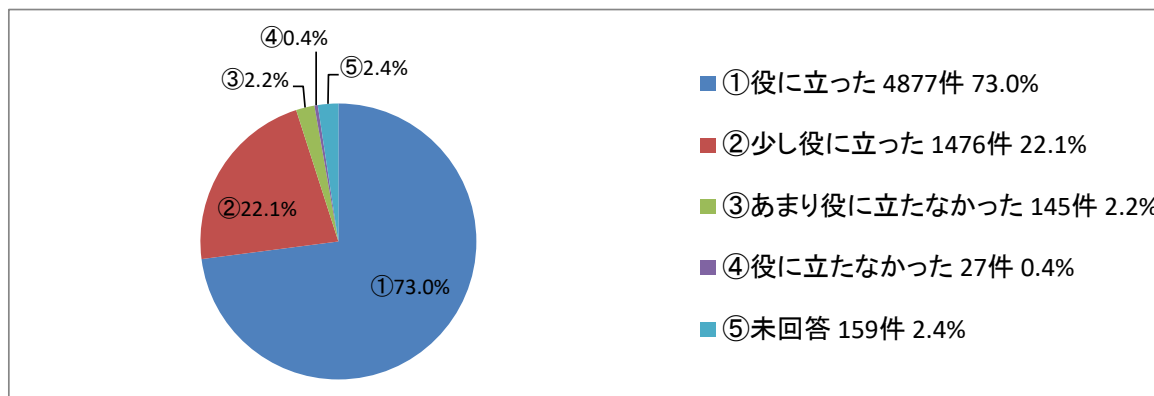
③あまり期待通りではなかった

- ・災害発生直後の対応について、より詳細に知りたかった。
- ・災害が発生した際に、初動要員などの役割ごとに何が求められるのか、どう動けばよいのか具体的な説明があればよかった。
- ・課題が多いのは分かったが、どのようにしていったらいいのか、どうしたのかと分かりやすく説明してほしい。もう少し写真を見せて欲しかった。目からの情報もあった方がよい。
- ・実際に災害を経験されたところなので、もっと我々の知らないところがあると思ったが、程度として我々の経験したことが多かった。
- ・難しい話が多くて、よく分からなかった。
- ・もう少し児童に分かりやすい内容かと思っていた。4年生には少し難しいように感じた。(教員)
- ・実際の体験をした方の話を聞く機会が少ないので、実体験をお聞きしたかった。(教員)

④期待はずれだった

- ・場所の名前がよく分からなかった。
- ・自分自身の考え方だけ一方的に話しただけ。具体性、新規性の対策などの講演内容がまるでなかった。
- ・思っていた内容と違っていた。

【(3)この講演の内容は、あなたの学習に役に立ちましたか】



【理由】

①役立った

- ・「想定外とは想定をおこたった者の言い訳である」考えた分だけ命を救うことができる様々な視野をもち、より深く考えていく必要性を学びました。
- ・自治体職員として個人として今後実践したいことを学ぶことができたから。
- ・津波について考えたことがなかったので、どこに避難するべきか、どう行動するべきかを考えるいい機会になった。
- ・今後50年以内に起こると言われている南海トラフ地震に向け、釜石市の事例を参考に行政と市民の関係性について深く考えたいと思った。
- ・自身と同じ立場の自治体職員による講演であったので、避難所担当職員として常に「自分ならどう対応するか」を考えながら受講できた。
- ・既成概念にとらわれず、想定外の事態であっても柔軟な判断・対応ができる管理職でなければという思いがより強くなった。
- ・災害が起きた時の学校機能の維持と避難所運営について、すごく考えさせられた。学校と町内会をはじめ、地域との連携を日頃から大事にしていかなければならないと感じた。
- ・災害は突然に起こるものであり、今日教えていただいた課題や教訓等について、普段からできる範囲で確認しておく必要があると感じた。
- ・東日本大震災の時、どうなったのか、どうやって過ごしたのかを初めて知れた。
- ・災害を甘くみていたけれど、今回講演してくださったことにより、災害はとても危険で、様々なことに被害がいくということ、普段からしっかり対策をすることが大切だという気持ちに気づいた。
- ・話の中で、犬や中高生の方々が人の命を助けているのを見て、自分が本当に災害にあった時に冷静になって下級生やお年寄りの方を助けられるようにイメージしながら訓練していきたいと感じた。
- ・自助、共助で耐えられる時間を普段の活動から延長していくことが、重要であることが、改めて認識できた。

②少し役立った

- ・実際に災害が起こってみないと分からないが、災害時にどのような状況になるか、どう対応するかを、ある程度イメージできたと思う。
- ・避難所での対応など困難な場面があることが改めて理解できた。
- ・地域の人々の命を守る役割を学校が担うため、事前の準備が必要と考えた。
- ・災害の恐ろしさと対策について考えさせられた。広域での対策が必要ということが分かった。個人の意識を高めることがよい。
- ・地震の時の対応についての固定概念だけでは”命”を守ることはできないことを実感した。
- ・自分の命は自分で守るということを強く学んだ。
- ・男性と女性の立場や違いを含めて、協力する必要があることがよく分かった。
- ・避難所で想定外のトラブルが多い。やはり日頃から、組織作りが必要。

③あまり役立たなかった

- ・地域が違うため自分はどうすればいいのかわからなかった。
- ・個人での活動内容を力説されていたが、いかに共助の力が必要かを訴えていただきたかった。地域自主防災組織をいかに強化するかを伺いたかった。(具体例)

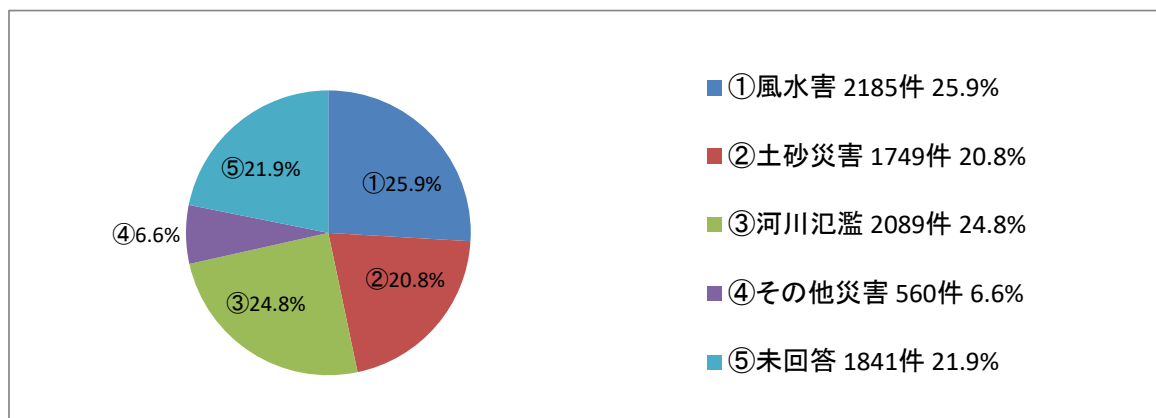
④役立たなかった

- ・知っていることが多かったから。
- ・大地震に実際に遭った人の話が聞きたかった。

【(4)今回の講演を聞いて、印象に残った話やこれからやってみたいと思った防災の準備を自由に記入してください】

- ・私自身が所属する「自主防災組織」の推進に積極的に取り組んでいます。今回この講演で学んだ事も伝えながら活動していきたいと思います。
- ・自分の立場・職務内容から何が出来るか考えたい。
- ・防災マニュアルの見直しを考えたい。
- ・ハザードマップ等を改めて確認したい。
- ・まず自身の命を守ることを第一に、ハザードマップや防災計画を確認したい。また行政職員として、市の防災計画上の自身の役割を的確に把握しておきたい。
- ・避難用具等の事前準備、避難場所の事前確認等。
- ・若年層(義務教育)に対する防災教育の充実。
- ・震災などの災害を体験した方に実際に子どもに語って頂く場を設定したいと思う。
- ・地域のコミュニティが自分の子どもの頃に比べると弱くなっている。だから、協力すること、助け合いができないように思う。この辺の改善や訴え。
- ・まず自分の家庭を守った上で、住民の方も同じような意識になれるようにしたい。地域の方と災害時についてどうするべきか話し合いたい。
- ・大災害時には小さな市町村では単独では無理である。周りの市町村との連携が大切であるという話を聞き、その通りだと思った。他の市町村との合同訓練も必要なのかもと思った。
- ・家庭内での防災対策について、防災グッズや使い方の説明を聞いてみたい。
- ・学校が避難所になった時に、できるだけ早く学校の機能を再開できるようにする。避難所運営のあり方について検討していきたい。
- ・災害ボランティアに参加して、視野を広げたいと思う。
- ・行政職員として、できることを一人一人考え、組織としての取り組みの仕方、今の取り組みを振り返り、今後に備えなければいけないと考えた。
- ・SNS(LINE等)を活用した安否確認、コミュニケーション手段の確立、災害時の行動指針をまとめた自治会防災マニュアルの作成。
- ・訓練の方法について。
- ・災害備蓄品の見直しなど検討したい。
- ・自主防災組織のメンバーチェンジ。
- ・自治会にある防災材の確認。不足品の洗い出しをしたい。
- ・災害時の通信手段
- ・避難困難者への対応。
- ・どのような具体的雑賀を受けるかの推定、想定、危険の把握をしたい。津波がくるか、火災がくるか、水害があるかの問題。避難場所の運営、日常的防災訓練等の関連性を整理する必要あり。
- ・ランドセルで頭、背中を守るやり方が印象に残った。
- ・津波などで亡くなった人のためにもたくさん自然災害について調べたい。
- ・知らないことばかりで、ほかの防災のことも知りたかった。
- ・人に任せるのではなく、自分で行動できるようにしたい。
- ・中学生たちが町の人たちを引っ張って避難したという話に感動した。また、日頃から食料や水を準備して災害に備えたいと思った。
- ・家が壊れてしまった場合、国からどのくらいの援助をもらえるのかなどを知りたい。
- ・高齢化が進んで、自主防災組織が運営不可能になりつつあり、悩ましい。
- ・行政に頼らない地域力。町内あげての災害対策。防災訓練等も積極的に参加したいと思う。水、トイレ、転倒防止等々、自分でできることを改めて考えたい。
- ・津波や水害が起きて、自分たちが怪我、事故を起こさないためにスムーズに準備が行え、避難できるようにしたいと思った。
- ・まずは自分、自分の周り(家庭、職場)から、今日得た知識を試してみたい。
- ・マンネリ化した防災訓練ではなく、障害のある方や子どもから高齢者、あらゆる種類の方々に参加していただき、電気、ガス、上下水道等が使えない想定で、リアルな避難所運営訓練の実施(宿泊訓練)あらゆる問題が必ず出てくる。それに対して皆さんでどのように対応するかを問題提起。
- ・区内の防災組織改善と具体的な防災訓練を考え、提案できるようにしていきたい。
- ・災害が起きた時のために頭を守るヘルメットや軍手を用意し始めたいと思った。
- ・自分の命は自分で守るということ、便利さに頼らないということ。自分の命を人に助けてもらっても、その人が亡くなったら、可哀想だから。
- ・各自の避難カードを自作する(キットを配布する)
- ・自治体職員として、地震などの災害発生時に住民の方の命や財産を守ることができるよう、災害リスクのある施設を補強したり、廃止するなどの防災、減災対策を進めていきたい。
- ・就寝時間帯(夜間)における避難訓練など。明るい時には動けるかもしれないが、暗い中でどのように避難すべきかを訓練しておくべきではないかと感じている。

【(5) 今後学びたいと思う災害の知識について、以下の番号から選択してください】



①風水害

- ・台風
- ・竜巻
- ・風水害がどんなものかあまり分からないので、学びたいと思った。

②土砂災害

- ・台風による土砂崩れ
- ・森林火災
- ・土砂災害の時はどうするのか詳しく知りたい。

③河川氾濫

- ・高潮による水害

④その他災害

- ・テロ災害
- ・雪氷害
- ・落雷
- ・原子力災害
- ・病気などの公害
- ・疫病
- ・通信災害
- ・家の周り東西南北と荒れ地になり、大木が多く、重なっている状態。地主にも連絡できず、災害が起こった時の恐ろしさを心配している。行政がどうにか考えていただきたい。

【(6)その他の気づいた事があれば自由に記入してください】

- ・実体験に基づく講演で、机上では想定できない問題点の指摘があり、大変分かりやすかった。
- ・とてもためになるお話を聞くことができた。自分の命は自分で守るという意識を持って、一人一人が改めて、いつ起こるか分からない災害について考えることが大切だ。防災意識について意見交換するような場も必要だと思う。
- ・初動要員が招集される条件や、招集後に携わる業務について知りたい。
- ・避難したのに亡くなられた方もいらっしゃるの、どうやって避難したのか(車以外の手段など)持って行った物など体験した話を知りたい。
- ・実際の話が聞け、”すぐやらなければ”という思いになった。考えの甘さも反省した。組織でできることに限りがあるが、どう取り組むか実際に訓練することの大切さを理解することができた。
- ・実際に災害を体験しないと分からないこと、見えてこないことがたくさんあるので、災害を体験していない私ができること、講演を聞いたり、現場を見たり…できることには積極的に参加していきたいです。
- ・今回の講演で地震の対策を学んだので、家でも父母に教えたいと思います。
- ・今回の防災学習を通して、たくさんのことを知れました。家に帰ったら、防災用品6点セットを買ったり、窓の補強や家具の固定を家族と相談したいと思いました。
- ・実災害を体験した方の言葉は心に響くのでぜひ、行政職員だけでなく、一般市民向けにも実施してほしい。
- ・河川の氾濫や浸水、洪水などは、私たちにとても関わりがあることなので、知識をつけたいと思った。
- ・災害時の防災センターの利用を可能にしてもらいたい。
- ・災害への備え(水、食品、懐中電灯等)はしていますが、時間の経過とともに薄れる防災意識を今回のような講演に参加することで、改めて意識の向上につながると感じました。今後もこのような機会があれば参加したいと思います。
- ・ペットとの同伴避難を広く知ってもらい(避難所へのペット同伴を分かってもらいたい)地域でのペットとの避難訓練等、実施してもらいたい。
- ・「リアス式海岸」や「扇状地」など、小学生は知らないの、もっと分かりやすく説明した方がよかったと思う。
- ・地方での災害事例でも学ぶべきもの(発災後の状況、住民避難の経過等)を複数取り上げた方がよい。
- ・太陽光+蓄電池設置で5時間電気は大丈夫とのことですが、震度6~7で、建物被災と配線部等、どのくらい耐えられるか不安。設置に高額費用が掛かるが、軽く考えていいのだろうか。
- ・今回の講演会開催にあたり、町民への周知をもう少し早くから行ってほしかった。
- ・「ハザードマップが逆に安心マップとなってしまった」とのことが特に印象的でした。このことに対する対策は、今のところ思いつきませんが、考えさせられる内容でした。他自治体への派遣は要請等により行なった実績もあり、イメージできるが、本市が受け入れを必要とした場合にその体制が整っていないのではと以前から不安に思っていました。
- ・同じ自治体職員として、被災時に取るべき行動や、事前の防災対策の重要性など、日頃からの防災に対する意識不足を実感した。今回の講演は大変参考になったため、今後も積極的に講演などに参加し、防災に対する知識を身に付けていきたい。
- ・市報にて、市の現状をお知らせしてほしい。あと①担い手がいないこと②協力してほしいこと③避難者はお客様ではないこと。自助の意識を上げる啓発。
- ・次回、講演会を開催するのであれば、講師を招き、対面講演会を実施してほしい。(リモート方式ではなく、コロナがなければ)
- ・Zoomによるリモート方式に今回初めて参加しましたが、直接話が聞けて便利です。今後も取り入れて、話を聞かせてください。※昨年度、コロナ感染拡大で中止となった「東日本大震災が教えてくれたこと~大切な人を守るために~」は何らかの機会に聴講できないのでしょうか。
- ・実際に経験された方のお話は、教科書で学ぶだけでは伝わらないことが、たくさん子どもたちの中に残ったと感じました。(教員)
- ・何日くらいで、避難所から家に戻ったのか。その後、体調を崩さなかったのか聞きたい。
- ・講演会に出席されている方の年齢層が高いように思われました。実際、災害があった場合、若者たちの力が必要になってきます。若者対象の講演会を開催してはどうですか。
- ・講演、とても興味深かったです。講師の方がおっしゃった「復興作業は終わっていない」という言葉、とても心に残りました。一方では復興完了しているように見えるけど、一方では今も様々な方が復興のために働いていることは、とてもすごいと思いました。私は大きな災害を経験したことはありませんが、いざ起こった時、自分ができることをしていきたいです。

令和4年度 災害伝承10年プロジェクト 報告書

令和5年 3月

総務省 消防庁
