

一日前プロジェクト



「一日前プロジェクト」とは、地震や水害・雪害などの自然災害で被災した方々や災害対応の経験をもつ方から、

- ◆ 被災直後の行動
- ◆ 体験を通じて上手くいったと思うこと、失敗したと思うこと
- ◆ もう一度災害が発生したならば、次はどのように行動したい
- ◆ 日頃から何を準備しておけばよかった

といったお話を聞かせていただき、そこから導き出される教訓や身につまされるお話を小さな物語（エピソード）に取りまとめる活動です。

こうして取りまとめたエピソードから、災害をイメージし、自分事として感じてもらうことにより、明日起きるかもしれない災害に、今日（一日前）から備えるための一助として役立てていただくことを目的としています。

ここで紹介する物語は、ほんの一部です。一日前プロジェクトから生まれた数多くの物語は、内閣府の「災害被害を軽減する国民運動のページ」（※）に掲載されています。「一日前プロジェクト」で検索してみてください。その行動が、あなたを災害から守る第一歩となる、そんな物語が見つかるはずです。

※ <http://www.bousai.go.jp/kyoiku/keigen/ichinitimae/index.html>



線路歩く被災者見て、 「動かせるところから動かそう」と決意

地震・津波／

東日本大震災（平成 23 年 3 月）

宮古市 50 代 男性 鉄道会社職員



被害状況をまず確認する必要があるということ、また、復旧工事をどうするかということもあったので、3月11日に協力会社へすぐ連絡をして、こちらから連絡したら、被害状況の確認にすぐ出られるようにしてもらいたいと、かなり早めに手を打ちました。

東日本大震災発生から2日後、ようやく津波警報が解除になったんで、じゃあすぐに線路の調査に出ようということになり、手分けして状況を見に行きました。被害状況は、南北で大きく差があり、南リアス線は壊滅的で当分、動かせないだろうと思いました。

北リアス線は、山の中の久慈と陸中野田の間は被害が軽微で、流失した碎石を補充すれば復旧できそうでした。津波をかぶった田老の駅も、構内のがれきを片付ければ、駅自体は使えそうでした。しかし、島越駅付近は全く何も残っていませんでした。駅舎も陸橋もなく、がれきだけが散乱していました。

田老と宮古の間はがれきで道路が使えず、皆、荷物を持っ

て、ぞろぞろと線路を歩いている状況でした。駅前の家々も流され、土手の上の駅舎だけが残った田老駅。その土手の斜面に、黄色と黒の化繊のトラロープが掛けられ、数日後にはハシゴになっていました。線路の上には伝言板が。それは、線路を人が行き来しているあかしです。

「動かせるところからでも、列車を走らせないと」と決意し、順番を決めて、被害が軽微だった久慈と陸中野田の間を3月16日に、3月20日には宮古から田老を動かしました。



インタビュー日：2012年9月

復旧列車にこどもが手を振る ～乗客と「ありがとう」の言葉かわす～

地震・津波／

東日本大震災（平成 23 年 3 月）

宮古市 40 代 男性 鉄道会社職員



「明日、列車を動かす」

東日本大震災発生後、3月19日の会議で、宮古～田老間の運転再開を伝えられました。20日の午前中に試運転を終え、12時に田老駅から復旧列車が発車しました。

私は乗務員を指導するときのように、添乗する形で先頭車両に乗って、線路の状況などが安全かどうか、確認しながら乗っていました。被災後、住民の方が、線路を歩く姿を目にしていたので、住民の方が線路を歩かれていなければいいなという、そればかりでしたね。

結果、安全に運行できたのですが、周囲を確認していると、途中、遠くから列車を見ていたこどもが、大きく手を振ってくれたりもしました。

また、乗客の皆さまからは、ただただ、「ありがとう」という言葉をかけていただきました。大変な状況で助け合う中、染みついている言葉でしたので、私も「ありがとう」と返しました。3月中は無料で列車を運行していましたので、「乗ってくれてありがとう」という意味なのかと、

一瞬、自分の口から出た言葉を反すうしましたが、今、考えると、どこかで「お互いに頑張りましょうね」というような意味も含んでいたのかもしれませんがね。

地域のため、無料列車が運行した日のことを、私は忘れないでしょう。



インタビュー日：2012年9月

「記録を残すしかない」とカメラ持ちだし、がれきの市内に～撮っておけばよかったふだんの光景～

地震・津波／
東日本大震災（平成 23 年 3 月）

宮古市 30代 男性 市役所職員



ふだんは広報の仕事で外出が多いのですが、あの日は市庁舎の4階にいました。津波の情報が出ると、記録のためにカメラを持って海岸や海辺の高台に行ったりしていたのですが、あの日は地震の揺れが長くて大きかったので、庁舎4階のバルコニーに出て、カメラを手に河口を見ていると、津波が川に上がってきました。

津波が堤防を越えて来る瞬間、必死にシャッターを切り続けていたら、津波は市庁舎の1階を壊して町の方にへと流れ込んできました。さすがに「まずいな、建物が壊れるんじゃないかな」と思って、一瞬、家族のことを考えました。

でも下を見ると、1階の部分は壊れていましたが、何とか大丈夫そうだったので、今、自分にできることは「記録しかない」と思って、また気を取り直して、暗くなるまでその場所で写真を撮り続けました。

翌日、明るくなってから、また記録の写真を撮り始めました。町の人たちが、対岸から自転車や徒歩で橋を渡って、津波で泥だらけになったところに下りてくるのが見えました。

3日目になって、公用車も流されて身動きが取れないので、徒歩で行ける範囲でカメラを持って記録に留めようと同僚と2人で歩き回りました。まだこの日の昼過ぎまで津波注意報が解除されておらず、頻りにサイレンが鳴って、高台に逃げながらまた降りては撮って。思うようにはかどりませんでした。

課長からは、なかなか戻ってこないのが非常に心配され、戻ってから怒られました。ただ、課長も広報担当の経験があった方なので、「出るなどは言わない。気をつけて、出る」と言ってくれました。数日はそのまま、がれきの市内を記録し続けました。

撮影しながら浮かんできたのは、「何もない時の街並みを撮っておけばよかった」という虚しさでした。



写真提供 岩手県宮古市

インタビュー日：2012年9月

「団仲間に示しつかない」と率先避難を家族に指示

地震・津波／
東日本大震災（平成 23 年 3 月）

宮古市 50代 男性 消防団員



私の家族は、震災2日前の地震のときに避難しなかったのです。私はそれを聞いて、非常に怒りました。「何はさておき、逃げろ。消防団の仲間にも、住民にも示しつかないじゃーないか」と。おかげで震災当日は、無事に逃げおおせて助かったのです。そのうえ、家族は周囲の人にも迅速な避難を促すこともできたそうです。

私が山火事の消火に行くとき、団員の中に家族が行方不明の人がいました。まず彼には、家族を探すように言いましたが、「家族がいないのは心配だが、かといって1人でウロウロ探しても…」と躊躇している。これまでも、消防団員は個人的なことを後回しにしてしまいがちです。

こうした議論はいつも行われてきました。団内でも様々な意見があって、「家族の安否を確認してもらってから、団員の活動をしてもらうべき」、「身内の心配があると、団の活動も本気になれない」という声です。団員も人の子ですから、こうした指摘には一理あります。

ですから、だれもが少しでも身近な心配事をなくすよう

にするため、事前に家族と相談して「迅速な避難」を心がけるよう徹底しておくべきでしょう。これが、非常時であっても、判断力を鈍らせない唯一の方法ではないでしょうか。



インタビュー日：2012年9月

活動時間は 15 分 ～消防団員も自身の安全の確保を～

地震・津波／
東日本大震災（平成 23 年 3 月）

宮古市 50 代 男性 消防団員



震災前に見せてもらった津波のシミュレーションの映像で、津波が田老の堤防を軽々と越え、家々が津波にのみ込まれいく。それが我が家だったので、かなりショックを受けました。訓練で、防潮堤にある高さ 2メートルのゲートを閉めに行ったときも、まるで自分の勇気を試されているような感じで複雑な気持ちになりました。

消防団の使命に「住民の安全」と「避難誘導」が課せられていますが、自身や仲間の安全については「危険を感じたら逃げろ」としかなく、消防団としての活動内容は定まっていません。それで、安全に消防団が活動できるルールづくりを決めました。

三陸沖地震の津波は最短 20 分で来ると、専門家の先生からも聞いていましたので、自分たちの避難時間の 5 分を考慮すると、地震の直後の 15 分が避難誘導にかけられる時間です。しかし、この地区には水門が 3 か所、陸閘が 6 か所あり、これを閉鎖しなければならぬ。こうしてできたのが作業時間の「15 分ルール」だったのです。

そこで、消防団では住民に素早い避難してもらうよう地域に理解を求めました。もちろん、今回の震災でうちの分団からは犠牲者を 1 人も出さずに済みました。全国に、この 15 分ルールをほかの消防団に紹介できていたら、消防団員の犠牲者は、もっと少なく済んだのではと。それが、残念でなりません。



インタビュー日：2012 年 9 月

消防分団長でなければ、戻りたかった 自宅 ～妻娘失い、行動の記憶ない～

地震・津波／
東日本大震災（平成 23 年 3 月）

宮古市 40 代 男性 消防団員



古い防波堤の近くにある工場で地震に遭いました。外に出てみると地面が波打っていたので、揺れが収まってからポンプ車に乗し、海に近い水門を閉めに行きました。その後、警報が出て、家業の石材工場近くの水門も閉めに行き、付近の人を小学校へと避難誘導しました。

津波の情報も入らず、状況がわからないまま、小学校近くの水門を 2 人の団員と閉めに行き……大きな津波が来たのは、その直後でした。1 人は川を流されてきて助かりましたが、1 人はそのまま行方不明となり、あとで見つかりました。

避難先の小学校では、児童の家族が車で迎えに来たとき、引き渡すかどうかでもめました。安全を考え、留まるように説得したのですが……。更に悲しいことは、おばあさんが自転車で迎えに来て一緒に帰った小学生が、津波の被害に遭ったこと。あのとき、止めておけばよかったと、悔やまれてなりません。

私も、妻と娘を亡くしました。消防分団長という立場もあり、地震の後、自宅に戻れなかったのです。しかし、戻っ

ていたら、自分も流されたかもしれません。今はまだ、妻子の最期の場所を見届けておきたい気持ちと、そこには足を踏み入れられないという複雑な気持ちでいっぱいです。そこに立てるまでには、まだ時間がかかるかも知れません。

私には、震災直後の記憶が全くありません。消防分団長として目の前のことは処理していましたが、頭の中は家族のことだけでいっぱいでした。



インタビュー日：2012 年 9 月

ペットボトルで即席湯たんぽ ～中学生がお年寄りに配る～

地震・津波／
東日本大震災（平成 23 年 3 月）

気仙沼市 60代 男性 造船所相談役



地震発生時は造船所の事務所にいました。海の近くですから過去の経験もたくさんあります。避難警報が出る前に従業員への避難指示を出しました。家族が心配だと自宅に戻る人もいましたが、幹部は残り、船をどうするか打合せをして、とりあえずもやいからローブを外すことにしました。

幸い、会社の裏が山なのですぐに逃げられると思っていました。しかし、引き潮がすごく、これは今までの倍の津波が来ると直感して、作業は中断して山に避難することにしました。

裏山で一晩過ごして、翌日は集団で沢を4つ越えて、避難所となっている中学校へと向かうことにしました。そこは、翌日が卒業式だったため、多くの学生が残っていたのと、近くの老人ホームから避難してきた人たちであふれていました。

中学生たちが、まきをかき集めてきて火をたき、それを利用してペットボトルを使った即席湯たんぽを作り、お年

寄りたちに配りました。『三人寄れば文殊の知恵』とありますが、たくさんの方がいれば、いろいろなアイデアが浮かぶものです。



インタビュー日：2012年9月

2週間後に社員集合 ～まずがれき撤去から事業の再建へ～

地震・津波／
東日本大震災（平成 23 年 3 月）

気仙沼市 40代 男性 鉄工所社長



私の会社は、港町の岸壁の真ん前にありました。震災当日は、出張に出かけるため会社には出ていませんでした。この震災で会社は1、2階が破壊され、辛うじて3階だけが残りました。

社員の安否の確認は、10日ほどかかりましたが幸いにも全員無事でした。少し落ち着いた3月24日に社員に集まってもらい、今後の対策を話し合いました。

まずは、がれきの撤去をしないことには、前に進めません。従業員には、長靴とスコップを持参してもらい、水道も出なかったので水を確保できる人にはプラスチック製タンクで持って来てもらうことにしました。電気が使えないので、作業は9時から15時までとして、4月から本業を開始という目標をたてて頑張りました。家を流された人もいましたので、無理をせずの作業と決めましたが、中には1時間歩いてきてくれた従業員もいました。

今回の地震で会社は大きなダメージを受けましたが、従業員全員が無事だったことが何よりでした。物は壊れて

もまた元に戻りますが、命は二度と戻りません。自分の命を守ることが一番大事です。また、災害時に全従業員が会社にいるわけではありません。一次避難はばらばらでも、二次避難の場所を徹底させることも今回大切だとわかりました。



インタビュー日：2012年9月

従業員は解雇せず ～あきらめないで会社再開～

地震・津波／
東日本大震災（平成 23 年 3 月）

気仙沼市 50代 男性 電装会社社長



私は、電装会社を経営しています。震災後はがれきで道路が遮断されて、自衛隊以外は立入禁止という状態だったので、会社には4日後に行くことができました。

この仕事は一人前になるのにだいたい10年はかかります。従業員は解雇という形をとり、失業保険をもらってもらうということも考えましたが、一度解雇してしまったら次の採用は大変です。一人娘を亡くした人、母親を亡くした人と被災した従業員はおりましたが、幸い従業員は全員無事でしたので、当座の資金として10万円を支給して、会社を再開する決心をしました。

当面は、電気が通じなかったので、10時から12時までの営業です。発電機を知り合いから借りて川から水のくみだしをして、会社の泥かきから始めました。

4月に入り、モーターを直してほしいという依頼があちこちから入るようになりました。モーターを直すには、分解した部品を真水で煮沸しなくてはなりません。ヒーターも必要になります。そんなとき、横浜の同業者から無期限

で非常用発電機の貸出しの話が飛び込み、4tトラックで運っていただきました。水産庁からも補助金が出て、運転資金はかなり助かりました。

とにかくあきらめずにやっていけば、何とかなるものだと思います。



インタビュー日：2012年9月

事前に見ていた津波のビデオ ～でも人ごとで自覚なし～

地震・津波／
東日本大震災（平成 23 年 3 月）

気仙沼市 40代 男性 漁協職員



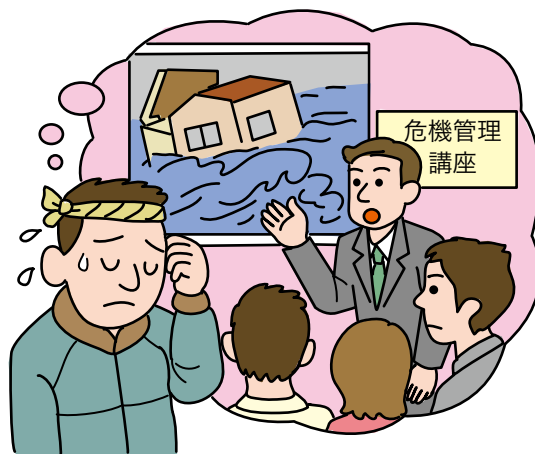
仕事場に戻ったときに地震に遭いました。警報も鳴りましたが、1年前にチリ地震の津波を経験していますし、ここは高台だから、大丈夫だろうと勝手に信じていました。「水がここまできました」という大昔のチリ津波のときの表示もふだんから見て知っています。そのときのいろいろな話も聞いていました。でも、正直そんなに大きな地震は来ないだろうという油断がどこかにありました。

以前、会社で危機管理の講義を受けました。でもこんなことは現実に起こるとは思っていませんでしたし、仕事上でも、生活上でも油断がありました。

5、6年前には、津波発生を想定したビデオも見ています。何と、そのときの映像はまさしく今回と全く同じ状況でした。

いろいろと防災関連のことを学ぶ機会に接していながら、まるで人ごとのように自覚がありませんでした。昔のチリ地震を経験した先人たちが貴重な資料を残してくれたことを無駄にはできません。

これからは、職場で定期的に地震・津波の映像を上映して、各自もっと防災意識を高めていかなければいけないと思いました。



インタビュー日：2012年9月

カツオの時期に再開するぞ！ 無我夢中の3か月

地震・津波／
東日本大震災（平成 23 年 3 月）

気仙沼市 40代 男性 漁協職員

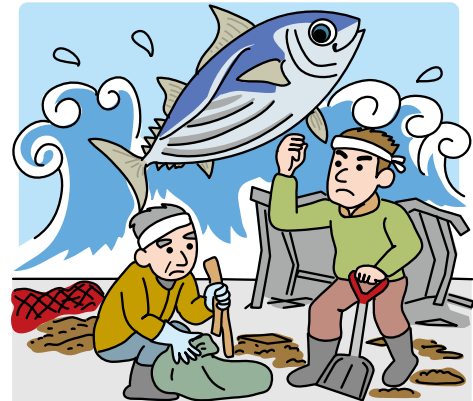


私が勤める事務所は、たまたま1年前に老朽化と耐震補強をしなければということに移転をしていました。そのため、被害も少なく翌月の4月6日には一部を再開できたのです。ただ電気が使えなかったので、電気の使えるところに必要最小限のものを持って引っ越しをして事務処理を行いました。

壊滅的な状況の中でも、だれかが音頭をとって、次へのステップを踏み出さなければなりません。それを全員で「カツオの時期には再開するぞ！」と決めたのです。こうした目標があればこそ、皆で一致団結できる。無我夢中で頑張れたのも、目標があったからなのです。

日々の労力はかかりますが、今後のことを考えてすべてを高台に上げ、被害が少ない施設にしようと思いました。しかし、魚を加工するとなると冷凍庫が必要になるし、トラックなどの置場の問題も出てきます。更に、人の流出で働き手がなくなってしまいました。震災前は水産にかかわる人が7割いたのが、今は復興に関する仕事に雇用の場が

移ってしまいました。また、親が若い世代には危険な目に遭わせたくないという考えで、若者が都会に出たまま戻ってこないという状況もできてしまいました。今後の復興を通して、若い人たちが働きたくなる安全な施設を作っていくかなくてはならないと思っています。



インタビュー日：2012年9月

仮設住宅でも「禁酒」ルール化 ～アルコール中毒・トラブル未然に防止～

地震・津波／
東日本大震災（平成 23 年 3 月）

新地町 60代 男性 自治会長



私たちの地域の住民は、最初は避難所に指定されていたコミュニティセンターに避難し、その後、小学校に移りました。ここで生活した2か月ほど、周辺の方々がとてもよくしてくれて、食べるもの、着るものにはほとんど困りませんでした。トイレ掃除などもボランティアの方々が行ってくれました。

地域単位での避難でしたので、そのまま自治会が機能したのが幸いしたのだと思います。私は自治会長として避難所や仮設住宅の運営にあたりましたが、顔なじみばかりでしたから、まとまりやすかったです。

避難所にトラブルが付きものということはいろいろな人から聞いていましたので、それを防ぐために最初からいくつかのルールを作りました。その一つは消灯時間で、午後9時に決めました。それまでだったら、夜9時に寝る人は少なかったかもしれませんが、反対する人はいませんでした。もう一つが禁酒です。避難所がスタートして間もなくから、避難所内ではアルコール類は飲まないことにしました。

仮設住宅に移ってからも「禁酒」をルール化したところ、「こっそり飲んでいる人がいる」と報告してくる人もいたのですが、そこは見てみぬふり。厳しくし過ぎて窮屈になるのは避けました。緩やかなルールづくりが平和な避難生活につながったと思います。



インタビュー日：2012年9月

女性パワーで活気ある避難生活

地震・津波／

東日本大震災（平成 23 年 3 月）

新地町 60代 男性 自治会長



避難所運営は男性ばかりで行うことが多いと聞きますが、男性は仕事を持っている人が多く、昼間はいません。ところが支援物資が届いたり、ボランティアの人たちが来たりするのは昼間が圧倒的に多い。そこで、早くから女性の活用を心がけました。自治会女性部を発足させて節度ある集団生活を目指したのです。女性部のメンバーは3名。私から頼み込んで役員になっていただき、昼間の活動をサポートしていただきました。女性の細やかな心配りで避難所運営はとてもうまくいきました。

自治会女性部の活躍は、仮設住宅に移ってからも続いています。すっかりまとまりができたため、何かしようと声をかければ必要なくらいのメンバーがすぐに集まる。人が集まるから活動も活発化します。

ニワトリを飼って卵を収穫して幼稚園や小学校にプレゼントしたりもしています。2012年秋にはいちごのハウス栽培も始めました。いちご農家の人々を指導者に、ハウスを作り、苗を植えました。ハウス設置に関する役所への申

請なども女性部が仕切ってくれました。収穫できた暁には、お世話になった周辺地域の人々にプレゼントしたいと思います。これからも女性のパワーが頼りです。



インタビュー日：2012年9月

お財布、保険証、おくすり手帳 ～いつものバッグが身の助けに～

地震・津波／

東日本大震災（平成 23 年 3 月）

新地町 60代 女性 主婦



地震が起きたとき、すぐに「逃げなければ」と思いました。避難場所は指定されていたので迷いませんでした。それでも、避難するとき私が持っていたのは、いつも使っている小さなバッグだけでした。家を飛び出すときに、なぜか「そうだ！ 免許証！」とだけはひらめいて、このバッグと一緒にあわてて持ち出したのですが、ほかのことは何一つ考えられませんでした。本当に着の身着のまま、夢中だったのです。

避難後、家はまるごと津波に流されてしまいましたから、手元にはこのバッグ以外残りませんでした。ただ、この中にお財布、保険証、診察券、おくすり手帳などが入れっぱなしになっていたのが幸いでした。薬自体は持ち出せませんでした。後から病院に行って、処方してもらうことができました。保険証や免許証は身分証明書代わりにもあり、後々本当に役に立ちました。大事なものはひとまとめにしておくと、いざというときにさっと持ち出せると思います。

欲を言えば、お財布の中にもう少し多めに現金を入れて

おけばよかったかも。ただし、いったん逃げたら、お金をとりに家に戻ったりしては絶対にいけません。それで亡くなった人がたくさんいるのですから。



インタビュー日：2012年9月

96歳女性を救出するも、おむつを忘れて一苦勞

地震・津波／
東日本大震災（平成23年3月）

新地町 60代 女性 民生委員



知人宅で地域活動の打合せ中に震動のようなものを感じ、「これって、地震？」と2人で顔を見合わせて、ガスの元栓を切り、窓を開けました。そうこうしているうちに激しく揺れ始めたので、急いで畑に向かって飛び出しました。その直後から、屋根がわらは落ちるわ、家具は飛び散るわ、ドアは外れるわで家はもうメチャメチャ。私の車も屋根がわらでボコボコになりました。それでも試しにエンジンをかけてみると、かかった！ 泣き出した知人を軽く慰めた私は、その車で急いで帰り、地域を見回りました。町内は案外、落ち着いていたのが印象的でした。

民生委員の私には気になる人がいました。近所のちょっと頑固者の女性。家族はいますが日中は独り。玄関にかぎがかかっているのはわかっていたから、寝室の窓をたたき、声をかけました。「今日だけは私を娘とって言うことを聞いてね」と言うと、だまってうなずいてくれました。

夜になって帰宅した家族に女性を引き渡したのですが、それまでの間、すごく苦勞したのがトイレ介助でした。そ

の女性が介護用のおむつを使っているのは知っていたのに、私が持ち出し忘れたのです。「災害時に脱出するときには介護用品を必ず持ち出すこと」。これが今回の教訓です。



インタビュー日：2012年9月

トイレ掃除はこまめに。きれいな方が汚されない

地震・津波／
東日本大震災（平成23年3月）

新地町 60代 女性 社協職員



避難所ではトイレが問題になる！ このことはほかの地域の災害報告などから繰り返し伝え聞いていました。汚れたトイレを使うのはだれにとってもとても不快ですし、衛生面からもよくありません。

だから避難先の中学校では、常にトイレを気にかけていました。プールの水をくんだ衣装ケースとバケツをトイレの近くに並べ、使用後はバケツで流す。そして空になったバケツには衣装ケースから水をくんでおく。紙は流さず、個室に1枚ずつ設置したビニール袋に捨てる。水が少なくなったら衣装ケースにくみ足す。こうしたことを、避難所の開設当初からルールとして決めました。

更に、時間を見つけてはこまめにトイレ掃除をし、清潔を保ちました。特に当番制などにしたわけではなかったのですが、とにかくできるだけきれいに保ったことで、少し汚れたときにさっと掃除してくれる人もいたのではないかと思います。汚れ始めを放っておいてしまったら限りなく汚れていっただけだったのは間違いないでしょう。

おかげで結構きれいに使ってもらうことができました。「トイレ使用はルールが大事。清潔にしておくのと汚されにくい」ということを体験から学んで実感しています。



インタビュー日：2012年9月

大きな手提げ袋が 避難所生活で大活躍

地震・津波／
東日本大震災（平成 23 年 3 月）

新地町 60代 女性 主婦



避難所の大小にかかわらず、集団生活では荷物がばらばらにならないように収納できる入れ物が必要です。特に今回は避難所生活が想像以上に長引いたこともあり、荷物の整理に苦労した方々は多かったようです。

着の身着のまま逃げ出したため、バッグ類を持っていなかった人も多く、「大きな手提げ袋がほしい」という声をあちこちで耳にしました。手提げ袋がいくつかあると、荷物を仕分けして入れておけるし、必要なときにすぐに持ち歩けるので箱などよりも便利なのです。

リュックがほしいという声も多かったです。貴重品は絶対に身につけておかなければいけません、両手は自由にしたい。だから背中に背負うリュックが重宝なのです。支援物資として届いた大小のバックやリュックはあっという間になりました。袋類がこんなに貴重とは、今回の震災で初めて知りました。

今後、何かあって避難しなければならないときには、軽くてかさばらず丈夫な手提げ袋をいくつか持ち出したいと

思います。実は震災前は非常用持ち出し袋も何も用意しておらず、「これではいけない」と強く思いました。これからは必要なものをひとまとめにしておき、いつでも持ち出せる準備をしておかなければと思っています。



インタビュー日：2012年9月

市内の新聞社と連携して 震災翌日に「号外」を発行

地震・津波／
東日本大震災（平成 23 年 3 月）

浦安市 30代 男性 市役所職員



浦安市内には産経新聞社の印刷工場があり、市の広報誌の印刷をお願いしている関係もあって、日ごろからおつきあいがありました。ホームページにアクセスできない人や、テレビニュースには流れない地域の情報を伝えていくためにも、震災翌日に12日付号外を発行。市内主要箇所、都内の主要ターミナルで配布しました。ウェブの伝達力は群を抜いて速いですが、広くあまねく伝える、情報を残すという点では、やはり紙媒体には勝るものはありません。

浦安市の停電は長くはありませんでしたが、停電になってしまうとホームページを見ることもままなりません。やはり非常時の初期における情報伝達手段としては、紙媒体が重要な役割を担います。その後、電気がつながったところで、ホームページは威力を発揮してくれました。東日本大震災発生前では、市のホームページアクセス数は年間240万件でしたが、震災発生以降の3月11日から31日の20日間で約180万件に達したのです。こちらの情報更新も頻繁に、市内の被災状況を掲載しています。これに付

随して、防災情報等に関するメール配信サービスは東日本大震災発生前と比較して5倍の4万人が登録しています。

あとは高齢者の方々やホームページを見ない方への情報提供を考えていけば、おのずと発信の在り方、どこのだれにどのような情報をいかなる方法で伝えていけばいいのかが見えてくると思います。現在、情報発信体制の在り方を見直し、だれもが情報にアクセスできるように進めています。地区ごとにある掲示板に「お知らせ」は必ず掲示しています。



インタビュー日：2012年9月

指揮官いなくとも気心知れた者同士で難局に立ち向かう

地震・津波／
東日本大震災（平成 23 年 3 月）

浦安市 60 代 男性 自治会役員



東日本大震災発生当日は自治会長である私は、京都へ旅行中でした。浦安の自宅には息子がいましたが、連絡は取れません。テレビから流れるニュースは津波の話ばかり。これには正直、参りました。その後、浦安も被害を受けているらしいと知ったときは、団地の自治会長をやっている立場から、団地の皆さんはどうしているだろうか、大丈夫か、混乱しているのではないかと、我が家のこと以上に不安でいっぱいになりました。

甚大な被害を受けたニュースばかりが放映され、当たり前のことですが被害の小さいところは全く情報が入ってこない。しかし、住民には足の不自由な方や高齢者、独居者もいましたから心配でした。翌々日の 13 日には、車を飛ばしてやっと戻ってきたとき、自治会や住民の皆さんの顔を見て全員の無事がわかり、ホッと安どしたのを記憶しています。

しかし、自治会長が指揮を執らなくても粛々と自治会メンバーが各自の仕事を分担していたときは本当にうれしかった。これも日ごろの自治会の交流があったからだ

思っています。だれが何を担当するということを決めなくても、おのずと気心知れた者同士では得意な仕事を各自がこなしていく。それを緊急時に見事に力を発揮してくれたのだと思います。夏祭りなど、日ごろの活動も訓練になったのかも知れません。これまでの活動を通じて培った連帯感が、信頼感につながって、今回の被災を乗り越えたのだと思います。



インタビュー日：2012 年 8 月

日ごろの交流活動を生かして全戸の安否確認

地震・津波／
東日本大震災（平成 23 年 3 月）

浦安市 70 代 男性 自治会役員



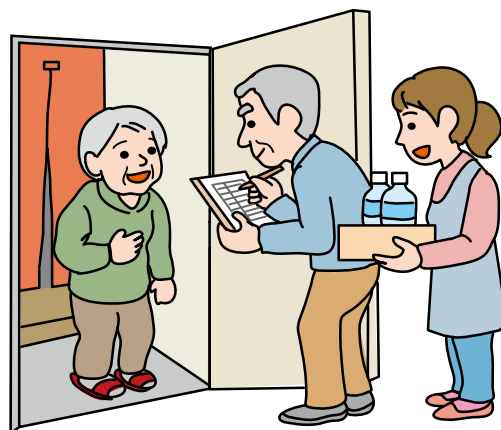
富岡の団地内には有志によるボランティア住民交流組織「RAN」（レインボーエイジングネットワーク）があります。4 年前に設立し、月 1 回の茶話会、年 4 回の通信誌を発行し、現在は 50 人がメンバーです。

この RAN の始まりは、もともとは数年前にお年寄りの孤独死が話題になったころ、この団地にも独居者がいましたので、せめて声掛けによる安否確認は地域の人間としての役目だし、地域に貢献していきたいという思いだったのです。

それが団地内の共有部分の駐車場や階段にある案内板の補修など、今ではお困りごとの対応までやっています。あの日も、消えかかっていた駐車場の白線引きを終わらせ、皆が自宅に戻ってきたときの地震でした。

RAN メンバーは自宅の片付けも終わらぬうちに、早速集まってきてくれ、団地内のお年寄りや身体の不自由な方の安否確認をしました。安否リストの作成には個人情報保護法下ではままなりません。そこで各棟の階段の踊り場に

張りだされたお名前をもとに、全戸確認とリスト化をしました。これが、その後の救援物資の配布などに役立ったことは言うまでもありません。



インタビュー日：2012 年 8 月

消臭の決め手は ペットのトイレマット

地震・津波／
東日本大震災（平成 23 年 3 月）

浦安市 60代 男性 自治会役員



自宅のトイレにゴミ袋を敷いて用を足す簡易トイレを作りました。これは近隣の高齢者の方から「暮らしの知恵」として教えていただいたものです。この簡易トイレのおかげで、いちいち階下にある外の共有トイレにも行かずに済みました。

しかし、最近は皆水洗トイレを使い、老いも若きも消臭に気遣うような生活です。水洗トイレに慣れきった私たちにとっては、自分の汚物であっても我慢がなりません。団地の自治会で、非常時用の消臭凝固剤をストックしていましたが、これを震災直後に各戸に配布しました。しかし、これも底をついてしまった。何しろ、3週間も下水道が使えない状況でしたから、そこまでの備蓄は自治会でも想定していなかったのです。

団地公民館などに設置された簡易トイレでは、自宅のようにゆっくりして使えるものでもなかったのです。皆さんそれぞれ工夫をして、ペットのトイレマットやトイレ砂の消臭を利用するようになりました。ペット用といえども消臭

力は抜群で、人間の汚物も十分に処理してくれるのです。何でも代用して使う知恵、これは近隣のお年寄りにヒントをいただいたものです。日ごろから「暮らしの知恵」「お年寄りの知恵」を自治会などでも共有していこうと思っています。



インタビュー日：2012年8月

住民総出で汚物処理 ～高校生や 大学生のボランティアで大助かり～

地震・津波／
東日本大震災（平成 23 年 3 月）

浦安市 60代 男性 自治会役員



液状化で噴出したものは、泥というよりもヘドロに近いものです。地盤沈下や隆起によって下水管が破裂し、管の中にヘドロが入ってしまい、そこかしこの道路で汚物があふれる状態でした。仮復旧までの3週間は、住民総出でその処理を行っていました。大変な臭気の中で皆やってきたのです。

256戸しかない団地で、平日は150人、土日は約250人の方々が参加。この作業は団地内の掲示板や戸別にチラシで参加を呼びかけたのですが、実際は30人も集まればいだろうと考えていました。しかし、いざふたを開けてみれば、若い人たちの多いこと。きちんと人数の把握はできなかつたのですが、団地に住む高校生や大学生らの呼びかけで、彼らの友人たちがボランティアで集まってくれたのです。東北でも多くの方が、ボランティアに助けられている話は聞いていましたが、この浦安にもこういった善意の輪が広がっていることに感動しました。

一つ残念だったのは、ボランティアも数多く参加してくれたのに、スコップ、バケツの数が足らなかつたことで

す。でも、ふだんスコップで作業をすることのない人たちは15分も作業を続けると手が痛くなる。そこで代わる代わる交代制でやりましたので、ちょうどよかったのかも知れませんが、むしろ土のう袋の備蓄。あのときも土のう袋の確保には一番困りました。土のう袋は場所をとらないので、今まで以上に用意をしておこうと思っています。



インタビュー日：2012年8月

黒板に書いた自分の行き先 ～居場所の把握が安心につながる～

風水害／
三条市の豪雨(平成16・23年7月)

三条市 60代 男性 市役所職員



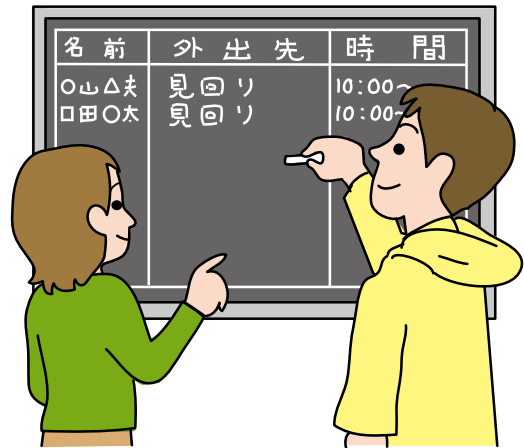
7月29日の豪雨災害で避難所となった集落の集会所では、皆ができるだけ快適に、安全に過ごせるように、高齢者や女性などは1階で、男性は2階で過ごすようにしました。

また、家族を迎えに出たり、救援活動、見回りなどで避難所から外出したりする場合は、たとえ短い時間であっても、その都度各自が黒板に行き先を書くように徹底しました。行き先がわからないと、「どこかで立ち往生しているのではないか」「けがをしてないか」などと心配した家族が探しに出かけたりして、二次災害につながる恐れがあるからです。

だれがどこにいるかを把握しているだけで、皆が安心できるのはあとの体験からも明らかです。居場所がわかれば電話や伝言による連絡もスムーズにでき、不要な確認・搜索作業などを行わずに済みます。事実、私たちはこの黒板を確認することで、そうした余分な用事や心配に惑わされることは一切なく過ごすことができました。

住民が個々に避難した場合、お互いの所在がわからなく

なって知り合いを探し歩いたりする様子は、多くの被災地で見られると聞きます。私たちの集会所のように黒板がなければ紙に書く、道具を使うなど、居場所をお互いに把握できるような工夫をすることはとても大事だと思います。



インタビュー日：2012年10月

老人会を立ち上げ、 訓練重ねた成果を実感

風水害／
三条市の豪雨(平成16・23年7月)

三条市 70代 男性 自治会長

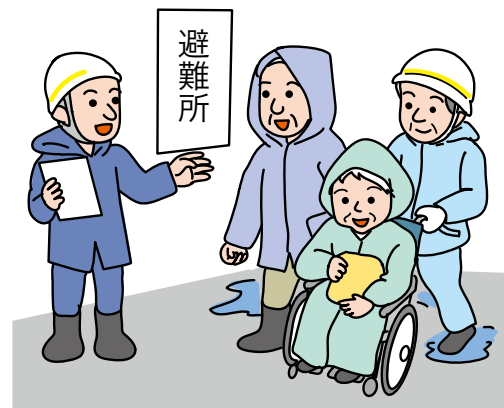


私の自宅のある町(400世帯)は2004年7月13日の豪雨で、床上浸水しました。私の自宅も120センチの水位に達し、水に浸かった我が家を前に、「自然に対抗はできない。正しく理解し、つきあっていくしかない」という思いを新たにしました。

当時、私は自治会副会長の職にあり、2003年ごろから老人会の立ち上げの準備をしていました。このときの資料はすべて流されてしまい、立ち上げは2005年春に延びたのですが、これ以降は毎年、会員の避難訓練を重ねています。自治体から全世帯に配布された『三条市 豪雨災害対応ガイドブック』も大いに役立っています。

楽しさを重視した交流会のような訓練が功を奏し、2011年7月29日の豪雨による水害では会員は皆、スムーズに避難できた上、避難所では互いにいたわり合い、ワイワイ明るい雰囲気でも過ごすことができました。訓練に意味はないという声もありましたが、「絶対安全はない」と訴え、継続してよかったと思っています。

2012年はこの老人会の活動の一環で高齢者の支え合いマップを作成し、また一つ、安心の材料が増えました。これからも避難訓練で築いた、顔の見える関係を大切に、会員以外の高齢者も巻き込みながら、具体的な避難準備を充実させていきたいと思っています。



インタビュー日：2012年10月

災害ボラセンは1日にしてならず

雪害／

長岡市の大雪（平成22年度冬期）

長岡市 40代 男性 団体職員



2004年の新潟県中越地震に際し、長岡市内では様々な団体がそれぞれの分野で活発に活動しました。が、団体間の連携や情報共有はあまりなかった。そこで2010年4月に発足したのが「被災時対応検討会」。次に何か起きたときにより形で協力し合えるように、各種団体が集まり月1回ペースで勉強会を始めたのです。

メンバーはそれまで被災地に駆けつけては自主的に活動してきた人材ばかりを集めたこともあり、議論は濃密かつ建設的でした。「詳細なマニュアルを作成しても災害は多様で想定外の事態が必ず起こる。ならば基本的な考え方と初期対応手順だけを決め、細かいことはその都度判断しよう」という結論に至ったのも、災害現場をよく知る私たちならではの思いです。

そろそろ実地訓練をしたいと考えていた矢先の2010年～2011年冬、長岡は「平成23年豪雪」に見舞われます。社会福祉協議会の合図で「長岡雪害ボランティアセンター（ボラセン）」を設置したのは計画通り。公設民営・共同運

営方式のボラセンですから、拠点の確保など活動がしやすく、かつ機動力があります。

このボラセンのベースは言うまでもなく被災時対応検討会での顔の見える関係です。非常時対応は平時の活動がベース。活動を通して、強くそう実感しています。



インタビュー日：2012年10月

助け合いの文化は集落の誇り ～雪下ろしに駆けつける「遊雪隊」～

雪害／

長岡市の大雪（平成22年度冬期）

長岡市 60代 男性 遊雪隊隊員



私の暮らす集落は長岡市内でも指折りの豪雪地帯で、全世帯35戸のうち約半数が家庭用除雪機を所有しています。冬の除雪は各家庭の日課。屋根の雪下ろしも年中行事のようなもので、ひと冬に10回程度は雪下ろしをするのが通常です。

除雪機を持たないのは高齢世帯など機械を動かす者がいない世帯ですから、当然、雪下ろしも自分たちではできません。そういう世帯のために、地域住民の有志で雪下ろしボランティアグループ、「遊雪隊」を組織しています。結成は10年余り前。現在の隊員は7～8人で、市街地に住む人もメンバーになってくれています。

除雪が必要な世帯の情報は基本的に隊長を通じて入ってきますが、もともと集落全体が家族のようなもの。日ごろから自然に見守りができていますし、必要があれば正式なメンバーでない人も加わって手伝いに駆けつけます。隊員は皆、仕事を持っているので、活動はどうしても日曜日が主になります。現地で行うのは雪を下ろすことだけに限定し、下ろした雪はまた別のボランティアに片付けてもらう

など連携体制もできあがっています。

私たちに雪に対する不安がこれとってないのは、こうした助け合いの文化が根づいているから。この文化は、豊かな自然や美しい景色にも勝る、我が集落の誇りです。



インタビュー日：2012年10月

一日前プロジェクト みんなでやってみよう!

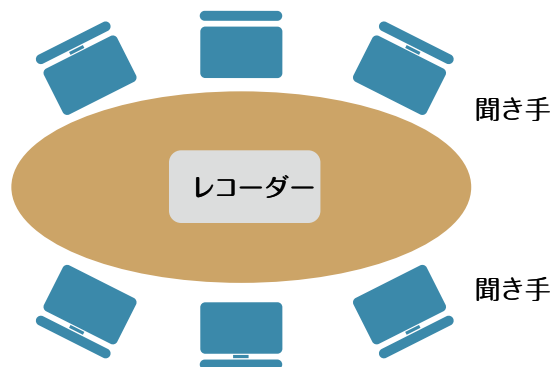
..... 簡単な手順を紹介します

まず、過去の自然災害(地震、水害等)の中から対象を選ぶ

その災害の被災経験者や災害対応経験者に声をかける

みんなが集う場所と時間を設定する ※所要時間は約2時間

なごやかな雰囲気の中で、当時を思い出しながら、
体験したり感じたことを話し合ってもらおう ※話し手は、2~4人が適当



「教訓」や「知恵」につながる部分を拾い出し、タイトルをつける

テープ起しなどを基に、拾い出した部分を「物語」にする

※物語は、300~500字程度で、できるだけ語り口を残して編集
※物語の情景を表すイラストや写真等を添えると効果的

作成した「物語」を地域や職場のみんなに読んでもらう

気づき

共感

反省

第28回 防災ポスターコンクール入賞作品

防災担当大臣賞



幼児・小学1～4年生の部

宮城県
美里町立不動堂小学校 3年
齊藤 綾乃 (さいとう あやの) さん



小学5・6年生の部

愛知県
だれでもアーティストクラブ 小学6年
羽山 智則 (もみやま とものり) さん



中学生・高校生の部

兵庫県
加古川市立神吉中学校 3年
濱田 菜緒 (はまだ なお) さん



一般の部

大阪府
羽曳野市 72歳
岩田 三郎 (いわた さぶろう) さん

防災推進協議会会長賞



幼児・小学1～4年生の部

神奈川県
アトリエ ENDO 小学1年
加藤 慶 (かとう けい) さん



小学5・6年生の部

愛媛県
八幡浜市立喜須来小学校 小学6年
上甲 愛梨 (じょうこう あいり) さん



中学生・高校生の部

宮城県
栗原市立金成中学校 3年
熊谷 絵美里 (くまがい えみり) さん



一般の部

岐阜県
県立岐阜総合学園高等学校 3年
後藤 はるか (ごとう はるか) さん

その他の作品は次のホームページからご覧いただけます。

<http://www.bousai.go.jp/kyoiku/poster/index.html>

発行  内閣府 (防災担当)

〒100-8969 東京都千代田区霞が関1-2-2(中央合同庁舎第5号館)
TEL.03-3503-9394 <http://www.bousai.go.jp>