2019年5月20日
季刊 年4回（2,5,8,11月）発行

支え合い、備え、いのちをつなぐ 第29号

# 震災リゲイン Pressプレス

震災復興・防災情報専門メディア 全国4万部配布
発行元：特定非営利活動法人 震災リゲイン
発行人：相澤久美　編集人：内田伸一

編集部：〒106-0044 東京都港区東麻布2-28-6　Tel：03-3584-3430　Fax：03-3560-2047

第29号 記憶と知見の継承

2面 ● 行こう！ 東北
「みちのく潮風トレイル」を歩こう

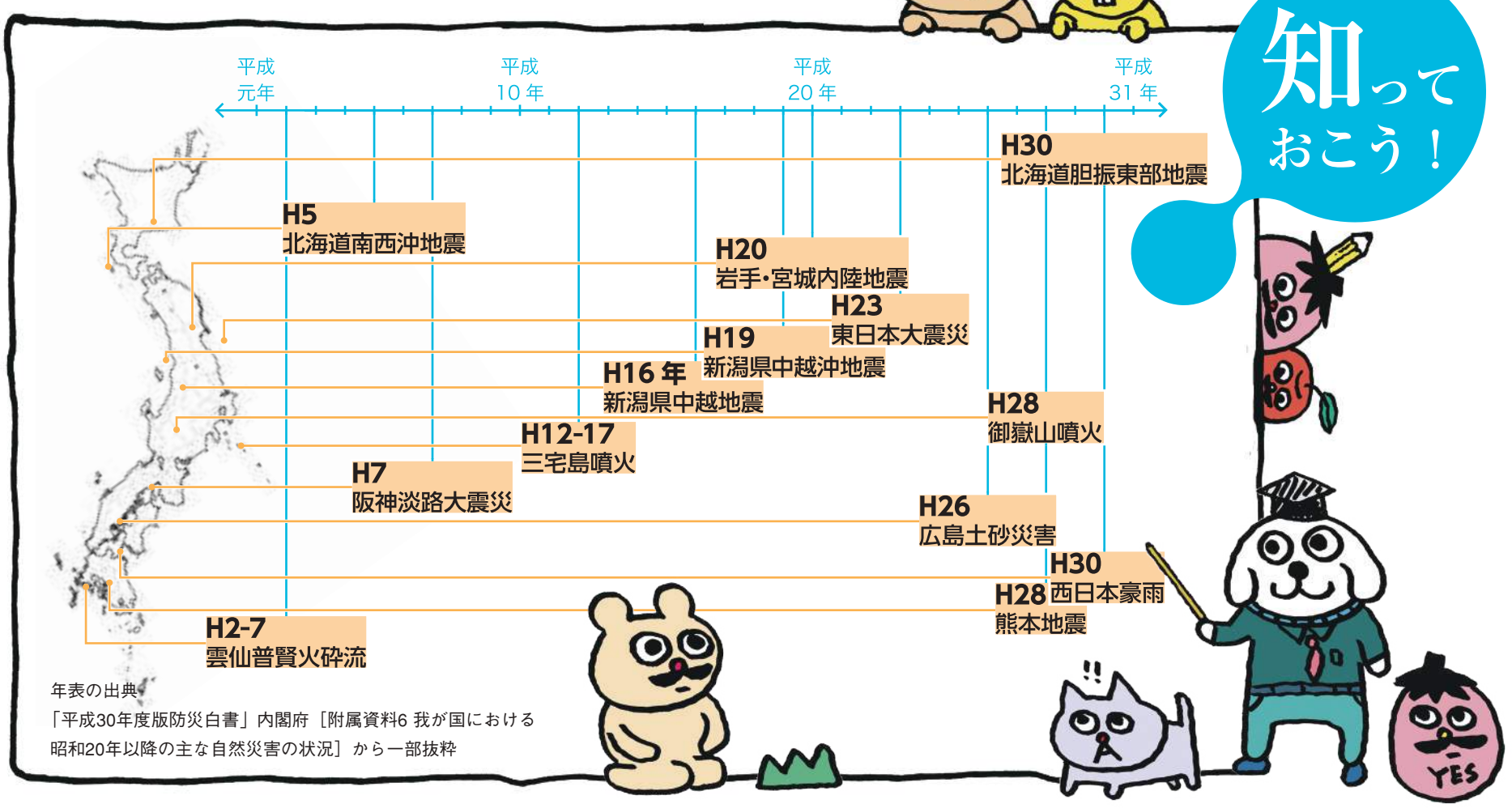
3面 ● もしものときの生活再建入門
● 書評ほか

4面 ● 人と復興　● 行政の取り組み

# 平成の大災害を振り返る

文＝高木伸哉
イラスト＝飯川雄大

平成は災害の時代と言われました。確かに多かった。
ここで記憶を整理して、令和の防災へ向けて気持ちを新たにしてゆきます。



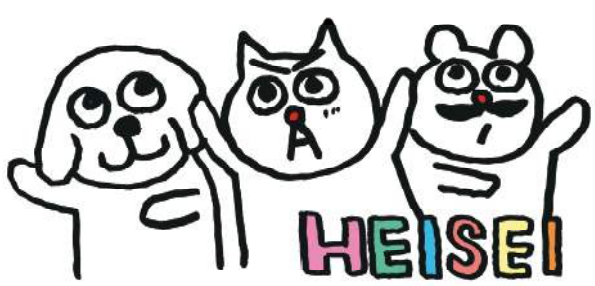

年表の出典
「平成30年度版防災白書」内閣府［附属資料6 我が国における昭和20年以降の主な自然災害の状況］から一部抜粋

**伊勢湾台風以来の大災害**
**――阪神淡路大震災と東日本大震災**

平成最初の大災害は噴火でした。1990（平成2）年に始まった「雲仙普賢岳噴火」です。様子を伝えた報道陣らが火砕流に巻き込まれました。3年後「北海道南西沖地震（奥尻島）」が発生。10mを超える津波の恐ろしさがクローズアップされ、津波への総合的な対策が始まりました。

1995（平成7）年「阪神淡路大震災」（死者行方不明者6400人以上）が発災。震度7。1959（昭和34）年の「伊勢湾台風」（死者行方不明者5000人以上）以来死者が千人を超える災害は無く、昭和後半生まれの日本人は自然の猛威を忘れかけていたかもしれません。高速道路が倒れ、街が燃える映像を見て全国民が驚愕しました。復興や防災の現代的な仕組みがこれを機に整備され始めます。現在被災地へ駆け付けるボランティア団体の多くがこれを契機に生まれました。95年はボランティア元年と言われ、98年にはNPO法が施行されます。2004（平成16）年「新潟中越地震」が発生。平成2度目の震度7。土砂崩れによって孤立地域が発生しました。余震が続いたため避難所でも車中泊が多く、エコノミー症候群が問題に。

そして2011（平成23）年日本の観測史上最大規模の災害「東日本大震災」が発災します。1896（明治29）年「明治三陸地震」、1933（昭和8）年「昭和三陸地震」で津波に見舞われ、日本最初の津波予報が実施された地域なのですが、被害は広域におよび、死者行方不明者が2万人を超えました。深刻な原発事故も発生しました。近年の日本社会を語るとき、東日本大震災の前と後で仕組みや制度、考え方や価値観が変わったとも言われます。それほど大きなインパクトを与えました。




**局地的集中豪雨の連続**

2014（平成26）年には「広島土砂災害（安佐地区）」が発生しました。昭和でも豪雨、台風被害は大きく、たびたび犠牲者を生んできました。しかし平成で目立ったのは局地的集中豪雨。これは地球温暖化の影響とも言われています。2017年の「平成29年九州北部豪雨」、2018年の「平成30年西日本豪雨」など、従来の想定を超える局所災害が連続していて、対応が急がれます。2016（平成28）年には「熊本地震」が発災。震度7が1日おいて2回も発生し、余震も頻発しました。2018（平成30）年「北海道胆振東部地震」では、土砂崩れと同時に火力発電所の損傷で道内全域が停電しました。

昭和の後半で100人以上の犠牲者を出した大地震は、1983（昭和58）年「日本海中部地震」（死者104人）の1例。その後の平成30年間は確かに災害が多く、ここで挙げたものはその一部。今なお随所で復興は続いています。そこから得た教訓を、私たちは次の時代に活かしてゆかねばなりません。

行こう！
東北

環境省と東北4県28市町村が地域と取り組む復興事業

# 「みちのく潮風トレイル」を歩こう

文＝山道雄太

2019年6月９日、東北地方の太平洋沿岸部を1本の線でつなぐ約1,000kmの長距離自然歩道「みちのく潮風トレイル」が全線開通します。長距離自然歩道は歩く旅をするための道をさし、海外ではロングトレイルとも呼ばれます。山、海岸、平原、森林、人里など、さまざまな場所を歩いてめぐることで地域の自然、歴史文化、暮らしに触れられること、また歩く行為がもたらす思索的な魅力から、近年注目されています。このプロジェクトは東日本大震災からの復興に資するため、環境省が取組んできた「グリーン復興プロジェクト」のひとつとして始まりました（経緯は４面記事を参照）。震災から８年を経て、青森県八戸市蕪島から福島県相馬市松川浦までを縦断する全区間が一本につながります。気軽に歩くデイハイクから、数日間歩くセクションハイク、全区間を一度に歩くスルーハイクまで、自分に合った楽しみ方ができます。

広く長い浜辺と「鳴き砂」で知られる大須賀海岸（青森県八戸市）

## 豊かで、かつ持続可能な地域体験を

ルートの選定は、環境省と各地域の方々を中心に、多くの専門家等の協力を得ながら進められました。トレイル全体を持続的に管理・運営するための計画づくりには、宮城県で自然体験・冒険教育に携わり、震災後は沿岸部で復興支援を行っていた、くりこま高原自然学校の佐々木豊志（青森大学教授、RQ災害教育センター代表理事、当法人理事）も東北広域の地元代表として取り組んできました。全コースを歩いての現地調査と、各地域でのヒアリングを実施。地元の自治体、住人、観光協会や、三陸復興国立公園のビジター／インフォメーションセンター、環境省の現地自然保護官事務所の自然保護官やアクティブレンジャー、さらにロングトレイルの専門家等の意見も生かされました。そして今年、このトレイルの理念を明文化した「みちのく潮風トレイル憲章」を含む運営計画が策定され、全線開通へ。長距離自然歩道の施策開始から50周年の節目にも重なりました。

## 歩くことで遂げる復興と記憶の継承

「震災をいつまでも語り継ぐための記憶の道とします」――これは「みちのく潮風トレイル憲章」にある一文です。実際にこのトレイルを歩くと、美しく深い自然に内包される人々の豊かな暮らし、建設中の防潮堤、嵩上げされた土地、住民が移転した後の海岸沿いなどの様々な風景に遭遇します。出会う住民がお茶を出してくれたり、ボランティアのためにできた施設に泊めてくれたり、震災や復興の経験を聞かせてくれたりすることもあります。歩く旅人＝ハイカーはこのトレイルをめぐりながら、自らの目と耳で東北の優しさや支え合う姿勢、震災の記憶を受け取り、自身の日常へ戻りそれを周囲に伝える。そうした、実感を伴った記憶の継承により、日本各地で次の震災の備えが進めばと願います。4県28市町村をつなぐ官民協働の広域連携事業として、復興への寄与も期待されます。
「ただ歩く」ことが復興や記憶の伝承に本当に寄与することができるかどうかは、数十年先にならないと得られない答えですが、豊かな暮らしが育まれてきた東北の今を体験しに、ぜひ足を運んでみて下さい。

➡ 右ページ記事「みちのく潮風トレイル 体験者からのアドバイス」も参照

# みちのく潮風トレイル 体験者からのアドバイス

## まずは公式トレイルマップを入手しよう

ルート選びや計画は、公式ホームページのモデルコースや、公式のトレイルマップを参考に。特にマップは、実際に歩く際にぜひ携帯してください。みちのく潮風トレイル名取トレイルセンター（宮城県名取市）などの関連施設で入手できるほか、郵送での取り寄せも可能です。詳細や問い合わせは以下へ。

みちのく潮風トレイル名取トレイルセンター
www.mct-natori-tc.jp　022-398-6181
環境省公式ホームページ
tohoku.env.go.jp/mct

**長谷川晋さん**
**アウトドア用品店「ハイカーズ・デポ」店員**

みちのく潮風トレイルは、自然が色濃い場所から、未だ工事中という場所までさまざま。風光明媚な場所ばかりではないですが、美しさは刻一刻と変わる現実の中にもあります。そうした「移ろいゆく景色」のためにもいち早く、そして何度でも訪れる価値があります。

**地現葉子さん**
**写真家**

人と自然との関わり方が印象的なトレイルです。色々なことを感じながら歩いています。歩く旅人だからこそ見えるもの、聞けることがある。長い時間をかけてできたその土地ごとの世界に触れられるのは貴重な体験です。

**本間馨さん**
**ハイカー**

生活圏を通る、人との関わりが強いトレイル。通り過ぎようと思っていたまちで人と出会い、その場所のことを知り、特別な場所がいくつもできました。また、海がずっと横にあるので、海のいろいろな表情が見られて、人と海の関係性を改めて考える機会にもなりました。

※みちのく潮風トレイルは整備された歩道ですが、自然の中を通るため、充分な情報収集と準備のもと安全で余裕のある歩行計画を。積雪期には注意が必要です。トレイル保護の観点からのルールも公式ホームページなどで確認を。（文・構成＝山道雄太）

制度を知る
－連載－

# もしものときの生活再建入門

## 第６回・仕事の被害や再開で困ったら

文＝関口威人

大きな災害は自宅での暮らしだけでなく、仕事にも大きな影響を及ぼします。自営業者や中小の企業経営者はもちろん、会社に勤める人たちも困らないように制度を知っておきたいものです。

もし災害で勤務先が被害を受けて倒産したり、自分が解雇されたりしたら…。未払い賃金がある場合は、国から賃金が立て替え払いされる「**未払賃金立替払制度**」があります。満額ではなく、未払い額の８割が基準ですが、倒産前でも事業再開の見込みがない「事実上の倒産」に適用される場合があります。まずは**最寄りの労働基準監督署に相談**してみましょう。

労働基準監督署では、けがなどで働けなくなった場合の**労災保険の請求**もできます。一方、勤務先は存続しているが解雇されてしまったら、**失業給付金**が下りる可能性があり、その場合の窓口は**ハローワーク**です。

中小企業が事業を再開したいとき、まず考えたいのが「**グループ補助金**」。正式には中小企業等グループ施設等復旧整備補助事業といい、その名の通り**被災した中小企業が2社以上のグループで復興事業計画をつくり、都道府県の認定を受けると施設復旧費用などの最大4分3の額が補助される**制度です。

被災地の経済、雇用の早期回復を促す目的で東日本大震災から特例措置され、その後は熊本地震、西日本豪雨（平成30年7月豪雨）で適用されています。まだ適用判断が都道府県の線引きにもよるという課題はありますが、適用された地域ではぜひ活用を検討するべきでしょう。

その他、日本政策金融公庫が**直接被害だけでなく、間接被害や風評被害を受けた事業者に対する融資制度**を設けたり、**信用保証協会が通常より有利な条件で保証**したりする制度があります。**商店街が被災した場合にアーケードの改修や「にぎわい創出」に補助金が出る**ケースもありますので、都道府県や中小企業庁によく確認してみましょう。

**災害時の「仕事」に関する制度**

| 個人 |
|---|
| 未払賃金立替払制度（労働基準監督署） |
| 労災給付（同上） |
| 失業給付（ハローワーク） |
| **中小企業など** |
| グループ補助金（中小企業庁、都道府県） |
| 災害復旧貸付（日本政策金融公庫） |
| 災害関係保証（信用保証協会） |
| 商店街災害復旧等事業（中小企業庁） |

※（　）内は管轄や窓口

作成：震災リゲイン

読み・聞きあれこれ
―書評ほか―

文＝佐々木晶二

## 全災害対応！ 子連れ防災BOOK

**1223人の被災ママパパと作りました**

**ママプラグ (著) ／祥伝社刊　1,404円**

地震、水害、土砂災害などすべての災害に備えて、大人と子どもが生き残るためにやるべきことをまとめた本。災害時のお父さんお母さんの体験談がベースになっていて説得力があります。私たちも、避難バックやアプリの準備、家族での災害時の対応の話し合いなど、今すぐできることから防災対策を始めましょう。さらに、自宅が災害に強いかどうかのチェックや、非常食を食べてみる防災ごっこもやってみましょう。

## 必ずくる震災で日本を終わらせないために。

**福和伸夫 (著)／時事通信社刊　1,944円**

建築耐震工学などの専門家である著者が、大規模災害の際の社会の問題点を本音で説明している本。南海トラフ巨大地震が起きた際には、電力復旧に最低2週間がかかること、臨海部の製油所では火災が発生する可能性が高いこと、水道復旧も名古屋であれば3か月はかかることなど、この本で示された工学からの宿題に対して、防災関係者はめげずに前向きに対策を再点検する必要があります。南海トラフ地震で「半割れ」（震源域の東西で時間差をもって地震が発生する現象）が起きた際の、政府の対応方針の最新情報も貴重です。

## 震災リゲインプレスとは

震災にまつわる情報を、復興、支援、防災・減災、日常の備えなど様々な切り口でお届けするフリーペーパー。「あなたにもできる」小さなアクションもご紹介します。年４回、地震や災害について考え話し合う時間を持ってもらうことが狙いです。ウェブサイト（http://shinsairegain.jp）もあります。

## ご意見、情報をお寄せください。

特定非営利活動法人 震災リゲイン『震災リゲインプレス』編集部宛　E-mail: info@shinsairegain.jp
〒106-0044 東京都港区東麻布2-28-6　Tel: 03-3584-3430　Fax: 03-3560-2047

NPO法人　理事（五十音順）：相澤久美、内田伸一、大場健一、鬼本英太郎、日下部泰祐、佐々木豊志、関口威人、高木伸哉、田北雅裕、福井一朗｜監事：渡部宏幸｜編集・執筆：猪飼尚司、加藤久人、佐々木晶二、関口威人、高木伸哉、深山亜耶、山道雄太｜イラスト：飯川雄大｜デザイン：八木直子｜事務局：小林奈央

ひとと復興
—リレー取材—

# 防災と復興とがつながる道

前号ご登場、松島陽子さんのご紹介　愛媛県北宇和郡鬼北町　毛利泰明さんに聞く

図上訓練で指導を行う毛利さん（写真中央）

愛媛県に暮らす毛利さんは、消防防災科学センター（東京）の定める「防災図上訓練指導員」。地方公共団体や企業の防災を支援すべく、防災の図上シミュレーションや避難所運営ゲーム（HUG）などの訓練を指導する。

「要請に応えて全国へ出かけますが、個人で引き受ける講演やワークショップ等も加えると、毎年130件以上各地へ出かけます。消防の現場で働きながら防災にも関わり始め、定年退職後に軸足をこちらに移しました」

愛媛県の宇和島地区広域事務組合消防本部で救命の現場にいたときから、大学等とのネットワークを通じて視野を広げ、防災の重要性の高まりを確信。妻の故郷・岩手県の津波史を通じて「災害は繰り返す」と感じたことも重なり、防災を次のライフワークに選んだ。

「災害にはシナリオなどありません。だから訓練で済むうちにこそ『じっくりと困ってもらう』。それが有事に自ら考えて行動する力や、思いやりを養うと考えます」

図上訓練だけでなく、怪我人との遭遇など、予告なしの課題を含む避難訓練や、参加者主体の避難所運営訓練も行う。各地域に即した備えも重視し、特に愛媛では南海トラフ大地震を想定した訓練に注力してきた。宇和島市PTA連合会による宇和島市こども防災士育成事業では、小中学生が防災士を目指す講座などにも協力する。

原動力のひとつは、東日本大震災での経験だという。地震の1年前、岩手県の防災担当職員たちと研修をした。

「もし大災害が起きたら、皆さんはおそらく業務を離れて家族を探しには行けない。だからこそ日頃からご家族と有事の避難行動などを相談しておこう、と話しました。その後、東日本大震災と津波が起きた。幸いにもそのときの皆さんはご無事で、ある方からは『あの言葉のおかげで家族は避難できました』との言葉をいただき、後に成長したお子さんにも会えたのも嬉しかったです」

そんななかで起きた、平成30年7月豪雨。地震ではなく、まさにシナリオなどない想定外の災害でもあった。

「ただ、豪雨は被害が本格化する前に行動を起こせる点で、防災がより生きるとも言えます。また、大きな被害を受けた宇和島市吉田町や西予市野村町を訪ねた際、以前一緒に防災訓練をした子たちが中学生になり、復旧ボランティアに参加していました。『自分にできることをしたいと先生に相談して、皆で来ました』と聞き、頼もしかったです」

毛利さんも県内被災地を幾度も訪ね、生の声や悩みに耳を傾けた。また、防災訓練の専門家としての知見や姿勢は、地元で復興支援を始めた「U.grandma」の松島陽子さん（前号ご登場）のような人々にも影響を与えた。

防災は未来に備えるものだが、「次にどこかで必要になる復興」ともつながっている。毛利さんの活動は、私たちにそうしたことも教えてくれる。（内田伸一）

行政の取り組み

## 里海、里山、そして地域の人々をつなぐ「里道」を歩く

### 環境省（みちのく潮風トレイル）　http://tohoku.env.go.jp/mct/

東日本大震災による未曾有の津波は、人々の暮らしに甚大な被害をもたらすと同時に、太平洋岸の景観や生態系にも大きな爪痕を残した。三陸海岸に代表されるように、東北の太平洋沿岸には風光明媚な観光スポットが多い。人々の暮らしの再建と並行して、これらの美しい自然や生態系の回復は、観光資源として、また何よりも地元に暮らす人々の心のよりどころとして不可欠といえるものだった。

環境省が進める「グリーン復興プロジェクト」には、三陸復興国立公園、復興エコツーリズム、里山・里海フィールドミュージアムなど７事業が含まれる。そうしたポイントを歩いてたどれるのが、長距離自然歩道「みちのく潮風トレイル」だ。2011年に東北地方環境事務所に所長として赴任した鳥居敏男さん（環境省 大臣官房審議官）には、このみちのく潮風トレイルのルート選定に際して特別な思いがあった。

「地域の人々が大切にしている歴史や自然、子どもの頃から親しんだ共通の思い出といったさまざまなものを織り込み、トレイルに参加する人と地元の人が触れあえるようなルートにしたいと考えました」（鳥居さん）。そのため、地域の人々の意見を反映させるべくワークショップを各地域で何十回と開催した。その中で、里山、里海、そして地域の人々が行き来する「里道」をつないでいく作業は進められた。

「ワークショップは、2011年末から始めました。生活再建もままならない当時の状況の中で、どんな反応が返ってくるのか？　恐る恐る声をかけていったのを思い出します」（鳥居さん）。

だが、それは杞憂だった。地元の人たちに明るく向かえ入れられ、逆に勇気づけられたという。「この地域を歩くならぜひこの景色も観て欲しい」「この料理も食べて欲しい」といった声が集まった。

結果、当初700kmの予定だったトレイルロードは、1000kmにまで広がった。手つかずの自然が残るリアス海岸、見晴らしのいい丘陵地の上、津波の爪痕が残る土地、地元の人しか知らなかった里道や街道などなど、変化に富んだコースを歩くだけでいい。経済効果もあるだろうが、それ以上に人が訪れることが地元の人々の心を元気にする。

「震災により過疎や高齢化に拍車がかかるなか、このトレイルは自然資源を活用して地域を持続可能にしていく役割も担っています。今後は情報発信をしながら、トレイルに参加する人を増やしていきたい。歩く人が増えれば、新たな要望も出てくる。それを受けて、道も進化していけばいい。海外のハイカーからは『祈りの道』として歩きたい、というような声も届いています」（鳥居さん）。1人でも多くの人に歩いてほしい。それが彼らの願いだ。（加藤久人）

トレイルコースの最南端、福島県相馬市の松川浦環境公園で、立谷秀清市長（右）らと語らう鳥居敏男さん（左）

※上記ホームページではトレイルの詳細なマップやガイドを掲載しています。


NPOの会員になる

## あなたの力を貸してください 震災リゲインNPO会員募集！

NPO法人震災リゲインは、活動に賛同してくださる会員を募集しています。会費は各地への『震災リゲインプレス』送料等に充当させていただき、会員の皆様にも同紙をお届けします。周囲の人に手渡し読んでもらうことで、みんなで災害への備えを促進し、復興過程の被災地を支える活動に繋げましょう。各種ご質問は下記へ。
電話：03-3584-3430　Eメール：info@shinsairegain.jp

**ご入会は⇒http://shinsairegain.jp**

会費は賛助会員／正会員 一口250円／月から、団体会員 一口2,500円／月から。詳細は上記サイトから「会員登録・寄付」をクリック。

**【ご寄付のお願い】**活動継続のためのご寄付も随時受け付けています。
ゆうちょ銀行　記号番号00160-6-387514　口座名：トクヒ）シンサイリゲイン
※他行からのお振込：店名　〇一九（ゼロイチキュウ）店名019 当座0387514

震災リゲインプレスは以下の協賛により発行しています。

Vision More vision, More success. 株式会社ビジョン
FREEing 株式会社FREEing www.freeing.co.jp
TOSMAX TOSMAX株式会社
IDD 東陽IDDセンター株式会社