2021年7月11日
季刊 年4回（1,4,7,10月）発行

支え合い、備え、いのちをつなぐ 第36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

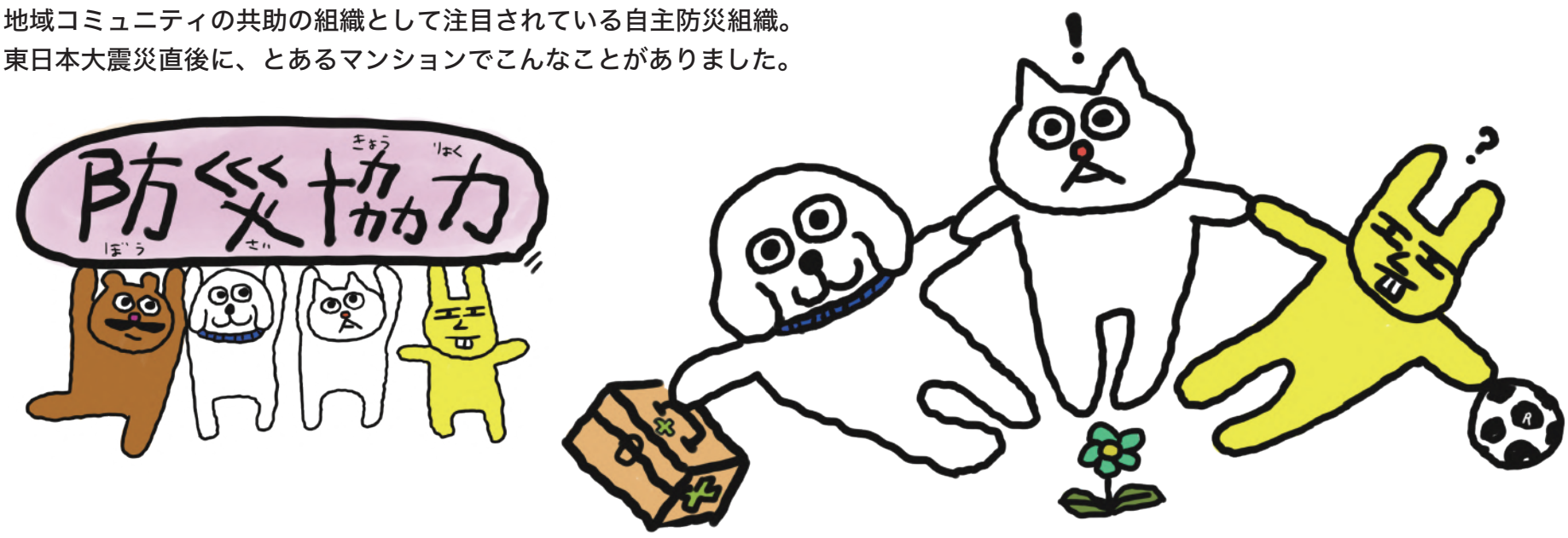
編集部：〒106-0044 東京都港区東麻布2-28-6 Tel：03-3584-3430 Fax：03-3560-2047

第36号 忘れずに前へ進む
2面 ● みちのく潮風トレイルを歩く
3面 ● 災害教育を知る旅
● 3.11伝承ロードを訪ねて
4面 ● 世界防災フォーラム
● 災害支援の現場から

3.11で実感したマンションの「自主防災協力会」のありがたみ

取材・文＝藤田沙智代
イラスト＝飯川雄大

地域コミュニティの共助の組織として注目されている自主防災組織。
東日本大震災直後に、とあるマンションでこんなことがありました。



ここでの「自主防災協力会」の活動内容は？

宮城県仙台市・広瀬川の畔に建つ筆者が住む集合住宅での3.11のお話です。全27戸のこぢんまりとした分譲物件で震災の10年程前から「自主防災協力会」を結成していました。三陸沖地震を懸念した発起人の強い意志によるもので、今も住人のリーダー的存在です。

組織名は仰々しいですが、避難訓練や消火訓練をするわけではありません。年会費から防災用品と称し鍋釜・調理器具・コンロ・水・薪等を備蓄。年２回河原で煮炊きをしつつ、お花見と芋煮を楽しみ交流を深めるというもの。食材費とお酒代も会費からまかなわれ、分譲組・賃貸組とも参加率がかなり高い人気行事です。

被災後のマンションのインフラの状況は、電気の復活は４日後、ガスは25日後。水道は駐車場敷地内に貯水槽があって蛇口から直接タンクに入れて運ぶことができ、給水車に頼らずに済んだのは助かりました。建物自体の被害は大半の戸が半壊認定となりました。

震災直後に自分たちのための炊き出しを開始

当日夜はほぼ全員が近くの避難所で過ごし、翌日午後から「自分たちのための炊き出し」が始まったのです。年２回屋外で煮炊きの準備から片付けまで長時間作業してきただけあって、皆の動きは阿吽の呼吸。水を汲み火を起こし皆が持ち寄った食材を調理し、今後に備えて河原で薪も収集。それぞれが誰の指示もなく、できることを自主的に進めていく、なんて頼もしい組織なのかと感動しました。震災直後に自己紹介から始めたら、情報交換すらままならないかもしれません。

最初の２日間は電気の切れた各家の冷凍庫からステーキ肉や北海シマエビなどのお宝が次々と放出され、状況的に不謹慎と感じるほどのグルメな献立になりました。炊き出しは日中家にいる有志で１日２回、両親が働いている春休み中の子どもたちもいたため２週間続けられました。豪華な食材はすぐに尽きましたが、皆で米や保存食などを提供し、炊き出しの合間時間には自転車で商店を周り、食材集めをしていました。

当初の会場は屋外でしたが、放射能の心配もあり、エントランス内ピロティに移動。管理人室から電源をひき炊飯器や電子レンジを床に直置きして調理。持ち寄ったキャンプ用テーブルなどで簡易サロンが出来上がりました。晩にはお酒も登場し、皆で食事や談笑することで緊急時のストレス軽減にもなったような気がします。誰かがエントランスから入ってくると「おかえりなさい！」とまるで大家族のようでした。

プライバシーを保ち絆もある住人関係

まるで長屋生活のような２週間でしたが、普段はそこまでの距離感ではありません。とはいえエレベーターで会えば仲良く話したり、おすそ分けをいただいたりすることもあります。顔は見えるけれどお互いのプライバシーはしっかり保たれている心地よい状態です。住人の顔ぶれは変わっていきますが、共にサバイバルしたお仲間という絆の意識は残っていると感じます。変な話ですが、このマンションで被災して本当によかったと何度も思い、在宅避難ができたのも「自主防災協力会」の存在のおかげだったことは確信しています。

連載 みちのく潮風トレイルを歩く 第2回

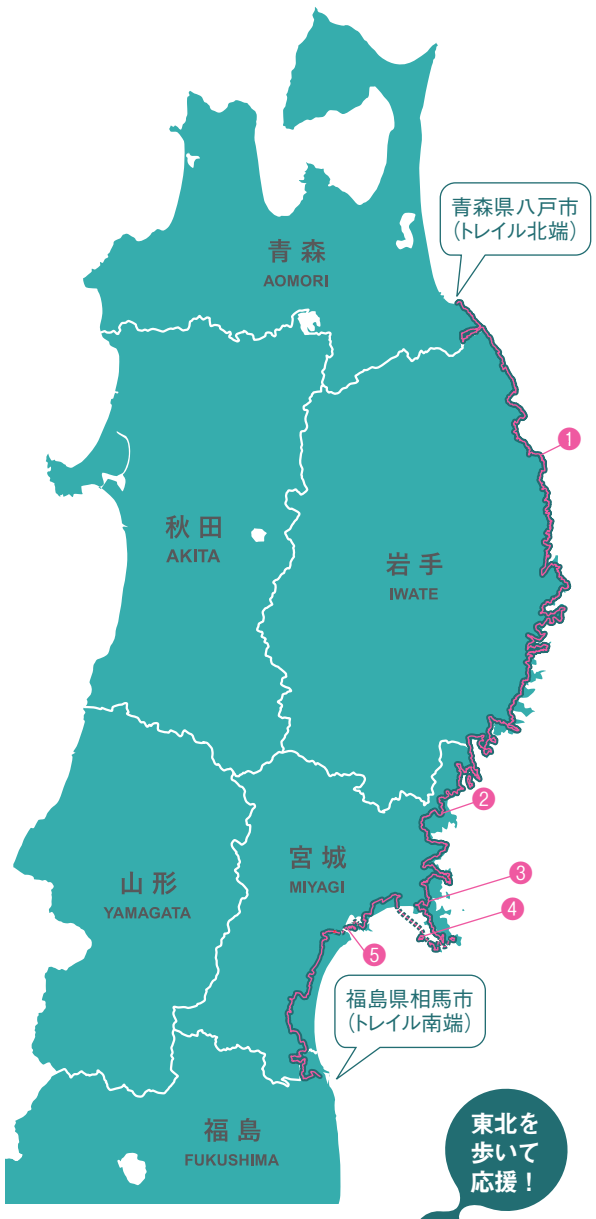
Walking on Michinoku Coastal Trail

「みちのく潮風トレイル（MCT）」は、2019年に誕生した長距離自然歩道／ロングトレイル。青森県八戸市から福島県相馬市まで東北太平洋沿岸の1,000キロ超にわたり、自然と町を繋ぎ「歩いて」旅をするための道です。東北の復興と振興を後押しするため環境省が敷設し、4県28市町村、市民が協働しています。次代へ繋がる願いが込められたこの道は、どんな風に育っていくのでしょう？　実際に歩いたハイカーの声をお届けします。

❶ネダリ浜。道中唯一海に入りました。気温14度（岩手県普代村）

今回のハイカー
梅北香代さん（東京都在住）
スタート：2020年7月 青森県八戸市（北のターミナス（北端））
ゴール：2020年11月 福島県相馬市（南のターミナス（南端））
歩き方：全7回、延39日間、テント泊＋妹の自宅利用
その後：通った市町村にふるさと納税で少しだけご恩を返しました。
歩き終わった後もずっとおいしいが続いています。

みちのく潮風トレイル
MICHINOKU COASTAL TRAIL



東北を歩いて応援！

みちのく潮風トレイルを歩こう！
詳しくは▶NPO法人みちのくトレイルクラブ
https://m-tc.org/

❷森の奥でこのテープを見つけた時の安堵感（宮城県南三陸町）

❸アイドルオタクなので聖地に来られて嬉しかったです（宮城県女川町）

❹ねこまみれ田代島は天国でした（宮城県石巻市）

❺とにかく海の幸を食べまくってました。幸せ（宮城県塩釜市）

なぜ歩いたか

旬のうにが食べたい!の一心で、かつて復興支援ボランティアでお世話になった三陸地方に行くことを考えているとき、そのタイミングでみちのく潮風トレイルが全線開通したことを知りました。調べはじめて、1000kmに慄いて一部だけを歩くつもりだったのですが、ちょうど勤務している会社の休業期間も重なり、気づけば何度かに分けて足掛け5か月、蕪島（青森県八戸市）から松川浦（福島県相馬市）をひとりで野宿しながら歩き通してしまいました。

歩いている間に印象に残ったこと

風景も、名跡も、心細い時のトレイル目印テープもすべてが心に残っていますが、バスも電車もない途方もないルートの途中で軽トラの荷台に乗っけてくださった方／秘密の野宿スポットを教えてくれた方／3kmぐらい一緒に歩いたお散歩中のおばあちゃんとわんこ／8月の酷暑の中、見かねてうちわをくれた方／海鮮丼を注文したら「暑い中がんばってるからね!」と超大盛にしてくださった方／町の人たちで作られた無料宿泊・休憩スポットで缶コーヒーをおごってくださった方…とにかく道中ずっといろいろな方に助けていただいたことが、強く心に残っています。

歩き終わって何を想う

大災害から10年を目前に、海岸沿いはきれいに整地され、大きな堤防ができていて歩くことにも何の障害もない快適なトレイルでしたが、かつてニュースで何度も見た地名がずっと続き、大きな被害があった地域であることを考えると、正直何度も辛い気持ちになっていました。

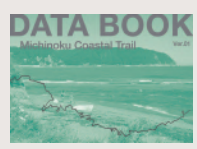
でも、ウミネコの鳴き声ときらきらに輝く海、かわいい三陸鉄道リアス線、とにかく親切で優しい沿道にお住まいの皆さんと、食べたくて仕方なかったうまーいうに。それらが心を少しずつほぐしてくれました。

国道45号線で真横を通り過ぎる爆速ダンプカー、灼熱の無限ロード、商店も水場もトイレもない峠越え10時間コース、10日目のTシャツのにほひ……などなど大変なことだらけでしたが、なぜかそれらも含めていい思い出です。交通機関を利用することも人と接することも、なかなか気を使うご時世。もっと気軽に旅することができる情勢になったら、復興支援組の友人たちを訪ねて再度歩いてみたいと思っています。

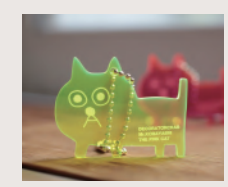
読者プレゼント

以下ご記載のうえ、右ページ下に記載の編集部宛（ハガキ／Fax／E-mail）にてご応募ください。
①希望プレゼント（A～Bのいずれか）　②郵便番号・住所・名前・電話・性別・年齢　③よかった記事　④ご感想・ご意見　⑤本紙をどこで手に取りましたか？

A みちのく潮風トレイルData Book 3名
提供：NPO法人みちのくトレイルクラブ
同トレイルを歩く上で役立つ地点情報を満載。



B 震災リゲイン特製「猫の小林さん」キーホルダー 10名
本紙おなじみ、飯川雄大さんが描くキャラクターがキーホルダーに！色は選べませんのでご了承ください。



※2021年10月11日締切。当選発表は発送をもって代えさせていただきます。また個人情報はこの発送以外に使用しません。

知って
おこう
―新連載―

Presented by RQ災害教育センター

災害教育を知る旅 第１回・旅の準備

文＝塚原俊也（一般社団法人RQ災害教育センター メンバー）

上：2011年6月、宮城県石巻市雄勝町で波板の地区会長にお話を聞く「RQ市民災害救援センター」スタッフ。現在のRQ災害教育センターでも災害救援活動支援は活動の柱のひとつです。
下：ウェブサイトでは活動報告や会員募集も行っています。

一般社団法人RQ災害教育センター
rq-center.jp

はじめまして、塚原俊也と申します。普段は宮城県栗原市にある、くりこま高原自然学校で働いています。この連載では災害教育という新たな教育の価値を、私自身の被災経験や被災地での災害支援活動を通じて成長したこと、東日本大震災以降、RQのメンバーとして活動してきた経験をお伝えすることで、一緒に育めればと思います。

連載第1回目は災害教育を旅するための準備の回として、私が活動したRQとはどんな団体なのか、災害教育とはどんな定義なのかをお伝えします。

一般社団法人RQ災害教育センターは、東日本大震災の被災地支援のために結成されたボランティア組織「RQ市民災害救援センター」から発展して誕生した組織で、2011年12月7日に設立されました。活動の柱は次の３つです。

1.大規模な災害現場で、さまざまな救援活動をする仲間たちを支援します。

2.「災害教育」を推進し、これからの社会を生き抜く人材を育成します。

私たちは災害教育を、「被災者、ボランティア、被災地への訪問者らが、被災地や被災者の窮状に接して抱く貢献の感情を、人格的成長の資源として捉え、教育体系に位置づけるための取り組み」と定義しました。

この資源は、災害ボランティア活動をはじめ、被災地との関わりを通して得られるヒューマンで災害に強い社会形成に不可欠なものと捉えています。机上ではなく災害の現場で学ばせていただくことで、私たちが本来持っているさまざまな生きる力を引き出し、これからの社会を生き抜く人材を育んでいきたいと考えています。

3.まだ社会的に聞き慣れない「災害教育」という教育分野を、調査・研究によって確立していきます。

大きな自然現象などから発生したさまざまな災害による社会問題を解決するために、「災害教育」がどのような役割を果たすのか、専門家や研究者のみなさまと共に考えていきたいと思います。

（RQ災害教育センターHPより抜粋）

この連載を通じて私や仲間たちの被災地での学びを偶然の所産にせず、普遍化し、災害大国日本での防災・減災につなげたいと思います。

つかはら・としや
1980年神奈川県生まれ。一般社団法人RQ災害教育センター　メンバー。くりこま高原自然学校校長、OWLS（outdoor works & lifestyle）代表。

記憶を
受け継ぐ
―連載―

3.11伝承ロードを訪ねて

第2回・高田松原津波復興祈念公園 国営追悼・祈念施設（岩手県陸前高田市気仙町）

文＝多勢太一（一般社団法人陸前高田市観光物産協会 職員）

高田松原のはじまりは、およそ350年前まで遡ります。海風と砂塵によって、満足に作物が収穫できない地を憂いたかつての先人が、マツの植林を開始しました。以降、高田松原は度重なる自然災害の被害に遭いながらも、先人の意思を受け継いだ市民の手によって大事に守り育てられました。国の名勝や国立公園にも指定され、白砂青松（はくしゃせいしょう）と言われた高田松原は、まさに陸前高田の象徴でした。

しかし、2011年3月11日の東日本大震災により、陸前高田市では多くの尊い命が失われ、7万本あった松はたった1本の松だけを残して全て流出。大津波に耐えて唯一残った松は「奇跡の一本松」と呼ばれ、東北の復興や希望のシンボルとなりました。未曾有の大災害によって壊滅的状況にあった東北被災地の中で、奇跡の一本松の存在が、どれだけ人々の心の支えとなったかは想像に難くありません。

奇跡の一本松は残念ながら2012年5月に枯死が確認され、後の保存整備事業を経て、現在はモニュメントとして以前と同じ場所に立っています。奇跡の一本松の保存整備事業にかかった約1億5000万円は、全て世界中から集まった寄付金が使われました。きっと、多くの方々が復興への想いを奇跡の一本松に託してくださったのだと思います。

私は、高田松原を守り育ててきた先人や、震災後に各方面でご支援いただいた方々、そして市民の想いがあって、今日の奇跡の一本松があると思います。皆様からの想いを無駄にしないために、そして同じ悲劇を繰り返すことなく未来の命を守るためにも、震災の教訓は後世に伝え続ける必要があると思います。

2021年5月に、高田松原で4万本のマツの植樹が完了しました。植樹したマツが震災前の高さまで成長するには、およそ50年かかると言われています。50年後の私の夢は、子どもや孫、友人たちと一緒に再生した高田松原を散策すること。私はその日が来ることを信じて、震災の記憶を伝え続けます。

たせ・たいち
千葉県船橋市生まれ。大学卒業後は都内の人材企業で法人営業の仕事に1年半従事。2020年9月に地域おこし協力隊として、岩手県陸前高田市に移住。現在は（一社）陸前高田市観光物産協会で「高田松原津波復興祈念公園パークガイド」や、同市における「みちのく潮風トレイル」の振興に携わる。

現在の「奇跡の一本松」。公園内にはこのほか「献花の場」「海を望む場」があり、東日本大震災津波伝承館も隣接する。

行って
みよう

高田松原津波復興祈念公園 国営追悼・祈念施設
岩手県陸前高田市気仙町字土手影180番地
takatamatsubara-park.com
0192-22-8911（公園管理事務所）

3.11伝承ロードの詳細は▶
一般社団法人3.11伝承ロード推進機構
www.311densho.or.jp

震災リゲインプレスとは

東日本大震災の翌年、2012年創刊。震災をめぐる復興・支援・防減災の備えなど様々な情報をお届けする季刊フリーペーパー。創刊10年目を迎えたいま、改めて東北の情報を軸にした発信を目指して再スタートしました。
過去号閲覧や会員登録ができるウェブサイトもあります。shinsairegain.jp

ご意見、情報をお寄せください。記事の書き手の方も募集しています！

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　info@shinsairegain.jp
〒106-0044　東京都港区東麻布2-28-6　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：相澤久美、内田伸一｜デザイン：八木直子

国際的な取り組み

仙台発、世界を「BOSAI」でつなぐ場づくり

「世界防災フォーラム」の挑戦

取材・文＝内田伸一（編集部）

世界防災フォーラム（WBF）は、仙台に国内外の防災関係者が集い、世界へ「BOSAI」の知見を発信する国際市民フォーラムです。小野裕一・代表理事に、ご自身の思いも含め、その背景と活動とを伺いました。

「私はかつて国連の防災畑の職場で、ジュネーブ、ボン、バンコクに勤務しました。国際会議などに参加する中で、日本が多くの災害経験とその研究で得てきた知見は、もっと広く知られるべきだと感じました。その思いもあり、2012年には東北大学に新設された災害科学国際研究所に赴任。さらに第3回の国連防災世界会議を仙台に誘致する活動に協力しました」

2015年には、この国連防災世界会議が仙台で実現。今後の国際的指針として、防災投資や、「より良い復興」（ビルド・バック・ベター）の考え方も盛り込んだ「仙台防災枠組2015－2030」が採択され、大震災の復興中の地から世界へのメッセージになりました。さらにその２年後の2017年、同じ仙台に各国の防災関係者が集い、隔年で知見を交わす場として始まったのがWBFです。

「WBFはスイスで開催されてきた『防災ダボス会議』とも連携しつつ、産・官・学・民の防災関係者が集い、一般入場者も迎えて具体的な取り組みや解決策を発表・議論する点が特徴です。前回の第２回（2019年、会場は仙台国際センターと東北大学）では、仙台防災枠組　2015-2030にある指針のひとつ、“2020年までに国家・地方の防災戦略を有する国家数を大幅に増やす”（グローバルターゲットE）をテーマに38の国・地域から参加者が集い、多様な発表や会議を行いました」

WBFでの発表やセッションは、世界中からの公募を元に構成されます。内容も「心の復興」の課題や、途上国の防災施策、AI技術を防災に活かす試みなど様々。会期中には国外参加者を中心に、東北の被災地や復興の様子を訪ねるスタディツアーも実施。前日祭では復興で重要な役割を担った地域の伝統芸能を披露し、東北の学生たちによる発表もあります。

「活動を通じ東北の復興に寄与することも目指しており、若い世代への期待や、3.11後の各地からの東北支援にどう御礼ができるかの視点も大切にしたいです」

第２回WBFの様子。38の国・地域から参加者を迎えた

今年予定していた第３回は、新型コロナ感染症の影響で2022年に延期となりました。それでも震災後10年の年に何かしたいと考え、福島～青森の沿岸部を徒歩で旅して地域の方々の声を聞き、「より良い復興」を探る企画「World BOSAI Walk Tohoku +10」を準備中。これもネットを通じ、世界に発信する予定だそうです。

世界防災フォーラム
www.worldbosaiforum.com

支え合うために
－新連載－

災害支援の現場から伝えたいこと

第１回・東日本大震災からの支援の進化と課題

文＝園崎秀治（オフィス園崎）

私が東日本大震災を経験したのは、全国域での災害ボランティアセンター支援の業務に就いて7年目になろうという時期でした。それまで毎年の災害時に支援体制を構築してきた積み重ねのすべてを投入しても到底間に合う規模ではない大災害に、発災後3日目にしてダウンしてしまったことは忘れられません。

どこからどう支援の調整をするのがいいのか、今迄やってきたことをやるしかなく、しかし規模が桁違いに大きい。結果200か所近く設置された社会福祉協議会（社協）運営の災害ボランティアセンターですが、とくに建物本体が流出、職員が死亡という沿岸部社協への支援はかつてないものでした。企業やNPOなどと災害ボランティアセンターの運営をひと・もの・資金で支援する仕組み（災害ボランティア活動支援プロジェクト会議）を進め、全国からの応援派遣も調整し、2011年度は走り続けた1年でした。

この経験は、それ以降も毎年のように各地で発生する災害への対応に引き継がれ、災害支援に関わる人、団体、機関、仕組みは著しく進化を遂げました。しかし、仕組みができると魂が抜けるという現象は常に起こりやすく、支援者の質が問われる場面も増え、人材の育成が、ボランティアセンター運営、福祉専門職による支援等、様々な分野で急務となりました。

関わる人や分野が増えることは目指すべき方向ですが、それ故に協働できる力もより一層求められ、平時からの顔の見える関係づくりや連携の充実もあわせて必須となります。仕組みだけが先行しないよう、運用する側は一つひとつの支援に込められた意味や、何を大切にしていく必要があるのかを伝えること。これが災害支援には欠かせないと考えて取り組んできました。

私はそれを「支援の三原則」（被災者中心、地元主体、協働）として活動してきましたが、11年にわたる災害担当から異動することになり、自分が観てきたこと、伝えたいことは、必ずしも容易に引き継げることではないと実感しました。そこでこれを少しでも世に還元できたらと、2021年度からは長年勤めた社会福祉協議会を退職し、独立して専念していこうと決意したところです。

災害大国日本の経験は、他国からもその対応について学びたいという声は多く、実際最先端をいっている面がある一方で、避難所の環境整備をはじめ、復興期における被災者支援に関する制度や人の投入は十分とは言えず、今も過渡期にあるといえます。

このコーナーにて、今号を含めて4回にわたり、災害支援の現状と課題についてお伝えしていけたらと考えています。

そのざき・しゅうじ
オフィス園崎代表。27年勤務した全国社会福祉協議会を2021年に退職、独立。多様な災害支援関係者との支援体制構築、防災・減災活動や、ボランティア・NPO・福祉専門職等による支援に関わり続ける。

www.officesonozaki.net

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。
03-3584-3430　info@shinsairegain.jp

ご入会は⇒ 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