2024年3月11日
季刊 年4回発行

震災リゲイン Pressプレス

第46号

支え合い、備え、いのちをつなぐ

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：03-6277-7640 Fax：03-3560-2047

みちのく潮風トレイルを歩く 第12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キロ超に及ぶ、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。次代への願いが込められたこの道を、実際に歩いたハイカーの声をお届けします。

イラスト＝飯川雄大

❶太陽が顔を出すと、雨で濡れたテントを乾かしながら休憩です（岩手県普代村）

今回のハイカー
中沢美帆さん（長野県在住）
出発地：2023年5月11日　青森県八戸市蕪島（北端）
到着地：2023年6月20日　福島県相馬市松川浦（南端）
歩き方：スルーハイクで延べ41日（テント泊・宿泊施設も利用）
その後：「ふくしま浜街道トレイル」の一部分を、プロモーションビデオ撮影のため歩いた。いつか全線を歩いてみたい。

なぜ歩いたか

以前から、みちのく潮風トレイルについては知っていて、いつか歩いてみたいと思っていました。昨年、職場を退職することになり時間ができましたが、長く歩く旅に出るという意欲が湧いてこないまま、名取トレイルセンターのハイキングイベントに参加しました。ハイキングの話を聞いていると、日本国内であるし、途中で嫌になったら帰ってくればいい、気負わずに、今のふわふわした気持ちでいいから歩きに行ってみようと思い、歩くことを決めました。

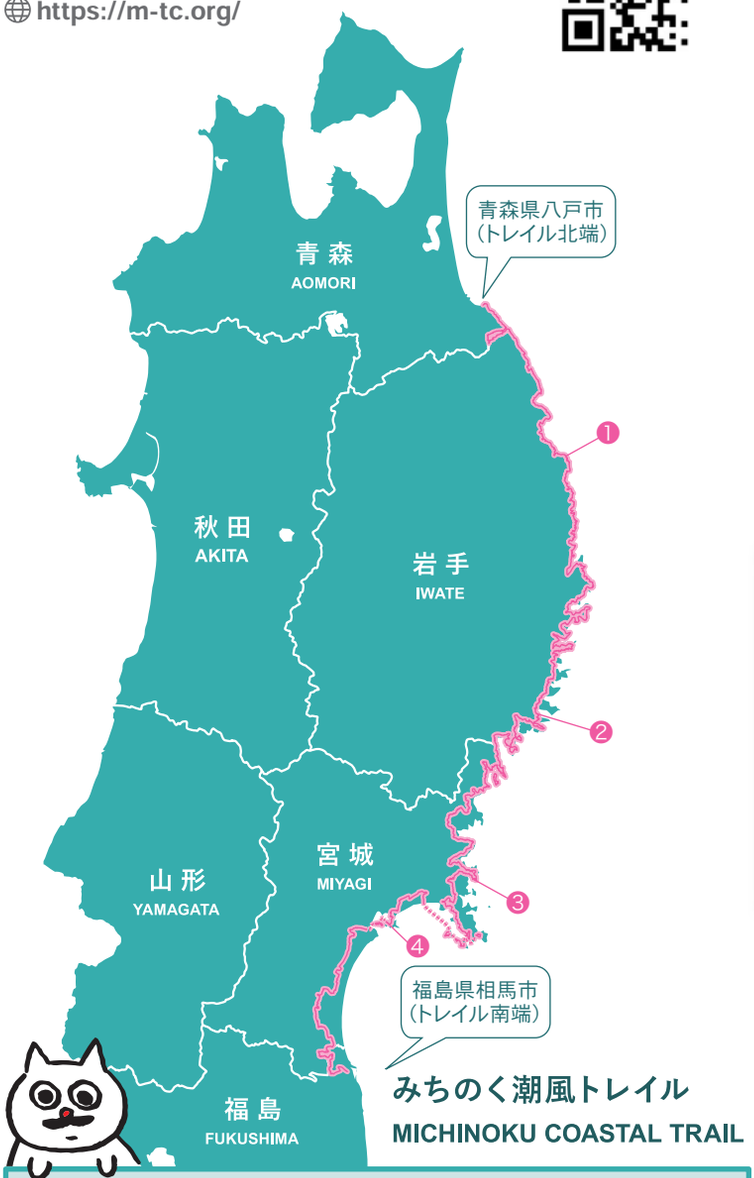
歩いている間に印象に残ったこと

一つ目は、人々のその土地への愛着を感じたこと。皆さんそれぞれこの東北の地で震災を経験し、今も暮らしを続けています。その自分の暮らす町について私に語るとき、表情がいきいきとしていました。純粋に、自分が暮らしているこの場所が好きなんだ、ということが伝わってきて素敵だなあと感じました。

二つ目は、津波による被害の甚大さを肌で感じたこと。トレイルを歩いていると、毎日目にする慰霊碑、震災遺構、まっさらになった空地、新しく立てられた海岸沿いの家々。想像すると、なんと怖かったことだろうと思い、胸が締め付けられ、涙が出ました。

（➡次ページに続く）

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/



みちのく潮風トレイル憲章

4県28市町村を貫く「みちのく潮風トレイル」を多様な人々の間で共有するために策定されたこの憲章は、なぜこの道がつくられ、何のために未来に繋いでいこうと願うのか、の思いや理念が記されています。

1. 美しい風景と風土を楽しむ道とします。
2. 地域に暮らす人々とこの地を訪れる人々との間に心の交流が生まれる道とします。
3. 自然の優しさと厳しさを胸に刻む道とします。
4. 震災をいつまでも語り継ぐための記憶の道とします。
5. 豊かな自然・文化を次世代へ受け継ぐ道とします。
6. 歩くことを愛する全ての人々を歓迎し、皆で育てる道とします。

（➡前ページの続き）

歩き終わってなにを思う

海のない場所で暮らしてきた私にとって、歩き始めてしばらくは、潮の匂いと波の音のなか歩き眠るのは、なんだか落ち着かない気分でした。しかし、トレイル歩きも後半になると慣れ、歩き終わってしまうと懐かしさを感じます。みちのく潮風トレイルは、場所によっては険しい場所も多く、辛く感じることも多かったのですが、歩き終えたいま、あの太陽の光が当たると言いようのない青色をする海と、三陸海岸の荒々しい岩々や深緑の森のなかを、また歩きたいと思う魅力があります。また、トレイルで出会った人々は皆、とても親切で優しく、震災を経験しているからこその、力強さがありました。私も、人としてこういう人になりたいと思える人々にたくさん出会うことができ、かけがえのない財産になりました。出会うべくして出会わせてもらったような気がしています。

❷震災伝承・コミュニティ施設「潮目」での出会いは一生の宝物。また必ず訪れたい（岩手県大船渡市越喜来）

❸MCTトレイルエンジェル（編注：さまざまな形でトレイル利用者をサポートする人）宅を訪問。とても居心地のいい、心温まる時間でした（宮城県石巻市雄勝町）

❹浦戸諸島を船で案内してくれた船長さんは野々島の方でした。「大事に育てたアジサイが綺麗だから見て行ってよ」と。ゆったりとアジサイを見て回りました（宮城県浦戸諸島野々島）

読者プレゼント 以下ご記載のうえ、本紙最終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郵便番号・住所・名前・電話・性別・年齢　②よかった記事　③ご感想・ご意見　④本紙をどこで手に取りましたか？

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。

※2024年6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

Presented by RQ災害教育センター

災害教育を知る旅

第11回・広島での災害支援
「うまくいかなかった事例・その２」

文＝河野宏樹
1974年広島県広島市出身。NPO法人これからの学びネットワーク 代表理事。NPO法人環境パートナーひろしま 理事長。羽黒山伏。

前回に引き続き災害現場での「うまくいかなかった」事例を紹介します。今回紹介する事例は2018年6月豪雨災害で発生したもので、残念ながら事故につながってしまいました。

このとき、私の主な役割は拠点の整備や後方支援活動でした。社会福祉協議会によるボランティアセンターの立ち上げも早く、多くのボランティア支援が集まりました。また、RQだけでなく全国から様々な支援団体が集まり、より多様な支援の形を実現できました。しかし、多様な団体が関わることが裏目となり、事故につながりました。

当時、復興支援に関わる各団体は、社会福祉協議会で夕方顔合わせをしてミーティングをするなどの場はあったのですが、当日現場で複数の団体が集まって同じ作業をすることもありました。事故当日も、RQを含む３団体が同じ場所で土砂かき作業をしていました。現場に張り付いていたRQ所属のボランティアがリーダー的な役割となって作業指示をしていたのですが、１か所で作業するボランティアの人数が多くなり、作業の段取りを考えるのに手数がかかることとなりました。このことが大きな心理的リスクとなり焦りを生じさせました。また、都合の悪いことに狭い作業現場にトラックが入ってきて、ボランティアの作業道となっていた橋を塞ぐ形となりました。RQのボランティアはこの橋を行き来して作業現場に行っていたのですが、道が塞がれることにより橋の端を通行することとなり、一輪車を運ぶ途中で橋から転落してしまいました。事故現場には幸い、消防士の方もいたため素早い救急搬送ができましたが、重傷となってしまいました。

後方支援の役割としては、その後のお見舞いや帰るための段取りなどありましたが、複数の団体が同じ場所に集中することのリスクを早い段階で察知できていたら、事故を未然に防げたかもしれません。皆が善意で動いているときは、頑張り過ぎてしまう傾向もあるため、災害ボランティアの支援を行う現場では、一歩引いて冷静に見ることの重要性を感じさせるできごとでした。

2018年6月豪雨災害　広島での支援活動時に事故が生じた橋

一般社団法人RQ災害教育センター
rq-center.jp

3.11伝承ロードを訪ねて

記憶を
受け継ぐ

第12回・高野会館
（宮城県南三陸町）宮城 第3-013号

文＝多勢太一（一般社団法人陸前高田市観光物産協会）
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。

2024年1月1日に発生した令和6年能登半島地震によって犠牲になられた方々に深く哀悼の意を表するとともに、被害を受けた全ての方々に心よりお見舞い申し上げます。1日でも早く皆様の安全が確保され、平穏な生活に戻られますことをお祈り申し上げます。

今、私ができることは、いつ起こるか分からない災害に備えることができるように、東日本大震災の教訓を伝え続けることだと考えます。少しでも皆様のお役に立つことができればと思い、連載12回目の今回は、宮城県南三陸町の「高野会館」についてお伝えします。

高野会館は1986年に建設された総合結婚式場で、町民の晴れの日を彩った場所でした。しかし、2011年の東日本大震災で大きな被害を受け、現在は震災遺構として保存されています。地震によって発生した津波は、建物の3階と4階の間まで押し寄せましたが、スタッフによる上層への誘導により、高齢者を含む327名の方と２匹の犬の命が救われました。背景には、「定期的な避難訓練の実施」や「備蓄物資の備え」など、スタッフの高い防災意識があったと言われます。高野会館からは、「日頃から備えることの重要性」を学ぶことができます。

「日頃から備える」ためには、何から始めれば良いのでしょうか？ 私は「身の回りの災害リスクを認識すること」だと思います。例えば、大規模地震が発生した際は、電気・ガス・水道・道路などのライフラインが止まる可能性（リスク）があります。インフラが機能しなくなるリスクを考えると、食料・飲料水・生活用水・生理用品・カセットコンロ・携帯バッテリーの備蓄など、備えるべきことは多くあります。

首相官邸ホームページには「災害が起きる前にできること」というページが公開されています。具体的な情報と照らし合わせながら、身の回りの災害リスクを把握し、命を守る備えを始めましょう。

備えることの重要性を教えてくれる「高野会館」

行って
みよう

高野会館
宮城県本吉郡南三陸町志津川字汐見町32-1
＊同建物含め町内をめぐる「語り部バス」も運行（有料・要予約）
南三陸ホテル観洋 0226-46-2442

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

支え合うために

被災地支援の進化 ～支援の個人的記憶を通じて～

第３回・2007年能登半島地震・中越沖地震、2009年防府土砂災害：支援Pによる派遣の本格スタート

文＝園崎秀治（オフィス園崎）

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

前号で紹介した災害ボランティア活動支援プロジェクト会議（支援P）は、災害時に被災地の災害ボランティアセンター運営を支援するひと・もの・資金の仕組みであり、企業・NPOなどの強みを活かして役割分担していきました。事務局を中央共同募金会におきながら、社会福祉協議会の職員であった私自身は研修で養成した支援者を現地に派遣する調整役を担うこととなり、その後11年にわたってこの仕事をすることになりました。

人材育成の研修会では、多様なセクターからの支援者を養成、協働の土壌を作っていくことを主眼におき、その内訳は社協やNPOはもちろん、消防関係者、議員、大学教員、僧侶など多岐にわたりました。研修会では直近の被災地の関係者を招いてその教訓をリアルに研修内容に反映させるというスタイルを踏襲し、常に新たな課題と向き合い続ける場づくりを心がけてきました。研修形式も毎年試行錯誤を繰り返し、受講者の中から新たな運営支援者を実際の被災地支援に送ることで、支援人材の層が厚くなり、多様な関係者との協働が進化していった時期となりました。

2007年は3月に能登半島地震、7月に中越沖地震という大きな地震災害が連続した年でした。私自身、プレッシャーと現地入りする中で体調を繰り返し崩すなど、厳しい時期ではありましたが、研修会で養成した受講者の派遣調整を実施し、支援者の層が次第に厚くなっていきました。企業の支援も本格化し、企業から寄せられた支援物資を被災地外でパック化して被災者に届けるという通称「うるうるパック」というアイデアも生まれ、これは後の被災地にて脈々と引き継がれています。災害ボランティアセンター運営に欠かせない事務機器等の物資を迅速に調達、空路での支援者の運賃支援、必要な支援金調達を含め、日本経団連を通じて支援メニューは充実していきました。また、この時期に複数のセンターに分散して支援を調整する経験も積みました。そして2009年の山口県防府市の土砂災害においては、支援者総出でセンター運営を行う手厚い支援も実現しました。災害が発生するたびに企業に拠金を求め、支援する人材も経験を重ねていく、そんな時期でした。

そして2011年3月、東日本大震災を迎えることとなります。

2009年 山口県の防府土砂災害の被害

2007年 中越沖地震時の柏崎市災害ボランティアセンター

RQ能登ボランティア募集

RQ災害教育センターは能登半島地震の被災地域支援のため、RQ能登を立上げ日々活動中です。ボランティアを募集していますのでご参加いただければ幸いです。

お申込：rq-center.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。

NPO法人震災リゲイン

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、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

編集後記

このたびの能登半島地震によりお亡くなりになられた方々に謹んで哀悼の意を表するとともに、被災された方々に心よりお見舞い申し上げます。また、去る3月11日をもって東日本大震災から13年の歳月が経ちました。東北から能登への支援・応援の動きもみられ、これまでの教訓が生かされた部分もあったと同時に、今後検討されるべき課題もあるかと思われます。災害発生の可能性がゼロではない限り、私たちが自分にできる形で支え合い、知恵や課題を受け継ぎながら備えていくことが肝要かと、改めて考える次第です。（内田伸一）

ご意見、情報もぜひお寄せください　shinsairegain.jp

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

〒106-0044 東京都港区東麻布2-28-6

info@shinsairegain.jp　03-6277-7640　FAX 03-3560-2047

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