

## 固定していた本棚から本飛び出し、山のよう

(釜石市 震災当時小学3年 男子)

連絡帳に宿題のこととかを書いている途中でいきなり地震が来て、机の下に隠れました。揺れが止まってから、1年生から6年生まで、急いで避難訓練で使う通路から校庭に逃げました。中には泣いている人もいました。

20分ぐらい経ったところにお母さんがジャンパーを持って迎えに来てくれて、家に帰りました。ぼくの部屋は、本棚は固定していたから倒れていなかったけど、本が飛び出し、山になっていてびっくりしました。

家は山の方だから津波は大丈夫でした。家にはお米とか乾パンもあったし、食べるものにはあまり困らなかったけど、電気が通じず、炊飯器が使えなかったので、カセットコンロを使ってご飯を炊いて食べていました。ちょっとお粥みたいだったけど、梅干しとか入れて工夫して食べました。



## 聞いたより1日早く電気が復旧

～工事の人を思い出し「ありがたいな」～

(釜石市 震災当時小学5年 男子)

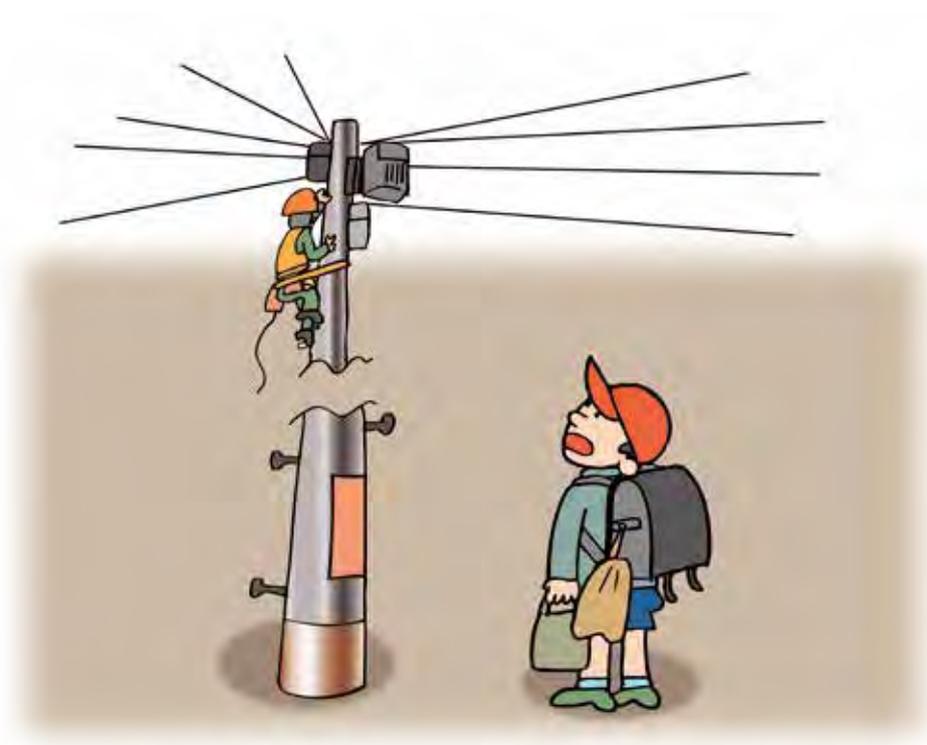
地震が起きたのは、社会科の授業中。「帰ったら何をして遊ぼうかな」なんて、上の空だったときに揺れだしました。すぐに「机の下にもぐれ!」となって、その後で全校一斉に高台にある高校に避難しました。

避難してしばらくの間は、まちの方で発生した火災をただただ眺めているといった状況でした。

ぼくは、迎えに来たお父さんと一緒に、山の中を歩いて家に帰りました。水とガスは奇跡的に生き残ったけど、電気が通じなかったから、テレビも電話も全部ダメでした。

地震からひと月たった学校からの帰り道、電柱によじ登って電線を引っ張っている人がいたので、しばらくそれを見ていました。で、その人が降りてきた時に「いつ電気 comes んですか」って聞いたら、「明日かな」って言われました。

だけど、それより早くその日の夕方に電気が復旧したのです。電気がついたときには工事の人のことを思い出し、「ありがたいな」と思いました。



# 寝る場所は家、車、テント？ 子どもが選んでおうちごっこ

熊本市 40代 男性

前震のとき、とりあえず自宅前の公園へ出ました。親の不安が移ったのか子どもたちは興奮状態で、夜10時なのに非常にテンションが高かった。

そこで、ブルーシートとテント、キャンプ道具等、あのあたりに片付けていたよなと思い出しながら引っ張り出して、テントを張ったのです。おうちごっこをして気持ちが収まればいいし、そこで寝られればいいやと。

本震のあと、子どもたちが家で寝ることをますます怖がったので、寝る場所は下の子が決めることにしました。そろそろ家に戻ってもいいと思ったら家に戻る、テントがよければテント、車の中がよければ車の中、と三タイプ選べるようにしました。

なるべく一週間、子どもと楽しむようにしました。キャンプ道具があって比較的困らない状況だったこともあり、子どもの前で悲壮感を出さずに、前向きに乗り切りました。



# 娘の入院初日の夜に地震 非常用電源で医療機器が動き、停電でも温かい食事

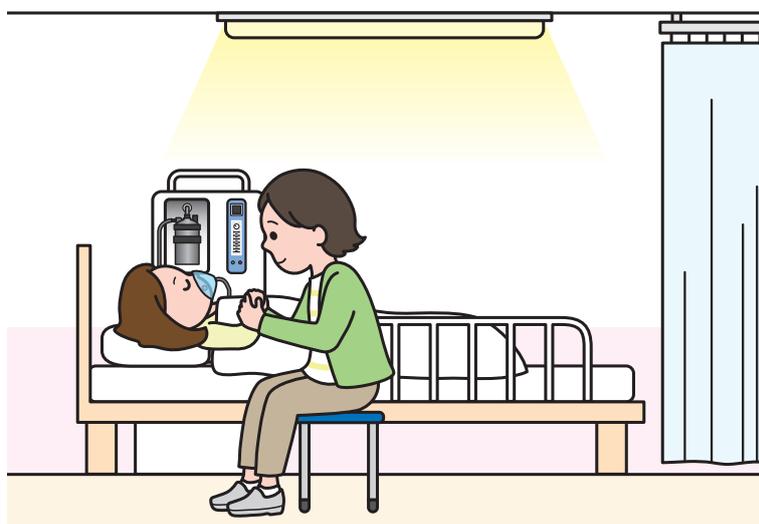
40代 女性 ガイド

地震の前日は、小学生の息子と幼稚園の娘の喘息を診てもらうため、予約していた病院に行ったところ、娘はそのまま入院になってしまいました。夫に連絡を取って息子を連れて帰ってもらい、私は付き添いとして一緒に寝ていた病院で地震に遭いました。

私は静岡出身で、子どもの頃から地震が来ると言われて育ち、阪神・淡路大震災の時には大阪の北部で強い揺れを経験していたので、古い病院の建物が万が一崩れたら娘をどうやって助けようかと考えてしまいました。スマホで確認すると震度4。娘も起きませんでしたし、これなら大丈夫かなと、ほっとしてまた寝てしまいました。

娘は24時間、酸素吸入器を付け、血中酸素濃度をずっと測っている状態でした。医療機器は止まることなく動いていたので、停電に気づいていませんでした。ただ、看護師さんたちが延長コードを持ってきたり、バタバタしていた時があって、後から思えば非常用電源を用意していたのではないかと思います。

テレビも見えていなかったなので、朝7時過ぎに友達からのLINEで、全道停電や大きな被害を知りました。病院では、ちょっとメニューは変わりましたが、地震の後も温かい食事が用意され、病院には感謝しかありません。



## 夜を徹して作業してくれたボランティアさんに感謝

60代 男性 醸造場社長

被災から3日後か4日後、変わり果てた地域を、長靴の丈ぎりぎりの泥の中を歩いて、道に倒れ掛かっている電信柱を避けながら、自分の家にたどり着きました。醸造場の形はほとんどなく、機械や仕込んだタンクや原料も何もない状態で、素直に受け入れることができないほどの悲惨な光景でした。

最初に家の目の前にあったガレキの撤去を重機ボランティアさんが始めてくれて、工場の中に入れる道を作ってくれました。これは人間の身体で言えば、血管の詰まっているところを取り除いて、少しずつ全体に血液を巡らせていくような感じでした。知人や友人のボランティアさんには、溜まっている泥を出す作業を積極的にしてもらいました。

最初は道の隅に泥などを出していたのですが、地域全体で連日作業をしているので、だんだんと辺り一面がゴミでいっぱいになっていきました。そんな中で地域のゴミ置き場を用意して、日中はボランティアの方々がそこにゴミを運び、夜中に自衛隊さんがそのゴミをもっと大きなゴミ置き場に移動させてくれました。それを連日繰り返して、なんとか地域のゴミや泥を片付けることができたのです。しかし、私たちは、夜中はくたびれてぐっすり寝てしまっていたため、しばらくはそのような取組が行われていることに気がつきませんでした。

ボランティアさんなど支援をしてくれた方々には感謝しかありません。



# 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)の中から対象を選ぶ

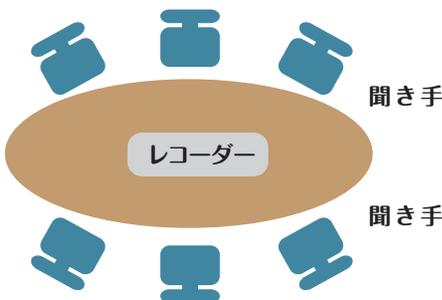
その災害の被災経験者や災害対応経験者に声をかける

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、できるだけ切り口を残して編集

※物語の情景をあらわ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

「一日前プロジェクト」とは、地震や水害などの自然災害で被災した方や災害対応の経験をもつみなさまにお集りいただいて、

- 被災前後の行動
- 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か
- そのために日頃から何を準備しておけばよかったか

といった本音の話をお聞かせいただき、これらの話から導き出されるさまざまな教訓や身につまされる体験をショートストーリー(エピソード)に取りまとめるという活動です。

こうして取りまとめたエピソードを広く活用・普及させることで、地域のコミュニティや国民一人ひとりに、防災・減災への関心や意識を高め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物語は、内閣府の「災害被害を軽減する国民運動のページ」<https://www.bousai.go.jp/kyoiku/keigen/ichinitimae/index.html>に掲載されています。ぜひ、アクセスしてみてください!きっと、あなたの心を動かす物語が見つかるはずです。

■一日前プロジェクトの物語・イラストは、非営利の目的であれば、広報誌やパンフレットなどご自由にお使いいただけます。「災害被害を軽減する国民運動のページ」(<https://www.bousai.go.jp/kyoiku/keigen/>)からダウンロードしてください。



発行 内閣府(防災担当)

〒100-8914 東京都千代田区永田町1-6-1(中央合同庁舎8号館)

TEL 03-5253-2111 URL <https://www.bousai.go.jp>

