

想定外は起りうる 実感する自助の大切さ

東日本大震災での津波で多くの人が命を落とした。それは津波田老と呼ばれ、津波対策を万全にしてきたはずの岩手県宮古市田老地区も同じだった。このことについて、当時田老地区に在住していた宮古観光文化交流協会の小幡実さんにリポートにてお話を伺った。

油断していた

田老地区は昔から津波の多い地域だった。そのため、町民全体で避難訓練を実施したり、高さ10メートルにもなる巨大防潮堤を建設したりと津波対策を行ってきた。平成15年には「津波防災の町」宣言を行い、「防災の町」として全国に名が知られていた。

そんな町を高さ15メートルを超える津波が襲った。防潮堤は第一、第三を残し破壊され、町の9割が津波

にのみ込まれた。死者・行方不明者は181人にも及んだ。

小幡さんは防潮堤から徒歩10分のところで民宿を営んでいた。津波は民宿を易々と飲み込み、小幡さんの民宿は基礎コンクリートが残るだけとなったという。小幡さんは基礎コンクリートだけとなった民宿を見てただただ呆然としたという。

自分で判断してほしい

小幡さんは地震当時の状況について「私の場合はたまたま震災の数日前に母が入院をしたため一人での避難となりませんでした。もし母が一緒だったならば無理やり車に乗せて逃げたと思いが、母は避難生活の疲れで亡くなったのではと思います。避難が遅れてしまう年配の方との避難は危険が伴います。見捨てるしかありません。見捨てるはくさったという場面はいくらでもありました。まだ生きていた人を見捨てることは残酷に見えるかもしれせん。しかし、それはしかたのないことです。助けようとして自分が死んでしまっ

岩手県宮古市田老地区

岩手県東部の下閉伊郡にある地区。1611(慶長15)年に起きた慶長三陸地震をはじめとした地震による津波の被害を数多く経験している。そのため、町民に津波の危険性を周知させ、防災意識を高めた。

田老地区

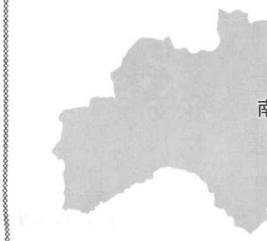


津波にのみ込まれた田老地区(宮古観光文化交流協会提供)

福島県相馬市と南相馬市

福島県北東部に位置する市。震災時には沿岸部に津波が押し寄せた。また、南相馬市は福島第一原発事故により、避難指示が出されていた。避難指示は2016年に一部地域を除き解除された。

相馬市
南相馬市



地震発生翌日の長谷川さん宅周辺(長谷川さん提供)

「ただその場にいたから」 助け合う高校生

東日本大震災当時の高校生の様子はどうか。福島県立相馬高校出版部の長谷川千夏さんと小林幸乃さんと鈴木千尋先生にリポートにてお話を伺った。

「高校生なんて関係ない」 鈴木先生語る

当時、鈴木先生は原町高校に赴任していた。地震発生時は授業中だった。すぐに校庭に避難をし、揺れが収まるのを待ったが、一時間経過後も余震は止まらなかった。生徒たちは帰宅したいと訴え、自力で帰ることができない生徒や親が迎えに来た生徒から帰宅する

高校生の活躍

ことになったという。数日ほどとどろき続けた津波の被害が手伝いをしていた生徒の多くが手伝いをしていたのだ。理由を聞くと「私は元気がなかったから」「自分に来たことをしようと思っただけ」「体力があるから」などと答えたという。

緊張感のある避難訓練

東日本大震災後、避難訓練の雰囲気は大きく変わったという。以前は少し恥ずかしい気持ちもあつてか空気が緩くなりがちだった。しかし、震災後は非常に真剣に取り組みようになった。訓練中は私語を控え、緊張感のある訓練となった。実際に地震が来た際も放送がからずとも机の下に潜るようになった。それは10年たった現在も変わらないという。

水の備えが大切

鈴木先生は「地震は最初の揺れに焦らなければ構えられます。地震は長めに来ることが多いです。最初の揺れに慌てないで身の安全を確保してください。また、災害時は良い意味で「高校生だから」とか「高校生なのに」がなくなります。避難した生徒は皆、ただその場にいたから、動けるから、手伝っていました。全員が動けるわけはありません。ショックで動けなかったという人もいました。そのとき自分ができることをするのが一番です。」と語った。

支え合って生きている

今後、ボランティア活動に参加してみたいか聞いたところ、長谷川さんと小林さんは「是非参加したいです。私たちは東日本大震災以降、多くの支援を受けてきました。たくさんの方に支えられて生きているのだと、とても感じました。その恩返しをしたいです。私たち高校生にはお互いを元気づける力があると思います。地域でコミュニケーションをとるなど、私たちが力になれることをしたいです。」と答えた。

今できることから

長谷川さんと小林さんは最後に「地震はいつ、どこで起こるか分かりません。非常食の準備など、今できることから備えておくことが大切です。私たちは東日本大震災をうけて、あたりまえの日常がつづくこと、すばらしさが分かりました。あたりまえがいままでつづくとは限らないのです。」と語った。

鈴木先生は「地震は最初の揺れに焦らなければ構えられます。地震は長めに来ることが多いです。最初の揺れに慌てないで身の安全を確保してください。また、災害時は良い意味で「高校生だから」とか「高校生なのに」がなくなります。避難した生徒は皆、ただその場にいたから、動けるから、手伝っていました。全員が動けるわけはありません。ショックで動けなかったという人もいました。そのとき自分ができることをするのが一番です。」と語った。

鈴木先生は「地震は最初の揺れに焦らなければ構えられます。地震は長めに来ることが多いです。最初の揺れに慌てないで身の安全を確保してください。また、災害時は良い意味で「高校生だから」とか「高校生なのに」がなくなります。避難した生徒は皆、ただその場にいたから、動けるから、手伝っていました。全員が動けるわけはありません。ショックで動けなかったという人もいました。そのとき自分ができることをするのが一番です。」と語った。

鈴木先生は「地震は最初の揺れに焦らなければ構えられます。地震は長めに来ることが多いです。最初の揺れに慌てないで身の安全を確保してください。また、災害時は良い意味で「高校生だから」とか「高校生なのに」がなくなります。避難した生徒は皆、ただその場にいたから、動けるから、手伝っていました。全員が動けるわけはありません。ショックで動けなかったという人もいました。そのとき自分ができることをするのが一番です。」と語った。

小幡さんは「避難直後は命が助かって良かったと思っていました。しかし、時間がたつと、これからのことが気になりました。家が仕事もなくしてしまいました。安でいっばいでした。そんな中、避難所生活を送れたのはひとえにコミュニケーションをとっていたおかげであつたと思います。誰かと会話をすることで気持ちが悪くなり、他の人の顔を見ることができませんでした。プライベートの空間が大事だという人もいます。私が、私にとっては他の人の存在を感じることができ、とても安心することができました。」と語った。



お話を伺った宮古観光文化交流協会のみなさん(宮古観光文化交流協会提供)

鈴木先生は「地震は最初の揺れに焦らなければ構えられます。地震は長めに来ることが多いです。最初の揺れに慌てないで身の安全を確保してください。また、災害時は良い意味で「高校生だから」とか「高校生なのに」がなくなります。避難した生徒は皆、ただその場にいたから、動けるから、手伝っていました。全員が動けるわけはありません。ショックで動けなかったという人もいました。そのとき自分ができることをするのが一番です。」と語った。

鈴木先生は「地震は最初の揺れに焦らなければ構えられます。地震は長めに来ることが多いです。最初の揺れに慌てないで身の安全を確保してください。また、災害時は良い意味で「高校生だから」とか「高校生なのに」がなくなります。避難した生徒は皆、ただその場にいたから、動けるから、手伝っていました。全員が動けるわけはありません。ショックで動けなかったという人もいました。そのとき自分ができることをするのが一番です。」と語った。

鈴木先生は「地震は最初の揺れに焦らなければ構えられます。地震は長めに来ることが多いです。最初の揺れに慌てないで身の安全を確保してください。また、災害時は良い意味で「高校生だから」とか「高校生なのに」がなくなります。避難した生徒は皆、ただその場にいたから、動けるから、手伝っていました。全員が動けるわけはありません。ショックで動けなかったという人もいました。そのとき自分ができることをのが一番です。」と語った。

「ただその場にいたから」助け合う高校生。東日本大震災当時の高校生の様子はどうか。福島県立相馬高校出版部の長谷川千夏さんと小林幸乃さんと鈴木千尋先生にリポートにてお話を伺った。

小幡さんは「避難直後は命が助かって良かったと思っていました。しかし、時間がたつと、これからのことが気になりました。家が仕事もなくしてしまいました。安でいっばいでした。そんな中、避難所生活を送れたのはひとえにコミュニケーションをとっていたおかげであつたと思います。誰かと会話をすることで気持ちが悪くなり、他の人の顔を見ることができませんでした。プライベートの空間が大事だという人もいます。私が、私にとっては他の人の存在を感じることができ、とても安心することができました。」と語った。

鈴木先生は「地震は最初の揺れに焦らなければ構えられます。地震は長めに来ることが多いです。最初の揺れに慌てないで身の安全を確保してください。また、災害時は良い意味で「高校生だから」とか「高校生なのに」がなくなります。避難した生徒は皆、ただその場にいたから、動けるから、手伝っていました。全員が動けるわけはありません。ショックで動けなかったという人もいました。そのとき自分ができることをのが一番です。」と語った。

鈴木先生は「地震は最初の揺れに焦らなければ構えられます。地震は長めに来ることが多いです。最初の揺れに慌てないで身の安全を確保してください。また、災害時は良い意味で「高校生だから」とか「高校生なのに」がなくなります。避難した生徒は皆、ただその場にいたから、動けるから、手伝っていました。全員が動けるわけはありません。ショックで動けなかったという人もいました。そのとき自分ができることをのが一番です。」と語った。

鈴木先生は「地震は最初の揺れに焦らなければ構えられます。地震は長めに来ることが多いです。最初の揺れに慌てないで身の安全を確保してください。また、災害時は良い意味で「高校生だから」とか「高校生なのに」がなくなります。避難した生徒は皆、ただその場にいたから、動けるから、手伝っていました。全員が動けるわけはありません。ショックで動けなかったという人もいました。そのとき自分ができることをのが一番です。」と語った。

寄り添ってくれる だけではない

被災地となった田老地区にはたくさんボランティアが訪れた。小幡さんはがれきの撤去を手伝って

新たな防災対策

現在、新たな防潮堤の建築が進んでいる。それは以前の防潮堤の高さを越える海抜14.7メートルになる超巨大防潮堤だ。来年の3月に完成予定だ。

自覚をもつてほしい

小幡さんは「私はガイドをするなかで多くの本を読むなどで地球科学について勉強してきました。学んでいて思ったことは日本は自然災害とは縁を切ることはできないということです。みなさんの身近でいつ災害が起こってもおかしくありません。災害大国である日本に生まれた以上はその自覚を持ってください。そして力強く生きてください。」と語った。

必要とされる共助 私たちにできること

平成23年3月11日に起きた東日本大震災から今年で10年が経った。その間にも各地で多く地震が発生した。現在の日本はいつどこで災害が起きてもおかしくない状況だ。本校のすぐ下には断層が通っており、いつ地震が起きてもおかしくない。災害時には地域の人やボランティアの方の助け合いである、「共助」が必要となる。そこで「共助」への意識を取材した。その結果、「共助」を行うには、日頃から「自助」の準備をしておくことが大切であることが分かった。



イメージネーションを高める

本校周辺で地震が発生した場合、本校の周りはどうなるのだろうか。また、災害に備え、どのような対策をとっておくのだろうか。このことについて、金沢大学融合研究域融合科学系の藤生准教授にお話を伺った。

震度に感わされるな

本校周辺で予想される地震のなかで最大の揺れとなるのは震度6弱だ。ライフラインや交通面は一時的に止まる可能性はあるが、それが長期にわたって続くことは予想されない。

最近では、つなぎ目が伸び縮みするガス管や水道管も登場してきている。もし地震による地ずれが起きたとしても管の折れを防ぐことができる。しかし、それも万全ではない。伸び縮みする管が普及するには時間がかかる。また、震度の大きさに関係なく、揺れの種類によっては震度が小さくともライフライン等が止まる可能性はある。震度に感わされず、日頃から準備をしておくことが大切だ。

避難所 桜丘高校

避難所で大切となるのは「備蓄」「経路」「建物の耐震性」の3つだ。備蓄においては、物資が届くまでの時間を過ごす上で必要となる。公的機関からの物資が届くまでは3日、十分なものとすると1週間以上かかるという。それまでは避難所や周辺からの物資に頼るしかない。経路においては誰も



災害と地震の違いを説明する藤生准教授

一人が水と長期保存の利くお菓子を持参し、保管を急がなければならない。足腰の悪い人々にとっては避難のしづらな場所となる。耐震性においては地震に耐えなければ避難所として利用できない。本校は公的機関であるためその点に関しては心配ないだろう。また、避難所が一つである必要はない。本校を物資配給の拠点とし、本校周辺の神社や公園、駐車場を利用することも可能だ。

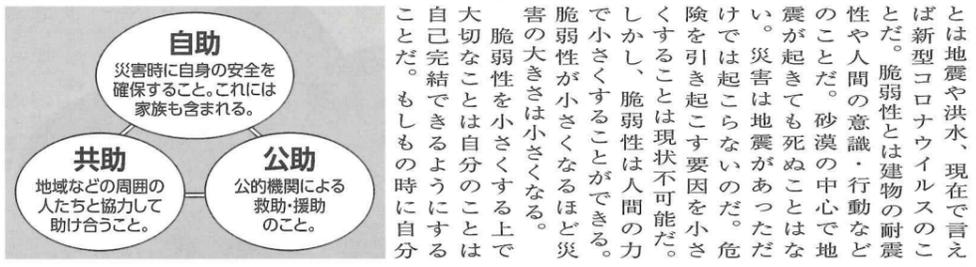
生徒の安全を最優先に 本校の災害対策

本校では災害時に備えどどのような対策がなされているのだろうか。また、実際に災害が起こった場合、どのような対応がなされるのだろうか。本校事務室の本郷幸二さんと清水真弓さんにお話を伺った。

A. 本校は平成24年から金沢市の指定避難所になっている。そのため、震度5弱以上の地震が発生した場合は避難所となり、第1体育館が210名、第2体育館が130名の居住場所となります。ですが、食料等の備蓄はされていません。

Q. 地震発生時、生徒に対する対応はありますか。
A. あります。台風・大雪の発生時や地震発生時など状況にあわせた対応が記載されています。地震発生時は震度によって「注意」「警戒」「対策本部の設置」など対応を変えます。揺れが大きくなるとは生徒の安全確保と避難誘導、保護者への連絡を行います。

Q. 地震発生時、本校は避難所となりますか。
A. 本校は指定避難所として対応はありますが、揺れが大きくなるとは生徒の安全確保と避難誘導、保護者への連絡を行います。



自助 災害時に自身の安全を確保すること。これには家族も含まれる。
共助 地域などの周囲の人たちと協力して助け合うこと。
公助 公的機関による救助・援助のこと。

桜高生の8割 「対策をとっていない」

桜高生はどのような防災意識を持っているのだろうか。そこで桜高生339人にアンケートを行った。

「日頃から災害に備えて対策をとっているか」という問いに「はい」と答えた生徒は全体の二割を占め、逆に「いいえ」と答えた人は全体の八割を占めた。このことから、桜高生は防災に対する関心が薄いことが分かった。

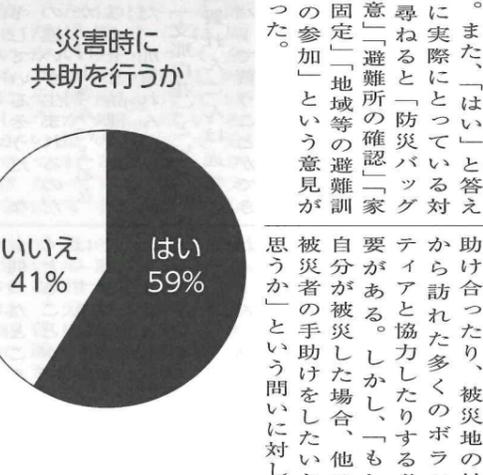
「日頃から災害に備えて対策をとっているか」という問いに「はい」と答えた生徒は全体の二割を占め、逆に「いいえ」と答えた人は全体の八割を占めた。このことから、桜高生は防災に対する関心が薄いことが分かった。

「日頃から災害に備えて対策をとっているか」という問いに「はい」と答えた生徒は全体の二割を占め、逆に「いいえ」と答えた人は全体の八割を占めた。このことから、桜高生は防災に対する関心が薄いことが分かった。

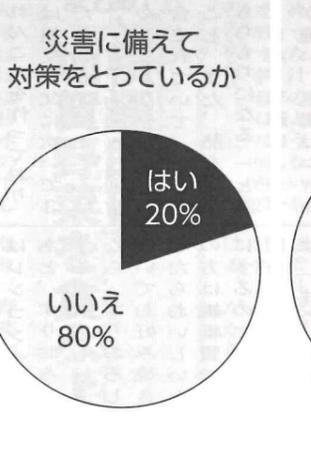
自助 災害時に自身の安全を確保すること。これには家族も含まれる。
共助 地域などの周囲の人たちと協力して助け合うこと。
公助 公的機関による救助・援助のこと。

自助 災害時に自身の安全を確保すること。これには家族も含まれる。
共助 地域などの周囲の人たちと協力して助け合うこと。
公助 公的機関による救助・援助のこと。

自助 災害時に自身の安全を確保すること。これには家族も含まれる。
共助 地域などの周囲の人たちと協力して助け合うこと。
公助 公的機関による救助・援助のこと。



自助 災害時に自身の安全を確保すること。これには家族も含まれる。
共助 地域などの周囲の人たちと協力して助け合うこと。
公助 公的機関による救助・援助のこと。



自助 災害時に自身の安全を確保すること。これには家族も含まれる。
共助 地域などの周囲の人たちと協力して助け合うこと。
公助 公的機関による救助・援助のこと。

自助 災害時に自身の安全を確保すること。これには家族も含まれる。
共助 地域などの周囲の人たちと協力して助け合うこと。
公助 公的機関による救助・援助のこと。

自助 災害時に自身の安全を確保すること。これには家族も含まれる。
共助 地域などの周囲の人たちと協力して助け合うこと。
公助 公的機関による救助・援助のこと。

とをイメージしてください。もし、学校にいるときに被災したらどうしますか。もし、バスや電車内などでの通学中だったらどうしますか。もしもはいつ起こるのかわかりません。そのための備えてイメージネーションを高めてください。」と呼びかけた。



暑さに負け 栄養満点 夏の加賀

江戸から金沢へ 受け継がれる食文化

加賀野菜は石川県を代表する農産物である。そこで、加賀野菜の歴史や、地産地消の大切さについて金沢市農産物ブランド協会の武藤昌弘さんと田村和也さんにお話を伺った。

江戸から続く加賀野菜

金沢では、江戸時代から農産物が豊富に栽培されてきました。そのころから現在まで主として金沢で栽培されている伝統野菜のことを「加賀野菜」といいます。実は、伝統野菜は一度、途絶えてしまう危険がありました。



加賀野菜の歴史を語る田村さん

戦後、ベビーブームが起り、日本で人口が増加しました。そのため、需要に応えるために、出荷してからの日持ちが良い食材が多くなり、F1種と呼ばれる交配種が開発されました。伝統的な野菜ではないF1種が全国に広がり、「このままでは金沢の食文化を支えてきた伝統野菜が途絶えてしまう」という危機感が生まれ、「加賀野菜」というブランドとして販売が促進されることになりました。ブランド化により野菜の知名度が高まり農家の生産意欲が向上しました。

飲食店や加工品、給食での利用が拡大するなどして、現在でも伝統野菜は作られ続けています。加賀野菜は、品種改良されたもののように、毎年安定した質や量の物ができるとは限りませんが、値段が高くなってしまうものもありませんが、生産量の多いものは他の野菜とあまり変わらない値段で提供できるといいます。

安心安全な地元の野菜

地産地消は消費者にとっても生産者にとっても良いことだと思えます。まず、消費者は地元で獲れた野菜を買うことで、その土地で作った新鮮で安心・安全な野菜を食べることができ、そう言ったものを選ぶことができる選択肢がある事はとても大切なことだと思えます。食文化を受け継ぐと言った面からも地産地消はとても大切なことです。また、生産者にとっても、

加賀野菜に興味を持って

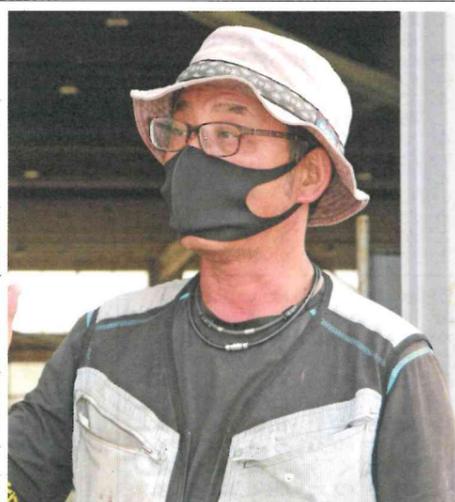
高校生にはぜひ、加賀野菜を地元で消費してもらって、生産者を応援してもらいたいのです。加賀野菜というものがあるといって、知っている、そして親しみを覚えている、いろいろな食べ方があります。料理本などもたくさん出ています。地元こんなにおいしいものがあるということを知って、口コミでPRしてほしいと思います。そして皆さんが大人になって子どもができた際には加賀野菜を食べさせるなどして、食文化をつなげていってほしいです。

いろいろな使い方ができる五郎島金時

夏をすぎても食欲不振などの不調が続く場合がある。このような状態を一般的に「秋バテ」という。原因としては、夏に冷たいものを食べすぎたことなどによる内臓の冷えや栄養不足が考えられる。

ほくほくの食感が特徴

五郎島金時は水分が少なくほくほくしていて、金沢弁で「こっほこほ」というほくほくした食感を持つ。最近では県外の産地のしっとりとした甘い品種が流行っている。だが、そういったものは焼きいもにしかできない。めつた汁のようなおいしいの形を残す料理には五郎島金時の方が合う。



五郎島金時について語る酒栄さん

おいしいもがでると嬉しい

さつまいもは天候に合わせた生育をさせる必要がある。できたもをとった瞬間にこれはおいしいもだと分かっていたり、収量があったりすると嬉しい。苦暑もあるが、さつまいも作りが好きだから、あまり苦暑とは感じない。

好きなことを見つけて

好きなことをしていたら、大変なことでも大変ではない。だから、高校生の皆さんはそういうことを見つけてほしい。そして、見つけたらめいじぶんは何をすればいいか、どの方面に向かえばいいのかを考えてほしい。

積極的に加賀野菜を食べよう

石川県はほぼ日本の中心にある県で、暖かい場所です。しか育たない植物も、寒い場所ではしか育たない植物も作れる、とても恵まれた場所である。江戸時代では金沢市は江戸、大阪、京都に次ぐ都市で、とても人口が多かった。そのため多くの食料が必要とされた。加賀野菜は様々な農家の努力によって作られているのだ。加賀野菜のブランド化が図られる。

石川県のほぼ日本の中心にある県で、暖かい場所です。しか育たない植物も、寒い場所ではしか育たない植物も作れる、とても恵まれた場所である。江戸時代では金沢市は江戸、大阪、京都に次ぐ都市で、とても人口が多かった。そのため多くの食料が必要とされた。加賀野菜は様々な農家の努力によって作られているのだ。加賀野菜のブランド化が図られる。

かがやく美味しさ

加賀野菜

新しくなった加賀野菜のロゴ

加賀野菜のブランド化が図られる。

知ってる? 15品の加賀野菜

加賀野菜は、現在15品目が登録されている。

金時草

古くから民間療法に用い

加賀太きゅうり

とても太い個性的なスタイルである。やわらかく日持ちが良い。

たけのこ

春の旬を代表する野菜。穂先は和え物やお吸い物、真ん中は天ぷらや煮物、根元は炒め物やたけのこ飯に良く合う。

打木赤皮甘栗かぼちゃ

一際目を引く鮮やかな朱色と可愛い丸い形が特徴。日持ちが良く、目の疲れを癒し、風邪を予防すると言

ヘタ紫なす

小ぶりな丸みがあり、ヘタの下まで紫色になる。皮が薄く、肉質が柔らかい。

加賀つるまめ

正式な和名はフジマメという。若々しい青っぽい香りが特徴。

赤ずいき

シャキシャキとした食感で、血液をきれいにする効果がある。

加賀れんこん

粘りの強い独特の食感をしている。栄養価が高く、

さつまいも

肥料を少なくおさえた、縮まった形が特徴。焼きいも、天ぷら、お菓子など、いろいろな料理に楽しんで

金沢一本太ねぎ

軟白部が大きく長い。葉くなるほど甘みが増し、煮込むほどに柔らかくなる。

源助だいこん

真っ白でずんぐりしている。じっくり煮込んでも煮崩れしない、金沢おでんの定番。

金沢春菊

肉厚で柔らかな食感と上品な香りが特徴。くせがなく、サラダや鍋に合う。

二塚からしな

ピリリとした辛みがあり、漬け物が定番。

金沢せり

細長い茎と細かい葉を持つ。爽やかな香りと歯ごたえが料理のアクセントになる。

くわい

縁起料理の食材。芽を伸ばした姿から、「めでたい」に通じる。

勝手が良いと評判だ。大きいもが欲しい人もいれば、細く小さいものが良いという人もいます。スイーツにするから、多量形が悪くても良いという人も、たくさんいる。その人の要望に応えられる。それも五郎島金時の魅力の一つだ。

(砂後谷)