

もし、一日前に戻れたら…

私たち（被災者）からみなさんに伝えたいこと

『いち にち まえ一日前プロジェクト』エピソード集

平成21年3月

はじめに

私たちは、大地震や水害に見舞われるたびに自然の脅威を思い知らされますが、多くの場合、時が経つに連れその思いも薄らぎ、家具や備品の固定といった身近な備えさえも怠りがちです。それは、どこかに「自分だけは大丈夫」という勝手な思い込みがあるからではないでしょうか。

「一日前プロジェクト」は、災害の恐ろしさや事前に備えておくことの大切さに気づききっかけになればと、平成18年度にスタートしました。以来、「もし、災害の一日前に戻れたら、あなたは何をしますか？」をテーマに、全国各地の被災者や災害対応に携わった方々に、その時どのように行動し、どのような思いを抱いたか等を話してもらい、その話を基に教訓や「気づき」につながる小さな物語を生み出すことに力を注いできました。

本エピソード集は、平成18年度から平成20年度に作成された約350の物語の中から104のエピソードを選び出したものです。中には必ずしも正しい行動とは言えないものもありますが、失敗談も含めて、地域や職場、学校等で防災について考える際の一つの材料として活用していただければ幸いです。

なお、これまでに作成された物語は全て、内閣府の「災害被害を軽減する国民運動のページ」に掲載しています。物語やイラストは、非営利の目的であれば自由に使うことができますので、広報誌やパンフレットなどにも是非利用してください。

今後、皆さんがお住まいの各地域においても「一日前プロジェクト」が実施され、地域の防災力の向上につながることを期待しています。

内閣府（防災担当）

国民運動のホームページ：<http://www.bousai.go.jp/km/>

「一日前プロジェクト」エピソード一覧

年度	ページ	災害種別	タイトル	地域	場面 (主なもの)	災害
18	1	地震・津波	高い食器を二度割った	九州	家庭	福岡県西方沖を震源とする地震 (平成17年3月)
	2		つくりつけの家具で救われる ～倒れるかと思った高層マンション～			
	3		初の防災訓練は3日間 ～被災を機に自主防災～			
	4		顔みしりだと、「助けて」と言いがすい		地域・ご近所	
	5		最初はみんな「お殿様お姫様」の避難所			
	6		地震後に「店開けてくれ」と70軒 ～デパートの客追い出しで人あふれ～			
	7		デマ防止に、消防車や校内放送でラジオ流す			
	8		役だった「災害時要援護者台帳」 ～「民生委員さんが来たよ!」との声に役割を実感～			
	9		避難所のリーダーさんは中学生 ～校庭キャンプの経験生かす～			
	10	大工の私が一番後悔 ～家具の転倒防止を勧めておけば・・・～	中部	家庭	平成16年 新潟県中越地震 (平成16年10月)	
	11	地震のショックで思考停止 ～声出す人がリーダーシップ～		地域・ご近所		
	12	朝食を一緒に配りませんか? ～被災者も立派な働き手～				
	13	風水害	進入禁止のお願い聞いてもらえず ～大切な「土のう」運びも渋滞に～	九州	地域・ご近所	平成15年梅雨前線豪雨 (平成15年7月)
	14		冷蔵庫いっぱい買い物がフイに	中部	家庭	平成16年7月 新潟・福島豪雨 (平成16年7月)
	15		入っておけば良かった損害保険			
	16		早かったですよ、水がきてからは ～たった一時間で自宅が水没～			
	17		お母さん、足がグニョつとする ～水が量を押上げた～			
	18		冷蔵庫も洗濯機も浮いていた			
	19		非常持出袋より避難が優先			
	20		100万本のタオル届いて目を回す			
	21		「水飲み」「休め」のサンドイッチマン ～「熱中症注意!」とねり歩く～			
	22		こんなにも多かった地域のお年寄り			
	23	レポーターはタクシードライバー ～コミュニティFMが大活躍～				
24	災害共通	働き盛りの男性を地域デビューさせるには?	九州	地域・ご近所	福岡県西方沖を震源とする地震 (平成17年3月)	
25		ふだんからの声かけが災害時に生きる	中部	地域・ご近所	平成16年7月 新潟・福島豪雨 (平成16年7月)	
26		要援護者の枕元に手作りタンカ				
19	27	地震・津波	津波の「つ」の字も知らなかった	四国	家庭	南海地震 (昭和21年12月)
	28		おばあさんを背負って山の中腹へ ～津波を見に行き、危機一髪～			
	29		早く逃げれば良かった			
	30		津波の第2波が来る前に逃げた			

「一日前プロジェクト」エピソード一覧

年度	ページ	災害種別	タイトル	地域	場面 (主なもの)	災害	
19	31	地震・津波	やっぱりみんな倒れてしまった ～物が散乱して前に進めず～	東 北	家庭	宮城県北部を 震源とする地震 (平成15年7月)	
	32		水が使えず、お皿にラップ				
	33		「倒れたらあぶないな」と家具固定 ～前の地震が教訓に～				
	34		油断大敵！ ～屋根うらのボルトのゆるみも確認を～				
	35		家具は倒れず ～役立った転倒防止グッズ～				
	36		やっぱりやっておけば良かったな ～転倒防止した家具だけは倒れず～				
	37		岩崩くずれて道路にゴロゴロ				地域・ご近所
	38		全戸に配った手作りの「井戸マップ」				
	39		中学生の「防災学」				
	40		役場の職員にもケアが必要				行政
	41	息子の忠告聞き流す	中 部	家庭	平成19年 能登半島地震 (平成19年3月)		
	42	スリッパではあぶない家の中 ～部屋の中は、どこもフレモノだらけに～					
	43	液状化で歩くのもままならず	中 部	家庭	平成19年 新潟県中越沖地震 (平成19年7月)		
	44	食料や物資はふだんから備蓄してないと					
	45	そんなところで寝ていちゃ、ダメ ～家具の配置に要注意～					
	46	おとなりの井戸水もらえて大助かり ～トイレの「ジャー」は、バケツ3杯分～				地域・ご近所	
	47	地震の反省を生かし工夫				企業・職場	
	48	人に頼る避難より自主避難を！	四 国	地域・ご近所	平成16年台風第23号 (平成16年10月)		
	49	「いままで大丈夫だったから」は危ない					
	50	地元の人間話をよく聞いて！					
	51	「立場なくなる」との説得で、母がやっと避難に同意	近 畿	家庭			
	52	避難の準備をする間、ジャーのごはんをおにぎりに					
	53	風水害	関 東	地域・ご近所	平成17年台風第14号 (平成17年9月)		
	54	2階のトイレから水が噴き出す ～洪水時の外出は危険～					
	55	駅前はずっと同じ、川の氾濫想像できず ～局地的豪雨の恐ろしさを感じた～					
	56	お嫁に来てから初めての体験 ～ご近所の方の連絡で気づく～					
	57	街の灯り消え、警備灯もって交通整理					
	58	PTAと「おやじの会」の連携で避難所開設					
	59	火山	九 州	家庭	雲仙岳噴火 (平成2年11月～ 平成8年6月)		
	60	足りなかった心構え ～自宅から火砕流見物～					
			話し合っておくべきだった避難先				

「一日前プロジェクト」エピソード一覧

年度	ページ	災害種別	タイトル	地域	場面 (主なもの)	災害		
19	61	火山	必要だった火山の知識 ～噴火後からでも学習を～	九州	企業・職場	雲仙岳噴火 (平成2年11月～ 平成8年6月)		
	62		誰の言葉信じていいかわからず		行政			
	63	災害共通	自主防災会にはお年寄りや子どもも参加	東北	地域・ご近所	宮城県北部を震源とする地震(平成15年7月)		
	64		薬持ち出せず、避難所で大弱り ～自分の薬は肌身はなさず～	中部	家庭	平成19年能登半島地震 (平成19年3月)		
	65		非常時に必要なものは、きっちり整理	関東	家庭	平成17年台風第14号 (平成17年9月)		
	66		帰宅訓練のおかげで足に自信					
20	67	地震・津波	地震で起業に失敗 ～めげなかつたお父さん～	近畿	家庭	阪神・淡路大震災 (平成7年1月)		
	68		再現映像で震災の光景一気に思い出す					
	69		なぎ倒された煙突にショック ～ランドセル姿で見守った祖母宅の解体～					
	70		2階で寝ていて助かった ～逃げ出す時に切った足、入浴時に気づく～					
	71		まず老人会の会長さんをひっぱり出し ～地域の役割のある人から声かけ～		地域・ご近所			
	72		知らなかつた土壁の壊し方					
	73		知っていれば良かった救急救命法					
	74		ご近所で「あげます」「いります」 ～玄関前にボードで貼りだし～					
	75		出勤か、救助か、悩む ～誰かがジャッキ、12人助ける～		行政			
	76		パジャマに作業着で部下出勤 ～思わず注意し、被災度の違い知る～					
	77		のんびり聞こえた「避難勧告」 ～緊迫感なかつた防災無線～		近畿		家庭	平成16年台風第23号 (平成16年10月)
	78		急きょ地元で避難所開設 ～訓練どおりに事は運ばず～				地域・ご近所	
	79		洪水翌日、「とにかく負けるな」と社員にメール				企業・職場	
	80		製品はすべて産業廃棄物 ～10トン車で6回捨てて操業再開～					
81	水没のコンバインまで保険でカバー							
82	しなかつた台風前の畳上げ ～ポンプ場でき、備えおこたる～	九州	家庭	平成17年台風第14号 (平成17年9月)				
83	避難所のテレビで発見、泥水に浸かるわが家							
84	おとなりさんがいない！ ～腰まで浸かつておとしよりの救出～		地域・ご近所					
85	真夜中に必死で伝えた避難指示							
86	命綱つけて濁流の中を泳いだ ～おとしより救助も命がけ～							
87	立入禁止でも危機感なく ～ズボンの裾まくり水の中を自宅へ～	中部	家庭	平成18年 梅雨前線による豪雨 (平成18年7月)				
88	車の通行で二次災害 ～水圧でガラス割れ～							
89	軽トラックの「おせっかい隊」が出前ボランティア		地域・ご近所					
90	避難者受け入れで大混乱							

「一日前プロジェクト」エピソード一覧

年度	ページ	災害種別	タイトル	地域	場面 (主なもの)	災害
20	91	風水害	出先事業所に伝わらなかった本社の被害状況 ～なぜ休みと問い合わせ相次ぐ～	中部	地域・ご近所	平成18年 梅雨前線による豪雨 (平成18年7月)
	92		「まだまだ長雨」と最悪のシナリオを考える			
	93		マイカー水没の経験生かす	中部	家庭	平成20年8月末豪雨 (平成20年8月)
	94		停電でケーブルテレビ映らずワンセグで雨量知る			
	95		「おやじ、避難しろ」で目がさめた ～気づいたら浮いた量の上～			
	96		ひとり暮らしだけどひとりじゃない ～みんなに助けられて幸せ～		地域・ご近所	
	97		見舞いの車や路上のごみで収集車入れず			
	98		町内にボランティアのサテライト ～地元の問題解決にひと役～			
	99		水田にあふれた水から威圧感			
	100	風水害 (竜巻)	ドーンと音がして電車が横転 ～瓦や角材が水平に飛んだ～	九州	地域・ご近所	平成18年台風第13号 (平成18年9月)
	101	災害共通	1時間で開始、公民館の炊き出し	九州	地域・ご近所	平成18年台風第13号 (平成18年9月)
	102		みんなで守る地域の高齢者 ～民生委員さんと一緒に「見守り隊」～			
	103		すぐ来てくれた市の相談窓口		行政	
	104		バスタオルの防災ずきんでコミュニケーション	中部	地域・ご近所	平成20年8月末豪雨 (平成20年8月)

高い食器を二度割った

（福岡市 50代 女性）

地震が起きた日はちょうど日曜日で、主人はゴルフに行っていました。

私は家にひとりぼっちでした。で、着替えてソフトバレーボールの練習に出かけようとしていたら、ワーッと揺れて、うちの食器棚は観音開きだから、扉が左右にダーッと開いて、中の食器がバーッと飛び出しました。

割れた食器を見たら、いつもわりといいのを食器棚の手前の方に置いてあるから、コーヒーカップのセットやらクリスタルのグラスやらが落ちて粉々でした。それに、主人の退職祝いでもらった高い花瓶も割れてしまっているんです。「ああ、残念だったな」と思いました。

なもんで、そんな私をかわいそうに思った友達が、1回目の地震のあと、いくつか食器を持ってきてくださったんです。けど、1ヶ月後の2回目の地震のときに、それもまた割ってしまいました。

最初の地震で大事なものを割ってしまったから、しばらくは食器棚の扉が開かないようにヒモでくくりつけていたのに、1ヶ月たったらもう忘れていたんです。



つくりつけの家具で救われる

倒れるかと思った高層マンション

（福岡市 50代 男性）

私の家は、9階建のマンションの最上階です。地震が起きた時は、まず体験したことがない揺れでしたので、「あ、このマンション倒れるな」とふと思いました。それから、子供が家に居たので、無我夢中で子供部屋を見に行きました。

うちは幸運にも、4、5年前にリフォームをして、家具を全部「つくりつけ」にしていたので、タンスが倒れることもありませんでした。隣の家に行ってみると、棚上のテレビは落ち、大きな家具は倒れ、金魚鉢も見事に割れていました。

家具を「つくりつけ」にしたのは、地震を意識していたわけではないんです。収納力がアップするし、見栄えもいいという、ただそれだけの理由でした。

今回の地震で、つくりつけの家具*と後置き家具がこんなに違うんだということを実感しました。ほんとうに、たまたまでしたが、ラッキーでした。

*つくりつけの家具とは、取り外しのできない、壁などと一体化して作られた家具のこと。



初の防災訓練は3日間

被災を機に自主防災

（福岡市 50代 女性）

今回、私たちは地震を経験しましたが、一般の人たちはどう思っているのかなということも知りたいなと思っています。

そして、この地震を機に、地域にも自主防災組織*ができたので、これからいろいろ動きだすところです。

役員をやられている方たちの意識も高いので、初めての防災訓練は年末に3日間かけて大がかりにやります。でも、参加についてあまり強制はしないつもりです。強制すると別の問題がおきちゃうから。

強制はせずに、「気持ちがある人がやっていこう」、「人びとの関心の高まりを期待しましょう」、そういう考えのもとでやろうと皆で話しています。

実際、地震のあと、地域の行事に参加する意識がだんだん芽生えてきているような気がしています。

*自主防災組織（じしゅぼうさいそしき）とは、自発的に自分の町や、自分たちの隣人を守り合うための組織です。



顔みしりだと、「助けて」と言いやすい

（福岡市 50代 男性）

「タンスとかが倒れて、1人じゃ起こせないから手伝ってください」という電話があったものですから、地震直後、市の対策本部が立ち上がる前に、ボランティアの仲間や民生委員*さんらと、リヤカーを出して、ひとり暮らしのお年寄りのところを回りました。

僕らがリヤカーを引っぱって行くと、案外すぐに家の中に入れてもらえました。

やっぱり、ふだんから顔見知りになっておくと、「してちょうだい」という言葉が言いやすいのかなと思います。

*民生委員とは、社会奉仕の精神を持ち、常に住民の立場になって相談に応じるなど、社会福祉の増進に努めることを任務として、市町村の区域に配置されている民間の人です。また、民生委員は児童委員を兼ねています。



最初はみんな「お殿様かお姫様」の避難所

（福岡市 60代 男性）

避難所に来た皆さんは、最初はお殿様かお姫様みたいに、じっと座っているだけなんですよ。私たち小学校区の役員が対応に追われているときも。同じ被災者なのにね。

そこで、「元気な方はどうぞ、一緒におにぎりを握ってください」、「お米を研ぐのを手伝ってください」とお願いしたら、若い人もお年寄りも我に返ったように、「それなら」と気持ちよく炊き出しの手伝いをしてくれました。

あれから、避難所にいる人たちの気持ちがひとつになったような気がします。だから、避難されてきた方々をお客様みたいにさせない方策、例えば必要な役割ごとにあらかじめチームを作っておいて、どこに何人配置するかを決めておく。避難者にも作業をお願いするということも考えておくことが必要じゃないかと思います。



地震後に「店開けてくれ」と70軒

デパートの客追い出しで人あふれ

（福岡市 50代 男性）

町内にはデパートが2軒、ホテルが1軒、大型商業施設やらバスセンターやら駅ビルがあって、市の避難所になっている公園があります。地震発生直後、その公園には、近くのデパートなどから避難してきた人たちが大勢、不安そうな顔をして集まっていました。

私はそれを見て、町内のお店70軒くらいに「自分達も大変だろうが、店を開けてくれ」とお願いをして回りました。要は、避難している人たちにお水やお茶を提供してほしい、お便所を貸してほしいというお願いをしたわけです。みんなお店を開けてくれたので、助かりました。お店の方も普段よりもうかったなんて笑い話もありました。

やっぱりこういう時は助け合いが大事ですね。今までも『市政だより』を自分達で届けたりしていましたが、これからは、お店のご主人や企業の方、デパートの防災担当の方たちとは、普段からもっと連絡をとるようにしたいと思います。



デマ防止に、消防車や校内放送でラジオ流す

（福岡市 70代 男性）

避難所になる小学校には消防署が隣接しています。幸い、地震が発生して、私が小学校に駆けつけたときには、もう、消防団が集まっておりました。で、私はまず、彼らに消防車の拡声器でNHKのラジオを流すように頼みました。

それから小学校に避難してきた地域の人たちに、1人ずつ声をかけていたら、教頭先生がおられたから、「学校放送でNHKのラジオを流し続けてください」と言いました。

私は子供のころから、関東大震災の時にいろいろとデマが飛んで暴動が起き、地震とは関係の無いところで事件が起きてしまったという話を聞かされてきました。だから、正確な情報がスムーズに伝達されなければならないと思い、NHKのラジオを流し続けるように頼んだのです。

そうしたら、被害の状況とか、街の様子とかが、ずっとラジオから聞いたんですよ。



役だった「災害時要援護者台帳」

「民生委員さんが来たよ！」との声に役割を実感

（福岡市 60代 男性）

私は長年民生委員*をしています。その日は彼岸の中日ということで墓参りに行く準備をしていた時に、ゴーツという音と同時に、びっくりするくらい家が揺れました。幸い私のうちは新しく建てたもので、いろいろ中のものが倒れた以外は無事でしたので、すぐに「災害時要援護者台帳」を持って、それに登録してある方たちの安否確認に出向きました。

台帳は、平成7年の阪神・淡路大震災の翌年から取り組んでおりまして、ひとり暮らしの高齢者や障害をお持ちの方とか、生活弱者の方たちに民生委員が聞き取り調査をして保管をしているものです。

台帳には、親戚とか緊急連絡先が3名まで書かれていて、ケガとかされていた場合すぐに電話できるからと、それを持って回りました。

私たちは、いつものように民生委員の腕章をつけて、順番に家を回りました。あるお宅に行って、「ケガないね？」と声をかけたら、電話中だったんだけど、「今、民生委員さんが来てらっしゃった！」と電話越しに大きな声で言っていました。あとで聞いたら、娘さんと話をしていたとのこと。

そんな時、やっぱり民生委員も頼られているなと思いました。

*民生委員とは、社会奉仕の精神を持ち、常に住民の立場になって相談に応じるなど、社会福祉の増進に努めることを任務として、市町村の区域に配置されている民間の人です。また、民生委員は児童委員を兼ねています。



避難所のリーダーさんは中学生

校庭キャンプの経験生かす

（福岡市 50代 男性）

学校に行ったら、子供たちが率先してハンゴウ*を出したり、畳を干したりしていました。大人の方も手伝っていましたが、確か、その春に卒業したばかりの子供たちが中心になっていたと思います。

最初の3日間ぐらいは、畳とかマットを敷いて、小学校の講堂に避難してきた人たちを寝かせたのですが、子ども会で年に1回、校庭でキャンプをしているので、講堂のどこに何がしまっているのか、子供たちは全部知っているんですね。

避難所になっている小学校の隣は消防署でしょう。寒いからと言って消防署の方も一緒にたき火をしようということになりました。子供たちは校庭キャンプでバーベキューをした経験があるから、ドラム缶で火をたこう、お湯を沸かそう、という時に自然にできたのです。

*ハンゴウとは、アルミニウムなどで作った底の深い炊飯兼用の弁当箱。
キャンプなどで使用。



大工の私が一番後悔

家具の転倒防止を勧めておけば…

（小千谷市 60代 男性）

私は大工をしているものですから、いわゆる皆さんの家の建築工事に携わっていて、いろんな面で家財道具の転倒防止というのを、盛んに言われてきたのを知っていたんです。

でも、まさかその当時は夢にも思わなかった、こういう大地震というのは。

今回の地震では、もちろん構造自体もそうだったんだけど、まず家財道具の転倒がものすごかったんです。ですから、そういうのをあらかじめ、やはり転倒防止、たとえば食器棚やタンスとか、ほんのちょっと、わずかなことなただけど、それをしておけばまだ被害が軽かったなというのが、災害後にまず実感したこと。

一番後悔しているといひましようか、そんな感じがしました。



地震のショックで思考停止

声出す人がリーダーシップ

（小千谷市 50代 男性）

自衛隊のヘリが来るまでは、みんなで廃校になった小学校のグラウンドに避難したんですけど、やっぱりショックが大きくて、そこに行くにもだれかが先導しないと動けないという状態でした。声を出す人が2人くらいいないと絶対動けないんですね。何をどう考えていいかわからないという感じ。だから、自分と友達2人で、いったん村を捨てようという決断を皆にさせようと相談してから、「ここで寝てくれ」とか指示をすると、全員いい子になってついてくるんです。人の思考回路というものがなくなってしまったかのように。

「それは結構怖いことだな」、「もし自分たちの判断が間違っていたらとんでもない方向にいったかもしれないな」と、後で友達と話をしました。その後3日目くらいからやっと個々に文句を言うようになってきました。「これは意識が戻ってきたね」と。自分たちもしっかりしていたつもりなんだけど、相当変にはなっていたと思うんです。

5日目ぐらいになると皆さん自分の意思表示ができるようになったというか、「おまえらみたいなのに指図される筋合いはない」という声がいっぱい出てきて、これはもう大丈夫だということで、村の区長さんたちにバトンタッチしました。



朝食を一緒に配りませんか？

被災者も立派な働き手

（三条市 30代 男性）

地震で被災した地域の小学校のテントですっと寝泊まりをしていました。固いおにぎりじゃ、とてもジーちゃん、バーちゃんは食えないぞという話になって、おかゆだけは乳幼児の離乳食にも使えるからと、24時間切らさないようにしていました。

で、朝ご飯を7時に食べさせようとする、一般ボランティアはまだ来てくれないから、人の手が足りない。われわれ2~3人で1,000食とかを配り切れるものじゃない。

考えたら、「いるじゃないか、体育館の中にぶらぶらマンガを読んでヒマそうにしている連中が！」となって、館内放送をしてもらったら、10人ぐらいがわーっと来て手伝ってくれたんです。けれど、翌日から1人減り、2人減り、3人減りという具合。「どうせ、そんなことをしなくて飯を食わしてもらえろ」という考え方が浸透してきたんですね。

「冗談じゃないぞ」ということになって、行政のほうからも声をかけてもらったら、入れかわり違う人を連れてきてくれるようになり、今度はそこから派生して、どんどん人が増えてゆきました。

ボランティアって、なぜか避難所のなかって足を踏み入れにくいんですよ。生活の場、プライベートの場ですから。外部の我々はなるべく入りたくないし、入っちゃいけないと思うので、そこに避難している人に、炊き出しをとりに来られないお年寄りへおかゆを持って行ってもらいたいのです。そうすれば、お年寄りがいつもと違うようだったら、すぐに気づくはずですから。



進入禁止のお願い聞いてもらえず

大切な「土のう」運びも渋滞に

（福岡市 40代 男性）

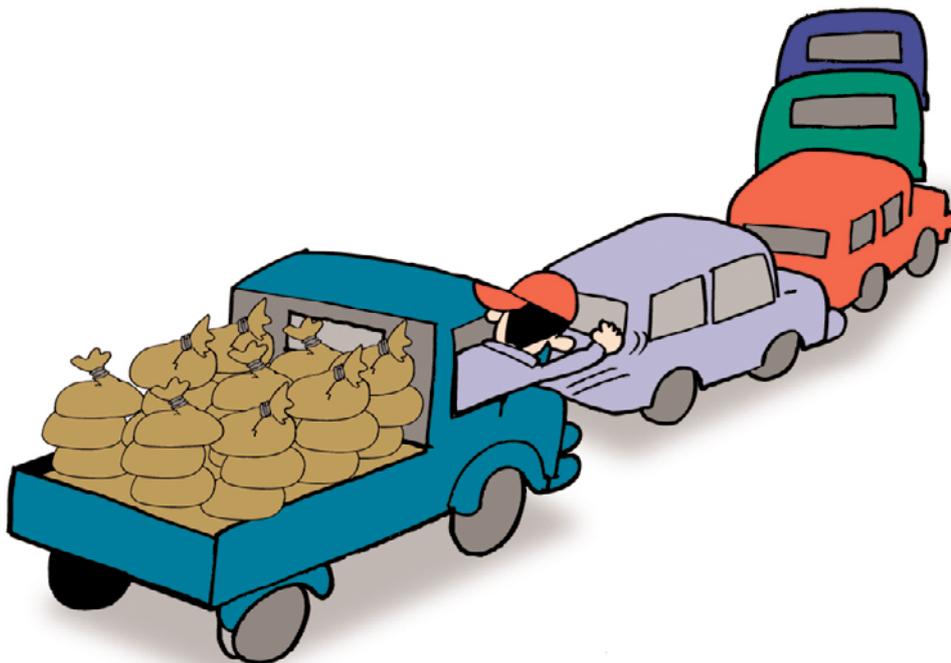
私は消防団に入っておりまして、当日朝5時ごろ、消防団のほうに、とにかく出てこいという指令が入りまして、川の現場のほうに行ったんです。もうその時には、道路がすねぐらいまで浸水している状態でした。

消防団には、とにかく車を近づけないようにという指示が出ましたので、みんな懸命に車を止めようとしても、なかなか皆さん言うことを聞いてくれなくて、車は来るばかりで、周りがパニック状態になっていました。

6時過ぎに川が決壊して、いったんひざ上ぐらいまで水が来ましたが、しばらくして水が引き出すと、今度はトラックで土のう*を運ぶということになりました。で、家に走って帰って、消防のほうで備蓄していた土のうを自分のトラックで川まで運ぼうとしましたが、いかんせん、個人のトラックですからだれも道を譲ってくれません。

先頭に消防車は1台いるけれども、その後にトラックが何台も続くものですから、それに紛れてほかの人がどんどん入ってくるんです。ほんとうに、緊急の場合に何を優先するかという意識が無いなと感じました。

*土のうとは、布袋の中に土砂を詰めて用いる土木資材のこと。適宜、土砂を詰め、袋を縛り積み上げることで、水や土砂の移動を妨げることができることから、堤防の水止めなどに使われます。



冷蔵庫いっぱいの買い物がフイに

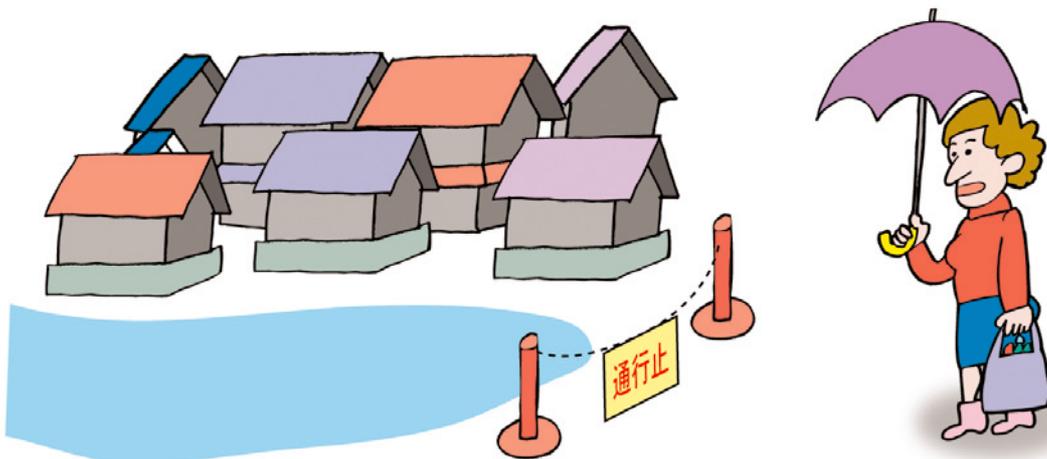
（三条市 40代 女性）

まさか川が決壊するとは思ってなかったけど、決壊したとしても、私たちのほうに水が来るなんていう意識は全然ありませんでした。家から川も見えないし、何も見えないから。川の近所の人、川を見に行き、これはただごとじゃないと思っただけで、うちは、川まで行くには、車で10分ぐらいかかる。要するに遠いのです。

私は、夕方になっても雨がいっぱい降っていたら、買いに行くのも面倒くさいと思って、ちょっと小降りになったお昼ちょっと前ぐらいに、近所のスーパーに買い物に行きました。

行く途中に、土地がすごく低いところがあって、そこにはもうロープが張ってあって、通行止めになっていたんだけど、ちょっと雨が降ると、そこはいつもそんな感じになるので、「あーあ、またなっている」くらいの話。

違う道から歩いて行って、生鮮食料品が結構安かったのだから、「よし、今日はこれでご飯だな」と、冷蔵庫いっぱい買い込んで帰ってきました。午後には家が水に浸かって、それが全部ダメになるなんて、あの時は想像もできなかったのです。



入っておけば良かった損害保険

（三条市 40代 男性）

今回、たくさんの車が水につかってだめになっちゃったけど、車両保険に入っていた車は、保険金が支払われています。

そういう話を聞くと、やっぱり保険というのは大事だなと思いました。

だって、前の日、7月12日の夜9時に新築した家の引き渡しを受けて、翌日の2時過ぎに水につかっちゃったという家もあったわけですよ。信じられない話ですけど。

実際にそういう話を聞いたり、見たりしているから、今は、やっぱり何はさておき、まず保険だなと思っています。



早かったですよ、水がきてからは

たった一時間で自宅が水没

（三条市 40代 女性）

テレビで、あの辺の川がはんらんしそうですとか、三条市は大雨で大変ですみたいなを見ていたんだけど、うちのところに水が来るなんてことは、全然想像できませんでした。主人もお昼頃、うちに戻ってくるわけですよ、車に乗って。タイヤがかぶるくらいの水の中を、「職場の人が、何かあるといけないからと、お茶のペットボトルとカップラーメンくれたぞ」とか言って帰って来て、車を車庫にきっちり入れました。

で、「やあね、こんな雨」とか言いながら過ごしていて、家族全員がうちにいたわけですよ。家はちょっと道路よりも上にあるので、玄関にもし水が来たら嫌だからと言って、子供の野球用品とか大事なやつを玄関の上に乗せてあげただけでした。

それが午後2時ごろで、ワーッと水が来たのが午後3時か3時半ごろでした。うちの中に水が入って来たんです。早かったですよ、水が来てからは。1時間くらいで1階がすべて水につかってしまいました。



お母さん、足がグニュっとする

水が畳を押し上げた

（三条市 40代 女性）

パソコンで何かやっていた子どもが、「何か足がグニュっとする」と言いました。私は台所において、板の間だったから何も感じなかったのですが、子どもたちが「あれっ、何か畳がおかしい」とか言っていました。私は「えーっ！」と言って、バツと玄関をあけてみたら、水がこう、下から畳を押し上げていたわけですよ。

これ、ふつうじゃないよということで、息子と主人は、データが失われるとか言いながら、パソコンを2階に運びました。それから、デジカメは上に上げなきゃとか、家中大騒ぎになりました。

地震と違って水は静かに来るんですね。家の中にいた私たちは、回りがそんなに恐ろしいことになっているなんて、全然気がついていませんでした。

大雨のときはラジオを聞くなりして、もっと積極的に情報を集めておけば良かったなと思っています。



冷蔵庫も洗濯機も浮いていた

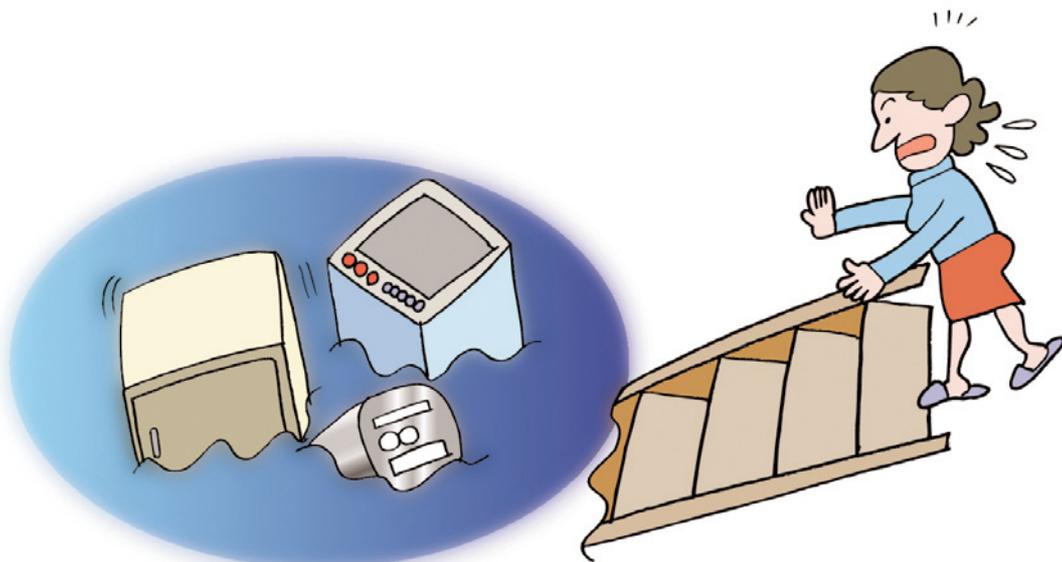
（三条市 40代 女性）

川が決壊してからは早かったですね。ほんとに一瞬の出来事というか、水が玄関の中に入って、「入ってきたよ！」って子供に言われて、「じゃあ、荷物をとっとと上げなきゃね」と言った時には、もう水はヒザより上の高さでした。

それからあっという間に、裏の川からどんどん水が流れてくる。台所のほうが湿ってきちゃって、「これはやっぱり上がってきちゃうのかな」と思ったのが午前11時過ぎ。息子たちに手伝ってもらって、体操着から布団までみんな二階に上げた頃はお昼を回っていました。

子どもが「腹減った」というので、おにぎりを食べさせて、テレビをついたら、避難するところが大分増えていましたが、まだ私たちの町名というのはいんですよね。

じゃあ、うちだけがひどいのかなと思って、2階から外を見ていたら、ミシミシと音がしてきました。何かと思って下を見ると、たんすが倒れ、畳も冷蔵庫も洗濯機もみんな浮いちゃっていたんですよ。そうなったら、もう階段を下りられるような状態ではないんですよね。階段の下から4段、5段まで水が来ていて。それが午後1時半過ぎたころだったと思います。



非常持出袋より避難が優先

（長岡市 40代 男性）

緊急用の持出袋を用意しなさいってよく言われるけど、私は特別なものは必要ないと思いますよ。今回は食料はすぐ届いたし、外に出ればコンビニがあっちこっちにあって、飲み水もある。それを捜す手間があるんだったら、とっとと逃げてほしいと思います。避難するのが第一です。

なぜなら、中越地震の時に、その袋を取りに戻った方が、直後の余震で亡くなったとも聞いています。そのときにさっと持っていけるものだけ持って逃げればいいんです。私たちが逃げるときは、余計なものは持っていきませんでした。

今回の水害でも、結構みんな、現金とか通帳とかを持って逃げているんですよ。でも、通帳やキャッシュカードがなくても、身分証明さえしっかりしていれば、金融機関は全部やってくれましたからね。ただ、災害泥棒みたいなのがいるから、家をあんまり空けたくないという気持ちがあって、逃げるのをためらっちゃう気持ちもわかります。留守宅の見回りとかを組織的に実施できるようになればいいなと思います。



100万本のタオル届いて目を回す

（三条市 40代 男性）

NPO*の人が、ネットで「全国からタオルを集める大作戦」を提案してくれました。たかが知れているだろうと思って受け入れたら、ピーク時には、タオルが10トントラック3～4台分も来て、大変なことになりました。

過去に被災を経験した方々からアドバイスをもらって、よかれと思って始めたら、ネットの力が想像以上にすごかったです。どうしてもタイムラグが出ちゃうんですね。

今欲しいものをネットにアップすると、2～3日後に集まり始めて、1週間後ぐらいになるとそれが過剰に集まってくるので、「もう要らねえ」という話になるんです。

段ボールで、10箱、20箱と送られてくるやつを、人間が袋に入れて、3つや4つ持って歩いたところで知れていますから、さばきようがない。タオルの置き場所にも困るありさまでした。

*NPOとは、Nonprofit Organizationの略で、行政・企業とは別に社会的活動をする非営利の民間組織を指します。



「水飲み」「休め」のサンドイッチマン

「熱中症注意！」とねり歩く

（三条市 40代 男性）

水害後だから消毒しなきゃいけないということで、石灰をまいたり、消毒液をまいたりするのですが、最初はボランティアもまいていたけれど、石灰が目に入るとあぶないのでやめましょうということになりました。

救援活動を続けていくうちに、釘を踏んだりすると破傷風*のおそれがあるといった衛生面での注意事項がどんどん増えていきました。で、ボランティアセンターでも熱中症*とか脱水症状に注意するようにといったチラシを配りました。

7月の熱い最中で、水分補給が一番の課題でしたので、県の社会協議会の人自らがサンドイッチマンみたいになって、「熱中症注意」と書いた紙をからだにベタベタ貼って歩いていました。それから、スポーツドリンクは高価でなかなかないので、高校生みなさんが塩ひとつまみをアルミホイルに包んで、道行く人に配っていたのを覚えています。

*破傷風とは、破傷風菌が産生する毒素によって、口唇や手足のしびれや口が開けにくいといった神経症状を引き起こし、治療が遅れると全身けいれんを引き起こし死に至る感染症です。傷口に木片や砂利などの異物が残っていると、破傷風は発病しやすくなります。水害対応のときには、泥の中での作業が多くなりますので、特に手や足に傷をつけないように注意しましょう。

*熱中症は、強い直射日光に長時間照らされた際に起こりやすい病気です。予防としては、休息や水分補給をしっかりとのこととされています。



こんなにも多かった地域のお年寄り

（長岡市 40代 男性）

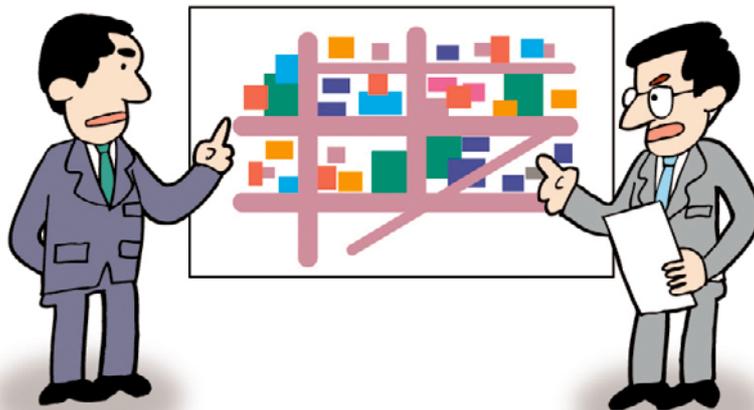
消防団では、今度、避難準備情報*が出たときに伝える仕組みづくりとして、お年寄り世帯を特定して、色分けをして、この世帯はお年寄りだけとか、昼間はうちの人が勤めに出ていて夜だけいるとかがわかるマップを作りました。

担当エリアは大体近所なので、どの家が昼間は年寄りだけなのかみんな把握していますが、色づけしてみると、ほとんど全部がそうなります。だから、今いる消防団員が11人で、大体最低で5人、6人は出てくるけれど、やっぱり自治会と連携していかなかったら、全部の家に声をかけて回るのは無理だと思います。

自治会のほうでも、援護が必要な方に声をかけるといった防災訓練を2年続けてやっていますが、自治会の班長さんだけが回ってそれでおわりなんです。班長さんだけだと、避難してくださいと言っても、ジューちゃん、バアーちゃんは出てこないですよ。やっぱり、民生委員*や消防団、班長さん、自治会長と一緒にやらないとだめだと思います。

*避難準備情報とは、避難に時間がかかる「災害時要援護者」（高齢者や障害者ら避難に時間のかかる人たち）のために、通常の避難勧告（避難行動を開始すべき段階）や避難指示（生命への危機が迫っている段階）に先だって発令し、いち早く安全な場所に逃げてもらうための情報です。

*民生委員とは、社会奉仕の精神を持ち、常に住民の立場になって相談に応じるなど、社会福祉の増進に努めることを任務として、市町村の区域に配置されている民間の人です。また、民生委員は児童委員を兼ねています。



レポーターはタクシードライバー

コミュニティFMが大活躍

（三条市 30代 男性）

情報ボランティアってすごく大事ですよ。水害になるとテレビがだめなので、ラジオしか情報源がないんです。避難所情報で、どこに何があるとか、何時から何が配られるとか、そういう情報はやっぱりラジオがすごく役に立ちました。

地元のミニFM局は、水があふれ始めたときから延々と、24時間水害情報を流していました。ああいうことを体験できたのは良かったと思います。

タクシーの運転手が帰ってくると、「〇〇が冠水しているよ」と無線を通じてラジオ局に知らせるんです。そうするとFM放送で、「〇〇冠水で、通れません」と流す。そういうのを繰り返していたと運転手さんに聞きました。

ほかの民放局は、やっぱりそれなりのプログラムで、たまにスポット的に情報を流すぐらいですが、水害は範囲が限られているから、地元のFMが頼りです。



働き盛りの男性を地域デビューさせるには？

（福岡市 50代 男性）

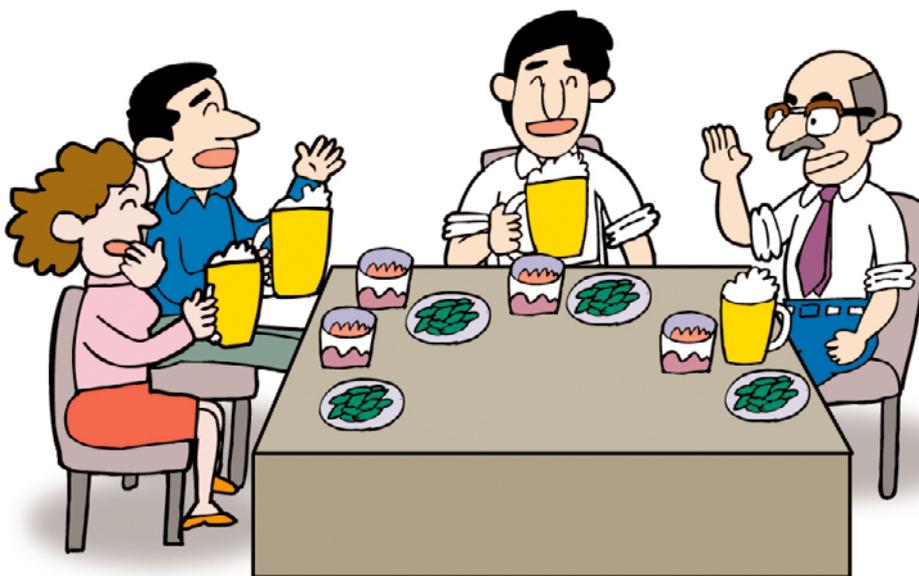
地域の活動に参加する40代、50代前半の男性というのは極めて少ないのです。その人たちをどう確保するかというと、やっぱり飲み会。今までの経験からいっても、やっぱりお酒の席が一番入りやすいんですよ。

新しい人を誘う時には、とにかく名前だけでも書いてもらって、「来られるときに来てください」、「来られないときにはすみませんが電話をください」と声をかけます。2回続けて返事もなければもう誘いません。

男性を地域の活動に誘い込むのはものすごく難しいです。一度出ても、二度目は来ないという人も結構いるわけです。40代、50代前半の男性が継続して参加するような雰囲気になると、すごくよくなるんじゃないかなと思います。

男性は平等に見ようとするけれども、女性だけにすると偏ってしまう。かといって、あまり男性が強すぎると軍隊みたいになってしまう。やっぱり女性、男性お互いに物が言える環境をつくっていくことが大事ですね。

今度の地震でも、日ごろのおつき合いがあったから、地域の復旧活動がうまくいったのではないかと思います。



ふだんからの声かけが災害時に生きる

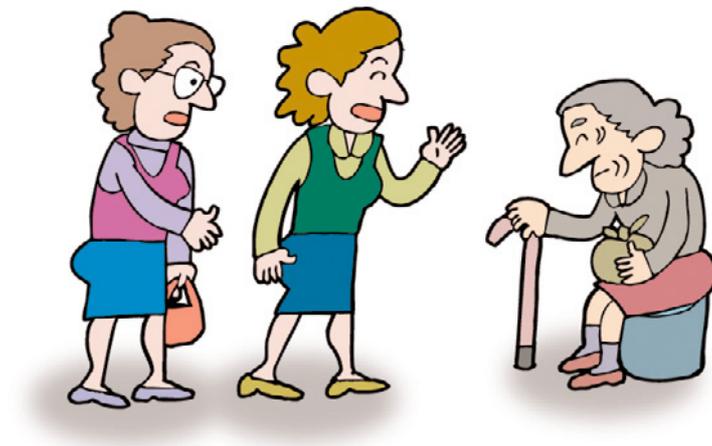
（三条市 80代 女性）

自分は今、民生委員*をさせていただいているんですが、市のほうからいろいろな指示が来たときに、「いや、おら、そんなとこ、嫌だから行かぬえ」っていうお年寄りもいますよね。そうじゃなくて、「あんたの言うことだったら聞くから、おれも一緒に連れていってくれ」というような、信頼関係をつくっておくことが大切だと思います。

洪水で本当に水がどんどん追いかけてくる場合は、年寄りを置いて、自分が先に逃げるかもしれませんが、まず、地域のお年寄りの人たちに、安心して町内に住んでもらって、みんな助け合っているんだということをわかってもらえれば、「頼むね」「うん、任せてね」という、そういう信頼関係ができると思います。

普段からお宅を訪問して健康状態を聞いたり、心配事はないかとかいう話しをしておいて、自治会長さんとうまく連絡をとりあって、一緒に避難するという約束ごとをつくっておけば、みんな一緒に逃げられるって思いました。

*民生委員とは、社会奉仕の精神を持ち、常に住民の立場になって相談に応じるなど、社会福祉の増進に努めることを任務として、市町村の区域に配置されている民間の人です。また、民生委員は児童委員を兼ねています。



要援護者の枕元に手作りタンカ

（三条市 80代 男性）

昨年、援護が必要な方に参加してもらって避難訓練をやったんですが、寝たきりの方を両脇から抱えて、車のとこまで運んでいくだけでもほんとうに大変でした。それで、車いすなんて家の中じゃうまくいかないから、タンカで表へ運ぼうということになって、一番大変な人のところへタンカを設置することになりました。

以前、県の防災訓練のときのタンカは、布がやわらかくて、こう、くぼむわけ。だからそこに寝た人は難儀で、もう、息が苦しくなるほどだったと。それではダメだということで、女性たちがみんなで集まって、張りのあるかたい布でタンカを作ろうということになりました。脇に伸縮するステンレス製の丈夫な物干し竿を入れてみたら、人が乗っても布があまり下がらないんです。

今はみんなで作ったタンカを、「いつでも隣近所、民生委員*、それから災害委員が手伝いに来て、安全なところへ運びますから」って言って、順次、必要な方の枕元に置いてもらっていますが、大変喜ばれています。

* 民生委員とは、社会奉仕の精神を持ち、常に住民の立場になって相談に応じるなど、社会福祉の増進に努めることを任務として、市町村の区域に配置されている民間の人です。また、民生委員は児童委員を兼ねています。



津波の「つ」の字も知らなかった

（徳島県海部郡 80代 男性）

22歳のときです。私は外国航路の船員をしていたのですが、戦争中に会社の船がやられましてね。復員*してきたものの、乗る船がない。それで、この田舎で青年団活動なんかに参加していました。

当時、テレビはもちろん、娯楽が全然ないものですから、青年団が集まって村芝居をやっていたましてね。地震が起こる前の晩も遅くまで練習をしていました。

血気盛りの青年ですから、真冬でも越中フンドシで夏のゆかた、これが寝間着の定番ですわ。で、午前4時ごろ、寝ている時にグラッときたんです。

後で調べてわかったことですが、この「南海トラフ」を震源とする地震は、必ず津波をとまなっているんです。それに、今まで、だいたい100年周期でやってきている。その100年がすぐそこに来ているにもかかわらず、私はそのとき津波の「つ」の字も全く知らなかったんです。

*復員とは、招集された軍人が任務を解かれて家庭に帰ること。



おばあさんを背負って山の中腹へ

津波を見に行つて、危機一髪

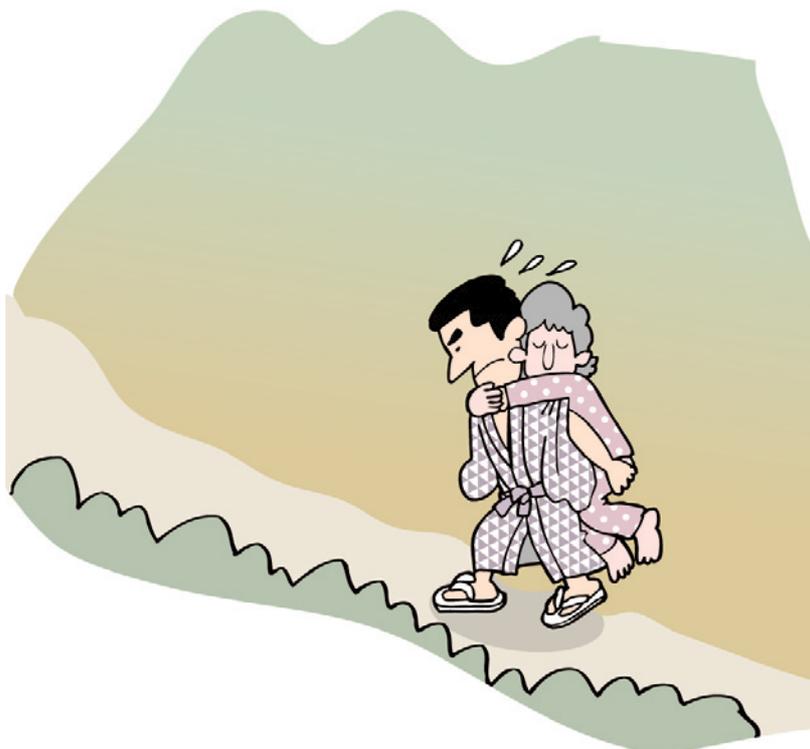
（徳島県海部郡 80代 男性）

ものすごく家が揺れてね。2階に寝よつたから階段をはうようにしておいて、隣の空き地へ行つたのよ。で、一たん揺れがおさまつてから、このままではいかん、こういう格好では何もできないと、服を着替えに2階へ上がつていった。そしたら、隣のおばさんが「井戸の水が引いたぞー、津波が来るぞー」言うて、どなつとるんよ。

すぐに逃げなきゃいけないのに、その頃は全く津波や地震の知識がなくてね。津波が来る、こら面白いなということで、海の見える土手まで見に行つたんです。すると、水がドーンと上がつてきとる。これはいかんわと、あわてて家へ帰りました。

家では、84歳のおばあさんが寝ていたのですが、布団のそばまで津波の潮が来ていました。それからアツという間に部屋の畳が浮き出したんです。

水はもう腰ぐらい。私は、「おばあさんを死なせちゃならない」と背負つて、藻やらが浮く水の中をかき分け、かき分け、150mぐらい先の山の中腹に住む知人宅へかつぎ込みました。気がつけば、浴衣1枚でしょう。寒うてねえ。枯れ枝を集めてきて、さあ火をつけよう思うて、マッチをなんぼすつても火がつかんのじゃ、手が震えて。



早く逃げれば良かった

（徳島県海部郡 70代 女性）

当時私は16歳。寝入りばな、体を揺さぶられたような気がして目が覚めました。横に姉が寝ていたから、起こそうかと思ったけれど、たいしたことないだろうと思ってね。

しばらくしたら、すごい揺れがはじまって、「家がつぶれたらたいへんだ」と父が言って、素足のまま、親子4人が外へ飛び出しました。

ものすごい揺れだったから、とても立っておれなくて、4人がお互い体を支えるようにして、道路の上へ座ったんです。外は真っ暗で何も見えませんが、家がギシギシ音をたて、「これ、止まるのかなあ」って思いました。

で、ようやく揺れがおさまった時、逃げればいいのに、寒いからと、またみんなで布団の中へ入ったんですよ。それから1、2分ぐらいでしょうか。男の人の声で、「津波が来るぞー」と2回聞こえたのです。父が「早う逃げなったら、あかん」言うて、親子4人が家の玄関の戸をあけたときには、もう腰まで潮が来ていました。

今なら、布団にもどってしまうなんて考えられませんが、親も津波の経験がなかったからだと思います。



津波の第2波が来る前に逃げた

（徳島県海部郡 70代 女性）

津波で流されている間は、家族のことは頭に全然なかった。ちょっと薄情なぐらいに。自分が生きよう生きようという気持ちでいっぱいでしたね。

潮も引いて、足も立つようになって、「あ、そうだ、お父さんやお母さんたちはどこまで流されたんだろう」と思いました。「早う探しに行かないかなあ」と思っていた時に、私が敷居につかまっていたその家の中から話し声が聞こえてきたんです。

「だれがいるん、だれかおるーん？」と2回ほど聞いたら、「おるぞー」という声がしました。お父さんでした。お母さんも姉も中にいて、親子4人が、「命拾いたなあ」と、肩を寄せて、もう泣くばかりに、喜びました。

だけど、津波って、2回、3回と来ると聞いていたので、「早う逃げないかん」言うて、母は足にケガをして血を流していましたが、姉と私が両方から支えて、みんなで裏山の方に逃げました。

途中、2人ほど、女の人が亡くなっていました。ハッとしました。でも、私はどうすることもできんしね。後ろ髪を引かれる思いで山のすそまで来ると、第2波の津波が押し寄せてきました。



やっぱりみんな倒れてしまった

物が散乱して前に進めず

（石巻市 50代 男性）

「ガ、ガ、ガ」ときて目がさめて、「ああ、これがいわゆる宮城沖地震なのかな」って、立ちながら感じていました。

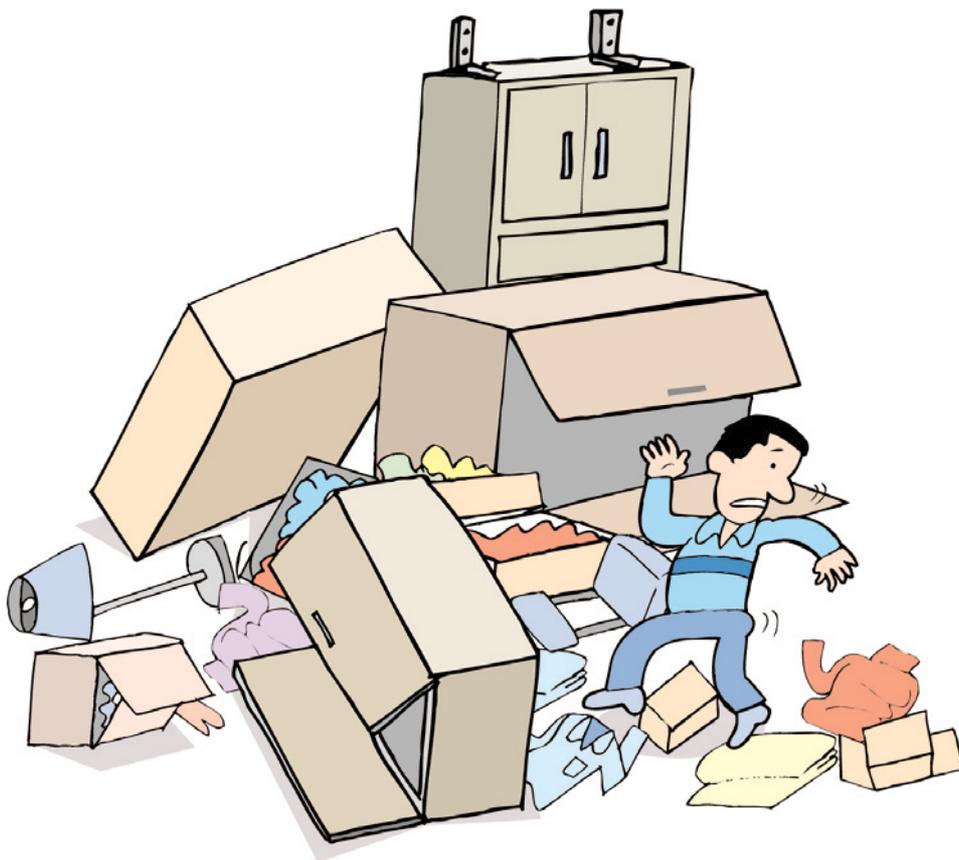
部屋が2階に4部屋ほどあって、私は道路側の階段から一番遠い部屋で寝ていました。そのとき女房はもう朝起きていて、1階で朝ご飯のしたくをしていましたので、無事かどうか確かめに行こうと思いました。

ようやくフスマをあけて部屋から脱出しましたが、家の中のありとあらゆるものが倒れたり、落ちたりしていて、足の踏み場もないくらいでしたので、なかなか前に進めないのです。

で、2階から下の茶の間に行くまでに、10分はかかりました。

ちゃんと地震が来るとわかっていたら、いろんなものを留めていたと思うんですけども、それをやっていなかったものだから、やっぱりみんな倒れてしまったわけです。

ただ、茶の間の大きな食器棚だけは、L字金具を買ってきて何力所か留めていたので、倒れませんでした。やってよかったなと思いました。



水が使えず、お皿にラップ

（石巻市 70代 男性）

私のうちは地震後92時間、3日半ぐらい水が出なかったのね。トイレはすぐ近くの病院ですませました。病院は自家発電で大丈夫だったから。

水がなくて一番困るのは、何でも洗うことができないということなんですよ。で、アウトドアでやったのを思い出して、ご飯を食べるときもコーヒーを飲むときもラップを敷いて使いました。

友達が多いものだから、食べる物がないだろうからって、豚の角煮だのいろいろと持ってきてくれるのです。ああいうのって油っぽいから、洗うのは大変ですよ。だけど、ラップを敷くやり方だと、汚れたらラップさえ取り替えればいいわけです。水が出るまでの間、ずっとそうやっていました。



「倒れたらあぶないな」と家具固定

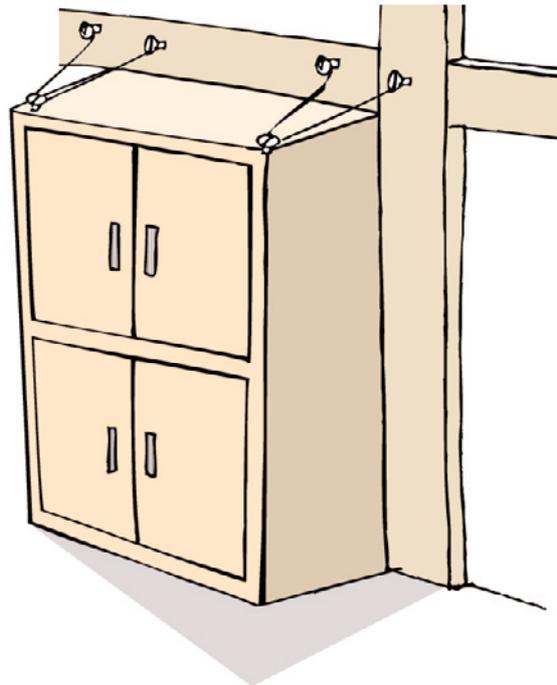
前の地震が教訓に

（石巻市 50代 女性）

地震があったときには、私とおばあさんは台所で朝ご飯の用意をしていました。主人と娘は座敷のほうで、お布団でまだ寝ていた状態だったんですけども、急に、ガ、ガ、ガーっと来たものですから、私は柱にしがみついて、お父さんと娘の名前を叫び続けていただけでした。動こうにも動けなかったのです。

母のほうは、とっさにやかんを火にかけていたので、火をとめなきゃと思ったらしくて、流しのほうに行ったとたんに飛ばされて、台所のレンジのところに腰をぶつけていたんです。「大丈夫？」って聞いたら、「大丈夫」って言ったけれど起きあがれないような感じでした。

食器戸棚とかがいっぱいあるんだけど、5月に大きい地震があったときに、これが倒れたら危ないなと思って、ヒートン（ネジ）を戸棚につけて、壁の柱みたいになっているところに、全部たこ糸でくっつけていたんです。たったそれだけなんですけれども、倒れなくてすみしました。やっつけてほんとうに良かったなと思います。



油断大敵！

屋根うらのボルトのゆるみも確認を

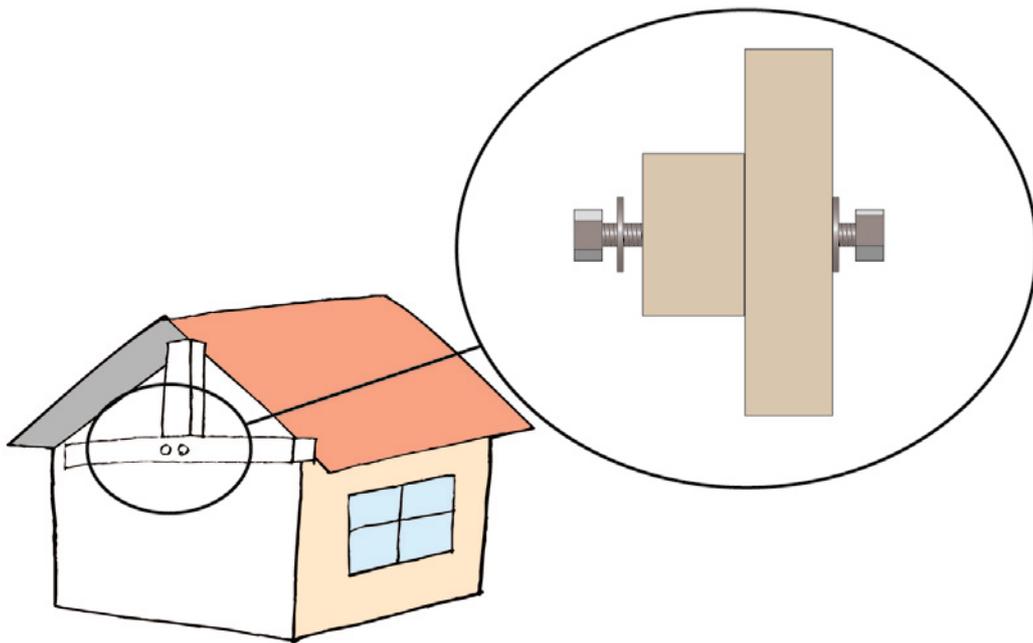
（東松島市 50代 男性）

地震の後、ある住宅メーカーが無料診断をしてくれるというので、建築士の人に屋根裏に入って見てもらったんです。うちの家は平成3年につくったものですが、撮ってくれた写真を見ると、ボルトなどの金具がみんな緩んでいたんです。

木造だと、乾燥して木がだんだんやせてきて、やせてもボルトはそのままだから、何もなくても若干は緩むということは知っていましたが、うちの場合は、地震の影響でナットなんかはかなり緩んでいたの、耐震補強をしてもらいました。

ふつうの人は、ふだん屋根裏までは見ませんからね。「この前、あのくらいの地震がきてもつぶれなかったから、今度も大丈夫」なんて思っていると危ないということなんですよ。

もう今すでに緩んでいるとしたら、今度同じような地震がくれば、つぶれるくらいになるわけですから、点検や補強をしておくというのは、ほんとうに大事だと思います。起きてしまってからでは取り返しがつきませんからね。



家具は倒れず

役立った転倒防止グッズ

（東松島市 70代 女性）

ご飯をよそって出して、みそ汁を持ってこようと思って立ち上がったときに「ドン」と来たんですね。アッと思って、とっさに私は食器棚を押さえ、お父さんがあちから、テレビを押さえました。

食器棚は、観音扉*を少し太めのゴムでとめていました。そのゴムが伸びて、中のものが少し飛び出しましたが、たいしたことはありませんでした。

それから、今度は仏壇の花が心配になって走っていったのですが、ふっと庭を見ると、道路に面したうちの岩塀が倒れていました。

たんすとか本棚とかは全部、前々からゴムみたいな転倒防止用のやつを買って、下に入れてあったんです。だからぜんぜん倒れなくて、助かりました。

*観音扉とは、中央から左右に広がって開く形式の扉のこと。



やっぱりやっておけば良かったな

転倒防止した家具だけは倒れず

（東松島市 60代 女性）

地震でびっくりして飛び起きて、とにかくケガをさせないようにしなきゃと思い、孫を抱きかかえて、わきによけたすぐ後に天井の蛍光灯が落ちてきたの。まさに間一髪。

で、寝室から居間のほうに行こうと思って、ドアをあけようとしたら開かなくて、何で開かないのかと思って、それこそ思いっきり押したら、台所のものが全部倒れていて、それで開かなかったんですよ。

やっとその上をこえて居間に行ったら、2段重ねの和ダンスの上だけ、2段目がテーブルを越えて、2mぐらい吹っ飛んでいました。もうテレビは倒れる、人形ケースは割れる、本棚は倒れるで、足の踏み場もないほどでした。

転倒防止器具をつけていた家具だけは倒れなかったので、やっぱり全部にやっておけば良かったなと思いました。



岩塀くずれて道路にゴロゴロ

（石巻市 70代 男性）

自分の家の片づけをして、よそのうちはどうなっているかなあと出てみると、うちの周りは大変なことになっていました。長さが120mほどあるブロック塀が、ガラガラくずれて、そのうちの80mぐらいが倒れていました。でも、とても自分ひとりで片づけられるものではないと判断し、あとで業者に頼むことにしました。

うちのところは通学路になっているから、やばいわけですよね。隣の家はと見ると、岩塀がくずれて、道路にボン、ボン石が飛んでいたんです。

こちら辺は石の産地だから、りっぱな岩塀が多いんです。岩を積んでいるだけだから、地震でゴロゴロと崩れてしまったわけです。かなりの量でしたが、知人と2人で一生懸命岩の運び出しをしました。

地震が起きたのが早朝で人どおりの少ない時間だったから良かったと思います。子どもたちが歩いているときだったらと思うとゾッとしますね。



全戸に配った手作りの「井戸マップ」

（石巻市 40代 男性）

あの地震は、たまたま局地的だったですけども、あれが広範囲だったら大変ですよ。被害がこの辺だけだったので、ちょっと車で5分、10分走れば、何でも買ってこられたんですよ。もし宮城県沖地震なんかが来れば、宮城県全体がある程度被害を受けるから、大変なことになると思いますね。

何と言っても、最後は水がないのが一番困るんですよ。それで、私たちの防災会では、井戸がどこにあるのかが一目でわかるマップを作って、町内267戸全戸に配布したのです。ラミネート*をかぶせて長持ちするようにして。

ここで肝心なのは、「もしもの場合は、どなた様も来てくださいね」と言っている家だけを地図に載せているところです。それがイヤだという人のところは、井戸がないことになっているわけで、ちゃんと了解をとっているんですよ。

自分は建築事務所をやっているから、製図用のコンピュータソフトを使って地図づくりを手伝いました。少しは役に立てたかなと思います。

*ラミネートとは、ラミネートフィルムという透明なシートのこと。



中学生の「防災学」

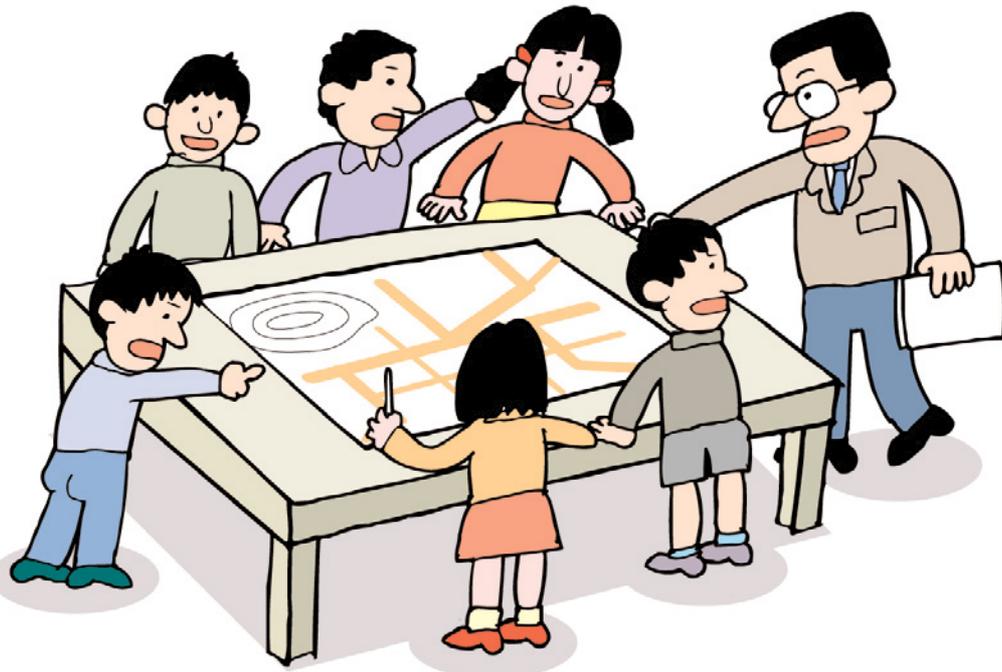
（宮城郡 30代 男性 役場職員）

地震の被害があった後、耐震診断の授業を受けた子どもたちが先生となって地域で講習会をやったんです。参加するおじいちゃん、おばあちゃん世代の人も、孫世代から言われると身にしみるのか、耐震の大切さを実感されたようです。

地場産品を販売する産業祭の中でも、中学生の子供たちが一つのテントを持って、模型やパネルを置いて、お客さんたちに耐震の大切さというのを一生懸命アピールしていました。

これをきっかけに、地元の中学校で「松島防災学」が始まりました。図上訓練をやってみたところ、いろんな意見が出て時間が足りませんでした。来年は図上訓練だけを、半日ぐらいかけてやろうかなと思っています。

これから大人になる中学生たちに防災の正しい知識を身につけてもらうことは、とても大切なことだと思います。



役場の職員にもケアが必要

（宮城郡 50代 女性 行政職員）

しばらくの間、役場の人間は、皆さんの大変だ、困った、どうしようかという話をずっと聞かなければならないんです。何にしても対応をすぐ迫られたり、いろいろな苦情とかを聞いている職員は、大変な思いをしていましたね。

通常の自分の仕事のほかに罹災証明の発行とか家屋調査とかでバタバタしていて、とても休める状態じゃなく、みんなかなり無理をしていたと思います。災害対応は1日2日じゃなく長期にわたったので、疲労はたまる一方でした。

災害対応は長丁場なので、町民だけじゃなく、職員のケアもしなきゃいけないと思いました。疲労回復の方法について保健師さんが相談にのってくれるとか、そういうことも考えておく必要があると思いました。



息子の忠告聞き流す

（穴水市 60代 女性）

うちは畳の上にジュウタンを敷いていて、置いていた家具が全部倒れてしまいました。板の間に比べると畳は少しフワフワしているから、よけい倒れやすかったようです。

正直、地震なんて1000分の1も思っていませんでした。自分のところには地震は来ないと思っていたので、阪神・淡路大震災の神戸の人たちを気の毒やなあと思っていただけでした。整理ダンスの上とかに書類を入れたカラーボックスをいくつかのせていて、息子から「地震がきたら全部落ちるぞ」と言われていたのに。

地域でいろいろ活動してきたけれど「今まで口先だけやったなあ」と反省しました。防火のために風呂場の水を捨てないでおくとかはやっていましたが、家具は固定しておかなければならなかったんです。



スリッパではあぶない家の中

部屋の中は、どこもワレモノだらけに

（輪島市 60代 女性）

私の家は「一部損壊」でしたが、うちの中はそこら中の物が倒れて、足の踏み場もないほどでした。

台所の食器棚は扉が開き、中の茶わんやコップがほとんど下に落ちて、床の上に踏み場もないほど散乱していました。

よく「防災グッズとしてスリッパを用意したほうがいい」なんて言いますが、ああいう時は、実際、スリッパなんて、とてもじゃないけど使いものになりませんね。カンタンにはぬげない、底の厚いしっかりした靴をはかないと足を切ってしまうそうだったから、家族みんなで家の中でも長靴やズックをはいていました。



液状化で歩くのもままならず

（柏崎市 40代 男性）

地震を怖がった子どもの叫ぶ声がすごくて、すぐに2階に行かなきゃと思ったんですが、座ったまま、なかなか立ち上がることができませんでした。揺れがおさまったときに慌てて2階に駆け上がりました。その時は夢中でわからなかったのですが、後で見たら足にあざがいくつもありました。いざというときは、一人ひとりが自分の身を守らないといけないと思いました。

子どもの無事を確認した後、自宅から歩いて3分ぐらいのところにいる私の両親の安全を確認しようと、娘と家を出ました。ところが、液状化現象で砂が道路にいっぱい出てきていて、普通の靴では歩けないような状況でした。歩くと砂がバーッとあふれ出る感じで、ビショビショになりながら娘を抱えて、わずか数100mのところにある両親の家に、やっとの思いでたどり着きました。

それから、反対方向の市内には、橋を越えないと行けないのですが、その橋が液状化の影響で道路と段差ができ、しばらくの間通れませんでした。液状化がもっと広い範囲で起こったら大変なことになっていたと思います。



食料や物資はふだんから備蓄してないと

（柏崎市 30代 女性）

ちょうどコンビニに停めて、車のサイドブレーキをかけた瞬間に揺れ始めて、そのうちジェットコースターに乗っているような感じになりました。

直後でしたので、運良くコンビニに寄れて水とかおにぎりとかパンとか、当面必要な食料を買うことができました。コンビニは、お酒とかが割れて床が水浸しで、お酒の臭いが混じったすごい臭いがしました。

家に帰ったら既に停電していました。で、「ああ、ポリタンクを買ってくるのを忘れたね」と言って、慌ててまた買いに出たんですけど、「もう全部売り切れました」と言われてしまいました。

もう水もすぐにとまっちゃうような感じでしたから、ペットボトルの空いたのを一生懸命探して、買ってきた水と冷蔵庫にあったお茶とかで、復旧まで足りるのかなとすごく心配しました。

3年前の新潟県中越地震のときは水もガスも止まらなかったのだから、「何とかなるだろう」と、容器とかも全然そろえていなかったんですね。それが、ガスも、水道も、電気も全部とまってしまったので、「私たちはどうなるんだろう」という感じでした。

やはり、食料や必要な容器などは、ふだんから備蓄しておかないといけないなと思いました。



そんなところで寝ていちゃ、ダメ

家具の配置に要注意

（柏崎市 20代 男性）

前の日の夜が仕事で遅くて、その時間までまだ寝ていたんです。最初軽く揺れ出して、「あ、また地震だな。まあ、いつものことだから」と思って、そんなに慌てもしなかったんですけど、すぐにクレーン車か何かが突っ込んで来たんじゃないかと思うほどの揺れになりました。

で、あわてて、パジャマのまま、2階の部屋の窓から1階の屋根の上に飛び出たんです。「上から2階の屋根のかわらが落ちてきたりして、かえって危ないよ」とあとで人に言われたんですけど、その時は夢中でした。

私が寝ていた場所というのは、頭のほうにテレビが置いてあって、足元には冷蔵庫が置いてありました。やっと揺れがおさまって、振り返って自分の部屋の中を見たら、テレビと冷蔵庫が自分の寝ていた場所にドン、ドンと転がっていたのです。

それを見て、「逃げてよかったな」と思うと同時に、「そんなところで寝ていちゃいけないな」と思いました。



おとなりの井戸水もらえて大助かり

トイレの「ジャー」は、バケツ3杯分

（柏崎市 30代 男性）

水が出ないのが一番こまりましたね。うちは田舎なので家に井戸があって、これは助かったなと思ったんですけど、地震で井戸水のほうのパイプがやられてしまって、井戸水をくみ出すことができませんでした。で、何日間か、水道が出るまで、おとなりから井戸水をもらってしのぎました。

でも、いつも何となくやっているトイレの「ジャー」は、バケツ3杯も運ばなきゃだめなんですよ。

いつも洗濯に使う風呂の残り湯は、大きな揺れで、ガシャンガシャンと台所まで飛び散っていて、もう3分の1ぐらいしかありませんでした。

何が困ると言ったら、やっぱりトイレの水が一番で、おとなりから井戸の水をいただけたのは、すごくありがたかったです。



地震の反省を生かし工夫

（柏崎市 40代 男性 会社員）

会社の反省ですが、4階に背の高い棚がいっぱいありましたので、この地震を機に棚の高さを1.5m以下にすることに決めました。

棚は以前から固定していたのですが、地震の衝撃で壁ごと倒れてしまったんです。そこで、地震後の対応としては、柱と壁がかたいもの同士なので、部屋の角の柱と壁の間を柔らかいクッション材みたいなものでカバーしたり、多少揺れても落ちないように天井のボードとボードの間に少し余裕を持たせたような感じにしたりして、新たな工夫をしました。



人に頼る避難より自主避難を！

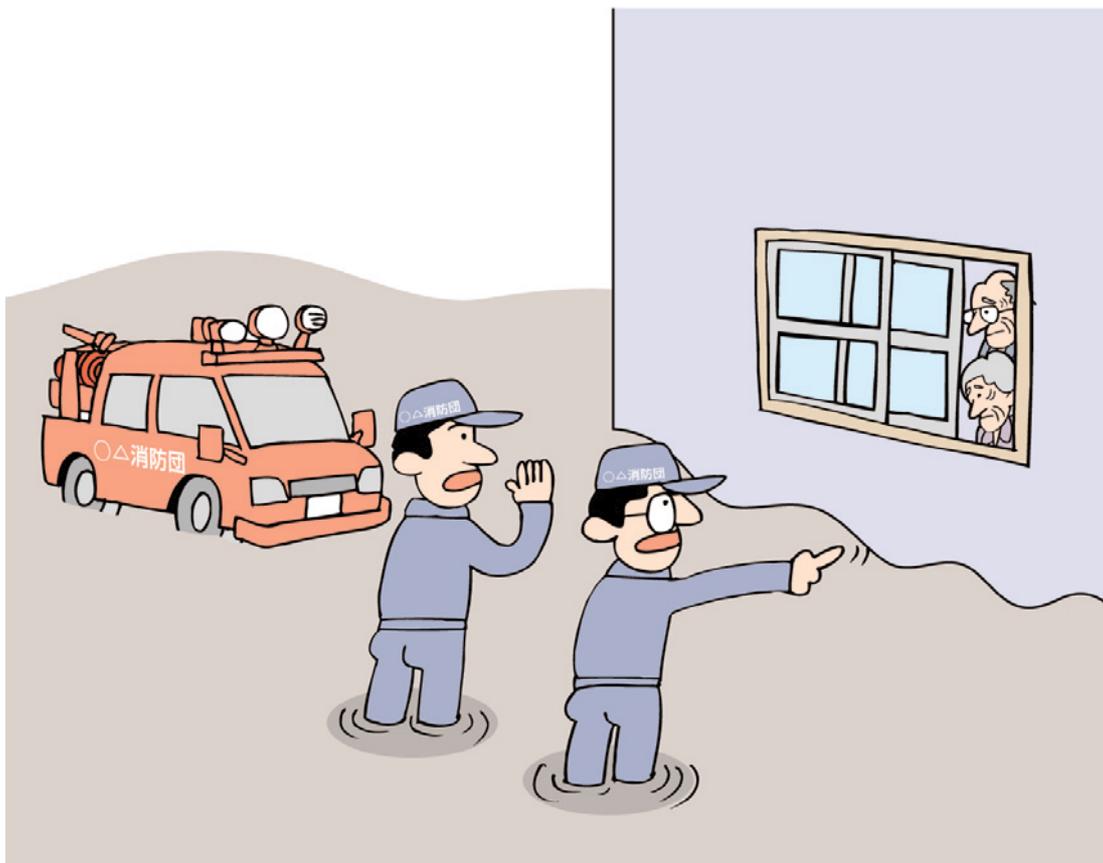
（徳島市 50代 男性 消防団員）

災害対応にあたってると、避難する側の人々の心構えが大事だなと思います。「犬を飼っているので、犬を連れていってもいいか」とか、「寝る布団はあるのか」、「食うものはあるか」とか、いろいろなことを言う人もいました。

市営住宅の人たちを避難させに行ったときには、消防団が車で送り迎えしてくれるというような考えでいるから、なかなか自分から動かないんですよ。みんな乗用車を持っているんだから、各戸で誘い合って乗っていったらいいのに、悲しいかな、それができない。何度も車で往復しなければならず、時間もかかって大変でした。

それ以降、台風時などの出水については早目の避難ということで、住民の皆さん方には、早い形で自主的に避難をしてくださいというようなマニュアルづくりをしています。

これからは住民の皆さんが自主的に動く自主防災会のようなシステムをこしらえておく必要があると思いますね。



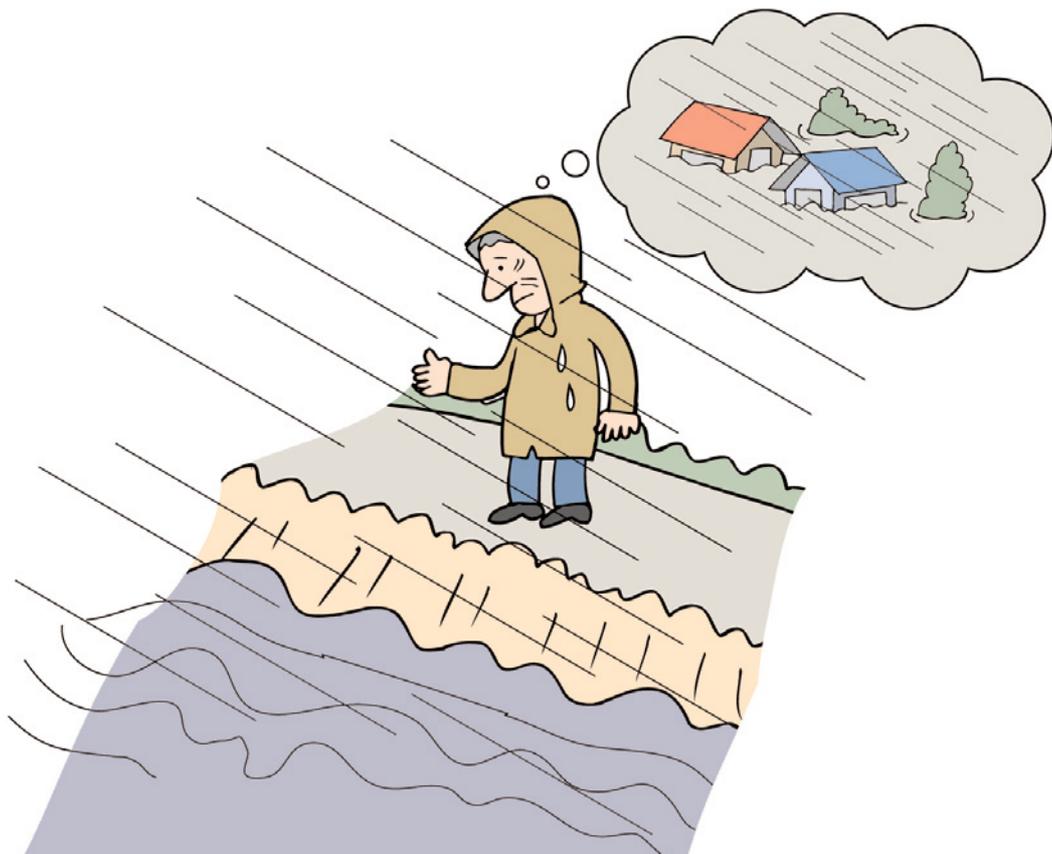
「いままで大丈夫だったから」は危ない

（徳島市 60代 男性）

ずっと昔、我々がちょうど小学校2、3年生のころに、今回と同じ川の堤防が決壊して、軒下まで水が来たんです。そのときに大きな被害を受けたので、地区の人たちの台風に対する備えや考え方は十分にできていたと思いますが、「40年以上たったから、もう心配ない」というのがどこかにあったのではないのでしょうか。

平成16年は台風が特に多かった年で、5回台風が来てもなんとかなっていたものだから、6回目の台風23号の時には、「避難しろ」と言っても、なかなか言うことを聞かなかったということなんですよ。

それで大変な被害を受けたものだから、あれから、台風がくるといえば、みんな、車とかを高いところに上げています。それがいつか、「上げたけど心配なかった」になり、「もう上げなくてもいい」というようになって、危機感がだんだん薄れていかなければいいのですが。今回の水害で、『災害は忘れたころにやってくる』ことを実感しました。



地元の人間の話をよく聞いて！

（徳島市 60代 男性 消防団員）

よくテレビでは、冠水している場所でもかまわず車を走らせる光景が映っているけれど、水の中を走ればブレーキが効きませんし、しまいには車がエンストを起こしてしまうんですよ。

あと、僕らが「この道は通行止めですよ」と言っても、「大丈夫。だれにも迷惑をかけないから」と言う。そうすると、我々には止められませんのでね。そのまま進んで行って、そのうち車はストップして、いろいろな人に迷惑をかけることになります。

状況がわかっている地元の我々の言うことを聞かなければ、命を落とす確率も高くなりますよね。

やっぱり、外からきた人は、被災地に入ったときには、地元の人のお話をよく聞いてほしい、協調性をもって行動してほしい、そう思います。



「立場なくなる」との説得で、母がやっと避難に同意

（福知山市 50代 男性）

水害当時、私たちの自治会は、自主防災を立ち上げたばかりでした。連絡網など、ある程度かたちはできていましたが、基本的には何もできていないといった状況でした。

取り敢えず自分たちが避難しなければならないということで、私たちの避難先である、うちから200mぐらい離れた市の指定の避難所へ行くことになりました。

ところが、自分の母親が「行かへん」と言ってきかないのです。うちに居たい気持ちは分かるけれど、これには参りました。

最終的には、僕自身がそういう役をやっているわけやから、そのお母さんが家におるとするのは非常にまずい、つまり僕の立場を理解して、ようやく腰をあげてくれたわけです。

今思えば、なぜ避難する必要があるのかを、年寄りにも分かるように筋道をたてて説明できるようにしておくべきだったと思います。



避難の準備をする間、ジャーのごはんをおにぎりに

（福知山市 50代 男性）

当時、避難所の毛布が足らなかったという話をよく耳にしました。だけど、あのとき、週末でお父さんたちも家にいたのに、何で自分らの毛布一つ持っていかなかったのか、行政に対してものを言う前に、「じゃあ、自分はどうだったの？」と思うのです。毛布は2枚あったほうがいいし、3枚あったほうがもっといいわけです。

それから、避難の準備をするときには、ジャーの中のご飯を出しておにぎりを作るとか、冷蔵庫のソーセージを袋に入れるとか、いろいろ考えられますよね。

市のほうが人数分きっちり用意したとしても、それを運んで来られない場合もありますから、常に自己防衛策を頭のすみにおいておくことが必要だと思いますね。

毎年9月に地域の防災訓練があって、避難訓練をやっていますが、うちの自主防災としては、できるだけリアルに、必要な荷物を持って逃げる訓練に参加してくれる人を増やしていきたいと思っています。



2階のトイレから水が噴き出す

洪水時の外出は危険

(杉並区 40代 女性)

川が増水すると下水が逆流してトイレから水が噴き上がることがありますが、今回の水害では、2階のトイレから水が噴き出した家もありました。そういう時には、ビニール袋に水を入れてポンとふたをしておけばある程度防げるそうですが、ほんとうにビックリしました。

マンホールの蓋が持ち上げられて水が噴き出している箇所もあったので、あの時道路を流れていた水は汚水が混じっていたはずなんです。なので、子供たちが感染症にならないか心配でしたね。

臭いもきつくて、洗ってもどうにもならないので、あの日履いていた靴は捨てました。夜であまりよく見えなかったから、いろんな危険な漂流物があるところを、平気で膝ぐらいまである水の中をジャブジャブ歩いていたら、ずいぶん危ないことをしていたんだなと思います。

マンホールに落ちたり、感染症にかかる心配もあるだけに、洪水時に外出するときには気をつけないといけませんね。



駅前はいつもと同じ、川の氾濫想像できず

局地的豪雨の恐ろしさを感じた

（杉並区 30代 男性）

駅の近くで食事をしていました。確かにものすごい降り方でしたが、川が危険な状態になっているなんて全く想像もしていませんでした。

「ちょっとこの雨ひどいね」、「傘がないからもう少し待とう」と店に居続けたのですが、いっこうに止む気配がありません。

「もういいかげんに帰らなくちゃ」と思っていたときに、携帯電話が鳴って、「今、川がすごいことになっている」という連絡が入りました。「どこが？」と。まさか自分たちの街の川があふれ出しているなんて想像もできませんでした。

普通に電車も走っているし、駅のまわりの店には明々と電気がついていて、街の生活のどこかが不自由になった印象は全くありませんでした。

川の近くに住んでいた人たちはすごい大変な思いをしているけれども、ちょっと離れたところでは、「えっ、川があふれていたの？」という、のんきな声が次の日も聞こえました。

都市部特有の局地的豪雨の恐ろしさを感じ知らされた気がしました。



お嫁に来てから初めての体験

ご近所の方の連絡で気づく

（杉並区 40代 女性）

私の家は、川に一番近い通りに面しています。近くには橋があって、ちょうど土地が低くなっているところです。

主人の母なんかは過去に1回あったかなと申しておりますが、私がお嫁に来てからもう何十年になりますが、水害の経験は一切ありませんでした。だから、すごい雨だなと思ってはいても、あそこの川があふれるという認識はまったくなかったんです。

しばらくして、川側にあるお向かいさんから、「今、川があふれて、うちの裏にも水が来ている。どうしよう」という電話がありました。私がずっと学校の役員などをしているので、気をきかせて電話をかけてきてくれたんだと思います。

「えっ？」と初めてそこで窓を開けてみたら、橋の上に水がわんわん来ていたんです。「これはうちもやばいじゃん」と、傘もささずに着のみ着のままで外に飛び出してみると、我が家のガレージにも水が入っていました。

それにしても、私はたまたま学校の役員をして、知らせてくれる人もたくさんいたので、早めに気づけたんですけれども、そうでなかったら大変なことになっていたかもしれません。



街の灯り消え、警備灯もって交通整理

（杉並区 40代 女性）

停電で信号が消えてしまったので、仲間と手分けして、「ここは今通れません」とか、「そっちに行ってください」とか、交通整理をしていました。

実際、道路に水がたまっているのを知らずに入り込んで、乗り捨てられた車が何台もあって邪魔になっていました。

でも、車を運転している人はそんなに深刻だと思っていないんですよ。その頃は雨もそれほどではなくなっていましたから、警備灯を持って指示をしている私たちに、「何の権限でやっているんだ」と言う人もいました。要するに「何をそんなに大げさなことを言っているんですか」みたいな雰囲気もちょっと感じました。

警察も消防も要請があれば行かなきゃならないけれど、今回のように狭いところに被害が集中した時は、対応しきれなくなると思うんです。やっぱり地域の力が重要だということを、もっとたくさんの人に知ってもらえたらと改めて感じました。



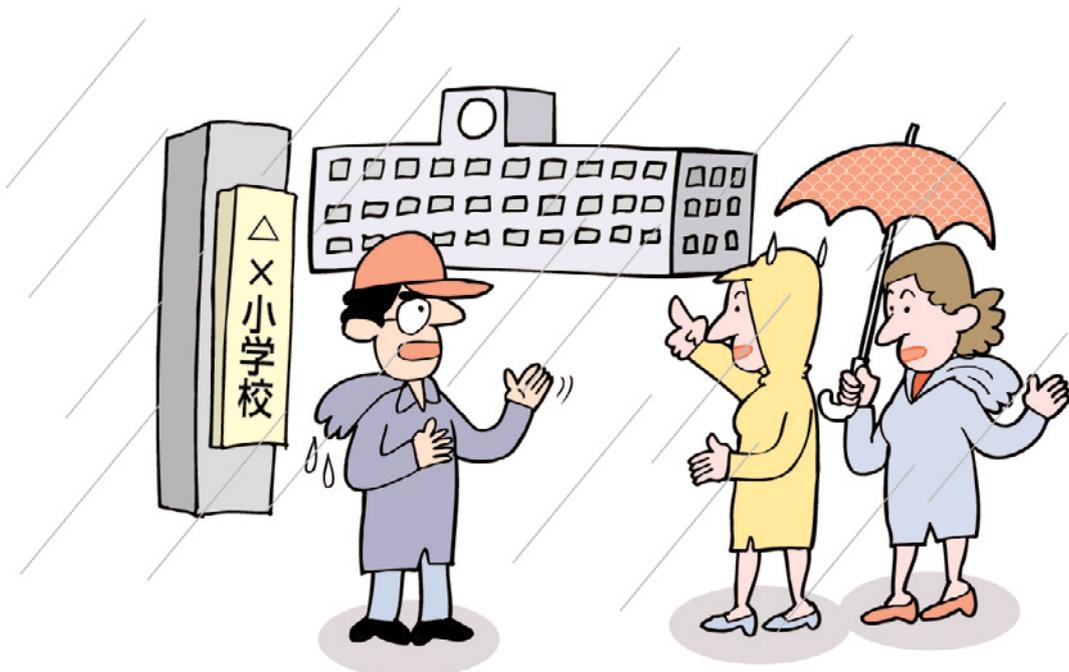
PTAと「おやじの会」の連携で避難所開設

（杉並区 40代 女性）

私たちPTAの役員とお父さんたちの「おやじの会」は、日頃から情報を共有していて、何かあったらすぐに連絡しあえるネットワークができていました。

あの日、川の水位がどんどん上がってきていたので、これはどうにかしなきゃいけない、とにかく小学校を開放しようということになった時、PTA会長が副校長先生の許可をとり、鍵を預かっている「おやじの会」の会長が鍵で機械警備を解除してというように、連携は見事でした。

やはり、いざという時にこそ、ふだんからの顔の見える関係が重要なのだと思います。



補充忘れて、大よわり

（杉並区 40代 男性）

小学校を避難所として立ち上げてすぐに停電になってしまいました。あわてて倉庫に行ってみると、燃料缶にはガソリンが4分の1ずつしか入っていませんでした。

実は、偶然にも水害にあったその日に震災訓練があり、学校の防災倉庫にあった燃料を使ってやったあと、補充をしていなかったのです。

なんとか残っていたガソリンで、発電機を回して、どうにか電気をともしたわけですが、停電がもっと長引いていたらお手上げだったと思います。訓練で使って本番になかったなんてシャレにもなりませんね。

やはり、非常用の物資はすぐに補充しないといけないんだなと思いました。



足りなかった心構え

自宅から火砕流*見物

（島原市 70代 女性）

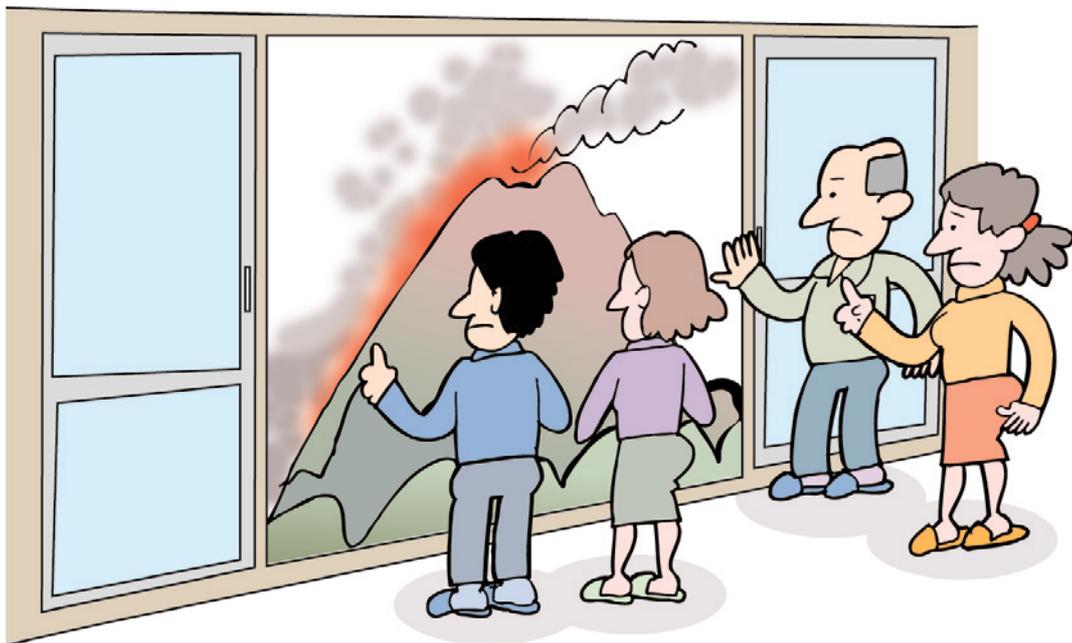
うちの居間の戸を開けると、火砕流が見えるんです。ぱっと赤くなったら、電気を消して、真っ黒い空に真っ赤な明かりが下って行くのを、「今、2回目」なんて言いながら、まるで花火見物でもするように見ていたんです。

親戚なんかも、「ちょっと遊びに来ん？このごろはきれいかよ、うちの茶の間から見えるから」と言ってきてね。

実は、火山の知識のある息子から、「そろそろあぶないから、お母さんたちは逃げる用意をしときなさい」って言われていたんですよ。「家族と東京に行くから、避難するときは長崎の家を使っていいよ」とカギまで送ってよこしてね。

でも、わたしは、「何を言っているの？」と、耳を貸しませんでした。火砕流のほんとうの恐ろしさを、想像することもできなかったのです。

*火砕流は、高熱の火山岩塊、火山灰、軽石などが高温の火山ガスとともに山の斜面を流れ下る現象で、流下速度は時速100キロメートルを超えることもあります。



話し合っておくべきだった避難先

（島原市 50代 男性）

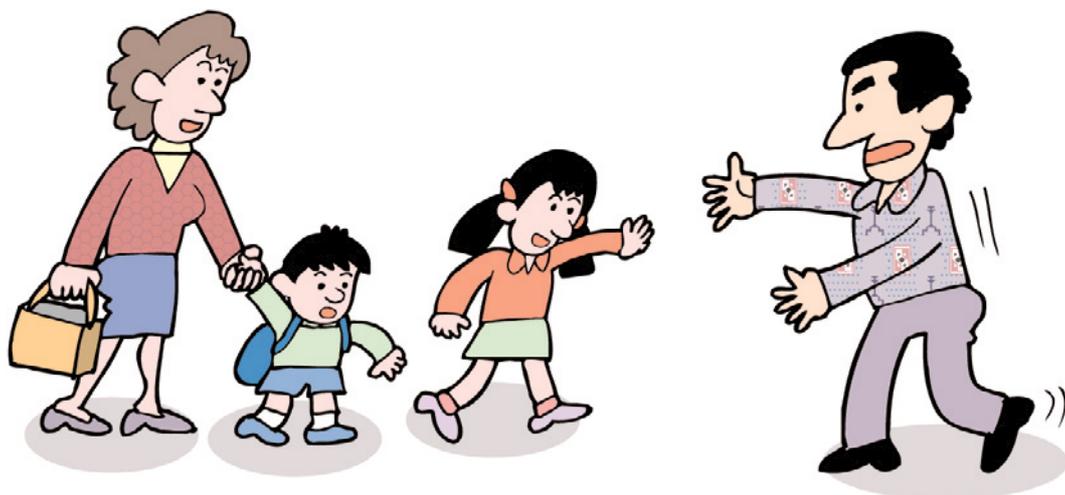
大火砕流*の際、市外にいたので、「家族は大丈夫だろうか」ということで頭がいっぱいでした。避難場所に指定されていた近所の中学校の体育館には、避難できないという情報が入ってきましたので、「そしたら避難場所はどこだろう。どこに行けばいいんだろう」って、車を走らせながらずっと考えていました。

で、とりあえず、市の体育館に行ってみたんです。でも、そこにも家族は見あたらなくて、あわてました。子どもは小学生だし、一番下の子はまだ4歳ぐらいでした。どこでどうしているのだろうか、心配でたまりませんでした。

それから、交通規制がしかれていないところに親戚があったので、そこに行ってみると、家族全員がいたわけです。ほんとうにホッとしました。

噴火に限らず何かあったときには、どこに行くことにするよとか、家族で避難経路についてよく話し合っておくべきだなと、そのときつくづく感じましたね。

*火砕流は、高熱の火山岩塊、火山灰、軽石などが高温の火山ガスとともに山の斜面を流れ下る現象で、流下速度は時速100キロメートルを超えることもあります。



必要だった火山の知識

噴火後からでも学習を

（長崎市 40代 女性）

記者としてほんとうに悔しいのは、平成3年の6月3日に大火砕流*が発生して、多くの方が犠牲になるまで、私自身、恐いと思ったこともないし、危機感が全然なかったということなんです。

実は、その数日前に、大学の先生に、「記者さん、マスコミが今いるあの場所は、もうほんとうに危ないよ」と言われたんです。そんないきつい調子ではないけれど、「ほんとうに危ないから、下がりなさい」と。

その「危ない」という言葉を、「そこにいたら死ぬんだ」というふうに置きかえて理解できなかったのは、火山に関する基礎的な知識が不足していたからだと思います。平成2年の噴火以来、あれだけ時間があつたのに、私たちは火山のことを勉強していなかったのです。

今なら、噴火前の煙があがっているだけの状態であっても、先生の忠告に耳をかたむけることができる、そんな気がします。

*火砕流は、高熱の火山岩塊、火山灰、軽石などが高温の火山ガスとともに山の斜面を流れ下る現象で、流下速度は時速100キロメートルを超えることもあります。



誰の言葉信じていいかわからず

（島原市 50代 男性 市役所職員）

わたしたち市の職員は、一晩中避難所につめて、いろいろなお世話をするという仕事をしていたんですが、「何月何日に大きな噴火があるらしい」というウワサが、何回も流れました。

科学的に根拠のない話が、あっという間に広まってしまうんですよ。恐怖感や不安感でいっぱいなときですから、何月何日というように、はっきりした日にちを言われると「じゃあ、注意しなきゃ」となるのだと思います。

実際には何も無いわけですが、避難所の方たちは、そのたびに、恐怖におびえていらっしやいました。近くにいるわれわれも、どうすることもできませんでした。

わたしも、ある日、報道機関の人から、山が危険な状態だと聞いたのですが、火山に関する知識がまったくありませんでしたので、信じていいものかとても迷いました。もっと、正しい情報をみんなで共有できるしくみが必要だったと思います。



自主防災会にはお年寄りや子どもも参加

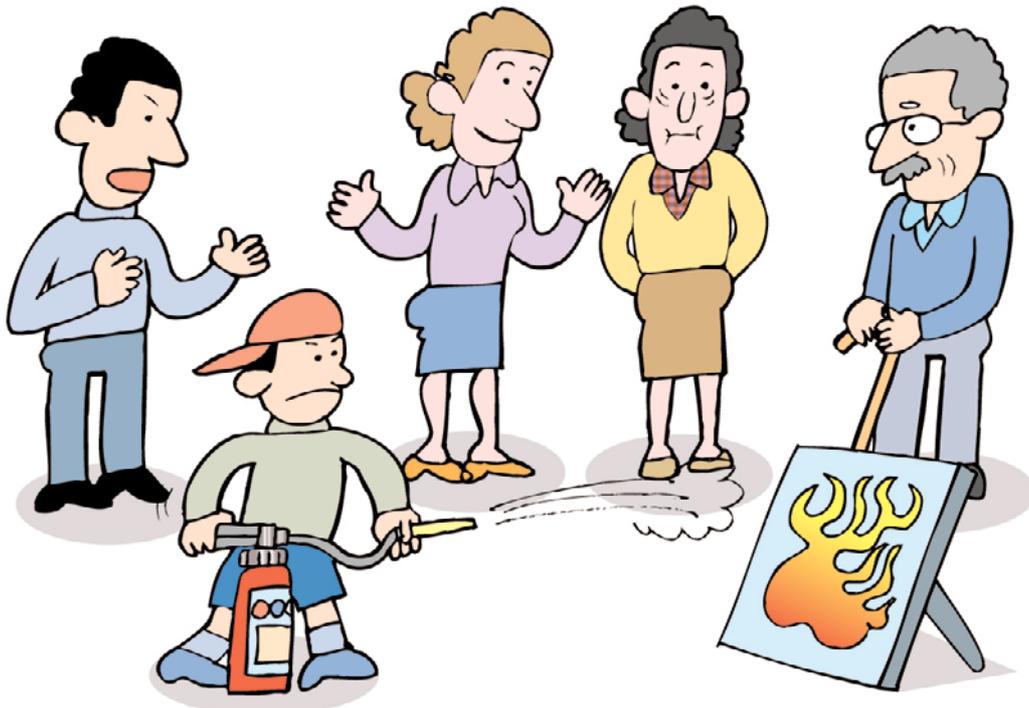
（東松島市 70代 男性）

今回はさいわい人身事故がなく、まだ救われましたが、災害が起きたときにはここに集まるとかいうものは、きちんと前もって決めておいて、それをみんなが守らなくちゃいけないと思いました。

例えば、災害時に市のほうから食料を持ってきてくれたときに、めいめいに届けてもらわねにはいけないわけで、やっぱり、自主防災会をたちあげておいて、何か起きたときに、みんなの考えが同じで、同じ場所に寄れるようにしておく必要があるのです。

最近自主防災会が増えていて、わたしたちのところも、今までの町内会をベースに自主防災会としての活動をはじめています。定期的にみんなと話し合ったり、おじいさんやおばあさん、子供たちにも防災訓練に出てもらったりしています。

この間も、防災訓練のときに、4年生ぐらいの子供に消火器を実際に使わせて、「ああ、オレでもできるんだ」ってやっているわけですけど、そういうふうなこともやってみればね、何かのときに役に立つ場合もあると思います。



薬持ち出せず、避難所で大弱り

自分の薬は肌身はなさず

（輪島市 60代 女性）

年寄りの人がたくさんおるでしょう。避難所に行って感じたのは、お年寄りみんな常にお薬を飲んでいるから、どんなときも自分の薬は肌身はなさず持っていないといけないなということです。

夜中の2時ごろ、おばあさんが避難所のすみでちょこんと座っていたので、わけを聞くと、「リュウマチで痛くて眠られん」と言うのです。で、連絡すると、すぐにお医者さんが看護婦さんと一緒に来てくれたんです。それにはほんとうに頭が下がりましたね。

先生が「これを飲んで」と痛み止めの薬を渡していると、それを見て「私にも薬をください」と言う人がいっぱいいました。引き出しに置いていたから、とっさに持ってこられなかったという人が多かったですね。だから、前もって何かに分けておいて、いつでも持って逃げられるようにしておかなければいけないとつくづく思いました。



非常時に必要なものは、きっちり整理

（杉並区 70代 女性）

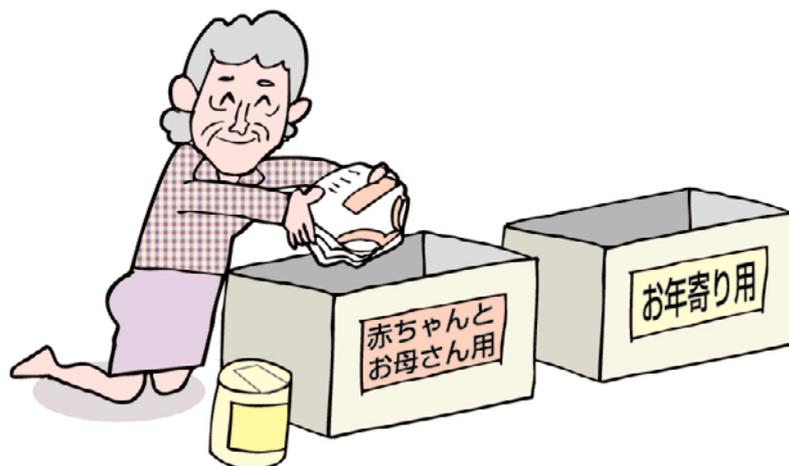
私はいつも緊急用の物資を地下室に置いています。今回の大雨で、地下室が水浸しになりましたが、幸い上の方の棚においていたので、難を免れました。

一口に非常時に備えると言っても、使う人によって必要なものが異なります。私は、「赤ちゃん・お母さん用」、「お年寄り用」というように区別して箱に入れ、中味が分かるように一覧表を箱の上に貼っています。

お年寄り特有のものとしては、入れ歯・入れ歯入れ、いたみ止め、虫めがねなど。赤ちゃん・お母さん用には、おむつ、防災ずきん、ウェットティッシュ等々55種類ぐらいあります。赤ちゃん用の非常食は賞味期限が短いのが困りものです。

あんまり準備がいいというので、春と秋の防災の日のイベントでは、消防署の人に頼まれてそれらを展示していますが、「参考になるからリストを下さい」と言ってくれる人もいます。

最初は、確かに大変でしたが、一度揃えてしまえば次の年からは賞味期限のせまっているものは使ってしまい、新しいものに交換すればいいわけです。「何が必要だろう」と考えながら箱につめるのも案外楽しいものですよ。



帰宅訓練のおかげで足に自信

（杉並区 70代 女性）

何でも体験できるのはいいチャンスだからと、帰宅困難者の訓練に毎年参加しています。

先日、電車に乗っている時に、人身事故で電車がストップしてしまったんですが、帰宅訓練で新宿から自宅まで歩いたことがあるという自信があったので、さっさと一番に歩いて帰ったんです。

訓練で体験していなかったら、そうはいかなかったと思います。途中ではぐれてしまった主人は、新宿へ戻って電車を待たらしいんですけど、私より1時間ぐらい遅れて帰ってきました。

ただ、私もまさかこんな状況になるとは思っていなくて、ヒールのある靴を履いていたから、かなりきつかったですね。若い人たちには、「会社のロッカーには必ず低い靴を置いておきなさい」って言いたいです。



地震で起業に失敗

めげなかったお父さん

（神戸市 20代 女性 学生）

お父さんは、私が気づいたときには、庭師の仕事をしていて、10年ぐらい前に独立し、今に至っています。仕事に誇りを持って働いていて、そういうお父さんを、私は尊敬しています。

小学校の時に家族にインタビューする宿題があって、お父さんに仕事のことを聞いたんです。私はお父さんが好きやったから、きっとかっこいい理由があるんやろと思って聞いたら、お父さんは「自由に生きているバカボンのパパみたいになりたかったんや。だから庭師になったんや」と言われて、ショックを受けたことを覚えています。

高校に入ってから、お父さんは地震で失業して庭師になったことを知りました。新しい事業をしようとしていた矢先に地震が起き、地震の1週間前に200万円払って建物を借りていたのに建物が使えなくなって、そのお金も返ってこなかったそうです。事業を始めるまでのつなぎのバイトもお店が閉店になり、それから、タクシーの運転手をしたり、道路にある木を刈る仕事をしたりしたそうです。

地震で失業した人がいたことは知っていましたが、まさかお父さんがそうだったとは知らなかったのが驚きました。そう言えば、地震のあとスーツを着て仕事に出かける父の姿が、いつの間にか作業着にかわっていたのを思い出しました。



再現映像で震災の光景一気に思い出す

（神戸市 20代 女性 学生）

地震から数日後、小学1年生だった私は、おじの家を見に行くという父についていきました。電車は止まったままでしたから、「線路が一番広くて安全」ということで、途中まで線路の上を歩いて行きました。普段は入れない線路の上を父と手をつないで歩いたので、安心なのと楽しい気持ちだったことを覚えています。被災後は、いつもは仕事や大学で帰ってこない父親や兄と、毎晩のようにトランプをしたりして、私にとってはある意味で望んでいた日常でした。

その私が、神戸の「人と防災未来センター」で震災直後の再現映像を見たときに、2駅分の線路を父と歩きながら見た一番生々しい光景を一気に思い出し、気を失って倒れてしまったんです。

行く手の向こうには火の手が見えていて、おじの家にたどりつくと、周りの家はほとんど焼け落ちてガレキ。人々が道路で固まって暖をとったり、公園のテントの横でたき火をしていたりで、いつもならないはずのおとなたちが、そんな所に集まっているというのがすごく衝撃的でした。6千人以上の方が亡くなったという現実がわかる高校生になって、いきなり思い出してしまったので、「自分は何ていうものを見たんだろう」と。

それだけの方が亡くなった中で、自分が生きのびて、これから何をしたらいいのかなと考え、大学のサークルなどで震災の経験を伝える活動に関わることになりました。



なぎ倒された煙突にショック

ランドセル姿で見守った祖母宅の解体

（神戸市 20代 女性 学生）

揺れた直後はまだ水が出ていて、2階から降りるやいなや、父が「水をすぐにためろ！」と言ったので、とりあえず器という器に、母が水をためていました。父は建築系の人なんですけど、お風呂にちょうど水がいっぱいになったぐらいで断水になったので、びっくりしました。

小学1年生の私が一番ショックだったのは、長田にあった祖母の家が取り壊されたことです。祖母の家は銭湯で、私はそこに預けられて育ったので、私にとってすごく大事な家だったんです。「全壊」の赤い紙が張られるとショベルカーでつぶされるという話を聞いていたので、1回勝手にその赤紙をはがして怒られた記憶もあります。

その日は短縮授業で、お昼ぐらいに学校から帰ると、祖母の家はもう半分ぐらいつぶされていました。銭湯で大きいので、なかなか一気ににはつぶせなくて。それをランドセルを持ったまま、ずっと見ていたのを覚えています。

すごく立派な煙突が立っていたんですけど、根元からバーンと一気になぎ倒されてしまいました。丸1日で更地にされてしまった光景は、今でも鮮明に覚えています。



2階で寝ていて助かった

逃げ出す時に切った足、入浴時に気づく

（淡路市 60代 女性）

たまたま私たちは2階で寝ていたから助かったけど、下で寝ていたら完全にやられていたと思います。1階の天井が完全に落ちて、2階部分が1階のようになっていましたから。

主人が、枕元でライターをつけてくれてね。ライターで照らしながら、「入り口が開いとるから、先に出る」って言ったけど、2階の窓の棧やガラスが全部飛んでしまって、入り口に見えたのだろーと思います。

ちょうど私たちの寝ている枕元にコタツがあって、こっち側にあんま器があって、反対側に大きなテレビ。そのテレビとこたつとあんま器に天井が支えられていたので、私は主人が引っ張り出してくれたガウンをパジャマの上にはおり、スリッパをはいて、はって出ました。背の高いタンスは山側に倒れてくれたので、運良く、下敷きにならずにすみました。

その夜、難を逃れた妹の家でお風呂に入ろうとしたら、服がくっついて脱げないのです。

おかしいなと思ってみると、太もものあたりが切れて血が固まっていました。地震で落ちた人形ケースのガラスがふとんに突き刺さり、中の羽毛が空中に舞い上がって前が良く見えないほどでしたので、それで切ったのでしょう。割れたガラスは本当に怖いものだと思います。



まず老人会の会長さんをひっぱり出し

地域の役割のある人から声かけ

（神戸市 60代 男性）

私は自治会長だったので、地震の前の晩は夜中の1時半過ぎまで、なれない手つきでワープロでまちづくりに関する資料づくりをしていました。

ちょうど寝入りばなに、グラグラと大きな地震が起きたのです。表に出ると、となり町の空に真っ赤な火の手があがっていたので、「これはあかん」と思いました。そのあたりには、昔ながらのアーケードにつらなる市場があったので、そこに火が入ったら、アーケードに火が走ってすぐに我々の町に来るだろうと思ったのです。

自治会長の私だけでは、どうすることもできないと思って、地域の老人会の会長さんや、婦人会の会長さんとかに声をかけました。その人たちがそれぞれ自分の担当で動いてくれるだろうと思って声をかけたのですが、期待どおりしっかり行動されていました。

自分は何度か火災を経験し、火の怖さを十分知っていたので、「早く、火に近いところから助け出さなければ」と思っていました。埋もれている人の掌握にと、町を二回りしたところには、すぐそこに火が来ていました。ほんとうに火の勢いは速かったんです。



知らなかった土壁の壊し方

（神戸市 50代 男性）

地震の後は、近所のみんなと力をあわせて、こわれた家の下敷きになった人たちの救出にとりかかりました。

木造家屋のほとんどが土壁でした。土壁っていうのは困ったもので、なかなかこわれにくいんですよ。バールで突っいたらバールが土に突き刺さってしまうし、ハンマーでたたくとハンマーの頭の形だけが凹む（へこむ）だけなのです。

だから土を削っていくしかないし、少しずつ削りながら壁をくずしていきました。そうすると、今度は、竹でできた下地が出てくる。この竹っていうのが、これまたくせもので、のこぎりでもなかなか切れない。しかたがないから、人が通れるぐらいにその竹の編み目を広げて、人をひっぱり出したのです。

カケヤ*で一番上の部分をバンとたたけば、バンと壁が外れることはあとから教えてもらいましたが、その時はみんな知らなくて。竹の下地には、ほんとうに悩まされました。

*カケヤ（掛矢）：くいを打ち込むときに用いる大型の木づち。



知っていれば良かった救急救命法

（神戸市 70代 男性）

ほんとうにこれを知っとけば良かったというのはね、今で言う救急法の知識ですね。

当時17歳の女の子が助け出されて、50代後半に近いおばちゃんが一生懸命人工呼吸をやっていて、私も手伝って、その子が一度は息を吹き返したんです。

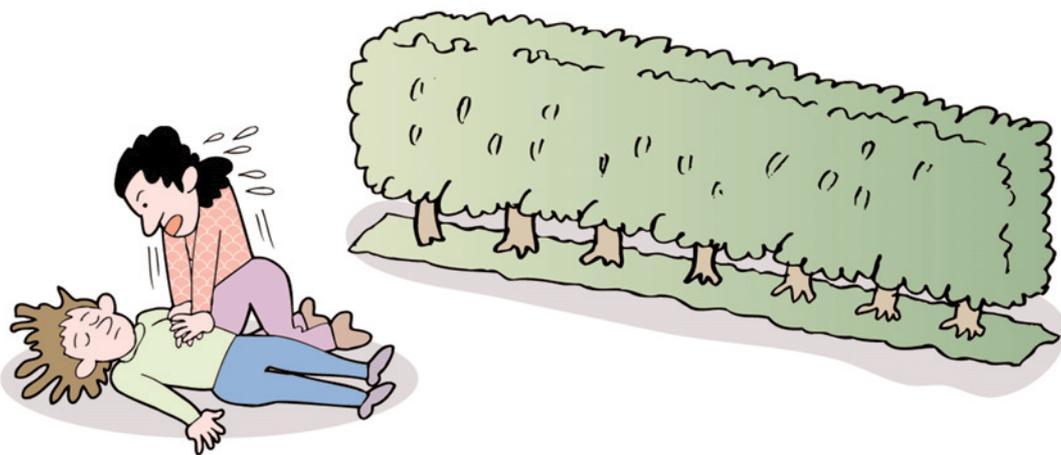
そこで私は、「息吹き返したからこれで大丈夫や」と思い、「あと、お願いします」と言ってその場を離れました。とにかく、他にも助けなければならない人がたくさんあったから。

でも、後で、その子が数時間後に窒息で亡くなってしまったということを知りました。

救急法の「気道確保」とかを知っていたら、口あけて、口の中に詰まっている土を取り出してジュースでも探してきて口をゆすいであげていたら、あの子は助かったかもしれないという思いがずっと残っています。

寝ていた場所がわかっていたら、土壁の土ぼこりを吸い込んでいるかもしれないと気づいたのかもしれないんだけど、どんな状況で助けられたのかも聞かされていませんでしたし。

実際にそういう状況で助かった子もいたようですからね。救急法の知識をもっとちゃんと身につけていれば良かったと、今でも悔やんでいます。



ご近所で「あげます」「いります」

玄関前にボードで貼りだし

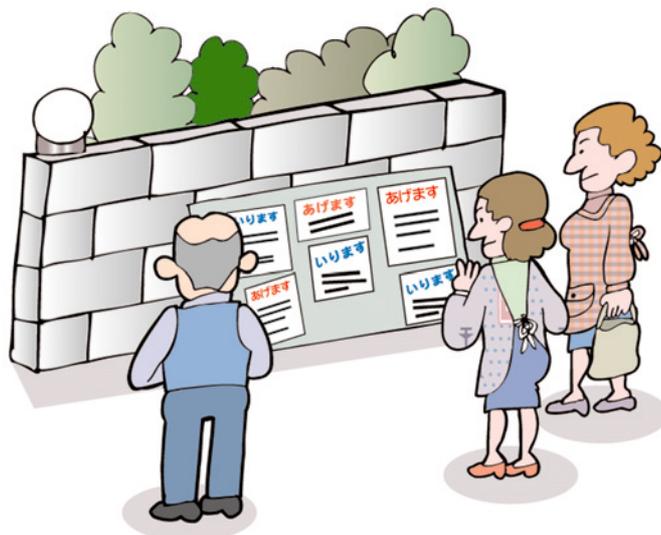
（神戸市 60代 男性）

地震後、家の中を片づけるのに大変だった時期に、近所の十数家族で避難所になった近くの小学校に、交代でみんなの朝とお昼の菓子パンを取りに行っていました。初めから決めていたわけじゃなくて、奥さん方が「今日は私が手伝います」、「じゃ、次の日は私が手伝います」って自主的に言ってくれたのが始まりでした。

しばらくたってから、家の前に厚いベニヤ板を出して「こんなものが役立つよ」とか、「こんなものが余っているから使わない？」とか書いた紙を張り出すようにしたら、お互いにないものをスムーズに供給しあうことができました。

うちは、きれいな水の入ったポリタンクを外に出しておいたのですが、どこからか情報を聞いて、「うちのおばあちゃんが薬飲む水がないんですけど、いただいてもいいですか」とか言って来られるんです。煙やらで、のどがむせたりするとやっぱり水が欲しくなるでしょ、みなさん寄ってきて、最後は犬まできましたよ。

私は、引っ越してきて1年2カ月ぐらいで、近所とは顔見知りになっていましたが、もうちょっと広い範囲に住む、初めて家の名前も知った人たちと一緒に力を合わせることができて、とてもうれしかったです。



出勤か、救助か、悩む

誰かがジャッキ、12人助ける

（神戸市 60代 男性 元市職員）

私の家はつぶれなかったけれども、周りはほとんどつぶれました。立場を考え、出勤すべきか迷ったあげく、その日は夜まで救助活動を続け、12人助けました。

家の下敷きになった人を助けたのですが、その助け方が難しいんですよ。上からいったら人の重みがかかって危険なので、下からもぐり込んで助けるんです。木造の建物などは、梁にジャッキをかませたりしてね。

最初、大きなジャッキでやろうとしたけど、重たくて扱えない。そのうち、近所の誰かが小さいジャッキを持ってきてくれたので、それを使って、ちょっとずつ持ち上げていきました。車のジャッキも使いましたが安定が悪くて、案外使いづらかったんです。

で、頭が入るぐらいの大きさまでになったら、そこからもぐっていくのですが、余震があるから、これがかなり怖いんです。私は田舎の百姓の育ちだったから、できたけど、町の人には難しいやろうね。



パジャマに作業着で部下出勤

思わず注意し、被災度の違い知る

（神戸市 60代 男性 元市職員）

当時、役所の職員は、自分の家がつぶれたとかというようなことは、あまり言わなかったですね。市民が大変な状況でしたので、自分のことなど言い出せなかったのだと思います。

ある日、部下の職員がパジャマの上に作業着を着て、長靴をはいてずっと役所に泊まっていることに気づき、「おまえ、家に帰れや」言うたんです。

すると、「実は、家がつぶれてしまって」という返事。「お母さんを親類に預けて、パジャマのまま役所に出てきました。だから、帰るところがないんです」ということでね。

地震後すでに1週間ぐらい経ったころでしたね。私の家はかろうじて倒れなかったものですから、冬の時期に、パジャマに作業着ではさぞかし寒かったろうと思いますが、すぐには気づいてあげられませんでした。



のんびり聞こえた「避難勧告」

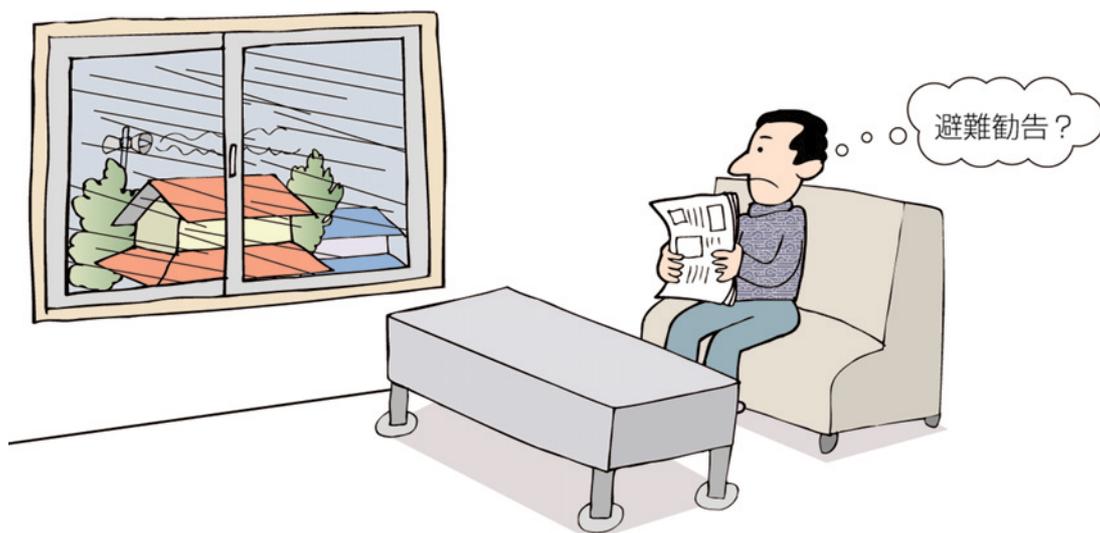
緊迫感なかった防災無線

（豊岡市 50代 男性）

夜になって防災無線が入ったんですが、何とものんびりした感じなんですよね。おとしよりのためにゆっくりしゃべるということもあったのかもしれませんが、何だか避難命令という緊急性とはかけ離れているように思いました。

もう家の玄関のところに水が来てしまっているのに、「避難勧告が出ました」とペラッと緊迫感のない声で言っているだけなんです。もう少し大きい声で、大変な状況になっているということが伝わってくるような調子で言ってもらえば良いのにと思いました。

情報の伝達にもスピード感がほしいですね。昔は地区の消防団などを介して、近くの川の水位が今どのくらいになっているというような情報が、すぐに家々に伝わって来たものです。防災無線のリアリティーのなさもそうですが、もうちょっと地域の情報がすぐに伝わる仕組みが必要ですね。



急きょ地元に避難所開設

訓練どおりに事は運ばず

（豊岡市 60代 男性）

午後4時半ごろでしたか、地区のほうから、県の銘木になっている神社の柳の木が折れて通学路を塞いでいるという電話をもらって、すぐ会社から戻りました。

で、区の人たちと、どうやってその木を撤去しようかと相談しているうちに、雨がはげしく降ってきました。それでも、過去20年、同じようなことがあっても地区のところまでは水が来なかったという気持ちがみんなの中にもありました。

夜の7時ごろになって、防災無線で、避難所に指定されている高校に避難するよという連絡が入りましたが、地区の若い奥さんから「小さな子どもを連れて遠くの高校までいけません」と電話がかかってきたので、急きょ、地区の会館を避難所にしようということに決めました。

ひとり暮らしのおとしよりとかもいますし、そのころ膝ぐらいまで水が来ていましたので、早めに避難するように呼びかけました。結局、会館には100人ぐらいが集まりました。

実は、被災した年の5月に県の防災訓練があって、私を含めて区から15名が参加していたんです。それと全く同じことをやったという感じですが、実際にやってみると、いろいろ大変で、訓練どおりには行かなかったです。



洪水翌日、「とにかく負けるな」と社員にメール

（豊岡市 50代 男性）

翌日、会社に行ってみると、8棟ある会社の建物がすべて床上浸水で、最も深いところで床上78センチ、ちょうどミシンのテーブルまで浸かっておりまして、水が引いた室内はどこも泥をかぶった状態でした。

洪水の晩は社員といろいろ連絡をとりあっていたので、携帯電話の電池も切れてしまいました。社員の安否のことが気になっていましたが、社内の緊急連絡網があるのですが、停電で電話が使えませんでした。

同級生のガソリンスタンドに電気がついていたので、そこで充電をさせてもらいながら、社員にメールを打ちました。「とにかく負けるな」と。

メールのアドレスが分かっている社員全員に、明日の朝から工場をやること、長靴をはいてくること、現在の状況を知らせてくれということ、連絡先がわかっている人全員に伝えてくれるよう頼みました。そして私は、この先どうやってやろうかと、一晩中考えていました。

次の日、200名いる社員のうち80名弱が出てきてくれました。みんなで掃除をして、白い床が見えたときには、涙がでました。



製品はすべて産業廃棄物

10トン車で6回捨てて操業再開

（豊岡市 50代 男性）

水に浸かった製品は売り物になりませんから、もうすべて産業廃棄物*になってしまいました。被災している社員も多く、道路が冠水でところどころ通れない状況になっていて、集まりにくい状況でしたが、あくる日には社員8名全員が集まってくれました。

会社が操業する前に、まず片づけをしなきゃいけない。片づけるということは、すなわち捨てるということなんですね。製品をすべて捨ててしまわなきゃいけないという非情さを味わいました。

水害に備えるには、製品を事前に他の場所に移すことが良いと思いますが、スペースの問題があってなかなか難しいものがあります。実際、前の日に一部の製品を高いところに上げるように指示はしていたのですが、ごくごく一部でした。ただ、マシンとかの生産設備やコンピューター関係が無事だったことは不幸中の幸いでした。

指定された廃棄場所まで、少なくとも10トン車で6回は捨てに行きましたね。結局、操業まで約2週間かかりましたが、取引先なども手伝いに来てくれて、人の温かみというか、親切さを、つくづくありがたいなと思いました。

*産業廃棄物とは、産業活動の結果、排出されてくる廃棄物のこと。



水没のコンバインまで保険でカバー

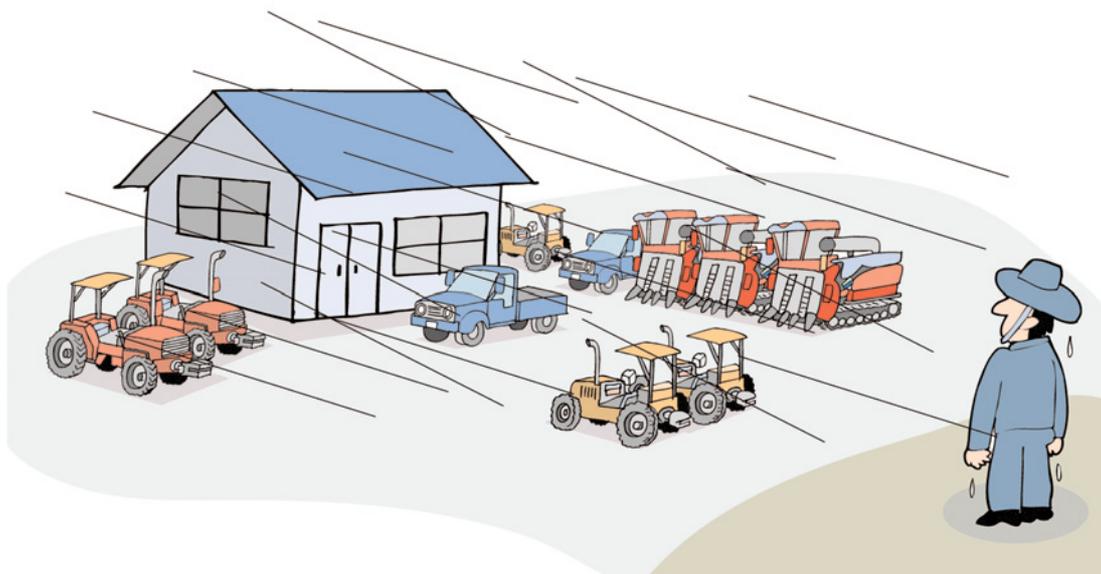
（豊岡市 70代 男性）

そのあたりは昔からよく水がつくところと承知していましたが、うちの事務所は、田んぼから4メートルぐらい高い位置に建てていました。すぐ横に流れている川の堤防よりも高いので、堤防が切れても大丈夫だと思っていたのです。

けれど、夜の9時ごろになってますます雨と風が強くなり、心配になって会社のようすを見に出かけました。その頃には、円山川本流につながる川の水が、下流側から上流にもものすごい勢いで逆流していて、まるで津波のように立ち上がっていたのです。さすがに、「これはちょっとおかしいな」と。

はっきり覚えてはいませんが、堤防が切れたのは10時半ごろだったと思います。それからは考えられないほどの速さで水が押し寄せてきました。会社には、トラクターとか、2トン車とか、軽トラックとかが、いっぱい置いてあったんですわ。それも5台や6台じゃないんですよ。

ただ、運の良いことに、その年の4月に、保険を火災保険から総合保険に全部切りかえていたんですよ。農協さんから「新しい保険が出たから、どう？」って言われてね。すぐにはそのことに気がつかなかったぐらい混乱していましたが、水没したコンバインなんかもすべて保険でカバーできて、ほんとうに助かりました。



しなかった台風前の畳上げ

ポンプ場でき、備えおこたる

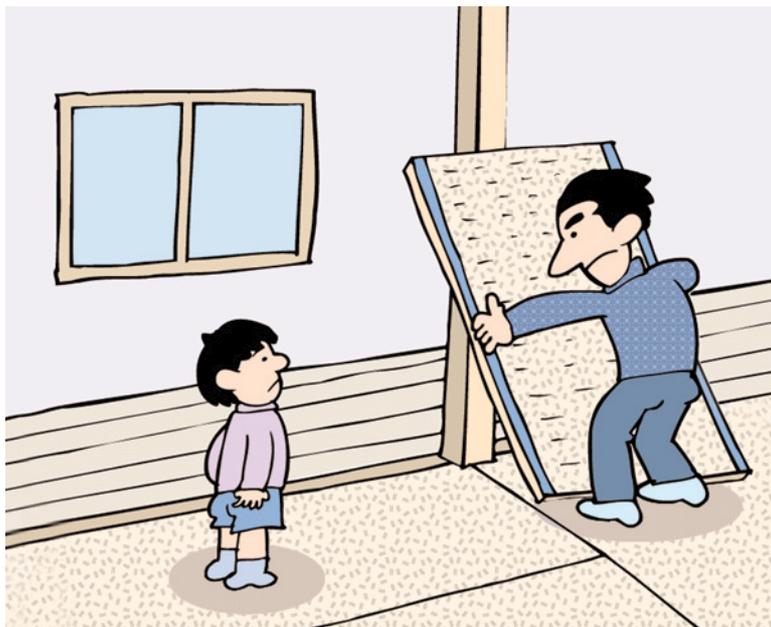
（宮崎市 60代 男性）

我々は子どものころから、台風がきたら何をしなくちゃいけないかというのは、分かっていたんです。この土地はまわりに比べて低いから、「雨が降ったら大変だな」という思いは、自然と体の中にしみついていた。

昔は、農業をしている家は、だいたい食料の米や麦などを床下に置いていて、どこの家も台風がくるとなったら、そういうものを家の中に移動して、畳はぬれないように柱に立てかける、いわば「畳上げ」をしたものです。そういう準備に必要な角材や丈夫なヒモなどは、私の家にもありました。

けれども、10年ぐらい前に、ここに雨水ポンプ場という排水施設ができてからは、「もう水は上がらないよ」という雰囲気になっていたんです。ところが今回は、「未曾有*の雨」だから、どうにもならなかったんですね。私も、水が出そうかなんて、いっさい気にしていませんでした。ちょっと油断があったのかなと反省しています。

*未曾有（みぞう）とは、昔から今までに、まだ一度もないこと。



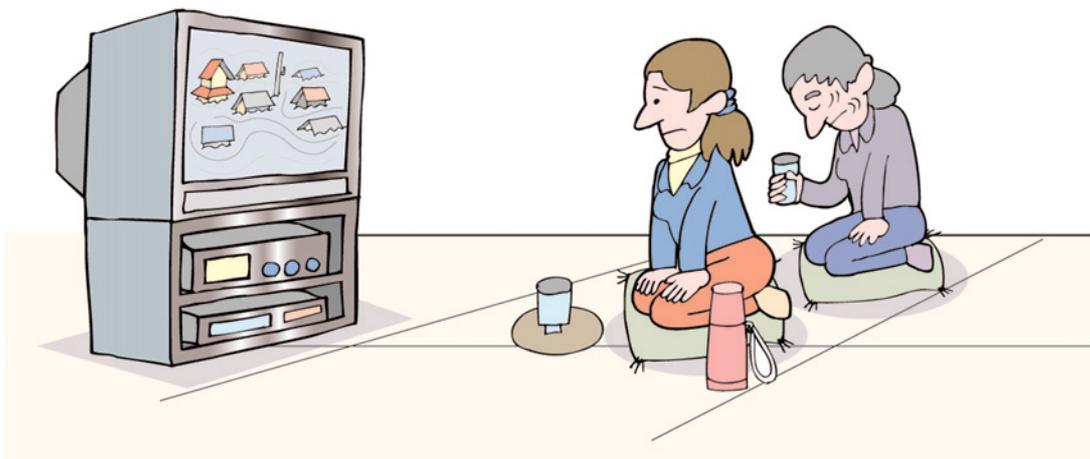
避難所のテレビで発見、泥水に浸かるわが家

（宮崎市 20代 女性）

私が住んでいたところは、今まで水に浸かったことがなかったので、水害に遭うということを全く想定していませんでした。朝の5時ごろに消防団の人たちが「避難してください」と言って回っていることに家族が気づいて、家族全員、布団から出て服を着替えて、すぐに避難を始めました。

避難所になっている小学校に行く途中では、橋を渡らなければなりません。うちは足腰の悪いおばあちゃんを連れていたので、傘もさせないようなすごい雨風の中を逃げることも、怖かったです。

私はおばあちゃんと一緒にいたので、小学校の畳の部屋で過ごさせてもらっていたのですが、その部屋のテレビでニュースを見てみると、川が氾濫して、あたり一面、海のようになった町のように流れました。その中に自分の家を見つけたときには、ショックで言葉もありませんでした。



おとなりさんがいない！

腰まで浸かっておとしよりの救出

（宮崎市 60代 男性）

夜になって、民生委員さんがおとなりに住んでいる人が来ていないことに気がつき、「こりゃ、大変だ」ということになりました。あの頃は自治会でも、安否をチェックする役目の人なんて決めていなかったものですから。

で、市役所の方がおられたから、こういう人がまだ来ていないので、今から迎えに行きたいんですと言うたら、「もう今日は遅いから明日にしてください」と言われました。

でも、いてもたってもいられず、1人じゃ危ないからと、仲間と2人で様子を見に行きました。堤防ぞいに歩いて、その家にたどり着き、戸をたたくと、むこうから声がしたんです。「おい、中にいるぞ！」ということですね。

こちら腰まで水につかっている状況だから、水圧でドアが開かないんですよ。ようやくドアをたたき壊すと、家の中の物がこっちにブワーッと流れ出てきました。

85歳と83歳の老夫婦でしたから、二人とも部屋の中で、立ったまま、声も出さずに震えておられました。助けることができ、ほんとうに良かったなと思いました。



真夜中に必死で伝えた避難指示

（宮崎市 20代 女性）

あの日は、両親と私の3人でいたんですけど、台風がどんどんひどくなっているということで、父はとりあえず畳だけ上げて、職場のようすを見に1人で出かけて行ったんです。母親も一応貴重品だけは整えていたんですけど、ちょっと疲れているようだったので、「私がいるから寝ていていいよ」と言って、先に休んでもらいました。

私は、居間でテレビを見ていました。外で消防車か何かが、何か言ってまわっていることは聞こえていたんですけど、今イチ何を言っているのかよく分からなくてね。

そうこうしているうち、夜中に「避難指示」が出ていることが分かって、母と一緒にちょっと高台にある、おばさんの家に行くことに決めました。

で、私は、避難する前にご近所の方々に知らせなければと思い、何回もドンドンと玄関の戸をたたいて、何軒か起こしてまわりました。みんなあんまり真剣にテレビを見ていなかったらしく、ほとんどのお宅がもう寝ていたようでした。電話をかけて知らせたお宅もありましたが、「え、逃げるんですか？」っていう反応でした。

結局、床上まで水に浸かってしまったので、お知らせして良かったなと思いました。



命綱つけて濁流の中を泳いだ

おとしより救助も命がけ

（延岡市 30代 男性）

僕は社会福祉協議会の職員ですが、当時消防団員もやっていたので、救助活動のために現場に行きました。そこはほんとうにすごい展開になっていて、「役場からの命令じゃないと動かない」と言っていたおじいちゃん、おばあちゃんが家に取り残されている状況でした。

水の流れが速くて、ボートをこいだら自分たちが流されちゃうぐらいなんです。で、僕は泳ぎがかなり得意なものですから、命綱をつけ、ボートのロープをもって、濁流の中を泳いで助けに行きました。なんとか無事に泳ぎきりましたが、普通の人には、絶対にしてはいけないと思います。危険ですからね。

「とにかく乗りなさい」と言って、二人をボートに乗せました。おじいちゃん達は、とりあえず必要なものだけはビニール袋に入れていましたが、あとは着の身着のまま。雨が激しくて傘をさせるような状態ではなかったので、ずぶぬれになりながらボートの上で不安そうにしていました。

近所の人が避難するように言っても、かたくなに「もう、ここから動きたくない」という人がよくいますが、やっぱり避難は早めにしないといけませんね。



立入禁止でも危機感なく

ズボンの裾まくり水の中を自宅へ

（諏訪市 30代 女性）

当日は、会社から帰って、水害で浸かったあたりで飲んでいました。会社から帰る時点で大雨だという連絡はあったんですが、飲みに行くころには普通だったので出かけていました。家に帰るときには、既に50センチくらい水が上がっていて、道路一面は海原のような状態でしたが、ズボンをめくって、わざわざその中を帰ったんです。帰る途中、マンホールの周りに「危ない」という標識が立っていたのはとても印象強く覚えています。その時点では水が透き通っていたから、そんなに危機感もなく帰りました。

考えてみると、家って人が絶対帰る場所なんですよ。今、携帯で当時の写真を見たら、立入禁止って書いてあるんですよ。でも、私はそれを越えて家に帰っているから、人ってどんなに家が危ないときでも、家に向かってしまう習性があると思うんです。危ないときには、家じゃないところに行くという習慣をつけておかないと、すごく怖いなと思いました。



車の通行で二次災害

水圧でガラス割れ

（諏訪市 60代 女性）

水害のときには、ものめずらしさから見にくる人もいますが、4WDの車がありますよね、あれは水の中でもよく走れるものですから、すごい勢いで通って行くことがありました。ガラス戸が水に浸かった家では、車が通ったときに起こる波の水圧でガラスがみんな割れちゃったそうです。とんだ二次災害で、余計な出費になるものですから、「このやろう」と思うんですが、運転している人は気がつかずに行ってしまうんです。

うちも玄関ぎりぎりまで水がきて、「もうこれ以上来ないで」というときに車が通って、その波で床上浸水してしまいました。ほんとうに、車にはきてもらいたくなかったです。

でも、車で近づいちゃいけないというのは、地元の人じゃないとわからないから、交通規制とかをきちんとしてもらわないとなと思いました。



軽トラックの「おせっかい隊」が出前ボランティア

（下諏訪町 20代 男性）

地域の川があふれて浸水被害が出ましたので、僕たちは日ごろから災害時のボランティア活動に備えていましたので、すぐにボランティアセンターを立ち上げました。

ところが、2日間ぐらいほとんど依頼が来なかったんです。被災した地域を見ると、まだ片づけが終わっていないところがありました。で、「自分たちから声をかけていけばいいんじゃないか」ということになり、「おせっかい隊」というのをつくって、仲間と2人で軽トラックに乗って、町を回りました。

「ボランティアセンターっていうのがあるんですよ」と言うと、「そんなのがあるんですか？知らなかったです」と言われました。行くところ行くところ、「こんなのあるんですか？」って感じで、庭の清掃やいろいろな頼まれるようになって、2人では手が回らなくなるほどでした。

「ボランティアやります」のチラシを回覧で回してもらったのですが、なかなか届かなかったからでした。中には、ボランティアセンターが閉鎖した後に届いたという家もありました。「情報を早く正確に伝えるのは難しいな」と痛感しました。



避難者受け入れで大混乱

（諏訪市 50代 男性）

私は、ちょうどこの水害のときに公民館長をやっていたのですが、腰あたりまで水が来ていましたから、ボートに乗って、市の炊き出しやら、ホテルの炊き出しやらの対応に夜中まで町内をぐるぐる回っていました。トイレに行けないおとしよりがいたものですから、ボートへ乗せて、ホテルまで送って、トイレを済ませて送りとどけるといのもやっていました。

町内をあちこち回っていると、近くの避難所へ行ったおとしよりで、割り当て地域が違うからだめだと言われた人がいたので、そこまで濡れて一生懸命としよりが行っているのに、また腰までつかって別の避難所に行くなんて、そんなばかなという事で、市のほうに抗議しました。

今までこんな大きな災害がなかったものですから、みんな混乱していて、市の職員の人たちも、疲れ切っていたんですね。そういった中で判断力も落ちてくるから、そこまで気が回らなかったと思うんですが、ちゃんとしたマニュアルとか、防災関係の教育をこれからしていけないといけないなと感じました。



出先事業所に伝わらなかった本社の被害状況

なぜ休みと問い合わせ相次ぐ

（諏訪市 50代 男性）

わが社は、県内にいくつも事業所をもっているのですが、それぞれ気象条件が違いますね。本社の周辺は被害が大きかったので、臨時休業の判断をしたのですが、それほど被害のない地域の事業所からは、「なんで臨時休業するんだ」と、こちらの状況を理解してもらうのに時間がかかりました。

東京の人は、通常通り勤務していて、基本的に仕事中はテレビなんか見ませんから、「何だ、きょう珍しいな、だれも出ないのか」と思うくらいで、ずっと電話を鳴らしていたそうです。

「今、こういう状況です」と、本社の状況、周辺の国道、JRの状況をこと細かく電話で説明するしかなくて、一番苦労しました。

後から思えば、防災本部の組織の中には、広報とか記録のために被害写真を撮る担当がいますので、写真とかそういった情報を流していたら、早かったのになと思います。

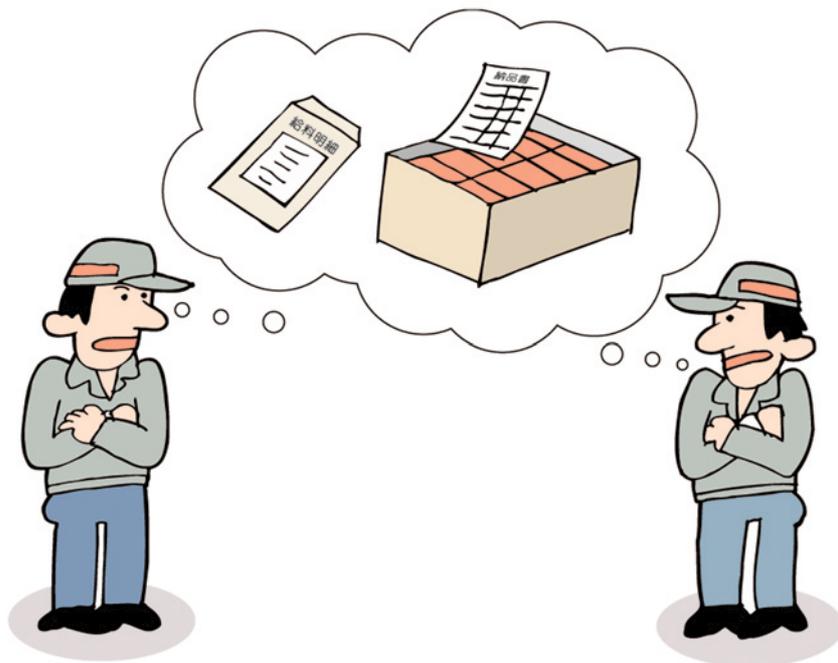


「まだまだ長雨」と最悪のシナリオを考える

（諏訪市 50代 男性）

水がついてから3日目が金曜日で、雨は小康状態になっていたんですけども、また週末にかけて大雨になりそうだというような天気予報が出ていました。だから、会社の危機管理委員会では、万が一、土曜日、日曜日にまた大雨が降って、月曜日に会社に出てこれないようなときには、月末の従業員の給与の支払いですとか、業務の締め切りですとか、業務上必要なことをどうするかを、財務とか、人事とか、労務のメンバーと打ち合わせておきました。幸いにも、週末は大雨にならず、それ以降、大きな被害がなかったので、よかったのですが。

今回は、たまたま本社や危機管理委員会を置いた事業所に、いるべき人がいたので、そういう対応がとれたように思いますが、これが地震なんかで、被害が分散していたらもっと大変だったと思います。だから、そういう事態をいかに想定して、体制をととのえておくかが、今後の課題だと思っています。



マイカー水没の経験生かす

（名古屋市 60代 男性）

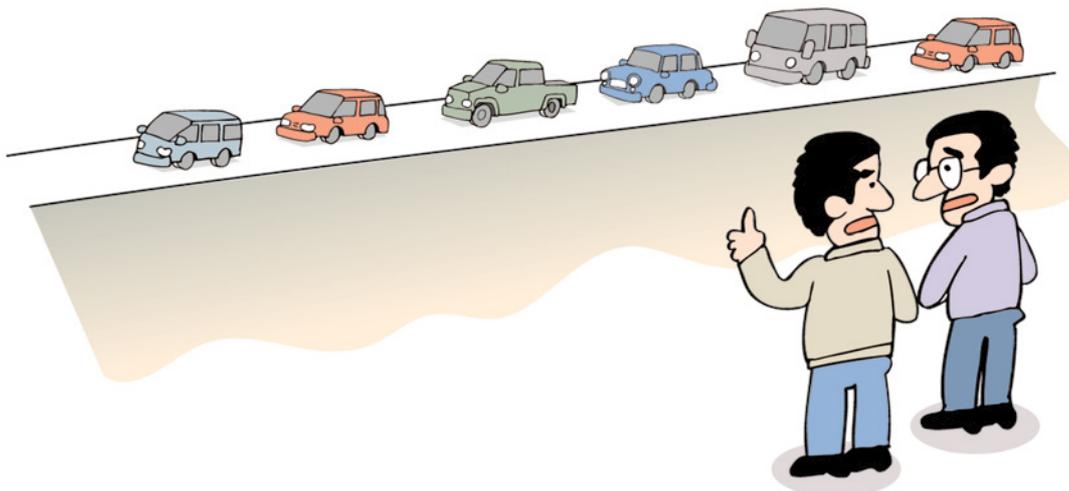
私は実を言うと、8年前の東海水害*のときに買ったばかりの新築の家が床下までつかったという、とんでもない経験があります。

私の家は6軒の建て売り住宅のひとつで、他のみなさんと同じ時期に入居したんですが、いつも雨が強く降り始めると、近くにある高い土手のところにご近所の車がずらっと並ぶんですよ。「何でなんだろう」と、新しく入った仲間同士で話はしていたんです。

ところが、当時雨がはげしく降ってきて、タイヤの下あたりまでだった水が、だんだんこう上がってくるわけですよ。どの段階で上の方に移せばいいんだろうって、みんなが迷っているうちに、もう抜き差ししなくなっちゃって、家は床下浸水になり、車も使いものにならなくなっていました。

だから今回は、これだけ雨が降ったら、どれぐらいの水が溜まるとか、いつごろ車を上に上げなきゃならないかということがだいたい分かっていたので、大雨に関する情報をテレビやラジオなどで一生懸命集めて対応できました。

*東海水害：台風14号（平成12年）に伴い東海地方を襲った集中豪雨は、愛知県下に甚大な被害をもたらした。



停電でケーブルテレビ映らずワンセグ*で雨量知る

（額田郡幸田町 30代 男性）

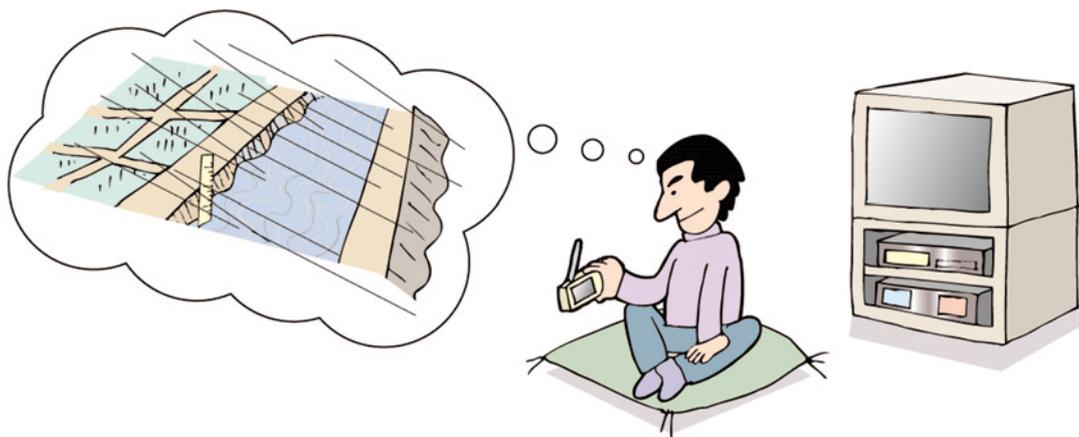
その夜は、雷と雨がひどかったので、なかなか寝つけず、とりあえずケーブルテレビを見ていたんですが、近くに雷がおちて停電してしまいました。昔から「雷が光ったら数えろ。3より前にドンときたら近い。」というじゃないですか。その夜は1、2でドンとくることが多くて、雨も雷も今までにないすごい音でした。

電気は30分ぐらいでついたんですが、ケーブルテレビは次の日の夕方ぐらいまでつきませんでした。あまりにすごい雨だったので気になっていたら、たまたま携帯でテレビが見られるのを思い出して、見てみようということになったんです。今は携帯が便利ですからね。そしたら、この地方で時間100ミリの雨が降ったといっていたので、「2000年*に切れた堤防が、また切れるかな」という予感がしました。

翌朝起きたら、やはり未明に堤防が切れていて、あたり一面の田んぼが浸水して湖のようになっていて、「これはすごいことになった」と思いました。

*ワンセグとは、地上デジタル放送で行なわれる携帯電話などの移動体向けの放送のこと。

*2000年とは、平成12年9月10日からの大雨等（2000年9月東海豪雨とも呼ばれる）のこと。



「おやじ、避難しろ」で目がさめた

気づいたら浮いた畳の上

（岡崎市 70代 男性）

この地区では過去4回、床上浸水がありました。2000年の東海豪雨のあとで、行政が橋のかけかえや排水ポンプの設置など、いろいろ整備していましたが、家も1メートルぐらいかさ上げしていたので、もうある程度は安心だと思っていたんですね。

いつもなら、夜に雨が強く降ると気になって寝られないのですが、昼間に、下水があふれたところですからすぐに水が引くのを見ていて、何となく安心したせいもあって、うとうとと寝ていました。

「おやじ、避難しろ！」と2階で寝ていた息子に起こされたのは、夜中の1時半ごろでした。そのとき、すでに床上まで水がきていたのですが、私は気づかずに、浮いた畳の上に寝ていたわけです。

たぶん、川の水があふれたせいだと思いますが、またたくまに水がやってきたんです。

息子が起こしに来てくれたからよかったものの、そうでなかったら逃げ遅れてしまっていたかもしれません。



ひとり暮らしだけどひとりじゃない

みんなに助けられて幸せ

（名古屋市 70代 女性）

私はひとり暮らしですから、水がついた前の日も、お向かいさんが心配して電話をかけてきてくれたり、近所の人からあぶないからうちへいらっしゃいと声をかけられたりしました。普段からそのように私もおつき合いしているから、気にかけてくれたんだと思います。

夜半から雨がよいよ激しくなって、心配で寝られないまま朝を迎えました。リュックにはお父さんの位牌やら、着替えやら、大事なものだけを入れておきました。そして朝になると、通りにはヒザぐらいまで水が出ていて、表においてあったものはみんなどこかに流されてしまっていました。

部屋の畳の上に乗ったらポコッと浮くんですよ。あっけにとられていたら、町内会長から電話があって、「今からボランティアの人たちが来てくれるから、畳出しもしてもらえばいいよ」と言ってくれたんです。ボランティアの人たちが来てくれた時は、ありがたいという感じで、本当にうれしかったです。



見舞いの車や路上のごみで収集車入れず

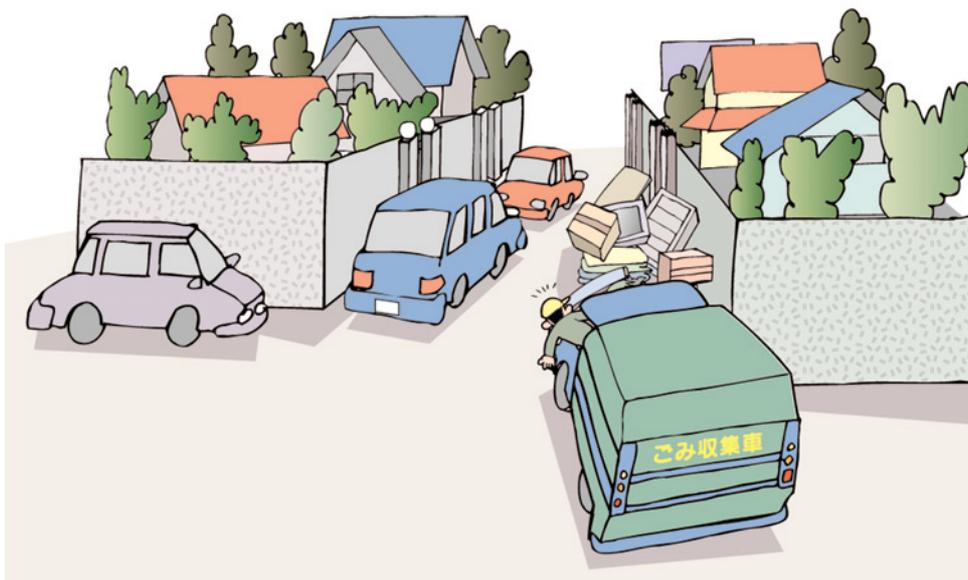
（岡崎市 70代 男性）

水害にあった家は、まず泥をかぶった家財をごみとして出すのですが、当初、市からは「ふだんどおりに分別して、指定のごみステーションに置いてください」と言われました。

だけど、泥のついた畳などは60キロ近くするので重くてそこまで持っていけないということで、家の前を出していいことにしてもらったのです。

ところが、うちの地区にはごみ収集車は丸一日来ませんでした。なぜかという、見舞いの人とか親戚の車が道いっぱいにとまっていて、ごみ収集車が入ってこれなかったんです。他県ナンバーの車の中には、お金になりそうなゴミを勝手に持って行く人もいたので、交番に交通整理とパトロールを頼みましたが、「人手不足なので」と言われ、結局、私が3日間、交通整理をやりました。

見舞いの方からの差し入れはありがたいし、助かった部分も多かったのですが、停めてある車のせいで、ごみ収集車が通れなくなるのは、ほんとうに困りました。



町内にボランティアのサテライト

地元の問題解決にひと役

（岡崎市 70代 男性）

私は総代*をやっているのですが、うちの地区の被害が大きいことを知った社会福祉協議会から、「ボランティアさんが来てくれます。何人要るか、自己申告してください」と連絡がありました。

当時は、地元にはボランティアを受け入れるコーディネーターという人がひとりもいませんでした。私がそれをやる役目と思われていましたが、とてもそんなことができる状態じゃなかったのので、「できません」と言いました。しばらくそれでもめましたが、地区の中にサテライト*を作ってもらうことになって、問題が解決しました。

サテライトがないころは、ボランティアの本部に電話しても通じなかったり、現場のことがよくわかってもらえなかったりで、要領を得ませんでした。だから、サテライトが地域にできて、ものすごく助かりました。私は、今回の水害で一番助けもらったのは、ボランティアの人たちだと思っています。

*総代とは、町内会の代表者のこと。岡崎市ではこの呼称を用いている。

*サテライトとは、ボランティア活動の調整を行うボランティアセンターの地域事務所のこと。



水田にあふれた水から威圧感

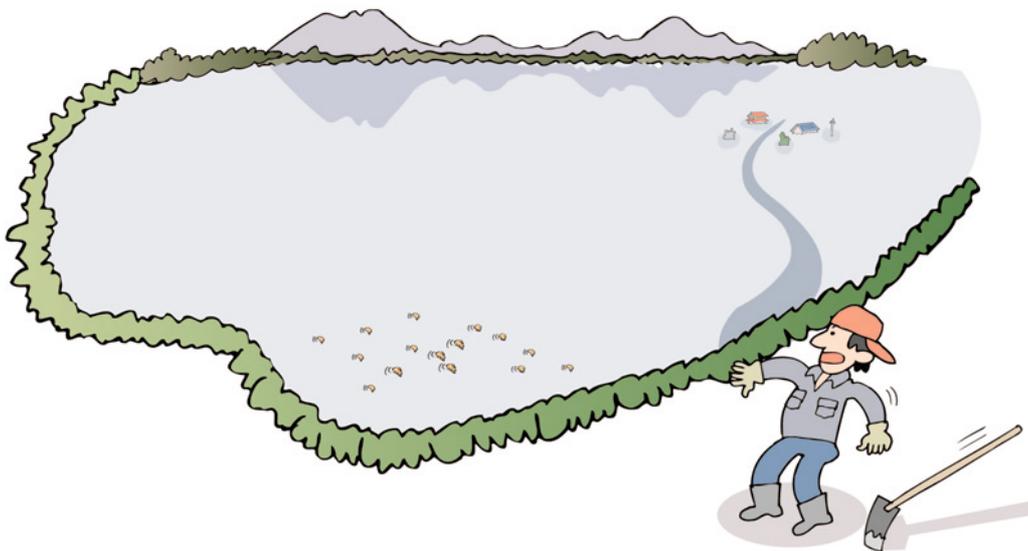
（額田郡幸田町 30代 男性）

朝、6時ごろかな。仲間の農家の人から電話をくれて、「おまえのところはすごいことになっている。テレビで流れていたぞ」というので、坂を下って田んぼを見にいったんです。

その時はもう晴れていて、あたり一面、湖というか沼のようになっているのが見えました。ふだん、田植えの時に水をはると、湖の水面のように見えることはあるんですが、それとは全然違う。水面の位置が高くなっていたので、すごく威圧感がありました。

翌日になって、いったん仮閉めした堤防がふたたび決壊するのを、親父が見ていたんですが、水がこちらに向かってくる感じがしたそうです。あふれた川の水が堤防をのりあげ、堤防がだんだん下がるように見えたので、「堤防がきれいな」と思ったとたん、水位が増して徐々に自分の方に向かってきたとも言っていました。水の勢いが速かったので、さぞ怖かっただろうと思います。

昔、この一帯が池だったとは聞かされていましたが、あそこまで広い範囲に水がついた風景は初めて見ました。でも、水が少し引いてた後、水面に向こうの山が逆さ富士みたいに映ったのは、それはきれいだったですよ。



ドーンと音がして電車が横転

瓦や角材が水平に飛んだ

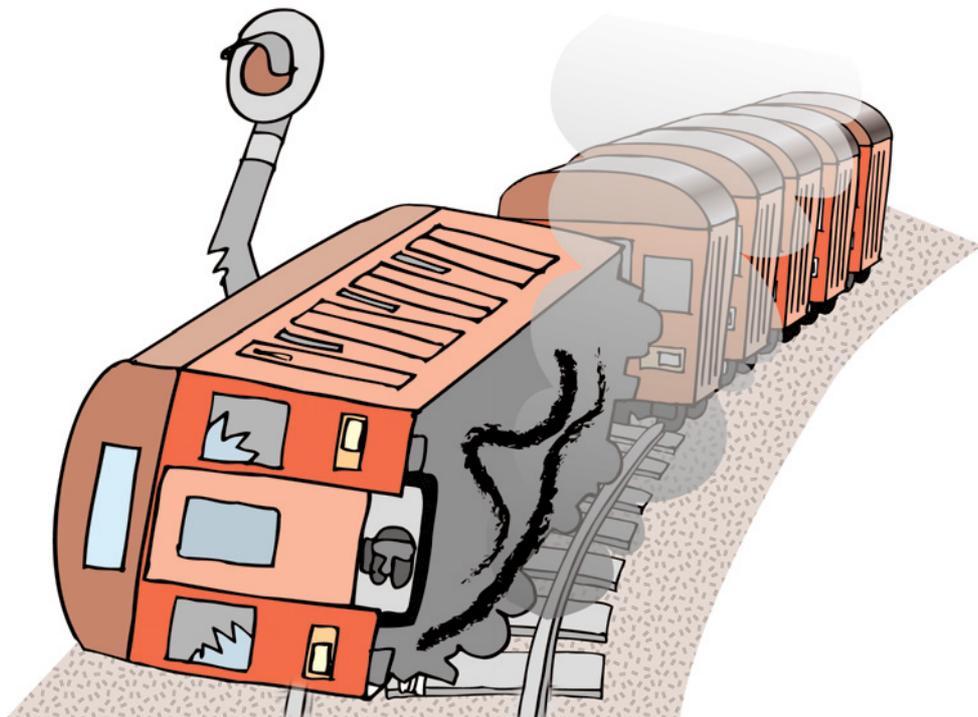
（延岡市 60代 男性）

公民館の窓から外を見ていたら、グワっというものすごい音とともに10センチぐらいの角材が、南から北に向かって、瓦なんかと一緒に水平に飛んで行きました。それに、目の前の公園の植木なども音をたてて折れました。

それは信じられない光景で、アッという間のできごとでしたが、最後にドーンという音がしたので、何だろうと思って、外に飛び出て音のした方に行ってみると、列車が横転していました。

運転手さんの右手から血が流れていたもので、思わずアッと息を飲みました。「大丈夫ですか」と言ったら、さすがプロですね、「はい、乗客のほうも、我々乗務員も大丈夫ですよ」と言われまして、「ああ、助かった。偉いな」と思いました。

赤い車体の電車が脱線して横倒しになっているだけでもすごい絵なのですが、まわりを見渡すと、家の瓦から何からめちゃめちゃになっていました。それも竜巻のシワザとあとで分かったのですが、すぐには何が起きたのか分かりませんでした。とにかく、竜巻の力は想像を超えるものでした。



1時間で開始、公民館の炊き出し

（延岡市 60代 男性）

救急病院に次から次へと患者さんが運ばれてくるのを見て、消防団員に「災害本部を公民館に設けるから、後を頼む」と言って、公民館に引き返し、すぐに災害本部を立ち上げました。

その時には、もう婦人部の部長さんが来ていて、「区長、炊き出しはどうしますか」と言われました。「そんなこと、おれは全然頭になかったわ」と言ってね。「長引くかもしれんから、頼むわ」と言った1時間後ぐらいには、もう炊き出しが始まっていました。

その部長さんが器材や食材はもちろん、人も20名ぐらい集めてくれましてね。いつもながらのお握りを作ってくれたので、さっそく公民館に避難してきた皆さんに食べていただきました。

炊き出しの手際良さも、被害にあわれた方が公民館に避難してきたのも、いつもやっている防災訓練のおかげだったと思います。



みんなで守る地域の高齢者

民生委員さんと一緒に「見守り隊」

（延岡市 50代 女性）

被災当時、ひとり暮らしのおとしよりは15人でしたが、現在は、18人に増えています。

私たちの地域もやっぱり高齢化が進んでいるんだなと思いますね。

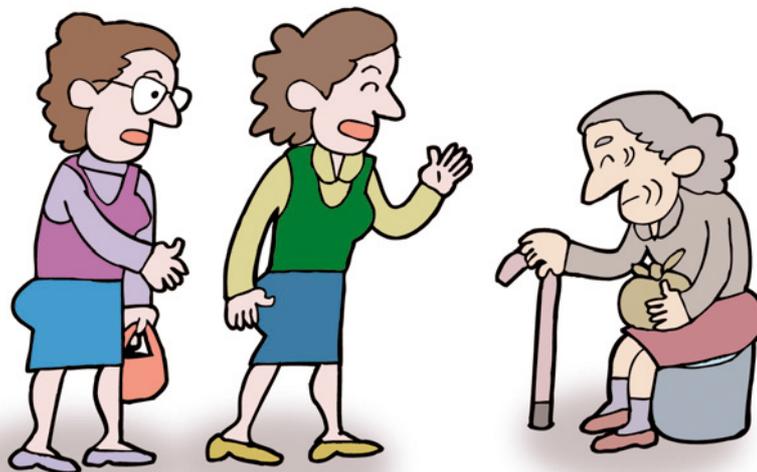
で、「何かのときは、声をかけてください」ということで、近所に住む人が、2～3人1組で「見守り隊」になって、それぞれ決められた高齢者のケアをしています。

おたがいに近所に住んでいますから、何かあったらすぐ駆けつけることもできるし、「近ごろ顔を見ないけど、病気かな」と思えば、すぐにようすを見に行くこともできるんですよ。

あらかじめ分担表ができていますから、みんなの責任感もでてくるし、おとしよりの方も「見守られている」という安心感があると思います。

こういう取組を引っ張る立場として、民生委員*の私もやりがいを感じています。あんまり押しかけて、おとしよりに嫌がられるところもちょっとあつたりするので、そこは気をつけなくちゃと思っています。

*民生委員とは、社会奉仕の精神を持ち、常に住民の立場になって相談に応じるなど、社会福祉の増進に努めることを任務として、市町村の区域に配置されている民間の人です。また、民生委員は児童委員を兼ねています。



すぐ来てくれた市の相談窓口

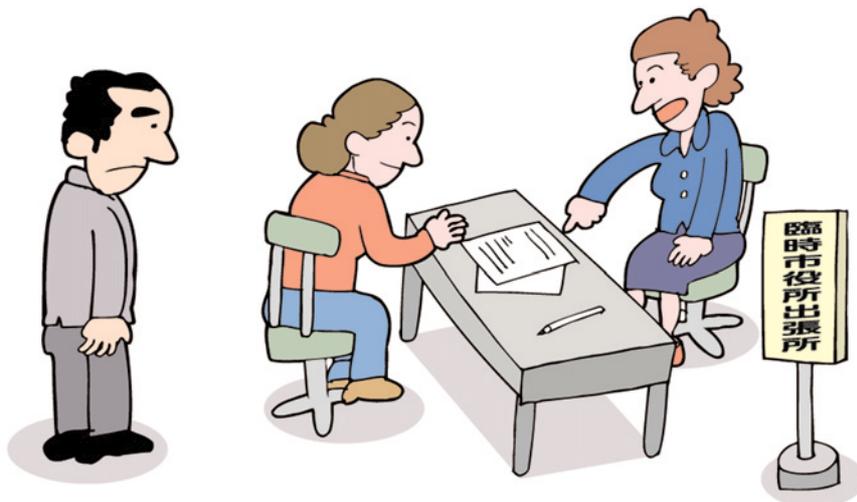
（延岡市 60代 男性）

ひとり暮らしの方が入院されていて、竜巻で家も壊れてしまっているから、その方の罹災証明をとってあげんといかんということで、区長さんとかが代わりにそれをもらいに市役所に行こうとしていたら、「家の修理とかで大変でしょうから」と市役所が出張してきてくれたんです。

当初は、市役所の中の講堂に、各課が集まって対応していたのですが、おとしよりの方なんかはこられないし、きてもずっと待たされる状況になってしまうからということで、7つの地区に分けて出張相談窓口をつくらうということになったようです。

水害の時などにもよくありましたが、市役所に行っても、「これは土木課です」、「これは福祉課です」と次々と回されたりするんですよね。それが、市に防災推進室ができてからは、いろんな面で住民への対応がきめ細かくなってきたなと感じています。

住民の側としても、市役所の人 came たらからといって、陳情合戦にならないように気をつけたいですね。



バスタオルの防災ずきんでコミュニケーション

（名古屋市 70代 女性）

私たちは、地震対策として一人暮らしの方たちに、防災ずきんの作り方を教えてまわっています。仲間の家で集会したり、商店街の婦人会の方たちを集めたり、教えてほしいと言われれば地域の集会所に出かけていったりして。

そのずきんは、簡単に言うと、どこの家にもあるバスタオルに、軍手や下着類を、しっかり縫いつけちゃうと取れないですから、しつけ糸で荒く縫いつけておき、そこにクッション代わりにもなる尿取りパッド2つを入れてたたむというものです。で、軍手はポケット代わりにもなりますから、その中にお金だとか健康保険証の控えだとかを入れておくんです。

常備薬なんかは、時たま替えなきゃいけないから、外側へ縫いつけますし、中に入れるものはマスクやストッキングなど使う人が自由に選ぶことができます。最後にバスタオルにヒモをつけて縛るようにするんですけど、縛ったところに百円均一のお店で買った笛をぶら下げて、「何かあったらこの笛を吹いて知らせてね」って言って。みんなでおしゃべりしながら作るとお互いの気心も知れるし、地震への意識も高まるので一石二鳥ですね。



一日前プロジェクト、みんなでやってみませんか？

板橋区役所 鍵屋 一
防災リスクマネジメントWeb編集長 中川和之
日本YWCA 常任委員 池上三喜子

一日前プロジェクト、いかがでしたでしょうか。皆さんも、難しく考えずに一日前プロジェクトを実施してみませんか？

災害における体験や被災経験を語り継ぐことが、災害体験者や被災者の皆さんには期待されています。そうした体験や経験を話したい、語り継ぎたい、語り継がないといけないと思っている方々も、実は大勢いらっしゃると思います。ところが、こうした場やその方法が見つからず、語り継ぐこと・発信することがなかなかできないまま、貴重な体験が風化してしまうというのが実情です。ここでご紹介した一日前プロジェクトの手法を用いれば、比較的気楽に「語り継ぎ」を実現できます。

多くの皆さんは、災害体験・被災経験をお持ちではないでしょう。そうした「未経験者」だからこそ、一日前プロジェクトの場を設けて、聞き手やまとめ役になることをお勧めします。そこでは、被災された方々からさまざまな「思い」を読み取ることができます。同じエピソードでも、聞き手によって違った感慨をもたらします。

災害体験者や被災経験者の皆さんは、なかなか語り継げない本音の話を、一日前プロジェクトを活用して、残していくことができます。

また、一日前プロジェクトで作られた物語を、みんなで一緒に読むことで、体験から学ぶこともできます。ワークショップなどの際に、災害のイメージを膨らますために、導入部に使うこともできます。文字だけでなく、気の利いたイラストも一緒に使うとより効果的でしょう。テレビニュースの企画で、過去の被災者インタビューの代わりに一日前プロジェクトの物語が使われたこともあるほどです。継続的に紹介している自治体もあります。

一日前プロジェクトの進め方や活用方法は、内閣府のWebサイト「災害被害を軽減する国民運動のページ」にまとめましたので、参考にしてください。

<http://www.bousai.go.jp/km/imp/index.html>

次ページでは、ポイントだけをご紹介します。

□物語を集める

一日前プロジェクトの素材となる物語を集める時のポイントは次のとおりです。

1. 「物語」を拾い出す

(1) 話を聞く

同じ被災体験のある人同士に2-4人集まっていただいて、2時間程度話を聞きます。何らかの共通性がある方々のほうが、互いに思い出したり再発見しながら話が進みますので、その過程も丁寧に聞き取りましょう。聞き手は複数で行い、質問して詳しく引き出すより、話が弾むように仕向け、疑問点は最後に確認すれば良いでしょう。最近の出来事だけでなく、時間がたった災害についても取り上げます。

(2) 物語を見つけ出す

話を聞き終わったら、聞き手同士で手元のメモを確認しながら、災害を体験していない人にも共感を得られる物語になりそうな話を見つけ出します。1回の聞き取りで10話以上の物語ができることもあります。キーワードなどから、仮の見出しを考えておくといいでしょう。減災や防災行動としてふさわしくない話に気をつけましょう。

(3) 見出しをつけて編集する

テープ起しなどの記録ができあがったら、上記(2)で拾い出した物語の種を、できるだけ語り口を残して編集します。一つの物語ごとに300字から500字程度にまとめると読みやすいでしょう。一つの話から複数の物語に展開することはよくありますので、単純に元の話の切り分けではなく、重なっても単独の物語で流れが分かるようにしましょう。

新聞や週刊誌、広告の見出しのように、内容を一言で言い表して、興味を持ってもらえるような見出しを考えながら物語をまとめると、いいでしょう。内容を全部説明するような見出しではなく、「どんな話だろう？」と読んでもらえるきっかけになるように工夫しましょう。この見出し付けが、一日前プロジェクトの核とも言えます。

2. 物語を拾い出す場を作る

この3年間、一日前プロジェクトのコンセプトを生み出した『災害被害を軽減する国民運動に関する専門調査会』の専門委員を中心に、各地で物語を探す聞き取りをしました。いろいろな立場の人が、身近に感じられるような物語を拾い出すためにも、聞き取りの場はもっと増やすことが必要です。

すでに、被災地の人びとの言葉で語られた資料などから「物語」を拾い出すこともできるでしょう。それぞれの地元の災害でも、過去にさまざまな記録集が作られ、たくさん身近な体験談があふれていることがあります。これらの資料から、物語を拾い出すことができれば、より多くの人が災害への備えや減災の実践の重要性を実感できるライブラリーになるはずです。

一日前プロジェクト みんなでやってみよう！

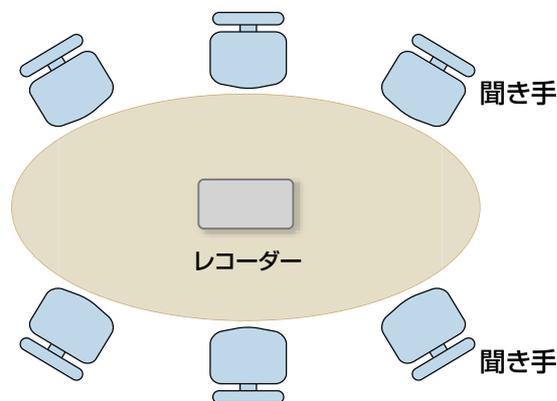
－簡単な手順を紹介します－

まず、過去の自然災害（地震、水害等）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 ※所用時間は約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人～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字～500字程度で、できるだけ語り口を残して編集
※物語の情景を表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

■発行 内閣府(防災担当)

〒100-8969 東京都千代田区霞が関1-2-2(中央合同庁舎第5号館)
TEL.03-3503-9394 <http://www.bousai.go.jp>