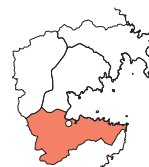


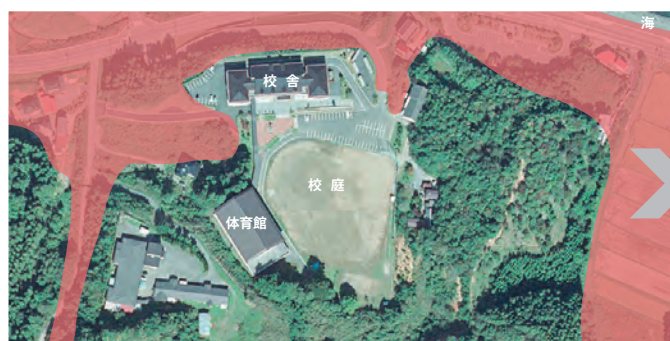
津波は山から襲って来た ～南三陸町立戸倉中学校～



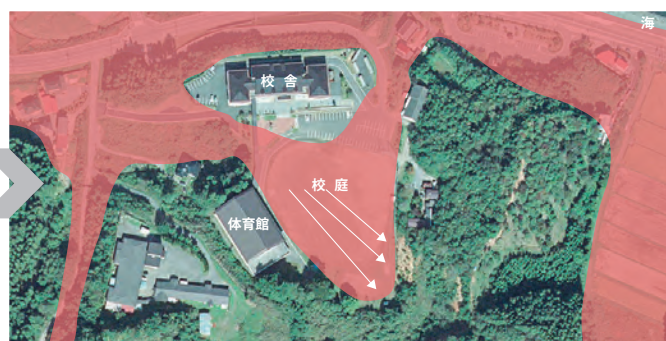
▲戸倉中学校の体育館の天井近くにまで津波は到達した。校庭にいた人々は一目散に山に走り、崖を這い上がったが、その目の前で多くの住民たちが流されて行った。写真提供 須藤清一

指定避難場所になっていた戸倉中学校は、海拔 20m ほどの高台にあった。激しい本震と続く余震のため、校舎や体育館は落下物や倒壊の危険があると判断し、生徒たちと地域住民は校庭に集まっていた。15 時 25 分が過ぎた頃、戸倉地区に津波が襲来した。津波は海側からだけではなく、校舎の左側の山側からも襲いかかってきた。津波は 22.6m に達し、校舎 1 階と体育館を飲み込み、校舎と体育館をつないでいた渡り廊下は大破した。教職員 1 名、生徒 1 名のほか、多くの地域住民が亡くなった。もしあの日、寒さを避けるために体育館に入っていたら、さらなる大惨事になっていたと住民たちは振り返る。

南三陸町では、この戸倉中学校を含む 78 箇所の指定避難所・避難場所のうち、34 箇所に津波が押し寄せ、多くの住民が犠牲になった。



▲右方向の海側からやって来るといった津波は左側の体育館の方からも襲いかかってきた。



▲校庭に避難していた地域住民や生徒たちは校庭奥の崖に向かって散り散りに逃げたが…。

患者さんの命を守れ！ 寒さと暗闇の中で希望をつなぐ ～公立志津川病院～



▲患者たちを5階会議室に運び、必死の看護が夜通し続けられた。

公立志津川病院は9つの診療科、126病床を有する地域の中核病院だった。4階建ての旧館と5階建ての新館からなり、3、4階が入院病床だった。入院していた患者の多くが高齢で歩行困難だった。

当初の津波予想は6 m だったため、水位が上がっても3階以上にいれば大丈夫と職員たちは考えていたが、津波警報が10mに引き上げられた直後、志津川地区を高さ約16mの津波が襲った。ベッドごと入院患者が流されていった。入院患者109人のうち63人と職員4人が津波の犠牲になり、7人の患者が低体温症・低酸素症で亡くなった。

暗闇と厳しい寒さの中、津波と余震は何度も繰り返した。ずぶ濡れの生存者と避難者の命を守るため、職員たちは「手をつないで」「立ち上がって」と声をかけ続けた。

みんなどこに行ったんだ…

～旧南三陸町役場
防災対策庁舎～



▲防災対策庁舎の右側にもたれかかる残骸は役場第2庁舎。津波の最大波は非常階段の反対側から襲った。
庁舎の背後にぎっしりと建ち並んでいた住宅や店舗は跡形もなく壊滅した。

1960（昭和 35）年 5 月 24 日、南三陸町は高さ 5.5m のチリ地震津波に襲われ、41 人が犠牲になった。志津川地区の中心部にあった本庁舎が 2.4m 浸水した経験から、南三陸町では、役場庁舎の隣りに鉄骨 3 階建て 高さ 12m の防災対策庁舎を整備し、2 階に監視モニターや非常通信設備、3 階に自家発電設備などを設置し、災害に備えていた。

あの日、危機管理課の職員がここから防災無線で、高台避難を呼びかけ続けた。本震直後の津波警報は高さ 6 m の津波を予想していたが、15 時 14 分、津波予想高は 10m に変更された。この津波予想高を告げた後、防災担当職員始め、町長らも屋上へと避難する。その直後の 15 時 25 分頃、津波が襲来。15 時 33 分には、建物よりはるかに高い、15.5m の津波が庁舎を飲み込んだ。

側壁がはぎ取られ変わり果てた建物が、津波の濁流から姿を現したのは 2 分ほど経ってからである。非常階段付近とアンテナポール付近に残っていたのはたった 10 人。「みんな、どこにいったんだ」さきまで屋上にいた人影はなかった。43 人の地域住民と町役場職員たちが犠牲になった。

327 人の生還

恐怖の一夜を乗り越えて ～高野会館～



▲津波と余震、寒さと恐怖の一夜を過ごした高野会館から脱出し、津波警報が出ている中、自力で高台を目指した。

2011(平成23)年3月11日、南三陸町の高齢者たち約300人が、海に近い高野会館の3階に集まっていた。高野会館は住民に親しまれている催事場で、この日は南三陸町社会福祉協議会が主催する芸能発表会が開かれていた。日頃練習してきた歌や踊りを披露する一連のプログラムが終了し、閉会式を行っているときに地震が襲った。

津波警報の発令に、近所の人たちも津波避難ビルに指定されていた4階建ての高野会館に避難して来た。10人ほどの社協職員と高野会館の職員は、上へ上へと高齢者たちを避難誘導した。屋上に続く防火扉を開めた時には、最後尾の会館職員は津波に濡れており、まさにぎりぎりの避難だった。屋上の周囲は濁流の海と化した。さらにひたひたと水位は上がり、足元まで浸水した。職員たちは、さらに高いところにある機械室に高齢者たちを避難させようとしたが、そこに続く通路の柵の扉の鍵がかかっており、職員たちはまたいで柵を乗り越え、高齢者を抱き上げて柵を越えさせた。

高野会館に逃げた327人は繰り返し押し寄せる津波と余震に怯えながら、一晩中立ったまま夜を乗り越えた。「1時だぞ。みんな元気があ？頑張ってたかあ？」「生きでる？」互いに励まし合う声が、生きる力を呼び覚ました。

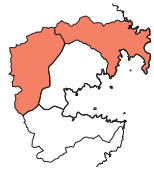
翌朝、津波警報が発令されている中、歩くことができる人々は建物を下り、決死の覚悟で高台の避難所に向かった。ここに避難した327人は全員生還した。



◀ 右の建物が津波で全壊した高野会館。
結婚式や会合などで住民に親しまれていた。

暗闇の集会所で作ったおにぎり 1,000 個

～内陸部の住民たち～



▲内陸に住む住民たちはすぐさま集まり、備蓄の米、井戸水、プロパンガスで避難所に届けるおにぎりを作った。

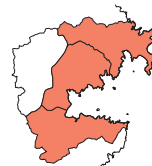
南三陸町では過去の津波被害の経験から、地域ぐるみで防災訓練を行ってきた。その際に、各地区の集会所で炊き出し訓練を行うこともあった。昔から冠婚葬祭での食事を地域の人々が協働して作ってきた伝統もあり、防災訓練以外にも日頃から地域行事や祭りなどで炊き出しを行う機会は多く、地域住民は大量のおにぎりを協力して手際よく作ることに慣れていた。

東日本大震災では、地震の激しい揺れと津波警報発令を受け、内陸の住民たちは炊き出しが必要になるといち早く判断した。電気も通信も途絶える中、声を掛け合い、備蓄の食材を持ち寄って集会所に集まり、懐中電灯やろうそくの明かりの中でおにぎりを握り続けた。中には、避難した先で炊き出し作業を行った住民もいる。しかし、予想をはるかに超える大災害に、白米はすぐ底をついた。備蓄の玄米があっても、電力供給が復旧しないために精米ができず、農機具の動力を使うなどして、避難者たちの食をまかない続けた。南三陸町では電気の復旧は 2011（平成 23）年 5 月中旬、水道の復旧は同年 8 月だった。

炊き出し 避難者など多くの人々に食事を作って提供すること

トイレを作れ！

～それぞれの避難所で～



▲まず仮トイレ（右手前）を作った。仮設のトイレ（ブルーシートのトイレ）が完成するのに2日かかった。

写真提供 南三陸町社会福祉協議会

町の60%の建物が流失し、約1万人もの住民たちが避難者になった。空腹には耐えられても、排便は我慢できない。何よりもトイレの確保を急がなければならなかった。

ベイサイドアリーナや平成の森、小中学校等の大きな避難所の水洗トイレは、すぐに貯水槽の水が切れて使えなくなった。近くに貯水池やプールなどがあるところでは、その水も利用した。しかし、どの避難所も利用者が大勢いたため、野外に仮設トイレを作る必要があった。避難者自ら材料を集め、穴を掘り、囲いを作った。木製の洋式便座を作るところもあれば、漁業用の万丈カゴを伏せて穴をあけ、便座にしたところもあった。浄化槽のマンホールの蓋を外し、流れてきたポータブル便器を拾ってきて、そこに便座を置いて洋式トイレ風にしたところもあった。膝の悪い高齢者や和式トイレを使用したことのない子どもたちが利用しやすくするための工夫である。

地域の集会所が避難所となったところでは、トイレが汲み取り式のところが多く、断水の影響を受けなかった。

いずれの避難所でも、避難していた大工や土木経験者の働きで仮設トイレが作られ、避難住民同士の協力によって維持管理がなされた。



▲持ち寄られた米や避難した冷凍車の積み荷で、当面の食料を確保した。

側溝にかける金属の網蓋（グレーチング）を利用してかまどを作り、学校の調理器具を借りて、避難者たちの食事を作った。

写真提供 三浦秀一

約 600 人が避難した志津川中学校には、2011（平成 23）年 3 月 12 日の朝、内陸の入谷地区から 300 個のおにぎりが届き、避難者たちは半分ずつ分け合って食べた。

ベイサイドアリーナのある高台に運送会社のトラックが避難していた。水産会社の社長らが声がけして冷凍車の荷物を下ろしてもらい、避難所で分け合うことにした。銀ザケ、サンマ、アワビなどを志津川中学校まで運び、中学生たちも荷運びを手伝った。側溝にかける金属の網蓋（グレーチング）を利用して砂場にかまどを作り、冷凍の魚を焼いて避難者たちの食事にした。車に米を積んで避難して来た人からは米を提供してもらい、おかゆも炊いた。燃料は、みんなが裏山で取ってきた木だった。着の身着のまま逃げて来て、帰る家を失った住民たち。600 人での共同生活の始まりだった。

先生方は体育館の脇に穴を掘って板を渡し、シート囲いの仮設トイレを造ってくれた。先生方のすばやい判断と献身的な協力が住民たちを救った。

本来なら同年 3 月 12 日は、卒業式のはずだった。

一万人の避難者に水を食料を ～災害対策本部～



▲毎日定時に開かれた町長の記者会見。メディアの力が多くの人々を南三陸町に呼び込んだ。

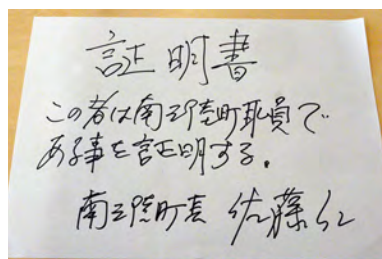
災害対策本部が動き出したのは、被災翌日だった。

本部の指揮に当たるべき町長は、津波に襲われた防災対策庁舎の屋上で、かろうじて生き残った9人の職員たちと、ずぶ濡れのまま氷点下の夜を凌いだ。翌朝10人は怪我を負い衰弱した身体に鞭打って、自力で庁舎から脱出。よろめきながら高台の小学校にたどり着いた。一息つく間もなく、町長は高台のベイサイドアリーナに移動し、小さな事務室で災害対策本部を立ち上げた。肉体的にも精神的にも消耗しきっていた町長を突き動かしたのは、町民の命を守らなければという強い思いだけだった。

電話もネットも通じず、ライフラインは途絶し、必要な人や物や情報が何ひとつないという状況で災害対策本部は始動した。最初の会議の参加者は、2人の広域消防職員と町長のたった3人。町長の最初の指示は「情報を集めてくれ」、「住民におにぎりを頼む」だった。夜は、手回し充電のLEDライトを頼りにメモをとった。毛布もなく、寒さに凍えながら床にごろ寝して仮眠する職員の中には、津波で家族や家を失った者もいた。

翌日から、多くの救援者たちが途切れることなく駆けつけた。情報収集もままならない混乱の中、集まった報道陣に、町長は「水を、食料を」と呼びかけた。そして、コピー用紙に手書きした証明書（左下写真）を動ける職員に持たせ、内陸の町での食料や日用品の後払いでの調達を命じた。

間もなく災害対策本部には、宮城県、地元消防署、警察に加え、緊急消防援助隊、陸上自衛隊西部方面隊、同北部方面隊、国土交通省東北地方整備局、宮城県の職員たちが入り、本格的に災害対応が始まる。



▲町長が役場職員に持たせた手書きの証明書。（再現）

内陸部の店の方々が優先的に食料や医薬品などを融通してくれた。

東日本大震災

沿岸部壊滅 南三陸1万人不通

死者・不明1700人超

マグニチュード(M)8・8と国内観測史上最大規模を記録した東日本大震災は12日、被害が増え続け、各警察本部のまとめで死者は計635人、行方不明者は1700人を超え、宮城県など市と名取市の体育館に計約200人の遺体が運び込まれ、死者・行方不明者は大幅に増えることが数日続いている。

宮城県は12日午後8時、南三陸町で住民約1万人と連絡が取れない状況が続いている。死者・行方不明者は大幅に増えることが数日続いている。

宮城県は12日午後8時、南三陸町で住民約1万人と連絡が取れない状況が続いている。死者・行方不明者は大幅に増えることが数日続いている。

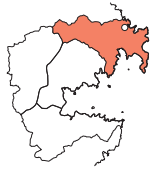
おとわり 11日発生した巨大地震は東日本の広範囲で甚大な被害が発生。長野や新潟でも震度6クラスの地震が起きたことから「東日本大震災」と表記します。

「南三陸1万人不通」という衝撃的な見出しが朝刊の一面で報じられたのは、震災から2日が過ぎようとする2011（平成23）年3月13日だった。当時の南三陸町の人口は17,666人。住民の半数以上と連絡が取れなくなっている状況であることが全国に報じられた。

町の人たちは果たして生きているのか。この報道は、この町とつながりのある人たちにとって、被害の厳しき大きさを想像させるものとなった。

その後も、生存者の状況や町の被害などを把握することが難しい状況が何日も続いた。ニュース映像に偶然映ったことで、初めて知人が無事であることを知ったという人も多かった。

船を沖出したものの ～歌津地区 港～



▲津波の直後、漂流する船を瓦礫が取り囲む。(志津川湾内)

写真提供 南三陸町社会福祉協議会

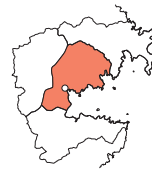
国道 45 号を気仙沼方面に北上した町境近くにある港は、外洋から入る波を遮るような深い入り江になっており、まさに天然の良港だ。普段は沖に白波が立っていても、港は別世界のように穏やかだ。

漁師たちの間では、津波から船を守る手段として、潮位の変化が始まる前に、津波の影響が少ない沖合まで船を出す「沖出し」が行われてきた。東日本大震災のその日も、漁師の及川征記さんと阿部克樹さんは、激しく潮が引く中、入り江をギリギリで脱出し、津波の巨大なうねりをなんとかかわしながら、必死で船を沖出した。

しかし、しばらくすると、沖には家の屋根やらガスボンベなど、様々なものが流れてきて身動きできないまま、夜になってしまった。及川さんたちは仲間たちと 4 艘の船を、大破した養殖施設の残骸に係留し、次々と流れてくる漂流物が船にぶつからないように押しやりながら、ひたすら夜が明けるのを待った。常に転覆する危険と隣り合わせの恐怖の中で、ひとときも心休まることはなかった。時折、発電機を回しライトで周囲を照らし出すと、1 時間毎に同じ家の屋根が流れてくるのが確認できた。瓦礫混じりの濁流が、恐ろしい勢いで大きな渦を巻いていた。

船の沖出しはいかに危険を伴うことなのかを二人は身をもって体験した。「大きな津波の時には沖出しはすべきではない。船より、自分の命を守る行動が何より大切だ」と、死と隣り合わせの一夜を経験した二人は語っている。

S O S を伝えたいのに… ～公立志津川病院で～



▲2011（平成 23）年 3 月 12 日 病院の屋上に自衛隊のヘリコプターが降り立ち、患者たちの救助が始まった。

公立志津川病院には 300 人を超える人々が孤立した。かろうじて浸水を免れた新館 5 階の会議室で、入院患者と職員、そして地域住民が、繰り返す津波と余震の恐怖に耐えていた。

津波によって携帯電話のアンテナなどが壊滅したため、電話も不通となった。海岸部の橋も全壊し、陸の孤島となった。

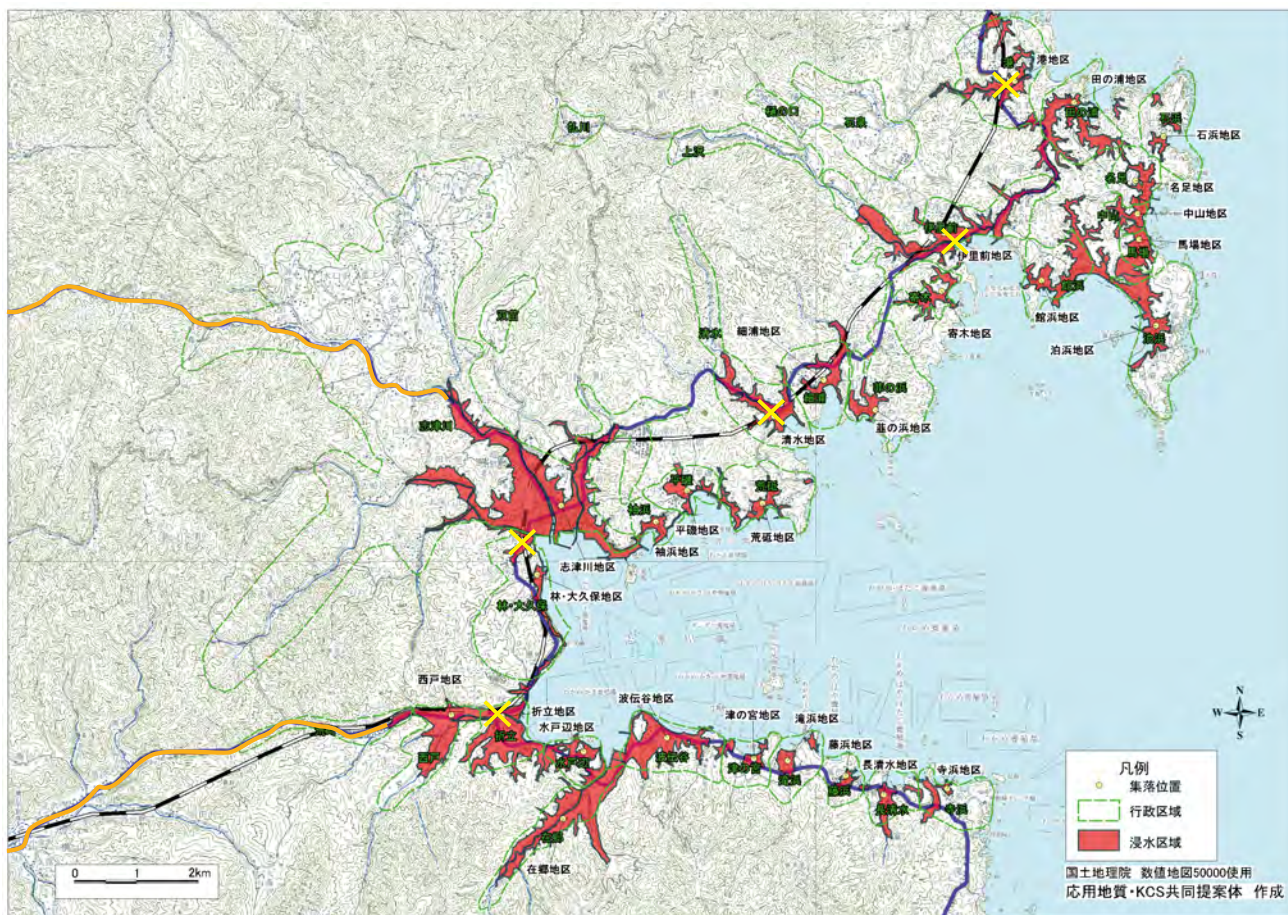
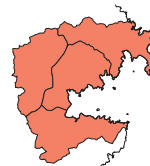
当時の横山孝明事務局長は、非常時用の衛星電話で県内の消防署や県庁に何度も電話したが、話中で全くつながらなかった。そこで、県外に知り合いのいる職員から番号を聞いて、なんとか救助を求めようと電話し続けた。唯一つながったのは、はるか遠方の医師会だった。南三陸町の現状を伝えてくれと依頼したが、頼みの綱の衛星電話も 19 時には充電がなくなって使えなくなってしまった。救助を求める術は、それで完全になくなった。



▲2011（平成 23）年 3 月 18 日撮影の
公立志津川病院周辺。

大災害時に、救援要請をスムーズにするためには、遠方に緊急時のネットワークを築いておくことが大切だ。

救助のヘリコプターが来たのは翌朝。全員の救助が完了したのは被災から 2 日後の 3 月 13 日だった。



▲黄色の × 印は橋が陥落した主な場所。オレンジの線が、当時物流・移動の幹線となった内陸の道路。特に山中の細い生活道路が大活躍した。

津波で沿岸部の橋のすべてが破壊され、幹線道路の国道 45 号はいたる所で寸断された。町外から被災エリアにアクセスできる道は、内陸から海岸へ抜ける国道 398 号のみとなった。

特に半島部は、津波で道路という道路が破壊されたため、何週間も孤立することになった。支援物資が届かないため、自分たちで食料を調達しなければならない状況が続いた集落では、瓦礫の中で見つけた缶詰や未開封のお菓子など、食べられる物を集めて、食事を補い命をつないだ。



▲歌津地区伊里前の国道 45 号の橋は津波で全壊した。
写真提供 陸上自衛隊北部方面隊

また、行方不明の家族を捜す人たちは、遺体安置所になっているベイサイドアリーナや学校などの施設に行こうとしても、車が通れないため、自分の足で山道を歩いた。

町内を行き来できる道は閉ざされてしまったが、その厳しい状況下で役立ったのは、地元の人もあまり通らなくなっていた山間の住民たちの生活道路であり、この道が住民たちの命をつないだのである。



▲鉄道の高架も瓦礫で埋め尽くされていた。

写真提供 南三陸町社会福祉協議会

「震災直後は町民1万人と連絡が取れない」と報道され、住民は家族や知人の安否がどうなっているか不安でいっぱいだった。必要な情報が全く得られず、入ってくるのは誰かの携帯ラジオから流れる県内外の被災情報だけだった。

電話、携帯電話、インターネットなどの通信インフラは、アンテナやケーブルの破壊により全く使えない状態に陥った。

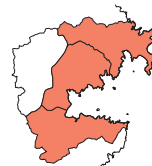
災害対策本部に届く情報は、通常なら車で数分のはずのところから瓦礫を乗り越えて歩いてきた人が伝えに来る数時間前の情報だった。

児童の送迎バスが無事だったとか、住民がいたところで食料もなく孤立しているが、力を合わせて何とか凌いでいるという情報が災害対策本部に届くと、職員たちはほっと胸をなでおろした。

思うように被災状況の情報が収集できないだけでなく、物資を調達することも、指示を伝えることも、窮状を訴えることもできなかった。生き残った命を守るためのあらゆる手段が失われていた。

自分がやらないで誰がやる

～建設会社の社員たち～



▲震災翌日から地元の建設会社の重機が瓦礫の町で稼働し続けた。

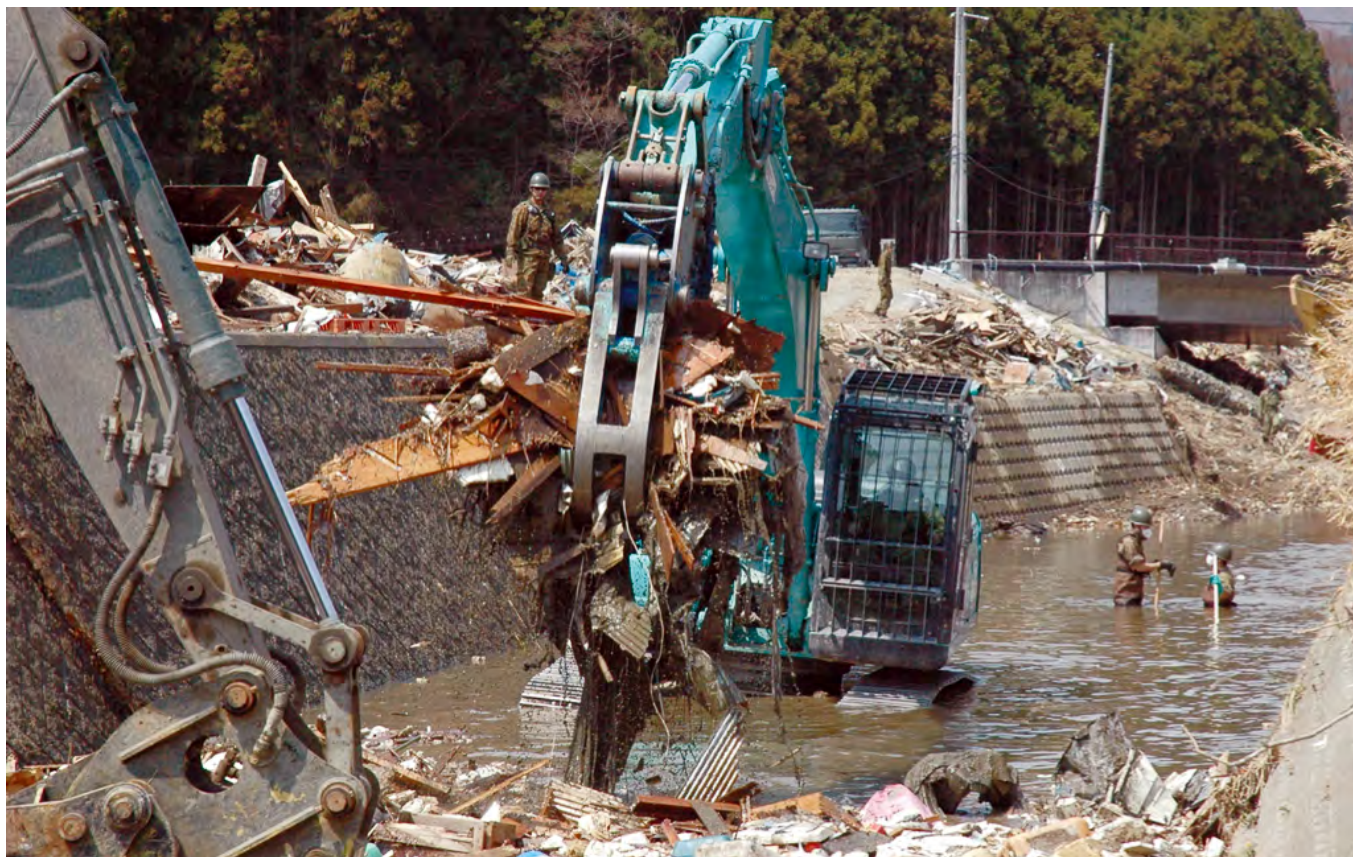
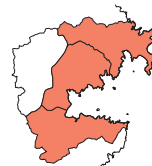
写真提供 阿部藤建設

瓦礫と化した町で、即座に動き出したのは地元の建設会社の社員たちだった。建設会社の多くが被災した中で、社員たちは誰の指示を受けることもなく、無傷で高台に残った重機を出動させた。

間もなく到着するであろう緊急車両や救援車両が通れるように一刻も早く道を作らないと、助かる命も助けられなくなってしまう。自分の家族の安否すらわからないまま、作業に取り組んだ社員もいた。

津波で壊れた建物等の残骸で塞がれた道路を開く作業経験はない。もしかしたら瓦礫の下に誰かが倒れているかもしれず、細心の注意が必要だった。しかし、「自分がやらないで誰がやる」。突き動かすのは、プロとしての意地と使命感だった。

地元の建設会社は日頃から、町内の道路や河川等の建設や保守に関わっていることから、これらのインフラを災害から守るのは、縁の下力持ちとしての自分たちの責任と考えていた。建設会社の人々は、『地域インフラの町医者』を自称している。彼らは最前線で動き続けた。



▲ 2011（平成 23）年 4 月 26 日 志津川地区田尻畑での行方不明者搜索。

写真提供 陸上自衛隊北部方面隊

地元の建設会社は、社屋や社員の自宅の多くが被災した。しかし、流失を免れた重機もあった。今こそ、やれることをやろうと、震災から 1 週間後、高台にあった一社に、建設会社の幹部たちが集合し、対策本部を立ち上げた。

動かせる重機を持っている会社が 12～13 社ある。3 班に分かれて作業を進める計画を立てた。燃料がない。職人も足りない。毎日生じる様々な問題をオール南三陸で乗り越えた。

特に自衛隊との連携作業はうまくいった。当初は、自衛隊の行方不明者搜索が終わったエリアで、地元の建設会社が瓦礫撤去を行う手順を取っていたが、二度手間になることから、瓦礫撤去と同時に行方不明者の搜索を行うことにした。こうして遺体の発見と収容を早めることができた。少しでも早く帰ってきてほしいと願う遺族の思いに応えたいと、現場での連携が進んだ。

これをきっかけに自衛隊との信頼関係が育まれ、その後の復旧作業においても、地元の建設会社は力を合わせて大活躍した。

家族を捜して 「どこにいるの？ 早く帰ってきて」



▲ベイサイドアリーナの玄関に貼り出されている遺体の安置情報を祈るような気持ちで見つめる住民たちがいた。

写真提供 南三陸町社会福祉協議会

あの日、いつものように家を出たきり会えなくなった家族が、今もどこかで生きているのではないだろうか。家族たちは一縷の望みを胸に、来る日も来る日も避難所を捜し回った。

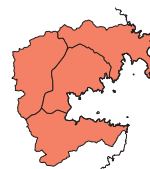
志津川地区のベイサイドアリーナ内にある文化交流ホールは遺体安置所となり、連日、家族を捜す人々が訪れた。全国から駆けつけた消防、警察、自衛隊によって、収容された遺体の発見場所や特徴などの情報が建物の入口に貼り出された。生きていてほしいと願いつつ、その貼り紙を食い入るように見つめる住民たちの姿があった。

遺体の名簿に家族の名前を見つけた人々に深い悲しみがにじむ。「帰ってきてくれてよかった」と誰かがつぶやく。行方不明の家族を捜し続け、待ち続ける苦しさは、遺族にしかわからない。

今なお 210 人の住民が行方不明となっている。

住民の声に耳を傾けて

ライフラインが
途絶した町を支えた支援



▲ 2011（平成 23）年 3 月 20 日山形からの給水支援。この頃になると全国各地から支援物資が届き始め、炊き出し支援なども行われるようになった。

写真提供 南三陸町社会福祉協議会

当初 1 万人に近い住民が避難生活を送っていた南三陸町では、町長がメディアを通じて食糧支援を訴えたことから、全国各地からたくさんの水や食料が送られ、また多数の炊き出し支援をいただいた。

当初は、内陸の住民が作ってくれたおにぎり 1 個を分け合い、温かいものをしばらく食べられなかった住民たちにとって、ボランティアの炊き出しは、忘れられない味となった。

また、水道が復旧するまでの間、隣接する登米市が水を提供してくれ、全国各地の自治体が給水車の運行を支援してくれた。民間団体、企業、そして全国、全世界の人々から寄せられた食料や生活用品などの救援物資は、続々と各避難所に届けられた。

また、2011（平成 23）年 4 月に入ると各避難所には被災した住民たちの心と体を癒そうと、さらに多様なボランティア支援が町内各所で展開された。マッサージや足湯、散髪、お茶飲みの場づくりなどのボランティアが訪れ、いずれも、住民たちの話に耳を傾ける活動だった。

人々の命を支えた山の湧き水 ～入谷地区 稲荷林～



▲入谷地区童子下字大羅に昔からこんこんと湧き続ける稲荷林の清水。

震災直後から約1カ月間、通常の3倍の水量が湧出し、断水で水に不自由していた住民たちを支え続けた。

写真提供 南三陸町観光協会

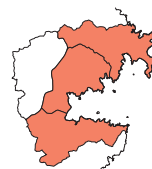
内陸の入谷地区は深い山からの湧き水に恵まれてきた。そのひとつ、^{どうじしたあぎだい}童子下字大羅の集落の奥に、^{いなりばやし}稲荷林と呼ばれて来た湧き水があり、古くから地域住民に守られてきた。

長い間断水が続き、すべての水道が復旧したのは2011（平成23）年8月だった。住民たちが水に困っていたその期間、稲荷林の湧き水では不思議なことが起こった。同年3月11日の大地震で、通常の3倍もの大量の水が湧き出るようになったのだ。大羅の人々は、その水を避難所などに供給し続けた。家屋の流失を逃れた高台の家々の住民たちも続々と水を汲みにやって来た。

自衛隊などの支援により給水態勢がほぼ整った同年4月7日の夜、激しい余震が起こった。その余震をきっかけに、稲荷林の湧き水は、何事もなかったかのように以前の水量に戻った。

住民たちを救った命の水は、今も静かに湧き続けている。

はるかな距離を越えて 翌朝から始まった救助活動



▲大津波から一夜が明けた志津川地区で生存者を搜索する京都市消防局の緊急消防援助隊

写真提供 京都市消防局総務課

南三陸町の沿岸部は大津波で何もかも破壊された。昇ってきた太陽の光に照らし出された無残に変わり果てた町の光景。住民たちにとって、それはまるで見知らぬ土地のようだった。

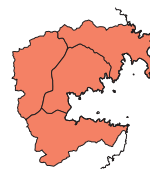
翌朝明るくなった頃、消防隊のユニフォームに身を包んで生存者を搜索する一団が、瓦礫をかき分けていた。県内の消防隊、そして京都市などのはるか遠方から駆けつけた緊急消防援助隊である。地震でひびや段差ができた危険な道のりを夜通しひた走って南三陸町に入り、大津波警報が発出される中、瓦礫に埋もれた生存者を搜索していた。

自らも救助に向かった町役場職員は目を疑った。「1,000 kmの距離を寝ずに駆け付けてくれたのか」涙があふれた。

彼らは長距離の悪路を移動した疲れを見せることもなく、危険な状況下で精力的に生存者搜索と救助活動を続けた。

国内の消防援助隊は、京都府、鳥取県、兵庫県、秋田県を含む4府県から508隊、1,939人が南三陸町に派遣され、海外からの救助隊も続々と到着して行方不明者の搜索活動が続けられた。

火葬ができない 弔うこともままならず



▲町内の墓地から海を臨む。震災前は建ち並ぶ建物の向こうに海が見えていた。今は海が近く見える。

捜索隊の手で発見された遺体が、次々とバイサイドアリーナ文化交流ホールに運び込まれた。おびただしい数の亡骸がホールに横たわる光景は、それが現実であるとは受け入れがたいものだった。

震災直後、宮城県には「遺体を安置する場所がない」「棺が足りない」などという沿岸自治体からの連絡が相次いだ。県内 27 カ所の火葬場のうち 7 カ所は被災するなどして稼働できず、宮城県の火葬能力は燃料不足もあって通常の 4 分の 1 程度に落ち込んだ。1 日 50 体程度の火葬しかできず、遺体の数に追いつかなかった。

2011（平成 23）年 3 月 13 日の新聞で、「南三陸町 1 万人不通」と大きく報道されたことを受け、宮城県からは町長に「まずは 1,000 体分の棺を送ります」と連絡が入った。犠牲者の数がまだ見通せない中で、町長は「当町では一体何人の被害が出るというのだろう」とその数から被害の大きさを想像したという。

被災各地で棺が不足する中、当町には棺の材料がトラックに山積みになって届いた。被災した住民たちがそれを荷下ろしし、ひとつひとつ組み立てた。

町の火葬場も停電で稼働できなかった。引き渡された遺体を火葬することもできず、遺族は途方に暮れた。近隣自治体の火葬場も順番が来るまでには時間がかかりすぎる状況だったため、山形県など、遠く県外で火葬する遺族も多くいた。仮埋葬の土葬を余儀なくされた被災自治体もあった中、南三陸町では仮埋葬という事態に至らずに済んだ。

しかし葬儀も行えず、火葬される棺をわずかに集まった身内で、寂しく見送るよりほかはなかった。

そして、今も行方不明の家族の帰りを待ち続ける人たちもいる。ある家では、あの日を最後に会えないままの家族の葬儀を行い、墓に名前を刻んだという。新たに名前を刻んだ墓に、何も埋葬するものがないという遺族の悲しみは察するにあまりある。

水尻川に仮設橋をかける 物流の大動脈をつなげる



▲巨大な構造材の組み立てを行う陸上自衛隊東北方面隊第2施設団。

写真提供 陸上自衛隊東北方面隊

沿岸部の幹線道路 国道 45 号は、水尻川を渡って石巻方面から南三陸町の中心部 志津川地区に入る。東日本大震災の津波は、南三陸町沿岸部の橋という橋を破壊した。水尻川の河口近くにあった水尻橋も、津波で右岸の陸地が大きくえぐり取られて崩落。志津川地区と戸倉地区や石巻方面を結ぶ大動脈が不通となった。

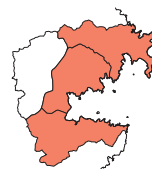
このため、志津川地区に緊急車両が入るためには、登米市東和町方面からアクセスするしかなくなった。

自衛隊は震災の 1 週間後、仮設橋を完成させたが、夜は緊急車両しか通れなかった。その後、2011（平成 23）年 4 月下旬に一車線交互通行できるようになり、同年 5 月 18 日二車線の仮設橋建設が行われた。

この橋がかかったことで、戸倉地区と志津川地区の往来もできるようになり、石巻方面からのアクセスも可能となった。

これにより、南三陸の物流の生命線がついに復活し、復旧作業に大きなはずみがついた。

だれかいなか？ 膨大な瓦礫をかき分けて



▲降りしきる雪の中で行方不明者の搜索が続く。(2011（平成23）年3月16日）

写真提供 陸上自衛隊西部方面隊

人命救助は「発災後 72 時間が勝負」とされる。津波で跡形もなく建物が破壊された町のどこかで生存者が救出を待っているかもしれない。「生きてる人はいませんか！」

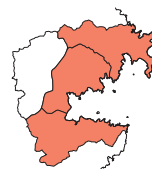
自衛官、消防士、警察官、そしてスイス、オーストラリア、ニュージーランドをはじめとする海外からの緊急援助隊などが、瓦礫の中で懸命の搜索を開始した。

目の前に広がる重量鉄骨や壊れた家屋の瓦礫の山が搜索する自衛隊の行く手をはばんだ。発見されるのは、突然日常を奪われた人たちの亡骸ばかりだった。ひとりでも多くの生存者をと意気込んでいた彼らに深い悲しみが広がった。その悲しみを胸に押し込めながら、ひとりも見逃すまいと、折り重なる瓦礫をよけ泥をかき分けて、来る日も来る日も搜索は続けられた。

避難所では、行方の知れない家族の無事を信じて、祈るように帰りを待ちわびる多くの住民たちの姿があった。

家族のもとに一刻も早く帰してやりたい。過酷な状況の中、だれもがその一心で搜索を続けた。

道を開け！ 命をつなぐために



▲志津川地区での道路の瓦礫を取り除く陸上自衛隊北部方面隊（2011（平成23）年5月12日）

何もかも流された住民たちの命を救うための食料や救援物資の輸送もインフラの再生も、すべては車両が通れる道が開かれなければ始まらなかった。鉄骨を切断し、側溝の土を掻き出し、橋を掛け、道路を確保するための厳しい作業が数ヶ月にわたり続けられた。

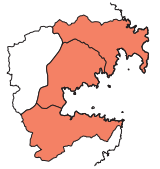


▲戸倉地区の国道45号を補修（2011（平成23）年3月22日）



▲志津川地区での道路復旧（2011（平成23）年5月1日）

写真提供 陸上自衛隊北部方面隊



▲住民たちの思い出の品、持ち主がわかる物は道路端に分別する陸上自衛隊西部方面隊第4師団。(2011(平成23)年3月18日)

写真提供 陸上自衛隊西部方面隊

津波が去った町はまさに異世界だった。瓦礫や漂流物が散乱し、道路沿いに続く杉林の高い枝には、人々のこれまでの生活感を強烈に発する衣服や布切れ、ビニールなどの無数の漂流物が引っかかり風に揺れていた。夕暮れ時薄暗くなると、怪しく揺れるその漂流物は、住民の日常が無残にも奪われた現実を否応なしに突きつけた。

これらの漂流物を撤去してほしいという住民からの訴えを受け、町長は自衛隊に相談した。高所の漂流物撤去は本来の自衛隊災害派遣業務の項目にはない作業だったが、自衛隊はこの要請を快諾して

くれた。「災害漂流物撤去作戦」と命名し、高所の漂流物をひとつひとつ手作業で取り除き始めた。写真や位牌などが発見されると、丁寧に道端に置いてくれた。

被災した住民たちの心に寄り添い、泥まみれで頑張ってくれた彼らの姿に私たちは今もなお敬意と感謝の思いを抱き続けている。

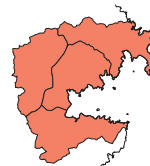


▲瓦礫の中に時折見つかる泥まみれの写真
(2011(平成23)年3月13日)

写真提供 南三陸町社会福祉協議会

救援物資輸送

一刻も早く人々が待っている場所へ



▲町内の複数避難所にソーラーパネルを搬入

写真提供 陸上自衛隊東北方面隊

沿岸部の道が途絶えたことで多くの集落が陸の孤島になった南三陸町では、水や食料、衣類、燃料、生活用品のすべてが不足した。約1万人の避難者に救援物資が行き渡るまでには、半月以上の時間がかかった。

自衛隊は、遺体搜索、道路復旧などの作業のかたわら、水やソーラーパネルなど、人々の命をつなぐために必要なものを運び続けた。当初、緊急車両が通れる道は限られ、内陸から沿岸部に至る主要道路は大渋滞していた。仙台の駐屯地から南三陸町までは、片道5時間もの時間を要する日もあった。

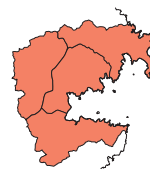


▲歌津中学校に降りたアメリカ軍の物資輸送ヘリから避難していた住民たちが物資を下ろし、リレーで搬入する。

写真提供 南三陸町社会福祉協議会

震災から3日目、まだ道路の通行がままならない時期にアメリカ軍からヘリコプターによるたくさんの支援物資が届けられた。避難者は「cold（寒い）」と身振り手振りで状況を伝え、翌日には水や毛布、そして温められた食料を届けてくれた。「トモダチ作戦」と銘打たれたその支援に、世界中から支えられている実感とアメリカの方々への感謝の気持ちでいっぱいになった。

避難所に届けられた数々の支援物資は、被災した住民たちの生活を大きく支えた。



ひとときの安らぎをくれた生活支援



▲志津川地区沼田に仮設された大浴場。陸上自衛隊西部方面隊第8師団が提供してくれた。
大きなお風呂で身も心も温まる。

熊本から救援に駆けつけた自衛隊が仮設したお風呂は通称「火の国の湯」と呼ばれ、その中は温かな湯気で満たされていた。全身を洗い、このお風呂で温まると、疲れが癒された。瓦礫だらけの町の厳しい現実をひととき忘れて、みんなが笑顔になった。

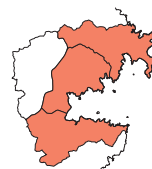


▲陸上自衛隊西部方面隊第4師団による炊き出し
(2011(平成23)年4月26日)

写真提供 陸上自衛隊東北方面隊

自衛隊が炊き出ししてくれるあたたかい食事は、当初冷たいものしか口にできなかった住民たちに生きる力を与えてくれた。なるべく多くの人々に、栄養のあるあたたかい食事を取ってもらいたいと工夫された炊き出しは、私たちにとって忘れられない味になった。

自衛隊撤収 感謝と心細さと



▲隊員たちを見送る住民たちは、沿道で手を振り続けた。

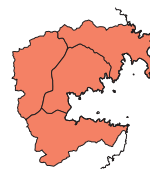
南三陸町に駐留し、行方不明者の捜索や復旧支援に当たっていた自衛隊のほとんどは6月末で撤収となった。津波でほとんどの機能が失われた南三陸町にとって、震災直後から住民たちを支え続けてきた自衛隊は、きわめて大きな存在だった。

しかし、陸上自衛隊第22普通科連隊（宮城県多賀城市）の活動は、2011（平成23）年8月にまで及んだ。連隊は行方不明者の捜索のほか、食事の提供、給水、入浴、ハエの駆除など多様な活動で住民を支え続けてくれた。

同年8月5日、バイサイドアリーナの多目的広場で、陸上自衛隊第22普通科連隊の撤収式が行われた。この日の式典には隊員34人が出席した。國友昭連隊長（当時）の「町が力強く復興することを祈っています」というあいさつに、私たちの胸は熱くなった。佐藤仁町長は「自衛隊は町民にとって大変心強い存在でした」と心からの感謝を述べた。別れを惜しみに駆けつけた住民たちは、いつまでも手を振り続けた。

心強かった自衛隊の存在が消え、私たちの心には一抹の寂しさが宿った。

悲しみに寄り添いながら



▲2011（平成23）年5月11日「南三陸の海に思いを届けよう」という集会在志津川中学校で行われた。
支援活動を行っていたNPOの呼びかけで、中学生や住民たちと共に自衛隊員たちも静かに海に向き合った。

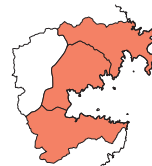
撮影 福田沙織

震災直後の南三陸町でいち早く行方不明者搜索と道路復旧などに当たった自衛隊は、作業を開始する際には必ず犠牲者に黙祷を捧げた。

多くの住民は、かけがえのない人たちと家や仕事をこの震災で失った。しかし、その現実に向き合うのには長い時間を要した。2011（平成23）年5月11日、NPOの呼びかけで「南三陸の海に思いを届けよう」という集会が開かれた。その頃は、「追悼」という言葉を使うことさえ、はばかれていた。音楽家の奏でる曲を聞きながら、それぞれが黙して海に向き合う時間が作られた。それまで気丈に避難所運営や炊き出しなどに従事してきた住民たちも初めて静かに涙を流した。

志津川中学校の校庭に駐留していた西部方面隊の隊員たちも静かにその列に加わってくれた。住民たちの悲しみに心を寄せ悼む場を共にしてくれる自衛隊員たちの優しさと誠意に、筆舌に尽くしがたいほど大きな力を私たちはもらった。

自衛隊は私たちのヒーロー 生きる勇気をありがとう



▲毎月末の日曜に開かれるようになった南三陸福興市で和太鼓演奏を披露する北部方面隊の隊員たち。
撤収が近づき、力強い演奏を聞かせてくれた。

南三陸町に派遣された自衛隊員たちは、2011（平成 23）年 8 月まで幅広い活動を展開していた。その間、避難所や給水、炊き出し、入浴、イベントなどの際に多様な交流が行われた。沖縄からの隊員は、子どもたちに三線を教えたり、活動の合間に子どもたちと遊んでくれた。また、たくさんの写真や思い出の品を瓦礫の中から丁寧に見つけ出してくれた。

過酷な環境の中、骨身を削って活動している隊員たちの姿に、私たちは口々に感謝の言葉を伝えた。



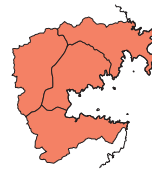
▲自衛隊への感謝を表す横断幕が町のあちこちに
掲示されていた。

隊員たちをもてなしたい気持ちはあったが、それができないことに住民の誰もがもどかしさを感じていた。

その誠心誠意の活動は、「自分たちもあきらめずに、がんばらなければ」という強いモチベーションを私たちに与えてくれた。

自衛隊は私たちのヒーローだった。

仮設住宅用地造成



▲南三陸町は平地が少ないため、仮設住宅建設のためには新たな用地造成作業が必要だった。
陸上自衛隊北部方面隊が用地造成作業に当たった。

一刻も早い仮設住宅入居をと、多くの住民たちが待っていた。しかし、南三陸町はリアス式海岸の地形から、住宅建設に適した平らな土地が少なく、用地造成が課題となっていた。学校の校庭以外の平地は畑しかなく、畑に住宅を建てるには整地が必要だった。しかし、地元の建設業は瓦礫撤去に追われ、従事できる人も重機もなかった。町長は仮設住宅用地造成工事が自衛隊の災害派遣業務ではないとは知りながらも何とかお願いできないかと嘆願した。北部方面隊の施設大隊長は町の窮地を前に上級部隊に掛け合ってくれ、用地造成工事を引き受けてくれた。

大隊長は町長に「その代わりひとつだけお願いがある」と言った。それは1団地の用地造成が終わる度に、町長が現場に赴いて隊員たちに「ありがとう」と言葉をかけてほしいということだった。



▲施設隊長たちが仮設住宅用地を確認し、
整地計画について話し合う。

自衛隊の施設中隊が各所に分かれ、狭い用地を切り拓いては整地する地道な作業が、休むことなく続いた。条件が必ずしも良いとは限らない中、自衛隊は確かな技術で、迅速に仮設住宅建設の基礎を整えてくれた。

町長がすべての現場に通い、「みなさんの努力に感謝したい。ありがとう。」と伝え続けたことは言うまでもない。自衛隊の支援なしに仮設住宅の建設遂行はありえなかった。

写真提供 陸上自衛隊北部方面隊

思い出探し隊 一枚でも多く住民たちのもとへ



▲作業テントの中で洗浄した写真を乾燥させる。

『まさか何もかも流されてしまうなんて』 住民の半数以上が家や家財を失い、着の身着のままになってしまったことを誰が想像していただろうか。

それぞれの宝物や思い出の写真も、幼い頃から慣れ親しんだ風景さえも、一瞬にして消えてしまい、津波で亡くした家族の面影を偲ぶことさえできなかった。

2011（平成 23）年3月末、瓦礫の中から写真や日記、名前が入った文房具やグローブ、位牌などを集め歩くボランティア活動が始まった。その活動は「思い出探し隊」と名付けられ、メンバーは当初7人だった。大分県から知人の安否を確かめようとやって来たスーパーボランティアで知られる尾畠春夫さんは、町の惨状を目の当たりにして、テントに宿泊しながらこの活動に参加した。やがて、行



▲家族や知り合いの写真はないか、
食い入るように写真を見つめる住民ら

方不明者を捜索する自衛隊や消防、警察なども瓦礫の中にアルバムや写真を見つけると、道路端にそれらを大切にまとめて置いてくれるようになった。全国から南三陸町に集まったボランティアが、日々、回収や写真洗浄を続けてくれた。

同年5月末、それらを入谷地区の廃校に展示して、住民たちへの返還が開始された。救出した写真は10万枚、アルバムは2千冊に上る。会場にやって来た住民たちは、思い出の写真を一心に探し続けた。



▲2011（平成23）年4月29日、30日に志津川中学校で行われた第1回南三陸復興市では津波で流失した店の名前がテントに取り付けられた。予想をはるかに超えた多くの住民が避難先から集まった。

被災してから約50日後の2011（平成23）年4月29日、30日の2日間にわたり、志津川中学校を会場に、第1回南三陸復興市が開催された。

南三陸町の店主のほとんどが店や自宅、家族や親戚、大切な仲間を失う中、復興市実行委員長の山内正文さんは、「心まで被災者になるな。おれたちがみんなを元気にしなきゃ。なるべく早く復興市をやろう。」といち早く動き出した。震災前に南三陸町の商店街は、全国の商店街と「ぼうさい朝市ネットワーク」を結んでいた。このネットワークに加盟している商店街の人々が、はるか遠方から市の開催に力を貸してくれたのである。とにかくみんなが集まる場を作ろう。その一心で店主たちは動き出した。

第1回の南三陸復興市には、1万5千人の人たちが集り、その多くは住民たちだった。避難して離れ離れになっていた住民たちが、被災後初めて再会し、生きていることを確かめ合った。会場のあちこちで人々は抱き合い、涙を流していた。

ここで「もう一度あなたの店のものを食べたい」という声を聞いた店主たちは、店は地域の人たち同士がふれあえる場でもあるということを再認識した。一時はあきらめかけた人たちが、店や会社を再建しようという勇気を取り戻した。

多くのボランティアや復興を支えようと訪れてくれたみなさんに、復興市の開催は支えられた。

イスラエル医療支援チームの活動



▲活動終了式典で、イスラエル医療支援チームから仮設診療所の鍵が佐藤仁町長に手渡された。
左から2番目は、施設設置を支援した宮城県栗原市、佐藤勇市長（当時）。（2011（平成23）年4月10日）

町内ではすべての医療機関が壊滅した。

2011（平成23）年3月28日から4月10日までの約2週間、イスラエル医療支援チーム約60名（医師14名、看護師7名、その他技師・通訳・運搬スタッフ等）が活動した。活動終了後、使用した医療機器等が南三陸町に寄贈された。災害時の相互支援協定を結んでいる宮城県栗原市が、速やかにプレハブ診療所、発電機、照明設備、給水、仮設トイレ等の提供・設置を行い、この医療支援活動を支えた。

チームは、プレハブ診療所での診療に加え、避難所を巡回したり、往診での妊婦検診、避難所内で活動していた他の医療関係者の依頼による検査などを行った。

活動最終日の同年4月10日夕方に、活動終了式典が行われた。チームのほか、佐藤勇栗原市長（当時）、佐藤仁町長、在日イスラエル大使館関係者等が出席した。チームの一人一人に折り鶴が贈られ、親しくなった子どもたちも駆けつけて見送った。

この建物は、公立志津川病院に引き継がれ、同年4月中旬から臨時診療所となり、ここで外来診療が始められた。

命を守る拠点再生 台湾の熱い友情



▲南三陸病院・総合ケアセンター南三陸の前に設置された台湾への感謝を表す石碑。

2015（平成 27）年 11 月 25 日の落成式には、中華民国紅十字会（台湾赤十字）の王清峰 会長（当時）（右から二番目）も参列した。（右端は梁毅鵬 台北駐日経済文化代表処 顧問（当時） 中央は佐藤仁 南三陸町長 左端は櫻田正壽 南三陸病院長（当時））

2015（平成 27）年 12 月 14 日、「南三陸病院・総合ケアセンター南三陸」が高台の志津川地区に開業した。南三陸町の医療拠点だった公立志津川病院は、5 階建ての建物の 4 階まで浸水し、患者と看護師合わせて 74 人が犠牲になった。

命を守り支える場所の再生が急がれた。新病院は、内科や外科、小児科など 10 科の診療科を備え、病床は 90 床。また、保健福祉課、地域包括支援センター、訪問看護ステーション、南三陸町社会福祉協議会、子育て支援センターなどの機能がこの施設に集約された。

新病院の建設費用を支えたのは、台湾から寄せられた義援金だった。建設費約 56 億円のうち、約 4 割に当たる 22 億 2,000 万円が中華民国紅十字会（台湾赤十字）からの寄付である。



▲南三陸病院・総合ケアセンター南三陸全景

これを機に南三陸町と台湾は相互に訪問し合い、友情を深め合ってきた。台湾から南三陸町観光協会にインターンが派遣されたり、台湾から学生たちが教育旅行で訪れ民泊を体験するなど、住民たちとの交流は深まっている。

農業の復旧 失われた小規模農家の生活文化



▲市街地の手前に見える被災農地は、ほ場整備事業で再生した。

写真提供 宮城県気仙沼地方振興事務所農業農村整備部

南三陸町では、462ヘクタールの農地が浸水被害を受けた。

農業従事者の多くは自宅のそばに農地を所有し、主に自家用野菜を栽培して自給していた。自家消費しきれない野菜を近所や親戚などに配り合う生活文化が根付いており、作物のやりとりを通して、事ある毎に助け合う顔の見えるコミュニティが育まれていた。

しかし、住民たちは津波被害をきっかけに高台移転を余儀なくされ、農地と離れざるを得なかったことから、農作物の栽培は行われなくなり、作物をやりとりする生活文化も失われてしまった。

農地の復旧に関してもこれまでの農地経営とは異なる道を選択せざるを得なかった。個別の小規模農家にとっては、自宅も再建しなければならない中、農業機械や農業施設の再整備への投資は困難だった。そのため、南三陸町では可能な限り農地を集約しながら、ほ場整備事業などを進めることにより、農地の有効活用と効率的な営農促進を進めた。

整備済み農地面積の約66%の181ヘクタールで営農は再開された。そのうちの86ヘクタールは、ほ場整備事業を導入して再生した。

商業の復興

手を取り合って立ち上がった事業者たち



▲福興市は、毎月大勢の来場者でにぎわった。(2011(平成23)年11月4日)

南三陸町の6割の建物が被害を受けたことによりほとんどの店舗が失われ、商業の再建は、極めて困難と思えた。事業者たちはさまざまな補助事業を活用し、事業者同士助け合い協力し合いながら、再建へと歩み始めた。

中小企業基盤整備機構による仮設商店街への支援やグループ事業補助金は大きな力になった。複数の事業者がグループを組織し、互いに知恵を出し合い経営計画を立て、再建への足がかりにした。

一時は、再建を断念した経営者たちも「もう一度やってみよう」と前向きな気持ちを取り戻すことができた。それに加えて、多くのボランティアが南三陸町を訪れて積極的な消費行動を進めてくれたことや被災地のものを購入して支えようという社会の流れが、経営再建を後押しした。

特に南三陸福興市や仮設商店街は、事業者たちが持ち前の明るさとおもてなし精神を遺憾なく発揮する場となった。手を取り合って頑張る事業者たちの姿に多くの人たちが心を動かされ、交流が深まる好循環が生み出された。その交流は、南三陸ファンを全国に作り出すことにつながり、事業の再生を助けるだけでなく、まちづくりの活力にもなった。

志津川地区の仮設南三陸さんさん商店街は、被災地の復興をリードする商店街として数々の表彰を受け、天皇陛下にも行幸いただいた。

この実績を本設商店街につないで、人と人との出会いと笑顔を生み出す場として、心あたたまる商店街を目指し続けている。



▲2017(平成29)年3月3日に本設の南三陸さんさん商店街がオープンした。



▲8店舗でスタートしたハマーレ歌津は、開放的な雰囲気の商品街となった。

水産業の復興

仲間たちと力を合わせて辿った復興への道



▲2013（平成 25）年 2 月、戸倉地区水戸辺漁港では毎朝のように「がんばる養殖事業」に参画した漁業者たちによるワカメの湯通し作業が行われていた。

南三陸町の基幹産業である水産業は、津波被害でかつてない危機に陥った。

町の水産業は、ギンザケ、カキ、ホタテ、ワカメ、ホヤの養殖業に加え、イサダ、ミズダコ、マダラ、秋鮭の水揚げが主軸で、中でも秋鮭は孵化放流事業により県内 1～2 位の水揚げを誇っていた。

しかし、養殖施設、漁船、漁業資材や水産物共同処理施設などが津波で全壊し、漁港や魚市場などの水産業に関わるあらゆるインフラも流失した。さらに、漁業者たちの多くは、自宅も失っていた。

生業の場や道具、暮らしの場などすべてが失われ、誰もが本当に復旧できるのかと思った。しかし、漁業者たちは、海に出ることさえできれば必ずやり直せると信じていた。

やがて国は、漁業者が共同利用する船の再建に 6 分の 5 を補助する「共同利用漁船等復旧支援対策事業」や共同経営の養殖事業を支援する「がんばる養殖事業」などの補助事業を立ち上げた。漁業者たちは、みんなで話し合いながら補助を活用し、生業を再生した。養殖の共同経営体毎に補助を受けることになるため、漁業者たちは、共同経営を一定期間行うことになった。それは、持続可能な養殖体制や海の環境づくりについて、みんなで話し合い考え直す好機となった。

戸倉地区では、地域住民同士で生活や仕事、祭りの運営などを助け合う「講」の伝統が継承されていた。カキ生産者たちは、未来に豊かな海をつなぐためにカキの養殖筏の数を 3 分の 1 に減らし、環境負荷を抑制しようという思い切った決断に至った。そして、震災前以上に経営を好転することに成功した。

この戸倉かき生産部会は、2016（平成 28）年に日本初の ASC 認証を取得し、2019（令和元）年 11 月 14 日には、農林水産祭天皇杯受賞の栄誉に輝いた。元通りの復旧ではなく、未来を見据えた先進的な取り組みで、一躍日本の養殖界のトップランナーとなった。

新たな産業創造のきっかけを生み出した企業の支援



▲植樹作業を行う企業ボランティアのみなさん。
漁業や農業への支援活動も町内各地で繰り広げられた。



▲イベントの後方支援を行うボランティアのみなさん。
息の長い交流が今も続く。写真提供 南三陸町観光協会

震災後多くの企業から、水・食料・生活物資の支援に始まり、イベントの後方支援、森づくりや水産業の復興支援、観光交流拠点支援、住民のための福祉支援など、多岐にわたり大きな力をいただいた。

2011（平成23）年4月28日から6月30日までの63日間、除雪車を利用して、避難所の風呂にお湯を提供する企業支援が続けられた。このお風呂は延べ2,237名に利用され、住民たちは、ひとときの安らぎを得ることができた。

海水を真水に変える機械を提供してくれた企業もあり、水道の復旧に苦慮していた南三陸町に、いち早く命の水の支援をいただいた。

林道整備や植樹などの森づくりにも継続的な支援をいただき、間伐材などで木のグッズ作りを行う取り組みは、環境保全や新たな産業の醸成にもつながっている。

イベントを継続支援してくれた企業とは、復興連携協定を締結し、南三陸町観光協会のマーケティング業務の支援や、ICT（情報通信技術）を通じたまちづくりに寄与いただいている。

また、震災直後、社員が南三陸町にボランティアとして訪れたことがきっかけで、交流が始まった企業もある。「大切なのは、“支援する”ことではなく、交流を生み人の輪を広げていくこと」という気づきから、「人同士、地域間、人と未来との橋渡しをする」というコンセプトのレストランが東京に誕生し、そこでは、南三陸町産の食材が使われている。

企業が提供してくれた観光交流拠点となる建物では、多彩な交流が繰り広げられ、町と住民の活力を創り出した。

企業人たちの専門知識と住民たちを元気づけようという熱い思いは、南三陸町に新たな産業創造のきっかけをもたらした。彼らとの交流を通して、未来を見据えた持続可能な産業へのビジョンが次々と生まれた。



◀南三陸町の食材を使用したメニューを提供する東京のレストラン



◀南三陸町観光協会の拠点となった南三陸ポータルセンターは、企業支援のもと建設された。ここでは多彩な催しや交流イベントが行われた。

写真提供 南三陸町観光協会

命を救った災害時の相互応援協定 友好町 山形県庄内町の熱い支援



▲庄内町のみなさんによる炊き出し支援（歌津地区）

写真提供 山形県庄内町

水、食糧、電気など命を支えるすべてのものが途絶えた南三陸町で、速やかに救援活動を展開してくれたのは、東日本大震災で被災しなかった震源地から遠い自治体だった。

友好町盟約書を交わし、災害時の相互応援協定を結んでいた山形県庄内町の先遣救援隊は、2011（平成23）年3月13日の朝、毛布50枚、肌着50組、水を積んで南三陸町に向かった。到着した南三陸町は、変わり果てていた。南三陸町長、副町長に面会し、必要な物資を聞き取り、翌14日から本格的な支援が始まった。

毎日4トン車2台に水、おにぎり、無洗米を積んで、片道5時間以上の距離を走った。同年3月末までの毎日、8,000個のおにぎり、1トンの水が、この距離を越えて届けられた。時に凍結する山越えの道を走り、届けられたおにぎりの数は延べ10万個にのぼる。

応急的な支援が一段落して、庄内町と庄内町社会福祉協議会の共催で「南三陸町復興支援災害ボランティア」が組織され、「心の支えになろう」とバスを用いたボランティア支援が行われるようになった。また、南三陸町の住民や子どもたちを庄内町に招くなど、心通い合う交流が続けられた。

以前から旧歌津町と旧立川町の小学校では交流が行われており、両町民の交流の土台があったことから、今回の大災害に際して、相互応援協定は、迅速かつ的確にその機能を発揮することができた。

住民を勇気づけたボランティアのみなさんの姿



▲ 2011（平成 23）年 9 月 28 日午前 9 時過ぎ、災害ボランティアセンターの前には多くのボランティアが集合していた。

写真提供 南三陸町社会福祉協議会

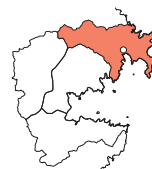
2011（平成 23）年 3 月 26 日、南三陸町社会福祉協議会は、山形県社会福祉協議会と大阪府の堺市社会福祉協議会の支援を受けてベイサイドアリーナの敷地内に災害ボランティアセンターを立ち上げた。

全国から集まった個人のボランティアに加え、企業名の入ったビブスを身に着けた企業ボランティアや NPO、NGO などが毎朝、災害ボランティアセンターの前に行列を作った。災害ボランティアセンターは、2016（平成 28）年 3 月までに延べ 15 万 1,000 人のボランティアを受け入れた。災害ボランティアセンターで受付せずに直接活動したボランティアを含めると 20 万人以上の人々が南三陸町で何らかの支援活動を行っており、10 年を過ぎても支援活動を続けている団体や個人も多い。

被災した住民たちが仮設住宅に落ち着いて以降、ボランティアは、産業支援の作業に移行した。海浜・田畑の瓦礫撤去、漁具などの整備、漁港の復旧から始まり、農業では種まきや草取り、収穫の支援、水産業ではワカメの収穫支援など多岐に渡る作業をお手伝いいただいた。

南三陸町の漁業者たちは、ボランティアのみなさんが収穫したてのワカメの味に感動するのを目の当たりにして、自らの生業の価値を再認識した。ボランティアの存在は、私たちの復興の大きな力となった。絶望のどん底にいた私たちにくるさとへの誇りを見出させ、決してあきらめず奮い立たせる力を与えて続けてくれたのは、南三陸町に通い続けてくれたボランティアのみなさんにほかならなかった。

ポストがつないだ絆



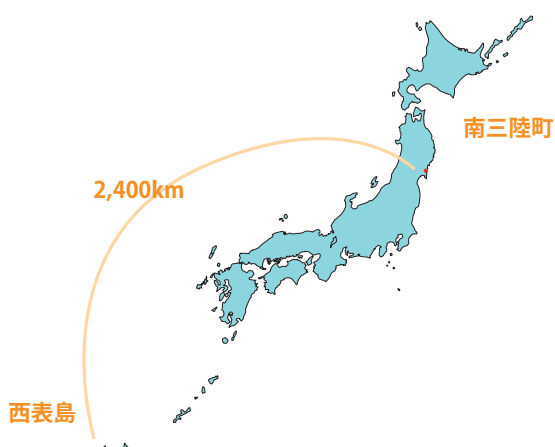
▲南三陸町歌津から流されたポストが太平洋を漂流後、沖縄の人たちの支援で歌津に返還された。写真提供 (株)南三陸まちづくり未来

南三陸町では、東日本大震災で発生した大津波により、多くの命や思い出のつまった様々なものが海へ流されていった。歌津地区のコンビニエンスストアの前にあった郵便ポストもそのひとつだった。変わり果てた南三陸町の姿を悲痛な思いで見つめながら、なんとかふるさとを復興させたいと歩んでいた住民たちのもとに、信じられないようなニュースが飛び込んだ。

歌津地区から津波で海に流されたポストが、太平洋を1年9カ月漂流した末に2,400キロメートルも離れた沖縄県の西表島北東部ユツン川河口付近に流れ着いた。

砂まみれで傷だらけになったそのポストは、沖縄の多くの方々の尽力により、2013（平成25）年8月11日、歌津に返還された。たった一つのポストを宝物を扱うように返還してくれた沖縄の人たちのやさしさが、私たちの胸を打った。このニュースは全国の人たちにも大きな感動を与えた。

ポストがつないだ絆を祝おうと住民たちの手で「歌津復興夏まつり」が開催された。手紙が入っていないなくてもポストは目には見えないあたたかなメッセージを届けてくれた。沖縄と歌津地区の住民たちの心が強い絆で結ばれた。



オーストラリア ギラード首相訪問

「不屈の精神感じた」



▲佐藤町長の案内で壊滅した町を視察する、ジュリア・ギラードオーストラリア首相（当時）。

写真提供 オーストラリア大使館

2011（平成 23）年 4 月 23 日午前、オーストラリアのジュリア・ギラード首相（当時）が南三陸町を訪問した。佐藤仁町長らの案内で津波で破壊された市街地を視察し、避難所になっているベイサイドアリーナを訪れ、靴を脱いで被災した住民たちに歩み寄り、激励した。また、コアラやカンガルーのぬいぐるみやお菓子を子どもたちにプレゼントした。

オーストラリアは震災直後の 3 月 16 ～ 19 日に救助隊員 76 人と救助犬 2 匹を南三陸町に派遣し、救援活動を実施した。

ギラード首相は、「このような惨状で多くの人が助かったのは奇跡。避難所で住民と触れ合い、日本人の不屈の精神と勇敢さを感じた。」と話した。（河北新報 4 月 24 日朝刊より抜粋）

図書館として活用された「コアラ館」もオーストラリア・ニュージーランド銀行からの支援である。

天皇皇后両陛下のご訪問



▲避難所になっていた南三陸町立歌津中学校で、被災した住民に声をかける天皇皇后両陛下。

写真提供 河北新報社

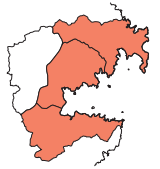
2011（平成 23）年 4 月 27 日、津波の爪痕が生々しい南三陸町を天皇皇后両陛下（現上皇ご夫妻）が訪れた。伊里前小学校の校庭から壊滅した市街地を視察され、両陛下は海に向かって黙礼された。

避難所になっていた歌津中学校では、被災者の元に歩み寄って畳の上に膝をつかれ、被災した住民たちと目線を同じにして、気遣うお言葉を 30 分以上もかけられた。この日は、予定を 10 分ほど延長してお見舞いとなった。お言葉をかけられた住民たちは、「感謝でいっぱい。これを励みに前を向いて頑張りたい。」と涙を流した。

その 3 年後の夏、両陛下は再び南三陸町を訪問。志津川地区の仮設南三陸さんさん商店街を視察され、商店主に励ましのお言葉をかけられた。

天皇皇后両陛下がいつも被災地に心を寄せてくださっていることが、被災した住民たちの心を今も支え続けている。

津波が結んだチリとの友情



▲2013年5月イースター島の人々の手で作られたモアイ像が南三陸町に贈られた。

写真提供 南三陸町観光協会

約17,000キロメートルの距離を越えて、南三陸町とチリは、友好関係を深めてきた。そのきっかけは、南三陸町で41名が犠牲となった1960（昭和35）年5月24日のチリ地震津波だった。この津波の記憶を未来に伝えようと、30年後の1990（平成2）年に国鳥コンドルの碑がチリから贈られ、1991（平成3）年には南三陸町がチリ人彫刻家に依頼して作ったイースター島のモアイが、志津川地区の松原公園に設置された。

震災直後の2011（平成23）年4月28日、チリ共和国パトリシオ・トーレス在日大使（当時）は自ら車を運転して南三陸町を訪問。志津川中学校に立ち寄って生徒や教職員にお菓子を贈り、同年6月1日にも再訪して生徒たちを励ました。また、2012（平成24）年3月30日にはセバスティアン・ピニェラ大統領（当時）が町を訪れ、新たなモアイ像の寄贈を約束した。東日本大震災で壊滅した町に新たなモアイ像を贈ろうと、日智経済委員会チリ国内委員会はイースター島の長老会に協力を求めた。

イースター島の石に彫られた、高さ3m重さ2tの巨大なモアイ像は、島外に出たことはない。2013（平成25）年5月に南三陸町に寄贈されたモアイが、史上初めて島外に出た貴重なモアイ像である。

「モアイ」は、イースター島のラパ・ヌイ語で「未来に生きる」という意味だ。未来に生きる南三陸町の人々を、遠い未来まで勇気づけ、見守り続けることだろう。

全世界からの心あたたまる大きな支援 子どもたちへのエール



▲国際的な NGO からも多大なご支援をいただき子どもたちの教育環境が再生していった。
足繁く町を訪れ、子どもたちを励まし続けてくれたサッカーの長谷部誠さんとボールを追いかける子どもたち。

写真提供 ©日本ユニセフ協会 /2011/satomi matsui

津波に何もかも流され、一時は絶望のどん底にいた私たちに寄せられた寄付や寄贈は枚挙にいとまがない。大企業や国際的な NGO からの寄付もあれば、子どもたちがお小遣いを出し合って集めてくれた募金もあった。私たちを思いやるあたたかいメッセージや復興を祈る千羽鶴…。全世界からいただいた有形無形のご支援に「私たちはひとりじゃない」「あきらめずにがんばろう」と何度思ったことだろう。それが“エネルギーのもと”となり、私たちは頑張ることができた。

町の未来を担う子どもたちにも、多くの心あたたまる支援が寄せられた。当たり前の日常を奪われた子どもたちを心配し、少しでも心なごむ環境をと、民間、公立を問わず、教育施設や遊具の再建などをご支援いただいたほか、各界のプロスポーツ選手たちが次々と子どもたちのもとを訪れ、彼らの心に残る交流の機会をいただいた。

全壊した南三陸町学校給食センターは、NGO や自治体からのご支援により 2018（平成 30）年 3 月に再建され、町立小学校 5 校、中学校 2 校の子どもたちに、より安全で安心な学校給食の提供を開始することができた。

また、震災直後から町内の子どもたちに絵本の読み聞かせをしたり、おもちゃや農作物などの差し入れのために通い続けてくれたボランティアもいた。

派遣職員の力に支えられて 即戦力となったエキスパートたち



▲派遣職員のみなさんによる年度末の記念撮影。 2018（平成30）年3月23日

行政機能が壊滅状態になった私たちの町を支えてくれたのは、全国の自治体が派遣してくれた応援職員の力だった。

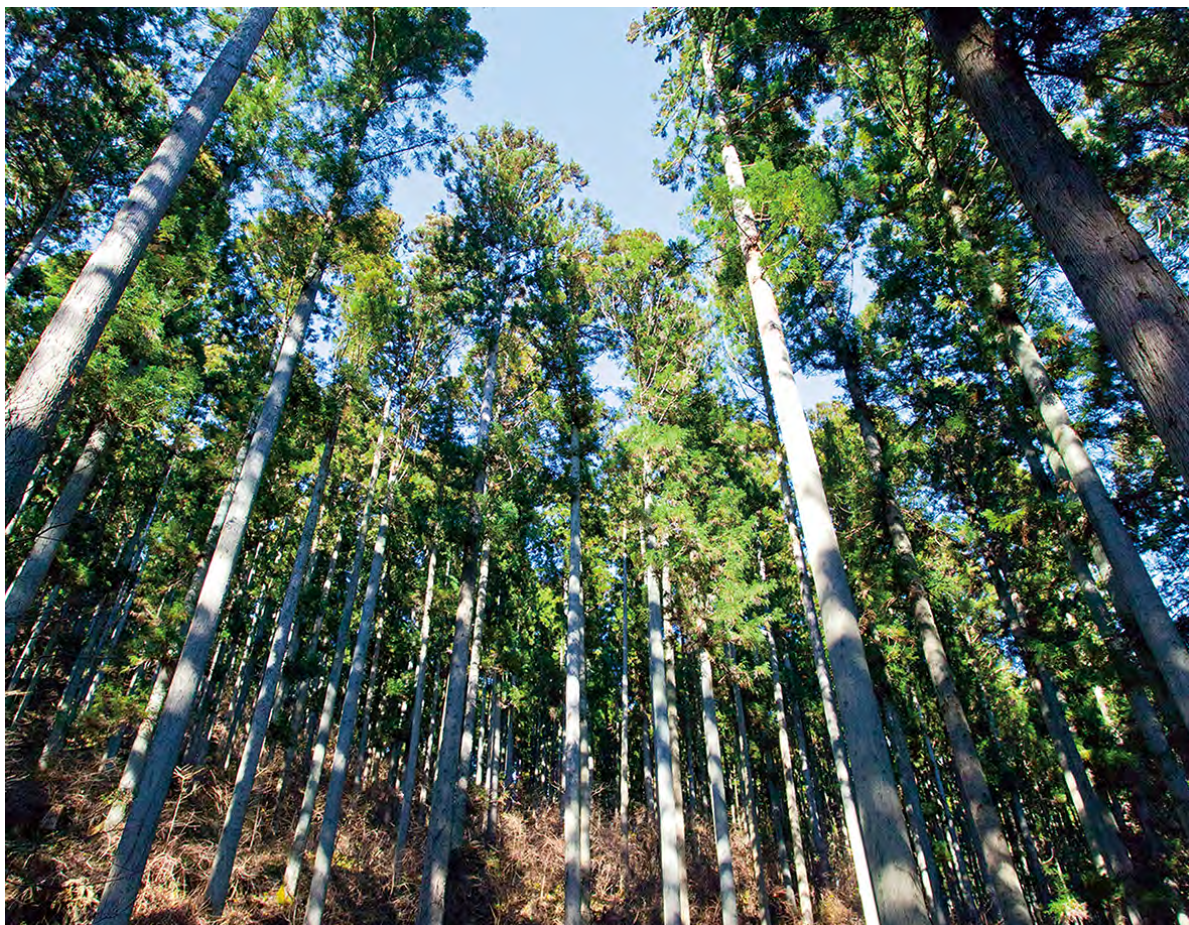
被災から10日が経った頃、関西広域連合の兵庫県・徳島県を皮切りに、全国から自治体名のビブスを着けた緊急応援職員たちが次々と到着し、地元職員に交じって罹災証明書の発行作業などを手伝ってくれた。岩手県一関市に宿をとり、交通事情も劣悪な中、通常なら1時間もあれば通える道のりを2時間以上かけて通い続けた職員もいた。座席を取り払ったマイクロバスの車中に寝泊まりしながら仕事をした職員もいた。

5月になると、地方自治法に基づく長期にわたる職員派遣も始まった。派遣してくれた自治体は79、派遣職員数は521人、延べ746人（令和3年3月末時点）にのぼった。

応援職員たちは、被災後の厳しい生活環境を覚悟し、壊滅した町の再建という過酷な仕事に手を挙げて志願してくれた勇敢な方々である。雪が降らない地域から来た職員は慣れない雪道の運転に疲れ、聞き慣れない方言で話される電話に四苦八苦した。各地から参集した見ず知らずの職員たちが力を合わせて南三陸町の再建に尽くしてくれる情熱とやさしさ。それは地元職員にとってどんなに有り難かったことか。彼らの心意気に何度となく涙した日々だった。震災後の復旧・復興に係る膨大な仕事は、この応援職員の力がなければ到底こなすことはできなかった。

行政事務のエキスパートたちはそれぞれの出身地と南三陸町を結んだ。災害は時と場所を選ばず、突然やって来る。その時、このネットワークは共に助け合う命の糸となるに違いない。

林業の復興 「いのちめぐるまち」を具現化する業態へ



▲山主たちの手で管理されてきた南三陸の杉美林

写真提供 南三陸町観光協会

南三陸町は良質な杉材の生産地で知られる林業の町でもある。津波で製材所が全壊し、林業も危機的状態に陥った。しかし、先人たちの代から守られて何十年もの年輪を刻んできた森林は、震災前と変わらなかった。その力強い姿を見た林業関係者は手を取り合って立ち上がった。「豊かな海を維持するためにも林業は頑張らなくちゃいけない」という思いだったという。

町境がほぼ分水嶺と重なる南三陸町では、海、里、山がつながっている。湾内で養殖されるカキなどは山からの水に含まれる豊かな滋養で育ち、木は海からあがる霧の水分やミネラルで育てられる。2015（平成 27）年、町内の林業関係者が連携して、日本で 35 件目、宮城県で初めての F S C 国際認証を取得した。現在は町の約 12,000ha の森林のうち、約 2,470ha が国際認証林となっている。収益をあげる生業というだけでなく、多様な生物が生息する森林にしていくことで、海を含めた生命の循環を質の高いものにしていくという挑戦が続いている。

南三陸杉は生長が早く、強度に優れ、ピンクがかった美しい色が特長だ。製材、建設、プロダクト製作などの町内事業者とも連携して、CoC 認証を取得。南三陸杉の国際認証材を製品化して、広く流通させる体制も整った。

再建された南三陸町役場本庁舎と歌津総合支所には、主要な建材に FSC 認証杉材を 100% 使用し、日本で初めて FSC® 全体プロジェクト認証を取得した公共施設となった。

CoC 認証… 森林管理（FM）認証を受けた森林から産出された木材・紙製品を適切に管理・加工していることを認証する制度

学校再開 子どもたちの学びを守るために



▲ 2011（平成 23）年 5 月 11 日に登米市の旧善王寺小学校で行われた南三陸町立戸倉小学校の入学式。

子どもたちの日常は、あの日一変した。ほとんどの学校は高台にあり、避難場所・避難所に指定されていたが、その場所までもが津波にのみ込まれ、学校という地域の安全・安心の要はいとも簡単に崩壊した。戸倉小学校は全壊、戸倉中学校、名足小学校、伊里前小学校も浸水して校舎が使えなくなった。学年が切り替わる大切な時期にもかかわらず、学びの場が失われ、津波被害を免れた学校は避難所となり、大勢の住民が押し寄せて混乱を極めた。

子どもたちの学習再開が急がれた。登米市は 2009（平成 21）年 3 月に閉校した旧善王寺小学校を、戸倉地区の戸倉小学校、戸倉中学校のために開放してくれた。学校再開のために必要な机、椅子、黒板などの備品や簡易給食も、登米市から提供されたほか、さまざまな団体から子どもたちの学用品や文具などを支援していただいた。また、南三陸の複数の学校が避難所として使えなかったため、登米市は登米中学校に避難者を受け入れてくれた。寝具や衣類が用意され、避難したその日から寝具で休むことができた。

震災から 2 カ月後の 5 月 10 日に、町内の小中学校が再開した。児童生徒たちの声が久しぶりに校舎内に響いた。子どもたちが安心な日常を取り戻し、落ち着いて学習に取り組めるよう、教師たちは心を配った。

2012（平成 24）年 3 月末まで戸倉小・中学校の児童生徒は、旧善王寺小学校に通い続けた。同年 4 月からは南三陸町内の被災を免れた志津川小・中学校にそれぞれ併設された。戸倉小学校は 2015（平成 27）年 10 月に高台に再建され、戸倉中学校は 2014（平成 26）年 4 月に志津川中学校と統合された。

後ろ髪を引かれながらふるさとを離れる 二次避難という選択



▲町を一時離れる住民たちに手を振る佐藤仁町長（2011（平成23）年4月21日）

壊滅的被害を受けた南三陸町では、避難所の適正な受け入れ人数をはるかに超えた状態が続いていたため、一時的に環境の整った町外で避難生活を送ってもらおうと周辺自治体にいち早く支援を要請した。町内では、南三陸ホテル観洋が約600人を受け入れた。また、内陸部の登米市、栗原市、大崎市が二次避難者の受け入れを表明してくれたため、集団避難を実施するべく、2011（平成23）年3月26日に住民説明会を行った。

行方不明の家族を待ちたい、家族の通院をどうするのか、子どもが通学できるのか…。そう考えると、住民たちにとって町を離れる決断をすることは難しかった。住み慣れた地域から知り合いがいない場所に二次避難することは、特に高齢の住民たちにとっては不安だった。

意向調査を経て、同年4月3日に第一陣の500人が登米市、栗原市、大崎市、加美町の避難先に向かった。宮城県が旅行代理店とともに、二次避難先の温泉地での部屋割りや送迎バスの手配などを行った。南三陸町では、要介護者・通院者などを優先して、保健師がメディカルチェックを行いながら送り出した。鳴子温泉への避難者は800人を超え、山形県など県外へも二次避難が行われた。同年5月半ばのピーク時には南三陸町からの二次避難者は2,755人を数えた。

町内外 58 箇所での仮設住宅建設



▲志津川中学校の校庭で始められた仮設住宅建設（2011（平成 23）年 4 月 14 日）

当初は約 1 万人の住民が避難所で暮らした南三陸町。町内外の民間アパートを「みなし仮設」として使用すると共に、仮設住宅の建設が直ちに始められた。しかし、まとまった戸数の仮設住宅を建設できる平地は学校の校庭や町営の運動場しかなく、用地探しは困難を極めた。その結果、隣接する登米市に仮設住宅団地を建設させてもらうことになり、登米市南方に、仮設住宅団地の中で最大規模の 351 戸が 2011（平成 23）年 6 月に完成した。町内では小さな用地に建設するしかなく、自衛隊に要請し、使えることが確認できた土地から整地を進めてもらった。



▲志津川中学校校庭の仮設住宅建設
2011（平成）23 年 4 月 26 日

同年 8 月中旬完了を目標に、町内と登米市に 58 団地計 2,195 戸のプレハブ仮設の整備が進められた。2012（平成 24）年 2 月のピーク時には 1,941 世帯 5,841 人が仮設住宅に入居。58 カ所の団地が分散する中で、被災した住民たちへの生活支援も大きな課題となった。

被災直後の混乱の中で奮闘した教職員たち



▲ 2011（平成 23）年 3 月 11 日の職員室の板書。翌 3 月 12 日は卒業式が行われる予定で
講堂には紅白幕が飾られていた。

写真提供 三浦秀一

町の人口の約 3 分の 2 の人たちが帰る家を失い、高台の避難所は着の身着のまま避難した人たちであふれていた。

被災を免れた高台の学校では、教職員たちが、電気も水も通信も途絶えた中、児童・生徒の所在確認や安全確保、避難者たちの対応に追われていた。

トイレも使用できなくなったため、プールの水をバケツで運び、夜は理科室にあったロウソクの明かりを頼りに、生徒たちと共に教室で一晩を過ごしたという学校もあった。

翌日から教職員たちは奮闘した。屋外にトイレを作ったり、夜間は校舎を見回って、住民たちの避難所生活を支え続けた。教職員の中には、自宅が被災した人もいた。家族が無事なのかもわからない状況の中、彼らは学校に泊まり続けながら学校再開の準備を続けた。子どもたちに一日も早く当たり前の日常と学びの場を取り戻したい一心だった。

当時の生徒たちは、寄り添ってくれた教職員たちの姿を、大人になった今でも鮮明に覚えている。

被災住民が生活を支える担い手に

南三陸方式の生活支援員
(LSA) の取り組み



▲仮設住宅を訪問する生活支援員（2011（平成23）年10月11日）

写真提供 南三陸町社会福祉協議会

地域活動の拠点である各地区の集会所のほとんどを失い（地区集会所 55 カ所中 38 カ所が被災流出）、行政のコミュニティ活動支援は一時その機能を失っただけでなく、仮設住宅団地は 58 カ所に分かれていた。

町役場から被災者支援事業を委託された南三陸町社会福祉協議会は、被災者に雇用の場を設けるために制度化された緊急雇用事業を活用し、2011（平成23）年夏、被災者支援を行う臨時職員（被災者生活支援員）を 100 名募集した。福祉の知識のない住民たちを雇用し、きめ細かい生活支援につなげようという挑戦である。①同じ仮設住宅に住みながらの滞在型支援。②サテライトから支援を続ける訪問型。この2つの形を組み合わせながら、被災者が被災者を支える南三陸方式の生活支援が行われた。

研修で伝えられるのは「被災した人たちの苛立ちや不安を受け止める辛さやストレスを覚悟し、その上で被災者の生活を支えてほしい」ということだった。マニュアルを作らずに、生活者目線で支援員たちができることを生かし、出し合ったアイデアをみんなで実現するというやり方を一貫して続けた。避難所や仮設住宅一戸一戸を巡回して水等の物資を配りながら、住民たちの生活状況を把握し、サロン開催や見守り支援を行った。支援員と住民の間に信頼関係と生きる意欲が育まれていった。

住民が主役の、互いに喜びを分かち合う生活支援は、結果的に住民それぞれの多様なニーズに応えることにもつながった。

2011（平成23）年7月に受託してから事業が終わった2018（平成30）年3月までの6年9カ月で、町内外の仮設住宅やみなし仮設などで支援員が行った訪問支援は、延べ101万2,398件にのぼる。このうち約56万件は、仮設住宅で暮らす60歳以上の住民が担う滞在型支援員による見回りだった。

住民同士の支え合いの場が生きる喜びを生み出す「ほっとバンク」



▲内陸部の農家でカブの収穫に手が足りないという声を聞きつけて住民たちが集まった。

写真提供 南三陸町社会福祉協議会

2015（平成 27）年 5 月 13 日に南三陸町社会福祉協議会は「ほっとバンク」という住民のボランティア登録制度を創設した。地域住民が登録し、自分のできる範囲でできることを行うことで、住民一人ひとりが生きがいを実感し、コミュニティ内で支え合うことを目指している。人様へのちょっとしたお手伝いが自分自身も豊かにする「心のちょきん」につながることから、「ほっとバンク」と名付けられた。

ボランティアに登録すると、辞令に相当する「ほっとバンク登録証」がもらえ、それが身分証明書となる。「ほっとバンクメンバー」の名札を誇らしげに身に付け、20 代から 90 代が高齢者の見守りや話し相手、お茶っこサロンの運営や障害児の夏期休業中の見守り、大工仕事など、自分にできることで日常生活を助ける担い手となっている。

2021（令和 3）年現在、約 200 人の登録者のうち、生活支援員経験者は 30 人以上。この取り組みは生活の中での助け合いを実現することだけでなく、孤独や心の傷を癒すことにもつながっている。

「みんな食堂」 おいしいものを囲んで人と人をつなぐ



▲「次は何を作ろうか」「みんなで食べるとおいしいね」食卓を囲むと笑顔があふれ出す。 2019（平成 31）年 3 月 5 日

写真提供 南三陸町社会福祉協議会

2018（平成 30）年 4 月に南三陸町社会福祉協議会が運営する高齢者生活支援施設「結の里」が志津川地区に開所した。2017（平成 29）年からこの施設の活用の仕方については住民たちがワークショップなどで検討や試行を重ねてきた。そのアイディアのひとつが「みんな食堂」だった。

2018（平成 30）年 7 月、地域住民を対象に昼食の場を定期的に設ける活動「みんな食堂」が始まった。初回には、近隣の災害公営住宅に住む高齢者や親子連れなど約 40 人が参加した。参加費は 300 円。4 グループに分かれて夏野菜のカレーライスを作り、食事や多世代交流を楽しんだ。

8 月と 1 月を除く月 1 回開催し、毎回住民たちのアイディアを取り入れて、さまざまなテーマで行われて来た。食事を他者のために作り、みんなで食卓を共にすることを通して、参加者はコミュニティの一員として存在を認め合う。子どもから高齢者まで、多世代の交流も実現できる。「みんな食堂」はコミュニティづくりに最高の場となる。

コロナ禍においては結の里だけでなく、町内の災害公営住宅の集会所でも、生活援助員とそれぞれの住民たちが分散型の「みんな食堂」を開催するようになった。みんなでお弁当を作り宅配するなどして、町民同士の交流はゆるやかに続いている。クリスマスともなれば、自らサンタクロースやトナカイに扮して食事を宅配する参加者もいる。地域の福祉を支える「人財」は、このような活動の中で着々と育まれている。

走らない運動会 コミュニティの輪を世代を超えて育む



▲秋晴れの空の下、200人以上の住民が参加した。 2021（令和3）年10月19日

写真提供 南三陸町社会福祉協議会

2017（平成29）年10月14日、結の里が隣接する志津川東災害公営住宅中央広場で「走らない運動会」が行われた。

かつては町の地域毎に運動会が開かれ、子どもからお年寄りまでみんなが楽しんでいたが、歌津・志津川両町が合併して南三陸町になってからは、入谷地区以外の地域では開催されなくなっていた。

住民有志が日々手入れをしている美しい芝生の中央広場なら、小さな子どもたちも高齢者も安心して運動できる。この広場で運動会を復活させよう。結の里で活動している住民たちと社会福祉協議会のスタッフが、アイディアを出し合った。

走らなくてもみんなで参加できるゲームを、毎年工夫を凝らして考え出し、「走らない運動会」は毎年行われるようになり、住民たちの秋の恒例行事になった。

新型コロナウイルスにも負けず、接触を減らして楽しめる競技内容を工夫した。ボールを転がして渡すりレーや、1人2球だけ投げる玉入れなど、走らなくても楽しめる種目をみんなで楽しんだ。

身体を動かす場は、心を開放的にし、前向きな気持ちにさせてくれる。多世代が共に楽しむ場は、それぞれの生きがい作りにも直結する。

高台移転 住民主導で



宮城県南三陸町の歌津中

津波で壊滅的な被害を受けた宮城県南三陸町歌津の海辺の集落を、町の高台に移す計画が住民主導で動き始めた。中心となるのは江戸中期から続く地元住民互助組織「伊里前契約会」。契約会は400〜500戸以上の住宅建設が可能なら20秒余の共有地を供出することで、災害に強い新たなまちづくりにつなげたいと考えた。

共有地は歌津中の北側に広がる山林や田畑。津波被害を免れた同中の標高が高い。海岸から車で5〜10分と近く、漁師がこれまで通り漁業を続けることも可能という。

集落ぐるみで建設

互助組織が共有地供出

1693年の発足とされる契約会は現在、歌津・伊里前地区の77戸で構成する。うち74戸が津波で地図で共有地の所在地を確かめる伊里前契約会のメンバー15日、宮城県南三陸町の歌津中

壊滅的被害を受け、会員世帯の13人が死亡・行方不明となった。会では被災当初から、共有地に集落で移住する構想が浮上。4月中旬に総会を開き、構想の実現に向け正式に動き出した。

5月5日には役員らが歌津中に集まり、どれだけの宅地が造成できるかを地図上で確認。道路などに用地の2割を割いても、1戸当たり300平方メートルの宅地が約400〜500戸分確保できることが分かった。

会は今後、共有地付近に点在する個人所有の土地約40区画の地権者に構想を説明。これら地権者も海辺の自宅を津波で失った人が多いことから、新たなまちと一緒に移り住むことを提案する。

前例ない支援期待

歌津・伊里前地区は会員以外も含めて約420世帯。大半が被災しており、会は地区全体の世帯を新たなまちで受け入れることも視野に入れる。

実現への課題は多額の費用が見込まれる造成費の調達。高低差が大きいため、ライフライン整備も難航が予想される。

会には共有地を無償で供出する代わりに、国などに造成費の工面を求める方針で、既に県や町にも考えを伝えた。

会の千葉正海会長（55）は「前例のない災害には、前例のない発想のまちづくりが必要。国にも前例のない規模の支援を願いたい」と期待。「二度と津波災害に遭わない安全なまちをつくるため、ご先祖さまが残してくれた土地を生かしたい」と意気込む。

契約会は冠婚葬祭の相互協力や共有地の管理運営が主な事業。かつては雑木を燃料にしたり、木材を共同で販売するなどしていた。

（大泉大介）

▲2011（平成23）年5月9日河北新報。

記事提供 河北新報社

安心して暮らすために集落全体を高台に移転したいと、歌津地区伊里前の人々が動き出した。

瓦礫と化した町の惨状に向き合いながら、住民たちは生活の再建について話し合いを始めた。再び津波が来るかもしれない場所に家を再建することはできないのではないかと。いち早く声を上げたのは、歌津地区の伊里前契約会だ。自ら土地を供出することを前提に、高台への集団移転の実現をいち早く町に要望した。

佐藤仁町長も伊里前の住民たちと同様に、すべての住民が枕を高くして寝られる高台に移転する必要性を強く感じていた。しかし、そのためにかかる費用は、町だけではとても負担できるものではなく、佐藤仁町長は国の協力を強く要望した。住民たちの命を守るためには、高台移転しかない。強い思いだった。

2011（平成23）年7月には高台への防災集団移転を念頭に震災復興町民会議を開催し、住民たちの意見の集約を急いだ。

当初、国の復興基本方針では原状復帰を原則としていたが、南三陸町からの要望などを受け、「高台移転」が検討され、同年12月には基本方針に盛り込まれた。

この方針が決定する前から、南三陸町は高台に新たな町を再建しようといち早く決定し、住宅用地の取得など多くの課題が山積する中、全国からの派遣職員の協力も得ながら高台移転事業を進め始めた。

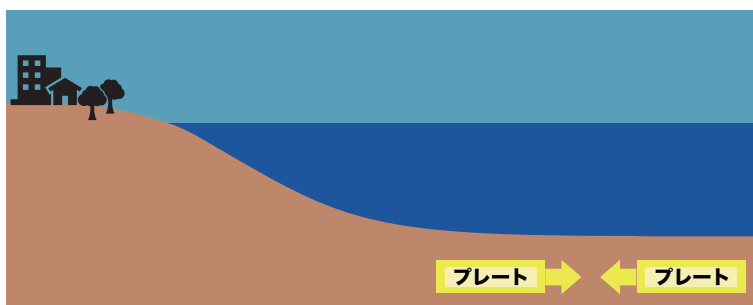
津波とは？

津波はどうやって起こるのか

地震による津波

1 地震が起こる

地球の表面はプレートに覆われている。このプレートは少しずつ動いており、プレート同士がぶつかったり、すれ違ったり、片方のプレートがもう一方のプレートの下に沈み込んだりしている。プレートという大きな岩盤同士がぶつかり合う時に生じる力で地震が起こる。



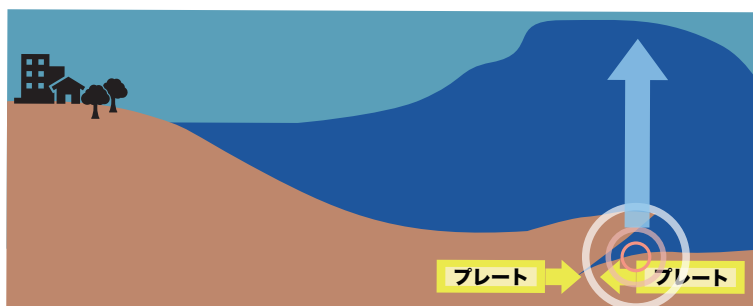
2 地震で海底が動き海水を押し上げる

地震で海底が動き、その動きによって海水が押し上げられ津波が起こる。



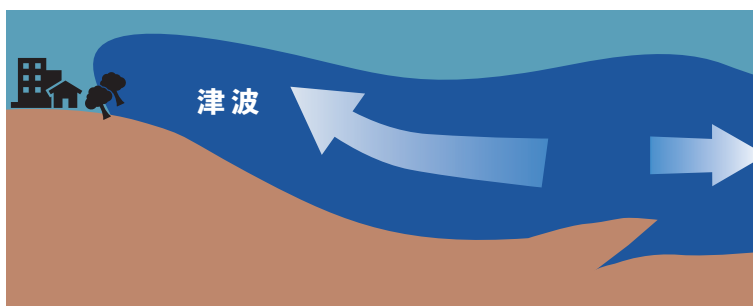
3 大きな波となって伝わる

この海底の動きに合わせて、海面も同じように変化し、大きな波となって四方八方に伝わっていく。



4 海水がかたまりとなって押し寄せる

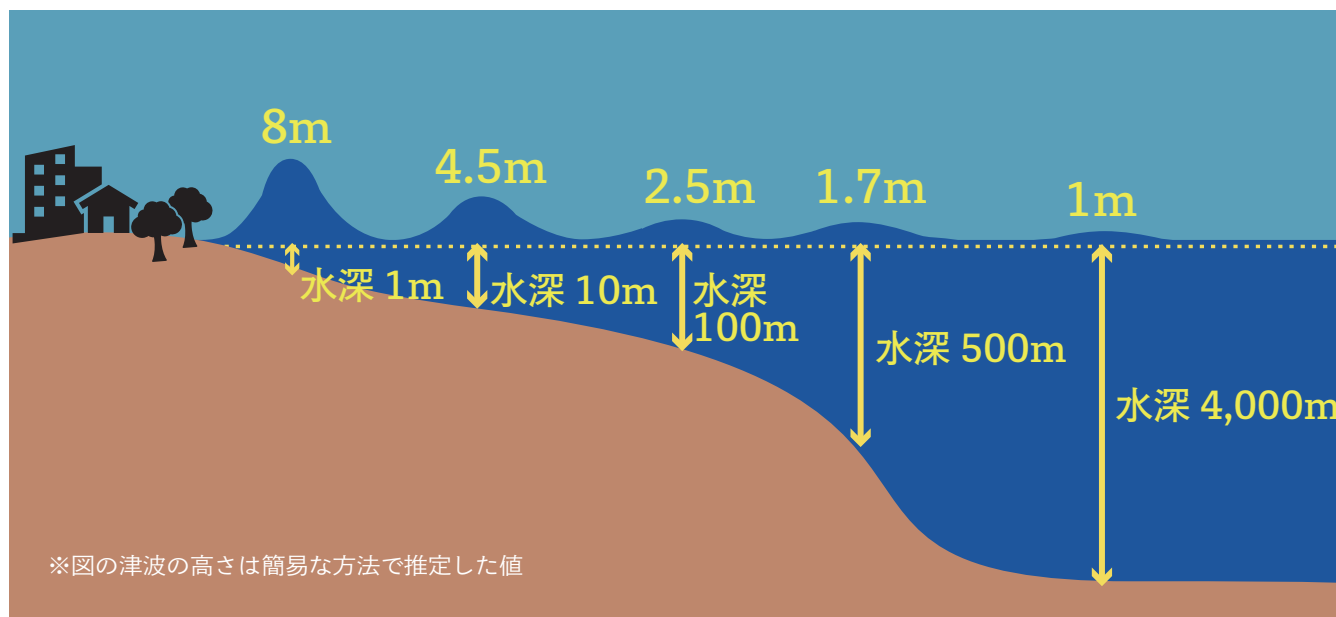
海岸に津波が押し寄せる。海の表面から底までの水が、かたまりとなってやってくる。



※津波は海底火山の噴火などによっても起こることが知られている。

津波とは？ 地形によって津波の高さは変わる

水深と津波の高さ



水深が浅くなるほど津波は高くなる

水深が浅くなるほど津波の速度は遅くなり、波長も短くなる。一波長あたりのエネルギーは一定なので、間隔が狭くなると波の高さは上方向に増加する。

つまり、水深が浅くなるほど津波は高くなる。

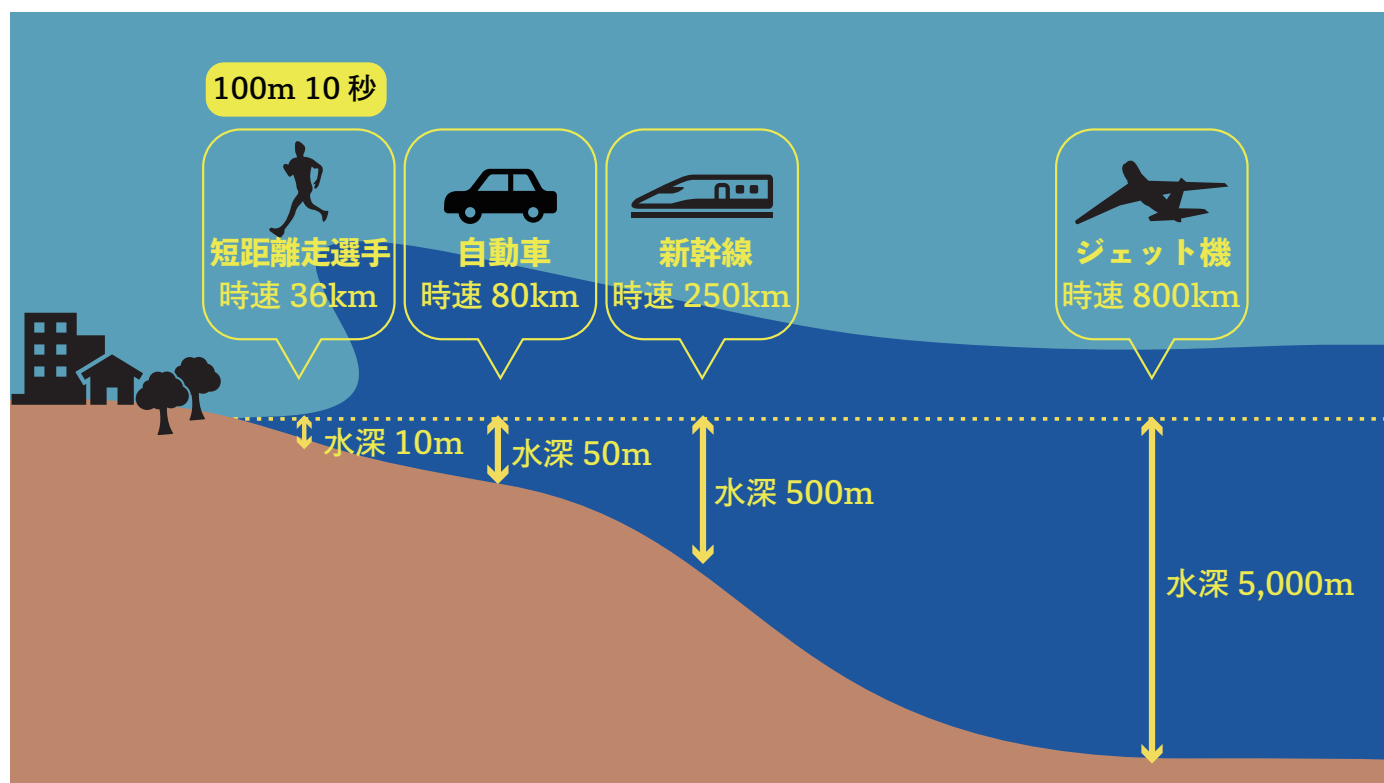
ちなみに水深 4,000m の沖合で高さが 1m の津波は、水深 1m のところでは、高さが 8m にもなる。

津波は繰り返し襲ってくる

津波は地震が発生した場所から四方八方に広がる。深い海を進んできた津波はスピードが速く、最も早く海岸に到着するが、浅い海を進んできた津波はスピードが遅いため遅れて海岸に到着する。また海底の海嶺（山脈のように高い部分）や遠くの海岸にぶつかって反射する津波もあるため、津波は1波だけとは限らない。

津波とは？ 津波の速さはどのくらい？

津波の速さ



津波の速さはどれくらい？

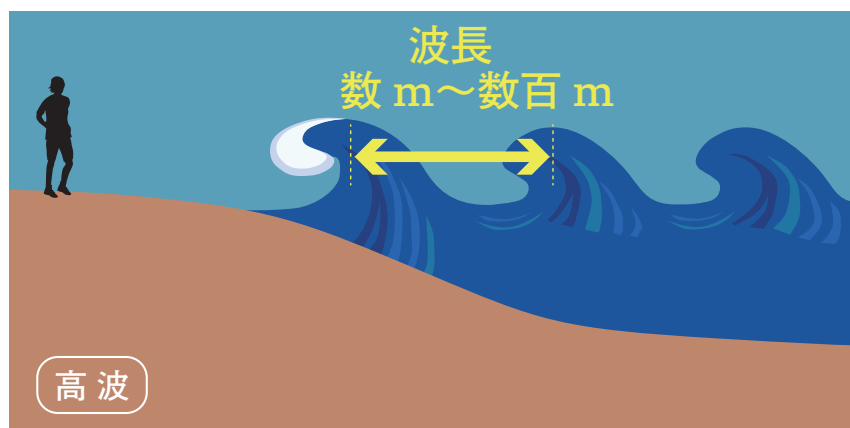
海が深いほど、津波は速く伝わる。

水深 5,000m の沖合でのスピードは、ジェット機とほぼ同じ時速 800km もの速さとなる。水深 10m ほどの浅いところでは遅くなるものの、オリンピックの短距離走選手並みの速さで陸上に押し寄せるので、走って逃げることは困難だ。

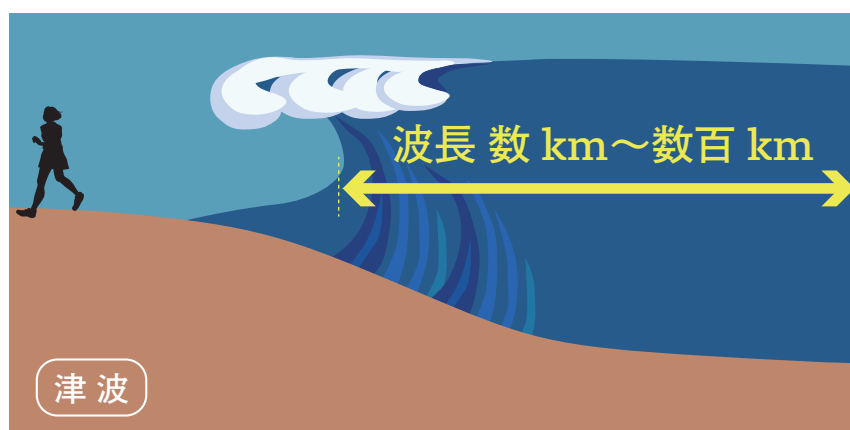
また、水深が浅くなるほど津波の速さは遅くなるので、陸地に近づくにつれ後から来る波が前の津波に追いついて、波の高さは高くなる。

津波とは？ 圧倒的な津波のパワー

高波をはるかに上回る津波のパワー



波の長さは数 m～数百 m。波は岸に到達後すぐに弱まる。



波の長さは数 km～数百 km。海底から海面まで
海水全体の水のかたまりが押し寄せる。

高波とまったく違う津波という現象

高波は、吹いている風によって生じる海面付近の現象。

一方、津波は地震などによる海底地形の変形で、周辺の海水全体が短時間に上下動することによって、海底から海面までのすべて海水が巨大な水のかたまりになって沿岸に押し寄せるといふ、まったく別の現象だ。

そのため津波は、鉄筋コンクリートのビルを根こそぎ倒してしまうほどの膨大な力を持っている。さらに、高波の波長は数 m から数百 m だが、津波の波長は数 km から数百 km に及ぶので、津波は勢いが衰えずに連続して押し寄せ、陸上を高台まで駆け上がることもある。また、津波は海底の泥を巻き込み、建物や車などを押し流しながらやって来る。

圧倒的な規模とパワーを持つ津波は、高波とは全く別の現象なのである。

津波から命を守る 1

津波から自分の命を守るために

- 1 地震の揺れを感じたら直ちに避難！
- 2 なるべく早く高いところへ！
- 3 揺れが小さくても津波が起こることがある。
迅速に津波情報を手に入れよう！
- 4 津波警報・津波注意報、避難指示が解除される
まで海岸や河川に近づかない！
- 5 万が一津波に流されてしまったら
まわりにある漂流物につかまろう！
可能なら乗ろう！

あらかじめ津波避難ビルや避難場所を調べておこう！

どこに避難するかが生死を分ける。

身近な津波避難ビルや避難場所をあらかじめ調べておこう。津波が来たときに、自分の足で逃げて間に合うところにあって、なるべく高い場所を、津波からの避難場所として事前に考えておくことが大切だ。外出先の海辺では避難場所のサインなどに注意を払い、万が一の時には、地元の人に避難場所を聞いて速やかに避難しよう。



▲津波避難場所を示す
ピクトサイン



▲津波避難ビルへの
誘導ピクトサイン

津波から命を守る 2



率先避難のすすめ



1 最優先で自分の命を守ろう

津波の恐れがあるときには、いかに早く高台に逃げるかが命を守る鍵。

「津波てんでんこ」という言葉がある。「てんでんこ」とは「各自」「めいめい」という意味で、『少しでも早く一人ひとり高台に逃げて、自分の命を守れ』という教えである。

過去の津波の際に、家族や知人を助けに行ったことで避難が遅れてしまい、多くの犠牲者を出してしまった教訓から、この率先避難の教えが生まれた。

2 まわりの人に避難を呼びかけながら避難しよう

声を掛け合いながら避難することで、地域全体の人たちの迅速な避難につながる。その土地に不慣れな来訪者なども誘導することができるし、自力避難が困難な人も、声を聞きつけて助けを求めやすくするなどの利点もある。

3 それぞれがお互いを信頼し 自分の避難に責任を持とう



自分の避難に責任を持つことが何より大切。

地域の全員がそれぞれに命を守る行動をすることが常に約束されていれば、お互いを信じてみんながそれぞれに避難できる。避難する際に貼り紙で「避難済み」であることを知らせることも、地域全体の避難をスムーズにする知恵だ。お年寄りや幼い子どもを家に残して外出しているときでも、近所の人たちが避難を手伝ってくれるという信頼関係があれば、地域全体の避難を早めることができる。

4 逃げてよかったんだと認めあおう



自然災害では、命の危機に直面し、目の前の人を助けられなかったということが起こりえる。

自責の念を地域みんなで軽減できるよう、「逃げてよかったんだ」と認めあうことも大切。



チリ地震津波と南三陸町 1960年の教訓は生かされたのか



▲1960（昭和35）年5月24日 志津川地区五日町付近

1960（昭和35）年5月24日、日本に津波が襲いかかった。日本では地震は観測されていない。チリ南部で発生した推定マグニチュード9.5の巨大地震によって起こった津波が、平均時速750kmという速さで太平洋を横断し、22時間半後に日本沿岸に到達したのである。南三陸町は約5.5mの津波に襲われ、41人が犠牲になった。旧志津川町の中心部でも多くの建物が流失し、役場の建物は2.4m浸水した。

その教訓をもとに、町は高さ5.5mの防潮堤を整備し、チリ地震津波で浸水した高さを示す標識や避難誘導サインを設置してハザードマップを整備。各地区で避難訓練を実施するなど、防災意識の向上に努めてきた。また、1995年には本庁舎の隣に、防災対策庁舎を建設。阪神淡路大震災を教訓に震度7の揺れに耐えられる鉄骨構造としていた。

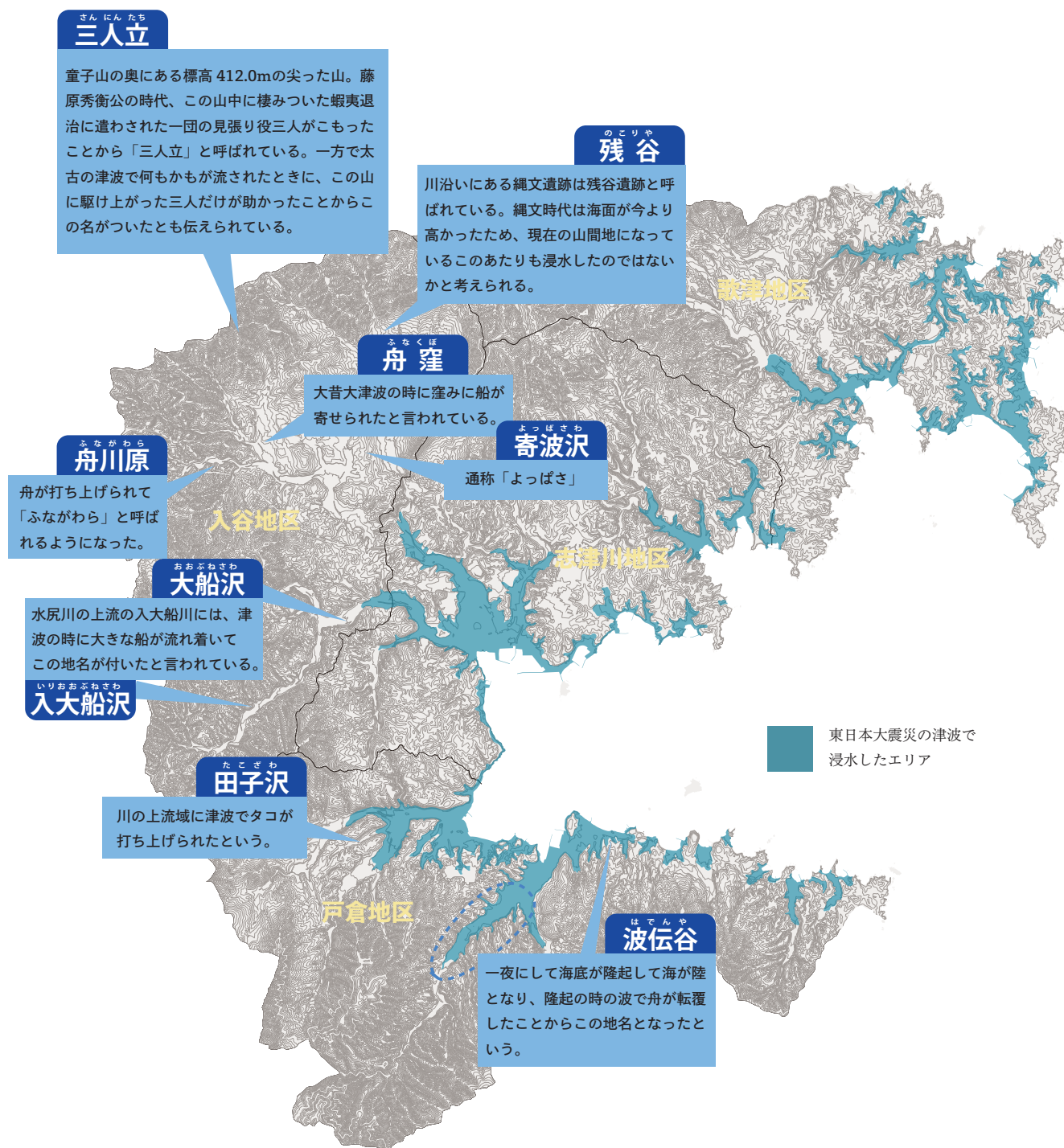
宮城県沖地震について2004年の県の被害想定では、到達する津波の高さは最大6.7mとされていたのである。東日本大震災では、最初に出された大津波警報は6mだった。その警報が10m以上に更新されたのは、南三陸町に津波が到達したと見られる15時25分のわずか10分程前だった。実際に町を襲った津波の高さは平均で16.5m。全指定避難場所・指定避難所78カ所のうち34カ所が被災する結果となった。

「想定外」や「未曾有の災害」という表現は、自然災害には決して当てはまらない。貞観地震や明治三陸津波などの大津波は過去に幾度も繰り返されているという事実を私たちは思い知った。人間の想定をはるかに上回るのが自然災害である。

「最悪に備えて最善を尽くせ」それが私たちが得た命を守るための教訓だ。

津波と地名

地名が教えてくれる津波の歴史



太平洋プレートの影響を受けやすい場所にある南三陸町付近は、太古の昔から幾度となく津波に襲われてきた。縄文時代の遺跡が内陸部に点在し、平安時代は平泉・藤原氏の繁栄下で、長きに渡り先人たちがこの地域で歴史を紡いできた。震災前には多くの住民が川の下流部の平地に住んでいたが、明治時代以前には、多くの住民は内陸部に居住していた。深い森から湧き出る良質な水と里山の恵みが、人々の暮らしを支えてきたのである。

堤防などがなかった昔は、河口に近い下流地域は居住に適しておらず、海から遠く離れた場所にも川伝いに津波が到達していたことが、今に残る言い伝えや地名から読み取れる。長い時間が経過しても自然の脅威を忘れずに伝える知恵として、先人たちは災害にまつわる地名を語り継いできたのである。

明治三陸津波の記録1 ～風俗画報より～

1896（明治 29）年 6 月 15 日午後 7 時 32 分に起こった明治三陸地震。岩手県上閉伊郡釜石町の東方沖 200km を震源としたマグニチュード 8.2 の地震に伴い、午後 8 時頃、三陸沿岸部に大きな津波が押し寄せた。三陸沿岸を中心に死者約 2 万 2 千人、流出、全半壊家屋 1 万戸以上という大きな被害となった。現在の南三陸町では下記のような被害の記録が残っている。

波高：志津川での平均 3.6m 歌津・石浜 12.6m 中山 10.8m 田の浦 10.3m

死者：志津川 441 人（清水浜 168 人 細浦 122 人 沖の須賀・埋地 34 人 その他 117 人）

歌津 799 人（田の浦 208 人 中山 324 人 名足 115 人 その他 324 人）

流失：志津川 175 戸（清水浜 60 戸 細浦 34 戸 沖の須賀・埋地 36 戸 その他 45 戸）

歌津 273 戸（伊里前 60 戸 田の浦 52 戸 港 39 戸 その他 122 戸）

この津波を報じたのが 1896（明治 29）年 7 月 25 日発行の『風俗画報』。「大海嘯被害録」と題し絵図でその被害のすさまじさを人々に伝えている。リアス・アーク美術館の収蔵コレクションから現在の南三陸町に関する絵図を抜粋し紹介する。

※海嘯とは、河口に入る潮波の前面が垂直の高い壁状になり、砕けながら川上に進む現象。

昭和初期までは、地震による津波も海嘯と呼ばれていた。



▲「志津川被害の惨状（志津川町）」

被災直後の様子。中央右手で数人の男たちが周辺の状況を報告しあっている。

「どこもひどくやられたらしい…どうにもならん…」。

手前では瀕死の者が地べたに寝かされ看病されている。

臨時増刊風俗画報第百十八号掲載（リアス・アーク美術館収蔵）

明治三陸津波の記録 2 ～風俗画報より～

1896（明治29）年6月15日午後7時32分に起こった明治三陸地震は三陸沿岸に大きな被害を与えた。

当時この津波を報じたのが1896（明治29）年7月25日発行の『風俗画報』である。「大海嘯被害録」と題し絵図でその被害のすさまじさを人々に伝えている。

リアス・アーク美術館の収蔵コレクションから現在の南三陸町に関する絵図を抜粋し紹介する。

※海嘯とは、河口に入る潮波の前面が垂直の高い壁状になり、碎けながら川上に進む現象。昭和初期までは、地震による津波も海嘯と呼ばれていた。



▲「志津川の勇婦その家族四人を救ひ出すの図（荒戸浜）」

津波襲来によって一瞬のうちに抱いていた赤子を波にさらわれたが、すぐに泳いでそれを救出し高台の木に縛りつけ、再び流出する我が家に泳いで戻り、その両親と更に五歳の我が子を救い出した。波にもまれほとんど裸の状態での救出をやったのけた。

※荒戸浜…現在の「荒砥」。

臨時増刊風俗画報第百十九号掲載（リアス・アーク美術館収蔵）

明治三陸津波の記録 3 ～風俗画報より～

1896（明治29）年6月15日午後7時32分に起こった明治三陸地震は三陸沿岸に大きな被害を与えた。

当時この津波を報じたのが1896（明治29）年7月25日発行の『風俗画報』である。「大海嘯被害録」と題し絵図でその被害のすさまじさを人々に伝えている。

リアス・アーク美術館の収蔵コレクションから現在の南三陸町に関する絵図を抜粋し紹介する。

※海嘯とは、河口に入る潮波の前面が垂直の高い壁状になり、碎けながら川上に進む現象。昭和初期までは、地震による津波も海嘯と呼ばれていた。



▲「歌津村の某婚礼を行ふ時海嘯に遇ふの図（伊里前）」

一家親類が集まり、嫁を迎え三々九度の真最中に津波が襲い、花婿ただ一人を残し花嫁を始め一家全員が亡くなった。助かった花婿は気が狂れてしまいゲラゲラと笑い続けるだけだった。臨時増刊風俗画報第百二十号掲載（リアス・アーク美術館収蔵）

明治三陸津波の記録 4 ～風俗画報より～

1896（明治29）年6月15日午後7時32分に起こった明治三陸地震は三陸沿岸に大きな被害を与えた。

当時この津波を報じたのが1896（明治29）年7月25日発行の『風俗画報』である。「大海嘯被害録」と題し絵図でその被害のすさまじさを人々に伝えている。

リアス・アーク美術館の収蔵コレクションから現在の南三陸町に関する絵図を抜粋し紹介する。

※海嘯とは、河口に入る潮波の前面が垂直の高い壁状になり、碎けながら川上に進む現象。
昭和初期までは、地震による津波も海嘯と呼ばれていた。



▲「志津川の人民汽笛を聞て騒擾するの図（志津川町）」

1896（明治29）年7月21日の出来事。港に停泊中の汽船が汽笛を鳴らした。その蒸気の吐き出される音が同年6月15日の津波の音にそっくりだったため、音を聞いた者が津波の襲来と勘違いし大声で騒ぎ大騒動になった。

臨時増刊風俗画報第百二十号掲載（リアス・アーク美術館収蔵）

明治三陸津波の記録 5 ～風俗画報より～

1896（明治 29）年 6 月 15 日午後 7 時 32 分に起こった明治三陸地震は三陸沿岸に大きな被害を与えた。

当時この津波を報じたのが 1896（明治 29）年 7 月 25 日発行の『風俗画報』である。「大海嘯被害録」と題し絵図でその被害のすさまじさを人々に伝えている。

リアス・アーク美術館の収蔵コレクションからカラーで描かれた津波の絵図を紹介する。

※海嘯とは、河口に入る潮波の前面が垂直の高い壁状になり、碎けながら川上に進む現象。昭和初期までは、地震による津波も海嘯と呼ばれていた。



▲「海嘯の惨害家屋を破壊し人畜を流亡するの図」

1896（明治 29）年 7 月 25 日発行の扉絵。山本松谷 画

端午の節句を家族で祝っていた。波に飲まれる兜が空しさを感じさせる。

臨時増刊風俗画報第百十九号 大海嘯被害録（リアス・アーク美術館収蔵）

自然災害と避難

あらゆる自然災害からの確に身を守ろう



風水害から身を守る

■ 公共機関の情報を聞く

気象庁や自治体の災害情報をしっかり把握しよう。自治体から避難情報が発表されたら安全を確保した上で速やかに避難。

■ 浸水危険箇所を知る

ハザードマップなどで浸水が起きやすい箇所を確認しておき、避難経路などを複数考えておこう。

■ 排水設備の点検と清掃

雨水ますや側溝のまわりのゴミは常日頃から清掃し、水がしっかり排水するように気をつけよう。

■ 簡単な浸水防止

土のう、水のう、止水板などを活用しよう。ゴミ袋に半分程度の水を入れた「簡易水のう」を並べたり、長い板を利用する方法も。

■ 台風は通り過ぎるのを待つ

台風接近時に外にいた場合は、近くの施設で通り過ぎるのを待とう。自宅にいる場合は外出を控えよう。

■ エレベーターは使わない

暴風で電線が切れると停電になり、エレベーターに閉じ込められるおそれがある。台風や大雨のときはなるべく階段を使おう。

■ ひざ下まで水が来る前に避難する

浸水時に歩行可能な水位の目安はひざ下まで。水位が低くても水の勢いで動けなくなることもある。早めに避難を。冠水している道路を移動するときは傘などで地面を探って、溝や穴に転落しないように注意しよう。

■ 地下からより高いところへ避難

地上が冠水すると地下に水が流れ込んで避難が難しくなることがある。地上に出て、2階以上の頑丈な建物に避難しよう。



土砂災害から身を守る

■ 土砂災害の前兆を察知しよう

がけ崩れ

がけにひびが入ったり、小石がバラバラ落ちたり、がけから水が湧き出たりする。湧き水が止まる、濁る、地鳴りが聞こえるなど。

地滑り

地面のひび割れや陥没、亀裂や段差の発生、崖や斜面から水が噴き出す、井戸や沢の水が濁る、地鳴り・山鳴りがする、樹木が傾くなど。

土石流

山鳴りがする、急に川の水が濁り、流木がまがり始める。腐った土のにおいがする、雨が続くのに河の水位が下がる、立木が裂ける音や石がぶつかり合う音が聞こえるなど。

■ 避難場所を確認しておく

指定避難場所や連絡方法について、普段から家族で話し合い、避難経路も確認しておこう。避難のときは持ち物を最少限にして両手が使えるようにする。

■ 早めの避難

危険が高まりそうだと感じたら、非常持ち出し袋を用意し、活動しやすい服装に着替えて、いつでも避難できるように準備しよう。

■ 土砂災害危険箇所を知る

ハザードマップで地域の土砂災害危険箇所を確認しておこう。

地震のときの安全避難

地震災害から身を守る



地震が発生したら

■ 最優先で自分の命を守る

強い揺れで家具の転倒やガラスなどの落下などで命に関わる負傷をする場合もある。物が「落ちてこない・倒れてこない・移動しない」場所に直ちに移動し、自分自身と家族の命を守ることを最優先に考えて行動を。

■ 揺れが収まってから行動する

あわてて外に出ると、転倒、落下物やガラスの破片などで負傷するおそれもある。

■ 火元を確認する

火を使っているときには、揺れが収まってから火の始末をする。



■ 出口を確保する

揺れが収まったときにいつでも避難できるように、部屋の窓や戸、玄関のドアを開けて出口を確保する。

■ ガラスや塀、石垣から離れる

屋外にいたら、瓦の落下、ガラスの飛散、ブロック塀や石垣などの崩壊の危険があるので近づかない。

■ 万が一閉じ込められたら

万が一部屋に閉じ込められたり、身動きできなくなったら、体力の消耗をおさえながら、硬い物でドアや壁を叩き、大きな音を出して自分がいることを知らせよう。



命を守る安全避難

自助

大きな地震が発生すると、思いもよらない危険がいたるところに発生します。地震が起こったとき、どこにいるかによっても、身に迫る危険は大きく異なります。その中を、命を守りながら、安全に避難するために、さまざまな状況での安全避難のポイントを知っておこう。

■ 川のそばにいたら

津波は川下から川上に向かって押し寄せてくる。川の流れに対して直角方向にすばやく避難しよう。海が見えない場所でも油断せずに。

■ 落下物・倒壊物に注意

住宅地では屋根瓦やエアコンの室外機、植木鉢などの落下や石垣やブロック塀の倒壊などで命を落とす危険が。繁華街やオフィス街では、看板やガラスの破片などの落下に備え頭を守ろう。

■ 土砂崩れ・道路の異変に注意

地形によっては地盤が緩んで、土砂崩れ、落石の恐れがある。道路のひび割れや陥没なども起こりえる。特に夜間の避難の際には十分に異変に注意しよう。

■ 地下にいたら

地下街で停電が起きると、パニックが起こる危険が高まる。地下街では60m ごとに非常口が設置されているので、ひとつの非常口に殺到せず、壁伝いに歩いて避難しよう。

■ ひび割れたビルは危険

ひびが入ったビルから落下する外壁やタイルで命を落とすおそれもある。ビルの柱や耐震壁がひび割れていたら、倒壊の危険があるので近づかないこと。

■ 冬場の避難

防寒対策を十分ににして、避難後の寒さに備えよう。冬はストーブなどの使用により火災の危険もあるので、火災に注意して避難しよう。

■ 海辺にいたら

すぐに近くの高台や津波避難ビルに移動しよう。それがない場合には、より高い建物へ。監視員やライフセーバーがいる海水浴場では、指示に従って避難しよう。

■ 切れた電線に注意

切れたり、垂れ下がっている電線は、電気が通っている場合があり、感電の危険がある。絶対に触らないこと。電線に樹木や看板などが接触していたら、近づかないこと。

■ 人混みにいたら

人混みで走り出したりすると、その行動がパニックを引き起こし、事故になる危険がある。不正確な情報などに惑わされず、まわりの人に心遣いしながら行動を。

■ 火災になったら

命に関わる火災の煙。ハンカチなどで口、鼻を覆い、できるだけ低い姿勢で、煙を吸わないようにして移動しよう。煙で前が見えない場合は壁伝いに避難しよう。

■ 夜間の避難

夜間の避難は、見通しが悪いので危険。停電時には懐中電灯を使い、しっかりと目で確認しながら、広い道を通行するなどして避難しよう。

■ 次の避難できる場所を考えておく

避難した場所に新たな危険が及ぶこともある。次に逃げられる場所があるところに避難することを、普段から心にとめておこう。

大災害のときは助け合って命を守ろう

住民同士 助け合うことで
多くの命を救える



大災害の際には、住民同士が助け合わなければ、被災の混乱を乗りきることはできない。自分や家族だけが助かればいいということではなく、まわりの人と力を合わせて、一人でも多くの人を助けることで被害を軽減することができる。

■ 迷わず協力を頼む

倒れている人に声をかけて反応がない場合には、大声で「誰か来てください。人が倒れています!」と近くの人に協力を頼もう。付近に AED（自動体外式除細動器）があれば、持って来てもらおう。

■ 助け合って救助する

柱や梁などにはさまれている人を発見したら、まわりの人にも声をかけ、力を合わせて助けよう。意識があるかどうかを確認し、励ますことも大切。車に積んであるジャッキなども活用できる場合もある。

■ 応急救護を行う

大災害では負傷者が多くなるが、道路が通行できなくなり、救急車の到着が遅れたり困難になり、救出活動が間に合わないことも考えられる。軽い怪我などの処置を身に付けておけば、多くの人々の救護に貢献できる。

4つの備え 今すぐ備えよう

1 物の備え

生きのびるために何より必要なのは水と食料。
そして最低限の生活必需品だ。
もし水が出なくなったら、もし孤立したら、もし1週間流通がストップしたら…など、「もしも」のときを想像し、いつやって来るかわからないそのときのために、備蓄をしよう。

- 日常備蓄
- 最少限備えたい生活用品
- 備蓄品のリスト作りとチェック
- 非常用持ち出し袋の準備
- 備蓄5つのポイント

3 室外の備え

安全避難のために、家のまわりの状況や危険をよく知っておこう。避難経路を調べ、事前に時間を変えて何度か歩いてみよう。

- 住んでいる地域について知る
- 避難先を確認する
- 地形を知る
- 地域の危険度を知る
- 身を守る場所を知る

2 室内の備え

家具などの下敷きにならないように転倒・落下・移動を防いでおくとともに、ガラスの飛散防止対策もしておく
と安心だ。
通路が物でふさがらないようにしておこう。

- 家具転倒防止対策
- 照明、テレビや電子レンジなど重量物の落下防止対策
- キャスター付き家具の移動防止対策
- 吊り戸棚などの収納物飛び出し防止対策
- 食器棚のガラスや窓ガラスの飛散防止対策
- 引き出しの飛び出し防止対策
- 建物の耐震化
- 出火・延焼を防ぐ防火対策

4 コミュニケーションという備え

災害時には、地域住民同士の助け合いが重要。普段から近隣の方々とあいさつを交わし、町内会などが主催する行事や防火防災訓練に参加して付き合いの輪を広げておこう。

- 家族で災害について話し合おう
- 防災ネットワークを育もう
- マンションの災害対策
- 安否確認と情報収集
- 防火防災訓練に参加しよう

いざというときのための日常備蓄

災害は 時も場所も
選ばずやって来る

備えよう！日常備蓄

大きな災害が起こり、インフラが破壊されると、行政も機能しなくなることがある。支援が届くまで、少なくとも1週間は自力で暮らすことができるように「備蓄」したい。なくなったら困る物を買置きして、古い順から使うようにするのが、「日常備蓄」の考え方。各々の生活スタイルに応じて、自宅で避難生活を送るために備えておくべき品目や量を自分たちで考え、備えておこう。家族の備えは最低3日分、できれば1週間分を備蓄しよう。日頃から消費期限などをチェックし、廃棄を極力減らせるように、食べたり使ったりしながら備えよう。

■食品

- ☐ 水（飲料用、調理用など）
1人1日2ℓ×家族の人数×3～7日
- ☐ 主食（レトルトご飯、乾麺、即席麺、無洗米など）
- ☐ 主菜（缶詰、レトルト食品、冷凍食品）
- ☐ 缶詰（果物、小豆など）
- ☐ 野菜ジュース
- ☐ 加熱せず食べられる物（かまぼこ、チーズなど）
- ☐ 菓子類（チョコレートなど）
- ☐ 栄養補助食品
- ☐ 調味料（しょうゆ、塩など）

■生活用品

- ☐ 生活用水
- ☐ 簡易トイレ
- ☐ 充電式などのラジオ
- ☐ 懐中電灯
- ☐ ポリ袋
- ☐ 常備薬
- ☐ 乾電池
- ☐ 食品包装用ラップ
- ☐ ティッシュペーパー
- ☐ カセットコンロ・カセットボンベ
- ☐ トイレットペーパー
- ☐ 除菌ウェットティッシュ
- ☐ 使い捨てカイロ
- ☐ ライター
- ☐ ラテックス手袋

非常時に持ち出すものを準備

万が一自宅が損傷したり、流失するような事態が迫っているときには、必要最低限の物を持って避難することで精一杯になることを想定しておかなくてはならない。そのような危険な状態では命を守ることが最優先になるため、避難所まで持ち歩ける必要最低限の物を入れた「非常用持ち出し袋」を準備しておきたい。

■非常用持ち出し袋の中身

- ☐ 水
- ☐ 食品（最低3日分）
- ☐ 衣類・下着
- ☐ レインウェア
- ☐ ひもなしのズック靴
- ☐ 懐中電灯
- ☐ 携帯ラジオ
- ☐ 電池・携帯充電器
- ☐ 防災用ヘルメット・防災頭巾
- ☐ ライター
- ☐ ろうそく
- ☐ 救急用品（ばんそうこう・消毒液・包帯・常備薬など）
- ☐ 軍手
- ☐ 毛布
- ☐ 使い捨てカイロ
- ☐ 洗面用具
- ☐ 歯ブラシ・歯磨き粉
- ☐ タオル
- ☐ ペン・ノート

■非感染症対策グッズ

- ☐ マスク
- ☐ 手指消毒用アルコール
- ☐ 石けん・ハンドソープ
- ☐ ウェットティッシュ
- ☐ 体温計

■まとめておきたい大切なもの

- ☐ 現金
- ☐ 貯金通帳
- ☐ 免許証・マイナンバーカード
- ☐ 健康保険証・診察券
- ☐ お薬手帳
- ☐ 年金手帳
- ☐ 印鑑
- ☐ 家族の写真

■乳児がいる家庭の備え

- ☐ おむつ
- ☐ お尻拭き
- ☐ ミルク
- ☐ 使い捨て哺乳瓶
- ☐ 離乳食
- ☐ 携帯カトラリー
- ☐ 抱っこひも
- ☐ ネックライト
- ☐ 子どもの靴

■高齢者がいる家庭の備え

- ☐ 大人用紙パンツ
- ☐ 杖
- ☐ 補聴器
- ☐ 入れ歯
- ☐ 入れ歯洗浄剤
- ☐ 持病の薬
- ☐ お薬手帳のコピー
- ☐ 男性用吸水パッド
- ☐ デリケートゾーン洗浄剤

■女性の備え

- ☐ 生理用品
- ☐ サニタリーショーツ
- ☐ おりものシート
- ☐ 中身の見えないゴミ袋
- ☐ 防犯ブザー／ホイッスル

避難所生活の心得 思いやりと協調

避難所のルールとマナー

避難所では、ルールを守り、避難者もできる範囲で役割分担して、助け合いながら生活しよう。避難所には配慮が必要な人たちも多く生活している。他者への心配りを忘れずに。みんなが不安やストレスを抱えている避難生活。お互いに思いやりを持って、いたわり合いながら生活したい。

■ プライバシーを守る

居住スペースはそれぞれの家と同じ。女性や子どもがいる家庭や要配慮者には気を配りながら、プライバシーを尊重しよう。

■ トイレをきれいに

トイレは多くの人が利用するので、それぞれの施設の指示に従って使用しよう。断水の場合はトイレトーパーペーパーを流さないなど、しっかりと注意を守って清潔に保ちたい。

■ 水の確保

水道が使えないときは、施設の管理担当者の指示に従い、飲み水や生活用水を確保する。井戸水を飲用に使う場合は必ずろ過、煮沸しよう。

■ 防犯対策

自分の身は自分で守ることを心がけ、怪しい人を見かけたら、警官や施設の担当者に連絡しよう。

■ 物資の配給

状況によっては一人分の食料や物資を何人かで分け合わなければならないこともある。我れ先にと焦らず、列に並べない要配慮者への思いやりも忘れずに、自分の順番を待とう。

■ 炊き出しは衛生管理をしっかり

調理や盛りつけの時、トイレの後、食事の前には石けんでしっかり手を洗おう。調理器具も作業が変わる度に洗浄と消毒を行う。

■ 食中毒の予防

一年を通じて食中毒は発生する。手洗い、食器の洗浄をしっかり行うことが原則。水が使えないときには、使い捨て容器にラップを敷いて使おう。

■ 環境変化による体調不良に注意する

環境の急な変化で体調を崩さないように気をつけよう。夏は水分補給を心がけ、冬は効率的に暖がとれるように工夫する。狭いスペースで運動不足にならないよう、積極的に体操などで身体を動かそう。

■ 衛生的に

土足禁止にして、通路と居住スペースは分けよう。ゴミ捨て場所を決め、悪臭やハエなどが発生しないよう、ゴミはしっかり封をしよう。

■ 喫煙ルールを守る

周囲の人に迷惑がかからないよう、喫煙できる場所を決める。喫煙者は受動喫煙や火災に十分気をつけよう。

■ ペットの世話

避難所のルールに従って、飼い主が責任を持って世話を行う。

■ 感染症の予防

風邪、インフルエンザ、ノロウイルスなどの感染症が流行しやすくなるので、こまめに手指の消毒、うがいを行おう。

■ 睡眠と消灯

避難所では睡眠不足で体調を崩すことがある。みんなが眠れるように協力し合おう。暗さが不安なときは懐中電灯に白いポリ袋をかぶせて簡易的なランタンを作ったりして、周囲に迷惑がかからないように明かりをとるなどの工夫も。

■ 熱中症の予防

真夏の避難所は熱中症に注意しよう。こまめに水分・塩分を補給し、通気性の良い吸湿・速乾の衣服で暑さをしのごう。

南三陸さんさん商店街の歩み 笑顔がさんさんと輝く場所



▲仮設南三陸さんさん商店街のみんなで記念撮影。

決して笑顔を絶やさず、全国のみなさんに支えられながら町の復興を目指して歩み続けた。

津波ですべてが失われた無残な現実を前に、店主たちは、当初、店の再建を想像することさえできなかった。しかし、震災直後から開催された南三陸復興市に集まった住民たちや、全国からやって来たボランティアのみなさんのあたたかい励ましに背中を押され、店主たちは立ち上がった。2012(平成 24) 年 2 月 25 日、仮設「南三陸さんさん商店街」が、吹雪の中、オープンした。

この商店街には 100 万人以上が訪れ、津波被災地で復興をめざす商店街の象徴的存在となってきた。2017(平成 29) 年 3 月 3 日、かさ上げされたかつての志津川地区の中心部に、本設店舗が建築家の隈研吾氏の設計により、落成・開業した。飲食店や鮮魚店など、28 店舗での再出発となった。



▲かつての志津川地区中心部を 10m かさ上げた造成地に

2017(平成 29) 年 3 月 3 日 本設の南三陸さんさん商店街がオープンした。

全国の支援者との交流を大切に育みながら、復興への道のりを歩み続けてきた店主たち。2017(平成 29) 年には経済産業省「がんばる商店街 30 選」に選出され、2019(平成 31) 年日本ショッピングセンター協会第 8 回 SC 大賞において特別賞を受賞した。

感謝を胸に、心あたたまる商店街を目指し、今も店主たちの奮闘は続いている。

南三陸ハマーレ歌津の歩み 汐風に吹かれながら憩う場所



▲2012（平成 24）年 5 月 20 日仮設歌津伊里前福幸商店街でしろおおまつりが行われ
多くの町民たちと全国からの客でにぎわった。

歌津地区伊里前には、古くからの商店が旧国道沿いに軒を連ねていた。東日本大震災で伊里前湾を見下ろす国道 45 号バイパスの歌津大橋も大破。街並みは消えた。津波は指定避難場所だった高台の伊里前小学校の 1 階にまで達した。

商店主たちは、店を再建するに当たり、もう一度海を見渡せる伊里前で商いをしたいと、海のそばに 8 店舗から成るプレハブの仮設「歌津伊里前福幸商店街」を 2011（平成 23）年 12 月 13 日にオープンさせた。



▲2017（平成 29）年 4 月 23 日
南三陸ハマーレ歌津がオープンした。

以前の伊里前地区に約 7 m かさ上げされた土地に、建築家 隈研吾氏設計の、南三陸杉をふんだんに使った木造平屋建て 2 棟の本設商店街が建設された。

仮設商店街から移った 6 店と新たな 2 店が加わって、2017（平成 29）年 4 月 23 日に南三陸ハマーレ歌津がオープンした。商店街前のスペースでは、コンサートや季節毎の特産品を活かしたイベントなどが行われ、多くの人々でにぎわう。

南三陸病院の再生



▲台湾紅十字会からの資金援助を受けて、高台にある志津川地区沼田の山林を切り拓き
着工された南三陸病院・総合ケアセンター南三陸は、2015（平成 27）年 12 月 14 日に開院した。

家族や親戚を失った喪失感や、住む家を失った環境の劇的変化に、多くの住民が直面していたことから、住民の健康を守る医療福祉の復興は急務だった。悲しみと教訓の上に立ち、複合的な医療福祉施設 南三陸病院・総合ケアセンター南三陸が整備された。病院、保健センター、地域包括支援センター、訪問看護ステーション、社会福祉協議会、子育て支援センター等の機能をこの施設に集約した。

災害時に避難者支援や負傷者のトリアージと救命救急に対応できるスペースを敷地内に確保し、十分な容量の非常用発電機を備え、電気、灯油、LP ガス、木質ペレット、太陽光など多様な熱源を採用して、災害に備えている。



▲2011（平成 23）年 4 月 17 日 公立志津川病院臨時診療所がベイスайдアリーナ駐車場に開設された。東北大学病院、国境なき医師団が開設のため力を注いでくれた。



▲2011（平成 23）年 6 月 1 日 登米市立よねやま診療所の一部に入院病床 39 床の公立志津川病院開設。



▲2012（平成 24）年 4 月 1 日 沼田に仮設建物が完成。日本赤十字社の支援を受け、仮設公立南三陸診療所が開設された。

失われた命を悼む



▲2012（平成 24）年 3 月 11 日 ベイサイドアリーナで開かれた東日本大震災南三陸町追悼式。 撮影 浅田政志
大きな祭壇に手を合わせる小学生たち。先生方が声をかけるまで子どもたちは手を合わせ続けていた。

2011（平成 23）年 3 月 11 日に人生を奪われた人が、そばにいない悲しみは癒えることもなく、何年が過ぎても涙が枯れることもない。

11 日の月命日に、人々が集まる度に、住民たちは黙祷を捧げ、犠牲になった人々の死を悼んできた。明日を生きるはずだった人々を思い、彼らに恥じない生き方をしよう、震災前よりさらにいい町をつくろうと、幾度となく彼らの前に誓ってきた。

私たちは、隣人たちと事ある毎にその悲しみを共有しながら、復興の歩みを一步一步進めて来た。

私たちの心の中に、あの日旅立った人たちは今もなお生きている。そして、彼らは日々を懸命に生きる私たちを叱咤激励し支え続けている。

私たちは今日も、死者と共に生きている。

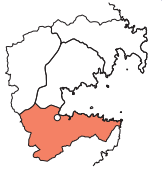


▲2011（平成 23）年 4 月 11 日 町役場仮設庁舎の前に
整列して黙祷を捧げる役場職員たち。



▲2011（平成 23）年 8 月 11 日 袖浜で行われた追悼集会
「南三陸の海に思いを届けよう」で、これまで近づくことが
怖かった浜辺に人々が集まった。

未来を歌に～戸倉小学校 子どもたちひとりひとりの実体験から「小さな幸せ」の歌が生まれた



▲2012（平成24）年2月 戸倉小学校4年1組のみんなは、先生が書いてくれた黒板の歌詞を見ながら、毎日歌の練習をしていた。（当時授業を行っていた登米市の善王寺小学校の教室で）

写真提供 トヨタ子どもとアーティストの出会い

2011（平成23）年3月11日、海のすぐそばにあった戸倉小学校の児童は、近くの高台に避難。津波が迫ると、さらにその上の小さな神社に避難して、かろうじて津波を免れた。津波に囲まれ、島のようなになった神社の境内で、厳寒の夜を過ごした子どもたちは、その後も暗闇や地震への恐怖から抜け出せずにいた。戸倉地区は被害が大きく、ほとんどの子どもたちが家を失うなど、日常生活も大きく変化していた。

同年冬、戸倉小学校4年生は、1年を振り返って歌を作るワークショップに挑んだ。そのワークショップを実施できるかどうかは、先生方が慎重に検討した。震災を思い出し、子どもたちの恐怖が甦るのではないかと心配されたからだ。議論の末、あえてワークショップを行うことにした。震災後の1年を、友達や先生、家族や地域の人たちと一緒に生き抜いて来た自分たちの姿を見つめ直し、折々に感じたささやかな幸せを振り返ることは、自己肯定や記憶の引き出しを整理することにつながると考えたのである。

完成した歌詞の一節一節は、クラスの誰かが経験した“小さな幸せ”である。その幸せをみんなで共有するこの歌は、子どもたちの心に深く刻まれ、彼らの心を癒し続けた。結果的に子どもたちの心の傷の回復につながったと、先生方は実感している。

2012（平成24）年3月11日に行われた町の追悼式で町内の他の4校の児童たちとともに曲を披露。彼らが作った曲のエンディング、「ありがとう ありがとう」というリフレインは135人の子どもたち全員で歌われ、会場の人々はあふれる涙をおさえることはできなかった。

「小さいけれど大きなしあわせ」
作詞作曲 戸倉小学校4年1組

家族に会えたとき しあわせ
電気がついたとき しあわせ
水道が出たとき しあわせ
友だちとひなんして
ごはんを食べた
自衛隊のおふろに
のびのびはあった

学校が始まったとき しあわせ
ランドセルもらったとき しあわせ
たきだしが来たとき しあわせ

ラーメン カレー
かき氷 たこ焼き
牛丼 ソフトクリーム
フライドチキン やきいも

エグザイル エーケーピー
きよはら ジュディ・オング
サンドウィッチマン コロケ
サンブラザ エソラビト

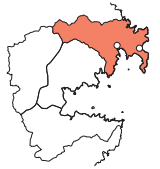
いろんな人に会えた しあわせ

二重とび 三重とび
わたりどり とんだよ
鉄棒 マット運動
季節も 回ったよ

みんなでがんばったこと しあわせ
明日を生きること しあわせ
ありがとう ありがとう

未来を歌に～伊里前小学校・名足小学校

みんなでがんばった一年が歌になった



▲伊里前小学校の児童が作った歌の歌詞はここまで
がんばってきた大人たちへのエールにもなった。

撮影 浅田政志

伊里前小学校の子どもたちは、まわりの人たちや自分たちが震災からの一年間でがんばったことを歌にした。津波で校舎が被害を受けたため、伊里前小学校で授業を行っていた名足小学校の3・4年生は、自分たちが住んでいる町の美しさ、良さを思い出して歌を作った。

「ドレミファソラシ」のカードを首から提げて、並び替えゲームを何度か行い、そこで偶然にできあがった音の配列をメロディーにし、みんなで出し合った歌詞を当てながら、リズムを決めて歌を作った。自分たちの体験や思いそのものが歌になった。

この時期に一年を振り返ることが子どもたちを不安にさせないか、歌作りをする意義があるのかなど、先生方の懐疑的な意見もあった。しかし、その心配は吹き飛んだ。子どもたちが作った歌には、家族や地域の人たちが頑張る姿のたくましさやふるさとの美しさが詰め込まれていた。子どもたちと先生方は毎日のホームルームの時間などに、この歌を熱心に練習した。子どもたちの歌声は、力強く自信に満ち、大人たちの心を揺さぶった。



▲児童数が少ない名足小学校だったが、3・4年生の歌声は
ひととき大きく響き渡った。

撮影 浅田政志

「ファイト！南三陸」

作詞作曲 伊里前小学校4年1組

水くみ 手伝った
支援物資 運んだ
みんなのごはん 作った
みんなでがれき かたづけ
少ない食料 やりくり
がれきは重い
水も重い
みんなで力合わせた

仕事場なくなった
負けずにお店つくった
がんばりはたらきだした
流れた船 ひっぱった
シロウオ サケ とった

ホヤ カキ ワカメ
種を入れた
みんなで力合わせた
みんなで力合わせた
みんなで力合わせた

「しあわせなみんなのまち」

作詞作曲 名足小学校3年1組&4年1組

海がキラキラ けしがきれい
緑がいっぱい 桜もさいてた
やさしい人がたくさん住んでる
お年寄りはとても元気
ネコもいる

おいしい給食
毎日サッカー
さかながいっぱい
あわびもいっぱい
ふねにワカメ
ドッサリのってる
ホタテ カキ

復興の槌音が響く町に病院ができた！～志津川小学校

新しい病院に子どもたちの歌声が響いた



▲発声練習中。

写真提供 トヨタ子どもとアーティストの出会い

2015（平成 27）年 11 月 25 日、高台に新しい病院が完成し、記念式典が行われた。病院建設に貢献した多くの招待客の前で志津川小学校 4 年生が自分たちが作った歌を披露した。途中にのりのりのラップが入る楽しい歌だ。

町内の至る所で復旧、復興工事の土埃が立ち、ダンプが行列を成し、建設工事の音が聞こえてくる町の姿、そして、その町で家族や人々が頑張る姿を、子どもたちが出し合って歌詞を作った。並び替えゲームで音の並びを決めてメロディーにし、歌詞に当てた。

活力あふれる子どもたちの歌声が、住民の健康と生命を守る施設の門出を祝福した。

「みんなえがおに」

作詞作曲 志津川小学校 4 年 1 組・2 組

1

景色はどんどん変わっていくよ 道は渋滞
三陸道だってお店も家も できたできた

ダンプは行列 土運び 風の中 ずっと
暑さの中でがんばってる
工事のおじさんありがとう

RAP

みんなでがんばる 南三陸
復興目指し 力合わせる
役場で働くお父さん ごはんを作るお母さん
アカモク煮てるおばあちゃん
漁師バリバリおじいちゃん
バイトをしているお兄ちゃん
草刈りしてるおじいちゃん
野球をがんばる高校生 会社で働くお父さん
ペンキやさん 消防団 介護をがんばるお母さん
かまぼこ工場 弁当屋さん
習字を教えるお母さん
ダンプもたくさん 会津ナンバー
青森ナンバー 秋田ナンバー 奈良ナンバー

2

病院もできた 海が見えるよ 丘の上から
お年寄りだって 赤ちゃんだって もう安心
毎日を動かして いきいきと元気に
友達いっばい わいわいと
笑ってる みんなで

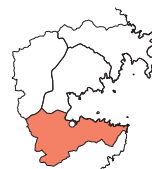
RAP

みんなでわいわい 南三陸
元気いっばい 志津川小
野球 サッカー ピアノにダンス
大森太鼓にお手伝い
そろばん 水泳 マラソン 習字
バレーボールに吹奏楽
羽根つきだってやってるぜ！

3

みんな笑顔にしたいんだよ
さびしくなったときも
みんな元気にしたいんだよ
幸せな明日へ

▲子どもたちが普段の生活の中で見つめていた町の変化や復興のためにがんばっている人々の姿を出し合った。それは、楽しいラップの歌詞になった。



▲震災直後、避難所で鹿子躍を披露したのは、次代を担う若い世代だった。

1600年代に、行山流水戸辺鹿子躍は現在の南三陸町戸倉地区水戸辺で始まり、5代にわたり躍り継がれたが、水戸辺では鹿子躍は途絶え、躍りは現在の岩手県一関市舞川で継承されることとなった。1991（平成3）年に行山流水戸辺鹿子躍保存会の村岡賢一会長が中心となり、舞川の保存会の人々に教えを請い、鹿子躍が南三陸町に復活した。その後、戸倉小学校の児童も練習に参加し、地域に定着してきた。

しかし、東日本大震災で再び危機が訪れる。水戸辺が津波に襲われたのだ。一軒の家もなくなってしまった水戸辺だったが、鹿子躍の太鼓や鹿子頭、装束が瓦礫の中からひとつ、またひとつと見つかった。奇跡だった。泥まみれの装束や道具をみんなで洗い、中学生たちが中心となり、2011（平成23）年5月の連休に避難所で鹿子躍が躍られた。見る者は涙し、勇気づけられた。

水戸辺には「奉一切有為法躍供養也」という言葉が刻まれた石碑が残っている。鹿子躍は「生きとし生けるものの供養のために躍られる」という意味だ。

行山流水戸辺鹿子躍を通して、水戸辺の人たちは、多くの失われた命を思い、大自然の中で生かされている命の尊さを改めて知ったのである。

「奉一切有為法躍供養也」と刻まれた、地域に残る石碑の拓本。▶



「命を守る」教訓を全国に伝える 殉職した仲間たちに固く誓う



▲全壊した消防署の前で手を合わせる消防長（当時）

写真提供 気仙沼・本吉広域行政事務組合消防本部

2011（平成 23）年 3 月 11 日、想定をはるかに超える巨大な津波は、内陸の奥深くまで押し寄せ、災害対応に当たっていた 9 人の消防職員が殉職した。

この痛ましい出来事は消防職員たちに、「なぜ仲間たちは命を落としたのか」「命の危機が迫る状況下でどう救命活動を行うべきか」という問いをつきつけた。

発災から 7 カ月後に発足した消防職員の津波被災事故検証再発防止委員会で、この経緯が分析される。消防職員は指令を全うしようとする使命感や目の前の地域住民を救おうとする義務感から、自らの身に迫る命の危機を感じにくくなり、撤退が遅れるという傾向があることが確認された。

自分の命があればこそ、人の命を助けることができる。救命活動は、自らの命の安全を確保した上

で行われなければならないことを、消防職員たちは改めて肝に銘じた。この消防職員たちの気づきと決意は、南三陸町から全国に発信され、全国の消防署での救命活動の基本を見つめ直すきっかけとなった。

仲間を失った深い悲しみを胸に、消防職員たちは今もこう訴え続けている。

「災害は時を選ばずにやって来る。そのとき、どうか自分の命を大切にしてほしい。」



▲当時の南三陸消防署は浸水想定エリアの外側に位置していた。

国土地理院撮影写真

手がかりに目を凝らして 今も続く警察官たちの行方不明者搜索



▲2022（令和4）年3月10日 南三陸町歌津地区の海岸で行方不明者を搜索する宮城県警南三陸署員 写真提供 河北新報社

町の復興が進み、今、東日本大震災の爪痕を見つけることは難しいかもしれない。真新しい店舗や住宅、工場や公共施設が建ち並ぶ新しい町並み、海岸線の防潮堤や川の巨大な堤防が形づくる新しい景観が、大津波が町を破壊した事実を静かに物語っている。

時が移りゆく中で、今でも地道に続けられていることがある。月命日に行われる海岸での行方不明者搜索である。

南三陸町では、今も211人の行方がわかっていない。その帰りを家族は待ち続けている。町の風景がどんなに変わっても、あの日を境に突然会えなくなった家族への思いは決して変わらない。「どこにいるの、早く帰ってきて」その言葉を何千回、何万回繰り返したのだろうか。

宮城県警は行方不明者の搜索を、今も続けている。南三陸町でも月命日に、地元住民から漂着物が多いという情報が寄せられた海岸などで、宮城県警南三陸署員たちが、石や漁具、流木などを手やトビロでかき分けながら、行方不明者の手がかりを入念に調べている。

「一つでも多くの手がかりを見つけ、家族の思いに応えたい」その一心で、警察官たちの搜索活動は続けられている。黙祷を捧げ、懸命に搜索を続ける署員らの姿は、家族の帰りを待つ人たちの心を支えている。

2020（令和2）年末までに県内で搜索に携わった警察官は延べ約14万8,000人に上る。