

地震、大雨、洪水— いつ起きてもおかしくない災害

平成23年3月11日の東日本大震災、令和6年8月の記録的短時間大雨に伴う災害—
これまで市内でも災害により被害が発生しています。

■東日本大震災に伴う市内の被害

	内容
人的被害	死者1人、行方不明1人、負傷者34人
火災	1件
住家被害	全壊30棟、半壊460棟、一部損壊1,498棟
施設被害	公共施設16、その他89

出典：消防庁「平成23年(2011年)東北地方太平洋沖地震(東日本大震災)の被害状況(令和5年3月1日現在)」



令和6年8月の大雨による道路冠水



佐藤 諒 さん
(北上市出身・大船渡市)

市内でも大きな被害
日本各地では、毎年のように地震や大雨による被害が発生しています。これは当市でも例外ではありません。これまでに地震や大雨により市民生活に影響が出るこがたびたびありました。東日本大震災の発端となった平成23年3月11日の大地震では、当市で震度5強を観測。市内でも死傷者が発生し、建物や道路が損壊しました。また、発災直後から市内全域での停電や電話の不通、一部地域での断水といったライフラインが停止したことでも長い期間、市民生活に大きな影響が生じました。令和6年8月28日には、当市付近で1時間に約110ミリの猛烈な雨が観測され、気象庁は記録的短時間大雨情報を発表。この影響で床上浸水や床下浸水、道路冠水、土砂崩れなどの被害

が発生しました。
北海道・三陸沖後発地震注意情報の発表
昨年12月8日に青森県東方沖で地震が発生し、翌日未明には北海道・三陸沖後発地震注意情報が発表されました。これは、日本海溝・千島海溝沿いの範囲で一定以上の規模の地震が発生した際に、続けて大規模地震が発生する可能性が平時よりも高まっているとして発表されるものです。この情報が発表されたことにより、すぐに逃げられる態勢の維持といった特別な備え、日頃の地震対策の再確認が1週間、呼びかけられました。近年の異常気象による大雨や30年以内の高い確率で発生する大地震など、災害はいつ起きてもおかしくない状況です。

日常生活は当たり前ではない
だから災害に対する想像を
北上市出身の佐藤諒さんは立花地区総合防災訓練の体験講演会で講師を務め、東日本大震災の経験や思いなどを地域住民に伝えました。
佐藤さんは、高校1年生のときに、仕事のため沿岸部に行っていた父親を東日本大震災による津波で亡くしました。「震災で生き方そのものの価値観が大きく変わった。震災があったからこそ伝えたい思いも生まれました」と語ります。
現在、大槌高校で教諭として生徒と向き合っている佐藤さん。以前は内陸部の高校でも勤務していましたが、防災教育・復興教育は内陸部と沿岸部で意

識が違うそうです。大槌高校では、防災教育・復興教育の積み重ねで生徒の防災に対する意識が変化。佐藤さんも自身の経験や思いを生徒に伝えます。
佐藤さんは、「皆さんには自分の命は自分で守る、自分たちの地域は自分たちで守るという意識を持つてもらいたい。行動するために「想像力」が大事」と力強く話します。「災害が起こることを想像して、どういう行動が最善なのか考えてほしい。常に今日という日が特別だと思わないといけないが、普通に生活できていることはありがたいと思う機会をどこかで持つてもらえるとうれしい」と思いを込めます。



特集
災害への備えは想像力
平成23年3月11日、午後2時46分
東北地方に大きな被害をもたらした「東日本大震災」から15年を迎えます。あの日、あの時、あなたは何をしていましたか。仕事をしていた人、自宅を過ごしていた人、卒業式の練習をしていた人…それぞれの場所での地震を経験したと思います。
これまでにない災害を経験した私たちですが、今、同じような災害が起きたとしたら、あなたはどの行動しますか。災害への備えはできていますか。今回の特集では、いつ起きてもおかしくない災害への備えを考えていきます。
問い合わせ：危機管理課 0197-721-8306



地域の防災力を高めるー



■令和7年度の北上北中学校防災学習、復興学習（一部）

	内容
全校	消防団協力の避難訓練、朝読書で関連書籍の活用
1学年	大槌町での復興学習、避難所運営ゲームと講話
2学年	防災教育マイクラフト（三次元の仮想空間）を活用した出前講座
その他	学校運営協議会で防災をテーマに意見交流



消防団協力の避難訓練。地域と連携しながら防災学習を進めています

北上北中学校では、12月に市危機管理課による出前授業で災害時の心構えや中学生にできることを学びました。同校は、風水害時の市の第1次避難所に指定されており、災害時は学校に避難所が開設されることから今回の出前授業を開催。また、岩手県教育委員会から、いわての復興教育スクール（内陸）に指定されており、復興教育や防災教育に力を入れています。これまでに更木地区自主防災訓練への参加、地域の消防団が協力した避難訓練の実施、避難所運営ゲームHUG体験（ゲーム形式で疑似体験をするワークショップ）など、全校・学年ごとに防災学習を積み重ねてきました。当日は、過去の災害を振り返

り、避難の種類、避難所を開設するタイミング、誰が開設・運営するかを学習。また、避難所に配備している簡易テントやベッド、組み立て式トイレの設置を代表者が実際に行い、実物を見て、触れて学びを深めました。今後同校では、風水害被害の危険性が高い地域であることから、小・中学校が連携しながら系統的に防災学習をさらに進めていきます。また、来年度は地域と連携した避難所運営訓練や生徒の引き渡し訓練の実施を検討。さらに、復興学習や防災学習を通じて学んだことや感じていることをまとめ、地域での発表を考えており、地域との一体的な防災力の強化と、それを支える人づくりを進めています。

中学生としてできることを学び地域と連携していく



和賀地区自主防災組織
連絡協議会事務局の皆さん
（上段左から）清水 弘美 さん、高橋 純子 さん、佐々木 有希 さん
（下段左から）藤原 真己 さん、小原 嘉正 さん

和賀地区自主防災組織連絡協議会では毎年、日中の避難所開設訓練を実施しています。同協議会事務局では、市内の別地区で夜間の避難所開設訓練が行われていることを知り、夜間の訓練に取り組む必要があると考え、役員会に実施を提案。役員からは、災害は夜に起きてもおかしくないことから必要と前向きな回答があり、9月に実施することとなりました。

参加者は、初めての夜間訓練ということもあり、役員を中心に6の地震が発生し、電気や水道が使えない状態を想定。建物の安全確認や発電機の作動、避難者受け付け、食料準備、簡易テントやベッドの設置など一連の訓練を行いました。明かりに制限がある中で訓練は日中と感覚が違い、いろいろなものが見えにくく、数台ある投光器をどこに設置するかなどの課題を見えました。今後は、訓練で見えてきた課題を解決するとともに、風水害想定や、役員の担当する役割を変えての夜間訓練を予定。さらに地域住民にも避難者として参加してもらおうとにより、地域全体で実施したいと先を見据えます。

夜間の訓練を実施してよかった 何事もやってみないと分からない

Interview



副校長
加藤 浩和 さん

避難所のイメージができた

過去の災害を振り返りながら、避難所の役割や災害時の心構えを生徒たちは学ぶことができました。避難所で活用するテントなどを目にするので、避難所のイメージが具体的になったと思います。今後の学習に向けて良い経験となりました。



2年
長島 暖樹 さん

災害時は冷静に対応したい

授業を受ける前は、自分ができることはあまりないと思っていましたが、ほかの人と協力して誰かを助けることができると学びました。ワンタッチテントは簡単に設置できたので、実際の災害でテントを設置することになっても冷静に対応したいです。

Interview

経験を積んでいきたい

避難者に安心してもらえる避難所運営が大切で、夜間対応は一番大事だと思っています。限られた電源で運営することになるので、備品や設備を考えていきたいです。災害はいつ起きるか分からないことから、経験を積み重ね次につなげたいです。



会長
早川 英信 さん

明かりの確保は大事

夜間は明かりの確保が何より大事で、作業時は両手が使えるようヘッドライトが欠かせません。また、寒い時期は暖房の確保が必要となります。簡易テントやベッドの設置は、実際にやらないと身につかないので、年に一度は設置訓練が必要です。



防災委員
伊澤 愛一郎 さん

これから災害が起きても 対応できるように想像し備える

災害への備えの第一歩は「自分事」として想像すること。
平時の冷静なときに次の4つのポイントから行動を始めてみましょう。

①家中の安全対策として、家具は転倒しないように、壁に固定するなどの対策をしましょう。また、手の届くところに懐中電灯やスリッパを備えておきましょう。

②電気や水道などのライフラインが止まっても生活できるよう、飲料水や非常食を備蓄しましょう。そのほか避難生活に必要なもの(ミルク、生理用品、薬など)を準備しましょう。

③洪水・土砂災害ハザードマップを使って自宅から一番近い避難所を確認し、避難経路を設定しましょう。そして、設定した避難経路が安全に通行できるか実際に歩いて確認しましょう。

④家族が別々の場所にいるときに被災してもお互いの安否を確認できるように、安否確認の方法や集合場所などを家族で話し合いあらかじめ決めましょう。

「災害への備えは想像力」

どのような災害が起きるのか、どのようなことをすれば被害を最小限にすることができるのか、どのようなものを備えればいいのか、備えたものが適切に使えるのか―災害への備えは、全て想像することから始まります。災害への備えに完璧はありません。できていないことは何かを想像し、行動し続けることが大切です。災害への備えをしている人は、今の備えで十分か見直してみませんか。まだ災害への備えができていない人は想像することから始め、行動しませんか。

一人一人が災害への備えを想像して行動し、いつ、どこで起こるか分からない災害から自分や家族の命を守りましょう。



自助・共助の力を 身に付けるために―

突然起きる災害へ備えるために、どのようなことを想像し、どのような準備をすべきでしょうか。地域の防災を中心に研究をしている岩手県立大学防災復興支援センターの杉安和也副センター長に話を聞きました。

できることから行動することで

地域の防災力が向上する

地域の防災力という言葉があり、要素として「自助・共助・公助」が含まれています。自助とは、自分や家族の命を守るための取り組みのことが定義されています。災害対応を考えていく上で、自助の力を各家庭で養っていただくことが、第一歩として大事なことです。次の段階に共助があり、隣近所、地域の中の人たちがお互いに助け合って災害に立ち向かう取り組みのことをいいます。公助とは、いわゆる市役所や警察、消防機関などの公的機関から提供される災害時に命を守るための取り組みのことです。



岩手県立大学
防災復興支援センター 副センター長
杉安 和也 さん

この「自助・共助・公助」の力を合わせた状態を地域の防災力といいます。自助として皆さんに日頃の備えとして取り組んでほしいことは、災害が起った瞬間に命を守っていられる住環境を整えることです。自宅の改修は難しいですが、家具の転倒防止のために壁に固定することや突っ張り棒をセッティングすることから始めてもいいと思います。

起る可能性が高い場所を掲載していることから、危険な場所に自宅が含まれているのか、自宅からの避難経路上に危なくなっている場所が含まれているのかを確認することで、災害時の行動を整理することができ、避難所に関することも水害で使える避難所、地震で使える避難所があり、災害の種類による違いを確認することができ、また、ハザードマップには地図以外にも備えたい品物の内容、災害が起ったときにどんな避難行動をとってほしい、こんな状況に私たちの地域は変わっていきますといったことを解説している情報面もありますので、ぜひ見てください。

共助は、その活動をしている特定の人だけが取り組めば成り立つものではありません。まず、土砂災害や浸水など、地域にどのような災害リスクがあるのかを、地域の皆さんで共有することから始める必要があります。その上で、災害時に声をかけ合い、助け合える体制を地域一丸となって構築してほしいです。

そのためには、隣近所の人と日頃からあいさつや会話を交わしたり、地域のイベントに参加したりするなど、日常的に地域内での関係づくりが大切です。

Interview

災害は怖い。だから備える



佐藤 敏寛 さん(夫)

私が久慈市で勤務をしているときに東日本大震災を経験しました。そのこともあり、防災物品をそろえ始めました。簡易トイレはこれから準備したいと思っています。準備したら、いざというときに使えるよう、組み立てのテストもしたいです。

寒さ対策を重点的に



佐藤 妙子 さん(妻)

食料品、水、毛布、下着などの防災物品を家族と相談して準備しています。特に寒さ対策としてカイロや保温シートもそろえました。今後は防災物品の定期的な確認をしたいです。皆さんも震災時を思い出し、危機感を持って準備してほしいです。