2015年03月16日 中日新聞 朝刊震災 33頁

備える 3.11から 災前の策 第113回 東日本大震災4年 ㊦

本当に助かる訓練を

東日本大震災では津波が押し寄せた各地で、避難行動の違いで生死が分かれた。その教訓を受け継ぎ、南海トラフ地震などに備え、日頃から「本当に助かる」訓練が求められている。四年前の震災で全員の命が助かった東北の介護施設や小学校の震災当時の行動と現在の取り組みを取材した。町内会や企業など、さまざまな地域・組織も活用できる「災前の策」が数多くあった。（中沢誠）

宮城・介護施設

自力で歩く 毎日続ける

■犠牲者ゼロ

「地震が起きたら自分の足で逃げないとだめだよ」「足をもっと前に出して、イチ、ニ、イチ、ニ」

今月上旬の昼下がり、デイサービスや一～二週間の短期入所のお年寄りを受け入れる宮城県石巻市の「めだかの楽園」集会室。医師のかけ声に合わせ、お年寄りたちがつえを突いたり、職員に支えられたりしながら、三十㍍ほどの長机を歩いて三周する。車いすの人もいる。地震が発生したと想定し、利用者が毎日行っている歩行訓練だ。

「日々の積み重ねがあったからこそ、あの震災でも全員助かったんです」

施設を管理する井上利枝さん（六二）は振り返る。

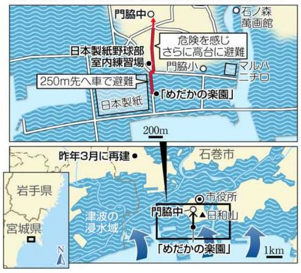
二〇一一年三月十一日の午後二時四十六分。地震が起きると、井上さんらは利用者四十七人をすぐ十三台の車に分乗させた。施設は海から四百㍍の場所にある。二百五十㍍先の高台にある日本製紙野球部の室内練習場に避難。市が避難場所に指定していた門脇小などでは危ないと思い、独自に避難先を決めていた。

井上さんらはさらに、日和山ふもとの門脇中学校へ避難。施設は津波で全壊、門脇小も津波にのまれた。施設の周辺は新興住宅街があり、地震後に逃げなかったり自宅に戻ったりして犠牲になった人が多かったが、「めだかの楽園」の犠牲者はゼロだった。

㊤地震を想定して、施設内で毎日行われる歩行訓練
㊦すぐに避難できるように車は進行方向に止めるようにしている
＝宮城県石巻市の「めだかの楽園」で

震災直後の被災した介護施設「めだかの楽園」（同園提供）

震災時の「めだかの楽園」利用者らの避難ルート



■震災前から

井上さんは「人任せや行政任せにしない。自分の身は自分で守る自助が重要なんです」と強調する。

「めだかの楽園」は約十年前から、津波を想定した避難訓練を続けていた。海に近い上、一九六〇年のチリ地震津波の体験を聞いていた井上さんは、危機意識が高かった。訓練に体の不自由な利用者も参加してもらい、冒頭の歩行訓練も震災前から続けていた。

初めは、利用者を玄関前の車に乗せるだけで二十分もかかった。一秒でも早く逃げるため、自力で避難できない利用者には、担架の代わりにおんぶひもを活用。すぐに車を出せるように進行方向に向けて駐車するようにした。避難にかかる時間を六分ほどにまで短縮できた。

震災時は寝たきりの利用者も自力で立ち上がり、介助を待っていた。「歩行訓練が、利用者と職員の津波に対する防災意識を高めることにつながった」と井上さん。介護予防も兼ねての取り組みだが、自力で歩ければ、助かる可能性は高まる。訓練を続けてきた結果、今では寝たきりの利用者はいなくなった。

■脱マニュアル

細かなマニュアルがないのも、この施設の特徴だ。以前は、車いすや寝たきりの人から順に避難させ、どの利用者を誰の車で避難させるかまで決めていた。

訓練してみると、マニュアル通りにしようとして車に乗せる玄関先で利用者が滞留し、かえって時間がかかった。震災時は、早く動ける利用者から順に車に乗せたことで、津波到達前の午後三時二十分ごろに避難を終えた。

井上さんは「マニュアルの過信は危険。逆に自分の行動を縛ってしまう。日頃から防災への意識があれば、避難のとき何をすればいいか自然と動けるようになる」と説明する。

施設は昨年三月、市内の内陸部に再建。津波よりも揺れの危険性が高いため、地盤が固く広い土地がある近くの公園を避難場所に選んだ。

岩手・大船渡小

自分で考える 抜き打ち避難

■臨機応変に

岩手県大船渡市の大船渡小学校は、災害時の避難場所に指定されていた。地震が起きた時も、最初は校庭に児童を待機させた。

だが、迫る津波を見た校長が「逃げろ」と指示。校舎裏の斜面をよじ登り、児童を押してフェンスを越えさせ、高台の大船渡中学校へ向かった。海岸に高さ十㍍の津波が到達し、小学校の校舎一階は黒波にのまれた。マニュアルにない臨機応変の対応で、全校児童二百六十八人が助かった。

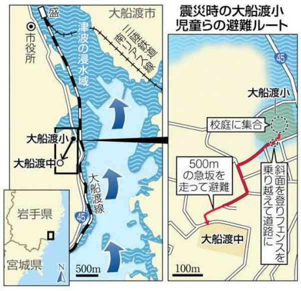
「いち早く逃げる」。九死に一生を得た体験は大きな教訓を残した。

震災後は避難場所を大船渡中に変更。児童らが実際に必死に駆け上がった急坂が避難路となった。

震災前は地震が発生すると校庭に全校生が集まってから、一斉に点呼を取ることになっていた。震災後の避難訓練では、校門前で担任が人数を把握し、そろった学級から大船渡中に逃げるようになった。

震災はいつ起こるか分からない。授業中だけだった避難訓練を、休み時間や下校時にも広げた。休み時間の訓練は抜き打ちで実施。下校時の訓練は、地区ごとに引率の教員と通学路の危険箇所や高台へ続く道を確認しながら、最寄りの避難場所を回る。

震災時の大船渡小児童らの避難ルート



■生きた成果

先月十七日、訓練の成果が表れた。登校したばかりの午前八時すぎ、三陸沖でマグニチュード（M）6・9の地震が発生。大船渡市は震度3を記録した。直後に津波注意報が発表されると、訓練通り、人数確認ができた学級から避難。あわてることなく、十数分で全児童が大船渡中にたどり着いた。

二時間後に解除されるまで、中学校の空き教室でアニメのDVDを視聴させ、児童らを落ち着かせた。震災時、避難先で児童らに動揺や不安が広がったことを受けての対応だった。

マニュアルは万全ではない。「児童が自分で考えて行動する意識を持つようにしている」と泉田恵子副校長。学校では訓練のたびに事後検証し、マニュアルを更新している。

二月の避難でも新たな課題が浮かんだ。それまで「とにかく中学校に逃げる」という考えだったが、市民も殺到して避難してきた場合、教師は子どもの面倒だけをみられない。受け入れ先の大船渡中と連携し、中学生が児童らを誘導できるよう、新年度は合同の避難訓練を計画している。

下校時に危険箇所や最寄りの避難場所を確認する児童ら＝岩手県大船渡市で（大船渡小提供）

「備える」は毎月第1、第3月曜日掲載です。次回は4月6日。「想定シリーズ」を再開します。

（c）.中日新聞社　無断転載、複製、頒布は著作権法により禁止されています