

# 調布市防災教育の日

令和8年4月25日

## 1校時 講演会 津波にあった家族と故郷「釜石市」

～東日本大震災を振り返って～ 調布市東部公民館専門員 岩館 聖恵 さま



2011.3.11 午後2時46分 最大震度7 M9.0 巨大地震発生

3日後…両親の生存を確認

8日後…兄が盛岡から釜石(実家)へ

東日本大震災を含め130年で4回、津波が町を襲っている

私は東京…震度5の地震＝津波 **津波が来る**とすぐ思った

津波の速度は時速30km 秒速で計算100m12秒

地面から水面までの高さ1m⇒死亡率ほぼ **100%**

ものすごい勢いでイッキに海の中に引きずり込む**引き波**

引き波の後には必ず**さらなる大きな津波**が来る

釜石市市街地の復興の歴史…**人の命、大切な財産**を守るために、

**頑丈な家、町**を作る 釜石港湾口防波堤・鉄筋コンクリートの建物

(どこにいても誰もが避難できる)を作る

**即動**くには、余計な(荷物を持つ、海の様子を見に行くなど)行動をしない

大切なのは  
物より思い出より  
命!!

体にしみこませるため  
⇒考えなくてもできるように  
考える(疑問を持つ)ため  
⇒考えて行動できるように  
(疑問に根拠を持って考える)

防災訓練をする  
のはなぜ？

今日みたいな日だけは  
ぜひ真剣に…



柔らかで、しなやかな心を身につけて  
つらくても悲しくてもいつか自分の足で立ち上がり  
歩き出せるように…

良いことも悪いことも上手に消化できるように  
たくさん経験をしてください

**あなたの心を守り、大切な誰かを守るために…**

## 2校時 道徳 いのちの授業

生命の尊さを理解し、かけがえのない自他の生命を尊重する

**1年生** 東日本大震災発生時、地元の**写真スタジオ**で撮影アシスタント兼デザイナーとして働いていた**あいしまさん**。

震災直後から遺影写真の依頼を受け、笑顔になれない子ども達とも出会い、その出会いは今でも忘れることができないでいる。震災を経験した子どもたちは何歳になったのか、笑って過ごせているのか、今でも考えると言う。「ずっとしまっていた」体験を、10年の節目に**漫画で描いた**あいしまさん。その記憶や感情を漫画で伝えることにより、多くの命が犠牲になった震災を今後も考えて欲しいという思いが込められている。



多くの命が犠牲に  
なったことを  
これからも伝えて  
いくことが大切



**2年生** **命が生まれるそのときに** フォトグラファーの繁延さんは、出産を撮ることをライフワークにしている。出産というテーマに引かれる理由は、撮影される人の素顔に近い姿がみられるのが大きい。

出産の風景を目の前にして思うのは、「私も生きようということだ」出産の最中の母子は、ある意味、共に危うい命。「生きているのはあたりまえではない」と感じる時、「生きよう」と思うのかもしれない。私が、高校2年生のとき、阪神・淡路大震災が起きた。「人はある日突然死ぬこともある」と知ったあの時の感覚と似ている。平和な国に生まれ、あたり前のように平和を享受して暮らすと、人は死が近くにあることを忘れてしまうことがある。では、明日生きられるかわからないという、逆の状況下のだったら、何を撮るのか。自分でもわからない。しかし、「**生きている**」と感じる姿を見つけて尊いと思い、そう感じられる写真を撮りたい。

生きていることがあたり前ではなく今生きていることを**喜ぶ自分でいたい**という思いがこめられている



**3年生** 大阪のとあるホスピス。ここは末期のがん患者が、抗がん剤治療や延命治療などをやめると選択したとき、残された時間をできるだけ穏やかに過ごすための施設。

ここでは**リクエスト食**という取り組みがある。病院によって決められた献立ではなく、患者さん一人一人から好きなメニューをリクエストされ、それを出すという取り組み。

リクエスト食に込めた思いを管理栄養士の大谷幸子は、「栄養士も、心のケアの一端を担っています。心が元気にならなければ体はついてこない。」と話し、医師の池永昌之さんは、「一人一人違う人生をもった患者さんに、個別にできることを病院として提供する。そのことが、患者さんの「自分は大切な存在である」という意識につながる」と話す。

どんなときも**生きている**と感じる姿を見て、**尊い**と思う自分でありたい…



患者さんが**最期**を笑顔で迎えられるように寄り添う  
安心して欲しい♡

11:10

地震発生⇒避難訓練⇒引き渡し訓練



**避難訓練**



**\*避難所体験\***

- ・避難所スペース体験  
ひとり分のスペースって…
- ・食料品展示  
どんなものが備えられているの？
- ・トイレ体験  
避難所のトイレって…

\*お土産…備蓄食品  
携帯トイレ