

自分の命を守るために大切なこと

震災の教訓を語り継ぐ

東日本大震災発災時、釜石東中学校の生徒たちは率先して高台を目指し、津波から逃れることができた。それは「釜石の奇跡（現在は、釜石の出来事と表現）」と呼ばれ、避難の手法として後世に語り継がれている。なぜ児童生徒は、率先して避難することができたのか。実際に釜石東中学校の三年生のときに震災を経験し、現在、東日本大震災の語り部をされている菊池のどかさんに当時の様子を振り返っていただきました。

東日本大震災・語り部（釜石市出身）

菊池のどかさん

PROFILE

釜石東中学校3年生の時、東日本大震災が起きる。隣接する小学校の児童たちと共に高台へ逃れる。釜石高校進学後より取材を受けるようになり、語り部としての活動を始める。教員として防災教育を行うことを目指し、教員免許を取得。大学卒業後、釜石市「いのちを繋ぐ未来館」の職員として活動し、現在はフリーで語り部活動や防災教育の推進を行う。ソナエル食堂プロジェクト東北メンバー。

..... INTERVIEW

Q どんな防災教育を受けていましたか

学校の中で教わることも多かったと思います。地域の防災マップ作りや、津波模型でどのように町に津波がやってくるかを見たり、ロープワークの結び方や人の安全な運び方、炊き出し方法を学んだり、色々なものを学校の防災教育で教わりました。

学校で教わったことも地域で教わったことも、どちらもすごく役に立ったと思います。



Q 震災を経て防災教育について感じたこと

まず自分の命を自分で守ることができないと他の人の命も危険にさらしてしまう。それを理解できたのが日々の避難訓練でした。避難訓練もただ訓練のための訓練をやるわけではなく、突然地震が起きた想定で、自分の判断で避難する。何度も失敗を繰り返しながら避難訓練を繰り返したことが、震災のときの避難につながったと思います。

Q 子どもたちに伝えたいこと

語り部活動や防災教育を通じてみなさんに伝えたいことは、「自分の命は自分で守ること」これが一番最初にくるものだと思います。共助のまえ最優先に自助、自分の命を最優先に守ることが他の人の命を守ることにつながります。もし災害のときに自分がパニックになってしまったら、誰かに助けてもらわないといけないようになってしまいます。その状況になってみることでわかることはたくさんあります。逃げることに申し



訳なさを持たないこと、自分の命に責任を持つことが大切です。それを避難訓練などの防災教育の中で知ることが大切です。

自分の命を守ることは、家族や友だちの命を守ることにつながることを知ってください。

そして、自分の町をたくさん歩いてたくさん知ってください。いつもの道で見た光景が災害のときに役立つ、その道を知ることが誰かを助けることができるかもしれない、自分の町を大好きになってもらいたいです。



Q 子どもたちへのメッセージ

何事も、難しく考えずに、思うように色々考えてたくさん挑戦してほしいです。

学校生活の中で悩むこともたくさんあると思います。わたしも中学生を振り返るとそうでした。今思えばその時間もすごく大切な時間で、一日一日をもっともっと大切に生きていたらよかったなって思います。

一日一日を大切にしていって、思ったときは「ありがと」「ごめんさい」をきちんと伝える生活をしてほしいです。

みなさんのことを大切に思ってくれる人は必ずいるはずです。そしてみんなにも大切な人たちがたくさんいると思います。一人ではないんだよってことを知ってほしいし、周りの人たちのことも大切に思っていてほしいです。

毎日を大事に生きてください。

