

# 京安全通信～安全な学校生活を目指して～

其の十一「東日本大震災」をふりかえる  
～3・11あの日から14年…～



令和7年3月

京都市教育委員会事務局 体育健康教育室  
京都市立中学校教育研究会 安全教育部会

## 2011年3月11日 午後2時46分

日本列島は国内観測史上最大規模の猛烈な揺れに見舞われました。

東北地方の太平洋沿岸を襲った巨大津波、そして東京電力福島第1原発事故という未曾有の複合災害は、約1万5900人の尊い命を奪い、今なお2500人以上の行方が分かっていません。当たり前の暮らしや営みが失われたあの日を、私たちは決して忘れません。(※数字は2025年3月1日時点)



### 「東日本大震災の概要①」



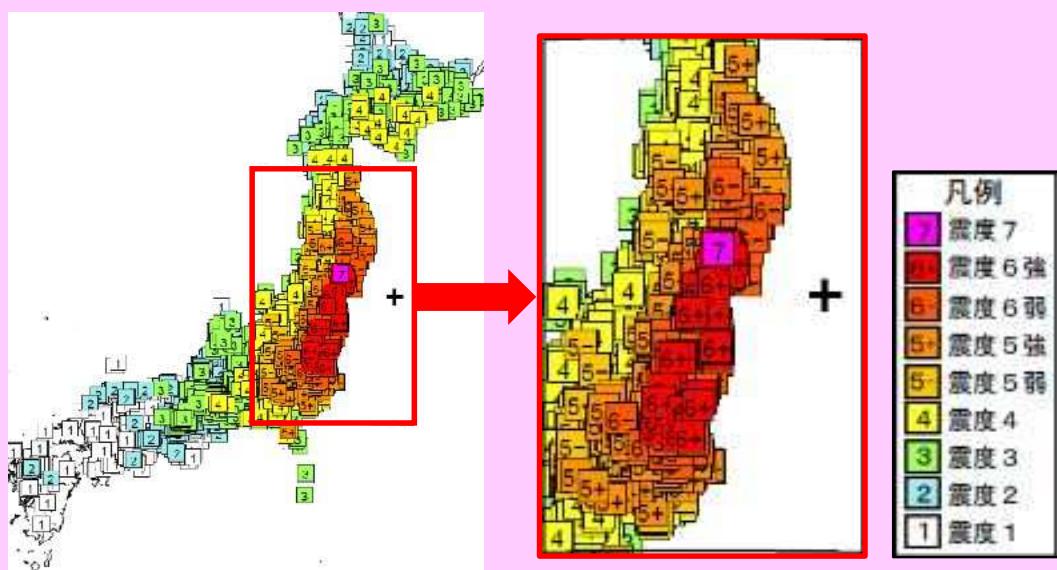
### 「マグニチュード9.0」

東日本大震災は、2011年3月11日14時46分頃に発生。三陸沖の宮城県牡鹿半島の東南東130km付近で、深さ約24kmを震源とする地震でした。マグニチュード(M)は、1952年のカムチャツカ地震と同じ9.0。これは、**日本国内観測史上最大規模**、アメリカ地質調査所(USGS)の情報によれば、900年以降、世界でも4番目の規模の地震でした。



### 「最大震度7 続く余震…」

この地震による震度は、宮城県北部の栗原市で**最大震度7**が観測された他、宮城県、福島県、茨城県、栃木県などでは**震度6強**を観測。北海道から九州地方にかけて、震度6弱から震度1の揺れが観測されました。その後も強い揺れを伴う余震が多数観測されています。気象庁によると、4月7日に宮城県沖を震源として発生した震度6強の余震をはじめ、5月31日までに発生した余震は、最大震度6強が2回、最大震度6弱が2回、最大震度5強が6回、最大震度5弱が23回、最大震度4が135回観測されました。



## 「東日本大震災の概要②」



### 「未曾有の大津波」

今回の大震災では、岩手、宮城、福島県を中心とした太平洋沿岸部を巨大な津波が襲いました。

各地を襲った津波の高さは、福島県相馬では9.3m以上、岩手県宮古で8.5m以上、大船渡で8.0m以上、宮城県石巻市鮎川で7.6m以上などが観測（気象庁検潮所）されたほか、宮城県女川漁港で14.8mの津波痕跡も確認（港湾空港技術研究所）されています。また、遡上高（陸地の斜面を駆け上がった津波の高さ）では、全国津波合同調査グループによると、国内観測史上最大となる40.5mが観測されました。

### 「大量の帰宅困難者、液状化現象」

震度5強が観測された首都圏では、交通機関が不通となつたため、大量の帰宅困難者が発生する事態となりました。徒歩で帰宅を試みる人々で歩道は大混雑。また、帰宅できなかつた多くの人々が勤務先や駅周辺あるいは、都が開設した一時収容施設等で一夜を明かしました。関東では、茨城、千葉、東京、埼玉、神奈川の広い範囲で液状化現象が発生しました。重いマンホールが持ち上がるほどの砂の噴出や、家屋、電信柱などの傾斜や沈下、また、水道、電気、ガスといったライフラインが一時ストップする被害が生じました。

## 年表でたどる東日本大震災

※ 参考：内閣府「防災情報のページ 特集 東日本大震災」

### 「東日本大震災発生から14年のあしあと」

年	主なできごと等
2011年	3/9 宮城県北で震度5弱の地震発生 3/11 午後2時46分 東日本大震災発生
2012年	2/10 復興庁が発足 3/31 岩手、宮城、福島3県のプレハブ住宅入居者ピーク（11万6565人） 5/5 国内の全原発が停止
2013年	7/10 岩手県陸前高田市の「奇跡の一本松」復元 11/3 プロ野球 東北楽天が初の日本一
2014年	2/15 ソチ冬季五輪フィギュアスケート男子で 羽生結弦選手（仙台市出身）が金メダル
2015年	3/21 JR石巻線が全線再開 宮城県女川町でまちびらき
2016年	11/22 福島県沖でM7.4の地震 仙台港で1.4メートルの津波を観測
2017年	3/3 南三陸志津川さんさん商店街（宮城県南三陸町）が新オープン 5/30 復興庁、全国で震災避難者9万6544人と発表（10万人下回る）
2018年	2/17 平昌冬季五輪フィギュアスケート男子で 羽生選手が2大会連続の金メダル
2019年	1/19 岩手県大槌町旧役場庁舎の本体解体始まる
2020年	3/14 JR常磐線が全線再開 4/28 宮城県内のプレハブ仮設住宅入居者がゼロに
2021年	2/13 宮城、福島で震度6強を観測 福島市で死者1人 3/11 東日本大震災から10年 3/25 1年延期された東京五輪の聖火リレーが福島県内から出発
2022年	5/11 宮城県が新・津波浸水想定を発表
2023年	1/31 仙台市の震災遺構「荒浜小」がリニューアル 8/24 福島第1原発の処理水海洋放出開始
2024年	1/1 石川県能登半島で最大震度7の地震発生 能登地方に大津波警報

※ 参考：河北新報社 HP「東日本大震災 特設サイト」

# 京安全通信～安全な学校生活を目指して～

其の十二「東日本大震災」をふりかえる  
～釜石の出来事…～



令和 7年 3月

京都市教育委員会事務局 体育健康教育室  
京都市立中学校教育研究会 安全教育部会

## 「釜石の奇跡」

東日本大震災の大津波が東北地方沿岸部に甚大な被害を及ぼした中、岩手県釜石市内の児童・生徒の多くが無事でした。この事実は『釜石の奇跡』と呼ばれ、大きな反響を呼んでいます。中でも、海からわずか500m足らずの近距離に位置しているにもかかわらず、釜石市立釜石東中学校と鵜住居（うのすまい）小学校の児童・生徒、約570名は、地震発生と同時に全員が迅速に避難し、押し寄せる津波から生き延びることができました。積み重ねられてきた防災教育が実を結び、震災発生時に学校にいた児童・生徒全員の命を大津波から守ったのです。

「編集者による被災地訪問日記」①～釜石の奇跡とは…～

### 「釜石の奇跡…!？」

令和6年11月14日、15日に岩手県の被災地を訪れました。震災当時、釜石東中学校の生徒であった方（以下、岩手さん〈仮名〉）からお話を聞いてきました。そのお話を紹介します。

上記に書かれている、地震発生後の児童・生徒の避難行動は、「釜石の奇跡」と呼ばれていますが、岩手さんはこうおっしゃっていました。



「釜石の奇跡じゃない、釜石の出来事です。」

「なぜなら、防災学習をしていたからです。」

「被災するまで、学校で訓練などの防災学習を行っていて…」

「先生に教えてもらっていたことを踏まえて、ただ行動しただけです。」

「日頃の訓練や防災教育の当然の

『成果』、『賜物』であり、『奇跡』ではない」

### 「どんな訓練をしていたか？」

津波の体験をする学習を行った。

実際に津波はどんな高さなのか？どれくらいのスピードか？

先生が運転する車と競走して、津波の速さを体感する。



津波の速さには勝てない  
だから一刻も早く逃げないと！

（参考：50m走を7.0秒で走ると時速25.7km）

※ 参考：ウサインボルト（100m 9.58秒）  
時速に換算すると、約37.6km



津波の速さは、時速36km

実際に釜石の街を襲った津波の高さは、15.1m

楽しみながら学ぶことで  
「命」が救われた



## 「編集者による被災地訪問日記」② ~釜石の出来事とは…

### 「どのように津波から逃れたのか」

#### ○14時46分 地震発生(大きな揺れで2~3分揺れていた)

- ・揺れが収まり、津波が来ると思い、学校にいた生徒はすぐにグラウンドに避難し、整列・点呼を始めた。  
(教師は職員室により、教師からの指示が出る前に避難行動を開始した。)
- ・副校長先生が放送で指示をしようとしたが、地震による停電のため、放送機器が使用できなかった。
- ・とにかく逃げることを優先し、点呼なしで避難を開始した。

※ この間、約5分以内の出来事であった。

高台に避難  
してください



#### ○避難開始「ございしょの里」(海拔4m)へ向かう

- ・坂道を歩いて10分のところにあるグループホーム「ございしょの里」の駐車場が避難所となっていたため、そこを目指して避難を始めた。
- ・「ございしょの里」に到着(14時55分)
- ・「ございしょの里」では、裏山がかけ崩れを起こしそうになっていたことや、地域の方の助言もあっため、さらに300m離れた高台にある「ヤマザキデイサービス」へ向かうことになった。(15時10分)

#### ○再度、避難開始「ヤマザキデイサービス」(海拔15m)へ向かう

- ・小学生と手をつなぎ、一緒に避難した。(とっさに先生が指示を出した)
- ・「ヤマザキデイサービス」に到着し、整列、点呼をしていたら津波が迫ってきているのが見えた。**津波は真っ黒な塊…**
- ・「ヤマザキデイサービス」に滞在したのは、2~3分であった。

「ヤマザキデイサービス」の駐車場



#### ○津波襲来!(15時17分)

- ・約570名の小中学生、保護者、保育園児、地域の方、合計約1,000名がパニック状態に。  
(人々の叫び声や泣き声、ゴオオオ…と迫ってくる津波の音が聞こえる)
- ・1人1人の判断によって、さらに高台へ…

#### ○さらに高台へ! 「恋の峠」(海拔44m)を目指して(15時17分~15時30分)

- ・「今、死ぬかもしれない」という不安を抱きながら、みんなで助け合って避難を続けた。
- ・海拔44mの「恋の峠」に到着。町の景色を見ると、**町全体が海のようになっていた**。
- ・ようやく津波から逃げられた。再度点呼を取り、全員の無事が確認できた。
- ・あと5分避難が遅れていたら、助からなかつた…。
- ・町全体で「防災学習」をしていたおかげで助かった。



「ヤマザキデイサービス」の横の道から町を臨む



「恋の峠に上がる最後の上り坂」

## 「写真で振り返る被災地訪問日記」

昨年11月に岩手県陸前高田市を訪れました。陸前高田市は、岩手県南東部の太平洋沿いに面する町で、東日本大震災による津波で大きな被害を受けた町です。今年からアメリカ MLB ナショナルリーグ所属のロサンゼルス・ドジャースへ入団した佐々木朗希選手の出身地でもあります。佐々木選手も自身が、小学校4年生の時に、東日本大震災が発災し、佐々木選手の父親や祖父母が亡くなっています。

本号では、編集者が岩手県陸前高田市を訪れた際に、撮影した写真を基に、訪問日記を掲載します。津波による被害が、とても大きかったことを感じとってください。



### 「編集者による被災地訪問日記」①～奇跡の一本松～

#### 震災遺構「奇跡の一本松」

東日本大震災津波被災前、「奇跡の一本松」の東側に広がっていた「高田松原」の約7万本の松林は、江戸時代の防風・防潮林としての植林がその始まりでした。その後、津波多発地帯であった三陸沿岸には、1896年（明治29年）の明治三陸地震津波、1933年（昭和8年）の昭和三陸地震津波、1960年（昭和35年）のチリ地震津波など何度も大津波が襲来、沿岸住民に多大な被害を及ぼすとともに多くの松も枯死するなどの被害を受けてきました。

しかし、「奇跡の一本松」は、その度に津波被害を乗り越え、生き残ってきました。大津波に耐えて残った姿から、復興への「希望の象徴」となりました。（\*樹齢は173年 高さは27.5m）



#### 震災遺構「陸前高田ユースホステル」

「陸前高田ユースホステル」は、高田松原公園内にあった宿泊施設でした。1969年（昭和44年）竣工の鉄筋コンクリート2階建て、玄関ホールを中心に行間に客室が並びた美しい建物でした。2011年（平成23年）1月から休館中であったため、東日本大震災の発災当日は、無人でした。

「奇跡の一本松」はこの建物があったことで、津波の直撃を免れ、倒れることなく、残ったと考えられています。



## 「陸前高田の防潮堤」(第二線堤)



海拔12.5m(震災前は5.5mであった)、全長1.8km

震災前よりはるかに大きな防潮堤を建設した。それでも、地震が発生した際には、津波から町が守られて、安心ができるというわけではない。あくまで、町に津波が押し寄せる時間をかせぐためのものである。そのため、地震が発生した際には、これまでと同じように、速やかに高台に避難をすることが求められます。

## 震災遺構「気仙中学校」



気仙中学校は、1947年(昭和22年)創立。被災時は、津波が気仙川の堤防を越えてからわずか数分で校舎3階近く(14.2m)に達しました。学校にいた生徒達は、日頃の安全教育の成果を發揮し、津波到達前に全員避難し、無事でした。

街並みを見ていると、海側から内陸に向かって、数百mから2kmほど、何も建物がない場所がある。あるいは、ここ数年で建ったのであろう綺麗な建物が建っている。

「ここまで津波が押し寄せたのか…」と一目でわかる。海沿いの町は、どこも震災前と大きく景色が変わってしまった。震災から14年が経ちましたが、まだまだ復興まで道半ばです。遠く東北に思いを馳せ、今の被災地のことを知り、復興に向けて共に歩む気持ちを持つといいですね。

「過去」は我らの糧となり、「未来」は我らの夢となる