

## 中学生・高校生向け『写真付き教材』②

東日本大震災を体験した生徒たちの思い・考え

— 2011年～2021年までの記録 —

2026年【東日本大震災関連に限定】版（全15編）

### 1 はじめに

東日本大震災が発生した2011年から2021年まで、被災地域にある5つの高校（宮古、久慈東、山田、岩泉、宮古北）において、インドネシアのアチェ州を取材したうえで『インド洋大津波と東日本大震災の比較』というタイトルで、防災・減災や復興、国際理解、環境問題等について情報を提供する授業やプリント学習を実施してきました。その中には、震災当時高校2年生だった生徒から保育園年長だった幼児まで（12学年分）の生徒達の震災時や震災復旧・復興時の思いや考えが、授業の内容をふまえた600字の小論文という形で多数記録されています。

今回、中学生・高校生向け『写真付き教材』①【インド洋大津波と東日本大震災の比較】版とは別に、②【東日本大震災関連に限定】版を作成しました。①と同様に、1編ずつに**写真が付いている**ことで『東日本大震災』について、被災者である生徒達の思いや考え・感情などが**イメージしやすくなる**と思います。

また、地名や読み方が複数ある漢字等に「**ふりがな**」を付けたことで、『朗読』し**やすくな**っています。

### 『東日本大震災』関連の写真の例

家屋に乗り上げた船（山田町）（2011年3月11日撮影）



【出典：いわて震災津波アーカイブ/提供者：山田町】

防潮堤に植林（人工物と自然の融合）  
（浜松市沿岸防潮堤整備事業）



【静岡県公式HPより】

宮古市重茂 音部漁港を襲う津波



【出典:いわて震災津波アーカイブ/提供者:宮古市】

山田祭(大杉神社例大祭)(2015年9月21日撮影)



【出典:いわて震災津波アーカイブ/提供者:一般社団法人山田町観光協会】

今後、東日本大震災発生当時、生まれていなかった子供達が中学・高校へ入学してきます。そのような子ども達はもちろん、震災を体験した方々にも体験していない方々にも、「地域に根ざした防災・減災」等について伝え・考えてもらうための一つの方法として、この資料が活用できると考えます。

## 2 利用法

### ・実践例1 (50分コース)

- (1) 掲載されている中から **9編を選び**、配布する(「導入」を含め、約5分)。
- (2) 生徒もしくは教員が、配布した **9編の小論文を『朗読』**する(約20分)。
- (3) 9編の中から **1つの小論文を選んだうえで**、以下の課題について簡単に書き出す(約10分)。(別紙資料1『学校用』)

**A: あなたが共感したのは、どういう所ですか?**

**B: あなたが選んだ小論文を読み、これからあなたができることは何ですか?**

- (4) 別紙資料1を参考にして、以下の課題を提出させる(約15分)(別紙資料2『原稿用紙』)。または、宿題として後日提出とする。

**A: (160字以上～200字以内で述べなさい。)**

**B: (260字以上～300字以内で述べなさい。)**

- (5) 後日、提出された小論文のうちのいくつかを、**選んだ小論文と一緒に掲載したプリントを作成・配布**し、参加生徒全員で**想いや考えを共有**する。

## ・実践例2（50分×2コース）

- （1）震災学習や防災学習などの情報を提供（約30分）。
- （2）掲載されている中から9編を選び、配布する（約5分）。
- （3）参加者（生徒等）もしくは開催者（教員等）が、配布した9編の小論文を『朗読』する（約20分）。
- （4）9編の中から1つの小論文を選んだうえで、実践例1の（3）と同じ課題について簡単に書き出す（約10分）。（別紙資料1）
- （5）選んだ小論文ごと、もしくは合併で数人の班を作り、『グループ討議資料』（別紙資料3）に沿って話し合い、各班ごとに発表する（班分け：約5分、グループ討議・発表：約30分）。
- （5'）または、別紙資料2『原稿用紙』に記述（約35分）、提出後、実践例1の（5）と同様に参加者で想いや考えを共有する。
- （5"）または、小論文中の語句や『いわて震災津波アーカイブ～希望～』等を参考に、ネットを使い「調べ学習」を各自、あるいは班で行い、後日発表する。（50分×4コース）

### 実施上の留意点

- 1 心を込めて「朗読」するのは、中学生や高校生、または大学生等の若い世代が望ましい。しかし、状況によっては教員等による朗読でもよいし、黙読でもよい。また、別紙資料2『原稿用紙』での提出は、長期休業中の課題としてもよい。
- 2 小論文1編の朗読に要する時間は、おおよそ1分40秒である。（朗読の前後に必要な時間を加味すると、1編＝約2分。）
- 3 朗読する小論文の数は、9～15編が適当であるので、「導入」や「グループ討議」等に必要な時間を考慮して数を決める。
- 4 「グループ討議」と『原稿用紙』による「課題の提出」の両方を実施することが望ましいが、片方だけの実施でもよい。

— 2011年～2021年までの記録 —

2026年【東日本大震災関連に限定】版

～被災地域の高校生（宮古高校、山田高校、久慈東高校、岩泉高校、宮古北高校）の想い・考え～  
(全15編)

実施年度（実施した高校名）

『題名』 番号) (内容の分類) 『体験』：被災体験と伝承  
『支援』：支援活動・国際交流  
『環境』：身近な自然環境を活用した防災・減災  
『生き方』：これから私ができること

平成23～26年度（宮古高校）

『私が考える（できる）国際協力や支援活動』 01) 体験・支援・環境・生き方  
『3.11から三年目の今、私ができること』 02) 体験・支援・環境・生き方  
『3.11から四年目の今、私ができること』 03) 体験・支援・環境・生き方  
『東日本大震災を後世に伝える方法』 04) 体験・支援・環境・生き方  
『自然災害と国際協力』 05) 体験・支援・環境・生き方

平成28年度（久慈東高校）

『東日本大震災を後世に伝える方法』 06) 体験・支援・環境・生き方

平成28～30年度（山田高校）

『3.11から6年を経た今、私ができること』 07) 体験・支援・環境・生き方

『身近な自然環境を活用した

津波への防災・減災』

08) 体験・支援・環境・生き方

『東日本大震災から8年目の今、

私ができること』

09) 体験・支援・環境・生き方

『東日本大震災から8年目の今、

私ができること』

10) 体験・支援・環境・生き方

令和元年度（岩泉高校）

『私ができる国際支援活動』

11) 体験・支援・環境・生き方

令和2年度（宮古北高校）

『東日本大震災から十年目の今、

私ができること ～紙で残す記憶～』

12) 体験・支援・環境・生き方

『東日本大震災から十年目の今、

私ができること』

13) 体験・支援・環境・生き方

『身近な自然環境を活用したの防災・減災』

14) 体験・支援・環境・生き方

『東日本大震災から十年目の今、

私ができること』

15) 体験・支援・環境・生き方

※【震災当時の居住地・（所属）学年】 在籍年度・高校名・学年、氏名のイニシャル  
『題名』

01) 【宮古市田老<sup>たろう</sup>・（宮古高校）2年生】 平成23年度・宮古高校3年 Yさん

### 『私が考える(できる)国際協力や支援活動』

私たちは、世界各国の協力があつて今、なに<sup>ふじゆう</sup>不自由なく生活している。3月11日の東日本大震災<sup>ひがしにほんだいしんさい</sup>で家<sup>な</sup>を失くし、家族を亡くした。しかし、アメリカを始め、台湾や韓国などいろいろな国の方々が私たち被災者<sup>ひさいしゃ</sup>のために食べ物や衣類などの提供をしてくださった。そこで私は、今回支援してくださった世界の方々にいつか恩返し<sup>おんがえ</sup>ができれば良いと思い、これから私たちができる支援活動<sup>しえん</sup>について考えた。

私たちができる支援活動に、募金<sup>ぼきん</sup>が挙げられるだろう。1人1円募金すると、何も買うことができないが、それが10人、100人と少しずつでも募金すると世界の貧しい子供<sup>まず</sup>たちへの給食代<sup>だい</sup>や治療費<sup>ひ</sup>になる。今回の震災の際に多くの人が義援金<sup>ぎえんきん</sup>として募金をしてくださったから、私たちは少しずつ復興への道を歩み始めている。国際支援活動<sup>しえん</sup>は、そうした私たちのチョットした協力<sup>とじょうこく</sup>で、発展途上国<sup>とじょうこく</sup>が少しずつ生まれ変わっていくのだと思う。

あくまでも、支援活動<sup>きょうせい</sup>は強制参加<sup>きょうせい</sup>というものではない。「お互いに助け合い、協力し、励まし合<sup>はげ</sup>っていきたい」という心から参加するものだと思う。今の状況は、3月11日以前<sup>いぜん</sup>と比べて恵まれているとは思わない。しかし、日本はそういった災害があつても発展途上国<sup>とじょうこく</sup>よりはるかに恵まれている。だからこそ、今私たちは、国際支援<sup>はげ</sup>といった形で、世界各国の人達と協力し、助け合い、励まし合<sup>はげ</sup>っていかなければならないと思う。

宮古市田老(2011年3月15日撮影)



【出典:いわて震災津波アーカイブ/提供者:宮古市】

国際救助隊の活動



【出典:いわて震災津波アーカイブ/提供者:大船渡地区消防組合消防本部】

※【震災当時の居住地・（所属）学年】 在籍年度・高校名・学年、氏名のイニシャル  
『題名』

02) 【山田町・（山田中学校）1年生】 平成25年度・宮古高校1年 Sさん

### 『3. 11から三年目の今、私ができること』

私たちにできること、それは私たち一人一人が与えられた自分の責務をしっかりと果たすことである。その自分の責務とは何なのだろう。復興に関わることだろうか。私は、それだけではないと思う。私達が当たり前のように行っている「勉強」も当てはまるのではないだろうか。

確かにボランティアや募金など、今の私達にもできることもある。しかし、復興は数年で終わるというものではない。街を前よりももっともって活気のある所にしていくことこそが復興なのだから、今チョットやって終わりにするのではなく、いつか私達が職につき、復興の担い手となり、地元の復興に貢献することが大事なのではないだろうか。

そのために、今の私ができることは、「勉強」だと思う。私はあまり勉強が好きではないので嫌だという思いもあるが、震災で苦しむよりはよっぽど良い。もし、今努力することで、将来をより良くできるなら、もっと頑張ってみようと思える。今は大変でも、頑張った良かったと思えるはずだから・・・あの時ももっと頑張っていたら良かったと、後悔はしたくない。いつも笑顔で過ごせるように、今できることを精一杯やって、ひたむきに頑張るだけだ。それが、私が考える「私たち一人一人が与えられた自分の責務をしっかりと果たすこと」だ。そうすることで、思いやりの心を持って笑顔になることができる。『心の拠り所』になることができる。私もいつかそんな人になれるように努力したいと思う。

「食堂×大槌中学校」(2012年9月)



【出典：いわて震災津波アーカイブ/提供者：一般社団法人おらが大槌夢広場】

みやっこハウス「高校生交流会」(2015年6月撮影)



【出典：いわて震災津波アーカイブ/提供者：NPO法人みやっこベース】

※【震災当時の居住地・（所属）学年】 在籍年度・高校名・学年、氏名のイニシャル  
『題名』

03) 【宮古市・（重茂中学校）2年生】 平成26年度・宮古高校3年 Yさん

『3. 11から四年目の今、私ができること』

私は、非常に海が近い小さな集落に住んでいました。しかし、東日本大震災によってこの集落は全滅してしまい、現在も仮設住宅で生活しています。震災後、その集落は災害危険区域に指定され、家を建ててはいけなくなっています。再び同じような被害を受けないための対策の一つです。この地域は、明治三陸大津波や昭和三陸大津波でも多くの被害を受けました。このことを後世に伝えるために先人は、津波到達地点を示した石碑と、二度と多くの犠牲者をださないように「此处より下に家を建てるな」と書かれた石碑を後世に残してくれました。この石碑については、これからも伝える必要があると思います。また、小学校で1年おきに行われる、昭和三陸大津波をテーマとし、当時の様子を台本にした全校表現劇「かがやく海の重茂に」もずっと伝えていくべきだと思います。私たちは、この劇のおかげで早いうちから過去にどのようなことがあったのか分かり、津波の恐ろしさを理解することができました。犠牲者が少なかったのは、これが理由であるかもしれません。

私は先人がしてきたように、後世へ自分が体験したこと全てを伝えていきたいと思います。二度と犠牲者を出さないために。震災後に建てられた石碑にはこのように記されています。

『後世への訓戒 大地震の後には津波が来るとにかく高い所に逃げろ 住宅は津浪浸水線より高い所に建てる 命はてんでんこ』

宮古市重茂 音部漁港を襲う津波



【出典:いわて震災津波アーカイブ/提供者:宮古市】



大津浪記念碑  
高き住居は児孫の和樂  
想(おも)へ惨禍の大津浪  
此处(ここ)より下に  
家を建てるな

※【震災当時の居住地・（所属）学年】 在籍年度・高校名・学年、氏名のイニシャル  
『題名』

04) 【宮古市・（新里中入学前）小学6年生】 平成26年度・宮古高校1年 Nさん

### 『東日本大震災を後世に伝える方法』

東日本大震災を後世に伝える方法として、まず一番大切にしなければならないことは、地震を経験したこと、津波を経験したこと、震災で大切なものが失われたということをおぼわす忘れない事だと思います。忘れてしまったら、伝える方法はもう無くなってしまいうのだから。

私は、小学6年生の寒い卒業前の春に起こった事を、まだ鮮明に覚えています。卒業制作途中で止まったミシン、揺れた時計、波打った自分の心臓の音。あんなに早くランドセルに道具を詰めたのはあれが初めてだったと思います。全員でトイレに行き、入る直前で余震が起こり、うずくまった私達を抱きしめてくれた担任の先生の大きな腕でさえも、まだ記憶に残っています。帰る途中、当時小学1年生だった妹が震えているのを見て、妹の手を強く握って歩きました。「こいつだけは守ってやんなきゃ」と思って。私の住んでいる所は山の中なので、津波により家が壊れたとか、大好きな人が流されたとか、そういう被害はありませんでした。しかし、幼い私達の心には地震と津波への恐怖がくっきりと残されています。決して楽観視してはいけません。それを、岩手だけではなく、他県や自分の子供達へと伝えていくことが、後世へつなげていく一歩なんだと思います。

支援物資(宮古市新里地区)



【出典:いわて震災津波アーカイブ/提供者:宮古市】

「新里まつり」(2011年10月撮影)



【出典:いわて震災津波アーカイブ/提供者:宮古市】

※【震災当時の居住地・（所属）学年】 在籍年度・高校名・学年、氏名のイニシャル  
『題名』

05) 【宮古市・（宮古二<sup>にちゅう</sup>中入学前）小学6年生】平成26年度・宮古高校1年 Sさん

### 『自然災害と国際協力』

今<sup>こん</sup>夏季休業中、私は2010年に大地震<sup>おお</sup>の起きたニュージーランドのクライストチャーチという都市に行きました。クライストチャーチは震災から4年経ちますが、まだ街は復興<sup>ふっこう</sup>していません。市内観光<sup>しな</sup>では、被災者<sup>しな</sup>が座<sup>すわ</sup>っていたというイスが並べられた所や、崩<sup>くず</sup>れたままの大聖堂<sup>だいせいどう</sup>、その代わりに建てられた紙<sup>かみ</sup>で作られた教会などを見学しました。市役所<sup>しやくしょ</sup>へ行き、日本の震災についてプレゼンテーションをした後は、クライストチャーチの市長<sup>しちよう</sup>と震災についての話をしました。市長からは、震災時<sup>じ</sup>に日本の救援隊<sup>きゅうえん</sup>がとても活躍していた事、日本にもニュージーランドの救援隊<sup>きゅうえん</sup>を送った事、日本とクライストチャーチに同じオブジェ<sup>おなじ</sup>を建てた事などを聞きました。そして最後<sup>さいご</sup>に、「同じ経験をした国どうしだからこそ強い絆<sup>きずな</sup>ができる。両国の関係は簡単に崩<sup>くず</sup>れないだろう。」とっていました。

今まで私は被災者<sup>ひさいしゃ</sup>として支援を受けるだけでした。しかし今回、同じように苦しんだ人々<sup>ひとびと</sup>と出会って私も支援をしたいと思いました。自然災害<sup>さいがい</sup>は世界どこの国にも起こりえることです。大震災を経験した日本だからこそできる支援があると思います。もし他の国で自然災害<sup>さいがい</sup>が起きた時、私も何か協力したい。そうするためにはどうするべきか、これから探<sup>さが</sup>していきたいと思います。苦しいのは自分だけではない、応援し、助けてくれる人<sup>ひと</sup>がいるんだということを世界に広めていきたいです。

ニュージーランド地震(2011年2月22日発災)



地元NPOの方から話を聴く(学習旅行)



【出典：いわて震災津波アーカイブ/提供者：一般社団法人おらが大槌夢広場】

※【震災当時の居住地・（所属）学年】 在籍年度・高校名・学年、氏名のイニシャル  
『題名』

06) 【**普代村・小学校6年生**】 平成28年度・久慈東高校3年 Aさん

### 『東日本大震災を後世に伝える方法』

東日本大震災が起きた時、私は小学6年生でした。海に近いこともあって避難訓練や、親に大きな地震が来たら高台に逃げなさい、と言われていたので津波にのまれることはありませんでした。そして水門があったことが何より救いでした。水門は大きな被害を防ぎ、村人の命を救いました。明治、昭和の津波から学び、平成で起きた津波から人々を守ったように、これからも東日本大震災のような被害を出さないよう対策が必要だと感じました。

私は、水門や防潮堤の存在が、東日本大震災、そしてこれまでの津波の被害を後世に伝えることができるものだと考えます。水門や防潮堤がある意味や、震災のときに水門はどのような活躍をし、どのようになったのかを、東日本大震災を経験していない人達に説明することで、伝えていけると思いました。普代の水門には、どのくらいの高さの津波がきたか大きく書かれていたり、明治と昭和の津波がどこまできたかも道路の横に書かれているので、形として残り、分かりやすいと感じます。

私は教師を目指している訳ではないので、多くの子供達に震災の辛さ・恐ろしさを伝えていくことはできません。しかし、もし将来子供ができたとき、震災の話をしたり、私の母が自分にしてくれたように、地震が起きたときどうすれば良いのかを伝えていくことはできるので、そのようにして自分も後世に伝えていけたら、と思います。

水門の高さ15.5m  
を乗り越え、  
高さ23.6mまで



(岩手県普代村の普代水門)



普代水門の陸側の防災林(右に小学校)  
(水門(人工物) + 防災林(自然)で防災・減災)



※【震災当時の居住地・（所属）学年】 在籍年度・高校名・学年、氏名のイニシャル  
『題名』

07) 【山田町・（山田南小学校）5年生】 平成29年度・山田高校3年 Aさん

『3.11から6年を経た今、私ができること』

3月11日、あの日から6年が経ちました。「がれき」もほとんど無くなり、新しい建物が次々できあがってきて復興に大きく前進したと思います。そのように良い方向に進んでいる一方、一つ不安な事があります。それは、あの日を忘れている人も増えているということです。特に、震災を知らない子供達が増えていることが一番怖いと思います。今の自分にできることは、一生忘れないように若い人達にどんどん伝えていくことだと思っています。

自分も、あの日に大切な人をたくさん失くしました。当時一番思っていたことは、たくさんやり残したことがあります、とても悔しいだろうということです。そのため、私自身が一日一日をしっかりと生きて、後悔しないように生きていきたいと思いました。

自分は将来大人になったら、自分の子供に「津波はここまで来たんだ」と言うだけで、その恐怖は伝わると思うし、その子供も将来次の子へと伝えていくと思うので、絶対伝えていきたいです。

少し悲しいことは、前まで見えていた海が、防波堤で見えなくなってしまったことです。山田町は津波の被害は大きいですが、海がきれいで素晴らしい町だと思うので、自然災害に気をつけながらも海を大切にしていきたいと思っています。

家屋に乗り上げた船(山田町)(2011年3月11日撮影)



【出典：いわて震災津波アーカイブ/提供者：山田町】

新設された防潮堤(海拔9.7m)(山田町)



※【震災当時の居住地・（所属）学年】 在籍年度・高校名・学年、氏名のイニシャル  
『題名』

08) 【山田町・（山田南小学校）2年生】 平成30年度・山田高校1年 Hさん

### 『身近な自然環境を活用した津波への防災・減災』

私は、小学二年生のとき「東日本大震災」という大きな自然災害を経験しました。大きな地震と共にものすごい勢いで津波が町をのみ込んでいく様子を今でも覚えています。

あの日の震災を経験し、犠牲者を出してしまった現実がある以上、次は少しでも多くの命が助かることを考えます。まず、津波から逃げることです。海沿いに防潮堤を造るだけではなく、木を植樹して津波の勢いを少しでも弱めることができると思います。このようにすれば逃げる時間を少しでも長くできると思うからです。海岸防災林は、さまざまな意味で役に立つから、高い防潮堤を造り壁ができるよりは、自然のものを使うのも私はありだと思います。逃げることを第一にして、そのためには何が必要なのかを考え、自然災害への防災をすることが大事だと思います。

山田町は、山と海に囲まれた自然豊かな町です。津波を経験し、海への恐ろしさはあるけれど、山と海の恵みがあって、おいしい海産物や農産物がたくさん採れます。だからこそ海や山などの自然を大事にしたいです。

自然がたくさんあるということは、もちろん自然災害とかもあり、考えないといけないこともたくさんあるけれど、生活環境を豊かにしてくれる自然への感謝を持つことも私は大事なのではないかと考えます。木を切って人工物を造ることも大事だけれど、木を残すことによって森林の必要性を考えることも大事だと私は思います。

#### 『魚つき保安林』(森は海の恋人)

田野畑村



山田町



#### 防潮堤に植林(人工物と自然の融合)

(浜松市沿岸防潮堤整備事業)



【静岡県公式HPより】

※【震災当時の居住地・（所属）学年】 在籍年度・高校名・学年、氏名のイニシャル  
『題名』

09) 【山田町・（船越小学校）2年生】 平成30年度・山田高校1年 Nさん

### 『東日本大震災から8年目の今、私ができること』

東日本大震災から、もう8年という長い年月が経ちました。当時、私はまだ小学2年生  
でした。3月11日午後2時46分、あの日あの時間に大きな地震が私達を襲いました。

その時、私は学校でちょうど帰る準備をしている時でした。地面全体が大きく揺れ、  
教室の戸棚や水槽を次々と崩し壊しました。少し揺れがおさまってから校庭へ避難しま  
した。しかし、用務員さんと校長先生の判断でさらに上の方へ避難しました。それから  
しばらくして大きな音と共に黒い大きな波が遠くから近づいてきました。私達は散らば  
りながら近くの山へ駆け上りました。運良く一人も犠牲者がいませんでした。山を下っ  
て、その日は被害の少なかった近くの家に泊めてもらいました。次の日の朝、消防の人と  
自衛隊の人が来てくれて、水と食料をもらい、家まで送ってくれました。

私は、あの時の経験や学んだ事をたくさんの人に伝えていきたいと思います。震災で  
たくさんの人に支援してもらったので、私もそれを別の形で恩返ししていきたいと思っ  
ています。特にも、私は震災を通して消防士になりたいという夢ができました。今は、  
その夢に向かって体力作りを頑張っています。もし消防士になれたら、地元で役に立  
てるような人間になりたいです。そのために今できることを一つずつ積み重ねていき、全  
力で取り組んでいきたいです。

震災前の船越小学校(2009年3月23日撮影)



【出典：いわて震災津波アーカイブ/提供者：山田町】

警察による捜索活動(山田町船越、平成23年5月)



【出典：いわて震災津波アーカイブ/提供者：山田町】

※【震災当時の居住地・（所属）学年】 在籍年度・高校名・学年、氏名のイニシャル  
『題名』

10) 【山田町・（大沢小学校）2年生】 平成30年度・山田高校3年 Sさん

『東日本大震災から8年目の今、私ができること』

東日本大震災からあと3ヶ月で8年になります。私にとってはこの8年はあっという間だったと感じます。今の山田町はお店もたくさん建って、道路も新しくなったりと復興に近づいていっています。ですが、まだまだ震災前のような活気ある町にはなっていません。このままだと、ますます人口が減って、山田のお祭りなどができなくなってしまいます。この人口減少を防ぐために私ができることは、山田を全国にPRすることです。

山田は海がきれいで、海の幸や山の幸が豊富で、お祭りがとても盛んで、等々自慢がたくさんあります。このような自慢を全国の人に広めて、たくさんの人に山田町に来てもらい、美味しいものを食べたり景色を見たりしてほしいです。山田町の良さを知ってもらい、山田に住んで人口が増えてほしいと思います。そして、山田に移住してきた人に、山田祭りの歴史や魅力を知ってほしいし、祭りに参加して盛り上げてくれたらもっと楽しくなるので、ぜひ来てほしいです。

山田祭りが全国に広まってたくさんの人が見に来てくれるようにPRすることは大切なことだと私は思うので、インターネットやスマホなどを使って発信して、山田祭りが全国で有名なお祭りと言ってもらえるようになったら、とても嬉しいです。震災前のお祭りより、もっともっと盛り上がって楽しい山田祭りに私達がしていきます。

山田湾のオランダ島(震災前)



【出典:いわて震災津波アーカイブ/提供者:一般社団法人山田町観光協会】

山田祭(大杉神社例大祭)(2015年9月21日撮影)



【出典:いわて震災津波アーカイブ/提供者:一般社団法人山田町観光協会】

※【震災当時の居住地・（所属）学年】 在籍年度・高校名・学年、氏名のイニシャル  
『題名』

11) 【岩泉町・小学校2年生】 令和元年度・岩泉高校2年 Kさん

### 『私ができる国際支援活動』

国際支援活動という言葉が高校生になってから聞く機会が増えました。私も少し興味  
がありましたが、学生の私にできることがあるのだろうか、という考えから自分には関係  
のないことだと思っていました。

調べてみると、私にもできそうなこともありました。書き損じハガキ、使用済み切手、  
絵本を集めたり、募金などです。書き損じハガキ集めは岩泉高校も取り組んでいる活動  
ですが、私は一度も参加したことがありませんでした。しかし、書き損じハガキは私が  
想像していた以上の価値があることを知りました。タイやラオスでは250枚で子どもが  
一人、一年間学校に行くことができるそうです。岩泉高校の生徒全員が一人2枚ハガキ  
を集めれば、一人の子どもが一年間学校に通うことができるということになります。

岩泉高校はとても素晴らしい活動をしていると思いますが、私たちに書き損じハガキ  
についての知識がないため、集まりにくいのだと思いました。国際支援活動について知る  
機会が増えれば、書き損じハガキなどの活動に協力してくれる人も増えると思います。  
絵本なども貧困地域では貴重な勉強道具になります。捨てる前に、寄付しようと思いま  
す。

今回、国際支援活動について調べて、自分にもできることを知りました。  
できることから協力していこうと思います。また、他の人にも広めていきたいです。

ご家庭で眠っている「はがき・切手」が、  
子どもたちの命を救うワクチンに換わる

85円ハガキ25枚で子ども約3人分の  
ポリオ、はしか、おたふくかぜ、風疹、結核、ジフテリア、百日咳、破傷風、などの  
ワクチンを届けられます。



【認定NPO法人「世界の子どもにワクチンを 日本委員会」ホームページより一部改変】

被災後の岩泉町立小本小学校(2011年3月11日撮影)



【出典：いわて震災津波アーカイブ/提供者：岩泉町】

※【震災当時の居住地・（所属）学年】 在籍年度・高校名・学年、氏名のイニシャル  
『題名』

12) 【宮古市・（<sup>たろう</sup>田老第一小学校）2年生】 令和2年度・宮古北<sup>きた</sup>高校3年 Tさん

『東日本<sup>だい</sup>大震災から十年目の今、私が<sup>のこ</sup>できること ～紙で遺す記憶～』

私は中学生の時、防災活動として地震、津波の恐ろしさを紙芝居<sup>かみしばい</sup>にし、保育園児<sup>よ</sup>に読み聞かせる活動をしました。自分が持っている震災<sup>とうじ</sup>当時の記憶を絵に描き起こし、易しい言葉を選ぶことで園児<sup>たち</sup>達も何かしら感じ取った様子<sup>ようす</sup>でした。

そこで私は、「震災の記憶を紙に描き起こすこと」が自分にもできることだと感じました。小さな子供でも分かるように絵本調<sup>ちよう</sup>にするのも、震災当時の情景をリアルに描写<sup>びようしゃ</sup>するように随筆調<sup>ずいひつちよう</sup>にするのも大切です。

太古<sup>たいこ</sup>の昔から人間は、石板<sup>せきばん</sup>や羊皮紙<sup>ようひし</sup>に物事<sup>ものごと</sup>を記し、それが現代にも通じるものとなっています。紙で記<sup>しる</sup>すことで、震災経験者<sup>けいけんしゃ</sup>がいなくなった後<sup>あと</sup>もその記録を見返す事ができ、防災にも繋<sup>つな</sup>がります。決して記録<sup>きろく</sup>の全てを覚えていなくても、地震で身の危険を感じた時<sup>とき</sup>に「高い所へ逃げろ、と昔の人が言っていた」と思い出すだけで、一人<sup>ひとり</sup>でも多くの人を助けることができます。

震災は、体験した人にしか分からないことがたくさんあります。そして、その恐ろしい記憶から逃<sup>のが</sup>れようと忘れてたり、忘れたくなくても風化<sup>ふうか</sup>してしまうのが記憶です。決して心地<sup>こころちよ</sup>良い記憶ではありませんが、忘れてはいけない記憶です。目をそむけたくなる震災<sup>しんさい</sup>の記憶に立ち向かい、紙に記<sup>しる</sup>して後世<sup>こうせい</sup>まで伝えることが、今の私達にできることです。

防潮堤を越える津波(宮古市田老)



【出典：いわて震災津波アーカイブ/提供者：宮古市】

田老地区体育大会(2014年10月撮影)



【出典：いわて震災津波アーカイブ/提供者：宮古市】

※【震災当時の居住地・（所属）学年】 在籍年度・高校名・学年、氏名のイニシャル  
『題名』

13) 【宮古市・保育所年長】 令和2年度・宮古北高校1年 Oさん

『東日本大震災から十年目の今、私ができること』

東日本大震災から10年経った今、私にできることは、東日本大震災を知らない子達に自分達が語り伝えるという事です。私は中学生の頃、東京や内陸の中学生に『田老を語り伝える会』ということをしました。私はこの活動はとても大切だと思います。なので、宮北でも学校行事として小さい子達に語り伝える会ということが出来るんじゃないかと思えます。

このテーマとは少しはずれるかも知れませんが、私が今なりたい職業があります。それは、納棺師です。なぜこの職業かという、私は東日本大震災で4人の大切な人を亡くしました。その時は棺桶に入れてあげることが出来たけど、その他は何もしてあげられませんでした。それから、少し経った後、亡くなった方をキレイにする納棺師という仕事を知りました。私はそれから納棺師になりたいと思うようになり、もし自分が本当に納棺師になれば、どんな状況でも、少しでもいいのでキレイにしてあげられるような納棺師になりたいです。

東日本大震災のような大きな地震・津波は、いつ、どこで起こるかは誰にも分かりません。なので、日頃から積極的に避難訓練や非常持ち出し袋などの準備をしておくことが大切だと思います。

いつ何が起こっても大丈夫なように、日頃から備えてください。そして、当たり前だと思って過ごしている毎日は、当たり前ではありません。

第1防潮堤を乗り越えた津波による被害  
(宮古市田老 2011年3月15日撮影)



【出典：いわて震災津波アーカイブ/提供者：宮古市】

被災者へのマッサージ(2011年4月30日撮影)



【出典：いわて震災津波アーカイブ/提供者：日本赤十字社岩手県支部】

※【震災当時の居住地・（所属）学年】 在籍年度・高校名・学年、氏名のイニシャル  
『題名』

14) 【宮古市・小学校2年生】 令和2年度・宮古北高校3年 1さん

### 『身近な自然環境を活用した防災・減災』

身近な自然環境を活用した防災・減災について、私はこれをもっと増やすべきだと思います。日本は年間を通して、様々な災害が発生する国です。中でも、毎年必ず日本に上陸する台風と、地震による津波への防災が重要と考えます。

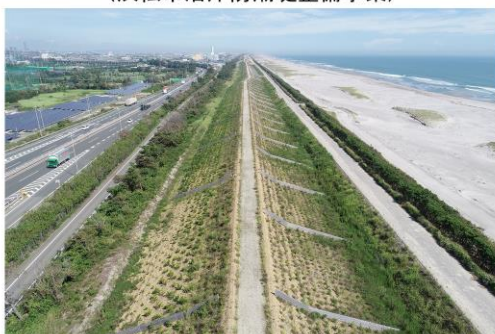
強力な風と大雨をもたらす台風は、年々被害が大きくなっています。これに対して活用できるのは「森」だと思います。森は、自然のダムとして一定量の水を貯えることが可能です。また、木の根が地面を押さえているので、土砂の流出を抑えることもできます。

次に、津波に対して活用できるのは、資料にあるように「海岸防災林」だと思います。津波の威力そのものを弱める他に、物や人が海に流されにくくする効果もあります。災害を無くすことができないけれど、減らすことはできます。様々な災害に対応していくことが大切です。

そして、この防災の重要なところが「自然である」というところです。人工物でもこのような効果のある物を造ることもできますが、植物を用いることで、環境を破壊することなく、むしろ生き物が生きていくための手助けにもなります。自然環境を破壊しないこと、そして自然を増やすことが大切なことだと思います。

これらのことから、私は身近な自然環境を活用した防災・減災を増やすべきだと思います。

防潮堤に植林(人工物と自然の融合)  
(浜松市沿岸防潮堤整備事業)



(静岡県浜松土木事務所提供)

植林されたマングローブ林(インドネシア・アチェ州)  
(悪い環境を良い環境に変える、津波への減災効果)



※【震災当時の居住地・（所属）学年】 在籍年度・高校名・学年、氏名のイニシャル  
『題名』

15) 【宮古市・（田老第一小学校）1年生】 令和2年度・宮古北高校2年 Yさん

### 『東日本大震災から十年目の今、私ができること』

東日本大震災から10年が経とうとしています。私は小学生の時、未来の田老を題材にした劇をしました。中学生の時は、「田老を語る会」をしました。「田老を語る会」では、被害状況や当時の様子・教訓などを、津波を経験したことのない人に伝えました。私ができることは、考えて、伝えていくことです。「田老を語る会」は、現在の中学生も行っています。私はそれをこれからも続けていってほしいと思います。

私は震災で家族を2人亡くしました。当時まだ小学校1年生だった私は、そのことがよく理解できずにいました。ずっと2人の帰りを待っていました。そのことを思い出して泣くことが時々あります。亡くなった人のことを思い出すことも私にできることの1つです。たとえ亡くなっていたとしても、私の思い出の中で生きていてほしいと思うのです。

私は絵を描くことが好きです。昔から絵で好きなものを表現することが好きでした。私はいつか、もっと絵を描く技術を上げて綺麗な田老の海を描きたいと思っています。現在の田老はお店は建ってきましたが、まだ人が少ないと思います。田老の魅力を知り、それをたくさんの人に広めてほしいと思います。私も自分の絵で田老の魅力を伝えられるように、田老の事をより好きになりたいです。

田老第一中学校  
（「田老を語り伝える会」を実施）



【出典：いわて震災津波アーカイブ/  
提供者：特定非営利活動法人 立ち上がるぞ宮古市田老】

宮古市田老の景勝地（三王岩）



【出典：いわて震災津波アーカイブ/提供者：岩手県復興局復興推進課】