



コープみらいでは、「忘れない、伝える、続ける、つなげる」を合言葉に被災地支援を続けてきた視点から、組合員の皆さんに役立つ情報をシリーズで発信しています。9月から自然災害への備えについてお知らせしてきました。2021年3月11日には、日本で観測史上最大規模となった東日本大震災から10年となります。今回は東日本大震災の被害を振り返りながら、津波から身を守る行動について考えてみましょう。

## 2021年3月11日で東日本大震災から10年 東日本大震災から学ぶ

東日本大震災(東北地方太平洋沖地震)は、宮城県三陸沖の牡鹿半島東南東を震源とした最大震度7、マグニチュード9.0の地震です。1900年以降に世界で発生した地震の中でも4番目の規模でした。九州でも震度1を観測するなど、影響は非常に広域に及びました。震源に近い宮城県牡鹿半島は地殻変動で東南東方向に約5.3mも水平移動しています。死者1万9729人、行方不明者2559人、家屋の被害は12万戸(2020年3月1日時点\*)を超えるなど、甚大な被害がありました。

(※出典:復興庁「東日本大震災からの復興の状況と取組」)

### 未曾有の津波被害

地震後に発生した巨大な津波が、岩手・宮城・福島県を中心とした太平洋沿岸部を襲いました。リアス式海岸\*の影響を受け、宮城県女川町で遡上高最大34.7m、南三陸町では最大20.2mの津波が発生。南三陸町では住宅の約70%がほぼ全壊し、町役場や警察署などの公共施設も甚大な被害を受けました。

建物や施設のほか、田畑への浸水、家財の流出で、大勢の被災者がなりわいや生活の手立てを失いました。

\*海から湾が崖などで急速に狭まる形が特徴的な海岸のこと



大規模な津波に見舞われた宮城県南三陸町。マンションの屋上まで自動車が行き止まりました



南三陸町防災対策庁舎

### 原子力発電所事故

東京電力の福島第一原子力発電所が、地震による津波で電源を喪失。水素爆発で原子炉建屋などが壊れたことで、大気や土壌、海水や地下水へ放射性物質が放出され、汚染は広域に広がりました。国際原子力事象評価尺度(INES)において最悪のレベル7(深刻な事故)に分類されています。

当時、大気中に放出された放射性物質は数百キロ離れた住宅周辺地域にも影響を与え、高い放射線量が検出される場所もありました。

### 津波から身を守る行動

東日本大震災では、地震後の津波が被災地に大きな被害をもたらしました。日頃からの備えはもちろん、津波から身を守る行動について改めて家族と確認しておくことも大切です。

- **大きな揺れや長い揺れを感じたら、すぐ避難する**  
避難情報を待たずに、津波避難エリアより内陸側、または近くの高台の避難場所へ、すぐに避難します。
- **より高いところをめざして逃げる**  
津波は、地形により大きさが左右されます。より遠くではなく、より高いところをめざして逃げるのが大切です。
- **海岸や河川には近づかない**  
津波は川をさかのぼります。流れに対して垂直方向に素早く避難します。
- **津波警報やサイレンを聞いたら、すぐ避難する**  
津波は、地震の揺れが小さいときや、日本から離れたところで発生した地震などで全く揺れを感じないときでも来ることがあります。
- **大声で叫び周りに知らせながら避難する**
- **津波警報などが解除されるまで安全な場所から離れない**
- **津波に関する標識をあらかじめ確認しておく**

(参考:コープこうべ・みやぎ生協「将来の自然災害に備える」)

### 身近にあるか確認してみましょう



津波避難ビル



津波に関する標識



### 将来の自然災害に備えるこうべ&みやぎからのメッセージ

阪神・淡路大震災から20年、東日本大震災から5年の年を迎えた2016年に、あらためて減災・防災について考え、取り組むきっかけになることを願い、生活協同組合コープこうべとみやぎ生活協同組合の2つの生協によって発行されたものです。2つの震災で起きたこと、「いのちを守る知恵」「その後を生き抜く知恵」を紹介しています。家族でチェックできる「我が家の減災・防災ノート」も掲載していますので、ぜひ家族でご覧ください。



こちらからダウンロードできます

最終回は3/8号で掲載予定です。