

桜門体育学会基調講演

## 自然災害と体育・スポーツ

### — 東日本大震災から学ぶべきこと・教えるべきこと —

講師 安倍 淳(あべ じゅん)先生 株式会社朝日海洋開発 代表取締役



昭和34年生まれ。

昭和53年 宮城県農業高校卒業後、海上自衛隊を経て自衛隊体育学校「近代五種班」に所属。55～56年と海上自衛隊横須賀教育隊の体育教官となり、後進の指導に尽力した。昭和57年に退官後、「安倍ダイビングサービス」を創立。その後業務拡張し、昭和58年より「朝日海洋開発」を設立する傍ら、日本赤十字社水上安全法指導員、水難学会理事として、各地で水難事故予防のための指導を精力的に行っている。

#### 1 震災前の運動との関わり

自分が水とどのように関係してきたかという点、津波によって被災した地域に住む人たちの多くの方と同様に、私たちにとっては海が子供のころの遊び場であった。その様々な遊びの中で、「海ではすべてが自己責任」であることを、遊びの中でも自然と学んでいた。

学生時代は様々なスポーツを行い、特にボクシングをやっていたが、そこで学んだことは「練習の量と質によって勝敗が決まる」ということであった。特にボクシングは1対1の対決。そこで負けてしまうと自分を全否定されるような気持ちにもなった。そして、スポーツでは、普段の練習が勝敗を分けるという、ごく基本的なことであったが貴重な経験ではあった。

社会人になって、自衛隊体育学校に入り近代五種の選手として、半ば運動をしながら給料をもらっていた時期があった。そうなってくると、好きでやっていたことが職業となり、そこから単純に競技を楽しめなくなってしまい、面白くなくなってしまった。そういった競技生活の中で知ったのは、様々なスポーツ・パフォーマンスを向上させるためには「化学と物理に対する理解が重要だ」ということであった。

その後、潜水士になるために水難救助のレスキューの講習を受けるのだが、様々なことを学びながらも

『助ける人』と『助かる人』のリレーができないものか?』と考えるようになった。その中で「着衣泳」の指導なども行うようになった。そのことは特に今回の震災を通じて「生きるすべ、人生の危機管理」が重要なのではないか?と思うに至っている。余談だが、以前、野口先生(=智博、本会司会)に「泳力があつたことで助かったような感じはありましたか?」と聞かれたときに、「いや、失礼ですけどあの波の中は『泳げる能力』なんて一切関係ありません。習った泳ぎなんて使い物になりません」と伝えた。そのくらい壮絶な状況だったのだ。

#### 2 津波の怖さ

とにかく、震災を通じて、今までの考え方は変わった。(今回の震災は)レベルが違うんだと。目の前が真っ白になる…というのはこういうことか!と思うような事態に、次から次へと出くわした。地震から、10メートルを超える高さの津波が来るまで、1時間くらいの時間があつた。その間、結果的に高台へ避難しなければならなかったのに、私は「事務所の書類整理」「近くの高齢者を見舞う」「作業船の状態確認」といった、目の前のことに集中しすぎてしまった。それはきっと、それほど大きな災害には出くわさないだろうという、心の中に油断があつたのかもしれない。地元

では「チリ地震の津波でもこの地区は大丈夫だったから心配ない」という言い伝えがあったとも聞いていた。ハザードマップなどもあるにはあったが、実際にはあのような大津波のもとでは「ハザードマップ」は単なる目安でしかなかった。

私自身が被災したのは、東松島市の野蒜地区であった。今、すべて波に流されて改めて見ると、海岸から本当に近いところだったと思わされる。

自宅や事務所の近くの海側には防潮林などがあったせいもあり、水は川から流入してきた。その時に波が「ゴーッ」という音を立ててやってきた。昔から「大きな波が来る前は川の水が引く」という言い伝えがあったが、津波到達3分前に海岸を見に行っただけ、今回は全くそれが見られなかった。私は妻と一緒に津波を目視したが、妻は自宅へ戻り、私は事務所へと別々に逃げた。この震災までは、防災に関して、子供たちにも「津波が来たら逃げなさいよ」と教えていた。防災教育に関して理解しているつもりだった。しかし、実際にその当日、とても冷静には動けなかったという現実を知った。

津波が家に到達したときには、会社の印鑑や現金などの入ったものは置いたままで、私はなぜか反射的にカメラを持ち、水かさがかさかさがどんどん増えてきた状況を取っていたが、その瞬間から、自分が果たして現実の中にいるのか、夢の中にいるのかよくわからなかった。ただ、目の前で起こったことに反応していただけた。避難に成功したのではなく、偶然助かっただけ



聴講者の中には本学の学生や同窓生に混ざり、他大学の水泳指導者や救命士などの姿も見られた。

だったと思う。結果的に、自分から助かろうと思ったわけではなく、目の前に迫ったことに一つ一つ対応しただけ。その結果、命が助かったということであった。

9.11 (アメリカ同時多発テロ) の際にも、人間、急時には無意識に荷物をまとめる作業をするという言い伝えがあったが、それをしなかった。だから助かったのかな…とも思える。

事務所の2階へ上がり、もはや自分が何を見ているのかさえ認識できなくなった。時系列でいうと、たった3分くらいで水かさは天井に達した。瓦礫は流れてくるは、車も流れているは、この状況の中泳ぎ切つて、例えば25mダッシュみたいにならなうなんて考えなんか浮かばない。しかし、津波に襲われた当時の音や匂いは全く覚えていないが、その時の映像だけは覚えている。人間、何か緊急窮迫な事態が起きたら、一つの感覚だけが研ぎ澄まされて残るのではないかと感じた。

### 3 津波で失ったものと得たもの

指定避難場所から撮った映像を見ると、「理由はな。とにかく逃げるのみ！」ということ、改めて多くの人に伝えなければならないと思っている。そして、生き残っている人たちは、自分たちがいた町がなくなって、自分たちを知っている人もいなくなって、アイデンティティを失ってしまった。そこにもう1個の深い悲しみが存在する。石田さん(=竜也、本学文理学部体育学科4年、被災地支援活動NU Peace代表)たちのようにいろいろなボランティアの方がこちらにいらしたりして、地元の方たちと接してくれることは非常にありがたい。しかし、このことは皆さんにも理解しておいて欲しいことである。

今回の震災で亡くなられた方の9割は溺死だったという。阪神大震災は建物に押しつぶされた人が大半。しかし、今回は津波による溺死が9割であるということは、立派な水難事故である。尚且つ、高齢者の方が溺死している。深いプールに落ちて溺れたのではなく、押し潰されたり、身体感覚もわからないまま泥水に流され、沈んだのだろう。

私でさえ、自分がいた建物の基礎が持ち上がる音がしたときには、強く絶望感を感じた。その後流されながらどんどん回されると、位置感覚さえ分からなく

なった。目の前に隣の家の屋根が流れてきたりしてきたところで、偶然、真横に自宅の建物が妻と共に流れてきたので、事務所に妻を引き入れ、「ただ浮いていて欲しい」との一心の思いで、イマーシオンスーツを着させた。

その後、建物ごと漂流している先に、JR石巻線の鉄塔に当たり、建物は崩壊した。その時、妻は避難姿勢が取れていたのに、自分はスーツを着ている最中で避難姿勢がとれなかったため、私は建物から流され、一度沈んだが、建物の一部に乗って流されている妻に引き上げられた。もはや肋骨も3本折っていて、「これが津波か…」としか口走れないほど、意識も朦朧とした状態だった。

その後波が引く局面に入ったとき、私自身の子供の頃の水遊びの体験で、波の引き際の判断ができたので、咄嗟に土手に上がる判断をして、妻を説得したところ、妻は冷静に子供にメールを打っていた。女性の明るさというか、希望を持つ思考回路というのは凄いと感心した。土手に上がると、救助の手を借り、市役所が浸水していて避難できなかったため、大塩市民センターに移動した。着替えをもらい、けがの状態を診てもらったが、全身びしょ濡れで体育館に避難している皆様から「津波の人」と呼ばれ、驚かれた。そして、我々の姿を見た避難所の方々が、高齢者の方も沢山いたのにも関わらず、暖を取れるように、わざわざ私たちに暖かい場所を譲ってくれたことを今でも強く覚えている。

そして震災後1か月間は、知っている人と会えばとにかくスポーツの試合の後みたいに、「お前大丈夫だったか？」と抱き合った。建物や財産など失ったものも沢山あったが、知人と再会したり、窮地に人の親切心に触れた経験は尊い。

#### 4 これから体育・スポーツ関係者に伝え、実践すべきこと

このように当時のことを振り返ると、「何かをしに戻った」「ヒューマンチェーンを知っていれば助かったのでは？」というケースもいくつかあったが、この最中に冷静に行動することは不可能であることにも気づかされた。したがって、緊急時にも「反射的に正確な行動を行う」ように、日ごろから自然災害のことを理解し、訓練しておくべきだと感じた。

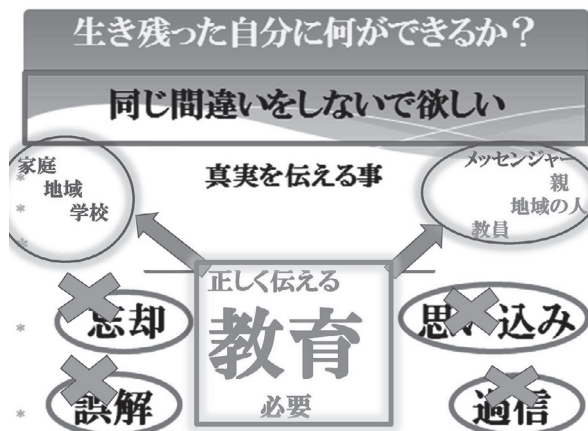


図1 真実を正しく伝える教育

教育の場でも、3.11の事実をしっかりと伝え続けて、風化させないことが必要である。

そして、改めて振り返ると、つくづく「自然の力には上限がない」ということが思い知らされ、よく聞く「想定外」という言葉が嫌になることさえある。そもそも「自然の力は常に人間の予想を超える」ことを前提として学習すべきであり、過信や思い込み、忘却をさせないよう「教育」していくことが必要であると思っている(図1)。

今後は、これまでのような話を風化させないように、自分たちもできる限りこの経験を伝えていきたい。そして、一層の防災教育を充実化をさせていきたい。今回の経験で、現状の「災害別の教育」の限界を知った。大規模な災害になれば被害は統合され、その種類は多数・多岐にわたり、より複合的な災害となることを理解しなければならない。その上で、総合的なサバイバル教育を行うべきだと感じた(図2)。

また、特に学校教育の中では、様々な教科の専門性を生かして、多種多様なサバイバル教育をすべきだと考える。例えば「体育」の中では「着衣泳教育」が必要で、我々水難学会の着衣泳指導では「UITEMATE」(浮いて待て)と称しているが、泳ぐことを教えるのではなく、「浮く」「漂う」ことができるように、まずそれらのことを徹底して身に付けさせるべきと考えている。また、保健体育科目として「災害から身を守るための総合授業」に取り組み、「生涯教育としての水泳」なども「溺水予防」を母体として行うべきだと考えている。物理化学なども、地質の問題や、浮力に関

する情報など、今行われている指導内容に災害対策に直接的、間接的につながる話が多い。学校という教育の場だからこそ、様々な教科を通じて、全員にその学習機会を与えて欲しい。

これらのことをまとめると、まず「今ある命をどう考えるか？」という視点から、身体を資本とする研究・実践が必要であろう。もう一つ、皆様に伝えたいのは、新聞記事などを見るだけでなく「現実を直視して、行動する力」は、体育・スポーツの人間に存在す

る特有の資質であると考えている。

したがって、多くの学生さんやボランティアの方に被災地の現状を生で見ていただき、どんな災害だったのかということ、できる限り現実問題としてとらえていただきたい。被災地への支援ももちろんだが、次、全国のどこでいつ襲ってくるかわからない自然災害に対し、その教育をしっかりと行わなければならないのだということ、一人でも多くの教育関係者に知っていただき、実践して欲しい。

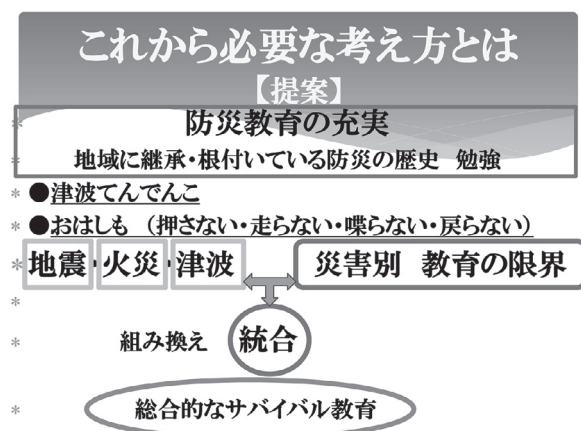


図 2

今回の被災という経験を経て、教育の場では、全国の児童・生徒が平等に、最低限、様々な自然災害に共通する防災教育を受けられるようにすべきである。



安倍先生は、被災時の状況を収めた動画などを駆使して被災時の状況を語り、今後の体育・スポーツ教育者に対して、更なる災害予防教育への理解と実践への期待を述べた。