311メディアネット 2026 いのちと地域を守る

避難の大切さ どう報道

全国の若手・中堅記者 意見交換

共感が読者の信頼に

河北新報社は2月20日、仙台市青葉区の本社で「『情報を伝える』から『人を動かす』報道へ」をテーマに、12回目の防災ワークショップむすび塾を開いた。3・11メディアネットの若手・中堅記者13人が、防災教育の第一人者で東京大学大学院の片田敏孝特任教授と意見を交わした。

記者たちは、日頃の取材を通じ、人を動かすことの難しさを感じていた。片田氏は「人間が危機に正しく適応できない」正常性バイアスは、心穏やかに生きるために必要で誰にでもある。否定せず、それを乗り越えて逃げる行動にどうつなげるか、考えてほしい」と呼びかけた。

人が逃げない理由として、大切な人の存在を挙げた。岩手県釜石市で亡くなった約1000人の中には、高台から高齢者を捜しに行った消防団の若手、子が高台に逃げたと知らずに捜し続けた母らが含まれていた。「われ身の危険を感じたとき、人は間違いなく大切な人のことを考える。人は人として逃げられない」

防災をわかごと化するには、「あなた」と「大切な人」を結び付け、人々の姿勢の変化を促す「二人称の防災」が大事だと述べ、小学校での防災教育の事例を紹介した。

「君たちは逃げる。お母さんはどうするだろうか」と問いかけると、児童たちは母さんを思い浮かべて「一生懸命考えるという。「大切な家族と逃げる」約束を、互いに信じる。自分が逃げることは、自分を切に思う人の命を守ることだと理解したときに、初めて人は逃げる」と解説した。

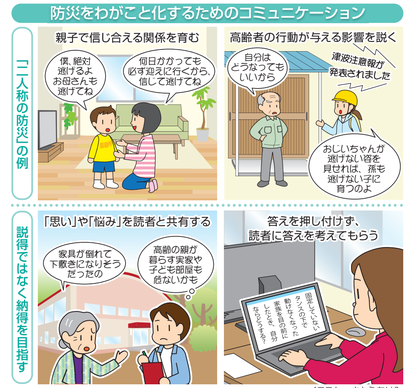

イラスト　さとうあけみ

避難に消極的な高齢者を動かすための情報発信に向き合う記者たち。片田氏は「脅迫ではなく、人が自ら変わるような、納得を生むコミュニケーションを成立させてほしい」と語り、生態命逃げる」と前向きな姿勢に変わった。

記者から、災害の経験がない地域への防災の働きかけに関する質問も出た。「人間の感覚の時間軸で、災害がないと考えるのは間違い」と片田氏。「いかに自分に投影して読んでもらうかが大事だ」と述べ、客観的事実を伝えるリポートは別に、心に訴えるラポール（心理学用語で信頼関係を築く）に重点を置いた記事を提案した。

記者たちは、各紙や各地の「人を動かす防災の仕掛け」を報告した。片田氏は「行政の問題点を指摘することは大切だが、被災者との対立を助長する場合がある。報道の力で同じ地域に住む当事者同士が、共通の課題である災害に対し、教訓を生かす方向に導いてほしい」と社会の防災機運を醸成する役割に期待した。

311メディアネット　河北新報社が展開する防災ワークショップ「むすび塾」を共催した全国紙の加盟、放送局が参加し、東日本大震災の発生日前後に講演した。北海道新聞、河北新報、東奥日報、秋田魁新報、山形新聞、新潟日報、福井新聞、信濃毎日新聞、中日新聞、中国新聞、西日本新聞、宮崎日日新聞、静岡新聞、神戸新聞、奈良新聞、京都新聞、山陰中央新聞、高知新聞、熊本日日新聞、宮崎日日新聞。

むすび塾

河北新報社は2月20日、仙台市青葉区の本社で「『情報を伝える』から『人を動かす』報道へ」をテーマに、12回目の防災ワークショップむすび塾を開いた。3・11メディアネットの若手・中堅記者13人が、防災教育の第一人者で東京大学大学院の片田敏孝特任教授と意見を交わした。

記者たちは、日頃の取材を通じ、人を動かすことの難しさを感じていた。片田氏は「人間が危機に正しく適応できない」正常性バイアスは、心穏やかに生きるために必要で誰にでもある。否定せず、それを乗り越えて逃げる行動にどうつなげるか、考えてほしい」と呼びかけた。

人が逃げない理由として、大切な人の存在を挙げた。岩手県釜石市で亡くなった約1000人の中には、高台から高齢者を捜しに行った消防団の若手、子が高台に逃げたと知らずに捜し続けた母らが含まれていた。「われ身の危険を感じたとき、人は間違いなく大切な人のことを考える。人は人として逃げられない」

防災をわかごと化するには、「あなた」と「大切な人」を結び付け、人々の姿勢の変化を促す「二人称の防災」が大事だと述べ、小学校での防災教育の事例を紹介した。

「君たちは逃げる。お母さんはどうするだろうか」と問いかけると、児童たちは母さんを思い浮かべて「一生懸命考えるという。「大切な家族と逃げる」約束を、互いに信じる。自分が逃げることは、自分を切に思う人の命を守ることだと理解したときに、初めて人は逃げる」と解説した。

避難に消極的な高齢者を動かすための情報発信に向き合う記者たち。片田氏は「脅迫ではなく、人が自ら変わるような、納得を生むコミュニケーションを成立させてほしい」と語り、生態命逃げる」と前向きな姿勢に変わった。

記者から、災害の経験がない地域への防災の働きかけに関する質問も出た。「人間の感覚の時間軸で、災害がないと考えるのは間違い」と片田氏。「いかに自分に投影して読んでもらうかが大事だ」と述べ、客観的事実を伝えるリポートは別に、心に訴えるラポール（心理学用語で信頼関係を築く）に重点を置いた記事を提案した。

記者たちは、各紙や各地の「人を動かす防災の仕掛け」を報告した。片田氏は「行政の問題点を指摘することは大切だが、被災者との対立を助長する場合がある。報道の力で同じ地域に住む当事者同士が、共通の課題である災害に対し、教訓を生かす方向に導いてほしい」と社会の防災機運を醸成する役割に期待した。

片田特任教授（左）と意見を交わす参加者＝2月20日、仙台市青葉区の河北新報社

防災文化 定着が使命

東京大大学院　片田敏孝特任教授

人は津波警報が出て逃げたのには災害が起きる際に行政への責任追及はやむが強い。住民の主体性がそがれてしまう。助ける、助けられるとはなく、行政は懸命に逃げる住民を支え、地域総力で取り組む「中動態」の助かる社会を作るべきだ。

広報発信によると、風化は一つの意味がある。もう一つは忘却で、これは駄目。もう一つは語る及ばないと。つまり常識や文化にする意識が高い地域の取り組みが報道されると、当事者には大きな励みになる。皆さんは、防災を文化として社会に定着させる一翼を担っている。

助言者から

だ砦ではがある。逃げ続けて初めて、津波が来たときに逃げて良かったとなる。防災情報は逃げる手の意識が重要だ。

日本の防災は、行政が住民を助ける能動態。住民は行政に助けられる受動態に別れていた。それでは、避難所で被災者が長期間、プライバシーを犠牲にしてまで、ずっと居続けるのか。「逃げなくても良かった」と考えがちな。岩手県釜石市には中学生が企画し「100回逃げて、100回目も必ず逃げて」と刻んだ石碑がある。

静岡新聞　沢口　翔斗さん（27）

継続的取材 心がける

被災者がこの15年間、避難所、仮設住宅、恒久住宅と住む場所を変える中で、行く先々でコミュニティー崩壊の危機に直面したという話が印象に残った。暮らしや周囲の環境が変化するからこそ、継続的に取材を重ねる重要性を感じた。

防災記事についても単に事実を提示するだけではなく、どのような切り口であれば読者に共感を持って読んでもらえるか、表現の可能性を追求したい。

中日新聞　伊勢村優樹さん（35）

生の声 丁寧に届ける

生の声に勝る伝承はない。娘が亡くなった現場で佐藤美香さんを取材し、確信した。コロナ禍にオンラインで講演を聞いたことがあった。「大人がちゃんと判断していれば、命を落とすことはなかった」。焼け焦げた上履きやクレヨンを目の当たりにし、前にも増して胸が縮め付けられた。

冬の厳しい寒さの中で、質問が途切れるまで答えてくれた遺族の思いを大切に、教訓を伝えたい。

京都新聞　菅井　渉太さん（28）

防災に希望見いだす

津波被災地を訪れたのは今回が初めてだった。震災時だけでなく震災前の日常を想像したとき、失われたものの大きさを痛感した。

正直、災害情報をどこかひとごとと捉えていた。石巻市の佐藤敏郎さんは恐怖による働きかけの限界を指摘し、「希望が人を動かす。防災はハッピーエンド」と語った。その言葉で意識が変わった。地域の人々と共に希望に向かう防災報道とはどんな形なのか、考えたい。

神戸新聞　田中　宏樹さん（38）

後悔を繰り返さない

「ここまで津波は来ないと思った」。夫を亡くした気仙沼市の三浦祝子さんは、後悔を口にした。過去の津波の高さから「この高台は安全」と思い込んでしまったという。南海トラフ巨大地震では、兵庫県にも津波が来る。東北の経験は人ごとではない。

片田敏孝特任教授は「読者の視点に立ち、対話する記事が大切」と説いた。どうすれば東北の後悔を、兵庫の読者にわがことと捉えてもらえるか、考え続けたい。

中国新聞　山田　祐さん（39）

悲劇 自分に置き換え

防災を自分事にするには何が必要か。「大切な人を思うこと」という片田敏孝特任教授の助言に共感した。

胸に響いたのは、わが子を失った遺族の思いに触れたからだと思う。学校裏の斜面に登っていたら、園に待機していれば。自分の子だったら、怒りと悲しみに耐えられないだろう。

寒空の下、遺族が「悲劇を繰り返さないために」と語った言葉を、記者として人として、抱き続けたい。

高知新聞　荒尾　清美さん（24）

遺族の悔恨 胸突かれ

13歳の長男公太さんを津波で失った名取市の丹野祐子さん宅には、約700冊の漫画が並ぶ。「あの日『津波は来ないから大丈夫』と息子に声をかけてしまった。ごめんねの気持ちで、大好きだった漫画を1冊、また1冊と…」。丹野さんの悔恨に、胸を突かれた。

防災は大切な人と生きていくための手段だ。遺族の切実な思いを、一人でも多くの人に届けられるよう、記者の役割を果たしたい。

宮崎日日新聞　唐仁原詩穂さん（24）

教訓 記録し続けたい

名取市の丹野祐子さんは、「歴史は繰り返すからこそ、教訓を語り続ける必要がある」と強調した。歴史から学んでいたら、あの日「想定外」による犠牲を防げたかもしれない。日々の記録を残す記者として、身に染みる言葉だった。

人は常に危機感を持って生きることはできない。何のために防災があるのか。読者と見つめ直し、防災を日常のものにするきっかけをつくりたい。

語り部から　宮城の震災遺構を訪ねて

自分の身守る意識を

気仙沼市東日本大震災伝承ネットワーク
けせんぬま震災伝承ネットワーク
語り部　三浦　祝子さん（80）

明治の津波がここ（移ノ下地区）まで来なかったため、避難場所になっていた。年2回ほど避難訓練もしていて、あの日も訓練通り住民が集まった。津波で地区の3～2人のうち93人が亡くなった。

私も津波に巻きまれ、がれきの中から出たら家も何もなくなっていた。夫の正三＝当時（67）＝は自治会長で、避難誘導をしていて流され犠牲になった。

あの日は結婚記念日。一緒にイチゴのパックを詰めながら、思い出話をした。3月11日に結婚して、3月11日に別れてしまった。悲しさは起きる。自分で自分の身を守ってほしい。

自宅近くで津波被災したときの様子を振り返る三浦さん＝2月18日、宮城県気仙沼市杉ノ下

想定外を想定 難しい

南三陸町旧防災対策庁舎
前南三陸町長　佐藤　仁さん（74）

震災前、チリ地震時の津波（6・5㍍）を基準にして防災計画を作ったが、実際に来たのは16㍍だった。想定外を想定するのは難しい。

津波は3階建ての旧防災対策庁舎屋上に到達し、私ものまれた。職員をはじめ43人が犠牲になった。流木に火を付け、寒さをしのいだ一夜が課題だ。

明け、昨日見た光景が本当だったのか、確かめるのが怖かった。

原形復元ではなく、公共下水をやめるなど創造的復興を国に訴え、全額国費で取り組んだ。住宅を高台移転させ、津波被害に安心な地域になった。今はコミュニティーづくりが課題だ。

旧防災対策庁舎の前で津波被災した状況を説明する佐藤さん＝2月19日、宮城県南三陸町

防災 大切な人のため

石巻市震災遺構大川小
大川伝承の会共同代表　佐藤　敏郎さん（62）

小学6年の次女みずほ＝当時（12）＝が犠牲になった。地震発生から津波が来るまで51分あった。対応を話し合っているうちに時間が過ぎ、パニックになり、最後に向かった先が、津波があふれてきた橋の方向だった。

山は命を救わない。命を救うのは山ではなく人間の「逃げる」という行動だ。防災はハッピーエンドのためにある。恐怖ではなく希望の防災にしたい。

震災前、防災の想定に娘や自分が入っていなかった。ひとこと、よそ事の防災になっていた。避難する人たちの想像の中に自分や大切な人を含めることが重要だ。

震災前の学校生活の様子を伝える佐藤さん＝2月19日、宮城県石巻市震災遺構大川小

娘の遺品に耳傾けて

日和幼稚園遺族有志の会
佐藤　美香さん（51）

長女愛梨＝当時（6）＝を幼稚園の管理下で亡くした。地震後に本来、乗るはずのないバスに乗せられ、渋滞の中で津波と火災に遭った。途中の門脇小で幼稚園の先生が子どもたち避難させるチャンスもあった。近くに住む人によると、火災に遭うまでは子どもたちの助けを求める声が聞こえたという。

幼稚園を選んだことなど、全て後悔しかない。助かった子の話によると、娘は泣いている友達を励ましながら、自分も怖いのに、最後まで頑張り抜いた。展示されている娘の遺品も取り部として、訪れた人に問いかけていきたいと思う。

長女愛梨ちゃんの遺品の説明をする佐藤さん＝2月19日、宮城県石巻市のMEET門脇

津波復興祈念資料館「閖上の記憶」など

閖上中学校遺族会代表
丹野　祐子さん（57）

あの日は閖上中の卒業式だった。大きな揺れの後、避難したグラウンドで中学一年の息子公太に「大丈夫、津波なんて来ない」と声をかけてしまった。最大高さ3㍍の津波で、街は流され、わが家はおじいちゃんとお姉ちゃんも、13歳の息子が犠牲になった。亡くなった生徒14人が生き続けている。

「閖上の記憶」のプレハブは、あの日の記憶を笑って泣いて語れる場所。命は永遠ではなく、歴史は必ず繰り返される。だからこそ、ここで語り続けていく。

慰霊碑に込めた思いを語る丹野さん＝2月20日、宮城県名取市閖上

見たこと 愚直に発信

神奈川新聞
中村　輝らさん（23）

語り部の話に心を動かされるたびに、不安が頭をよぎった。「果たして、この思いを伝える記事を自分が書けるのか」

答えのヒントは「震災遺構」にあった。物言わぬ語り部とも呼ばれるその姿は、時に言葉以上に過去の悲劇や未来への戒めを雄弁に物語る。音声も動画もない新聞だが、文字だからこそ響くものもある。見て、聞いて、感じたことを愚直に発信していきたい。

最悪への備え 忘れず

新潟日報
鷲尾　弥咲さん（24）

無残に折れ曲がった赤い鉄骨がむき出しになった、南三陸町の旧防災対策庁舎。町民を守り導くはずの拠点さえ、一瞬で職員もろとも波にのまれた。「想定外を前提に考えなければならない」。前町長の佐藤仁さんの言葉が胸に刺さった。

被災前に、いかに災害を自分事と捉えてもらえるか。最悪の事態に備え、何ができるか。読者の行動につなげる報道の役割を、自らに問い直した。

伝承のバトン受けた

福井新聞
関　萌里さん（25）

石巻市の大川小に吹く2月の風は冷たく、体を芯から冷やした。あの日、校庭の子どもたちは、どれほど不安で怖かっただろうか。教員は児童と共に、どんな気持ちで津波にのまれたのか。校舎が放つ、言葉を超えた力に圧倒された。

「あの日の出来事にふたをしないで」。佐藤敏郎さんの言葉に、語り継ぐことへの覚悟を感じた。次の悲劇を生まないための、伝承のバトンを受けた気がした。

自分に寄せて考える

信濃毎日新聞
矢（いとう）　弘樹さん（35）

「大切な人が被災することを想像して」。津波で次女を亡くした石巻市の佐藤敏郎さんの語りに、幼い自分の姿が重なり、胸が張り裂けそうになった。遺族の言葉は強く、重みがあった。

家族など大切な人に寄せて考えることで、防災を自分事と捉えられることを学んだ。同時に自分の防災意識の甘さを痛感した。どうすれば被災していない人にも届く災害報道ができるのか、考えていきたい。