― 東日本大震災を経験して ―

東日本大震災から 7 年半が経ちました。当時、「壊滅的な被害」に見舞われた陸前高田に暮らしていた高校 2 年生だった私も、社会人 3 年目となりました。「忘れたくない」と思いつつ、震災の記憶は年々薄れているように感じます。皆さんは当時、どのような経験をしたか憶えていますか。

2011 年 3 月 11 日、私は部活動中に地震に遭いました。高校は海から離れていたので、津波の被害はありませんでしたが、電話もメールも使えず、家族の安否も分からないままでした。一旦校庭に集まり、それから体育館に避難しました。ライフラインは全滅でしたが、高校ということもあり、調理器具や暖房器具等は揃っていました。学校中から集めたもので体育館を避難所として使えるように整えた後、友達と身を寄せ合い、寒さを凌ぎながら過ごしました。1 日目の夜中、近くのドラッグストアからカップラーメンが届き、これが 5 日間の避難所生活の中で一番豪華な食事になりました。翌日からは、豆パンや食パンなど、冷たいものばかりでした。温かいものが食べたいと思いましたが、とても贅沢は言えませんでした。2 日目に給水車のおかげで水が手に入り、3 日目には死んだと思っていた父が体育館を訪ねて来てくれました。父の職場は浸水地域にあり、避難しなければ命はなかったそうです。父に会うまでの 3 日間、「お父さん、生きてるかな」と考えるたびに泣いていたのを憶えています。5 日目に両親の迎えで家に帰ることができ、家族全員と 5 日ぶりの再会をしました。瓦礫の山が延々と続くなかを帰宅したこと、その時にふと「故郷がなくなっちゃった」と思ったことは、今でも忘れられません。帰宅後は、自宅近くの避難所へ支援物資の仕分けの手伝いに行きました。仕分けして配られた食料で生活を繋ぎました。初めて入浴できたのが震災から 2 週間後、携帯の電波が通じたのがその数日後でした。鉄道や道路などのライフラインはなかなか復旧せず、いつもは 30 分程度だった通学が 1 時間半以上かかり、4 月半ばからは友人宅から通い、約 3 ヵ月後にようやく復旧して自宅から通えるようになりました。

以上のことを、先日の認知症カフェえんの森でお話しました。今後必ず起こりうる災害に向けて、防災グッズなども揃えつつ、気持ちの面でも備える必要があります。えんでは、今年度より災害対応に力を入れ始めました。その一環で地域の方々も交えた勉強会の開催を考えています。その折には是非ご参加ください。

（グループホームえん／遠野瑞穂）