

まさか元旦に起きるなんて！
災害はまさかの連続。私たちが、いつ、どこで、どう行動するか、日頃からイメージすることが大切です。

発災からの行動タイムライン

地震発生～3時間 自分達で守る・動く

- 地震！** 〇命を守る行動
- 〇電気、ガスの始末
- 〇避難路の確保
- 〇情報収集 〇避難開始
- 〇声がけ安否確認・救援
- 〇避難所か自宅避難の判断
- 〇救援活動に参加

緊急避難(自宅含む)～救援到着まで

- 3日？それとも2週間？長期戦を想定しよう
- 水道 電気 ガス トイレ 通信 燃料 道路 鉄道
- ソーラー発電やカセットコンロなど代用品をキープ！

「緊急持ち出し袋」だけじゃない、
ポリ袋×吸水ポリマーが必要になる！
被災した方が「最も困った」と口を揃えて語るのがトイレ問題。市販の救急トイレは1日持てばいい方。そこでおすすめはポリ袋×吸水ポリマーのセット、両方ともかさばらずストックしやすいうえ、ポリ袋は何でも活用できるので100枚以上はストックしたい。

避難所生活～帰宅/仮設/新住宅の引越まで

- 長ければ半年以上。交流と情報収集で乗り越える。
- 一人ひとりが自主的に動き、支え合うこと「自助・共助」が求められます。自宅避難生活の場合も引きこもらず避難所のイベントに参加し、交流していくことが重要といわれます。
- 〇避難所の運営 〇炊事当番 〇コミュニティの円滑化 〇掃除当番 〇外部との調整 〇ケア活動
- 災害のこと知るなら、地元自治体の防災ページをチェックしよう！
- 参考：東京都防災ホームページ



写真上から：本町ステーション、さだまるビル

災害は自分ごと

巨大地震発生。何がどうなる？

参照資料：R6/6/26発表 内閣府資料「令和6年能登半島地震における災害の特徴」

隆起
沿岸部に最大4mを超える隆起が確認された。これにより港は壊滅的な被害を受け、漁業に深刻な影響を与えている。

火災
輪島市中心部で約49,000㎡に及ぶ大規模焼火災が発生。死者はでなかったが「輪島の朝市」で有名な本町商店街がその姿を失ってしまった。

倒壊
昭和の古い木造建築物を中心に倒壊。特に珠洲市、輪島市で被害が多かった。崩れた家、残った家のコントラストが痛々しい。

地盤沈下
七尾市沿岸部、能登町宇多津港周辺では地盤が変化したとされ、地震前より30cmほど沈下した。



ライフライン寸断
電気、ガス、上下水道、交通、通信がストップ。停電解消に2～4週間、水道復旧は半年を要した。個々の住宅では破損等があり全戸解消には至っていない。

崩落
土砂崩れにより建物被害は、のり山海道など能登の主要道路、鉄道が寸断された。多くは開通済みだが未復旧の道路も残る。

津波
津波浸水が確認された場所。珠洲市、能登町で約4mの高さに達した。震源に近い所では地震後1分未満で襲来したという報告もある。

孤立
崩落・地割れなどにより、幹線を破壊され、1/5時点では33地区が孤立した。(2/19に全て解消)

液状化
地盤で砂と地下水が混ざりあう液状化。石川・富山・新潟と広域で発生。マンホールの飛び出しも液状化によるもの。特に埋め立て地は被害が大きく地場産業に深刻な被害をもたらしている。

奥能登の活動は今 個人も団体も公もみんなが活躍

津波被害のあった宝立町で震災後にできたコミュニティスペース「本町ステーション」は、地元出身の若者が地域の拠り所をつくりたいと、自分たちが被災しながらも有志たちと共に立ち上げた。三崎町「さだまるビル」のご夫妻は、震災前から住まいの古民家を交流の場として提供してきたため、今回もボランティアや地域住民の拠点として開放。コミュニティを守る、大事な活動をしている。

三井町「古民家レストラン 茅草庵」では、店主と仲間たちによって、被災しながらもいち早くボランティア受け入れを可能にし、輪島市内のボランティア活動に大きく貢献。この震災で学んだことや出会ったご縁を無駄にせず、地域の暮らしを守る生業をしていきたいと、現在有志で法人の立ち上げ準備中。焦らずに楽しみながら暮らしを耕して

六水町 救援の最前線基地 さわやか交流館フルート
社協があるこの交流館は図書館、公民館などもある町営複合施設。ここは震災から約5カ月間、避難所にもなっていた。現在はボランティアセンターを設置し、5月から週末ボランティアを受け付けている。お隣にはボランティアが運営するカフェや洗髪施設もあり、この一帯が支援基地となっている。のと鉄道六水駅が目の前、金沢から電車でアクセスできることから、個人でのボランティア参加も可能だ。

七尾市×南三陸町 商店街の復興に向けて

6月2日、石川県七尾市で開催された「一本杉復興マルシェ」に、宮城県南三陸町の「復興市チーム」が参加しました。東日本大震災で津波による壊滅的な被害を受けた南三陸町は、震災翌月から毎月「復興市」という名の高いイベントを続けてきた中で、現在の「南三陸さんさん商店街」(2017年オープン)という本設商店街の復興までを歩んできました。そんな南三陸町の復興を知った七尾市の「一本杉商店街」が、今年の1月下旬に「南三陸さんさん商店街」に問い合わせたことで、この2つの商店街のご縁が生まれたのです。「いきなり仮設商店街をつくるのではなく、テント市から

行って応援。行こう能登♡

今も復旧の過程にあり、多くの人々が生活再建に取り組んでいる能登。「まだ、行くのは早いのではないかと考える方も多いとは思いますが「今だから、行く」という考え方もあります。海外観光客の増加も加わり活気ある金沢市近郊に比べ能登半島の来訪者は激減、とはいえ奥能登でも宿や施設が少しずつ再開して



日本海をのぞむ有名な「白米千枚田」。今年田植えができたのは1004枚ある圃田の1割のみ。それでもこの美しさ。全てが青々することを願って眺めにいきたい。

います。ボランティアはもちろん観光でもいい。被害の現状を見る、知る、逆境に立ち向かう人達と出会う、その体験は強く深く私たちの心に響きます。紺碧の日本海、海の向こうに見える峰々、懐かしい里山、能登は驚くほどに美しい所です。能登を体感して、その一人ひとりが能登との小さな「架け橋」になっていただきたいです。
行く前に必ず、チェック！
石川県観光公式 内閣府防災情報 ボランティアに
今夏も各地でキリコ祭りが開催される。

災害復旧に欠かせない 技術系ボランティア

基本的には、ボランティア保険への加入や必要最低限の準備を自己責任で行っていれば、誰でも参加できる災害ボランティア。しかし、作業によっては初心者には難しく、経験や一定の資格が必要なものもあります。例えば、安全講習の受講が必要な動力機械を使う作業や重機を操る作業、屋根の上の作業や床下に潜る作業、倒壊家屋の家財出し作業など。今回の能登半島地震でも、実際に技術系ボランティアが解体したブロック塀や下した瓦などを一般的なボランティアに運んでもらうという連携作業が行われています。(大場黎亜)



重機操作のための免許をとり、災害現場で作業する筆者

〇7月時点での情報です。活動内容は変更になっている場合があります。



乗光寺の一角をお借りして炊き出しを行うダイニングチーム。この日提供したのはスタミナたっぷりの油そば。能登県界では馴染みのないメニューだそうで「初めて！」と大好評でした。

わたす新聞

臨時増刊

能登レポート号

2024年8月10日発行 発行元：わたす日本橋

1月1日に発生した能登半島地震。早くも7カ月が過ぎました。ライフラインは概ね復旧したものの、特に被害の大きかった奥能登では、まだ多くの方が平常の生活とはほど遠い生活を送っています。発災3日後から現地で支援活動を続けるわたすメンバーからの報告です。

4日能登に入るも酷い渋滞。全く進まず深夜にようやく輪島着。翌早朝より現地で情報収集。避難所により困りごとがバラバラ、移動中の景色も地震の影響が色濃く、目を覆いたくなる箇所があらちこちらにあった。
1月5日から活動開始
初動可能な専門職のボランティア団体もそれぞれに活動開始していた。今回、避難所は結構な割合で持ち運び可能な電源（ポータブル電源）が用意されているが充電する術が無かったりする。キャンピングカーからポータブル電源に充電するついでにお話を伺う。そんなことを5日間に渡り輪島・穴水・能登・珠洲で繰り返す。結果、食料・雨仕舞・ガレキ撤去等は専門ボランティア団体任せ、それ以外の事を模索。会話の中でお風呂の話が多く出ていた。自衛隊のお風呂は順番待ちで2〜3時間待ちが当たり前。順番が来ても後ろの人が気になりゆつくり出来ない、やっと入れてもお湯が汚れていて気になる。段差がありすぎて足の悪い人は出入りし難い。家でゆつくり入りたい。といったお風呂が壊れた家に給湯する活動をしてきた経験を

地震発生から現地到着まで
元旦、能登半島地震の速報を受け、各連絡網を使い情報を得ようとしたが正月休みに加え都会から離れた半島という立地もあり、中々情報が集まらない。2日の夜まで被害状況や交通情報を収集。3日、物資や資機材をキャンピングカーに積み込む。発電機1台・ポータブル電源3台・手指消毒用アルコール4ダース、過去の経験から、被災地で何か流行るノロ対策に次亜塩素酸ナトリウム1箱、トイレ用に消臭袋と吸水ポリマー、その他、カセットガス・カップ麺・パックご飯・缶詰・レトルト食品・お菓子・ジュース・水を積めるだけ積んで能登へ。

活かし給湯活動に照準を絞った。早速関東に戻り、軽トラに灯油ポイラーと灯油タンク・水タンク・ポンプ・発電機を設置して給湯テスト開始。併行して現地給水可能な場所探しを終え、準備を整えて再出発したのが1月末だった。
2月2日、珠洲市飯田町の乗光寺にて活動開始。1月に掘った井戸より軽トラのタンクに給水。足の悪い方・障害のある方・人混みが苦手な方・お年寄り世帯等を中心に各御自宅の湯船に給湯。下水が使えない為翌日にお湯を抜きに行き海に排水。タンクを洗い井戸水を汲み給湯。頑張っても1日5件が精一杯。このサイクルを4月末までほぼ毎日実施。5月からは一部水道が通り需要が減るものの、給湯器や下水道が使えない等の理由で給湯活動継続、活動エリアを広げ今まで行けていなかった地域にも行くようになった。

この夏、ニシチの日にあたる7月27日、「わたす日本橋」ダイニングチームも乗光寺にお邪魔して炊き出しを行った。これからの長い復興の道り、能登で、日本橋から、少しでもお手伝いできればと願っている。（村上泰史）
村上泰史（「社」ボランティアサポート代表、災害支援組織を設立。水害、地震等大規模災害時の現地支援を行う。南三陸支援を縁に「わたす日本橋」の設立時より企画メンバーとして参画。

話中の乗光寺、そもそもお寺は宗教的な事だけでなく昔から災害時の避難所や救護所の様な役割を担ってきた。それは今も変わらず、自助共助のコミュニティスペースとして機能している。乗光寺も3年連続地震の影響を受け本堂も傾き、周りの建屋も倒壊している中、井戸を掘り、そこで洗濯機を用意して無料での使用を可能にした。さらに炊き出し弁当を毎日配布、ボランティア団体への場所の提供など、多岐に渡って活動している。今年も町を練り歩けないものの、7月21・22日に飯田燈籠山祭りで使用する燈籠山（山車）を境内で展示した。以前はお寺周辺で朝市があり（2と7の付く日に行うことから「二七の朝市」）これも復活できればともおっしゃっていた。

能登の今を知るなら。BOOKS この1冊



地元発行の季刊情報誌、発災約5カ月後に発行された能登半島地震・総力特集。地震・被害規模のことから、再生に向けての意気込み、どんな被害を被ってもなお変わらない能登の美しさ…など、記事一つひとつのきめ細かく鋭い洞察は地元編集ならではの。今の能登のこと「知りたい」と感じた方には是非読んでいただきたい一冊です。

「能登半島支援会 × わたす日本橋」をEVENT 8月24日（土）の午後開催。

「何かしたいけど何をしたらよいかわからない」と思っている方々の「何かをするきっかけ」になっていただければと、お二人のスピーカーを「わたす日本橋」にお招きして、被災地の様子をお話いただきます。能登食材を使ったおつまみと能登ワインもご用意。おいしさも楽しみながら、能登の今に思いを馳せる時間です。詳しくはホームページ [NEWS] 欄をご覧ください。店頭スタッフにお尋ねください。

水道・電気・ガスSTOP!?

カンタン節水レシピ

TOPICS 日本橋 だより watasu nihonbashi

「わたす日本橋」で北陸の味を楽しもう!

「わたす日本橋」では、ただ今、北陸郷土料理のコースをご提供中。日本有数の漁港で水揚げされた北陸ならではの魚介類、新鮮な能登野菜を使ったコースをお楽しみいただけます。

北陸郷土料理 食べ尽くしコース

先付け さざえとわかめの酢みそ和え
サラダ 銀鮭香草サラダ かんずり オリーブオイル
三菜副菜1 ずわいの北陸だし巻あんかけ
三菜副菜2 寒ぶり金時草 金時芋 加賀蓮根 抹茶塩
三菜副菜3 鴨の治部煮
ご飯 へしこ鯖の茶漬け
デザート 奥能登の大谷塩ジェラート

わたすの厨房から

山と海に囲まれた能登半島は食材の宝庫

南からくる暖かい対馬海流と、北からくる冷たいリマン海流。このふたつの海流が交わる能登半島沖は日本海における格好の漁場です。中でも江戸時代から続いている定置網漁で水揚げされる、刺身が醤油をはじくほど脂の乗ったブランド魚「能登ぶり」や鮮度を保つため船上で急速冷凍された「船凍イカ」は有名です。他にもノドグロやモガニなどの底物も揚がります。能登の魚はバラエティに富んでいて、どの季節でも美味しい魚が水揚げされるのが魅力。とくに秋から冬にかけては品揃えが充実しています。また、能登の風土を生かして栽培された「能登野菜」は、能登の伝統食などに育まれ古くから栽培されている「能登伝統野菜」と、能登を代表する野菜として生産されている「能登特産野菜」のふたつに分類されています。この機会にぜひ能登食材を味わってください。

過去の災害から学び、進化をつづける 脱仮設をめざす。仮設住宅の今

最長2年に渡る長い仮設住宅での暮らし。当座の住まいであっても快適性を追求し、環境、地球資源を考えた持続性のある仮設住宅建築が求められています。約30年前の阪神・淡路大震災以降、多くの人と企業の智慧が集結し、災害のたびにそのデザインと技術は進化してきました。石川県では今回計8600戸建設する予定。それらの建設は各自治体が所有している土地の利用が原則になっています。そこで、継続して利用可能な土地には永住型住宅、学校のグラウンドを間借りする土地ではリサイクル可能であったり、移動できるタイプなどにして、場所に合わせて建築しています。「仮設であって、仮設ではない」それが今災害時にめざす仮設住宅の在り方になっています。

1

4

5

上：[見附公園]世界的建築家坂茂氏設計による2階建て住宅。左：[杉山農村公園]木造の暖かさが目を引く長屋型住宅。いずれも将来的に市営住宅として使用される予定だ。

右：[飯田町第2団地]ユニット構造のプレハブ、別の場所で使用したものを移築して再利用している。

2

3

永住型は、土地選びが課題

プレハブ・リサイクル

※写真番号①～④は珠洲市、⑤は志賀町にて撮影

わたす nihonbashi

https://www.watasu.net
営業時間 平日・土・日・祝 休業日：年末年始
LUNCH 11:00～15:00 / CAFE 15:00～17:00 /
DINNER 17:00～22:00 (L.O. 21:00)
※日・祝祭日は17:00閉店(L.O. 16:00) DINNER営業はございません
TEL. 03-3510-3185

※営業時間を変更している場合がございます。最新の状況は店舗へお問合せ、または「わたす日本橋」公式サイトにてご確認ください。

編集後記 元旦を襲った能登半島地震。

お正月気分から一変、私たちは地震速報と津波警報が流れる画面から目を離せなかつた。夫や同居する義母が、呆然としながら「思い出すね」と漏らし、心を痛めていた。私が暮らす南三陸町も、東日本大震災で壊滅的な被害を受けた。ボランティアがきっかけで東京から移住に至った私は、その後も毎年のように発生する災害の被災地に通っていたが、今回は距離的にももあつて後方支援に徹するつもりでいた。しかし、南三陸町はじめ東北の人たちの、能登を想う気持ちが私を動かした。「俺たちも復興できた。だから「必ず復興します」って伝えてきて欲しい」その想いのバトンを受け取って、今、毎月通っている。通うほどに、能登の人たちの強さと優しさに触れる。と同時に、あの絶望的な状況から長い復興の道のりを歩んできた東北の人たちの強さも思い知る。（大場黎亜）