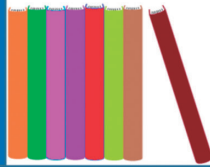




# 大人が絵本を 第74回 自分のいのちを守る



司書・読書アドバイザー 安藤 宣子\*

小児歯科医師 濱野 良彦\*\*

\* 絵本と図鑑の親子ライブラリー BibliOキッズ(福岡市)  
\*\* 医療法人元気が湧く 理事ファウンダー



## コロナ、豪雨・土砂災害…地震

きみがひとりにいるときに  
じしんがきたら どうしよう？  
どうなるのかな？  
どうしたら いいのかな？<sup>1)</sup>

『じしんのえほん  
こんなときどうするの？』  
国崎信江 作 福田岩緒 絵  
(ポプラ社)



『じしんのえほん；こんなとき どうするの？』は、こんな問いかけに始まり、扉のタイトルへと続きます。この3つの問いに、子どもたちはどこまで答えられるでしょうか。本書は、阪神淡路大震災で多くの子どもがなくなったことに衝撃を受け、女性とこどもの視点から防災を研究している危機管理アドバイザーの国崎信江氏が書いた「地震防災えほん」です。

阪神淡路大震災は未明の5時46分に発生しました。東日本大震災はお昼の14時46分、熊本地震の前震は21時26分、本震は深夜1時25分に発生、大阪北部地震は週のはじめ月曜日の7時58分、福岡西方沖地震は春分の日の日曜日10時53分と、突然、襲ってくる地震は人間の暮らしに容赦はありません。自宅で家族一緒のときもあれば、家族と離れた通学・通勤時間、園・学校生活時間にも起こります。登下校中や外遊びなど、子どもだけのときでも災害は起こるので、自分のいのちを守る行動を身につけていることは、大人、子どもにかかわらず必須のことです。

ウイルスと豪雨災害に対して「子どもの対処能力を引き出す環境および機会」について絵本を用いた提案

をしましたが、やはり地震を取り上げないわけにはいきません。



## 自分のいのちは、自分で守るんだ！

『親子のための地震イツモノート』の最初のページでは、地震があった西暦年を書き並べているのですが、2011年までの200年間で「日本に、地震のなかった年はありません」とし、「日本でくらすということは、地震と一緒に生きていくということなのです」と呼びかけています<sup>2)</sup>。日本で暮らす私たちは、地震に対する知識と備えが必要なことは言うまでもありません。

繰り返しになりますが、大人には子どもの「生きる権利」と「育つ権利」、「守られる権利」を擁護する責任があります。子どもを守るということは、子どもを危険や災害からガードするだけでなく、子ども自身が自分のいのちを守る意識をもち、「自分で生き抜く力」を備えさせておくことがもっとも大切なことです。子どもの権利条約で規定されているところの、「参加する権利」を尊重するということです。

「地震大国日本」とは、もはや万人が理解していません。近年では豪雨や大型台風などの自然大災害までが常態化してしまいました。これらに加えて新型コロナウイルスの感染が拡大し、私たちはいのちを脅かされる環境下に置かれています。しかしながら、人間には知恵があります。生きる能力があります。これまでと生活様式を変えることで身を守り、自然環境に対処する術を身に付けて、とにかく大切ないのちを守らなければなりません。



## みんなで助けあおう！ 自助・共助・公助

阪神淡路大震災は1995年1月17日の未明に発生

# 手にするときは！

## 子どもに。「生きる力」Part.3

企画 濱野 良彦  
構成 木須 信生 ※※※

※※※ 絵本と図鑑の親子ライブラリー ビブリオキッズ(福岡市)

した戦後最大規模の災害でした。時の総理大臣は村山富市氏で、初動対応の遅れに批判を招いたことが記憶に蘇ります。今年9月16日、第99代総理大臣に就任した菅義偉首相は、総裁選への立候補を表明した9月はじめのニュース番組で「どんな国にしたいか」と問われた際、「自助・共助・公助の町づくり」と答え、こちらにも批判を浴びることになりました。

「自助・共助・公助」の概念は、阪神淡路大震災を契機に、特に防災の分野で一般に広がりました。絵本『地震がおきたら』の巻末に附されている「家族を守る防災知識」によると、「自助」とは少しでも被害を少なくするため自分の安全は自分で守ること、「共助」とは地域の人たちで協力して助けあうことで大災害時には最も効果的なもの、そして国や地方自治体、消防・警察・自衛隊などによる公的な対応を「公助」といい、大災害時には限界があると解説されています<sup>3)</sup>。重要なのはこの3者お互いの連携ということが、「神戸市消防局から伝えたいこと」として示されているのです。

菅首相の「自分でできることは自分でやる。それができなければ地域コミュニティーで助け合う。それもダメであれば国が守る」との国づくり説明に、Twitterで「自助・共助・公助」のワードが一次トレンドに入るほど話題を呼びました。

菅首相論はさておき、災害が発生したときに大人がいなくても、子どもたち一人ひとりが自分の身の安全を守る「自助」の方法を身に付けていることは日本で暮らすうえでの大前提にあるのです。



「自分のからだは自分で守る！」と強いメッセージ

を放つ『地震がおきたら』の帯には、もうひとつ「消防士の思いからうまれた防災絵本」と小さな文字で記されています<sup>3)</sup>。この絵本の原案を手掛けたのは、神戸市の消防士である谷敏行氏で、神戸市消防局の企画・協力によって刊行されました。



『地震がおきたら』  
谷敏行 原案 畑中弘子 文  
かなざわまゆこ 絵  
(BL出版)

阪神淡路大震災のとき中学2年生だった谷氏は、被災を体験しているのです。震災で何があったのかを忘れずに語り継ぎ、次の世代を悲劇から守るために、被災体験者である消防士が発信する防災絵本というわけです<sup>4)</sup>。

お話では阪神淡路大震災の体験を、お母さんの子どもの頃に起こったこととして語られ、生きた教訓が具体的に盛り込まれています。巻末には、神戸市消防局による「家族を守る防災知識」の解説が6ページに渡っていて、子どもと大人の家族防災テキストとして、いのちを守る教えを乞う一冊となります。

いのちを守るメッセージは強く、付属の「かぞくのやくそくカード」に、自分の周りの危険なところや、家族とはぐれた場合の待ち合わせ場所を書き込んで持ち歩くことができるようになっています。それに「いのちをまもるやくそく」5項目も示されていて、とっても実用的な「防災絵本」です。

「自分のからだは自分で守る！」とのメッセージは、絵本を読んだ一人ひとりの心に宿りつくことでしょう。



## イツモ地震を想像する

阪神淡路大震災の被災者167人の声を元にして出版された『地震イツモノート』は、2007年に発行されてたちまちに10万部を突破するベストセラーとなりました。「地震の起こる可能性は、モシモではなくイツモ」と訴え、防災を生活の一部としてとらえて、心構えしていくことの大切さを、証言と絵から体感していく「キモチの防災マニュアル」です。

阪神淡路大震災から16年後、大地震はまた起こりました。複合災害を伴った東日本大震災が起きた2011年の8月、「イツモノート」の子ども版『親子のための地震イツモノート』が登場したのです。地震の映像や写真は子どもにとって生々しすぎるという声に応え、たくさんの絵と被災者たちの言葉で、地震と防災を伝える分かりやすい絵本となっています。

『親子のための地震イツモノート』  
地震イツモプロジェクト 編  
寄藤文平 絵(ポプラ社)



『親子のための地震イツモノート』の発行から5年後、今度は『地震イツモノート』の実践版となる『地震イツモマニュアル』が登場しました。その年、2016年は4月14日と16日に熊本地震が発生したのです。

イツモマニュアルのスローガンは「『Save Yourself』自分の身は自分で守ること、『モシモ』ではなく『イツモ』地震とつきあっていくこと」です<sup>5)</sup>。自分たちに起こることを想像することこそ、防災のはじめの第一歩なのです。

## もう一度、「にげましよう」

東日本大震災で「奇跡の脱出」としてニュースになった、岩手県野田村保育所をもとにした『はなちゃんのはやあるき はやあるき』は、毎月1回の

避難訓練が、実際に大地震に襲われたとき、子どもたちのいのちを救ったお話です。裏表紙帯に書かれている「じぶんでじぶんの命をまもることの大切さ」を、登場する子どもたちと同じ年齢の2歳から6歳くらいの子へ伝えるテキストに適しています。「津波てんでんこ」と逃げる「てんでんこ」とは、「てんでばらばら」の意味で、「津波が来たときは、てんでばらばらでもよいから高台に逃げましょう」と言います<sup>6)</sup>。自分のいのちは自分で守りましょうということです。お話に出てくるはなちゃんたち園児は、「てんでんこ」と唱えながら早歩きをして、自分のいのちを守ったのです。それは「奇跡」ではなく、日頃の防災教育で備えていた力を子どもたちが発揮したのです。

私たちの「いのち」が一番大切で、「逃げるが勝ち」と訴えて、そのタイミングを伝える『にげましよう 特別版』では、「地震が起きて、1分以上の長い揺れを感じたら津波がやってくるかもしれません。警報が出てからでは遅い場合もあります。」と呼びかけています<sup>7)</sup>。

## 絵本で、生きる力を育てる

東日本大震災で「奇跡の脱出」と言われたのは、はなちゃんの通う保育所だけではありません。宮城県釜石市の小・中学生は99.8%の子どもたちが、自ら考え、行動・避難し、津波からいのちを守ったことが注目を浴び、その実話は『つなみ てんでんこはしれ、上へ!』の絵本となりました。こちらもお話と等身大の小学生・中学生の防災教育で活用されています。

釜石市でたくさんの大切ないのちが守られたことも「奇跡」というより、日頃から学校以外に地域全体で避難訓練を繰り返していたことで「自助」の行動力が身に付いていたといえるのです。地域一体のイツモの防災訓練によって、市民一人ひとりが自分のいのちを守ったのです。



大人がいないとき地震に遭遇した子どもは、不安に襲われて家族の側に行きたい気持ちになるでしょう。東日本大震災では、津波という想像を絶する恐怖に襲われています。しかし、日常から防災に備えていた釜石の子どもと大人はその教えを守って、「てんでばらばら」に逃げて自分のいのちを守ったのです。大切な家族と自分のいのちを守るために、地震が起き危険が迫るときには誰かを待たずに一人で逃げることの重要性が伝わってきます。

『つなみ てんでんこ  
はしれ、上へ!』  
指田和文  
伊藤秀男 絵(ポプラ社)



作者の指田和氏は、津波絵本を出版することをなかなか理解してもらえず、あきらめかけたこともあったと本書のあとがきで告白しています。考えあぐねた結果、「日本はこれからもさまざまな自然災害がおこる可能性がある。また多くの人のいのちがうばわれないためにも、いのちを守るための心がまえや訓練＝<生きる力を育てること>はぜったいにだいじだ」、「子どもたちのすなおな感受性・生きる力はすごい」という二つの強い思いが、釜石の中学生からの手紙に支えられて出版に至ったと言います<sup>8)</sup>。

多くのいのちが、また別の多くのいのちを守りたいという強い願いによって生まれた「いのちの絵本」というわけです。



## 明日の「イツモ」に備えて

歯科診療中、地震がおきたら子どもたちのいのちをどのように守り抜くか、医療者自身のいのちも守る判断と行動、そして、ご自身の大切なお身内と落ち合う場所について、日頃から様々な想定をして、知識の拡充と訓練を重ね、そのときがきたら慌てず

に、正しい判断のもと迅速な行動ができるよう「自助」「共助」を意識して医療に従事したいものです。また、医療機関として普段から、地域の防災・減災にも努めなければなりません。それは、たくさんの尊いいのちが犠牲となった災害の教訓でもあります。小児歯科医院から、地震は「モシモ」ではなく「イツモ」と発信して、地域住民が自分のいのちを自分で守る術を身に付けるよう支援する立場にあります。患者様ご家族が、「地震は必ず起こる」という意識を高くもって防災・避難の心構えを取る地震・防災絵本を積極的にご紹介ください。絵本に附属されている「かぞくのやくそくカード」は、防災グッズとして求められる、いのちのカードになります。この小さなカードを患者様に提供することで、地域のかげがえのないいのちを守る一手を打つことができるのです。

災害の発生時刻によって、対処法は異なります。お風呂に入っているときにおきたら?、子どもだけで留守番しているときにおきたら?…あらゆる状況を想定して、子ども自ら考え、いのちを守る訓練を繰り返しましょう。地震が起きたらどのように行動したらよいかを、時と場合と場所いろんな想定をしながら、家族でイツモ話し合う提案を行う医療機関は、頼りになる存在です。



## 文献

- 1) 国崎信江作, 福田岩緒 絵:じしんのえほん こんなときどうするの?, ポプラ社, 東京, 2006.
- 2) 地震イツモプロジェクト 編, 寄藤文平 絵:親子のための地震イツモノート, ポプラ社, 東京, pp.1-2, 2011.
- 3) 谷敏行 原案, 畑中弘子 文, かなざわまゆこ 絵:地震がおきたら, BL出版, 東京, 2017.
- 4) 株式会社シグナル:消防士の思いから生まれた子どもたちのための防災絵本「地震がおきたら」, シグナル HP <https://www.signalos.co.jp> 2018/01/17
- 5) 地震イツモプロジェクト 編, 寄藤文平 絵:地震イツモマニュアル, ポプラ社, 東京, 2016.
- 6) 宇部京子 作, 菅野博子 絵:はなちゃんのはやあるきはやあるき, 岩崎書店, 東京, 2015.
- 7) 河田恵昭:にげましょう特別版, 共同通信社, 東京, 2014.
- 8) 指田和, 伊藤秀男 絵:つなみ てんでんこ はしれ!上へ, ポプラ社, 東京, 2013.