

東日本大震災・原発事故からの

---

# 福島市 復興のあゆみ

---

令和3年3月  
福島市

東日本大震災・原発事故からの

# 福島市復興のあゆみ

## 目次

市長メッセージ .....	1
平成23年3月11日から令和3年3月11日までの 年表と写真 .....	4
震災復興イベント .....	20
「東日本大震災・原発事故から10年、 復興とその先の未来を」	
震災復興データ .....	23
東日本を襲った地震・津波 / 原子力発電所事故	
福島市の被害状況 / 避難者の状況	
空間放射線量の状況 / 食の安全	
風評払拭に向けた取り組み / 放射線に対する健康管理	
子どものケア / 福島市の除染について	
震災を経験された方の体験談 .....	46
感謝・エールメッセージ .....	64

# 市長メッセージ

---

MESSAGE

## 鎮魂と追悼

今日で、あの東日本大震災と原発事故から丸10年を迎えました。  
改めて、犠牲となられた多くの方々に、追悼の意と鎮魂の祈りを捧げる  
とともに、被災された全ての方々に、心から御見舞い申し上げます。



福島市長 本橋 浩

### 第1章 ～感謝を胸に～

私たちのふるさと福島市は、東日本大震災と原発事故で未曾有の被害を受けました。

とりわけ、原発事故による放射能災害は私たちの想像をはるかに超え、浜通りはもとより中通りに  
まで放射性物質が広範囲に飛散しました。

これにより原発から約60km離れている本市でも空間の放射線量が平常値を大きく上回ることと  
なり、市民の健康への不安や風評被害などこれまでに経験したことのない事態となりました。

本当にもとの生活に戻れるのか、かけがえのない日常を返してほしい、誰もが先の見えない不安を  
抱く中、国内はもとより世界各国の皆さまから、数えきれない多くの温かいご支援や励ましの声を頂  
きました。

これまで頂いた多くのご支援は、何物にも代えがたいものです。そして、私たちを勇気づけてくれま  
した。改めて、心から感謝を申し上げます。

### 第2章 ～復興の現状～

原発事故による放射能災害との闘いは困難を極めました。まさにマイナスをゼロに戻し、スタートラ  
インに立つための作業です。

世界初となる全市的な除染作業は、市民や企業等のご協力をいただきながら大震災から7年の歳  
月を費やし、2018年によりやく完了することができました。

市内の空間放射線量は、除染や風雨等による放射性物質の減少などにより低減が図られ、安心し  
て生活できる環境に回復しています。

また、観光客数についても、大震災前の水準にあと一步のところまで回復してきました。

しかし一方で、放射能に対する不安、農作物等に対する風評被害は、現在も根強く残っており、また  
ピーク時から大きく減少したとは言え、2千人を超える市民が今もなお全国各地で避難生活を送らざ  
るを得ないなど、復興は未だ道半ばです。

### 第3章 ～更なる試練～

大震災後も、東日本台風(台風第19号)、コロナ禍、そして福島県沖地震と、立て続けに試練に見舞  
われました。

新型コロナについては、2020年12月、一月だけで7つのクラスターが発生。294人もの新規患者が確認され、一時は3つの救急病院が休止、医療崩壊寸前の状況となり、本市独自の「新型コロナ緊急警報」を発令するにいたりました。

次々と試練が続きますが、私たちは決して挫けません。

あの未曾有の大震災、原発事故を乗り越えようと、一つ一つ問題を克服してきた自負があります。

私たちは、いただいたご支援を復興の原動力に換え、数々の試練を変革のバネとしながら、福島市の新ステージに向け、一丸となって力強く前へ前へと進んでいきます。

## 第4章 ～県都としての責務～

初動体制や市民との相互コミュニケーション、高齢者や障がい者等への配慮、他自治体や民間団体等との連携、そして人と人の絆など、私たちは、あの災害からこれらの大切さを身をもって教訓として学びました。

大震災から10年、「福島」と「復興」に注目が集まる中で、災害の教訓を生かしながら、「福島」の名を冠する県都の責務として、福島圏域はもとより、福島県全体の発展に貢献します。

さらに、災害の記憶と教訓を次世代へ引き継ぎながら、復興の先を見据えたまちづくりを進め、県内市町村の復興・創生にも貢献していきます。

## 第5章 ～世界にエールを送るまち 県都ふくしま～

この4月から、震災後10年以降の創造的復興を目指す第2期復興・創生期間が始まります。

復興の次に創生があるのではなく、市民との共創により新ステージを目指す創生を進めてこそ、復興は達成できます。

大震災以降、復興に主体的に関わり行動しようという市民、特に若い世代の動きが顕著となり、産・学・官が連携してこの動きをサポートしています。

市の計画策定や施設開設に際し、幅広い世代の市民がワークショップに参加するなど、市民と行政が目的を共有しながらまちづくりを進める気運がこれまで以上に高まりを見せています。

私たちは、これまでいただいたご支援に対する「感謝」の気持ちを忘れず、市民と力を合わせ、国内・世界の人たちと連携しながら、真の復興に取り組みます。

健康管理や心のケア、風評払拭など残された課題への対応はもとより、安全・安心なまちづくり、子育て環境の充実、健都ふくしまの創造などの取組を重点的に進めます。

さらに、中心市街地に広域的な拠点機能を集積するとともに、福島らしい文化の香り漂う風格ある県都を目指したまちづくりを進めるなど、更なる地域社会のグレードアップを図ります。

市民だれもが「本当に住んで良かった」と誇れるまちにする。

そして、世界から支援をいただいてきたまちから、災害が多発する世界の方々の励みとなるような「世界にエールを送るまち」を目指します。

2021年3月11日

# 平成 23 年 3 月 11 日から 令和 3 年 3 月 11 日までの年表と写真

---

Chronology

# 2011.3.11 14:46 からの 復興の軌跡

2011年3月11日14時46分に発生した東日本大震災。  
あの時から現在に至るまでの福島市の復興の軌跡と出来事をたどります。

2011  
平成23年

※市外の出来事

3 11

- 14:46 ・ 東日本大震災(東北地方太平洋沖地震発生)
- 14:50 ・ 災害対策本部設置
- 15:20 ・ 福島地方水道用水供給企業団の送水管が破損し市内全域の(111,779戸)で断水
- 16:00 ・ 避難所を開設、受け入れ開始
- 16:45 ・ あさひ台団地(80世帯164人)の法面崩落に対して避難指示及び自衛隊派遣要請(写真①)
- 19:15 ・ 福島学院大学本館2階座屈より3人救出(写真②)
- ・ 福島市ほか東北電力福島営業所管内約14万7千戸停電
- ・ 安全確保のため蓬莱団地(2,571件)を中心に全体で2,952件の都市ガス供給を停止

3 12

- 2:45 ・ 避難所74カ所に6,910人避難
- 5:00 ・ 給水車による給水活動開始(写真③)
- 8:30 ・ 震災による被災建築物応急危険度判定調査開始
- 9:40 ・ 災害ボランティアセンターを本庁舎1階に開設(写真④)
- 11:00 ・ 東北自動車道での緊急車両通行可能に
- 12:00 ・ 相互支援協定締結の東京都荒川区より救援物資(毛布・乾パン)が到着
- ・ 市立幼稚園、小、中学校、特別支援学校で3月14、15日の臨時休校措置決定

3 13

- 15:36 ・ 福島第一原子力発電所1号機で水素爆発
- 10:00 ・ 避難所74カ所に5,661人避難



①あさひ台団地の法面崩落



②福島学院大学本館2階座屈



③給水車による給水活動



④災害ボランティアセンター開設  
(写真提供：福島市社会福祉協議会)

2011

平成 23 年

3 13

13:00 ・ 福島交通飯坂線全線運行再開

22:10 ・ 相互支援協定締結のさいたま市より救援物資が到着

3 14

3:12 ・ 電気供給が全面復旧

9:00 ・ 福島工業団地、福島研究公園、松川工業団地の3カ所で災害ごみ仮置き場を開設、受け入れ開始

11:01 ・ 福島第一原子力発電所3号機で水素爆発

16:00 ・ 避難所50カ所に6,323人が避難

・ 市立幼稚園、小、中学校、特別支援学校で3月16日まで臨時休校延長措置決定

3 15

6:10 ・ 福島第一原子力発電所2号機で爆発音・福島原子力発電所事故対策統合本部設置

8:00 ・ 福島市民避難者4,141人、広域避難者4,354人、合計8,495人、避難所47カ所で避難者数が最大となる

・ 市立幼稚園、小、中学校、特別支援学校で3月18日まで臨時休校延長措置決定

16:04 ・ 福島第一原子力発電所4号機で水素爆発

18:40 ・ 福島市の県北保健福祉事務所にある放射能測定器で放射線量  
最大値24.24  $\mu$ Sv/hを記録

3 16

・ 福島市東日本大震災義援金の受け入れ開始

3 17

・ 生活安定総合相談窓口を市役所本庁舎1Fに開設

・ 飯坂地区温泉施設等を避難者へ無料開放(～2011年7月31日まで)

3 18

・ 市立幼稚園、小、中学校、特別支援学校で3月23日まで臨時休校延長措置決定

3 22

・ 市立福島特別支援学校卒業証書授与式中止

・ 市立幼稚園修了式中止

・ 水道供給が全面復旧(避難指示区域除く)

・ 東北自動車道(宇都宮IC～一関IC)大型車両等通行可能

用語解説

$\mu$ Sv/h

マイクロシーベルト毎時

1時間あたりの生体への被曝の大きさの単位。



〈参考〉自衛隊による給水活動



〈参考〉避難所の炊き出し (写真提供: 福島市社会福祉協議会)



〈参考〉ガソリンを求めて並ぶ市民 (渡利地区)



〈参考〉生活物資を求めて並ぶ市民 (杉妻地区)  
(写真提供: 杉妻地区町会連合会)





3	23	・市立小学校卒業証書授与式中止。小、中学校、特別支援学校修了式中止 ・震災による被災家屋調査開始 ・都市ガス供給が全面復旧
3	24	・東北自動車道全線(浦和IC～青森IC)一般車両通行可能
3	28	・「平成23年東北地方太平洋沖地震に伴う地方公共団体の議会の議員及び長の選挙期日等の特例に関する法律」の規定に基づき福島市議会議員選挙が平成23年7月31日に延期決定
3	31	・山形新幹線(福島一新庄)・奥羽本線(福島ー青森)運転再開
4	1	・大震災による災害の名称を「東日本大震災」と閣議決定
4	6	・市立小、中学校、特別支援学校で入学式・第1学期始業式は通常通り行われる
4	10	・東北本線(本宮ー福島)運転再開
4	12	・東北新幹線(那須塩原ー福島)運転再開。福島ー東京間がつながる ・東北本線(福島ー仙台)運転再開
4	19	・来庁した東京電力(株)鼓副社長へ原発事故の収束に向け一刻も早い解決に取り組むこと、本市産業への影響に対する十分な対策と補償を講じることについて福島市より申し入れを行う
4	21	・東北本線(上野ー青森)41日ぶり全線運転再開
4	28	・南相馬市と「東日本大震災に伴う避難者の支援に関する協定書」を調印。避難者支援と福島市役所内に南相馬市役所福島出張所の設置について協定を締結
4	29	・東北新幹線(東京ー新青森)49日ぶり全線運転再開
5	1	・福島市長をはじめ、県内首長より内閣総理大臣へ子どもたちの安全・安心確保について要望書を提出
5	8	・福島市の幼稚園の園庭で、表土と下層の土を入れ替える上下置き換え法を文科省が実施検証。放射線量が10分の1に下がる効果
5	11	・天皇皇后両陛下があづま総合体育館をご訪問され、広域避難者を激励される(写真⑤)



⑤天皇皇后両陛下があづま総合体育館をご訪問



〈参考〉 応急仮設住宅入居開始



〈参考〉 福島県広域避難所(あづま総合体育館)



〈参考〉 福島市消防本部による 県内広域応援隊活動



5	11	・市小学校鼓笛パレード中止
5	16	・阿武隈急行66日ぶり全線運行再開
5	26	・完成した笹谷東応急仮設住宅へ広域避難者が入居開始
5	27	・比較的線量が高い26の学校等の校庭・園庭から表土改善事業(除染)開始(写真⑥)
5	30	・飯館村と「飯館村計画的避難区域に伴う避難者の支援等に関する協定書」を調印。避難者支援と飯野支所内に飯館村役場飯野出張所の設置について協定を締結(写真⑦)
6	20	・NEXCO 東日本が高速道路の通行を被災者支援や当面の復旧・復興支援のため「東北地方無料措置」を行う
6	24	・6月17、20日に本市の1,118地点を一斉放射線量測定した結果を発表。市内全域の平均線量は1.33 $\mu$ Sv/h
6	29	・福島市長より内閣総理大臣へ原子力災害への対応にかかる支援等について要望書を提出
7	2	・福島市長より復興担当大臣へ「子どもたちの放射線低減対策の支援を各省庁が連携して取り組むこと」について要望書を提出
7	11	・損壊家屋等の解体処理事業開始(～平成24年6月29日まで受付件数3,168件) ・簡易放射線測定器100台を配備し町内会等への貸し出しを開始
7	12	・避難者が二次避難所(旅館、仮設住宅、借り上げ住宅)へ移動したことから避難所を閉所
7	14	・浪江町と「東日本大震災に伴う避難者の支援に関する協定書」を調印。避難者支援と福島市役所内に浪江町役場福島出張所の設置について協定を締結
7	21	・「東北大学福島原発事故対策本部福島分室」あぶくまクリーンセンター内に開設
7	24	・渡利地区の住民とボランティア3,753人で通学路の除染活動を行う(写真⑧) ・福島市が渡利地区をモデル地域として南向台小学校通学路と民家の除染を実施



⑥学校等の校庭・園庭の表土改善事業(除染)開始



⑦飯館村役場飯野出張所開所(福島市)



⑧渡利地区の住民とボランティアによる除染活動



〈参考〉公園の環境放射線量低減対策実験(新浜公園)

7	25
7	31
8	6
8	9
9	1
9	16
9	27
10	6
10	18
10	29
11	1
11	14
11	16
11	17
11	19
11	22

- ・公園(506カ所)除染作業開始
- ・震災で延期になっていた福島市議会議員選挙執行
- ・福島わらじまつりを1日短縮で開催
- ・福島市が大波地区をモデル地域として大波小学校通学路の除染を実施
- ・市内の幼稚園、保育所、小、中学校等の児童生徒と妊婦を対象に個人積算線量計(ガラスバッジ)を配布。対象者は46,303人(写真⑨)
- ・「放射線と子どもの健康」講演会開始
- ・福島市ふるさと除染計画(第1版)策定
- ・福島市復興計画原案策定
- ・ふるさと除染計画に基づく住宅等の面的除染作業開始(大波地区住宅及び道路除染開始)
- ・野田首相(当時)が本市の除染作業を視察
- ・大波地区の住民とボランティア109人の協力を得て除染活動を実施(写真⑩)
- ・4カ所の学校給食センターに食品放射能簡易測定器を配置し学校給食用食材の測定開始
- ・旧児童文化センターの1階に放射線モニタリングセンターを開所。(写真⑪)ゲルマニウム半導体検出器2台、食品等簡易測定器3台で検査。また、モニタリングセンター内に「東北大学福島原発事故対策本部福島分室」を移設
- ・県が大波地区で収穫された玄米から食品衛生法の暫定基準値(1kg当たり500Bq)を超える放射性セシウムを検出したことを発表
- ・大波地区で収穫された玄米から暫定基準値を超える放射性セシウムが検出されたことを受け、政府は同地区で平成23年に生産した米を出荷停止するよう県に指示。原発事故による米出荷停止は初
- ・キャンドルメーカーやガスメーカー等の主催による「ふくしまキャンドルナイト2011」が福島競馬場で開催(写真⑫)
- ・県は大波地区の154戸の農家で生産された米については原則全袋調査を実施することとし、22日より米のサンプリングを開始

用語解説  
**Bq**  
 ベクレル  
 1秒間に放射線を出す放射性物質が何個あるかを表している



⑨個人積算線量計(ガラスバッジ)を配布



⑩大波地区の住民とボランティアによる除染活動



⑪放射線モニタリングセンター開所(食品等の放射能測定開始)



⑫ふくしまキャンドルナイト2011

# 2011

平成 23 年

11 22

・ 国道13号福島西道路の南伸ルートの都市計画が決定

11 25

・ 大波地区の米の全袋検査で、県は新たに5戸から暫定基準値を越す放射性セシウムを検出したと発表。基準値超えは154戸のうち6戸に

11 30

・ 東京電力(株)が来庁し大波地区産米に関する件で謝罪

12 2

・ 渡利地区の農家3戸で生産された米から暫定基準値を超える放射性セシウムを検出。県は同地区を含む旧福島市の米の出荷自粛を要請

12 5

・ 大波地区で行われていた米の全袋検査で、新たに2戸で暫定基準値を超える

12 27

・ 政府は渡利地区を含む旧福島市の平成23年米を出荷停止するよう県に指示

・ 山形市と米沢市に自主避難した福島市民の不安を解消するための説明会を開催

# 2012

平成 24 年

1 4

・ 市立小、中学校は夏休み延長に伴い例年より早く3学期入り

1 17

・ 常陸宮同妃両殿下が松川工業団地第一応急仮設住宅をご訪問される

1 30

・ 「災害時の社会福祉施設等への給油支援」事前登録の受付開始

2 1

・ 農地・畑地の吸着資材を使用した反転耕及び果樹園地の樹皮洗浄除染開始(写真⑬)

2 2

・ 駐日スペイン国特命全権大使市長表敬訪問

・ 福島市復興計画策定

2 6

・ 最初の仮置場設置工事着手(大波地区)

2 16

・ 自主避難者行政相談窓口を山形市と米沢市に開設

2 21

・ 文部科学省が設置を進めていたリアルタイム線量測定システムの運用開始。福島市では359カ所設置(写真⑭)

2 22

・ 渡利地区の面的除染作業開始

2 27

・ 市独自で導入した移動式ホールボディカウンタ車による内部被ばく検査を大波小学校から開始(写真⑮)



⑬果樹園地の除染作業



⑭リアルタイム線量測定システムの運用開始



⑮市が導入した移動式ホールボディカウンタ車



〈参考〉住宅除染の住民説明会



2	27
3	1
4	2
4	6
4	7
4	9
4	10
4	21
4	24
4	25
4	30
5	12
5	14
5	16
5	19
5	21

- ・生活が困難な高齢者などが安心して避難生活が送れるよう、老人ホームや障がい者施設(28法人42施設)などと「福島市福祉避難所指定に関する協定」を締結
- ・食品等放射能測定を17支所と大波出張所、放射線モニタリングセンター、アオウゼ、産業交流プラザの21カ所で開始(写真⑩)
- ・「保育所給食まるごと検査事業」が23カ所の支所・学習センター等で開始
- ・福島県より平成23年に出荷制限区域となった大波・渡利地区において平成24年産稲の作付自粛要請を受ける
- ・福島競馬が1年5ヵ月ぶり再開
- ・渡利地区弁天山公園でボランティア387人の協力を得て除染作業を実施(写真⑰)
- ・「学校給食まるごと検査事業」が4カ所の学校給食センター及び17カ所の支所・学習センター等で開始
- ・細野環境大臣(当時)が大波地区仮置場を視察
- ・福島商工会議所主催の「ふくしまキッズパレード」開催
- ・3月8日～23日に本市の2,916地点を一斉放射線量測定した結果を発表。市内全域の平均線量は $0.77\mu\text{Sv/h}$
- ・福島市に避難している広域避難者を支援するため75歳以上の避難住民を対象に高齢者バス無料乗車証の交付開始
- ・住宅除染92,730戸中577戸完了(進捗率0.6%)
- ・小学校の校庭で運動会が2年ぶりに再開
- ・平成23年3月11日に0～18歳までの全県民(約350,000人)を対象とした県民健康管理調査による甲状腺検査開始。福島市では0歳～18歳までの約53,000人が対象
- ・平野復興大臣(当時)が大波地区仮置場を視察
- ・2年ぶりに市小学校鼓笛パレード開催
- ・大波城址でボランティア102人の協力を得て除染作業を実施
- ・福島市ふるさと除染実施計画(第2版)策定



⑩非破壊式放射能測定装置



⑰渡利弁天山でボランティアによる除染活動  
(写真提供：福島県)



〈参考〉渡利地区住宅の除染作業(屋根洗浄)



〈参考〉一般住宅の除染作業

# 2012

平成 24 年

6 1

- ・ JA新ふくしま営農センター等10カ所で食品放射能測定体制が整い、単独の学習センターでの測定も含め本市では38カ所での測定体制が整う

6 27

- ・ 小学校の屋外プール授業が再開

6 30

- ・ 駐日ルーマニア特命全権大使市長表敬訪問

7 1

- ・ 福島市地域の恵み安全対策協議会による出荷用農産物の放射性物質モニタリング検査開始

7 31

- ・ 地域で特に空間線量率が高い箇所を選定し除染する「地域のホットスポット」除染事業開始

8 3

- ・ 福島わらじまつりが2年ぶりに再開、「幸福わらじ」が登場

8 11

- ・ 比較的線量が低い茂庭地区の広瀬公園内に外遊びができる遊具を新設

8 18

- ・ 中央市民プールが2年ぶりに再開

9 20

- ・ 福島市地域の恵み安全対策協議会による米の全量全袋検査開始(平成24年米から)(写真⑱)

9 29

- ・ 原発事故の影響で外で遊べない子どものため、市民会館内に屋内遊び場「さんどパーク」オープン(写真⑲)

10 5

- ・ 福島市こでらんに博~これからも福島市でくらししていくということ~をテーマに「元気ふくしま復興シンポジウム」開催(写真⑳)

10 30

- ・ 長浜環境大臣(当時)が本市を訪問、中間貯蔵施設の早期設置や個人で除染した費用を東電負担への要望を行う

11 15

- ・ 福島西道路(南伸区間)の道路中心杭を設置(写真㉑)

# 2013

平成 25 年

2 1

- ・ 花見山、2年ぶりに全面開放(観光客数237,000人)

2 2

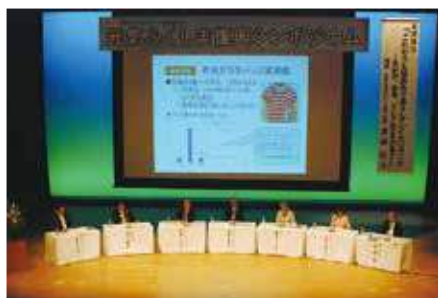
- ・ 福島市長が根本復興大臣(当時)と面会し支援等について要望書を提出(写真㉒)



⑱米の全量全袋検査開始



⑲市民会館内に屋内遊び場「さんどパーク」オープン



⑳「元気ふくしま復興シンポジウム」開催



㉒根本匠復興大臣(当時)に要望書を提出



㉑福島西道路の道路中心線設置式(南伸区間)

2 6  
2 7  
3 1  
3 19  
3 31  
4 1  
4 10  
4 13  
5 9  
6 1  
6 26  
8 26  
8 28  
10 30  
11 17

2014  
平成 26 年

1 16  
2 14  
3 3  
3 9

- ・長崎市と災害時相互応援協定を締結
- ・山口市と災害時相互応援協定を締結
- ・3月1日～15日に本市の3,280地点を一斉放射線量測定する。市内全域の平均線量は0.56 $\mu$ Sv/h
- ・福島県より平成23年に出荷制限区域となった大波・渡利地区において、作付け規制解除の通知を受ける
- ・住宅除染92,730戸中5,113戸完了(進捗率5.5%)
- ・福島市役所内に「除染情報センター」開設(写真㉓)
- ・農業用水路除染開始
- ・十六沼公園内に「ぴよんぴよんドーム」オープン(写真㉔)
- ・秋篠宮同妃両殿下が堀河町終末処理場と飯野町内の仮設飯館中学校をご訪問される
- ・6月1日～2日にかけて東北六大祭りが共演する「東北六魂祭」が福島市において開幕。2日間の来場者数250,000人(写真㉕)
- ・放射線と市民の健康講座開始(写真㉖)
- ・駐日ガーナ共和国大使市長表敬訪問
- ・「福島市復興事業等警察連絡協議会」設置
- ・原子力損害賠償紛争解決センターへ和解仲介を申し立てる
- ・福島市長選挙
- ・あさひ台団地の避難指示が2年10カ月ぶりに解除
- ・「福島わらじまつり」が台湾の「ランタンフェスティバル」で海外初披露
- ・3月3日～20日に本市の3,292地点を一斉放射線量測定する。市内全域の平均線量は0.37 $\mu$ Sv/h
- ・福島ユナイテッドFCがJ3初戦を戦う



㉓福島市役所内に「除染情報センター」開設



㉔十六沼公園内に「ぴよんぴよんドーム」オープン



㉖放射線と市民の健康講座



〈参考〉小学生へ放射線教育の公開授業



㉕東北六大祭りが共演する「東北六魂祭」が開幕

# 2014

平成 26 年

3 31

・住宅除染92,730戸中31,003戸完了(進捗率33.4%)

6 6

・第98回日本陸上競技選手権大会が開幕

7 14

・駐日ボスニア・ヘルツェゴビナ大使市長表敬訪問

8 31

・飯館村が飯野町に建設を進めていた復興公営住宅「飯野町団地」(23戸)が完成  
 原発事故避難者が入居する災害公営住宅の完成は県内初

9 19

・第68回全国レクリエーション大会が開幕(写真㉗)

12 12

・吾妻山の噴火警戒レベルが1から2に引き上げられる

# 2015

平成 27 年

2 23

・2月23日～3月9日に本市の3,292地点を一斉放射線量測定する。市内全域の平均線量は0.31  $\mu$ Sv/h

2 24

・除染廃棄物を保管する中間貯蔵施設をめぐり、福島県知事が施設への廃棄物搬入の受け入れを表明

3 3

・福島駅西口駅前広場がリニューアル

3 27

・中心市街地活性化事業計画策定

3 31

・住宅除染92,730戸中57,741戸完了(進捗率62.2%)

4 1

・四季の里内に屋根付き運動場(木もれび広場)オープン

4 11

・SFCももりんパーク(児童公園)リニューアルオープン

4 18

・熊本地震にて被災した熊本市へ緊急物資出発(写真㉘)

5 16

・ペットボトル「ふくしまの水」が国際味覚審査機構優秀味覚賞一つ星授賞

6 1

・ペットボトル「ふくしまの水」がモンドセレクション金賞授賞(写真㉙)

6 8

・駐日ブルガリア大使市長表敬訪問

10 7

・健康長寿のための体づくり「いきいきももりん体操」開始

11 20

・土湯温泉で源泉から出る蒸気を利用したバイナリー発電所竣工



㉙ ペットボトル「ふくしまの水」がモンドセレクション金賞授賞



㉗ 第68回全国レクリエーション大会が開幕



㉘ 熊本地震にて被災した熊本市へ緊急物資出発



〈参考〉仮置場での除去土壌(土のう)の保管状況



〈参考〉支援等への感謝メッセージ



12 1  
2016  
平成 28 年

2	15
2	26
3	31
5	27
5	30
8	1
8	18
9	5
9	11
11	1
11	11
12	9

2017  
平成 29 年

2	7
2	13
3	13
3	17

- ・中間貯蔵施設へのパイロット輸送開始(大波地区)
- ・2月15日～3月8日に本市の3,292地点を一斉放射線量測定する。市内全域の平均線量は0.25  $\mu$ Sv/h
- ・東京都荒川区と友好都市協定を締結(写真⑳)
- ・住宅除染92,730戸中91,648戸完了(進捗率98.8%)
- ・公園除染完了(506カ所)
- ・ペットボトル「ふくしまの水」モンドセレクション2年連続金賞授賞
- ・住宅除染の計画戸数92,730戸すべて完了
- ・福島県立医科大学附属病院内に派遣型救急ワークステーションを設置
- ・第1回福島圏域首長懇話会を開催
- ・福島市ふるさと除染実施計画(第2版)一部改訂
- ・除染で発生した土壌を中間貯蔵施設へ本格輸送開始(写真㉑)
- ・東北中央自動車道福島JCT～福島大笹生IC開通
- ・公園内に現場保管している除去土壌を仮置場へ搬出開始
- ・街道復興「東北のまち、みち」を大会テーマとした全国街道交流会「第11回全国大会福島大会」開催
- ・スイス連邦とのホストタウン登録決定
- ・2月7日～3月7日に本市の3,301地点を一斉放射線量測定する。市内全域の平均線量は0.21  $\mu$ Sv/h
- ・駐日スイス連邦大使市長表敬訪問
- ・福島市ふるさと除染実施計画(第2版)一部改訂の再改訂
- ・東京2020オリンピック野球・ソフトボール競技福島市開催決定(写真㉒)



⑳東京都荒川区と友好都市協定を締結



㉑中間貯蔵施設へ本格輸送開始(大波地区)



㉒東京2020オリンピック野球・ソフトボール競技福島市開催決定



〈参考〉住宅内に現場保管していた除去土壌搬出

# 2017

平成 29 年

3 26  
5 29  
7 8  
9 29  
10 15  
10 28  
11 4  
11 9  
11 10  
11 20

- ・大波小学校閉校
- ・ペットボトル「ふくしまの水」モンドセレクション最高金賞授賞
- ・福島市制施行110周年記念式典開催(写真③)
- ・都市計画道路腰浜町町庭坂線(2工区)開通
- ・レッドブル・エアレース・ワールドシリーズで室屋義秀氏が年間総合優勝に輝く
- ・中間貯蔵施設が本格稼働
- ・東北中央自動車道福島大笹生IC～米沢北IC開通(写真④)
- ・駐日フランス共和国大使市長表敬訪問
- ・農業用ため池除染(66カ所)開始
- ・福島市長選挙

# 2018

平成 30 年

1 4  
2 13  
2 27  
3 8  
3 24  
4 1  
4 19  
5 24  
6 20  
7 2  
7 22  
8 8

- ・大原総合病院上町に移転開院
- ・市内48カ所のフォローアップ除染開始
- ・2月13日～3月13日に本市の3,301地点を一斉放射線量測定。市内全域の平均線量は0.17 $\mu$ Sv/h
- ・駐日ポーランド共和国特命全権大使市長表敬訪問
- ・福島市ふるさと除染実施計画(第2版)再改訂の一部改訂
- ・茂庭小学校閉校
- ・中核市移行(写真⑤)
- ・福島市夜間急病診療所が上町に移転
- ・ペットボトル「ふくしまの水」モンドセレクション2年連続最高金賞授賞
- ・福島競馬場開設100周年記念式典開催(JRA)
- ・本市で第2回全国桃サミット開催
- ・平成30年7月豪雨にて被災した倉敷市へ職員を災害派遣(写真⑥)
- ・福島市・飯野町合併10周年記念式典開催(写真⑦)



③福島市制施行 110 周年記念式典



④東北中央自動車道福島大笹生 IC～米沢北 IC 開通式



⑤中核市移行式典

8	27
9	15
9	30
10	21
11	19
12	1
12	25
12	27

**2019**  
平成 31 年

1	1
1	18
1	29
2	28
4	1
5	24
6	1
6	3
6	17

令和元年

- ・市内3大学2短大、福島商工会議所、福島県中小企業家同友会福島地区と「福島市産官学連携プラットフォーム構築と包括的な連携協定」を締結(写真⑳)
- ・吾妻山の噴火警戒レベルが1から2に引き上げられ、磐梯吾妻スカイラインが通行止め(2019年6月28日に再開通)
- ・ふるさと除染実施計画に基づく住宅、生活圈森林、道路、農地などの面的除染及びフォローアップ除染がすべて完了
- ・NCVふくしまアリーナ(福島市体育館・武道場)オープン
- ・福島圏域連携推進協議会設立
- ・第20回日本ボッチャ選手権大会開幕
- ・「風格のある県都を目指すまちづくり構想」を策定
- ・平成30年12月27日～平成31年2月2日に本市の3,301地点を一斉放射線量測定する。市内全域の平均線量は0.16μSv/h
- ・福島赤十字病院八島町に移転開院
- ・2020ふくしま市民応援団創設
- ・駐日ルアンダ共和国特命全権大使市長表敬訪問
- ・古関裕而・金子夫妻を主人公とした朝の連続テレビ小説「エール」放送決定(写真㉑)
- ・福島大学農学群食農学類開設
- ・土湯温泉復興祭開催
- ・6月1日～2日にかけて「2019東北絆まつり」が福島市において開幕、2日間で来場者数308,000人(写真㉒)
- ・ペットボトル「ふくしまの水」モンドセレクション3年連続最高金賞授賞
- ・吾妻山の噴火警戒レベルが1へ引き下げられる



㉐平成30年7月豪雨にて被災した倉敷市へ災害派遣



㉑福島市・飯野町合併10周年記念式典



㉒「2019東北絆まつり」が福島市で開幕



㉓「福島市産官学連携プラットフォーム構築と包括的な連携協定」を締結



㉔古関裕而・金子夫妻を主人公とした朝の連続テレビ小説「エール」放送決定

# 2019

令和元年

6	28
7	30
8	3
8	28
9	30
10	12
10	28
11	17
12	2
12	17

- ・ベトナム社会主義共和国とのホストタウン登録決定(写真④①)
- ・第29回世界少年野球大会福島大会開幕(写真④②)
- ・福島わらじまつり開幕「新わらじおどり」披露(写真④③)
- ・市民総ぐるみ「健都ふくしま創造市民会議」を開催(写真④④)
- ・バリアフリー推進パートナー「キックオフミーティング」開催(写真④⑤)
- ・令和元年東日本台風(台風第19号)関東・甲信・東北地方で記録的な大雨。本市でも甚大な浸水等の被害が発生
- ・健康長寿のための体づくり「お口のももりん体操」開始
- ・第31回市町村対抗県縦断駅伝競走大会(ふくしま駅伝)福島市が14年ぶり総合優勝
- ・令和元年12月2日～令和2年1月17日に本市の3,301地点を一斉放射線量測定する。市内全域の平均線量は0.15 $\mu$ Sv/h
- ・県内初、スイス連邦との「共生社会ホストタウン」登録決定

# 2020

令和2年

1	10
1	20
1	30
3	4
3	6
3	15
3	23
3	24

- ・米の全量全袋検査終了(令和元年米まで)
- ・福島おおぞらインター工業団地造成完了
- ・新型コロナウイルス感染症対策本部設置
- ・市立小、中学校、特別支援学校が3月23日まで臨時休校措置決定
- ・県内初、スイス連邦との「先導的共生社会ホストタウン」に認定
- ・市民の交流・活動拠点まちなか交流施設「ふくふる」開館。市民が自らDIYで施設のイスや机を手作り
- ・新型コロナウイルス対策として福島市緊急支援策第1弾発表
- ・東京2020オリンピック聖火リレー「復興の火」開催



④①ベトナムとのホストタウン登録決定



④②第29回世界少年野球大会福島大会開幕



④④「健都ふくしま創造市民会議」開催



④⑤バリアフリー推進パートナー「キックオフミーティング」開催



④③福島わらじまつり開幕「新わらじおどり」披露

3	24	・新型コロナウイルスの世界的な流行により、東京2020オリンピック・パラリンピックの開催が1年程度延期することが決定
3	30	・古関裕而・金子夫妻を主人公とした朝の連続テレビ小説「エール」放送開始
3	31	・福島市内で初めて新型コロナウイルス感染者が発生
8	31	・中合福島店閉店
9	1	・メロディーバス運行開始
9	26	・(仮称)道の駅ふくしま着工
12	15	・福島市街なか交流館(旧中合福島店2階)オープン
12	20	・福島市新型コロナウイルス緊急警報発令(令和3年1月11日まで)
<b>2021</b> 令和3年		
3	11	・東日本大震災から10年

## 「震災復興パネル展」

東日本大震災・原発事故から10年を迎えるにあたり、被災県の県都として、これまで国内外からいただいた支援に対する感謝や復興の軌跡、新たなまちづくりの方向性などを発信し、記憶と教訓を次世代に継承する「震災復興パネル展」を開催。

### 【第1クール】

開催場所 福島学院大学福島駅前キャンパス1階  
学生ラウンジ  
開催日 令和2年9月19日(土)～  
11月23日(月・祝)

### 【第2クール】

開催場所 福島市街なか交流館(旧中合福島店2階)  
開催日 令和2年12月15日(火)～  
令和4年2月28日(月)



【復興年表】



【伝承館移動展示コーナー】



【80インチ大型モニター】



【除染等の道具展示】



【オリ・パラ展示コーナー】



【復興データほか】

## 震災復興イベント 「東日本大震災・原発事故から10年、復興とその先の未来を」

東日本大震災で亡くなられた方々に追悼の意と、鎮魂の祈りを捧げるとともに、東日本大震災・原発事故の記憶と教訓、さらには新ステージを目指す新たなまちづくりを県都福島市から発信しました。

**東日本大震災・原発事故から10年 復興とその先の未来を**

2021 **3/7** 日 13:30～15:20

会場 **桜の聖母短期大学** マリアンホール講堂 (福島市街なか交流館3F)

参加費 **無料** 定員 **300名**

**第1部 鎮魂・追悼祈念イベント** 13:30～14:10

- 開会・黙とう
- 絆の朗読 (司会 長一 龍)
- 番組「長崎の鐘」 (出演 長崎 龍子 ほか)
- 「希望の鐘」の鳴鐘

**第2部 トークイベント** 14:20～15:20

トークイベント 「復興から新たなまちづくりへの挑戦・発信」

コーディネーター 長崎 龍子

出演 長崎 龍子 ほか、長崎 龍子 ほか、長崎 龍子 ほか

特別 「希望の鐘」の鳴鐘

司会 長崎 龍子 ほか

開会

出演者: 長崎 龍子, 長崎 龍子, 長崎 龍子, 長崎 龍子, 長崎 龍子, 長崎 龍子, 長崎 龍子, 長崎 龍子

TEL: 024-525-3788

# 震災復興イベント 「東日本大震災・原発事故から10年、 復興とその先の未来を」

---

Event

## 「東日本大震災・原発事故から10年、復興とその先の未来を」

東日本大震災で亡くなられた方々に追悼の意と、鎮魂の祈りを捧げるとともに、東日本大震災・原発事故の記憶と教訓、さらには新ステージを目指す新たなまちづくりを発信するイベントを開催しました。

第1部

### 鎮魂・追悼記念イベント

時間：午後1時30分～2時10分

- オープニングムービー
- 開会・黙とう
- 市長あいさつ
- 詩の朗読「夜明けに」  
詩人 和合 亮一さん
- 独唱「長崎の鐘」 作詞：サトウ ハチロー  
作曲：古関 裕而  
ソプラノ 阿部 絵美子さん ピアノ 富山 律子さん
- 「希望の鐘」の鳴鐘



開会・市長あいさつ



「希望の鐘」の鳴鐘



詩の朗読

詩人 和合 亮一さん



独唱「長崎の鐘」

ソプラノ 阿部 絵美子さん  
ピアノ 富山 律子さん

第2部

# トークイベント 時間：午後2時20分～3時20分

- トークイベント：テーマ「復興から新たなまちづくりへの挑戦・発信」  
コーディネーター 市長  
出演者 室屋 義秀さん（エアレース・パイロット）、Ruuさん（ダンサー、振付師）、  
和合 亮一さん（詩人）、西内 みなみさん（桜の聖母短期大学学長）
- 独唱「栄冠は君に輝く」 作詞：加賀大介 作曲：古関裕而  
テノール 今尾 滋さん ピアノ 富山 律子さん
- 閉会



トークイベントの様子 「復興から新たなまちづくりへの挑戦・発信」



福島市長 木幡 浩



エアレース・パイロット 室屋 義秀さん



詩人 和合 亮一さん



ダンサー、振付師 Ruuさん



桜の聖母短期大学学長 西内 みなみさん



独唱「栄冠は君に輝く」

テノール 今尾 滋さん



# 震災復興データ

---

Data

## 東日本を襲った地震・津波

2011年3月11日14時46分、三陸沖を震源とするマグニチュード9.0の東北地方太平洋沖地震(※1)が発生しました。

この地震により、宮城県栗原市で震度7、宮城県、福島県、茨城県、栃木県で震度6強を観測するなど地震規模は国内観測史上最大となりました。

また、この地震に伴い、福島県相馬沖では最も高い高さ9.3m以上(※2)の津波を観測するなど東北地方から関東地方北部の太平洋沖を中心に広い範囲で高い津波を観測し、これにより死者、行方不明者とともに家屋の全壊など甚大な被害が生じました。

※1：地震の名称は「東北地方太平洋沖地震」、この地震による被害は「東日本大震災」と呼ばれる。

※2：観測施設が津波により被害を受けたためデータを入手できない期間があり、後続の波でさらに高くなった可能性がある。

## 原子力発電所事故

東京電力福島第一原子力発電所は、大津波の影響で全交流電源が喪失したため冷却機能が働かず、原子炉が制御不能となり水素爆発が発生、多量の放射性物質を放出させる国内最大規模の原子力事故が発生しました。

3月12日に状況が悪化し、15時36分には第一原子力発電所1号機で水素爆発が発生、14日は3号機で水素爆発が発生し、続いて翌15日には4号機で水素爆発が発生しました。これにより国及び福島県は避難等指示を発令、多くの住民が避難を余儀なくされました。

### 指示状況(2011年3月)

※福島県「東日本大震災の記録と復興の歩み」より抜粋

11日	19時03分	福島第一	原子力緊急事態宣言発令
	20時50分	福島第一	県が半径2km圏内に避難指示
	21時23分	福島第一	国が半径3km圏内に避難指示、半径10km圏内に屋内退避指示
12日	5時44分	福島第一	国が半径10km圏内に避難指示
	7時45分	福島第二	原子力緊急事態宣言発令、国が半径3km圏内に避難指示、半径10km圏内に屋内退避指示
	17時39分	福島第二	国が半径10km圏内に避難指示
15日	18時25分	福島第一	国が半径20km圏内に避難指示
	11時00分	福島第一	国が20~30km圏内に屋内退避指示



爆発後の福島第一原子力発電所3号機外観  
(写真提供:東京電力ホールディングス(株))

# 福島市の被害状況

福島市は震度6弱を観測し、市内の被害は多岐にわたり民家等の建物被害や公共施設、交通施設など多数発生しました。また、伏拝地内では土砂崩れが発生し国道4号が通行止めとなりました。電気、ガス、水道などライフラインにも大きな被害が発生し、市民生活に大きな影響を及ぼしました。

本市の被害状況は死亡者17人(うち震災関連死11人)をはじめ、住宅等の建物被害は1万件を超えました。

## 【福島市の被害状況】

### ●地震の状況

- ・発生日時 2011年3月11日14時46分
- ・震源地 三陸沖
- ・震源の深さ 24km
- ・規模 マグニチュード 9.0
- ・福島市の震度 震度6弱

### ●被害状況(2021年3月5日現在)

- ・人的被害 …… 死者 17人  
(うち関連死 11人)  
重傷者 2人  
軽傷者 17人
- ・建物被害 …… 全壊 744件  
半壊 5,557件  
損壊 7,688件
- ・避難指示(あさひ台団地)  
2011年3月11日 発令 80世帯  
2014年1月16日 解除



2011年3月11日14時46分に発生した東北地方太平洋沖地震による各地の震度(資料/気象庁発表)

## 参考

### 【全国の被害状況】

#### ●被害状況(2021年3月1日現在)

- ・人的被害 …… 死者 19,747人  
行方不明者 2,556人  
負傷者 6,242人
  - ・住家被害 …… 全壊 122,005棟  
半壊 283,156棟  
一部破損 749,732棟  
床上浸水 1,489棟  
床下浸水 9,786棟
  - ・非住家被害 …… 公共建物 14,527棟  
その他 92,890棟
- 出典:消防庁災害対策本部資料

### 【福島県の被害状況】

#### ●被害状況(2021年3月5日現在)

- ・人的被害 …… 死者 4,151人  
行方不明者 0人  
重傷者 20人  
軽傷者 163人
  - ・住家被害 …… 全壊 15,435棟  
半壊 82,783棟  
一部破損 141,054棟  
床上浸水 1,061棟  
床下浸水 351棟
  - ・非住家被害 …… 公共建物 1,010棟  
その他 36,882棟
- 出典:福島県災害対策本部資料

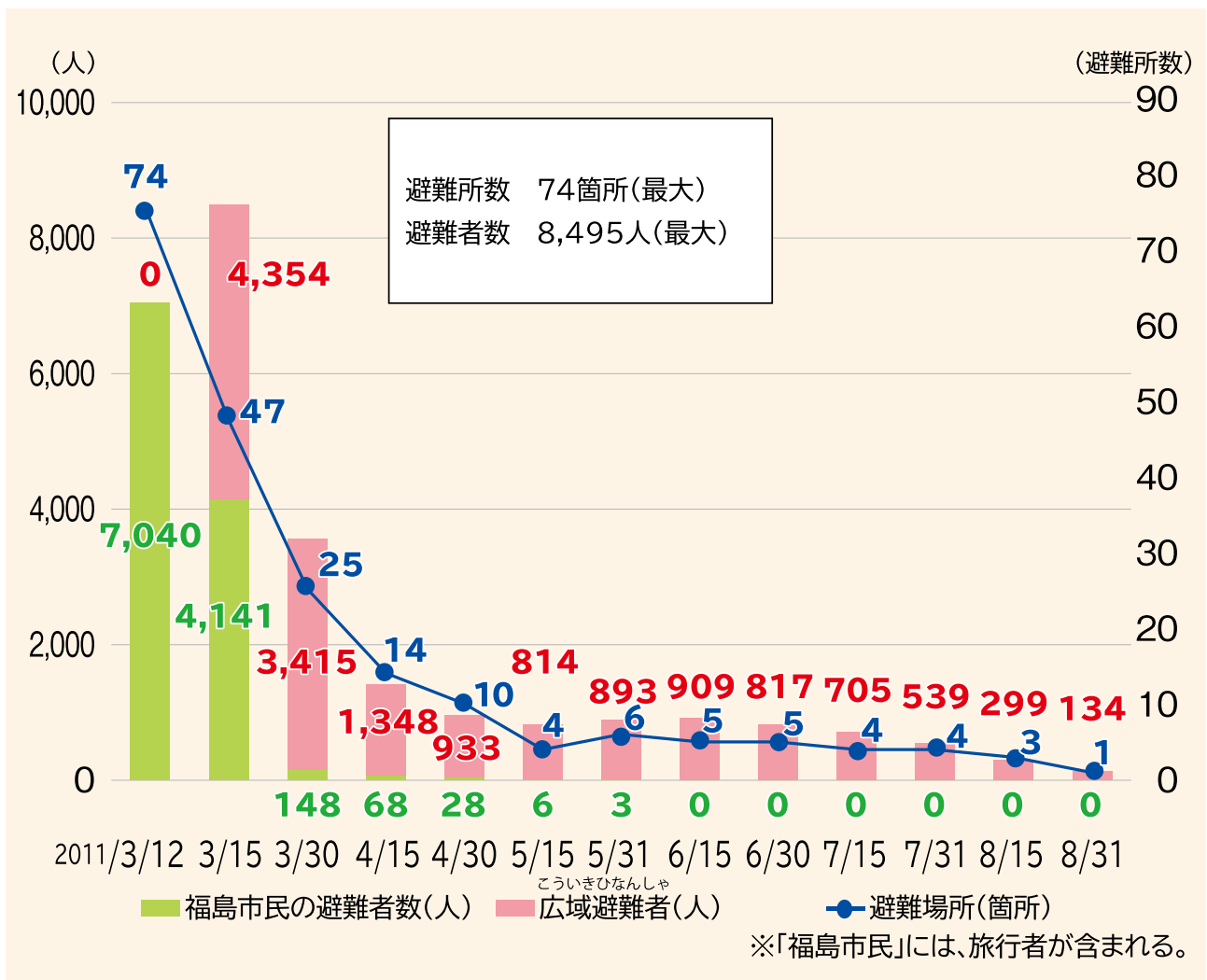
# 避難者の状況

## 【福島市開設の避難所数と避難者数】

本市では、住宅はもとより電気水道などライフラインにも大きな被害が生じ、生活が困難となった市民や浜通りからの広域避難者<sup>こういきひなんしゃ</sup>を受け入れるための避難所を2011年3月11日から開設しました。

2011年8月31日の避難所閉所までの期間、最大で74箇所の避難所を開設し、避難者についても最大で福島市民4,141人、浜通りからの広域避難者<sup>こういきひなんしゃ</sup>4,354人、合わせて8,495人の方々を受け入れました。

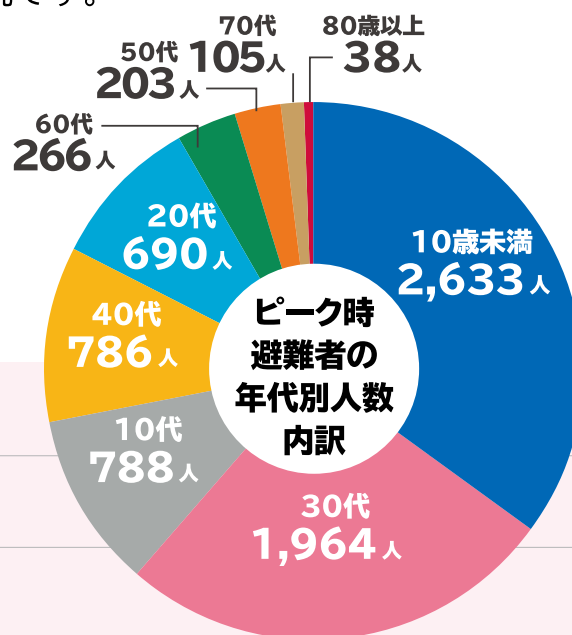
## 福島市開設の避難所数・避難者数の推移



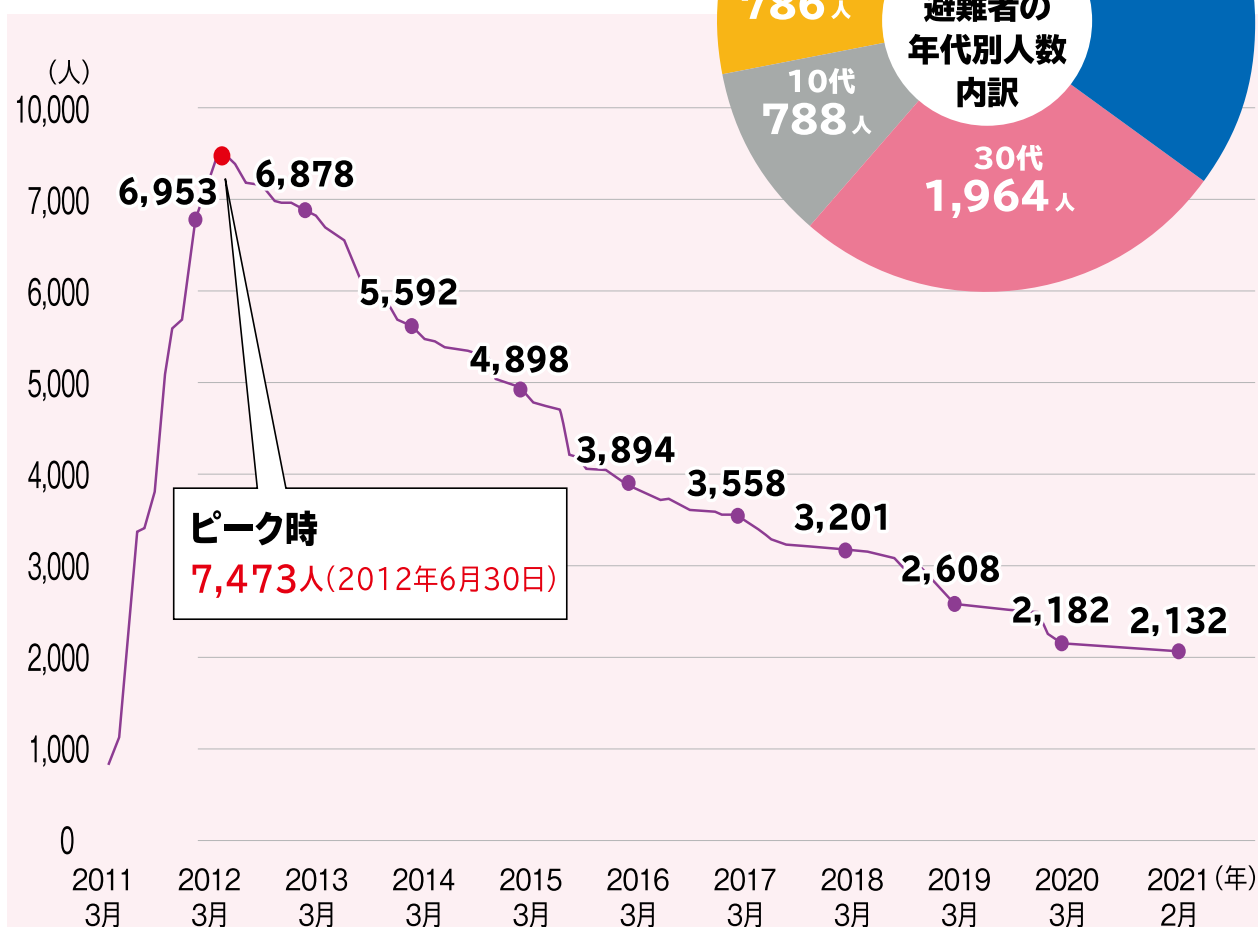
## 【福島市からの避難者数】

原子力発電所の事故の影響により県内では浜通りから中通りにかけて放射性物質が広範囲に飛散したことから、本市でも空間放射線量が平常値を大きく上回りました。健康への不安等から多くの市民が市外へ自主避難しました。

ピーク時の2012年6月30日には7,473人も市民が全国各地に自主避難し、2021年2月28日現在においても2,132人の方が今もなお全国各地で避難生活を送らざるを得ない状況です。



## 福島市からの避難者数の推移



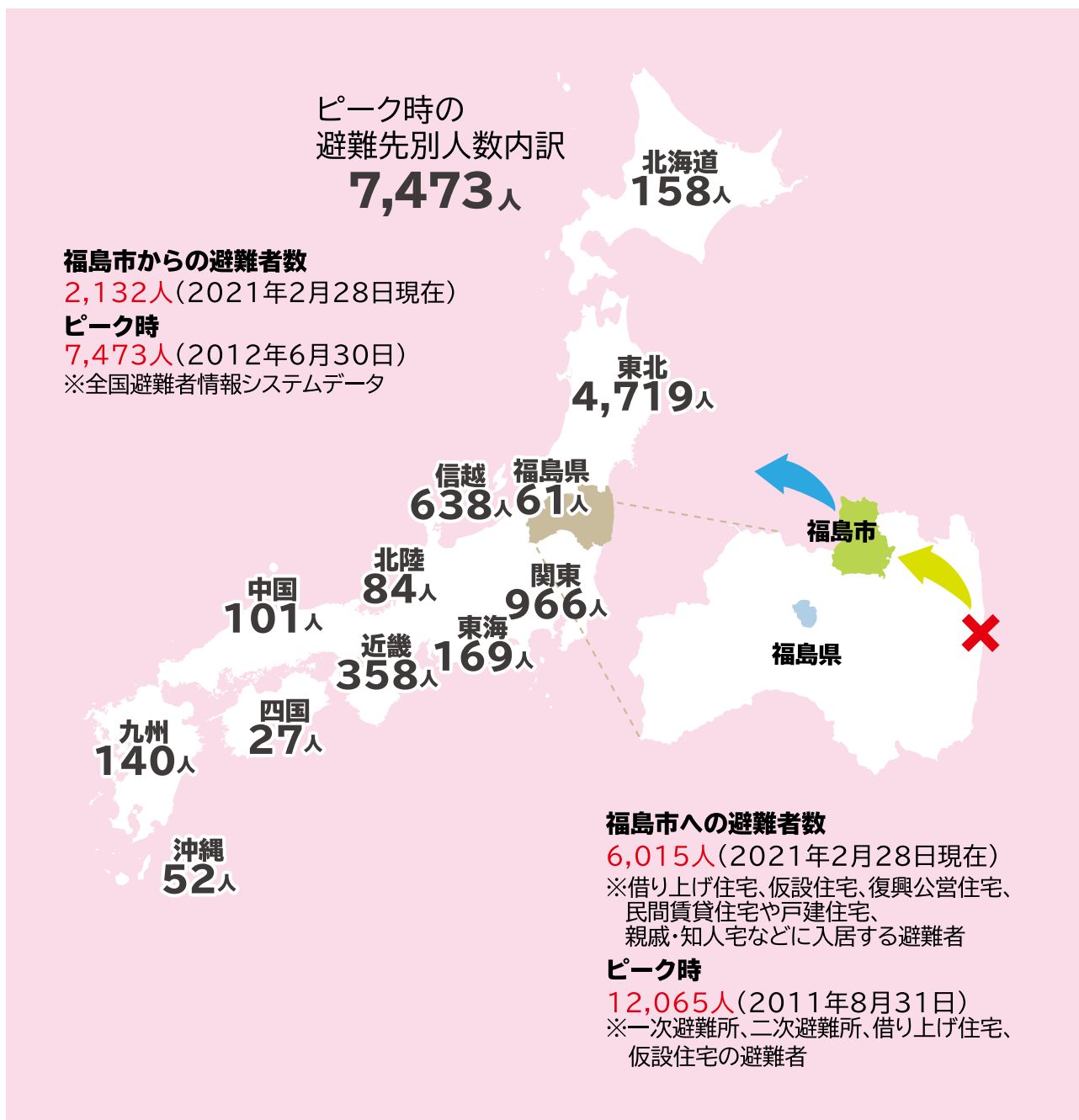
『全国避難者情報システム』による避難者の増減内訳

## 【福島市への避難者数】

本市では、原子力発電所の事故により避難を余儀なくされた浜通りからの多くの広域避難者を受け入れました。

ピーク時の2011年8月31日には12,065人もの方々が市内の借り上げ住宅や仮設住宅のほか一部避難所に避難され、2021年2月28日現在においても6,015の方が借り上げ住宅や仮設住宅、復興公営住宅等で生活されています。

### 〈参考〉 福島市からの避難者数・福島市への避難者数

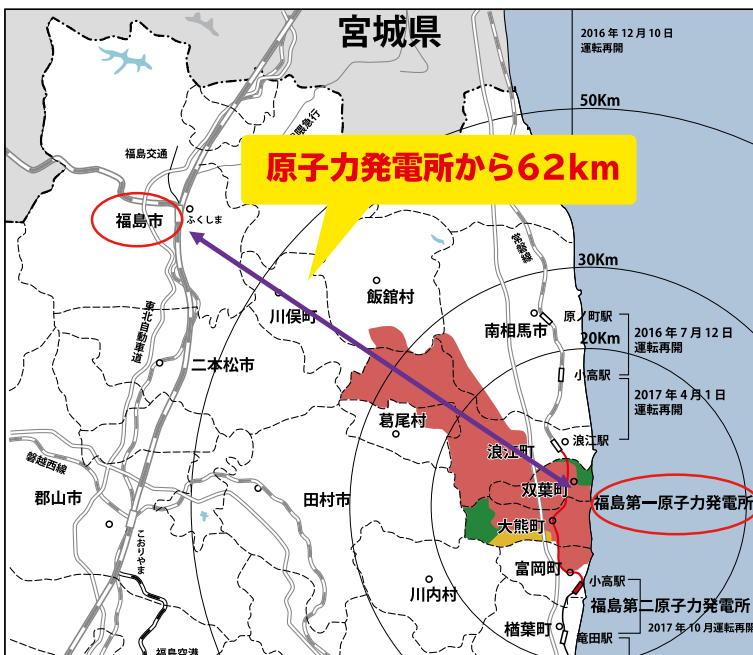


# 空間放射線量の状況

福島市の空間放射線量は2011年3月15日に最大値 $24.24 \mu\text{Sv/h}$  (マイクロシーベルト/時)を記録(※1)しました。2011年9月に「福島市ふるさと除染計画」を策定し、同年10月から面的除染(住宅、道路、生活圏森林、農地等)を開始し、2018年9月までに全て完了しました。市内の空間放射線量は、除染の完了や風雨等による放射性物質の減少などにより低減が図られ、安心して生活できる環境に回復しています。

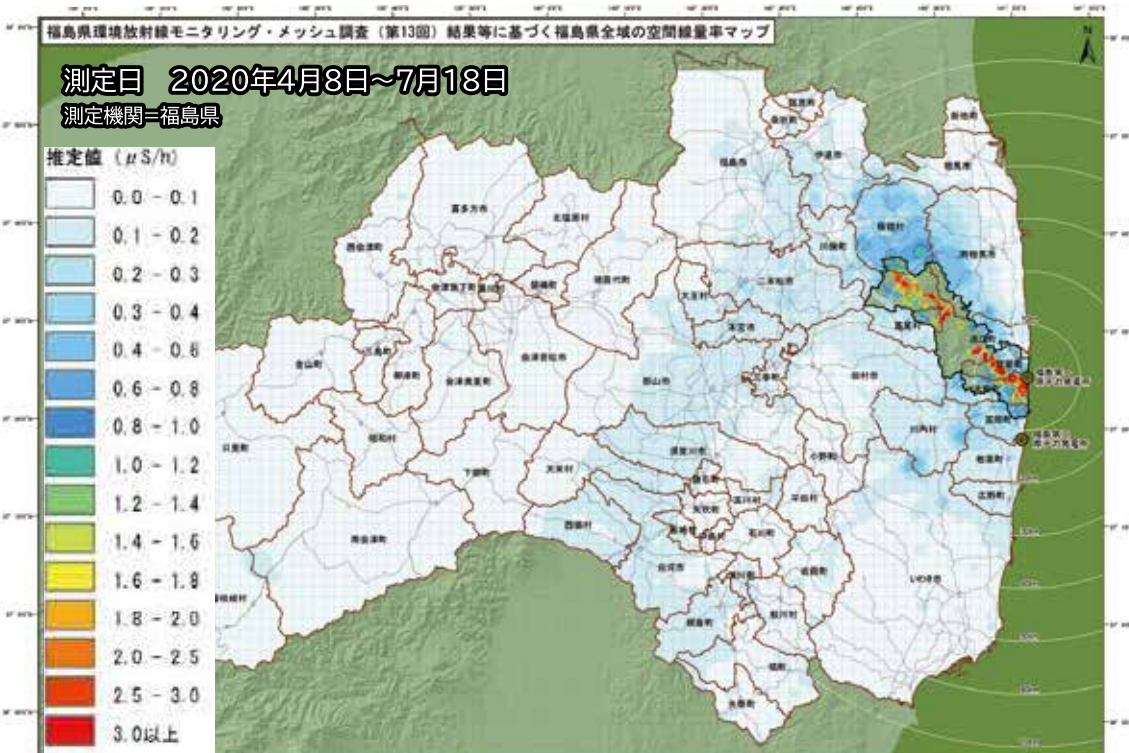
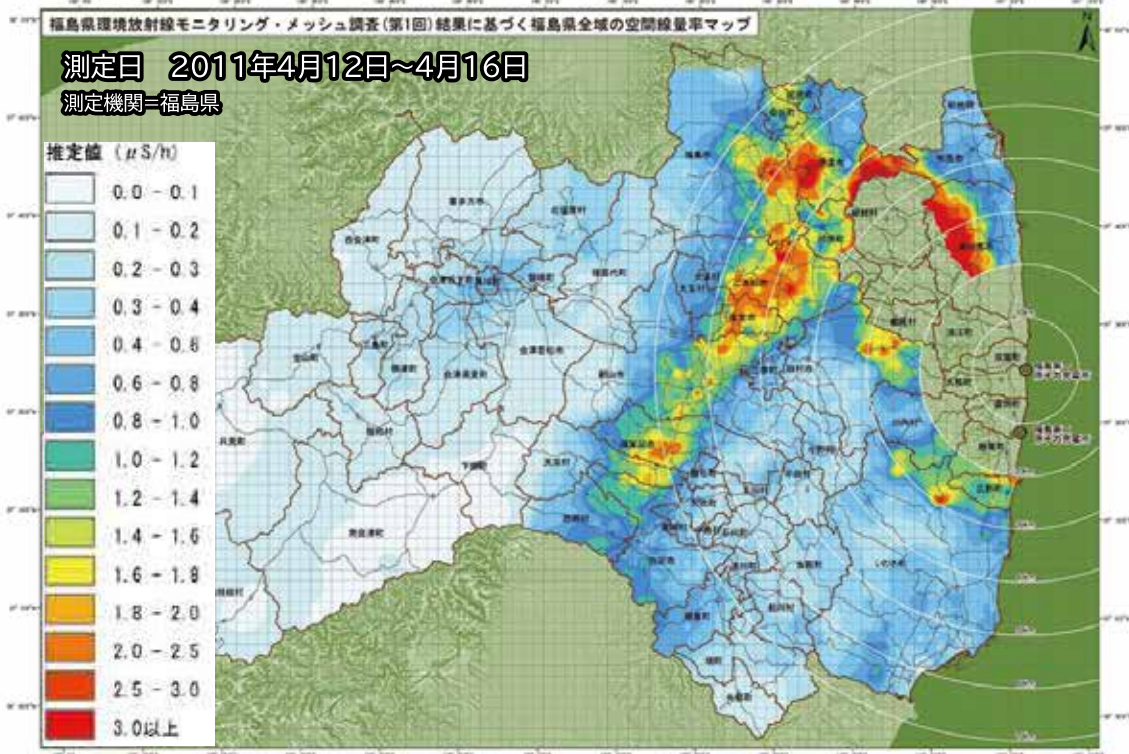
※1：2011年3月15日に最大値 $24.24 \mu\text{Sv/h}$ を記録し、その後、徐々に低下したものの、同年12月末時点で、最も高い地点では、 $3 \mu\text{Sv/h}$ を超えていました。このため、市内の一部を除いた居住環境においては、2012年3月までの1年間の外部被ばく線量が、ICRP(国際放射線防護委員会)が勧告する、一般の人々の健康を守るための基準である公衆被ばく線量「年間で $1\text{mSv}$ (ミリシーベルト)、毎時 $0.23 \mu\text{Sv/h}$ (マイクロシーベルト/時)」を超えるものと考えられたことにより面的除染が必要となりました。

## 【福島第一原子力発電所の北西62kmの福島市】



# 【福島県全域の空間放射線量の変化】

単位:  $\mu\text{Sv/h}$ (マイクロシーベルト/時)



こくどちりいん

「この地図は、国土地理院発行、数値地図50mメッシュ(標高)、国土数値情報(行政区間)を使用し作成したものである。」

※この空間線量率マップは、道路(塗装路)上のモニタリング結果を元に作成している。

※この空間線量率マップは、警戒区域、計画的避難区域、帰還困難区域、居住制限区域および避難指示解除準備区域の測定結果を除いて表示している。

※測定地点間の補正については、IDW法により内挿補間している。

※実測値がない部分については、補間できないため色ぬりされていない。

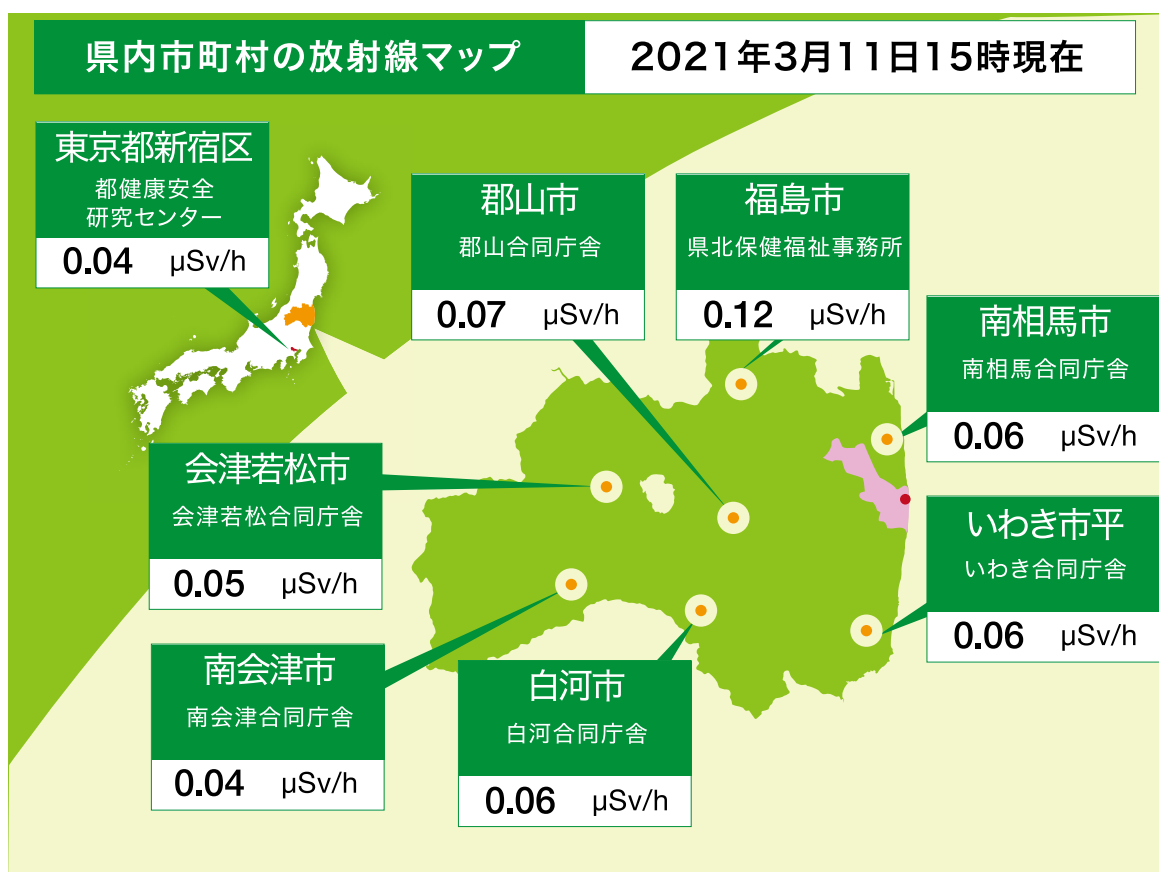


# 【世界主要都市と福島県内都市の空間放射線量】

単位:  $\mu\text{Sv/h}$  (マイクロシーベルト/時)



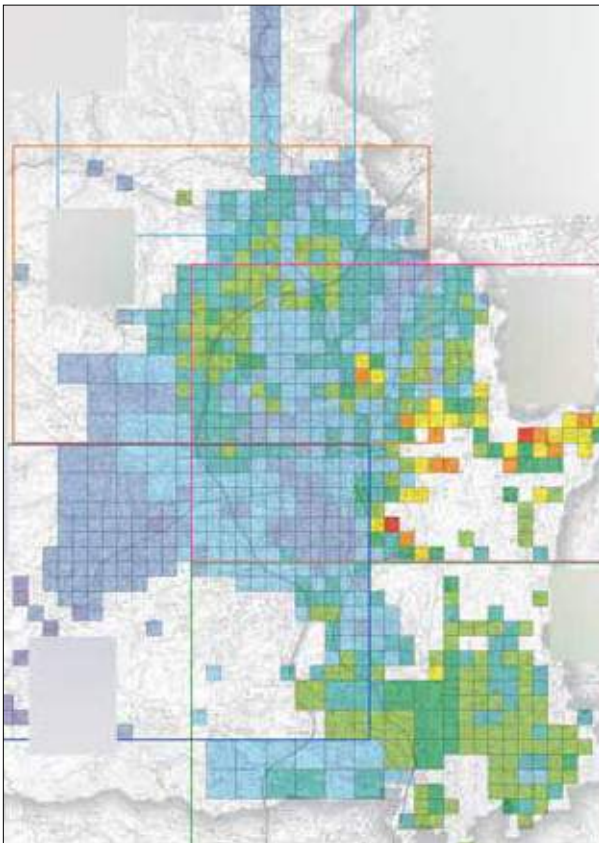
※福島県放射能測定マップを用いて作成



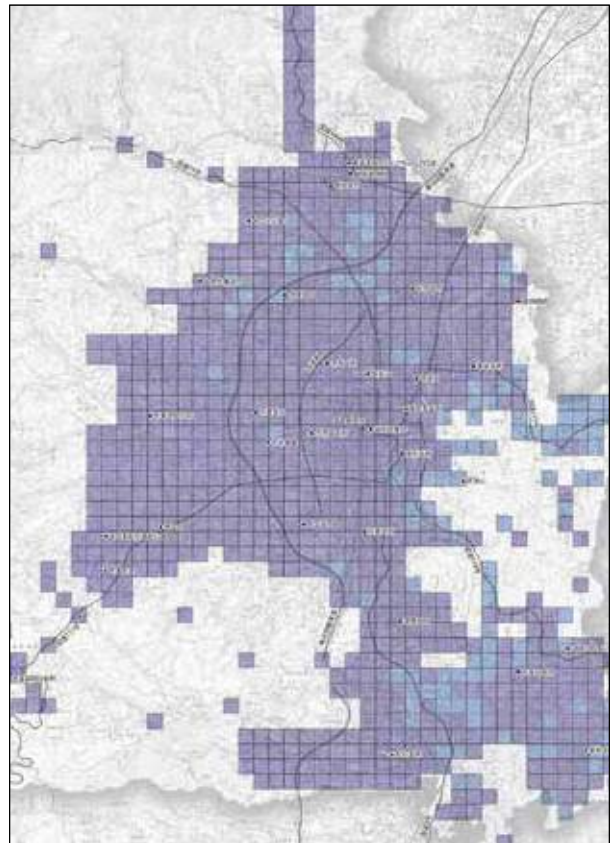
※福島県放射能測定マップを用いて作成

## 【福島市の空間放射線量の変化】

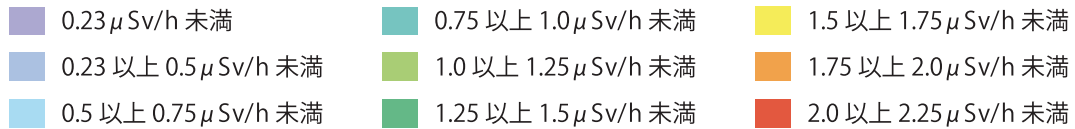
※居住地500m、山間地1,000m四方を1区画として、約900区画(約3,000地点)をNaIシンチレーションサーバイメータで測定



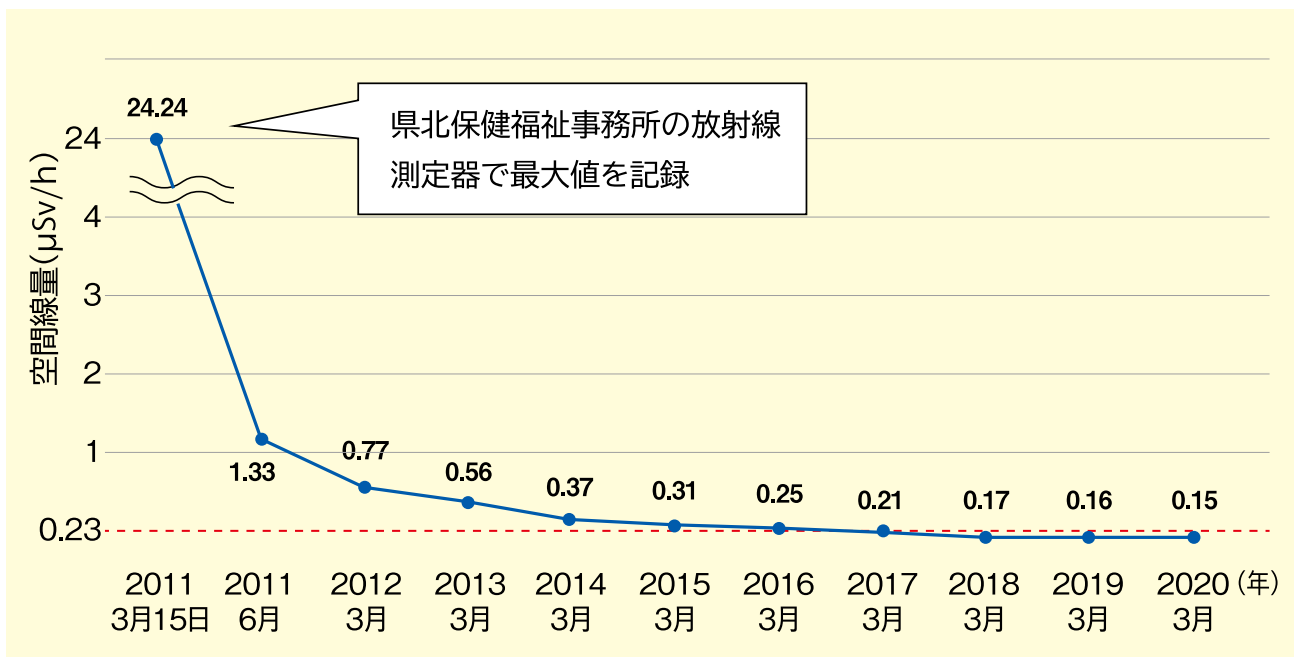
測定日 2012年3月8日~23日



測定日 2019年12月2日~2020年1月17日



## 福島市の空間放射線量最大値と全市放射線量測定結果の平均値の推移



# 食の安全

食の安全を確保するため、本市では以下のような取り組みを行ってきました。

## ▶ 家庭の食の安全

2011年11月に放射線モニタリングセンターを開設。東北大学の協力を得て家庭菜園で作った野菜など、自家消費用農作物等の放射能測定を開始。

その後、各支所や学習センター等21箇所（2020年度現在19箇所）でも測定を開始。

→2019年度3,384件中  
97.5%(3,299件)が基準値未満



## ▶ 米の全量全袋検査

2012年9月より検査を開始し、2015年度以降基準値(100Bq/kg)超えゼロ、2017年産米から全ての米が測定下限(25Bq/kg)未満。

※2019年産米で全袋検査終了し、モニタリング検査に移行。



## ▶ 給食の安心確認検査

2012年4月から小・中学校・学校給食センター・保育所58箇所で「給食まるごと検査」を実施。

調理済み給食1食分の放射性物質を毎日測定。

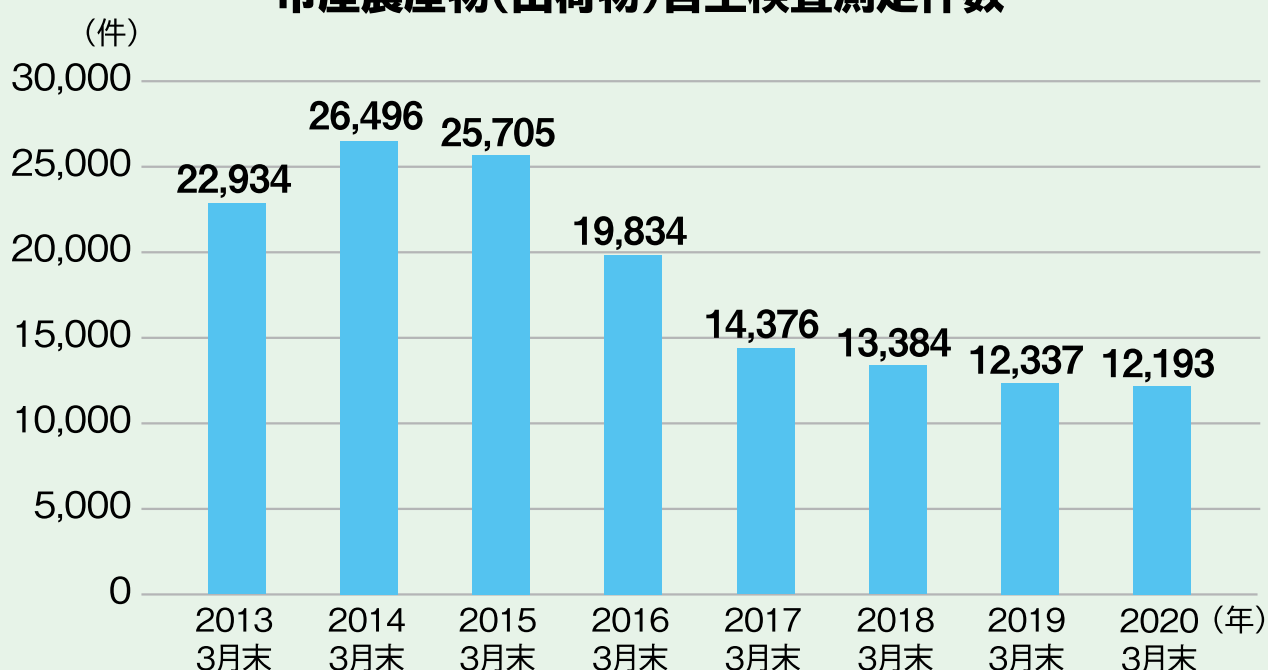
→2019年度全て検出せず



## ▶ 市産農産物(出荷物)の検査

- ・検査機器:NaIシンチレーション検出器31台(測定下限20Bq/kg)  
ゲルマニウム半導体<sup>はんどうたい</sup>検出器1台
- ・検査方法:全品目全戸検査
- ・検査結果:2019年度(209品目12,193件)→全て基準値未満

### 市産農産物(出荷物)自主検査測定件数



○こうした中、未だに一部の農産物等が出荷制限となっています。

- ・ユズ、山菜(たけのこ、たらめ、わらび、こしあぶら等)、きのこ(野生きのこ等)、  
イノシシ等の野生鳥獣肉、ヤマメ・イワナ等の川魚(阿武隈川水系に限る)

※厚生労働省が原子力災害対策特別措置法<sup>げんしりょくさいがいたいさくとくべつそちほう</sup>に基づき「出荷制限」を設定

# 風評払拭に向けた取り組み

農林水産物の全国平均価格との乖離<sup>かいり</sup>や教育旅行をはじめとした観光業<sup>かうかんぎや</sup>の不振、学校における避難児童・生徒へのいじめなど様々な風評と偏見<sup>へんけん</sup>がありました。

放射線に関する正確な情報発信、重点消費地におけるトップセールス・メディアPRの展開、小中学生等に向けた放射線教育等に取り組んできた結果、徐々に回復傾向にあるものの、風評は根強く残っていると考えています。本市では、引き続き、放射線に対する不安の解消と風評払拭<sup>ふうひょうふっしょく</sup>に取り組んでいきます。



果物のトップセールス



医師による健康講座



小中学生に向けた放射線教育

**放射線を理解するためのハンドブック 2**  
測定結果編

平成23年3月11日に発生した東日本大震災に伴う東京電力福島第一原子力発電所事故から5年9か月が経過しました。福島市では、市民の皆様への放射線に対する不安の軽減や健康管理のため、これまでに取り組んで参りました各検査の測定結果などについて、取りまとめました。

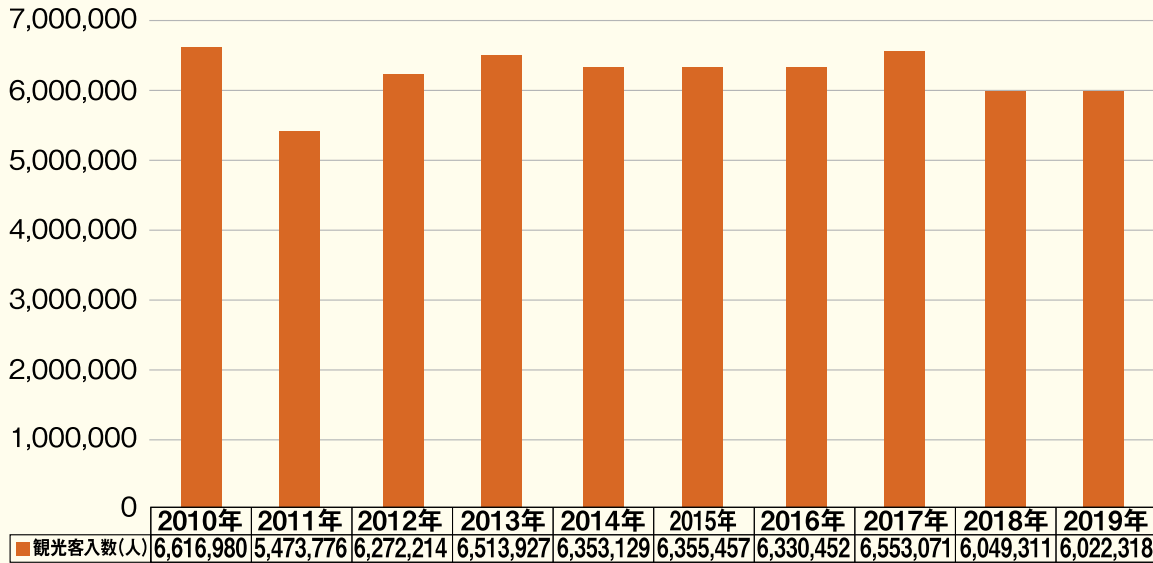
市のこれまでの取り組みについて…… P1	電話での問い合わせや「放射線と市民の健康講座」等でよくある質問から…… P9～P12
ガラスパッジによる外部被ばく線量測定結果について…… P2～P4	外部被ばくと内部被ばくについて…… P13
電子式積算線量計について…… P5～P6	放射線量の目安を持ちましょう…… P14
ホールボディカウンタによる内部被ばく検査について…… P7～P8	放射線と健康に関する各種相談窓口…… P15

平成28年12月作成  
福島市健康福祉部放射線健康管理課

ハンドブック

(参考)

## 福島市の観光客数の推移



出典:観光庁「旅行・観光消費動向調査」

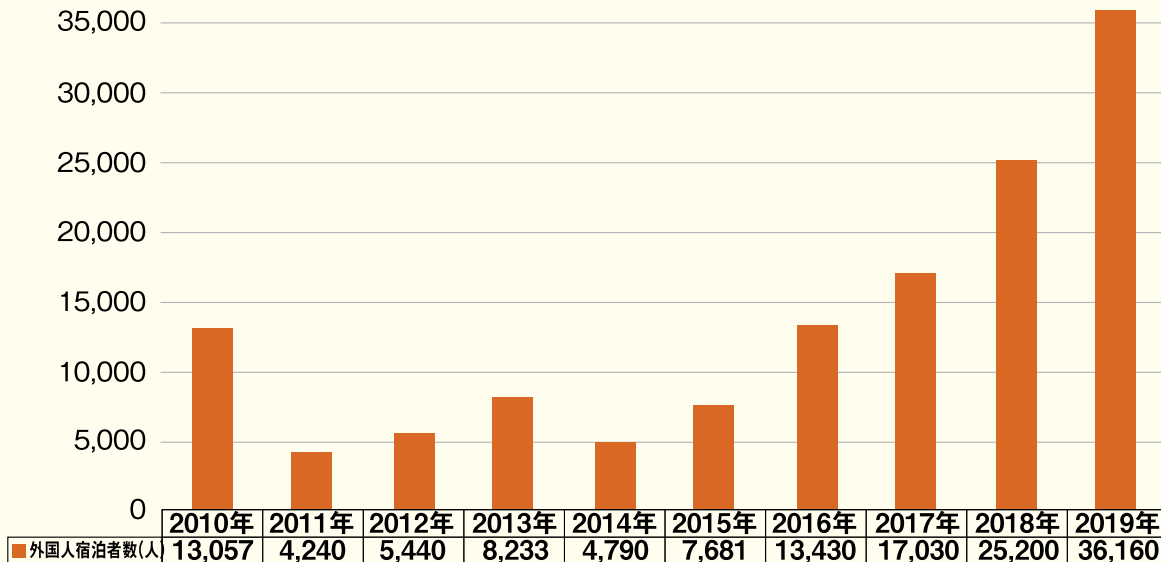
【参考:日本人国内延べ旅行者数】

単位:万人

2010年	2011年	2012年	2013年	2014年	2015年	2016年	2017年	2018年	2019年
63,160	61,253	61,275	63,095	59,522	60,472	64,108	64,751	56,178	58,710

出典:観光庁「旅行・観光消費動向調査」

## 福島市への外国人宿泊者数の推移(参考値)



出典:福島市「市内宿泊施設に対する国土交通省調査より」

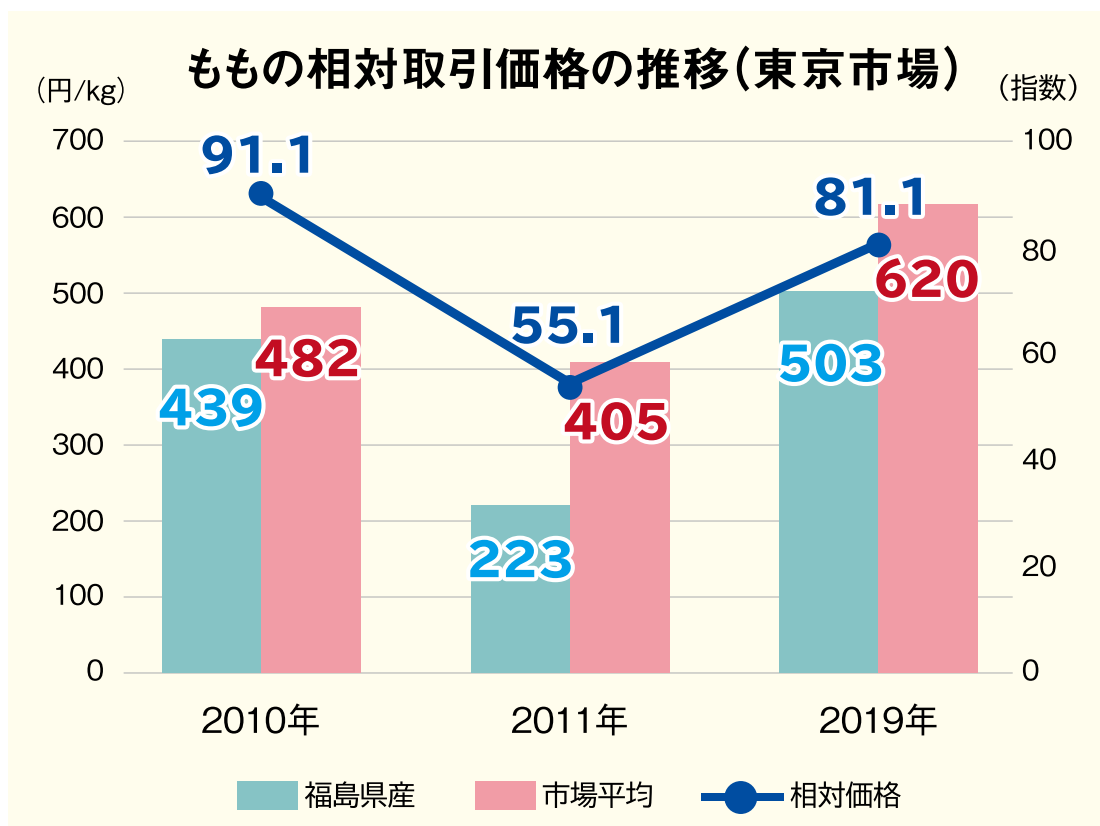
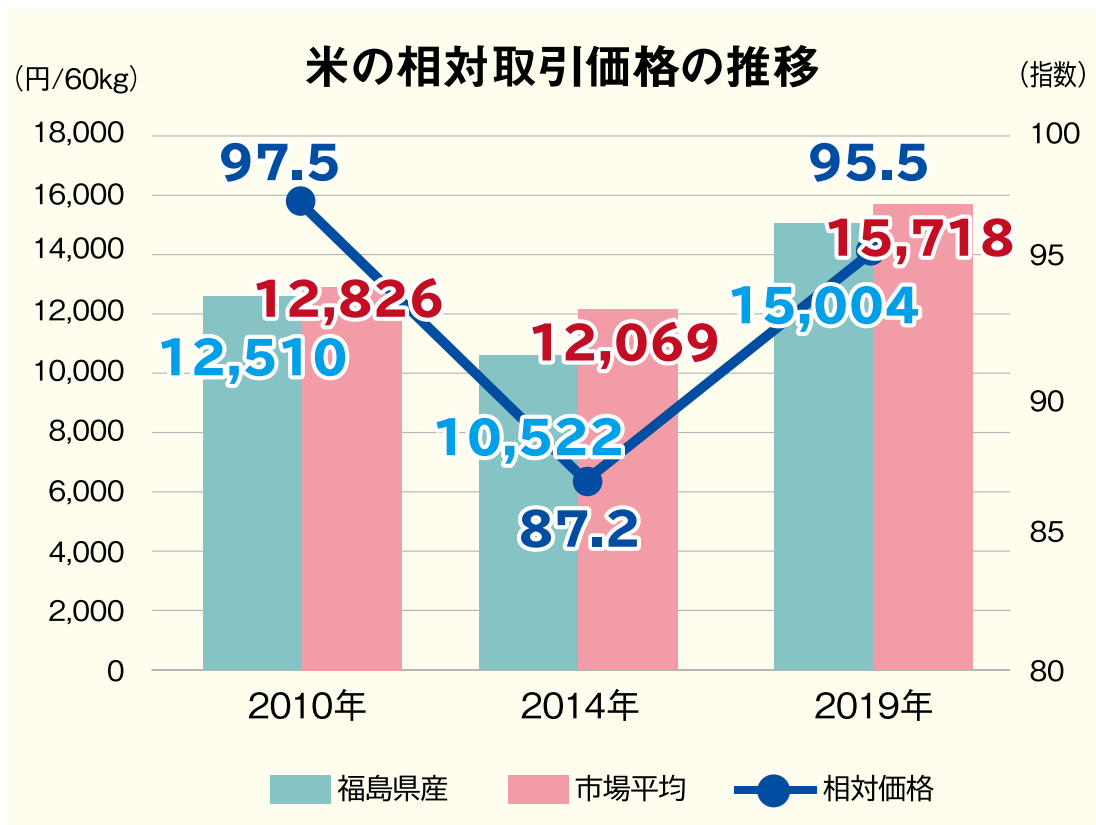
【参考:日本人国内延べ旅行者数】

単位:万人

2010年	2011年	2012年	2013年	2014年	2015年	2016年	2017年	2018年	2019年
2,602	1,842	2,631	3,350	4,482	6,561	6,939	7,969	9,428	11,566

出典:観光庁「宿泊旅行統計調査」

(参考)



# 放射線に対する健康管理

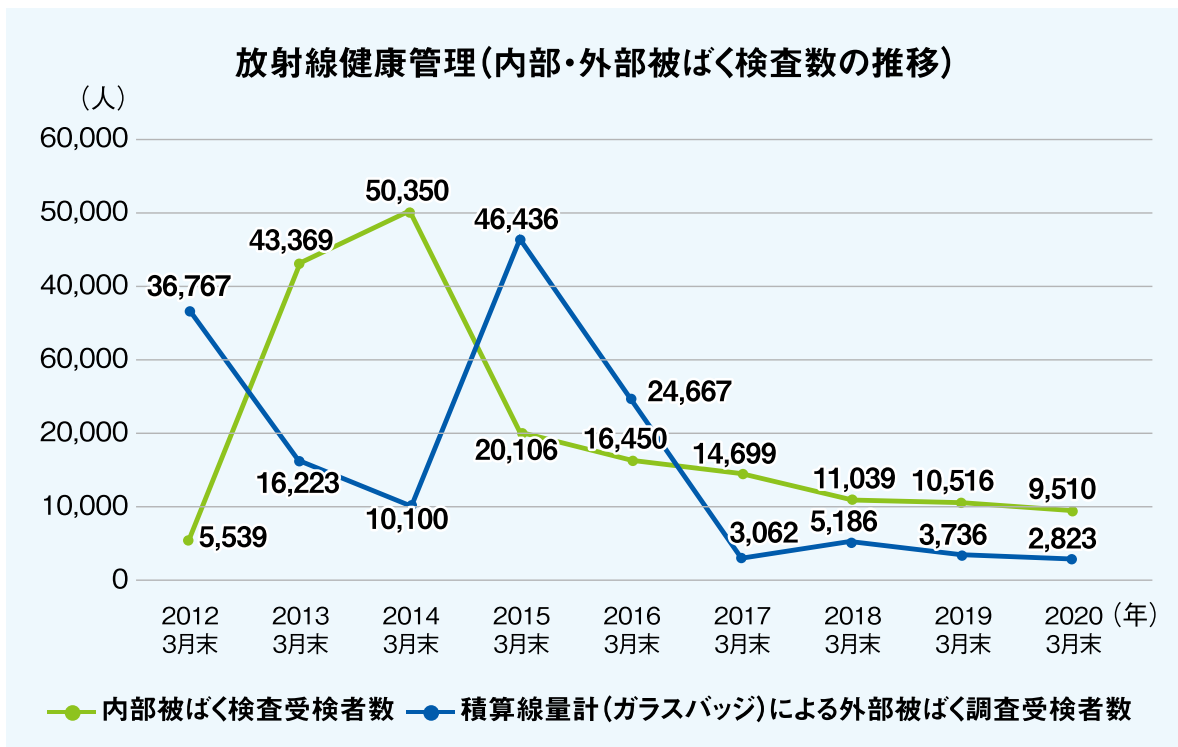
放射線に対する健康不安等を払拭するため、2011年9月から希望する市民へバッジ型の積算線量計を配布し外部被ばく線量測定を実施しました。また、2011年10月からホールボディカウンタによる内部被ばく検査を行い、放射線に対する健康不安の解消や健康管理に努めました。内部被ばく検査については、福島市に居住している生後6カ月以上の方は、希望があれば随時検査が可能になっています。

## ▶ 積算線量計(ガラスバッジ)による外部被ばく検査

2020年3月31日現在の検査人数累計149,000人(延べ人数)において、「福島市健康管理検討委員会」での検証結果、「将来、放射線によるがんの増加などの可能性は少ない」との見解でした。



積算線量計(ガラスバッジ)





## ▶ ホールボディカウンタによる内部被ばく検査

2011年10月から2020年3月31日現在の検査人数累計181,578人(延べ人数)に検査した結果、全員がよたくじっごうせんりょう預託実効線量1mSv未満でした。

「福島市健康管理検討委員会」での検証結果は「健康に影響を与えるような数値ではない」との見解でした。



しゃさいがた

福島市が導入した車載型ホールボディカウンタ

## ▶ 甲状腺検査

福島県では、震災時に概ね18歳以下だった福島県民をこうじょうせんけんさ対象に甲状腺検査を2012年5月より実施しました。

## ▶ 「こころのケア」の実施

2011年9月から、子育て世代を対象に健診時等の機会を活かした臨床心理士等による相談を行うことにより不安やストレスを軽減し、安心して出産、育児ができるように支援しています。



立立式ホールボディカウンタ

## ▶ スクールカウンセラー等の派遣

2011年10月から順次、2名のスクールカウンセラーと3名のスクールソーシャルワーカー(社会福祉士)を学校の要請に応じて派遣し、カウンセリングによる子どもたちや保護者、教職員の心のケアや環境改善を推進しています。

# 子どものケア

子どもの心身の健康増進やリフレッシュ、運動機会を確保するため本市では以下のような取り組みを行ってきました。

## 【子どもの心身のリフレッシュと運動機会の確保】

### ▶ 夏のリフレッシュ体験事業

自然体験や交流活動の機会を提供(2011年～2015年までの5年間で11,084人の児童・生徒が参加)

## ▶ 子どもの遊び場の整備



屋内遊び場「さんどパーク」(2012年9月29日オープン)



ドーム型トランポリン遊具「ぴよんぴよんドーム」  
(2013年4月13日オープン)



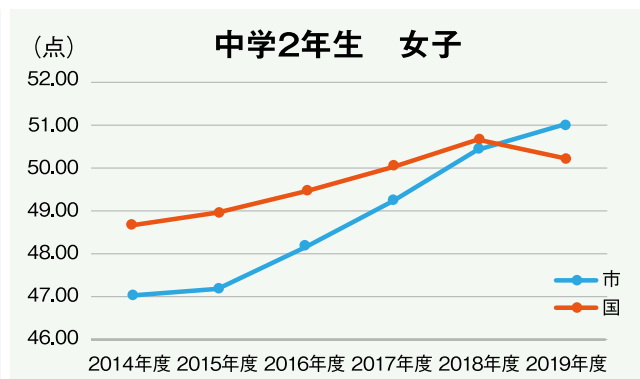
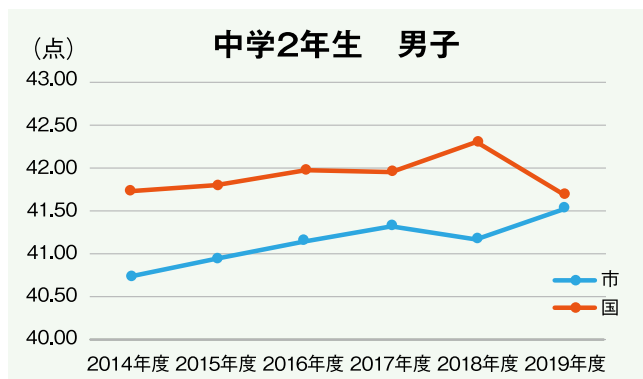
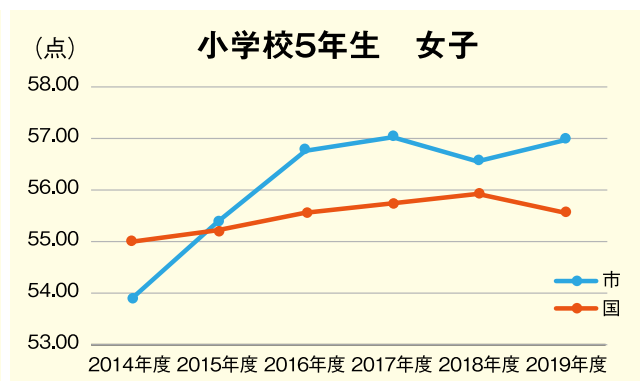
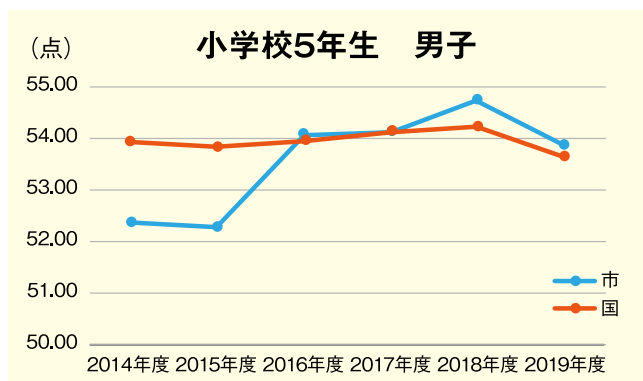
全天候型屋根付き運動場  
(2016年8月28日オープン)

## 【子どもの運動能力の低下と回復】

震災後、原発事故の影響で深刻化した子どもたちの体力や運動能力の低下は、安全・安心な生活環境の回復や運動機会の確保に努めてきた結果、改善の傾向が見られます。

## ▶ 全国体力テスト合計点の推移

出典：福島市教育委員会「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」



# 福島市の除染について

東京電力福島第一原子力発電所の事故により放出された放射性物質は、福島市では特に2011年3月15日夜半の雨によって地表に落下し、<sup>どじょうなど</sup>土壌等を広く汚染したとみられます。原子力災害からの復興にあたり除染対策を軸とし、他自治体に先駆けて同年9月に「福島市ふるさと除染計画<第1版>」を策定しました。その後、除染の進捗状況<sup>しんちやくじょうきょう</sup>を踏まえた計画期間の延長等の見直しを経て、住宅、道路、生活圏森林、農地などの面的除染<sup>めんてきじよせん</sup>及びフォローアップ除染も含め全て完了することが出来ました。

## 除染等の実施

### ●除染の目標

放射性物質汚染対処特措法の基本方針に基づき、推定追加被ばく線量を年間1mSv以下にする

### ●除染の経過

2011年10月 <sup>めんてきじよせん</sup>面的除染 開始  
2018年 3月 <sup>めんてきじよせん</sup>面的除染 完了

住	宅:	92,730件
道	路:	3,067.5km
生活圏森林:		1,528.7ha
農	地:	5,740.5ha
農業用水路:		370.8km

2018年 9月 フォローアップ除染完了(48箇所)

2018年10月 <sup>そっこうたいせきぶつ</sup>道路等側溝堆積物の撤去完了(550.6km)



一般住宅の除染作業



道路除染

## 除去土壌の搬出

●2020年3月末現在、仮置場から<sup>ちゅうかんちよぞうしせつ</sup>中間貯蔵施設への輸送は、全体の約37.9%の406,887m<sup>3</sup>が完了

●2021年度末までに市内すべての除去土壌(1,074,000m<sup>3</sup>※東京ドーム約1個分)<sup>ちゅうかん</sup>を中間<sup>ちよぞうしせつ</sup>貯蔵施設に輸送見込

※除去土壌に係る数値は推計値

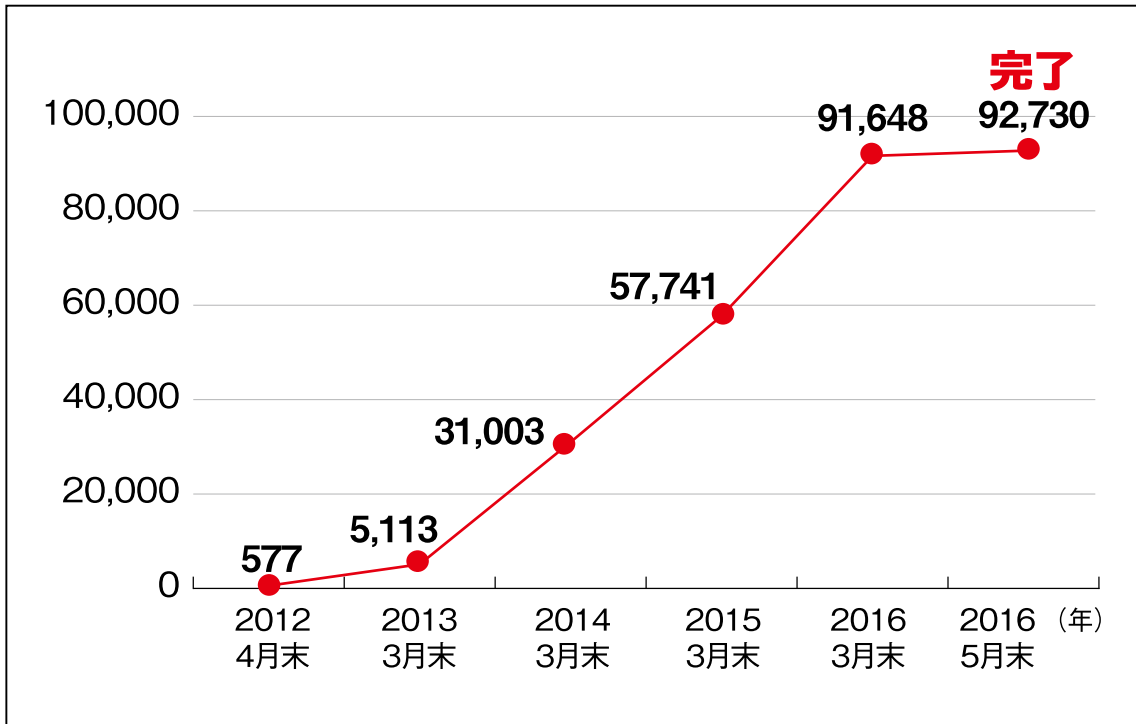


<sup>ちゅうかんちよぞうしせつ</sup>仮置場から中間貯蔵施設へ搬出

めんてきよせん

## 面的除染 住宅

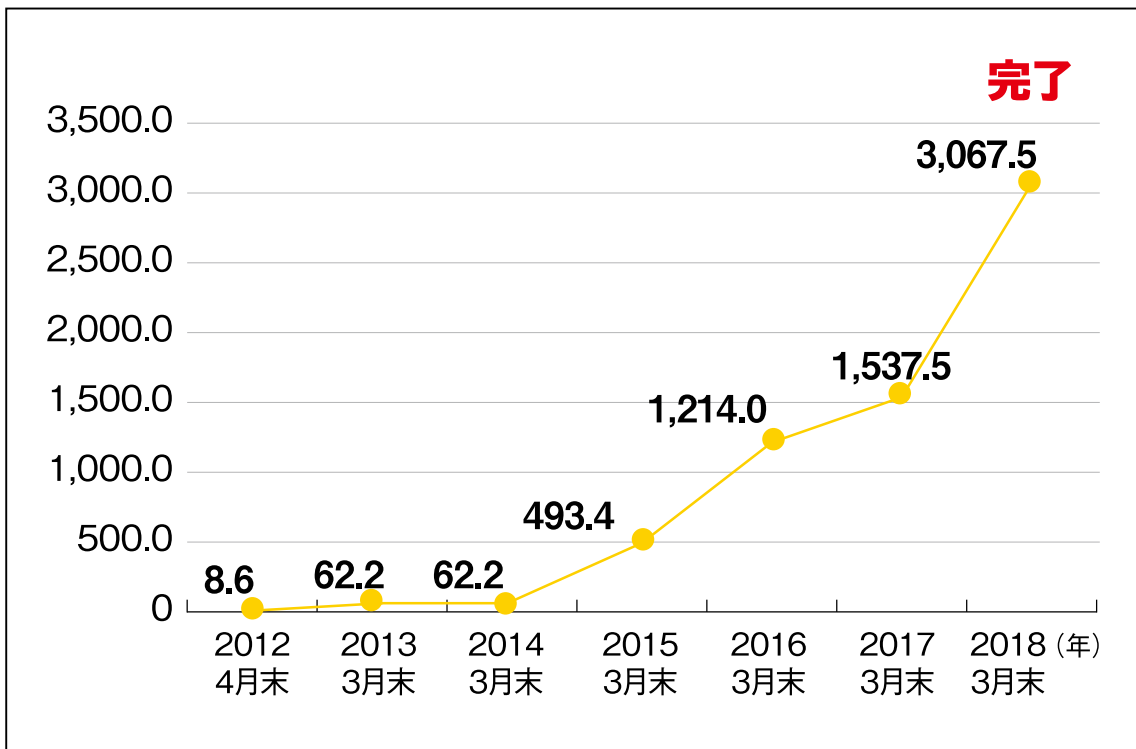
単位:(件)



めんてきよせん

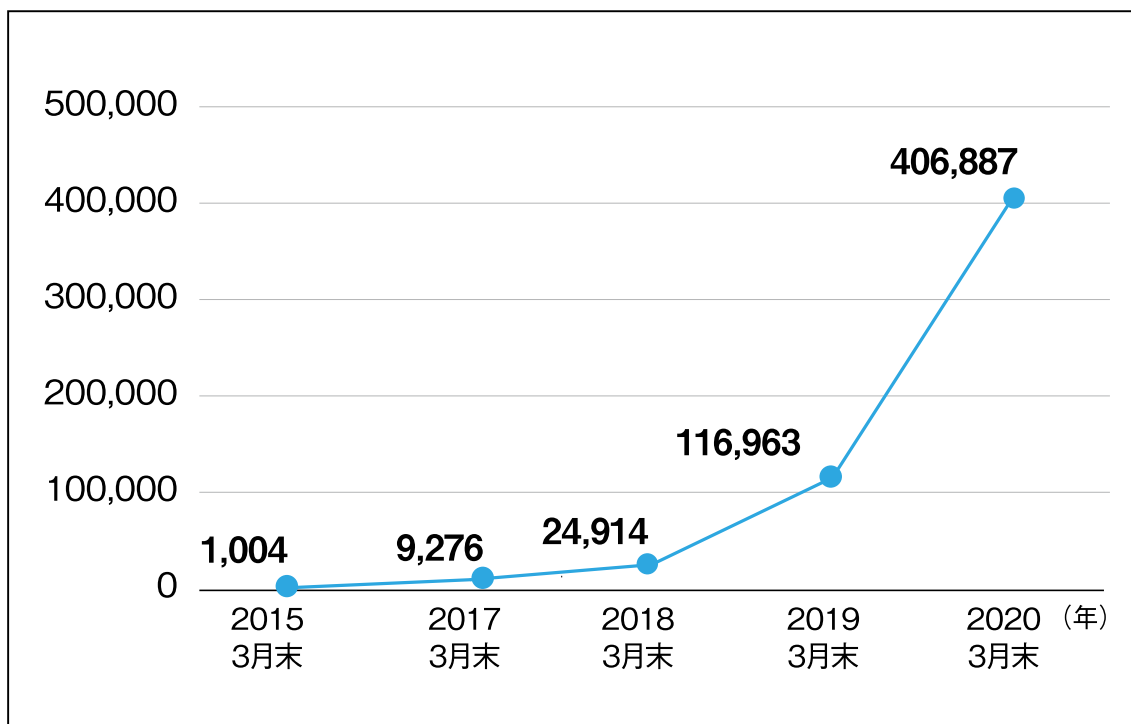
## 面的除染 道路

単位:(km)



## 中間貯蔵施設輸送量(累計)

単位:(m<sup>3</sup>)



※2022年3月末完了予定

## 各地区の住宅除染開始日および仮置場設置日

	支所名等	委員会名	設立年月日	住宅除染着手日	仮置場設置日
1	渡利支所	渡利地区除染等対策委員会	2012.6.25	2012.2.22	2013.1.7
2	杉妻支所	杉妻地区地域除染等対策委員会	2012.7.5	2013.5.19	—
3	蓬萊支所	蓬萊地区地域除染対策委員会	2012.7.25	2012.10.10	2014.1.16
4	清水支所	清水地域除染等対策委員会	2012.7.12	2012.12.5	2014.3.13
5	東部支所	東部地区除染等対策委員会	2012.7.11	2011.10.18(大波地区)	2012.2.6
				2012.6.30(山口地区他)	2012.11.30
6	北信支所	北信地区除染等対策委員会	2012.7.13	2013.7.5	2016.4.13
7	吉井田支所	吉井田地区地域除染等対策委員会	2012.8.10	2015.1.9	2016.10.27
8	西支所	西地区除染等対策委員会	2012.7.28	2015.2.13	2016.10.27
9	土湯温泉町支所	土湯温泉町地域除染等対策委員会	2012.7.18	2015.2.18	2016.10.27
10	信陵支所	信陵地域除染等対策委員会	2012.7.20	2013.6.30	2013.4.2
11	立子山支所	立子山地区地域除染等対策委員会	2012.7.4	2012.9.26	2014.3.13
12	飯坂支所	飯坂方部除染対策委員会	2012.6.29	2015.1.27	2014.5.13
13	松川支所	松川地区除染等対策委員会	2012.7.12	2012.10.29	2012.11.30
14	信夫支所	信夫地域除染等対策委員会	2012.6.11	2015.1.20	2016.10.27
15	吾妻支所	吾妻地区除染等対策委員会	2012.6.28	2015.2.17	2018.6.15
16	飯野支所	飯野地域除染等対策委員会	2012.7.6	2012.9.7	2013.1.7(飯野・立子山地区仮置場)
17	中央東	中央東地区地域除染等対策委員会	2012.7.24	2012.11.8	2013.6.11
18	中央西	中央西地区地域除染等対策委員会	2012.7.31	2014.5.17	2014.3.13

※大波地区、渡利地区以外の住宅除染開始日は地区説明会の初回開催日としている。

※仮置場の設置年月日は各地区の状況に応じて、災害対策本部発表日、記者発表日および除染対策委員会了承日としている。

※複数設置している地区の仮置場については、最初に仮置場を設置した年月日を記載している。

## 除染の流れ



①住宅除染の住民説明会



②住宅除染の実施



③仮置場への搬入



ちゅうかんちよぞうしせつ

④仮置場から中間貯蔵施設への搬出



ちゅうかんちよぞうしせつ

⑤中間貯蔵施設への輸送  
(写真提供:福島地方環境事務所)



ちゅうかんちよぞうしせつ

⑥中間貯蔵施設の状況(福島県大熊町・双葉町)  
(写真提供:福島地方環境事務所)

## 〈参考〉復興データに関するさまざまな情報

### 国

福島復興局 <https://www.reconstruction.go.jp/>

#### 【全国の被害状況】

検索:消防庁災害対策本部・平成23年(2011年)東北地方太平洋沖地震とりまとめ報  
<https://www.fdma.go.jp/disaster/higashinohon/higaihou-past-jishin/>

### 福島県

#### 【福島県の被害状況】

検索:福島県ホームページ・福島県災害対策本部、災害対策課  
<https://www.pref.fukushima.lg.jp/>

#### 【福島県全域の空間放射線量の変化】

検索:福島県放射能測定マップ  
<http://fukushima-radioactivity.jp/>

#### 【世界主要都市と福島県内都市の空間放射線量】

検索:福島県放射能測定マップ  
<http://fukushima-radioactivity.jp/>

#### 【食の安全】

検索:福島県ホームページ・食の安全  
<https://www.pref.fukushima.lg.jp/life/1/1/2/>

### 福島市

#### 【福島市の空間放射線量の変化】

検索:福島市ホームページ・市内の環境放射能測定  
<http://www.city.fukushima.fukushima.jp/bosai/>

#### 【食の安全】

検索:福島市ホームページ・福島市の測定体制(自家消費農産物)・学校給食まるごと測定  
・市内農産物の放射性物質の自主検査結果

<https://www.city.fukushima.fukushima.jp/bosai/bosaikiki/shinsai/hoshano/index.html>

#### 【米の全量全袋検査】

検索:福島市ホームページ・農林業・被害対策、注意喚起・市内農産物の放射性物質の自主検査結果  
<https://www.city.fukushima.fukushima.jp/shigoto/noringyo/higaitaisaku/>

#### 【福島市の除染について】

検索:福島市ホームページ・除去土壌搬出の進捗状況・予定  
<http://www.city.fukushima.fukushima.jp/bosai/>

# 震災を経験された方の体験談

---

Interview



01

果樹園経営  
安齋 忠幸さん



02

エアレース・パイロット/  
エアロパティック・  
パイロット  
室屋 義秀さん



03

飯坂温泉松島屋旅館  
女将  
高橋 美奈子さん



04

大波地区自治振興協議会  
前会長  
佐藤 俊道さん



05

土湯温泉山水荘  
若旦那  
渡邊 利生さん



06

特定非営利活動法人  
ビーンズふくしま  
理事長  
若月 ちよさん



07

飯野・明治仮設住宅  
飯館自治会 前会長  
佐藤 雅春さん



08

主婦  
関向 あつ子さん



09

ふくしま子ども支援  
センター 職員  
三浦 恵美里さん



10

福島市自治振興協議会連合会  
顧問  
渡利地区自治振興協議会  
会長  
花見山観光振興協議会 会長  
渡利春日町会 会長  
菅野 廣男さん



11

未来農業株式会社  
代表取締役  
農業組合法人 福島未来  
農業生産組合代表理事  
丹野 友幸さん



12

福島信用金庫 職員  
宗像 夕菜さん



13

福島大学3年生  
人文社会学群人間発達  
文化学類 文化探究専攻  
在籍  
高橋 春奈さん



14

福島市立福島第三小学校  
4年生  
橋本 栞さん



15

国語教師・詩人  
「ふたば未来学園」教育  
復興応援団  
福島県教育復興大使  
NHK復興サポーター  
福島大学応援大使  
和合 亮一さん



16

共同作業所 ぼけっと  
代表  
特定非営利活動法人  
えいど福島 理事長  
吉田 好子さん



# 01

## 若手農家と果樹を除染 ともに乗り越えて生まれた絆



果樹園経営

安齋 忠幸さん

### 震災当日について

私は音楽活動をしており、震災当日はライブの予定でした。3時半からのリハーサルのために、自宅から出発しようとして準備をしていた時に地震が起こりました。とっさに外へ出ると、近所の人たちも外へ出てきており、皆「どうしよう」と不安になっていました。マンホールがドンッと地面から飛び出していて、信号も全部止まっていた。「これは異常だな。普通の地震じゃないな」と思い、親などに連絡を取り、家族が無事であることをまず確認しました。

### 風評被害で苦労したこと

震災後は放射能の影響で、お客様が福島産の果物を敬遠されることもあり、普段では行かないような場所に出向き、なんとか商品を売るように頑張りました。しかし「福島産の農産物は要らない」と言われるお客さんもいて、なかなか売るのは苦労しました。

### 風評被害への対策・活動

やはり震災直後の1~2年ぐらいは非常に風評に関する被害を感じました。特に市場に出荷する農産物は値段が安く取引されました。しかし、直接販売に関しては、「ふくしまの桃はおいしくて、放射能の検査もしっかりしているので買うよ」と言っていただけるお客さんだけが来て

くれたので、その点では風評被害は感じませんでした。

### 果樹園の除染活動について

震災後に、果樹の木を高圧洗浄機で全部除染することになりました。年配の農家の方が多いので、「自分たちでは除染は出来ない」と言う方もたくさんいました。そこで地元の農家の若手14名で組織していた「飯坂アグリ倶楽部」で手分けし、地域の皆様と協力しながら除染活動を行いました。



### 支援してくれた方への感謝の気持ち

うちは贈答品用の果物を中心に取り扱っており、お客様個人から注文を受けて、配送しています。そのため人とのつながりが非常に大切に、毎年注文していただいている多くのお客様から「大丈夫かい」など心配の電話を頂きました。また、「果物を購入してくれそうな仲間に声をかけてみるよ」と言ってくださった方は100件程の注文を1人で取って来ていただきました。

いろいろな方に支えられ、応援をいただき、何とか乗り越えられたと思っています。支援してくださった方々へ、これからも毎年おいしい果物を届けられるように頑張っていきたいと思っています。（取材日:2020/07/07）

# 02

## パイロットとしてできる支援を そして世界に今のふくしまを届ける



エアレース・パイロット/  
エアロパティック・パイロット

室屋 義秀さん

### 震災当日について

3月11日は、ふくしまスカイパークにはまだ雪が積もっていました。その日の夜だったと思いますが、福島市役所から、支援のヘリコプターの離着陸のため、飛行場を使用したいとの要請がありました。滑走路全体の被害状況が見えていない状況でしたが、ヘリコプターの離発着等々が出来よう、重機を借りてきて飛行場の除雪を行うことから始めました。

### 支援活動について

震災後のふくしまスカイパークは、滑走路全体にひびや一部陥没などがありましたが、ヘリコプターの離発着はできる状況でした。

当時、物資輸送などの関係で、福島空港はかなりのヘリコプターを受け入れており満杯になっていて、仙台空港は津波により水没して使えないという状況でした。ふくしまスカイパークが、釜石や岩手のほうに支援物資を運ぶヘリコプターの給油の中継、物資集積の基地になることから、その受け入れ体制を作るためヘリコプターが常に飛べるという状況を作ることから始めました。

2～3週間が経ち緊急の物資輸送が落ち着いてきたときに、我々に何が出来るかと考え、近くの避難所にはかなり多くの方が避難してきているという事で、ゴールデンウィークに簡単なイベントとエアショーを開催しました。

エアショーを見て、ほんの少しでも気分を紛らわしてもらえれば、と言う気持ちでした。

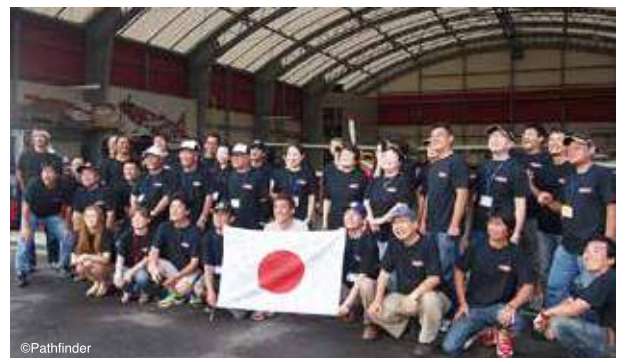
### 世界から見た「ふくしま」

震災直後の2011年8月にイタリアの世界選手権へ参戦しました。やはり「ふくしま」という名前は有名になっており、原子力の被害を受けたということで、福島県全域が基本的に人が住めないようなイメージを海外の人達は持っていたと思います。我々が福島から参戦することで、福島はどういう所なのか、今の状況はどうかかなどのお話をすることが出来ました。

原子力災害が、とても甚大な災害であったのは事実であり、今も現在進行形で続いていると思いますが、「ふくしま」でも全域ではないという事や、福島市内の実際の放射線量値などを丁寧に説明していくことで、具体的な被害状況については理解をしてもらえたと思っています。

### 子どもたちに伝えたいこと

人はそれぞれ心の中に必ずエネルギーを持っています。しかし、その使い方を知らない人が多いのではないかと思います。だから、自分を見つめ直し、自分が持っている力に気づくことで、自分自身にエールを送ることが出来るのではないかと思います。アスリートとしての経験を伝えることで、そのエネルギーを引き出す手助けになれば良いと思っています。（取材日:2020/07/07）



# 03

## 旅館としてのおもてなしを 避難者受け入れのため不眠不休の毎日



飯坂温泉松島屋旅館 女将

高橋 美奈子さん

### 震災当日について

飯坂温泉の旅館組合で、3月20日に外務省や大使館に飯坂温泉のプレゼンするための資料をまとめていました。いきなりひどい揺れが来て、パソコンなどの電源が全て落ちてしまいました。旅館組合は飯坂温泉観光協会の中にあり、ちょうど観光案内に訪れていたお客様がとんでもない悲鳴をあげられていたのが、とても印象に残っています。

### 温泉が震災を予知？

旅館の温泉ですが、震災の数日前から湯温がすごく上がりました。飯坂温泉は元々熱い温泉というイメージがあると思いますが、熱いお湯に慣れている常連のお客様が「お湯が熱くてとても入れない」と言ひまして、水を足しても熱くて入れませんでした。その時、当時40年くらい旅館の湯守をして下さった方が、「これは大地震が来るかもしれないよ。前の宮城県沖地震の時も、同じことが起きたよ」と言ひました。そして、3月11日に大きな揺れが来た時に湯守の方の言葉を思い出し「本当に地震が来た」「まさかと思ったけど、本当の事だった」と言ひました。

### 避難所開設前に避難者の受け入れ

避難所が開設される前にも浜通りから、多くの避難者が飯坂温泉に来ていました。そこで県や市と協議し、同じ

県民として無償で避難者を受け入れることを決め、3月11日の夕方から何組か避難者を受け入れました。実際、国や県から二次避難所の協力要請が来たのは4月中旬でしたので、それまではボランティアで受け入れていました。

### 避難者を受け入れていく中での苦勞

実際、避難者を受け入れるということは非常に厳しい状況でした。特に、お身内を亡くされた方々への対応です。その方々と普通に避難なさってきた方々が、同じ館内でどのように過ごしていただけるかを考えました。3カ月、4カ月と長い期間、集団生活になると避難者もストレスで不満がたまってきます。体を壊さず過ごしていただければと、その調整が一番苦勞した部分です。そのような中で、避難してきている子どもたちには、ずいぶん助けられました。子どもたちが作った工作や料理などを見てもらったり、提供したりすると、お身内を亡くされ落ち込んでいる避難者も笑ってくれたり、食が進まなかった方々も食べ物を口にしたりしてくれました。

### 震災を経験して、伝えたいこと

「福島は終わった」と色々な人たち、特に同業者、他の地域の旅館の方に言われました。「別な地域で旅館を続けられれば」など声をかけられたこともありましたが、しかし、福島から離れませんでした。今は、離れなくて良かったなと思います。今や世界の福島です。福島は世界中に知られた地域です。福島に生まれたこと、生きていけること、それを教示として保ちながら今後も過ごして行きたい、そう思っています。（取材日:2020/07/07）



# 04

## 自治会長としていち早く除染して地区を守る 多くのボランティアへ感謝



大波地区自治振興協議会 前会長

佐藤 俊道さん

### 震災当日について

自宅で来客対応をしていました。大きな揺れで揺れの時間も長かったので、お客様と「大きいね。早く終われ、早く終われ。なかなか終わらないな」と話していました。その後、自治振興協議会の会長として、各地区の役員に一人暮らし世帯や老人世帯のお宅を訪ねて安否確認をするように伝えました。また、何か困ったことがあったら対応できるように5～6時間集会所に待機してもらいました。

### 自治振興協議会の会長として 行動したこと

原発事故での放射能について、これが人間の体や地域にどんな悪影響を及ぼすのか全く分かりませんでした。放射能が本来どういうものかという事を分からずにデマや噂に振り回されていたように思います。

地域を守るためにはまず、除染が必要だという事が分かり、除染のための予算の確保や速やかな実施について陳情文を作成し、国や県へ7～8人でお願いに行きました。大波は比較的線量が高い、危ない、このままでは駄目だというような意見もあり、除染を早い段階で行政側に実施していただきました。大波地区は市内で一番最初に除染を実施した地域であり、当時の総理大臣も現地視察に来ました。

### 除染作業について

大波地区は地域の住民の理解もあり仮置場を決めることが出来たので、除染作業を早く進めることが出来ました。放射能は時間が経つほど、土の中や建物の壁、屋根、舗装やコンクリートに染み込み除染しにくくなるので、すぐに除染を行うことが大切であり、一番効果があるといわれていました。そういう意味で、除染をすぐに行うことが出来たことが放射能の数値が下がった結果につながったのだと思います。

### ボランティアについて

除染を進めるにあたり、除染作業をする前に住宅周りの物を撤去したり、草刈りなどの片付けを手伝ってもらえるようなボランティアをお願いできないか社会福祉協議会へ相談しました。そこで、紹介されたボランティア団体の呼びかけもあり、全国から何度もボランティアとして来ていただきました。大波まで来る費用は全て自己負担になるのにもかかわらず九州や北海道、一番遠いところからはハワイからも来ていただきました。縁もゆかりもない大波のために見ず知らずの方が、除染ボランティアのために来てくださり、私達を初め地域の人達も、ここまでしてくれることに感謝の気持ちでいっぱいです。

(取材日:2020/07/08)



# 05

## 間違った情報での風評被害の恐ろしさ 若旦那企画で活気を取り戻す



土湯温泉山水荘 若旦那

渡邊 利生さん

### 震災当日について

当時私は東京の大学生で、ちょうど卒業式を迎える1週間前くらいでした。関東も結構大きく揺れたので、最初は関東大地震が起きたのかと思っていたのですが、テレビのニュースを見たらふるさとの福島県が被災しているということで、非常にびっくりしました。不安な思いで、親に電話をかけたのですが当然通じず、近くの公衆電話にかけこんで、まずは親の安否確認を行いました。

### 震災発生後に

新潟での1年半の修行後、福島に戻って家業を継ぎました。その中で、予約を希望されるお客様から「福島に行きたいと思いますが、水って飲めますか」というような問い合わせを受けた時には、非常にショックを受けました。私たちは普通に生活をしているのに、なぜこのようなことを言われなければならないのかと。ニュースだけの情報だと間違いや偏った一つの事実だけが福島のイメージになってしまうと実感し、それが風評の恐ろしさだと思いました。

風評払拭の活動をすればするほど、風評被害の壁に当たると言う現実と直面しました。これまでも旅館や土湯温泉のPRは行ってきましたが、福島学院大学の木村准教授(当時)に協力を仰ぎプロジェクトを立ち上げました。若い目線で福島の色々な風評払拭の取り組みを進めて

行こうということで活動を始めました。

### 風評払拭のために具体的に 取り組んだこと

プロジェクトの1つとして「被災地で一生懸命頑張っている若者の姿を描くのが風評払拭になるのでは」ということで、県北の4温泉地でもある飯坂温泉、高湯温泉、土湯温泉、岳温泉の若旦那とも連携し「若旦那凶鑑」という本を発行することになりました。最初は、私達も乗り気ではありませんでしたが、色々ところで話題になり、新聞やテレビ等のメディアにも取り上げてもらいました。また、食の魅力発信の側面から「福島にはおいしいお酒や食べ物があります」と言うのを若旦那のキャラクターで情報を発信しました。半信半疑でプロジェクトを進めていましたが、多くの人から応援や声援をいただき、県北の温泉地のPRが出来たと思います。



### 次世代の方へメッセージ

誰かのせいにしたり、他人に任せるのではなく、若者が自分たちの住みよい地域を若者の視点で作っていくという気風が大事だと思います。私達もそうでしたが、一步を踏み出す勇気を持ってチャレンジしていくことが、福島の復興につながっていくと思います。

(取材日:2020/07/08)

# 06

## 仮設での避難生活 子どもたちに安心のベースをつくる支援活動



特定非営利活動法人ビーンズふくしま  
理事長

若月 ちよさん

### 震災当日について

矢吹町の農業短大に通っている息子が春休みで帰省するということで、迎えに行っていました。今でも、足の裏から地震の来る感じは感覚的に残っています。福島市への道中、まちでは、道路の両脇の家は瓦が崩れ、戸が外れ、停電で真っ暗のところもありました。市内に入り、ラジオの情報で国道4号の伏拝は土手が崩れて通れないことが分かったので、飯野町の方を經由して自宅に戻ってきました。

### 震災後、始まった支援活動

ビーンズふくしまは20年前からフリースクールという形で、子どもたちへの支援を行っておりました。震災後の2011年9月に、「うつくしま子ども未来応援プロジェクト」を立ち上げ、避難してきた子どもたちが多い仮設住宅へ支援を始めました。

避難所を転々とし、ようやく仮設住宅に入れても今までの生活とは全く違う状況でしたので、子どもたちは落ち着かない様子で、親たちもどうすれば良いのかわからない状況でした。そのような中だったので、子どもたちの育ちを支える、子どもたちを中心としたコミュニティー作りを優先しました。子どもたちと一緒に遊んだりイベントを開催したりするところから始め、徐々に学習支援へと広げいきました。

### 障がいのある避難者への支援

相双地域から仮設住宅に入られた発達障害をお持ちのお子さんがいました。地元だとある程度慣れた環境で落ち着いた生活をしていたようですが、急激な変化に弱いお子さんだったので、震災による避難生活や仮設住宅での生活に慣れず、「どうして良いか分からない」と暴れてしまったという事がありました。親御さんも、どう接してよいかわからなくなったようです。そこで、丁寧に話を聞き、一緒に考え、様々な関係機関と連携しながら支援したこともありました。

### 子どもたちを支える地域とは

子どもたちの気持ちを小さい時から、周りの大人がしっかりと受け止めて、その気持ちに対して答えていくことが大切だと思います。「ちゃんと出来ているから大丈夫だよ。安心して良いよ」と、子どもたちの心の中に安心できる状況を作り出す必要があります。そのために、子どもたちの育ちを支えられる地域、支える大人たちになれたらよいと思います。これが、これからの福島を支えて行く、子どもたち一人ひとりが自分らしく育っていくことにつながると思います。（取材日:2020/07/08）



# 07

## 飯舘村から福島市の仮設住宅へ 福島市のお世話になった方々へ恩返しを



飯野・明治仮設住宅飯舘自治会 前会長

佐藤 雅春さん

### 震災当日について

農機具の展示会から帰って、家で休んでいたところにすごい揺れを感じました。自分の家は大きな被害はありませんでしたが、周りの家は屋根瓦が落ちているところもあり、大変な地震だと感じました。テレビもつかない状態で、大きな地震だとは分かりましたが、原発事故の恐ろしさは分からなかったのです。その時は避難しませんでした。南相馬から避難してくる人が家の前の道路をずっと通っていたので、深夜でも家の前が明るかったのを覚えています。

### 避難の状況について

同居していた母は足が不自由だったので、すぐに避難は出来ませんでした。その後、役場から避難の指導がありました。指定された避難場所が猪苗代町や磐梯町と遠方だったので、「そんなに遠くまでは避難できない」と考え避難せず自宅にいました。そうした中、福島市飯野町に役場の機能が移り明治地区という所に仮設住宅が出来たという事で、震災後の6月に入居を希望し避難しました。この仮設住宅は飯舘村の村民だけの仮設住宅でした。

### 仮設住宅での生活

仮設住宅には高齢者から子どもまで、色々な人たちが避難していました。若い方は仮設住宅から仕事場や学校へ向ったり、飯舘村の自宅へ行き家の管理をしたりして

いましたが、高齢者のほとんどは仮設住宅に残っていました。高齢者だけだと、どうしても部屋に閉じこもりがちになってしまうので、夕方にみんなで集まるようにしました。飯舘村の村民だけなので、話が弾みいい気分転換になっていたと思います。

仮設住宅には集会所がありました。そこでは、健康体操や映画の放映など様々な催し物が開催されました。また、福島市飯野町の婦人会の方との交流で、花を生けたり「つるし雛」の作り方などを教えてもらったりしている人もいました。各方面からたくさんの支援をいただき、福島大学の学生の方と芋煮会や花火をしたり、北海道から30名ほどが大正琴を演奏しに来てもらったりしたのを覚えています。



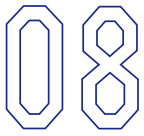
### 仮設住宅で自治会長として

私は仮設住宅に7年間避難しており、3期目の自治会長になりました。住民もある程度避難生活に慣れていましたから、大きな揉め事はありませんでした。一番の仕事は仮設住宅の住民をまとめることでしたが、日中勤めや学校で仮設住宅に居ない人たちや、同じ飯舘でも地区によって考え方が違っていたりしたので、様々な世代・考え方の人たちをまとめるのが難しかったように思います。

### 支援してくれた方々への感謝

全国をはじめ、福島市の方々には大変お世話になりました。飯野町の婦人会や自治会の方、有志の方々に様々な支援をしていただきました。今後は福島市との繋がりが、お世話になった方々への恩返し、といった事を考えていきたいと思っています。（取材日:2020/07/09）





## 米沢で3年半の避難生活 支えてくれた方々への感謝の気持ち



主婦

関向 あつ子さん

### 震災当日について

自宅で子ども2人と一緒にいました。急に大きな揺れが来て、どうしたらいいかわからず、「早く地震が止まってほしい。揺れが止まってほしい」と願うばかりでした。揺れが収まってからも、ドキドキというか、不安というか、恐怖がずっと続いていて、テレビをつけて情報を聞くことしかできませんでした。その後も余震が続いていたので、不安でしかたありませんでした。

### 母子避難について

震災後の原発事故により放射能に関しては敏感になっていました。放射能は怖いというイメージがあり、子どもを守るということと、子どもの成長への影響について心配がありました。また、原発事故後は情報が錯綜し、本当に正しい情報が分からなくなっていたことも避難する大きな要因になりました。そこで、2011年夏頃に避難先のアパートを探し始め、米沢市内のアパートで3年半、子どもと一緒に母子避難をしました。

### 避難先での生活

夫は福島市で仕事をしていたので、平日は私と子ども2人の生活で金曜日の夜から日曜日の夕方まで家族4人そろって米沢で過ごすという生活でした。2人とも男の子で活発に動く時期で、大変でしたが米沢市で同じく避難

している母親たちとストレスや悩みを話せる場所があったので、そこを利用していました。また、地域の人から声をかけてもらったり野菜や果物をいただいたり、暖かい支援がありました。大変だったのは、冬に雪が多く降るので、子どもがいての雪かきや車の運転にとっても苦労しました。

### 福島に戻るきっかけ

米沢市の支援センターに福島市の行政の方が定期的に訪れ、福島市の現在の除染の情報など知ることが出来ました。また、家の周りの除染が終わったタイミングで、夫が「今の福島だったら戻って生活しても大丈夫だよ」と言ってくれたことも、きっかけとして大きかったと思います。長男が小学校に入学するタイミングで戻るのが、私も母親として一からのスタートとして、その時期が良いと思い福島へ戻ることを決めました。

### 感謝の気持ち

原発事故以降は福島に居たくないという気持ちがありましたが、除染も進み今は福島の良い所をたくさん知りたいと思いますし、それをたくさんの人たちに伝えたい気持ちが大きくなっています。また、米沢市に3年半避難していましたが、周りからたくさんの支援をいただき、本当に1人では生きていけないと思いました。夫を初め、子どもたちや地域の方々、仲間などに支えられて今があると思っていますので、支えてくれた方々に感謝の気持ちでいっぱいです。（取材日:2020/07/09）



# 09

## 避難先から戻る決断は 子どもの進路と好きな福島市での暮らし



ふくしま子ども支援センター 職員

三浦 恵美里さん

### 震災当日について

娘の幼稚園が終わって自宅に帰ってきて、近所のママ友とおやつを食べようとしたところ、大きな揺れが襲ってきました。テーブルの下に隠れようとしたのですが、揺れが大きすぎて潜れないという状況でした。

### 母子避難について

自分たちで調べた中で自主避難者を受け入れていた県は、山形県、新潟県、秋田県でした。その中で、まず山形県に問い合わせましたが、定員になり受け入れられないとのことで、家族と話し合い秋田県の県南の方にすることに決めました。夫は仕事がありましたので福島市に残り、2011年の夏休みに私と子どもたちで避難しました。避難してからは、月に多くて2回くらいしか家族そろって会うことが出来ませんでした。



ママカフェでおしゃべりしながらのスワッグづくり

### 避難先での生活

避難先の秋田県横手市は、山に囲まれた盆地で福島とよく似た環境だったので、割とすぐに馴染むことが出来ました。また、子どもが通学する小学校で、私たちと同じように避難してきた家族の方や秋田県主催の交流会で、同じ境遇の方や地元の方々と交流しました。特に地元の方には子育ての面や経済的、精神的な面でも支えていただき感謝しています。

### 福島に戻るきっかけ

福島が好きなので必ず戻ろうという気持ちがあり、除染作業が終わるまでと家族で話し合っていました。また、上の子が5年生になるタイミングで戻りましたが、5、6年生は落ち着いて友達と仲良く過ごし、その流れで中学校へ行ってもらいたかったこともあり、戻る決断をしました。

### 震災での経験を活かして

秋田での避難中に、同じように避難している方への相談員をしていたのがきっかけで、福島に戻ってきた後、NPO法人ビーンズふくしまの「ふくしま子ども支援センター」で働くことになりました。県外避難をされているご家族の支援と、県内で子育てをされるご家族の悩みなどを安心して話せる「ママカフェ」の開催が主な仕事です。ママカフェにくる母親たちは、お子さんの事を一番に考え、不安を抱えながら子育てや家事などを頑張っています。避難先での経験や支えられた経験を活かして、ママカフェという場で、子育てを頑張る母親たちにエールを送りたいです。また、子どもたちへも様々な職種の人達が協力し合って、少しずつ元気な福島になっていることや、皆で協力すれば何でも達成できることを伝えていきたいと思っています。（取材日:2020/07/09）

# 10

## 渡利地区住民との除染作業 花見山回復への感謝の気持ち



福島市自治振興協議会連合会 顧問  
渡利地区自治振興協議会 会長  
花見山観光振興協議会 会長  
渡利春日町会 会長

菅野 廣男さん

### 災害当日について

災害当日は、渡利の自宅におり大きな揺れを感じました。今までに経験したことのないような状況だと判断しました。次の日に福島第一原子力発電所が爆発して、直線距離で62kmも離れている福島市でも放射線量が高くなりました。

国を始め東京電力の放射線対策が後手に廻ったことが、科学者やマスコミの情報が錯綜させる要因となり、情報の伝達が健康被害や生活環境に対する不安を与えたと思っています。

### 放射線量が高かった渡利地区

福島市の渡利地区は、比較的放射線量が高い地域でした。私は自宅で生活をしておりました。そんな中で、健康被害や生活環境への影響に不安を抱く方々が多く、自主避難した方も多くおりました。私は何としても除染作業の推進を図り、以前のような「安全安心な生活環境」を取り戻したいと思いました。

### 除染活動についての苦労など

福島市は「ふるさと除染計画」を策定しました。それに基づき渡利地区においても除染作業は、放射線量の高い地域や小さな子どもさんの居る家庭を優先的に行い、また、各家庭から発生する除染土壌は、それぞれの家庭で

保管することを確認し合い、渡利地区除染対策委員会で決定しました。これらを踏まえて除染作業を進めました。しかし、ご存知のように、放射線の高い道路側溝や路面の除染作業等は、仮置場を確保してその都度仮置場へ搬送しない限り、除染作業が実施できませんので、仮置場建設が地域に与えられた一番大きな課題でありました。

大波地区と渡利地区が市内では比較的放射線量の高い地域でありました。私は福島市自治振興協議会連合会長として、渡利地区が一番先に仮置場を建設すれば、他の地域も自治振興協議会会長の協力を得て、市職員と共に仮置場建設が促進されると考えました。

そのことが、「安全安心な生活環境を取り戻す」ための一番重要なことと思い、渡利地区が仮置場建設の一つのモデルになれるように最大限努力しました。

住民には放射能に対する健康不安あり、自宅に除染で発生した除染土壌を置くことを嫌がる方もおりました。また、除染で発生した汚染土壌を地下に埋めて保管するか、地上に置いて保管するか悩んだ方も大勢おりました。市ではなるべく「地下に埋めて」保管するように指導しましたが、「地下に埋めて」保管すると仮置場へ搬出が遅くなる等、噂が広がり説明するのに苦労しました。

### 花見山の風評被害から回復への感謝

渡利地区には「桃源郷花見山」があります。その花見山に全国から多くの除染ボランティアの方にお出でいただき感謝しております。

花見山は「心を癒し明日への希望へ」一歩踏み出す勇気を与えてくれます。これが日本一の桃源郷と言われる花見山です。同時に福島元気な姿を見て、感じていただき、風評被害の払拭にご支援ご協力をお願いします。

震災以前は32万人だった観光客が一時期、風評被害から観光客の足が遠のきました。平成30年には23万4千人までに観光客が回復しました。このことは、多くの皆さんに風評被害払拭に取り組んで頂いたことによるものであり、感謝申し上げます。（取材日:2020/07/10）

# 11

## 米農家として震災10年の教訓は 今も生きている



未来農業株式会社 代表取締役  
農業組合法人 福島未来農業生産組合代表理事

丹野 友幸さん

### 震災当日について

午前中にJAの直売所に商品を搬入し、ちょうど帰宅したところでした。今まで経験したことのないような揺れを感じ、家の裏山の地中から少し大きめの岩がせりあがって転がってきました。揺れと同時に、それまで雲一つない晴天から一変、雪が吹雪いてきました。普段見られない光景を目の当たりにし、驚いたのと同時に、一瞬この世の終わりを感しました。

### 米作りへの不安

放射能の影響もあり自分が作った農産物の安全性について不安がありました。インターネットの情報は、正しいものから間違っているものまで色々あり、その情報を自分で見極める状況でした。それでも圃場に出続けて、この仕事続けられたのは、当時の「JA新ふくしま」の組合長が、「農家は物を作らないと、農家として生きているとは言えないから、たとえそれが売れようと売れまいと、農協は買い取ります」と言ってくれたからでした。「自分たちの作ったものが売れなかったら」という経済的な不安は、この組合長の一言で払拭されました。

その後、いろんな研究が進み正確な情報が入ってきて、米の作付けを行っても大丈夫ではないかとなってきた時に初めて、「安全な農作物を作れるのか」という不安が少しずつ解消していきました。しかし、初年度のお米は、

放射能の影響で全量流通できなくなったこともあり、最初の1年くらいは不安の中で農作業を続けていくことについて、非常に葛藤していた時期だったと思います。

### 酒米の作付けへの取り組みについて

酒米も作っていたのですが、震災後、食用米よりも厳しい基準の酒造好適米の出荷は難しい状況でした。そのような時、浪江町で津波による被災を受けて酒蔵を全て流され、山形に移って酒蔵を再開していた鈴木酒造店とのお付き合いが始まりました。震災以降に開催されたイベントで一緒になった鈴木酒造店が福島の米農家の現状を聞き、「もし僕らが買い付けることで助けになるなら、ぜひ使いたい」と言ってくれたのです。安心して本気で酒米作りに取り組める一つの柱が出来たことは精神的にも、経済的にも非常に助けられました。

### 震災から10年に寄せて

震災により失われた命や、被害に遭われた方、戻ってこない部分、取り返しのつかなかった部分もたくさんありました。そのような中、福島で生活し仕事をしてきた私たちは、人との縁や、助け合う気持ちの大切さに気づくことができ、また、この10年間で築き上げることも出来たと思っています。震災の経験があったからこそ、経験のない困難な状況になったとしても、助け合ったり、譲り合ったり当時の教訓を生かしていけるとと思っています。

(取材日:2020/07/10)



# 12

## 入社1年目 信用金庫の仕事を通じて被災者対応にあたる



福島信用金庫 職員

宗像 夕菜さん

### 震災当日について

入社1年目で福島信用金庫保原支店の窓口を担当していました。まもなく窓口が閉まる時間帯に大きい揺れを感じました。地震が思ったより大きく長時間でしたので、職員やお客様も含め全員で外に避難しましたが、立てられないほどの大きな揺れで、とても怖かったのを覚えています。

停電でスーパーなどではレジが使えなくなり、現金しか取り扱えない状況だったので、現金を払戻しに信用金庫の窓口で大勢のお客様が来店をされました。不安な様子で来店されたお客様も「現金を下ろすことが出来て良かった」と笑顔でお帰りになったことを覚えています。

### 震災後苦労したこと

当時は土、日曜日も休みなく窓口を開けていたので大変でしたが、信用金庫の社会的役割の大きさを実感し、新入職員の私でもお客様のお役に立てることに、やりがいを感じました。お客様に「大変な時期だけど、お互い頑張りましょう」とあたたかい言葉をかけていただいたり、地元の企業の方に食料やガソリンなどを支援していただいたりしました。また、東日本大震災の義援金を取り扱うようになってからは、毎週のように募金されるお客様が

おり、その方の「命がある。仕事があるだけで私は幸せだから」という言葉がとても心に刺さり勇気付けられたのを覚えています。

また、日常生活では放射能の影響が分からない中での通勤や、断水によりお風呂に入れなかったり、トイレの水が流せなかったり、といったライフラインの遮断が精神的にも大変でした。そのような中、地元の温泉旅館が営業しており入浴できた時はとても嬉しく、忙しい中で一息つけたのを覚えています。当時は実家の家族が水や食料の調達をしてくれたので、家族の支えがあって何とか日々を乗りきることが出来たと思います。

### 震災を経験して子どもたちに伝えたいこと

私は一昨年に息子を出産して、命の尊さを学びました。震災を経験していない子どもたちには、震災の危険性を理解し、防災訓練に積極的に参加することにより、自分の命を守る行動が取れるようになって欲しいと思います。また、日頃から周りの人と助け合うことの大切さを伝えていきたいと思います。

### 未来の福島へ

時間が経つと当時感じた感謝の気持ちが薄れてしまいがちですが、日々の生活一つひとつが地元の方々に支えられていることを忘れずに過ごしていきたいと思います。また、福島の食材を進んで購入したり、地元の旅館を利用したり地域のイベントに積極的に参加したり、震災当時みんなで支え合って乗り越えた「あたたかく強い福島」を未来に残すような動きが、次の世代へもっと広まるといいなと思います。（取材日:2020/07/21）

# 13

## 津波災害に衝撃を受け 大学入学後はボランティア活動を



福島大学3年生 人文社会学群人間発達  
文化学類 文化探究専攻 在籍

高橋 春奈さん

### 震災当日について

小学5年生で帰りの会をしている最中でした。翌日の12日が私の誕生日だったので、クラスのみんなに12歳の抱負を発表している時に、先生の携帯電話の緊急地震速報が鳴り、大きく揺れました。みんな立っていることができず、しゃがんで揺れが収まるのを待ちました。校庭に避難し、おばあちゃんに迎えに来てもらいました。

### 大学のボランティアサークルに入っ たきっかけ

高校2年生の時に、浪江町から避難してきた友人から、浪江町で7年ぶりに花火大会が行われるので一緒に行かないかと誘われて行った時に、福島大学の災害ボランティアセンターの方がボランティア活動を行っていました。もともとボランティア活動に興味があったことと、浪江町の請戸地区という所に行ったときに住宅地だったところが津波で流され何もなくなっていました。そのとき初めて津波の被害や放射能の被害の規模の大きさを知り、自分の知識のなさを痛感し、もっと知りたいと思ったことがきっかけで、大学のボランティアサークルに入りました。

### ボランティア活動について

福島大学には、災害ボランティアセンターという学生団体があり、団体加入者は400人くらいいます。私は主にマネージャーとして団体加入者の管理を行っています。福島県内での活動を中心としていますが、2019年の台風19号の時には、被災した宮城県丸森町での活動も行いました。

現在は、復興公営住宅に伺い、避難されている方への支援を行っています。お茶会をしたり、足湯を作り入ってもらったり、傾聴活動をしたり、季節の活動をしたり、最終的には孤立死をなくすことを目標に学生の立場で、話しやすい雰囲気を作りながら活動をしています。また、子どもたちの宿題を手伝ったり、一緒に運動したりという学習支援活動も行っています。

避難されている方と話をすることが楽しく、ボランティア活動というよりは遊びに行ってお話するような感覚で活動していますが、避難されている方から「楽しかったよ」「次はいつ来るの？」などと声を掛けられたときは嬉しく、活動していて良かったと思います。

### 将来について

ボランティア活動を通してたくさんの方々との関わりを持つことができ、自分の知らない知識をもっと身につけたいとも思いましたし、これからも多くの人と関わりたいと思いました。福島県のために、何か自分にできることがあれば良いなと思っています。(取材日:2020/07/21)



# 14

## 震災当日生まれた栞ちゃん 夢はケーキ屋さん



福島市立福島第三小学校4年生

橋本 栞さん

### 震災当日について(出産の様子)

震災の前日夜中から、出産のために明治病院に入院していました。震災の時は大きな揺れで屋外に避難しましたが、寒かったので、夫の車に乗ったところ急に産気づき、病院には戻らず、そのまま車内で出産しました。午後3時26分、2,944グラムで生まれて来ました。産湯もなくガーゼに拭かれてきれいになった娘を見て「やっと生んであげられた」と思いました。

### 震災後の生活について

上に2人の兄弟がいますが、震災や放射線の影響により、その2人と同じような普通の子育てが出来ませんでした。店も普段通り開いておらず、育児用品も不足する中、知り合いから「あそこのお店開いていたよ」「粉ミルクや売っていたよ」「紙おむつ足りているかい」など声をかけてもらえたことは、とても助かりましたし、嬉しかったです。

外出するにも放射能を気にして出かける場所を選ばなければなりませんでしたし、特に飲み水には気を使いました。飲み水に放射能の影響があるかも知れないという話を聞いて市販のペットボトルの水を買い求めたり、ウォーターサーバーを購入したりしました。産地を確認したり放射線量を測定しているのかなどに注意して購入していま

した。

どうしても、外遊びを自由にさせられないので、基本的には家の中で遊ばせていましたが、体が大きくなっていくにつれ有り余る体力を発散させないとストレスもたまってくると思ったので、週末になると放射線量が低い会津方面に行って思う存分遊ばせていました。

### これからの子どもたちへ

これほどの大震災は、なかなか経験することはないと思います。しかし、私たちが経験をした事を覚えている限り、これからの子どもたちへ伝え、少しでも防災の役に立てたらと思っています。そして、「土いじりは駄目だよ」「草花に触ってはいけないよ」という制限のある生活ではなく、伸びやかに、元気に子育てができる環境になれば良いと思います。

### 栞さんの夢

将来はケーキ屋さんになりたいです。おいしいケーキをたくさん作りたいからです。そして、私の住んでいる福島が「みんなが笑顔でいれる福島」になっていけば良いなと思います。(取材日:2020/07/30)



# 15

## 大人の背中を見せること、それが震災後一番大事なことだと思う



国語教師・詩人  
「ふたば未来学園」教育復興応援団  
福島県教育復興大使  
NHK復興サポーター  
福島大学応援大使

和合 亮一さん

### 震災当日について

勤務していた高校で、入試の会議中でした。午前中で授業は終わっており、幸い校舎内に生徒の姿はありませんでした。先生方の携帯電話の緊急地震速報がさまざまに鳴り、なんだろうと皆で首をかしげた瞬間に、殴られたかのような衝撃が起きました。はじめは机の下に隠れたのですが、どうしようもなく、窓から外に避難しました。その後、まさに天変地異とはこのことなのかもしれません。みぞれが降ったのです。みぞれが降りしきる中、呆然と立ち尽くしていたことを覚えています。

### 言葉を発信するにあたって

詩や文章を書いたり、授業や講演をする中で、どのような言葉を伝えていくべきなのかをとっても考えました。無我夢中で毎日Twitterに詩を投稿し続けましたが、傷ついた方や喪失感を抱えた方がたくさんいる状況で、福島からどのようなことを伝えていくべきなのか、大きな問題として自分にのしかかってきました。今もなお、そのことについて毎日向き合っている気がします。言葉には励ます力もあれば傷つけてしまう力もあります。発信する際には、懐の広い言葉、つまり傷ついた心や喪失感を包み

込むような言葉を大切に、言葉の力を信じて伝えることが重要だと思いました。

### これからの子どもたちのために出来ること

私たち福島で暮らす大人たちが、その時どのようなことを思い感じたか。その事を本気で伝えていく大人の姿を、これからの子どもたちへ見せるということが一番大事だと思っています。震災直後では出来なかったことも、きちんとした形で残すことができるようになってきました。真剣に伝える大人が周りにいることで、人生について深く考えることが出来るのは、福島でしか出来ない事であるし、福島だからこそやるべき事なのではないでしょうか。

震災から9年、10年と歳月を経て初めてそれを、余すところなく震災を経験しない子どもたちにまで伝えて行くということが、志半ばにして水平線の向こうに連れて行かれてしまった同じ福島の間人たちの、その失われた命に応えることになるのではないかなと思います。

### 震災を経験して伝えたいこと

志半ばにしてこの世を去った人々に、生き残った私たちが誠実に気持ちを届けるためにも夢をあきらめず、その心の中で「生きる」ということの本当の意味について、情熱を燃やして熱く語れる人が増えてほしいと思います。震災から10年の歳月を経て改めて、私たちにとって必要なのは「夢」だと思います。

子どもたちと接して思うことは、みんな生きることに真剣であり、勉強したいという気持ちを持ち合わせており、その気持ちと同じくらい「夢」を持っています。その「夢」をためらうことなく語り合い、磨き合い、燃やし合えるような熱い血の通った福島のまちになって欲しいと思います。  
(取材日:2020/07/18)



# 16

## 車いすでの避難で感じた苦労 福祉避難所の充実を



共同作業所 ぽけっと 代表  
特定非営利活動法人 えいど福島 理事長

吉田 好子さん

### ラジオ放送に救われた

テレビは津波や原発など、恐怖をあおるような映像ばかり放映されていましたが、ラジオ福島をつけたらホッとするような内容の放送が流れていました。確かCMも抜きで24時間、2週間以上私たちに必要な情報や励ましの言葉を放送し続けてくれていたと思います。私はその放送に救われました。今でも感謝の気持ちが大きいです。ラジオ放送に携わった人に会ったら、「その節は大変お世話になりました」とお礼を言いたいくらいです。

### 震災当日について

私は、「共同作業所ぽけっと」の所長と、「えいど福島」という障がい者が生活していくための「居場所」として障がい者自身が立ち上げた福祉事務所の理事長を兼任しています。共同作業所ぽけっとに居たのは職員が3人、利用者が2人の5人でした。地震が来た時、2人の利用者さんは足腰が割と大丈夫なので、机の下にすぐ隠れました。しかし、私はキャスター付きの椅子に座っており、足が不自由なため机の下には潜れず、必死に机にしがみついていたのを覚えています。

### 震災後の避難所について

揺れが落ち着いてから、車で自宅に向かいましたが余震が頻繁にあり家の中に入るのが怖かったので、車の中で夫の帰りを待ちました。夫が午後7時頃帰ってきたので、まず近くの学習センターへ避難しましたが、駐車場も学習センターの中も大勢の人達が避難していたため、ここでは過ごせないと判断し、次に保健福祉センターへ向かいました。しかし、ここも大勢の人が避難しており居場所がなかったため、最初に行った学習センターの駐車場に戻り一夜を過ごしました。外は吹雪いており、すごく寒かったのを覚えています。

### 福祉避難所について

震災などの大きな災害時には、私たちや高齢者や赤ちゃんが避難する福祉避難所を一刻も早く開設してもらいたいと思います。障がいによって必要となる自助具などが変わってきますが、私のように車いすで生活している人は、洋式トイレとベッドがないと生活できません。段ボールベッドで構わないので準備していただきたいと思います。また、呼吸器をつけている方には電源の確保も必要になります。障がい者にも配慮した福祉避難所になることを願っています。（取材日:2020/08/18）



# 感謝・エールメッセージ

---

MESSAGE

「震災復興パネル展」開催にあたって、震災を通して学んだ教訓や、これまでの支援に対する感謝など、国内外の皆さんへ伝えたいことなど105人のメッセージになります。

### 小学生より

世界のみなさん、福島のみなさん、ほんとうにありがとうございます。おかげでぼくたちは毎日、明るい学校生活をむかえています。みなさんの協力がなかったら、ぼくの弟妹が生まれていなかったかもしれません。ほんとうにありがとうございます。

しん災から10年がたちました。今はとても平和です。私が1歳のときにしん災が起きました。私は覚えていませんが、しん災はふ通の地しんよりもとてもゆれたと思うので、そうとう怖かったと思います。さらに海に近い町は津波もありました。原子力災害も発生し大変だったと聞いています。私達が、今、安心してらせるようになったのはたくさんの人たちが応えんしてくれたからだと思います。本当にありがとうございました。これからも、みんなで力を合わせて笑顔で安心してらせるような福島になって欲しいです。

東日本大震災から10年、たくさんの支援をありがとうございました。おかげで福島は、もとのすがたに少しずつもどっていくことができました。これからわたしは福島県民として、福島を大切に、愛しつづけていきたいと思います。

あたり前のように給食で食べていたみかんが熊本からのき付だったと最近知りました。はなれていても想ってくれる人がいる。だからぼくたちは今幸せに暮せています。支えんしてくれた全てのみなさん、ありがとうございます。

わたしは、テーマが二つあります。一つ目は、福島の明るい未来です。福島はしん災のダメージでまだ、ふっこうしきれていない所があるので早くふっこうできるようにがんばってほしいです。二つ目は将来の夢です。わたしの将来の夢は「救急救命士」になることです。わたしが「救急救命士」になると思ったきっかけはドラマでやっていたコード・ブルーを見たからです。わたしは救急救命士になって福島の優しい人々の命を救いたいです。



福島の明るい未来へ 私はしん災の事をよく覚えていません。福島だけではなく、宮城、岩手などでも災害があったと思います。津波、建て物がくずれてしまう事もあったと思います。でも、確実に復興が進んでいます。特に浜通りは、大変な災害となりましたが、一步一步進んでいます。福島は、ももなどが有名です。もも農家の人も喜びを受けましたが、復興が続いています。福島県のもの良さを全国に広げられると良いですね。福島の明るい未来に向けてがんばりましょう！

私の将来の夢は保育園の先生になることです。理由は福島県には、明るくて元気な子どもたちがたくさんいてそんな子にもっともっといろいろなことを教えてあげてまたその子が小学生になったときに少しでも小さい時におしえてもらったことを生かしてほしいからです。

「将来の夢」ぼくの将来の夢は、サッカー選手になってJリーガーになって福島でかつやくし、日本代表になって、日本でバロンドール賞をとり、海外に行き、くぼたけふさ選手のように、海外でもかつやくしたいです。

# 感謝・エールメッセージ

## 小学生より

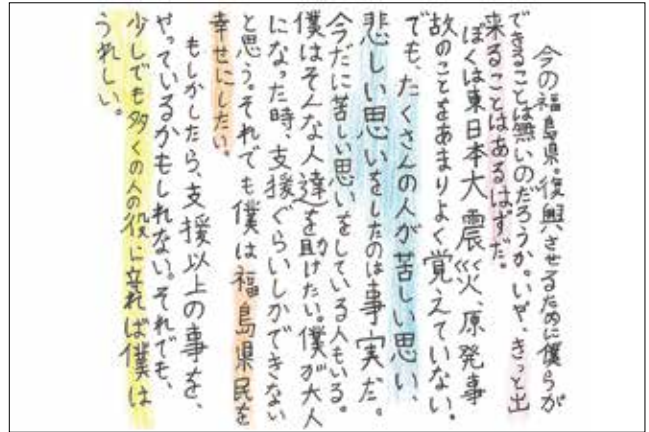
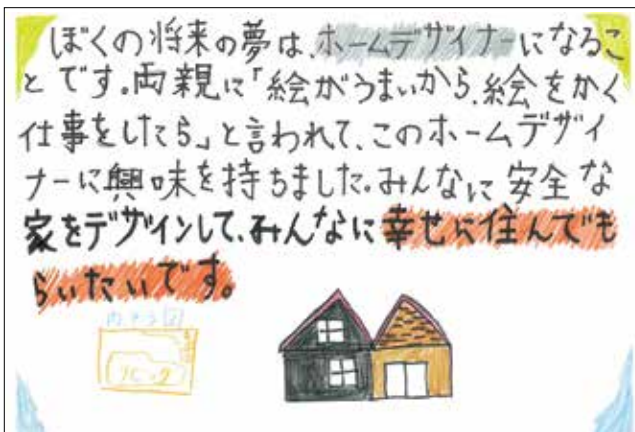
「将来の夢」私は、学校の先生になりたいです。将来。もしなれたら、しっかり教えたいことがあります。それは、「あいさつ」です。私の周りの人は明るく笑顔であいさつをしてくれます。すると、とてもうれしい気持ちになります。「おはよう。こんにち。こんばんは。」私はまほうの言葉のように思います。いつも明るい笑顔。それが私の大好きな福島です。

東日本大震災から十年がたち、たくさんの人々の支援のおかげで、自然豊かで元気な福島県がもどってきました。これから、もっと元気な福島県になるといいなと思います。震災でくるしい思いをしたみなさんのやくに私はたてるようになりたいです。

東日本大震災から10年。人と人が支えあって、新しい福島になってきました。これからもっと、人と人が支えあい、おたがいにこまったとき助けあえる福島になるといいなと思います。私も、こまっている人がいたら声をかけたりすることを心がけたいです。

私のしょう来の夢は、看護師になることです。一年生のとき、手術がこわくて泣いていたら、看護師さんが、優しくなぐさめてくれました。私もその看護師さんのように、困っていたら助けて、笑顔にしたいと思います。

ぼくは、将来建築関係の職業につきたいです。そして、みんなが集まることができる施設をつくってみたいと思っています。そこには、祭りもできる広場やみんなが楽しく遊べる遊具もあります。今は、東日本大震災、原発事故からもう何年もたって、復こうも進んで来たけれど、まだあの福島県にもどってはいないため、ぼくが復こうを手伝いたと思います。



ぼくの将来の夢は、プロサッカー選手になることです。2年生の頃友達にさそわれて自分でも、やりたいと思って始めました。福島県には、大人のJ3の強いクラブチームがあります。ぼくもプロサッカー選手になってがんばりたいです。

東日本大震災から約10年。国内外の方々から支援を受けて、福島も今では、安心して、外へ出れるようになり、楽しく外で遊べるようになりました。私は、これからもっときれいな自然を楽しめるような福島になるといいと思います。福島は、自然豊かできれいな所が多く見られます。しかし、ポイ捨てなどで、ゴミが落ちているのも見かけます。自分が住む自然豊かな福島を、私はゴミなどをなくして、より良い所が分かるような県にしていきたいです。

ぼくの将来の夢は、サッカー選手になることです。ぼくは1年生からサッカーをやっています。今までの5年間、試合をたくさんして、たくさん観てきました。これからもサッカーを続けて、もっとうまくなってプロのサッカー選手になりたいです。

東日本大震災から10年の年月がたち、いろいろな方たちから支援を受けて、福島は共に支え合い復興していきました。これからは支援をしてくれた方々へ感謝をして、もっと明るい福島にしていきたいです。

### 将来の夢 料理人

ぼくの夢は、料理人になることです。3年生から、テレビなどで作る所をたくさん見てきて、自分も料理人になって料理を作りたいと思っていました。福島県には、たくさんおいしい果物や食材があるのでそれをつかった料理を作りたいです。

# 感謝・エールメッセージ

## 小学生より

東日本大震災から、たくさんの人々に支えられ、ふつうに生活ができるようになりました。これからもっと住みやすく、すてきな福島になるといいなと思います。

### 福島の明るい未来

私は、笑顔いっぱいの明るい福島にしたいです。今は新型コロナウイルスの影響で買い物に行ったりしてもみんなマスクをしているので、笑顔がどうか分かりません。なので私は買い物をしていて、知っている人がいたら、積極的にあいさつするようにしています。そうすると私も気持ちが良くなるし、相手の方もマスクの下で笑顔になっているかもしれません。買い物以外のときもあいさつを心がけています。みなさんも知っている人にあいさつをしてみてください。笑顔いっぱいの明るい福島になるのが楽しみです。



### 将来の夢

私の将来の夢は外科医になることです。2・3年生のころテレビドラマのドクターXというテレビ番組をみて私も外科医になりたいと思いました。福島県は特に肥満が多いと聞きます。それは震災の時のストレスや不満から肥満が多いようです。このような人たちや病気の人々をしん察したり、手術をして明るく健康的な福島県になってほしいと思います。

ぼくの将来のゆめは大工さんになることです。建物をつくっているところやペンキをぬっているところが気に入ってぼくもなりたと思いました。ぼくは自然豊かな福島が好きです。福島でゆめのような家をつくりたいです。

私たちの住んでいる福島県は、およそ10年前、東日本大震災・原爆事故が起きました。だけど、たくさんの人々の支援のおかげで笑顔いっぱいの福島になりました。これからももっとみんなが笑顔になってほしいです。福島県のももは、生産量全国2位なので、県外の人たちにも食べてもらいたいです。

### 将来の夢

私の将来の夢は、保育園の先生になることです。3年生の頃、保育園で笑顔で優しく子どもと遊んでいる先生を見て私もこんな風になりたいと思ったからです。福島県の元気いっぱいの子どもたちと笑顔で楽しく遊べる先生になりたいです。

ぼくの将来の夢は、プロ野球選手になることです。ずっとテレビで見ているあこがれだったので、ぼくもプロ野球で活躍してみたいと小さいころから思っていたからです。プロ野球で福島のみなさんが元気になれるようなプレーをしたいと思います。

福島のかっこう 私は、東日本大しん災の時は1才でした。なのであまり覚えてませんが、福島などに大きなひ害をもたらしました。今でもかっこうやしえんをしている方がたくさんいると思います。私たちが今ふつうに生活できているのはその方たちのおかげです。私も小さな事から協力していきたいと思います。

## 中学生より

2011.3.11→2021.3.11 震災で亡くなった方々のご冥福をお祈りいたします。災害や異常気象、ウイルス感染など心配は尽きませんが、日々、後悔のないよう笑顔で暮らして参りましょう。

東日本大震災の後、水や電気が使えなくなり大切さを改めて感じました。しかし、山形や長野に招待され、思い出を作ることができました。震災により苦しむ人が少なくなるように。

# 感謝・エールメッセージ

## 中学生より

震災から学んだこと。震災が起きたときは三才でした。あまりくわしく覚えていませんが、蛇口をひねっても水が出なくて父と母、兄と水をもらいに並んだ記憶があります。食事をするときにサランラップをしいたり、水をあまり使わないようにしたりしました。水がすぐ出ることがとても便利でありがたいことだと学びました。このことを忘れずにいたいです。

東日本大震災 私はあまり覚えていないけれど亡くなった人は大勢いた。その中にはまだ小さかった赤ちゃんだっ  
て子供を残して亡くなっただれかのお母さんだっていたはずだ。だから忘れてはいけない。私達は生きていかねければならない。亡くなった人だっ  
て福島が立ち直って輝く姿をきっと見たいはずだ。

地震発生時、僕は祖母と一緒に電車の中にいた。その時何度家族に電話をかけても繋がらずとても不安だった。十年たった今でも、もし災害時に家族と連絡が取れないと思うと心配なのです。災害時どこに集まるか、何を持って避難するのか家族と話し合いたいと思う。

一億一心 この四字熟語の意味は、「日本国民全員が心を一つに合わせ、結束する」という意味です。私はこの東日本大震災で協力することを学びました。もし、またこのような災害ができるように、しっかりとこの記憶を受け継いでいきたいです。

私は震災を通して、自分の身は自分で守ることが大切だと学びました。親や友人がそばにいない状況では、自分自身で判断し、行動することが大切だと思います。落ちついて行動するためにも震災が起きた時にどのように行動すべきか家族で話し合っておく必要があると思います。いつ起きるか分からない震災に備え、適切な行動ができるようにしたいです。

私が震災で知った事は、「全てが変わる」ということです。大きな地震で、自分達の家が倒壊してしまったり、家族を失ってしまったり、普通の生活ではなく、毎日が不安の日々だったと心の面でも、大きく被害を受けたということ、私は、一番強く知りました。また、支援してくださった方々や、国内外で協力してくださった方々にも深く感謝しています!! 9年前の事を忘れず、支援してくださった方々、被害にあった県に「エール」の言葉を送ってくれた方々に感謝しながら、今後も、生活していきたいです!!



震災後父を福島に残し、母と弟と私は、  
親戚のいる沖縄へ避難しました。  
環境も文化も異なる地での生活には、  
苦勞しました。その中で、周囲の方の  
支えがあり、生活することができま  
した。辛い時、優しくしてもらった事は、  
私が救われた経験から、今度は、  
私が優しくできる人  
になりたいと思います。

東日本大震災を通じて学んだことは、感謝の気持ちをちゃんと持つことです。津波や原発事故によって多くの人が苦しみました。しかし、他県の方々からたくさんの支援をしていただき、早く復興することができました。そのことから、僕はしっかり感謝の気持ちを持つようにしています。

僕が三歳のころ、東日本大震災が起きました。僕は三歳だったので、鮮明には覚えていませんが、保育園や自宅で度重なる余震におびえていたこと、水が出なくなり、水をもらいに並んだことは少し覚えています。今から十年前、当時の震災の被害は大きいものでした。しかし、他県や他の地域からの支援のおかげで、福島県はここまで復興することができました。そして、このような経験が福島を強くしたと思います。これからどんな災害が起きても、十年前の経験を生かし、乗り越えて行けると思います。がんばっぺ!

震災の時、家に井戸水があり、その水を近所の人へ分けました。お礼に焼きたてのパンやお菓子をもらいました。そして助け合うことを学びました。渡利地区の除染は早くしていただき庭の汚染土、5tを13人の作業員たちによって再度除染してもらいました。またおばあちゃんが育てた畑の野菜は、放射性物質の検査をもらいました。安心して野菜を食べることができました。震災を通して、福島の人々は助け合うことを学びました。これからも協力して支え合っていきたいです。

僕が震災を経験したのは、4歳のときでした。そのときは幼稚園でお昼寝をしていたので急に地震が来たときは、体験したことも無い強い揺れに恐怖を覚えました。僕はまだ幼かったので、当時の状況が、よく分からなかったのですが、小学生になってから震災のことを学び、そのときの状況を知りました。今はもう中学生ですが、あの時のことを忘れていません。そして“絶対に忘れてはいけません”

# 感謝・エールメッセージ

## 中学生より

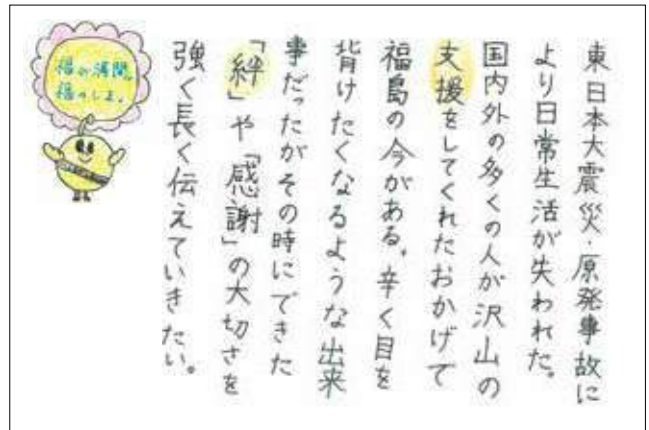
私は震災のことをあまり覚えていません。震災を経験したのは三才の頃で、家が流されたわけでも大切な人が亡くなったわけでもありません。ですが、震災の事をきちんと学び、この事を後世に伝えていきたいと思います。福島のある未来へ向けて、これからも頑張っていきたいと思います。

東日本大震災でたくさんの命が奪われ、たくさんの人が普段の生活が難しくなりました。しかし、様々な方々が支援を行ってくださったおかげで今は、以前と同様の毎日が送れているので、ありがとうございます。そして、東日本大震災の時に支援を頂いた分次は私達が皆さんの力になりたいと思います。

### 私にとって大きな10年

2011年3月11日午後2時46分一瞬にして多くの命が失われた。あれから10年。5歳だった私は、15歳にまで成長した。そして今、新型コロナウイルス、入試、将来など、受験生として、まるで戦いのように日々の生活をおくっている。10年前、私たちを、家族が必死で守ってくれた。家族が別々になっても、車で3時間かけて会いに来てくれた。とても嬉しかったことを覚えている。そんな私が今出来ることは、家族に感謝すること。その1つの証として受験までに必死になって勉強すること。そして絶対に合格してみせる。

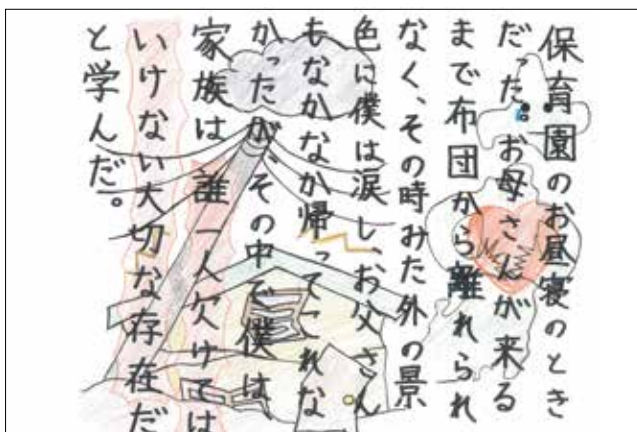
僕達は、10年前震災という悲劇に直面した。災害の残酷さと、備えの大切さを痛感した。でも、今福島は、復興を進め、町に明るさが戻りつつある。これまで、多くの支援をいろんな人からいただいた。本当に嬉しく、とてもありがたかった。これから、国内外の多くの人に福島の良さをより知って行って欲しい。



2011年、3月11日、僕は、あの日を、忘れない。そして、これを今、見て、読んでいるあなたも、忘れてはいけない。未曾有の大地震・大津波・前代未聞の原子力災害が、この日本を襲い、今でもなお、帰るのが困難な場所がある。根強い風評や差別もある。僕らは、10年前のあの日のことを、決して忘れてはいけない。地震・津波の教訓が途絶え、またいつか、多大なる犠牲と、大規模な原子力災害を起こし、後世に新たな不幸を生まないためにも、決して忘れないでほしい。

私は、災害時に「協力、助け合い」を学んだ。災害で多くの建物が倒壊する中、近所の人と協力して乗り越えることができた。やはり、いざという時の助け合いは、本当に重要であることを学んだ。

僕が震災で学んだことは、災害への備えは、とても大切だということです。僕の家では、震災での経験を生かし、防災グッズを置くようにしました。震災から10年経ちます。震災を乗り越えた私たちなら、これから何があっても大丈夫です。頑張っていきたいと思います。



私は五歳の時に東日本大震災を経験しました。次の日には、住んでいた町を離れ、福島市に逃げて来ました。まだ幼かった私ですが、そんな光景を今でも鮮明に覚えています。そして、海外のみなさんや国内のみなさんの支援で助けられた事も覚えています。その際は本当にありがとうございました。みなさんにお願ひがあります。もし万が一震災が起こったときにこのような悲しい被害を繰り返さないために震災を覚えていてほしいです。また少しでも被害を軽減するため、自分の家からどこに逃げればよいのか、自分の家の近くにはどのような災害が起こりうるのかを考えてみて欲しいです。災害は、どこにでも起こりうるものです。私はこの震災を忘れずに生きていきたいと思っています。

# 感謝・エールメッセージ

## 中学生より

震災当時の記憶は僕にはほとんどないが後から母に聞くとてもつらかった事が分かった。震災で沖縄へ避難し、新しい保育園へ通ったが、あまりなじめなかった。それでも支えてくれる人がいたおかげで乗り越えることができた。僕はこれからも人との出会いを大切にしたい。

「危機感を強めて」

僕は東日本大震災から災害時に備えて、平日頃から危機感を高めておくことの大切さを学びました。僕は東日本大震災の発生当時、避難勧告が出ていたのに、家にいて、津波で流され亡くなってしまった人がいたという話を聞いたことがあります。災害は人を亡くしてしまう大変恐ろしいものだと思います。万が一起きた場合、今回の東日本大震災の教訓を生かして、被害を最小限に食い止められるよう日頃から防災に対する意識を高くもってほしいです。

私は東日本大震災を通して、人の優しさを経験しました。当時の私は五歳でしたが、水を分けてくださった近所の方の優しさは鮮明に覚えています。一人一人の思いやりを持った行動があるから、今、楽しく過ごすことができているのだと思います。

準備は大切!!私が東日本大震災で学んだことは、震災が起きた時に、すぐ対応できるような準備をすることです。私の家では震災の準備をしていなかったの、震災が起きた時は、大変でした。なので皆さんには私達が体験した経験を生かして、いつ災害が起きても万全な対応ができるよう、必要な物を準備して、家族で避難場所を確認しましょう。

私はテレビで、震災の被害が大きかった福島を復興しようというニュースを何度も観たことがあります。私は福島のために、一生懸命協力し合って復興をしようとしてくれる人達に心から「ありがとう」と感謝しています。私は福島が大好きです。そんな大好きな福島を守ろうとしてくれる人達にはこれからずっと感謝の気持ちを忘れずに過ごしていきたいです。

## 高校生より

私は、小学校の時に熊本から送られてきたみかんが印象に残っています。私達被災者を支える為に送られてきたという事を先生に教わった時、とても心が暖かくなりました。将来、私も熊本の方や、皆さんを支えられる人になりたいです。

大きな地震の中当たり前だ  
が全てなくなった。食料、水があり  
家族や友達と一緒にいられる事が  
本当はとても大切な事だと学んだ。  
今当たり前の事を当たり前出来る  
幸せ、この出来事を通して生きてく  
ても生きられなかった人がいた事を決  
して忘れてはいけない。

東日本大震災から十年…。今も苦しんでいる人がたくさんいる。でも世間からは遠い過去になってはいないだろうか。自然災害はいつでも起こる。十年前より賢くなった私たちは同じような苦しみを味わわずにすむだろうか。

令和へ語り継ぐ

平成23年3月11日に起きた“東日本大震災”。多くの人が亡くなり、多くの人が悲しんだ、そんな大震災から10年一。元号が「平成」から「令和」に変わり、震災を知らない人が生まれてきた。震災を絶対に忘れてはいけない。その思いで活動している人もいる。まだ家族を探し求めている人だっている。その中で令和の人にできることは、震災の悲惨さを伝え続けること。そのためにも、震災を経験した人が伝えること。それが大切だと思う。福島には、今、復興の光が見えている。復興のためには、今を生きる人の力が必要だ。どんな小さいことでも、復興につながるかもしれない。自分にできることを考え、よりよい福島へ飛び立とう!

家族の大切さを知った。

私たちは、6歳だったあの時、震災という初めての経験をし、多くのことを身をもって体感した。私たちは、あの時を忘れてはいけない。そして、忘れないでほしい。



## 感謝・エールメッセージ

### 高校生より

大地震が来たとき、私は小学2年生で、帰りの学活中で、新学年に上がるための荷物の移動やロッカーの片付けをしていました。すると、今まで感じたことのないゆれがおそってきて、いそいで机の下に隠れました。当時の私はビビりで泣き虫だったため、死ぬほど怖く、大泣きしていました。それを見た担任の先生は「泣いてたって変わらないからみんな頑張るよ！」と励ましてくれました。とても心強く、今も鮮明に覚えています。あの頃は水が止まったり、余震が続いたり、セブンに行ってもカップラーメンすらなかったり、とても大変で、「もう元に戻らないのでは…?!」と思っていました。でも、そんなことはなく、たくさんの人のおかげで復興は進み、魅力ある福島を取り戻せたと感じています。今のようなコロナ禍でも助け合って日常を取り戻せると信じています。

3月11日、9年前のあの日、小学校2年生だった私は、家の前で、友達と遊んでいる時に震災に見舞われた。地面が大きく揺れ動いていることに気が付いた直後、近くの塀が倒れ、驚きと恐怖のあまり、足がその場から動かなかったことを覚えている。友達と身を寄せ合っていた所を近所の家のおじいさんとおばあさんが「おいで!」と私と友達の手を取り、「大丈夫、大丈夫だよ。」と包み込んでくれた。その声と姿に今までに無い安心感を感じた。今でのそのおじいさんとおばあさんには、とても感謝している。1人ひとりが生きること必死だったあの時、目の前を照らしてくれたのは、まわりの人から受け取る優しさだった。その優しさから、懸命に生きることの意味を学んだ。福島でなきゃ、この震災から学ぶことができなかった、人の親切心や思いやり、人とのつながりや、支え合うことの力。私はこのようなことを教えてくれた福島を誇りに思う。今度は私自身が、福島を支援できる人材となれるよう、日々成長していきたい。福島に笑顔が増えるように。

私は6歳で被災し、不安と恐怖を抱えながら、それまでの生活を制限されました。しかしそれは多くの人の温かい支援で解消されました。

本当にありがとうございました。

この経験を無駄にせず、未来へとつなげていきたいです。

私が小学校2年生のときに、東日本大震災を経験した。地震が起こったときは、小学校にいて、ちょうど全校生が集まっていたときだった。最初は、またすぐおさまるだろうと思っていたが、おさまるところが大きくなっていった。とても怖かった。その怖さから私は泣きだしてしまった。あまりの振れの大きさに、机をおさえるのが大変だった。また、教師たちの焦りがこっちにも伝わってきて、さらに恐怖や心配が募っていった。幸い、全校生が集まっていたので、速やかに避難ができたし津波も来ることがなかった。後にニュースをみるととても心が痛む光景だった。私は、この経験を一生忘れない。本当に怖い思いをした。また、私よりも怖い、辛い思いをした人もたくさんいると考えると、胸が痛くなる。あれから9年、長いようで短かった。被害にあったまちも、復興がすすめられている。だんだんと震災の記憶が薄れていっている人もいるのではないかな。しかし私はまだ、あのときの状況を鮮明に覚えている。実際に体験したからだ。その体験をした人たちが、していない人たちへ、そして後世へ、内容を伝えていくべきだと思う。

私たちは、未来を変えることしかできない。

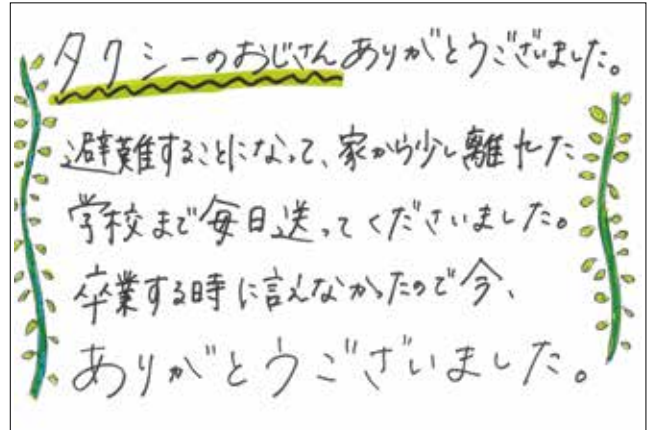
2011年3月11日、2時46分、東日本大震災がおこったその時、私は教室で授業を受けていました。当時私は小学2年生で、総合の授業を受けていたら、急に大きな揺れを感じて、机の下にもぐり、その後中庭に出て、訳も分からず、クラス全員で、体をよせあいました。地震の揺れはそれまで自分が体験したことなかったものだったので、衝撃が大きく、強く恐怖と不安を感じました。自分自身は特に被害を受けませんでした。メディアが取り上げる、地震発生時の映像や、津波の映像は言葉がでないくらい悲惨で、被害の深刻さをさとりました。福島県でも多くの犠牲者が出ましたが、10年近くたった今、除染作業や津波被害地域の復興は大まかに進み、日に日に震災の事を思い出す機会は減っています。しかし根強く残る風評被害や出荷制限、農耕放棄地など、問題は数多く残っています。自分は福島県の未来を作る担い手として、東日本大震災というつらい経験が忘れられないよう、後世に伝えていきたいです。完全な復興をとげる日はいつになるか分からず、不安なことも多いと思いますが私たち1人1人ができることを行動に移し、明るい福島県をつくりたいと思います。

10年をむかえ・あの日は雪が降っていた・原発の恐ろしさを知った・スーパーでの買い物は、個数と時間が制限されていた。

# 感謝・エールメッセージ

## 高校生より

2011年3月11日、今でも鮮明に覚えている。学校から帰宅し、洗面所で手を洗っている時に今まで体験したことのない大きな揺れに襲われた。唖然として、恐怖心はほぼなかったと思う。ただ、当時小学2年生だった私にとってはあまりに衝撃的な出来事だった。当たり前の日常は一変し、不安で不自由な生活だったが、震災があったことで、保養やホームステイ先で、福島に寄り添い、手を差し伸べてくれる多くの人と出会うことができた。これは貴重な経験だったと思う。また、被災者のために何かをしようとする人々の姿に感銘を受け、人との繋がりが大切だということに気づかされた。今後も、震災を通して経験したことや学んだことを糧にして生きていきたい。



## 大学生より

あの日から10年を迎え時が経つのが早いと思った。あの日の記憶や教訓を風化させないようにしたい。

震災直後の生活がとても大変でした。水道電気がとまり、とても不便でした。いつもできていた日常生活がどれだけ幸せなことなのかを知るきっかけでした。困った時はたくさんの方が協力して助け合って行くことが大切です。

震災から10年…これからも頑張ろう!!

ライフラインの大切さを実感することが出来た。

私は当時小学4年生でした。放射線量が高く、北海道に2週間近く泊まりました。近くのプールやテニスコートを無料で開放して頂き、思いっきり遊ぶことができました。しかし猫は家でお留守番だったので心が痛みました。また祖母の家が農家なので、一時期出荷できずにいたのを覚えています。

震災時は「大きな地震があって驚いた」くらいの感想でした。当時10歳の私は、原発が何かよくわからず、放射線の影響で外で遊ぶ家に戻ることに出来ませんでした。  
あれから何年も経ち、復興に尽力してください。大方々のおかげで今の生活があります。今後自然災害があっても、私達が思返し出来るように頑張りたいです。

東日本大震災が起きてから、自分の命は大丈夫なのか子どもながらに心配していました。スッカラカンのスーパーを見て、ごはんが食べられるか。水は飲めるのか。家は崩れないか。安心して眠れる日はいつ来るのか不安でした。外が怖くなった時期もありました。しかし、地域の人、全国の人の支援のおかげでお風呂に入れたり、行ったこともない遠い土地で思いきり遊ぶことができました。今は元気です。

震災が起きて水が止まり、放射線を外に出れなくなり、学校も行くことができませんでしたが苦しい先生やクラスメイトに会うことがなくなったので生活は大変でしたが気持ちには楽でした。

震災の記憶は、あまりありません。家の窓が割れたこと位です。ただ、自分の知り合いが亡くなったと言います。死は不意に訪れます。皆さんも、いつ何があってもいいように、やりたいことは早めにやって下さい。

震災当時はまだ幼く、私の地域での被害は停電ぐらいだったのであまり危機感を感じていませんでした。電気が復旧し、テレビで震災の映像を見てこんなに大きな災害なのかと知り衝撃を受けました。私の地域では水が止まっていたことを覚えています。その家には毎日のようにバケツを持った人達が行列を作っていました。他にも自分の畑で採れた野菜を配っている人もいて、日本での助け合う精神はすごいと思ったことも覚えています。

あれから10年と聞くと時の流れを速く感じます。あの震災を経験して、防災についての意識が変わりました。「備えあれば憂い無し」という言葉の通り、もしもに備えるのは本当に大事だなと感じました。

## 感謝・エールメッセージ

### 大学生より

震災時は小学4年生でした。体育館で卒業式の声かけの練習をしていました。地震が来た瞬間みんなピアノの下に入りました。入れなかった人は先生が覆いかぶさって守っていた。その後校庭に逃げて、雪も少し降ってて寒かった。家に帰ったら水道も電気も使えなかった。車の方がテレビも見れて地震の揺れも軽く感じたので安心してた。ご飯を食べるときは皿にサララップをしいてカレーなどを食べた。(地震の衝撃が強く食欲がなかった)この大地震を経験して、あたりまえの生活が幸せなことに気づきました。

放射線を外出できず、学校にも行けなかったので日常のありがたさを知りました。

国・市町村の多くの支援に感謝!!東日本大震災の時、私も避難所での生活を経験しました。避難所には支援物資や非常食などが届き、それによって私たちは生活することができていました。また、夏の間、仮設住宅での生活を経験しました。あの時も、被災者が入れる分の仮設住宅がなければ、その時の暮らしもできなかったと思います。国や市町村による多くの支援に改めて感謝したいと思います。

お父さん、お母さん、先生、周りの大人のひとの言うことをしっかり聞いて、学校の避難訓練にしっかり取り組み、自分の身を守るために、最善のことを尽くしてください。まだ早いと思っても腰を上げてください。あなたの行動で守られる命があります。少しの気の緩みや、油断で、未来を無くさないでください。私は震災を経験した1人として、みなさんに約束したいです。みんなで乗り越えましょう。

電気が使えるありがたみを知りました。

地震発生時は下校途中で  
はじめて地面が割れる瞬間  
を見た。  
余震が強く中唯一楽しかったのは  
テーブルの下に布団を敷いて  
弟とギョウギョウにならなかられたこと。

避難してきて約10年。  
私は震災があったからこそ、  
出会った人々に感謝しています。  
優しい人々に囲まれて、  
私は幸せです。

下校中、余震による落石で習字道具がつぶれたのを覚えています。震災後にガソリンや灯油を買うのに数時間待ち、結局買えなかつたりしてとにかく車内でムダな時間を過ごすことが何度もあり嫌でした。非常時のため、発電機用のガソリンと非常食などを備えておこうと学びました。

震災当時は小学4年生で図書館で謎解きの本を探してました。図書館にいたこともあり、地震の揺れが激しく感じました。棚からはバタバタと本が落ちてきたり、本棚の固定が外れかけており怖かったです。ただ、テーブルが大きかったこともあり、安心感がありました。この地震で、テーブルに隠れて身を守ることの大切さを改めて実感すると共に日常のありがたさを知れました。

私は当時小学4年生でした。大きな地震がいきなりきて、私たちの町を壊していきました。その時は、驚きと恐怖を感じました。初めは、この地震はすぐに収まるだろうと思っていましたが、長時間揺れが収まらなくて凄く怖かったです。あの大きな地震から時間が経ち今では普通に生活できています。あの日のことを忘れずに、いざという時のために災害の際のための準備をして対応できるようにしております。この普通の生活がこの先ずっとできればなと思います。

たくさんのご支援、ありがとうございました。感謝 当時10歳 今は元気です。

校庭に学校のみならず避難して、泣かないように強がっていたのを覚えています。夜、妹と2人で手遊びをして過ごしたことがなつかしいです。

## 大学生より

私は、巨理町の海の近くに住んでいました。震災で住んでいた家とじいちゃんが津波で流されてしまいました。地震が来た時、私は親と姉3人と学校を早退して、相馬の病院に行っていました。なんとか命を取りとめ、その日の夜は役場に行き、親の車で寝ました。朝になってから家に布団を取りに行こうとしたら目の前が海ようになっていて跡形もなくなっていました。なんとか母親の実家がある福島で過ごせることができたのですが、ずっと行方不明だったじいちゃんが死体で見つかったと突然家に連絡が入りました。いつも可愛がってくれて、親と半年に1度しか会えなくて寂しい分、じいちゃんが休みの日にお出かけに連れて行ってくれたり、凄く大好きで優しいじいちゃんでした。当時、10歳だったのでじいちゃんはきっと生きていて思っていました。私はそんな大切な人が亡くなってしまってとても悲しく感じたのと、命の大切さについて改めて知ることができました。

地震が起きた当時、私は4人の友達と家で遊んでいました。当たり前のように地震が来たら机の下、を思い出して、友達の母に外に出ようと言われ外へ避難しました。特に鮮明に覚えているのは“音”です。今までの地震はそこまで大きな音ではありませんでしたが、3.11の音は特に酷かったのを覚えています。他に印象的だったのは放射線測定器のようなものを首から下げて持ち歩いていたことです。また、雨の日は外に出ないようにと言われていたこともありました。

私は震災で人生が変わりました。家族も、人間関係も、住む場所も、私自身の人格も。震災で失くなったものは多かったです。それを乗り越え歩んできた軌跡は、無駄じゃなかったと思います。私があの日一日を過ごした小学校は震災遺構として今も残っています。震災のつめあとを見て、これからの世代に震災の恐ろしさ、それに対する対抗策を忘れないように、私自身も忘れることがないようにしたいです。

当時の辛さ、悔しさ、そしてありがたみを決して風化させないように将来の自分の子供にも語り継いでゆきたいです。

震災のあと、他の地域や県外の人との交流が多くなり友達が増えました。嫌な思い出ばかりじゃないです。

あの日、小学校で授業を受けている時に地震が来た。寒い中、校庭で親の迎えを待っていた記憶が鮮明に残っている。親の迎えを待っている間、いつもそばにいるお父さん、お母さんがいないということがすごく嫌だった。迎えが来た時、親の顔を見た時すごく安心できた。その時、親の存在があるということがありがたかった。震災から9年、私たちがあの日感じた思いはずっと心の中にあり続けます。この気持ちを忘れず、これからも一緒に頑張って歩んでいきましょう。



3.11で学んだこと、知ったこと、感じたこと  
東日本大震災当時は小学4年生でした。学校の帰り道、大きな地震が私たちをおそい、泣きながら帰宅したのを鮮明に覚えています。近くの家は火事になっていたり、道路が凸凹にとびだしていたりと、めちゃくちゃでした。あたりまえですが、家の中は食器棚やタンスが倒れほとんどのものが壊れていました。一番辛かったのは断水でした。しかし、その経験から水の大切さも分かりました。当分家の中には居れず、新潟に避難し、支援して下さる人たちに沢山お世話になりました。とても怖い体験でしたが、日本人または人のあたたかみを実感できました。  
これからの災害でどのようにすれば良いのか一人一人が支え合い協力することで早く多くの人が助かり支えになると思います!!!頑張ろう!!!

## 社会人より

福島市から離れた場所で仕事をしていた私。震災後は、地元で生きていくことにしました。風化させない為にも、私なりに震災を語り継いでいきたいです。

---

## 東日本大震災・原発事故からの 福島市復興のあゆみ

発行 令和3年3月 福島市政策調整部政策調整課  
〒960-8601 福島市五老内町3番1号  
TEL024-525-3788

監修 震災の記憶と記録継承委員（五十音順）

安斎康史委員（福島民報社編集局長）

小野広司委員（福島民友新聞社執行役員編集局長）

高橋信夫委員（福島市政策調整部長）

中田スウラ委員（福島大学人間発達文化学類教授）

宮崎恵美委員（NPO法人ReLink副代表理事）



**福島市**  
FUKUSHIMA CITY