



# 防災を学習する場づくりプロジェクト いわて三陸 防災学習プログラム

この地を訪れた一人ひとりが、自分と他者の命を守ることでできる自信と覚悟を持ち帰ってほしい。

東日本大震災津波からの教訓を次の世代の「未来のいのち」へつなぐため、

三陸地域の多様な学習プログラムを取り揃え、

防災・減災を学習する場としての取り組みを展開しています。



三陸鉄道  
震災学習列車



## プログラムの特徴

参加者の体験をベースとした主体的な学びを重視し、沿岸市町村それぞれで差別化した学びのプログラムを提供。講話やフィールドワーク、住民との対話やワークショップなどを通して、学習のねらい（目的）の達成を目指します。

## 学習プログラムの構成イメージ

旅の事前・事後学習のサポートも含め、効果的にねらいを達成する「学びの設計」をお手伝いします。

### 事前学習（旅マエ） → 現地学習（旅ナカ） → 事後学習（旅アト）

#### 現地を訪れる前のマインドセット

- ・研修のテーマやねらいを定めます。
- ・現地への理解を深める事前学習をします。

#### 活動例

- ・情報収集（パンフレット・インターネット）
- ・事前学習に対応するコンテンツの紹介

#### 体験型学習による主体的な学びの設定

- ・講話／視察／交流／対話など、能動的な活動場面を設定するとともに、伝え合うことを意識した設計により互いに学びを高め合う環境を整えます。

#### 活動例

- ・多様なプログラムの具体的な内容については、中面をご確認ください。

#### 自分ごとに落とし込むアフターフォロー

- ・現地で学んできたことを自分事に落とし込み、自身の行動変容につなげます。

#### 活動例

- ・振り返りワークショップの設計...オンラインによる現地団体との意見交換

## 現地学習素材『東日本大震災津波を知る』

命を守り、海と大地と共に生きる。

### 東日本大震災津波伝承館 いわてTSUNAMIメモリアル



東日本大震災津波の事実と教訓を伝える伝承施設。被災車両の実物、津波の歴史、避難行動の記録などの展示が見られます。高田松原津波復興祈念公園内にあり、敷地内には「奇跡の一本松」や追悼の場、道の駅高田松原などが一体となり整備されています。

今だからこそ見えるものがある。

今だからこそ学べるものがある。



## 三陸鉄道 震災学習列車

車窓から「見て」・「聞いて」・「知って」被災地の今、自分たちの防災について『考える』列車です。

- ・ガイドは、三陸鉄道社員又は沿線住民が行います。
- ・被災状況が見える場所では、列車を一旦停止又は徐行運転いたします。
- ・「震災当時の様子」、「今の被災地の状況・現状の問題」などをパネル等を使いながら説明します。
- ・乗車時間は約1時間となります。



## テーマ別モデルコース例

### テーマ：防災／減災／社会安全

- ▶ねらい：震災を振り返ることで災害をイメージするとともに、災害に対する実践的な備えを疑似体験することで、自他の「いのち」を守る心構えを養う。

▶メインフィールド：沿岸南部（宮古市～陸前高田市）

#### 1日目 東日本大震災津波を知る

プログラム① 宮古市田老 学ぶ防災ガイド  
・津波の歴史と向き合い続けてきた街をめぐる。

プログラム② 三陸鉄道 震災学習列車（宮古駅→鶴住居駅）  
・ガイドの案内でまちの復興の様子を車窓から眺める。

プログラム③ 遠野市 後方支援の重要性  
・被災現場を後方から支える自治体連携の事例を知る。

（大船渡市内宿泊）

#### 2日目 災害への備えを学ぶ

プログラム④ 大船渡市 防災×観光アドベンチャープログラム  
・スマホを活用してミッションをクリアし高台避難する。

プログラム⑤ 陸前高田市 避難所の体験／仮設住宅  
・避難後の生活（避難所／仮設住宅）を疑似体験する。

### テーマ：持続可能なまちづくり（SDGs）

- ▶ねらい：震災からの復興の歩み（プロセス）の学びを通して、今後起こりうる災害に備え、未来に続く持続可能な街と人の暮らしを実現していくためのヒントを得る。

▶メインフィールド：沿岸北部（洋野町～田野畑村）

#### 1日目 災害からの復興まちづくりを知る

プログラム① 野田村 「歩く。感じる。考える。」  
時速3kmの震災学習

- ・災害に強いまちづくりをまち歩きで体感する。
- ・ワークショップにより体感を防災意識へつなげる。

プログラム② 普代村 村を守った普代水門  
・水門建設（インフラ）により守られた実践事例を学ぶ。  
・郷土芸能「鶴鳥神楽」に学ぶ祈りの精神性にふれる。

（普代村内宿泊）

#### 2日目 持続可能な産業の復興と発展

プログラム③ 田野畑村 番屋エコツーリズム  
・人々が大切に自然共生の漁業文化の一端を体験する。

プログラム④ 久慈市 もぐらんぴあ 復活の軌跡  
・復興に向け立ち上がる人間の営み（レジリエンス）を学ぶ。

プログラム⑤ 洋野町 地域と水産業の未来の創造  
・環境変化に対応する漁場管理と具体的アクションの視点を学ぶ。

### テーマ：移住定住／交流人口の拡大

- ▶ねらい：震災を通して見直された地域（地方）の価値を、住民との対話を通して導き出し、交流人口拡大の観点から地域活性化に向けたヒントを探る。

▶メインフィールド：沿岸南部（陸前高田市～釜石市）

#### 1日目 東日本大震災津波を知る

プログラム① 陸前高田市 高田松原津波復興祈念公園  
東日本大震災津波伝承館 見学

- ・復興祈念公園内の散策（奇跡の一本松など）
- ・東日本大震災津波伝承館「いわてTSUNAMIメモリアル」館内ガイド

プログラム② 陸前高田市事業者講話  
・移住相談や空き家バンクなどを運営する団体からの講話  
・実際に移住した若者との対話

（陸前高田市内宿泊）

#### 2日目 住民ヒアリングを通して交流人口の拡大を考える

プログラム③ 釜石市 市内事業者へのヒアリング活動  
・ローカルベンチャープログラムの実践講話  
・市内事業者との意見交換（まちづくり団体・水産加工業・林業・宿泊業者など）

プログラム④ 振り返りワークショップ  
・地域活性に向けた提言のまとめ&プレゼンテーション

### テーマ：組織開発／ダイバーシティ

- ▶ねらい：有事の際に問われるリーダーシップやチームワークを平時から鍛えるべく、各種の演習を通して、環境変化に強い組織形成のポイントを学ぶ。

▶メインフィールド：沿岸南部（山田町～釜石市）

#### 1日目 震災時の組織の意思決定を学ぶ

プログラム① 大槌町 決断のワークショップ  
・まち歩きガイド（旧役場跡～おしゃっち～城山公園）  
・決断のワークショップ「クロスロード」

（釜石市内宿泊）

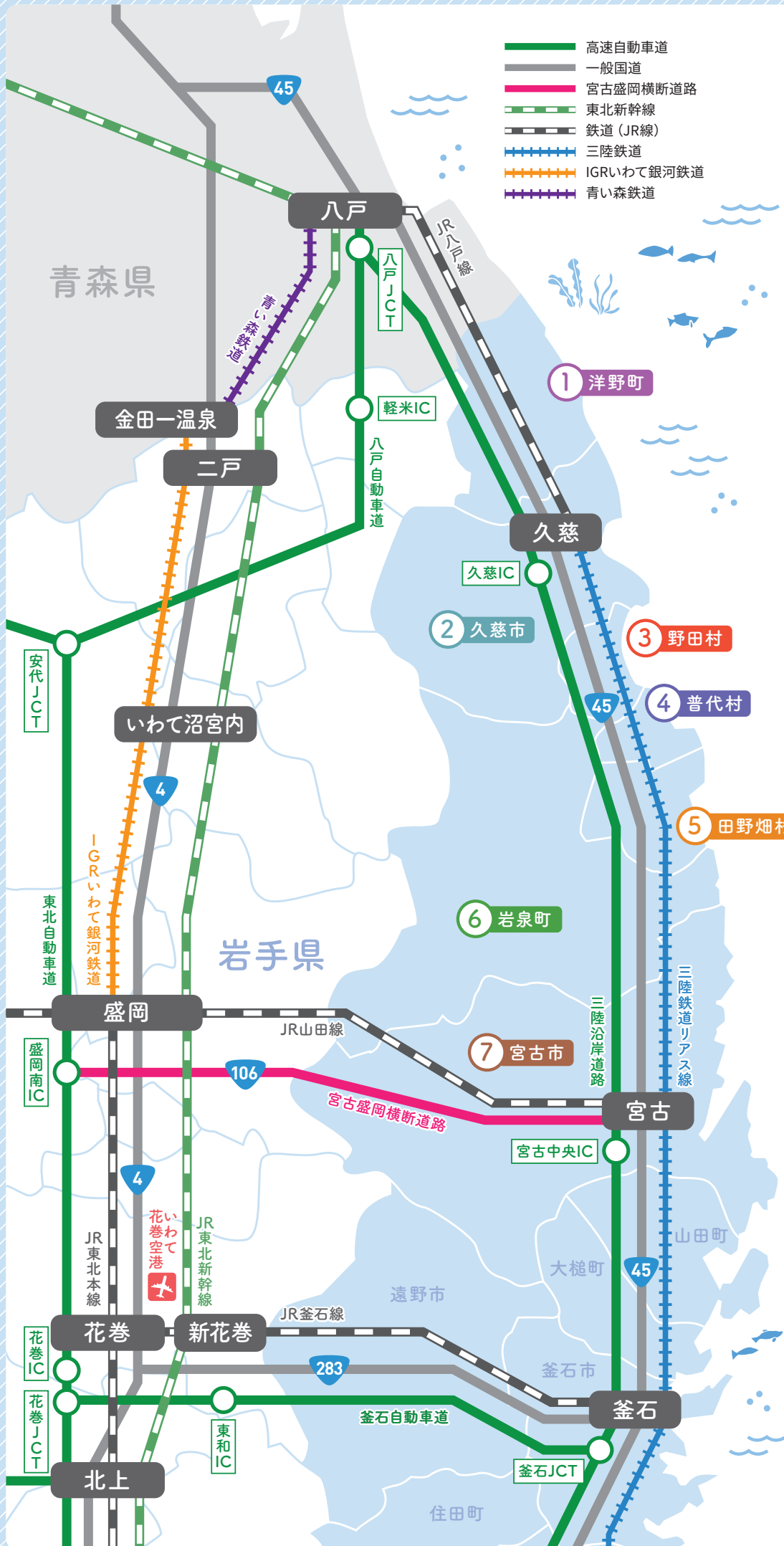
#### 2日目 有事の際に活かされる組織行動を疑似体験する

プログラム② 釜石市 震災から学ぶ組織づくり研修  
・釜石の防災教育から主体的な組織づくりのヒントを得る。

プログラム③ 山田町 防災×アウトドア  
自助力向上ワークショップ  
・チームビルドにもつながる実践的な防災スキルを習得する。

その他、学習の目的にあった訪問先や内容をご調整いたしますのでお気軽にご相談ください。（各種コンテンツは中面にてご参照を。）

現地学習素材『災害を自分事とする』～沿岸北部～



1 洋野町

テーマ  
産業再生

地域と水産業の  
未来の創造



再生型水産業により、海洋環境を守りながら産業を創る北三陸ファクトリー。これまで洋野町では、「うに牧場®」を活用し、海藻を守りながら良質なうにを育ててきました。その「うに牧場®」から、持続可能な漁業と地域づくりの形を学び、現代の私たちに何ができるのかを、ピーチクリーンや藻場再生などのアクティビティを通して学びます。

株式会社北三陸ファクトリー  
(一般社団法人moova)  
TEL 0194-75-3548



2 久慈市

テーマ  
事業再生

壊滅的な被害を受けた  
水族館の再生物語



久慈国家石油備蓄基地の作業坑を活用した地下水族科学館「もぐらんぴあ」。約200種類、3,000匹程の魚介類が展示されていた水族館は震災で壊滅するも、奇跡的に生き延びたアオウミガメ「かめ吉」に象徴される復活を遂げ、営業を再開しました。人間の不断の努力による復活の軌跡を、施設内の防災展示などとともに学びます。

久慈地下水族科学館もぐらんぴあ  
TEL 0194-75-3551



3 野田村

テーマ  
まちづくり

「歩く。感じる。考える。」  
時速3kmの震災学習



北部エリアで最も甚大な被害を受けた村が発信するのは、ビルドバックベターを实践した復興まちづくり。震災があったからこそ生まれたつながりを生かし、土地利用や宅地造成に新たな知見を取り入れ、震災前より住みやすく、災害に強く生まれ変わった街。自身の足で歩く体感のあとに用意された思考を生むワークも魅力です。

野田村未来づくり推進課  
TEL 0194-78-2963



4 普代村

テーマ  
インフラ防災

村を守った普代水門に学ぶ  
先人の英断



昭和8年の津波を経験した和村元村長は、財源や土地の活用に対し国や村民からあがった強い反対を押し切り、高さ15.5mの普代水門と太田名部防潮堤の建設を実現。東日本大震災では津波の浸水を最低限に食い止め、村内人的被害を死者0行方不明者1に抑えました。実際の水門を見学し、英断の価値とインフラによる防災の重要性を学びます。

普代村政策推進室  
TEL 0194-35-2114



施設の概要

5 田野畑村

テーマ  
文化継承

三陸の人々の生活文化にふれる  
番屋エコツーリズム



悠久の大地のエネルギー（ジオ）により生み出される三陸の海の恵みとその厳しさに共存し続けてきた人々の営みを体感する番屋エコツーリズム。漁船クルーズ、大津波語り部、塩づくり、釣り、トレイル、クラフト、シュノーケリング、芸能体験と多種多様なアプローチで、三陸に生きる人々の生きざまに迫ることができます。

NPO法人  
体験村・たのはたネットワーク  
TEL 0194-37-1211



6 岩泉町

テーマ  
企業防災

企業が果たす  
地域防災の役割と使命



平成28年の台風10号豪雨災害により大きな被害を受けた岩泉町。被災体験から当時の災害対応、人気商品「岩泉ヨーグルト」の復活のストーリーの学びと災害の教訓を生かすべく、企業として地域防災（共助）に主体的に取り組む社会貢献の理念を、講話と工場見学を通して体感できます。

岩泉ホールディングス株式会社  
TEL 0194-32-3008



7 宮古市

テーマ  
震災伝承

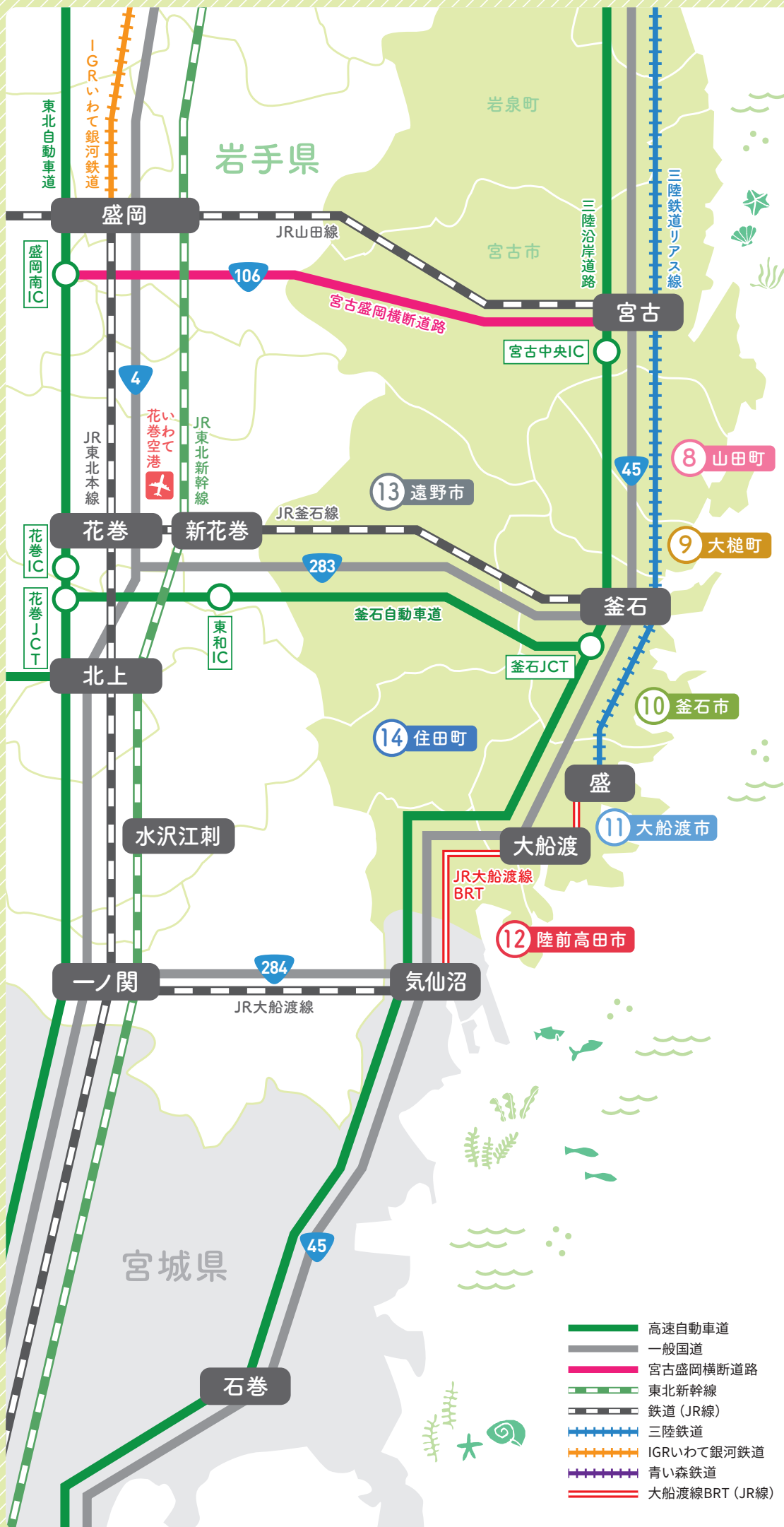
津波災害と向き合い  
続ける街で学ぶ防災

震災遺構である「たろう観光ホテル」や万里の長城と言われた巨大防潮堤の見学、当時の津波の映像視聴などを通して、防災意識を高めるプログラム。避難道の散策や電動自転車によるサイクリングなど、時間と人数に応じて柔軟に内容を調整することができます。

一般社団法人宮古観光文化交流協会  
「学ぶ防災ガイド」 TEL 0193-77-3305



現地学習素材『災害を自分事とする』～沿岸南部～



8 山田町

テーマ サバイバル

有事に役立つ 実践的スキルを身につける 自助力向上ワークショップ



キャンプインストラクターと防災士とで開発した実践的アウトドアプログラム。全天候型で対応できる陸中海岸青少年の家にて、火おこし体験から浄水、非常食炊事体験など、いざというときに役に立つスキルを、仲間と協力して体得することができます。人数と季節次第では無人島のオランダ島でも展開できるほか、町内の語り部ガイドの連携も可能です。

一般社団法人山田町観光協会  
TEL 0193-65-7901



9 大槌町

テーマ 意思決定

災害現場で突きつけられる 究極な決断を疑似体験



「いまずく搬送すれば助かる母親と搬送しても助からないかもしれない子どものどちらを救うか」。実際の災害現場で直面した正解のない課題と向き合い、意思決定とともに対話を通して深める決断のワークショップ。限りある時間と情報の中での究極の問いを通じ、災害の困難と復興の難しさを体感します。

一般社団法人おらが大槌夢広場  
TEL 080-8209-2330



10 釜石市

テーマ 組織づくり

震災から学ぶ 組織づくり研修



市内の児童・生徒の99.8%が津波から避難することができた「釜石の出来事」。その背景には、生徒一人ひとりの自主的な避難行動がありました。本プログラムでは、ケースワークと避難道追体験ツアーを通じて、当時の状況をリアルに体感するとともに、メンバーが自主的に行動するための組織づくりについて、ワークを通じて考えていただきます。

株式会社かまいしDMC  
TEL 0193-27-5666



11 大船渡市

テーマ 避難行動

スマートフォンで たどるあの日



東北大学災害科学国際研究所と共同で開発したスマートフォンを用いて避難行動を疑似体験する「防災×観光アドベンチャープログラム」。キューブを探し、QRコードを読み込むことで現れる体験談「いきる知恵」を集め、究極の選択を迫るクイズ「わかれ道」を解き、制限時間内に高台の避難場所を目指します。

株式会社キャッセン大船渡  
TEL 0192-22-7910



12 陸前高田市

テーマ 避難生活体験

自助の力を高める 避難所生活と 仮設住宅の追体験



他者の力になるためには、まず自分の命を自分で守ることが前提との視点に立ち、「自助力」を高めるための実践的な体験プログラムを提供しています。一人2㎡の避難生活体験、薪割り・かまどの組み立てからの炊き出し訓練、災害用トイレや凝固剤の演習など、経験者から話を聞きながら追体験することで、日常生活の延長でできる防災対策や在宅避難の重要性などに気付くことができます。

一般社団法人トナリノ 防災プログラム担当  
TEL 090-6568-6412



→実際に使われた仮設住宅の見学と宿泊体験ができる『3.11仮設住宅体験館』



13 遠野市

テーマ 後方支援

災害復旧に重要な 後方支援の先進事例



被災した沿岸市町村を内陸の遠野市が支えた後方支援活動。官民一体で震災前から取り組んできた実績は、災害支援の先進的な事例として、国や県、市町村、大学、研究機関等、多くの方々が学びに訪れています。3.11東日本大震災遠野市後方支援資料館には、震災遺産の展示や映像コーナーなど、災害対応の歩みが生々しく残されています。

遠野市総務企画部防災危機管理課  
TEL 0198-62-2111



14 住田町

テーマ 森の役割

森と共に生きる住田町で 自然とのかかわりを学ぶ



面積の9割を森林が占める住田町は、町全体を博物館と見立てて町内外への魅力を発信する「フォレスト・ミュージアム」の取り組み（「森の科学館構想」）が行われています。季節折々の樹木や草花、動物、きのこ、昆虫など、様々な自然を親しみながら、ゆっくりと森の散策など森林環境学習を通じて、森がもつ保水力、治水等について学びます。

住田町観光協会 TEL 0192-46-2111



## 現地学習素材

### 『物言わぬ語り部 震災遺構』

田野畑村



#### 明戸海岸防潮堤

津波によって決壊した防潮堤が、被災当時の姿のままに保存されている。コンクリートの防潮堤が大きく変形した跡は、津波のすさまじい威力を物語る。

お問い合わせ先  
田野畑村企画観光課  
TEL 0194-34-2111

津波語り部お申込み・お問い合わせ  
NPO法人 体験村・たのはたネットワーク  
TEL 0194-37-1211

宮古市



#### たろう観光ホテル

「学ぶ防災」プログラムでは、ホテルのオーナー松本勇毅さんが6階から撮影した津波の映像を視聴することができる。

「学ぶ防災」ガイドのお申込み・お問い合わせ  
一般社団法人宮古観光文化交流協会 TEL 0193-77-3305

陸前  
高田市



#### 米沢商会ビル

15mの煙突で九死に一生を得た米沢祐一さんが個人で保存する民間の震災遺構。実際の建物に入り、追体験することができる。(ガイド同伴でのみ建物内の見学が可能※要事前連絡)

TEL 0192-55-5738

## 現地学習素材

### 『教訓を後世に刻む 伝承施設』

野田村



#### 野田村復興展示室

野田村の震災前の街並みや当時の津波の映像などを学ぶことができる展示室

野田村未来づくり推進課 TEL 0194-78-2963

釜石市



#### いのちをつなぐ未来館

震災の出来事や教訓を伝えるとともに、これからの災害にむけ釜石の防災の拠点として情報発信している。

TEL 0193-27-5666

大船渡市



#### 大船渡津波伝承会

津波前後の写真展示に加え、語り部による被災体験を直接聞くことができる。

Email : info.tsunami.museum@gmail.com



三陸防災復興プロジェクト



岩手県政150周年記念  
(R4-R8)



三陸ジオパーク  
Sanriku Geopark

三陸地域の  
多様な魅力を発信

三陸防災復興プロジェクト

検索



<https://sanriku-project.jp/>

三陸地域の  
観光情報を発信

さんりく旅するべ

検索



<https://sanriku-travel.jp/>