

正解がないから おもしろい！

なんで防災が大事なんだろう？
何から始めたらいいの？

そんな疑問へのヒントを、体を動かしながら
一緒に考えましょう。

1人1人の生活が違うように、防災も十人十色。
100円から、明日からできることを
「自助」の視点でお伝えします！

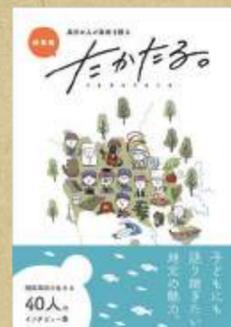
防災士
陸前高田市防災マスター

久保 玲奈



陸前高田のことを
より深く知るならこの1冊！

「たかたる。総集編」



陸前高田の歴史や文化など、地元の
魅力を高田の人みずから語る
「たかたる」。2015年から2020年度
までに発行した6冊に掲載されている
総勢40人のインタビュー記事を
一冊にまとめた総集編です。

●陸前高田市内販売店
・道の駅高田松原
・伊東文具店（アバッセたかた内）
・発酵パーク CAMOCY



●ECサイトでも販売中！
・<https://ec-tonarino.stores.jp>

詳細・予約・お問い合わせ



防災減災フィールド公式サイト
<https://www.bosai-f.com/>

一般社団法人トナリノ 防災伝承チーム

〒029-2205 岩手県陸前高田市高田町字大隅 93-1 たまご村内
メール/tonarino.bosai@tonarino.org



2023年9月発行 第2版

陸前高田 防災減災 フィールド

グローバルキャンパス・たまご村エリア



学びを深めるセットプランも
ご用意しています

A フィールド見学コース

< 内容 > ①『失われた街』模型復元プロジェクト
② 避難所と在宅避難 展示
③ 3.11 仮設住宅体験館
< 料金 > 2,500円 / 団体
< 所要時間 > 1時間

B 被災経験談コース

< 内容 > ① たまご村 視察
② 3.11 仮設住宅体験館 語り部
③ 3.11 仮設住宅体験館 宿泊研修
たまご村「わいわい」の食事つき
< 料金 > 6,500円 + 食事代 / 人 (20名の場合)
< 所要時間 > 3時間～ ※人数によって1人当たりの料金が異なります

C 被災生活イメージコース

< 内容 > ① 避難所に行かない避難 (昼食・休憩込み)
② 3.11 仮設住宅体験館 見学
< 料金 > 6,000円 / 人
< 所要時間 > 4時間

D 備え力UPコース

< 内容 > ① いのちのイメトレ
② 避難所に行かない避難 炊き出し(夕食込み)
< 料金 > 基本料金 5,000円 + 4,500円 / 人
< 所要時間 > 3.5時間

※人数によって1人当たりの料金が異なります。
※予約は背面に記載されている公式サイトよりお願いします。

各施設
見学無料!

防災減災フィールドMAP

グローバルキャンパス
たまご村エリア

※一部ワークショップなど有料コンテンツがございます

陸前高田グローバルキャンパス

2階 【『失われた街』模型復元プロジェクト』展示】
地元の皆さんの思い出の場所に「記憶の旗」がたてられた東日本大震災前の陸前高田市の復元模型を展示しています。

▶ワークショップ「いのちのイメトレ」

3階 【避難所と在宅避難 展示】
東日本大震災時の避難所の状況と、避難所生活への備蓄品や在宅避難への工夫などをまとめたパネルを展示しています。

▶体験プログラム「避難所に行かない避難」

【安田菜津紀写真展】
フォト・ジャーナリストの安田菜津紀氏が東日本大震災直後から撮り続けてきた陸前高田の街と人々の営みの写真の一部を、彼女自身の言葉と共に展示しています。

3.11 仮設住宅体験館

震災時に使用した応急仮設住宅の一部を活用し、震災の教訓を伝え、防災・減災を学ぶ「体験宿泊施設」を整備しています。展示室のパネルに記載された元住民の言葉と共に、暑さや寒さ、狭さを感じることで、よりリアルに追体験することができます。防災食も販売中!

▶体験プログラム「見学」「語り部」「宿泊研修」

たまご村

2012年6月にオープンしたプレハブの「仮設商店街」が、2020年7月に「村」として再スタートしました。中心市街地に移転・再建できない人や、市内外のNPOなどの異業種連携を図っています。

▶研修プログラム「たまご村 視察」

(陸前高田グローバルキャンパスから車で約10分：高田町大隅93-1)

ワークショップ

発災時、自分に何が起こるか想像する

いのちのイメトレ

陸前高田グローバルキャンパス 2階

震災前の復元模型を使って津波の威力を知ると同時に、地域の人から「なぜこの町に生き続けるのか」を聞きます。その後、災害時の状況を自分自身の問題としてイメージするトレーニングツール「目黒巻※」を使って、自分の防災力を見つめ直し身の回りの防災対策につなげる対話型ワークショップを行います。

※防災を専門とする東京大学目黒公館教授が考案した災害シミュレーションツール

こんな人にオススメ!

- 震災前から続いている魅力を知りたい
- 高田町・気仙町の浸水区域～復興エリアの全体像を見たい
- 話を聞くだけでなく、自分自身の防災対策をリアルに考えてみたい

※1週間前までのお申し込みをお願いいたします。



定員	1-20名
時間	1.5時間
料金	基本料金 5,000円 +1,500円/人

体験学習

生き延びるための知恵を身につける

避難所に行かない避難

陸前高田グローバルキャンパス 3階

避難所生活の過酷さを知り、できるだけ普段の生活と変わらない環境で過ごす「在宅避難」のために必要な備えを学ぶプログラムです。

①自宅を安全にする耐震化・家具固定

避難所1人あたりのスペース(2㎡想定)に寝転び、床の固さや冷たさ、隣の人との距離を体験します。在宅避難ができるよう、自宅の耐震化や家具固定の必要性について学びます。

②何よりも先にトイレの準備

食べるのは我慢できても、排泄は我慢できません。過去の災害で起こった健康障害や性被害の原因のほとんどはトイレで起きていました。トイレに困らないための対策として、凝固剤とビニール袋を使った実験を行います。

③地域のお母さんたちの炊き出し

震災時に炊き出しをしていたお母さんたちと一緒に、羽釜でお米を炊きます。可燃物の調達、焚き火台の組立て、火力の調整などを体験し、防災食と一緒に食事をとります。

こんな人にオススメ!

- 避難所と在宅避難それぞれのメリットを知りたい
- 身近なものでできる防災対策を知りたい

※2週間前までのお申し込みをお願いいたします。



<①②③すべて>

定員	4-60名
時間	3.5時間
料金	6,000円/人

<①②または③のみ>

定員	4-60名
時間	①②1.5時間/③2.5時間
料金	3,000円/人

体験学習・宿泊

復旧・復興期の暮らしを追体験する

3.11 仮設住宅体験

3.11 仮設住宅体験館 ※休館日:10-6月の水曜日と木曜日、年末年始

実際に仮設住宅で生活した方々からヒアリングを行い、当時の部屋を再現した施設です。

①見学 仮設住宅での生活を体験された方達の話を中心に、スタッフが展示室をご案内します。

②語り部 地元住民の「語り部」が災害時の経験談をお話します。語り部によってお話できる内容が異なり、ホームページより希望する語り部を選択できます。

③宿泊研修 家族構成別に再現した7部屋の内、ご希望の部屋タイプで宿泊研修いただけます。防災食を販売しています/調理器具を貸し出します(食材はご用意ください)/語り部とセットでのお申し込みを推奨しています/



こんな人にオススメ!

- 本設の家に移るまでの期間をどう乗り越えたか知りたい
- 宿泊時間にも学びを得たい

<語り部>

定員	1-35名
時間	3時間
料金	1-9名…8,000円/回 10-19名…10,000円/回 20-35名…15,000円/回

※7営業日前までのお申し込みをお願いいたします。

<宿泊研修>

定員	1-26名
料金	1DK(1-2名定員) 10,000円/室 2DK(1-4名定員) 13,000円/室 3K(1-6名定員) 16,000円/室 +寝具代1,000円/人

※7営業日前までのお申し込みをお願いいたします。

※1名あたりの金額は、上記料金を利用人数で割った金額です。



Instagram



LINE公式アカウント

研修

地元食材を食べながら経験談を聞く

たまご村 視察

仮設商店街 たまご村

「事前復興※による商店街活性化をテーマにした視察プログラムです。村長が経営する「カフェフードバーわいわい」の食事を食べながら講話を聞くことができます。

東日本大震災で建設された仮設商店街のうち、個人で払い下げ(譲渡)を受けて営業継続している事例は全国でここだけ!

次の大災害での被害を最小限に抑えるために、失敗談までお話しします。※災害が発生した際のことを想定し、被害を最小化につながる都市計画やまちづくりを推進すること

こんな人にオススメ!

- 復興・まちづくりを頑張っている人の話を聞きたい
- 次の災害に向けて必要な取り組みを考えたい

※2週間前までのお申し込みをお願いいたします。



定員	4-30名
時間	1.5時間
料金	基本料金 20,000円 + 食事 605円~/人