

# 大震災と日本人

## The Great Earthquake and Japanese Correspondence

肥 後 温 子\*

Atsuko HIGO

### 1. 大地震後の二年間を竹藪の中で暮らす

日本は災害の多い国である。実父である尾籾忠旦の著書『茜部荘（あかなべのしょう）の周辺』（昭和55年発行）には、岐阜市で起きた災害の歴史が詳しく書かれている。明治24年10月28日6時37分にM8.4の濃尾大震災が発生して岐阜市の家屋の大半が倒壊、火災により元岐阜町の過半数が消失した。その後も余震が続き、明治26年までに3398回（うち烈震11回）の地震があった。その間、人々は竹藪の中で暮らしたという。

実家には洪水の折に流れてきた円空仏を祀った観音堂があり、そのため幼い頃に水害や震災の昔話を何度も聞いた。長良川、木曽川、揖斐川の三つの河川が流れる岐阜市の中でも西濃地方は洪水が多く、1586年から1753年までの167年間に92回もの洪水があった。九代将軍家重に木曽川の治水工事が命じられたが困難をきわめ、当初予算三十万両の九倍の予算と八十余人の死者を出して暴れ川はどうか静まったという。



写真1 洪水で流されてきた円空仏（右）と観音堂

『日本は天災の多い国！』を示す数字は残念ながら多い。飛鳥から江戸時代のおよそ1400年間に、天候不順等による規模の大きな飢饉が500回、疾病の流行が300回もあった。3年に一度は日本列島のどこかで大きな飢饉が発生しており、日本民族の体格は貧弱で寿命は短かった。日本人の男性身長は鎌倉時代約159cm、室町時代約158cm、江戸時代約157cmであり、平均寿命が50歳を超えたのはわずか半世紀前であるという。

### 2. 災害とともに生き復興した歴史に学ぶ

「日本人は災害とともに生きてきた。」

『絆』の著者である山折哲雄氏は、それが日本人の精神性（無常観）にも表れていると言う。大震災後にテレビに映し出された被災者の表情は、「おだやかで、無表情で、がまん強い。」大きな災難に遭遇した時、なりふりかまわず嘆き悲しみ、略奪事件が起きる国もめずらしくないなかで、日本人の冷静な態度に驚いた外国人は多かったにちがいない。日本人は災害とともに生きてきた長い歴史の中で何事も受け入れる精神性を育んできたのではないかと、宗教学者の山折氏は語っている。

\* 文教大学健康栄養学部教授

天災に加えて戦争という悲劇もあった。

春学期に戦後史を教える機会があったので、「敗戦、焼け野が原、食糧難の中で日本人がけんめいに働き、たった20年で日本が世界トップの経済大国に躍り出るといふ偉業を成し遂げた栄光の史実」を、例年よりも力を込めて学生に伝えた。

第二次世界大戦が終わった昭和20年、日本では餓死者がでるほど食料が不足し国土が疲弊しきっていたが、欧米並みの文化生活にあこがれ、追いつけ追い越せと死にものぐるいで働いた結果、わずか20年後の昭和41年にはGNP世界第二位を達成する！という離れ技をやったのけたのである。

飽食の時代に育った今の若者には、死にものぐるいで働くほどのハングリー精神をもつ者が少ないようにみえるが、この度の震災の中でがんばる若者の姿にたくましさを感じた人も少なくないのではないだろうか。

### 3. 災害現場からのNPOキャンパー活動報告

3月11日に東日本大震災が発生。「3月16日にはNPOキャンパーから無洗米1トン、アルファ米3,500食、漬物1トン、味噌100kg、粒あん200kg、炊き出し機材1トンを送り出した。」と、キャンパー報告は伝えている。野菜を集めて3月19日には石巻小学校での炊き出し活動を開始したが、ドブ臭い環境の中で「炊き出し場所の確保が最初の課題」になったという。

「最初の頃は炊きたてご飯、具だくさんの味噌汁、漬物の繰り返しでしたが、一週間以上冷たいおにぎりと菓子パンで過ごされた皆さんにたいへん喜んでいただきました。」平成23年度の日本調理科学会（群馬県高崎市で開催）の会場でNPOキャンパーからの報告会があり、直に活動報告を聞くことができた。「怖い映像は放映されませんが…、死人が居そうな所には旗が立てられていて…」、といった生々しい経験談もあった。

日本調理科学会では約6年前から災害時の非常食献立（地域別）を学会誌に掲載し、NPOキャンパーの作った食事を学会開催時に試食する試みを行ってきた。栄養士、管理栄養士が多い学会だけに、限られた食材を使ったおいしくて栄養バランスのとれた非常食献立が集まり、マニュアル本として準備されていたが、震災の当初は根菜（大根、人参、さつまいも、ごぼう等）しか手に入らず、「根菜だけの日替わりメニューを教えて欲しい。」とSOSを送らなければならなかったという。

冷蔵庫の導入とともに使える食材が増え、『災害時炊き出しマニュアル』に賞賛と感謝の声がたくさん寄せられるようになった。3月19日～5月7日までの50日間で41,330食を被災者に提供する際に、必要な食材数が目目でわかるマニュアルはたいへん便利で役立ったという。

温かい食べ物が傷ついた心をいやし、人々の絆を強め、明日への活力を生み出してきた。『復興の陰に食べ物あり』である。その一躍を担っているというプライドがNPOキャンパーの活動を支えていると思った。

### 4. 達成された節電目標

1997年に地球温暖化防止のための京都議定書が採択され、2008～2012年までに温室効果ガスの5%（1990年比）を削減する目標が定められた。ところが、目標達成どころかエネルギー消費量（民需と運輸）は増え続けるありさま。政府の省エネ策や民衆の節電意識とは裏腹に、電気・ガス消費量が減らないのである。

日本は輸入食材が多いためにフードマイレージが世界一高く、輸送のためのエネルギー消費量が多い。ひとり暮らしが増えていることも、エネルギーの民間消費量を押し上げる一因になっている。も

うひとつ、家庭用の電気・ガス機器を調査する中で、ハイパワー製品が増加の一途をたどっている事実が気になった。ハイパワー製品は熱効率が低くエネルギーの無駄が多い。しかも多くの消費者は、ハイパワー製品が省エネの敵であることを知らないのである。「食環境レポート、進むキッチンハイパワー化」(肥後、平野、調理科学、1998)でその事実を告発し、省エネ教育の必要性を訴えたのもこの頃である。

2011年の大災害が日本人の意識を変えた。エネルギー消費量の5%削減目標すら達成できなかった十余年の年月がうそのように、15%もの削減率が達成できたのである。夏の電力危機を乗り切れたのは、日本人の心がひとつになり、一致団結して電力需要を控えた『節電のおかげ!』である。

## 5. 自然の冷気をもらう生活の知恵

節電術のヒントは、『昔ながらの生活の知恵』の中にあった。昔の住居には『風の流れ』があり、縁側や緑の木々、井戸や水辺から自然の冷気をもらう暮らしがあった。街の中に風の流れや水辺の涼しさをよび込もうという都市計画構想や、地下の冷気を室内に送り込もうというエコ住宅設計が急速に脚光を浴び始めた。涼をよぶ打ち水、すだれ、緑のカーテンの手法が話題をまき、土鍋、魔法瓶、ほうき、便座カバー、扇風機などの『昭和の道具』が節電グッズとして返り咲きしたという。



写真2 わが家の暑さ対策(1)  
廊下(手前)とぬれ縁(中央)越しに見る緑の花木



写真3 わが家の暑さ対策(2)  
すいれん鉢や鉢植えにも日よけのすだれとネットを

日本人の多くは付和雷同型で、時代に流されやすい欠点がある。明治時代の廃仏希釈で貴重な文化財が海外に流出したように、昔ながらの生活用具や生活術、長年続けられた助け合いの精神や質素でつつまじやかな暮らしが、忙しい世相、豊かさを追い続ける暮らしの中で忘れられてしまった感があった。豊かな物資に囲まれ、大量消費があたりまえになっていた中で、『震災の恐怖』『停電』『原発事故』…は、安寧な生活に一撃を投じる事件であったことは確かである。震災を契機に、日本人が忘れていた何かを取り戻したように思うのは私だけだろうか。節電・エコ生活の実践が一時的なもので終わらないことを願うばかりである。

## 6. 消えた電気メーカーのコマーシャル

震災後消えたものに、電気メーカーのコマーシャルがある。加熱用の熱源としてガステーブルと肩を並べて販路を競っていたIHクッキングヒータの宣伝が一時的であれ姿を消したのである。同量の

熱エネルギーを発生するためにかかる費用（燃費）は長い間電気の方が高かったが、IHヒータ（熱効率80～90%）の登場で、ガス火加熱（熱効率40～50%）と電熱加熱の燃費とがほぼ同一になった。電熱はクリーンで安全、手入れも楽とあってIHヒータの普及率が順調に伸び、ガス火との競争が激化していたのである。

業務用の熱源についても電化厨房への関心が高まり、電化製品の導入が進んでいた。厨房は蒸し暑くて3K職場になりやすい。熱効率の高いIH熱源を使えば快適な厨房環境が得やすいという理由で、普及率が順調に伸びていた。その矢先の大震災である。電化キッチン、電化厨房の伸びが、電力の需要制限によって揺らいだことは間違いない。

平成3年と4年の二年間、私は東京電力の委員を務めたことがある。各界の著名人が委員に選ばれて電力供給のしくみを勉強し、電力社員と意見交換をするもので、柏崎の原子力発電所（放射線物質を閉じ込めるための五層構造をもつ）を見学し炉心中央で写真もとった。『発電にリスクはつきもの』である。石油、石炭、LNGは温室効果ガスを発生するし（CO<sub>2</sub>排出量 g / kWhは、石油742、石炭975、LNG608、原子力22、水力11、太陽光53、風力29）、水力発電は環境破壊を招く。太陽光や風力発電には大量の機材が必要で、即発電量をまかなえる状況にはほど遠いのが実状である。

電気料金が安くなっていた一因に、原子力発電による原油の削減（20%以上）があった。電気事業分科会の試算による『発電コスト』（円 / kWh、2004年）は、原子力5.3～7.3、水力10.6～11.9、石油火力10.7～12.2、LNG火力6.2～7.0、石炭火力5.7～7.2となっている。もちろん、事故前の試算であるが、自然エネルギーを使う代替基盤は未だ弱いし、温暖化の要因となる火力発電は避けたいとなると、今後の電力供給に不安が残る。

エネルギー供給が滞ったために日本経済が疲弊し、就職難民がさらに増えても困る。となると、原子力発電を廃止する方向に賛成するが、現実には段階的に廃止し、その一方で節電に協力するしかないと思っている。

## 7. 火なしコンロ

そこで、節電術についてもう少し書いておきたい。沼畑金四郎著の『燃料の科学』（昭和39年発行）には、火をわずかししか使わない加熱調理器として『火なしコンロ、火なしカマド』が紹介されている。市販品もあるが、石綿や鉋屑、ふとんを使って手作りしてもよい。沸騰した鍋をこの中に入れて保温すれば数十分間は80℃以上を保つので、余熱でご飯炊きや煮物ができる。2011年3月22日の日本農業新聞に、新聞紙、バスタオル、座布団を使った保温調理法が紹介されていたので、イラスト付きの調理法を紹介しておく。

電子レンジとIH加熱器は、外部で熱を発生しないからエネルギーのムダが無い。私はこの両者を『現代版火なしコンロ』と呼んで加熱原理を説明してきた。消費エネルギー量は消費電力×使用時間だから、加熱時間が短い電子レンジはエネルギー消費量（kWh）が他の加熱法の1/4～1/3と少ない。省エネルギーセンターも認める節電機器であるが、「電子レンジは電気を大量に消費するので避けましょう。」と誤報されたことがある。電気製品の中にも、風評被害にあって苦戦しているものがあるように感じた。

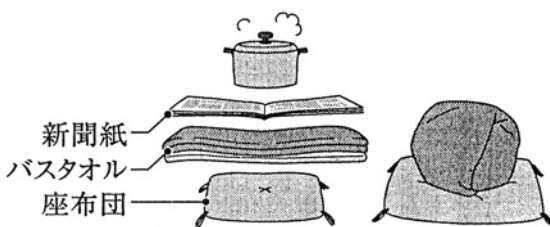


図1 煮込み鍋の保温調理法

缶詰などを使った『節電レシピ』も脚光を浴びた。缶詰は調理済み食品なので加熱や調味の必要が無く、溶け出した旨味成分がだしの代用にもなる。鮭缶と玉ねぎをマリネにしたり、さんまのかばやき缶とささがきごぼうとを合わせて丼にしたり…のレシピは、忙しい時にも使えて一石二鳥である。

## 8. 塩釜、松島、陸前、野蒜、石巻から福島へ

2011年9月9～11日、仙台で食品科学工学会があったので、足を延ばして塩釜→松島→陸前→野蒜→石巻へ行ってきた。仙石線が途中寸断されたままで松島→矢本まで代行バスに乗り換えるルートであったが、代行バスの車窓から見る光景は、テレビ報道そのままの衝撃的なものであった。

始めは青いシートのかかった屋根が見える程度であったが、そのうちに壊れた外壁や窓ガラス、一階部分がむき出しの家屋、全半壊の家屋が目立ち始め、立ち枯れた木が多くなった。山積みされた家具や壊れた自動車、骨組みばかりの工場、打ち捨てられたカキ小屋も見える。山のかなたまで野原が続いていたり、広大な水たまりがある地域にも元人家があった形跡がある。「家が家を押していくんですよ。」「1000年に一度の大震災と学者が言っていました。」「女の子達が地面に座り込んで泣いていましたよ。」「とにかく怖かった！立っていることもできないのですから。」…無言で車窓を眺めていた乗客に話を向けると、堰を切ったように話してくれた。

野蒜から十名くらいの学生らしい集団が乗り込んできた。教員を目指していて、小学校で教員の補助をしながら児童の話し相手をするボランティア活動をしてきたという。付き添いの先生も胸の中にしまいきれなかったのだろう。「小学校が避難場所になっていたが、体育館にいた人の大部分は津波の犠牲になって…」と、終点の仙台駅まで話し続けられた。仙石線まで乗ったタクシーの運転手さんの「仙石線の方でお金を使ってくださいよ。タクシー料金の端数はいらないから。」の言葉から始まった被災地めぐり。やりきれない現実と、人の温かさを同時に味わった一日となった。

10日（土）の夜は、原発事故のあった福島で泊まった。ちょうど仙台で恒例になったジャズフェスティバルがあり、800名以上のミュージシャン



写真4・5・6

代行バスの車窓から見た被害にあった住宅(1)(2)(3)  
全壊の住宅は取りこわしが進み、一階部が破壊された  
建物が目立った。のびる店の表示が見える

(プロ、アマを含む)が集まる大イベントが重なって、仙台で泊まれなかったのである。福島に行く車中には緑豊かな山村の景色が広がり、街は静かでおだやかであったが、翌日が震災六カ月目の節目の日とあってテレビは震災一色。「水族館の入場者数が例年の1/4…。」「子供を外で遊ばせたいから疎開させようかと思っている。」など、身近な人の声をレポートしているだけに、真に迫るものがあった。とにかく、長い、長い一日であった。

## 9. 『うまし国東北』『東北は日本で一番良い所』の誇りをもう一度

車窓や街中では、『ふれ愛、ささえ愛』『がんばろう〇〇』の文字が目についた。研究機材の多くが被害を受けたという東北大学で予定通り三日間の学会を開催した努力に、まず敬意を表したい。発表数も例年と変わらなかったというが、研究に支障をきたした人も多かったと思う。実験動物を逃がすわけにいけないので殺したという話しも聞いた。懇親会では、「お帰りの折は、ぜひ『うまし国東北』を宣伝してください。」の挨拶があり、その言葉通りほんとうに心のこもった美味しい海・里・山の幸が並んだ。

「『東北は日本で一番良い所』ですよ。」同じ言葉を、東京と東北で三度ほど聞いたことがある。講演依頼が多く日本全国をまわってきたが、東北は自然にも文化にも日本らしさが残る地であり、故郷を愛し誇りにして大切に受け継いできた地であると思う。

絵のような松島の日本三景は、うれしいことに健在であった。カキ料理はできませんとの貼り紙もある中、一年中カキ料理を出している店が目に入った。注文したのは、名古屋の鰻のひつまぶしをヒントにしたという『カキのひつまぶし御前』とカキのオイル漬けや燻製、塩辛を盛り合わせた『珍味アラカルト』である。モダンな食器とオリジナルな黒酢を使った自家製マリネが色鮮やかで、カキでとったひつまぶしのだしがおいしかった。伝統を守りながら、世界の料理の『良いところ取り』をする、そんな料理が私は好きである。

『うまし国東北』を応援し、『日本で一番良い所』が復興した姿を見たいから、また来ようと思った。



写真7 自家製マリネがついたひつまぶし御前(右)と珍味アラカルト(左端)

## 参考資料

- 尾籾忠旦：茜部荘の周辺、中部日本印刷、1980
- 山折哲雄：絆 いま、生きるあなたへ、ポプラ社、2011
- 肥後温子、平野美那世：進むキッチンハイパー化—大型化・高火力化・多機能化の現状、調理科学会誌、Vol.31, 241～245 (1998)、省エネ策をさぐる、Vol.31, 341～345 (1998)
- 切り抜き速報、食と生活版、ニホンミックス、2011
- 東京電力：原子力発電の現状、2008
- 沼畑金四郎：燃料の科学、光生館、1964
- 野崎洋光：おいしい節電レシピ、東洋経済新報社、2011