

# 青森

 最大震度 5強	 全壊 308棟	 死者 3人
 浸水面積 24km <sup>2</sup>	 半壊 701棟	 行方不明者 1人
 最大浸水高 11.18m(八戸市)	 一部損壊 1,005棟	 負傷者 110人

## 2011年

- 3月14日 … 弘南鉄道、全線運転再開
- 3月15日 … JR津軽線、全線運転再開
- 3月16日 … 八戸市の魚市場一部再開
- 3月17日 … 被災者への県営住宅提供の受付開始  
JR大湊線、全線運転再開  
青い森鉄道、全線運転再開
- 3月19日 … JR五能線、全線運転再開
- 3月20日 … 東北電力八戸火力発電所、運転再開
- 3月26日 … 青森県が県外からの一時避難者の受入を開始
- 4月6日 … 青森県内の停電がすべて解消



活気あふれる館鼻岸壁朝市(八戸市)



第一魚市場での水揚げの様子(八戸市)



八太郎1号埠頭付近の被害の様子(H23.3.12撮影・八戸市)

復旧後の八太郎1号埠頭付近(八戸市)

- 4月23日 … 青森デスティネーションキャンペーン「がんばろう日本!がんばろう東北!」が開幕(7/22まで)
- 4月30日 … すべての公共施設の避難所を閉鎖
- 5月7日 … 三沢魚市場が再開
- 6月1日 … 青森県が県外からの避難者へ民間賃貸住宅の無償提供を開始
- 7月3日 … 館鼻岸壁の日曜朝市が再開。入出は約6万人
- 7月19日 … 八戸市魚市場が全面再開

## 未来へつなぐメッセージ

東日本大震災を経験した被災者が語った体験談。  
震災当時をどんな気持ちで過ごしていたのか想像しながら読んでみましょう。

※「東日本大震災 平成23年3月11日—その記録と記憶—」平成25年3月、青森県より抜粋

平成23年3月11日午後2時46分、突然大きい地震があり、事務所内の棚から物が落下し、恐怖であった。暫くすると電気が消え又、電話が不通になり仕事が出来なくなったので従業員全員が帰宅することになった。

帰宅途中信号機が不能になり車の渋滞が続いている現実を目の当たりに見て、恐怖を感じながら帰宅した。

この日は、三八城公民館で交通安全協会沼館城下支部の定時総会を実施することになっていたが大地震のため中止となった。公民館は避難場所に指定されていたので、総会のために準備していたすいとんを婦人部のみんで作って、避難された大勢の皆さんに食べてもらった。

又、ストーブが使用出来なかったため、寒さをしのぐため、お湯を沸かしペットボトルに入れて数か所に置いて暖をとってもらったようにした。

今回、1,000年に一度有るか無いかの未曾有の大災害に見舞われたことは、後世に絶対あってはならないことを祈りたい。

八戸地区交通安全協会沼館・城下支部  
婦人部長 三浦 トミエ(八戸市)

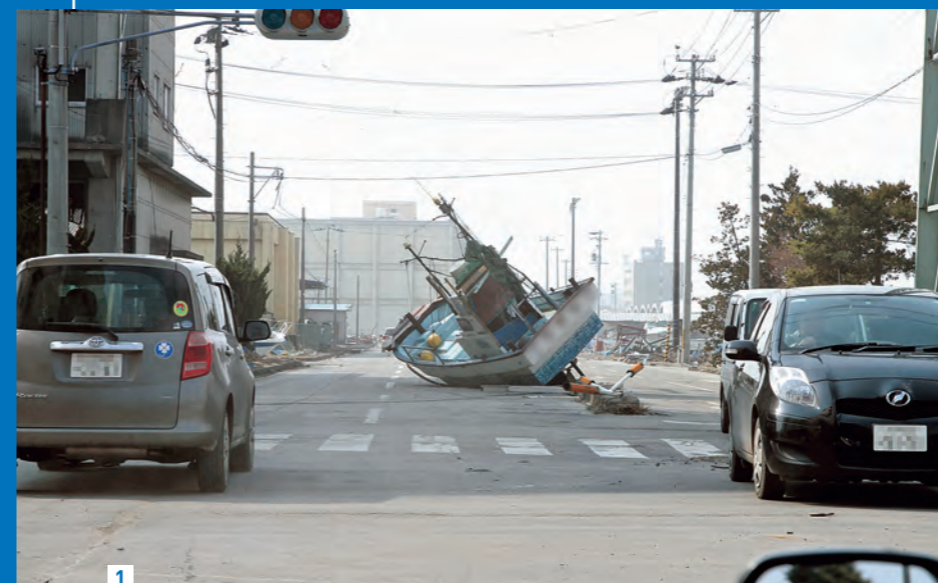
私は商工会女性部長の西村です。今回の東日本大震災では店と自宅が津波の被害を受けました。まさか自分の身に100年に1回の災害が降りかかるなんて思いもしませんでした。当日は加工施設で仕事をしていましたが、地震があって、停電になって、いつもとは少し違った感じだったので、とりあえずは高い方の親戚の家に避難しました。自分は線路の方で真っ黒な波が、下の道路に来て浜小屋が映画のセットのように流れていったのが今でも目に焼きついてます。二日後のテレビを見るまでは自分が最大の被災者と思っていました。福島、宮城、岩手の方々には比べたらと思うと涙が出てきた事を思い出します。

被災直後は、これから先の事を考えると、不安でしたが、お客さんが待っている事を思うとやり直ししようと思い、いち早く行動を起こしました。お陰様で人には被害が無かったことが幸いでした。

今回の被災ではじめて全国の皆様方からたくさんの義援金・支援金などをいただき本当に感謝の気持ちでいっぱいでございます。これからは自分で出来る限りの事は、自ら進んでやるように、地域の役に立てるように頑張ります。

最後に、これから先も大災害がおこるかもしれませんが、まず第一に自分の命を守り、地域とともに生活を守っていきたくと思います。

階上町商工会  
女性部長 西村 トシ子(階上町)



1



2



3



4



5



6

1 八戸市街では漁船が道路に乗り上げた 2 八戸市の白浜海水浴場はがれきの山に 3 三沢漁港内の道路には漁具などが散乱した 4 おいらせ町内の県道19号は津波被害で通行止めになった 5 おいらせ町川口地区の住宅地も被害を受けた 6 階上町大蛇地区に押し寄せる津波。幸い人的被害はなかった

※写真提供/青森県

※参考・引用資料  
●東日本大震災 平成23年3月11日—その記録と記憶— 平成25年3月、青森県  
●「平成23年(2011年)東北地方太平洋沖地震」による各地の震度、平成24年12月、気象庁  
●津波による浸水範囲の面積(概略値)について(第5報)、平成23年4月18日、国土地理院  
●津波痕跡データベース、東北大学災害科学国際研究所 東北地方太平洋沖地震津波合同調査グループによる現地調査結果  
●平成23年(2011年)東北地方太平洋沖地震(東日本大震災)について(第162報 別紙)、令和4年3月8日(火)14時00分、消防庁災害対策本部

一歩ずつ前へ復興のあゆみ

あの日何が起きたのか...



# 岩手

最大震度 6弱	全壊 19,508棟	死者 5,145人
浸水面積 58km <sup>2</sup>	半壊 6,571棟	行方不明者 1,110人
最大浸水高 38m(宮古市)	一部損壊 19,066棟	負傷者 213人

一歩ずつ前へ

# 復興のあゆみ

## 2017年

- 4月27日…商業・図書館複合施設「アパッセたかた」オープン
- 4月29日…商業施設「キャッセン大船渡」オープン
- 12月8日…釜石市民ホール「TETTO」開館記念式典を開催



## 2018年

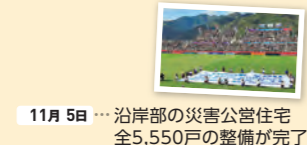
- 6月2日…「東北絆まつり2018盛岡」開催
- 6月10日…「大槌町文化交流センター おしゃっち(P38)」開館
- 8月19日…釜石鶏住居復興スタジアムが完成し、オープニングイベントを開催



- 10月1日…宮古市中心市街地拠点施設「イーストピアみやこ」供用開始
- 12月14日…陸前高田市立気仙小学校の校舎が新築され、県内の被災公立学校86校すべての再建が完了

## 2019年

- 3月9日…復興道路「東北横断自動車道釜石秋田線」全線開通
- 3月23日…三陸鉄道「リアス線」全線開通
- 6月9日…「みちのく潮風トレイル」全線開通
- 9月22日…「東日本大震災津波伝承館(いわてTSUNAMIメモリアル・P46)」が開館
- 9月25日…ラグビーワールドカップ2019日本大会で、フィジー対ウルグアイ戦が釜石鶏住居復興スタジアムで開催される



## 2020年

- 3月22日…「復興の火」としてオリンピック競技大会の聖火が岩手に到着(大船渡市・宮古市・大槌町・山田町)
- 5月18日…三陸鉄道リアス線「新田老駅」開業(宮古市)
- 8月1日…大船渡港野々田地区緑地公園(サン・アンドレス公園)がオープン(大船渡市)
- 12月7日…災害公営住宅県営南青山アパート(盛岡市)が完成し、県内の災害公営住宅全5,833戸の整備が完了
- 12月17日…陸前高田市気仙町今泉地区で「陸前高田発酵パークCAMOCY」が開業

## 2021年

- 1月23日…まちづくり連携道路「主要地方道重茂半島線」完工(宮古市・山田町)
- 3月28日…復興道路「宮古盛岡横断道路」が全線開通
- 12月18日…復興道路「三陸沿岸道路」全線開通

※参考・引用資料

- 岩手県東日本大震災津波の記録,平成25年3月発行,岩手県
- 「平成23年(2011年)東北地方太平洋沖地震」による各地の震度,平成24年12月,気象庁
- 津波による浸水範囲の面積(概略値)について(第5報),平成23年4月18日,国土地理院
- 津波痕跡データベース,東北大学災害科学国際研究所 東北地方太平洋沖地震津波合同調査グループによる現地調査結果
- 平成23年(2011年)東北地方太平洋沖地震(東日本大震災)について(第162報 別紙),令和4年3月8日(火)14時00分,消防庁災害対策本部
- いわて復興の歩み(第5版),令和3年5月発行,岩手県

## 2011年

- 3月16日…三陸鉄道北リアス線陸中野田〜久慈間の運行再開(以降、4月1日までに他2区間で運行再開)
- 4月9日…県内初となる応急仮設住宅への入居開始(陸前高田市)
- 7月26日…自衛隊が支援活動任務を終了。県庁前で感謝式開催
- 8月11日…県内すべての応急仮設住宅が完成
- 8月31日…県内のすべての避難所を閉鎖



## 2012年

- 2月10日…国が復興庁を設置し、盛岡市に岩手復興局、宮古市と釜石市に支所が設置される
- 4月1日…いわてデスティネーションキャンペーンを開催
- 12月10日…県内で初めて災害公営住宅への入居開始(大船渡市盛中央団地)

## 2013年

- 3月2日…JR大船渡線気仙沼〜盛岡でBRTの運行を開始
- 4月1日…久慈市をメインロケ地にしたNHK連続テレビ小説「あまちゃん」放送開始
- 4月3日…三陸鉄道南リアス線盛〜吉浜間の運行再開
- 7月3日…「奇跡の一本松」保存事業完成式開催



## 2014年

- 3月31日…災害廃棄物処理が終了
- 4月5日…三陸鉄道南リアス線吉浜〜釜石間の運行再開により全線開通
- 4月6日…三陸鉄道北リアス線小本〜田野畑間の運行再開により全線開通



## 2015年

- 4月26日…小袖海女センターが新築オープン(久慈市)
- 7月8日…釜石市の橋野鉄鉱山を含む「明治日本の産業革命遺産」が世界遺産に登録

## 2016年

- 1月27日…第71回国民体育大会「希望郷いわて国体冬季大会」を開催
- 4月17日…大槌町の浪板海岸に「浪板海岸ヴィレッジ」がオープン
- 4月23日…「久慈地下水族科学館 もぐらんぴあ(P25)」が営業再開
- 10月1日…第71回国民体育大会「希望郷いわて国体本大会」を開催
- 10月22日…第16回全国障害者スポーツ大会「希望郷いわて大会」を開催
- 11月10日…山田町で共同店舗「オール」オープン



岩手県の沿岸部は、過去に幾度も大津波の被害を受けてきました。明治29年(1896)、昭和8年(1933)の三陸地震津波、昭和35年(1960)のチリ地震津波。しかし東日本大震災による津波はそれらを上回り、各地に甚大な被害をもたらしました。

死者、行方不明者、負傷者を含めた人的被害は、沿岸部地域の人口の2.3%(2019年12月31日時点)にのぼり、住家被害は全・半壊だけでも2

万6000棟以上。そのほとんどが津波による被害です。

現在は「いわて県民計画(2019-2028)」において復興推進の取り組みが行われており、2020年12月には計画していた5,833戸の災害公営住宅が完成。2021年12月には三陸沿岸の縦貫軸および、内陸部と沿岸部を結ぶ「復興道路」も全線開通し、ハード・ソフトの両面から復興がさらに加速しています。



1 旧大槌小学校(現大槌町役場)は津波とその後に起きた火災によって大きな被害を受けた(大槌町) 2 野田村役場前の通り。呆然とたたずみながられきを見つめる(野田村) 3 鳥越地区を通る三陸鉄道の高架橋も津波で破壊された(田野畑村) 4 旧市役所前堤防を乗り越える津波(宮古市) 5 山田町役場屋上から撮影。山田、田の浜の2地区で大規模な津波火災が発生(山田町) 6 久慈市




侍浜町の「久慈地下水族科学館 もぐらんぴあ(P25)」。津波で地上にあった管理棟が全壊した(久慈市) 7 市街地を津波が襲い、釜石港内では大型貨物船が漂流した(釜石市) 8 津波来襲後の中心市街地(大船渡市) 9 浸水した市役所(陸前高田市) ※( )内は写真提供

あの日何が起きたのか…

写真提供:岩手県



# 宮城

 最大震度	 全壊	 死者
7	83,005棟	10,568人
 浸水面積	 半壊	 行方不明者
327km <sup>2</sup>	155,130棟	1,215人
 最大浸水深	 一部損壊	 負傷者
32.75m(南三陸町)	224,202棟	4,148人

## 一歩ずつ前へ

# 復興のあゆみ

### 2017年

- 3月 3日 … 「南三陸さんさん商店街」が本設移転し開業(南三陸町)
- 6月 30日 … 観光交流施設「いしのまき元気いちば」オープン(石巻市)
- 11月 5日 … 「東松島市東日本大震災復興記念公園(P69)」完成(東松島市)



### 2018年

- 4月 14日 … 「巨理都市公園・鳥の海公園」が完成(巨理町)
- 7月 12日 … 「塩竈市津波防災センター(P72)」オープン(塩竈市)
- 10月 7日 … 宮城オルレ「気仙沼・唐桑コース」オープン(気仙沼市)

### 2019年

- 2月 9日 … 山元町農水産物直売所「やまもと夢いちごの郷」オープン(山元町)
- 3月 31日 … 県内すべての災害公営住宅が完成
- 4月 7日 … 「気仙沼大島大橋」が完成、開通式開催
- 6月 9日 … みちのく潮風トレイル全線開通
- 11月 30日 … 東部復興道路開通(仙台市)



### 2020年

- 6月 12日 … 「宮城県水門・陸間自動閉鎖システム」が運用開始
- 10月 3日 … 「名取市サイクルスポーツセンター」がグランドオープン(名取市)
- 10月 12日 … 「南三陸町震災復興記念公園」全体開園(南三陸町)



### 2021年

- 3月 6日 … 三陸沿岸道路「気仙沼港IC～唐桑半島IC間」、「気仙沼湾横断橋」が開通(気仙沼市)  
※2015年以降、多賀城ICから気仙沼港ICまで順次開通
- 3月 11日 … 「気仙沼市復興記念公園」が開園(気仙沼市)



- 3月 28日 … 「石巻南浜津波復興記念公園」が開園(石巻市)

※写真提供: 東日本大震災アーカイブ宮城、宮城県観光プロモーション推進室

※参考・引用資料

- 東日本大震災—宮城県の発災後1年間の災害対応の記録とその検証—, 平成27年3月発行, 宮城県総務部危機対策課
- 「平成23年(2011年)東北地方太平洋沖地震」による各地の震度, 平成24年12月, 気象庁
- 津波による浸水範囲の面積(概略値)について(第5報), 平成23年4月18日, 国土地理院
- 津波痕跡データベース, 東北大学災害科学国際研究所 東北地方太平洋沖地震津波合同調査グループによる現地調査結果
- 平成23年(2011年)東北地方太平洋沖地震(東日本大震災)について(第162報 別紙), 令和4年3月8日(火)14時00分, 消防庁災害対策本部
- みやぎ・復興の歩み11, 令和4年3月発行, 宮城県震災復興本部

### 2011年

- 3月 30日 … 三陸自動車道が全面復旧
- 4月 28日 … 県内初の建設型応急住宅(プレハブ)入居開始(塩竈市)
- 4月 29日 … 東北新幹線が全線復旧
- 8月 1日 … 自衛隊による復興支援活動終了
- 9月 25日 … 仙台空港ビル完全復旧および国際定期便運航再開
- 12月 11日 … 県内のライフラインがすべて復旧(津波流出地域を除く)
- 12月 26日 … 建設型応急住宅(プレハブ)全戸完成(406団地22,095戸)
- 12月 30日 … 県内の全避難所が閉鎖



### 2012年

- 2月 10日 … 国が「復興庁」設置。仙台市に宮城復興局、石巻市および気仙沼市に支所を設置
- 8月 20日 … JR気仙沼線がバス高速輸送システム(BRT)による運行開始(気仙沼市・南三陸町・登米市)



### 2013年

- 4月 1日 … 県内初の災害公営住宅入居開始(仙台市・石巻市・山元町)
- 5月 24日 … 陸中海岸国立公園が三陸復興国立公園として指定
- 6月 20日 … 県内初の「防災集団移転促進事業」が竣工(仙台市)
- 9月 1日 … 水産業復興特区を活用した新たな漁業がスタート(石巻市)

### 2014年

- 3月 12日 … 災害廃棄物処理の終了
- 4月 30日 … 震災による県管理道路の通行止めがすべて解除(石巻市・女川町)

### 2015年

- 5月 30日 … JR仙石線全線運行再開、仙石東北ライン開業
- 7月 19日 … 沿岸6地区の集団移転先である玉浦西地区で「まちびらき」を開催(岩沼市)
- 12月 23日 … 「女川駅前商業エリア」開業(女川町)



### 2016年

- 2月 13日 … 「せんだい3.11メモリアル交流館(P77)」開館(仙台市)
- 4月 1日 … 東北医科薬科大学に医学部新設(仙台市)
- 7月 1日 … 仙台空港が国管理空港として全国で初めて民営化(名取市・岩沼市)



宮城県牡鹿半島の東約130km、深さ約24kmを震源とし、マグニチュード9.0を記録した巨大地震は、日本国内観測史上最大規模、そして1900年以降の世界でも4番目の規模となりました。

栗原市で最大震度7、県全体の死者・行方不明者1万人以上(全国の被害者総数の約5割に相当)、津波浸水面積327km<sup>2</sup>(6県合計浸水面積561km<sup>2</sup>の約6割、東京都23区の面積の半

分以上に相当)を観測した宮城県。東日本大震災で最も大きな被害を受けた地域となり、その被害の多くが津波によるものでした。

震災から12年が過ぎ、インフラ整備などのハード事業はほぼ完了。現在、宮城県では「被災地の復興完了に向けたきめ細かなサポート」を掲げ、被災者の心のケアやコミュニティ再生など、残された課題の解決に向けて全力で取り組んでいます。








1 女川町役場周辺に押し寄せた津波 2 雄勝公民館。津波により屋根の上にバスが運ばれた 3 鉄骨のみとなった南三陸町の旧防災対策庁舎 4 石巻市門脇地区は津波と火災により壊滅状態に 5 津波に飲まれ一瞬にして町が消滅した名取市閑上地区 6 仙台空港は国内で唯一、津波による被害を受けた空港。震災当時、約1700人が取り残された 7 仙台市内の住宅地も地震被害を受けた 8 気仙沼合同庁舎から撮影した気仙沼湾の火災の様子 9 仙台市立荒浜小学校(P78)の屋上に孤立した避難者

※写真提供: 出典/1~6: 東日本大震災アーカイブ宮城、7~8: 東日本大震災—宮城県の発災後1年間の災害対応の記録とその検証—、9: 仙台市

## あの日何が起きたのか...



 最大震度	 全壊	 死者
6強	15,435棟	3,931人
 浸水面積	 半壊	 行方不明者
112km <sup>2</sup>	82,783棟	224人
 最大浸水深	 一部損壊	 負傷者
21.1m(富岡町)	141,054棟	183人

地震・津波被害に加え、東京電力福島第一原発が水素爆発を起こし、世界でも類を見ない複合災害を経験した福島県。とくに原子力災害では多くの避難者を生み、さらに放射線汚染にともなう風評被害までもが発生。今までに経験したことのない長期の避難や健康不安などによる苦痛への対応といった幅広い対策が必要となり、いまだ復興・再生の道半ばにあります。

しかし除染作業や懸命な復旧作業が行われ、県内の面的除染は帰還困難区域を除き平成30年(2018)に完了。避難指示区域は順次解除が進み、いまだ残る帰還困難地域においても特定復興再生拠点区域(一部の避難指示を解除し、居住を可能とすることを目指す区域)が定められました。現在は復興(災害)公営住宅が整備されるなど住民の帰還に向けた動きが加速しています。

# 復興・再生のあゆみ

## 原発事故をあらためて知る

福島県には大熊町・双葉町にまたがる東京電力福島第一原発、楡葉町・富岡町にまたがる東京電力福島第二原発の2カ所の原発があります。地震直後に第一・第二原発ともに原子炉は自動停止。第一原発においては外部電源を喪失し、その後押し寄せた巨大津波により非常用電源を含む全交流電源を喪失しました。原子炉を冷却する機能を失った第一原発の1~3号機は、燃料が露出し事態はさらに悪化。炉心損傷や溶融により放射性物質が放出され、大量に発生した水蒸気などにより格納容器の内圧が上昇。そして3月12日に1号機、3月14日に3号機が水素爆発を起こしました。さらに3月15日には、地震発生時に定期点検のため運転を停止していた4号機でも、3号機から流入した水素により水素爆発が発生。これは昭和61年(1986)のチェルノブイリ原子力発電所事故に並ぶ、世界でも最も深刻なレベルの原発事故となったのです。



2011年3月20日の災害対策本部の様子。膨大な量の資料が集められている

発災2日後の3月13日に病院から避難のため搬送される患者たち

2011年6月に南相馬市の沿岸部で防護服を着て行われた集中捜索



除染作業の様子

## 順次解除が進む 避難指示区域のいま

避難者は平成24年(2012)5月の16万4865人をピークに減少し、2022年12月現在は約2万7000人の方が避難を続けています。避難指示区域は順次解除が進み、帰還困難区域においても特定復興再生拠点区域復興再生計画に基づき、復興・再生が進められています。



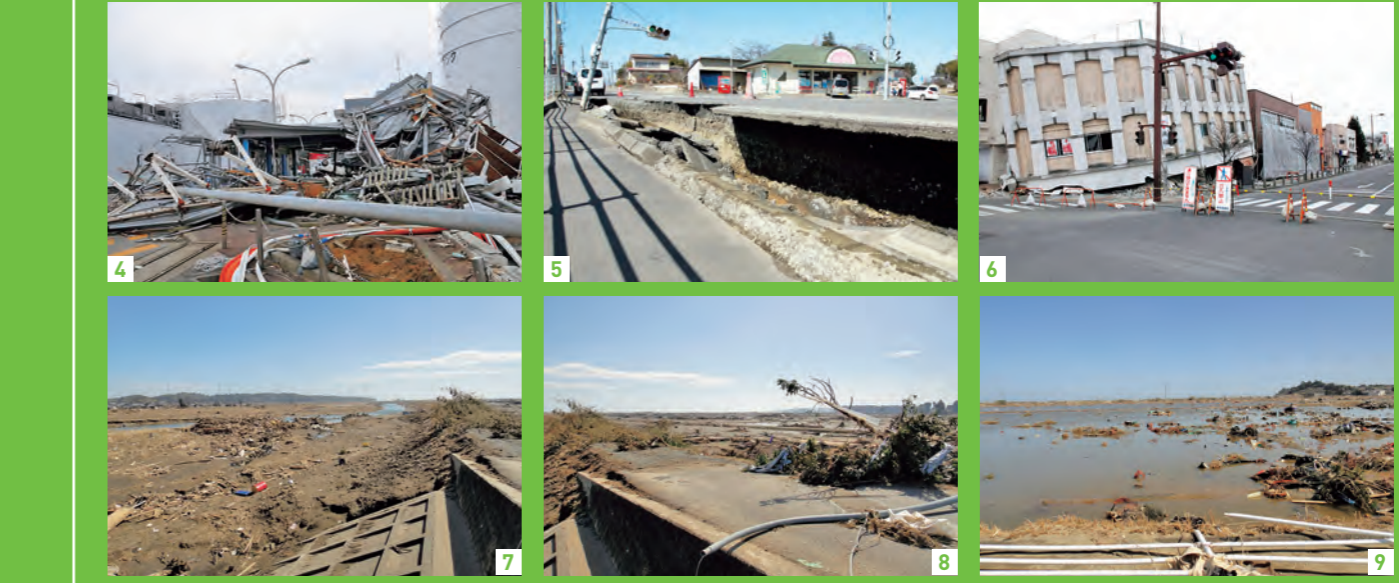
## 過去の解除・再編状況

- 2014年**
  - 4月1日... 田村市/避難指示解除準備区域解除
  - 10月1日... 川内村/避難指示解除準備区域解除、居住制限区域を避難指示解除準備区域に再編
- 2015年**
  - 9月5日... 楡葉町/避難指示解除準備区域解除
- 2016年**
  - 6月12日... 葛尾村/居住制限区域及び避難指示解除準備区域解除
  - 6月14日... 川内村/避難指示解除準備区域解除
  - 7月12日... 南相馬市/居住制限区域及び避難指示解除準備区域解除
- 2017年**
  - 3月31日... 川俣町・浪江町・飯館村/居住制限区域及び避難指示解除準備区域解除
  - 4月1日... 富岡町/居住制限区域及び避難指示解除準備区域解除
- 2019年**
  - 4月10日... 大熊町/居住制限区域及び避難指示解除準備区域解除
- 2020年**
  - 3月4日... 双葉町/避難指示解除準備区域及び帰還困難区域のうち双葉駅周辺解除
  - 3月5日... 大熊町/帰還困難区域のうち大野駅周辺解除
  - 3月10日... 富岡町/帰還困難区域のうち夜ノ森駅周辺解除
- 2022年**
  - 6月12日... 葛尾村/特定復興再生拠点区域避難指示解除
  - 6月30日... 大熊町/特定復興再生拠点区域避難指示解除
  - 8月30日... 双葉町/特定復興再生拠点区域避難指示解除

※参考・引用資料  
 ●ふくしま復興のあゆみ第31.2版,令和4年12月27日発行,新生ふくしま復興推進本部  
 ●「平成23年(2011年)東北地方太平洋沖地震」による各地の震度,平成24年12月,気象庁  
 ●津波による浸水範囲の面積(概略値)について(第5報),平成23年4月18日,国土地理院  
 ●津波痕跡データベース,東北大学災害科学国際研究所  
 ●東北地方太平洋沖地震津波合同調査グループによる現地調査結果  
 ●平成23年(2011年)東北地方太平洋沖地震(東日本大震災)について(第162報 別紙),令和4年3月8日(火)14時00分,消防庁災害対策本部  
 ●東日本大震災の記録と復興への歩み,平成25年3月発行,福島県  
 ●東北地方太平洋沖地震を教訓とした地震・津波対策に関する専門調査会 報告,平成23年9月28日,中央防災会議  
 ●東日本大震災・原子力災害伝承館ガイドブック(東日本大震災・原子力災害伝承館)



# あの日何が起きたのか...



1 浪江町請戸を襲った津波で町は壊滅状態に 2 いわき市久之浜地区も津波被害を受け、火災も発生した 3 相馬市相馬港周辺。ここでも火災の様子が見て取れる 4 東京電力福島第一原発。構内はがれきの山となり炉心が溶融する事態に 5 須賀川市吉美根地区。道路は陥没して通行不能になった 6 須賀川市八幡町。建物が座屈して危険な状態に 7 8 南相馬市や相馬市も津波に見舞われ、なぎ倒された木々やがれきが散乱した 9 南相馬市～相馬市付近。巨大な波は堤防を乗り越え町を飲み込んだ  
 ※写真提供: 福島県