

第15回 東北お遍路フォーラム

# 震災と俳句

十五年目の鎮魂と祈り



## プログラム

## Program

1. 講演 13:30~14:35

### 震災と俳句

講師  
てい い みどり  
照井 翠氏 俳人

2. 表彰式 14:45~15:05

### 東北お遍路コンテスト表彰式

3. 歌おう、伝えよう 15:05~15:25

### 『津波てんでんこの歌』

> とき

2026

3/15 日

13:00 開場

13:30 開演

> ところ

仙台市太白区中央市民文化センター 大会議室

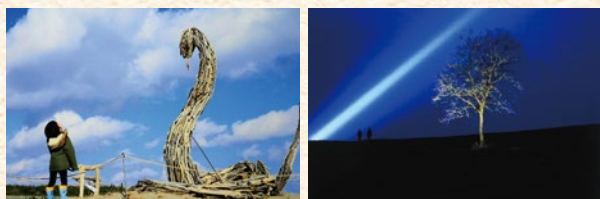
〔市営地下鉄南北線長町駅下車徒歩1分〕  
〔JR東北線長町駅下車徒歩3分〕

〒982-0011

仙台市太白区長町5丁目3番2号

☎022-304-2741

参加費  
無料



第9回東北お遍路俳句コンテスト  
第10回東北お遍路写真コンテストの  
入賞作品を展示いたします。

## 東北お遍路展

同時開催

来場の皆さまにもれなく  
「東北お遍路巡礼地マップ」  
(A1のビッグサイズ!)  
と「コンテスト2025作品集」、  
DVD「津波てんでんこの歌」を  
差し上げます!

俳句

写真



## 講師

照井 翠氏

てらい みどり

俳人



岩手県花巻市生まれ。俳人。高校で国語科教師として勤務する傍ら、1986年から俳句を詠み始める。1990年「寒雷」に入会、以後加藤楸邨に師事。

2011年3月、東日本大震災により被災、釜石市で避難所生活を送る。震災体験を基に、句集『龍宮』（角川書店・コールサック社）・エッセイ集『釜石の風』（コールサック社）・句集『泥天使』（コールサック社）を出版。「震災と俳句」をテーマに日本各地で講演。2013年第5句集『龍宮』により第12回俳句四季大賞、第68回現代俳句協会賞特別賞受賞。現在、俳誌「暖響」「草笛」同人。現代俳句協会・日本文藝家協会・日本ペンクラブ各会員。

## ■代表作

句集『龍宮』より

喪へばうしなふほどに降る雪よ  
泥の底蘊のごとくに嬰と母  
双子なら同じ死顔桃の花  
春の星こんな人死んだのか  
喉奥の泥は乾かずランドセル  
なぜ生きるこれだけ神に叱られて  
毛布被り孤島となりて泣きにけり  
潮染みの雛の頬を拭ひけり  
つばくらめ日に日に死臭濃くなりぬ  
春昼の冷蔵庫より黒き汁  
三・一一神はゐないかとても小さい  
卒業す泉下にはいと返事して  
逢へるなら魂にでもなりたしよ  
いま母は龍宮城の白芙蓉  
撫子のしら骨となり帰りけり  
初螢やうやく逢ひに来てくれた  
盆近しどれも亡骸無き葬儀  
盆の朝迎ふる者のなかりけり  
面つけて亡き人かへる薪能  
迷ひなく来る綿虫は君なのか  
寒昂たれも誰かのただひとり  
ふるさとを取り戻しゆく桜かな

句集『泥天使』より

死が横で息をしてゐる春の宵  
三月の君は何処にもゐないがゐる  
海からも海へも桜散りにけり  
螢や握りしめぬて喪ふ手  
ひとりづつ呼ばるるやうに海霧に消ゆ  
泥染みの形見の浴衣風が着る  
寒念仏津波砂漠を越えゆけり  
まづ雪が弾く再生の泥ピアノ  
別々に流されて逢ふ天の川  
死の風の吹く日も麦の熟れゆけり  
麦の秋どのひと粒も海に朽つ  
蛸や海ひと粒の涙なる  
秋刀魚焼く煙が標帰来よ  
流れ星億光年を散骨す  
三月を喪ひつづく砂時計  
三・一一みちのく今も穢土辺土  
寄するもの容るるが湾よ春の雪  
降りつづくこのしら雪も泥なりき



## 歌おう、伝えよう

### 『津波てんでんこの歌』

「てんでんこ」は、「それぞれに」「めいめいに」を意味する岩手県三陸地方の方言です。「津波てんでんこ」「命てんでんこ」は、「津波が来たら、各自で迅速に高台へ逃げろ」「自分の命は自分で守れ」という教えです。津波のスピードと破壊力は尋常ではないので（南海トラフ地震の津波到達予測時間は5分、あっさり車や家をさらっていきます）、それぞれが自分で自分の命を守ったら、全員の命が助かります。共倒れせず未来へ命を繋ぐための教えです。またこの言葉は「自分自身は助かり他人を助けられなかったとしても、それを非難しない」という不文律でもあります。

しかしこの大切な教え「津波てんでんこ」を聞いたことがない人が意外と多いのが現状です。そこで私たちは「津波てんでんこの歌」の曲を作り、動画にしました。これを全国、いや世界中の津波地帯までも広げていきたいと願っております。



## ■『津波てんでんこの歌』DVD

作詞：村上美保子

補作：照井 翠

作曲・歌：佐藤嘉風

【お問い合わせ】

一般社団法人 東北お遍路プロジェクト ☎022-717-5805

仙台市太白区長町三丁目9-10(エフエムたいはく内)

E-mail: [info@tohoku-ohenro.jp](mailto:info@tohoku-ohenro.jp)

公式サイト <https://tohoku-ohenro.jp/>