

東日本大震災での体験や考えについて、あなた個人のことを教えてください。

インタビューシート（東日本大震災のこと）

（書けること・書いてみたいことだけで構いません。）

記入日 2025年 9月 17日

2011年3月11日当時の
あなたのことを教えてください。

年齢 32歳

住んでいた地域 仙台市

ご職業など 子育て中の主婦

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

自宅で家事をしていました。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

電気、ガスが止まり、灯油節約のため
夫の実家に行き石油ストーブで火を
煮てみんなで食べたり、一晩中
強い余震が何度もきたため、2歳
の子どもを守ることをばかり考えて過
していったと思います。

災害の全容や被害について
いつ、どうやって知りましたか？

電気が使えなくなったので3、4日の間は
ラジオだけで情報をとっていました。
その後近くなる大きな病院にある
大きなテレビで初めて映像を見ました。
また、新聞が届くようになって状況を
知ることができました。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

ラジオを毎日聴いていました。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

覚えていませんが、子どもに絵本を
毎日読んでいました。

当時のことで
印象に残っている言葉ややりとりはありますか？

九州に住んでいた弟から本震の
後しばらくして電話があり
「津波が来るよ！今空港まで来たよ！
大丈夫?!」と言われ驚きました。

目や耳で見聞きしたことほかに
覚えている感覚はありますか？（味、手触り、匂いなど）

余震がくるたびに子どもを抱っこして
いたので、その重みや感触。

震災から時間が経ち、
変わったこと、または分かったことはありますか？

価値感、生き方が変わりました。
それまで知らなかったこと、気がつくな
かったことを本当にたくさん知りました。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

大きく変わりました。

あらためてあの震災について話すとしたら、
誰と、どんなことを話したいですか？

時々夫と話して当時の振り返って
います。

これから考えたいことはありますか？

今後の生活のしかたについて。

ほか、思い出したことや書きたいことなどあれば、ご自由にお書きください。