

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。

(書けること・書いてみたいことだけで構いません。)

記入日 2023年3月8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 9歳
住んでいた地域 横浜
ご職業など 小学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

午前授業だったので
帰宅していました。
母と一緒にトイレに逃げ込み
ゆれが収まるのをじっと待っていました。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

父は帰宅せず、
私は余震への不安に苛まれ、
母と一緒に寝ました。

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？

毎日地震関連の番組をみているうちに
子どもながらその被害の巨大さに
徐々に薄々と気づいていきました。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

テレビだけ

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

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？

言葉ではないが、
尋常ではない建物のきしみ、
スライド式の棚の段が出たり入ったり
する様子は忘れることができません。

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

何も覚えていません。

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？

あの頃テレビで見知って考えた以上に
被害は大きかったということ

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

防災セットを購入したり、
引っ越しの際にはハザードマップの
確認を徹底したりするようになりました

改めてあの震災について話すとしたら、
誰と話したいですか？

母：同じ場所で震災に遭遇し、
それからの日々も一緒に過ごしたから、
母親の役割と自分の恐怖を
どう両立したのか。

これから考えたいことはありますか？

もしどこかで同程度の震災に
遭遇したら自分はどうすべきか

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。(裏面もどうぞ)

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。

(書けること・書いてみたいことだけで構いません。)

記入日 2023年3月8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 9歳

住んでいた地域 茨城

ご職業など 小学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

小学校の帰りの会の最中。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

家の整理、ただ光が使え
なかったためランプで照らしていた。

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？

次の日TVにて。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

テレビや親から

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

ゾロリ、GREEN

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？

行方不明

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

買い物ためしていた

カップラーメンの味

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？

いつどのような災害があっても
すぐ準備出来るよう防災グッズ
などを分りや正しい位置に
おくようになった。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

ランドセルを
解放した。

改めてあの震災について話すとしたら、
誰と話したいですか？

お世話になった
隣人。

これから考えたいことはありますか？

何事もなく平和に
穏やかにくらしたい。

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。(裏面もどうぞ)

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。

(書けること・書いてみたいことだけで構いません。)

記入日 2023年3月9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 9歳

住んでいた地域 青森県青森市

ご職業など 小学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

(3歳上)
インフルエンザの兄と、体調不良で学校を休んでいたの、家に2人でいました。両親は共働きで家に大人はいませんでした。高校生の姉に「ドラゴン桜」の予約を任せられ、録画ボタンを押そうとした瞬間でした。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

当時、両親と仲が良く、子どもともよく遊んでくれていた人(父の友人等)が私の家に来まり、みんなで一緒に過ごしました。リビングに布団を集めて、ロウソクを灯して過ごしていました。

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？

たしか次の日の朝にお昼くらいに電気が戻って、テレビで知ったと思います。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

ラジオが主だったと思います。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

思い出せないので、
でも、ふかいたがらに、きいていいのかな、と不安に思っていました。

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？

いつもケンカばかりしている兄が、とても頼もしく感じました。当時うさぎが2匹いて、うさぎのケージに、自分が使っていた布団や毛布をかけて守り、私には「机の下に入れ、頭守れ」と言って指示してくれました。このことはずっと忘れたいです。

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

親が近くにいない、なかなか帰って来てくれない(来れなかった)恐怖感、とても強かったです。

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？

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

地震と、警報の音にとても敏感になりました。
警報は腰が抜けてしまうほど怖いものになってしまいました。

改めてあの震災について話すとしたら、
誰と話したいですか？

家族全員と、また、照らし合わせて、思い出したいです。

これから考えたいことはありますか？

怖くて行けなかったけど、石巻市や、気仙沼の方に、実際に行ってみたいです。
成長して、改めて3.11を振り返って向き合いたいです。

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。(裏面もどうぞ)

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。

(書けること・書いてみたいことだけで構いません。)

記入日 2023年3月12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 9才

住んでいた地域 富谷市

ご職業など 小学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

学校で授業をうけた

その日の夜、どのように過ごしましたか？

家の片付けが"終わるまで"
となりの人の家に入れて
もっていた

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？

震災の翌日の新聞

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

ラジオや新聞

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

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？

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

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？

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

改めてあの震災について話すとしたら、
誰と話したいですか？

これから考えたいことはありますか？

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。(裏面もどうぞ)

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。

せんだい3.11メモリアル交流館にて

(書けること・書いてみたいことだけで構いません。)

記入日 2023 年 8 月 23 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 8才 9才

住んでいた地域 横浜

ご職業など 小学生 3年

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

教室で算数の授業を
うけていた。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

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？

生徒は体育館に集められ保護者へ
共に家に帰った。その時の
出立の大きさを覚えている。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

テレビ

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

ファンモンをよく聴いていたと
思う。
みじのゆびという本が好きだった。

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？

正直地震が起きたときは
あまりにも非日常的だったので
わくわくしたのを覚えている

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

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？

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

改めてあの震災について話すとしたら、
誰と話したいですか？

これから考えたいことはありますか？

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。(裏面もどうぞ)

今回震災については関係なく仙台に観光に来た。横浜であのときも思い出有機會は新聞などでしか見た、
けれど災害が起きた場所を今日見る機会が有り改めてあの時の災害の大きさを知った。

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。

せんだい3.11メモリアル交流館にて

(書けること・書いてみたいことだけで構いません。)

2023. 9. 12

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 9歳

住んでいた地域 神奈川県

ご職業など 小学校2年生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

放課後の時間でリコーダーのテストを
やる直前でした。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

一時、習い事先に預けられた後、
帰宅し停電している中、母親・
祖父母と共に過ごしました。

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？

次の日の昼間、テレビを見て
津波の様子を目にしました。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

ありがたいことに1日で停電が
終わったため、テレビやラジオで
情報を手に入れていました。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

「ファオランの冒険」という児童書に
ハマっていました。

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？

ACジャパンのCM。
今振り返って思うのは震災の
被害を伝える報道や周囲の大人
達の冷静な様子。

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

特に覚えていません。

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？

被災地でしか味わえない空気感
や当時の話を聞いて差の大きさ、
自身の環境のありがたさ。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

変わりました。特に防災意識の
面。

改めてあの震災について話すとしたら、
誰と話したいですか？

被災者の方、そして外国人の方。

これから考えたいことはありますか？

被災地のこれからと地元のこれから
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。(裏面もどうぞ)

2023年9月12日。今日、私は初めて仙台市に来ました。荒浜小学校、住宅基礎、中野五丁目津波避難タワーに訪れ、被災当時の話を聞きながら
私なりにイメージをしながら理解しました。改めて自分の肌でしか感じられないものの大きさを感じることができ、貴重な経験になったと感じています。私にできることは何か、その答え
はまだ分かりませんが、我が事として受け止め共に考える時間になったと思います。まだまだ道のりは長いですが、力になれるよう、私ももっと学んでいきたいです。
改めてありがとうございました。

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。

(書けること・書いてみたいことだけで構いません。)

せんだい3.11メモリアル交流館にて

記入日 2023年9月12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

9さい

住んでいた地域

東京都

ご職業など

小学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

学童で、友達と
あそんでいました。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

夜 17時頃に母を迎えに
来た。父は連練バとれる。
深夜 1時頃、家族3人バとるい
みんなリビングで過ごしました。

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？

3月11日に、テレビニュースで
知りました。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

テレビでは、ずっとニュースを
放送していたので、TVで情報
を得ていました。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

小学校で借りた
「かいけつゾロリ」を
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？

。ACジャパンのCMが
あって、アタからはなれな来。
。仙台市の小学校に、手紙を送り
やりとりをしていたのを覚えています。

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

とくに怖くて、
みんなの泣き声を覚えて
います。

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？

テレビでは、色々なニュースを見ていた
ので、知っている気でした。でも、今回
仙台に来て、そこにいた人々や、そこで
今後生きていく人の「これから」が大切
なことを、采りないといわれないことがありました。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

家族会議をするようになりました。
みんなで、震災バあたとて、どうお
れを、話しあうようにしています。
。他人へのあたたい気持ち、を、各地
の、方の行動で知ることバてきました。

改めてあの震災について話すとしたら、
誰と話したいですか？

私も、小学生の時に、仙台市の小学校
へ手紙を書き、その時に返事を書いて
くれた、同い年の小学生と、一度
話したいです。

これから考えたいことはありますか？

東北のみなさんの
「これから」を支えたいこと
できることを、探します。

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。(裏面もどうぞ)

一度、手紙をやりとりした、あの時の小学生に会いたい。

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。

(書けること・書いてみたいことだけで構いません。)

記入日 2023 年 9 月 13 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

9才

住んでいた地域

東京都

ご職業など

小学2年生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

初めて学校をサボって、母と山梨(?)へ
日帰り温泉旅行へ。
チーズ工房で試食中にぶらついたと
思ったり。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

ツアーバスの中で、SAに真中泊。
SA内のコンビニの棚が
がらがらだった。
翌朝、電車を乗り継いで帰宅。

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？

翌日以降、テレビで
主に知った。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

主にテレビで。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

絵本かなあ...

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？

バスのテレビで見た津波・渦の映像が
衝撃的だった。
当日のお昼頃にバスガイドさんが
おまんじゅうをくれたが、子どもたちが
余分に多く頂いた。あやがお腹に満たされた。

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

帰宅後、
バスが大きく動いていたこと。
当日の夜の暗いバスの車内。
~~静かな空気~~
覚えていません。

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？

「震災」「地震」に対して
敏感になった。
必ず3.11を思い出す。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

備蓄をやるようになった。

改めてあの震災について話すとしたら、
誰と話したいですか？

東北出身の同級生。

これから考えたいことはありますか？

自分が何を忘れているか。

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。(裏面もどうぞ)

あの日の話をする時、少し冗談半分で自分が学校をサボった話をしてしまう
ことがある。あの日の話を真剣に聞いて、目の前にいる人が
辛い記憶を持っている。と気づかされた。...

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。

せんだい3.11メモリアル交流館にて

(書けること・書いてみたいことだけで構いません。)

記入日 年 月 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 9

住んでいた地域 DHAKA, BANGLADESH

ご職業など Student

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

I was in my home country,
busy with school work.

その日の夜、どのように過ごしましたか？

That night I was
watching my favourite
cartoons.

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？

Fukushima Nuclear
Disaster

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

I watched the international
news broadcast with my
family.

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

I used to listen English
Pop back then.

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？

I recall the conversations I had
were about ensuring the safety of
the people from tsunamis.

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

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？

As I have matured over the
years, becoming a young adult
— the first thought that comes
to my mind is ^{what} the respective
authorities could have done to
minimize the damage as much as
possible.

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

I keep my essentials
with me at all times.

改めてあの震災について話すとしたら、
誰と話したいですか？

I would like to talk to an
expert or someone who has
experienced the earthquake.

これから考えたいことはありますか？

Employment, family, switching
countries, siblings, partner.

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。(裏面もどうぞ)

আমি আশা করি সবাই সুখে পৃথিবীতে ভ্রমণে আছে এবং ভালো থাকবে।
আমি দয়া করি যাকে এইরকম দুর্ভাগ্য লাগে।

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。

せんだい3.11メモリアル交流館にて

(書けること・書いてみたいことだけで構いません。)

記入日 年 月 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 9

住んでいた地域 みやぎけん

ご職業など 小学校(3年)

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

小学校のちかくのじどうかん
のあるこうえん

その日の夜、どのように過ごしましたか？

くるまでねましょ。

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？

くるまの ~~テレビ~~
ラジオで聞いた

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

テレビ・フニックス
げんちのすかたをみた

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

ない

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？

おぼえてない。

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

きょうふ

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？

がもうふきんがはってん
してきてるこし

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

さいがいバックみなおし

改めてあの震災について話すとしたら、
誰と話したいですか？

愛太

これから考えたいことはありますか？

自分のみは自分で守る

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。(裏面もどうぞ)

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。

(書けること・書いてみたいことだけで構いません。)

記入日 2024 年 1 月 27 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

9歳

住んでいた地域

岩手県盛岡市

ご職業など

小学3年生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

帰りの会が(はじまる前、
持ち帰る コップや上履きを抱えて
床にあるランドセルを避けたがら
とびはねるように移動していた。
突然 みんなの様子が変わって立ち止まると、
大きく揺れていた。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

その日は偶然 買い物をしていてご飯の
用意も済んでいたりで、ラッキーだねと
言いながら懐中電灯で食事をした。
いつもは2階で寝るが、1階のリビングに
布団を敷いて家族4人で並んで寝た。

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？

全容が分かってきたのは3日後くらいに
電気が復旧してテレビを付けたとき。
あまりに悲惨で理解できず、情報が
未通りでいく感覚だった。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

停電中はラジオ
復旧したらテレビ・新聞・日常の会話

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

停電中は寒いので部屋が日曜日
迷路の絵本と妹を見ていた。
妹につき合うことで平静を保っていた
のかもしれない。

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？

ACジャパンのCM
がんばろう日本・がんばろう東北・絆
明るそうな字面なのに妙に暗い雰囲気
涙り言葉・言い回し・音楽がいつでも
聞こえてきて嫌だった。

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)

電気が復旧するまでは車もほとんど通らず
人は歩いているのに街中が静かだった。
食べ慣れたパン・ご飯やレトルトを
まずく感じて家族全員の食欲がなかった。

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？

自分には大きな被害がなかったはず
なのに、時間が経つほど理解できることが
増えたから恐怖心が大きくなった。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

新しい環境に入るときは避難経路を
確認している。下宿先を決めるときは
地震が国のようなところを避ける。
備蓄を切らさないようにしている。

改めてあの震災について話すとしたら、
誰と話したいですか？

誰かと話したいと思、このことは分か、
聞いてくれる人がいるなら話してみよう
と思うようにした。

これから考えたいことはありますか？

自分の中での3.11との向き合い方
誰かの役に立つことがあふれやうと思、
思っている。

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。(裏面もどうぞ)

あの頃、ことは昨日のことより鮮明に思い出せることが多い。

震災後は毎月募金と呼びかけた。2012年の夏、宮古の小学校に行く機会を頂いた。そこには自分たちより明るい小学生が待っていた。

しかし、たくさんのものを失った同世代が無理に明るく振舞っているようにも見え、心が痛くてすごく辛い。

彼らにはそれぞれ会、ていねいけれど、みんな幸せに暮らしている。

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。

(書けること・書いてみたいことだけで構いません。)

記入日 2024 年 3 月 7 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 9才 (小3)

住んでいた地域 東京都

ご職業など 小学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

小学校のパソコン室で授業をしていた

その日の夜、どのように過ごしましたか？

テレビを見て、
母と姉とおしゃべり

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？

テレビで、震災当日の
情報を手に入れた。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

テレビ

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

七つね

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？

地震のあと、母と姉と一緒に
帰宅してテレビを見た。
津波の映像を見て、母が
「映画みたい」と言っていたのを覚えている。

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

地震が起きたとき
自分の体がもたれかかっている感覚を
感じた。感覚

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？

日々、地震に備えるようになった

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

災害用バッグをつくり、
非常食をローリングストックする
ようになった。

改めてあの震災について話すとしたら、
誰と話したいですか？

同世代で、東北で被災した人。

これから考えたいことはありますか？

3月11日のことを
ずっと覚えていられるようにしたい。

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。(裏面もどうぞ)

3月11日の午前中に避難訓練をしていて、落ちついていられた。やはり、備えることが大切だと思う。

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。

(書けること・書いてみたいことだけで構いません。)

記入日 2024 年 3 月 10 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 9才 (小学生3年生)

住んでいた地域 神奈川県三浦市

ご職業など 小学3年

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

下校途中

友人たちとあやてて走り、

通学路に出会った近隣の人は

「危ないから広いところに行き止まりなさい」

と言われた

その日の夜、どのように過ごしましたか？

近くの高校に避難し

12時を超えて備蓄食料の

おかわりをもらって帰宅

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？

高校や帰宅したときと家のテレビ

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

TV

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

とくにないです。

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？

津波から軽トラで田の道をぬぎ逃げたとき

人の中継を見た。その場にいた人と

安否を心配するやりとりをした。

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

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？

アルバイト先の高校生とも才差で

何気なく話していたら「震災のときの

記憶があまりないね!」と言われたことがあった。

女性の方は当時3才で、首都圏にいるこの世代は

本当に矢張りないんだと思った。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

何が起るかわからないから、

何があっても暮らす必要があると強く

感じる。

改めてあの震災について話すとしたら、
誰と話したいですか？

仙台や東北に暮らす親族

昨年三海沿いの被災地に初めて訪れた。

10年経っても残る強いインパクトと切なさに

苦しんだが、絶対忘れてはいけないものだ

感じたので当時の現場を知りたいから

聞けるうちに聞きたい。

これから考えたいことはありますか？

また災害が増えている

自分事として考えた。

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。(裏面もどうぞ)

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。

(書けること・書いてみたいことだけで構いません。)

記入日 2024年 3月 12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 小学校 低学年 (9歳)

住んでいた地域 愛知県

ご職業など 小学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

学校で 下校中, 校門を出る所だった

その日の夜、どのように過ごしましたか？

家族とテレビを見ながら、東北地方
の中継を見ていた

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？

テレビ

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

テレビ

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などありますか？

ちょうど 荒井由実にはまっていた

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？

海に津波によってできる白い線を
友達と 自宅の高い所から 見降りていた。

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

特にない

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？

あれから たまたま 熊本や 北陸でも
大きな地震が 起きていて、日本は
常に 地震などの 災害が 身近に 存在
するんだと 実感した。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

震災後から 我が家では、一人暮らし
する時に 必ず 災害グッズを もらい
ます。

改めてあの震災について話すとしたら、
誰と話したいですか？

僕には 東北地方出身の 友達がいな
いので、 失礼でなければ、 お話を 聞い
たい。

これから考えたいことはありますか？

南海トラフが 近いと 警告も 出され
ていますので、 他人事と思わずに 常に
備えていたい。

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。(裏面もどうぞ)

他の方の体験談を拝見してあらためて、全国区で影響のあった災害なんだと感じました。テレビで見てきた涙や悲しみの姿は、共感するものにおかましく思っていました。もし自分が被災者となった時に懸命に、冷静に、勇敢な自分を維持できるのかと思うととても今の自分からは想像できません。日々の備え、万が一のシミュレーション、防災訓練の時からまずはその意識を持つてみようと思います。

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。

(書けること・書いてみたいことだけで構いません。)

記入日 2024年4月1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 9歳

住んでいた地域 愛知県

ご職業など 小学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

・教室で帰りの会をしていた
(気がする)

その日の夜、どのように過ごしましたか？

・いつも通りの夜を過ごした

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？

・テレビのニュースや学校で先生が
してくれた話

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

・情報を手に入れた手段や手段が
あまりない、テレビやニュースや
テレビ番組などを見て知っていた
と思う、でも何か怖くてあまり見ない
ようにしていた気がする

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

・学校で流行っていた児童書？
音楽はあまり聞いていた記憶
がないが、嵐とか？

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？

・テレビで見た映像、当時すべての
の国でニュースを放送していたことを
すごく残念に思っていた

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)

・廊下に入っているあったかい
木の床がすごく冷たい
・なんか長い中だかきとあった

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？

・変わったこと、分かったこと、涙のあふ
れやすくなった、うまく言葉化でき
ない
・色んな土地に住んだ経験から、
その土地に起こる災害に関心
を持つようになった

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

・変わったことがよく分からない、絆
のこともあって、変化もたくさん、それ
が自分たちという感じがする。

改めてあの震災について話すとしたら、
誰と話したいですか？

・遠く土地にいた人たちに話したい

これから考えたいことはありますか？

・「継承」ということをどう受けとめ、
どのように意味があるかについて。

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。(裏面もどうぞ)

・傷ついてない自分が、経験していない自分が、震災について話したり聞いたりするときに
申し分ないや、恐怖を感じていないように思う。
それから、自分の立場をも含めながら、色んな人の話を聞き、話したりして
思っているが、今も怖い。
自分

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。

(書けること・書いてみたいことだけで構いません。)

記入日 年 月 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 9才

住んでいた地域 新潟県 新潟市

ご職業など 小学3年生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

体育の授業中、バスケットボール
をしていて。地震が起きたとき、クラスメイトと
かまえて体育館の真ん中にいたのを覚えている。
その後、臨時の全校集会が開かれ、保護者
が迎えに来てくれた子どもは帰り、余、子ども達
は集団下校をした。帰りが遅くなった。家に
帰ってテレビを見たら、様々な情報が流れてきて、
そこで初めてヤバイことが起きていると
分かった。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

あんまり覚えていないが、おそろく家で
ニュースを見て、~~寝る~~ ねむくなってから
素直に寝たと思う。でも、余震などが
こたないか心配だった。

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？

学校から家へ帰ると、テレビでニュースが
流れていた。そのニュースをずっと見ていて
と思う。時々母に どういうことが起きているのかと聞いていた。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

テレビのニュース
新聞
親から

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

よく思い出せない

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？

津波の映像は一瞬で何が起きている
とどれくらい危険かは見え分かったが、原発
が爆発した映像は何が起きているか
理解できなかった。そのため、母に「これってどん
なにあやういことなの？」とむじまに聞いて、
母からどんなにあやういことが教えてもらっていた。

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

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？

時々、今の子ども達(小学生以下)
は震災後に生まれてきたんだな〜と
思い出す。それに、私より年下の子たちは
覚えていないんだな〜と実感している。少し
さびしいような気持ちになる。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

街で歩いていたり、高い建物が
近くにあってソすると、「今、ここは地震が
起きているら どうなるだろう」と時々考える。
あと、いま場所を考えると、津波が来
たような場所がいろいろあると思う、とりする。

改めてあの震災について話すとしたら、
誰と話したいですか？

当時住んでいた地味な異なる友達。
どこに住んでいたかによらず、体験した
ことは大きく異なる。自分とは異なる
のまわり
イキ食談を聞きたい。

これから考えたいことはありますか？

首都直下地震や南海トラフでの地震は
今後発生するだろうと考えられているので、
これらに向けて、3.11から得られる知恵
などを改めて考えたい。

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。(裏面もどうぞ)

この震災でいろんな人の人生が左右された。
これをきっかけに、いろんなことを考えるようになったし、防災に関心にも見直された。
でも、この変化は震災直後から大きく、徐々に 3.11 は遠いことのように感じる人も多くなる。
単なる言っただけ、出来事にあるのではなく、次の地震に備える糧として引き継いでほしい。
震災に関連するあらゆるものを

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。

(書けること・書いてみたいことだけで構いません。)

記入日 2024 年 6 月 16 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

9歳

住んでいた地域

栃木県鹿沼市

ご職業など

小学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

小学校の帰りの会が始まる直前。机の下に
隠れて教頭先生の放送を聞いていたのを覚えて
います。15時過ぎに一斉下校になりました。下校路に
はブロン7壁が倒れて道をふさいでいる箇所もあり
ました。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

当時は祖父母と同じ部屋で寝たので、
その日の夜も同じ様に寝た。夜中にも余震が
何度もあり不安な気持ちになった。

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？

下校した後にテレビを見て被害の全容を知
った。テレビで流れる津波の映像に祖母と釘
付けになっていた。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

主にテレビニュース。NHKが多かった。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

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？

リアルタイムで流れる津波の映像を見て祖母が
泣き叫んでいたこと。

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

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？

大学生になって仙台住みになり、宮城や岩手の沿岸部
を訪ねることが多くなった。被害の大きさを改めて
知ると共に、10年経って景色が大きく変わったことを
実感する。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

海沿いに行くとき、もしここで地震が起きたらどうし
よう？と頭の中でトビレーソレするようになった。

改めてあの震災について話すとしたら、
誰と話したいですか？

自分の家族
今後生き残った自分や子ども

これから考えたいことはありますか？

災害で悲しむ人を減らすために、自分に何か
できることはないかと考えたい。

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。(裏面もどうぞ)

災害はいつでも起こりうるもので、いつ自分の普通の生活が破壊されるかわからないので、今の日常の1つ1つを大切にすることが大事だと振り返って思いました。
震災での体験や考えを今振り返りことで、忘れかけていた当時の自分の見た景色や気持ちも思い出し、災害と復興について改めて考えるきっかけになった。今後も自分の体験や考えを思い出したり語り合ったりしていかねば
いけないと思った。

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。

(書けること・書いてみたいことだけで構いません。)

記入日 2024 年 8 月 16 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 ■ 9歳
住んでいた地域 千葉県
ご職業など 小学3年生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

学校がお休み、徒歩10分程にある
"学童"で室内遊びをしていた。
帰りの会が早く終わったクラスから順に
到着していたが最後の方だった
気がします。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

学童に母が迎えに来てくれて、
自宅に帰りました。
なかなか母がこなかったため、学童で
不安になっていました。
母に会った瞬間に泣きました。

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？

これまで地震を経験したことはあって、
大きな被害には会っていませんが、
子どもたちのために、地球がオケレと
思っていました。
テレビと親の話を聞き地震とわかりました。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

テレビとラジオ
テレビがつかない時があったのか
理由は覚えていないが黄色い手で
発電するタイプのラジオを聞きました。



当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

クラスで読んでいた、
"泣いちゃいそうだよ"シリーズの
恋愛小説を休み時間も
読んでいました。
あと、嵐！

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？

テレビで東北の津波のシーンが
流れた時、「あまり見ないでいいよ、
と言われて気がします。
子どもながら興味本意でつい入るように
あのシーンを覚えていたからだと思います。

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)

学童(地震発生時いた所)の
子どもの泣き声。
ふいに近い声と、スタッフのおばさんの
あわてた声が、一番覚えていいることです。
あと、まろが灰汁に見えていたか。

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？

少しの地震でも動いてしまった。
これにかかわらず、その後の予定をキャンセル
するもの。たまたまだったように
なっている。よくないと思っています。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

日々はかわりません。
デジタル化がすすみ、電源がないと不便
なので、充電器はあちこちにあります。
また最近南海トラフが近いと言われていて
ため、スニーカーで出かけようとしています。

改めてあの震災について話すとしたら、
誰と話したいですか？

- 2011年以降に生まれた、子たち
- 被災した同年代の人

これから考えたいことはありますか？

時間が経つにつれ記憶がなくなっていく
けれど、あの時と同じ恐怖はもう思いだせない。
電子化やデジタル化が進んだ2024年で
同じことが起これば、今の若者は行動で生きか
けられない。行動力、思考力、サバイバル力は
日々やしなわなければならないと思っています。

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。(裏面もどうぞ)

水が出なくて、近くの公園にこみにいきました。しばらく湯沸かしに入っていたので、その水を頑張って入れても、水位が全くとりどろ、お風呂に入ることができなくなりました。
今では笑って話にはなっていますが、当時はしんどかったと思います。父は東京駅近くから徒歩で帰ってきました。
計画停電が行われる時は、強制退避とポムセーターに火をつけていました。当時はたまたまとばかりに思っていたが、子供たちが不安にならないようにしたことに
大泣きして泣き止みました。

(書けること・書いてみたいことだけで構いません。)

2011年3月11日当時の
あなたのことを教えてください

年齡

9

住んでいた地域

因山

ご職業など

小学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

学校 7

その日の夜、どのように過ごしましたか？

トナマエカキ金
ニユーズに~~変~~わって、
ニユーズを見てもよくない。

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？

$$\dot{z} = z - \bar{z}$$

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

$$2.7 - 7$$

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

$$\begin{aligned} \gamma &= \gamma^u \\ \gamma &= \gamma^0 - \gamma \end{aligned}$$

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？

Acn CM

「エイトライオン 2カ」

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

—

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？

当時 遠く世界の話のよう
 に思っていた。実際には、
 二七七年ほど 突感した。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

変り方々。

変り方々。変り方々。

改めてあの震災について話すとしたら、
誰と話したいですか？

被災者の方々

これから考えたいことはありますか？

南海トラフ 北 東 北 東
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。（裏面もどうぞ）

当時は、震れも感じず「何だ、いつも通りの1日です」と思っていました。変わったことはなかったけれど、全体的に スーッと 下りて いって しまった ような 感じが した。

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。

(書けること・書いてみたいことだけで構いません。)

記入日 2024 年 9 月 15 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 9

住んでいた地域 埼玉県

ご職業など
小学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

教室で連絡ノートを書いていた。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

インスタントラーメンをかじり、ラジオを聞いていた。

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？

翌日朝のテレビにて。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

テレビ、ラジオをつけて、
近所の住民同士で
共有していた。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などありますか？

付ズマイレブ
タータンの冒険。

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？

IHが使えず湯を沸かせな
かったので祖母が魔法瓶で
持ってきてくれた。

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

2日の直下？縦ゆれ？の
視界が縦にゆれた感覚

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？

缶づめやインスタントラーメンを
定期的に買い替えた。
手回し充電器を買った。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

少しのゆれに気づくようになった。
連絡先のメモや小銭を
持った。

改めてあの震災について話すとしたら、
誰と話したいですか？

知らない人。(震災について)

これから考えたいことはありますか？

各地で起きる地震について、
支援の仕方を考えてみたい。
これから起こり得る地震において、
自分や大切な人を守る方法や避難の
方法、持っていくものについて。

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。(裏面もどうぞ)

家の本棚が倒れていた。教室にいたときは机にかくれながらノートをとっていたが、家に帰って起きた事の重さを知った。
以降、少しの地震にも過剰に反応し、自分の身を守ることを最優先にした。富山で震災にあり、~~2011~~2011年とは違った思いで避難できた。
どちら自分には被害が少なかったが、助けが必要な人のためにできることをしたい。

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。

(書けること・書いてみたいことだけで構いません。)

記入日 2024年 9月 15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 9歳

住んでいた地域
埼玉県

ご職業など
小学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

幼稚園の前の道路にいて、
先生方が避難させてくれました。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

停電していたため、
懐中電灯で過ごしていました。

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？

翌日の朝、テレビで知りました。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

テレビで情報を手に入れていました。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

・エルマーのぼうけん(本)
・嵐(音楽)

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？

幼稚園の先生より、
「ここに避難して!!」です。

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

家に帰り、自分の部屋に入ると、
本が散らばっていて、その時の感覚は
覚えています。

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？

災害に対する危機管理能力

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

情報を速やかに手に入れるため、
スマートフォンは常備するようになりました。

改めてあの震災について話すとしたら、
誰と話したいですか？

幼稚園の先生。

これから考えたいことはありますか？

災害をなくすることは難しいので、
起きた時に正しい行動がでるよう
常にアンテナ高く過ごしたい(考えたい)。

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。(裏面もどうぞ)

- ・道が地割れしているのを、当時初めて見ました。(思い出したこと)
- ・BUMP OF CHICKENの「なないろ」という曲は、NHKの朝ドラ「おかえりモネ」の主題歌で、当ドラは奏仙呂を舞台にしており、とても多くの人の心に響く楽曲だと思います。ぜひ聴いてみてください。
- ・最後に、今回観光で仙台に来ましたが、とても素晴らしい街でした。また一緒に観光しよう。ありがとうございました。

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。

(書けること・書いてみたいことだけで構いません。)

記入日 2024 年 9 月 23 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 9歳

住んでいた地域 岐阜市

ご職業など 小学3年生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

学童保育にいた。
地域としては震度3~4くらい
だったそうだが、私のいた施設は
揺れを感じられず、教員も
気付かなか。たためにそのまま
帰宅。帰る道に血相を変えた
母が車で迎えに来て、「大丈夫!？」と
声をかけた。自宅のTVで初めて地震と
津波のことも知った。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

TVは津波関連のニュースが
つづき、「このままどうなるの
だろう…」と、子どもながらに
不安に思った。
場所が離れてはいたが、
念のため避難道具一式を
用意してから眠った。

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？

TVと新聞。
両親の表情や様子を見て、
「あ、大変なことだ」
「起きているんだな」と
悟った。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

TV。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

「仮面ライダーオーズ」などの
ヒーロー番組が放映中止に
なったことを覚えてる。
そのときにネット上ではかれかれ
「いまヒーローが大変な状況に
対して助けに向かっているから
TVに出られなくなった」という
ことを発信していた。

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？

ACのCM。
学校やYouTubeで、
「あしさつの魔法」が流行していた。
レオとな。ては3.11を象徴するCM。

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

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？

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

改めてあの震災について話すとしたら、
誰と話したいですか？

これから考えたいことはありますか？

13年。
次子に経歴全談を
話せる人が少なくなつて
くるいま、あらためて
当時のことをアーカイブする
重要性を感じています。

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。(裏面もどうぞ)

記入日 2024 年 10 月 5 日

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）

（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 3 月 11 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

9歳

住んでいた地域

神奈川県横浜市

ご職業など

小学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

学校で帰宅の準備をしていた

その日の夜、どのように過ごしましたか？

10歳や年齢が1位から2位まであり、
大変なことが起こったのでという
認識があまりなく、いつか必ず
来る。

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？

帰宅下校を経て家に帰ると、
心配していた母が仕向かえてくれ、
家で見たニュースの内容を
教えてくれた。それからしばらく
テレビで経過を見た。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

テレビ

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

星新一の短編集を好んで
読んでいた。

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？

現場で一人で行き来していた人が
いつか早く帰ってきて来て、
「知らない人と、すごく怖かった、
と泣いて、
と泣いていたことが記憶にある

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

勉強机に山積みになっていた本が
本が崩れていた。
それと母に話を聞かせ、少し
怖く感じた。それを覚えていた。

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？

地震で家が壊れ、帰る場所
がなくなると人が泣いていた、
震災とはこういうものだと初めて
知った機会があった。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

母が防災靴と備え始めた
（私は何もなかった）

改めてあの震災について話すとしたら、
誰と話したいですか？

、同じ小学校出身の同級生
、家族

これから考えたいことはありますか？

あの震災を経験し、一人暮らしを、
母はパートを、私はもうすぐ隣県（東京）
で働き始める。
皆がバタバタの場所にいる時、
一番早く確実に安全確認をするには
どうしたらいいだろうか。

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。（裏面もどうぞ）

当時の記憶は地震が起きた瞬間は、地震は少しワクワクするものだと感じていた。
地震に慣れてくると変な感覚が来るようになった。

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）

（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 3月 11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 9歳

住んでいた地域 神奈川

ご職業など 小学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

学校から下校する途中でした。
自宅まで50mも離れていなかったと思います。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

父から母に今日は帰ってこないという旨の
連絡が来たらしいことは覚えています。
県外が仕事先だったので、電車に乗れなかった
のだと解釈しています。
後はみんなに覚えておらず...

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？

当時方頃、母と弟と祖父母と一緒にテレビを見て
いました。
全容はテレビで取り上げられていたのをよく見ていたので、
時間をかけて理解していました。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

テレビのニュース？
自分のT-タイも持っていないので、それが大体の
情報源でした。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

祖母からもらった厚めの小説を言っていた
ハリー・ポッターとか

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？

地震があったとき目の前に石どうろが倒れてきて
肝を冷やしましたが、後にニュース速報で落下物が当たっ
てくれた方のニュースが流れてきて怖かったです。
祖母にそれを言いましたがやりとりはよく覚えてません。
近所の人に助けをもらいました。

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

母の誕生日だったので、少し豪華な料理を食べて
でもいつもより美味に感じなかった
多分ちがひです

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？

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

カードのストックがされるようになりました
それまで栄養重視の母の影響でインスタント食品は
ほとんど家になかったです。

改めてあの震災について話すとしたら、
誰と話したいですか？

何日か父が帰ってこられなかったの、何があったか
聞いてみたいです。

これから考えたいことはありますか？

よ比較せれる
南海トラフに備えて色々できることはなか
考えたいです。

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。（裏面もどうぞ）

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）

（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 3 月 11 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

9歳

住んでいた地域

静岡県

ご職業など

小学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

家に帰ってすぐ、テレビを見ていた。
手元にはまだ赤のランドセルがあった。
となりに住んでいるおばさんが
家に来っていた。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

いつも通り、妹とベッドで寝た。
暗くなって、妹をおじいちゃんの家
に預けて、両親と保存食を買いに行った。
道は渋滞していた。

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？

正確に東日本大震災として
理解できたのは小5くらい？
小学生にはこの大きさが
わかってなかった...

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

テレビ。
どの番組をつけても右下に
津波情報が流れていた。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などありますか？

チャオ（？）

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？

地震がおさまったすぐ、恐る恐る
外に出て近所さんと顔を合わせる。
被害もなく家に戻る。
「なんだ」みたいな雰囲気。

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

地震直後のゆるんだ震度気か
ニュースで津波について知ったときの
家の雰囲気の違い。

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？

他人事 → 自分ごと

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

変わっていない、と思う。
家に防災用品はある！！

改めてあの震災について話すとしたら、
誰と話したいですか？

これから別の場所に住む友だちと

これから考えたいことはありますか？

防災・安全な暮らしのために
活動している人たちの話をきいて
自助のためのつながりについて
考えたい

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。（裏面もどうぞ）

ずっと海が近いところに住んでいて、南海トラフの恐しさは教わってきたけれど、また他人ごとのような気もしている。
大学生になって、防災活動に力を入れている団体と知り合い、もしものことがあったときに助けあえる関係性をつくっておくことが
自分も他人も助けることになるようになるようになった。「われわれ意識」を醸成せよとは言うが、結局のところ「挨拶」のできる
顔見知りの関係性をたくさんつくることが一番身近で、一番大切なんじゃないかな。

記入日 2025 年 3 月 19 日

 3がつ11にちをわすれないためにセンター

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）

（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 3 月 26 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 9 歳

住んでいた地域 中国北京市

ご職業など 小学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

日本にいたよかったです
その瞬間のことは覚えていない

その日の夜、どのように過ごしましたか？

中国の
テレビで日本の震災の報道が
ずっと続いていたのでちゃんと
それを見ていた

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？

3月11日から数日間
毎日中国のテレビから
日本にいていておしえてくれる
の連絡から

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

テレビで津波と
原発の映像が流れていた

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

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？

fú dǎo dì yī hé diàn zhàn
“福島第一核电站”
（中国語で「福島第一原発」
テレビのアナウンサーがそれについて
リポートしていた声）

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

特にありません

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？

12年後、2023年に大学3年生で
始めて福島や東北地域に
足を踏み入れました。現場を訪れ
たことで初めて震災の深刻さ
を感じた

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

特にありません

改めてあの震災について話すとしたら、
誰と話したいですか？

被災地からかなり遠い場所
にいたので、誰とでも話してみたい
当時日本にいていて人であれば

これから考えたいことはありますか？

自分から今住む場所（横浜）
に震災が来たら…
（首都圏直下型地震など）

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。（裏面もどうぞ）

当事者になってみればという無知さを抱きながらも
自分ごとのようにこれから先も震災のことを知っていた
（これまですでに約10回浜通りを訪れてきたから、まだずっと続く）

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）

（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 3 月 28 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

9歳

住んでいた地域

埼玉県加須市

ご職業など

学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

通学路を遡っていた

その日の夜、どのように過ごしましたか？

1階がテレビを付けておき、1階に
していた。姉がニュースばかり見ていた。
肩をさすっていた

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？

家にリポートを見た。ニュースが流れていた

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

基本的にニュースで。
テレビ放送の方向に情報を探していた。
しつこく

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

ゴゴロズミック 絵

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？

家前の幸にある門が壊れていた。
もしあの時 ままにまわっていた可能性もある。
親が1人で家に通学館を歩いていた。
大勢で自分名所を歩いていた。
この時 早く記憶を失っていたら

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

牛乳の味。

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？

昔は11月も言え、東日本大震災に
全く興味がない人だった。
大人になると、「復興」に興味がある。
が、今はなにもない。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

持ち物は変わっていないが、
仙台の資料からSNSなどで復興の
PRをしてくださる方が多い。興味があ
る。

改めてあの震災について話すとしたら、
誰と話したいですか？

昔事あるとしたら、第一に話したい。
「こんなことがあったんだ」とお世辞
の子どもを言わせた。なかなか自分か
大変だったとはいえない（埼玉にいたため）

これから考えたいことはありますか？

これから行政職員として働くこと。
3.11を通じて学びの機会を増やし、
防災について。幅広い分野と向き
合いたいと思う。

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。（裏面もどうぞ）

このお話を機をいれた。ありがとうを言いた。
キョウリも非難に思われたい。

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）

（書けること・書いてみたいことだけで構いません。）

記入日 令和7年 4月10日 ころ

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 9 住んでいた地域 大阪 ご職業など 小学生	地震が起きた時、どこで何をしていましたか？ 春休みでTV視聴	その日の夜、どのように過ごしましたか？ ニュースを見ていた	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？ ニュース(TV)
震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？ TV	当時、読んでいた本や 聴いていた音楽などがありますか？ 青い鳥文庫	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？	目や耳で見聞きしたことのほかに 覚えている感覚はありますか？（味、手触り、匂いなど） なし
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？	あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？ 水を常備	改めてあの震災について話すとしたら、 誰と話したいですか？ なし	これから考えたいことはありますか？ 南海トラフ

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。（裏面もどうぞ）