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 18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 60才

住んでいた地域 福島県相馬郡新地町、

ご職業など 商業

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

自宅にて、販売（仕事中）

その日の夜、どのように過ごしましたか？

二次の住んでいるアパート、孫~~[illegible]~~と3人で震えながら朝まで寝られませんでした。

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？

娘のテレビ

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

役場、テレビ、ラジオ

当時、読んでいた本や聴いていた音楽などはありますか？

忙しいのでよく覚えていません

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？

娘にケータイで「お母さん、すぐ~~[illegible]~~にげて」と言われた事で、よく覚えています。

「大丈夫 大丈夫」それ~~[illegible]~~しか声かけてあげませんでした

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）

揺れ

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？

振り向いた時自宅は湖の底にしずんでいました。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

しばらく電灯がないと眠れませんでした。持ち物は特別気づきませんでした。

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？

近所の皆さん、家族。

これから考えたいことはありますか？

どの様に準備したら良いのか、旅行とか行っても良いのか、まだ迷っています（もう10年過ぎているのに）

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。）

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　60才

住んでいた地域　泉区

ご職業など　自営業

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

家でたくさんのカレーをつくっていた。友達が取りに来る予定だった。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

余震でろくに眠れず外にでて星をみていた。

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？

ラジオで聞いていた。くわしくは3日後くらい。

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、メール

当時、読んでいた本や聴いていた音楽などはありますか？

あまり読んでない

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？

誕生日などもう来なくていい。

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）

電柱のきしむ音。ゆれる車、雪。近所の子供と毛布でだきあっていた。

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？

とにかくゆれるとこわい

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

ケータイ、サイフ、保健証、水、チョコ、

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？

閖上の友達
石巻の友達

これから考えたいことはありますか？

石巻を先日たずねた。門脇小に行った。教育、伝える事。大事です。

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。）

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　60代

住んでいた地域　宮城野区

ご職業など　飲食店

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

経営している店の中に居て仕事をしていました！

その日の夜、どのように過ごしましたか？

とにかく出来る事をしよう！プロパンガスだったので何か作らないと、材料を全部集めて冷蔵庫がカラッポになるまで作り続けました！

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？

ラジオで！

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

ラジオをずっと流していたので回りの様子を知りたかったです。

当時、読んでいた本や聴いていた音楽などはありますか？

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？

お客様が朝すごく早くから寒いのに外に並いでいてみそ汁を作ってくばり、暖いなにいきわたる用考えましたが難しかったです。

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）

夜がとても暗かった！

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？

何百人も流されていると ラジオで言っているので うソでしょ！私が…でしょと 思った！

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

荷物をまとめて一箇所にしておいてあったりする！

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？

これから考えたいことはありますか？

また地震がこないことを祈ります！

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）

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。）

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

60代

住んでいた地域

仙台市青葉区昭和町

ご職業など

会社員

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

会社（若林区土木通）で仕事をしていた。
最初は「地震だ」くらいに思っていたが
大きくゆれて、みんなで外に出た。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

部屋はめちゃくちゃだったので いったん
たおれた本棚だけおこし、もう一度
たおれた時に、そばがぶつからない
場所を選んで眠るスペースをつくった。
当時はガラケーだけで、そとでなにかのニュース
映像らしき（火災）ものをみていた。

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？

翌日本来であれば東京へ行く予定だった。
8階から自転車をかついで階段をおりて
まず仙台駅にいった。当然新幹線は動かず
その足で会社にいきだこうしてコピーをみた。
その時閉上の方でたくさん人が亡くなっている
らしい話を聞いたが全容はもう少し後日
だったと思う

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

知り合いのお店にとめてもらい。そこにいる
人たちからいろいろ情報をもらった。
1週間くらいそちらで過ごし、後は
自宅→会社→お店→自宅という
ルーティンでしばらく動いた。北仙台は
水道の復旧がいちばん最後くらいだった
と思う。

当時、読んでいた本や聴いていた音楽などはありますか？

Spitzの「若葉」にはげまされて
毎日のように聴いた。

映画をつくった。

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？

たあいもない話が楽しかった。
第2電池のエピソードや、ないさつとか、
電話は県外の方が先に通じて、
岩手の家族と「元気か」「大丈夫か」という
会話ができたのがうれしかった。

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）

三浦さんくその後病気で亡くなったが）
からもらったラスクの味。
3月11日の夜、コートのポケットにあったのを
みつけ、大切にたべた。とてもおいしかった。

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？

2011年くらいまでなかなか被災者という
ものではないのではないかという思いが
あった。もっと大変な人がいる中、割と
早く仕事にも戻れていた分、なかなか
別の意味でおりあいがつけられず
自分がそういう当時者とは全く思えない
年数をすごした。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

あまりかわっていないかもしれない。
地震にはビンカンになった。
なんとなくくるな、来たなを感じるように
なったと思う

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？

もう少しおちついてからでないと
まだ話したいとは思わない。
話すことなど自分は、まだ、おこがましいと
いう気持ちが残っている。

これから考えたいことはありますか？

マンガを描きたい。

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。）

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　61才

住んでいた地域　青葉区柏丘

ご職業など

パート

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

パートも休みの日で、
夫も仕事休みの日で、
二人で自宅で　やったり、
あったりしていました。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

青葉区春日町のマンションに
住んでいた娘一家が
柏丘まで歩いて避難してきて
皆で星空をみていました。

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？

停電中は全くわからず
ケータイも使えず
小さいラジオから情報は
少しづつ聞いてました。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

ケイタイラジオから

当時、読んでいた本や聴いていた音楽などはありますか？

スマップのCD、
サザンオールスターズなど

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？

信じられない……

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）

第日夜の星空みた時の
鳥肌たつかんじ、

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？

当時の一軒屋からマンションに
22年秋に住みかえたので
いつ地震きても最少限度の
被害になる様にしてる。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

いつ何がおこるか
わからないから
今を大事にしようと
思って生活している

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？

当時小6、小1だったマゴと
そしてやっぱり家族や
親しい友と

これから考えたいことはありますか？

忘れない様にしようと思う。

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）

海近くの知人が流されたり、家が1Fは水びたしとかの
知人にいて、時を想い出し、なみだふれ話をしています。
小型犬を飼っており、避難時はその事も困難のひとつになるだろうと
思っており、犬用の避難用品を揃えています。
とにかく停電さえならなければ……とか思っています。

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。）

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 67歳でした。（現在79歳です）

住んでいた地域 太白区

ご職業など アルバイト

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

自宅の居間でデスクワークをしていました。余裕はあったものの余りにも「ゆれ」が大きかったのでビックリ。大型TVを抑えるのに精一杯、ゆれがおさまるのを待ちました。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

電気、水道は最初からOKでしたので生活は楽でした。

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？

全てがラジオ、TVでした。他に新聞と携帯等

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

主にラジオでした。

当時、読んでいた本や聴いていた音楽などはありますか？

新聞での情報。
音楽はFMでのチャンネルをずっと聞いていました。

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？

元気ですか？
余り無理せずに、お互いガンバりましょう!!。何かほしい物があればお互いに共有しましょう!!

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）

別にありません

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？

都合揺れる方にストーブ、流しのコンロ等、特に火を必要としている物については家族が分かりやすいように反射板のシールを貼っています。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

リュックタイプの防災袋に1式用意玄関の下駄箱の上に設置しております。

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？

家族です。一心同体。「報連相」の徹底
即動けん体制、枕元に靴とタオルを置いています。

これから考えたいことはありますか？

『津波がきたら高い所に逃げん』

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　7 月　4 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　67才

住んでいた地域　仙台市太白区郡山

ご職業など　無

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

長町五丁目のパソコン教室にいました
かなり揺れたので、カがミこんで暫く
何かの高層マンションを見たらかなり
右に左に揺れていました

その日の夜、どのように過ごしましたか？

裏の中は本や棚の物が
床にちらばっていて寝る所も
ないし、電気もなく、仕方なく
車の中で一夜を過ごした
庭で薪ストーブで幸水道は出る
ラーメンを食べた。

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？

ラジオで知る事は出来ましたが
我地区は三日後に電気が
通電したので、その後はTVで
実体を知り驚きました

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

翌日から新聞が来ましたので
被害の甚大さに驚き
その後近くを歩いて実体を知ることに
しました。幸い当地区は被害は
大きくありませんでした

当時、読んでいた本や聴いていた音楽などはありますか？

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）

翌日から直後の方が火災が発生と
いうことで長町地区も火災で
ぼんやりして臭気も有り、我慢が
大変でした。3日位続いたと思い
ます。又、1週間位鉛バエの大きい
のが繁殖した（3～4cm位）

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？

常日頃の心構え、備蓄品の
チェック、等

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

2～3年は心構えの積りでしたが
年数が経つと忘れがちです

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？

子供達、震災の知らない、
外国の人とか。

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。

（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

年齢　73才

住んでいた地域　仙台

ご職業など　大学教員

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

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？

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

当時、読んでいた本や聴いていた音楽などはありますか？

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）

震災直後の避難所や、その後の仮設住宅などにいわゆる「心理カウンセラー」が支援に入り、被災者の方々の心をドリー層きめ細かな対応を行い、ある仮設住宅の入口には「臨床心理士」おとわりの貼り紙が出た（出た）ということ。さらに、カルト系の宗教団体がいかがわしい話で、被災者の心を土かなでし、金銭を要求する事実も忘れてはならないと思う。その被害にあった方々は今でも心の2次被害をかかえている。災害につけこむ、心ない人々の検証、その結果も残すべきである。ウクライナと同様に。

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。）

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　73才

住んでいた地域　若林区六郎町

ご職業など　主婦

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

美容室

その日の夜、どのように過ごしましたか？

駐車場で車の中
9階まで、玄関も割れ階段を
登った。

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？

ラジオ、テレビ、
新聞、友人の話し
（直接、被害にあった）

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

TBC ラジオ

当時、読んでいた本や聴いていた音楽などはありますか？

ABBY & ASKA

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？

無事で良かった。

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？

ラジオは離せない事

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

笛・チョコレート・ガム

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？

子供達（孫）

これから考えたいことはありますか？

想像絶する事。

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。）

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　76.

住んでいた地域　太白区

ご職業など　準公務員でした
民生委員

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

近所の美容院で
勤務していました

その日の夜、どのように過ごしましたか？

高齢の父（同居）の安全を確保し
避難所の生活をしていた。

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？

3日程たったときに
新聞が届き、TVでニュースを
見る余裕ができて

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

テレビのニュース

当時、読んでいた本や聴いていた音楽などはありますか？

被災した当時 良くTVで
流れていた音楽

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？

区役所職員の高齢な態度
避難（中学校）所の運営に協力
してくれた教職員の力強さ

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）

3月の地震（余震）をふっかり
頭から抜けている。
今でも思い出せない。
かなりの恐怖だったと思う

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？

被害の大きさ　その違いで
人の心（欲とか）が
異なる。　必要のない
支援物資をもらおうとする
おとなに（びっくり）

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

人に対する気持、いつも一緒に
前にすすみましょう という気持

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？

孫

これから考えたいことはありますか？

どういうコミュニケーションを
とっていたら大きな地域の
力になるか。

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）

津波にあった人には
必要でも力がなくずぶぬれの
手で避難している人に
必要ないと思うものも
配ったことが支給されていた
下着等 衣類
例、ばんそう（50人の避難所に 50ピース）