

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 2025 年 2 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 8歳 小2 住んでいた地域 千葉県市川市 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？ 教室で、帰りの会が始まる直前	その日の夜、どのように過ごしましたか？ 自宅で母、兄、兄の友人としての母と過ごし、 少し離れたところのダイニングテーブルのEに ずっとながらす	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？
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がありますか？ 山風	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？ 机の下に隠れた時、2人の子が「これ訓練？」 と言っていた。あまりに感じたのはいやれに 先生がゆらしているのと せめては思っていた。	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) 校庭が液状化してドロドロになってた
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？	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)

・うめが2地に住んでいたことで、液状化がおきていました。
・校庭から水が湧き出していたことをよくおぼえています。

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。

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 8

住んでいた地域 東京

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2の教室で帰ろうとしていた

その日の夜、どのように過ごしましたか？

TVを見ずに寝た。

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？

夕方の津波の中継・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？

TV・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？

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？

親にとっても初めての異常事態だと思
った。具体的なことは覚えていない

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）

人が津波の中にのまれて亡くなっていく映像
は強く覚えている。助けられるわけがないのに
淡々とそのような映像を見たのは、当時
小2だった自分には処理できない感情だった。

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？

物について震災について覚えているのは
自分たちが一番若い世代であること。
自分より年下は小一か幼稚園のため覚えて
いない

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

LINEなどで家族とつながる。Twitterで
情報を得るようになった

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？

将来生まれてくるであろう子どもたち、
自分より年下。

これから考えたいことはありますか？

義務教育を受けているのに人工地震だという
人や、山本の郎のように被災地をパフォーマンスに使う政治家とその賛援者、事実がねじ
曲げられにくい。経験していない世代に正しく
伝えてほしい。

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）

津波の避難経路の速報は過剰なくらいで良い。非難集められていたのがおかしいそうだった。

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

8才

住んでいた地域

新潟市

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？

家でTVを見ていた。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

いつもどおり、

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？

TVでの連日放送で
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？

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。

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？

アメリカ西海岸に住む親戚から、
ビーチに日本からのかきまき
打ち上げられていると聞いた。

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）

家の廊下がぐらぐら
揺れた。

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？

あの時の揺れの事態の深刻さ。
毎に重ねるごとに実感する。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

14:46を目にすると
震災のことを考えるように
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？

被災された人。

これから考えたいことはありますか？

命について。
私はこの命をどう使うか。

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）

私は震災から10年後に仙台に移り住んだ。毎年、3月11日14時46分には涙が流れる。けれど被災された人の気持ちは完全にほれかたてあげられない。くやしい。もどかしい。今でも苦しんでいる方を想ったら、私もあの時この場所にいて、一緒に被災するべきだったと思った。震災を体験した人にしかわからない。私にできることは、はきかかった人の分も生きること。

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

8

住んでいた地域

神奈川県

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？

小学校をあとに直後
とさに電柱に反トとしがみ
ついていて。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

停電で真っ暗の中。パンとビス
食べて寝た。
父の会社の同僚が停電の影響で
帰宅できず、家に泊まりに来た。
知りました。

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？

ニュースで毎日17時45分
特集。毎日「当時00時はこんな状況に
なっていたのか!!」と驚いてます。
当時17時45分夜にラジオで
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？

手紙やレターで開けタイガー
ラジオでニュース速報を
聞いていました。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

かいけつゾロリ
AKB48がはやってました。

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？

小学校で親がむかえに来てくれた
子どもから帰宅できなかったのか、
私の親は中々来ず。不安でしかた
なかっ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）

~~目の前~~
中々が来なかった直後に小学校の
先生が「集合ホー！」と手を振りてい
たのでその場にいた小学生全員
が集まり、その時のさびしさを感じた。

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？

東北のオデパは、茨城のオデパ
も被災してると最近知りました。
海の側の宿や観光名所が津波で
流れてしまった。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

防災グッズを買った。おにぎり
思い、乾パンを定期的に
購入してる。
防災グッズじゃない！
非常食か!!

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？

毎年3月11日にその時一緒にいた人
何人か？と話をしたい。

これから考えたいことはありますか？

その災害が、もし、自分が医療者
として何ができるか考えています。
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）

南海トラフや首都直下の大震災は必ず来ると思ってるので、当時のことを思い出しています。

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。

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 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 8歳

住んでいた地域 神奈川県鎌倉市

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？

家で1人で留守番をしていた。
当時好きだった嵐のDVDを観ていたら突然
テレビが消えて、揺れよりも先に食器の
パタパタと鳴る音が怖かった。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

両親は都内から帰宅できず、姉は小学校から
集団下校してきた。友達の家泊まらせてもらった。
夜9時頃まで電気がつかず、ろうそくの火で凌いだ。
姉は両親の携帯の番号を覚えていたのだから、友達の家
に泊まるとあったダイヤル式電話でひたすらかけ
続けた。母親の声を聞いて泣いた。

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？

当日の
夜9時頃電気が回復し、テレビをつけた瞬間の
津波の映像が衝撃的だった。家が流されるという
概念がなかったのだから、自然の恐ろしさと、自分は
被害を受けていないことの無さを多分感じていた。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

テレビや、小学生新聞。
姉は中学受験の勉強をしていたとき問題のために
よくチェックしていたので、自分もそれを聞いていた。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

嵐の曲が流行っていた。

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？

姉は家に帰ってきたとき、向かいの家に住んでいた
お兄さん（大学生くらい？）が、ずうと背中をさす、と仰せられた。
"地震"というものを教えた。
自分もやることをあったら、余震の度に家の外
に出てまわって自分を気にかけられた。

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

ろうそくの煙のにおい。

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？

自然災害の恐怖から私には逃れることが
できない。
ただその恐怖を少しでも減らす努力はできる
行われていて、自分もその手助けになることがしたい。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

自分のスマホを持つまでは、親族の電話番号のメモと
携帯電話を必ず持ち歩いていた。

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？

当時向かいに住んでいたお兄さん

これから考えたいことはありますか？

今私は建築の道を志して大学で勉強している。
日々の課題に追われてなかなか考える機会が
ないけれど、小学校の卒業論文で書いた「誰も
いなくて暮らせる家」について、原点回帰で
追究したい。
安全、安心がどこから来るのか、建築的空間でそれを
どう実現できるのか。

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）

自分が建築の道に進んだのは、この東日本大震災がきっかけである。家の外に出ても揺れを感じる、家の中は安全、この家に住んでいたからこそ向かいのお兄さんや友達の家で思いにおしゃべりすることができた。
でも夜テレビで見た、津波で流されていく家々、完全に崩壊した建物... 今までの常識がひっくり返る、とてもショックを受けた。そしてこんなショックを受けているのに自分はほとんど被害を受けていないことに
ショックを受けた。そこから建物に興味を持つようになり、大学受験も迷わず建築学科を受けた。
今回仙台に来た理由は、メディアパークで行われている「セム・デザイン・ワーク」に展示されている自分の卒業制作を見るためであるが、1Fのこのコーナーに立ち寄り、当時のことと色々思い出し、14年の月日を経て
改めて自分へ語りかけることができて、色々な側面から物事を見て、今までにない心地良さを感ずる空間が、とてもいい。

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 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 8 住んでいた地域 静岡市 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？ 学校が終わりちょうど自宅の玄関を 開けると家族も同時に玄関を 開けました。私も迎えにいこうとしていた そうです。私自身はゆれを感じません でした。	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？ テレビを見て。津波で家が流される 様子を見て、子どもばかりたまたたき あせんとしたのを覚えています。
震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？	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？ 友人たち 同世代の。	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。)

記入日 2025 年 3 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 8歳

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？

学校の校舎を出て帰ろうとした瞬間。
すぐに校舎にいた先生が窓から顔を出して
しゃがみように指示してくださった。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

いつも通り

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？

家に帰ってテレビ、ラジオの中継

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

スマホも携帯ももっていたから、テレビ
テレビから知っていました

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

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？

遠い親戚の津波による被災、亡くなった
話を聞いて、怖かった。

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？

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

海に近い所に行くときは避難場所を
見るようになった。

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？

一緒にいてる人。

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)

当時は怖かったけど、テレビで東北の様子を見て、東京は被害の少ない市であることが分かった。このことから、何となく自分の震災の出来事は「体験」であ
るような気がしていました。今回の1階の展示で「後ろめたさ」というワードがあり、それ通りだと思いました。

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。

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 20 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歳（小2）

住んでいた地域 名古屋市

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？

小学校の教室で帰りの会をしてた。
その瞬間は、掲示物が少し揺れる
程度。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

帰宅して、いつも通り過ごした。
母と妹が、地震を自宅で体験していて、
体験したことない、大きくゆっくりと揺
れたらうたと言っていた。（震度3と4？）

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。（発生から1ヶ月くらい？）
番組が全て震災の中継で、CMも
全てACだった。
最初の津波が海沿いの道路を
覆い尽くす映像が焼き付いている。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

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
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？

今になって思うと、揺れをあまり感じなかった
小学校は とても堅牢だったと思う。
築年数も経っていたのに、本当に揺れを吸収
していた。避難場所として信頼できると感じていた。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

あれから10年後に一人暮らしを始める
ことになったが、防災用品や耐震について、
考えるようになった。
今大学で建築構法、耐震性を研究しているが、
もしかするとその繋がりがかもしれない。

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。

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 8歳

住んでいた地域 秋田県

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？

学校からの帰り道の途中だった。
一人で帰っているなか、電信柱がぐらついて
大きく揺れて本当に怖かった。
パニックになっている私を、近隣住民の方
が落ち着かせようと抱きしめてくれたことを
覚えている。「死ぬ」と思いました。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

~~母~~同居している母方の祖母と姉とともに、
なかなか帰ってこない両親を待っていた。
ロウソクの灯りのもとで、手巻き寿司を
食べたのを覚えている。
不謹慎かもしれないけど綺麗な星空に
見惚れた。

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がありますか？

テレビ子だったのが当時辛かったが、
習っていたピアノを弾いて心を落ち着かせて
いた。ピアノに支えられた日々だ。

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ジャパンの挨拶のCMは忘れられぬ！

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

パニックになっている私に「大丈夫だよ」と
声をかけて抱きしめてくれた方のこと。
腕の力だったり、温かさだったり、不思議と
とても落ち着けた。死ぬかも、という直観から
大丈夫だと根拠はないけど思えたのは
あの方のおかげです。

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？

震災はいまだ多くの人の心に強く大きく、
存在感をもってあり続けていること。
断片だけど、ずっと忘れずにいたいと思う。

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。

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 8才

住んでいた地域

熊本市

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？

教室で お楽しみ会を
していた。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

普段通り

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？

当時はよくわからなかった。
数年後、YouTubeで当時の様子の
動画を見たりして理解した。

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

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

「花は咲く」をよく
聴いていた。

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？

「福島第一原発」という言葉を。
同じくらいの年の友達から言っていたのを
覚えている。
新聞が全部東北の写真だった。

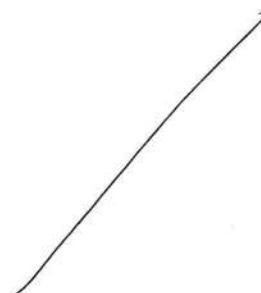
目や耳で見聞きしたことほかに
覚えている感覚はありますか？（味、手触り、匂いなど）



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？

熊本地震で被災して。
災害について身近に感じる
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？



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？

3.11で被災した人。

これから考えたいことはありますか？

被災者のいづれは経緯を
整理する手伝いしたい。

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）