

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 1月19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

6歳

住んでいた地域

宮城県石巻市

ご職業など

児童(幼稚園)

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

幼稚園の帰りの会が
終わり、先生がよいさつを
した直後に地震

その日の夜、どのように過ごしましたか？

近くの山で一晩過ごす。
(友人の祖父の車で避難中、
津波に巻き込まれ、
近くの高台に避難。)

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？

被災後 避難所で生活する
中でのニュースや記事、会話な
どから知る。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

テレビのニュース 等

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

ラジオ

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？

家族と避難所で再会
した時の祖母が言った
「よかった、

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)

車の中に水が入ってきた時
の浸水の高揚感。
(正常性バイアスのような
ものなのか？)

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？

いかに人間が自然に
太刀打ちできないか。
人間の無力さ。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

特に変わらない

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？

同じ石巻市に住み、
被災した方。

これから考えたいことはありますか？

同じ誤りを繰り返さない
ための工夫、考え。

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)

車で避難し、津波に遭遇・巻き込まれる前に見た津波がどうも黒く、黒い生き物のように見えたのを覚えていて。
もし当時、津波にもっと近い場所にいたら、近くに高台がなかったら、今私は生きていないかもしれないということ
を感じ、生きていくことがいかに幸せなものであるかを知ることができた。
今も当時を思い出し、心臓がバクバクしたり息が詰まるような苦しさを感じることがある、震災を経験した身として
前向きに生きていきたい。

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 R7年 2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 6歳 (年長)
住んでいた地域 新潟県山形
ご職業など 保育園児

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

保育園のホールで遊んでいた
(年長だったため お昼寝なし)

その日の夜、どのように過ごしましたか？

家で過ごしていたと思う。
緊急地震速報のチャイムや、ずとテレビ
に表示されている津波警報の日本地図
が怖く、泣きつづける私を親が
なだめていた。

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？

テレビや親の話。
お母さんからは、当事者や資料、
実際の震災遺構など。

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？

地震が起きたとき、中々の感覚は正直
分からなかったが、ホールにいた私たちを
先生が毛布をかけてふせるように言った。
毛布の隙間から電気が揺れているのが
見えた。先生やその場にいた保護者の、
「私が守るからね」という言葉が忘れられない。

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？

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？

- ・枕元に避難グッズを置く。
- ・避難経路を家族と話し合う。
- ・ハザードマップを見ながら物件を決める。

震災当時小さかった、または
生まれていなかった人や、
東北以外の地域に住んでいた人

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)

太平洋とは逆側にすんでいた私でさえも怖かったのに、被害をもろに受けた人々の心内ちは測り知れない。
宮城に住んでいる今、もと震災当時のことを深く知ろうと思う。

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 2025 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 6 住んでいた地域 栃木県宇都宮市 ご職業など 小学1年生です。	地震が起きた時、どこで何をしていましたか？ 早帰りの日で学童にいました。部屋の中で絵本を 読んでいる際中に地震が起きました。先生が 部屋の中にある児童を部屋の中へ集めていた。	その日の夜、どのように過ごしましたか？ 覚えていない。 その日熱を出して祖母の家で寝ていた双子の弟と 会った時以外です。	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？ 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？ 三ッケ	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？ 停電の際にろうそくを灯して読んでいたこと。 壁の影をうつして遊んでいたこと。 国語の時間、^{定規で}つくったキリンが頭から折れていた。	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？ 幼少頃のため、津波があったことや大勢の人が 亡くなったことはインプットがなかった。これを 集まるに受け止めてはなかったように思う。 大人になり、過去の出来事についてあるが、その時はまだ、 亡くなった被害者の人、を尊重して受け止める ことがなかったと思う。	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？ 双子の弟。基本同じ環境で育った私とさ なければ、東日本大震災が起ったその瞬間は別々の 場所を改めて話をしたい。	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 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

6

住んでいた地域

東京都国分寺市

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？

学童の建物に
入った瞬間
に発生

その日の夜、どのように過ごしましたか？

振れたビビリながら
ねた

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、伝聞
がうけーからテレビを見た

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？

記憶なし

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？

こたまりしょうか？
という A.C の 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)

周りの大人からの
いつもと違う空気を
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？

復興スピードの
遅さ

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

ランドセルに入った教科書が
リュックに入ったノート PC
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？

あの震災を味わっていない人

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)

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

6歳

住んでいた地域

東京

ご職業など

幼稚園生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

幼稚園
お別れ会

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？

当日
家族から

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

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？

家族

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 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 ~~20~~

6

住んでいた地域

横浜

ご職業など

幼稚園生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

海岸で釣り

その日の夜、どのように過ごしましたか？

家で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？

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、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？

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？

地震の大きさ、影響

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？

母

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

6才

住んでいた地域

千葉

ご職業など

幼稚園児

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

幼稚園で遊んでいた。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

停電になんて、部屋を
暗くし NHKの中継を
見ている。

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？

祖父母が宮城に
住んでいたため
直後に言われたとき。

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

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

幼少の頃のため
記憶に残っていない。

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？

先生や大人たちがあせっている
なか、子どもたちは何が起こつ
ているのか分からず、地割れした
園庭をうめいたこと。
帰り道の道路の液状化。

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？

震災の被害だけでなく
避難生活もさびしいものだった
こと。
災害への意識が変わった。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

変化した。

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？

祖父母
父と母
一緒にいた友だち

これから考えたいことはありますか？

防災への関わり方。

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)