

宮城県石巻市 6歳 幼稚園児

幼稚園の帰りの会が終わり、先生があいさつをした直後に地震。

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）。車の中に水が入ってきた時の謎の高揚感（正常性バイアスのようなものなのか？）や、車で避難し、津波に遭遇・巻き込まれる前に見た津波がどす黒く、黒い生き物のように見えたのを覚えている。

家族と避難所で再会した時の祖母が言った「よかった」という言葉が印象に残っている。

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、生きている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もあるが、震災を経験した身として前向きに生きていきたい。

（記入日 2025年1月10日）

学校で鼓笛隊の練習をしてた。たくさん楽器がある部屋だったので金属のぶつかる音、倒れてくるピアノを支えていた先生の姿、外に出た時の校庭が地割れした土のニオイを覚えています。

夜、母・姉・犬と車でラジオをつけて、リンゴをかじってた。単身赴任中の父と連絡をとった。ボートで泥まみれのいところが家に逃げてきて、災害の被害をやっと実感したのを覚えてます。

当時、「〇〇小学校の〇〇さんが流された」「目の前で人が波にのまれた」「7日間、首から下は海につかっていた」ひたすら悲しい話を聞かされていた。

マンホールからあふれる水をおふろに溜めておく作業を思い出しました。

(記入日 2024年3月30日)

体育館で翌日行われる予定だった卒業式の準備をしていました。

父が中学校まで迎えに来て山の上にある自宅まで帰宅し、停電の中、父とラジオをつけて、くつをはいて、2 階の寝室にいました。2 階にいたのは家が倒壊しても生き残る可能性を残すため。停電の期間中にジョアン・リングアードの“ふたりの世界”シリーズを読破したことを覚えています。

被害については、まずはラジオで、翌々日（翌日かも）からは中学校に集まって、昇降口に貼られた紙にかいてある情報で知りました。数日経ち、新聞社の方が手書きの新聞をつくりはじめました。誤情報には直接書き込みがされました。

震災後はとにかくずーっと年単位でヘドロの匂いと、砂？泥が舞ってすなすなしていたし、空気中がぼんやりとフィルターがかったようになっていた気がします。

壊されたり、失われたりした街や風景や時間について。自分の中の向き合えていない気持ちについて、時間をかけて考えたいです。

（記入日 2024 年 3 月 26 日）

地震の時、家のリビングのソファでテレビを観ていた。揺れが続いている間、リビングのテーブルの下で座っていた時の恐怖や、家の電子レンジがコンセントだけで落下を免れていたことを覚えている。

夜、近所の人所有していた車庫に避難し、砂利の上にブルーシート等を敷いて、近所の人たちとともに寝ていた。砂利に敷いたブルーシートに寝転がったときのでこぼこ感を覚えている。

この震災の避難生活の際に発熱したということを、のちに親から話されたことで初めて知った。

(記入日 2024年8月25日)

宮城県仙台市青葉区（内陸） 8歳 小学2年生

自宅でインフルエンザになっていたので1人で寝ていた。たまたま母が買い物に出ている、自宅に1人きりだった。地震の揺れの時、1人だったこともあり、揺れている瞬間の衝撃はとても大きく、長く感じたことを覚えています。

地震が起きて、パニックになって自宅をとびだし、家の前で泣いていたところをたまたま通りかかった営業マンの方に保護していただき、近所の方に母が帰るまで一緒に居るよう頼んで頂きました。救われました。ありがとうございました。名前も顔も思い出せないけれど、ずっと感謝しています。いつか届きますように。

（記入日 2024年3月18日）

中学校に居ました。放課後で、明日の卒業式のために掃除をしていました。

夜はこたつの中にずっと潜っていました。怖くて…（笑）

私がこたつにずっと入っていたおかげで皆があったかくすごせたそうです。

母親の友人で、家に入れなくなった人（集合住宅に住んでいて、危険だから入るなと言われてしまったそう…）が2家族、3人+犬1匹。家にしばらく居候していて、楽しかった。8人+犬と猫2人の大家族！！宮城野区はガスがくるのが遅かったか、お風呂にしばらく入れなくて、近所のオール電化の家にお風呂に入らせてもらった。青葉区の母の会社の流し台でお湯を出して頭だけ洗ったり…「お湯」の気持ち良さをすごく覚えています。

私は今、大阪に住んでいて、実家から仙台空港に車で行きます。海側をずっと通っていくのですが、防波堤があって水平線が見えず、ポツポツと松が立っている景色は「変わったな」「もうずっとこの景色のままかな」と、いつも寂しくなります。

（記入日 2024年6月15日）

宮城県仙台市若林区（荒浜小学校） 11 歳 小学 6 年生

卒業式の予行練習のあと、教室でふざけていたら地震が起きた。そのとき、ぐるぐる回ったりしてたので最初地震に気づかなかった。

3.11 は僕の誕生日でした。ゲームのカセットをプレゼントでもらって、ずっとニンテンドー DS でゲームをしてました。ポケモンのダイヤモンド・パールで遊んでいた。

当時、すごくテレビっ子でその日（3.11）のテレビ欄に「世界一受けたい授業ーお金持ちになる人の特徴とは！！」みたいなのが書かれてて、すごく楽しみにしてた。結局、停電で見れなかったけど、あれ見れてたら今頃お金持ちだったのに（笑）って思います。

（記入日 2024 年 8 月 29 日）

宮城県仙台市若林区 17 歳 高校生

たまたま学校が休みでおばあさんと外食をしていた。

電気のつかないコタツに皆で足を入れて暖をとっていた。

昔、通っていた小学校が死体安置所になった。

壊れた水道から出る水の味を覚えている。おいしくない、とてものもめたものではない。のどがイガイガした。鉄くさい。

(記入日 2024 年 3 月 11 日)

小学校で帰りの会をしてる時だった。あいまいな記憶だが、「ジェットコースターみたい」と騒ぐ子もいたという。泣いている子の方が多かった。自分は後ろの席（ドア寄り）に座っていたことだけ覚えている。久し振りの登校でランドセルだけが並んでいたことが印象的。

学校からの帰り道、神社の鳥居が倒れていたことが衝撃的だった。壊れないものが壊れるんだと小1ながら思った記憶。

夜、父が出張中だったため、食料やふとんなどを玄関に近い場所に集め、車中泊をした。私は幼かった+どこでも寝れる怖いもの知らずだったため、爆睡だったが、小5の兄と母は全然寝れなかったと聞いた。

あれから、一人暮らしの時に防災用品の準備と定期的な確認、レトルト食品のような普段も食べられるの、災害時にも役立つ食品を置くようにしている。

（記入日 2024年3月25日）

宮城県仙台市太白区（八木山南） 13 歳 中学 1 年生

吹奏楽部だったので、八木山中学校の体育館で翌日の卒業式の入退場のための音楽を練習していた。名前を知っているだけの先ぱいが揺れの中で、手を握っていてくれた。

夜は八木山南小学校の体育館にダンボールが敷かれている上でねた。友だちがたくさんいて楽しかったような気もする。髪を洗っていない頭のかゆみと不快感を今でも覚えている。

あれほどのことが起こると、人はめちゃくちゃ助け合う。ものすごい、モノとかくれる（量のこと）。中 1 の目には、人の優しさばかりが見えていた。

（記入日 2023 年 3 月 12 日）

小学校の教室でホームルームをしていた（通信簿の配布中）。寒い中校庭に避難した。学校は壊れて地面はさけていた。雪が降ってつめたかった。誰のものかわからなくなった全校児童分のコートでどうにか暖をとった。教科書が水びたしになってくしゃくしゃぱりぱりになった。学校で迎えが来るまで同じような状態の友達とおしゃべりや手遊びをした。みんなで「大丈夫、大丈夫」と言い合った。

両親が帰ってこなかったので祖父母の家で過ごした。冷蔵庫に入っていた物を少し残っていたガスで温めて食べた。1つの布団で3人で暖をとって寝た。当日の夜、祖父母が、私が寝るまで体をずっとさすってくれた。あったかかった。

地震の度に親は仕事に呼び出しになるため（また私自身が成人した、祖父など頼る人たちがこの10年間の間に他界した等のため）、大地震が起こる度に1人取り残されるようになった。

1つ良かった（？）（ある意味貴重な体験をした）ことは、小学校が使えなくなって隣の学区の小学校に全校で間借りさせてもらったこと。本校舎に戻るまでの間、たくさんの人たちに支えられ学び続けることができたのはとてもありがたいことだと思う。

（記入日 2023 年 3 月 7 日）

担任の先生がちょうど出張で通常より早く授業が終わり、自宅にいました。ちょうど着替えてズボンを片方はいたときゆれを感じ、机にもぐりました。長いゆれでぬいぐるみを抱きながら泣き叫んでいました。「津波来るから」…自宅に戻ってきた母から言われました。ゆれがおさまった後は停電となりラジオもつけていなかったなので、状況が分かりませんでした。当時津波という概念がピンと来ていませんでしたが、小学校から内陸の祖父母の家に避難する際、家へと水が急速な速さで迫る様子を見たとき怖さを実感しました。

怖さからか肌をかいてしまい、水がしみました。

1ヶ月ほどで小学校が再開するときに自宅へ戻りました。この時に道路にたたみがあったり、小学校で数人自宅に戻って犠牲者が出たプリントが配られて被害を実感した気がします。

(記入日 2024年9月21日)

宮城県岩沼市 18 歳 高校生

地震の時は、ちょうど後期試験の日で、茨城県つくば市にいました。駅につき、ホテルに向かおうとしていた。宮城にも帰れず、泊まるはずのホテルもカベが崩れて、泊められないと言われ、仕方なく、つくば駅前の避難所で一晩すごした。避難所で配られたクラッカーがやたらおいしく、裏を見たらナビスコと書いてあったことを覚えています。つくばの避難所で宮城から出張に来てたサラリーマンと一緒にワンセグで燃える気仙沼を見たことが印象に残っています。言葉が出ず、一緒にわぁ…と言っていました。

東京の大学に進学し、そのまま関東で働いていましたが、結局2年前に仙台に帰ってきました。その理由として、やはり震災と復興に携われなかったことが一番心残りだったのかなと思います。

(記入日 2025 年2月21日)

卒業式を終えて、自宅で一息ついたその時でした。おおお…とすごい地鳴りの音。何かばくはつしたんじゃないか、と思うような、つき上げる地震の音、今でも覚えています。地面にあったものは全て水にさらわれ、きこえなくなったクラクションの音や人の声をさがしながら過ごしました。見わたせばまわりは海。

流された車のタンクから流れだしたガソリンと、海の底から上げられたまっくろなヘドロのまざるにおい、今まででかいだ事のない匂い。何度もおそってくる地震の度におびえる。小学校の同じ教室に身をよせあうみんなの声。不安と暗さ。芯から身を冷やすような恐怖と一緒に、一晩を過ごしました。

地震の事を知りはじめたのは3日後。仙台の知人宅へ避難した時、見た新聞で、ようやく自分達が置かれてしまった今の状況を知りました。家族の安否は171で自分のケータイをたよりました。かなりアナログな手法が、あの時は一番つよかったな、と感じます。

浮いていたタイヤにポッキーをのせてはこんできてくれた人。思えばあれが地震のあと、はじめて口に入れたものでした。

(記入日 2023 年 3 月 11 日)

学年末だったので、丁度ワックスがけの日で、机をすべてろうかに出してしまっていた。いつもの訓練とちがい、机に隠れられなかったので、クラスメイトがパニックになっていた。ゆれている最中、担任が必死に私らを守ろうと、大声を上げていたのを覚えている。机がなかったので皆、先生の周りにあつまっていたのだが、一人ふざけている子がいて、いつもは優しい先生が見たことない顔と声で怒っていた。

祖父に学校まで迎えに来てもらい、帰宅。3.11の前日に弟が生まれていたため、母は病院におり、父もそっちに付きそっていた。その夜は祖父母とともに電気がない中、カセットコンロでお湯を湧かしてカップラーメンを食べた。家の中はぐちゃぐちゃだった。

ほとんどを弟の生まれた産婦人科で過ごしていたので、病院の匂いを覚えている。病院からもらったイングリッシュマフィン。生まれてはじめて食べて、何もつけず食べたけどおいしかった。津波の被害にあった地域の独特な匂いも覚えている。

震災前日に弟が生まれ、ワクワクしていた矢先のことだったので、とても衝撃的でした。その弟は震災とともに年をとっていきます。

(記入日 2024 年3月10日)