

# 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 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

7

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？

下校途中だった。  
電車通学で、その日はなぜかは  
覚えていないが、母と一緒に  
学校から最寄り駅へ向かう  
途中だった。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

いつも通り過ごした。

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？

家に帰ってからテレビを見て知った。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

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？

覚えていない

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？

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)

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？

当時はこれほどまでに大きな  
出来事だったとは思っておらず、  
成長してから理解するようになった。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

徒歩で家に帰る道を意識する  
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？

私より上の世代で、当時のことを  
良く覚えていらっしゃる方。

これから考えたいことはありますか？

自分に当事者になることを  
考えてみたい。

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。

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

21 歳 小1 (7才)

住んでいた地域

茨城

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？

学校で帰りの会を  
していた。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

家族 5人と祖母で  
リビングに布団をひいて  
机の上で寝た。  
おくらた。

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

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

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？

お米が たくさんあるし、  
ガスだから、鍋で たくさん  
お米を 炊いて、家に 来た  
に おにぎり 渡した。

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）

お米が 美味しい

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？

みんな 忘れかけていること。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

防災訓練に 参加に  
取り組んでいる。

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？

家族 - 友人

これから考えたいことはありますか？

就職して 1人で 暮らす  
(1年後) ことについて、  
災害の可能性をふまえて、  
準備すること。

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 7才 (小1)  
住んでいた地域 茨城  
ご職業など

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

小学校で帰りの会

その日の夜、どのように過ごしましたか？

お利流えして

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？

家に帰ると  
テレビで？

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

お利理解して

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？

校庭に避難して、お利流えして。  
「教室に居る荷物と、お利流えして」  
先生が「お利流えして、親で居る」  
お利流えして

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）

机の上にお利流えして、荷物お利  
全部お利流えして、お利流えして  
女の子お利流えして

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？

小さい地震でも敏感に  
お利流えして

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？

小学校の同級生

これから考えたいことはありますか？

今後のようにお利流えして  
大人に話して、お利流えして  
お利流えして

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）



## インタビューシート（東日本大震災）

記入日 年 月 日

小学生

テレテ"

校庭に集められて、保護者会。迎  
にくるまで みんなで可憐な声を出して。  
~~泣いて~~ 何かに促さなければならぬから  
泣いている子が多かったです。

上京し、家族と離れて暮らす  
 ようになる。災害被害に  
 東京の街は混乱し、交通網は  
 ストップするだろう。そうゆうときも  
 1人ごとうに生きて帰るために  
 こゝで災害に起るにどうゆうと考

東京へ友達と話している。  
 4:30 震災に思い入れが  
 ないように感じる。実際には277  
 被害を受けた身として、震災は確かに大分  
 出歩かずに忘れたいところだと思ったり。  
 風化させたいように危機感をもつが、  
 伝えたいことは、思えば/難しいかもしれない。

震災の日、お父さんが家に帰ってこられず、連絡もとれない。父の職場は多賀城にある。次の日テレビを見ると、おしよせる津波が、多賀城、父の職場のあたりまで到達していた。報じられて、父は死んだかも知れない、津波の中をまたもう探す、と不安に思っていた。生きた心地がしなかった。その日の夜父は帰ってきた。津波の中、木を倒れ、足元がぐらぐらだった。歩いて家まで帰ってきた。生きて嬉しかった。



# 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 14 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

21 歳

住んでいた地域

仙台

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？

校門 から出て、  
一緒に帰る友達のもとへ  
かけまわるとして、時

その日の夜、どのように過ごしましたか？

ろうそくを 灯して 暗い中  
母と弟とご飯を 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？

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？

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？

校庭に集められて、保護者へ迎え  
にくるまで みんなで しゃべってました。  
~~でも~~ 何で 起ったのかからず  
泣いている子が 多かった。

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？

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？

上京して、家族と離れて暮らす  
ようになった。災害が起きたのは  
東京の街は混乱し、交通網は  
ストップするだろう。そうゆうときでも  
1人きりで生きて帰るうに  
ここで災害が起きたらどうしようかと

東京の友達と話しているとき  
そのとき、震災に対して、思い入る人  
ないように感じる。実際に入った  
被害を受けた身として、震災はすごく大きな  
出来事だと気づいた。17年かと思うけど、  
風化させておこう。危機感をもつた。

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）

伝えることは、思ったより難しいかもしれない。

震災の日、お父さんが家に帰ってこなかった。連絡もとれない。父の職場は多賀城にある。その日テレビを見ると、おしよせる津波の  
多賀城、父の職場のあたりまで到達していた。靴もかいて、父は死んだかともわからない。津波ののちでもう帰ってこないか  
しれないと思った。生きた心地がしなかった。その日の夜父は帰ってきた。津波の中、木を掴んで、足元をさぐりながら  
歩いて家まで帰ってきた。生きて帰った。



# 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 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

小中学校1年生（7歳）

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？

帰りの会の中、集団下校の直前  
だった気がする。  
当時は玄関前だった。7歳で電気が  
ずっと揺れていた。担任先生が大声を出していた。  
そのあと(?) 教室に戻った。  
友達が「家の揺れが怖い」とも泣いていた。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

体育館に避難して親の話を聞いた。  
其の夜は「地震が怖い」とも泣いていた。  
とてつもない恐怖で、友達も泣いていた。  
翌朝、20時頃、東京駅へ移動した。その  
翌朝、3時頃、小中学校へ移動した。母と一緒に歩いた。  
その日は、友達も泣いていた。友達も泣いていた。  
その日は、友達も泣いていた。友達も泣いていた。

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？

3月11日、津波のニュースを見た。  
「地震が怖い」とも泣いていた。  
友達も泣いていた。  
その日は、友達も泣いていた。友達も泣いていた。  
その日は、友達も泣いていた。友達も泣いていた。

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、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？

お母さんが読んでいた本。母が「I love you & I need  
you because you are my friend」とも泣いていた。  
今でも1年くらい前に読んでいた本。今でも1年くらい前に読んでいた本。  
今でも1年くらい前に読んでいた本。今でも1年くらい前に読んでいた本。

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？

「家に帰ったとき、3月11日、地震が怖い」とも泣いていた。  
友達も泣いていた。  
その日は、友達も泣いていた。友達も泣いていた。  
その日は、友達も泣いていた。友達も泣いていた。

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）

地震が怖い。友達も泣いていた。  
その日は、友達も泣いていた。友達も泣いていた。  
その日は、友達も泣いていた。友達も泣いていた。

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？

高層ビルが倒壊した。14年ぶりの大震災。  
5月11日、東北に震災があった。  
（東北に震災があった）  
14年ぶりの大震災。  
5月11日、東北に震災があった。  
（東北に震災があった）

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

地震が怖い。友達も泣いていた。  
その日は、友達も泣いていた。友達も泣いていた。  
その日は、友達も泣いていた。友達も泣いていた。

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？

3月11日、震災が怖い。友達も泣いていた。  
その日は、友達も泣いていた。友達も泣いていた。  
その日は、友達も泣いていた。友達も泣いていた。

これから考えたいことはありますか？

3月11日、震災が怖い。友達も泣いていた。  
その日は、友達も泣いていた。友達も泣いていた。  
その日は、友達も泣いていた。友達も泣いていた。

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）

先日、3月11日について自分の経験を語り、その場に居た人（全員）に話した。その日は、東北出身の友達も泣いていた。  
友達も泣いていた。  
その日は、友達も泣いていた。友達も泣いていた。  
その日は、友達も泣いていた。友達も泣いていた。

ふいぜい他のものをいって、いって  
 と同時に、近頃の世間は、固定のものがない、中々うまいものがない  
 思いました。その中から、かしの下には、色んな立場、経験の人が、ふいぜい  
 連続の中、自由に、近いものこそ、語るのも、少しづつ、意味があると思ふ。  
 思っています。例えば、私にとっては、より近い、コト網が、東洋大震災に  
 重なり、より、水俣病事件が、福島原発事故に重なり、少し近い  
 と思ふ。

$\{x \in \mathbb{R}^n \mid x = 0\} = \{0\}$   
 $\{x \in \mathbb{R}^n \mid x = 0\} = \{0\}$   
 $\{x \in \mathbb{R}^n \mid x = 0\} = \{0\}$

$\frac{t}{100} \times 100 = t$ .  $t=10$  の場合  $\frac{10}{100} \times 100 = 10$  /  $\frac{10}{100} \times 100 = 10$  /  $\frac{10}{100} \times 100 = 10$

佐々木 仁の、教訓には 72%、大抵 10%とある。

② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿