

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3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 13歳

住んでいた地域 仙台市泉区

ご職業など 中学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

中学校で卒業式の準備を
していました。
教室の飾り付けをしているとまだ地震。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

家に作業小屋があるので、
そこで過ごしました。
(家の中はモノが散乱)
電気を使わない灯油ストーブがあったり、
井戸から汲み上げている水道があったので
カップラーメンをつくらせて食べることもできました。

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？

車のカーナビについているテレビ機能で
テレビを観て知りました。(当日の夜)
仙台空港まで津波が来るところを
観た覚えがあります。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

車内のテレビ、近所の方とのお話。
近所の方からは、原発事故が
わかったあとに体に悪いということで
りんごジュースをいただいたのを
覚えています。真偽はともかく...

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？

言葉、やりとりとはちっと違うかも
しませんが、学校での被災体験の中で
(ほとんどの生徒たちが泣いていたのを
覚えています。

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？

私は大切な人を失ったわけでもなく、
家を失ったわけでもなく、前述の通り
暖をとれたし水もあり食べ物もさほど
困らないうえに電気も3日くらいは
使ったので大した経験をしていないと
思っていたけど、こういう感じも経験談と
して価値はないのか？と思っ

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

車のガソリンに余裕をもつ。
ガソリンがあれば寒い時期に
被災しても暖をとれる、寝床にもなる。

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？

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 13

住んでいた地域 青森県青森市

ご職業など 中学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

学校の教室にいました。
HR中だったため、机の下で
自分の身を守っていました。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

家族と真暗な部屋で過ごしていました。
明かりはなく、食べられるものに制限は
ありましたが、近くに家族がいたため、
安心していました。
その他、星空を見ていました。

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？

電気が復帰してからです。
ニュースを見て、初めて陸を飲み込む
ほどの津波を見ました。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

Youtube
メディアテーク(2F)

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

ラジオから流れる
「AC Japan」の広告

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(他の地域に住む)や友人の
安否確認。
声を聞いただけで本当に安心したのを
今でも覚えています。

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)

部屋の寒さ
インスタント食品のおいしさ

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？

必ず非常食とストックさせてます。

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？

これから考えたいことはありますか？

今、自分ができることを
精一杯、挑戦していきたい。

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)

震災により、いつものような生活を送れなかったことに辛さを感じていました。家族や友人に会えないこと、学校に行けないこと、おいしいご飯を食べられないことなど
生きづらさを感じていました。「明日はあるのか」「この生活はいつまで続くのか」、気持ちには下がる一方でしたが、せめて近くにいる家族を守りたいと強く思いました。
当時、中学生で守られてばかりでしたが、支え合えなような状況だからこそ、家族と対等になれることができた。
今回、このような機会があることで、当時のことを忘れることなく思い出せます。あれから10年以上経ちますが、絶対に忘れるはいけないうまくないと思います。
今、自分ができるとは、「忘れないこと」「困っている人に手を差し伸べること(震災であってなくても)」の2つだと思います。今後も大きな地震があるかと思いますが、
その時は過去の経験を活かし、誰かに寄り添える支援をしたいと思っています。今度も誰かを守る側でありたいです。

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。)

記入日 2023年3月12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

13

住んでいた地域

太白区 八木山南

ご職業など

中1

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

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。
(吹奏楽部だったので)

その日の夜、どのように過ごしましたか？

八木山南小中学校の体育館に
ダンスボールが敷かれている
上で行った。
友達がたくさんいて
楽しかったような気がする。

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？

今もよく知らない
気がする。
中1、2でわからないことも多い
年齢なんじゃないかと振り返ると思う。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

情報を手に入れていなかった

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

AC ジャパンのCM
ほろほろ ほろほろーん

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？

名前も知っているだけの
先輩が揺れのなかで
手を握っていてくれたこと。

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)

髪を洗っていない
頭のかゆみと
不快感。

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？

避難所にもいろいろ問題が
あったんじゃないかな。
色々な人がいたんじゃないかな
など

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

震災とは恐らく関係なく、
自分の成長に伴って
色々変化してきた。

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？

震災で
死んでしまった人

これから考えたいことはありますか？

あると思う

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)

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やる(量のこと)
中1の目には、人の優しさばかりが見えていた。

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3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

13才

住んでいた地域

神奈川県

ご職業など

中学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

家で寝ていた

その日の夜、どのように過ごしましたか？

全く覚えていません

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、
でもあの津波の被害とか見たおぼ
えがない。テレビの報道は何も映さない
ようにしてるように見えた。
くり返し見たのは、上空からの福島原子力
発電所と高台に避難した人達を
見ると津波の到達場面。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

わたしは特にライフラインに
影響を受けなかった。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などありますか？

Avril Lavigne の Goodbye Lullaby
というアルバム。

わたしの震災の記憶とリンクしている。
調べたら 2011/3/8 発売だったから

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？

がんばろう 日本

斜

とか

子供ながら ちがうな、と思っていた。
大変な思いをしている人に申し訳ない気持ちでいた。

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)

春にた 気がする。

夜のイメージが なんかある。

暗からたからか。

その他、食べたものとか
全然 おぼえていない。

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？

震災について当時の様子を知らない
気持ちが強かったけれど、最近
単純に、津波の渦中にいた人の
恐怖や痛みを想像するおぼえが
すごく怖かった。洗濯機が
超高速でぐるぐる回っている時とか。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

震災で直接 影響を
受けたことはない。

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？

友人に「被災地」ではなく具体的な場所
としての地名を 隣の出来事のおぼえを話
してみたい。その時はふんわりと終わっても何と
なくおぼえてくれたらうれしい。その場所
は自分に全く関係ないけれど、いつかその
場所に住んでいた同世代の人の話を聞いてみ
たい。

これから考えたいことはありますか？

知らない人(おぼえのない人)
が震災の記録・記憶の
断片に触れた時、
なにをどのように伝えていくのが
正解なのだろうか。

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)

中がかわいて 涙も 止まらない。

地震体験車で地震体験中に震災を経験した友人に出会った。 @東京都中野区

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。

せんだい3.11メモリアル交流館にて

(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 8 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 13 歳

住んでいた地域

千葉県

ご職業など

中学1年生

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ました。
いつもと変わらない普通の日でした。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

予震で何度も目が覚めました。

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？

自分の地域も強く揺れていた
何が起きたか分からなかったが
テレビで知りました。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

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？

AKB、カゲ700

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？

死にたくないと言っている
友達の様

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)

揺れと音で感じる感覚

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？

備えをしっかりとすること。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

震災用のバックをつくること。

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？

当時の友人たち

これから考えたいことはありますか？

この記憶を忘れないように
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。

(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 2 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 25歳 ※スタッフ注：震災当時は13歳？

住んでいた地域 札幌

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？

卒業式の日
教室で大掃除を
していた。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

テレビ番組は全て
津波の映像。
居間で家族ですごしていた。

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？

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？

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？

津波でんぐんこ(?)

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)

波うつような 水
教室の魚が入った水そう
が波打っていたこと。

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？

時間が経って
震災の記憶が
うかづきそう。

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？

若い子。
あの日を知りたい。

これから考えたいことはありますか？

災害にあった時、
自分のことだけでなく
同じ協力、助け合え
るが。

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)

ナディアテ・ワビ。この様子は展示を見れよかった。

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。

(書けること・書いてみたいことだけで構いません。)

2023.11.14

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

13歳

住んでいた地域

岩手県盛岡市

ご職業など

中学2年生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

中学校で翌日に控えていた卒業式の準備。
体育館に続く渡り廊下の装飾をしていた。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

自宅から布団を畳んで来て家族で
リビングに集まり、過ごしていた。
懐中電灯でラジオをつけ、人生初の靴パンを
会って。何もかもに慣れず、寝てた。

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」という言葉を聞いていた。
全容を知ったのは電気が通ってテレビを見た時。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

TV、インターネット。

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、関ジャニ∞、KARA、少女時代、
AAAあたり。

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？

- ・ラジオから聞こえてくる、聞こえなくなった場所がどこぞで
「震災」という情報はあまり衝撃的だった。
- ・学校が再開したらAちゃんCちゃん話題が足り
なくて、(1週間1週間)
- ・TVで天皇陛下のお言葉も聞いた。

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)

靴パンの味。思えば、スリッパの匂い。

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？

- ・防災への意識が変わった。
- ・震災がきっかけで学生時代に防災を
専門的に学んだ。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

- ・防災情報には敏感になった。

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？

- ・大人になってから1人1人、人に話して。
- ・色んなバリエーションで話す人に震災について
聞いてほしい。

これから考えたいことはありますか？

これから防災について。

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)

- ・沿岸に出張しては父親が11月頃に帰る、と来たら、毎路を歩いていって、その予定だった。
- ・ここに書いておいたこと、当時のことを思い出せる。防災を学んで、思えば、思い出せる。

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12月3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 13才 (1つの終わりの時期)

住んでいた地域

福島県白河市

ご職業など

中学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

中学校の卒業式の後、いふふつ
早く学校から帰って、自宅で
休んでいた。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

覚えていない。けれど、
とてもいら立っていた感情は
~~覚~~覚えている。
不安だったのだと思う。

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？

「全容」はまだに分らない。
この災害がもたらした痛みや
悲しみは、その全容を完全に
知るにはあまりに深く、広い。

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。
(当時は中学生で、スマホ等も
買ってもらってはいなかった。
ラジオも身近ではなかった自分に
とって、ほとんどテレビが唯一の
情報源だった。)

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

たぶん当時だと、少し年代
からはずれかもしれないが、
X JAPAN や ポルノグラフィティ の
音楽を聴いていた。

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？

ライフラインが止まり、近くの
水汲み場まで水を汲みに
行ったとき、卒業した先輩と
言葉を(その内容は覚えていないが)
交わしたことは印象に残っている。

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)

震災の当日はとくに、無性に
いら立っていたことを覚えている。

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？

どれだけの月日を経ても、
悲しみの過剰には人たちは
いりたということ。
そして、往々にしてその人たちは、
僕の目の届かないところで苦しんで
いるということ。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

ほとんど毎日、震災や原発
に関することを考える。

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？

この震災で傷ついた人たち。
叶うなら、もうこの世にはいない
人たちとも、話したい。

これから考えたいことはありますか？

この震災について、もっと広く、
深く考えたいと思っています。

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)

私が当時住んでいた福島県白河市は、比較的震災の被害が大きい地域ではなかった。その意味で、とっわけ仙台市や山形市の人たちが感じる「当時を知る人はいないような感覚」は共通を覚えます。しかし、東北3県以外でも、多くの人がこの震災で苦しんだ、ということはまぎれもない事実であり、その意味で、この震災で傷ついた人々の痛みや悲しみはどれも軽んじられべきではないと思います。この震災を忘れたくない人、あるいはつらい記憶を忘れたくない人、どのような痛みも尊重されるべきだいたいと感じます。普段、じかに震災を語る機会はそう多くないですが、ずっと東北のことを想っています。ともに生きていきましょう。

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 2024 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 14 13才 住んでいた地域 新潟県上越市 ご職業など 中学1年生	地震が起きた時、どこで何をしていましたか？ 中学校で国語の授業中	その日の夜、どのように過ごしましたか？ 家でいつも通り 深夜に長野県北部地震があり、 とびおきた	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
震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？ ニュース	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？

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 2024年 6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

13 (中1)

住んでいた地域

宮城野区

ご職業など

中学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

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。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

こたつの中にずっと潜っていました。
怖くて... (笑)
私がこたつに入っていたおかげで
皆があつたかくあてたそうです。

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？

家にバッテリーがあつたので、
当日の夜に、ワセグで津波の
映像を見ました。
とにかく、頭が追いつかず、困って
いました。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

入浴に、
給水車がくるとか。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

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？

母親の友人で、家に入らなくなった
(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...) 人が
2家族、3人 + 犬1匹。家にしばらく
居候っていて、楽しかった。
8人 + 犬と猫2人の大家族!!

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)

宮城野区はガスがくるのが遅かったから、
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し...
「お湯」の気持ち良さを感じていました。

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？

私は今大阪に住んでいて、
実家から仙台空港に車で行き来。
海側とずっと通っていくのですが、
防波堤があつて水平線が見える。
ポツポツと木が並んでいる景色は
「変わったな」「もうあつた景色のまねか」と、
いつも寂しくなります。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

少しの地震でも、机の下や
安全なところに身を隠すように
なりました。そのスピードも早くなりました。
海にあまり近づかなくなりました。

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？

当時、ボランティアに来て下さっていた
お父さんと話したいです。

これから考えたいことはありますか？

震災そのものの恐ろしさは
もちろんですが、私は、こういった「日常」
のことを伝えていくこと、知ること
大切だと思います。決して辛いこと
だけではなかつたはず。何に希望と
感じたか、生きている喜びをふと感じる
瞬間はどこにあつたのか？

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)

とにかくお風呂に入りたくて、あらゆる手をつくしてお湯をつっていました！家族総出で！
ペットボトルに黒いテープをぐるぐる巻いて、カセットコンロで鍋に水を沸かして、
炊飯器で「お湯を沸かそう」としたのが、これが大失敗。姉が太ももに大火傷して
かわいそうでした。熱湯が高くふき上がって大変なこと...
東北大好きです。
絶対に東北に帰ってきます。

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。)

記入日 2024 年 7 月 30 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 ~~13才~~ 13才

住んでいた地域

福島県いわき市

ご職業など

中学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

当時は卒業式のため。
午前中で帰宅。
その後、母と一緒に買い物を
していたところ、地震に
気づき、大急ぎで家に駆けつけた。
道路が壊れているので、

その日の夜、どのように過ごしましたか？

テレビの前で家族4人。
雑魚寝して過ごしました。大急ぎで
揺れが何度か続いた。
あまり寝られませんでした。
テレビをずっと見ていました。
流れてくる情報のため、心は落ち着きません
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？

テレビラジオで知り、
何度も津波の映像や
原発の情報が流れていました。
原発が爆発している映像は
当時よく流れていました。
不安はこれから起こっていることと理解しました。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

水や食料、ガソリンなどの情報は
地元のラジオから入手していました。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

ACのCDが何度も流れていました。

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？

雨が降って来たとき。
父から「お父ちゃん、危ないから、
中に入っておい」と言われた。
イソジン(ヨウ素)を飲むと、お父ちゃんから
缶内から出るといふ情報を聞き、(デジタイズ)
一生懸命飲んでいました。

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)

地震直後は、雪が降り、
空気が冷たく、
母が一月前に引いた食料を入手するために、
車を走らせていたことが印象的でした。

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？

当時の前と比べて、
当時の前と比べて、

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

ここぞ地震が来ると
どうあろうと常に備えているように。
いつもと違うように。

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？

家族や友達。
別な地域に住んでいる人とは
どのように過ごしているのか
聞いてみたいです。

これから考えたいことはありますか？

もしもの時のための被災者支援。
食料はしっかりと備えている。
金銭など
また、被災者の生活を支えるために
知ってもらいたい。

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)

学校が再開したとき、友達に会えないのが寂しかった。
友達とは震災のことを話して、
それぞれが変化したことについて話した。

1. 原発から近い市町村には避難指示が出たので、
地図帳を参考に、
自分が住んでいる地域は安全か調べてみた。

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。

(書けること・書いてみたいことだけで構いません。)

記入日 2024年 9月 6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 13歳

住んでいた地域 神奈川県

ご職業など 中学生 (春から高校生)

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

中学卒業した後で、友達と制服で
デパートのデパートに行っていました。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

家に帰ると、「ターレット」の
アトラクションの大きな水溜の画面の
前で、デパートをいって寝ました。

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？

震災発生から2時間後、
寒い中 ガラケーのワセグでニュース
を見て、どこか(場所は覚えていない)が
燃えているのを見ました。
今思えばこれは被害の一部で済んだ。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

テレビです。
あとは、両親の家に、どちらか
福島に行くので、電話等で、その方の
近況を聞いていました。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

・SMAP
・あとは、くり返されるACのCM
の曲

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？

デパートから帰るのか、当時は
ガラケーで電池もあて切れなくて、
家族が無事か皆で心配していました。

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)

大きなゴミ袋を防寒のためにもらっていました。
思っていた以上に、がたがたとあてがっていた。
揺れた時、室内にいて、
船に乗っているような大きな揺れで、
少し気持ち悪かったです。

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？

両親の家が新しく福島の
少し離れたところに建てました。
住んでいる所が、その少しの間で
でももらえるお金が全然違うと知りました。
お金が全てではないけれど、
お金で人は変わると感じました。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

最近また地震が怖いので
水やケチケチトイレを買いました。

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？

東北の方々

これから考えたいことはありますか？

常に、もし今地震が来たらと
規定の行動できたらと思っています。
他人事ではないということ。

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)

過去のアーカイブを見て、「当事者なのに、当事者ではないような感覚」という言葉が残りました。
決して誰か、そんなことはないと思います。辛い思い、苦しい思いをした人はみんな当事者です。

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。)

記入日 R6 年 ⁹~~11~~ 月 22 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 13歳
住んでいた地域 宇都宮市
ご職業など 中学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

5時間目だった。
総合の時間だった。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

停電した。 星はきれいだった。
手動のラジオをきいてた。
夜はガスで鍋を食べた。
とても寒くてトイレの便座が冷たかった。

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？

ラジオきいてた。
翌日には電気が復旧したから
テレビで知った。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

テレビ。
スマホは持っていなかったから。
人づて。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

記憶にない。

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？

津波大丈夫だった？と沼津に住む
友人から言われた。
原発の被害が栃木にも及ぶようなら
県外の親せきに私をあずけよう
していたと後から聞かされた。

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)

便座の冷たさ。

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？

災害っていつどこで
おこるか分らないんだな。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

ひなくんれんは
自分ごとのように
やるようになった。

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？

友人、家族、
知人

これから考えたいことはありますか？

災害が起こらないで
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)

良い企画だと思いました。
自分もふり返ることができました。

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。

(書けること・書いてみたいことだけで構いません。)

記入日 2024 年 9 月 25 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

13

住んでいた地域

仙台市泉区

ご職業など

中学1年

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

中学校で
次の日卒業する3年生のため
準備をしていた

その日の夜、どのように過ごしましたか？

軽自動車に
家族5人とペットのうさぎ
とせまいゆすごした

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？

電気が通るようになった
(1週間くらい?)
テレビで知った

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

テレビ、ラジオ
近所の人からの情報

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？

例えば、
こんなすごい体験を
したんだと

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？

子供のために
できること

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。

(書けること・書いてみたいことだけで構いません。)

記入日 2024 年 11 月 1 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 13歳 住んでいた地域 千葉県 ご職業など 中学1年生	地震が起きた時、どこで何をしていましたか？ 家で母と2人で大河ドラマの再放送を 見ていた時に東北の緊急地震速報が 流れ、東北だ~と思っていたら 千葉も大きく震え始めました。	その日の夜、どのように過ごしましたか？ マンションの2階隣の部屋の小さい お子さんがお座りしていたので、その母子と 私と母の4人で私の家で夕食ごはんを 食べました。	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？ ずっとテレビをつけていたことで、 小情報も全てテレビから得て いました。
震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？ 右とに同じ。	当時、読んでいた本や 聴いていた音楽などがありますか？ ありません。	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？ 1つ左の質問欄に通う言葉なのですが、 この日の前日にお小遣いで買ったCDを 震災の後に耳患なりしたら母から 「思い出と結びつくから」と止められました。	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) この日、2階隣の母さんが 持っていた土鍋で魚青味噌汁が ととて美味しかったのを 小覚えています。
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？ 今年の始め、能登が大きな地震が ありましたが3.11では自分も被災者で あったのに、能登の映像を見たときに 言外意や防災意識が薄れていること が気が付きました。	あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？ 水、飲み物を常に 持ち歩くようになりました。 あと、いつ断水になるか、停電する かわからないので携帯電話の 充電は極力満タムにしています。	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？ 母は完全にトラウマになっているので 父です。	これから考えたいことはありますか？ いえないです。 日本に住んでいる限り、どこも 地震とは無縁ではないので。

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 4 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 中学1年生 (13歳)

住んでいた地域 神奈川県 横浜市

ご職業など 中学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

学校の保健室で
掃除をしていました。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

特別に不自由はなかったですが、
物が倒れかたない和室で過ごしました。

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？

地震後は自宅に帰り、
テレビで見ておりました。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

テレビから情報を得ていました。

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？

妹が怖がりな様子を見て、
いつのまにか眠りに落ちていました。
原爆の放射線には必要以上に怖がりな
人だったので、「情報は正しく受けとる必要が
あると感じました。」

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）

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？

計画停電はありましたが、大きな被害が
なく、生活自体は変わらないように思います。
ただ、大震災を始める前に、
備蓄品は少ないと用意し、と
思ひきかいておりました。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

毎日ではないですが、小さな菓子などは
持ち歩くようになりました。

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？

将来生まれてくる自分の子どもに話したい。
また、東エにはずっといた同年代の方から
当時の思い出などを聞いてみたいです。

これから考えたいことはありますか？

戦争と同じように、いつかは震災を経験した
人の方がいなくなると。
そのときにも震災に備える行動が
根付いていてほしいと思います。
自分の子や孫が小さくなったらい
つかい伝えていきたい。

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）

展示を~~見~~見て、当時のことを思い出したり、1人ひとりが始めたと東エエの方の方の状況をより詳しく知ることができました。
自分ができること（備えなど）をいつ、自分がいまの地域から遠い土地で何かあったときには
物資や資金の寄付などをしたいと改めて思いました。
まだまだ完全に元の生活に戻っていない方もいると思う。人ごも多くの心の傷が癒えるように。

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

14才

住んでいた地域

北海道

ご職業など

中学校 2年生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

中学校の音楽室で
合唱部の活動をしていました

その日の夜、どのように過ごしましたか？

北海道にいたので津波の
(内陸部)
心配がなかったため
普通の生活でした
ただ、北海道もやっていたのを
覚えています

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？

中学校からの帰宅後
テレビで津波の映像を
見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？

テレビ、新聞、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？

フブコウの曲を聴いていました

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？

2011年3月12日学校で
黙とうしたのを覚えています

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？

時代の変化とともに震災の
記憶がうすくなっていく感じが
します

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

携帯のモバイルバッテリーを
持ち歩くようになりました

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？

生徒(教員はめんど...)

これから考えたいことはありますか？

震災を知っている人たちに
どう伝えていくか

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)

現在 北海道の高校で教員をやっています 高校3年生(18才)の子が 震災を経験したのは 6~7才です
遅くも早くも震災を知っている子が増えます どのようにして 東日本大震災を伝えていくか大切になってくると思います
絶対にふいに伝えていく必要があるのかなと思います
切実な壁の18-54は自分が 大学4年の時に書いたものです 今では教員になり 震災、災害について教える地理教員になりました

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。

せんだい3.11メモリアル交流館にて

(書けること・書いてみたいことだけで構いません。)

2023.9.25

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 14才

住んでいた地域 仙台市、泉区

ご職業など 中学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

中学校の体育館で、昇降口の扉が
下りるのを待っていた

その日の夜、どのように過ごしましたか？

家で寝た。

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？

ラジオ
TVニュース(YouTube)

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
TVニュース

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

聞いていた
読んでいた

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？

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)

常に地面が震えている感じ

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？

電気水道、食事は、
今まで当たり前だったことは、
こうではなかったこと。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

家族や周りの人と
大切にしている気持ちを大切に

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
親友のメンバー

これから考えたいことはありますか？

この先
どう生きていくか
生きていく

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)

3.11を忘れないように生きていく

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。

せんだい3.11メモリアル交流館にて

(書けること・書いてみたいことだけで構いません。)

2023.9.26

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

14

住んでいた地域

南仙台

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？

家でTV見た

その日の夜、どのように過ごしましたか？

毛布にくるまって

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？

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？

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？

平穏な日常は
当たり前じゃ無い

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

明日死んだらどうするか
いらないという
気持ち

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？

地元の友達

これから考えたいことはありますか？

明日があるという
保障は無いかもしれない

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)

地元の友達が皆 我家にお風呂入ってた

おのえ

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 12 月 3 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

14才

住んでいた地域

岩手県一関市

ご職業など

中学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

当時通っていた中学校で、翌日の卒業式の準備を終えたのち、帰りの会が始まる直前であった。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

余震が多くて、停電もしていてなかなか眠れなかった。ウォークマンorテープで音楽を聴いて気を紛らわしていた。

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？

翌日 停電が通ってからテレビで。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

テレビ

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などありますか？

AKB48

西野カナ「Esperanza」

植村花菜「トイレの神様」

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？

「火の海」

ラジオでこの言葉が流れてきて、地震とも津波とも当時の自分には関連づけられなくて何でなと思った。

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)

内容屋にほんではいたが、なんとなく津波が来るんじゃないか、山を越えて内陸まで来るのではないかと思うくらい震れたって揺

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？

誰かのためになれることはないか
いろいろ考え、継続的にできることは「献血」と考えた。(骨髄移植ドナーの経験、まれな血液型に該当)

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

- 大学での学生委員会の活動で
大学周辺の防災マップ作りに携わった
- 高校時代、震災をきっかけに家に
問い込もりがちになった高齢者と
一緒に畑作りをする企画に参加した

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？

学生時代 津波を経験した人と情報共有したい
(希体系サイト・マラソンでの展示を見て)

これから考えたいことはありますか？

これからどのようにして自分の子とも
どの世代に伝えていくか

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)

震災当時を思い出す良い機会となりました。集中豪雨などが多くなっている昨今、改めて防災に関する意識が高まりました。

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。

(書けること・書いてみたいことだけで構いません。)

記入日 2024 年 2 月 23 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 14

住んでいた地域 埼玉県

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？

体育館で卒業式の片付けを
していました。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

たぶん寝たと思います。

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？

ニュースです。
学校から帰ってきたあと、TVを観て
初めて気がつきました。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

携帯かTVだったと思います。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

あまりないと思います。
強いて言えば、友だちに Hey! Say! Jump! の
曲を嫌というほど聞かされたくらいです。

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？

地震の大きな揺れが起きた時、
父は2階で寝ていて、兄は2階でゲームを
していましたが、母はその2人を置き去りに
して、犬を連れて外へ避難したそうです。
(帰ってから聞きました。) その時の父の一言、
「おしより犬なのか！」

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)

初音の香りがしました。

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？

現在は子どもと関わり仕事をしているのですが、
この震災を経験していない世代が
(当然ながら)あり、その子たちと話して
その事実を改めて実感しました。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

特に変わっているところはありませんが、
もし、自分の近辺が被災したら、と
考えるようになりました。

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？

この震災を経験していない子どもたちに
伝えたいです。

これから考えたいことはありますか？

その後、各地で様々な震災が起こり
ました。自分一人に何が出来るだろうと
思いますが、もし自分が逃げる立場になったら、と
想像すると、小さな心遣いが自分の知らない
所で一つでもあったら嬉しく思うので、
そんな行動が出来るようになりたいです。

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)

ありがとうございました。よい経験になりました。

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。

(書けること・書いてみたいことだけで構いません。)

記入日 2024年 3月 10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 14

住んでいた地域 東京都稲城市

ご職業など 中学2年生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

学校の教室で、帰りのホームルーム
をしていた。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

家族が無事と分かったので、家で停電
に備えながら過ごしました。
1人、弟1つ上の姉の友達から、家が
遠いという理由で一晩一泊に
しました。

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？

テレビの報道。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

テレビの報道。
ネットの情報。
南三陸にフィールドワークとして
来たとき、語部さんから。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

涼宮ハルヒの憂鬱
なびう17。

千本桜などボカロ曲

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？

津波の映像や、それを実況す
るニュースの人の話し方、テンション。
(緊迫感)

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？

震災後、復興の様子を見に
南三陸に何回か訪れました。
もう地震前の景色は戻らないこと。
震災を受け、再び町が、町興えを
することの難しさを感じた。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

2年前に東京から山形に引っ越してきて、
周囲の3.11に対するアンテナの張り方
の違いを感じた。行動や持ち物に
特に変わりはないですが、新しい視点、
感性に触れ、変えていきたいと
思います。

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？

被災された方々。

これから考えたいことはありますか？

時間の経過とともに、3.11がより
過去に、さらに言えば歴史になる中で、
どのような経験をそうしてあげられるか。
語り継ぐとしても、学びとるにしても。

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 2024 年 3 月 26 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 14 歳

住んでいた地域 宮城県石巻市

ご職業など 中学 2 年生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

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。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

父が迎えに中学校まで来て
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
いつかはいて同じ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

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？

まずはラジオで。翌日から
中学校に集まって、昇降口に
貼られた紙に書いてある情報で
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、どのようにして情報を手に入れていましたか？

前項とかぶるのですが
・ラジオ
・手書きの紙、新聞
・人伝い 最初の7日間
あとはテレビとネット記事で手に入れ
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？

BUMP OF CHICKENはラジオ番組を
持っていたのでそれをよく聴いていました
(SCHOOL OF ROCK)
停電の期間中に ジョージ・リンカードの
"3-Tierの世界"シリーズを読破して今は
覚えています。

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？

被災した祖母と、母の
折り合いの悪さが印象的でした。
こんなときなのになんか
よく〇〇は全滅的なワードを
聞いてたなと思います。

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)

震災後はとにかくずっと年単位で
戸口の匂いと、砂泥が舞って
すなすなしていたし、空気中がしもん
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。

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？

街が変わって、時間が経って
いろんなものが目の前を通過して
ひどく傷んでいくのを、自分は害と
変わっていない。という感じが
分かりました。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

お風呂の水を残しておいたり
防災グッズを揃えてたり
まちまちですかしています。

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？

自分と話ししたい。
あとは、同じ地元の同じ年の
同じ地域にいた人。

これから考えたいことはありますか？

壊れた記憶、失われた記憶に
関する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
考えています。

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)

自分より被害が大きかった人、両親や兄弟を亡くした人、何年も考えつづけているのに
といつもここで考えが止まってしまいましたが、できれば数年内にその先に生きていたい。

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 2024 年 5 月 25 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 ~~27才~~ 14歳

住んでいた地域 静岡県

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？

中学校の教室で
帰りの会をしている時に
ゆれを感じた。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

ずっとテレビを見て
いた。どんどん死者数が増
えていくことが怖かった。

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？

テレビ、ラジオ、メディアで
知った。
明日、荒浜小学校へ
行きます。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

テレビ、ラジオ、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？

AKB
ファンモン

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？

担任の先生が
「私たちにできることをしよう。
募金など」と言ってくれた。

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？

朝の いったい、
いってしまふをちゃんと相手の
目を見て言うようになった。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

家に備蓄品をとるなり、
出先で震災があったときに
どこで家族とまたあわせるか
決めた。

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？

被災者の方の
生の声を聞きたいです。

これから考えたいことはありますか？

南海トラフ地震がおきたら
しても被害が出ると思われる
地域に住んでいるので
どうやって命を守るか
沢山考えていきたいです。

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)

2011年の5月に中学の修学旅行で東北に来る予定でした。でも震災があり行くことができなくなりました。
その時からずっと、「いつか絶対東北に行く」と思っていました。今日は幼稚園から高校までずっと一糸
だった友人と、ようやく東北に来ることができました。観光もしますが、震災についても沢山知り、学んで
帰りたいと思います。

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。)

記入日 2024年 8月 12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 14 住んでいた地域 香港 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？ 香港の地下鉄に乗っていて、車内の テレビから日本の地震を知った	その日の夜、どのように過ごしましたか？ 普段とあまり変わらないが、夜のニュースで たくさん日本地震関連の報道を 気になっていた	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？ ニュースの映像から
震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？ ニュース & ちょうど当時香港で日本のアニメ関連の イベントがあって、日本からいざなった関連 企業の方々が多く、会場内の方々の反応から 地震の規模が分かった	当時、読んでいた本や 聴いていた音楽などがありますか？ 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？ 例のアニメイベントの日本人の方々が地震を 知った後、頑張って日本にいる家族や 友人であらう人たちと、連絡をとろうとしたが、 なかなか繋がらなかった外で、その 途方に暮れた方々が印象深かった	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) 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？ 香港は地震はほぼ無縁の場所故、地震 についてはあまり人気がなく、ニュースが 大きな地震をやって来ないで済んだ。 大きくなって3.11の関連資料を調べると、 やっぱり当時の地震はそれほど別格のもの だったことがわかった。	あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？ 日本に帰るつもりで、防災グッズを知り、 家にも多少置いておくが、日々意識するた ちはまだないかもしれない。	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？ 友達	これから考えたいことはありますか？ 今後また起きるかもしれない大地震に 向けて、どう準備すべきか。

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 2024 年 11 月 30 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 14

住んでいた地域 山口県下松市

ご職業など 中学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

体育館で部活の
バドミントンをしていた

その日の夜、どのように過ごしましたか？

普段と変わらず

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？

部活の家に帰ると中継を
テレビで知った

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

~~テレビ~~ 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？

メルト / 柳音三

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？

速い地域のこただったのと、
当時はあまり大事では無いと
思っていた印象は強い。毎日
経る大事な気がした。

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)

テレビ

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？

災害はいつともないかを持って
いること。いつとも誰にでも
起こりうること。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

いつも災害が来る大それた
ようにしていた。実際
は水や食料が乏しくなる。実際
は心の余裕が、自分はどうしたか
思っている。

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？

あの震災にあわれた人

これから考えたいことはありますか？

どう対処していかを考えた。い。
災害は起こるから避けれ
ないが、おこったときのこと
を考えて。

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)

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 2024 年 11 月 29 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 14才(中2) 住んでいた地域 三重県 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？ 道徳の授業中で作文を 書いている最中でした。	その日の夜、どのように過ごしましたか？ 家で過ごしました。	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？ その日、家に帰ってから TVのニュースで知りました。
震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？ 主にTVです。	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？ 震度3の長いゆれで 最初はめまいかいて思ってたんですが クラスの子が「地震...?!」と言。 私もあ、そうかと思いました。	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)
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)

小さい頃からいつ南海トラフが来るか分からないから準備しておこうと言われ続けてきたが、今まで体験したことのない地震とは...と自分の身のことではなく、どこか他人事のように過ごしていましたが、あの時のTVを見てこういう事か、と思い知りました。今は両親とは離れていますが、その時連絡はとれなかったりするとやはり心配だなと思います。生きるという事を大切にしていきたくです。

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。)

記入日 2024 年 11 月 30 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 14

住んでいた地域 山口県下松市

ご職業など 中学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

体育館で部活の
バドミントンをしていた

その日の夜、どのように過ごしましたか？

普段と変わらず

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？

部活の家に帰ると中継を
テレビで知った

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

~~テレビ~~ 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？

メルト / 柳音三

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？

速い地域のこただったのと、
当時はあまり大事では無いと
思っていた印象は強い。毎日
経る大事な気がした。

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)

テレビ

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？

災害はいつともないかを持って
いること。いつとも誰にでも
起こりうること。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

いつも災害がきこえる
ようにしている。実際
は水や食料が乏しくなる。実際
は心の余裕が、自分はどうしたいか
思っている。

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？

あの震災にあわれた人

これから考えたいことはありますか？

どう対処していかを考えた。い。
災害は起こるから避けれ
ないが、おこったときのこと
を考えた。

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)

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 2024 年 12 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

14才

住んでいた地域

千葉県勝浦市

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？

先輩の卒業式終了後、部活をしていた。
地震がおき、グラウンドに避難、
その後、自宅へ帰宅

その日の夜、どのように過ごしましたか？

一人暮らしをしていた姉と連泊に、
父と千葉市へ車で向かった。
様々見ると製鉄所？から
火の手があがっていた。

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？

学校の職員室で、津波の
映像を見て、
部活中止で喜んでいたのも束の間
たに事はほないことに気がいた、

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

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？

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？

ACの広告。

震災後の甲子園だったか？
球児の「がんばる日本、がんばる東北」
という選手宣誓が印象的

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)

揺れの感覚

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、全く離れた土地、その出来事
であったが、大学生、働き出してから、
定期的に被災地へ趣向くようにして
いる。復興の進んでいる姿、少しずつとも
気にかけてきた場所を実際に自分の
足で、目で、体験するようにしている。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

特になし。

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？

被災された方から、当時の状況を
知りたい。メディアはほんの一部の
事実でしかない。

これから考えたいことはありますか？

- 建築設計の仕事をしたい。
建築には、物理的に人を守るには
もちろん、人を元気にする力があると
信じています。そんな建築と設計
をしたい。

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)

- 現在 建設会社で働いてます。2011年当時の状況を聞いて上司達は、次の日から、東北へ出向き、建物診断を
していたそうです。また何が起るか分からない状況下で、会社の命を預かる。自分の職能、建築に携わる者としての
プライドに本当に尊敬しています。

今28才。これから未来を描くのは我々です。自分の能力をみがき、社会へ還元していきたい。

決して自然に勝つことは不可能です。だけど果敢と対応することは可能だと思います。 74.

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 令和7年 / 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 14才、中学2年生

住んでいた地域 岩手県奥州市水沢

ご職業など 当時中学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

卒業生の練習があったため
学校にいた。1度下校の
時間だった。帰る人2割ほど
いる人が8割。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

灯油ストーブが暖かいため、温か
かく過ごした。電気はつかない
レシコ物に変わっていたが、それは
不安な部分だった。いそいそと家族
がたずねてきた。

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？

3/12に父親のテレビを見れば
知った。海岸を見た。みんな
で見て、声を出して人々が
行った。下校のときにおまわり
していた。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

父のケータイで、近くに友人が
いることがわかった。父のケータイで
連絡した。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

漫画、あまのり。まんがが大好きで
BLEACHを読んでたこと
思う。

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？

ストーブでいもを焼いて
食べた、そのことを覚えて
いる。

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？

気軽に妹や親と震災のお
話が出来るようになった。みんな
どう思ったのか、後から
知ることもあった。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

建物に入るたびに「地震」
がある位置を気にするよう
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？

友人。親兄弟は話をせよと
な、たが。友人のことが、決
まらなくて、当時のことを
話したい。

これから考えたいことはありますか？

省エネについての考え。1人
災害時に考える方が多い。
自分と関係のある。

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)

原発が起きた福島は祖父母が住んでいた。ただ、自分達の住む地域に一時引越して来た。そのころから祖母の
にんぎょがでてきた。直接のことが、少しづつと、見えた。そのころから、ちかちかとした光景が、上から下まで
おぼろけの前に映り、けさかんとした。たまたま、いかに、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。

(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 中学2年生 14才

住んでいた地域 東京

ご職業など 中2

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

中学校の校庭にいた
木が見たことのないような
ゆれがして、友達と
思わずしゃがみこんだ

その日の夜、どのように過ごしましたか？

家が家族と
すごした。あまり
金銭がよくなりました

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？

~~最初~~、横浜の海岸沿いの
看板がおちつき、その下で逃げた人
たちの映像を見たの。印象に
のこった。そのころ、湾岸の火災が
みえた。大変なことに思っていた。自覚した
東北は距離が遠いようだった

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
ケータイのワンセグ

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などありますか？

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？

帰宅困難者という言葉と
ともに、道を歩く下量の人
がうつって (東京)
一人で1つの都市にこもり、
住んでいるんだらう、こわいと思った

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)

東京？ 千葉？

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？

中学生だったことや、こわい
自分から主体的に情報を集めて
いたことが、このシートをきっかけに
自覚した。東北について、というより
記憶はどれも東京のものばかりで

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？

ヒロの先生。宮城出身だった
当時は、きいたことがないと思って
震災の話題を出すことができなかった
でも、何かいふれたこともあったかも
しれない。今更かもしないけれど
あのときのことを先生といふことができた

これから考えたいことはありますか？

自分が出たもの、情報はほとんど
限定的だったと思った。

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)

中学生の私にとって、東北は聞いたことがない場所。テレビに映る被害映像は、どうも
とてつもない出来事のように感じた。自分から主体的に情報を集めていたことが、この
シートをきっかけに自覚した。東北について、というより記憶はどれも東京のものばかりで
限定的だったのかもしない。今日仙台にきて、Xデーアークに来て、ようやく出会えた。知りた
いことがあったことができたように思う。アークにきて、本当にありがとうございました。

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。

(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 22 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

14

住んでいた地域

仙台市内

ご職業など

中学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

翌日が卒業式だったので、
在校生として体育館のいすを
並べる作業をしていました。
地震の後、大きなゆれが続く間、
パイプいすに頭をかかして耐えて
いました。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

家族全員で車中泊でした。
車のスプリングのせいか、
余震が強く感じました。

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？

翌日以降、つげぽなレに
していたラジオの中で、
津波の被害の大きさを伝える
を知りました。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

近所の人からの口伝や
学校、知人からのメールです。
中には不安をあおるような
チェーンメールも多くあり、
積極的には見えていませんでした。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などがありますか？

免に角 遼うんと2"頭をいっばいに
して、ライトノベルを友人から
借りて読んでいたりしていましたが、
あまり覚えていません。

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？

当時、合唱部のメンバーと、
アーケードでチャリティコンサートをしたが、
私たちも被災者だし、道行く人々も
多くは被災者のいすのたのこに、
おかしいな、と、たんともいえない
気持ちになりました。

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)

不安で何かを口にしたい気持ちがあり、
当時はインスタントのカフェオレを
よく飲んでいました。
今でも口に飲むと、当時の不安だった
感覚と、好きだったア=メの味が
まぎらわせようとしていたことを思い出します。

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？

震災から数年は、様々なことに期待を
することや、長期の楽しみを作ることに
消極的でしたが、近年のコロナ禍を経て、
ロニエ対策した、やることはやった。
それでも馬目たらしやうがないと
思えるようになりました。気の持ち方が
変わったと思います。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

自宅に背の高い家具を置かないこと
(120cm以下にしています)
初めて行く場所、特に海辺では、
避難場所を確認するようになりました。

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？

当時、日が暮れるまで
一緒に喋ってくれた近所の
お姉さん。ライフラインが止まった中で
バの支えでした。

これから考えたいことはありますか？

インフラの維持、復旧への
取り組み。情報化社会で、
不安をあおられずに、情報を
取込んでいく方法について。

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)

個人主義の社会だと感じることも多くなりました。でも、災害時に、少しでも心身の健康を保つためには、
人との支え合いが何より必要だと思います。普段から、優しい人として生活できているか、意識しつづけています。

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。)

記入日 2023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 15。

住んでいた地域

亘理町 荒浜

ご職業など

中学3年

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

当時、自分は中学3年の卒業生。
卒業式を終えて、自宅へ帰っていた。
その時でした。
おおお...とすごい地鳴りの音。
何が起きているんだろう...と思う。
あんな、つよつよ地震の音、今でも
覚えています。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

地面にあつ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。
エガしなから過ごしました。見わたせば
まわりは海。何度もおそってくる地震度におびえる。小学校の同じ教室に身をよせて
みえる声。不安と暗さ。心から身を冷や
あんな恐怖と一緒に、一晩を過ご
しました。

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？

地震の事を知り始めたのは3日後。
仙台の知人宅へ避難した時でした。
その時見た新聞で、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。
~~あ~~あまりにも現実に見える。何も
入ってこなかった。というのが本当の所
でしたが...

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

1つづつ。ラジオやテレビの情報がくるように
なつたのは4日から5日だったころ。直後は
1つづつかなりあせりや不安の情報がくる
ていました。家族の安全は171で自分のケタイ
をとりました。かなりアツクな手紙が。
あの時は一番つらかったな。と感じます。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などはありますか？

ラジオから流れる「上を向いて歩こう」。
いいえ、いつか時代なれた。と心の中で
看つた事もありましたが、今では一番
あの時の音楽になると、まじまじに浮かぶ音楽に
なりました。

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？

「早く、早く上を向いてこい！ 死んでしまおうぞ！」
小学校の外にはり出したモリツの上で、おしい
エガ 外にいた人へ向けてエガんていた
言葉。あれほどまでに「死」を近く、色々と
感じて事はなかった。大抵ものに直面した時
人とは何と小エガ ことばさう。思い出します。
あの時は声を上げる事ができるた。一つの事だった。

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)

流れ去った車のワレカから流れた。した。ガッパ
と、海面の底からエガから来たまっくらなヘドロ
のまじり。におい。今でもどこかいた。事の
おい。今でもしっかり覚えています。
もうあんなにおいにはかまなくていいなと
思います。(でも時々、夢の中で、は、王りと
よみがえる事がある。(うらなてす。))

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？

変わらず悲しいのに、自分の中からけしあつ。
あのあかたか。震災前のあのあかたか
あいまいになつてくる事。
大至く変化していく所に違和感をもちながら。
自分もまた、同じ時間内に流れていくものと
気づきました。置いてけぼりにエガているあんな
そんな感じがします。自分もみんなと同じ時間を
歩いているはずなのに。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

地震前の地鳴り、地震を感じると。
体が石のように固くなる。こまうように
なりました。もう12年も過ぎているもの
なのに、やわらかい気配は一つもありません。
ほとんど無意識にできるが、高いビルなど
をエガるようになった。

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？

今、一番仲よくしている遠く九州に
いる友人へ。
何も知らない。(というと違いますか?)
遠くはなれてるからこそ、フラットに
話を聞いてくれる。そんな気がします。

これから考えたいことはありますか？

地震は、これからもある。
必ずおこる。その時、どうはまるか。

未来をつくる。

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。(裏面どうぞ)

流れていくワイヤレ
ポッキーをエガはこい。まじ
くあんな。思い出はあんな地震の
はなれ口に入れたものでした。

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。

(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 30 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 中学3年生 15歳

住んでいた地域 東京

ご職業など 中学3年生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

卒業式の前行演習が終わり
ちやうど帰宅して
祖母と2人だった。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

テレビでゆれが大きかった地域の
状況を見ながらすごした。

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？

テレビで情報が入ってくる程度

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？

しゅいあん！

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？

卒業式のモロロ

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？

地震から10年以上経つが、
大抵は被災地にあつた方達の
生活がしっかりと残り、後世に
伝えることが出来るように
しっかりと残っていると思う。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

大抵は変化は少ないけれど、
持ち物は暮らし、
一番は家族・自分の健康を

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？

若い世代
経験を知らず世代

これから考えたいことはありますか？

大抵は父があの時
家族でどうするかルールを
決める。

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、中学生で、日々が経ち東京で1人暮らしをしている。大抵は父があの時、職業人として、区民への対応をする必要があった一方、自身の家族の安全も確保しなければならなかった。
- 。1人暮らしは感じたことではないけれど、もしも徹底的に状況にさらされてしまつた日には、思いやりの気持ちを持つ。
- 命を守る行動、健康に生きていく行動をしない。

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 2024 年 3 月 10 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

15

住んでいた地域

埼玉県

ご職業など

中学3年生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

午前授業で家にいた。
昼食後にうたた寝をしている
時に大きな揺れで目を覚めた。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

我が家の地区だけ夜中になっても電気が復旧しなかった。
懐中電灯の明かりとラジオを流しながら過ごした。

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？

夜中の2時頃に電気が通リ
TVをつけたらニュースで
被害の内容が伝えられた。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

ニュースや新聞、
学校の先生の話や出会った人
の語りなど。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などありますか？

好きだったビートルズや
ローリング・ストーンズなどの洋楽

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？

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)

花粉症だったので
夜に症状が悪化したこと。
(のどの痛み、~~鼻~~鼻炎)

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？

復興していきなかに残る課題
町並みはきれいになっても
心に残るものがあること。
(避難生活、見知らない家族、戻れない
故郷など)

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

特に持ち物は変わっていない。
家に置く物として非常食や
水は常備するよう心かけている。

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？

語りつく活動をしている人。
自身の経験を語っている人。

これから考えたいことはありますか？

~~たまたま~~ 12年しかたっていない
のに都心部(関東)の風化が
進行しているように感じる。だから
「伝えること」「風化させないこと」
「地方と都市の差」を考えていきたい。

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。)

記入日 2024 年 3 月 10 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

15

住んでいた地域

新潟市

ご職業など

中学3年生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

志望していた高校の合格発表のため、友人と駅から学校までの道を歩いていた。
最寄りのガソリンスタンドのおじさんから福島で大きな地震が起きたと教えてくれた。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

志望校に合格したことが嬉しくて、世の中が大変なことになっているが自分とは遠い出来事のような気分で、すんばり寝てしまいました。

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？

親と持ち合わせをしていた。
新潟駅に設置されているモニターに、津波にあらゆるものが押し流されている報道映像が映っていた。

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：NHKばかりみていた。

インターネット：ガウゲーで、芸能人がブログで発信するメッセージを見ていた。

当時、読んでいた本や聴いていた音楽などがありますか？

嵐の曲を聴いていた。

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？

震災から1年後、母から。
「あの日をきっかけに、何気ない日常がどれだけ尊いかに気づいた」と言われたこと。

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)

あの日体験した震度5弱の揺れは、中越地震や、中越沖地震とは震度は同じでも、ぐしゅりと歪むような感覚があって、気味が悪かった。

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？

自然の力に人間が抗うことはできない。

自然を敬い、畏れる気持ちを持ちながら、日々を誠実に、より善く生きようとするのが大切。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

災害はいつか起こるものである。
という気持ちをもちこと

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、一緒に家庭を築く人

これから考えたいことはありますか？

自然災害を体験したことのない人々、その後にはまれた世代。
自分は大丈夫という気である人をどう防災やまちづくりの取り組みに引き入れるか。

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)

まちをつくる仕事をしていきます。

自然災害リスク、少子高齢化、気候変動と厳しい現状がある中で、絶対の正解はなくても、より良いまちの姿をこれからも探していきたいです。

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。)

記入日 2024 年 5 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 15 住んでいた地域 和歌山市 ご職業など 中学生	地震が起きた時、どこで何をしていましたか？ USJの駅にいた。	その日の夜、どのように過ごしましたか？ 何もできなかったように。 部活の送別会が開かれて、 そこに参加して、NHKを見ながら 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？ NHK 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？ NHK 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？ AKB48 ボカロイド	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？ フジテレビで 前向きにインテビューに 答えていた おじいさん	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) ほんやりとした感覚 映画 を見ているような。
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？ あの時は未熟で、東北の人を あまり思うことが出来ませんでした。 個人的に予感^{予感}がなかった。悲しいはあ、た 熊本地震が被災者のことを思えるよう になったと思います。	あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？ 南海トラフへの備え 遠距離と音段移動しないので、 持ちものは変わりません	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？ 何がその話題になれば、 親い方と話すことはあるかと (不承不承)。あるいは家族の話を聞きたい。 SNSや ブログやこのような場で 1人の男として 残すことがあると思います。	これから考えたいことはありますか？ 南海トラフ地震 についての 備えを 更に強化したい。 災害発生時の報道ストレス への対処法

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)

中学から高校へと多感な時期に起きた大災害は、私の困難さのなかで受け取ることが出来ませんでした。
その時の自分の感情や行動は、誰かを傷つけることはなかったけれど、私自身が大人になり、やはり申し訳ないと思っています。
阪神、新潟と人の苦しみを受け取らざるには器が小さいのかと、ながは、災害^{災害}で人が死ぬことを減らして、早く^{早く}治る必要があるのかと考える。

(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

 **3がつ11にちをわすれないためにセンター**

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

15歳

住んでいた地域

伊豆市内

ご職業など

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

家で 卒業アルバムをみてました。
お昼ごはんを食べたさいと
言われつつも 没頭していて、
地震が発生したときも最初は
アトラクション感覚だった。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

あまり覚えていない
近所に父方の祖父母の
家があったので、そこで
みんなまで過ごしていたと思う
たぶん

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？

3,4日後、テレビが
つこうになつて、
そのとき 日災画のような
津波の映像をみて知った。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

ラジオ、テレビ
親族
一緒に避難していた
近所の人など

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？

海の近くに生きている家族と連絡が
とれなくて、一時的に一帯者に避難生活
していた近所の方 ~~から~~ への
電話として、「津波の映像をみてるって
だからTVを消そう」という話を聞いた。不安だが
情報がいい、ということだと思っていたので、
その半信半疑正しいのかな？と 疑問だった。

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？

東北以外の人、
というか職場の人だけに
しれませんが、当時者以外で
震災に興味のある人は
あまりいないこと。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

あまり良いことだと思えて
ないけど、いざというときの
備え前提でのコップのフタが
選んでしまう、連絡が
わかってない人いないか考えず
しまった、小さい報告をもらう、とある。

改めてあの震災について話したら、
誰と話したいですか？

同じ中学の友人たち

これから考えたいことはありますか？

わからない。

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）

社会人になる前に 相双地区にコンビニエンスのバイト（派遣）やりました。親は けっこう過激な情報をうのみにするほうで、高校生になったとき、
雨上がりに部活させるな、とか高1の保護者なのに 肩身も狭いからやめくれ、とっていて、バクレス だとかなんだとか ネットの情報は
判断するようになる大人になりたい、自分はちゃんと現地に行ってみよう、と選んで選んできました。自分なりに 震災の
見られ安かったです。自分の目でかくはする ことすごく大事だと思ひ、これから ばがけていきたい

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。

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 15歳(中3) 住んでいた地域 愛媛県 ご職業など 中学生	地震が起きた時、どこで何をしていましたか？ 休けい中2" お弁当とおいベリをしていた。	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？
震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？ TVが壊れた。 おと流れていたのを。	当時、読んでいた本や 聴いていた音楽などがありますか？ 嵐の果てに空	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？ 報道が少なくなったと思う。 風化させてほしいという話を聞くが...	あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？ ・緊急避難準備の準備をするようにした。 どこに逃げるといいかを確認するようにした。 ・家族といて、起きたときにどうするか 話をあつた。	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？ 東北の方。	これから考えたいことはありますか？ 私は福祉職なので、いざ地震が起きたときに 逃げられるように話していきたいと思います。

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）

震災14年目にして、やっとこの場所に来ることができました。前日に旧交番や門前小学校に行き、自分の目で見て肌で感じることでできました。
経馬俊彦のインタビューや映像を見て、胸にくるものがあり、涙が出たように感じました。私は大震災の地震は小規模のことで、まだ知りません。
(震度5)
南海トラフ地震が今後、20~30年の間に起こるかもしれないとされている今、私たちは考えなければならぬと思います。今日、ここに来ることができて良かったです。話をしたいと思っています。

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。)

記入日 2025 年 3 月 22 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 15

住んでいた地域 山口県

ご職業など 中学校卒業後

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

中学校の卒業式の当日か翌日。
母とカフェでごはんを食べていた
時に、ニュースが流れてきた。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

あまり覚えていません。
家に帰って、ニュースを
確認していたと思う。
その時は、自分ゴト化はできてず、
いつも通り暮らしに、努力。

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？

テレビのニュースにて。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

同じ
ニュースにて。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などありますか？

手紙屋という本を
読んでいました。
中学生のときに初めて
買ったCDは UVERworld のアルバム。

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？

自分にとって東北は、行ったことが
なく、京都よりも東に行ったことが
なく、知り合いもいなかった。
しかしTVの向こう側という
感覚があったのを覚えています。

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)

私は、1995年生まれで、
大抵地震を知らず、
神戸の震災の話を親が
してくれ、自分には無い。
"これ"という感覚があるんだと
知りました。

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、熊本、能登と、地震が来て、自分も。
社会に出て思うことですか？災害は、誰の
せいにもできないのだから、何かをせめる。
時間はなく、前を向いて、できることをやる
しかたはないと思います。その為、自分では
できることは、できる範囲でやる。支え合えければ、
そもそも私には生きていけない。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

毎日、というレベルでは。
大まかには変化は無いですが、
もともと備えていた防災グッズや、
ひばんけいろうの確認。
離れて暮らす。家族と話すことは、
増えていきました。

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？

地元の友達で、
震災の存在を忘れてきている人。
大抵は家族。

これから考えたいことはありますか？

私ができる
表現はあるか。
知ること、続けていきたいし、
見て感じることも、続けていく。

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)

こころは機会をつくらせて下さり ありがとうございます。

一、表現者として、何かできることを問うています。