

# 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9日

<p>2011年3月11日当時の あなたのことを教えてください</p> <p>年齢 50才</p> <p>住んでいた地域 太白区</p> <p>ご職業など 魚</p>	<p>地震が起きた時、どこで何をしていましたか？</p> <p>西多賀病院 病棟にいました。</p>	<p>その日の夜、どのように過ごしましたか？</p> <p>合掌は10:14に 1日2食が少し続き ました。</p>	<p>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？</p> <p>TVがなかなか見られず ありやくからなにか</p>
<p>震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？</p> <p>ベトナムでの生活。 まわりのあやむかしい動き で「け」で語りかけられ もらえませんでした。</p>	<p>当時、読んでいた本や 聴いていた音楽などがありますか？</p>	<p>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？</p>	<p>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)</p>
<p>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？</p>	<p>あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？</p> <p>両手は空気があふく バッグの活用 車にかけます</p>	<p>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？</p> <p>誰かでもいい 時々話したい 忘れたいように</p>	<p>これから考えたいことはありますか？</p>

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9日

<p>2011年3月11日当時の あなたのことを教えてください</p> <p>年齢 50</p> <p>住んでいた地域 東京 (仙台より単身赴任)</p> <p>ご職業など 会社員</p>	<p>地震が起きた時、どこで何をしていましたか?</p> <p>仙台から新橋、目黒橋に 通勤途中、東京の駅前で 歩いている、ふり返ると家財 の周囲で寝ていた</p>	<p>その日の夜、どのように過ごしましたか?</p> <p>仙台から新橋、目黒橋に 通勤途中、東京の駅前で 歩いている、ふり返ると家財 の周囲で寝ていた</p>	<p>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?</p> <p>和合社はITのため刻々 入る状況を知り、127-64-2 知っていた。和合社が家財は 家内が居て、半壊翌日1度 で現地の状況を把握していた</p>
<p>震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか?</p> <p>TV、インターネット</p>	<p>当時、読んでいた本や 聴いていた音楽などがありますか?</p> <p>NHKの流れる震災 をテーマにした音楽 (石前真念) 中島みゆきの「糸」</p>	<p>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?</p> <p>絆</p>	<p>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)</p>
<p>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?</p> <p>心はV.I.V.</p>	<p>あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか?</p> <p>車をSUVに、アウトドア 指向に変わった</p>	<p>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?</p>	<p>これから考えたいことはありますか?</p>

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)

12年を経てもまだ「震災」として扱われて、肝心の人は居らず、目の前が燃料高騰から安易に  
原発再稼働、女性原発PRや27-20億以上の予算を投じて、全く気づかぬ展開を示している  
者どもは嘆息を吐き出している。

# 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 9 月 0 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 51

住んでいた地域 太白区

ご職業など 国家公務員

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

仙台合同庁舎 7Fで勤務中。  
事務室内の机、ロッカー等が動き回り、  
書類が散乱し、壁がはがれ、ヒビが入る。  
課長、主席補佐が不在のため、  
次席の私が課員の安全を確保  
の上、帰宅させた。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

取りあえず寝る場所だけ確保して。  
マンションの6Fで、被害は大きく、妻と  
二女で夜を明かしたが、宮農に通学していた  
長女とは連絡が取れない。ラジオで情報を  
集めていたが、宮農の屋上で200名程度が  
救助を求めているという情報が有り、これで  
「生きているかも知れない」と思ふ。  
屋根がとっもたなく美しか、そのを見て、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？

津波の様子は一瞬で見たが、テレビでは  
全容が判らなから。新聞が一番確か  
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？

停電のため、ポケットラジオと新聞が  
頼りだった。

当時、読んでいた本や  
聴いていた音楽などがありますか？

あつたとは思いますが、何も覚えていない。

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？

「生きているだけで十分」2日後にド  
ビラけで帰宅して高2の長女との会話。

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)

石油ストーブが大活躍！あの温かさは  
忘れられない。当日食べたトン汁の美味しさ  
は一生物忘れられない。

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？

転勤をくり返してはいますが、同じ県でも  
沿岸部の被害に対して内陸部の人には  
興味を示していないもの。岩手県に  
赴任して、本当に感じました。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

おかげで今は妻とハグをして「生きて帰って  
来てね」と何年も続けている。3/11の朝  
おかけで、その日が最後になった人が2人も  
居るのだから。持物は、カバン→リュック。  
水、ライト、ラジオ、電池、お菓子は  
常時所持する、今も続けている。

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？

本当は子供達と話したいが、当時津波を  
校舎の3Fで直接見ていた長女は、すっかり  
トウマになってしまっ。今でもあの頃の  
話はしてくれるなと言われている。

これから考えたいことはありますか？

二人の娘の夫は 警察官と自衛官。つまり  
本当に家族が夫を必要としている時は  
公務で出動してはならない。長女、  
二女の家族をどうやって守って行くか、  
実家として帰るかどうか。

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)

あれだけ被害の出た地域であっても、集落施設、閉上方面やアクアビジネスを始めとした色々な物が出来ている。いくらかさ上げ道路、堤防を整備して  
としても、あれ以上の津波が来ないとは限らない。何故そんな施設を作るのか？将来、さらに大きな被害が出るだろう。しかも100年後なのか200年後  
なのかは誰にも知らない。

# 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 6 年 3 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 51

住んでいた地域 横浜市

ご職業など フリーター

地震が起きた時、どこで何をしていましたか?

東京駅で中央線に乗り  
出発を待っていた。

その日の夜、どのように過ごしましたか?

東京駅から歩いて2キロの  
大井で。twitterで知って集まった  
人がたくさんいた。午前4時に  
始発で再開された地下鉄と  
東横線で帰宅した。

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?

3月11日の夜は大学が避難して  
きた人のために教室を開放し  
NHKのテレビを流してくれた  
地震直後はJR東京駅にモニターを  
全てNHKに切り替えてくれていたの

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、雑誌、ネットなど

当時、読んでいた本や  
聴いていた音楽などありますか?

~~サガンオールスターズ~~  
サガンオールスターズ  
「源のキッス」

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?

自分の言葉でなら。中央線のホームで  
地震直後に若者から、電車は動き出すぞ  
かと聞かれて「これからが、本当の地  
震の始まりだ。家に帰れるならすぐに  
帰るべきだ」と言ったこと。

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)

津波の被災地で知ったヘドロの匂い

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?

教訓が伝わらないこと  
東京の都心ではラジオの受信が  
難しいこと  
福島県沖地震(令和4年、令和3年)  
で仙台のインフラは地震に強くなった  
ことをまじまじと。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか?

携帯電話の充電はすること  
宮城県沖地震は経験しているから  
カセットコンロは準備している  
懐中電灯はわかりやすいところに置く

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?

ないです。聞かれたら話すだけ。

これから考えたいことはありますか?

20数年後に宮城県沖地震が来ること  
にどう備えるか

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)

能登半島地震で二次避難をしない高齢者がいること知ったが、「春になったら能登に帰ろう」でいいじゃないか。と言っていた  
平成23年3月下旬に亡くなった祖母は、高齢で半歩も歩けないというくらい衰えていたが、冬までお風呂を済ませていたのだから

# 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 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 51

住んでいた地域 仙台市

ご職業など 病院職員

地震が起きた時、どこで何をしていましたか?

職場でメールを返信  
中でした。

その日の夜、どのように過ごしましたか?

職場で消防隊の  
対応していました。

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?

非常電源があり  
1日の終日テレビ  
を観てました。

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、ラジオ  
インターネット  
通知文(公文書)

当時、読んでいた本や  
聴いていた音楽などありますか?

JAZZ  
クラシック

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?

明けはいい夜はいい

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)

うすくさい世の中  
病院社内わがわがの  
ハリエアターの音

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?

人生観が変わり  
ました。  
自然の重宝性という  
か。いのちの大切さ

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか?

ここ数年で 前に  
戻りつつあり  
風化がしたのか。

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?

被災者の方と  
原発から避難され  
た方との方と

これから考えたいことはありますか?

次世代をどう  
いしか。自然災害の  
意識付けを高める

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)

3月11日の夜はメールを返信して静かでした。12日には3日ハリエアターで志者さんか  
次々に運ばれてきた。島根県のハリエアターが本当に感謝した。  
同行隊の活躍には本当にお礼を言いた。国を守るためのことを思いました。

# 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。

(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 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 52才

住んでいた地域 仙台

ご職業など パート社員

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

岩沼の臨空工業団地の  
物流倉庫でアルバイトの  
休憩中だった。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

津波から逃れ、避難  
した知らない会社の  
屋根の上で震えてた。  
寒さと恐怖に

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？

新聞、テレビ  
(河北新報)

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

携帯電話、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？

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？

「北六小学校の水道  
保えるよ！」

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)

やっと手に入れた、コンビニ  
で買った具材が入っていない  
塩むすびの美味しさ

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？

災害は、いつ当事者にな  
るか分からない。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

ワセグ視聴のため、  
ヤホンと、持病の薬は  
必ず持ち歩き、万が一の  
停電に備え、エレベーター  
は避けた。エスカレーター使用

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？

一諸に知らない会社の  
屋根に逃げた、パート先  
の同僚

これから考えたいことはありますか？

ローリング備蓄

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)

被災体験を元に、文芸社さんから「1440」という小説を自費出版したのでよかったら読んで下さい。  
(電子書籍化もされています)

酒井 駒  
さかい じま

# 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 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 52

住んでいた地域 香港

ご職業など アーティスト

地震が起きた時、どこで何をしていましたか?

香港、旺角の街中で  
帰りのミニバスに  
乗りこんだりしていた。

その日の夜、どのように過ごしましたか?

とにかくネットニュースを  
みてすごしました。

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?

まだ知っていた方がいいのかも  
しれません。  
知りこはでいい方がいいのかも  
しれません。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか?

ネットニュースのみです。  
切りとらせた  
映像と... 誰かが"見たもの"  
が文章になっているもの...

当時、読んでいた本や  
聴いていた音楽などはありますか?

この時好きだった本や音楽  
はあ、たしか"たか"  
が読んでいた...  
311は読んでいたけれど...

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?

「日本 有好大地震喘!!」

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)

経験したことのない  
何もできていない自分...  
もどかしさを感じた。  
い... 気が...

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?

分かったこと(おかし)  
分かったことは  
自然の... 水の... 海のおかしさ。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか?

年に一度しか思い出せていないが  
つらいつらいつ、雄勝町との  
御縁で、日々の生活が  
変化するの、これから... かも?

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?

地震と話したい。  
"なぜ"と。

これから考えたいことはありますか?

自然との向き合い方...

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)

2024年7月20日～6月16日 石巻市雄勝町 Moriarius で Artist in Residence に参加し、その土地の方の暮らしを垣見、  
美しく感じた場所をみてすごしました。滞在中でも地震があり、「山鳴り」を経験して、当日を想像してました。もう、こういう  
大地震が来ないとは限らない中、日々の生活が丁寧にあくまで大切! 毎日の大切さ! いま"必要"な事!!  
本当に知らなかった雄勝町での活動でした。この土地にも歴史や何か被害はあります。自分の土地を愛し守り生きていきたい。

# 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 2023年 7月 11日

<p>2011年3月11日当時の あなたのことを教えてください</p> <p>年齢 53</p> <p>住んでいた地域 東京</p> <p>ご職業など 会社員</p>	<p>地震が起きた時、どこで何をしていましたか？</p> <p>豊州のオクスビルにいました</p>	<p>その日の夜、どのように過ごしましたか？</p> <p>会社からの指示で退社が許されず オクスビルでテレビとネットニュースを 見ていた。 食料がなくなると近くのイオンに行き たががうがう... 何もしないで</p>	<p>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？</p> <p>翌日家に帰りテレビでじつじつ それで全容を把握しました。</p>
<p>震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？</p> <p>もっぱらテレビ</p>	<p>当時、読んでいた本や 聴いていた音楽などがありますか？</p> <p>おぼえがない</p>	<p>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？</p> <p>4/10からあたらしい職場場に深あて 楽しんでいたのもうかがう 行けなくするものとショックで 「この時におこらなくても...」と</p>	<p>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)</p> <p>猫が悲鳴を上げていて アツアツにふれてきたこと</p>
<p>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？</p> <p>原発はやはりおもにかな</p>	<p>あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？</p> <p>バッテリーは持ち歩き必需品に 家で食料はおむねに保てる</p>	<p>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？</p> <p>震災直前にあわれた彼氏と</p>	<p>これから考えたいことはありますか？</p> <p>思いつきませして この先おれあるのか不安 かな？</p>

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)

災害時に会社から帰りはたかとう命がけでたことにおどろきました  
安全のため たかたかでも それでも友人や家族のために出ていってしまう人もいて それもじつじつ

# 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 53才

住んでいた地域 ~~利府町~~ 多賀城市

ご職業など 利府町内で小学校教員

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

小学一年生の担任、教室に  
帰りの会を始めようとした  
瞬間でした。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

80代の父の面倒をみて  
湯たんぽをいれて  
ねました

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？

電気が戻り テレビを  
見ることができてから  
4日後くらい

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

7:57で津波の情報を  
知りましたが、電気の残量が  
少なく、ラジオと新聞、  
うんさ話

当時、読んでいた本や  
聴いていた音楽などがありますか？

青葉城恋唄をまいた時は  
なぜか感動しました

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？

水道が出ている地域の友人に  
自転車で通っていた。  
原発の事故3/4頃のTVを  
みたが理解できず

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 2023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 54才 (現在66才)

住んでいた地域 青葉区旭ヶ丘

ご職業など 幼稚園職員(当時)

地震が起きた時、どこで何をしていましたか?

翌日は勤めしていた幼稚園の卒園式だったので、子どもたちは午前保育で帰宅していた。会場の準備を終え、事務仕事をしていました。

その日の夜、どのように過ごしましたか?

揺れ返しが何度も起きて生きた心地がしなかった。停止した冷蔵庫の食糧を傷みやすい物から優先に石油ストーブで調理して食べた。

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?

ラジオしか情報源がなかったが、語られることばが皆嘘の様子が事ばかりでとても信じられなかった。住んで家が損壊した息子の友人が5人、幼稚園の教員が家に帰れなくなり1人我家に泊ったスマホの映像を夜になつてから観てショック!

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか?

ラジオとスマホくらいしか無かった。1ヶ月後にテレビが見られるようになって、それ以後、テレビを観るようになった。

当時、読んでいた本や聴いていた音楽などありますか?

メディアに不自由をしていたので何も聞いたり見たりしていません。本は読んでいたはずだが、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?

家にソーラー電池があったので、スマホやケータイの充電をします。と看板を出したら、沢山の人が充電をしに家来ました。お礼という感じで、水や食物を持参される方もいて私たちの方が助かりました。

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)

石油コンビナートの火災の煙が、原発の煙にシンクロして見えてものすごく悲しかった。我家は高台にあったので仙台の街中をのみこんでいる闇の深さが恐しかった。

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?

地震アレルギーと言っていいほど揺れに敏感になった。今もそうです。トラックが通ってもあの日の感覚がよみがえります。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか?

水や食糧を備蓄するようになった。

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?

天国に行ってしまった友人たち

これから考えたいことはありますか?

日本に住むという事は常に震災と向き合う事だと思えます。あり得ない、のがはたか明日か今日にもある事という覚悟をもって生きるべきだと思えます。原発には強く反対します。

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)

現在も震災の映像が流れると涙はしては おられませんか 戦争を止めて人と助けましょう! お金もかけずにはなく 困っている人を救いましょう、津波の跡を見に行った時に、私は 爆弾が落された跡を彷彿とさせられました。震災は避けられないのだから、命を助ける方法を追求してほしいです。震災は善意も活躍しましたが、返面差別や格差も現れにさせられた事でしたから。

# 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 54才

住んでいた地域 仙台市青葉区

ご職業など 公務員

地震が起きた時、どこで何をしていましたか?

青葉区片平の職場で仕事中でした。  
足もとが、ガラガラとくずれ落ちで  
いくような感覚でした。  
被害確認のあと、すぐ帰宅。但馬  
公園の角の道路が陥没していました。

その日の夜、どのように過ごしましたか?

近所のコンビニに飲物を買わし  
行きました。利府街道につながる道  
路が東へ向かう車で渋滞していま  
した。そのライトと「星空」が印象的  
でした。  
大学生の高校を卒業したばかりの息子と  
同じ部屋で寝た。ロックのあたりで!

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?

電気が翌々日の夕方には復旧したので  
そこから沿岸部の被害の大きさを知り  
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?

テレビ、ラジオ  
何より口コミ。コンビニスーパ-に納豆  
が入荷したとか、何時から何の商品が  
入荷したとか。

当時、読んでいた本や  
聴いていた音楽などはありますか?

思い出せません

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?

いろは横断をカウロしていると、  
お店の中から声とかけられ、牛乳を  
分けてもらいました。冷蔵庫の中が  
ためにおっちゃんからと...

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)

震災後7月に主人が「大船渡市に転勤  
勤、津波に破壊された街中を車で  
通っている時の海の静けさとキレイな  
小雨があがった後に見えた虹の美し  
さがでてきました。

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?

私にとって、大事な家族、  
家族以外の人、人。  
まず、大事な命。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか?

朝、仕事に出かける息子や娘  
主人に、必ず「玄関先まで見送る  
「いってらっしゃい」「気を付けてね」と  
いう。

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?

家族

これから考えたいことはありますか?

いつも思うのですが、震災は終了  
したのでしょうか。  
福島県は今も災害が現在進行  
計で解いているのでしょうか?

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)

どんなに「街がきれい」になっても、大事な箱がうちあげられ、家が壊れたアパート! がれきたらけの街の姿は忘れられない。  
心はムカッとしているのは、家があったであろう場所で花とムヒで植えていた男性の姿です。一思い出すと心が痛い。

# 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 9 日

<p>2011年3月11日当時の あなたのことを教えてください</p> <p>年齢 54才</p> <p>住んでいた地域 東京</p> <p>ご職業など 復讐(リハビリ施設)</p>	<p>地震が起きた時、どこで何をしていましたか?</p> <p>ビルの5階 仕事</p>	<p>その日の夜、どのように過ごしましたか?</p> <p>仕事場に帰った 余震多く、じっくりねれた記憶は ない</p>	<p>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?</p> <p>お客様かいた為、夜に 帰って、ヤマトテレビを見て、 東北の状況を知る</p>
<p>震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか?</p> <p>テレビ・新聞</p>	<p>当時、読んでいた本や 聴いていた音楽などはありますか?</p> <p>当時は覚えてませんが、 その後、「死なないで」</p>	<p>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?</p> <p>道を誤る人が歩いてた</p>	<p>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)</p> <p>電気を節約していた時に 木の音が聞こえたり気がする。 いつもは電気で消されて、20分 植物の音が聞こえたり ふたりのでは、と、思った</p>
<p>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?</p> <p>持ち物を減らすかと思うか、 愛着のあるものは手放せたり、 おなか、実行に移せる自分</p>	<p>あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか?</p> <p>荷物が増えている</p>	<p>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?</p> <p>色んな方(色んな地方)</p>	<p>これから考えたいことはありますか?</p> <p>自分に与えた大切なものを何か、</p>

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)

今日、松島観光し、海は静かで、木々も島も元気でした。前を向く事(あるいは海に向って)元気である事と感じさせてくれました。  
東京震度5.5でしたが、1ヶ月位、電気を消しておれませんでした。

# 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 2024年 10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 54

住んでいた地域 三重県

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 おやつを食べて  
いた。

その日の夜、どのように過ごしましたか?

娘が「元気」とだけ  
連絡してきたきり...で、  
心配は つのりばかり

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?

テレビの放映、

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか?

友人からのTELで、  
「仙台の娘さん  
大丈夫?  
TVつけて！」

当時、読んでいた本や  
聴いていた音楽などありますか?

おまごを発見せよ  
四回食の本

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?

娘からTEL「仙台、今、どう  
なってる?  
海の方にけありが  
見える！」  
「炊き出しは、ど？」

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?

・人の温かさにもふれた。  
・困ったときは お互い様。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか?

防災士の資格をとり、  
誰かの役に立ちたいと思う

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?

語り印の方に話をききたい。

これから考えたいことはありますか?

南海トラフのこと。

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)

東日本大震災後、人の親切や無償ボランティアの方々の ありがたさを 思うようになったり、私も  
何か人のために できることが あれば、協力したいと思う  
困ったら、つらいときは、 声を 出しましょう。

# 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 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

55才

住んでいた地域

仙台市

ご職業など

会社員(当時)

地震が起きた時、どこで何をしていましたか?

街中のビルの中で  
仕事していました。

その日の夜、どのように過ごしましたか?

自宅(2人暮らし)に帰った  
家が「ぐちゃぐちゃ」だったので  
指定避難所の小学校へ、

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  
小学校で夜ラジオが  
流れた。翌日は河北の  
号外が届いてはじめて  
おしよけた。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか?

避難所にはじめて  
新聞、一紙の人は  
から話を聞いて。

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  
(FMセントウ)

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?

がんばらなういよ。

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)

石巻  
実家にはじめて帰った時の  
臭いと空気感。辛かった。

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?

あたり前のことか  
あたり前でない  
感謝。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか?

防災は常に考える  
充電機と  
水。干支けなどの  
お菓子は  
常に。

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?

地元の友達  
(石巻部)  
仙台市内の人とは温度差を  
感じます。

これから考えたいことはありますか?

未来の子どものために  
体験した人たちが  
語り継いでいくことの  
必要性。

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 2 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 57

住んでいた地域 東京

ご職業など 会社経営

地震が起きた時、どこで何をしていましたか?

福島にて機械の  
整備

その日の夜、どのように過ごしましたか?

車で東京に帰って  
いた。(寝落ち中)

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?

同日 16:00 頃ころ  
車のラジオにて。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか?

東京にてメディアを  
通じ

当時、読んでいた本や  
聴いていた音楽などがありますか?

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?

復興。津波で

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)

寒かった

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?

復興はかたんでない

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか?

次にどこで住むのか、  
その情報ソースの探し方  
が情報端末持てず。

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?

子供達

これから考えたいことはありますか?

在住の外国人の  
ハルマ、サホールの存在

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)

「復興」というが、震災前の「同じ」に戻せば... が言われた。どうですか。ま、よく新たな型に仕事を  
考へた父が居るのではないかと思う。産業も、漁業や林業(前と同じように).. ではない。  
風力発電基地をつくるか、新しい業態の産業に打ち込むか、~~業界~~行政も夢をみて、推進はバヨで  
「軍にもいい戻せばいい」方針を改めた父がある。

# 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 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 男性、  
当時は57才

住んでいた地域 若林区

ご職業など 勤め人(宮城野区)

地震が起きた時、どこで何をしていましたか?

職場に居た。  
地震後、全職員が駐車場に出て  
整列した。  
揺れが何度もあった。長く感じた。  
寝たきりの母と2人暮らしだったので、上司が、  
帰って良いと言われ、歩いて帰をした。  
家が倒壊してるのでは?と阪神のとき  
を考えたが帰る時、これも倒壊してなかった。

その日の夜、どのように過ごしましたか?

電気、ガスが停まった。水道はOKだった。  
母を車椅子にのせて中学校の体育館へ  
避難した。  
人が多勢いたので、こじ細くはなかった。  
何度も余震が起こって

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?

全容を知ったのは数日後。避難場所から  
帰ってテレビや新聞で。  
2000年以後の町村合併で地名がずいぶん  
変わったので、地名をきいてもわかるない  
所があった。  
「南三陸町」がわからなかった。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか?

3/11は避難所のラベオで。  
テレビが見る本屋のようになってからはテレビで

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?

避難所での中学生の活字習  
避難者の人たち  
ボランティアの人たち  
皆さんに感謝しています。

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)

星がとてもきれいだった。  
ふんは各家庭のあかりや外灯の光が  
明るくて星がよく見えないうので。

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?

避難所で知り合いは有り、今でも  
挨拶する人が1人います。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか?

しばらくは、寝る時は110分までなく、  
トレーにた。 (の古土)  
道を歩く時は、プロムナードに注意し、  
プロムナードのない側を歩くこと。

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?

東南海地震が起こるといわれている  
地域の人。  
地震対策を色々教えてやっていた。

これから考えたいことはありますか?

また来る大地震に対すること。

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)

3/11の前、仙台で30年以内に大地震が発生する確率は99%だった(と思う)。 → 台所では食器棚も冷蔵庫も倒れず、食器も1つも割れなかった。  
それで、  
小さな地震が起こるために、棚をI型のつっかえ棒で支えたり、  
ガラスに飛散防止フィルムを貼ったり、非常持出袋を準備したり、  
食料を備蓄したり、していたのが役立った。  
最近、左記のような準備ある気持がゆるんでいながら、  
今年正月の能登の地震のあと、また地震対策は大切だと思うようになった。

# 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。)

記入日 2023年3月9日

<p>2011年3月11日当時の あなたのことを教えてください</p> <p>年齢 58才</p> <p>住んでいた地域 青葉区高松</p> <p>ご職業など アパート</p>	<p>地震が起きた時、どこで何をしていましたか？</p> <p>アパート前の道路で運搬してた。 車を</p>	<p>その日の夜、どのように過ごしましたか？</p> <p>車の中で 毛布を持ち込み 宿泊。</p>	<p>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？</p> <p>当日の河北で 車のラジオで</p>
<p>震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？</p> <p>車のラジオで</p>	<p>当時、読んでいた本や 聴いていた音楽などがありますか？</p>	<p>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？</p>	<p>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)</p>
<p>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？</p>	<p>あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？</p>	<p>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？</p> <p>家族・友人</p>	<p>これから考えたいことはありますか？</p> <p>いつまでも地震はある。</p>

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。)

ありがとうございます！

記入日 2023年10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 58才

住んでいた地域 新潟市

ご職業など 保育教諭

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

職場  
おやつの時(10分)で、ググッと  
下にゆれた。  
普通ではないと、思った。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

TVを見るが、辛かった。  
とんぱに寒いくらいのうかよ  
じが痛かった。

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？

TV、ラジオ  
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？

当時、読んでいた本や  
聴いていた音楽などはありますか？

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？

園児の「かわいいそらねね。  
「ママに会えたい子ね。」  
「こわいね。」

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？

ようやく荒浜小 周辺へ  
行くことができた。当時の  
恐怖、決断力の大きさの  
大切さを知った。

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？

子どもたち。  
幼い園児たちの  
意識に安全に  
近づけることだった。

これから考えたいことはありますか？

決断力。  
判断力の重要性。  
避難からのコミュニケーション

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)

○ あの時の映像は、忘れられず  
畑に、田んぼに車は流れて、  
それと同時に、うごいて  
生きている人の苦しみを思う。今の事に感謝です。

○ 娘の高校入試/合格発表の日でした。娘は、  
一足先にいき、結果を「/今どこにいるの、大丈夫？」  
と、さうやく7時だった。電話にふらふら、うんうんして。  
15時。今は27時。娘をほめて、山に  
任せている。

# 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 2024年3月8日

<p>2011年3月11日当時の あなたのことを教えてください</p> <p>年齢 58 (当時)</p> <p>住んでいた地域 広島県 広島市</p> <p>ご職業など 会社員</p>	<p>地震が起きた時、どこで何をしていましたか?</p> <p>長男の大学受験につきどうため、広島から松山(愛媛県)に向かうフェリーの船上にいました。船のTVで「東北地方大地震」というニュースが流れました。大したことはないだろう...と思った。</p>	<p>その日の夜、どのように過ごしましたか?</p> <p>松山市のホテルで、地震・津波の影響をくりかえし見てた。ただただおどろいていた。仙台在住の姉とも連絡がとれずいららした。でと晩すじした。</p>	<p>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?</p> <p>息子の入試(愛媛大学)があり、広島に帰るために、フェリーの港にきて、そのTVで、福島沖の原子炉の状態を知り、はいめい深刻さを感じた。日本という国はなくなるかもしれないと本気でビビった。</p>
<p>震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか?</p>	<p>当時、読んでいた本や聴いていた音楽などはありますか?</p>	<p>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?</p>	<p>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)</p>
<p>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?</p> <p>世の中は悪い人ばかりではないが、良い人ばかりでもない。悪い人も良いおこなをすればある。良い人も悪いことをしてしまうこともある。...</p>	<p>あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか?</p> <p>福島の酒を意識して買うようになった。</p>	<p>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?</p>	<p>これから考えたいことはありますか?</p>

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)

その年の7月に、当時勤務していた企業で工場長の指示で、その年の新入社員10名を引かれて、災害復興ボランティア活動に参加した。センマヤの体育館に寝泊りして、一週間(2泊)気仙沼のガレキを除去作業をした。20名の新入社員たちは深刻な印象をもつ、広島に帰った。

私は岩手県生まれで、仕事の都合で広島に20年以上住んでいたが、震災後、必ず東北に帰ろうという気持ちになった。

今後予想される南海トラフ地震などが現実になるときは、彼らが先頭に立て復興をすすめてほしい。

# 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 01月 08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 65 歳

住んでいた地域 神奈川県

ご職業など 病院 職員

地震が起きた時、どこで何をしていましたか?

職場  
(仕事中心)  
テレビの下に入った。

その日の夜、どのように過ごしましたか?

地震直後公衆電話が  
身内とつながり無事が確認  
出来たので夜は家で  
パソコンからネットテレビで  
状況を見ている状態だった。

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?

テレビの情報のみで、  
家族は無事(姉の義母は  
津波で死去した)で  
お姉さんを支えたい。実家には  
半年後には帰りたい。

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  
東京在住親宅とテレビ

当時、読んでいた本や  
聴いていた音楽などはありますか?

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?

職場(病院)の送別会や  
打ち合わせ予定で、会場担当  
者の来下りから結局その  
後の計画停電等の送別会と  
なりました。

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?

今年1月1日 能登半島の地震で  
家も固定電話も非常食の  
準備もした。等の報道も多く  
仲々予め備えようと思分り  
た。有事の困難さを感じた。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか?

非常食準備 (多)  
旅先の避難経路の確認。

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)

神奈川県もバス不足で 自家用車通勤をやめ、バス通勤で何ヶ月か通勤した。  
計画停電で、着たから、用事、家事をこなしていった。

# 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。)

記入日 2023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 50代後半

住んでいた地域 太白区

ご職業など 一人暮らし

地震が起きた時、どこで何をしていましたか?

自宅でおいしゃ食中  
本を読、食器棚が倒れた。  
置物の上下左右におおゆわ。  
ガラス戸の左右に  
おぼれた。停電。ガス水道とまる。  
電話。古いスマホあったよ

その日の夜、どのように過ごしましたか?

布団の中でじっと外を  
ながめたり。<sup>星がまわい。吹雪もあった</sup>  
近くの人とお話。一人暮らしの  
隣人たちの安否確認をした。  
ホッとす

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?

新聞  
集会所のTV  
しばらくしてから閉上へ行った。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか?

新聞屋へ走った。  
河北新報さんへ感謝  
無料だったよ。  
情報の無さは相当不安でした

当時、読んでいた本や  
聴いていた音楽などはありますか?

TVがつかない。  
ラジオが  
ハイタイラジオ。故障中  
気持ちよゆうなく、日本沈没の本が  
脳裏に浮かんだ。

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?

余震が続く。これからか  
隣人達と話して。  
落ち着いた気がする。

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)

閉上からの匂い  
仙台方向での火災。煙が  
余震の度に胸がトキドキした  
今もぬ。

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?

食料品の備蓄。  
水をいらくたため。  
ハイタイラジオ購入(電池)  
文房具店が閉かない期間を  
どうのらびか!

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか?

外出の時、帰宅できない時の為に  
色々な物を持ち歩きやすくなった

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?

これから生きていく人へ。  
こんな非日常にあることもあつたよ。  
その時あなたはどうするの。  
その前に " "

これから考えたいことはありますか?

どんな人生にするかは。  
自分次第だよ!  
自分の力で生きていこう。  
楽しく暮らそう。自己満足でいい  
もつていこう。(目と心)が  
大事だよ。

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)