

# 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 60代

住んでいた地域 宮城県

ご職業など 飲食店

地震が起きた時、どこで何をしていましたか?

経営している店の中に居て  
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?

とにかく、出稼車をしよう!  
700パソガス だったのが  
何か作るのと、材料も  
全部集めて 冷蔵庫がカラッポ  
で、作り継ぎました!

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?

ラジオで!

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか?

ラジオもずいぶん流れていて  
回りの様子を知られた!

当時、読んでいた本や  
聴いていた音楽などはありますか?

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?

お客様が朝早くから  
寒いのに外に並んでいて  
みんなどんどんと。首には  
いすわの用 着ておいて  
靴がなくてです。

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)

夜かとても暗かった!

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?

何人も流れていると  
ラジオで言っているで  
けりてしょ! 被災してると  
思った!

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか?

荷物もまとめて  
一袋にしておいておいた  
です!

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?

早く地震の予知も  
祈ります!

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)

# 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 60代

住んでいた地域  
仙台市青葉区昭和町

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？

会社(若林区土木通)で仕事をしていた。  
最初は「地震だ」くらいに思っていたから  
大まかく帰って、みんなでお外に出た。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

部屋はぬちゃくちゃだったのでもういっただん  
たお山の本棚だけあこし、もう一度  
たお山した時に、その山が「コカツ」な  
場所を選んで眠るスペースをコカツた。  
当時はカ「ラケー」だ。と山でなにかのニュース  
映像らしき(火災)ものを見ていた。

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？

翌日本来であれば東京へ行く予定だった。  
8階から自転車をかっいて階段をおりて  
まぶ仙台駅にいた。当然新幹線は重たか  
その足で会社にいまだにこしてコーヒーをみた。  
その時間上の予定はたくさんかたくなっていて  
らしい話を聞いたか全容はもう少し後日  
だったと思う

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

知り合いのお店にとめてもらい。そこにいる  
人からいろいろ情報もらった。  
1週間くらいとちらで過ごした。後は  
自宅 → 会社 → お店 → 自宅という  
ルーティンでしは「らく動いた。北仙台は  
水道の復旧がいちばん最後くらいだった  
と思う。

当時、読んでいた本や  
聴いていた音楽などはありますか？

Spitzの「荜藥」にはげま士山と  
毎日のように聴いた。  
映画をコカツた。

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？

たお山もない話が楽しかった。  
第2電池のエピソードや、友いさうとか、  
電話は県外の方か先に通じて、  
岩手め家族と「元気か」「大丈夫か」という  
会話がてきたのがうしろしかった。

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)

ミ蒲さん(その後病気で亡くなったが)  
からもらったラスクの味。  
3月11日の夜、ユートのポケットにあったのを  
おコケ、大切にたべた。とこもおいしかった。

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？

2018年くらいまでなかなか被災者という  
ものではないのではないかという思いが  
あった。もっと大変な人がいる中、割と  
早く仕事にも戻っていた分、なかなか  
別の意味で「おりまがコカツら山あ」  
自分かという当時者とは全く思えない  
年数をおごした。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

あまりかゆっていないかもしない。  
地震にはヒンカシになった。  
なんとなくくるな、来たなを感じ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？

もう少しおちこいてからごない  
まだ話したいとは思わない。  
話すことなど自分は、まだ、おにかましいと  
いう気持ちが残っている。

これから考えたいことはありますか？

マシガを捕またい。

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 2023年3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 60才

住んでいた地域 泉区

ご職業など 自営業

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

家でたくさんの  
カレーを 作っていた。  
友達 が 取りに来る予定  
だった。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

予震で 3くに 眠れず  
外に 出て 星を みていた。

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？

ラジオで 聞いていた。  
くわしくは 3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？

ラジオ、メール

当時、読んでいた本や  
聴いていた音楽などは ありますか？

あまり 読んで 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？

誕生日 など どう  
来なくて いい。

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)

電柱の きしむ音。  
ゆれる車、雪。  
近所の子供と毛布で  
だきあっていた。

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？

とくに 多く ゆれると こわい

あれから、日々の行動や持ち物は 変わりましたか？

ケータイ、サイフ、  
保健証、水、チョコ。

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？

開上の 友達  
石巻の 友達

これから考えたいことは ありますか？

石巻を 先日 たずねた。  
門脇川 に行きた。  
教育、伝える 事。  
大事です。

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)

# 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 60

住んでいた地域 千葉

ご職業など 当時会社員

地震が起きた時、どこで何をしていましたか?

お台場にある会社で  
仕事をしていた。

その日の夜、どのように過ごしましたか?

交通機関バセリ 会社の14F  
フロアで過ごしました。  
家に帰れないのじ。中1と中3の娘が  
心配で眠ることもできず。朝を待つ  
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  
TVや知人から。  
当日は殊んど何もわかりませんでした。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか?

TVやネット、知人、子供

当時、読んでいた本や  
聴いていた音楽などはありますか?

中島みゆきさんの音楽

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?

家に残っている子供たちに、やっとなんとて  
は緊急電話バツバツ。(携帯は壊れた)  
「大丈夫?」「うん大丈夫」  
「ママは 大丈夫?」「うん大丈夫」長い列  
が続くのじ簡単は音楽を聞きました。

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)

ビルの14Fにいたのじ地べたのじは  
動きました。(ぶっ倒れちゃう)  
その時の手の感覚は。かまがに子ブ  
の足の冷たさ。

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?

私も家族も無事でした。それは、本当に  
幸せです。いつ誰か被害に合ってもおかしく  
ありません。今日も大事にしよう。子供たちが  
家を出ていくときは、しっかりと見守り  
ます。次に会えるとは限らないと 思うように  
なりました。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか?

カミソンの初期が増えました。  
「お” 銀のプリミシートや ストッキング”。あめも  
持っています。

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?

娘と。

これから考えたいことはありますか?

防災グッズの点検を怠らないうちに  
しようと思えます。

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)

親が  
此の方の被害が小さく、何故、こんな目に合うのだろうと 思っている方も多いのだろうと 深い悲しみも 思い出します。まだ復興は遅い。いかに 衛を 守りたい と思えます。  
負けないで 頑張ります。

# 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 9 月 18 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 60才

住んでいた地域 福島県相馬郡新地町

ご職業など 商業

地震が起きた時、どこで何をしていましたか?

自宅で、勉強(仕事)

その日の夜、どのように過ごしましたか?

二次の地震に備えるアパート。  
孫~~と~~と3人で寝るから朝まで  
寝られませんでした。

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?

娘のテレビ

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか?

新聞、テレビ、ラジオ

当時、読んでいた本や  
聴いていた音楽などはありますか?

いいのだから読んでいます

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?

娘は「アイは「お母さん、お父さん(おじいちゃん)」と  
言わせた事で、よく復しています。  
「大丈夫大丈夫」お父さんが声かけて  
あげてくれました

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)

揺れ

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?

振り向いた時自家は湖の底に  
いぶんでいました。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか?

1日分の電料がないと眠れません。また、  
持ち物は特別気をつけています。

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?

近所のおじいさん、家族。

これから考えたいことはありますか?

どの様に準備したらいいのか、  
旅行とか行ってもいいのか、お父さん  
迷っています(もう10年過ぎているから)

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 61才</p> <p>住んでいた地域 青葉区北丘</p> <p>ご職業など 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>パートも休みの日で、 夫も仕事休みの日で、 二人で自宅で しゃべり、 おたがひしていました。</p>	<p>その日の夜、どのように過ごしましたか?</p> <p>青葉区北丘のマンション: 住んでいて根拠が 旭ヶ丘まで歩いて避難して 皆で 星空をみていました。</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>停電中は全くわからず ケータイも使えず 小さいラジオから情報は 少くづつ知りました。</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>小さいラジオから</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>スマフォのCD、 「ザ・シンガーズ」など</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>信じられない……</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>深夜の星空が綺麗で 鳥肌がたつ感じ。</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>新築の一軒家がマンションに 20年経って住みかえつたので、 いつ地震きても 最少限の 被害にたつ様にしてる。</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>いつ何がおるから わからぬから 今を大事にしようと 思って生活している</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>新築の小1だったマコと 元々や新築家族や 親しい友と</p>	<p>これから考えたいことはありますか?</p> <p>老いはい様にはと思う。</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)

海近くに住んでる人が 流されて、家が1Fは水びたしとかの  
知人について、時々思い出してお話しを聞いています。  
小型犬を飼っており、避難時はその事も困難のひとつに悩まされようと  
思っており、大用の避難用品を揃えています。  
とにかく停電さえたらたつたば……とか思っています。

# 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 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 61</p> <p>住んでいた地域 岩手県 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>その日の夜、どのように過ごしましたか？</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>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</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>普段のとなえ、 おの時の事は、決して 忘れては、いけない</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>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 2025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 <del>62</del> 62才</p> <p>住んでいた地域 仙台</p> <p>ご職業など </p>	<p>地震が起きた時、どこで何をしていましたか？</p> <p>錦町ビルで仕事。 階段で打合せ中</p>	<p>その日の夜、どのように過ごしましたか？</p> <p>自電のせいで。</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>ラジオ</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>ラジオ</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>100回逃げると100回。 空振り。100回でも 逃げ逃げる！</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>翌日の日の光の 虫をたかす</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>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 2024年 12月 1 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 62</p> <p>住んでいた地域 盛岡</p> <p>ご職業など 小売業</p>	<p>地震が起きた時、どこで何をしていましたか?</p> <p>アパートで寝てた</p>	<p>その日の夜、どのように過ごしましたか?</p> <p>停電で、 ラジオでニュースを 聴いた</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>WMのFMで 聴いていた</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>車のラジオ WMのFM</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>職場で、 ありあわせの弁当を 作りと感謝した事</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>宮古のあの地区の 焼けた跡の匂い。 (親戚宅の匂い)</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>津波のなす所(山形内陸) に、水害がある</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>最低限の食料は 車家に備蓄する</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>娘、Pちゃん</p>	<p>これから考えたいことはありますか?</p> <p>自分の身は自分で守る 認識を身につけておきたい</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)

- ①電気は街の中心から戻り—盛岡は宮古より1日早く戻った
- ②NHKは自家発電も持っているが、シャッター閉めて、外部への協力はなかった。
- ③地域の「足系」の復活、がとてまありかたかった。

①2011年の6月 ~~が~~ががー

- 田口すかりの名取へ「募金」に行くとしてボランティア募集してたので、参加して、家の板のくさどぬいた。

②2011年秋に

「新聞で、全国からボランティアが来ているが、若手の人が多い」と投書あり、  
自分も「遠町のボラセン」へ行くことになった。

→ 県外のちが犬がてびくつした。

③山形に住んでから各地方で「災害ボランティア(主に山形)へ参加しているが」

→ 60代は腰がキツイ。

山形は、高校生が絆を単位でくるから、エライです。

秋田、山形、いわせと参加してみたが、自治体により、在協の体制が違っているので、統一したらへ。

→「いわせ」の時「世田谷」のちが、グループで各地方へ行われていると話してました。

秋は、車で200km以内しか行かない。

もと、各県で体制が、自前で出来たのだろうか？

→ 寒さと疲れで物足りな

# 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

<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 63</p> <p>住んでいた地域 仙台市青葉区国分町 2丁目</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>会社で昼飯を食べていた 後2時45~6分と有感</p>	<p>その日の夜、どのように過ごしましたか?</p> <p>会社の事務所で父親と 一緒に暖をとって、ラジオを 聞いていました。石川スーフが あと助かりました。</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>電話も通じないからなのか、翌日 最初に電話が掛かっていたのは、 アメリカに住んでいる甥からでした。 電話も通じないのに何故国際電話 が通じたのかびっくりしました。</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>親戚の家から電話が入ってきて、 親戚の家は、たいへい無事なこと (大体) を知りた。今でも覚えていて、 一軒が連絡とれないので何人とか 連絡と取ってくれと頼まれた事を 覚えています。</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>読書は野村胡堂(樂天の監督 として知られる)の本を読んでいたこと 位ですかね</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>仙台的荒波の方に車を走らせた 友人が話していた事を憶えて、 どんな風になっているのか、見に行ったら 荒波の方から「見せ物ではないか」と 言われた。その事は強烈に憶えています。</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>今年の1月11日の能登の地震で、 災害はいつくのか、分からず、 昔父親から、「地震かみなり、火事、 親父」と言われた事を思い出 ました。</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>人生「あきらめ」を心に留めて 置けるのはと感じましたかね</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>自分からは、話した事は反して 思いますが、話の中で話題に あかれば、誰にでも。</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 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 64

住んでいた地域 青森市

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？

仕事で銀行に行き  
おたところだった。車の後ろ  
で寝か、下（降り）ました。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

市内・停電、大型ショッピング  
センターが壊れて、  
実家へ行き、マスターブで  
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？

ラジオです。  
アタウンセンターが壊れた。  
翌朝、早々に電気が通ったので  
TVで。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

TV、ラジオでした。

当時、読んでいた本や  
聴いていた音楽などはありますか？

とくに、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？

ありがたい町で  
こいつに「おさんだ」とおどろいた

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）

マスターブのけむりが

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？

仕事の流れていくのが  
変わってきた。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

特別には、ありませんが、  
都度注意をうけて  
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？

次の人たちと話したいです。

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）

当時、娘が1岩沼に一人でいて、当日、休みで、市内に出かけたくて、大津にたづねかけたのが、心に残ります。  
ケイタイも、ドコモが通って、連絡するのが大変だったこと。  
お父さんの方が亡くなったこと。私たちは、お父さんも生きていかなければ、と思った時でした。

# 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 <sup>67</sup> 歳です。(現在79歳です)

住んでいた地域 太田

ご職業など プリバト

地震が起きた時、どこで何をしていましたか?

自宅の居間でデスクワークをしていま  
し。余震はあったものの  
余りにも「ゆれ」が大きいので  
ビッパリ。大型テレビが揺さぶられ  
精一杯、ゆれがおさまるのを待ちました。

その日の夜、どのように過ごしましたか?

電気、水道は最初からOKで  
家で生活は出来た。

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?

全体的にラジオ、TVで  
他は新聞と携帯等

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか?

主にラジオです。

当時、読んでいた本や  
聴いていた音楽などはありますか?

新聞、その中朝刊。  
音楽はFMでのチャート  
が「聴聞」してました。

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?

元気ですか?  
余り無理せず、お互い甘ん  
じましょう!! 何かほしいものが  
あれば互いに共有しましょう!!

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)

別々ありません

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?

都府県レベルのストブ、流しの  
コンロ等、特に火に必要でない  
物のフタは家族の合言葉で  
互いに反対側のツルミに置かれています。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか?

リュック状の防災袋を1式用意  
玄関の下タ箱の上に設置に  
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?

家族です。一心同体  
「絆連想」の徹底  
即重たけの体制、枕元で靴とタオル  
を置いておきます。

これから考えたいことはありますか?

「津波が来たら高い所に  
逃げよう」

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)

# 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4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 67才

住んでいた地域 仙台市太白区郡山

ご職業など 無.

地震が起きた時、どこで何をしていましたか?

長町五丁目ハイツ教養にいた  
から揺れたので、カガミコンで道路  
向かいの高層マンションを見たら  
右に左に揺れていました

その日の夜、どのように過ごしましたか?

寝の中は本や 糊月人物が  
床に 5分ほどいて揺る位も  
ない。寝具もなく、仕方なく  
車の中へ一泊を過ごした  
庭の湯と湯かき(専水道は出る)  
うーめんを食った。

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?

ラジオで出る情報はわかりにくい  
我地区は三日後に 復興が  
通電したのと、その後はTVの  
実体を知り 驚きました

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか?

翌日から新聞が来るとして  
被害の甚大さに驚き  
その後近くを歩いて 実体を知り  
ました。幸当地区は被害は  
大きく有りませんでした

当時、読んでいた本や  
聴いていた音楽などはありますか?

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ほかに  
覚えている感覚はありますか?(味、手触り、匂いなど)

翌日から巨震の音が 火災が発生と  
いうことと 長町地区も地震で  
揺らかりして 臭気もあり、我地区も  
被害を受けた。三日位続いたと思  
います。又、1週間位 金銀バエの大き  
いのが続きました(3~4cm位)

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?

毎日朝の心構え、(高音の  
ケージ)、等

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか?

2~3年は心構えの 継続していたが  
年輩が経ると忘れがちな事

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、震災の知恵者、  
外国の人とか。

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12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 67

住んでいた地域 東京

ご職業など 主婦

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

家に居た  
あまりに大きく長く揺れが続くので  
ハンカチを数枚取りだし。  
開きの扇を揺るたり。  
割れそうなる物はシンクの中に入れてり。  
やかんや大鍋に水をためたりした。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

帰宅できず・携帯もつたから詳しい  
子供達のことか心配でした。  
いつ物か壊れるか、わからないうちに  
水/汁/食べられる食品/フットレディ  
電池など買いに行った。  
ずっとTVを付けていた。

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？

全容を知ったのはたぶん、後のこと  
(判ってきたのは)

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

TVとPC

当時、読んでいた本や  
聴いていた音楽などはありますか？

ホホポーン! のCM(ACの)は  
ずっと頭から消えません。

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？

娘の面接を受けていた会社は  
「よければ帰宅させてくれず」結局  
帰宅難民に。その夜フジテレビの  
ロビーに行ったか入らせてもらえなかった。  
ディズニーランドでは食料と水と毛布を  
配ったらしい。企業の「意識」の差を  
感じる。

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？

とにかく逃げる!  
大人は時々判断ミスをする。  
後から責められてもいい。  
自分かやほい。と思ったり  
全てこのことから逃げる。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

万一時のグッズは常備している。  
この人とこれで会うのは今日の最後  
になるかもしれない。と思ったりから  
会話する。  
家の中の物の置<sup>配</sup>を考え直した。

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？

子供たち

これから考えたいことはありますか？

安全について  
天災/人災/詐欺 に対する対策  
  
平安について  
どんな状況になろうと 新たな支障を  
おろつかせる

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)

このファイルで他の方々のを読んで、改めて先生、医療関係者、介護士さんなどに頭か下った。  
あの頃の映像でこどもたちも大人になつて... 皆安全にそして幸せに暮らしてほしいと願うばかり。

# 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4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 67才

住んでいた地域 横浜

ご職業など 建築家

地震が起きた時、どこで何をしていましたか?

横浜の馬車道というところに  
いました

その日の夜、どのように過ごしましたか?

家まで13kmを歩いて  
帰りました

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?

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?

ラジオとXperia

当時、読んでいた本や  
聴いていた音楽などがありますか?

何だろう?  
思い出せない

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?

山瀬マミさんが  
ラジオで「アホ」と  
云ったのね...

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)

足がいたね、  
まよったね...

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?

仙台へきて、本当にいい街  
だねと思う。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか?

別に

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?

弟と話してみたいかな?

これから考えたいことはありますか?

それなりに

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)

仙台は、好きな街です。

# 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 69才

住んでいた地域 青森県二戸町

ご職業など ガラリマン

地震が起きた時、どこで何をしていましたか?

出張で北海道札幌市内にいた!!  
仕事で車で移動中に地震が  
発生した。  
電柱がゆがみ、地面がぐらぐら  
ゆがみ、大変な事だと思いました

その日の夜、どのように過ごしましたか?

札幌市内のホテルです

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?

取引先に着いてテレビを見たのが  
最初のニュースが、お台場(東京)で  
ビルが倒壊して映像が流れて  
車で大地震だと思ったので、  
ヤバイと思った

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか?

札幌市内のホテルです。テレビの  
内容が凄惨で流れてくる映像を  
見て、仙台が大変、電柱が倒壊  
かたに倒れている。  
スマホも固定電話は連絡が通じない!!

当時、読んでいた本や  
聴いていた音楽などがありますか?

私のバイブル本である  
稲盛和夫の「生き方」です。  
音楽は特になしです

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?

隣室にいる自子が俺も先に  
妻の無事を確認し出した。のちに  
俺に報告した事だ忘れられない!!

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)

札幌から仙台まで飛行機が飛ばない。  
やっと羽田の飛行機が  
取れた。機内から東北の田舎の  
街が、黒い煙が上空高く  
あがっているのを見て、気が重かった。

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?

私は阪神大震災も経験(栗原市)  
にあり、妻の死を覚悟して  
今は、忘れた事が出ません

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか?

能登半島の事もあり、明日の事  
事は何の前打ちも無い事だ  
感じました

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?

天国にいる妻と話を  
したいです

これから考えたいことはありますか?

妻からもらった大切な  
1人の時間は一秒でも  
ムダにせず、精一杯に  
行いたい

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)