

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

20才

住んでいた地域

仙台市

ご職業など

大学生

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

仙台市内 ホームセンターで
アルバイト中

その日の夜、どのように過ごしましたか？

一夜小学校に移動後、
連絡のとれぬ後輩の家へ
行き、明日6/14㈪午後
帰宅

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？

自分で最初集中に見聞した。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

移動先の小学校で見たテレビ

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などはありますか？

「橋の水が流れ物語」

当時のこと
印象に残っている言葉ややりとりはありますか？

自衛隊の戸籍記録の写真を見せて
頂いた時に「宿題を決める！」と言われたこと
海外のキャスターのトドライアンジャーをうりたこと

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）

火葬場の火災の煙へ匂い
エイドリル匂い

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？

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？

一日一日を楽しく生きること

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）

後輩の家から帰る(七ヶ浜へ)時車いわくをヒヤハイへり帰ること。

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 23歳

住んでいた地域 仙台市太白区

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？

職場で患者さんと手洗いをする
10分位で車で帰宅。自分で運転する人は
車に止めており、車のトランクには
ツッショングラブを後ろにのせておいた。
2階で待機し、このまま床で寝て
います。という程の様子でした。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

地下鉄もバスも動いてないから、職場
に泊りました。モモと暮らして、ディスクに
乗って帰ったんだと思う。
そんな感じで、本当にあの日の
星空はすごくきれいでした。

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？

当日の夜、1台だけ映るテレビがあり、
東北震の火事が映っていました。
テレビで沿岸部の被害が伝わる中、
現象だと思いました。
次の日、自宅に戻って、新聞で原発
の事故を知った。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

まずはラジオで、ツイッターで
mixiで情報を探していました。
あとラジオ。
TVニュース、コントドリー、給水所、
スーパーの情報と常に見ていました。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などはありますか？

次の日の夜、電気のない自宅で「神」
リーダーとして ASIAN KUNG-FU GENERATION
の「恋愛」という曲を聞いていた覚え。
電気が来て、TVでMステを見た
ばかりはない。

当時のこと
印象に残っている言葉ややりとりはありますか？

当時の院長に、「患者さんは徐々
に川に影響が出でるから」と
そうすることを言われた。

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）

久しぶりに食べにパンの味。
いつも慣れていますが感覚があつた。

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？

この間、震災後初めて原発近く
の町に行きました。本当にあの時の
事を忘れてはいけないと心に留めました。
宮城に居ると復興で進んで
る感じがします。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

沿岸部に行く時は、高台を探す
ようにしていました。

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？

誰かと話すというよりは、こうい
展示などで知っています。

これから考えたいことはありますか？

震災のことを忘れないとも思はうれ、
前に進むべきことを忘れないとも思はうれ、
人の人柄のことも忘れない
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）

あの時のことを話したいと思っても、ないない機會がないので、こうやって思い出すことが出来てよかったです。
ありがとうございます！
いろんな話を詰めて、覚えていたと思います。

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。)

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 23歳

住んでいた地域 千葉県（出身は名取）

ご職業など 会社員（社会人1年目）

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

外回りの営業の仕事で、うらほーと南船橋向かいのマックで顧客と打ち合わせをするため運転中だった。ひょんびょんと車が跳ねて、おさまると思ったら車列が止かかって、対向車線の車をうしろに「うわ、ないわー」と言っていた。その時は、打ち合わせに遅れ、やばい！、ここはかりを参っていた。道路にもくもく白い泡が広がっているのを見た。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

アパートに帰った。うぐいやぐらやたつた。電気はついた。テレビで、気仙沼の火災の映像が放送中継されていて、規模を分からず、気仙沼にいるであろう友人のことか、心配で仕方なかった。知らず地名かすうこニュースで、元み上げられて、たつた。これを観ていたら、家族と一緒に本を読み始めた。

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？

テレビが見えたので、主にテレビで。その後はyahooニュースとかでも見てたけど、ネットニュースで見てた。あまり事の重大さを理解できず。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

Twitterで、避難戸ヶ谷、避難安置所に見られる人名のリストの写真が拡散されていて、連絡がとれない友人たとの名前を（小布い、見た（ないこ思ひつつ）う）と探していた。googleハッシュタグで人名を入れたりもした。
Twitterがいろいろな方に届いた気がする。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などはありますか？

本は全然よみなかつた。
安藤裕子の Japanese pop という
アルバムをずっと聴いていた。

当時のこと
印象に残っている言葉ややりとりはありますか？

いいはないある。
同郷で、同じく関東に出てきている友人が、家族から「はなれて暮らしていくよかったです」と言わされたとき。
私は仕事をやめて地元に帰りたいと思つたけど、帰ることをやめた。

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）

あまり覚えていない。
携帯のバイブルーションと地震か
まく分からなくなっていた。
小名浜で泥かきとした時の
スコツツの重さ。

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？

配達の上での振る舞いが、
一見無関係にも見えること。
たぶんそれはあくまで仕方が
ないところようになつた。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

ガソリン半分になると給油する
走れるところはよく
家族の連絡先を紙に書いた
歩く（スマホの電話中長電話不安）

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？

被災した友人と。
(震災以降、どう接したらいいか
分からなくて、後ろめたくて
疎遠になってしまった)

これから考えたいことはありますか？

いろんな生活の話を
聞きたい。
受け取ることの少なさを
どうにかしたい。

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）

震災後、地元に帰れず、しばらく
（「しゃくじやの駆けで」）仕事をしていて、
「花粉症かひどくて」と言ひながらマスクして
շまかして外回りをしてました。
花粉症の旺季で且かかって…と思つました。

→ あの年は、自称花粉症患者が
増えたんじゃないかなーと思います。
(花粉の旺季月に多いと思ふ)

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	地震が起きた時、どこで何をしていましたか？	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？
年齢 27 住んでいた地域 仙台 ご職業など フリーター	せんせいメディアテークの2階で電話をしていた	家で自室で過ごした	ネットやラジオで停電が復旧してからテレビなど
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？	当時のことでの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）
ネット。ツイッター。	本は読みながった 音楽もきりながった 今朝は全くならなかつた	おり過かて逆にねはれいろい 言葉のやりとり（特にネット） 自体にあひこなり。 うなぎりしみりしていた	石巻へアコニタマで 行先時のヘドロの匂い スコロボウル アコニタマ
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？
冷静になつたと同時に無関心になつた。 自分のふれつかい近くも下ろされ うこいかなづか	行動は変わらず	地元の同級生	どうすれば間へて冷静さを回復できる

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）

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 28

住んでいた地域 千葉

ご職業など 会社員

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

千葉だったので、テレビ、
インターネットが普通に
使えた。

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

会社のあつかいの途中でハニコ屋に行く
だった。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

会社の人が車で送ってくれたが、
満津で、結婚局、会社に戻ることに
つなった。

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？

インターネットやラジコから。
なまく全体が分かったのは、家に帰ってテレビを
つけてから。

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？

実際に見て、肌で感
じないと分からずことは
たくさんあること。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

お水は常に持ち歩くよう
とハニコになった。

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

これから考えたいことはありますか？

同じことが、実際に見
るふる、感じることは大事
だと思うので、被災地会が
あらたびに東北を訪れ
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)

物資不足があたこには忘れてしまっていた。被災地から遠いところになると、どうしても忘れてしきのが悲しくなる。
震災直後に千葉でも

震災もコロナも政権は何もできない、國民を歴史よりタジップ。すら取れないと失望した。12年
たても何も変わらないと感じるから、被災されて今地元に戻れない人々はどう感じているのだろう。

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。)

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

住んでいた地域

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 作業用としていて
さあ 子供達を保育園に
迎えに行こうとしてときどきいた。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

自宅で 上着を脱ぎます
子供たちと 布団に
もぐりこみます。

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？

数日後、非常用の
テレビで 津波の様子を
見て、言っていた……

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

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
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)

神戸にいたる友人。
災害そのものを感じ始めたら
言へ！ そして、
メールをくれて。

地震後に、雪が
白い雪。そして
雪をはう紙を見て
立派の人々の姿。

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？

トイレは おめでたす行へ！

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)

子供たちを車で運んでいたところではと決してない。
北環状線、信号もまだ止まっている。皆、上手にやすり合って運転していくと
涙が出了。本当にすばらしいと思いました。

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。)

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 29

住んでいた地域 仙台市泉区

ご職業など 販売

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

自宅アパートで、お風呂あがいていた。1人暮らし。
その後半月お風呂をしていたので
風呂あがりでよかったです。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

当時の彼氏（現在の夫）が
むかえに来てくれて、夫の家で
彼の家族と一緒に過ごしました。

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？

すぐに職場にかけつけた時、
アルバイトの男の子から、ネットで
沿岸の方は津波が来てると
聞き、あわてて石巻の家族に
でんわをつなげました。
翌日、夫の家に電気が通じTVで
東北のニュースを見て。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

スマートのスカイプで夫とすぐにつながり、連絡が取れた。でも今はつながらないとき、ドクシィやTwitterで情報をみた。あるいはTVがすぐ見れてるのでTV。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などはありますか？

ほとんどない

当時のこと
印象に残っている言葉ややりとりはありますか？

石巻の自分の
家族に連絡がとれず、発生から
3日目車で仙台へ石巻へ出発
みんなに会えた。無事を今後の
お母さんに伝えられた時、泣いて
うなづいてくれました。

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）

石巻のひなん所になつて、
中学校に家族をさがしに行つた時、夜でけもの様な
野生のにおいかけて。

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？

家族と家族がつながり、
自分の家族がいけて。
人のつながりは大切だ。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

登山くつはすぐに取り出せる
ようにしている。

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？

娘

これから考えたいことはありますか？

新しい家族（自分の）日々のをな
人を大切にすること話し合い

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）

震災で父になり、自分が家族をひき立てる立場になつた。次に、同じ様な震災があつた時、子供を
守り、協力を周囲といなければならぬ。なんとか、防災用具の用意がおろそかになつてゐる。あとまわりにしな
となえを考えなければと思ひます。

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。)

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 20代中ば

住んでいた地域

豊島区（東京の池袋駅の隣）

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？

当時 働かれていた、販賣場
(東京 港区)

その日の夜、どのように過ごしましたか？

販賣場、港区 → 自宅の豊島区
へ徒歩で帰宅。

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？

ほとんど「テレビ」
ニュース、スポーツネット

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
ニュースです。

当時、SNSやネットでは
やっていたながた。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などはありますか？

覚えてない。
東京では、ニュースの間にには、
JTのCMのみでしたので、
JTのBGM

当時のこと
印象に残っている言葉ややりとりはありますか？

宮城、福島
原発、被災

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？

大きな震がきて、海に近い
場合には、とにかく高い
ところへひ難む！
ヨリからはずす！逃げよ！

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

あれからも
東京生活だったの大変な生活
変化は正直ないが、自宅に
非常用グッズを備えるよう
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？

友人

これから考えたいことはありますか？

・身近な人の命をどう守るか
・大きな地震がおきた場合、
の行動やコミュニケーション
・国、県の支援

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)

誰しもが想うしなかった事でも、自然は越えてます。

地震、津波、洪水、土砂崩れ、人間は自然に勝てない事を
大きくふまえ、生命を守るために生きています。

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。)

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 30

住んでいた地域 仙台市青葉区栗生

ご職業など パート・アルバイト

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

勤務先の地下2階で大きな
地震が発生し外へ避難した。
結局仕事途中で被災した。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

知人の車で帰宅したが、
22:00頃帰宅。
のちに近くの小学校の避難所に
行つてアルコールを貰うが飲む
とした。

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？

新聞やラジオの情報を手で知った。
携帯電話は使えなかった。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

新聞記事やインターネットの情報
を手に手に入れていた。

F

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などはありますか？

よく覚えてないが、震災後の
紅白を観つけた時に感動した。

当時のこと
印象に残っている言葉ややりとりはありますか？

全国的に「がんばれ東北」とい
ふやシに感動した。

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)

地震の時間が長く立つた
だけで七困難だった。

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？

昨年土木工事で震があたので、
おやくパソコンの画面を開ける
と急撤退するようになった。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

多くの動物を持ち運はなくなり、
今、逆に災害がある時に不安
を感じてしまふ。

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？

仙台を離れて友人や
東日本大震災を体験していない
人達。

これから考えたいことはありますか？

震災から12年で、原発回帰の公
開が豫想されていて、
福島のことを思うと納得でき
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)

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 32(当時)

住んでいた地域 仙台宮城野区田子町(当時)

ご職業など 711-A-(当時)

地震が起きた時、どこで何をしていましたか?

仙台市内の生鮮棧橋、教科書の
仕分けを行っていました。
とにかく仕分けした山積みの
教科書がもともと崩れまして
しまいました。

その日の夜、どのように過ごしましたか?

仕事を終えて自宅(二層アパート)
停電で廊下で身が無表情で床の
食器などを片付けていました。
小さなお子さんを火で火に
スマホで静観していました。

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?

スマホのニュースで知りました。
仕事を行って、隣の子情報を
共有していました。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか?

スマホやTV報道やインターネットを
利用していました。
会う人と見聞きました。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などはありますか?

本を読む余裕や音楽を
聴きたい気分になれるまし
でした。

当時のこと
印象に残っている言葉ややりとりはありますか?

電気や水がおみておりがたい
ことでした。
ローソクがこんなに役立つとは
思わなかった。
仕事で倒れた木に倒れて、泥水を
泡立つた。

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)

仙石線福島駅の駅舎輪場
前で、マンホールが地中にセリ
上がりながら土なづけで
ぬいこたことを見ていて、とても泥水
が豊富でした。

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?

地震がない時に、普通に
行動できたりがたさが
分りました。普段交流が少ない
との災害時の交流がありがたかったです。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか?

道に亀裂が走るといい木と
木をつなぐように立たた。
小さな地震情報を見
ることのように立たた。

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?

家族、
他、会った人と話して
みたい。

これから考えたいことはありますか?

災害はめまいということも。
震災以上にまた、水や食べ物を
粗末にしていかないと気が付いた。

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)

土木が10年も経つと、震災が風化して不再を感じます。
いつも記憶に残ってたところは疎かで、教訓として自分だけは失しないでいいといつて。
後で、震災時に福島県南相馬で消防団員だった高校時代の同級生が津波にまれて泥だらけで発見され、殉職した
ことを知りました。
突然が現れましたから慰靈碑を見てこそは理史がしたと改めて足の上を踏んだ。まだ彼の死を悲しきばまだびっくりしないとも思いました。

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。)

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
32

住んでいた地域
東京

ご職業など
会社員

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

主にテレビ、ネット

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

トイレで手を洗つて3時に起つて
いられない程の揺れを感じ、隣
り給湯室の食器棚から皿
やカップがガシャンガシャンと割れる
音がして、洗面台にレダマツリで
おまわりを待つた。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

母も私も職場にとどまることに
したため(電車不通りため)、家に
一人でいる祖母が心配だったが
無事が分かり、職場でテスラで
毛布でかけて寝た。

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？

主にテレビ。
会社のテレビをつけた
部署全員が津波の映像
を見た。同僚が仙台出身の方
が本地元に残して来た高齢の
お年寄りが海水に呑まれた
姿が見えた。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などはありますか？

ズボンや姫王道のど當時
にまだ現れていたと思う。

当時のこと
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)

スカイツリーや開業真近で
駅のふもとから見上げた
時に改めてこの大きさと、あの地震
にモゼクともやぎに構えている姿が
忘れられぬ。

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？

意識しないと風化してしまう
記憶なので、3.11に防災グッズ
を見直して再エネにしたいと
常に意識するように努力。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

初めて地震で死ぬかもしれない
と危うく程の大変な経験で、
あれ以上に心がかったことはない。
突然命がうばわれてしまうことを
常に意識するように努力。

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？

仙台出身の同僚

これから考えたいことはありますか？

防災について学ぶ。
自分の住んでいる地域は
洪水のおそれがあるのが。

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)

震災に伴い自分に受けた被害は大だったことはもう覚えていない(棚や食器棚から散乱した位で家へ
被害はないが)、それがもの搖れを経験したのは事実だし、心地悪を感じた。幸い大切な人達は皆無事
だったことに感謝。同時に力を失ったり、心に傷を負つて人達にオレを申し訳なさも感じた。私にできることは
3.11忘れないに、防災意識を育むのかなと想う。

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。)

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

33

住んでいた地域

長野県（東信）

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？

（新潟記憶がはっきりしない）
自分の中で、

その日の夜、どのように過ごしましたか？

東信の方は特にスコア被害
はなく、12月普段通りで72.

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？

当日夜からテレビで得知し。
テレビニュースや文字で情報は
流れましたが、被災地の映像は
多くは見られませんでした。
毎日何が起こるか恐怖を感じた

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×12

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などはありますか？

おはなしは…

当時のこと
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）

ずっと被災地へ向かって
心配な思いを胸に抱えていた

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？

（自分が直面した違うもじは
ない） 放射能影響への
警戒と何でかんぱりを
思いました。（私は高校生
でした。当時の子どもたちは
とても、當時の子たちほど多く

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

今はどちらかといふと南海の方
で生活を対策してます。
1月12月21、22月23

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？

直接の被災の方と、社会の変遷が
起きるのと、社会が乗りこなれるか
地域のコミュニティが強くなることを
非常に思いました。

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。)

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 33才

住んでいた地域 仙台市泉区

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？

東京で出張先で打ち合戦

その日の夜、どのように過ごしましたか？

会社の人が泊っていたホテルで
中泊してもらつた。

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？

地震直後からテレビ。

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、ケーブル

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などはありますか？

といつても

当時のこと
印象に残っている言葉ややりとりはありますか？

- ・ 地震当日は停電になつた。
夜空がとてとてしいなつた、と記憶している。
- ・ “東京で普通に暮らさうが、
(うちにはまだ帰ってなれてない”
と言わせていた。

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)

(一週間後位に仙台に帰った時)
星が遠山が見える。

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？

ありまことに暮らさうとの
気持ちだけを、
人間の本質を忘れない。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

コンタクトやケーブルの充電器を
持ち歩くようになった。

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？

家族、友人。

これから考えたいことはありますか？

地震が起きたときの
行動。

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)

・ 原発で貯蔵はどこも不安な目にあつた。
津波の被害もあり、シカゴにいたときも日々向けてはし。

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 34

住んでいた地域 名取市
(陸前高田市生まれ)

ご職業など

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

宿鳥ヶ谷のふとん屋さんに集金

その日の夜、どのように過ごしましたか？

真っ暗な家の中で家族が人身を寄せ合って過ごした。

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？

平葉に住む友人や県外の親戚
からのメール、SNS。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

SNS、メール、新聞

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
印象に残っている言葉ややりとりはありますか？

県外の友人からとどいたメール。
「高田(故郷)が“海にしづんだ”
壊滅だ。」という言葉が今でも
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)

街灯や家のあかりが消え、その音
がとつしない夜。世界は自分から家族
だけがひとりのこれによる感覚。
ときどき通りの車の音やヘッドライトに
安心感をおぼえた。

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？

カタチあるもの、いつか失われる。
それが自分の故郷であつた。
絶対ということはない。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

・災害への備え。
・平穀な日常を大切だと思ふうとする
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？

家族

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)

故郷の写真を撮っていたことが、今でも悔やまれる。人の記憶はあいまいで、年月がたつにつれ、「あの角をまわるとどこがどののか?」「この道の先にはなにがあったのか?」といった想いがかけていく。写真を撮ることが好きなのは、なぜ故郷の写真を撮っていたのか。帰ればいつでも故郷はそこにはあるものだと思っていたから。いつも変わらない明日はかなり近くのものだと思つていたから。本当に写真にのこすものは、もとと身近なところにはあったのではないか。

これは大変なことが起きているのに、なん事ないみたいのように太陽がのぼってきてる。ソリリースタンドにながら車中から見て太陽が沈む流れなり。

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。)

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 34歳。(妊娠中だった)

住んでいた地域 東京

ご職業など 高校の教員

地震が起きた時、どこで何をしていましたか?

職場(学校)にいました。全校生徒が体育館に集まって、講演会を聞いている最中にでした。下暗くらいに体育館の床に落ちてタイの警報が鳴ったあと、建物全体がユカユカ大きく揺れました。ガラス張りの軒が大きく、サッタッとき音がよく聞こえました。

その日の夜、どのように過ごしましたか?

職場に足止めでした。産休直前でしたが、動けなくて床から座って「かくして」と開けられました。テレビを見ていました。夫が車で迎えに来てくれて、日付が変わった頃に、上司の判断で帰宅となりました。自宅は11Fの古い建物で危険と判断され、避難用のマンション(9F)に移動しました。

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?

当時は職場のテレビで。(2日、13日は実家(台東区)のテレビ。
13日夜からは自家のテレビとインターネットで。

震災後、どのようにして情報入手していましたか?

職員室のテレビで。コピーナーから逃げ上る様子、仙台空港を津波が浸していく様子、炎をあちこちで上げながら津波が町を走っていく映像がくり返し流れました。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などはありますか?

テレビ、ラジオはどうしても針がけたままで、不安にすらため、「船事故による」とか「市内では火事」などと題されたP/AやクラシックCDをまとめて眠って眠りにつこうしていました。

当時のこと
印象に残っている言葉ややりとりはありますか?

- ・「ホホホホホーン(CACAHM)
- ・サッシのミシミシ音。
- ・夫が職場にどうぞおいでくれたのを、内線でつぶやいてくれた事務員さんが、「ダンナさんからです。よか、たてですね」と言つながられていたこと。

目や耳で見聞きしたことのほかに
覚えてる感覚はありますか?(味、手触り、匂いなど)

- ・水のペットボトルのキラキラした反射。
- ・アルコールのわかめじょんの味。
- ・校舎の外に避難した母の、じがまつたコンクリの壁の手ざわり。
- ・煙のボランティアに参加できないうどかしさ。

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?

仙台に住む同業の友人と連絡が取れず、とても焦りました。googleで安否検索をしたり、わざにもすがる思いで書き込んだ無事と入念にやり、本当に安心した。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか?

- ・職住近接を意識するようになりました。
- ・災害があった仕事の優先性は3つ目。
- ・3供の安否が確認できました。
- ・食器棚が倒まらないと落ちません。
- ・大切な人たちとのつながりを大切に生きていこうと思ひます。

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?

1. 仙台の友人。
同業の彼がその時どんなことを思い、且つ何をしたのか動き、伸びてました。そこで何を見て、どう思えたか。もと知りたい。
2. 保育園からの友たち。
同じように身軽の時、どうして、何を考え、行動しているのか。

これから考えたいことはありますか?

1. 起こったことを、なかなかよいとは過ごしてない。その意味で今の社会で心配している。
2. 様々な形で分断のとなり、社会であるように生きたい。

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)

・人の優しさや思いやりに改めて気がつくきっかけでした。

・生きてくるためとにかく、水のペットボトルを入手でき、申し訳ない気持ちと同時に、「私は被災しているが、していないか」と自分自身で悩んだ。

・私は現地の人と同じでありたいと思っていたから。

・震災を知らないうちの娘たちに、當時思ったこと、そして現地で行動があったから、伝えたい一緒に学びたいと思っています。

木来時は一緒に連れてこようと考えています。

いつもありがとうございます。

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。)

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 35才

住んでいた地域 東京

ご職業など 看護師

地震が起きた時、どこで何をしていましたか？

夜勤に行こうとした時
エレベーター、電車、全て
止まっていた、でもなんとして
でも出勤しようとしていました。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

16:00～翌10時頃まで
看護師として夜勤で病棟
勤務。眠れない患者さんのが
みてるテレビに映る映像に
信じられない気持ちになりました。

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？

テレビ
インターネット

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？

ホホホーニュウ
テレビCMが流れ
れていた。

当時のこと
印象に残っている言葉ややりとりはありますか？

仙台の家族と連絡が
つかず、どうしようとはヤツ考え
ていた。X-11の返事が来
じた。ホッとした。

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）

東京でもスーパーや
コンビニから品物が少なくて
なり、もう少し鬼いやりか
あれば…と考えたりでした。

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？

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？

またまた再建できなかったり、
一人で苦しいでいる人、
身体を壊してよう程お酒
を飲まないと生きていけない人
など…現在進行形の、
ことに何ができる事はない。

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）

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 37才

住んでいた地域 埼玉県春日部市

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？

会社のビルで
会議をしていた。
エタニティの人ガーネットで
バーゲンをした。

その日の夜、どのように過ごしましたか？

リビングに布団を敷いて
TVをつけたまま女房と寝た。
夫は朝までソファで寝てこれた。 (ト3)

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？

家に帰り、TVで見た
Twitterで矢野氏。

震災後、どのようにして情報を手に入れていましたか？

TV、計画停電中はradiko
インターネット。NHKのネットで
見ることができたのを覚えてる。

当時、読んでいた本や
聴いていた音楽などはありますか？

アンジェラ・アキの歌を聞いた
記憶がある。

当時のこと
印象に残っている言葉ややりとりはありますか？

被災地があまりに寒くて、
毎日春が来ると待っていた。

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)

計画停電中の寒さ。
ペットボトルにお湯を入れて
おいて、日差しをとった湯がさ。

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？

忘れてはいけないといふ
気持ち。
今日来てみて、どんな場面で
言ひ間に合わせることの大切さを
感じた。

あれから、日々の行動や持ち物は変わりましたか？

食品のオーリングストック。
ペットボトルの水を多く持つ。

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？

分からない。
12年経って、ようやく正面から
向き合ったと思う(今)

これから考えたいことはありますか？

東北に足を運びたい。

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)

被災していない私でも、今日泣きそろて、向き合うことのむずかしさを感じている。
女房は21才になつた。

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。)

2011年3月11日当時のあなたのことを教えてください	地震が起きた時、どこで何をしていましたか？	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？
年齢 39才	メイアテーク うらのお得意さん 納品に向っていきました	自家用車にガソリンを入れよう と、スタンドへ向かいましたが、 おかい滞滞でした。 ラジオから流れる被害状況や、震感が おさすぎて不安でした。	ラジオ、テレビで除々々、 という感じです。
住んでいた地域 仙台市 青葉区			
ご職業など メイアテーク近くのお店をやつす			
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、ラジオ中心ですが、当日流行り始めたtwitterは情報入力はもちろん、商店の告知にも大活躍でした。	当時、読んでいた本や聴いていた音楽などはありますか？ テレビしたばかりの星野源、翌日？翌々日？の朝にラジオから流れてきた曲を聴いて、ちょっと泣いちゃいました（笑）	当時のこと 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）

- 商店でたべものと売っていましたので、地震翌日から数日は「何でもいいから売っています」という反応でしたが、だんだん世の中の流通が戻ってきて、世の中のうきはよさくダイレクトに感じました。
- フキンシンかもですか、社会全体がリセットされたというか、フラットに戻った感覚があり、以外と清々しい思いもどこかにありました、「何かこれからどうどん自分にとていいことか」「あるかも？」みたいな前向きな気分になりました。でもまだいいことはありますよとおもひます。