

氏名 八代友子 年齢 61 歳 (職業) 会社員 学校名 会社員

それは、小さなガタガタから始まった。いつものように少しすれば収まるだろうと、安易に気持ちでいた。しかし、その揺れはやがて大きな揺れに変わりグラグラ、ガシャーンと益々激しくなり、屋根の瓦は雨のように地面に落ちた。その日を境に生活は一変した。小さな孫達を連れ那須へ、南会津へと避難生活が始まった。ホテルのテレビでは連日、建屋の様子が映り出されていた。不気味な白煙。爆発するのではという恐怖。もう家には戻れないかもしれないという絶望的思い。知らず涙がこぼれた。暫くして帰宅すれば、無惨に変わり果てた我家をまのあたりにして、再び涙がこぼれた。あれから、四年九月。現在も多くの方々が避難生活を続けていて、完全復興の道は遠いけれど、人の力とはなんと力強く、素晴らしいのだろうと思う。確実に復興へ一歩、一歩進んで行く。一人でも多くの人に笑顔が戻りますように...もう二度と、あの思いはしたくない!

氏名 吉成光子 年齢 41 歳 職業・学校名

5年前、家で体験をいたしました。両親と子供  
 2人と5人がいました。地震は慣れのないの  
 でいつものなだと思っ、ていましてか、いつものよ  
 り大きく長く感じ、違うと思いをしました。  
 すごくこのめか、なです。  
 その後のテレビを見て、津波や原発のことが  
 報道された、生活が一変しました。日用品  
 がソリンが無いのです。食料品も無くなり  
 ました。不自由な暮らしが下変しました。  
 放射線もこのめか、なです。子供を外で遊ば  
 せることができません、なです。値も高い時期  
 があり不便でした。  
 今は、こういうことも落ち着いてきました。  
 普通の子供たちも外で遊んでいます。  
 原発はこれから20年も30年もかかるとい  
 うことどうなるといふんがうと思いをします。  
 時間が経つと風化していきう、この大  
 震災は子供たちの伝えたいか受け継ぎたい  
 と思いをします。忘れないでほしいと思いをします。

「東日本大震災の体験談と復興への想い」応募用紙

氏名 大石 愛弓

年齢 12 歳

職業・学校名 茨城県牛久市立湯本第三中学校

「東日本大震災」それは不幸が重なる  
 前ぶれのようなものでず。  
 当時、私は茨城県牛久市にいました。悲劇  
 が奇しくしたのは、小学校から下校する時、い  
 きなり周囲の物が揺れ始めました。皆、低姿勢  
 で何が起ったかわからないまま躍りてい  
 きました。暗くして、家に帰ると棚からお皿や  
 コップ、類などが床に落ちたりして、下  
 しから水が溢れ出していました。一筋に任ん  
 でた祖父からは、  
 「危ないから、入ってくるとい  
 と言われました。外に出ると、前に任ん  
 言が遠くまでいきました。二人が園を見  
 ると、目の前の公園が水が噴水のように溢  
 れ出し、園子が梁がぶさぶさに落ちてい  
 ました。この時、私達の園は常に危険な  
 ところだったので、昨日  
 を昨日、豫なく危険とばかりに  
 ました私達にとつて、思いの場  
 へた公園も壊し  
 く駆け回った道路もがらりと変わりました。

あ の 震 災 直 後 、 私 は 幼 い 3 人 の 子 供 を 連 れ  
郡 山 か ら 北 海 道 へ 母 子 避 難 を し ま し た 。 そ れ  
は 私 の 本 意 で は な く 、 交 錯 す る 情 報 と 周 囲 の  
避 難 状 況 を 模 倣 し た 家 族 の 決 断 で し た 。 現 在  
は 郡 山 に 戻 り ま し た が 、 野 菜 一 つ 選 ぶ 時 か ら  
休 日 の 過 ご し 方 ま で 、 常 に 幾 つ も の 選 択 肢 の  
中 か ら 答 え を 探 す 日 々 で す 。 だ け だ 不 安 や 迷  
い が あ る か ら こ そ 、 常 に 笑 顔 で い よ う と 心 掛  
け る 様 に な り ま し た 。 大 人 の 不 安 は 、 す ぐ に  
子 供 達 に 伝 わ る 事 に 気 づ い た か ら で す 。 何 が  
正 し く て 、 ど う す れ ば 良 か っ た か を 考 え て も  
そ こ に 答 え は あ り ま せ ン 。 た だ 一 つ 私 が 決 め  
た 事 は 「 子 供 達 に 変 わ ら ぬ 日 常 を 与 え る 」 と  
い う 事 で す 。 子 供 達 が 、 福 島 で 生 ま れ 、 福 島  
で 生 き た 事 を 心 か ら 誇 れ る 様 に し て あ げ る 事  
そ れ が 、 私 た ち 大 人 の 責 任 で あ る と 思 い ま す 。  
あ れ か ら 5 度 目 の 春 で す 。 季 節 が 巡 り 、 子  
供 達 が ち ゃ ん と 成 長 し て い る よ う に 、 私 た ち  
大 人 も 、 同 じ 場 所 で 立 ち 止 ま ら ず 、 前 を 向 い  
て 歩 い て い く こ と が で き た ら 、 と 望 み ま す 。

20x20

「カタカタカタ...」

「少しゆれたかな?。ぼくは心の中で思った。」

「...カタ...クウクウクウ、」

窓が大きくゆれ、色々な物がたおれた。ぼくはと、さし机がさばられて家を出た。「何今も、その時のぼくはまだ1年生でこんな大きなゆれを経験したことなかったのよ。とてもこわかった。とてもおどろいた。」

「ウーン、エーン、」

妹がとっせ人泣き始めた。

「アールとルーア大丈夫かな。」  
アールとルーアは妹の名前

ゆれがおさまると、お母さんは家の中にいさ、テレビなど大切なものをコトセコトをめぐらした。車の中においたりした。

「ワン、ワン、」

アールとルーアあつれできた。しばらくしてお父さんがきて、みんなをいっしょにいた。

もうぼくは二度とあんな思いをしたくない。ぼくは大切な人を失ったが、た。けれど大切な人を失った入もいる。ぼくは幸せ物だ。

20kmや30km...はいつたい誰れの為のものだ  
ったのか—今も悔やしさでいつぱいである。  
仕事の9割以上を30kmの中で行っていた。  
単に事務所と自宅が30kmの外にあるというだ  
けで賠償から実質的には外された。いさいと  
はいえ法人の代表だったのの仕事の9割が消  
えたまま生活はできない。避難先で新たなス  
タートを切ることにしたが25年ローン終了の  
持家から通える訳もなく新事務所の倉庫での  
生活。電気代すら払えない情ない生活が続い

た。法人の建物の借金分も自宅と法人の引ッ  
越し費用も交通費も〇円賠償。戻った所で仕  
事が消えたので他の選取肢は存在しなかった。  
県にも国にも市にも何十回の相談に行った。  
「事情はわかりましたか...」と言われ結局何  
もやっではもらえなかった。私達にどんな  
落度があったというのか?いつたい誰れに相  
談しどうしてもらえば良かったというのか。  
今も国も県も市もそして何より東電は何もや  
ってはくれない。これが私達の5年間の現実。

## 匿名希望

「移り住むことの負担の種類が、世代によつて、また学生の学年によつて異なる事を実感しました。

高3のタミングで転入は受験や教科の困惑だけではなく。大人しくしていても注目の的となりました。生徒会が募金を呼びかけてくれて、校内放送でクラス毎に集計を発表したり。良くも悪くも初対面の方々から声をかけてもらう。どこか非日常で緊張感のある生活です。

◇ 中学校入学のタイミングは複数の小学校からの入学なのでスタートはスムーズだったと思います。多感な時期なので、いじめなどの心配は、知らない土地という不安な気持ちが強く働きました。

3、4年が経ちますと、子供達はこの街に順応していると感じました。逆に親は無我夢中だったのが、疲労感が抜けなくなり、帰還への想いが強くなってきたのです。

復興への想いは、元どおりの安全な野菜、

匿名希望

お米、水、空気に戻って欲しい。

廃炉や処分場のニュースや現実を見ますと、

子供達の明るい未来を感じるのは難しいです。

南相馬は最新の技術を持ち、北欧諸国のよう

に老人の為の医療、娯楽のユートピアを目指

すのが良いのではと考えました。

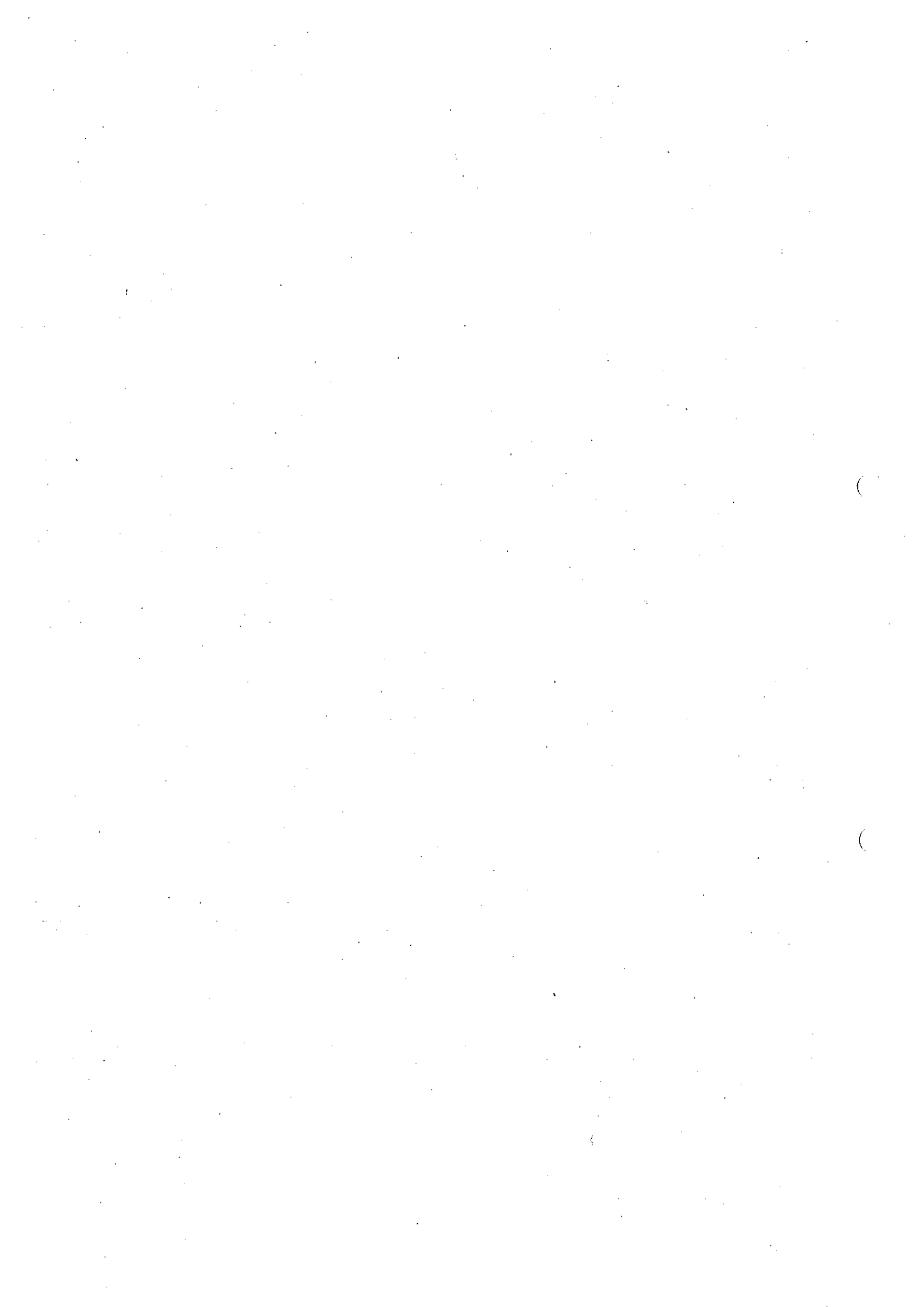
働き手には、公務員並みの役割、士気、報

酬が必要かと考えます。



私は今ふるさとを離れ、同じ被災地である宮城県に住んでいます。ふるさととの南相馬市原町区の街には、除染作業員の方々がたくさんいらっしやいました。除染作業で出たごみの仮置き場ができていて、地元の方々は安心して暮らせていないだろうと感じました。ふるさとをよりよい場所にしていくのも地元で生まれ育った私たちの使命だと思います。じやあ何をすればいいのか。皆がふるさとを想ってしたことが、すぐには結果がでなかつた

としても誰かにはまっくと伝わって、それがまっくかけで未来は変わってくると思いません。原発の事故さえなければ、もっと復興は速かつただろうと悔やまれます。でも、地元の方々とふれあってみると、震災前と変わらない明るさと困難に負けない強い思いが加わり、皆輝いていました。大丈夫。まっくと未来は震災前より明るいふるさとになつているでしょう。皆が少しでも住みやすい街になりましよう。心から願っています。



氏名 泉田 尚武 年齢 71 歳 職業・学校名 無職

②

むかしかかしく、スペインに無敵艦隊といふ  
 ものがあつたという。しかし、当時のスペイン  
 には無敵艦隊といふものはなかつた。当時の  
 スペインでは、自国の艦隊を単に艦隊、ある  
 いは、大艦隊と称していただけなのである。  
 無敵艦隊とは、トラフィカ、海戦のあと  
 、イギリスが勝利した、自国の艦隊を自慢す  
 るため、敵の艦隊を称讃し奉る尊称なので  
 す。

①

①

放射線量の規制値は、二つあるという。ひとつは、 $0.23 \mu Sv/h$  であり。もうひとつは、 $1.00 \mu Sv/h$  である。

では、 $0.23 \mu Sv/h$  とは、どの様な数値なのか。それは、アメリカが広島に原爆を投下したころ。我々、白人様は、世にも恐ろしい兵器を開発したといつて、自慢した数値なので。

（の）  
おかしから、白人様の言うことは、嘘が多いというところで、いりいりと調べた結果、今

では、国際的な放射線量の規制値は、 $1.00 \mu Sv/h$  となっています。

②

①

福島県内の除染目標は、 $0.23 \mu\text{Sv/h}$  以下といえま  
 す。が、 $0.23 \mu\text{Sv/h}$  を下回るわけもなく、下げる必  
 要もありません。  
 なにも、日本国憲法の様に、白人種の都合  
 によつて決められた教値を金科玉条のごとく  
 固く守らなければならぬといふことはあ  
 りません。日本には、日本の現状に則した教  
 値があつてよいはずですよ。

②

②

今回の事故での避難者は、十数万人におよ  
 ぶという。この中で、本者に避難しなれは  
 たらない人は、どのくらいいるだろうか。  
 私しの避難先の近くにも、郡山や白河から  
 避難して来た人もあり、それらも、立派な大人  
 向けの家族です。いくら、居住の自由は、憲  
 法で保障されているとはいえ、考えさせられ  
 るものがあります。  
 また、小生だけが東京へ避難させ、自らは  
 福島の学校で先生としていたりという方もあ  
 りました。はたして、この様な人には、立派な  
 教育が与えられるのだろうか。私には、疑問に  
 思いました。  
 そういえば、私には、避難中も避難先も、  
 しばらくの間、警察官の姿を見たことがあり  
 ませんでした。福島県警は、何をしていたの  
 だろうか。あの時の警察官の行動を一人一  
 人調べる、必要があります。  
 この様に、国が落ちたければ、物事は、こ  
 こまで社説に及びます。

④

④

陸 上 空 軍 部 隊 官 兵 学 習 所 一 部 の 兵  
 の 無 責 任 性 は 、 必 ず 何 れ かの 事 故 が 起 っ ち ます 。  
 一 二 、 事 故 発 生 5 年 近 く を 経 過 す る 、 現 在 で  
 も 、 帰 還 に 向 け て の 工 程 表 加 算 表 出 力 中 に 在  
 る 点 々 、 其 の 無 責 任 性 は 続 いて 居 ます 。

⑤

②

未来は、誰にもと解らないと申し言す不  
 解は、物事によつて解ることを見れば、解  
 らないこともあるというの加正解をしよう。  
 そして、今回の事故での地表に降りた放射  
 性物質の減衰率は、比較的、解りやすい事例  
 のひとつではないのでしようか。  
 過去5年間のデータを解析し、いつにたか  
 ば、帰還できるのか、出来たのかを明示す  
 るのは、<sup>（政府の責任）</sup>政府の責任ではないのでしようか。  
 避難民は、指針のたらいで、避難先は永  
 住するか、または、帰還を望むかの重大な決  
 断をせまられており、先の奥元の現状に  
 不安を感じておられる方が多いと聞いています。

②



⑤

福島県民の喫煙量は、99%の方で、  
 200支以下。60%の方で、200支以下に  
 落ちる。  
 広島、長崎では、200支を超え  
 る喫煙者は、増加の率が高  
 り、福島は、増加の率は、  
 最も低い。  
 並に、がんを増加させる要因として、  
 野菜不足や受動喫煙でも、400支に  
 相当する喫煙習慣を改  
 善すること、がんは減る

増えることになりませう。

喫煙量	がん発生率
200支以下	10%
200支以上	20%
400支以上	40%

⑦

①

夢の希望のない、そして、孤独な心で避  
 難民の生活は、方々をさまよっています。避難の  
 目的は、かんと子供を守ることにすぎず、  
 には、避難の理由によつて罹病者が増加する  
 という痛肉な結果になりかねません。

②

段

世の中、右を向いて、左を向いて、悲感  
 的な話しばかりです。その様な精神衛生上よ  
 くない話しは、NHKと朝日新聞に  
 任せて、代々、大熊野の比呂様は、夢と希望を  
 抱いて、助け合いながら、今日と明日を力い  
 つけて生きてゆくにはありませんか。  
 皆さんの時代でよろうと、私し、左の寿命は  
 限りぬてゐる。たのび、いつの世かあか、あ  
 まりに物事を悲感的に考えず、本来楽しかへ  
 ぶこを後回しにするのは、自然の摂理に反

9

する。いい仕事をする。恋をする。友とのつ  
 き合いを楽しむ。めでたく子供を授かる。そ  
 して、好きなたこを喜ぶ。ガールも、ルビも  
 一ルインのてをかつ飛ぶ。それか人生だ。  
 夢と希望をもち、悲感的にたらず、今日  
 と明日を力い、つばいに生きて、大熊野の比呂様  
 はかしくい。

⑨

私しも、午前には神代のバラ園にバラの花  
 を見に行つて以来、バラの美しさにすつかり  
 魅了された。今では、庭整失の空地にバラ作り  
 に精を尽してゐます。  
 綺麗に咲いたとさなごは、近くの新奥様  
 さんへおちろん子連れで遊び、また綺麗水之  
 声を科けておます。先日は、白人の新奥様か  
 (私)は、窓かに期待してゐたのですか、  
 ニツコリと笑みながら、ハローと言つて来ま  
 した。

⑩

近くの新奥様さんへ、いろいろと講釈を垂  
 れて遊ぶが、私のバラ作りは、お下の素人以  
 下なもので、新奥様さんの話(にも)うらやま  
 と言つて、大に鎮くはかりです。  
 (新奥様さん)  
 我が家の伸び放題のツルバラを見て、これは  
 は、棚を作らなければならぬといふまじか。  
 竹の棒のふとつも太い。私しにとつて、上の  
 横にして棚を作ることにかひきますか。お話し  
 日、現水合新から庭の土のむかひす。



避難前の私しの居住地は、大熊町の清水地区  
 であり、現在、除染を実施して頂いてい  
 ます。

私しは、毎年一回、梅雨入り前の6月に一  
 時帰宅をしております。去年の6月の一時帰宅  
 時に放射線量を測定したと、3.7度の中央部  
 で3.4μS/hでした。

清水地区での放射線量3.4μS/hは、自然減衰  
 率は年20%程度です。今、実施している  
 除染による減少率を30%と見て、合わせて50%

の減少を期待しております。  
 今年の6月の一時帰宅時の測定では、1.7μS/h  
 まで下がることを期待しております。

(12)

今年の6月には、	1.70	以下	言	心	放	射	線	量	が	低	下	す
れば、5年後の東京オリー												
ンピックに比												
して、	1.00	以下										
居住可能な												
地域は、												
1.00以下												
になり、												
帰還できる可												
能性があり												
ます。												

(13)

⑬

私 の 希 望 は 、 帰 還 を 果 た す こ と 。 そ し て  
 私 の 夢 は 、 遊 藝 界 を 育 て て い る ば う を 特  
 ち 輝 り 、 自 分 の 座 び 綺 麗 に 咲 か す こ と 。  
 大 熊 野 の 出 身 様 も 他 人 様 に は 迷 惑 を 掛 け ず 、  
 夢 と 希 望 を 持 っ て 、 未 来 任 向 で 頑 張 っ て 下 さ  
 い 。 そ し て 、 帰 還 を 果 た し 女 賊 に は 綺 麗 に  
 咲 い た 我 が 家 の ば う の 花 を 見 に 来 て 下 さ い 。

⑭ ⑮

全 164 行 3200 字  
 見本は昭和 8 年 5 月



氏名 末永 卓哉 年齢 27 歳 職業・学校名 無職

私	は	宮	城	県	の	病	院	で	、	東	日	本	大	震	災	を	経	験	
し	た	の	で	す	。	そ	こ	で	福	島	は	も	ち	ろ	ん	で	す	が	、
被	災	地	も	含	め	た	東	北	に	希	望	を	与	え	た	く	て	こ	の
大	会	に	参	加	し	た	の	で	す	。	福	島	に	お	世	話	に	な	っ
て	い	る	職	員	が	い	ま	す	。	そ	の	方	た	ち	に	役	立	ち	た
い	か	ら	で	も	あ	り	ま	す	。										
私	は	原	発	事	故	で	放	射	能	漏	れ	か	ら	、	農	産	物	や	
観	光	に	打	撃	受	け	た	か	ら	終	わ	り	と	は	思	い	ま	せ	ん
理	由	は	こ	の	機	会	を	上	手	く	利	用	す	れ	ば	、	福	島	も
含	め	た	東	北	は	繁	栄	出	来	る	と	思	う	か	ら	で	す	。	た
と	え	ば	悪	い	震	災	や	原	発	事	故	か	ら	、	世	界	に	認	知
さ	れ	た	点	を	利	用	し	た	ら	い	い	の	で	す	。	震	災	学	習
観	光	に	て	観	光	客	に	来	て	も	ら	い	、	他	の	観	光	地	に
利	益	を	波	及	さ	せ	ま	す	。	他	に	震	災	に	よ	り	国	際	化
の	意	識	や	、	農	林	水	産	の	産	業	化	に	目	覚	め	て	も	い
ま	す	。	成	長	の	種	も	あ	る	か	ら	、	や	が	て	悪	い	イ	メ
ー	ジ	は	忘	れ	ら	れ	て	福	島	も	含	め	た	東	北	は	発	展	す
る	と	私	は	思	う	の	で	す	。										
東	北	の	一	人	と	し	て	震	災	か	ら	立	ち	お	な	り	、	世	
界	に	素	晴	ら	し	い	と	い	わ	れ	る	地	域	に	な	る	こ	と	私



氏名 渡辺 雅

年齢 12 歳

職業・学校名 郡山市立大塚小学校

3月11日、この日はとても天気が良かった。晴天の下、友達と遊び、帰宅途中だった。テレビの話や学校での出来事などで、ぐだらない話で盛り上がり、楽しかった。しかしそれは何の前兆もなくやってきた。あちこちから泣く声が聞こえ、天気はがらんと変わって、3月だと11月ののに吹雪になった。冷たい雪があちこちと肌を刺さり、痛かった。私は無事に家に帰ることができたが、あの時の光景は繊細に目に焼きついてる。

自然とは美しいが、同時に恐ろしくもある。自然の力には逆うことはできない。だから、もし起こってしまったことを後悔しない。一番大切なのは前へ歩み出すことだ。私は大きな事業を立ち上げることはできない。でも、まだ震災の驚愕から抜け出せないでいる人がいるのだから、やさしく声をかけて、「大丈夫だよ、何も心配ないよ」と伝えたい。そして、みんな協力して震災前よりもっと美しい福島を切り開いていきたい。福島県民として。

## 匿名希望

今、子どもたちは、年に数回ホールボディ  
コンピュータなどの検査を受けています。これ  
は私たちを安心させるためのもの、として行  
われています。しかし、10年後、20年後に、  
我が子に病気が発症したら、これは、原発事  
故とは因果関係がない、という証拠に使われ  
てしまうのではないかという不安材料でもあ  
ります。今、不安を解消しても、結局、病気  
の発症率が高くなつた場合に、どう対応する  
のか、私はそれが知りたいです。今は、震災  
バブルで潤って町は活性化していて、暮らし  
やすい町ですが、10年後、20年後、本当に幸  
せな町であることが、本当の復興だと思いま  
す。復興を短いスパンで考えず、長い目を持  
って考え、自分の子どもが幸せになつたとき、  
それが本当に復興した、と親がほつと胸をな  
でおろす時なのではないかと思ひ続けています。もし、  
病気の発症率が上がつたら、検査結果以外の  
ものが原発にはあるということを認め対応し  
て下さることです。「誠意」を感じていただきたいです。

No.

No.

震災当日とこれからの復興について

鈴木 彩夏

平成二十三年三月十一日、わたしは保育園  
 にいきました。お昼ごはんが終わり、みんなは  
 お昼ねの時間。でもわたし達は、年長だ。た  
 ので、ひらがなの勉強などをしていました。  
 すると強い地震がきて、みんなつくえの下  
 にもぐりました。そして外に出てもうふにく  
 るまりむかえを待ちました。むかえが来て、  
 コンビニへ行きましました。品物はほとんどあり  
 ませんでした。道路にあるコンビニはとび  
 出ていました。いわきでは、大津波が来て、  
 たくさしの人になくなりました。  
 これからの復興については、がれきをし  
 ぶらし、震災前のいわきを、もう一度実現さ  
 せることです。また、やくえふめいの人多  
 リ多く見つけるようにねが、こいます。  
 そして、もう一度津波が来たとき、みんな  
 成、に作される高台を、すこしでも津波もお  
 さえられるこいぼうをつく、こほしいです。



東日本大震災(原発被害者)の  
 なり手と不字そいで上げが  
 二〇一一年三月十一日から大震災の原発事故  
 で各地を転々としていた被災民の冷静な  
 争いをせず一丁のおにぎりももらい礼をいって  
 争かにはなれる姿を復興相は見たことがある  
 が、一緒にヒトとしていた東電社員もいつの  
 まにかなくなっている見せてやりたか、た  
 もうすぐ五年になり最近幸せってなんぼ  
 うと考える浪江にいたころは金がなくて

Z

心の豊かさがあつた、原発事故で全ての不合  
 理に耐えながら生もうとしてくる森々の心  
 さかたでするような東電のやりかた(東電の  
 黒字経営等々)で若者が帰還の意欲を失い故  
 郷をすて地域社会が崩壊してしまふ東電や国  
 はどう考えどう行動しようとしていふのか  
 原発の汚染物や貯蔵施設を県外で水への報道  
 があるが、もうらんそうしてもうたけど  
 (沖禮)の基礎を転さえおぼつかないのに国  
 会議員はなにをいっていふのか双葉郡に最

取分地までお願ひしだしの御転のなうに代替  
 地と家を用意してくださひ、このように正面  
 に言つてく水石ほうが今後福島県のとるべき  
 道がある気がする（私だけの考之てゐる事だ  
 どうか）  
 一 国はできるだけ被害を小さく見積ろうとす  
 るのか もしくは無視する事を考へるのか  
 二 訴訟をさかたうでまらざる引きのばさうと  
 するのか  
 三 救済期限をなせ少なく決めようとするのか

3

四 何事も一生果敢引きのばさうとするのか  
 この水はヒナニ住民の本意でな"ことを（我  
 らからえらんだ国会議員右のに）ゆからぬ"の  
 か、自治体を信用して復興予算の使"勝手取  
 くし東費も賠償も早くしてくださひ、原発上  
 への民は何も知らされず（浪江町民）強制移  
 動させられたあ"く自分の土地、家、友人ま  
 ても自由にできず忘れさせるつもりか被災地  
 の高令者は死ぬまで子や孫のため何かと役に  
 立たうとしてゐるのに東費は失敗か多すぎ

4



6

6

高合者なけを町に居しても将来双葉郡の展  
望は右い果は双葉郡全域の合併も積極的に考  
之了ほしいなにせ将来もんとと過ニエぞる  
走之るい人達がいて自殺者や孤独死が年々増  
えるのは目に見える。それと子供達や大人も  
低剂量被爆の力題はしんばいないのか、この  
あいだ一時帰宅して後場へよつた職員がもら  
したく荒れ果てていくのをただ見ているのは  
つらい浪江町をなくさなように  
す子のが使命」という

言葉がただ

(お念しく) 聞ニエてきた。

「いつもお水るし孫に聞かれた来もうかへて  
「もう少ししと「俺しが答えるのか  
「精しいっぱい

氏名 松本 浩一 年齢 55 歳 職業・学校名 小学校教員

0015

双葉北小学校の西はじにアキカンザウルスがいます。平成3年に奉仕体験活動の一環として保護者や児童が多くの空き缶で作った10メートルほどの恐竜です。原発事故による避難で子供たちの歓声が消えた校庭のすみでアキカンザウルスは今日も独りぼっちです。被災後、私が町に何度か立ち入ったとき、アキカンザウルスにからまったツタをはらってあげたりしました。

アキカンザウルス おまえは今 何を見ているのだ  
北風に吹き飛ばされる 落ち葉たちか  
凍てつく南の空に輝く オリオンの星か

アキカンザウルス おまえは今 何を見ているのだ  
すっかり明かりの消えた 夜の町か  
人々の無念の中 荒れ果てていく田畑か

アキカンザウルス おまえは今 何を見ているのだ  
遠く離れた友を思い出し 故郷の空を見つめる人の涙か  
ふるさとの再生に向け 大粒の汗を流す人の背中か  
心一つに復興に立ち向かう 福島人の心意気か

この正月、ふとしたことからアキカンザウルスを思い出して詩にまとめました。福島県民が心を一つにふるさとのために汗を流す1年になればと思った年の始めでした。

氏名 西屋 純 年齢 27 歳 職業・学校名 公務員

2011年3月、私は大学を卒業し、千葉県  
の小学校に赴任した。まるで故郷の苦境か  
ら逃げているようで、後ろめたさを感じた。  
千葉県で、新たな人々との繋がりもできたが  
故郷の人々の温かさを忘れることはなかった  
3年後、私は福島県の教員採用試験に合格  
し、県内の小学校で働くこととなった。3年  
の内に生まれた数々の繋がりよりも強く私と  
故郷を繋いでいたのは、人々の温かさだった  
お蔭で今、故郷の力となることができている  
この経験から、復興のためには人々の心の  
温かさが重要であると私は考える。福島  
の人々と接していると、楽しく、心が温まり、  
帰ってくることができ本当に良かったと思  
う。どんな苦境にあっても、温かい気持ちで  
人に接し、これからも温かいコミュニティ、  
故郷福島を築いていこう。未来を担う若者や  
子どもたちはそこに、福島の魅力を感じ、故  
郷を支える力になってくれるだろう。その力  
こそが福島の復興の支えとなるはずである。

東日本大震災の体験談と復興への想い応募用紙

氏名 飯塚 隆

年齢 5 歳

職業 職業・学校名 だいらーお学校

ぼくは、はうしんのうがはせしんがわつ  
 こしまでが。が。ながかといつてい  
 われの海は、よごれこしまい、魚も食べな  
 くて、毎年寒しみにしていたが、ルーリー  
 トもぜんぶだめにが、こしまでが。だ  
 う。はるわのうがせんざれやむりも  
 食べるとはなはつがぶしつがたあつてし  
 土にがんはなこしまし早くしんてし  
 まう元になつてしまつたら、はうしん  
 せんじつは、どつにむらばいばせ、だ  
 ががまいとまさがいはつめいしてし  
 本堂に元のじようたいにしせんかん  
 もどすことかぶつ二うだを思ひます。い  
 ぼくは、心の中、  
 「はうしんのうがはせしん  
 と、思つていまの後は、あやまうり  
 が田のむらりんはたよつとりして  
 ながいりつてはうしん  
 二つがえの考えにまつていみんな  
 ようにがんばりたいです。

「東日本大震災の体験談と復興への想い」応募用紙  
氏名 さい 雅弘(あいはら) 年齢 27 歳 職業・学校名 相馬市立山崎小学校 講師

「人のいない所に復興は無いよ。」  
私の胸の奥底にピーンときた言葉。この言葉を  
とき、かけにサーフィンを始めた。もう2年  
目になる。私は震災後に福島県相馬市の小学  
校で勤務している。それまでは、母方の実家  
がある場所でしか介が、た。私の祖父は相馬  
市尾浜で一番の漁師であった。仕事仲間から  
尊敬され、誰よりも仲間思い。家族や親族を  
大事にする。海を愛して心た。  
祖父の家の目の前の原釜海水浴場で毎日泳  
ぎ。夏、船と船をとびの、で港、祖父の  
はたばらでとびこめられた大きな冷蔵庫、大  
きな家での団樂、私の思いはたきない。震  
災や原発事故で海や私の思いはたきない。人  
ない。いつか人が戻ってきてくれたら、  
や、違う。私が海に入って、誰よりも相馬の  
海の復興をアピールしたい。私は4日から神  
奈川に戻る。神奈川で出会う人や福島出身の  
方々へ、「安心して下さい。福島の手は入れ  
ますよ。」と胸を張って言いたい。

(20文字 × 20行)

## 「東日本大震災の体験談と復興への想い」応募用紙

氏名 石黒 蓮華

年齢 10歳

職業・学校名

美山小学 不交

わたしがいちばん大きくなひしんを体験した  
 のは、ようちえんにかよ。ていた時の帰りの  
 バスの中でした。とつぜん大きくなひしんがおそ  
 いました。  
 「こわい、大きくなひしんが早く帰りたい。」  
 と思いました。けいも、ようちえんの先生  
 や（なりの）席にすわ、ていた友だちがいたの  
 でわたしは、その友だちといっしょにいまし  
 ました。そしてこわが、たけびんをおりる時に  
 お母さんの妹と弟がまっててくれで字入しま  
 した。  
 次に復たするの思ひは、おとんとおかあ  
 が大きが、たのびえの仲をすくぬおしまし  
 ました。家が流さかたり、人が流さかたりして、  
 とてもかなしか、たぞす。私の家族はふじで  
 したが、海の近には住んでいてまたかは、と  
 てもつらか、を思います。いろんな県の人た  
 ちが楽しくみんなにくらせるようにおんがで  
 えがおび元気にこの県内を愛してみんなを  
 楽しくくらしたいと「思」ました。

「東日本大震災の体験談と復興への想い」応募用紙

氏名 齋藤 凌太郎

年齢 12 歳

職業

学校名 伊達東小学校

東日本大震災のときぼくはまだ一年生でした。地震のときはとても怖くとてもこわかったです。家は奇跡的に電気が通っていてテレビを見ることができました。そこにはどれも速報のニュースで津波と原発事故のことがくり返し流れていました。そこにはにがおくれで家の屋根へひなんにている人もいました。その人はどんなにこわかったのか考えると自分もこわくなってしまう。それがぼくの家は井戸水が使えたので近所の人たちがたくさん水をくみに来ました。家族で「自由に水を使ってください」という看板を作りました。水をくみに来た人がお礼に卵や野菜などを届けてくれてぼくたちも本当に助かりました。助け合うというのはこういうことなんだなあ。と思いました。たくさんの人に声をかけていたたいとても心強かったです。震災を通して知った人と人とのつながりを忘れずに、復興のためにぼくができることを見つけていきたいと思っています。

「東日本大震災の体験談と復興への想い」応募用紙

氏名 加藤美空 年齢 12 歳 職業・学校名 伊達東小 学校

大きく揺つた日に、とつぜん  
 おこった大地震。それは、予期すらでな  
 ない大きな揺れだった。……  
 当時、7さいだったわたしには、初めての  
 体験でした。はげしく揺れる校舎の音は、か  
 げがた々と強い音をたてていた。あまりにも急  
 ぎ足で、わたしの心臓の音はなほきしほ  
 くとも、耳元とにむむいていました。近くに  
 いた同じクラスの友と、机をくっつけて固  
 まった。泣いてる子もいた。ふと思いうかべ  
 たのは、当時1さいの弟のことでした。お母  
 さんは仕事だったので、おばあちゃんの家で  
 寝る予定をしていたそうなので、弟は  
 そこには、死へ導くまじうなまじうに  
 いた。地震が始まった時、おばあちゃんはお  
 いた弟をお部屋取り場所を移動しました。数秒  
 後、上からの音がおこりました。11月11日  
 でした。もし、おばあちゃんがお部屋取り、  
 移動してなかったら……もうこの様な  
 事が起るとは思いがたかに……



「東日本大震災の体験談と復興への想い」応募用紙

匿名希望

ぼくは、東日本大しんさいの時は一年生で  
 した。みんなが帰る準備をしている時にじし  
 んがおきました。

ぼくたちは、みんなの机をくっつけてもぐり  
 手をつないでいました。さいおい上から物が  
 おちてくることもなくだれもけがすることな  
 くひなんできました。

家に帰ると、本た本から本がむすうにおちて  
 いました。さらの一部もおれていました。です  
 ぐていでもなからず水もともらずにすみまし  
 した。ものすぐくこわかっただけとだれもけがを  
 していませんよかったです。

まだ復こうしてれないちいきの人はもとの町  
 をめざして、ふっこうをがんばってもらいた  
 いです。



「東日本大震災の体験談と復興への想い」応募用紙

氏名 藤原 優斗 年齢 12 歳 職業・学校名 伊達東小学校

ぼくの震災にまつわる体験は、この前ひな  
 人訓練をやりました。そのときに、東日本大  
 震災の地震を体験してみてもいいと思っ  
 てみています。すごくいいと思います。  
 今の状況は、復興作業や他の県であつたわ  
 けではない。ぼくたちも、復興支援で吉井知哉  
 さんと一緒にCDをカバーして、一緒に歌  
 ったこと。お礼 武蔵野 で吉井さんと一緒に歌  
 ったこと。ぼくも社会人になつたら復興  
 支援をできるくらいの人になつて、~~助けたい~~  
 です。 1.2x1.0

今、復興の未来を、復興への想いは、今  
 後も、みんなが復興を、みんなが復興を、  
 みんなで準備して、復興支援をする  
 人も増やして、行けば、復興を、復興を、  
 ぼくが、~~復興~~  
 と、復興

匿名希望

わたしは、じん災のときにはおばあちゃん  
の家に行きました。外がすずしかったのであそ  
んでいたら、物置のドアがゆれていました。  
最初は、風でゆれているのだろう。と思っ  
ていました。でも、自分が立っている地面がゆ  
れていきます。わたしは、「あ、風じゃない  
と思っっていると家から、おとうとをぶんぶし  
ていたおばあちゃんが「おーちゃん！はやく  
こっち来て！」といゆめたのですぐに逃げま  
した。これは大じいん。とおばあちゃんが  
ささやいて、そのとき頭をうったのは自分  
の新しい家です。4月から住む予定の家が心  
配になりました。でも、おばあちゃんは、  
「おうちより、自分を大切にしてください。」と  
いゆその言葉が私は自分を守るという気が  
した。こんなことが二度とお  
きてほしくないです。

匿名希望

私は、一年生の時に東日本大震災にあいま  
した。すごくゆれてこわかった。家に帰  
ると、物がすごい落ちていて、直すのが大  
変でした。もうこんなことは、体験したくな  
い。津波がこなくて良かったと思います。  
復興をてきる所までしたいと思います。

「東日本大震災の体験談と復興への想い」応募用紙

氏名 小野 大 翔 年齢 11 歳 職業・学校名 伊達東小学校

ぼくは、1年5月5日に、東日本大しん災を  
 経験しました。先生の読み聞かせの中にガラガラ  
 と喜かしました。ぼくは、こわくな、て机  
 の中にかくれました。ぼくは、こわくな、て  
 ほき出してしまいました。弟れがおさまって、家  
 に帰りました。そして、家は、てい電して  
 いました。それから、またガラガラとよしく  
 がおさまります。そして、少したつと、南相  
 馬市から、いとこがきました。いとこは、原  
 死から20分ぐらいいた。たのて、ぼくの家に  
 ひとりに来ました。いつもは、楽しく合は  
 ずのいとこが、今回はあまり楽しくおりました  
 人でした。ぼくたちは、その時は不安でした。  
 ぼくは、こ人がこわい体験をした人たあて思  
 いました。

復興への想い、今、放しやのろかたくさ  
 んある大熊町、双葉町などの町を少しでも昇  
 くじおせんして、ぼくの生まれた、南相馬市  
 小高区も早くもどかるといなる、てほしいて  
 ます。

## 匿名希望

東日本大しん災がおこった時は、私は1年生  
でした。その時は、いつものじしんよりは大き  
いかなと思っ、ていました。でも、あんな大変  
な事になっ、ているとはおもいませんでした  
た。家はからたたくさんおちたり、タンス  
の上にあっ、た物がおちていたりしてました。  
次の日から水がとまりました。ばんはつが、  
はくはつして福島県が有名になっ、てしまいま  
した。ほうしゃせんは見えないのでこわ  
か、たです。それけ、お店にはならばないと  
入れませんでした。お父さんの会社からカッ  
プラーンや食料をもらいました。とてもた  
まかりました。学校は長い休みになりました。  
学校に行けるよらになっ、て登下校は又入りな  
してました。外では熊バがくなりました。  
あ、あとは、ちがった生活になりました。は  
やく東日本大しん災がなるまえのたいになっ、  
てほしいです。

匿名希望

ぼくは、東日本大震災の時は一年生でした。  
帰りの準備をして帰る時にじしんがおきました。  
た。ぼくは急いで机の下にもぐりました。  
すごく長く、まだおさまらないうちのなかで  
かえんがことをおもっている内に、じしんが  
とまりました。車がむかえにきて、家に帰り  
と、かぐがほとんどおちてわけていきました。  
そしてぼくは地じしんかおそろしいな一と思い  
ました。

ぼくは、東日本大震災の想いをしている人は  
すむ場所がなくしてこまっている人がいるとよ  
もりの、早く復興にかをいれてほしいです。



匿名希望

私は、一年生のときに東日本大震災にあいま  
した。すごくゆれてこわかった。家に帰  
ると、物がたおれていて、直すのが大変で  
した。もうこんなことは、たいけんしたくな  
い。うなみがなくて、良か、たと思ひ  
ます。

「東日本大震災の体験談と復興への想い」応募用紙

氏名 小野 琉登 年齢 12歳 職業・学校名 小野 琉登

ぼくが、東日本大震災で体験し、思ったことは、自然災害はとてつもないということです。ぼくは、当時1年生でした。ぼくの頭の中は2年生になるワクワクの気持ちでいっぱいでした。でも、そのワクワクのうちこけすやうに、震災は起きました。物がこわれることはなかったのですが、水が出ないという辛い生活が続きました。お風呂に入れなかったり、水を飲むこと、家で作った料理を食べることができないという生活をしていました。けど、とこのころ、海沿いの区域はつゆみが増えて、人が亡くなったり、家がぶしつぶすに壊れたり。ぼくたちも、ひどいひかひかを受けていました。しかし、そのひかひかを受けた所が誰かのようにもどるのなら、一日でも早くもとめてほしいです。それから、ぼくは、この体験を忘れない。災害の時いつでも安全にかんがひできるようにしたいと思っています。

氏名 佐藤 恵 年齢 12 歳 職業・学校名 伊達東小学校

あの大きなゆれは急に私たちをおそった。  
そのころ私は小学1年だった。もうすぐ下校  
をするというところだった。今までにない大  
きなゆれだった。ゆれがおさまって校内放送  
が流れた。「児童のみなさんはすばやく校庭  
へにげなさい!!!」ととてもあせっている教頭  
先生の声が聞こえた。私たちは上げまのま  
まいそいで校庭へにげた。みんなとても心配そ  
うだった。そのあとに海の近くでは津波が起  
こったということを知った。のちにたくさん  
の人が犠牲になったということも知った。私  
はこれまでにない驚きと悲しみを感いた。  
今年私たちは小学6年になった。今でもあ  
の大きなゆれは覚えている。私たち6年生は  
総合の時間に近くの仮設住宅に住んでいる飯  
館村のおばあちゃんたちとみそをつくった。  
なぜみそをつくることになったかというと、  
飯館の食文化をたがしたくなりから、この伊  
達の地に伝えたいということだ。私は1日でも  
早く元とおりになるよう願っている。

氏名 伊藤 菜音 年齢 12 歳 職業・学校名 伊達東小

0033

東日本大震災は3月11日の私が一年生の  
時におこりました。その時、私たちは学校の  
帰りの会をしている時で、もう少しで帰ると  
いう時に地しんがおこりました。そして私た  
ちは机の下にかくれました。私たちが地しん  
の体験をしたのが初めてだったのをひくひ  
くしてしまいました。しばらく机の下にかく  
れていて、少しあさましく外(校庭)に逃げ  
ました。その後私は児童クラブに行き、お父  
さんが迎えにくるのを待っていました。  
お父さんは仕事から抜けとってきてく  
れたのでその時は本当にホッとしました。  
おばあちゃんや地しんがおこっているとき  
ヨーヨーやボール遊びの行っていた時だ  
り、たうしくかごを店内においたまま外に出た  
人もいれば、かごを持ってたまま外に出しま  
った人もいたとおばあちゃんが話していまし  
た。おじいちゃんもお父さんと同じで仕事か  
らいそいでもとってきたそうです。みんなこ  
とばいばいとおこるくはしくないと思います。

匿名希望

東日本大震災がおきたときは、わたしは、1  
年生でもさいでした。いきなり大きなじしん  
がおきてびっくりしました。つくえの下にか  
くれてじしんがよわくなってきて安心すると  
かえりました。するともっと大きなじしんが  
おこりました。トラックの中にひかんでしま  
った。そして、しして家にもどると家の中がぐ  
ちゃぐちゃでした。私は、こわくてこたつの  
中にずっともぐっていました。ししてから  
お兄ちゃんとかたづけをしました。そして次  
の日はあまりがれにでないようにしました。  
特クしゃのうがあるとかかたからです。そ  
して水がでなくなりました。そして井戸火を  
のみました。できるだけムダがけいをしない  
ようにしました。そして今ほうしゃのうが、  
なくなるとき、らううと学長へ行きます。そ  
れは、ボランティアの方々が手伝ってくれた  
から信と思いたす。感謝しています。

「東日本大震災の体験談と復興への想い」応募用紙

氏名 平田 真也 年齢 18 歳 職業 学生 学校名 新潟県立大田高等学校

二〇一一年三月十一日午後二時四十六分頃  
 大平洋三陸沖で震源としてマグニチュード9.1の  
 0.0で過去最大の地震がありました。その  
 ように引越して二人を津波などの災害で救  
 けし聞東に付けて甚大な被害をもたらしまし  
 ました。

私の出身地は東北で海に近い所に住んでい  
 ます。東日本大震災の時家でテレビを見て  
 いた時に大きな地震があり緊急避難が鳴り響  
 きました。家には車を運転できる人がいなく  
 車入りの祖母と妊娠中の姉の3人でまじまじに  
 ました。その後無事に被害から逃げた事か  
 ら安心したと同時に少しでも逃げた感じが遅  
 かったかもしれないから私は死ぬと思ったのか  
 もしもなにかと思っ恐怖心がでました。

千里心で東日本大震災の被害にあつた地域  
 と見ると当時の出来事や思い出さぬ悲しく  
 なります。どんな悲しさを三つ以上出した人  
 だと思つてこのころから今目指していき看護の  
 知識を学び、それを人のために使いたいとす

「東日本大震災の体験談と復興への想い」応募用紙

氏名 鈴木梨奈 年齢 18歳 職業・学校名 四倉高等学校

2011年3月11日午後2時46分にとっても  
 大きな地震が発生しました。  
 5年前私は中学校1年生でした。その日は  
 中学校の卒業式があり11時より早く家に帰  
 っていました。お風呂を食パン、くりとデシロ  
 を見ていると最初は小さい揺れで別に気にし  
 ませんでした。しかしだんだんと大きくな  
 っていき私は怖くなり、お風呂に飛び出まし  
 た。周りを見渡すと屋根のかけらが天井に落ちて  
 くるのが見え私と祖母と姉は近くの公民館に逃  
 げました。その約10分後に津波が押し寄せ  
 ました。初めて見る津波はとてつもなく通  
 があつた女を今でも覚えています。私達家族  
 は全員助かりましたが、叔母が亡くなった  
 しまいました。お母も亡くなりました。  
 今もまだ完全には復興していません。帰りを  
 くても帰れない人がたくさんいます。きよ  
 子もためにボランティアしてボランティアに参加  
 して震災前の姿に戻りたいと願っています。

氏名 木村 真由 年齢 17 歳 職業 学生 学校名 福島県立回廊高等学校

二〇一一年三月十一日 午後二時四十七分

東日本大震災が発生しました。

私の住んでいた地域では、震度六強の揺れ

を観測しました。当時、私は家に居てくつろ

いでいました。その時、驚愕と千しびの響き

が壁を伝わり始めました。私は、何をしていい

かわかりず、下りゲルの下に逃げました。家

の口、壁が揺れかかっていた。途中で、私と兄が

家に居る間に逃げました。揺れが止まると、大団

圓と、天と、駐車場と避難し、その後、

大津波警報が来ると、風を助勢して逃げ

ました。そして、原子力発電所が、行方し

ずかたに分らなくなりました。とても、最悪な状

況でした。

今、現在、復興は徐々に進めつつあります。

他国からの支援、及び、福島県民の支えが、

あります。他にも、法的支援等、国として、

と復興に力を注いでくれています。そのおかげ

で、私達も少しずつ感謝して進んでいます。このおかげ

で、私自身も復興に力を注いでいます。



「東日本大震災の体験談と復興への想い」応募用紙

氏名 新井 大 年齢 18 歳 職業・学校名 四国高宮学校

0038

2	0	1	1	年	3	月	1	1	日	東	日	本	大	震	災	が	起	こ
り	ま	し	た。															
こ	の	日	は、	多	年	生	の	祭	典	式	が	し	た	の	祭	典	式	
の	級	お	り	の	部	で	予	め	の	生	徒	が	存	続	の	希	を	と
ま	に	お	も	う	活	動	の	通	信	が	活	り	ま	し	た。	通	信	が
活	の	こ	の	結	験	し	た	こ	の	た	い	大	き	に	地	震	が	
起	き	ま	し	た。	電	器	が	割	れ	て	音	の	物	が	散	ら	れ	て
が	あ	ら	く	下	が	家	に	い	た	私	は、	今	ま	だ	に	成	じ	
た	こ	の	た	い	恐	ろ	が	あ	そ	こ	ま	し	た。	お	り			
下	に	身	を	隠	し	地	震	が	あ	ら	ま	り	の	ま	じ	に	大	
き	ま	し	た。	お	も	う	た	あ	ら	り	を	見	た	あ	ら	す	と	
ど	ち	か	ど	ち	か	し	た。	水	を	と	り	の	た	め	が			
か	し	て	ま	い	た。	私	が	住	こ	の	た	町	で	あ	ら	い		
が	大	き	か	た	が	停	ゆ	る	こ	の	ま	ま	に	ま	あ			
の	ま	ま	し	た	た	ら	の	住	こ	の	ま	ま	に	あ	ら			
見	ま	る	こ	の	ま	ま	に	あ	ら	す								



「東日本大震災の体験談と復興への想い」応募用紙

氏名 鈴木 菜未 年齢 16 歳 職業・学校名 猪苗代高等学校

東日本大震災が起きたのは、私が小学生の時  
 時でした。そのときは、ちょうど教室で授業  
 をやっていた頃に大きな地震が起きて揺れが  
 とても長か、たので私と他の友達も泣いてい  
 ました。教室にいるのは危ないと先生が言、  
 たので外に逃げました。その時は父が迎えに  
 来てくれて家に帰りました。家に帰ると、リ  
 ビングにあるテレビが畳の上に倒れていて、  
 テレビが倒れていた場所には少し大きな穴が  
 あいていました。家に帰った後も余震は続い  
 ていて、またテレビが倒れそうだった。たので、  
 必死にテレビをおさえていました。夜も怖く  
 て二階では寝れずにリビングで母と二人で寝  
 たのを今でも覚えています。

「東日本大震災の体験談と復興への想い」応募用紙

匿名希望

大震災の時に私は学校の中にいました。階段を下りようとしたとたん地震が発生したのです。とても強いゆれでした。今までに体験したことのないゆれで、ひょいとして自分は死んでしまうんじゃないかと思いました。でも、身静にな、て近くにあり、た大きいテーブルの下にと、さには身をかくしました。そこには何人かの人たちもいたの、皆でかくれました。ゆれがおさま、て外にでると校庭や道に生徒がうすくま、ていました。そこに私も行きました。すると学校の先生が地震情報を教えてくれました。そこから生徒は団体にな、て帰りました。家に着くと本が落ちていただけだったので安心しました。この体験は一生に一度、いや、またあるかもしれません。なので今後もし地震などの自然災害があ、た時には身静にな、て行動しようと思いました。あうためて地震のおそろしさ、家族や仲間の大切さがわかりました。この事は一生忘れません。

「東日本大震災の体験談と復興への願い」麻葉田紙

## 匿名希望

2011年3月11日に東日本大震災が起  
 りました。私はその頃、小学生年生が社会の  
 授業をしていました。初めゆれた時はあまり  
 大きくなら、たけれど、だんだんゆれが大き  
 くなり放送で校庭に非避という指示が出て全  
 校生が校庭に逃げました。真冬だったのでと  
 ても寒く親の迎えを待つまで時間があつたの  
 で体育館に移動しました。余震はいつもより  
 大きくず、とおびえていました。お母さん、  
 お父さんはいつも帰りが遅く最後の方まで迎  
 えが来なかつたけれど迎えに来てくれと見え  
 た時はみんな無事が良かったと思えました。  
 他の県ではたくさんの方が津波などでせなり  
 悲しい想いをしましたが、この地震がありが  
 たり前に過ごせる毎日が幸せになり家族、友  
 人など身近にいる人をもっと大切にすると  
 ちが芽生ええました。このような地震があり心  
 に深く傷が残るといえる人がたくさんいると思  
 うけれど、今自分には何が出来るのか考え毎  
 日大切に生きていきたいと思えました。

「東日本大震災の体験談と復興への想い」応募用紙

氏名 五十嵐 明日香 年齢 16 歳 職業・学校名 猪苗代高等学校

東日本大震災が起きた時、私はまだ、小学  
 五年生でした。  
 地震があ、た時はまだ学校にいて、北とも  
 大きな地震でしたか、先輩が笑わせとくれた  
 おかげでそこまで大変な事が起、ているとは  
 分かりませんでした。しかし、家に帰、て居  
 間に入、て目に飛び込んできたのは、空港に  
 津波が押し寄せた映像でした。その日は  
 ちょうど、父は出かせぎに、祖父母は外泊に  
 出かけていて、家族が「い、い、い」に、ていた  
 日でした。電話が「な、な、な」と、不安で怖  
 か、たけれど、つな、た時は泣くほどの安心  
 したのは、今でも忘れられません。  
 私の住んでいた地域は、特に大きな被害は  
 ありませんでしたか、放射線などのせい、で風  
 評被害があります。少しづつ、分か、てくれる  
 人た、るも出てきていますか、まだまだだ、と思  
 います。生産者も消費者も、福島、の野菜など  
 を安心して売、買、できるように、また、安心し  
 て生活できるように、私も小さな事でも積極  
 的に取り組んでいきたいと思、います。(20文字×20行)

## 「東日本大震災の体験談と復興への想い」応募用紙

## 匿名希望

あ	の	日	、	私	は	小	学	5	年	生	だ	。	地	震	が	起			
き	た	時	、	最	初	は	何	が	起	き	た	の	分	か	ら	な	く		
先	生	が	机	の	下	に	隠	れ	て	と	い	う	指	示	を	出	し	た	の
女	し	こ	ぶ	し	が	隠	れ	た	の	を	覚	え	て	い	る	。	け	れ	ど
水	溜	の	水	が	大	き	く	揺	れ	、	床	に	水	が	溢	れ	た	り	、
上	の	照	明	が	天	井	に	ぶ	つ	か	り	、	そ	の	破	片	が	目	の
前	に	か	ら	か	ら	と	落	ち	た	時	に	は	、	「	普	通	じ	や	な
い	」	と	悟	っ	た	。	家	は	つ	ぶ	さ	れ	て	い	な	い	だ	ら	う
か	、	と	い	う	不	安	が	押	し	寄	せ	て	き	た	こ	と	も	よ	く
覚	え	て	い	る	。	し	か	し	、	崩	れ	た	の	は	古	い	蔭	だ	り
だ	。	た	よ	う	で	、	今	、	住	ん	ど	い	る	我	が	家	は	無	事
だ	。	た	。																
住	む	家	が	無	く	な	る	、	と	い	う	こ	と	に	っ	い	て	ま	ま
た	く	そ	の	心	境	が	想	像	ど	き	な	い	。	け	ど	、	と	て	も
悲	し	い	身	持	ち	に	存	る	こ	と	は	、	な	ん	と	な	く	か	か
る	。	自	分	の	家	が	住	め	る	状	況	で	は	な	い	人	々	が	、
1	日	で	も	早	く	、	と	と	の	日	常	を	取	り	戻	し	て	欲	し
い	。	こ	う	願	っ	て	い	る	。										

「東日本大震災の体験談と復興への想い」応募用紙

匿名希望

私が震災を体験したのは小学校5年生の時  
 でした。私はそのときクラブでバドミントン  
 をしていたときです。体育館で準備をしてい  
 たら、床から震動を感じ地震だと思いたいにし  
 たことないだろうと準備を再び始めたとき、動  
 揺はだんだんと激しくなり、みんなも私も、  
 動揺して物置きの方へ揺動して身を低くして  
 いました。今考えると、物がたくさんあって  
 落ちてくる可能性もあるので、そのときの自  
 分は正しくない判断をしていたのかもしま  
 せん。でも幸いにも、物が落ちてくることは  
 なく、動揺がおさまったらすぐに外へ出まし  
 た。その後家に帰えりしましたが被害もなかつ  
 たのでよかったです。

いわきの方では、津波の被害が大きくな  
 った人たちがたくさんいたそうです。震災で  
 被害にあつてくじけるのではなく、その被害  
 にあつた上で、これから強く生き返りきた  
 いと私は思います。





「東日本大震災の体験談と復興への想い」応募用紙

匿名希望

毎月の東日本大震災、当時私は小学6年  
 生でした。その日はシーズン最後のクロカン  
 部の活動日でした。準備をしながら友達と話  
 していた時です。  
 グラグラと初めは小さな揺れでした。ま  
 「ああ、またいつものか...」  
 と思った瞬間、ドカンと音がして周りのもの  
 全てがガタガタと鳴り、立っていらぬ程  
 の揺れを感じました。友達と囲まり恐怖であ  
 げていました。  
 ◇  
 その後なんとか自宅に帰ることができ、テ  
 レビを見ると、いわきの方で津波が起り多  
 くの人が行方不明。猪苗代でも建物が壊れて  
 いたり、地面にヒビが入ったり、もう惨々た  
 る状況でした。  
 5年程が経ち、被害があった所は復活し  
 ています。これは、復興させたというみ  
 んなの想いが形になった結晶だと思います。  
 私も少しでも協力できるように、できること  
 からやり続けていきたいと思います。

「東日本大震災の体験談と復興への願い」藤田 純

## 匿名希望

東日本大震災が、た当時私は小学5年生  
 でした。東日本大震災が、たとき学校で  
 社会の授業中でした。クラスメイトの一人が  
 小さなゆれにきずき「地震か」と言うと突然  
 大きなゆれが来たりました。その後雪のつち  
 る校庭にひたひたになりました。校庭は、零く、地震  
 が、わく、遠く、て、る、え、ま、しました。地震が、お  
 さ、まる、と、体育館に初動して、親が、お、か、え、に、ま  
 た、人、か、ら、う、わ、は、ま、の、ま、ま、帰、た、の、を、覚、え、て、い  
 ます。家で、ウ、タ、ン、ス、が、た、お、水、食、器、や、コ、ッ、の、か  
 たく、ま、し、わ、か、て、い、ま、した。テレビは津波や災  
 害、原、発、の、ニ、コ、ー、ス、は、か、り、じ、した。その後、  
 町の、防、災、お、せ、ん、か、た、ら、と、び、ク、ッ、と、し、て、ま、く、た。  
 私は、東日本大震災が、た、約、十、年、半、後、く  
 ら、い、に、宮、城、県、の、震、原、に、近、か、た、こ、い、う、場、所、に  
 行、き、ま、した、か、復、興、は、あ、ま、り、し、て、い、ま、せ、ん、で  
 した。それを見、て、私は、あ、ら、た、め、で、災、害、の、大  
 き、さ、を、知、る、た、気、が、し、ま、した。また、復、興、が、こ、ま  
 て、は、や、く、す、ま、あ、は、い、い、の、に、と、思、う、こ、と、が、こ、ま  
 ました。

「東日本大震災の体験談と復興への想い」麻葉田紙

匿名希望

東日本大震災を経験した時、私は小学五年  
 生の時で体育館を掃除していました。地震が  
 来た時はドアの下にかくれ揺れがおさまる  
 のを待ちました。大きな地震を体験するのは  
 初めてで最初は何が起こっているのかわかり  
 ませんでした。全校生が体育館に集まり、泣  
 いてしまっている子、不安げな顔をしている  
 子その時とても大変なことがおきたんだと思  
 いました。余震が来るたびに体育館は叫び声  
 が響き私は声も出ず、動くことさえ出来な  
 いほど怖かったです。家に帰ってテレビを見  
 ると津波の映像が目に入ってきて見ていられ  
 ませんでした。父と母は職場対応が大変で父  
 はその日帰って来ませんでした。母も遅くと  
 ても心配でしたが帰って来てすぐ母に抱きつ  
 き大泣きした記憶があります。

こんな思いはもうしたくありません。しか  
 し自然災害はしかたなくやってきます。少し  
 でも被害を少なくするために、避難訓練など  
 をして補えておきたいと思いました。

氏名 渡部 萌花 年齢 16 歳 職業・学校名 猪苗代高校

地震がおきたあの日、私は小学生でした。

幸い往んでいたのが内陸の方で津波などの被害は特にありませんでしたが、原発の問題もあり大変でした。何もなくして父の仕事の都合で引っ越すことが決まりました。父と母は仕事の都合とは言っていました。震災の影響もあるのではなにかと思っています。今はまた福島県に戻って来ることができたのでよかったです。今テレビや新聞などでとりあげられていて当時のニュースを思い出します。

ニュースを見ていると海が近くで津波によって家がこわれたといる内容が今は復興に向けて頑張っている自元の方々のニュースがながれとても良かったと思っています。

私は1度だけいっしょに見に行ったことがあります。津波によってかわりほった姿を見てはやく元の姿を見たいと思いました。