

Testimonies of
The Great East Japan
Earthquake
東日本大震災の証言
Future
未来

Higashi-matsushima
City Library
東松島市図書館

ICT Chiiki no kizuna hozon project
ICT 地域の絆保存プロジェクト

1)武田 政夫 70代 男性
東松島市川下字内響 仮設住宅
東松島市野蒜にて被災

今は、あの津波のことはできるだけ思い出さないようにしようと思っていて、できるだけ楽しいことを考えるようにしています。ただ、一日中ひとりでいると、無性にさびしくなる時があります。「人は一人では生きていけない」と言うが、「一人でも生きていかなければならない」と思っています。食事のレパートリーが増えないので、栄養士さんに料理法を教えてもらったりしています。そんなことをしながら考えるのは、あの世に逝った奥さんがいろんな人とかかわりながら楽しく生きていくように後押ししてくれているのではないかということ。おおらかだった奥さんに倣って、明るく生きていきたいと思っています。

(平成24年4月19日 ひびき工業団地仮設住宅集会所にて取材)

1)Masao Takeda 70's Male,
Higashi Matsushima City
Kawashita Aza Uchi-Hibiki Temporary House

I have resolved from now on not to remember anything about the tsunami. Instead I try only to think of the most pleasant things my mind can imagine, but sometimes it's difficult to think happy thoughts when I feel so lonely after spending whole days alone. It is said that "a person can't live alone" and I agree. But I have been forced to "live on alone". Before the tsunami I had never prepared a meal by myself, so I have since learned how to cook. As I do such things I imagine my wife, who died in the tsunami, encouraging me to enjoy life with the various people I meet. I want to live in the sunshine of the memories I have of my wife.

"Interviewed at the temporary house in Hibiki Kogyo Apartment on April 19, 2012"

2)遠藤 惣之助 70代 男性
東松島市川下 ひびき工業団地応急仮設住宅
「えんまん亭」店主
東松島市野蒜の自宅にて被災

仮設にいと身体がなまります。何にもしないで食べて寝るの繰り返し。身体も動かさ

ない。気持ちの支えもなくなれば自殺に至ることもあります。「店をやろう」と誘ってくれた息子の声におされ、店を再開することにしました。店を再開してからはいろいろな人が来てくれました。仙台からわざわざ来てくれる方もあり、お客さんの顔を見ただけでうれしかったです。何時間も車を走らせてきたり、商工観光課に問い合わせたりという方もいました。

(平成24年6月1日 えんまん亭にて取材)

2) Soranosuke Endo 70's Male, Owner of "Enmantei", Temporary house at Hibiki industrial estate

After moving to temporary housing all I did was eat and sleep and I felt like I was getting out of shape physically. If I hadn't been supported in this situation I would probably have committed suicide. Fortunately, I was supported by my son who suggested that we reopen our shop, and that is what we have done. Many people came to my shop reopening, including one customer who came all the way from Sendai. I was so happy to see him. Some drove for many hours to meet me, others have requested our contact information at the municipal office in order to engage in commercial activity or for sightseeing.

"Interviewed at *"Enman-Tei"* on June 1, 2012"

3) 奥田 あゆみ 40代 女性 東松島市大曲 応急仮設住宅 奥田理髪店仮設店舗（矢本運動公園）経営 東松島市大曲浜にて被災

店にあったものはすべて流されましたが、あの日、出張に行ったことで車には道具一式が入っていました。車をこじ開け、道具を取り出しました。一時は店も流されたし、この仕事をやめることも考えました。でも、周りの人には「床屋の道具が残ったということは床屋を続けろということだ」と言われ、やっぱり続けることにしました。お客さんは徐々に戻ってきています。仮設の人にも知っている人は来てくれます。避難していた頃は仕事がないことが不安でした。二人でこうしているわけには行かないと思い、仕事を探しました。今は渡波の床屋さんに週3回から4回ほど通っています。

(平成24年6月1日 奥田理髪店にて取材)

3) **Ayumi Okuda** 40's Female,
Owner of a hair salon at Higashi Matsushima City, Oomagari
Yamato Athletic Park Shelter

Though everything in the shop was completely washed away, a set of my haircutting tools were left in my car because I had travelled to a customer's place on that day. I broke open the car and took out the tools. I had thought about quitting the business after finding that the shop had been washed away, but someone said to me "The fact that those tools were left is a sign that that you are supposed to continue being a barber," and this gave me the encouragement to continue. The customers gradually came back. People who are living in temporary housing come to my shop now too. When I lived in the shelter, I worried about my husband and had nothing to do and so tried to find a job. Now I commute to a barber shop in Watanoha 3 or 4 times every week.

“Interviewed at Okuda Hair Salon on June 1, 2012”

4) **佐藤 正巳** 70代 男性
東松島市赤井
赤井南4区行政區長
東松島市赤井の自宅にて被災

自主防災作ったり、防災備品をそろえたり、うちの方では100万円以上のものを備えたりしたものの、それが全部水没でだめになりました。ということは逆に言えば津波のことは一切想定しない防災訓練だったし、3月11日にはわたしも津波警報が出ていたことを知っていながら「浜のほうで止まっぺがら（止まるだろうから）こっちまでこないから」なんて、わざわざ校庭にテント張ったりしてたんだから。やっぱり津波のことを想定していなかったことが一番の反省です。防災倉庫も機能しなかったもので、これからは避難所の2階以上の高さの所へ、非常用食料とか毛布とかを置くようにしないと。

あとは連絡手段。無線1本では言いたいこともいえないんだよね。病人が結構出ました。1つしかない無線で病院の手配までというのはかなり至難の業でした。車がしてしまったこともあり、連絡手段は今後、大きく改善してもらわないと。それから、排水が問題の地域なので、ポンプでくみ上げる必要あり。今回の地震で1mほど地盤沈下しているので、ますます状況がひどくなっているのですその対策だね。

あと避難所に関して言えば逃げられる人、元気な人は皆赤井小学校に行ったんだよね。だから、赤井南小に残った人はみな逃げられない人、どこにも行きようのない人だった。

わたしもひとりで孤軍奮闘するしかなかった。今回のように一時的に避難場所が分かれるのはしかたないが、津波が引いたらやはり地域の人と同じ場所に避難しないと協力体制がとれない。そういうことを考えると、やはり同じ地域の人と同じ避難所に戻って協力していくのがいいです。

(平成24年6月7日 赤井市民センターにて取材)

4)Masami Sato 40's Male
Akai, Higashi Matsushima City
Head of Ward No.4 District

We made or purchased disaster prevention equipment that cost more than 1 million yen, however, everything was lost under the water. That happened because our disaster prevention training was done without taking the risk of a tsunami hitting into consideration. Though I heard the tsunami warning on March 11, I pitched a tent in the school grounds because I thought the tsunami would stop by the beach and wouldn't come here. We should have thought about a tsunami. This is the first point we need to improve in our future planning. We should put emergency provisions and blankets on the second floor of the shelters from now on, since this time our storage locations for emergency provisions was not appropriate.

The second improvement we need to make is in communication. There were many patients needing medical attention, and our wireless communication equipment was not sufficient to make arrangements with the hospital. That was an extremely difficult task. Some cars were fully immersed underwater, and we were left without adequate means of communication, so this needs significant improvement in the future.

In addition, it is necessary to have equipment to pump water, because this area has drainage problems. We must take some measures in this regard because the ground around the area sank by about 1 meter due following the earthquake and so this condition has become even more severe.

In terms of the emergency evacuation site - all people who were healthy went to Akai elementary school. People who were not able to move by themselves remained in Akai-minami elementary school. I stayed alone. It is reasonable that refugees may be temporarily divided following a tsunami, but after the conditions subside, people living in a same district should gather at the same site in order to cooperate effectively.

“Interviewed at Akai citizen center on June7, 2012”

5)青戸 力弥 60代 男性
東松島市赤井
赤井南5区行政區長
東松島市赤井の自宅付近にて被災

自助共助ということをいつも言うんだけど、自分のことはともかく、共助は難しいんだよね。特に近所づきあいのない人は難しい。ひとり住まいのお年寄りがいて、息子もいるんだが、その息子もまた近所づきあいが無い。だから、何かあっても声をかける人がない。その息子が「うちのおばあさん、一人だから何かあったらお願いします」とかあればいいのに。今からは、その近所づきあいから教えていかなければならないです。

なんといってもうれしかったのは、自衛隊員さんと一緒に活動したことでした。不明者を捜索する自衛隊さんと共に、マンホールの点検などを兼ねて地区の巡回をしました。10日目にわたしはゴムの胴長を手に入れました。足もとがずっと水につかりっぱなしの自衛隊さんが気の毒になり、水の多いところは自分から入るようにしました。ボートで人を運ぶとき、さすがに足がはれて歩けなくなってしまい、校舎から子どもを背負ってくるのを若い人にお願いしました。ボートで運搬していると孤立した住人から避難所に連れて行ってくれるようにお願いされました。

生きているうちにもうこんな経験はないと思うけれど、自分の息子や孫には「人助け」ということを忘れてはならないと教えたい。自分を守ることと人を助けること。水に流れてきたパンの袋をあけて食べたこと、二中の避難所でバナナ半分で一日過ごしたこと、それを忘れるなど言いたい。ああいうときは我慢だぞと。私も人を助けたが、私も山形の兄に助けられた。顔を見るなり、生きててよかったと泣いたあの姿はありがたい。忘れられない。だから何かあったら今度は自分が倍にして返さなければと思います。一人一人、人に助けられて生きている。初心忘れず。助け合って生きることを忘れなければどんな災害にも立ち向かえると思います。あとは、こんな災害が来ないことを願うしかありません。

(平成24年6月7日赤井市民センターにて取材)

5)Rikiya Aoto 60's Male,
Akai, Higashi Matsushima City
Head of Ward No.5 District

We often say help yourself by helping each other. It is natural to take care of ourselves, but it can be more difficult to help others - especially those who have no connections with the neighborhood. I know an elderly woman who was living alone. She has a son, but neither she nor her son has relations with the neighborhood, so if something happened to her, she couldn't ask anyone for help. I wish the son had

made a request to a neighborhood that “since my mother is living alone, please give her a hand”. I want to teach people the importance of making friendships and connections with their neighborhoods from now on.

The happiest thing was to work together with Self-Defense Force’s personnel. I went around the district checking manholes with SDF personnel searching for missing persons. 10 days after I started patrolling, I received waterproof clothes made of rubber. Since I felt sorry that SDF personnel were soaked in water all the time, I entered places filled with water to help them. I was asked by isolated residents to take them to the emergency evacuation site by boat. After I hurt my ankle while ferrying people and wasn’t able to walk, I asked a young SDF personnel to take over and rescue a child from the school.

Even though I hope they won’t have such an experience during rest of their lives, I want to tell my son and grandchild not to forget to “help each other” in order to protect both yourself and other people. Also, I want to tell them not to forget the day with only half a banana to eat in the refuge. In remembering that we should learn to be grateful for what we have. I helped others and was helped myself by my brother who lives in Yamagata. As soon as he saw me, he started crying and said “Thank God you’re alive”. It was an unforgettable experience. If something similar should happen again in the future, I want to repay double what I received from others during this time. Everyone lives with the aid and support of other people. I believe we can confront any disaster if we don’t forget to help each other. Most of all I hope that such a disaster will never happen again.

“Interviewed at Akai citizen center on June7, 2012”

6)阿部 としゑ 50代 女性

東松島市赤井

東松島市議会議員

議会中に被災

私達、「劇団ころっけ」っていうのをやっていて、うちで交流会してすごく元気のないおばあさんがいたの。旦那さん亡くして死んだようにして「さっぱり、おもしろくない」って来たのね。ミュージカルして、みるみる元気になったんでねえの。最後には「あはは、おほほ」って。「なんで、あんなにおらさに来るのもいやだって言ってたのに、どこさ行っただの。その気持ち」って言ったら、「さっぱり、死にたくねえわ。楽しくて。友達もいっぱいできて」って。ミュージカル終わった次の次の日あたりうちさも来てくれて、「私うんと

元気になったからミュージカル終わっても友達でいてね。」本当に元気になったんだ。そんなに元気になった人いっぱいいたのね。最初は東松島市の人ばかりじゃないんだもの、まるっきり知らない人ばかりで、でもいつの間にか仲良くなんだものね。一番感謝したのはね、高校生のお兄ちゃん、お姉ちゃん。いい子なのね。鈍いおばちゃん達に手取り足取り教えてくれるのね。何十回でも教えてくれるの。みんなさ、終わってから教えてくれるの。あら～まだまだこれ捨てたもんじゃないって思ったね。みんな素直でいい子たちばかり。すごく感動した、あの高校生には。高校生のお母さんに会ったとき、「みんなの中で成長した」って感激してたの。みんなで感動して最後にみんなと離れるのも寂しくて泣いてたね。

やっぱし、自分たちの被災の体験を言うセリフだから、生の声を孫なんかも聞くことができた。ここにいとこの体験しかわからないから。赤井小学校に避難したそういう体験しかわからないし、みんなのいろんな話聞けたし。本当は東京に行って、もっとのんびりできると思ったらしいけど、もう駆け足なものね。朝早いし、夜遅いし。2ステージして1日で帰ってくるんだものね。だから孫は帰って来た日は朝から夜まで寝てたかな。疲れたんだべよ。ただ歩くとね、「なんで東松島市でして見せてくれないの？」って言われるの。1回だけ小野市民センターでやったのね。セリフとか言わないで歌ったり踊ったり。あと、日和山で1回やったのね。20～30人くらいだったんだけど、近所の人が見てて、「としゑさん、ミュージカルってすごいね。あの中にとしゑさんもいたんだっちゃ。歌も踊りもすごく良かったよ」って感激してたの。

(平成24年6月22日 自宅にて取材)

**6) Toshie Abe 50's Female,
Akai, Higashi Matsushima City
Higashi Matsushima city council member**

We have been organizing a local theater group “Theater troupe Korokke”, while one day we held a networking event and there was a grandma who looked depressed. In the event, she said hopelessly “absolutely, unhappy” since she lost her husband. While performing our musical, she was becoming cheerful gradually and laughed “Ahaha, Ohoho” at the end. I asked her “you did not even want to come here. What happened?”, and she answered “I feel better now. I don’t want to be dead completely, I feel happy and made many friends here”. After the musical event the next two days she came to my home again and told to me “I am better and please stay friends even though the musical is done”. I realized she is really happy and I made other people happy too. There were many people who were not from Higashimatsushima City and we didn’t know each other at all at first, but we became friends quickly. The most thankful people are the boys and girls of senior high school and they are

so kind. They taught our aged women step by step many times and kept teaching us after the event. I was moved by the kindness and I thought my life is not so bad. When we met the children's mother they were quite amazed "the children have grown up with you". Everyone was happy and when we said goodbye, we were so sad and cried a lot.

We told the earthquake experience by our true voice, and our grandchild could hear that. We only know the experience we had here and being refuge in Akai elementary school. We heard some stories from other people. We thought we could have more time in Tokyo but it was quite busy since our morning performance was early and the night one was late. After 2 stages in one day, we come back home so my grandson was tired that he slept all day long on that day. Some people asked me "why you only perform in Higashimatsushima-City" while walking. There was one show at Ono citizen center without speaking but only dancing. And there was one more show at Hiyoriyama. There were only 20~30 neighborhoods who said "Toshie, the musical was so wonderful; song and dance are very good and you are in there".

"Interviewed at her house on June 22, 2012"

7)玉山 軍三 60代 男性
東松島市赤井
赤井南行政区長
東松島市赤井の自宅にて被災

今後どこに食料を備蓄するか、ここは平地で津波の場合は避難場所がないのが課題です。地震がきて津波警報が出たら、車に大事なものを積んでおいて、すぐ赤井小学校の方に逃げ、自分のことは自分で守るってこと。問題は寝たきり老人とかを家で見ている人たちをどうするかです。そういう人たちは、2階がある家は2階に逃げ、3日間くらいの食料や水を常に用意して置くことですね。3日間過ぎると支援が来ますから。2階のない人は近所の普段の付き合いで、助けてもらうとかですね。隣近所の付き合いが大事だと思います。家族だけでは、限界がありますから、やはり、隣近所が仲良く会話して普段の付き合いが大事なんですね。

この前、雨が降った時も避難して下さいと放送がありましたが、避難する人は少なかったです。(震災のことを)だんだん忘れて、もう大丈夫だという風潮があるのです。時間がたつと緊張感が薄れ、(津波は)来ないよっていう気持ちがあつて、とっさの行動がとれないから、普段からそういう訓練や気持ちでないと、また同じような犠牲者を出すと思います。

釜石の小学校で犠牲者がいなかったのは、普段から避難ということを教えられ、訓練していたからだと思います。普段から準備しておくという事を考えさせられました。絆、助け合い、隣近所が会話をするような社会であって、「隣は何をする人ぞ」ではなく、声を掛け合い、会話が大事だとつくづく感じましたね。そういう社会になってほしいと思います。

(平成24年6月14日赤井市民センターにて取材)

7)Gunzo Tamayama 60's Male,
Akai, Higasi-Matsuyama City
The Governor of Akai-Minami

Where we could stock up with food for earthquake? The issue is here is a flatland and no temporary refuge when hitting by Tsunami. It is important to keep necessary things in the car and drive to Akai elementary school, and then protect yourself by your own when hitting by earthquakes and hearing Tsunami alarms. The problem is people who stayed at home to look after elderly people in bed all the time. Such the people should run to the second floor and always keep food and water for about three days. After the three days, someone would come to help you. If the house has no second floor, they should ask neighbors for help. Good neighborhood is so important that we should take good communication since there are some limited things each family can do in the situation.

Some days ago, there was an announcement to evacuate when raining, but only a few people followed. The earthquake and disaster are fading from our memories and we tend to believe we are in safe now. We are losing tense as time goes by and feeling Tsunami will never come back again, but it will. So we should be prepared well; otherwise, we will again lose human lives. There was no victim in Kamaishi elementary school because people were trained to escape from time to time. It showed us it is important to prepare ourselves on a routine basis. I hope we build a strong bond in the society: people are cooperating and communicating with each other, not wondering "what does the neighbor do?" I really believe so.

"Interviewed at Akai citizen center on June14, 2012"

8)

山口 千寿子 50代 女性
東松島市赤井
赤井南保育所保育士
赤井南保育所にて被災

松谷 多加子 20代 女性
東松島市赤井
赤井南保育所保育士
職場から帰宅中に被災

(山口さん)

子どもたちが変わりなく元気に保育所に来てくれたのが、何の支援よりも大きかったです。特別な1年間でした。子どもたちは最初の頃、話題の中で地震、津波の話が出ていて、「地震ごっこ」「津波ごっこ」をしていました。それが、だんだんとなくなってきました。子どもたちの中には家族や親を亡くした子どももいたので、そのお母さんと子どものケアには気を使っていました。担任も時々声掛けして様子を伺ってくれました。そして、先生たちのことも正直、心配でした。いろんな事があってげっそりやせてしまったり、職員の中にも家族を亡くした人もいましたが、何とか頑張ってくれました。何よりみんな元気になってくれて良かったです。

(松谷さん)

職場では先生たちとの絆ってというか、苦悩を乗り越えた仲間っていう意識が強くて、これからはあの時のメンバーって覚えていくのかと思います。先生たちがいたから、我を保っている時間があつたってというか、仕事があつたから逆に家族を守れなかった思いもあつたんですが、仕事があつたからこそ人間らしくいられたのかと思います。

(平成24年6月15日 矢本中央幼稚園にて取材)

8)

Chizuko Yamaguchi 50's Female
Higashi-Matshusima City, Akai
Akaiminami Nursery School nurse

Takako Matsutani 20's Female
Higashi-Matshusima City, Akai
Akaiminami Nursery School nurse

(Yamaguchi)

It was great to see that even after the earthquake children came to the nursery school cheerfully without any change – this was better than any support provided.

It was a special year. In the past time, children talked about earthquake and tsunami, and they played game such as "pretend earthquake" "pretend tsunami". But they gradually stopped playing. We took special care of mothers and children whose family or parents are lost in the earthquake. Teachers took care of them and sometimes asked about how they were doing. To be honest, I worried about the teachers as well as mothers and children. So many things happened such as people losing their family member, which led to weight loss, but they tried hard to overcome it. Now I'm glad because everyone is becoming better and better.

(Matsutani)

I think I will not forget about the bond we had with our fellow teachers after overcoming the disaster together. I could keep my nerve thanks to our fellow teachers, but on the other hand I regretted that I couldn't save my family because of my work. After all, I believe my work made me being a human.

“Interviewed at Yamoto Central Kindergarten on June15, 2012”

9)前谷 ヤイ子 50代 女性

旧住所：東松島市新東名 現住所：東松島市大塩

自宅（東松島市東名）にて被災

ミュージカルをやったのは、元気にはなれなくても、いやなことを考える時間が減ればいいと、そうすれぱうつ状態も良くなると思ってのことだったんです。でも、私も体験したんですけど、歌いだすとみんな涙が出てくるんですよ。声が詰まって。みんな、自分の気持ちを我慢していたんですよ。避難所や色んなところに行く時には泣けなかったんです。だけど、歌いだすと体中の細胞がリフレッシュする、浄化されるというか。そうすると寺本さんに、「泣いていたら練習にならないだろうが。」と言われました。だんだん、みんなもお客さんにお金を払ってもらってやるんだから、と意識が変わって頑張って練習するようになりました。ミュージカルだけじゃなく、みんなで集まって励ましあって一生懸命にやる、そういうことが生きる力になったのだと思います。震災後、こころのケアでカウンセリングを受けに精神科に行ったりすると思うんですけど、ミュージカルに参加した人たちはみんな直っちゃった。あとは次の段階に行くと思うんです。ミュージカルは終わってしまったけれど、その時にがんばれた、仲間ができたということが心の支えになっていると思います。

私は元々福島の人間なので、震災でみんな傷ついたけど、それに輪をかけてやっぱり放

射能が大変なんです。実家のあたりも放射能が高くて、除染もなかなか進まないし、地元に戻れないんです。福島の子どもたちはみんなバラバラなんです。そう考えると今回のミュージカルの経験を生かして、合唱でもいいんだけど、何かみんなが元気になれる、継続的に何かできるものをやりたいなと思うんです。特に、福島の場合は長期戦なので。そのために福島に行ってきたんですね。親のことや今後のことについて、情報を集めたいなと思い、東北大学の先生とかNPOなど、支援してくれる人たちとか色んな人たちの力を借りながら、お金をかけないで、福島の人たちが元気になれるようなものがないかと思っているんです。

これからは地域づくりで、市も市民協働課とか頑張っているとは思いますが、今回も私たちが動いたから援助してくれた。だから、私自身が動かないと。それと、頑張っているリーダーをみんなが支えることが必要なんです。リーダーとして頑張る人がけっこう自殺するんです。あんなに復興のために頑張っていたのにという人が。何かやろうというときに支えあえるような、そういう地域づくりが必要なのかなと思いました。福島の人たちもそういうものを求めているわけですよ。被災して、みんなてんでバラバラで、故郷に戻れないからどこに戻ればいいのかわからないので、私はその居場所作りをしたいんです。身近なところからやって、点と点をつないで線に、そして面にするように輪を広げていきたいと思っています。震災で大変な思いをした宮城の人も、人との輪をつくりながら、がんばるというか、1人で100歩はやめて、みんなで1歩、やれるところからやって欲しいなと思います。子どもたちも、色んな経験をしたので震災を糧にして、世の中の役に立たなくちゃいけないんだ、という子がいっぱいいると思うので、それは楽しい面もあります。

(平成24年6月15日グリーンタウン仮設住宅で取材)

9)Yaiko Maetani 50's Female,
Previous location: Shintona Higashimatsushima, Miyagi
Current location: Ooshio Higashimatsushima, Miyagi

When we started our musicals, we thought we did not have to think about unpleasant things and we could get over depression even if we wouldn't become cheerful. However, my musical fellows and I cried and could not speak when we played some musicals. We'd bottled up our feelings. We didn't cry at refuges and other places, but we sang with tears. When singing, we felt like the cells of our body were refreshed and cleaned. One day, Mr. Teramoto told us "we can't practice if crying". Soon we found out that we would be getting some money from customers so we changed our mind and practice more. We got together to help each other and did our best for our musical. That gave us the power to live. After the earthquake

disaster, many people went to clinical psychiatry for counseling, but everyone that joined musicals has got better without that. I think we can move forward. Although our musical has finished, but our efforts made to the musicals and fellows we got will have been great support for us in the rest of our lives.

I am from Fukushima. In Fukushima, people were hurt by the earthquake but radiation was more terrible than that. Radiation is still high in the area of my parent's home and the decontamination is in the process, so we can't go back to hometown. Besides, children from Fukushima have moved to other places. For recovery of the disaster and to do something continually, I want to make use of the experiences of musical like group singing to make those children cheerful.

In fact, Fukushima will need long time to recover. Therefore I went to Fukushima and collected information about our parents and the future from Professors of Tohoku University, NPO and many people supporting us, I try to find something that makes people in Fukushima cheerful without spending much money.

Citizen cooperation division has worked hard for the future reconstruction, and this time they assisted us because we acted spontaneously. Therefore, I have to act spontaneously as well. Besides, we have to support the leaders who worked hard. The kind of leaders sometime kills oneself. We have to make good relationships in the society, so we can support each other when we want to do something. People in Fukushima are also looking for that. I want to create our place for people gone away from home or moved to different places after earthquake and have no places to return. I will start with people around me and want to involve more and more people. I hope that people who suffered from the earthquake in Miyagi will take just one step forward together, instead of trying one big step alone. Many children had various experiences during the earthquake and felt they want to make this world better. I am looking forward to that.

“Interviewed at the temporary housing in green town on June 15, 2012”

10)相澤 良太 30代 男性

東松島市大曲

勤務中、移動中の車内（石巻市蛇田）で被災。その後大曲に戻る

私の仕事は建設業なので、震災後はやはり被災地に行くのです。気仙沼や南三陸、南浜町の日本製紙の工場にも行くのですが、よく田老地区に津波が何mとか取り上げられ

ますが、それは津波に飲まれていない人が傍から見て言うことであって、飲まれた人にとってはどこも同じだと思うのです。全部が結局、酷かったのです。被害が緩くて大丈夫だろ、というところはないと思うのです。私も被災したので、その場所を通ると思い出すことはあります。一番印象に残ったのは、私が助けられた大きな木。わきに広い木でした。周りの木は伐採されましたが、その木は一般の家の敷地にあるので、残っているのです。それを見るたび、あの木があって良かったと思うのです。私が生きている間はあると思うのです。これからの夢というか希望は、小さい頃から大曲浜で育ってきたもので、引越しをしたくないということです。どうしても矢本に住みたいのです。大曲浜が酷い状態になったので、大曲浜に住むことは望みませんが、新しい土地で暮らすために今頑張っているのです、家を建てて家族5人で健康に、普通に幸せに暮らしていければよいと思っています。

(平成24年6月16日 東松島市図書館にて取材)

10) Ryouta Aizawa 30's Male
Omagari, Higashi-Matsushima City
My Survival Experience from the Tsunami Attack

I often go to the disaster area for my construction job after the earthquake. I went to Ke-sen-numa, Minami-san-riku and Minami-hama-cho, people usually say “the height of the tsunami in Taro district was several meters”, but I think they haven’t been engulfed by the tsunami in reality. People who have been engulfed by the tsunami consider those places are almost same because in the end everywhere was so terrible. I think there were no place damaged lightly and safe. When I pass those areas I still remember something because I was also hit by the earthquake. The most impressive memory was the big tree saved me. That was a big tree in a yard, so it still remains there while others in outside were cut down. When I see the tree I appreciate the tree was just in there and I believe it will exist during my lifetime. My dream and hope is to keep living in Oomagari-hama because I was born and grew up here, I don’t want to move. I really want to keep living at Yamoto, but actually it is difficult to live in Oomagari-hama because of the terrible situation. So I will work hard to buy a new piece of land. I hope to build a new house for my five families and live a daily happy life.

“Interviewed on June, 16th, 2010, at Higashi- Matsushima City Library”

11)

津田 清美 50代 女性
“のり工房矢本” 代表

本田 千佳子(津田さんの妹) 50代 女性
零石 まき 50代 女性
平塚 和子 50代 女性
“のり工房矢本” 従業員

最初の頃は、亡くなった人があまりに多くて、会うと笑うっていうより泣くことだけだったんです。これじゃあ亡くなった友達に申し訳ないと。とても元気な人ばかり亡くなったものですから。泣いてめそめそしてるのは絶対喜ばないなって。いつでも活を入れられながらやってんだっていう気持ちでやろうねって。いっぱい儲けて大きいビルを建てるなんて全然思ってたなくて、みんなで亡くなった人に、「ほら、わたしたちこんなに頑張ってる楽しかったんだ」ってあっちに行って自慢できるように、って思っています

(平成24年6月19日 のり工房矢本にて取材)

11)

Kiyomi Tsuda 50's Female
Owner of “Nori Koubo Yamoto”

Chikako Honda 50's Female (Employee, sister of Mrs. Tsuda)
Maki Shizukuishi 50's Female (Staffs of “Laver-house Yamoto”)
Kazuko Hiratsuka 50's Female (Staffs of “Laver-house Yamoto”)

In the days at the beginning, when we met each other we were always crying without laughing since there were too many people who lost their lives. But I realized that it is not good for our friends who died in the earthquake. They were very cheerful people so they would not be happy if we kept whimpering. We decided to live consciously that we are always encouraged by them. I don't want to earn more and build a big house, but I hope one day when we go to the other world and see them, to say proudly “We enjoyed and did our best in life”

“Interviewed at “Nori Kobo Yamoto” on June 19, 2012”

12)柳田 真紀 30代 女性

東松島市矢本

矢本東小学校へ子どもを迎えにいく途中で被災

今回、改めてわかったことは、ご近所づきあいの大切さですね。自衛隊を退職してご夫婦で住んでいる方など、大溜地区はお年寄りが多くて、私たちは若い方に入るので、情報だけは集められますが、本当に困った時どうすればよいかという知恵はおじいさん、おばあさんのほうが持っているんですよね。例えば、私たちが水をとってくるので、米を炊いてくださいなど、妙な連帯感が生まれて、そこから10倍20倍も仲良くなったので、震災も悪いことばかりではないなと思いました。私たちは今回の震災に遭ってから、お互い様でやらずに、という気持ちで優しくなれたし、勉強になったと思うのです。

(平成24年6月19日 東松島市図書館にて取材)

12)Maki Yanagida 30's Female,
Higashi Matsushima-shi Yamoto

I realized through the experience that the relationship with neighborhood is important. Many elderly people are living in Oodame district, for example a husband who retired from the self-defense force and his wife. Compared with them, we are young so we are good at gathering some information, but the elderly people are more wise than us in time of disaster. I thought that the earthquake disaster was not only a bad thing, because we shared a sense of community with them and became many times closer than before. For example we brought some water and the elderly cooked rice. I learned that we should help each other in times of needs and became kind through the earthquake.

“Interviewed at Hiashi Matsushima Library on June 19, 2012”

13)小野 竹一 60代 男性

東松島市大曲

飯野川で被災

最初は、隣近所の人に「おはよう」と声をかけても返事が返ってこなくて、事情は色々あると思うんで、わかるんです。私の家は全員無事だったから良かったんですが、そうじゃない、心に大きな傷を抱えている人も仮設には集まってきているんですよ。これでは駄目だ、みんなが笑えるようになるにはどうすればいいのかと思い、12月の初めにクリスマ

スパーティーをやりました。4月にはお花見会をしようということになって、桜がある児童公園で4月11日にやったんです。でも、ただお花見に出てくるだけではなく、何か記憶に残るものにしたいかったので、ギネス挑戦を考えたんですよ。120何人で腕を組んで座って、一斉に立ち上がるという種目とかえるのうたを225人のリレーでつなぐ、15人で並んで、1つの歌をパートごとに歌っていく。かえるのうたが・聞こえてくるよ・げろ、というように、そのリレーを次々と、途切れずやっていけばギネスになる種目だったんです。ここの住民だけで600人以上は出てきていたと思います。

これで元気をとり戻して、失敗したけれど、俺もギネスに参加したという気持ちになってもらえれば。みんなが笑顔になることが、私の役目だと思っていますから。7月中旬、まだ日にちは決まっていなくても、北海道からコンテナで4つ、雪を持ってきてもらい、雪だるまを作り、8月11日には公園でカラオケとバーベキュー大会、8月18日は青森からねぶたにきてもらって夏祭りをします。ねぶたに関しては、運動公園の仮設住宅だけの夏祭りにしたくないということで、仮設から関の内側の道路を通って、ウッディゴルフ場の前までの空き地で開催して、できれば全市民の人たちに知ってもらい、大勢の人たちに見てもらえる、ねぶたの夏祭りしようと思っています。今、色々な方面の人たちと交渉しています。8月25日には、市の商工会の元気フェスタに、年1回、上海公演をしている横浜の合唱団が来てくれることになったんです。それでこちらも合唱団の人たちに、郷土芸能のはねこ踊りと大曲地区の童謡会も一緒に歌ってもらうことになって、その後は夜店を見もらう、という企画を考えているんです。

(平成24年6月20日 矢本運動公園仮設住宅東集会所にて取材)

13)Takeichi Ono 60's Male Omagari, Higashi-Matsushima City

In the days at the beginning when I said “good morning” to the neighborhood, nobody replied. I could understand their feelings because too many things happened. Fortunately, my whole family was safe and sound, but in temporary housing there are many people who still have big emotional damage. I thought that I could not keep going on like this and I wanted to make them smile so I held a Christmas party at the beginning of December. In April I also planned a cherry blossom viewing party and on 11th April we held it at children's park where lots of cherry flowers. I wanted to make the party an unforgettable event that was not only for cherry blossom viewing, so I planned to challenge the Guinness world records. We challenged two events, one was that more than 120 people cross their arms and stand up together, another was 225 people singing a song named “frog's song” repeatedly. Each group of 15 people sang a part of the song one by one. The words of

the song is “we hear frog’s song, GERO...” and if we continued singing without stopping we could have the Guinness world records. More than 600 people joined the event. Although we failed, it was good they became happy and were proud of taking part in the Guinness challenge. To make everyone smile is my role I think. Though I haven’t decided on a detailed date, sometime in the middle of July, four containers of snow will be carried from Hokkaido for making snowman. On 11th August we will hold a Karaoke and Barbecue event in the park, and on 18th August we will invite Nebuta which is a famous folk event in Aomori for our summer festival. About the Nebuta, we want to make the summer festival not only the event at temporary housing, but all citizens can get to know and come to see. So now I negotiate with various people to arrange Nebuta starting from temporary housing area and moving to vacant land in front of Woody golf course. On 25th August, the chorus group of Yokohama who perform in Shanghai once a year will come to the cheerful festival held by the city commercial and industrial association. We plan to dance the folk art dance Haneko and sing the children’s song of Oomagari together and then invite them to the night fair.

“Interviewed at Eastern Public Facility of Temporary Residence in Yamoto Park,
on June 20, 2012”

14)阿部 礼哉 60代 男性
大曲市民センター所長

今回の震災を通して一番感じたのは、人の繋がりというのは一番大事なという事です
ね。お互いに声を掛け合い、物のやり取りや、おにぎりを分け合ってくれたり、物を運ん
でくれたり、そういう人の繋がりを一番感じました。それを普段から大事にすればいいん
ですね。あと、機転をきかせる人がいるってこと、そういう人が必要ですね。近所のコミ
ュニケーション、助け合いは大事ですね。だから、今回の震災でもいろいろ乗り越えられ
たのだと思います。

(平成24年6月21日大曲市民センターにて取材)

14)Reiya Abe 60's Male
Director of Omagari City Hall

I realized through the earthquake disaster that the most important thing is the
relationship with people. I felt strongly the relationship; greeting, exchange or
giving things, sharing rice balls, carrying things and I thought we should keep these

relations regularly. And in our community, there were some people who think on their feet and I also realized we need them. Communication with neighbors and to help each other is very important. I think we could overcome the earthquake disaster because we could have communication and cooperation.

“Interview at Omagari City Hall, June 21st, 2012”

15)菊池 蘭 10代(小学4年生) 女性
東松島市野蒜
野蒜自宅付近にて被災

将来の自分の子供に、もし地震が来た時には、まず玄関に行って靴をはいて逃げる準備をしないと教えてあげたいです。10年～20年後の東松島市は災害のない町になってほしいです。

(平成24年6月24日東松島市図書館にて取材)

15)Rin Kikuchi 4th grader female
Living in Nobiru, Higashimatsuyama City

If I have a child in the future, I want to tell him that when an earthquake occurs he must go to entrance, put on shoes and be ready to escape. I hope 10 or 20 years after there will be no disaster in Higashi-Matsushima-City.

“Interview at Higashi Matsushima library on June 24, 2012”

16)三浦 正信 50代 男性
東松島市大溜
鮮魚店「三浦水産」経営

4月から友達に車を借り受け、行商を始め、地元の前のお客さんを回って、店は10月の中頃から始めました。魚は仙台から仕入れて来ましたが、震災後、地元の魚はなく、ほとんど北海道の魚です。石巻の魚が揚がるまで、半年かかりました。ほやなどは値段が上がっていますが、お客さんは食べたいものは食べるようで、魚はなくてはならない素材みたいなんです。ほやは、三陸で獲れるまで最低3年がかかります。仮設で店を始めて、お客さんは魚を買う所なく、困っていたからと喜んでくれました。今は行商と両方やっています。

この前、仮設に演歌歌手が来た時はみんな笑顔になりました。ここで、さしみをご馳走して飲みました。久々の笑顔でしたね。

(平成24年6月26日三浦水産仮設店舗にて取材)

**16) Masanobu Miura 50's Male,
Otame, Higashi-Matsushima City
Owner of Fish Shop "Miura Suisan"**

I first started my business in April by going around to visit my former customers on a borrowed car from a friend, then I opened the store in middle of October. I bought fish in Sendai but after the earthquake there are no local fish, almost all were from Hokkaido. It took us half a year to be able to catch fish at Ishinomaki. Fish prices increased, for example Hoya, which is a kind of shellfish, but customers needed fish because they wanted to eat what they want. It will take us at least 3 years to be able to catch Hoya in San-riku area. When I opened the store the customers were so pleased because it has been difficult to buy fish. Now I do both – going around visiting my customers and running the store. Last time an enka singer visited to temporary housing then we ate sashimi and drunk. We all smiled and we hadn't smile for a long time.

“Interviewed at Temporary Shop of Miura Suisan, on 6/26/2012”

**17) 真籠 しのぶ 50代 女性
東松島市役所職員保健師 (平成24年3月退職)
野蒜駅付近にて被災**

今までにない大災害だったので、保健師たちは役割を決めて、それぞれ分担してやりました。大変だったのは、薬が津波で流されてないので医療をスムーズに受けられなかったことです。病院に行くにもガソリンがない、車がないので、持病を持っている人たちを送って行くシステムも作りました。こちらから避難所とかに行き、慢性疾患を持っている人たちの悪化予防のために1日何十人か見たりしてみんなに感謝されました。あと、地元のお医者さんの協力で救護所を設置することもできたし、みんなの力がなければできなかったと思います。

今回良かったのは、日赤が開いていて相当機能していたことです。保健師たちが朝晩ミーティングに行っていました。日赤で、どこで何が足りないか、医療だけでなく、ミルク・

オムツ・水など全部コーディネートしてくれました。

避難所生活が長くなるにつれ、高齢者・障害を持っている方々が団体の中で暮らすことで、障害が悪化したり、高齢者が熱をだしたり、認知症がひどくなったりといったことが出てきて、そういう対応を避難所、保健センター、福祉避難所3カ所で連携してやりました。この町はそういう施設も被害を受けてなかったし、昼夜24時間体制で連携システムがきちんとしていたので、素晴らしかったです。それがあったからこそ悪化させないで、医療とか保健とかをやれたのかと思います。

(平成24年6月28日サポートセンターにて取材)

17)Shinobu Makago 50's Female Higashimatsushima city hall staff health nurse

Because it was such an unprecedented catastrophe, our health nurses decided to divide our roles and handle it with each other. It was very troubling that we couldn't receive medical treatment easily because the medicines were completely washed away by the tsunami. We made a system to transport patients who with chronic diseases to a hospital because they had no car and gasoline.

I was appreciated by dozens of people who had a chronic disease when I went to the-refuges and looked after them to prevent them from getting worse. Besides, we were able to build first-aid station with the help of local doctors. I think we couldn't do these things unless all of the people present worked together.

One good thing was that the Japanese Red Cross Society was open and it had a great impact here. Health nurses held morning and evening meetings discussing how to and where to distribute various supplies, and coordinated not only medical treatment, but also other many things, such as milk, babies' nappy, and water .

As they are obliged to spend long time together in the refuge, some elder people developed fever, and some disabled people and others with dementia became worse. The refuges, the health center and the human service refuge worked together to deal with those people. It was really splendid that such facilities in this town were not damaged and the cooperative system operated for 24 hours properly night and day, which made us possible to do medical care or health care and prevented disease from getting worse.

“Interviewed at Support Center on June 28, 2012”

18)相澤 勝利 60代 男性

東松島市大曲

大曲浜にて被災

早く自立はしたいので集団移転も考えたけど、漁業をやっていると、ある程度の土地の広さも必要なので、個人で立ち上げようとそちらへ向かっています。のり生産者は、震災前は19人いたけど、今は12人で、4グループで国の補助事業も受けて、やろうとしています。仕事が始まないと気持ちが落ち着かないね。去年は瓦礫でいつ復興できるのか、時間がたてばたつほど仕事をあきらめてしまうから、早く始めたいと思っていたので、今年の秋にはのりができる見通しがたったので良かったね。作業を急ピッチでやっているの、忙しくなる。種苗から育てて手をかけて、収穫まで。それが楽しみだね。ものを育てて収穫するのが一番だね。災害が起きやすい現場で危険性もあるけど、実りが多いのが一番の楽しみだね。みんなで仕事ができるのが、幸せなことだ。また皇室献上ののりが作れるといいね。津波で海が浄化されて、養殖関係はいい面もあるのかと思うね。前向きに頑張っていこうと思っています。

(平成24年7月5日 大曲漁協前にて取材)

18)Shouri Aizawa 60's Male
Omagari, Higashimatsushima

In order to self-support I intended to move out in group, but considered that a certain size of land was necessary for fishing industry, so I headed to establish a new operation by myself. There were 19 laver producers here before earthquake but now there are only 12, and we divided them to 4 groups and are about to operate business with government subsidies. We can't calm down till we start working. Last year we wonder when we can reconstruct the business and we wanted to start working as soon as possible. Otherwise, we would give up doing as the time passed with the rubble remain here and there, and finally I am so happy that it seems we can start to harvest it in this autumn. We became busy because we worked at a fast pace. We are looking forward to harvesting that we nurture from seeds, which is the happiest thing. Though it may be dangerous on the spot where disaster is easy to happen, it is the most pleasure to have bumper harvest. I am so happy that we can work together and I hope I can make laver to tribute to imperial royal family again. There are also a good aspect that sea is purified by a tsunami, that is good for cultivation. I will work hard with a positive attitude.

“Interviewed in front of Fish Cooperative Association in Oomagari on July5, 2012”

19)

渡部 順子

50代 女性

東松島市大塩

東名で野蒜生産組合の業務中に被災

山崎 清美

50代 女性

東松島市野蒜

自宅にて被災

(山崎さん)

いつ何が起きるかわからないので、世間に迷惑をかけなければ、自分の生きたいように生きたいと思います。いろんなことを我慢しながら、何かいろいろしたい、死にたくない死にたくないと思いながら、亡くなっていった人がたくさんいるので、誰に何を思われてもいいという感じに変わりました。家族も震災後の方がまとまったと思います。家族がみんな助かって、揃っているのは当たり前なことなんだけど、幸せなことなんだとしみじみ思います。

(渡部さん)

家族の大事さがよくわかりました。家族が一番心配してくれ、支えられて、みんなに感謝する気持ちが出てきました。生かされていると思います。

(平成24年7月5日大塩市民センターにて取材)

19)

Junko Watanab 50's Female

Higashi Matsushima-city Ooshio

Shimizu Yamazaki 50's Female

Nobiru Higashimatsushima-City

(Yamazaki)

We cannot imagine what will happen next so I want to live the way as I want if only we don't trouble others. Some people may tolerate many things, some want to do more various things, and others hope to live longer, but they all died suddenly. I changed my mindset that I won't care about what other people think about me due to so many people's death. My family became more united and stronger after the earthquake. It is a common thing that all the families are together, but the earthquake reminds me this is a really wonderful thing.

(Watanabe)

I realized the importance of the family who worry about me and support me. I get to thank them a lot. I think they saved my life in a sense.

“Interviewed at Ooshio citizen center on July5, 2012”

20)門馬 美樹子 30代 女性

東松島市小野

仙台（外出中）で被災・職場（小野市民センター）で避難所対応

今年は市民センター活動は増えましたね。趣味の教室は、仮設に支援の方が来ているので、ここで受講料を払ってまで参加する人はなかなかいなくて、開講できない状態ですね。生涯学習課のプラットホーム事業、みんなが元気になってくれる事業、いろいろ支援してくれる方の会場提供のみしたりしています。ここは拠り所なので、ものとかお金じゃなく、そういう形で支援、発信しています。避難所の時に避難していた人だけでなく、自宅にいた人も情報を聞きつけて参加してくれたりしています。家にいて片づけばかりしていると、頭がおかしくなる、ここに来れば楽しくなると来てくれます。市民センターが地域の人に近づいた感じで、近くに来れば顔を出してくれ、人がたくさん来てくれるようになりました。

（平成24年7月11日小野市民センターにて取材）

20)Mikiko Monma Female in 30s
Ono, Higashi-Matsushima City

The activities increased in the citizen center this year. It is difficult to hold hobby classes because nobody wants to pay to join, and support persons came to temporary housing for similar classes. We just provide meeting rooms for supportive people holding various events such as named “platform business” of lifelong study section or “business make everybody cheerful”. It is anchorage area here, so we are not proud to receive support or money, and we support and send message in this style. Not only the people lived in refuge escaped from the disaster, but some people lived at home also catch the news and come here. They told us, that it made them mad that they kept their house at home all the day, and they felt happy to come here. There are many people who come to citizen center and show their face if they come nearby. I feel that the citizen center got closer to the local people in local.

“Interviewed at Ono citizen center on July11, 2012”

21)後藤 誓子 50代 女性

東松島市小野

東松島市野蒜保育所所長

(後藤所長)

避難状況を書いたものがあるんです。東松山市から依頼を受けて二回ほどお話をしてきました。支援を受けたところは、取材にも応じました。後の人たちに残していかなければという思いからです。

(平成24年7月14日小野保育所にて取材)

21)Seiko Goto 50's Female,

Ono Higashimatsushima-City

Principal of Nobiru Nursery in Higashimatsushima City

(Ms. Goto, the Principal of Nobiru Nursery)

Because I believe I should provide something for the people's memory, I accepted an interview for the community I received assistance from and I wrote something about the refuge situation. I talked about what I had experienced as I received the request twice from Higashimatsuyama-City

“Interviewed at Ono nursery center on July14, 2012”

22)相澤 数子 70代 女性

東松島市大曲

大曲の自宅で被災

今回、1人では何にもできない、みなさんに助けられて、そういう人たちがいるありがたみを感じました。その絆が本当に強くなったと思います。今まで地域の人に会っても、おはよう、こんにちは、くらいだったのが、寄り添って何かお話したいという気持ちが見えるんですね。お話ししてあげるのも、お話ししていただくのも、気持ちが和らぐし、あまり話さなかった人とも、私がそう思うから、相手もそう思うんでしょうね、という気持ちになって、人の温かみというものが出てきました。今まで生活してきて、築かれた人の輪が、大きくなり、心にも柔らかく伝わるようになり、また受け止められるようになったと思いました。だから今回の震災で、人間はこうでなければいけないと、神様が教えてくれたような気がして、我に返る時もあります。

(平成24年7月19日 東松島市図書館にて取材)

22)Kazuko Aizawa 70's Female,
Omagari, HigashiMatsushima-city

I appreciated those people who were here and helped me; I could do nothing without them. I feel the bond between us became really strong. Until now we just greeted someone “good morning” or “good afternoon” when we met someone in the town, , but now I saw them walking close together and want to communicate with each other. I feel relieved when I talk to someone or someone talks to me although , I hardly talked with them before. People’s heart became warm when I got to think they may feel the same way as I feel relieved. I think the circle among us built up in our past daily life became bigger, and it leads to our heart smoothly and we can accept it sincerely. Sometimes I feel the god may make us realize by this earthquake this is how the human beings are supposed to be, and I come back to reality.

“Interview at Higashi Matsushima Library, July 19, 2012”

23)亀山 一子 50代 女性

小野保育所保育士（東松島市職員）

震災時は、大曲幼稚園（東松島市大曲字寺前）教諭／大曲幼稚園で被災
松島市在住

私は、38年続いた大曲幼稚園が閉園となったので、昨年4月に小野保育所に異動となりました。新しい子どもたちと出会って、水の恐怖がある子どもたちにとって、同じ水の恐怖を分かってあげられるのはよかったと思います。1年経って、子どもたちは落ち着いて、自分の思いを出せるようになってきたし、逆に、震災から1年過ぎて、本当に怖かった思いとか、自分が大事にしていた物が無くなって悲しいとかを、自分たちからどんどん出してくれるようになりました。

1年過ぎたら、「あの時、こうだったんだよね」というような会話を、自然に友達とできるようになってきたし、「お兄ちゃんが亡くなって、神様になって見ているんだよね」という言葉を聞いても、「ちゃんと空から見守ってくれているんだよね」と、子どもたちも同じように痛みを分かって言ってあげたりとか。そういうやさしい声をかけてくれる子どもも出てくるようになりました。子どもたちも、自然に心も育ってきたんだと、ここ1年の子どもたちを見ていて感じます。困っていると助けたり、という姿が出てきてくれているし、そういう意味では頼もしさも出てきていますね。

（平成24年7月24日 小野保育所にて取材）

23) **Kazuko Kameyama** 50s Female,
Matsushima-city / Ono Nursery School (staff member of Higashi
Matsushima City Office)

She was hit by the earthquake when she was a teacher of
Oomaagari Kindergarten which was located in Aza Teramae,
Oomagari, Higashi Matsushima City.

Oomaagari Kindergarten which was established 38 years ago has been closed and I was moved to Ono Nursery School last April. I met some new children at the nursery school who were fear of the water. It's good to have the same feeling about water to understand them. The children have been calmed down and can express their feeling now after one year since the earthquake. They presented more and more about what they are really scare frightened of and the sadness of losing things they really cared about.

After a year from the earthquake, the children have started conversations with their friends saying “at that time it was in such condition”; “my brother has gone to heaven and became god to bless me”, “I think your brother is watching you from the sky”. They are sharing the same pain and giving each other a gentle voice. I felt the children have been nurturing their spirits for the last year. They have become dependable in that they will help people in trouble.

“Interviewed at Ono nursery on July14, 2012”

24) **制野 俊弘** 40代 男性
東松島市赤井
東松島市立鳴瀬第二中学校教諭
野蒜「かんぼの宿」で被災

震災を経験して子どもたちが強くなった部分は、目には見えないんですけど、親たちの大変さは、今、しっかり見ている状況だと思うんですね。中には職失った人もいるだろうし、新しい職業に就いたりとか、慣れない土地で生活とか、狭い家とか、とにかく親たちの頑張りを見てるということは、今までよりは、中学生をちょっと大人にしてるのかなというところはあるですね。勉強を頑張りに出した子どももいるし、去年は駅伝をうんと頑張ったり、野球頑張ったりとかしてたので、大人になったのかなというところはあるですね。

(平成24年7月26日鳴瀬第二中学校仮設校舎にて取材)

24) **Toshihiro Seino** 40s Male
Akai, Higashi Matsushima City
Teacher of Higashi Matsushima City Second Junior High School
Hit by earthquake at Kanpo no Yado Nobiru

With the experience of the earthquake, the students are watching their parents' difficult situation and that makes them stronger. Watching their parents dealing with difficult situations; lost job; new job; new life in unfamiliar location; or a small house are making the junior high school students grow a little. For example, some children have studied harder, and someone did a good job at marathon relay race last year, and someone else played well at baseball.

“Interviewed at temporary Naruse second city junior high school July 26, 2012”

25) **千葉 春雄** 60代 男性
東松島市大曲
大曲筒場区自主防災会事務局長

上納に五十鈴神社っていうのがあるんです。そこも被災したから、片付けかたをしていたんですけど、復旧のために支援金を出してくれた人たちがいたんです。その人たちにお礼として、写真集をあげているんです。

神社の片付けかたをする時、ロッククライミングをする人たちがボランティアに来て、屋根の瓦をとってくれました。まず解体前に、工事の安全を祈願してもらって、周りの杉の木も全部枯れたから伐採、本殿の大移動、拝殿とかも全部撤去してもらいました。社務所は残して、みんなで直しました。今は本殿しか残ってないんです。350年くらい経っているから、屋根を修理して、なんとか元日を迎えることができたんです。

神輿は、前は担ぎ手がいたのですが、今は軽トラックに積んで回っています。それも、今までの神輿は塩をかぶってしまって、補修すれば使えるんだけど、小松の五十鈴神社に譲って、岐阜県の岐南町からりっぱな神輿がくることになったんです。今までの神輿は100キロくらいなんですけど、今度のは300キロくらいあるそうです。来月の8月5日に贈呈式をやることになっていて、あちらから町長さんが来るので、こちらも市長が出るということになっているそうです。

(平成24年7月31日 図書館にて取材)

25) Haruo Chiba 60's Male
Oomagari, Higashi Matsushima City
Leader of Disaster Prevention Volunteers in Doba, Oomagari City

There is a shrine named Isuzu Shrine in Zyono area in Oomagari. It was also hit by the earthquake, and we were clearing the place of debris. We received contributions from people and, in return, we are giving photograph collections to them.

Rock-climbing volunteers came and cleared roof tiles for us when we were clearing the shrine. At first, we offered prayers for safety of the work before we started demolishing the shrine. We cut down the Japanese cedar around here that had dried up; moved the main shrine hall; and demolished the entire worship hall. We kept the shrine office and repaired it. Now there is only main shrine hall that has 350 years long history. We repaired the roof and then we were able to start a new year finally.

We are carrying the portable shrine in a light truck and turning around now though we used to have people who bear the portable shrine. The current portable shrine (that could be used if it were repaired) was flooded. It will be sent to Isuzu Shrine in Komatsu, and there will be a new, larger portable shrine would be sent to here from Ginanncho in Gufu instead. The current portable shrine weight is about 100 kilograms but the new one is about 300 kilograms. The presentation ceremony will be next month on August 5th. The mayor of Ginanncho will come here and our mayor will also attend.

“Interviewed at library on July31, 2012”

26) 安海 武英 40代 男性
東松島市矢本
東松島市立野蒜小学校教諭
職場（野蒜小学校）にて被災

震災を経験して後世に伝えたいことは、負けない気持ち、強い体と、強い心を持っていると駄目なんだと思います。それがないと前に進めないし、人も助けられないと思います。もちろん、それがないと自分を守れないので。前向きな気持ちが、不便なところもプラスに変えていけるとと思いますね。

（平成24年8月1日東松島市図書館にて取材）

26)Takehide Azumi 40's Male

Yamato, Higashi Matsushima City

Teacher, Higashi Matsushima Municipal Nobiru Elementary School

We learned the importance of holding undefeated feelings, strong bodies, and strong hearts from the experience of the earthquake. Without these things, you cannot go forward, save people, nor of course defend ourselves. I think positive feelings can help change the challengess into benefits.

“Interviewed at Higashi-Matsushima Library on August 1, 2012”

27)葛西 レイコ 60代 女性

旧住所：東松島市大曲 現住所：東松島市赤井

自宅近くの友人宅で被災。夫は津波で死亡。現在1人暮らし。

地震が来たら、海岸では地震が来たら直角に（上に）逃げることですね。それと、ラジオはすぐに鳴るようにしておかなくちゃいけないですね。今は常に、車に水と食料は積んでいます。あとは体力ですね。逃げるのには必要ですからね。体力をつけるため、体操教室に通っています。定川沿いを旧学校給食センター近くまで1時間ぐらいかけて、毎日歩いています。とにかく、運動教室の先生が言うには、筋肉というのは使わないと、どんどん衰えるんですよ。使えば、年とっても維持できるから使いなさい、といつも言われています。

（平成24年8月1日 東松島市図書館にて取材）

27)Reiko Kasai 60's Female

Former address: Oomagari Higashimatushima-shi

Present address: Akai Higashimatushima-shi Hit by the earthquake at friend's house near her own house. Her husband dead in the tsunami and she lives alone now.

If the earthquake comes we must escape from the coast to high places. A radio must be ready to be used quickly. Now, I keep water and food in the car all the time. In order to build strength, I am commuting to exercise class as the strength is necessary when escaping. I am walking for about 1 hour along Jyogawa river to the

old school lunch facility every day. The teachers of exercise class always tell us that muscles will weaken if we do not use them and we can keep our strength by using them regardless of age.

“Interviewed at Higashi-Matsushima Library on August 1, 2012”

28)

小野 大輝

高校1年生 男性

(当時 矢本第二中学校
2年生)

東松島市大曲

高橋 里奈

高校1年生 女性

(当時 矢本第二中学校
2年生)

東松島市大曲

大柳 桃子

高校1年生 女性

(当時 矢本第二中学校
2年生)

東松島市赤井

(小野さん)

矢本運動公園の仮設住宅の自治会長として一生懸命活動している私の祖父については、他人のために何か出来ることは凄いと思う。自分のことよりそちらを優先してやっているの、そういうところは自分も受け継ぎたいなと思っています。震災を経験して一番感じたのは、普通にこうやって生活出来ていることが幸せだということです。何気なくやっている一つ一つがすごく恵まれているなと感じます。震災を経験しての感想を一言で言うなら、非常時に備えてほしいです。

(高橋さん)

震災を経験して、震災で亡くなった人も多かったし、友達も亡くなったので、その人達の分まで、ちゃんと辛いことがあっても乗り切らなくちゃいけないと思いました。震災を経験しての感想を一言で言うなら、周りの人を大切にしようです。

(大柳さん)

震災のあと、外から支援してくれた人のおかげで、普通に体育祭とか文化祭がいつもどおり出来ました。出来ると思っていたので嬉しかったです。普通の毎日が楽しいです。震災を経験しての感想を一言で言うなら、震災を忘れないようにしようです。

(平成24年8月2日 東松島市図書館にて取材)

28)

Daiki Ono High School Student Male
(8th grade at the time of earthquake /tsunami)
Higashi Matsushima City Omagari

Rina Takahashi High School student Female
(8th grade at the time of earthquake /tsunami)
Higashi Matsushima City Omagari

Momoko Oyanagi High School student Female
(8th grade at the time of earthquake /tsunami)
Higashi Matsushima City Omagari

(Daiki)

I respect my grandfather who is working hard for his neighbors as a leader of Yamoto Sports Park Temporary Housing Area. He is doing his work as a leader before dealing with his own matters – which is what I would like to inherit from him. After the earthquake, I realized that living an ordinary life like this is such a happy thing. I feel very blessed for every small thing we do in our life. My lessons-learned from the earthquake is that people should prepare for emergency cases.

(Rina)

Many people lost their lives at the earthquake, and I lost my friend as well. Experiencing the earthquake, I feel I need to overcome the hard times and live my life even for the ones who lost their lives. My lessons-learned from the earthquake is that I want to cherish everybody around me.

(Momoko)

After the earthquake, so many people outside of the region came to support us, which enabled us to do school events such as sports festivals and school festivals as usual. I was very happy because I didn't think we could do such things. I enjoy my ordinary days. My lessons-learned from the earthquake is to remember the earthquake.

“Interviewed at Higashi-Matsushima Library on August 2, 2012”

29)櫻井 文男 50代 男性

東松島市矢本

㈱ヤマニシ（造船業）の構内で被災

丈夫な3階建ての建物とかの設備は、是非ほしいですね。ここに集まっている企業で働く人のために、是非、避難施設がほしいですね。仕事ですが1年を過ぎてからようやく動き出したという感じなので、まだ、バタバタという状況ですね。我々の仕事は注文生産みたいなものなので、船を受注してもらって、長く安心して仕事が出来ればいいなと思いますね。ただ、海が近いので怖いことは怖いですね。

（平成24年8月3日 ㈱ヤマニシにて取材）

29)Fumio Sakurai 50's Male

Higashi Matsushimashi Yamoto

Inside the building of Yamanishi & Co.

We need safer shelters for all those working for the companies in this area. For example, strong three story buildings. Our business has finally resumed a year after the earthquake, but remains unstable. The business is based on a build-to-order manufacturing model, so I'm hoping we receive more orders to build ships so that our business becomes more stable and secure. However, it's true that I still feel fear and nervousness as a result of working so close to the sea.

“Interviewed at Yamanishi Co. on August 3, 2012”

30)山口 郁夫 60代 男性

東松島市矢本

ヤモト歯科医院院長

津波を経験して後世に伝えたいことは、一人一人のリスクアセスメントというか、自分の会社は会社でも、どういうところに職員がいるだとか、手を切ったりするような危ない機械とかは、きちんと対応できるように管理しておくべきです。そしてもし駄目になった時にどうしたらいいか。例えば、うちの診療所でも、どこの場所をまず修理して、人的なものはどういうふうにしたらいいか。きちんとどのぐらいの予算がかかるかもしれないというのは、やっぱり把握しておいた方がいいと思います。一つの家庭内でも、もしものときには、品物が壊れたりすると、あとあとちょっと大変だから、一番に修理

しなきゃなんないとかいうのを考えてメモ書きしていた方がいいような気がします。地震のときには、地震袋だとか、避難袋。必ずしも地震だけでなく、電気が切れたときはどういうふうにするとか、水道がストップしたときは、水は何リットル分は常に用意しておかなきゃなんないとかね。あとはストーブね。電気使わない、温風じゃなくて、昔のだるまストーブみたいなのは必ず1台あった方がいいね。今回もそれがあったから、その上で鍋やって、ろうそく灯しながら、鍋突っ付いてね。全部それで料理できたからよかったね。それが特に感じるね。各家庭でもきちっとやっておいた方がいいね。

(平成24年8月9日東松島市図書館にて取材)

30) **Ikuo Yamaguchi** 60s Male
Yamamoto, Higashi Matsushima City
Dentist

In light of the tsunami, what I'd like to pass down the following generations is the necessity for individuals to be mindful of risks in their daily surroundings. For example, at work, you should know where staff are working and take precautions against staff becoming injured by either use of machines or as a result of other emergencies. You should know what to do when a disaster occurs and have a contingency plan if things are not working out. In the case of our clinic, I should know what to repair first following the storm and what I should do with my staff. I also learned it's important to know beforehand how much such repairs might cost. At home, I learned it's good to make a prioritized list of what to repair since it's quite a mess when things get broken, and how important it is to prepare an emergency bag in case an earthquake or other disaster occurs. For example, it is important to think about what you should do in case of power outages, and to know how many liters of water you need to keep in stock in case the water supply is shut off. It is also a good idea to have a room heater, specifically a heater that doesn't use electricity; for example, an old-fashioned stove that burns wood, coal, or oil. I had one at home, so we could cook "nabe" (a Japanese style dish prepared and served using a large pot) and eat together in the candlelight. We could cook anything on the stove, and that really helped us a lot. Each family should make such preparations at home.

"Interviewed at Higashi-Matsushima Library on August 9, 2012"

31)宮崎 敏明 40代 男性

東松島市立宮戸小学校教諭

宮戸小学校にて被災

宮戸小学校では“宮戸島復興プロジェクトチルドレン”ということを行いました。子どもたちが夢や希望を持って学校生活を送るために、10年後の宮戸島を図工で表現しようではありませんか、ということでこのプロジェクトが始まりました。10年後の宮戸島の様子を思い、夢や希望をもって毎日の生活をがんばろうとする自分になれるようにということで取り組んでもらいました。全作品が出来上がり、夏休み中に校内展示をしました。108名に参加していただいて回答をいただいた結果、約70%の人に「子どもたちの絵から元気をもらった」「一人一人の個性が出ていてよかった」と言っていました。自分が元気になるというねらいも含め、家族が笑顔になるというねらいも達成されたなと思いました。このように感じたあたたかい思いを親子による造形活動を行うことによって、一層、夢や希望に向かって歩み出させたいと思いました。子どもたちが望んでいる思いを、親が聞いてあげ、それを字に表しました。そしてこれは東京のデザイナー14名ほどによって、Tシャツにさせていただきました。親子で一緒に作った文字も入っている。ということで、かけがえのない世界にただひとつのTシャツになりました。各自の絵を児童自ら、同じテーマごとにグループを作ってひとつの壁画にしようということになりました。釣りができる宮戸になってほしい、お客さんがいっぱい来てくれる宮戸になってほしい、自然がいっぱいの宮戸になってほしい、夕日がきれいな宮戸になってほしい、など、だいたい6つの枠がありました。そのグループごとにさらに話しをし、こんな絵にしたいなということを模造紙に描いてもらいました。その6つできた絵を、さらに全員で話し合い、こんな宮戸にしたいというのをまとめました。

夢を夢で終わらせないためにということで、いま、ハマボウフウ、ハマヒルガオの再生に取り組んでいます。ハマヒルガオについては大浜に移植をしました。ハマヒルガオというのは小さな芽のうちから隣の芽と根をからませて、手と手をつなぎ合って海風、波に負けないようになるそうです。そうやって、手と手を取りあって強く生きてゆくんだね、みんなもそうなってねと、教えていただきました。花言葉は絆なんだそうです。まさに、今の子どもたちの取り組み、こうなってほしいなという願いが表れているなと思いました。ハマボウフウについては、根が地中深く、1メートル以上も伸びるんだそうです。そうやってしっかり根を張って、津波にも負けない強い人になってね、というお話もいただきました。夢や希望を持って、しっかりと根を張って、協力しあって島の再生に向かってほしいなと思いました。子どもたちの夢や希望が、10年後、本当に高い志となって震災前以上の宮戸になってほしいなと思います。不幸な出来事、辛い出来事ではありましたが、それに負けないで頑張っている宮戸の子どもたちですし、そしてそれを支えているのは本当にすばらしい宮戸島のみなさんです。私も宮戸小学校に勤めていて、人間の生き方

といますか、生きるための心構えというか、そのようなものを学ばせてもらっています。
これからも、みんなで頑張っていけたらいいなと思います。

(平成24年8月10日 宮戸小学校にて取材)

31) **Toshiaki Miyazaki** 40s Male

A teacher at Miyato elementary school in Higashimatsuyama
City

Living in Hebata, Ishinomaki City

As a teacher at the Miyato Elementary School in Miyagi prefecture, I planned and carried out the "Miyato-jima Reconstruction Project for Children.". This project was designed to encourage students to keep up their dreams and hopes in their school lives following The Great East Japan Earthquake of March 11, 2011. In the project, the students expressed their images of "a reconstructed Miyato-jima" ten years from now through arts and crafts. I wanted them to take part in this project so that they could continue in their daily lives in a positive manner, by imagining the reconstructed Miyato-jima clearly. When all the art works were completed, they were displayed in a school exhibition during the summer break. About 70% of the 108 respondents to the survey who looked at those art works said "their paintings gave us energy and cheered us up" or "the works were good in that they were full of the artist's personalities." I believe that we achieved the objectives of not only cheering the students themselves up but also bringing a smile to the faces of their families. As the next step of this project, I planned a creative activity for the students and their parents. In the activity, what the children wanted for the future was communicated to their parents, and later expressed as Japanese characters or short words. These characters were then printed on T-shirts designed by 14 Tokyo-based designers. The relationship between students and parents made these T-shirts so precious and unique as they were the only ones in the world. Furthermore, in another activity, the students made six groups based on the theme of the picture each student had painted, and in each group, they discussed "one big picture." The theme of the "big picture" was "Miyato-jima the way they wanted it to be," such as "a Miyato-jima where we can enjoy fishing," "a Miyato-jima full of tourists and guests," "a Miyato-jima full of nature," and "a Miyato-jima where we can see a beautiful sunset," and so on. After the discussion in each group, they drew a rough sketch based on the theme that they had discussed. Then all the students further discussed, "the Miyato-jima of the future" based on the

six sketches. Finally, they completed one big picture.

As a token of our commitment to make our dream of reconstructing Miyato-jima come true, we are currently proceeding with the propagation of the Hama-boufu (*Glehnia littoralis*) and Hama-hirugao (Sea bells) flora. We planted Hama-hirugao on Oh-hama beach. We heard that Hama-hirugao are strong against sea wind and waves as a result of its deep roots that become entangled with other Hama-hirugao plants starting from a very small sprout. Hama-hirugao seems to tell us that we should be positive and strong, working hand in hand with others. I heard that the motto of flowers of the Hama-hirugao plant is “deepening relationships.” Deepening relationships is just what we want students to do with each other through our activities. I heard that Hama-boufu’s roots grow to more than 1 meter long, deep in the ground. I was told by someone that they wish students would become strong people who could overcome the fears of the tsunami, deepening their roots into the ground just like Hama-boufu. As a teacher, I hope that students will cooperate with each other to help reconstruct Miyato-jima, continuing to have dreams and hopes, deepening their roots in the ground. I also wish that their dreams and hopes are accompanied by high aspirations to make Miyato-jima much brighter ten years from now than the one before the earthquake and tsunami. The disaster surely brought misfortune and hardship to all of us. However, students are now living their daily lives positively and strongly in spite of the disaster, and their daily lives have been strongly supported by people in Miyato-jima. Even though I am a teacher in Miyato Elementary School who teaches something to students, I have learned something special about how we should live or how we should prepare for our future. I hope that all of us in Mitato-jima can learn to live positively and strongly, cooperating with each other.

“Interview at Miyato elementary school on August 10, 2012”

32) 下山 せい子 60代 女性

旧住所：東松島市大曲 現住所：仙台市宮城野区

(株)ヤマニシで勤務中に被災

私たちは体ひとつで逃げたけれども、今、私は必ず寝る時に懐中電灯・薬とか着る物一式、乾パンをリュックサックに入れ枕元に置きます。娘にもらった救急セットも入れておきます。どういう場面にあうかわからないからね。あと出かける時は、必ず服も全部、車の後ろに一式積んでおく。それを心がけてやっています。娘にもそのように言っています。自分たちが経験したことをみんなに伝えたいです。今は金もあるからこうって言ったって何

でも買えると思っていても、その時になったら水も全然入ってこないってことがあるから、やっぱり自分の分は2、3日分持っておくべきだと思います。多ければ人にあげて、そう思って私は用意しています。場所がわからないと、いざっていう時に対応できないから。車は重いつて言わないからね。

(平成24年8月11日東松島市図書館にて取材)

32)Seiko Shimoyama 60's Female
Former residence: Ohmagari, Higashi Matsushima City
Current residence: Miyagino ward, Sendai City

We ran away without any of our belongings on March 11, 2011. Nowadays, when I go to bed, I always have my rucksack containing a flashlight, medicines, clothes and survival food next to my pillow. I also put the first aid kit my daughter gave me in the rucksack. I do so because there is no telling what will happen in the future. Additionally, I make sure to put clothes in the trunk of my car when I go out. These are the things that I try to keep in mind. I advise my daughter to do so, too. I hope we can share our experiences with everyone in the world. You may think that you can buy anything with money, but once a disaster occurs, you may not be able to buy anything, even water, because of supply shortages. This is why I think it's better to buy anything with money, supplies for two or three days. I prepare more than I think I need so that I can share the extra with others, if there are any leftovers. I can use these supplies in an emergency if I don't know where I put them, so I put them in the car since cars never say, never too heavy."

"Interviewed at Higashi Matsushima Library, August 11, 2012"

33)櫻井 りつ子 50代 女性
旧住所：東松島市大塚 現住所：塩釜市桜ヶ丘
野蒜「かんぼの宿」にて被災

自分は何かしてないと不安だったんですよね・・・いまは家のことで頭がいっぱいですけど、家が落ち着いたら今度は何を考えんのかなあって。将来は高台移転かなあ、まず家に落ち着いて、次にまた考えようかなって思っています。立派なことにはできないので、本当に自分のためなんです。でもこうして見ると、自分が幸せな平和な気持ちでいれば、人に優しくなれたりするのかなって思いますね。自分が不安だったりしたら、人のことが

見えないもんね。自分のことしかね・・・。だから少しでも、自分がいい心でいるには何をしたらいいかなって思って、やっぱり前に進んで、何か困っている人がいたらお助けできたらいいかなあって。まずは自分がね、平和にしていないと人の幸せにも手助けできないのかなあって思いますね。まず、家庭を第一にして。そういうのを今回感じましたね、いままでがあたりまえすぎてね。幸せすぎたんですね、きっと。気づかないでいたんですね。家族でいっぱい喧嘩するんですけどね、泣きながら喧嘩して・・・ただ、被災後のことというか、東名の家のことはやっぱり口に出さないですね。あまり言わないように・・・たぶん言うとみんな(涙が)ポロッとなるから言わないのかなあ。でも、今は今を大切にね・・・。

(平成24年9月4日東松島市図書館にて取材)

33) Ritsuko Sakurai 50's Female

Previous address: Otsuka, Higashimatsuyama City

Current address: Shiokama City

I become uneasy when I have nothing to do. Right now my head is full of the need to look for a house where my family and I can settle in. I imagine we may have to move to higher ground in the future. I have no idea what I will think about once we are settled in. I think I should be settled in first, then I can think about my future. I cannot do anything for others right now. I must first do what needs to be done for myself.

Recently, I have begun to think I can be kind to others and help someone to be happy as long as I feel happy or peaceful myself. If I feel uneasy, I cannot pay any attention to others, but think only about myself. So I have considered how I can keep my mind as calm and positive as possible so that I can help someone in trouble. I realized the best way for me to settle down is to think about my family first.

I had not realized how an ordinary day with my family was precious until 3.11. We often quarrel among ourselves in tears, even now. But we still cannot talk about our former home in Tona. (note by translator: Tona is a local area in Higashi-Matsushima, about 20 miles to northeast of Sendai, the prefectural capital of Miyagi). We try not to, because if we talk about Tona, we will not be able to stop crying. But we need to live in the present, not in the past.

“Interviewed at the Higashi-Matsuyama Library on September 4, 2012”

34)鈴木 勝 40代 男性

東松島市宮戸

宮戸島月浜にて民宿経営

これからは、私たちの代でなくて子どもたちの代ですからね。“えんずのわり”もこのままずっとね・・・。下にもやろっこ（男の子）がいるから、3人のうち2人じゃないですか。“えんずのわり”は俺の代でこれ、潰してられねえなっていうプレッシャーがあったみたいですよ。震災を機に、子どもたちはずいぶん変わりましたよ。私がいなかった時なんかは、海苔仕事する時には、船に行って自分で進んでやっていたしね。海が好きみたいです。特に長男なんかは、じいさん、ばあさんと一緒に住まないと嫌だっけ言うんですよね。やっぱり生まれた時から一緒に住んでいるから。とにかく俺は宮戸からは絶対出ないからって。やっぱり自分は生まれ育った宮戸にいたいっていうのがあるんでしょうね。

（平成24年9月7日 東松島市図書館にて取材）

34)Masaru Suzuki 40's Male

Higashimatsushima City, Miyado

Owns an inn in Tsukishima, Miyadoshima

From now on, children are going to represent the next generation instead of us. “ENZUNOWARI”, a local folk event of Miyagi prefecture, should continue to be held. I have two sons out of three children and they seem to feel that this historical event shouldn't be the end of their generation. The Tohoku-Earthquake changed my children. When I was absent from home, they were willing to work on a fishing boat for seaweed harvesting. They seem to like the sea, especially the eldest son. He says that there is no way he will live in a house without his grandparents. That's because he has been with them since he was born. He also says he won't leave Miyato city. I think that he wants to stay in the place where he was born and raised.

“Interviewed in Higashi-Matsuyama Library on September 7, 2012”

35)菊池 祐子 30代 女性

塩釜市花立町

東名・野蒜の情報誌“てくてく通信”を発行／福祉施設勤務

平成23年3月11日和歌山県高野山での修業中に震災を知る。

この前、富士山に行ってきたんですよ。いま、夢ハンカチっていう、ハンカチに夢を書いて富士山に揚げようっていうイベントがあって、それに参加しまして。夢を持つことで人は元気になれるっていうか、そういうことを今考えていて・・・わたしの師匠、教えて下さっている住職が言うには、どんなに食べ物があっても人は生きていけないと。夢とか希望がないと生きていけないと言っていて。夢ハンカチというイベントを企画している方も、夢がないと人は死んでしまうっていう話をされていて・・・みんなで夢を持てたらいいなって、震災で傷ついて夢が見つけれない、希望が見えないっていう方たちも、元気になるために夢を持てたらいいなって。今、そんなことを考えている感じです。うちの母は縫いものをして、何をつないでいくことが私ができることだって夢守袋を作っています。全国各地の人が震災のことを忘れないで、つないでいてほしいなって思っ

(平成24年9月11日 東松島市図書館にて取材)

35)Yuko Kikuchi 30's Female

Hanadate Town, Shiogama City

Working at a welfare facility and publishing an information magazine in Tona, Nobiru

The other day, I went to Mt.Fuji to participate in an event called, “Dream handkerchief”. Each of us wrote our own dream on a handkerchief and hoisted it over Mt. Fuji. I have been thinking that our dream may lead us to a bright future. Interestingly, my master chief priest always said that abundance of food and resources could never suffice for a happy life, and a dream or hope was mandatory. The organizer of “Dream handkerchief” also tells us that “One cannot live without having a dream”. Hence, I have started to believe that it would be great if each of us would create a dream, especially those whose dreams were shattered after the Great East Japan earthquake. Recently, my mother has started to sew a lucky dream charm since she believes that it is what she can do to pass on something important. I hope people throughout Japan will never forget the earthquake and pass it to the future.

“Interviewed in Higashi-Matsuyama Library on September 11, 2012”

36)安田 淳 40代 男性

東松島市矢本第二中学校教諭

矢本第二中学校にて被災

子ども達が大きく成長したと思う点は、物がないから知恵を使って工夫しようという事が大きかったですかね。物がないのでベストな活動はできないんだけど、知恵を使えばベターなことはできるよねという話をして、なるべくベストに近づけよう、物があった時と同じような事、同じような考え方、同じような学び方、見方をしようよとやってきたので。そういう面で子ども達はたくましくはなったかなと思います。これまで部活動面で、矢本二中は（このあたりの学校の規模としては）大きい方だと思うんですけど、中総体、新人大会にしても殆ど華々しい成績っていうのはなかったんです。ところがそういうのって運動部に表れてきたりして、ここ1～2年はいっぱいカップを持って来たり、東北大会に行ったり、全国大会に行ったりが増えたりしました。体育祭を見てもらっても、感謝の気持ちを表すし、子ども達も実行委員長をはじめそういう事を言いますし、気持ちを伝えようというような表現活動だったり、頑張り方だったり。子ども達の部活動面、行事面では特に、感謝の気持ちを持ちながら地域に恩返しをしようとか、そういうのがあります。合唱コンクールなんかで、子ども達が一生懸命歌って、そこに来られていた地域の方とか保護者の方なんか、会場から出て行かれる時に「ありがとう」と言って出ていかれるんです。こういう言葉って今までは聞いたことがなかったです。そういう所が変わったかなと思います。

（平成24年9月14日矢本二中にて取材）

36)Atsushi Yasuda 40's Male

Shikamata Ishinomaki City

Teacher at Higashimatsuyama City Yamato 2nd Year Junior High School

I think that children have learned a lot of things from this disaster. I think the most important of those is that children now have the attitude to try to improve things racking their brain, due to a lack of goods. As they don't have enough goods they are not in the best situation, but they say they can make a better situation. They have tried to improve the situation in order to get their lifestyle and goods back to as it was before the disaster. I think this shows that children have become stronger. Our Yamato second junior high school is a relatively big junior high school (around here), but our club activities did not used to achieve splendid results in the regional preliminary round of the national junior high school championship or

freshman contests. However, 2 years ago, they won their first game in the competition to advance to the second round (eg; northeastern game / National game). When there is audience at their athletic festival, the students and leader of the classroom, express their gratitude to the audience. Particularly in club activities and other school events, they try to do something for the community out of gratitude. In the chorus contest, after children sing songs with their loved-ones in the audience (parents, neighbors, etc.), the audience left the place with the appreciative word, “Arigatou”; I have never experienced such a situation before. I’m happy to see these changes.

“Interviewed in Higashi-Matsushima Yamoto Daini junior-High School on
September 14, 2012”

37)

相沢 さと子 50代 女性
東松島市大曲
大曲小学校学童クラブ職員
職場で被災

山形 典子 50代 女性
東松島市矢本
大曲小学校学童クラブ職員
東松島市内で被災

(相沢さん)

まず、あれは本当の事だったのかしら？って未だに何となくそういう思いになる時があります。でも、多くの方が亡くなっているのを聞いたり見たりすると本当の事であって、たまたま生きていられる私達は、毎日をきちんと生きていかなきゃいけないのかなっていうのもあったりします。そして、今、この仕事に携わっている以上は、またそういう事があっても、子ども達をちゃんと生かしてあげられるような形に持っていかなければいけないなという思いが強いですね。こういう事が二度と起きてほしくないっていうのが、本当の気持ちではありますね。普段から備えだけはちゃんとしておかないといけないですね。常にそれは考えて生活していかないといけない事だと思います。食べ物、飲み物、あとどこに逃げるかとかも、仕事場にいる時はここ、家族と一緒にの時はこことちゃんとしておいた方がいいって事ですね。

(山形さん)

昨年のは前半は亡くなった方も多かったんですけど、葬式って挙げられなかったじゃないですか。だから、後半はお葬式に行くことがたくさんありました。以前は幼稚園（勤務）だったものですから、浜に住んでいて亡くなった子がけっこういて、子どものお葬式に出る

のくらい辛いものはないなとすごく思ったんですね。今も子ども達をお預かりしていて命の重さ、この子達を助けられるかって、いつも思っていて浜の方に来る時は緊張します。これから先、「備えあれば憂いなし」で、何とかスムーズに子ども達を守っていこうという思いですかね。日々。たまたま私達は助かったなど、友人とかもいっぱい亡くなったけど、この線引きって、一体何だったんだろうって、それは昨年思いましたね。すぐに逃げるってことかな、まず命を守る、自分も大事にしていかなきゃならないとすごく感じ。

(平成24年9月19日 大曲小学童クラブ「くろまつ」にて取材)

37)

Satoko Aizawa 50's Female

Higashi Matsushima City, Oomagari

Staff for the after school day care center in Oomagari Elementary School

Noriko Yamagata 50's Female

Higashi Matsushima City, Yamato,

Staff for the after school daycare center in Oomagari Elementary School

(Ms.Aizawa)

Sometimes, I still ask myself, “did the earthquake really happen in real life?” However, I must realize that it was a real event, because I see and I hear that many people were killed in this earthquake. We feel that we have to live a good life, because we are lucky to be alive. And, as I do this job (take care of elementary school children after school), I have a strong will that we need to protect the children when such event happens again; however, my real feelings say and strongly hope that an event like this never happens again. I have learned that we should be prepared for a natural calamity and always keep it in our mind. We should have enough food and enough drink for a disaster, and decide where we will go if we are at the work or with the family when such an event occurs.

(Ms.Yamagata)

As you know, during the first half of 2011 many people died, but we could not hold funerals. So in the latter half, I had attended many funerals. The tsunami killed many children who had lived near the beach, and I attended to their funerals as I used to work at a kindergarten. Nothing could be more painful than attending

funerals for the children. I take care of elementary school children for my work and I always think of the importance of their life. I ask myself, “am I capable of protecting their lives”? I get especially nervous when we visit the beach. It is said, “Providing is preventing”. My mission is to protect the children and I need to do this smoothly. Every day, I think about this. We are happy to be alive. Many friends were killed. I kept thinking about what was the difference between us who are alive and those friends who died. I thought a lot about this one year ago. Maybe the answer is to run right away, and protect our own lives. We need to take care of ourselves.

“Interviewed at the “Kuromatsu”, afterschool daycare center in Oomagari Elementary School on September 19, 2012”

38) 渡部 恵子 50代 女性

東松島市小松

東松島市大曲小学校教諭

赤井南小学校で勤務中に被災

子ども達は学校があるという事が支え。支えって言ったら変ですが、学校での普通の生活がね。大曲小学校は一階は使えなかったんですが、クラスは全部無事だったんですよ。2階に自分達の教室があるので、学校で友達と会って普通に勉強するって事がすごく子ども達の心の中としては良かったのではないかという気がします。普通の事ができる。かなり普通でないんですけども、友達がいて、先生がいて勉強をしているっていう生活が実は子ども達の心の健康を保つのに、すごく良かったのではと思います。帰れば仮設だ何だって今までとは違う、すごく違う状況にいるのに、学校に来ればあまり変わらない友達がいて、先生がいて。ただもちろんいるはずの友達がいなくて状況もあって、その辺は大変だったと思うんですけど、子ども達は健気でしたね。そういう意味では。逆に明るかったかな、っていう気はします。学校が始まるのを待っていたと思いますね。

(平成24年9月27日大曲小学校にて取材)

38) Keiko Watanebe 50's Female

Komatsu, Higashi-Matsuyama-City

Higashi- Matsushima-City Oomagari Elementary School Teacher

For the children, school gave them emotional support. It's a bit weird to say that, but I mean in the sense that school life returned to as it was before. At

Omagari Elementary school, where we were, the entire ground floor was out of bounds, but classrooms on the second level were fine. Here, at least children could meet friends, study together and be in their own classrooms. Being able to have a normal life at school gave them some relief. Of course it was such an uncommon situation, but still having their friends and teachers, and being able to study in their own classrooms, took this situation back to that normal school life that they were familiar with and I believe in turn provided them with mental support. Once these children went back home, they were faced with a different and unfamiliar situation, such as living in temporary housing. In addition, some of their friends were missing. They are brave children and brave enough to accept their situation. For different reasons, all the children were waiting for school to start, I think.

“Interviewed at Omagari Elementary School on September 27, 2012”

39)門脇 雅孝 50代 男性

東松島市牛網

東松島市立大曲小学校教諭

大曲小学校にて被災

震災当時、学校を何とかしなければいけないと、まず先生方からこうしたらどうか、あしたらどうか、今まではあんまりそういう事も多くなかったんですけど、とにかくいろんな意見を出していただいて、何とか学校を再開しようとみんなで考える事ができたのが良かったのではないかなと思います。その後、学校が始まってからも、体育館が使えない、校庭でも遊べない、じゃあどうする？教材なども、すべて流失してしまい無い、じゃあ、どうする？っていう時に先生方がこうしたらいいんじゃないかと、無い所で何とかしようという事でいろんな良い考えをたくさん出していただき、ないからこそ先生方が考えを集めて絞り出して活動できてるな、と1年間思いました。例えば、講堂で体育ができない。ではどうしましょうか？いろんな方法があるとは思いますが。屋上は空いているからそこにマットを広げても大丈夫なんじゃないか？そういうふうにくらでも工夫する。他には、私達も苦しい思いをしたけど、幼稚園保育所の子ども達も苦しい思いをしているから、「私達が作ってきた劇を保育所に見せに行きましょう。」っていう事も出てきたんですね。子どもからも先生からも、受けた恩を他の人にも返すっていう、受けた心を他の人にも広げてあげようっていうようなそういう発想も生まれてきました。

(平成24年9月27日大曲小学校にて取材)

39)Masataka Moriwaki 50's Male
Ushiami, Higashi-Matsushima- city
Teacher at Omagari Elementary School in Higashi- Matsuhshima
city

I believe cooperation between teachers helped a lot in order to resume school as soon as possible. For example, at that time we all shared the same feeling that we had to do something to restart school. Many ideas and actions were raised spontaneously, which was not like before. Even after school was restarted, there were many issues left to resolve, such as not being able to use the gymnasium or schoolyard, and having had all the teaching materials swept away. Still, we united with each other and come up with ideas to tackle those issues with only what we had at that time. For example, in lieu of using the gymnasium, someone came up with an alternative location on the school rooftop as spaces were available there. As such, we tried to work with what we had. Also, we decided to visit kindergarten and nursery homes to show a play we made by ourselves as we believed children had suffered as much as we had. Through these experiences, all of us learned that we all should return to heartwarming kindnesses and help move forward by sharing that with others.

“Interviewed at Omagari Elementary School on September 27, 2012”

40)遠藤 武 10代 男性
東松島市矢本
矢本第一中学校で被災（当時中学2年生）

ボランティアをやっていて、市民が避難所生活で体力的にもつらい状況で、また、落ち込んでいるのを見たりして、これだけボランティアをやっていても何も変わらないのがつらかったです。物資を運んで、少しは笑顔になっても、また沈むということがありました。自分の力はこんなにも小さいのかと思ったことがつらかったです。ボランティアで、精神的にとか体力的に疲れたということは、なかったのですが、これだけやっても何も変わらないというか、1カ月では何も変わらないのは分かるんだけど、それでも、これをいつまでやっていかなきゃならないのかな、という考えになったことがありました。

石巻工業高校に入学して、クラスの人と友達になったときの話なんですけど、ゲームの話が出て、「このゲーム知ってる？」と聞かれ、「ああ、知っているよ」と答えたら「これ面白かったよね、でも流されたんだ」と、笑顔で言うんですよ。それに対して何も返せ

ないんですね。えー、何て言えればいいんだろうと。笑顔で返してくるんですけど、家とか家族、親戚などで何か失ったものがあるはずなんですけど、強く生きている姿を見て、津波を受けたところは違うんだなと思いました。話を聞くと、震災の時に、僕なんかよりはるかに過酷な状況の中で、大きいポリタンク二つ持って水を運んだりとか、すごいことをしてきたんだなと思いました。それに比べて自分がやってきたことは、ちっぽけなことなんだなと思うぐらいに、過酷な状況を乗り越えてきた人がいっぱいいたんです。それに驚きました。

ジュニアリーダーの人数は、中学生で10人くらい、高校生は15人くらいだと思います。今年の活動で印象的なのは、子供会で子どもたちが元気なのがいいなと思いました。本来ジュニアリーダーは、それを上回っていなければいけないんですけど、それ以上に元気で、震災を忘れてるよ、なんていうような盛り上がりで、心配することないな、これだったら楽しくできるなということでしたね。ジュニアリーダーをもっと活用してもらえるとありがたいですね。高学年でリーダーになって、先頭に立って下の子どもたちをまとめている小学生もいるので、ぜひジュニアリーダーに来てほしいし、インリーダー研修にも参加してもらって、ジュニアリーダーのことをたくさん知って、ジュニアリーダーになっていろいろ手伝ってほしいなと思います。

(平成24年10月25日 東松島市図書館にて取材)

40) Takeshi Endo 10's Male
Yamato, Higashi-Matsushima city
Junior Leader

Having participated in volunteer services, I kept feeling sad since nothing had been changed or improved regardless of our hard volunteer work. I still had to see citizens suffering from physical difficulties and under depressed mental conditions at shelter. Even if I regained some of their smiles after having carried materials, they again felt depressed after a while. It was difficult since I felt my abilities and influential powers were so weak. I never felt exhausted mentally and physically through the volunteer services; however, I sometimes wondered how long I would have to continue such works since nothing had been changed regardless of our hard work, even if I understood that one month was too short to make changes.

I entered Ishinomaki Technical High School at a later date and became friend with a classmate. We were talking about toys and games and the classmate asked me, "Do you know this game?" When I replied, "Yes, I do.", he said with a smile, "That game was fun, but it was swept away by the tsunami." I did not know how to respond. I wondered, "What should I say as a response?" He talked with a smile,

even though he could have lost his house or his family, his relatives and other important things. Having seen those who were living so strongly and powerfully, I realized that people from areas that had been attacked by the tsunami were really special. Hearing that from the classmate, I found that he had done a lot of great jobs under much tougher conditions than those I had faced during the disaster, such as carrying two large plastic tanks both full of water. There were so many people who had to survive the cruel conditions and this reality made me think that, compared to what had been done by such people, what I had done so far was trivial. This reality was a surprise to me.

I think we currently have Junior Leaders of approximately ten junior high school students and approximately fifteen senior high school students. What was impressive at the activities this year was that children were cheerful at the children's gatherings. The Junior Leaders should have been more cheerful than the children, but the children were much more cheerful as if they had forgotten the disaster. This situation made me think that I did not have to worry too much and that they would keep living happily. I hope people will utilize Junior Leaders more. Since there are some elementary school boys/girls who take initiatives to lead younger pupils, I hope such boys/girls will come to us and participate in the training sessions for in-leaders (i.e., leaders not from outside but within the children's gatherings) so that they can know more about the Junior Leaders and become Junior Leaders in the future to help us.

“Interviewed at Higashi-Matsushima library on September 25, 2012”

41) 斎藤 英彦 40代 男性
東松島市赤井
農家／東松島市消防団員／東松島市教育委員
涌谷町の国道を車で帰宅中に被災

子どもたちの震災後の将来の夢で、自衛隊とか消防署員とか警察とか、とにかく人の役に立ちたいという夢を語る子が多くなりましたよね。その気持ちは非常にうれしいですね。

矢本二中の体育祭や文化祭に行っても、実行委員長の生徒会長が「地域に元気と勇気を届けたい」自分たちが一生懸命やることによって地域を元気にしたいと言うんですね。そういう姿を見ると非常にうれしくなりますね。子どもたちへの将来のことでは、社会ではいろんな仕事があってはじめてうまく回っていると思うんです。ですから直接的に

人のためになっただけでもそれぞれの仕事というのは意味があると思うんです。音楽を目指したいという子も音楽を通じて人の心を癒したりとかできますので、どんな夢でもいいから自分の好きなことをとことん諦めないでやってほしいなと思います。震災後の子どもたちのケアについては、今回のような大きな試練があつて、子どもたちにはたくましくなしてほしいし、精神的にも強くなしてほしい。そのうえで、思いやりとかやさしさというのは忘れないでほしいと思います。私自身は、親戚を亡くしていますけれども、家族は亡くしていませんので、その人の気持ちを推し量るのは、なかなかできないんですけれども。子どもたちの中には、道はずすような行動が見られますが、震災で同年代の子どもたちがもっとたくさんやりたいこと、楽しいことがたくさんあったはずなのに、突然命を落したと、そういう人たちの分まで生きなくちゃいけない。生かされた意味を考えて、生きてほしい、忘れないでほしいと思います。

(平成24年10月31日 東松島市図書館にて取材)

41) **Hidehiko Saito** 40's Male
Akai, Higashi-Matsuyama city
Farmer, Higashi-Matsushima City volunteer fire fighter,
Higashi-Matsushima City Education Board

It makes me very happy to hear that many children, after the earthquake, are having dreams of joining the Self-Defense Forces, or becoming a fire fighter or a police officer because they want to have a job helping others, and I respect their choice.

When I went to an athletic meet and a school festival at the Yamoto Dai-Ni Junior High School, I was very impressed and delighted by the Student Council president's speech that told how students wanted to invigorate and encourage their local region by dedicating themselves to hard work, hanging in there, and not giving up. Thinking of our children's future, I want them not to give up trying to pursue their dreams. Even if some jobs don't help others directly, I think each job has meaning for society and eventually we help each other to strengthen our society. For example, a child who would like to be a musician can comfort people by providing music, so I want them to pursue their dreams and not to give up simply because their dreams do not seem to help others directly. After the earthquake, we are concerned about the mental health of our children and I hope that they overcome this ordeal with fortitude and become strong-minded people. Furthermore, I hope they will never lose consideration for others and treat those around them with kindness. It is difficult for me to really imagine and understand

their sadness and sense of loss, because although I lost relatives in the earthquake, I did not lose any members of my immediate family. There are some children who are getting in trouble after the earthquake, but I hope they will be reminded of the fact that many children of the same age lost their lives, even though they had dreams of their own. They, too, had things they wanted to do in their lives. These children could have enjoyed their lives doing what they were interested in if they were still alive. The children who survived should live a long life with a sense of purpose in honor of the victims, and I want them to think of the meaning of why they survived.

“Interviewed at Higashi-Matsushima Library on October 31, 2012”

42)浅野 一弥 40代 男性
東松島市小松
酪農家／消防団員

農協単体で青年部単体で何ができるかって言ったら、やっぱりそういった仲間内を回って復興支援っていうか。ハウスの撤去とか補修、ヘドロの除去とか。あとは今になってやっと県外から、静岡、九州からの方々が乗り込んでくれてやってくれているっていう状況です。震災の1年の間にいろいろあって今また、ツアー組んで団体で応援という形で来てくれるっていう動きがあります。

(平成24年11月6日 東松島市図書館にて取材)

42) **Kazuya Asano** 40's Make,
Komatsu, Higashi-Matsushima
Dairy Farmer, Higashi-Matsushima City volunteer fire fighter

When I think about what we could do as representatives of the JA (translator note: Japan Agriculture Association) or its Youth Department, I would say it is to support recovery with friends and co-workers in these communities and associations. For example, volunteers who were organized by these associations have helped by removing or fixing temporary houses, and by cleaning sludge from the flooding. In addition to that, currently we have people coming from outside of our prefecture, such as from Shizuoka (translator note: a prefecture located in the middle of the main island) and from the Kyushu area (translator note: the third

biggest island of Japan located in the south of the main island) to help us. There have been many things that have occurred within the year after the great earthquake, and finally we have started to see that people are planning tours and visiting us in groups to support us and to cheer us up.

“Interviewed on November 6, 2012 at Higashi-Matsuyama Library”

43)西村 結友 10代 女性

東松島市上下堤

東松島市立鳴瀬第一中学校で被災（当時中学2年生）

辛かったことより、嬉しかったことの方が自分の中ですごい大きいです。香川県の方に友達がいって、離れているので連絡がとれなかったんですけど、連絡がついたときにこっちのことを思って言葉をかけてくれたり・・・お互いそのときは中学生だったので、やっぱり募金するにも大きなお金ってできないじゃないですか。それなのに自分のお小遣いを募金してくれたりとか。あとはボランティア活動を通して支援してくれたりっていうのを聞いたので、自分たちだけの問題じゃなくて、同世代の子も頑張っているんだなってことを知ることができて、すごく嬉しかったなっていうのはありました。

（平成24年11月11日東松島市図書館にて取材）

43)Yuu Nishimura 10's Female,
Jyoge-Tsutsumi, Higashimatsuyama city

There were more things that happened to give me a feeling of happiness than things that caused me pain. I had a friend who lived in Kagawa prefecture (translator note: a prefecture in Shikoku, an island located in the south of the main island), and it was too far for us to get in contact with each other, but once we did, my friend felt for me and gave me words of condolence and support. At that time we were just middle school students, and were unable to donate large amounts of money. My friend, however, did donate her entire allowance. I also heard that my friend gave support through volunteering, which made me realize that there were so many people of my age who were working hard in their own way. This also made me very happy.

“Interviewed on November 11, 2012 at Higashi-Matsuyama Library”

44)那須野 康浩 50代 男性

東松島市赤井

写真店経営（ナスノ写真店：赤井字川前）

赤井の店舗で被災 矢本第二中学校で避難しながら対策本部長を務める

水が引いたころ、3月20日頃に飛行機関連のお客さん兼友だちが桃生から来てくれたんです。その前に電話があって、「何か欲しいものないか？」って。「煙草とカメラ貸してくれないか？」って頼んだんです。あの日、私のカメラは、椅子に置いていたので水に浸かっちゃって。カメラを持ってきてもらって、次の日、朝早く6時に起きて、長靴を履いて歩いて、ブルーインパルス格納庫が見えるあたりまで行ったんですよ。大曲の橋を越えて行きましたが、もう声が出なかったですね。そこの定川の橋を渡って行くと、だんだん車がぐちゃぐちゃになっているわけじゃないですか。大曲小学校を抜けて行くと、途中、水があって、車が重なっている。ずっと行って、大曲の町並みが消えて、田んぼ両脇で大曲浜に行く長い直線あるでしょ。もうそこはアスファルトがはがれたり。水は長靴ぎりぎりだったし、少し待っていたら潮がちょうど引けてきたんです。あそこで潮の満ち引きが見られたんですからね。すごいですよね。あっちは堤防が3か所、決壊していましたからね。家がいっぱい、何で田んぼのここに（中に）家があるの？って。2階の家があるんですよ。声は出ないわ。ただね、職業柄もそうだけど、撮んなきゃなあ、記録に残さなきゃなあという思いで撮っていましたよ。

（平成25年2月20日ナスノ写真店にて取材）

44)Yasuhiro Nasuno 50's Male

Akai, Higashi Matsushima City

Owner of Nasuno Photo Shop (Akai Aza Kawamae)

On or around March 20 when the waters of the Tsunami had receded, my friend whose business handles airplanes, and who is also my customer as well, came to my house from Momou. Before coming, he called me and asked, "What do you want me to bring you?" I asked him "Can you bring me cigarettes and rent a camera to me?" On that day, my camera was soaked by flood water because it was left on a chair. I received a camera from him and on the next day, I woke up early, at 6 o'clock, put on rain boots and walked to a place from where you can see the hangar of the Blue Impulse Aerial Acrobatics Team. I crossed a bridge at Omagari and found I couldn't say a word. I was speechless. I crossed another bridge over the Sasagawa River

and gradually started to see cars rolling around in the river. Then I passed the Omagari Elementary School which was under water and had cars piled up outside from the flooding. Then I moved along a long straight road with rice fields on both sides after I left Omagari. The asphalt on the road had been washed away. Water was rising up to almost over the tops of my rain boots, but then, the tide went out after a short while. It is surprising that I was able to see the rise and fall of the tide at that place, isn't it? I saw dikes that had burst at three places. I couldn't understand why there were so many houses in the middle of this rice field. There was a second floor section of a house there too. I was speechless. Nevertheless, I kept pressing the shutter button of my camera, thinking that I must take pictures and must keep records of this disaster, because I'm a photographer, after all.

(Interviewed at Nasuno Photo studio on February 20, 2013)

45)

安倍 淳 50代 男性
安倍 志摩子 50代 女性
東松島市野蒜
(株)朝日海洋開発 経営

(安倍さん)

今、自分が一番怖いのは、2年とちょっと過ぎて、あの時のことを忘れることです。人間って忘れるようにできているから、それが一番怖い。だから、いろんな所に行ってお話する時は、その当時のいろんなものを見て、その時の気持ちに返らなければいけない、と思っているんですよ。後から付けた情報だと、あまりにもきれいに話してしまうじゃないですか。あの時って、汚かったんですよ。物もなかったし。そういうのを本当に伝えるには、貧しくない駄目なんですね。物がなかったという物質的な乏しさがないといけないんですよ。今みたいに、冷蔵庫を開けたら何でも入っていたんじゃ、そういう話できませんものね。

子どもたちには、どんな状況に追い込まれても、必ず自分が希望を持っていれば、物事は明るい方向に進んで行くんだ、っていうか、望む方向に進んで行くんだ、ということを信じてほしいんですよね。学校の5教科のように、いろんな専門的なことを学んでも、そ

私は社会に出てすぐに役立つものではないから。仲間の中で生きる、ってことを勉強してほしいと思うんですよね。どんなふうになったって、マニュアルから外れたら死んじゃうようじゃ困るので。どんな時でも、人を信じるとか、自分の信念を持つ、ってことができれば、どこでも通用すると思うんですよね。その一貫として、水難事故のことを僕たちは教えられますので、教えながら、子どもたちと一緒に学んで行きたいと思います。

(奥さん)

自分たちは、全然辛いことなんてなかったと思うんです。今回のことで。無くなったのは、建物だけで、家族は無事だったので。それから、仕事もありますし。だから、仕事がなく大変だったり、子どもを亡くしたり、家族を亡くしたりしている友達がたくさんいる中で、私達が辛いなんて言って、泣いたり、落ち込んだりしてられないな、と常々、戒めのように考えてます。そんなふうに思いを寄せることぐらいしかできないので。自分たちが頑張って、少しでも世の中のために出来ることを、例えば仕事を頑張ったり、いろんな話をしたりして行かないと。きれいごとじゃなくて、心底そう思うんです。周りの人たちのことを思うと。本当に耐えられないような、辛い思いをした人たちが山ほどいる。だから頑張らないといけないね、といつも思っているんですけど。

私は、人間っていうのは、もっと力があるものだ、ということを信じてほしいんです。震災直後の避難所とか、何も無いような所でみんなが生きてきたけど、みんなで協力して、希望が見えれば、いろんな力を結集して、乗り越えることができるんです。地震があったらすぐ逃げる、危険回避行動はもちろんなんですけど、その他に、人間っていうのはどんな極限状況でも希望は見えるんだ、持てるんだ、ということを信じてほしいな、と思うんです。それを持てるかどうかで、乗り越えて行く力が左右されるんじゃないかな、と思います。

(平成25年3月14日鹿島台の会社にて取材)

45)

Atsushi Abe (Husband), Male, 50's

Shimako Abe (Wife), Female, 50's

Nobiru, Higashimatsuyama city

Asahi Marine Development Corporation, Management

(Mr.Abe)

Today, two years have passed since that disaster. The scariest thing for me is to forget the things that happened at that time. It is very scary that human beings tend to forget things so easily. Therefore, going to various places and talking about the disaster with people, I will remember and retrieve the feelings I felt at that time,

I think. If I talk based on subsequent impressions, maybe I would talk more superficially, explaining things more beautifully than I had actually had experienced them. It was dirty and filthy, and we had nothing left at that time. In order to communicate my situation at that time realistically, I should be poor. I need a physical poorness, where I have nothing, in order to explain it. I can't speak realistically about the situation at that time if I have food in my refrigerator now.

I want children to believe that everything goes well. In other words, everything goes in the direction they want it to if they have hope, even though they are in a difficult situation. Even if we learn lots of things at school, they're useless immediately after we start to work. I want children to learn how to live and cooperate with their friends. No matter how hard they study, it is meaningless if they have to depend on a manual to survive. If you can believe in others and believe in yourself at the same time, you can live anywhere. I think we can teach children about drowning and disaster, but we also want to learn with them as we teach them.

(Mrs. Abe)

I don't think we had the worst experience from this disaster. This is because we lost only our house, but our family was safe. In addition we still have a job. Because many of our friends lost their jobs, their children, or family, we shouldn't complain, cry, or get depressed. All we can do is to be supportive of our friends. We should do our best for others. One way is to work hard and talk about our various experiences. This is not whitewashing, painting over the problem, it is what I think sincerely. Because many of our friends suffered great hardship, I always think that I should do my best for them.

I believe that people have more ability and power than we think they do. We lived at places where we had nothing, such as at an evacuation center just after earthquake, however, if everybody works together, we can have hope in the future and get over this difficulty together. Of course it's important for us to save ourselves and our families as soon as an earthquake occurs. But I believe that people can have hope in the future no matter how severe the situation. The ability to overcome adversity depends on whether or not people have hope in the future.

“Interviewed at the office in Kashima-Dai.on March 14, 2013”

46)

鈴木 大介 10代 男性

東松島市大塚

当時鳴瀬第二中学校3年生

かんぼの宿松島(東松島市野蒜)で被災

佐藤 一紀 10代 男性

東松島市浅井

当時鳴瀬第二中学校3年生

かんぼの宿松島(東松島市野蒜)で被災

(質問) 将来の進む道はもう決めていますか？

(鈴木さん) 僕は就職希望です。震災中に消防士の方々にお世話になって、自分もこういう人になりたいな、って思って。公務員で消防になりたいな、って思っています。消防士さんって、火を消したり、体を使う仕事だけなのかな、と思っていたんですけど、避難所に来てくれて、苦しんでいる人たちの話を聞いてくれたり、カウンセリングみたいなこともしてくれて、こういう優しい方々が揃っているんだなあ、って思って。それで憧れて消防士になりたい、って思いました。

(質問) これからの防災について、震災を経験して学んだことはありますか？

(佐藤さん) 親から聞いた話なんですけど、前のチリ地震の時に、津波はあんまり来なくて、それで今回、油断して流された人が多いということで。とりあえず、地震っていうのは震度がどれくらいで、マグニチュードがなんぼ(どれくらい)であっても、油断は決してしないで、常に気をつけて生活していくのが一番いいのかな、って思います。

(鈴木さん) 一紀と一緒に、やっぱり油断しないことですね。津波は絶対来ない、ってみんな思っていたんですよ。前にも大きい地震があったりして、その時も津波が来なかったんだから、今回も大丈夫、っていう油断が。やっぱり油断しないで、常に、地震が来ても来なくても、気を引き締めて生活することが大切だなあ、って思いました。

(質問) 震災を経て、自分の中で変わったことはありますか？

(鈴木さん) 中学校で一緒だった人達と、中学校の時以上に結びつきが強くなったかな、って思います。普段の生活で会う人がいるんですけど、会った時に気を使ってくれたり、優しいというか……。中学校の時はもっとさっぱりした関係だったんですけど、いろいろ心配してくれたり、逆に自分も相手のことを心配したり。(部活で)怪我したって情報がすぐ広まって、そういう時はみんなが心配してくれたりします。みんなで同じ風景を見ているので、仲間っていう気持ちはそこから強くなりましたね。

(平成25年5月19日東松島市図書館にて取材)

46)

Daisuke Suzuki 10's Male

Higashi Matsushima City, Otsuka

9th grade at Naruse II Middle School at the time of the earthquake/tsunami

Kazuki Sato 10's Male

Higashi Matsushima City, Asai

9th grade at Naruse II Middle School at the time of the earthquake/tsunami

(Question) Have you already decided what you want to do in the future?

(Suzuki-san) I want to get a job after graduating from high school.

The firefighters helped us a lot during the disaster, and I started to think I want to be like them. I want to join the fire department as a civil servant.

I used to think firefighting was just about physical labor putting out fire. But I was wrong about them. They came to the shelter and listened to the people suffering from the disaster, just like a counsellor. I was impressed by their kindness and generosity.

(Question) What have you learned about the prevention of future disaster from your experience?

(Sato-san) My parents told me that a tsunami did not hit in the last Chilean earthquake. As such, people were off guard this time and many of them were swept away by the tsunami.

The important thing is you should never underestimate the impact of the earthquake regardless of its scale.

(Suzuki-san) I agree with Kazuki (Sato-san), never let your guard down. Everybody assumed a big tsunami would not come. The fact that a tsunami did not come when you had a big earthquake before would lead you to believe it will be alright this time again.

It is important to brace yourself all the time no matter whether an earthquake comes or not.

(Question) Are there any changes in yourself after the earthquake?

(Suzuki-san) The bonding with my friends from junior high school has become stronger. Also people around me seem to have become more caring about me.

When I was at junior high school, I was not so close to my classmates. After the earthquake, we began to worry about each other. For example, when I got injured in the school activities the story soon became widespread and everyone was concerned about me.

We have now a stronger sense of comradeship, since we've seen the same scenery all through the disaster.

“Interviewed at Higashi Matsushima Library on May 19, 2013”

47)石森 祐介 20代 男性

東松島市矢本

被災地障がい者センター石巻

自宅（立沼）で被災

震災をきっかけに、物の価値観は大きく変わりました。地域にずっと根を張るのではなく、いろいろなところに動き回りながら活動したいと思っています。ただ、何かあったら戻ってこられるところは東北であるべきだと思います。

精神論的な話になってしまうのですが、こういう身体に生まれたということは、ひとつの運命だったんじゃないかなあということもあって、私としては、どのような状況にあっても、障がい者支援に関わる仕事を続けたいと思うし、逆に震災前に考えていた就職というのは全然考えられません。ちゃんとした仕事じゃなくてもいいじゃないかとか、どんなに金があろうが、人の資本というか社会資本というのか、人との出会いに恵まれていることが大事だと実感しています。今後も、それを大事に活動していきたい。東京やら東海方面で地震が起こってしまったら、私たちもなにかしらお手伝いしたいと思っています。

(平成25年6月6日東松島市図書館にて取材)

47)Yusuke Ishimori 20's Male,
Yamato, Higashi Matsushima City
Staff member of the Center for Persons with Disability at
Stricken Area

The earthquake has drastically changed my values. Now I am hoping to visit many areas for my work, rather than to stay only in Tohoku. Still, Tohoku will remain my home town where I can return whenever necessary.

This may sound spiritual, but I feel that being born with a disability is my fate, and, under any circumstances, I want to continue to work to support persons with disability. Before the earthquake, my future plan was to find an ordinary job, which is just out of the question now. I realize the importance of both human and social capital, or encounters with people, that may be more valuable than a proper job or money. Going forward, I am carrying on my work with my new values. If an earthquake hits Tokyo or Tokai area in the future, I want to help out in any way possible.

“Interviewed at Higashi-matsushima Library on June 6, 2013”

48)武田 幸子 50代 女性
東松島市矢本
真壁病院看護部長
職場（病院）で被災

（患者を）守らないといけないという使命感が、医療従事者は、というか看護師は強いです。そのために自分を犠牲にしてしまうことが非常に多いですね。それはすばらしいことではありますが、どこかで自分を逃がしてあげるところをもたないと、くたびれてしまう。使命感も大事だけれど、自分自身も大事にしてほしいなあ、と思います。自分がだめだと人を助けることもできないので。

自分の状況を話せる人がいると言うのは大変大きいですね。いいことでも悪いことでも。一人だったら耐えられないでしょうね。

（平成25年6月12日真壁病院にて取材）

48) **Sachiko Takeda** 50's female
Yamato, Higashi Matsushima City
Nursing Manager, Makabe Hospital

The healthcare workers, in particular nurses usually have a strong commitment to save patients, so quite often they sacrifice themselves. The self-sacrifice itself is a great thing, however, they will get down unless they take a breather every now and then. Though a sense of mission is important, they should also give attention to themselves. If you are not well prepared, you won't be able to save the others. Having somebody you can share your situation with is a key, both good times and bad times. You won't be able to bear hardship just by yourself.

“Interviewed at Makabe Hospital on June 12, 2013”

49) **鹿野 すづ子** 50代 女性
東松島市浜市
自宅で被災

今後の教訓としては、地震を甘く見ないことです。地震が来たら津波が来るというふうにとったほうがいいですね。前の私たちみたいに「10センチか20センチだべ(だろう)」なんて考えではなく、「また大きいのが来る」と思わないと助かりません。逃げ場所を自分たちなりに決めておくとか、普通の時にそういうことを確認しておくといいと思います。

我が家は集団移転を希望しないで、自分たちで何とかしたいと考えています。あえて津波が来たところを買いました。かさ上げして建てなければならぬんですが、それでもやっぱり知っている人のそばがいいというか、この年で知らないところに行くのはいやですね。いつか家が建って、家から畑に出られる日がくるといいな、と思っています。子どもたちもとらずに元気で仕事もあるので、私たちも子どもたちから元気をもらった感じです。子どもたちが働いているのに、自分たちが働かないでいられないよね、と。子どもたちは避難所から毎日毎日、普通に何も言わずに仕事に通っていました。それで私たちが救われたということですね。

(平成25年6月13日図書館にて取材)

49)Suzuko Shikano 50's Female
Hamaichi, Higashi Matsushima City

A lesson for the future is that we should never underestimate earthquakes. We should assume that a tsunami always comes after an earthquake. We will never be saved if we think “It will be just a few inches of tsunami”, like we did previously. We should rather assume “A big one’s coming again”. We should also prepare for an emergency, such as determining a place to take refuge.

Our family decided not to participate in the group relocation, hoping to manage by ourselves. We dared to buy a land hit by the tsunami. Though it needs to be elevated in order to build a house, we prefer living in the familiar neighborhood to moving to a strange place at our age. We hope someday we go into a field from a newly built house. Our children are doing all right with a job, and they have invigorated us. As they went to work from the shelter everyday without complaining a word, we came to think that there were no reasons we would not work as long as they were working. That saved us a lot.

“Interviewed at Higashi Matsushima library on June 13th, 2013”

50)安倍 託子 80代 女性
東松島市浜市
現在 東松島市大塩緑ヶ丘

浜市にも港作った時の仕事歌あんのね。どや節って。「浜市どや節・甚句」って2つあんのね。防衛庁の防音対策で浜市はほとんど移転だっちゃ。それで、「浜市さ残していきたい」って、私さ声掛ったのね。それで6人で結成したの。今は、浜市小学校の生徒と父兄と運動会で踊り子してんの。どや節で。「えんやーどっと」って。あと後藤桃水まつりとか。

こないだね、大田区さ行って来たの。大ちゃん音頭歌ってきたの。今度、仮設対抗のど自慢あんの。それでも、歌ってけらいね（歌ってくださいね）、と言われて。お天道様出ない日あっても、おれの車が動かない日はないって言われるの。

今だにね、どこさ行ってもこの震災の話だよ。それこそ、どこの仮設に行ってもさ。私の住んでいる仮設でね、80歳5人してね、日、月、木を休みにして、夕方5時から6時までお茶飲み会やってんの。私は4畳半一つで、5人入られないから、前の家を借りて5人で集まってるの。最後に別れる時は「今日も1日御苦労さま。あはは」って3回笑って解散して来るの。

(平成25年6月20日東松島市図書館にて取材)

50)Yoriko Abe 80's Female

Previous address: Hamaichi, Higashimatsushima, Miyagi,

Current address: Midorigaoka, Ooshio, Higashimatsushima, Miyagi

There are two work songs in Hamaichi, "Doyabushi" and "Jinku", made when a port was built. Almost all of the residents in Hamaichi were required to move to another place for noise control measures of the Defense Agency. There was a desire to take some action to make Hamaichi remembered and I was asked to help. Six people, including myself gathered to make up a team. Now, we dance with Doyabushi, singing "Enya-dotto", with the pupils of Hamaichi Elementary School and their parents on Sports Day. We also dance at Goto-tousui festival.

I went to Ohta-ku, Tokyo the other day. I sang "Daichan Ondo" there. We are having a singing contest among the teams of temporary housing and I was asked to sing there as well. They say that not a day passes without me driving my car to a signing event.

People still talk about the earthquake everywhere, especially in the temporary housing. At my temporary housing, five 80-year-olds have a tea party from 5 p.m. to 6 p.m. on Tuesdays, Wednesdays, Fridays and Saturdays. My room is only four and a half tatami mat sized and can't accommodate five people, so we rent a house in front of my place to gather. When we say good bye, we have made it a rule to laugh three times saying "Thank you for today. Ha-ha-ha".

"Interviewed at Higashi-matsushima Library on June 20, 2013"

51)木村 孝雄 50代 男性

野蒜市民センター事務長

旧住所：東松島市野蒜

現住所：大崎市鹿島台

今、鹿島台にいますけども、野蒜を忘れましょうと簡単に忘れられるものじゃないし。今は迷っていると言いますか。今後どうしたらいいんだろうと。ただ、私はありがたいことにここに住まわせてもらって、いろんな方と知り合って、震災後に市民センターの職員になったものですから、まあ、何とか少しでも私がここで生きて、生活していた今までの御礼をしなくてはいけないなという気持ちでやってます。この年で、将来の展望がどうのこうのと、なかなかもう一回ゼロからスタートするのは難しいですね。逆に言

えばまだまだですけども、残された時間っていうのを、それをどのように使おうかなと。

(平成25年6月20日 野蒜市民センターにて取材)

51) **Takao Kimura** 50's Male

Nobiru Community Center Office manager

Previous address: Higashi Matsushima City Nobiru

Current address: Oosaki City Kashimadai

I live in Kashimadai now, but it isn't easy for me to forget Nobiru even if I want to do so. I'm confused and wondering what I should do in the future. Currently I think I should show my gratitude to the city of Kashimadai for letting me live here by contributing to the city as much as possible. I was employed as a staff member of the Ohsaki Citizen Center after the earthquake with the help of many people I got to know here since I moved in. At my age, it's difficult to think about my future and do over my life from scratch. I should say I still have some time left and think about how I should spend the rest of my life.

(Interviewed at Nobiru Community Center on June 20, 2013)

52) **佐々木 栄子** 70代 女性

現住所：赤井字川前

旧住所：大曲字下台

とにかく震災後、赤井に住んでからは、ひとりになって家にいたんではだめだ、って思ったから、進んでいろんなグループに混じって。陶芸教室にカラオケに婦人学級に、あと、ゆふと（健康増進センター）にも行っているから。それで、みんなでわいわい言って、お茶を飲んで、そういう時だけでも忘れられて、助かりました。もう、とにかくひとりうちにはだめだな、って思ったんで、自分から、進んでいろんなところに混ぜてもらって。たまたま高校の同級生が、うちの近くの後ろの方だったの。あと、中学校の同級生がひとりで赤井南小学校の近くにいたので、その人もちょくちょく遊びに来てくれるし。ひとりだから来やすいんだね、遠慮なく来られるから。うんと助かりました。いろんな話をしているうちに、一時でも忘れられてね。おかげさんでね、赤井の人たちにも知り合いが多くなって。みんなに助けてもらってね、なんとか元気になって。

息子は群馬にいますのですが、次の目標は家を建てることですね。東矢本駅のところは7月くらいから埋め立てをするみたいですけど、結局、ひとりだから駅の近くにいないと不便なんです。何かって言えば駅が近いと便利でしょ。息子も結婚してなくてひとりだから、

お父さんにもらったお金で家を建てて残してやろうかな、って思ってね。こっちにお墓もあるし。こういうふうにしたいと思うんだけどどうなの、って言ったら「いいよー」って言うから。小さい家ですけど、建てようかと思って。それを楽しみにね。とにかく、元気にいなくちゃいけないと思うから。ゆふとのプールの中でウォーキングをして、お風呂に入って、寝るばり（寝るだけ）にして帰ってくるんですよ。なるべくそういうのは参加して、動いてないとだめだなあと思ってね。

（平成25年6月27日 東松島市図書館にて取材）

52) **Eiko Sasaki** 70's Female

Current address: Akai aza Kawamae

Previous address: Oomagari aza Shimodai

I moved to Akai after the earthquake, and I strongly felt that I should not stay home alone, so I joined various groups, such as pottery class, Karaoke, women's workshops and Yuputo (local facility for health promotion.) Only when I was enjoying a chat over tea with other members in those groups, could I forget the loneliness, which helped me a lot. As I really thought it was not good for me to be alone just staying home, I willingly went out and joined various groups. Fortunately, one of my classmates from high school lived near my home, and another classmate from junior high school also lived alone near the Akai Minami elementary school. They often came to see me. Because I lived alone, they were free to visit me anytime. We talked about many things, which helped me a lot and I could forget about my loneliness, even if for a short time, while I was talking to them. Thanks to them, I have gradually come to know many people in Akai. Since everyone here helped me in many ways, I feel better. My next goal is to build a new house. I heard that the area around Higashi-Yamato station is to be reclaimed starting July 2013 and I am thinking of building my house around this area. As I am living by myself, it is convenient for me to live near the station.

I have a son in Gunma who is unmarried and is also living by himself. So I want to build a new house with the money left by my husband, and leave it to my son. This way he can take care of the family grave located in this area. When I mentioned this idea to him, he just said, "Sure thing.", so I made up my mind to build a house, though it will be a small one. I'm really looking forward to it. Recently, I do some walking exercise in the pool at Yuputo and take a bath after the exercise. Taking a bath there means that I don't need to do anything at home before

going to bed. I think I should go out and do as many things as possible, rather than staying home alone.

“Interviewed at Higashi Matsushima Library on June 27, 2013”

53)丹野 幸男 60代 男性

住所：東松島市野蒜

皆さんがどう思ったかわかんないけど、想定外で決めつけないで、今後、復興するにあたって、よほど考えなければ駄目だな。自然には勝てないんだ、やっぱり。俺、つくづく思ったね。避難道路、あんなのなんぼ（どれだけ）立派なの作っても無駄。だからやっぱり、年とってる人は特に、10分位で高い所に逃れること。ビルでもいいし、タワーでもいいし。道路は無駄、私はそう思います。だってさ、避難道路作っても、一人が停車すれば終わりだよ、アウトだよ。皆、乗り降りしてね。だから、よほど考えないと。

本当に安心、安全なまちってどういうまちなんだ、って聞かれた時に、心とか何とかって、それが必要です。みんな仲良くいいまちを作って、コミュニケーションを大事にする。そういうのは大事だけでも、災害に強いまちづくり、というのも大事。今鹿島台、大崎市でもやっていますけどもね。吉田川の堤防が決壊した時に、この町は守るんだよ、という堤防を作ったんですよ。道路をね。あれなんかもね、町長が発案したんじゃないかな。やっと今、完成なんだけど。町だけは水没から免れよう、ってことで。

ここだって危ないですよ。この間の津波で終わりではないんだから。千年に1回っていうんだけど、その1回が今来るかもしれないし。そこを、津波が来たって、逃げれば命だけは助かるよ、っていうまちづくりをしてもらいたい。家は流されてもいいから、命だけは助かると。そういうまちづくりをみんなで考えて。議員さんたちに任せないで知恵を出してね、そう思います、今。

(平成25年7月12日 東松島市図書館にて取材)

53)Yukio Tanno 60's Male
Nobiru, Higashi- Matsushima-city

I do not know what other people think, but as far as I think, we must contemplate how to rehabilitate, considering even unanticipated situations. I realize now that we human beings can't beat nature. I severely recognize, that no matter how excellent a refuge road we make, nature is capable of destroying all of it. So I think it is crucial that elder people are able to go up to higher places within 10 minutes or so. It could be a building or a tower. It's very wrong to get out on a road.

If you get on a refuge road, you may be stuck even one person can stop and cause problems on the road. So you must think of what you really need to do.

If I was asked what it takes to make a safe and secure town, I would say it takes bonds between people. It is important to make a town where everyone is friendly and where people can easily communicate with each other. But most of all, it is important to make a town prepare for and be resilient to disasters, which is actually taken into consideration in reconstructing Kashimadai-town and Osaki-city. Also, when Yoshida-river's levees collapsed, the levees were rebuilt considering the safety and the protection of people in this town. Speaking of the road which has been just completed, I think the mayor suggested creating it as a preventive measure of floods.

I think my town is also prone to disasters such as Tsunami. It is said that a tsunami happens once in a thousand year, but I think it can happen anytime again. I truly hope that this town is reconstructed in a way that people can escape and survive even if homes might be swept away. In order to reconstruct our town in the way we all want to, I think it is important that everyone puts thought into it and speaks up, not leaving everything up to the politicians.

“Interviewed at Higashi-Matsushima Library on July 12, 2013”

54) 櫻井 けい子 50代 女性

被災住所：東松島市野蒜字亀岡

これから、高台（野蒜北部丘陵団地）に戻って来られると思うんですけど、亀岡の人達、またみんなでいろんな集まりをやりたいなと。亀岡だけだったんですよ、運動会とかスポーツ大会、夏祭りもやってたのは。そういうのをやれたらいいなと思うし。とにかくみんなが集まる機会っていうのを多くしたいなと。みんなで「あーよかったね」って笑ってられるようなそういうような。また前のように戻したいですね。亀岡は今在宅50件くらいしかないけども、また高台に戻って来られる方も何人かいるって聞いているので、その人たちでそのままいろんなことやれたらいいなと思いますね。前の亀岡みたいにやれたらいいなあ。けっこう亡くなっている人も多いんですけどね。年配の人が亡くなっているんですよ。また同じような亀岡にしたいです。どこまでできるかわからないですけどね。

この間、パドル（体操）で陸前高田に行ってきたんですよ。山の奥の奥で80歳以上の人達しかいないんですけど、その中ですごいパワー感じてきましたよ。あの年齢でもけっこうやれる人たちはやるなと思って、元気です。「俺まだ大丈夫だ。べこ（牛）飼ってたんだ

ぞ」って。そういうのを見ると、まだまだやらなきゃないよね私の年齢だと、と思うんですよね。ようやく震災の時の津波が見られるようになりましたよ、泣けますけど。うちを片づけに行ってその周りを見てきたことが全然なかったから。うちを片づけるのが精一杯で、12月に帰ってからようやく自転車で、「こうだったんだ、ああだったんだ」と見て歩いたから、それまでやっぱり見れなかったですよ。「おっかない」って。津波は見てないけど、川の逆流しか見てないんだけど恐ろしい。お世話になった定林寺には碑を建ててもらったし、母の名前刻んでありますよ。

(平成26年3月4日 図書館にて取材)

54) Keiko Sakurai 50's Female
Nobiru, Kameoka, Higashi- Matsushima city

With an expectation that people who used to live in Kameoka would come back to the upland (Nobiru North Hills Residential Zone), I am hoping we can all get together at the various local events again. It was in Kameoka where many events such as field days, sports events and summer festivals were held. I hope we can hold those kinds of events again where everyone gets together, and enjoys with a smile on their face, saying things like “it was nice, wasn’t it.” I truly wish everything would be restored to what it was like before the Tsunami struck. Although there are only about 50 families living in Kameoka right now, I heard that some more people are planning to come back. With those people, I hope to be doing all kinds of events, events like the ones we used to have. I only regret that many people have passed away, many elderly people. I would like Kameoka to be restored to what it was like before, though I am not sure to what extent it can be done.

The other day, I visited Rikuzentakata-city to attend an event of Paddle exercise. It was very deep in the mountain and all the people there were in their 80’s or older, but my spirit was lifted there. They made me realize that people can be energetic even at their age. A man said “I am still OK. I’m taking care of “*Beco*” (cow) by myself!” Seeing those people, I felt encouraged and told myself “At my age, I had to lift myself up and get working on things”. Recently, I finally became able to watch the images of the Tsunami strike after the earthquake, though it makes me cry every time I watch it. When I returned to my home to cleanup, I had been fully tied up with organizing my own place. So, until recently, I had never looked around at how this area looks after the Tsunami. It was only in December that I went home, cycled around and saw with my own eyes what really happened in this area. Until then, I was too frightened to see what really happened here. I’m still frightened of a

tsunami though I only saw the river fly upward and not the Tsunami itself. At Johayashi temple, where I stayed as a refugee, a monument has been built and my mother's name is inscribed on it.

“Interviewed at Higashi-Matsushima Library on March 4, 2014”

55)小田嶋 良枝 60代 女性

旧住所：東松島市牛網字平岡

現住所：東松島市牛網字駅前 小野駅前仮設住宅

浜市は行政区がなくなり、今元に戻っている人が10軒足らず7～8軒みたいなので、一つの町が津波でなくなっちゃたんですよね。それは、昔から住んでた町なのですごく残念だと思いますね。平岡地区も3分の2位移転しちゃったんです。流されたうちは1～2軒だったんですけど、浸水した家は壊して集団移転の所に行く人、自力で土地を求めて再建する人もいます。私の家ちょうど真ん中くらいなんですけど、そこから浜市側に向かって家が全部ないんです。あそこら辺みると、これから草とか生えてくると原野みたいなの。草ぼうぼう茂ってね。うちの裏側が海で、松林が海浜緑地公園から浜市までずっと続いてあんなに密集してた時は、海からうちまでがすごく遠いと思ってたのね。そしたら、松林がまばらで「こんなに海が近かったのかな」ってびっくりしたんです。1キロ以上1400メートルくらい離れてるみたいなんです。松林がいっぱいあって防風林、防災林になると思ってたので、まさかその松林が流されてもちろんうちにも入って来たんですよね。

いろんな所で津波の碑建ててますでしょ。牛網でもこの前除幕式あったの。小さい町でも、牛網と浜市混ぜて80人位犠牲になっているんですよね。それは、石碑とか建ててもらって後世に伝えてもらうことはいいことだなと思いました。

(平成26年3月18日東松島市図書館にて取材)

55)Yoshie Odashima 60's Female

Previous address: Hiraoka aza ushiami, Higashi-Matsushima city

Present residence: In front of the train station, aza Ushiami, Higashi- Matsushima city. In front of Ono train station temporary house

Hamaichi no longer has administrative districts, because less than 10 families or only 7 or 8 families returned to the place they had lived before the earthquake - that is, the entire town had been swept away by the tsunami. It is very sad because I had been living in the town for years. Two-thirds of the residents in the Hiraoka area have also been displaced. Only one or two houses had been swept away by the

tsunami, but some people chose to tear down their flooded house and go with collective relocation, and other chose to seek land to rebuild their house on their own. My house was located halfway between, and I saw no house on the Hamaichi-side from my place after the earthquake. It was like isolated wilderness with weeds growing thick and wild. I had a view of the Pacific Ocean from the back of my house and saw pine groves in Kaihin Ryokuchi park leading all the way to Hamaichi. The pine groves were so dense that I once felt like the Pacific Ocean was so far away from my house. What I saw after the earthquake, however, were thin pine groves, which shocked me because I felt the Pacific Ocean was so close to me. A distance between my place and the Pacific Ocean was approximately 1.14 kilometers (1 kilometer \div 0.62 miles). I had always thought the thick pine groves would serve as windbreaker or disaster-preventer and never thought that they would actually be washed away by the tsunami to break into my house.

You know that many monuments to the disaster have been constructed in many places. Ushiami just had an unveiling ceremony also. It was such a small town, but Ushiami and Hamaichi had approximately 80 victims. I think it would be great if we could pass on the memory of the earthquake and tsunami to future generations by constructing gravestones or something.

“Interviewed at Higashi-Matsushima library on March 18, 2016”

56)

石森 康夫 50代 男性

石森 さと子 50代 女性

住所：東松島市牛網字平岡

(康夫さん)

私は農家なんで、農業用の倉庫も機械もすべて駄目になりました。しかし、うちの方は平成3年から任意の組合を作ってたんですね。震災の4～5年前に会社化したんですよ。それから田んぼも圃場整備っていう大きな田んぼにさせていただいたんで、震災後1年だけ休みましたけどすぐほとんど復旧しました。今一部だけが復旧できてないんですけど、ほとんどの田んぼが復旧して施設も機械も国とか県、市のおかげで一通り揃えることができました。去年一昨年と2年間も米も作れるようになって今はいちごも始まりまして、とにかく仕事は年間ずっと通して何とかあるんですね。ただ問題は今からの後継者と、それからそこで働く人たちがきちんと仕事した分だけのお給料がいただけるようなしっかりした内容にしていかなければならないと、思っていることです。

津波かぶって、田んぼの土地力っていうのがまったくなくなってしまって、土のいい成分が全部掃いてしまったんですね。海から重金属とかいろんな悪いものも上がっているんで、田んぼの表面を全部掃いて捨ててしまったんです。また 1 から土造りをしてとにかく消費者に美味しいと言われる米を作って、きちんと数量も確保してそこで働く人たちの賃金がきちんと払えてってなれば、たぶん後継者も育つと思うんです。農業そのものに対して私もすごい誇りを持ってて、うちは何代も前から農家だけで食べてきたんで。とにかく頑張って頑張った分だけお金にも結果として必ず出てきますし。それはすごくいいことだと思うんで、ただ今、私の子どもたちはやらないと言ってるんで。うちの子どもたちじゃなくても誰でもいいんです、とにかく中には農家好きな人とか漁師好きな人とかいろんな人がいると思うんで。今はもう世襲みたいなのが必ずしもいいことではないし、だから農家やりたいという若い人が出てきたら地元でなくても、よそからの通いでもきちんとしていい仕事をして、後継者を育てるのが一番の目的だと思います。私は一応会社の取締役になっているんですけど、何しろみんな高齢化していて社長がもう 66～67 歳で私がまもなく 56 歳になるんですけど、いつまでも若くないんでとにかく 20 代 30 代のあとあとに受け継いでいけるような体制をきちんと取りたいなと思ってます。そのために、しっかりと仕事をしてしっかりと稼いで利益をあげて、会社をきちんと良くして地元の皆さんからも信頼をいただいて「あそこだったらあの人だったら任せても大丈夫だね」と言われるようになりたいなと思います。

(平成 26 年 3 月 23 日東松島市図書館にて取材)

56)

Yasuo Ishimori 50's Male
Satoko Ishimori 50's Female,
Aza Hiraoka, Ushiami, Higashi-Matsushima-shi

I am in agriculture. That earthquake took everything away from me, including my company's warehouse and equipment. We fortunately could recover most of them just one year after the earthquake. I have large rice fields as my business, which had been a voluntary partnership since 1991, was incorporated 4 to 5 years before the earthquake. Although not fully recovered, most of my rice fields are now back with necessary facilities and equipment thanks to the national and local governments. Now we fortunately have business throughout the year. We successfully grew rice in the last two years and also have started growing strawberries. The biggest challenge we face is that we need to develop the business such that successors and their employees will be fairly compensated for their work.

What the tsunami brought to our rice fields was not only sea water but also toxic chemicals such as heavy metal. Therefore, we had to brush out the field, wiping away bountiful soil as well. I believe that preparing soil from scratch, growing good quality rice that satisfies customers, maintaining certain volume of orders, and paying proper wages to employees will open the way to successors of my business. I am very proud of being a farmer as my family has been making a living as farmers for generations. I like farming because I can see the results of my efforts right away – the harder you work, the more you receive. Unfortunately, my children told me that they won't do farming. I also don't think it is always good to get your employment through heredity. As such, I am looking for any youngsters who really like agriculture, no matter where they are from, given my immediate goal is to groom successors. I want to establish a system to pass along my business to someone from the younger generation. I think that it would be best for someone in their 20s and 30s because my company is currently facing aging issues.(The company's president is now 66 to 67 years old and myself as a board member will be 56 soon). We can't stay young forever. To achieve this goal, we will work hard to increase profits and to earn the trust of local people by developing the business. I would like to see my customers say, "We can trust him."

"Interviewed at Higashi-Matsushima library on March 23, 2014"

57)門馬 善道 60代 男性

住所：東松島市宮戸字室浜

人と挨拶する時、「おはよう。こんにちは」ですれ違うんだけど、私らの場合はもう一歩踏み込んで「このごろ変わりない？」って声をかけます。それが必要だから、それは心がけているの。「何か寒かったね、今年の冬。体調崩さなかった？大丈夫」っていうようなニュアンス、態度、それは私個人ではうんと気をつけいるんです。

牡蠣小屋もあくまでもアルバイトだけど、県外から被災を見ながら来る人が多いです。多いのが山形、福島、栃木、遠くは関西方面。その中には奥松島に、20年前に来たとか10年前に来たとか民宿に子ども連れて何回も泊りに来たとか、去年はそういう人たちがだいぶ来ました。「おじちゃん、この松の木枯れてるけどどうしたの？」「こここんなに草生えているけど、津波でやられたの」と聞かれるので、仕事しながら「あそこに見えるのは野蒜海岸だよ。松の木ちらちらあるのは、本当はこういう状態だったよ。あそこにあるのは、かんぼの宿だよ」と説明しています。生の声を聴きたいからってわざわざ遠くか

ら来ているんだから、牡蠣小屋の経営者には、牡蠣を売って儲ける事よりも、支援のお礼かたがたそれも含めて商売しなくては駄目だと言っているんです。高台の工事に来ている人も食事に来るから、このおじちゃん北海道から工事に来ているから喋りなさいとか、小屋の中をそういう雰囲気にしてます。

(平成26年2月25日東松島市図書館にて取材)

57)Yoshimichi Momba 60's Male
Miyato-Murohama, Higashi-Matsushima city

When we run across somebody, we try to exchange more words, instead of just saying "Good morning!" or "Hello!" Because we need to care and help each other, we want to show our consideration through the words and behaviors. For example, I would say "It's been cold. How are you? Are you doing OK?"

I work at "Kaki-goya", the oyster bar. We have a lot of visitors coming from other prefectures, to see the area suffered by The Great East Japan Earthquake. Most of the visitors are from the neighboring prefectures such as Yamagata, Fukushima and Tochigi, while others are from western Japan. Some of them visited Oku-Matsushima 10 years or 20 years before the earthquake. Some of them had stayed at "Minshuku", the guest house, several times with their family. Last year, a lot of them came. When they have questions like "What happened to this pine tree? It's blighted!" or "It's so grassy here! Is this because of Tsunami?", I try to answer them in a courteous manner, because I know these people came all the way to see us and hear our fresh voice, and we have been receiving significant support from others. We should not just pursue profit but keep these facts in mind when we sell oysters. That is what I keep telling to the owner of "Kaki-goya", although I am just a part-time employee. "He came all the way from Hokkaido for construction work. Why don't we talk with him?" I am trying to forge that kind of atmosphere.

"Interviewed at Higashi- Matsushima library on February 25, 2014"

84) 清水 好和 40代 男性
東松島市矢本字新沼

(質問) 清水さんは、震災の前から畳の良さを知らせたいということで、いろんな場所で体験教室を開いてくださったりしていましたよね。この震災を通して清水さんご自身は、畳の良さなりを再確認したり、いろんなこと感じられたと思うわけですが、その辺につ

いてはいかがですか？

一番は、仕事の依頼を受けて畳を入れに行きますよね。その間に避難所にて、「やっと、畳が入ってきたからやっと畳の上に帰って来れた。避難所の体育館の床硬くて、寝てても体痛かったな。やっと畳で寝れるな。」っていうような話をしてもらおうと、やっぱりそういう気持ちを持って畳を使ってもらおうと、こういう商売やっていて良かったなと思うし。逆に我々が仕事を廻りきれないために、やむを得ずフローリングにしてしまった、フローリングで生活してみたら、「やっぱりもう少し待ってても畳入れればよかったな。」「フローリング硬くてな」という話を聞くと、畳の数って減ってきたけども、我々がやれるとこってというのは、まだ残っているんじゃないかなと。硬いフローリングの上で生活して行くのがひどければ、フローリングの上に敷ける柔らかい畳っていうのも、今後は当然提供していかなければならないだろうし、我々の技術を活かしてできることではないかと思います。それをして行くことが今後、我々の生活のために必要なことだし、みんなのためにもなるのかなと感じはしてたんです。何よりも畳はあったかいつて言われた時に、避難所っていうのは寒いし硬いし大変なことだったんだと思いましたよね。

(平成26年5月28日 東松島市図書館にて取材)

84) Yoshikazu Shimizu 40s Male
Aza Aranuma, Yamoto, Higashi-Matsushima City

(Question) I know you have promoted “Tatami*” workshops everywhere to share the beauty of “Tatami”, before the earthquake. Could you tell us about your thoughts after and during the trying time of the earthquake? Did you realize anew the beauty of Tatami? Any other thoughts changed by the earthquake experience?

After the earthquake, I went to replace Tatami to fill an order. My customer said, “Finally, I could come back on Tatami. Thank you for replacing it. It was so uncomfortable to sleep on the hard floor of the gym, our shelter. At last I can sleep on Tatami!” That kind of comments from Tatami lovers made me feel really proud of this job. On the other hand, there were people who had no choice but to change to hard floor, because we were too busy to fill their orders, and they couldn’t wait. Then I heard they said after living on hard floors, “I should have waited for Tatami for a little while.” ”Hard floor is indeed hard.”

They say that the number of Tatami is decreasing, but I think there is still a lot left for us to do. If it was difficult for them to live on hard floor, we would offer some soft Tatami that can be put on hard floor. That will make us able to take advantage of our skill. I feel that it will be necessary to sustain our daily living,

as well as making everybody happy.

Before everything, when someone said Tatami is warm, I could not help thinking about the hard living in the shelter. It must have been cold and difficult to endure.

*Tatami... is a type of mat used as a flooring material in traditional Japanese-style rooms.

It is made of dried rice straw.

“Interviewed at Higashi-Matsushima Library on 28th May 2014”

Translated by Mioko Ueno

87) 木島 新一 60代 男性

住所：東松島市宮戸字茗荷

宮戸は、ウォーキングトレイルと言って、宮戸全体みんな遊歩道になってどこでも歩けるようになっていたんだ。その道も年に2回草刈りしてるわけだ。やっぱりその道路があったのが、一番よかったし。あとは、ずっと昔から同じ人が住んでいるから、言い伝えを守っているんだな。この地藏様から、右に逃げなさいとか左に逃げたら必ず犠牲になるよとかあってあったから助かったし。あとは、室浜と観音寺を結ぶ道路とかあって、その道路もお盆になるとご先祖様がこの道を歩ってくるからと言って、今でも年に1回くらいは草刈しているみたいなのね。だから、いつも語り部で言うのは、いろいろ小高い山とか丘とかあったけども、そこはほとんど利用されてなかった。やっぱり山に登る道はつけておくべきだと、俺は話しているんだけど。そういうことで、宮戸と野蒜の犠牲者数の明暗が、分かれたのかなと俺は思うと話しているんだ。自分たちはどこに逃げるんだか、常に頭に入れておかなきゃないと話してんだけどさ。

(平成26年7月31日自宅付近にて取材)

87) Shinichi Kijima 70s Male

Aza Myouga, Miyato, Higashi-Matsushima City

Miyato has “Walking Trails” all over the village and they are mowed twice a year. I think that helped people to evacuate from Tsunami. Also the villagers who have lived there for a long time kept ancient tradition like “You should turn right at the stone statue of Buddha, if you go left you’ll die.” In addition we have a path between Murohama and Kannonji which is well maintained because people believe that ancestors come back through this path at Bon festival.

I always talk to other people that it is necessary to have roads to climb hills or higher places. There were mountains and hills but people couldn't flee because there was no way to climb. Because Miyato had more trails, there were more survivors from Miyato than Nobiru. We should always think about where to evacuate.

“Interviewed near his house on July 31st, 2014”

Translated by Aya Watanabe

90)佐藤 善文 70代 男性
被災住所：東松島市野蒜字北余景

今JRの線を外し、サイクリングロードにしたらいという案も出ていて、その場合海岸の方の避難場所はここしかないから、その時は協力してもらいたいというのが1つと、閑上から気仙沼まで桜をたくさん植えたんです。これは桜ロードって言って、これは残したいと言ってるわけね。仙台から海岸来ると、何かあるとやっぱり途中で休む場所はここしかないんだって。いろんな団体は、ここは注目しているわけね。

(人が)亡くなった場所は、どうして亡くなったか、人命が助かった場所は どうして助かったか、両方調べなきゃいけないと思う。研究する余地はあると思う。将来、海に海水浴や釣りに来て、津波来たらどこに逃げるか。高台まで逃げられないから、海岸の近くにこういう所残しておかなければならないと思います。

(平成26年8月4日 佐藤山にて取材)

90) **Yoshifumi Sato** 70s Male
Lived in Nobiru Aza Yokei Higashi-Matsushima City at the time of the earthquake

An idea to take away the JR railroad and make it into a bike path is being proposed. In that case, this will be the only place on the seashore for people to evacuate to. In such a case I would need some help. We planted many cherry trees from Yuriage to Kesenuma. We call it Cherry Road and hope to keep it. When you come to the sea from Sendai this is the only place to take a rest, so many organizations are paying attention to this place.

I think we have to investigate the differences between the places where people were killed and the places people were saved. I believe it's very important to know. When people come to the beach or to fish in the future, they should know

where to go in case of a tsunami. They may not be able to climb to the top of the mountain, so I believe that a place such as this should be maintained near the seaside.

“Interviewed at Sato Mountain on August 4, 2014”

Translated by Chiyoka Nakanishi

92) 奥松島観光タクシー

佐藤 輝弥 50代 男性

佐藤 礼子 40代 女性

被災住所：東松島市野蒜字北余景

よく、お客様のお陰でとか、地域の皆様のお陰でとかいう言葉がいろんな商売やっている方から言われますけど、実際私らもその通りですね、今回も私らが動いたことによって、すごい喜んで下さるお客がいる。どうでもいい仕事ではないってことで、誇りに思っています。より安全な運行を提供していければなと。観光タクシーが走ってて良かったと、うちのタクシーのカラーがけっこうイメージが強いようですね、お客様からすると昔の風景の1つのようなんです。野蒜周辺すべて無くなってしまいましたけど、野蒜駅に待機しているとか宮戸島を走っているとか風景の1つだったわけなんですね。そういう風景を残していくためにも、頑張っていきたいなと思います。

(平成26年9月25日 奥松島観光タクシー事務所にて取材)

92) Okumatsushima Tourist Taxi

Teruya Sato 50s Male

Reiko Sato 40s Female

Lived in Kita-Yokei, Nobiru at the time of the earthquake

Those of us in the service industry often say “thanks to our patrons” and “thanks to people in the community.” I strongly feel that. But this time, people were grateful for things that we were able to do at the time of this disaster. We are proud of ourselves, knowing how important our business is. We should keep offering even safer driving services. It’s nice to have a tourist taxi. Our patrons remember our taxi color, and I believe it was a part of the landscape. Even though the area around Nobiru was all demolished, our taxis waiting at Nobiru Station or running around Miyato-Shima were one of the scenes people remember. I will do my best to preserve such a landscape for people.

“Interviewed at Okumatsushima Tourist Taxi on September 25, 2014”

Translated by Chiyoka Nakanishi

94)かわしま歯科医院 川島 弘 40代 男性

住所：東松島市大曲字寺前

(質問) これから震災時に口のケアはこうしようとか、今まで我々も考えてこなかったようなところを考えるようになってきているのかなと思うんですけど、歯科医さんの立場からはどうですか？

震災あってみて、歯磨きできないという人がけっこういるのが多かったんで、震災後集めて小学校に歯ブラシとか何個か持って行ったんです。その辺、在庫とか置いておけば一番いいのかなと思います。シートで拭くのも応急にはなりますけど、やらないよりは全然いいです。ガーゼだと目が粗いのでけっこう汚れが取れるので、そういうのを代替して使ってもらってというのも広めて行けばいいのかなと。そういうやり方ありますよとわかれば、歯ブラシなくても口のケアできるので。

(質問) 先生ご自身が震災後これは自分の中の変化かなとか、仕事に対して自分はこういうところが変わったなとかいうところがございますか？

仕事は震災前とスタンスはそんな変わってないと思うんですよ。ただ生活の方は、前は自分の好きな物、趣味の物であったりそういうのにお金かけたりしてたんですけど、今は質素になったというか、車も震災で流れて無くなって中古買ったんですけど今もそれ乗っているんですよ。前だったらすぐにでも新しいのを買ってたんでしょうけど、そういう所も何故だか自分でもわからないですけど・・・命がやっぱり一番重要だと思うようになったのかな。お金だけあっても、命なくなったら駄目ですし。

(質問) 先生のこれからのお仕事の上での目標を伺っていいですか？

仕事は無理はしないで、周りの地域の人たち来てくれる人たちの口の中の健康を見ていて、よく噛めるように。震災前はばりばりとやっていたんですけど、震災後は体が壊れちゃうと駄目だっているものもあるし、ペースを落としてやっていけたらいいかなと思います。

(平成26年10月17日かわしま歯科医院にて取材)

94) **Hiroshi Kawashima, Kawashima Dental Clinic**

40s Male

Aza Teramae , Omagari, Higashi-Matsushima City

Q. Please tell me how to oral care during people live in a shelter.

A. I noticed that many people couldn't brush their teeth during they live in a shelter,
I brought some teeth brushes to them.

I think it is better to have teeth brushes stock in emergency goods.

If they don't have , they can clean up their teeth with gauze.

I want many people to know this way.

Q. Did the serious experience cause you to change your attitude toward your work?

A. It wasn't changed significantly, but I have gained new sense of value from the
experience. Nothing is more important than life. Now, my private life has
become simple though I used to spend so much for my hobbies and interests.

Q. What is the your future aim in your work?

A. I'd like to support my patients and my local resident's oral health as a dentist.

I will work at my own pace, take care myself to work for them as long as I can.

“Interviewed at the Kawashima Dental Clinic on October 17, 2014”

Translated by Yuko Nakamura

95)伊藤 礼子 40代 女性

被災住所：東松島市新東名

現住所：東松島市牛網字上江戸原

避難訓練も保育所の先生に言ったんですけど、避難訓練するからってお母さんたちそこで待っているし。そういう避難訓練じゃなくて、小野保育所だったのですが桜華小学校や未来中学校やこの辺の人と一緒に避難訓練が必要じゃないですかって言ったんです。早かったねでは評価に入らないと思います。先生達もいろんな先生いて、意識が高い人はうんと意識高いんですよ。自分たちはたまたまここにいる、あと移動するからいいの話じゃなくて、自分たち自身が今被災校にいるけど、どこか遊びに行つて海で何あった山で何あったとかいう時もありますよね。子どもたちの心のケアだと言って、学校で楽しい行事をす

ごくやってくれるんだけど、楽しいだけでは駄目だし心のケアってとても難しいことでもすごく時間かかるんですけど、楽しい楽しいと言っても、例えばその時に5年後10年後に何かあった時にトラウマになる子たちって、どうしたらいいかってパニックになる子たちって多いと思うんですよ。だからこそ今「辛かったね、悲しかったね、怖かったね」というのを、みんなで心のふたを開けて語り合って「そうだったよね～」って。先生は経験してないでしょって言われたって、経験してなくても大人は分かり合えなければならないし。みんなで全部がそうできるかってそうじゃないんだけど、怖かったけど防災のためにどうしたらいいのかっていうのを、ちゃんとした授業の中で取り上げてもらわないと子どもたちどうしたらいいか。親だって怖くて話できないとか、どうしたらいいかわからない親がいたらその家庭では話できないことですよね。だから、学校で教育してもらってそれを家庭でもとか、大人たちも参加してもいいですよとやってもらわないと、あと何年後かに怖いと思うんですけど。教育委員会だけじゃなくて、市全体としてね。過ぎたからじゃなくて、これからというのものもあるし。そういうふうな思うことを、いろんな人を交えて話す機会があるといいと思います。いろんな人が言って、守るものが守られたらいいのかなと思ってます。

(平成26年11月6日 図書館にて取材)

95) **Reiko Ito** 40s Female

Address: Sintouna Higashimatsushima

Current Address: Aza Ushiami Kamiedohara,
Higashimatsushima-city

I suggested to the daycare(Hoikuen) that we need to re-think about how to run the earthquake drills under more realistic conditions. Current earthquake drills are not working because mothers are waiting there while drills are being conducted(which is not the case in real life). I believe we need a drill with nearby schools such as Ouka elementary school and Mirai middle school. The length of the drill time is not important. There are teachers who take drills seriously.

For the future we have to help the children get over this trauma. The school plans some happy events to cheer them up. But making them happy now is not the answer. I believe the children need to get real care, which might take time, but will work 5 to 10 years later. Not only giving them exciting events, but making sure they accept the fact and real feeling of tough experiences, sadness and fear.

At school, in the class, I believe it is necessary to talk about everything as part of

education. Sometimes it is hard to do that at home. It is too scary to talk about it. As a parent we don't know what to do. Parents like to join that program with the kids at school. Not only school itself, but also the government should get involved with healing program as a community. We would like to have an opportunity to hear all kinds of people's stories and would like to protect the things we need to protect.

“Interviewed at the Higashi Matsushima Library on November 26, 2014”

Translated by Fumiko Machinaga

96)堀籠 恭子 40代 女性

住所：東松島市矢本字町浦

ラジオとしては、企業なので利益を生まないと動けない部分っていうのがどうしてもあるんです。個人に立ち返ってこういうことが出来るかなっていうので、支援をいただいて、東松島市図書館と同じようなアーカイブをして行こうってことになりました。後世に伝えるということや記録をとっておくということもすごく大事なということで、音声でそういった体験ですとか震災から1年後、震災から2年後というような状況を記録しておくというような意味合いを込めて、「石巻アーカイブスプロジェクト」というのを仲間で作ります。月に1回30分の番組を作って、配信したりホームページで紹介したりというようなことをしています。やっぱり今しかできない、記憶が薄れる前にこの方がいらっしゃる時にお話を伺ってそれを保存する、記録するっていうのはすごく大事なことなんじゃないかなと思っています。

(平成27年1月28日 東松島市図書館にて取材)

96) **Kyoko Horigome** 40s Female

Address : Aza Machiura, Yamoto, Higashi-Matsushima

In order to function a radio station, we have to produce profit. As an individual, we were able to receive support to make an archive similar to Higashi Matsushima City Library. We thought that passing on to the future generations and leaving a record of the incident would be very important with voice recordings that contain the experience of the incident and the conditions of the years after the earthquake. I am doing “Ishinomaki Archive Project” with my comrades. I create a 30-minute program once a month, broadcast and introducing it on my web page. We can only do it now, before the victims' memories become vague. I believe that it is really important to interview, record and preserve those stories.

“Interviewed at the Higashi-Matsushima City Library on January 28, 2015”

Translated by Mao Takashima

97) 亀廻井 雅文 (かめのい まさふみ) 50代 男性

白鬚神社 禰宜

住所：東松島市野蒜字亀岡

どこでも何か起きるでしょうけど、海の近くということで津波だけは言い伝えていってほしいと思います。津波を甘く見ないようにといことですね。

あと、中央集権一極集中はやっぱ駄目だなと思います。これに即して再建を図っていきたくと、特に地元にあるものを活かして。野蒜で言えば、海です。そういうのを今後、この津波で捨ててしまわないでちゃんと海水浴場を安全な状況で作っていく、あと宮戸の奥松島も松島に負けないように。奥松島をよりディープに掘り下げていって縄文時代まで掘り下げれば、歴史的にこっちの方が完全に呼べるし。この辺は縄文深海の通りの風景をそのまま残しているんですから。海で言えば大きい遊覧船は無理だから、小さい島めぐりの船とか。ホテルに対しては民宿街を復活させていくとか、そういう感じの復興を自分なりに考えてはいます。どういう働きかけしていけるかはわかりませんが。

(平成27年2月12日 自宅にて取材)

97) Masafumi Kamenoi 50s Male

Senior Priest of Shirohige Shrine

Address: Aza Kameoka, Nobiru, Higashi-Matsushima City

Anything can happen anywhere, but because I live near the ocean, I would like to talk about the tsunami. We should not underestimate their power.

Also, I think centralization is bad. I plan on reconstructing the area; especially making use of local things when you talk about Nobiru, the first thing that comes up in mind is the oceans. From now on, we should not abandon the oceans because of the tsunamis. Instead, we should create a swimming area under safe conditions. Miyato's Okumatsushima should not lose to Matsushima as well. If we dig Okumatsuhima deep down back in history to the Jyomon Period, then we can get more tourists to come because of our historical background. This area has kept Jyomon deep sea's street's scenery the way it has been. It would be hard to make a big cabin cruiser, so maybe a small ship for sightseeing the island. For hotels, we should restore tourist towns. I have been thinking of these reconstructions there days. Although, I do not know how I can start working on these projects.

“Interviewed at home on February 12, 2015”

Translated by Manami Aki

98) あんてなしょっぷまちんど 千葉 ゆき 40代 女性

アンテナショップは地元の人が、こんなに（地元）いいものがあるってことをわかって他から来た人にPRでき「あそこに行けば何でもあるよ、わかるよ。」っていうような場所にしたいし、もちろん地元の人も集まってきてほしいです。それはアンテナショップを始める時から思っていることなんです。県内外全部みんな集まれる所になればいいかなと思ってます。今後も友好姉妹都市の物も置いてますし、派遣職員さんの所も帰ったとしても根強いファンの方もいらっしゃいますし、その繋がりもせつかくつないだ繋がりなので断つことはなく続けていきたいなとは思ってます。震災の時はいつもやってもらうばかりで、もう3年4年と経っていくにあたって自分たちでやらなきゃいけないという気持ちにみんな切り替わってきてるので、私たちも何か一緒になって自分たちでやっていかないと復興というものが見えてこないですよ。そのところは頑張りたいなと思ってます。

（平成27年3月17日大曲店にて取材）

98) Pilot Store Machindo
Yuki Chiba 40s Female

I want to rebuild a pilot shot that the locals can gather. And if the tourist come to our town and look for some useful store, I want them to recommend this store. I had thought about this since I opened up this store. I will sell the things of sister-city. I will keep in touch with people of disaster assistance team. I never want to sever tied of people who became friends and me when the right after the earthquake disaster, people from outside of our town helped us. However, it has been three to four years since the earth quake. All of us started to think “Let’s do something!” We think we needed to help revive our city.

“Interviewed at the store in Omagari on March 17, 2015”

Translated by Kana Yamagishi

99) 渥美 裕介 (HOPE みらいとし機構) 30代 男性
東松島市赤井
福嶋 正義 (HOPE みらいとし機構) 30代 男性
東松島市赤井
A.Y (ステッチガールズ会員) 50代 女性

(渥美さん)

復興という形は今まで誰もやったことないことばかりなので、絶対これが正しいという答えはおそらくないだと思います。なので、我々のようなHOPEといういろんな人たちの間に入る組織があることによっていろんな立場、いろんな人たちが募ってそこで対話をしながら、未来の東松島というのは「どんな姿でありたいか」っていうところを話し合いながら、それに向かって一人一人が出来ることをやって行きたいと考えています。そういう対話をするための場としてHOPEが活動していく必要があるだろうなと思ってます。震災から丸4年で、国が定める復興集中期間というのも来年度で終わります。だから一過性のものでなくて、住民が主体となった街づくりというのがこれから求められて行くだろうなと考えてます。そういう時に、町の人々がどんなことを考えているのかとか住民の人はこんなことを今悩み課題があって、それを解決してほしいなとかそういうニーズとシーズが、HOPEでうまくマッチングできるような組織にして行きたいなと考えています。

(福島さん)

常に目標の一つに掲げているのが、東松島を刺繍の町にするということです。東松島市民に限らずですけど、皆さんには誇りを持って仕事をしてもらえるように子育ての合間であろうが、本業を持っていようがどんな形でもいいのでこの事業には携わり続けてほしいなと思います。

あとは並行して技術研修会みたいなもやって腕を上げてもらう、っていうのをやりつつ全員にメンター資格っていうのですが、人に刺繍を教えられる資格を全員に取ってほしいなと思ってます。そうすると東松島の人々が外に行って、クロスステッチを教えるとそこもまた刺繍の町になるみたいな感じで、広がりをみせるといいなと思ってます。

(A. Yさん)

私は去年の秋に入ったばかりなので、まず自分の腕を上げたいなと腕を磨きたいなと思います。仕事をさせていただく上で自分のスキルを上げて行きたいというのがまずの目標です。こういうのを通して、いろんな経験させていただいているのすごくありがたいことだし、今から次どんなお仕事が来るのかわくわくしてます。

(平成27年3月18日 あったかいホールにて取材)

99) Yusuke Amami (HOPE Miraitoshi Kiko) 30s Male

Akai, Higashi-Matsushima City

Masayoshi Fukushima (HOPE Miraitoshi Kiko) 30s Male

Akai, Higashi-Matsushima City

A.Y. (Stitch Girls member) 50s Female

(Mr. Amami)

I think there is no absolute correct way to reconstruct our town because we face a lot of difficulties that nobody worked on. Our organization “HOPE” always thinks the future of Higashimatsushima by discussing with people who live there. In order to achieve our goal, we do our best and we think “HOPE” can provide a space for discussion. It has been for years from the earthquake and “Recovery Period” that Japan had proposed will end next year. So town planning lead by residents is also necessary for the reconstruction and we must cooperate with them. We believe that “HOPE” can be the organization that faced problems and finds solutions with the residents.

(Mr. Fukushima)

One objective that we have is to make Higashi Matsushima town famous for embroidery. I want everyone, not just the residents of Higashi Matsushima, to have pride for the embroidery business. In whatever means, whether to find time between taking care of their children or working on their other profession, I hope that they will continue engaging in this business.

In addition, I would like for everyone to obtain a mentor license which allows people to teach embroidery to others, and also to improve their skills in training sessions. I wish that as a result, people at Higashi-Matsushima will visit other places and teach cross-stitch there, and most importantly influence other towns through embroidering.

(A.Y.)

I'd like to develop my skills and polish my skills within the group. This is my goal that I am going to achieve in broadening my experience by working. It is very good opportunity to undergo many hardships. I'm very excited and curious about next job.

“Interviewed at Attakai Hall on March 18, 2015”

Translated by Hibiki Orui and Kanon Watanabe

101)外処 健一 40代 男性 (石巻日日新聞)

東松島市赤井

平井 美智子 50代 女性 (石巻日日新聞)

東松島市矢本

熊谷 利勝 30代 男性 (石巻日日新聞)

石巻市和刈

(質問) 震災を経て、これからの紙面作りにおける意気込みをお聞かせください。

(平井さん)

一言で言うと信頼ですね。世の中いろんな情報が出回っていますし、確かな情報、ためになる情報もあるんですけど、やはり日日新聞が書いているから間違いがないと、これからも地域の皆さんが思ってくれるような情報を続けて出していって、私の時代の次の世代の記者たちが動いている時も、それがDNAとして続いてくれればいいなと思っております。

(熊谷さん)

地域と共に歩んでいきたいと思います。

(外処さん)

この災害で一つの力を身につけたんじゃないかなと思います。というのは災害をイメージできる力。これがたぶんこの地域の方は備わったと思います。阪神大震災がもしここで起きた場合、どのくらいの規模にあたるのか全然想像つかなかった。ただ今回大震災を経験したことによって、同じような災害が起きた時にこの地域は一体どうなるのかというのが、皆さん実体験でわかっています。

これからやっていかななくてはならないことは、災害が起きたらこうなるよというもの（イメージ）を忘れずに未来に発信していけるかということなんです。よく風化と言われますけど、風化はどこから始まるのかというと、関東でもなく関西でもないし海外でもないんです。ここから風化というのが始まるんです。我々が伝えることを止めてしまう、もしくは伝えなきゃならないことを伝えなければ皆さんの記憶というのはどんどん消えてしまう。だから風化という言葉がないような状況にしたいと思いますし、被災した我々も同じような災害で同じ悲しみを繰り返さないようにするためにもイメージできる力をどんどん広めていかなければならないと思います。

(平成27年3月26日石巻日日新聞にて取材)

101) Kennichi Todokoro, 40s Male
Ishinomaki Nichinichi Newspaper
Akai, Higashi Matsushima City

Michiko Hirai 50s Female
Ishinomaki Nichinichi Newspaper
Yamato, Higashi Matsushima City

Toshikatsu Kumagai 30s Male

Ishinomaki Nichinichi Newspaper Wabuchi, Ishinomaki City

Q. Tell us about your enthusiasm for creating your newspaper after experiencing the earthquake.

A. Michiko Hirai

Trust is the keyword. There is so much information out there, but I want people in the community to rely on our “Nichi-Nichi Paper” to obtain the most reliable and accurate information. I hope that we can continue to offer them information that they can trust, and that my next generation of journalists would do the same.

A. Toshikatsu Kumagai

I want to work with the community.

A. by Kenichi Todokoro

I think this experience strengthened our knowledge on disasters. Now the community knows what to expect when a disaster occurs. Previously, we were unable to imagine the extent of damage to the community if the Hanshin earthquake happened here, but now we can foresee what would happen because we’ve experienced it. What we have to do now is to continue telling our experience to our future generations. No one can tell the story but us. If we stop talking about our experience, the memories will be lost and everyone will forget about what happened here. I want to continue telling the story of the disaster so that people won’t suffer in the same ways as we did.

“Interviewed at Ishinomaki Nichinichi Newspaper office on March 26m 2015”

Translated by Hiroko Fujita and Sayuri Fujita