東日本大震災

2011年日本東北大地震引發的災害

此條目的主題是2011年日本東北大地震引發的一系列災害。關於該地震的概要，請見「**2011年日本東北地方太平洋近海地震**」。

除特別註明外，此條目或章節的時間均以日本標準時間（UTC+9:00）為準。

東日本大震災是指日本於2011年3月11日週五發生在東北地方太平洋近海地震、包括伴隨而來的巨大海嘯以及餘震所引發的大規模災害。受災地區主要集中在東北、關東、北海道等東部地區，離震央最近的岩手縣、宮城縣、福島縣的海岸線地區都遭到了巨大海嘯襲擊，其中有些距離海岸數公里的地區也被淹沒。許多沿海城市與設施都被摧毀，光是宮城縣的罹難以及失蹤人數就接近11,000人[1]，經濟損失更是難以估量。不僅如此，巨大海嘯還導致了福島第一核電站事故的發生。本次震災屬日本自明治時代至當時破壞規模前三大者之一（但遠大於另二者），另二分別為關東大地震和明治三陸地震[2]。

日語寫法	
日語原文	東日本大震災
假名	ひがしにほんだいしんさい、 ひがしにっぽんだいしんさい
平文式羅馬字	Higashi Nihon Daishinsai, Higashi Nippon Daishinsai

在岩手縣大船渡市被巨大海嘯破壞四散的房屋（2011年3月15日攝影）

遭到了巨大海嘯毀滅性破壞之後的岩手縣陸前高田市市區（2011年4月3日攝影）

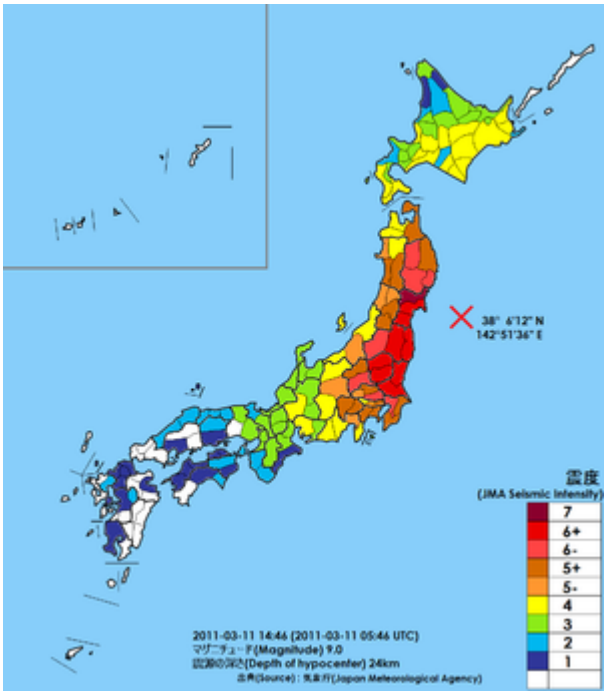
前往岩手縣山田町瀧磯地區救災的緊急消防援助隊大阪府隊之車隊（2011年3月18日攝影）

東京塔尖頂也遭到了地震影響傾斜（2011年3月11日攝影）

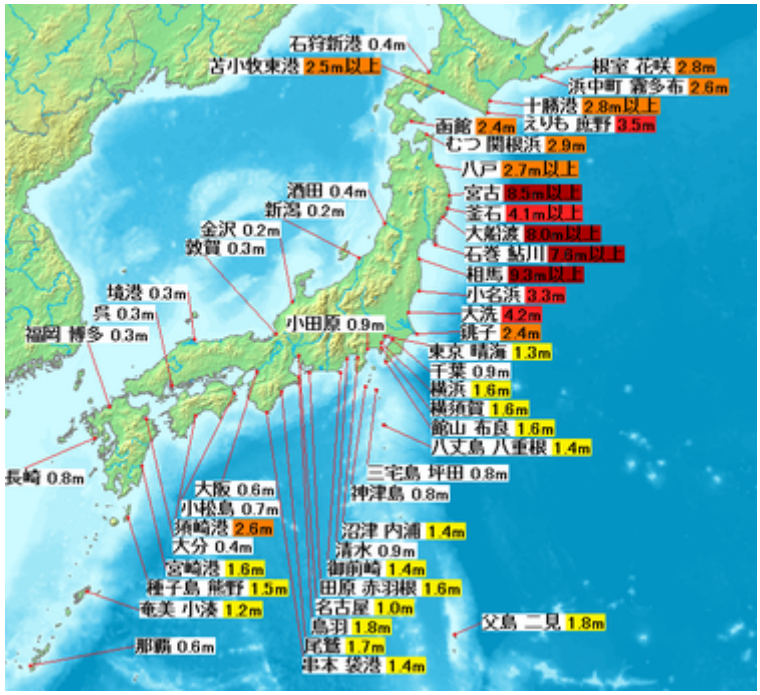
地震概況

主條目：2011年日本東北地方太平洋近海地震

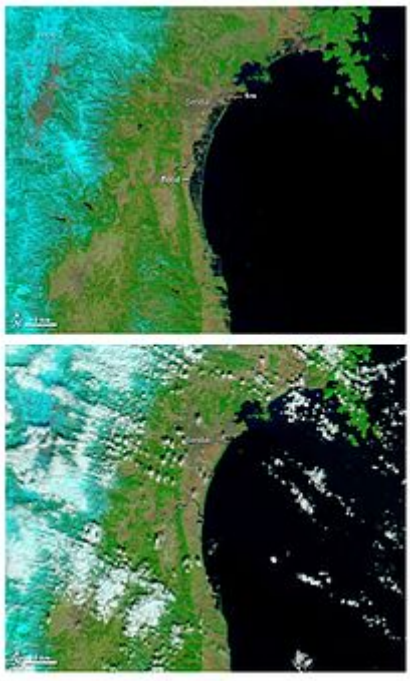
2011年3月11日週五，當地時間下午2點46分18秒，日本宮城縣牡鹿半島東南偏東130公里的西北太平洋海域處發生了矩震級9.0（氣象廳測定）（USGS測定之矩震級是9.1，日本氣象廳震級是8.4）的強烈地震[3]，震源深度24公里（14.9哩）[4]，**這也是有紀錄以來在日本所發生規模最大的地震**[5]。這場地震屬於大型逆衝區地震，在宮城縣栗原市測得7級以上烈度，在宮城縣以及福島縣等4縣總共有36個市町村也測得6級以上烈度。這場地震還引發了巨大海嘯[6][7]。



這場地震主震在日本各地造成之後的烈度圖



在日本各地監測到部分的海嘯高度



宮城縣仙台市周邊海岸線之變化：上 - 巨大海嘯襲擊之後，下 - 巨大海嘯襲擊之前

巨大海嘯情況

JA仙台附近的海灘遭到了巨大海嘯襲擊之後（宮城縣宮城郡七濱町，2011年4月6日攝影）

東北地區、關東地區和北海道地區都遭到巨大海嘯襲擊，多數地區的巨大海嘯高度超過了3米。不過東北地區的岩手縣、宮城縣和福島縣的多數地區還出現了高度超過10米的巨大海嘯[8]，巨大海嘯溯上的高度則達到40.1米[註 1]。

巨大海嘯還導致東北地區和沿海地區損失非常慘重。離震央最近的宮城縣仙台灣海岸，距離海岸4公里到6公里的內陸地區都被淹沒。海岸線破碎的宮城縣氣仙沼到岩手縣大船渡市沿線，因海灣狹窄推高巨大海嘯高度，導致數個城鎮多數的建築物被摧毀。尤其是宮城縣南三陸町，整個城鎮幾乎被完全摧毀[9]。

傷亡數據

- 所有3級目錄都為日本警察廳在2012年3月11日公佈的數據[10]。

各都道府縣罹難人數以及失蹤人數

日本國土地理院調查縣示的宮城縣名取市 - 仙台市間海岸遭受到巨大海嘯影響的情況

死傷者統計[10]

（2014年10月10日）

都道府縣	罹難	失蹤	受傷	總計
合計	15,889	2,609	6,152	24,650
北海道	1	-	3	4
青森縣	3	1	112	116
岩手縣	4,673	1,132	213	6,018
宮城縣	9,538	1,269	4,145	14,952
秋田縣	-	-	11	11
山形縣	2	-	29	31
福島縣	1,611	204	183	1,998
茨城縣	24	1	712	737
栃木縣	4	-	133	137
群馬縣	1	-	42	43
埼玉縣	-	-	45	45
千葉縣	21	2	258	281
東京都	7	-	117	124
神奈川縣	4	-	138	142
新潟縣	-	-	3	3
山梨縣	-	-	2	2
長野縣	-	-	1	1
靜岡縣	-	-	3	3
三重縣	-	-	1	1
高知縣	-	-	1	1

罹難者數據

年齡段	佔比	罹難人數
0歲到9歲	2.95%	496人
10歲到19歲	2.65%	419人
20歲到29歲	3.26%	515人
30歲到39歲	5.37%	847人
40歲到49歲	7.07%	1,116人
50歲到59歲	11.93%	1,883人
60歲到69歲	18.66%	2,945人
70歲到79歲	24.81%	3,759人
80歲以上	21.42%	3,381人
年齡不詳	2.48%	392人

罹難者性別	佔比	人數
男性	46.62%	7,360人
女性	52.98%	8,363人
不詳	0.40%	63人

死因

溺死是在這場地震中罹難者的主要死因。大部分死者是被地震引發的巨大海嘯捲入水中溺斃，或者是入水後水中的污泥、沙子或其他有害物質進入氣管導致窒息致死。當時海水溫度非常低，人類浸泡過久可能會因失溫、失去知覺或是呼吸困難而溺斃。這也成為罹難的主因之一[10]。

也有不少人被壓死、被瓦礫掩埋致死或是被燒死，這些也大多是巨大海嘯襲擊所致[10]。

死於地震本身的人僅占極少一部分，總共90人。其中大部分是房屋構建掉落、山體滑坡或天花板墜落所導致，也有因恐懼而墜樓的罹難者。[11]

有不少老人是因為居住環境不衛生或寒冷而罹難[12]。

死因	佔比	人數
被淹沒罹難	90.64%	14,308人
被掩埋（或著是窒息致死）	4.23%	667人
被燒死罹難	0.92%	145人
死因不詳	4.22%	666人

後續統計

2019年，根據警察廳統計，震災相關的罹難以及行蹤不明人數為18,430人；其中宮城縣為10,761人，佔總體約6成[13]。

2019年9月30日，日本復興廳統計的「震災關聯死」[註 2]的人數為3,739人[14]。其中在臨時住處過避難生活的老人孤獨死事件不斷增加[15][16]。

日本國內受災狀況

本次地震發生在宮城縣以東的太平洋海域，日本國內無疑是受災最嚴重的區域。日本的東側太平洋沿岸地區都受到了嚴重的災害。

岩手縣

遭到了巨大海嘯嚴重破壞的大槌町役所（岩手縣下閉伊郡大槌町，在2011年4月4日攝影

岩手縣的密集山區鄰近海岸，沿海平原異常狹窄，遭巨大海嘯水浸的面積為受災最嚴重的三個縣中（岩手、宮城、福島）最小的，約56平方公里[9]。但是漁港集中在該區域，而巨大海嘯很容易蔓延到平原，因此被淹區域的人口密度是三個縣中最大的（大約1,900人/平方公里）[9]。在岩手縣的特殊地形，不過該縣這幾百年來經常遭到巨大海嘯襲擊，巨大海嘯對當地造成的影響直到今天依然可見，因此該地區的民眾對於巨大海嘯的防範意識較高，而日本政府亦在該地區修建了不少防波堤。所以地震發生之後，多數的居民都迅速地跑到山上或者到避難所內。然而巨大海嘯的規模和時間都超過了預期，該地區仍出現不少傷亡。

在陸前高田市地區，因為巨大海嘯高度超過15米，不少人甚至死在政府指定的避難所內。在市民中心、公民健身房等建築物，海水淹到了天花板，在4層樓高的陸前高田市醫院中竟有27人溺斃。整個地區有超過1,500人罹難[1]。

在大槌町，町役場職員的大約60人中共有30人罹難，其中包括69歲的時任町長加籐宏暉。[17]巨大海嘯還在該町市區引發火災。

釜石市鵜住居地區有一半的人口罹難。新日鐵釜石橄欖球隊隊球員、釜石市橄欖球隊長63歲的佐野正文以及陸上競技世界紀錄保持者、104歲的下川原孝皆在巨大海嘯中罹難。[18]

不過在釜石市，有600名小學生在地震之後迅速集合，點名確認之後全部人員快速跑到附近高地上的避難所，一批初中生跟隨在後。最後他們的學校1樓遭到了浪高10米的巨大海嘯吞噬，然600多位小學生並沒有傷亡。[19]

宮古市田老地區的一座10米高、呈X形的巨大防波堤被巨大海嘯摧毀，該地區總共有685人罹難。

在大船渡市，有417人罹難[1]，其中「三陸園」特殊養老院的老人有400多人罹難。

此外，田野畑村和野田的部分村莊都嚴重受損。

宮城縣

仙台市宮城野區上空對仙台港口進行的航拍。（2011年3月12日攝影）

松島地區之受災情況。在前面的水面，原本都是陸地。（2011年6月25日攝影）

維基共享資源中相關的多媒體資源：**東日本大震災宮城縣受災情況 (https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:2011_T%C5%8Dhoku_earthquake_damage_and_effects_in_Miyagi_prefecture?uselang=zh-hk)**

宮城縣是離本次震央最近的縣，也是受災最嚴重的一個縣。整個縣被淹面積達到327平方公里[9]，是受災最嚴重三縣中最大的，比岩手縣的受淹面積大了將近6倍[9]；僅宮城一個縣的受災人數便超過了阪神大地震的總和。在宮城縣的中北部，由於該區海岸線破碎，亦為容易遭到海嘯襲擊之區域，故不少地區居民的防護意識較高，政府也在此修建了不少防波堤。在地震來臨之際，大部分居民都來到了避難所避難或跑到高地去，只不過因為此次海嘯強度及速度都超乎預料，導致傷亡十分慘重[9]。

宮城縣中南部的海岸線平直，但當海嘯移動到水深較淺的仙台灣時，海嘯速度減慢而受地形影響抬升，由於速度下降，1小時後海嘯才抵達。因為上一次該地區遭遇猛烈海嘯是數百年前的事，該

地區居民防災意識較低，海嘯經由平原地形深入到離岸幾公里的內陸，造成嚴重破壞[9]。

在氣仙沼市的「濱江春圃」老人保健院裏有59人身亡；杉下地區一處12米高的避難所遭到海嘯吞噬，93人遇難。整座城市接近1200人喪生[1]。大海嘯摧毀了漁船的油箱，汽油溢出引發了持續整整一夜的大火災。海嘯所帶來的瓦礫、雜物等漂浮在氣仙沼灣，導致海面也開始起火。最後，大島的居民將大火撲滅才沒有發生更嚴重的災害[1]。

在南三陸町，3層建築南三陸町防災對策廳舍被完全淹沒，職員42人身亡。在公立志津川醫院，這座5層的建築只剩下樓頂沒有遭到水浸，72名患者和3名醫護人員喪生。海嘯甚至淹沒一所海拔15米的養老院的1樓。整個村莊約850人喪生[1]。

在石卷市有不少於3500人身亡，並有四百餘人因此失蹤[1]。

女川町是離震源最近的區域，兇猛的海嘯襲擊了市中心。女川市立醫院被指定為臨時避難所，但是即使海拔16米，醫院1樓也被淹沒，12人喪生。一家銀行的13名職工躲在銀行樓頂，卻依舊被海嘯吞噬，全員喪生。海嘯襲擊區域的死亡率達到了驚人的11.97%。在一棟5層高的終身學習中心，有30人躲在一間沒有窗戶，除了一扇堅固的鐵門外幾乎完全密閉的鍋爐房內，儘管該建築被完全吞噬，但30人無一傷亡。女川核電廠開放了廠區的公關中心(PRセンター)[20]與體育館供數百位居民避難。整個女川町有超過600人喪生[1]。

雄勝郡北上川河北町幾乎被完全摧毀，3層高的醫院被完全吞沒，僅有3人倖存；石卷市北上綜合支所的57人僅有3人倖存。在石卷市立大川小學，87位學生和11位教職工僅倖存5人[21][22]。

東松島市有36%以上的部分遭到水浸。海嘯從仙台灣沿着東側不到2公里狹窄的平原沖入松島灣，唯一指定的避難所被海浪吞噬。一家名叫「不老園」的養老機構中56人喪生；野蒜地區，大曲地區遭到嚴重破壞，約1100人喪生；日本航空自衛隊的松島基地遭到海嘯襲擊，造成嚴重破壞[23]。一個私人避難所的所有70人倖存[24]。

多賀城市是仙台松島道路的重要樞紐。一條高速公路位在砂押川河口，離海僅有非常小的距離，地震在該地區引發了大型車輛堵塞，海嘯來臨時，大部分車被淹沒，不少人是在車裏被淹死的。多賀城市死亡人數接近200人[1]，但超過半數的人並非多賀城市的居民。

仙台市是宮城縣的首府，當時有約104.7萬人口[25]，亦是一個高度發達的現代化城市，所以一般情況下傷亡人數會比較大；但是為了防治大規模的災害，仙台市政府先前將沿海地區指定為市街化調整區域[26]，將仙台市沿海區域規劃為鄉村。當海嘯來臨時，仙台市人口密集之區域並沒有遭到嚴重破壞，不過在若林區，60%以上的區域遭到水浸，洪水進入了4公里以內的內陸地區，同時仙台港地區的損失也非常嚴重，宮城野區的野蒲地區與若林區的荒濱地區也都遭到嚴重破壞。同時，在仙台機場，有不少飛機被海浪損毀，仙台機場跑道被海浪淹沒的影片一時間被國內外媒體廣泛報道。仙台市消防直升機起降場也有2架飛機被海浪捲走。不過萬幸的是，其餘飛機已經被轉移到內陸[27]。

名取市27%的城區遭到海嘯襲擊而被水浸。雖然名取市中心位於內陸，但是其沿海的閖上地區遭到嚴重破壞，閖上大橋因地震被迫停止通行導致交通擁堵，結果海嘯襲擊時不少車輛被海浪吞

噬。名取市總計有將近1000人喪生[1]。

岩沼市有將近200人喪生[1]，而附近的亘理町則將近300人喪生[1]，兩地受浸面積均為48%。與名取市和仙台市類似，兩地的中心都在內陸，不過沿海地區都遭到嚴重災害，甚至某些沿海村鎮被海嘯直接摧毀。亘理町的女足選手佐藤惠利子在海嘯中不幸身亡。[28]

山元町有38%的城區遭到水浸，養老院「梅香園」裏有82人在海嘯中喪生；常磐山元駕校有5台車被海嘯沖走，24人喪生，14人失蹤。[29]；全町大約700人喪生[1]。

除此之外，七濱町也遭到了較大的破壞[27]。

另外，鹽釜市以及松島町受到的災害較輕，兩地共有50人死亡[1]，並且因水浸而喪生的人數較低。這可能是在松島灣里的浦戶群島弱化及分散了海嘯所致[30]。

福島縣

海嘯對磐城市沿岸造成的破壞（福島縣磐城市，2011年3月27日）

維基共享資源中相關的多媒體資源：**東日本大震災福島縣受災情況 (https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:2011_T%C5%8Dhoku_earthquake_damage_and_effects_in_Fukushima_prefecture?uselang=zh-hk)**

福島縣有112平方公里的區域被水浸[9]，在三縣中排名第二。福島縣近海地區並沒有太多漁港（作為對比，宮城縣有114個，岩手縣有111個），導致因漁港形成的城市較少，這也導致了受浸地區人口較少，密度只有600人/平方公里；受浸地區的人口只有約72,000人，遠比另外兩縣要少，這也與傷亡人數成正比。福島縣死亡人數要比岩手、宮城兩縣少很多[1]。

因為從宮城縣以南直到千葉縣為止都是比較平整的海岸線，導致在福島近海並沒有發生過大規模的海嘯，所以該地居民對海嘯的認識不足。但是海嘯並沒有因此減弱多少，例如福島第一核電站所在的浪江町就觀測到約15米高的海嘯，鄰近的富岡町甚至測得接近20米高的海嘯[1]。據推測，海嘯沿南北方向在此逐漸放大，可能跟宮城海域南側的一條斷裂帶有關[9]。

死亡人數較多的是以漁業為主體的城市，其中南相馬市最多，接近1,000人；相馬市、磐城市和浪江町都有大約450人死亡[1]。

除此之外，雙葉郡的雙葉町、大熊町、富岡町、楢葉町、廣野町損失相對較小，各町死亡人數都在100人左右[1]。

雙葉郡因為漁業欠發達，所以成為了東京電力公司的電力供給地之一。這裏有福島第一核電站、福島第二核電站和廣野火力發電廠。這裏的大部分電力供應被海嘯切斷，福島第一核電站還發生了嚴重核泄漏事故。

大熊町的雙葉醫院有227名阿茲海默症患者，醫護人員和老人暫時留在醫院。不過因為福島第一核電站發生了氫氣爆炸，一時間核電站30公里半徑範圍內的10萬人被緊急疏散，之後雙葉醫院的135人乘旅遊觀光車撤離，剩餘的95人在5日後被日本自衛隊救出，不過最終有50人在醫院中因各種原因去世[31]。

此外，福島縣有不少老年人或傷員在避難時因各種原因身亡；因為地震本體致死的人數在福島縣也是最多的[32][33]。

福島縣是地震本體所造成人員傷亡最嚴重的一個縣，白河市六反山出現大規模山體滑坡導致13人喪生；在須賀川市的藤沼水庫因為泥石流導致部分地方坍塌致8人身亡[34]。此外，郡山市市政府的一部分倒塌導致1人身亡。

在矢吹町，有30%的房屋遭到半毀或全毀；在整個郡山市，有2萬間房屋遭到半毀或全毀，佔了全市房子的23%。郡山市是完全沒有遭到海嘯的城市中損失最嚴重的城市[1]。

4月11日，福島縣濱通地區發生了與3月11日大地震有關的內陸直下型地震（福島縣濱通地震），不少地區出現山體滑坡、地陷等情況，共造成4人死亡。

茨城縣

鹿島灘上的瓦礫（茨城縣神棲市）
（2011年5月8日攝影）

維基共享資源中相關的多媒體資源：**東日本大震災茨城縣受災情況 (https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:2011_T%C5%8Dhoku_earthquake_damage_and_effects_in_Ibaraki_prefecture?uselang=zh-hk)**

因為地處關東平原，茨城縣在本次地震中有9個觀測點測得烈度6強級別，僅次於福島縣、宮城縣；而後者則分別有21個和11個觀測點測得烈度6強以上[35]。

所以，茨城縣在因地震造成的房屋損壞數量僅次於宮城、福島縣[1]；而因此造成的死者僅次於福島縣。

在東海村的常陸那珂火力發電廠有9名工人身亡；有4人從鋼鐵板上墜落身亡；行方市的鹿行大橋局部坍塌導致1人死亡。

在海嘯影響方面，茨城縣被淹範圍有23平方公里[9]。與福島縣接壤的北茨城市受災嚴重，喪生者眾多；此外，高萩市，神棲市，日立市，常陸那珂市，大洗町市區內出現了浸水情況。

土壤液化現象在茨城縣大部分地區均有發生，特別是霞浦，北浦南岸以及利根川下游的潮來市，神棲市，鹿嶋市，稻敷市。在整個茨城縣有接近1萬戶因土壤液化現象受災[1]。

千葉縣

地震引發的火災（千葉縣市原市科斯莫石油公司千葉工廠）
（2011年3月11日攝影）

維基共享資源中相關的多媒體資源：**東日本大震災千葉縣受災情況 (https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:2011_T%C5%8Dhoku_earthquake_damage_and_effects_in_Chiba_prefecture?uselang=zh-hk)**

千葉縣有17平方公里的地區遭到水浸[9]。其中旭市因海嘯死亡人數最多，而銚子市以及山武市的東北海岸均遭到海嘯襲擊。

在東京灣的沿岸以及浦安市，均出現了嚴重的土壤液化現象。

我孫子市布佐地區的東部出現了土壤液化現象，119棟房屋遭到徹底摧毀[1]。我孫子市還有約50棟房屋因居民不敢居住而被拆除，而其他一些經過修理後仍能正常居住[36]。

「大原幽學遺跡舊宅」（旭市，國家歷史遺蹟）出現地面沉降和裂縫、「舊堀田家住宅」牆壁出現了裂縫、「法華經寺法華堂」（市川市）的天花板以及一部分裝飾墜落。[37]。

香取市佐原地區伊能忠敬的舊居遭到6級烈度襲擊，導致在小野川的老護岸結構有一部分坍塌[1]，「正文堂書店」的房梁瓦出現墜落。整個香取市有大部分地區遭到液化現象的襲擊[38]。

此外，市原市的科斯莫石油公司千葉煉油廠出現嚴重火災[39]，並造成6人受傷[1]。

日本其他都縣受災情況

在栃木縣，芳賀町本田技術研究院的牆壁坍塌導致1人喪生、那須烏山市的一對夫婦被山崩掩埋而死。益子町的地藏院的宇都宮氏墓所，戰國諸侯宇都宮成綱、宇都宮忠綱的五輪塔遭到破壞[40]。岩舟町的聖山岩船山的西側山峰呈V字形坍塌，依山面也有部分已經坍塌，但沒有人員傷亡及房屋損失報告。

在東京千代田區的九段會館，天花板的一部分塌陷導致2人死亡[1]；江東區的一家金屬加工工場發生三氯乙烯泄露，致使2名員工吸入三氯乙烯喪生[1]；有兩人在町田市好市多商場的停車場因為斜坡倒塌身亡[1]。

日本國外受到的災害

參見：東北地方太平洋沖地震 § 日本國外

美國加利福尼亞州的克雷森特，有6人在海上出行時遇到海嘯，1人身亡[41][42]。夏威夷群島遭到了海嘯襲擊，夏威夷島的西岸遭到海嘯襲擊，有3家酒店因為海嘯無法營業，在整個夏威夷島造成了數十萬美元的損失[43][44]，另外也有至少二千隻在中途島棲息的黑腳信天翁於海嘯中死亡[45]。加利福尼亞州的聖克魯斯以及克雷森特遭到海嘯襲擊，不少港口和船舶被破壞，造成1400萬美元的損失[46]。

在俄勒岡州，有一些海藻和海帶隨着海浪被衝上岸，它先前並未在美國被發現。並且該類植物被證實可以生長，這引發了對其的擔心，一旦其迅速發展可能會對該地環境和漁業造成影響[47]。

印度尼西亞巴布亞省遭到海嘯襲擊，1人死亡，5人失蹤[48]。

在智利有數十幢房屋遭到破壞，接近200人無家可歸[49]，智利北部的塔爾卡瓦諾通報海水倒灌[50]。

地震發生後，中國國家海洋局首次發佈了海嘯警報消息，並旋即觸發為海嘯藍色警報，這是國家海洋局首次也是迄今為止（2017年8月）唯一一次發佈海嘯警報。該警報其後於當日17時41分解除[51]。

國家或地區	避難警報	海嘯警報	最大波幅	死傷者數	來源
中華民國	✓	✓	0.1 m	0	[52]
中華人民共和國	✗	✓	0.3 m	0	[51]
新西蘭	✗	✓	0.4 m	0	[53]
關島	✓	✓	0.4 m	0	[54][55][56]
北馬利安納群島	✓	✓	0.4 m	0	[54][55]
美國夏威夷州（大部分地區）	✓	✓	2.1 m	0	[57][58]
美國中途島	✗	✗	1.5 m	0	[43]
美國毛伊島	✓	✓	2.1 m	0	[43][59]
美國申雅島	✓	✓	1.5 m	0	[43]
美國阿留申群島	✓	✓	1.5 m	0	[43]
美國夏威夷島和科納島	✓	✓	3.7 m	0	[43]
美國威克島	✓	✓	1.8 m	0	[56][43]
美國加利福尼亞州	✓	✓	2 m	1	[60][61]
菲律賓（大部分地區）	✓	✓	1 m	0	[62][63]
帕勞（一部分地區）	✓	✓	0.11 m	0	[56][62][64][65][66][67]
圖瓦盧納努梅阿環礁	✓	✓	小海嘯2次	0	[68]
印度尼西亞摩鹿加群島	✓	✓	0.1 m	0	[52][62][63][69]
印度尼西亞巴布亞省	✓	✓	1.5 m	1（失蹤者5）	[70]
俄羅斯鄂霍次克海沿岸	?	?	3.3 m	0	[71]
俄羅斯千島群島	✓	✓	3.3 m	0	[71][72]
墨西哥	?	✓	0.7 m	0	[73]
加拿大不列顛哥倫比亞	✓	✓	0.5 m	0	[74]
法屬波利尼西亞大溪地	✓	✓	0.4 m	0	[75][76]
法屬波利尼西亞馬克薩斯群島	✓	✓	3.0 m	0	[77]
秘魯卡亞俄	✓	✓	1.66 m	0	[78]
智利復活節島	✓	✓	0.3 m	0	[79]
智利阿里卡	✓	✓	0.91 m	0	[78]

- 1.上表中✓即該警報被發出
- 2.上表中✗即該警報未發出
- 3.上表中?即該警報未知其有無發出

建築物

（左）遭到海嘯襲擊的石卷港。照片上方是東松島市大曲地區被水淹的農田（2011年3月20日、宮城縣石卷市和東松島市）
（中）受災1周後的三陸海岸（2011年3月18日、岩手縣上閉伊郡大槌町的吉里吉里站周圍）
（右）南相馬市的福島第一核電站事故設置完成的緊急避難區（2011年4月16日、福島縣南相馬市原町區）

本次震災中，位於日本東部太平洋沿岸地區的房屋損失嚴重，而在關東地區主要是土壤液化現象導致，而東北地區則是海嘯、山體滑坡或地震本體所致。

本次震災建築受損情況							
都道府縣	全毀戶數[註 3][1]	半毀戶數[1][註 4]	一部分損壞戶數[1][註 5]	燒毀戶數[80]	水浸戶數[80]	入水戶數[80]	非住宅損壞建築數[1][註 6]
北海道	--	4	7	--	329	545	469
青森縣	308	701	1,005	--	--	--	1,402
岩手縣	19,107	6,609	18,827	15	1,763	338	1,538
宮城縣	82,992	155,122	224,158	119	192	7,796	28,164
秋田縣	--	--	5	--	--	--	3
山形縣	14	1,249	--	--	--	--	132
福島縣	21,224	73,764	161,139	80	57	334	30,573
東京都	16	203	6,225	3	--	--	1,127
茨城縣	2,268	24,355	186,423	37	1,352	645	19,989
栃木縣	261	2,118	73,512	--	--	--	9,922
群馬縣	--	7	17,679	--	--	--	195
埼玉縣	24	199	16,567	2	--	1	33
千葉縣	801	10,131	54,988	5	1,014	681	845
神奈川縣	--	41	459	--	--	--	13
新潟縣	--	--	17	--	--	--	9
靜岡	--	--	13	--	--	7	--

縣							
三重縣	--	--	--	--	2	--	--
德島縣	--	--	--	--	2	9	--

土壤液化現象及地面沉降

關東地區、東北地區均出現了因地震引發的廣泛的道路、房屋土壤液化現象。千葉縣千葉市美濱區、習志野市、船橋市、市川市、浦安市、香取市以及我孫子市，東京都江東區、江戶川區、神奈川縣橫濱市的八景島周圍、茨城縣常陸那珂市、潮來市、宮城縣大崎市的江合川的周邊區域等均出現土壤液化現象。以上地區出現了煤氣停止供應、房屋倒塌或傾斜以及稻田內泥沙堆積等災害[81][82][83][84]。東京灣沿岸的垃圾填埋場、千葉縣東北部和茨城縣鹿行地區的南部被稱為「水鄉區域」的地帶都遭到了土壤液化現象的侵蝕，特別是千葉縣浦安市，有85%以上的城區出現了土壤液化現象[85]。危險度較低的土壤液化現象也被證實在不少遭到海嘯的地區發生[81]。

關東地區北部以及東北地區的太平洋海岸因為地震出現了地面沉降現象，導致大部分河口和海灘區域遭到海嘯襲擊後被水浸[86]。石卷市鹽富町在漲潮時全城遭到水浸[23]。對於因為海嘯而導致東北地區及關東地區6個縣有23,600畝農田遭到淹沒或海水沖刷，農林水產省在3年後才把農田裏的固實鹽分清除。[87][88][89]。

（左）被淹沒的日本國道398號（2011年3月30日，宮城縣石卷市湊町2丁目，吉野町附近）
（中）海水淹沒仙台平原沿岸的農田（2011年4月6日、宮城縣名取市）
（右）東京灣岸發生液化現象（2011年4月1日、千葉縣浦安市新浦安站前）

各種建築

主條目：東日本大震災各種建築受災情況

千葉縣市原市的科斯莫石油公司千葉煉油廠發生火災和爆炸[90]，影響到了附近的貧鈾儲存設施[91]。除此之外，在茨城縣和東北地區，不少工廠和煉油廠因海嘯或地震停產，給世界產業界帶來了影響。此外，在北海道、關東、關中、東北地區不少教育機構也受到損壞[92][93]。4月6日日本文化廳確認在此次地震中歷史文物損壞463件[94]。此外，在日本全國各地有370座政府機關樓房遭到損壞，其中7幢全毀、26幢受到海嘯影響損壞、6幢因福島第一核電站事故而廢棄[23]。

建築類別	估計受損額	類別明細
建築物等	約10兆4000億日元	住宅、住宅用地、辦公室、工廠和機器等
地下管線等	約1兆3000億日元	水道、電力、煤氣、通信、廣播設施
社會基礎設施	約2兆2000日元	河川、道路、港灣、下水道、機場等
農林水產等	約1兆9000億日元	農地、農業設施、森林、水產設施等
其他	約1兆1000億日元	教育設施、保健醫療、福利設施、廢棄物處理設施等
總計	約16兆9000億日元	

- 來源[95]，並不包括福島第一核電站事故的估計總額[96]。

核電站事故

主條目：福島第一核電站事故

交通

受海嘯、地震影響，東北地區、關東地區北部的基礎交通設施遭到嚴重破壞，不少地區交通癱瘓。

道路

倒塌的鹿行大橋（2011年3月27日，茨城縣行方市）

地震發生之後，山形自動車道、八戶自動車道、青森自動車道、秋田自動車道、東北中央自動車道、常磐自動車道、東北自動車道、磐越自動車道、日本海東北自動車道、首都高速、北關東自動車道、東京外環自動車道、東名高速道路被禁止通行[98]。

根據日本警察廳於2014年8月8日之數據，有4,198條道路遭到不同程度損壞。岩手縣山田町船越半島通往宮城縣南三陸町牡鹿半島的繁忙道路日本國道45號損壞導致岩手、宮城、福島3縣至少

16,000人交通受到影響[99][100][101]。此外、茨城縣北浦上方的鹿行大橋一部分倒塌[102]。首都高速道路的灣岸線的中心發生損壞[103]，新木場出入口的匝道高架橋出現損壞， 從2011年3月22日起葛西JCT、大黑JCT聯通路徑於3月27日將會被封鎖停止通行。

東日本高速道路（NEXCO東日本）管內的高速道路之內的許多路線被禁止通行。東北自動車道的浦和交流道、碇關IC區間、秋田自動車道、釜石自動車道、八戶自動車道的一部分區域、常磐自動車道的三鄉JCT以北[註 7]、磐越自動車道的津川IC以東的道路被公安委員會指定為緊急交通路線，供應急車輛專用[104]。3月24日全部通行限制被解除，一般車輛可以通行[105]。常磐自動車道的廣野IC至常磐富岡IC、福島第一核電站事故的舊警戒區域內於2014年2月22日被重新開通。當初從2011年封閉的常磐富岡IC至相馬IC區間之開通被延期。此外，舊警戒區域外的南相馬IC以北路段於2012年4月8日先行開通。之後，浪江IC-南相馬IC間的路段於2014年開通、常磐富岡IC-浪江IC間的道路爭取在2015年前全部開通[106]。

東北地區整備局決定採用齒梳策略幫助沿海地區緩解交通壓力。

鐵路

主條目：東日本大震災鐵路影響和東日本大震災歸家困難者

因鐵路停駛而滯留車站的乘客（2011年3月11日，新宿站）

地震發生以後，JR東日本的新幹線與在來線全部暫停運作，關東地區以及首都圈的私有鐵路和地鐵全部停止運行[107]。因此，無法從工作場所回家的滯留乘客估計有515萬人[108]，各個政府機構接納滯留者11萬人[109][110]。不少人滯留直至交通恢復[111]。此外，受3月14日起輪流停電計劃的影響，各線路的列車實施運轉整理，減少列車列數[112][113][114]。

新地站建築被海嘯完全摧毀（2011年4月4日、福島縣相馬郡）

仙石線上被海嘯沖毀的列車

東日本旅客鐵道（JR東日本）管轄範圍內的東北新幹線包括仙台站之內的5個鐵路車站遭到破壞[115]，一列正在行駛中的新幹線E2系動車（列車編號：7932B）在距仙台站以北4.5km處脫軌[116]，電線杆的架空接觸網、高架橋的橋墩總計約1,100個地點損壞[117]。3月15日起東京站-那須鹽原站段恢復通車[118]，22日盛岡站-新青森站段恢復通車[119]，4月7日一之關站-盛岡站段恢復通車。但在同日，強烈的餘震導致鐵路產生了新的約450處損壞[120]。導致原本已經開通的路段再次被封閉[121]。4月12日，那須鹽原站到福島站之路段重新開放起，之後鐵路陸續開通，4月29日全線重新開放[122]，但是從盛岡站到那須鹽原站的路段減速運行[121][123]。該措施一直實施到9月23日，減速運行取消，速度回歸到震災前水平[124]。

JR東日本所轄在來線方面，氣仙沼線、大船渡線、仙石線、山田線、常磐線、石卷線及八戶線的總計7線區23站被海嘯破壞，約有60公里長的鐵路軌道被水流沖刷破壞導致無法使用或被水流沖走[125]。2012年間，氣仙沼線與大船渡線部份路段改建為BRT，分別於2012年與2013年改由代行巴士恢復通行，2020年4月1日起BRT路段正式廢除鐵道事業，改為巴士路線[126]。山田線宮古站至釜石站沿海路段，經JR東日本與沿線自治體和岩手縣政府協調後，進行修復工程，於2019年3月23日修復完成後移交給三陸鐵道改名谷灣線運營。常磐線於福島及宮城縣路段則耗時較長，至2017年大部分路段已復駛，但富岡站至浪江站間路段因位處於福島第一核電廠警戒區，年間放射線劑量達50mSv，而令復舊工作出現困難。2020年3月14日，此路段於時刻改正中恢復運行。

私鐵方面，第三部門鐵道——三陸鐵道的北谷灣線、南谷灣線的鐵路軌道和高架橋被破壞，一時間全線無法通行。隨後開始進行修復工事，依次重開線路[127]2014年4月5日南谷灣線全部開通，6日後北谷灣線全部開通[128]。此外，除了仙台機場遭到嚴重海嘯襲擊以外，仙台機場直達鐵路的仙台機場站亦遭到嚴重破壞，於2011年10月1日恢復通車。仙台市地下鐵南北線部分高架橋受損，八乙女站損壞，2011年4月29日恢復通車。

除東北地區以外，JR北海道，JR四國，JR西日本，JR東海，JR九州運行的多條線路因海嘯警報而停駛，但多數已於地震發生後一周內恢復通車。

（左）受損的東北新幹線架空線（2011年3月13日，福島縣伊達郡國見町附近）
（中）在橋上緊急停車的東北新幹線山彥號列車（2011年3月27日，宮城縣仙台市太白區）
（右）仙台市直接開往福島縣的「新幹綫中繼1號」（2011年4月17日，宮城縣仙台市若林區）

航空

海嘯影響到仙台空港跑道上泥沙，雜物堆積（2011年3月13日、宮城縣名取市）

仙台空港的跑道、滑行道、停機坪受海嘯影響而導致水浸，航廈遭到嚴重破壞，因此仙台機場從地震發生當日15:06分停止飛機起着陸[23][129][130]。海嘯導致航廈1層被完全淹沒，約有1200人在機場等待救援，他們基本上都在13日被自衛隊救出[131]。此外，除了航廈，大量機場設備以及工作車輛幾乎被完全摧毀，約有200輛工作車輛漂浮在停機坪的積水上[23]。滑行道，停機坪上或是地面的設施內的飛機基本上都被海嘯捲走或摧毀、航廈和大量電子設備被水浸[27]。在遭到破壞的飛機中，有海上保安廳第二管區的飛機。

海水退去後，由自衛隊清出一部份跑道供美軍與自衛隊的救災飛機起降。日本國土交通省為了幫助仙台機場復原，將障礙或有害物質除去以促進自然排水的進行，國土交通省從全國抽調了25台排水泵車，在3月20日進行了集中，靈活地大範圍清除浸水、砂石[27][132]。4月13日國內航線部分重啟[133]，7月25日全部國內航班重開[134]。9月25日機場完全復原，國際航班起降重啟[135]。

花卷機場（岩手縣）的一般旅客飛機暫時中止運行，而緊急運輸飛機的起着陸於3月11日18時50分被重新恢復。三澤飛行場（青森縣）同時開啟緊急運輸，但因為機場停電，民航入閘口需要手動開啟[27]。福島機場的指揮塔玻璃全部破碎[27]。在15:06分遭到封閉的仙台機場[23]的原先降落航班改在關西國際機場和新千歲國際機場。山形機場因為停電不得不停運，3月12日4時重新開始運作，並且開始24小時不間斷運行[136]。茨城縣小美玉市的茨城空港，其候機樓2樓的天花板部分墜落[27][23][137]，而在花卷機場，同樣是2樓的天花板墜落。3月12日兩個機場遭到封鎖，全部航班取消[27][138]。機場於14日恢復正常航班執飛，花卷機場於17日恢復正常航班執飛[27][23][139]。

而在成田國際機場（千葉縣）測得6下烈度，在羽田國際機場（東京都）測得5上烈度，在確認安全後兩機場同時停止了飛機起降，而前往兩個機場的86架班機被緊急安排到中部國際機場（愛知縣）、關西國際機場（大阪府）、新千歲機場（千歲市）、橫田飛行場（東京都）代替着陸。值得一提的是，其中14架班機已發出「燃料不足」的信號。羽田機場有部分設施遭到損壞，但是經過檢查白天起飛的安全性可以保證；而成田機場的損壞則主要在機場設施及航廈，故於12日晨重開。但之後京成電鐵JR於12日午後停止運行[27]、東京市區內的機場巴士運行又於12日夜停止[27]，導致成田空港的公共交通一時間被完全切斷[27]。此外，福島第一核電站事故之後，國際民航組織、國際航空運輸協會以及世界衛生組織 發表聲明稱日本旅行「沒有發現健康風險」[140]儘管如

此，漢莎航空與意大利航空等一部分外國航空公司因核輻射的影響及對餘震的恐慌將從成田機場的起降航班改到中部國際空港和關西國際機場。

運輸

便利店里正在購買食物，電池等日常用品的仙台市民（2011年3月13日、宮城縣仙台市若林區荒町）

超市前，仙台市民一字排開等待購買（2011年3月18日、宮城縣仙台市宮城野區幸町）

地震和海嘯導致公路、鐵路等交通中斷，部分機場、港口被損壞或摧毀，交通網受到嚴重影響。因此，郵遞和運輸遭到巨大影響。受災地區一些必要的物資在3月16日才由日本航空自衛隊松島基地運抵災區[141]。除自衛隊以外，海上保安廳利用巡邏艇對災區進行物資運輸。此外，航海訓練所下屬的航海練習船銀河丸號和海王丸號向災區運輸醫藥品等緊急物資。水產廳的調查捕鯨船日新丸號和水產廳下屬的漁業巡邏船、水產綜合研究中心的調查船對災區進行物資供應[142]。此外，全日本海員工會通過包下民間漁船的方式從函館港、宮古港、氣仙沼港、石卷港對災區進行物資運輸[143]。

震災過後，宮城、岩手、福島、茨城縣等4縣的中心與北海道和愛知縣在廣範圍內出現停水現象。17個道縣內至少有140萬戶停水。各地的水供應商代表日本水道協會向全國派遣應急輸水車約210台向東北、關東兩地區域受災地送水[144]。中部、近畿、中國、四國、九州等主要在西日本一側的縣已經有輸水車向受災地派遣。

東北地方有100所以上的郵局被全毀或者遭到水浸、受長野縣北部地震而遭到不同程度損壞的郵局則有600所[145][146]。除此之外，簡易郵局、如配送中心等郵政網絡設施以及郵政從業人員等遭到了巨大的損失[145][146]。簡保之宿松島遭到海嘯襲擊，海嘯一度衝到3層，130人以上的避難者被迫躲在4層，直到12日才被人救出[145]。此後，該簡保之宿被無限期休館。此外、青森縣、岩手縣、宮城縣、福島縣、茨城縣的郵遞投送變得困難。同時，北海道、東北地區6縣及茨城縣的快遞將被送回配送中心[147]。大和運輸公司從3月11日中斷北海道和東北6縣，茨城縣的低溫配送服務和關

東地區的裝卸貨物運輸及訂艙的業務[148]。佐川快遞的北海道、東北地區的取件遭到推遲，關東地區的一部分取件被推遲[149]。日本郵船及貨船3艘在福島縣遭到海嘯而遭到破壞[148]。雖然後來送件服務被恢復，但是仍然無法送件至警戒區域（指福島第一核電站事故之警戒區間）。

亞馬遜日本停止對北海道，東北地區之發貨，同時因為公司配電設施遭到損壞，且不少配送中心在地震中被損毀，公司一度暫停快速配件服務[150]。雖然配送之後恢復，但警戒區域內仍無法送件。

電力

主條目：東日本大震災造成的電力危機

3月17日輪流停電計劃在千葉縣船橋市實施。信號燈被暫時取消

地震之後、東北電力管內的青森縣、岩手縣、秋田縣全部區域、山形縣・宮城縣的大部分區域、福島縣的一部分合計440萬戶[151]、東京電力管內的茨城縣全境約405萬戶停電[152]。之後，東京電力在19日1時恢復一切供電，而東北電力在4月7日將停電戶數減少到16萬戶後，由於7日晚牡鹿半島再次發生矩震級為7.1的餘震，導致401萬戶再次停電[153]。

因為電力不足，十餘所發電廠被迫停止運轉，東京電力管內的區域從3月28日起開始實施輪流停電計劃。由於夏天開始導致耗電量開始增加、東京電力和東北電力開始對超出使用量15%的家庭強制節電，並且開始啟動電力使用限制令以避免進行輪流停電。受事故的影響，定期檢查各地的核電站，並對一些核電站暫停運行[154]。關西電力、九州電力、北海道電力也因電力短缺的緣故繼續進行節電計劃。

通信

亞洲的各個通訊公司、網絡與電話使用的海纜的一部分受到損傷[155]。東日本電信電話（NTT東日本）的管區內，受地震影響通話非常密集，公司以防通話數超過交換機的處理能力，實施了最大90%的通話規制。此外，受災地周圍的公用電話可以免費使用[156]。NTT DOCOMO東北分公司為人們提供手機免費充電服務和免費使用的衛星可攜帶電話。不過停電導致基站無法使用，故很快便改用自發電設備繼續運行。但由於長時間停電，可能會導致自發電設備燃料耗盡，[157]因此，公司緊急透過移動發電車和可搬運型發電機繼續使基站運行[158]。

在各個移動通訊公司，由於通信實在太多導致容易發生通信障礙，NTT DOCOMO90%，KDDI95%、SoftBank Telecom70%的通信實施規制[157]。雖然語音通話仍被限制，但互聯網通訊和交換信息又開始變得頻繁。在推特和其他社交網絡服務上，受災者在上發出呼叫或消息、志願者呼籲人道援助、或向醫生尋求健康諮詢等。此外，由於東京電力的電供應不足，隨時有斷電危險，不少人也在推特上呼籲節電[159]。此外，為了便於信息交流，在互聯網上的流言也開始增多，這成為了一個問題[160]。

自衛隊

陸上自衛隊東北方面隊管轄內的多賀城駐屯地[161]以及航空自衛隊松島基地受到海嘯襲擊遭到水浸，設施和裝備大部分受損。其他的位於東北地方的陸海空自衛隊基地或駐屯地，設施或設備大多數受損。

松島基地飛機場的停機坪和機庫共有飛機28架（F-2戰鬥機18架、T-4教練機4架、U-125救援搜索機2架、UH-60J黑鷹救援直升機4架）被水淹沒而損壞[162]。因此，駐紮其中第4航空團遭到巨大破壞。

此外，陸上自衛隊第1直升機團下屬的一架EC225直升機遭遇海嘯襲擊而被破壞。

日本防衛省於3月11日14時50分設置「災害対策本部」；14時52分自衛艦隊的司令下令調動一切可能的船隻；14時57分海上自衛隊大湊基地的UH-60黑鷹直升機升空；海陸空自衛隊用於救援以及偵察的直升機和戰鬥機和海上巡邏機等飛機開始緊急升空。陸上自衛隊的UH-1直升機升空拍攝海嘯襲擊的畫面，錄像透過媒體向全國播放[163]。 此外，為了迅速有效地開展救援和支助行動，14日陸海空自衛隊的各個部隊組成統合任務部隊，由陸上自衛隊東北方面隊總監君塚榮治陸將（中將）出任指揮官的「重大災害聯合任務部隊」組織完成。這是自衛隊創建以來最大規模的災害派遣[164]。直至27日，派遣人員約106,900名（陸自約7萬人，海、空自約3萬6000人），派遣飛機543架，其中旋轉翼直升機217架，固定翼直升機326架，派遣艦船53艘進行救援活動。此外福島第一核電站由隸屬於中央即應集團的中央特殊武器防護隊全權處理，其他部隊在各自指揮機關指令下進行救災。

為了時刻進行中的重建，防衛省於3月16日下達了該省和自衛隊創建以來第一次發出的、要求即應預備自衛官和預備自衛官加入的災害招集命令[165][166]。

本次自衛隊派出人數最多時一度達到了約10萬7000人（陸上自衛隊約7萬人、海上自衛隊約1.5萬人、航空自衛隊約21,600人、應對福島第一核電站事故的特種部隊約500人），飛機約540架、艦艇59艘。災害發生3個月後，派往災區的人員多達約868萬7000人、各種飛機約4萬1000機、船隻約4100艘。派遣人員總計救生19,286人、收容遺體9487具。輸送物資約11,500噸、派遣醫療團隊約18,310人、轉運病人175人。此外，總計援助飲用水約32,820噸、食品援助約4,477,440餐、燃料援助約140萬升。洗澡援助約854,980人、醫療援助約23,370人等[167]。有美國海軍陸戰隊軍官目睹了本次地震，他認為如果日本有類似海豹特種部隊的軍事及組織能力，也許還能挽救數千名平民的生命[168]。

4個月後，防衛省解散了在本次救援中做出巨大貢獻、總計10萬人的重大災害聯合任務部隊。今後災區的重建，救援任務將由駐東北地區的陸上自衛隊承擔。同時，時任防衛大臣的北澤俊美解除了君塚榮治的「重大災害聯合任務部隊指揮官」職務，使之繼續擔任東北方面隊總監職務。[169]。重大災害聯合任務部隊解散後，在岩手縣參與救災的第9師團在7月26日奉命撤回原駐地[170]，第6師團在7月31日結束在宮城縣的救災任務返回[171]。中央級即應集團指揮官在12月26日將處置福島第一核電站事故的特種部隊撤回，自此防衛省和自衛隊的救災任務完成[172]。

自衛隊員因災害造成的死亡

2011年4月1日、震災發生翌日派遣的（12日從駐屯地出發，15日開始作業救災）的[173]一位50餘歲、隸屬旭川駐屯地的陸上自衛隊曹長（士官長）殉職[174]。死因可能是因為過度勞累而導致的過勞死[175]。該曹長所服役的第2特科連隊（砲兵團）談及其死亡時表示：「對此非常遺憾，為他的靈魂祈禱。我們會在救災之餘全力查明他的死因。」[176]。同日，防衛省決定追贈該曹長準尉軍銜[177]。

15日遠野市指揮所第9設施大隊（工兵營）下屬的一位1等陸曹（上士）因為腦內出血身亡[178]，同日，防衛省追贈其曹長階級[179]。該曹長所屬服役的第9設施大隊長談到隊員的身亡時說：「我對此感到十分的遺憾，希望隊員們能將他的精神帶到救災中去，也希望醫護人員能更好的對隊員進行護理。」[180]。5月27日清晨，第18普通科連隊（步兵團）下屬的一名3等陸曹（下士）身亡。本次震災派遣部隊中有3人因各種原因不幸身亡[181]。

救助和支援活動

政府救災對策

地震發生後7分鐘，日本政府緊急成立官邸對策室，時任內閣總理大臣菅直人做出4點指示，要求儘快確認災情、確保居民安全、保證交通和及時提供準確訊息[182]。在地震發生後31分鐘的15時14分，日本政府首次成立緊急災害指揮部以應對地震[1][182]。 3月12日夜間，內閣基於緊急災害處置法以為災區提供專項資金支持，應對此次地震[183]。法令指定本次地震為主要災害，是基於特殊的緊急災害觸發特定緊急災害對策特別措施法，透過法令（均為法令頒佈3月13日）指定。此外，青森縣，岩手縣，宮城縣，福島縣，茨城縣，栃木縣，千葉縣，東京（在各都道府縣、和規定的直轄市）決定應用災害救助法[183]。 3月22日，針對青森縣，岩手縣，宮城縣，福島縣，茨城縣，千葉縣的災情，內閣辦公室已決定申請自然災害受害者救濟法對地震所造成的海嘯和東北地區太平洋地震的破壞進行救濟（適用於青森縣，岩手縣，宮城縣，福島縣，茨城縣，栃木縣，千葉縣）[183]。然而，在福島縣因為核事故而緊急疏散的居民並不在此列，這是因為日本政府不視為這是一次「家庭的長期避難」。

愛媛縣今治市的消防隊員正在搜索生還者（2011年3月17日，宮城縣釜石市鵜住居地區）

東北方面總監君塚榮治在美國海軍朗奴·列根號航空母艦內檢查救災狀況（2011年3月31日）

日向號護衛艦搭載的陸上自衛隊的直升機幫助難民洗浴（2011年4月1日，宮城縣氣仙沼市大島）

警察廳、消防廳、海上保安廳、日本自衛隊宣佈，派遣部隊從震災發生當日的15時14分內閣府設置緊急災害対策本部起，直至2011年5月17日，共救出26,078人[184]。

其他國家地區協助救災情況

參見：臺灣對東日本大震災之援助及各界反應

日本國外的163個國家和41個地區對本次救援表示支持，還有28個國家或地區機關派出救援隊，還有53個國家或地區向日本送出了救援物資[184]。

在受災地區，諸如食品、燃料、飲用水和藥品送到各自的中轉處，但無法保證能運到城市的每個角落。並且，救災物資較阪神大地震大幅減少，這是因為港口，道路網被海嘯毀於地震、市或町的職員多數死亡，受災區域的瓦礫等沒有清空、輸送車輛所需要的汽油等不足、受災範圍非常廣、除了在避難所以外的避難者所在的區域大多分散。特別是燃料不足、車輛在被破壞的道路或被雜物堵塞的道路上難以行駛的問題。在福島縣，因為擔心核事故的影響，物資難以運到核電站附近的幾個城鎮[185][186]。經過奧羽山脈的國道347號像往常的冬天一樣將道路封鎖，卻沒想到這條路可以為從日本海一側前往災區的救援車輛或物資車提供捷徑（此國道由山形縣寒河江市至宮城縣大崎市）[187]。

路透社記者菲利克斯·所羅門呼籲不要向日本捐助[188]。他認為日本作為一個發達國家，它每年可以透過各種渠道得到數千億美元的資金。國際援助資金旨在幫助發展中國家或資助無國界醫生或國際紅十字。作為對外純資產世界第一的日本[189]應該不需要國際上過多的資金支援。

另外，臺灣對此的捐助總金額達至少73.64億元新台幣（約200億日圓或2.52億元美金），作為捐款國家中金額最多者。也是繼美軍後，第二支抵達當地的外國救援隊伍，並將首批救援物資帶進災區。

經濟

參見：東日本大震災經濟影響

震災後的東京市場受震災帶來的核電站事故影響帶來的問題，3月15日日經平均指數比前日暴跌10.55%，創造歷史第3的單日跌幅下落率。指數最後收於8,341円11錢，單日暴跌超過1300円。[190][191][192]。此外，受卡塔匯率以及救災資金到達影響，日元迅速升值，3月17日一度達到1美元=76日元的戰後最高匯率。[193]。與此相反，日本銀行與八國集團的另七國達成基礎協議，協同干預以穩定市場[194]，受此影響，日元兌美元匯率攀高至80.5日元=1美元[195]。 此外，隨着核事故的發展，3月22日日經平均指數恢復到9,600円[196]。

此外，世界銀行放出最大的2,350億美元（約19兆日元）資金援助、日本政府宣佈除了經濟上的影響，本次地震損失大約16-25兆日元[197][198]。此外，在日銀短觀與景氣動向調查顯示，群眾對日本經濟前景表示悲觀[199][200]。受零部件短缺的影響，國內外某些產品的工廠生產中斷[201][202][203][204]—方面，「震災特需」和「復興特需」影響下，一些行業的業務開始呈好轉現象[205][206][207]。此外，在2011年末據報道估計12萬人因震災失業[208]，並且在受災區等地的經濟仍然受到影響。

在2011年4月的日本政府預測中，未來十年災區重建需要大約25兆日元（約合3,007億美元，當年價值）[209]，所以日本政府決定發行「復興再生債」以填補缺口[209][210][211][212]。另外，在全日本

至少有66家各種企業因震災原因間接或直接導致破產[213]。

政治・行政

國政

主條目：菅直人內閣 (第2次改造)

菅直人第2次改造內閣中，雖然預算關聯法案得到了眾議院的多數支持，預算關聯法案也得以通過，但執政黨與反對派的鬥爭進一步升級[214]。但在震災發生後這局勢出現了急劇變化。震災後不久，內閣總理大臣菅直人在首相辦公室召集執政黨和在野黨的領袖，請求在「救國」方面進行合作。反對派也因此改變了對抗的姿態[215]。14日，執政黨和在野黨通過了「地震對應特別措施法」[216]。

2011年4月11日的內閣會議決定，將設置東日本大震災復興構想會議[217]。同年6月24日，東日本大震災復興基本法公佈且開始實施，東日本大震災復興対策本部於內閣設置。7月25日，東日本大震災恢復及重建預算的第二補充預算案（價值1兆9,988億日元）通過。11月20日，東日本大震災的相關費用也是最大的一次補充預算第三次補充預算（價值12兆1,025億日元）通過。12月7日，東日本大震災復興特別區域法通過。12月9日，復興廳設置法通過。至此，設立一個重建時間軸以及明確復興廳的管轄任務的目標已經實現[218]。2012年2月10日，復興廳成立[219]。

2012年1月27日，有關東日本大震災的15個組織，即「核災害對策本部」、「政府・東京電力綜合對策室」、「核事故經濟災害應變小組」、「緊急災害對策本部」、「受災者生活支援小組」、「官邸緊急參集小組」、「各府省連絡會議」、「經濟形勢研究小組」、「電力供需研究組」、「東京電力電力改革閣僚會以小組」共10個組織的官方文件管理法的有關要點尚未完成。公佈的的一項數據顯示，另外5個組織的議事概要也並未完成。內閣總理大臣野田佳彥早上參加參議院會議時表示：「我對說明文件無法被隨時記錄表示遺憾，說明文件可以了解會議的決策過程，以實現公眾向我們問責的過程，這非常重要。」[220][221][222]。

政黨動態

- 日本民主黨於3月11日由幹事長岡田克也在黨本部設立「民主黨東北地方太平洋沖地震對策本部」[223]。
- 日本自由民主黨於3月11日由總裁谷垣禎一在黨本部設立「平成23年3月11日地震緊急對策本部」[224]。
- 公明黨於3月11日午後由代表山口那津男在黨總部設立「東北地方太平洋沖地震對策本部」[225]。
- 眾人之黨於3月11日由渡邊喜美代表在黨本部設立「地震被害對策本部」[226]。
- 日本共產黨於3月11日由委員長志位和夫在黨本部設立「日本共産黨東北地方太平洋沖地震對策本部」[227][228]。
- 奮起日本於3月12日由代表平沼赳夫召開緊急會議「關於東北地方太平洋沖地震對策」[229]。

- 國民新黨與新黨日本共同於3月11日17時由龜井靜香國民新黨代表和田中康夫新黨日本代表於各自黨本部設置「東北地方太平洋沖地震對策本部」[230]。

諸黨派政治家

- 沖繩社會大眾黨糸數慶子委員長對災民表達了自己的同情及慰問[231]。
- 新黨大地代行代表淺野貴博在3月11日在個人博客上對受災者表示慰問及同情，並且敦促日本政府對災區進行救援。（註：實際代表鈴木宗男當時被監禁）[232]。
- 日本創新黨黨首山田宏於3月12日發出聲明，對全國的受災者和公眾表示同情與慰問。他還宣佈會盡黨的一切力量幫助和支持受災者[233]。

地方行政

參見：日本第17次地區統一選舉

岩手縣陸前高田市和宮城縣南三陸町、女川町等各地區的政府等受海嘯影響遭到水浸而損壞。岩手縣大槌町的町長在地震中死亡，受海嘯以及福島第一核電站事故影響，福島縣的濱通陷入了用工荒，多數職員因恐懼而逃離。不少政府行政機關受海嘯或地震影響遭到破壞，各市行政職能近乎癱瘓[234][235][99][236]。

在2011年4月的第十七次地區統一選舉中，受到震災影響的地區臨時使用受災地區選舉延期法延期進行選舉。

- 千葉縣浦安市的市區內，$\frac{3}{4}$的地區遭到土壤液化現象的廣泛而嚴重的影響，千葉縣決定實施最大為期2個月的延期選舉，並使用提前投票[237]而對於所有的「投開票事務」、即使在5月的重選上、縣議會議員仍有2人未出席[238][239][240][241][242]。

這也間接影響到德國巴登-符騰堡州於3月27日舉行的的州議會選舉。受福島第一核電站事故影響，廢止核電運動情緒不斷高漲，德國綠黨由於擺出了反核電的態勢，一舉奪得了24.2%的高得票率，超越德國社會民主黨成為第二大黨[243][244]。輿論普遍認為，日本國外的政治局勢受到日本地震的影響。

皇室

主條目：皇室於東日本大震災

地震發生當日，皇宮的義務勞動小組和皇學館大學的學生在皇宮進行義務勞動。因為地震發生後交通癱瘓，學生和小組無法返回，小組和學生依照天皇的指示，在皇宮內的休息室（窓明館）暫宿一夜[245]。

3月12日，天皇明仁和皇后美智子發表聲明，對本次震災中的受災民眾們表示同情和慰問，並表示已經透過宮內廳官員轉告時任內閣總理大臣菅直人，要求他必須盡全力與有關各方在救災和重建和中盡最大的努力[246]。

3月15日，受電力危機影響，管轄皇宮所在的千代田區電力的東京電力公司開始實施輪流停電計劃，不過皇宮不在自願停電範圍外[247]。在輪流停電中，東京電力宣佈皇宮為「第一停電區域」，該區域的停電方案為2小時1次，以契合東京電力的電力使用分配[248]。從東京電力的日程表顯示，自願停電會一直持續到4月30日，導致皇宮的遊園會不得不被終止，其他3月14日之後的一些活動也被簡化[249]。因此，除了新駐日大使的任命儀式，其他活動不得不被限定在皇宮內舉行[250]。由於夏天電力供應更加緊張，甚至日本新震災復興大臣平野達男的任命儀式，韓國、摩納哥大使的任命儀式也被改皇宮進行。

地震時，天皇侍從長請示天皇進入隱藏處「特別室」暫避，但得到了天皇「沒有必要」的應答。

皇太子德仁親王和皇太子妃雅子原定於4月參加英國威廉王子的婚禮，順帶去英國訪問，但因地震臨時取消。同時皇太子在東宮的住宅也開始進行節電[251]。

高根澤御料牧場（日本皇室專用牧場）生產的物資被送到避難所支援受災者，行宮也史無前例的由工作人員開放接納避難者[252]。

皇太子德仁親王於7月10日參加了在百年講堂學習院，由OB管弦樂團舉行的「東日本大震災慈善音樂會」，親王親自上陣擔任中提琴手[253]。

報導

電視和廣播

參見：東日本報道廣播相關相關信息

主要新聞的版面均被本次地震所佔據（2011年3月12日，大阪府大阪市）

地震導致東北、關東地方的中心發生大規模停電，不少廣播電台停電，不得不使用自備發電機維持運作。但是，東北地區電力恢復速度很慢，自備發電機燃料耗盡，導致不少廣播站停止播放。主要的廣播公司如東北放送和東日本放送等主要站點也一度被迫停止播放，直到數日後才恢復正常。一方面大量中繼器遭到損壞，導致3月15日有63個電視台、2家電台無法播放節目，特別是對廣播電台產生了長期的影響[254]。

在東京的電視台和廣播電台，地震發生之後特殊新聞依次組成。之後的3月13日夜，特殊新聞機構特別新聞小組組成，重點播放特殊的新聞節目。常規的新聞節目被取消，轉而播出有關震災的特

別節目。14日從地面電視、廣播的核心局組成臨時的新聞特別節目，電視劇、動畫、綜藝節目、電影等大多數的節目被取消，其餘則繼續播出[255]。電影等綜藝節目於15日恢復播出[256]。另外之後的2019冠狀病毒病延燒到日本時，亦有類似事件發生。

這個災難除了上述變更，也導致部分節目內容產生明顯改變，以下舉幾個例子：

- 《DERO密室遊戲大脫逃》因本次天災導致播出中止，由TORE全力大挑戰接續。
- 《寵物小精靈超級願望》第23至24集《火箭隊對等離子團》因此事件被抽起，於第2季Episode N重新演繹。

新聞

震災發生之後，全國性報紙和大型地方性報紙、地方性報紙迅速發行號外刊。3月12日的包括各大早報和體育報，首頁和底頁都是大震災的新聞圖片。此外，晚報在星期日通常休刊，但讀賣新聞和朝日新聞在3月13日（星期日）發出「特別夕刊」。3月12日後的一段時間，原本列在中間的節目指南被放到報刊的尾部，中間優先報道有關震災的新聞（國家性報紙的節目指南移動到中間）[257]。震後大部分的頁面都報道有關震災的新聞，報刊頁數量削減大約半數[註 8]。廣告頁等被取消。

位於受災地的報刊，仍舊繼續發行報紙，只不過他們需要委託鄰近地區的其他報社印刷發行[258][259]。岩手縣盛岡市的岩手日報社等6所東北地區的地方性新聞社（河北新報社除外）第一次做出聯合災難互助協議直到震災影響結束。在青森縣擁有自備發電機的東奧日報社發出的4頁號外，宮城縣仙台市『河北新報』總公司使用耐震構造的輪轉印刷機在11日23時趕印出2頁號外，派發到仙台市各個避難所供災民觀看。第二日，各個簽訂互助協議的早報社委託新潟日報社製作各自的報刊，發行1份8頁的早報。很多居民透過報刊看到了海嘯摧毀建築的畫面，因為有不少人家中斷電，導致他們無法從電視或互聯網上看到地震畫面[260]。石卷市的地方性報紙石卷日日新聞社，總公司的計算機、印刷機等都在海嘯中被摧毀。所以報社使用損壞的印刷機里的墨水用筆沾上，手制海報。次日，派人送去避難所張貼，這樣製作牆報張貼的過程持續了6天[261]，之後使用多功能複印機，直到2星期後才使用緊急修復的輪轉印刷機。而後新聞大學將這6份石卷日日新聞捐贈的牆報存放於該校的新聞博物館。[262]。

在東北和關東地區、交通設施遭到破壞，燃料短缺，運輸緩慢。『岩手東海新聞』（主要在岩手縣釜石、宮古市的發行晚報），在報社總部的印刷機損壞，許多讀者在本次震災中上受到影響，3月29日將所有員工解僱，開始休刊。目前此報社已經重新開始發行報刊[263]。除此之外，『磐城民報』（福島縣磐城市的早報）[264]、『赤旗報』東北版（日本共產黨的黨報）[265]、『大崎時報』（主要在宮城縣大崎市發行的的日報），『三陸新報』（主要在宮城縣氣仙沼市發行的日報）選擇休刊數日。另一方面，『東海新報』（岩手縣大船渡市的日報）使用自備發電機運行未損壞的印刷機，繼續發行報紙。

出版・印刷

受海嘯襲擊的日本製紙石卷工廠
（2011年6月7日，宮城縣石卷市）

在沿海地區的日本製紙石卷工廠和三菱製紙八戶工廠受海嘯損壞，在內陸的日本製紙岩沼工廠、勿來工廠則沒有受到海嘯影響。位於東北地區的太平洋沿岸造紙廠的工廠及設備大多遭到損壞，庫存也大多遭到損壞。此外，受制於燃料短缺，工廠出貨困難，日本全國的的印刷用紙供求略微緊張。受制於此，日本雜誌協會將推遲、撤銷一些雜誌於3月18日的發行，例如『周刊少年Jump』從191期開始發行將被推遲[266]。為此，集英社及各個出版社，緊急處置『周刊少年Jump』[267]和『周刊ASCII』[268]。一些原來在互聯網上免費送貨的雜誌最新號無法運送。此外，印刷紙荒導致一部分雜誌不得不改變紙質及質量。這使得中小型印刷公司難以為繼，短時間內出現了不少公司破產的情況。

互聯網

互聯網在地震中作為提供訊息的一種手段，發揮了重大作用。考慮到看不到電視的觀眾，如停電等無法實時觀看NHK等播出的重要消息，NICONICO動畫、雅虎日本、Ustream等網站實時轉播電視台的信號[269]。NICONICO動畫、NHK、富士電視台和TBS新聞獲得授權，進行串流媒體實時轉播（NHK綜合頻道、NHK環球廣播網）的畫面[270]，又緊急製作了自己的特別節目[270][270]。在Ustream、NHK（綜合電視台、NHK世界TV）、朝日電視台、TBS（TBS訊鳥）、富士電視台、神奈川電視台、雅虎日本、NHK（綜合電視・教育電視）現場直播本次震災的特別節目[271]。且在網上播出。此外，1個中學生在地震發生17分鐘後以NHK的名義發出了1份未經授權的新聞公告[272]。

報道規制

2012年1月25日，無國界記者以福島第一核電站事故報道過於限制為理由，將日本的「世界新聞自由排名」評級由11位下調到22位[273]。

測試及就職活動

入學測試

宮城縣教育委員會於3月14日至18日將所有學校停課，15日原計劃高等學校的一般入學測試的合格者名單改到22日發表[274]。

地震發生之後的2011年3月12日-13日到國公立大學的入學測試延期，時間表已定。受災地區的32所大學（包含私立大學）的考試中止[275]。總計36所國家大學、15所公立大學、7所私立大學的測試延期[276]，補試也被延期[277]。文部科學省，3月12日受國家公立大學延期日程的應試者65,667人（較去年減少20,604人），這個減少預計是受地震的影響[278]。在同日，東北地區公立大學的測試繼續進行，全部12所學校只有秋田大學、秋田縣立大學進行。[278]。13日6所學校的測試終止，另外5所學校的測試也延期[279]。

此外，部分大學根據自家房屋損壞情況免除部分學生的學費，受輪流停電影響，一些大學打算將開學時間延期至5月以後[280]。

資格測試

原定於地震發生2日後的3月13日舉行的多益 (TOEIC) 英語能力測試因為「場館不一定能承受地震」為由而取消[281]。日本全國總計277場考試被取消[282]，總計有16萬人受影響[281]。

考慮到地震影響，原定於2011年4月17日舉行的春季信息技術工程師考試被延期[283]，改到6月26日和7月10日舉行（由於考試段不同時間也有差異）[284]。

此外，在日本的一些地區，一些考試或招聘考試出現了延期或取消的情況。

就職活動

大部分企業原定於2012年春面對學生的招聘大會遭到推遲[285]。另外，受地震影響東北地區中心的招聘活動也被緊急停止，厚生勞動省緊急對其召開討論[286][287]。

體育和活動

受震災影響，2011年春季的授章和頒授儀式、日本棒球聯盟的揭幕戰、籃球或足球比賽等一切非節日活動都被取消或延期[288]。電影的公映延期，商品的首發式停止。震災對這些行業產生了巨大的衝擊[289][290]。

宗教

傳統宗教和新宗教在震災中損失嚴重。各地神社共報告受損4818件。不少神社主殿全毀或半毀[291]。國有註冊有形文化資產日本基督教會福島分會受災後，因維修費用巨大而被迫拆除。

以宗教法人的宗教徒在震災發生之後立刻開始向受災者提供支援、金錢或物資提供、教徒們成為志願者，並且開放宗教機構作為避難所。新宗教的大部分捐款被捐贈給政府[292]。

引發的問題

主條目：東日本大震災引發的犯罪及問題行為

震災所衍生的暴力犯罪行為本次基本上沒有出現，但在外國發生此類災害時則常常出現搶劫以及暴亂行為而難以保持秩序[293]。

宮城縣地區許多地區都遭到海嘯襲擊，例如仙台市東部、多賀城市和石卷市等。房屋和商店沒有員工，竊賊瞄準加油站汽車加油的時機盜竊、受災地直至2011年3月26日總計失竊約100億日元[294]。此外，在全國有人透過捐款名義以進行集資詐騙行為[295][296]。

根據警察廳的數據，岩手、宮城、福島的受災最嚴重的3縣自3月11日至6月末共發生ATM現金強行撬開盜竊案件56件、遭竊總額達6億8400萬日元以上。其中34起發生在福島縣，大多是離福島第一核電站不足20公里的警戒區域[297]。此外，離核電站20-30km圈內因為大多數居民外出避難，有相當多的遭到竊賊盜竊的受害者。由於居民無法進入離核電站20公里的距離，所以直到數月後被允許暫時歸宅後才發現家裏遭竊。

在首都圈的居民對震災感到不安而開始囤積商品，且受制於物流的缺失，導致零售店的商品極少[298]。因為地震，東日本地區的電力不足導致居民們過分節約[299]。

另外，地震相關的各種報導，因為核事故的原因，各種渠道的謠言問題被瀏覽或傳播[300]。

由於飼主逃離前往避難所，飼主們不得不放棄留在店鋪或家中的寵物，不少寵物死亡，或是逃離城鎮變成了野生動物，此現象在福島縣的警戒區域內為甚[301]。

此外，受災時的加油站、水廠有許多人排隊，甚至有人等待了半天仍然沒有加到油。

2013年，東京大學的研究小組的報告顯示，許多人在震災後報告自己身體欠佳，並且這項調查是重點針對全日本的年輕人的。但是個案中，受訪者受到餘震的數量和震級較高。據此，該小組宣佈空間輻射劑量率、離福島第一核電站的距離以及體感地震烈度並非導致部分受訪者身體問題的原因。[302]。

2014年1月26日、厚生勞動省的研究小組在岩手、宮城、福島3縣為經歷過地震幼兒園的孩子進行「孩子行為檢查」(CBCL)。調查後發現，25.9%的孩子需要專業的醫療護理以解決他們的心理問題及陰影[303]。此外，還有43.9%接受調查的兒童目擊了海嘯襲擊[304]。

重建

宮城、福島和岩手受海嘯及地震影響，海岸地區出現大量的廢物，例如瓦礫或海嘯帶來的沉澱物等。復興廳稱將努力在2014年3月前完成清理雜物的工作。截至2012年11月末，3縣37個市町村出現災害廢棄物大約1,802萬噸。其中86%已經被運走，34%已經完成處理。海嘯帶來的廢物約956萬噸，有60%已經被運走，15%已經處理。將在目前的政策下儘可能的擴充焚化爐的數量，儘可能多而快的將垃圾在受災地以外處理（即廣域處理）。但是核電站事故帶來的放射性物質物質的處理方法則仍在研究中[305]。

在岩手、宮城、福島3縣的沿海的地域，海嘯導致不少城市及鄉村地區的基礎設施建築被摧毀或喪失功能。對此復興廳展開了激烈的爭論，部分重建工作也緊張的展開着。以下是部分重建思路[305][306]。

- 將被摧毀的村莊或城市，從之前容易受到海嘯襲擊的低地搬遷到地勢較高之區域，而搬遷地區購買的費用由國家和當地政府機關承擔[305]。
- 將原先被海嘯摧毀的區域用人工手段將地表抬升，之後原地重建。地表提升的費用將由國家和當地政府承擔[305]。
- 職住分離計劃，將住宅、政府機關、高層建築和醫院等移上地勢較高之區域，工廠等工業設施將會原地重建。但是旅遊業和漁業很難整體遷移，目前正在討論中[306]。
- 就地重建，但將重建中心放在漁業水產業或農業的私人投資上，且更多的引進節約能源、可再生能源以及智慧電網技術（生態城）等等[306]。
- 加強海嘯防禦措施，防波堤復原且增強，增加鐵路、高速鐵路或公路的防波堤的功能以及加大種植防潮林和綠地。宮城縣計劃在仙台灣以南海岸加築防波堤，於海岸端改建防潮林、綠地、農田、堤上道路及鐵路、產業用地等。這樣的構思是為了構建一個縱深的防護圈和帶狀住宅區以減少海嘯風險[306]。
- 津波避難設施強化，建築防範海嘯的建築，以及海嘯避難的快速道路和加強避難所的防範能力。宮城縣這樣計劃是為了加強低地的工業區或居民的應急避難能力[306]。
- 提高海嘯防範意識，更多的對海嘯知識進行教育，傳授防範震災的經驗[306]。

避難者

震災2年後福島縣的避難者達15.4萬人（福島第一核電站事故警戒區域內的避難人數8.5萬人）[307]。

- 福島縣縣外避難（2013年3月7日）（合計約5萬人、縣內避難約10萬人）

此外，震災以後，大批民眾因為恐慌或受福島第一核電站事故影響而離開家園，導致宮城等四個縣的人口大量減少，其中在宮城縣的女川町、山元町[25]、岩手縣的大槌町[308]，人口減少了超過20%，在減少最多的女川町，人口從震災發生前的9,932人減少到6,953人，下降了29.99%[25]。

縣	震災前推計人口[註 9]	震災後推計人口[註 10]	增減率（%）
福島縣[309]	2,024,401	1,937,187	**-4.31**
青森縣[310]	1,369,747	1,322,461	-3.45
岩手縣[308]	1,326,643	1,284,732	-3.16
宮城縣[25]	2,346,853	2,328,022	-0.80

人物受災情況

- 羽生結弦（時年16歲，{東北高等學校1年級學生），花樣滑冰運動員。當他在仙台滑冰場（仙台市泉區）練習時建築突然劇烈搖擺，他穿着溜冰鞋慌忙逃出。由於自己家中維生管線遭到破壞，他不得不在避難所住了4天。由於仙台的練習場地被破壞，他不得不來到橫濱市訓練，之後又改到八戶市訓練。他還在60滑冰秀上表演，當做一種訓練[311][312][313]。
- 和合亮一（時年42歲），高中教師，詩人。當時他在福島縣立保原高中（福島縣伊達市）做入學招生會議。之後他寫了有關震災題材的書「詩之礫」，先在twitter上公佈，之後被出版[314]。
- 瀨名秀明（時年43歲），作家。在仙台市自家公寓內受災。
- 三明治人（時年均36歲），兩人搞笑組合。地震發生時正在氣仙沼漁港內市場為東北放送拍攝節目外景，後來在東北放送的工作人員引導下至氣仙沼市郊的安波山避難[315][316]，並目睹氣仙沼市區遭到海嘯襲擊[317]。由於兩人皆為仙台出身，震災發生後除發起「東北魂義援金」募款專戶之外[318]，並積極從事災後重建的公益活動。

後續

2017年10月23日，因6年前東日本大震災所引發的海嘯而被沖走的岩手縣大船渡市的漁船，在位於約2300公里之外的沖繩縣石垣島海岸被調查人員發現[319]。

東日本大震災後發生多次餘震。2021年2月13日當地時間凌晨，福島縣外海發生7.3級強震，迄今造成1人死亡及至少150人受傷和大規模停電。據日本氣象廳所指，此次地震被認為是2011年日本東北地方太平洋近海地震的餘震。

震災過後，東日本大震災受災者每年定期舉辦震災避難者交流會[320]。截至2022年9月，在遭受海嘯災害的受災地，住所的重建和道路和港口等基礎設施的恢復基本完成，但是在岩手縣作為土地整理項目的一部分而開發的沿海土地大部分已空置，岩手縣和宮城縣，漁業等地區的振興已進入半途[321]。法律定在2045年之前在福島縣外進行針對除污而產生的土壤等最終處理[321]。

文化影響

震災過後，日本陸續出現關於震災題材的「震災後文學」，日本演員暨作家伊藤正幸在震災發生後前往災區做志願活動，依據當時的經歷著作小說《想像收音機》（日語：想像ラジオ）[322]。這本小說於2015年出版，《朝日新聞》評價稱「《想像廣播》生動地捕捉到我們這個時代在悲觀和樂觀之間撕裂的情緒。」[323]，作家新井一二三在書序中稱「這是震後日本出現的第一部安魂曲。」[322]。作品更獲得第26屆三島由紀夫獎、第149屆芥川龍之介獎提名，最終獲頒野間文藝新人獎。

2022年，日本動畫導演新海誠發表自己執導兼任原作的動畫電影《鈴芽戶締》，同年8月24日發行電影原著小說，故事的劇情引用了東日本大震災的影響。[324]。

注釋

1. 海嘯的「溯上高」指海嘯**在陸地上爬升所達到的**最大高度。
2. 「震災關聯死」是指震災種下病因，過着避難生活時身體狀況惡化，致使精神和肉體上的疲勞積累，最終導致死亡。
3. 福島第一核電站附近區域數據大量缺失。
4. 福島第一核電站附近區域數據大量缺失。
5. 福島第一核電站附近區域數據大量缺失。
6. 岩手縣、宮城縣和福島縣（特別是福島第一核電站附近區域）數據缺失。
7. 緊急交通路徑被指定為首都高速6號三鄉線從八潮南出入口 - 三鄉JCT（下）、三鄉JCT- 八潮出入口（上）。
8. 朝日新聞・東京版通常40頁，震後20 - 24頁。
9. 數據截止於2011年3月1日
10. 數據截止於2014年9月1日

參考文獻

1. 平成 23 年(2011 年)東北地方太平洋沖地震（東日本大震災）について （第 150 报） (https://web.archive.org/web/20170623015717/http://www.fdma.go.jp/bn/higaihou/pdf/jishin/150.pdf) (PDF). 日本消防廳. 2014-09-10 [2014-10-17].（原始內容 (http://www.fdma.go.jp/bn/higaihou/pdf/jishin/150.pdf) (PDF)存檔於2017-06-23）.
2. (1)人的被害 (https://web.archive.org/web/20170813232008/http://www.bousai.go.jp/kaigirep/hakusho/h24/bousai2012/html/honbun/1b_1h_1s_01_01.htm) . 內閣府. [2016-10-22].（原始內容 (http://www.bousai.go.jp/kaigirep/hakusho/h24/bousai2012/html/honbun/1b_1h_1s_01_01.htm) 存檔於2017-08-13）.
3. 平成23年3月 地震・火山月報（防災編） (http://www.data.jma.go.jp/svd/eqev/data/gaikyo/monthly/201103/monthly201103.pdf) 気象庁PDF
4. 東北を中心に震度7の地震 宮城県で4・2メートルの津波 建物も流される (https://web.archive.org/web/20140729105810/http://sankei.jp.msn.com/affairs/news/110311/dst11031114530002-n1.htm) . MSN産経ニュース. 2011-03-11 [2011-03-11].（原始內容 (https://sankei.jp.msn.com/affairs/news/110311/dst11031114530002-n1.htm) 存檔於2014-07-29）.
5. 此次是日本有現代觀測手段以來最大地震和海嘯 (http://news.qq.com/a/20110311/002230.htm) . 騰訊新聞. 2011-03-11 [2011-03-11].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20141018191422/http://news.qq.com/a/20110311/002230.htm) 於2014-10-18）.
6. 平成23年（2011年）東北地方太平洋沖地震津波の概要（第3報） (https://web.archive.org/web/20111214180433/http://www.jwa.or.jp/static/topics/20110422/tsunamigaiyou3.pdf)

(PDF). 日本気象協會. 2011-04-22 [2011-05-21]. （原始內容 (http://www.jwa.or.jp/static/topics/20110422/tsunamigaiyou3.pdf) (PDF)存檔於2011-12-14）.

7. 現地調査結果 (http://www.coastal.jp/ttjt/index.php?%E7%8F%BE%E5%9C%B0%E8%AA%BF%E6%9F%BB%E7%B5%90%E6%9E%9C) . 東北地方太平洋沖地震津波合同調査グループ. 2012-01-14 [2012-02-09]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20170410001541/http://www.coastal.jp/ttjt/index.php?%E7%8F%BE%E5%9C%B0%E8%AA%BF%E6%9F%BB%E7%B5%90%E6%9E%9C) 於2017-04-10）.
8. 【災害時地震・津波速報】平成23年（2011年）東北地方太平洋沖地震１・地震・津波概要 (http://www.jma.go.jp/jma/kishou/books/saigaiji/saigaiji_201101/saigaiji_201101_01.pdf) (PDF). 日本氣象廳. 2012-01-11 [2012-02-17]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20201222000709/http://www.jma.go.jp/jma/kishou/books/saigaiji/saigaiji_201101/saigaiji_201101_01.pdf) (PDF)於2020-12-22）.
9. Chapter2 Tsunami (http://www.jma.go.jp/jma/kishou/books/gizyutu/133/CHAPTER2.pdf) (PDF). 日本氣象廳. 2012 [2014-10-17]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20201211105847/http://www.jma.go.jp/jma/kishou/books/gizyutu/133/CHAPTER2.pdf) (PDF)於2020-12-11）（日語）.
10. 東日本大震災について 被害状況と警察措置 (https://web.archive.org/web/20140412212623/http://www.npa.go.jp/archive/keibi/biki/index.htm) (新聞稿). 警察庁. 2014-09-10 [2014-09-10]. （原始內容 (http://www.npa.go.jp/archive/keibi/biki/index.htm) 存檔於2014-04-12）.
11. 大震災・揺れの犠牲90人超 (http://www.kahoku.co.jp/spe/spe_sys1115/20130517_01.htm) . [2014-08-14]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20131212224724/http://www.kahoku.co.jp/spe/spe_sys1115/20130517_01.htm) 於2013-12-12）.
12. 東日本大震災における震災関連死の死者数 (http://www.reconstruction.go.jp/topics/main-cat2/sub-cat2-6/20140526131634.html) (PDF). 復興庁. 2014-05-27 [2014-06-16]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210202111046/https://www.reconstruction.go.jp/topics/main-cat2/sub-cat2-6/20140526131634.html) 於2021-02-02）.
13. 愛するあなたへ涙雨 仙台で遺族ら墓参 (https://web.archive.org/web/20200202055730/https://www.kahoku.co.jp/tohokunews/201903/20190311_13054.html) . 河北新報オンラインニュース. 2019年03月11日 [2020-02-02]. （原始內容 (https://www.kahoku.co.jp/tohokunews/201903/20190311_13054.html) 存檔於2020年2月2日）（日語）.
14. 震災関連死の死者数等について (http://www.reconstruction.go.jp/topics/main-cat2/sub-cat2-6/20140526131634.html) . www.reconstruction.go.jp. [2020-02-02]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210202111046/https://www.reconstruction.go.jp/topics/main-cat2/sub-cat2-6/20140526131634.html) 於2021-02-02）.

15. 陳慧真. 日本311浩劫8周年》死亡、失蹤、「震災關聯死」至今逾2萬2000人，「孤獨死」更激增4成-風傳媒 (https://www.storm.mg/article/1041986) . www.storm.mg. 2019-03-11 [2020-01-27]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20200127160834/https://www.storm.mg/article/1041986) 於2020-01-27）（中文（臺灣））.

16. 東北３県 災害公営住宅での孤独死 去年１年間で76人 ４割増 (https://web.archive.org/web/20190305092959/http://www3.nhk.or.jp/news/html/20190305/k10011836751000.html) . NHKニュース. 2019-03-05 [2020-02-02]. 原始內容存檔於2019-03-05.

17. 平成 23 年(2011 年)東北地方太平洋沖地震（東日本大震災）について （第 150 报） (https://web.archive.org/web/20170623015717/http://www.fdma.go.jp/bn/higaihou/pdf/jishin/150.pdf) (PDF). 日本消防廳. 2014-09-10 [2014-10-17]. （原始內容 (http://www.fdma.go.jp/bn/higaihou/pdf/jishin/150.pdf) (PDF)存檔於2017-06-23）.

18. 松尾雄治氏が釜石SWにエール…ラグビー (https://archive.is/20120709102731/http://hochi.yomiuri.co.jp/sports/ballsports/news/20110323-OHT1T00281.htm) . スポーツ報知. 2011-03-24 [2014-08-14]. （原始內容 (http://hochi.yomiuri.co.jp/sports/ballsports/news/20110323-OHT1T00281.htm) 存檔於2012-07-09）.

19. https://mainichi.jp/articles/20190404/k00/00m/040/096000c （頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20211219051016/https://mainichi.jp/articles/20190404/k00/00m/040/096000c)，存於互聯網檔案館） 毎日新聞. 2019-4-4.

20. 東北電力（株）女川原子力発電所ＰＲセンター (https://www.google.com/maps/place/%E6%9D%B1%E5%8C%97%E9%9B%BB%E5%8A%9B%EF%BC%88%E6%A0%AA%EF%BC%89+%E5%A5%B3%E5%B7%9D%E5%8E%9F%E5%AD%90%E5%8A%9B%E7%99%BA%E9%9B%BB%E6%89%80%EF%BC%B0%EF%BC%B2%E3%82%BB%E3%83%B3%E3%82%BF%E3%83%BC/@38.3923959,141.4960952,518m/data=!3m2!1e3!4b1!4m5!3m4!1s0x5f89b9e783e95c37:0xd699fe2519d8463d!8m2!3d38.3923959!4d141.4982839) . Google Map. [2021-02-15]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210325061005/https://www.google.com/maps/place/%E6%9D%B1%E5%8C%97%E9%9B%BB%E5%8A%9B%EF%BC%88%E6%A0%AA%EF%BC%89+%E5%A5%B3%E5%B7%9D%E5%8E%9F%E5%AD%90%E5%8A%9B%E7%99%BA%E9%9B%BB%E6%89%80%EF%BC%B0%EF%BC%B2%E3%82%BB%E3%83%B3%E3%82%BF%E3%83%BC/@38.3923959,141.4960952,518m/data=%213m2%211e3%214b1%214m5%213m4%211s0x5f89b9e783e95c37:0xd699fe2519d8463d%218m2%213d38.3923959%214d141.4982839) 於2021-03-25）.

21. 娘よ…この日に会えた 四十九日の供養直後に発見 (http://www.asahi.com/national/update/0429/TKY201104280772.html?ref=rss) . 朝日新聞. 2011-04-29 [2011-09-10].

22. 【東日本大震災】「死にものぐるいで上に行け」 津波で74人死亡・不明 宮城・大川小の「あの時」 (https://web.archive.org/web/20110915172115/http://sankei.jp.msn.com/affairs/news/110414/dst11041419270052-n1.htm) . 産経新聞. 2011-04-15 [2011-09-10]. （原始內

容 (https://sankei.jp.msn.com/affairs/news/110414/dst11041419270052-n1.htm) 存檔於2011-09-15）.

23. 東日本大震災（１２６報）(http://www.mlit.go.jp/common/001054981.pdf) (PDF). 日本國土交通省. 2014-03-03 [2014-10-19].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210123032420/https://www.mlit.go.jp/common/001054981.pdf) (PDF)於2021-01-23）.
24. 手作り避難所、７０人救った　１０年かけ岩山に　東松島 (http://www.asahi.com/special/10005/TKY201103290226.html) . 朝日新聞. 2011-03-31 [2014-01-16].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20201104200142/http://www.asahi.com/special/10005/TKY201103290226.html) 於2020-11-04）.
25. 統計データ/宮城県推計人口（月報）(http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/toukei/suikei-top.html) . 宮城縣廳. 2014-09-01 [2014-10-18].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210123034050/https://www.pref.miyagi.jp/soshiki/toukei/suikei-top.html) 於2021-01-23）.
26. 統計情報せんだい (http://www.city.sendai.jp/kikaku/seisaku/toukei/index.html) （頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20160908033229/http://www.city.sendai.jp/kikaku/seisaku/toukei/index.html) ，存於互聯網檔案館）（仙台市）
27. 平成２３年東北地方太平洋沖地震（第１３報）(http://www.mlit.go.jp/common/000237132.pdf) (PDF). 日本國土交通省. 2011-03-13 [2014-10-19].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210123032738/https://www.mlit.go.jp/common/000237132.pdf) (PDF)於2021-01-23）.
28. ご協力いただきましたサッカー用品が被災地に届きました。 (https://web.archive.org/web/20110818154541/http://renaissance-kumamoto.com/blog110523013050.html) . 益城ルネサンス熊本フットボールクラブ. 2011-05-23 [2012-12-05].（原始內容 (http://renaissance-kumamoto.com/blog110523013050.html) 存檔於2011-08-18）.
29. 津波、自動車學校襲う 教習生ら24人死亡 宮城・山元（2011年3月23日付河北新報）(http://www.kahoku.co.jp/spe/spe_sys1062/20110323_13.htm) （頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20120420163138/http://www.kahoku.co.jp/spe/spe_sys1062/20110323_13.htm) ，存於互聯網檔案館）- 2011年6月18日閱覽
30. 「松島が守ってくれた」対岸の町、死者1人 (https://archive.is/20120919115715/http://www.yomiuri.co.jp/national/news/20110323-OYT1T00077.htm) . 読売新聞. 2011-03-23 [2011-04-26].（原始內容 (http://www.yomiuri.co.jp/national/news/20110323-OYT1T00077.htm) 存檔於2012-09-19）.
31. 双葉病院長「避難迫られた。責任ない」 患者21人死亡 (http://www.asahi.com/special/10005/TKY201103190139.html) . asahi.com. 2011-03-19 [2011-04-26].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20201118133141/http://www.asahi.com/special/10005/TKY201103190139.html) 於2020-11-18）.

32. asahi.com（朝日新聞社）：避難所など震災関連死２７人 医療設備不足や寒さ響く – 社会 (http://www.asahi.com/national/update/0317/TKY201103170134.html) . Asahi Shimbun. Japan. 17 March 2011 [29 March 2011].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20110331005043/http://www.asahi.com/national/update/0317/TKY201103170134.html) 於 2011-03-31）.

33. Fujimura, Naoko. Quake Evacuees Survive on Rice Balls, Bread, Seek to Avoid Contracting Flu (http://www.bloomberg.com/news/2011-03-26/japan-s-evacuees-battle-flu-survive-on-rice-balls-and-bread.html) . Bloomberg. 26 March 2011 [29 March 2011].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20110331005142/http://www.bloomberg.com/news/2011-03-26/japan-s-evacuees-battle-flu-survive-on-rice-balls-and-bread.html) 於2011-03-31）.

34. 3・11にダム決壊、濁流で7人死亡していた (https://archive.is/20130501112452/http://www.yomiuri.co.jp/national/news/20110530-OYT1T00139.htm) . 読売新聞. 2011-05-30 [2011-05-30].（原始內容 (http://www.yomiuri.co.jp/national/news/20110530-OYT1T00139.htm) 存檔於2013-05-01）.

35. http://www.data.jma.go.jp/svd/eqdb/data/shindo/Event.php?ID=175313 （頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20201104164015/http://www.data.jma.go.jp/svd/eqdb/data/shindo/Event.php?ID=175313) ，存於互聯網檔案館）烈度データベース検索

36. 「液状化被害の民家 秋田で再生」. 讀賣新聞. 2013-02-25: 38.

37. 「伊能忠敬旧宅も…佐原の伝統的町並み、被害深刻」. 讀賣新聞. 2011-03-23.

38. 東日本大震災における香取市内の被災状況写真 (https://web.archive.org/web/20140917181900/http://www.city.katori.lg.jp/saigai/saigai_photo.html) . [2014-08-14].（原始內容 (http://www.city.katori.lg.jp/saigai/saigai_photo.html) 存檔於2014-09-17）.

39. Japan earthquake causes oil refinery inferno (http://www.telegraph.co.uk/news/worldnews/asia/japan/8375497/Japan-earthquake-causes-oil-refinery-inferno.html) . London: *Daily Telegraph*. 11 March 2011 [12 March 2011].（原始內容存檔 (https://www.webcitation.org/66dbw8vn2?url=http://www.telegraph.co.uk/news/worldnews/asia/japan/8375497/Japan-earthquake-causes-oil-refinery-inferno.html) 於2012-04-03）.

40. 市村高男. 中世宇都宮氏の世界 下野・豊前・伊予の時空を翔る. 彩流社. 2013. ISBN 978-4-7791-1949-1.

41. Waves sweep 4 out to sea in Crescent City as tsunami surges reach west coast |News10.net |Sacramento, California |Local News (https://web.archive.org/web/20110314162422/http://www.news10.net/news/local/story.aspx?storyid=127779) . News10.net. 2011-03-11 [2011-03-11].（原始內容 (http://www.news10.net/news/local/story.aspx?storyid=127779) 存檔於2011-03-14）.

42. 米西海岸に到達した津波の不明者、480キロ先で遺體発見 (http://jp.reuters.com/article/worldNews/idJPJAPAN-20589020110413) （頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20210123031943/http://jp.reuters.com/article/worldNews/idJPJAPAN-20589020110413)，存於互聯網檔案館）- ロイター・2011年4月13日

43. www.msnbc.msn.com [1] (https://www.msnbc.msn.com/id/42024659/ns/world_news-asia-pacific/) （頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20121105001456/http://www.msnbc.msn.com/id/42024659/ns/world_news-asia-pacific/)，存於互聯網檔案館）. Retrieved on March 11, 2010.

44. Nakaso，Dan. Tsunami damage estimate for Hawaii now tens of millions (http://www.staradvertiser.com/news/breaking/117965429.html). fourseasons.com. 2011-03-14 [2011-03-14].（原始內容存檔 (https://www.webcitation.org/5xCXcRJTq?url=http://www.staradvertiser.com/news/breaking/117965429.html) 於2011-03-15）.

45. Jaymi Heimbuch. One Year Later: Midway Atoll Still Taking Tally of Tsunami's Effects (http://www.treehugger.com/natural-sciences/one-year-later-midway-atoll-still-taking-tally-of-tsunamis-effects.html). treehugger. 2012-04-02 [2015-09-03].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20200612163349/https://www.treehugger.com/natural-sciences/one-year-later-midway-atoll-still-taking-tally-of-tsunamis-effects.html) 於2020-06-12）.

46. Gomes，Mark. Tsunami: Santa Cruz harbor dock destroyed, man swept out to sea near Klamath River (https://web.archive.org/web/20130327081838/http://www.asahi.com/international/update/0327/TKY201303270039.html). 2011-03-11 [2011-11-11].（原始內容 (http://www.asahi.com/international/update/0327/TKY201303270039.html) 存檔於2013-03-27）.

47. 米オレゴンに日本のワカメ　震災で漂流、環境に影響懸念 (https://web.archive.org/web/20130327081838/http://www.asahi.com/international/update/0327/TKY201303270039.html). 朝日新聞. 2013-03-27 [2013-03-27].（原始內容 (http://www.asahi.com/international/update/0327/TKY201303270039.html) 存檔於2013-03-27）.

48. 地震の津波、世界中で被害をもたらす (http://news24.jp/articles/2011/03/13/10178100.html). 日テレNEWS24. 2011-03-13 [2011-03-13].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210123032004/https://www.news24.jp/articles/2011/03/13/10178100.html) 於2021-01-23）（日語）.

49. Japón: Aumentan a 8.649 los muertos y a 12.877 los desaparecidos (http://www.cooperativa.cl/gobierno-cancelo-alarma-de-tsunami-para-isla-de-pascua/prontus_nots/2011-03-11/062730.html). [2014-08-14].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210123032008/https://www.cooperativa.cl/gobierno-cancelo-alarma-de-tsunami-para-isla-de-pascua/prontus_nots/2011-03-11/062730.html) 於2021-01-23）.

50. 日海嘯餘波 南北美洲影響有限，路透社，2011-3-13 (http://tw.news.yahoo.com/article/url/d/a/110313/16/2nytf.html)

51. 東方早報. 日本地震海啸波凌晨冲击上海 (http://news.sina.cn/?sa=t124d3816675v71&from=wap) . 新浪網新聞. 北京. [2017-08-28]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20170828190052/http://news.sina.cn/?sa=t124d3816675v71&from=wap) 於2017-08-28）（中文（中國大陸））.

52. Tsunami passes over Taiwan, Indonesia braces for impact • TheJournal (http://www.thejournal.ie/tsunami-passes-over-tawain-indonesia-braces-for-impact-2011-03/) . Thejournal.ie. 2010-09-23 [2011-03-11]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20170820162936/http://www.thejournal.ie/tsunami-passes-over-tawain-indonesia-braces-for-impact-2011-03/) 於2017-08-20）.

53. Tsunami Warning for New Zealand. (http://www.voxy.co.nz/national/tsunami-warning-update-4/5/85276) . [2011-03-12]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20170820161626/http://www.voxy.co.nz/national/tsunami-warning-update-4/5/85276) 於2017-08-20）.

54. Sample, Ian. Japan earthquake and tsunami: what happened and why (http://www.guardian.co.uk/world/2011/mar/11/japan-earthquake-tsunami-questions-answers) . The Guardian. March 11, 2011 [2011-03-11]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20130615103231/http://www.guardian.co.uk/world/2011/mar/11/japan-earthquake-tsunami-questions-answers) 於2013-06-15）.

55. Guam, Marinas lifts tsunami warning (http://www.washingtonpost.com/wp-dyn/content/article/2011/03/11/AR2011031102233.html) . Associated Press. 11 March 2011 [2011-03-11]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20170820160851/http://www.washingtonpost.com/wp-dyn/content/article/2011/03/11/AR2011031102233.html) 於2017-08-20）.

56. WOSU: Some Pacific tsunami alerts lifted after Japan quake (2011-03-11) (http://www.publicbroadcasting.net/wosu/news.newsmain/article/0/0/1774296/World/Some.Pacific.tsunami.alerts.lifted.after.Japan.quake) . Publicbroadcasting.net. [2011-03-11]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20110314195254/http://www.publicbroadcasting.net/wosu/news.newsmain/article/0/0/1774296/World/Some.Pacific.tsunami.alerts.lifted.after.Japan.quake) 於2011-03-14）.

57. Tsunami waves sweep Hawaii, no major damage yet | Detroit Free Press (http://www.freep.com/article/20110311/NEWS07/110311011/Tsunami-waves-slam-Hawaii-storm-sweeps-islands?odyssey=nav%7Chead) . freep.com. 2010-02-27 [2011-03-11]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20110314181216/http://www.freep.com/article/20110311/NEWS07/110311011/Tsunami-waves-slam-Hawaii-storm-sweeps-islands?odyssey=nav%7Chead) 於2011-03-14）.

58. Roig, Suzanne. Hawaii orders evacuations in Pacific tsunami threat (http://www.reuters.com/article/2011/03/11/us-japan-quake-tsunami-hawaii-idUSTRE72A1OW20110311) . Reuters. [2011-03-11]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20150924151718/http://www.reuters.com/article/2011/03/11/us-japan-quake-tsunami-hawaii-idUSTRE72A1OW20110311) 於2015-09-24）.

59. Tsunami waves hit U.S. mainland coast (http://www.suntimes.com/news/nation/4260099-418/tsunami-waves-hit-oregon-coast.html) . Chicago Sun-Times. 2010-02-27 [2011-03-11]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20110314162457/http://www.suntimes.com/news/nation/4260099-418/tsunami-waves-hit-oregon-coast.html) 於2011-03-14）.

60. Johnson, C. Waves sweep 4 out to sea in Crescent City as tsunami surges reach west coast (https://web.archive.org/web/20110311213421/http://www.news10.net/news/story.aspx?storyid=127779&catid=2) . KXTV. 11 March 2011 [2011-03-11]. （原始內容 (http://www.news10.net/news/story.aspx?storyid=127779&catid=2) 存檔於2011-03-11）.

61. Mike Anton and Shan Li. Crescent City, Santa Cruz hit hard by tsunami from Japan quake (http://www.latimes.com/news/nationworld/nation/la-me-crescent-city-california-20110311,0,3043382.story) . Los Angeles Times. 11 March 2011 [2011-03-11]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20120119071700/http://www.latimes.com/news/nationworld/nation/la-me-crescent-city-california-20110311,0,3043382.story) 於2012-01-19）.

62. Tsunami spares Philippines, Indonesia: News24: World: News (http://www.news24.com/World/News/Tsunami-spares-Philippines-Indonesia-20110311.cnt) . News24. 2011-02-05 [2011-03-11]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20170820162026/http://www.news24.com/World/News/Tsunami-spares-Philippines-Indonesia-20110311.cnt) 於2017-08-20）.

63. AFP Fri, Mar 11, 2011. Small tsunami waves hit Philippines (http://news.asiaone.com/News/Latest%2BNews/Asia/Story/A1Story20110311-267648.html) . News.asiaone.com. [2011-03-11]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20110314162701/http://news.asiaone.com/News/Latest%2BNews/Asia/Story/A1Story20110311-267648.html) 於2011-03-14）.

64. Easy 2 Use File Hosting (https://web.archive.org/web/20110311080131/http://file2store.info/download.php?id=BBE47311) . File2Store.info. [2011-03-11]. （原始內容 (http://file2store.info/download.php?id=BBE47311) 存檔於2011-03-11）.

65. Damage after Tsunami in Palau? (http://www.scubaboard.com/forums/pacific-islands/373794-dammage-after-tsunami-palau.html) . ScubaBoard. [2011-03-11]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20150924095749/http://www.scubaboard.com/forums/pacific-islands/373794-dammage-after-tsunami-palau.html) 於2015-09-24）.

66. Post a Comment. UPDATE 7-Some Pacific tsunami alerts lifted after Japan quake (http://www.scientificamerican.com/article.cfm?id=update-7-some-pacific-tsunami-alert) . Scientific American. [2011-03-11].

67. Some Pacific tsunami alerts lifted after Japan quake - Yahoo!Xtra News (https://web.archive.org/web/20110315011933/http://nz.news.yahoo.com/a/-/world/8997961/some-pacific-tsunami-alerts-lifted-after-japan-quake) . Nz.news.yahoo.com. [2011-03-11]. （原始內容 (http://nz.news.yahoo.com/a/-/world/8997961/some-pacific-tsunami-alerts-lifted-after-japan-quake/) 存檔於2011-03-15）.

68. Waiting for the tsunami | Klima-Tuvalu (https://web.archive.org/web/20170820161643/http://klima-tuvalu.no/2011/03/11/waiting-for-the-tsunami/) . Klima-tuvalu.no. [2011-03-11]. （原始內容 (http://klima-tuvalu.no/2011/03/11/waiting-for-the-tsunami/) 存檔於2017-08-20）.

69. March 11th, 2011 AFP. Indonesia says tsunami hit without damage | Deccan Chronicle | 2011-03-11 (http://www.deccanchronicle.com/international/indonesia-says-tsunami-hit-without-damage-495) . Deccan Chronicle. [2011-03-11].

70. 東日本大震災：インドネシアで津波被害、海外で初の死者 (https://archive.is/20120710015600/http://mainichi.jp/select/world/news/20110314ddm007040102000c.html) . 毎日新聞 (東京都千代田區: 毎日新聞社). フランス通信社. 2011-03-14 [2011-03-17]. （原始內容 (http://mainichi.jp/select/world/news/20110314ddm007040102000c.html) 存檔於2012-07-10）（日語）.

71. 19:13 11/03/2011-6°C. Japan earthquake sparks Russian tsunami fears | RUSSIA (http://themoscownews.com/russia/20110311/188486500.html?referfrommn) . The Moscow News. [2011-03-11]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20110717014650/http://themoscownews.com/russia/20110311/188486500.html?referfrommn) 於2011-07-17）.

72. WalesOnline. Tsunami: Russia moves 11,000 - UK News - News (http://www.walesonline.co.uk/news/uk-news/2011/03/11/tsunami-russia-moves-11-000-91466-28319479/) . WalesOnline. 2009-08-11 [2011-03-11]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20121013212436/http://www.walesonline.co.uk/news/uk-news/2011/03/11/tsunami-russia-moves-11-000-91466-28319479/) 於2012-10-13）.

73. Associated Press. Mexico detects first, moderate tsunami sea rise (http://www.washingtonpost.com/wp-dyn/content/article/2011/03/11/AR2011031103985.html) . The Washington Post. March 11, 2011 [2011-03-11]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20170820163326/http://www.washingtonpost.com/wp-dyn/content/article/2011/03/11/AR2011031103985.html) 於2017-08-20）.

74. Associated Press. First waves from Japan disaster have little effect on B.C. (http://www.cbc.ca/news/canada/british-columbia/story/2011/03/11/tsunami-warnings-bc.html?ref=rss) .

CBC. March 11, 2011 [2011-03-11].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20110414005103/http://www.cbc.ca/news/canada/british-columbia/story/2011/03/11/tsunami-warnings-bc.html?ref=rss) 於2011-04-14）.

75. News Content. Tsunami reaches French Polynesia (http://www.rnzi.com/pages/news.php?op=read&id=59329) . Radio New Zealand International. March 11, 2011 [2011-03-11].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20121110225732/http://www.rnzi.com/pages/news.php?op=read&id=59329) 於2012-11-10）.

76. Tahiti Infos. Alerte Tsunami en Polynésie française (http://www.tahiti-infos.com/COMMUNIQUE-N-2-Alerte-Tsunami-en-Polynesie-francaise_a19692.html) . Tahiti Infos (in french). March 11, 2011 [2011-03-11].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20170820161810/http://www.tahiti-infos.com/COMMUNIQUE-N-2-Alerte-Tsunami-en-Polynesie-francaise_a19692.html) 於2017-08-20）.

77. Tsunami : fin de l'alerte en Nouvelle-Calédonie, levée partielle en Polynésie (http://lci.tf1.fr/france/2011-03/tsunami-fin-de-l-alerte-en-nouvelle-caledonie-la-polynesie-francaise-6308388.html) . March 11, 2011 [2011-04-01].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20110314010318/http://lci.tf1.fr/france/2011-03/tsunami-fin-de-l-alerte-en-nouvelle-caledonie-la-polynesie-francaise-6308388.html) 於2011-03-14）.

78. 地震情報:ウェザーニュース (http://weathernews.jp/quake/) . ウェザーニュース. 2011-03-16 [2011-05-21].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20090228030200/http://weathernews.jp/quake/) 於2009-02-28）. 參數|newspaper=與模板{{cite web}}不匹配（建議改用{{cite news}}或|website=）(幫助)

79. Suzanne Goldenberg. Tsunami alert sparks evacuations from Hawaii to Easter Island (http://www.guardian.co.uk/world/2011/mar/11/tsunami-alert-pacific-evacuations) . The Guardian. March 11, 2011 [2011-03-11].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20130127040504/http://www.guardian.co.uk/world/2011/mar/11/tsunami-alert-pacific-evacuations) 於2013-01-27）.

80. 【災害時地震・津波速報】平成23年（2011年）東北地方太平洋沖地震 CP4 (http://www.jma.go.jp/jma/kishou/books/saigaiji/saigaiji_201101/saigaiji_201101_04.pdf) (PDF). 日本氣象廳. 2012-01-16 [2014-10-18].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20201222001216/http://www.jma.go.jp/jma/kishou/books/saigaiji/saigaiji_201101/saigaiji_201101_04.pdf) (PDF)於2020-12-22）.

81. 液状化範囲は過去最大 「危険低い」と自治体認定の我孫子でも (https://web.archive.org/web/20110410180303/http://sankei.jp.msn.com/affairs/news/110406/dst11040620440053-n1.htm) . 産経新聞. 2011-04-06 [2011-04-07].（原始內容 (https://sankei.jp.msn.com/affairs/news/110406/dst11040620440053-n1.htm) 存檔於2011-04-10）.

82. 傾く家・使えぬトイレ 首都圏の水辺、液状化のつめ跡 (http://www.asahi.com/special/10005/TKY201103180170.html) （頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20170820165936/http://www.asahi.com/special/10005/TKY201103180170.html) ，存於互聯網檔案館） 朝日新聞（2011年3月18日）2011年3月22日閲覧。

83. 東日本大震災：液状化で関東一の米どころも打撃/千葉 (http://mainichi.jp/select/weathernews/news/20110328k0000m040137000c.html) . 毎日新聞. 2011-03-28 [2011-03-28].

84. 「水もガスもトイレも使えない」 東京湾岸「液状化」の惨状 (http://www.j-cast.com/2011/03/15090571.html) . J-CASTニュース. 2011-03-15 [2011-03-18].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20170820201742/https://www.j-cast.com/2011/03/15090571.html) 於 2017-08-20）.

85. 液状化、東京・千葉・神奈川で1100棟損壊 (https://archive.is/20130111210223/http://www.yomiuri.co.jp/national/news/20110408-OYT1T00091.htm) . 読売新聞. 2011-04-08 [2011-04-08].（原始內容 (http://www.yomiuri.co.jp/national/news/20110408-OYT1T00091.htm) 存檔於2013-01-11）.

86. 地盤沈下に大潮重なる 警戒を呼び掛け 被災地、浸水・冠水の恐れ (https://web.archive.org/web/20110322195956/http://sankei.jp.msn.com/affairs/news/110317/dst11031721000119-n1.htm) . 産経新聞. 2011-03-17 [2011-03-18].（原始內容 (https://sankei.jp.msn.com/affairs/news/110317/dst11031721000119-n1.htm) 存檔於2011-03-22）.

87. 水田の除塩完了に3年 2万ヘクタール 国が9割補助 (https://web.archive.org/web/20110430133211/http://www.asahi.com/national/update/0426/TKY201104260554.html) . 朝日新聞. 2011-04-27 [2011-05-22].（原始內容 (http://www.asahi.com/national/update/0426/TKY201104260554.html) 存檔於2011-04-30）.

88. 東日本大震災：被災地の太平洋沿岸、進む地盤沈下 冠水被害招く (https://web.archive.org/web/20110504012056/http://mainichi.jp/select/weathernews/news/20110430ddm003040086000c.html) . 毎日新聞. 2011-04-30 [2011-05-22].（原始內容 (http://mainichi.jp/select/weathernews/news/20110430ddm003040086000c.html) 存檔於2011-05-04）.

89. 農地塩害、9地区1400世帯が集団移転検討 (https://archive.is/20130501065327/http://www.yomiuri.co.jp/national/news/20110425-OYT1T01386.htm) . 読売新聞. 2011-04-26 [2011-05-22].（原始內容 (http://www.yomiuri.co.jp/national/news/20110425-OYT1T01386.htm) 存檔於2013-05-01）.

90. 震災で爆発した詳しい原因…コスモ石油のタンク (https://archive.is/20130501063541/http://www.yomiuri.co.jp/national/news/20110803-OYT1T00325.htm) . 読売新聞. 2011-08-03 [2013-01-08].（原始內容 (http://www.yomiuri.co.jp/national/news/20110803-OYT1T00325.htm) 存檔於2013-05-01）.

91. 劣化ウラン保管施設も延焼コスモ石油のガスタンク火災で (https://web.archive.org/web/20110707140024/http://www.chibanippo.co.jp/news/chiba/politics_economy_kiji.php?i=nesp1

309498977)　（2011年7月7日時點のインターネット・アーカイブ)

92. 東日本大震災による被害情報について（第87報）(http://www.mext.go.jp/component/a_menu/other/detail/__icsFiles/afieldfile/2011/05/06/1305089_050608.pdf)　(PDF) (新聞稿). 文部科學省. [2011-05-07].
93. 震災で大学の被害900億円超 最大級の加速器も破損 (http://www.47news.jp/CN/201105/CN2011050701000102.html)　. 共同通信. 2011-05-07 [2011-05-07].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20110510012813/http://www.47news.jp/CN/201105/CN2011050701000102.html)　於2011-05-10）.
94. 東日本大震災：被害文化財は463件 散逸防止などに着手 (http://mainichi.jp/photo/news/20110406k0000e040048000c.html)　. 毎日新聞. 2011-04-06 [2011-04-06].
95. 東日本大震災における被害額の推計について（記者発表資料）(https://web.archive.org/web/20130412211614/http://www.bousai.go.jp/2011daishinsai/pdf/110624-1kisya.pdf)　(PDF). 内閣府（防災擔當）. 2011-06-24 [2011-06-27].（原始內容 (http://www.bousai.go.jp/2011daishinsai/pdf/110624-1kisya.pdf)　(PDF)存檔於2013-04-12）.
96. 読売新聞2011年6月24日夕刊3版1面
97. 【災害時地震・津波速報】平成23年（2011年）東北地方太平洋沖地震（4）(http://www.jma.go.jp/jma/kishou/books/saigaiji/saigaiji_201101/saigaiji_201101_04.pdf)　(PDF). 日本氣象廳. 2012-06-09 [2014-10-07].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20201222001216/http://www.jma.go.jp/jma/kishou/books/saigaiji/saigaiji_201101/saigaiji_201101_04.pdf)　(PDF)於2020-12-22）.
98. 存档副本 (http://www.nikkei.com/news/headline/related-article/g=96958A9C93819499E3E3E2E09A8DE3E3E2E1E0E2E3E3E2E2E2E2E2E2;bm=96958A9C93819695E3E3E2EB918DE3E3E2E1E0E2E3E3E2E2E2E2E2E2)　. [2014年10月19日].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20110314200050/http://www.nikkei.com/news/headline/related-article/g=96958A9C93819499E3E3E2E09A8DE3E3E2E1E0E2E3E3E2E2E2E2E2E2;bm=96958A9C93819695E3E3E2EB918DE3E3E2E1E0E2E3E3E2E2E2E2E2E2)　於2011年3月14日）.
99. 朝日新聞（大阪）2011年3月14日朝刊25面
100. 朝日新聞2011年3月15日23面
101. 朝日新聞（大阪）2011年3月19日朝刊5面
102. 鹿行大桥倒塌 新桥完工 今夏拆除 (http://www.ibarakinews.jp/news/news.php?f_jun=13040943427609)　. 茨城新聞. 2011-04-30 [2011-07-23].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20120517054212/http://www.ibarakinews.jp/news/news.php?f_jun=13040943427609)　於2012-05-17）.
103. 東北地方太平洋沖地震による影響及び対応について(2011年3月14日) (http://www.shutoko.jp/company/press/h22/0314.html)　. [2014-08-14].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/

web/20110318175556/http://www.shutoko.jp/company/press/h22/0314.html) 於2011-03-18）.

104. （第18報）東北地方太平洋沖地震に伴う高速道路の状況について（関東支社）(http://www.e-nexco.co.jp/pressroom/press_release/kanto/h23/0311o/) . 東日本高速道路. 2011-03-12 [2011-03-12].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20200525151327/https://www.e-nexco.co.jp/pressroom/press_release/kanto/h23/0311o/) 於2020-05-25）.

105. 【地震】東北道13日ぶり全線で通行止め解除 (http://www.tv-asahi.co.jp/ann/news/web/html/210324010.html) . テレビ朝日. 2011-03-24 [2011-03-24].

106. 安倍内閣総理大臣記者会見 (http://www.kantei.go.jp/jp/96_abe/statement/2014/0310kaiken.html) . 首相官邸. 2014-03-10 [2014-03-10].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210123032502/http://www.kantei.go.jp/jp/96_abe/statement/2014/0310kaiken.html) 於2021-01-23）.

107. 地震：運転見合わせ JR東、私鉄、地下鉄など (https://web.archive.org/web/20110313233716/http://mainichi.jp/select/weathernews/news/20110312k0000m040056000c.html) . 毎日jp（毎日新聞）. 2011-03-11 [2011-03-11].（原始內容 (http://mainichi.jp/select/weathernews/news/20110312k0000m040056000c.html) 存檔於2011-03-13）.

108. 【東日本大震災】帰宅困難者 推計515萬人 震災當日の首都圏 都は備蓄條例提案へ (https://sankei.jp.msn.com/affairs/news/111122/dst11112221500012-n1.htm) （頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20120217025315/http://sankei.jp.msn.com/affairs/news/111122/dst11112221500012-n1.htm) ，存於互聯網檔案館）msn産経ニュース、2011年11月22日。

109. 帰宅困難者、2万人超 都庁舎など避難所に (http://www.nikkei.com/news/category/article/g=96958A9C9C81E2E2E3E2E2E3E08DE3E3E2E1E0E2E3E3E2E2E2E2E2E2;at=ALL) . 日本経済新聞. 2011-03-12 [2011-03-12].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20111124015828/http://www.nikkei.com/news/category/article/g=96958A9C9C81E2E2E3E2E2E3E08DE3E3E2E1E0E2E3E3E2E2E2E2E2E2E2;at=ALL) 於2011-11-24）.

110. 大震災、都内の帰宅困難者は9萬人以上 首都圏白書 (http://www.asahi.com/special/10005/TKY201106140148.html) （頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20201118133743/http://www.asahi.com/special/10005/TKY201106140148.html) ，存於互聯網檔案館）内藤尚志、朝日新聞、2011年6月14日。

111. 地震：国の施設を一時提供 帰宅困難者に (https://web.archive.org/web/20110313192700/http://mainichi.jp/select/weathernews/news/20110312k0000m040150000c.html) . 毎日jp（毎日新聞）. 2011-03-12 [2011-03-12].（原始內容 (http://mainichi.jp/select/weathernews/news/20110312k0000m040150000c.html) 存檔於2011-03-13）.

112. 計画停電での首都圏鉄道各社の運行予定まとめ (http://gigazine.net/news/20110314_train_rolling_blackouts/) . GIGAZINE. 2011-03-14 [2011-03-18].（原始內容存檔 (https://web.arch

ive.org/web/20210123032537/https://gigazine.net/news/20110314_train_rolling_blackouts/) 於2021-01-23）.

113. 計画停電に被災地「被災状況の考慮不足」と東電陳謝 (http://www.asahi.com/special/10005/TKY201103140446.html) . 朝日新聞. 2011-03-14 [2011-03-26].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210123032535/http://www.asahi.com/special/10005/TKY201103140446.html) 於2021-01-23）.

114. JR五能線 一部再開へ (https://web.archive.org/web/20110324012334/http://www.mutusinpou.co.jp/news/2011/03/15540.html) . 陸奥新報. 2011-03-18 [2011-03-26].（原始內容 (http://www.mutusinpou.co.jp/news/2011/03/15540.html) 存檔於2011-03-24）.

115. 電柱折れや架線断線…東北新幹線、被害は約590カ所 (https://web.archive.org/web/20110319163300/http://sankei.jp.msn.com/affairs/news/110316/dst11031614280054-n1.htm) . 産経新聞. 2011-03-16 [2011-03-17].（原始內容 (https://sankei.jp.msn.com/affairs/news/110316/dst11031614280054-n1.htm) 存檔於2011-03-19）.

116. 各鉄道の被災と復旧 (http://wwwtb.mlit.go.jp/tohoku/td/pdf/2_1.pdf) (PDF). 國土交通省 東北運輸局. [2020-02-23].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210203112106/https://wwwtb.mlit.go.jp/tohoku/td/pdf/2_1.pdf) (PDF)於2021-02-03）.

117. 新幹線の被害1100カ所 「復旧はかなりの時間」とJR (https://web.archive.org/web/20110321011940/http://sankei.jp.msn.com/affairs/news/110317/dst11031722130140-n1.htm) . 産経新聞. 2011-03-17 [2011-03-17].（原始內容 (https://sankei.jp.msn.com/affairs/news/110317/dst11031722130140-n1.htm) 存檔於2011-03-21）.

118. ＪＲ東日本・東北地方の運転状況 (https://web.archive.org/web/20110320101239/http://sankei.jp.msn.com/affairs/news/110315/dst11031520340147-n1.htm) . MSN産経ニュース. 2011-3-15.（原始內容 (https://sankei.jp.msn.com/affairs/news/110315/dst11031520340147-n1.htm) 存檔於2011-03-20）（日語）.

119. 東北新幹線、盛岡―新青森の運転再開　予定より１日早く (http://www.asahi.com/national/update/0322/TKY201103220053.html) . 朝日新聞社. 2011-03-22.（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20110325150213/http://www.asahi.com/national/update/0322/TKY201103220053.html) 於2011-03-25）（日語）.

120. 東北新幹線全通、5月ずれ込みも　7日余震で橋脚被害 (http://www.nikkei.com/news/article/g=96958A9C93819695E3E3E2E1E18DE3E3E2E6E0E2E3E39180EAE2E2E2?n_cid=DSANY001) . 日本経済新聞. 2011-04-11 [2011-04-15].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20120319223837/http://www.nikkei.com/news/article/g=96958A9C93819695E3E3E2E1E18DE3E3E2E6E0E2E3E39180EAE2E2E2?n_cid=DSANY001) 於2012-03-19）.

121. 一ノ関以北10日まで運休　東北新幹線、余震で損傷 (http://www.47news.jp/news/2011/04/post_20110408221949.html) . 岩手日報. 2011-04-08 [2011-04-15].（原始內容存檔 (http

s://web.archive.org/web/20110414181016/http://www.47news.jp/news/2011/04/post_20110408221949.html) 於2011-04-14）.

122. 日本东北新干线全线恢复运行 (http://www.chinanews.com/gj/2011/04-29/3008191.shtml) . 中國新聞網. 2011-04-29 [2011-04-15].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210116051939/http://www.chinanews.com/gj/2011/04-29/3008191.shtml) 於2021-01-16）.

123. 地震による列車影響と運転見込みについて (https://web.archive.org/web/20110428123716/http://www.jr-tabi.com/eq.html) . 東日本旅客鉄道株式會社仙台支社. 2011-04-27 [2011-04-28].（原始內容 (http://www.jr-tabi.com/eq.html) 存檔於2011-04-28）.

124. 東北新幹線全面復旧に伴う「通常ダイヤ」での運転開始について (http://www.jreast.co.jp/press/2011/20110811.pdf) (PDF) (新聞稿). 東日本旅客鉄道. 2011-08-11 [2014-10-11].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210123032627/https://www.jreast.co.jp/press/2011/20110811.pdf) (PDF)於2021-01-23）.

125. 廃線懸念の津波被害7路線、JR東が復旧明言 (https://archive.is/20120918153105/http://www.yomiuri.co.jp/national/news/20110405-OYT1T00818.htm) . 読売新聞. 2011-04-05 [2011-04-06].（原始內容 (http://www.yomiuri.co.jp/national/news/20110405-OYT1T00818.htm) 存檔於2012-09-18）.

126. 気仙沼線（柳津～気仙沼間）及び大船渡線（気仙沼～盛間）における 鉄道事業の廃止の日の繰上げの届出について (https://www.jreast.co.jp/press/2019/20200131_ho01.pdf) (PDF). 東日本旅客鉄道株式會社. 2020-01-31.（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20200204215535/https://www.jreast.co.jp/press/2019/20200131_ho01.pdf) (PDF)於2020-02-04）（日語）.

127. 三陸鉄道の復旧本格化 久慈—田野畑間、来春開通 (https://web.archive.org/web/20111119193438/http://www.kahoku.co.jp/spe/spe_sys1062/20111104_03.htm) . 河北新報. 2011-11-04 [2011-11-20].（原始內容 (http://www.kahoku.co.jp/spe/spe_sys1062/20111104_03.htm) 存檔於2011-11-19）.

128. 三陸鉄道公式サイト（2014年1月17日：全線運行再開等について） (https://web.archive.org/web/20140412001346/http://www.sanrikutetsudou.com/2014/01/%E4%B8%89%E9%99%B8%E9%89%84%E9%81%93%E5%85%A8%E7%B7%9A%E9%81%8B%E8%BB%A2%E5%86%8D%E9%96%8B%E7%AD%89%E3%81%AB%E3%81%A4%E3%81%84%E3%81%A6.html) . [2014-08-14].（原始內容 (http://www.sanrikutetsudou.com/2014/01/%E4%B8%89%E9%99%B8%E9%89%84%E9%81%93%E5%85%A8%E7%B7%9A%E9%81%8B%E8%BB%A2%E5%86%8D%E9%96%8B%E7%AD%89%E3%81%AB%E3%81%A4%E3%81%84%E3%81%A6.html) 存檔於2014-04-12）.

129. 【ドキュメント】東北地方大地震 屋上に約100人取り残される (http://www.chugoku-np.co.jp/News/Sp201103110206.html) . 中國新聞. 2011-03-11 [2011-03-11].（原始內容存檔 (htt

ps://web.archive.org/web/20110314165240/http://www.chugoku-np.co.jp/News/Sp20110310206.html) 於2011-03-14）.

130. 地震：1300人が救助待つ 仙台空港ビル (https://web.archive.org/web/20110314061651/http://mainichi.jp/select/today/news/20110312k0000m040156000c.html) . 毎日jp（毎日新聞）. 2011-03-11 [2011-03-11].（原始內容 (http://mainichi.jp/select/today/news/20110312k0000m040156000c.html) 存檔於2011-03-14）.

131. 一時は緊張の仙台空港ビル 1200人ほぼ全員救出 自衛隊、泥の海に阻まれ近づけず (https://sankei.jp.msn.com/affairs/news/110313/dst11031319000085-n1.html) . 產經新聞. 2011-03-13 [2011-03-13].

132. 仙台空港再生の第一歩 (http://www.thr.mlit.go.jp/Bumon/B00097/k00360/taiheiyouokijishinn/senndaikuukou/natoriiwanuma4.pdf) (PDF). 2011-03-24 [2012-05-19].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20201222001608/http://www.thr.mlit.go.jp/Bumon/B00097/k00360/taiheiyouokijishinn/senndaikuukou/natoriiwanuma4.pdf) (PDF)於2020-12-22）.

133. 仙台空港、13日から一部国内線の利用再開 (https://archive.is/20130501053755/http://www.yomiuri.co.jp/national/news/20110408-OYT1T00491.htm) . 讀賣新聞. 2011-04-08 [2011-04-08].（原始內容 (http://www.yomiuri.co.jp/national/news/20110408-OYT1T00491.htm) 存檔於2013-05-01）.

134. 東日本大震災：4カ月半ぶり定期便、仙台空港が再出発 (http://mainichi.jp/select/weathernews/news/20110725dde041040019000c.html) . 毎日新聞. 2011-07-25 [2011-07-25].

135. 被災の仙台空港が全面復旧、国際定期便が再開 (https://web.archive.org/web/20110925225223/http://sankei.jp.msn.com/life/news/110925/trd11092517450008-n1.htm) . 產經新聞. 2011-09-25 [2011-09-25].（原始內容 (https://sankei.jp.msn.com/life/news/110925/trd11092517450008-n1.htm) 存檔於2011-09-25）.

136. 県内の停電が全面復旧 山形空港、運用24時間化に (https://web.archive.org/web/20110314203724/http://yamagata-np.jp/news/201103/13/kj_2011031300283.php) . 山形新聞. 2011-03-13 [2011-03-15].（原始內容 (http://yamagata-np.jp/news/201103/13/kj_2011031300283.php) 存檔於2011-03-14）.

137. 地震：成田空港の滑走路が全面閉鎖 羽田は着陸のみ運用 (https://web.archive.org/web/20110313191515/http://mainichi.jp/select/weathernews/news/20110311k0000e040108000c.html) . 毎日新聞. 2011-03-11 [2011-03-12].（原始內容 (http://mainichi.jp/select/weathernews/news/20110311k0000e040108000c.html) 存檔於2011-03-13）.

138. 茨城空港閉鎖し全便欠航に (http://www.nhk.or.jp/lnews/mito/1074617121.html) . NHKニュース（NHK水戸放送局）. 2011-03-12 [2011-03-12].

139. 茨城空港、14日再開＝岩手・花巻も17日から (http://www.jiji.com/jc/c?g=soc_30&k=2011031300355) . 時事通信. 2011-03-13 [2011-03-13].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/

web/20140808083946/http://www.jiji.com/jc/c?g=soc_30&k=2011031300355) 於2014-08-08）.

140. 国際機関等海外からのメッセージ (https://web.archive.org/web/20110514121922/http://www.mlit.go.jp/koku/flyjapan/press.html) . [2011-05-14].（原始內容 (http://www.mlit.go.jp/koku/flyjapan/press.html) 存檔於2011-05-14）.
141. 東日本大震災：自衛隊、救援物資輸送に全力 松島基地拠点に (http://mainichi.jp/select/weathernews/news/20110317dde003040008000c.html) . 毎日jp. 2011-03-17 [2011-03-17].
142. 東日本大震災による影響と対応～被災地への物資供給について～ (https://web.archive.org/web/20130613040259/http://www.jfa.maff.go.jp/j/press/gyosei/110406.html) (新聞稿). 日本水產廳. [2014-08-14].（原始內容 (http://www.jfa.maff.go.jp/j/press/gyosei/110406.html) 存檔於2013-06-13）.
143. 地震・津波による被害の状況 (https://web.archive.org/web/20130622154120/http://www.jfa.maff.go.jp/j/kikaku/wpaper/h22_h/trend/1/shinsai.html) (新聞稿). 水產庁. [2014-08-14].（原始內容 (http://www.jfa.maff.go.jp/j/kikaku/wpaper/h22_h/trend/1/shinsai.html) 存檔於2013-06-22）.
144. 断水、17道県140万戸 水道協会、給水車派遣を要請 (http://www.47news.jp/CN/201103/CN2011031201000801.html) . 2011-03-12 [2011-03-12].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20130426183747/http://www.47news.jp/CN/201103/CN2011031201000801.html) 於2013-04-26）.
145. 東日本大震災 長野県北部地震 郵便局 約600局が被害 (http://www.tsushin-bunka.co.jp/?p=1160) Archive.is的存檔 (https://archive.is/20130501173506/http://www.tsushin-bunka.co.jp/?p=1160) ，存檔日期2013-05-01通信文化新報 2011年3月21日
146. 東日本大震災/郵便ネットワーク、ダメージ深刻日刊工業新聞 (http://www.nikkan.co.jp/news/nkx1220110412agas.html) . [2014-08-14].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20140814194748/http://www.nikkan.co.jp/news/nkx1220110412agas.html) 於2014-08-14）.
147. 5県の太平洋岸で配達困難に=郵便物返却の場合も-東日本大震災 (http://www.jiji.com/jc/c?g=ind_30&k=2011031200603) . 時事通信. 2011-03-12 [2011-03-12].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20140808072341/http://www.jiji.com/jc/c?g=ind_30&k=2011031200603) 於2014-08-08）.
148. 地震：ヤマト運輸 北海道と東北6県行き荷受け中止 (https://web.archive.org/web/20110317040944/http://mainichi.jp/select/biz/news/20110312k0000m020117000c.html) . 毎日新聞. 2011-03-11 [2011-03-12].（原始內容 (http://mainichi.jp/select/biz/news/20110312k0000m020117000c.html) 存檔於2011-03-17）.

149. 佐川急便、北海道や東北行きで集荷見合わせ 救援物資も出発 (https://web.archive.org/web/20110316223251/http://sankei.jp.msn.com/economy/news/110313/biz11031313470008-n1.htm) . 産経新聞. 2011-03-13 [2011-03-13]. (原始內容 (https://sankei.jp.msn.com/economy/news/110313/biz11031313470008-n1.htm) 存檔於2011-03-16) .

150. アマゾンジャパン、流通設備に被害か-ジャスパー・チャン氏が声明 (http://japan.internet.com/busnews/20110312/3.html) . japan.internet.com. 2011-03-12 [2011-03-12]. (原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20110314070739/http://japan.internet.com/busnews/20110312/3.html) 於2011-03-14) .

151. 東北地方の440万世帯で停電 (https://web.archive.org/web/20110314182049/http://www.yomiuri.co.jp/national/news/20110311-OYT1T00857.htm) . 読売新聞. 2011-03-11 [2011-03-23]. (原始內容 (http://www.yomiuri.co.jp/national/news/20110311-OYT1T00857.htm) 存檔於2011-03-14) .

152. 東京電力 405万世帯で停電 (http://www3.nhk.or.jp/news/html/20110311/t10014601091000.html) . NHKニュース. 2011-03-11 [2011-03-11].

153. 朝日新聞 (大阪) 2011年4月8日夕刊1面

154. Christopher Anstey. Kan Mobilizes Forces, BOJ Pledges Liquidity After Quake (http://www.bloomberg.com/news/2011-03-11/kan-mobilizes-forces-central-bank-pledges-liquidity-after-japanese-quake.html) . Bloomberg. 11 March 2011 [2014-08-27]. (原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20110316002531/http://www.bloomberg.com/news/2011-03-11/kan-mobilizes-forces-central-bank-pledges-liquidity-after-japanese-quake.html) 於2011-03-16) .

155. 海底ケーブルに一部損傷-アジア通信各社、影響阻止に全力 (https://web.archive.org/web/20110317230307/http://jp.wsj.com/IT/node_199188) . THE WALL STREET JOURNAL. 2011-03-15 [2011-03-15]. (原始內容 (http://jp.wsj.com/IT/node_199188) 存檔於2011-03-17) .

156. 地震：NTT東が通話規制 宮城などでは公衆電話無料 (https://archive.is/20120711134241/http://mainichi.jp/select/today/news/m20110312k0000m040047000c.html) . 毎日新聞社. 2011-03-12 [2011-03-15]. (原始內容 (http://mainichi.jp/select/today/news/m20110312k0000m040047000c.html) 存檔於2012-07-11) .

157. 東日本大震災における電気通信土木設備の被害状況に関する考察 (https://dx.doi.org/10.5610/jaee.12.5_55) 日本地震工學會論文集 Vol.12 (2012) No.5 特集號「2011年東日本大震災」その2 p.5_55-5_68

158. ドコモ東北支社、被災者向けに無料充電サービスなどを提供 (http://plusd.itmedia.co.jp/mobile/articles/1103/14/news094.html) . ITmedia. 2011-03-14 [2011-03-15]. (原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20120325143912/http://plusd.itmedia.co.jp/mobile/articles/1103/14/news094.html) 於2012-03-25) .

159. 節電作戦 賛同者がTwitterで広がる (http://www.itmedia.co.jp/news/articles/1103/12/news017.html) . ITmediaNews. 2011-03-12 [2011-03-12]. (原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210123032924/https://www.itmedia.co.jp/news/articles/1103/12/news017.html) 於 2021-01-23) .

160. 震災でのデマ・ガセ情報に踊らされるな :サイバー護身術 (https://archive.is/20110326213219/http://www.yomiuri.co.jp/net/security/goshinjyutsu/20110325-OYT8T00642.htm) . 讀賣新聞. 2011-03-25 [2014-10-19]. (原始內容 (http://www.yomiuri.co.jp/net/security/goshinjyutsu/20110325-OYT8T00642.htm) 存檔於2011-03-26) .

161. 写真とメールが物語る、黙して語らぬ自衛隊員の姿 (https://web.archive.org/web/20110722013011/http://sankei.jp.msn.com/politics/news/110327/plc11032720480012-n1.htm) . MSN産経ニュース. 2011-03-17 [2011-03-28]. (原始內容 (https://sankei.jp.msn.com/politics/news/110327/plc11032720480012-n1.htm) 存檔於2011-07-22) (日語) .

162. F2戦闘機18機など水没 松島基地、1機120億円 (http://www.asahi.com/special/10005/TKY201103110818.html) . 朝日新聞. 2011-03-12 [2011-03-12]. (原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20110312021847/http://www.asahi.com/special/10005/TKY201103110818.html) 於2011-03-12) (日語) .

163. 平成23年東北地方太平洋沖地震に係る防衛省・自衛隊の対応について（17時00分現在）(https://web.archive.org/web/20110312034656/http://www.mod.go.jp/j/press/news/2011/03/11c.html) (新聞稿). 防衛省・自衛隊. 2011-03-11 [2011-03-12]. (原始內容 (http://www.mod.go.jp/j/press/news/2011/03/11c.html) 存檔於2011-03-12) (日語) .

164. 平成23年（2011年）東北地方太平洋沖地震自衛隊の活動状況（09時00分現在）(https://archive.is/20120904193659/http://www.mod.go.jp/j/press/news/2011/03/27a.html) (新聞稿). 防衛省・自衛隊. 2011-03-27 [2011-03-28]. (原始內容 (http://www.mod.go.jp/j/press/news/2011/03/27a.html) 存檔於2012-09-04) (日語) .

165. 予備自衛官・即応予備自衛官の災害招集について (https://web.archive.org/web/20110320100952/http://www.mod.go.jp/j/press/news/2011/03/16c.html) . 防衛省. 2011-03-16 [2011-03-17]. (原始內容 (http://www.mod.go.jp/j/press/news/2011/03/16c.html) 存檔於 2011-03-20) (日語) .

166. 平成22年3月16日閣議決定事項

167. 派遣人員 延べ868万人に (https://web.archive.org/web/20111125005005/http://www.asagumo-news.com/news/201106/110616/11061602.html) . 朝雲新聞. 2011-06-16 [2011-06-30]. (原始內容 (http://www.asagumo-news.com/news/201106/110616/11061602.html) 存檔於 2011-11-25) .

168. 北村淳. 震災から3年、ようやく誕生しつつある水陸両用能力「強襲上陸部隊」と捉えるのは勘違い (http://jbpress.ismedia.jp/articles/-/40145) . 日本ビジネスプレス. 2014-03-13

[2014-03-13]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210123033005/https://jbpress.ismedia.jp/articles/-/40145) 於2021-01-23）.

169. 災統合任務部隊を解散、陸自中心の生活支援は継続 (https://web.archive.org/web/20110704225830/http://sankei.jp.msn.com/politics/news/110701/plc11070119070022-n1.htm) . MSN産経. 2011-07-01 [2011-07-03]. （原始內容 (https://sankei.jp.msn.com/politics/news/110701/plc11070119070022-n1.htm) 存檔於2011-07-04）.

170. 岩手県下災派終わる、9師団が撤収 (https://web.archive.org/web/20110929082420/http://www.asagumo-news.com/news/201107/110728/11072802.html) . 朝雲新聞. 2011-07-28 [2011-08-02]. （原始內容 (http://www.asagumo-news.com/news/201107/110728/11072802.html) 存檔於2011-09-29）.

171. 読売online（2011年8月1日、2011年8月2日閲覧）

172. 東日本大震災の災害派遣終了について (http://www.mod.go.jp/j/press/news/2011/12/26b.html) （頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20170322051350/http://www.mod.go.jp/j/press/news/2011/12/26b.html) ，存於互聯網檔案館）防衛省報道資料・2011年12月28日閲覧

173. 陸自隊員、災害派遣初の死亡「誠に残念」 (https://web.archive.org/web/20110404112505/http://www.sanspo.com/shakai/news/110402/sha1104020504006-n1.htm) . サンケイスポーツ. 2011-04-02 [2011-04-03]. （原始內容 (http://www.sanspo.com/shakai/news/110402/sha1104020504006-n1.htm) 存檔於2011-04-04）.

174. 岩手に震災派遣 旭川の陸曹長が死亡 (https://web.archive.org/web/20110404014354/http://www.hokkaido-np.co.jp/news/donai/282931.html) . 北海道新聞. 2011-04-02 [2011-04-03]. （原始內容 (http://www.hokkaido-np.co.jp/news/donai/282931.html) 存檔於2011-04-04）.

175. 【地震】震災支援の陸自隊員が死亡 過労が原因か (https://web.archive.org/web/20110404113942/http://news.tv-asahi.co.jp/news/web/html/210401057.html) . テレビ朝日. 2011-04-01 [2011-04-03]. （原始內容 (http://news.tv-asahi.co.jp/news/web/html/210401057.html) 存檔於2011-04-04）.

176. 自衛官初の殉職 50代陸曹長体調崩し病死 (https://web.archive.org/web/20110405164956/http://www.nikkansports.com/general/news/p-gn-tp0-20110402-755839.html) . 日刊スポーツ. 2011-04-02 [2011-04-03]. （原始內容 (http://www.nikkansports.com/general/news/p-gn-tp0-20110402-755839.html) 存檔於2011-04-05）.

177. 派遣中死亡の隊員、特別昇任＝防衛省 (http://www.jiji.com/jc/c?g=soc_30&k=2011040200356) . 時事ドットコム（時事通信）. 2011-04-02 [2011-04-03]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20140808015928/http://www.jiji.com/jc/c?g=soc_30&k=2011040200356) 於2014-08-08）.

178. 岩手へ災害派遣の自衛隊員死亡 大震災で2人目 (http://www.asahi.com/national/update/0415/TKY201104150404.html) （頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20110418201725/http://www.asahi.com/national/update/0415/TKY201104150404.html)，存於互聯網檔案館） 朝日新聞2011年4月15日

179. 災害派遣の自衛隊員死亡＝宿営テントで倒れる-陸自 (http://www.jiji.com/jc/zc?k=201104/2011041500654) . 時事ドットコム（時事通信）. 2011-04-15 [2011-04-28].

180. 災害派遣の自衛隊員死亡/陸自八戸 (https://web.archive.org/web/20110428015349/http://www.mutusinpou.co.jp/news/2011/04/15884.html) . 陸奥新報. 2011-04-16 [2011-04-28]. （原始內容 (http://www.mutusinpou.co.jp/news/2011/04/15884.html) 存檔於2011-04-28）.

181. 朝雲新聞，2011年6月2日號

182. 日本內閣府. 平成 23 年(2011 年)東北地方太平洋沖地震(東日本大震災)について (http://www.bousai.go.jp/2011daishinsai/pdf/torimatome20140911.pdf) (PDF). 日本內閣府. 2014-09-11 [2014-10-19]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20201003215931/http://www.bousai.go.jp/2011daishinsai/pdf/torimatome20140911.pdf) (PDF)於2020-10-03）.

183. 日本內閣府. 受災者相关支援制度概要 (http://www.bousai.go.jp/taisaku/hisaisyagyousei/pdf/kakusyuseido.pdf) (PDF). 日本首相官邸. 2013-06-30 [2014-10-18]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210116052442/http://www.bousai.go.jp/taisaku/hisaisyagyousei/pdf/kakusyuseido.pdf) (PDF)於2021-01-16）.

184. 平成23年(2011年)東北地方太平洋沖地震(東日本大震災)について (https://web.archive.org/web/20110519005818/http://www.kantei.go.jp/saigai/pdf/201105171700jisin.pdf) (PDF). 內閣府緊急災害対策本部. 2011-05-17 [2011-05-21]. （原始內容 (http://www.kantei.go.jp/saigai/pdf/201105171700jisin.pdf) (PDF)存檔於2011-05-19）.

185. 朝日新聞（大阪）2011年3月17日朝刊1-4面、3月19日朝刊5面、3月20日朝刊29面。

186. 避難所目前なのに…燃料なく物資の山も運べず (https://archive.is/20130501094243/http://www.yomiuri) . 読売新聞. 2011-03-17 [2011-05-21]. （原始內容 (http://www.yomiuri.co.jp/national/news/20110317-OYT1T00099.htm?from=top) 存檔於2013-05-01）.

187. jp/news/2012/05/20120501t71020.htm 宮城、山形両県またぐ國道347號通年化へ改良促進 (http://www.kahoku.co.) （頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20120508003507/http://www.kahoku.co./)，存於互聯網檔案館）（河北新報2012年5月1日）

188. 14/dont-donate-money-to-japan/ Don't donate money to Japan (http://blogs.reuters.com/felix-salmon/2011/03/) （頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20210123033212/http://blogs.reuters.com/felix-salmon/2011/03/)，存於互聯網檔案館） Reuters opinion 14 March 2011

189. Japan's net foreign assets hit the record high (http://www.reuters.com/article/2010/05/24/japan-economy-assets-idUSTOE64N07320100524) （頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20150924145225/http://www.reuters.com/article/2010/05/24/japan-economy-assets-idUSTOE64N07320100524)，存於互聯網檔案館） Reuters 24 May 2010

190. 東京株暴落 1300円超下げ 下落率は過去2番目 (https://web.archive.org/web/20110318015910/http://www.sankeibiz.jp/macro/news/110315/eca1103151310012-n1.htm). 産経新聞. 2011-03-15 [2011-03-15].（原始內容 (http://www.sankeibiz.jp/macro/news/110315/eca1103151310012-n1.htm) 存檔於2011-03-18）.

191. [2] (http://www.sankeibiz.jp/macro/news/110324/eca1103242143013-n1.htm%E3%80%90%E6%9D%B1%E6%97%A5%E6%9C%AC%E5%A4%A7%E9%9C%87%E7%81%BD%E3%80%91%E6%A0%AA%E6%9A%B4%E8%90%BD%E3%80%81%E5%BE%A9%E8%88%88%E9%9C%80%E8%A6%81%E3%81%A7%E5%86%86%E6%9C%80%E9%AB%98%E5%80%A4) Archive.is的存檔 (https://archive.is/20130501162238/http://www.sankeibiz.jp/macro/news/110324/eca1103242143013-n1.htm%E3%80%90%E6%9D%B1%E6%97%A5%E6%9C%AC%E5%A4%A7%E9%9C%87%E7%81%BD%E3%80%91%E6%A0%AA%E6%9A%B4%E8%90%BD%E3%80%81%E5%BE%A9%E8%88%88%E9%9C%80%E8%A6%81%E3%81%A7%E5%86%86%E6%9C%80%E9%AB%98%E5%80%A4)，存檔日期2013-05-01 SankeiBiz（サンケイビズ）、2011年3月24日。

192. 東京株1015円安 下落率、過去3位の10・55% (https://sankei.jp.msn.com/economy/news/110315/fnc11031515250019-n1.htm) Archive.is的存檔 (https://archive.is/20130103204634/http://sankei.jp.msn.com/economy/news/110315/fnc11031515250019-n1.htm)，存檔日期2013-01-03 msn産経ニュース、2011年3月15日。

193. 円急騰、一時76円台…16年ぶり最高値更新 (https://archive.is/20110321013606/http://www.yomiuri.co.jp/atmoney/news/20110317-OYT1T00326.htm). 読売新聞. 2011-03-17 [2011-03-17].（原始內容 (http://www.yomiuri.co.jp/atmoney/news/20110317-OYT1T00326.htm) 存檔於2011-03-21）.

194. 日銀が11兆円供給、5日間で総額82兆円に (https://archive.is/20130111212530/http://www.yomiuri.co.jp/atmoney/news/20110318-OYT1T00695.htm). 読売新聞. 2011-03-18 [2011-03-23].（原始內容 (http://www.yomiuri.co.jp/atmoney/news/20110318-OYT1T00695.htm) 存檔於2013-01-11）.

195. NY円は大幅反落、1ドル＝80円55～65銭 (http://www.yomiuri.co.jp/atmoney/mnews/20110320-OYT8T00406.htm?from=nwla). 読売新聞. 2011-03-20 [2011-03-23].

196. 日経平均大幅続伸、401円高の9608円 (http://www.yomiuri.co.jp/atmoney/news/20110322-OYT1T00652.htm). 読売新聞. 2011-03-22 [2011-03-23].

197. 世銀 震災の被害額19兆円に (http://www3.nhk.or.jp/news/html/20110322/t10014818641000.html). NHKニュース. 2011-03-22 [2011-03-22].

198. 【東日本大震災】被害総額16兆～25兆円、政府試算 原発事故被害は含まず (https://sankei.jp.msn.com/economy/news/110323/fnc11032320470016-n1.htm) （頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20121110225825/http://sankei.jp.msn.com/economy/news/110323/fnc11032320470016-n1.htm)，存於互聯網檔案館）MSN産経ニュース、2011年3月23日。

199. 景気動向：リーマン・ショックに次ぐ悪化 帝国データ調査 (http://mainichi.jp/select/today/news/20110406k0000m020074000c.html?inb=fa). 毎日新聞社. 2011-04-05 [2011-04-05].

200. 日銀短観：景況感が悪化...震災影響、被災地以外にも拡大 (https://web.archive.org/web/20110416060948/http://mainichi.jp/select/biz/news/20110405k0000m020088000c.html). 毎日新聞社. 2011-04-05 [2011-04-05].（原始內容 (http://mainichi.jp/select/biz/news/20110405k0000m020088000c.html) 存檔於2011-04-16）.

201. 東日本大震災：発生2カ月 自動車部品なお不足 電子関連、塗料の供給不安定 (https://web.archive.org/web/20110514083932/http://mainichi.jp/select/biz/news/20110511ddm008040122000c.html). 毎日新聞社. 2011-05-11 [2011-05-15].（原始內容 (http://mainichi.jp/select/biz/news/20110511ddm008040122000c.html) 存檔於2011-05-14）.

202. 朝日新聞（大阪）2011年3月26日朝刊6面

203. 紙・インキ、供給不足の長期化懸念 被災で工場停止、新聞・出版など打撃 (2/2ページ) (https://web.archive.org/web/20110411001555/http://www.sankeibiz.jp/business/news/110404/bsc1104042303014-n2.htm). SankeiBiz. 2011-04-05 [2011-04-09].（原始內容 (http://www.sankeibiz.jp/business/news/110404/bsc1104042303014-n2.htm) 存檔於2011-04-11）.

204. 朝日新聞（大阪）2011年3月27日朝刊4面

205. ゼネコンに震災特需は早計、[[インフラ (http://www.toyokeizai.net/business/industrial/detail/AC/20eda5f3843165d731a411de3d39b412/)（頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20121103055635/http://www.toyokeizai.net/business/industrial/detail/AC/20eda5f3843165d731a411de3d39b412/)，存於互聯網檔案館）]工事で実績豊富な鹿島、大成など有利【震災関連速報】（１）] - 東洋経済オンライン 2011年3月14日

206. 震災後、意外と早かった「パソコンと家電」の市場回復 (http://itpro.nikkeibp.co.jp/article/Research/20110408/359253/?ST=system&r4)（頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20160413122232/http://itpro.nikkeibp.co.jp/article/Research/20110408/359253/?ST=system&r4)，存於互聯網檔案館）- ITpro 2011年4月8日

207. 【復興特需関連株】帝國繊維は大地震を受け防災意識が高まり経営環境は追い風強まる (http://news.searchina.ne.jp/disp.cgi?y=2011&d=0409&f=business_0409_056.shtml)（頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20110925125031/http://news.searchina.ne.jp/disp.cgi?y=2011&d=0409&f=business_0409_056.shtml)，存於互聯網檔案館）- サーチナ 2011年4月9日

208. 震災で今も失業 推計12万人に:NHK:2011年1月7日 16時41分 (https://web.archive.org/web/20120109210402/http://www3.nhk.or.jp/news/html/20120107/t10015120021000.html) . [2014-08-14]. (原始內容 (http://www3.nhk.or.jp/news/html/20120107/t10015120021000.html) 存檔於2012-01-09) .

209. 日本政府拟发行1210亿美元"复兴再生债" (http://news.163.com/11/0419/10/720EEPVO00014JB5.html) . 網易新聞. 2011-04-19 [2014-10-19]. (原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210123033307/https://news.163.com/11/0419/10/720EEPVO00014JB5.html) 於2021-01-23) .

210. 東日本大震災：復興事業は10年で23兆円規模、政府方針 (http://www.reconstruction.go.jp/topics/doc/20110729houshin.pdf) (PDF). 東日本大震災復興対策本部. 2011-07-29 [2014-10-19]. (原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210123033311/https://www.reconstruction.go.jp/topics/doc/20110729houshin.pdf) (PDF)於2021-01-23) .

211. 東日本大震災：復興事業は10年で23兆円規模、政府方針 (http://mainichi.jp/select/weathernews/20110311/archive/news/2011/07/21/20110721k0000e010081000c.html) . 毎日新聞. 2011-07-21 [2014-10-19].

212. 平成23年度国債発行予定額 (https://web.archive.org/web/20130226083310/https://www.mof.go.jp/jgbs/issuance_plan/yoteigaku231021.pdf) (PDF). 日本財務省. 2011-10-21 [2014-10-19]. (原始內容 (http://www.mof.go.jp/jgbs/issuance_plan/yoteigaku231021.pdf) (PDF)存檔於2013-02-26) .

213. 日本66家企业受地震灾害影响破产 (http://news.163.com/11/0506/17/73D05FP400014JB5.html) . 網易新聞. 2011-05-06 [2014-10-19]. (原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210123033400/https://news.163.com/11/0506/17/73D05FP400014JB5.html) 於2021-01-23) .

214. 予算案、衆院を通過 離脱の16人が本会議欠席 (http://www.nikkei.com/news/article/g=96958A96889DE0E6E0E7E6E6E7E2E2E3E2E1E0E2E3E39F9FE2E2E2E3?n_cid=DSANY001) . 日本経済新聞. 2011-03-01 [2011-03-16]. (原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20111125000831/http://www.nikkei.com/news/article/g=96958A96889DE0E6E0E7E6E6E7E2E2E3E2E1E0E2E3E39F9FE2E2E2E3?n_cid=DSANY001) 於2011-11-25) .

215. 与野党は一時政治休戦 補正予算でも協力へ (https://web.archive.org/web/20110314190055/http://sankei.jp.msn.com/politics/news/110311/plc11031122480043-n1.htm) . 産経ニュース. 2011-03-11 [2011-03-16]. (原始內容 (https://sankei.jp.msn.com/politics/news/110311/plc11031122480043-n1.htm) 存檔於2011-03-14) .

216. 与野党、震災対応特措法で合意＝補正財源、予算減額で捻出も (http://www.jiji.com/jc/c?g=pol_30&k=2011031400654) . 時事ドットコム. 2011-03-14 [2011-03-16]. (原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20140808063620/http://www.jiji.com/jc/c?g=pol_30&k=2011031400654) 於2014-08-08) .

217. 内閣府. 第１５回 平成２３年（２０１１年）東北地方太平洋沖地震緊急災害対策本部会議及び 第１３回 原子力災害対策本部会議概要 (http://www.bousai.go.jp/2011daishinsai/honbu_kaigi/pdf/15gaiyou.pdf) (PDF). 2011-04-11 [2014-10-19].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20201003220209/http://www.bousai.go.jp/2011daishinsai/honbu_kaigi/pdf/15gaiyou.pdf) (PDF)於2020-10-03）.

218. 復興庁設置法（12月9日成立） (http://www.reconstruction.go.jp/topics/2011/12/000348.html)（頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20120118015227/http://www.reconstruction.go.jp/topics/2011/12/000348.html)，存於互聯網檔案館）（東日本大震災復興対策本部、2011年12月17日閲覧）

219. 復興庁発足、専任・平野復興相に辞令交付 (https://archive.is/20130501053625/http://www.yomiuri.co.jp/feature/20110316-866918/news/20120210-OYT1T00558.htm). 読売新聞. 2012-02-10 [2012-02-18].（原始內容 (http://www.yomiuri.co.jp/feature/20110316-866918/news/20120210-OYT1T00558.htm) 存檔於2013-05-01）.

220. 読売新聞2012年1月27日夕刊3版1面及び翌28日朝刊13S版1,2,3,4面、震災関連會議、10組織で議事録作らず (http://www.yomiuri.co.jp/politics/news/20120127-OYT1T00596.htm) Archive.is的存檔 (https://archive.is/20130111175222/http://www.yomiuri.co.jp/politics/news/20120127-OYT1T00596.htm)，存檔日期2013-01-11

221. 原発事故の議事録ほとんどなし 枝野長官「多分、記憶に基づく証言求められる」 (https://sankei.jp.msn.com/politics/news/110511/plc11051120460023-n1.htm)（頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20130514174025/http://sankei.jp.msn.com/politics/news/110511/plc11051120460023-n1.htm)，存於互聯網檔案館）産経ニュース2011年5月11日

222. 平成24年1月27日（金）午前 .閣議の概要について（ (http://www.kantei.go.jp/jp/tyoukanpress/201201/27_a.html) 斎藤勁内閣官房副長官）（頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20150324025011/http://www.kantei.go.jp/jp/tyoukanpress/201201/27_a.html)，存於互聯網檔案館）、平成24年1月27日（金）午前-内閣官房長官記者會見 (http://nettv.gov-online.go.jp/prg/prg5751.html)（頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20140814192811/http://nettv.gov-online.go.jp/prg/prg5751.html)，存於互聯網檔案館）（斎藤勁内閣官房副長官）

223. 「民主党東北地方太平洋沖地震対策本部」の設置について (http://www.dpj.or.jp/news/?num=19864). 民主黨. 2011-03-11 [2010-03-12].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20160316132423/https://www.dpj.or.jp/news?num=19864) 於2016-03-16）.

224. 自民党が対策本部設置 (https://web.archive.org/web/20110314190001/http://sankei.jp.msn.com/affairs/news/110311/dst11031115330018-n1.htm). 産経新聞. 2011-03-11 [2011-03-11].（原始內容 (https://sankei.jp.msn.com/affairs/news/110311/dst11031115330018-n1.htm) 存檔於2011-03-14）（日語）.

225. 結束し国民の救難に全力 (https://web.archive.org/web/20110314023022/http://www.komei.or.jp/news/detail/20110312_4700) . 公明黨. 2011-03-11 [2011-03-12]. (原始內容 (http://www.komei.or.jp/news/detail/20110312_4700) 存檔於2011-03-14) .

226. 地震被害対策本部を設置しました (https://web.archive.org/web/20110919105745/http://www.your-party.jp/news/office/000681/) . みんなの黨. 2011-03-11 [2011-03-12]. (原始內容 (http://www.your-party.jp/news/office/000681/) 存檔於2011-09-19) .

227. 東北地方太平洋沖地震による災害への救援を訴えます (http://www.jcp.or.jp/seisaku/2011/20110313_touhokusinsai.html) . 日本共産黨. 2011-03-11 [2011-03-12]. (原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20200429182852/http://www.jcp.or.jp/seisaku/2011/20110313_touhokusinsai.html) 於2020-04-29) .

228. 日本共産党は、志位和夫委員長を本部長とする「東北地方・太平洋沖震災対策本部」を設置 (http://www.kokuta-keiji.jp/) . 穀田恵二. 2011-03-11 [2011-03-12]. (原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20110722111812/http://www.kokuta-keiji.jp/) 於2011-07-22) .

229. 3月12日・平沼赳夫緊急会見「東北地方太平洋沖地震対策について」 (https://www.youtube.com/watch?v=Z9TBKjTQnDY&feature=channel_video_title) . Youtube. 2011-03-12 [2011-03-12]. (原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210123033535/https://www.youtube.com/watch?v=Z9TBKjTQnDY&feature=channel_video_title) 於2021-01-23) .

230. 東北地方太平洋沖地震対策本部設置 (https://web.archive.org/web/20110524084148/http://www.kokumin.or.jp/news/news_20110311_01.shtml) . 國民新黨Webサイト. 2011-03-11 [2011-03-12]. (原始內容 (http://www.kokumin.or.jp/news/news_20110311_01.shtml) 存檔於2011-05-24) .

231. 地震救済の街頭募金活動-社大党と有志で (http://itokazu.exblog.jp/15663506/) . 糸數慶子ブログ「うみないび2」. 2011-03-15 [2011-03-16]. (原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210123033459/https://itokazu.exblog.jp/15663506/) 於2021-01-23) .

232. 政府の迅速かつ的確な対応を望みます。 (http://ameblo.jp/asanotakahiro/) . 淺野貴博ブログ. 2011-03-11 [2011-03-12]. (原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20200513054000/https://ameblo.jp/asanotakahiro/) 於2020-05-13) .

233. 【党首声明】東北地方太平洋地震で被災された皆さまとすべての国民の皆さま (https://web.archive.org/web/20111124232037/http://www.nippon-soushin.jp/news/other/post-58.html) . 日本創新黨. 2010-03-12 [2011-03-12]. (原始內容 (http://www.nippon-soushin.jp/news/other/post-58.html) 存檔於2011-11-24) .

234. 東日本大震災：発生1週間 沿岸部、傷深く--37市町村・毎日新聞調査 (http://mainichi.jp/select/weathernews/news/20110319ddm012040105000c.html) . 毎日新聞. 2011-03-19 [2011-03-23].

235. 朝日新聞（大阪）2011年3月13日朝刊28面

236. 宮城・女川町、役場水没、陸の孤島状態 死者33人、不明73人 (https://web.archive.org/web/20110326215834/http://sankei.jp.msn.com/affairs/news/110312/dst11031206110077-n1.htm) . 産経新聞. 2011-03-12 [2011-05-15].（原始內容 (https://sankei.jp.msn.com/affairs/news/110312/dst11031206110077-n1.htm) 存檔於2011-03-26）.

237. 浦安市 期日前投票始めず (http://www3.nhk.or.jp/news/html/20110402/k10015063851000.html) . NHKニュース（日本放送協會）. 2011-04-02 [2011-04-00].

238. 浦安市「災害復旧中、統一選できない」 県選管と対立中 (http://www.asahi.com/senkyo/local2011/news/TKY201103300101.html) . asahi.com（朝日新聞）. 2011-03-30 [2011-04-01].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20201104185643/http://www.asahi.com/senkyo/local2011/news/TKY201103300101.html) 於2020-11-04）.

239. TDRの舞浜地区も液状化…浦安市「選挙ムリ」 (http://www.yomiuri.co.jp/election/local/2011/news/20110324-OYT1T00054.htm) . YOMIURI ONLINE（読売新聞）. 2011-03-24 [2011-04-01].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20161023200038/http://www.yomiuri.co.jp/election/local/2011/news/20110324-OYT1T00054.htm) 於2016-10-23）.

240. 県選管「執行の責務がある」 浦安市選管に実施求める (https://archive.is/20120913135144/http://www.tokyo-np.co.jp/article/chiba/20110331/CK2011033102000072.html) . TOKYO Web（東京新聞）. 2011-03-31 [2011-04-01].（原始內容 (http://www.tokyo-np.co.jp/article/chiba/20110331/CK2011033102000072.html) 存檔於2012-09-13）.

241. 投票の見通し立たない選挙戦へ (http://www3.nhk.or.jp/news/html/20110401/k10015049651000.html) . NHKニュース（日本放送協會）. 2011-04-01 [2011-04-02].

242. 浦安市、千葉県議選の投票実施されず (http://news24.jp/articles/2011/04/11/04180586.html) . 日テレニュース24. 2011-04-11 [2011-04-11].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210123033549/https://www.news24.jp/articles/2011/04/11/04180586.html) 於2021-01-23）.

243. Kulish, Nicholas. Greens Gain in Germany, and the World Takes Notice (http://www.nytimes.com/2011/09/02/world/europe/02greens.html?_r=1&pagewanted=all) . *The New York Times*. 2011-09-01 [2011-09-02].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210126042049/http://www.nytimes.com/2011/09/02/world/europe/02greens.html?_r=1&pagewanted=all) 於2021-01-26）.

244. 独州議会選 反原発「緑の党」躍進 (https://archive.is/20110827014030/http://www.tokyo-np.co.jp/article/world/news/CK2011032802000172.html) . TOKYO Web（東京新聞）. 2011-03-27 [2011-04-01].（原始內容 (http://www.tokyo-np.co.jp/article/world/news/CK2011032802000172.html) 存檔於2011-08-27）.

245. 『大御心に胸熱く、心に復興を誓う』 (http://www.kogakkan-u.ac.jp/files/md536_1.pdf) PDF 皇學館學園報 2011年8月1日付参照

246. 平成23年東北地方太平洋沖地震による災害についてのお見舞い (http://www.kunaicho.go.jp/okotoba/01/okotoba/saigai-01.html) . 宮内庁. [2011-03-12]. (原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210123033612/https://www.kunaicho.go.jp/okotoba/01/okotoba/saigai-01.html) 於2021-01-23) (日語).

247. 産経新聞2011年4月29日記事によると、「防犯や防災など安全に関わる部分の電源」「天皇・皇后の醫薬品を管理する冷蔵庫の電源」は自主停電の対象外だったと報道している。

248. 両陛下、「自主停電」お続けに (https://web.archive.org/web/20110326193140/http://sankei.jp.msn.com/life/news/110324/imp11032421310002-n1.htm) . 産経新聞. 2011-03-24 [2011-04-02]. (原始內容 (https://sankei.jp.msn.com/life/news/110324/imp11032421310002-n1.htm) 存檔於2011-03-26) (日語).

249. 春の園遊会が中止 (https://web.archive.org/web/20110319075019/http://sankei.jp.msn.com/life/news/110314/imp11031415480000-n1.htm) . 産経新聞. 2011-03-14 [2011-03-20]. (原始內容 (https://sankei.jp.msn.com/life/news/110314/imp11031415480000-n1.htm) 存檔於2011-03-19) (日語).

250. (中)「自分で厳しく律する」国民に模範 (https://web.archive.org/web/20110502171829/http://sankei.jp.msn.com/life/news/110428/imp11042819470000-n2.htm) . 產經新聞. 2011-04-28 [2011-11-13]. (原始內容 (https://sankei.jp.msn.com/life/news/110428/imp11042819470000-n2.htm) 存檔於2011-05-02) (日語).

251. 皇太子ご夫妻、英王子の結婚式欠席 大震災に心いため (https://web.archive.org/web/20110321105527/http://www.asahi.com/national/update/0318/TKY201103180456.html) . 朝日新聞. 2011-03-18 [2011-03-20]. (原始內容 (http://www.asahi.com/national/update/0318/TKY201103180456.html) 存檔於2011-03-21) (日語).

252. 両陛下、都内の避難所をご訪問 すべてのグループに声を (https://web.archive.org/web/20110402144919/http://sankei.jp.msn.com/life/news/110331/imp11033101240000-n1.htm) . 産経新聞. 2011-03-31 [2011-04-02]. (原始內容 (https://sankei.jp.msn.com/life/news/110331/imp11033101240000-n1.htm) 存檔於2011-04-02) (日語).

253. 東日本大震災支援コンサート 皇太子さま参加 - スポーツニッポン (http://www.sponichi.co.jp/society/news/2011/07/11/kiji/K20110711001185830.html) . [2014-08-28]. (原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20140815102638/http://www.sponichi.co.jp/society/news/2011/07/11/kiji/K20110711001185830.html) 於2014-08-15).

254. 東日本大震災：テレビ停波63カ所 中継局被災、ラジオも2カ所 毎日新聞 2011年3月16日

255. 大震災の影響で『笑っていいとも!』放送中止が決定 (http://news.searchina.ne.jp/disp.cgi?y=2011&d=0314&f=national_0314_030.shtml) . サーチナ. 2011-03-14 [2011-03-15]. (原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20110319132557/http://news.searchina.ne.jp/disp.cgi?y=2011&d=0314&f=national_0314_030.shtml) 於2011-03-19).

256. <民放テレビ>15日深夜までにバラエティー番組再開へ TBS「さしこの…」は見送り (https://web.archive.org/web/20110319062911/http://news.nicovideo.jp/watch/nw41889) . ニコニコニュース. 2011-03-15 [2011-03-16]. (原始內容 (http://news.nicovideo.jp/watch/nw41889) 存檔於2011-03-19) .

257. 《東日本大震災》在京各紙、特別態勢で状況伝える (https://web.archive.org/web/20111017044404/http://www.pressnet.or.jp/news/headline/110315_1094.html) . 2011-03-15 [2011-05-12]. (原始內容 (http://www.pressnet.or.jp/news/headline/110315_1094.html) 存檔於2011-10-17) .

258. 《東日本大震災》新聞発行に甚大な被害 特別態勢で発行継続 計画停電、断水、燃料不足…予断許さず (https://web.archive.org/web/20110628232217/http://www.pressnet.or.jp/news/headline/110315_1099.html) . 日本新聞協會. 2011-03-15 [2011-04-10]. (原始內容 (http://www.pressnet.or.jp/news/headline/110315_1099.html) 存檔於2011-06-28) .

259. 《東日本大震災》懸命に新聞発行を継続 北海道東南部にも被害 (https://web.archive.org/web/20110808101518/http://www.pressnet.or.jp/news/headline/110322_1115.html) . 日本新聞協會. 2011-03-22 [2011-04-10]. (原始內容 (http://www.pressnet.or.jp/news/headline/110322_1115.html) 存檔於2011-08-08) .

260. 河北新報、朝刊発行しました (https://archive.is/20120708084314/http://flat.kahoku.co.jp/u/flatblog01/nY7hzQlsfuSgA2IL9ZpE/) . 編集室から. 2011-03-12 [2011-04-05]. (原始內容 (http://flat.kahoku.co.jp/u/flatblog01/nY7hzQlsfuSgA2IL9ZpE/) 存檔於2012-07-08) .

261. 石巻市日日新聞手寫報獲特別獎 (http://news.now.com/home/international/player?newsId=13477) . now news. 2011-09-26 [2014-10-18]. (原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20141018132255/http://news.now.com/home/international/player?newsId=13477) 於2014-10-18) .

262. その報道は誰のため? 被災した子どもにマイクを向けるな (https://web.archive.org/web/20110326062053/http://news.nicovideo.jp/watch/nw44036) . ニコニコニュース. 2011-03-22 [2011-03-28]. (原始內容 (http://news.nicovideo.jp/watch/nw44036) 存檔於2011-03-26) .

263. 東日本大震災：輪転機水没、記者2人失う 岩手の夕刊紙 (http://mainichi.jp/photo/news/20110420k0000e040063000c.html) . 2011-04-20 [2011-04-21].

264. 東日本大震災：「いわき民報」22日付で復刊 避難所で配布 /福島 (https://archive.is/20120712031035/http://mainichi.jp/area/fukushima/news/20110323ddlk07040090000c.html) . 毎日新聞. 2011-03-23 [2011-04-01]. (原始內容 (http://mainichi.jp/area/fukushima/news/20110323ddlk07040090000c.html) 存檔於2012-07-12) .

265. 東北地方の読者のみなさんへ おわびとお知らせ (http://www.jcp.or.jp/akahata/info.html) . しんぶん赤旗. 2011-03-27 [2011-04-05]. (原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210116053101/http://www.jcp.or.jp/akahata/info.html) 於2021-01-16) .

266. 雑誌、発売延期相次ぐ 印刷用紙不足・配送に遅れ (https://web.archive.org/web/20110322065154/http://www.nikkei.com/tech/news/article/g=96958A9C93819696E3EAE2EA9D8DE3EAE2E1E0E2E3E3E2E2E2E2E2E2;da=96958A88889DE2E0E2E5EAE5E5E2E3E7E3E0E0E2E2EBE2E2E2E2E2E2) . 日本経済新聞. 2011-03-18 [2011-04-01]. （原始內容 (http://www.nikkei.com/tech/news/article/g=96958A9C93819696E3EAE2EA9D8DE3EAE2E1E0E2E3E3E2E2E2E2E2E2;da=96958A88889DE2E0E2E5EAE5E5E2E3E7E3E0E0E2E2EBE2E2E2E2E2E2) 存檔於2011-03-22）.

267. 週刊少年ジャンプ 特別無料配信について- Yahoo! JAPAN (http://webarchive.nationalarchives.gov.uk/20110926135710/http://event.yahoo.co.jp/shonenjump/special/) . [2014-08-14]. （原始內容 (http://event.yahoo.co.jp/shonenjump/special/) 存檔於2011-09-26）.

268. 週刊アスキー読者の皆様、東北地方太平洋沖地震の被災地の皆様へ (http://weekly.ascii.jp/elem/000/000/037/37183/) . [2014-08-14]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20190402191017/https://weekly.ascii.jp/elem/000/000/037/37183/) 於2019-04-02）.

269. TVは12日も特別番組…民放各局CM抜き (https://archive.is/20130523192459/http://www.yomiuri.co.jp/entertainment/news/20110312-OYT1T00587.htm) . 読売新聞社. 2011-03-12 [2011-03-12]. （原始內容 (http://www.yomiuri.co.jp/entertainment/news/20110312-OYT1T00587.htm) 存檔於2013-05-23）.

270. ニコ動、東北地震の緊急特番放映--NHK/フジのネット配信、専用投稿サイトも (https://web.archive.org/web/20110317032620/http://journal.mycom.co.jp/news/2011/03/11/074/) . 毎日コミュニケーションズ. 2011-03-11 [2011-03-12]. （原始內容 (http://journal.mycom.co.jp/news/2011/03/11/074/) 存檔於2011-03-17）.

271. 工藤ひろえ. Ustream Asia、民放TV各局の東北地方太平洋沖地震報道番組を同時配信 (http://k-tai.impress.co.jp/docs/news/20110312_432722.html) . ケータイ Watch. 2011-03-12 [2011-03-12]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20110314010534/http://k-tai.impress.co.jp/docs/news/20110312_432722.html) 於2011-03-14）.

272. Ustream Asia株式會社. 震災報道で「Ustream」が果たした役割 その特性を活かして放送メディアを補完 (http://www.softbank.jp/corp/news/sbnews/director/2011/20111118_01/) . Softbank. 2011-11-18 [2014-04-07]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210123033812/https://www.softbank.jp/corp/news/sbnews/director/2011/20111118_01/) 於2021-01-23）.

273. 日本は22位に後退＝「アラブの春」で変動も-報道自由度ランク (http://www.jiji.com/jc/c?g=soc_30&k=2012012500930) . 時事ドットコム (時事通信社). 2012-01-25 [2011-01-27]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20140808023652/http://www.jiji.com/jc/c?g=soc_30&k=2012012500930) 於2014-08-08）.

274. 14日からの休校決定=宮城県教委-東日本大震災 (http://www.jiji.com/jc/c?g=soc_30&k=201103120055 1) . 時事通信. 2011-03-12 [2011-03-12]. （原始內容存檔 (https://web.archive.or

g/web/20140201213551/http://www.jiji.com/jc/c?g=soc_30&k=2011031200551) 於2014-02-01）.

275. 地震：国公私立大入試が中止・延期 文科省 (https://archive.today/20120723045500/http://mainichi.jp/feature/exam/) . 毎日新聞. 2011-03-12 [2011-03-12].（原始內容 (http://mainichi.jp/life/edu/news/20110312k0000e040044000c.html) 存檔於2012-07-23）.

276. 東大が13日の2次試験開始を2時間繰り下げ (https://web.archive.org/web/20111202025153/http://sankei.jp.msn.com/affairs/news/110312/dst11031212220196-n1.htm) . MSN産経ニュース. 2011-03-12 [2011-03-12].（原始內容 (https://sankei.jp.msn.com/affairs/news/110312/dst11031212220196-n1.htm) 存檔於2011-12-02）.

277. 東北沖大地震：国公立大2次後期、追試など対応 (https://archive.today/20120709222038/http://mainichi.jp/feature/exam/) . 毎日新聞. 2011-03-12 [2011-03-12].（原始內容 (http://mainichi.jp/life/edu/exam/news/20110312ddf041040016000c.html) 存檔於2012-07-09）.

278. 大震災で受験者2万人減=国公立大後期日程、103校が実施 (http://www.jiji.com/jc/c?g=soc_30&k=2011031300007) . 時事通信. 2011-03-13 [2011-03-13].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20140808081257/http://www.jiji.com/jc/c?g=soc_30&k=2011031300007) 於2014-08-08）.

279. 東日本大震災：国公私立大入試が中止 13日も6校 文科省 (https://web.archive.org/web/20110315024003/http://mainichi.jp/life/today/news/20110313mog00m040010000c.html) . 毎日新聞. 2011-03-13 [2011-03-13].（原始內容 (http://mainichi.jp/life/today/news/20110313mog00m040010000c.html) 存檔於2011-03-15）.

280. 被災地の新入生、焦らないで 各地の大学、特例措置次々 (http://www.asahi.com/special/10005/TKY201103200300.html) . 朝日新聞. 2011-03-21 [2011-03-21].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210123033849/http://www.asahi.com/special/10005/TKY201103200300.html) 於2021-01-23）.

281. 「TOEIC」会場確保できず13日は中止 (https://archive.is/20130111233815/http://www.yomiuri.co.jp/national/news/20110312-OYT1T00398.htm) . 読売新聞. 2011-03-12 [2011-03-12].（原始內容 (http://www.yomiuri.co.jp/national/news/20110312-OYT1T00398.htm) 存檔於2013-01-11）.

282. 緊急のお知らせ (https://web.archive.org/web/20130730034435/http://www.toeic.or.jp/info2/0000000054.html) . 國際ビジネスコミュニケーション協會. 2011-03-12 [2011-03-12].（原始內容 (http://www.toeic.or.jp/info2/0000000054.html) 存檔於2013-07-30）.

283. 平成23年度春期試験の延期について (https://web.archive.org/web/20110318012957/http://www.jitec.jp/1_00topic/topic_20110315_h23h_schedule_01.html) . 情報処理推進機構. 2011-03-15 [2011-03-15].（原始內容 (http://www.jitec.jp/1_00topic/topic_20110315_h23h_schedule_01.html) 存檔於2011-03-18）.

284. 平成23年度特別情報処理技術者試験（仮称）の実施について (https://web.archive.org/web/20110511110348/http://www.jitec.ipa.go.jp/1_00topic/topic_h23_tokubetsushiken.html) . 情報処理推進機構. 2011-03-25 [2011-03-25].（原始內容 (http://www.jitec.ipa.go.jp/1_00topic/topic_h23_tokubetsushiken.html) 存檔於2011-05-11）.

285. 採用試験 延期相次ぐ (https://archive.is/20110321014341/http://www.yomiuri.co.jp/job/news/20110317-OYT8T00419.htm) . 読売新聞. 2011-03-17 [2011-03-17].（原始內容 (http://www.yomiuri.co.jp/job/news/20110317-OYT8T00419.htm) 存檔於2011-03-21）.

286. 大卒内定率、初の80%割れ＝政府、被災地に緊急支援検討 - 2月時点 (http://www.jiji.com/jc/zc?key=%c2%e7%c2%b4%c6%e2%c4%ea%ce%a8&k=201103/2011031800238) . 時事通信社. 2011-03-18 [2011-03-18].

287. 震災も影響…内定取り消し、昨年の3・6倍に (https://archive.is/20130501113800/http://www.yomiuri.co.jp/national/news/20110921-OYT1T00999.htm) . YOMIURI ONLINE. 2011-09-21 [2011-09-21].（原始內容 (http://www.yomiuri.co.jp/national/news/20110921-OYT1T00999.htm) 存檔於2013-05-01）.

288. 大地震严重影响日本体坛 足篮棒球宣布暂时停赛 (http://sports.163.com/11/0311/20/6UT2H77400051CAQ.html) . 網易體育. 2011-03-11 [2014-10-19].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210123033931/https://sports.163.com/11/0311/20/6UT2H77400051CAQ.html) 於2021-01-23）.

289. 國際商報. 日本地震撼动全球商品市场 (http://www.chinanews.com/cj/2011/03-21/2919628.shtml) . 中國新聞網. 2011-03-21 [2014-10-19].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210116053306/http://www.chinanews.com/cj/2011/03-21/2919628.shtml) 於2021-01-16）.

290. 李書成. 日本地震震荡国际商品市场 (http://www.caijing.com.cn/2011-03-16/110667389.html) . 財經網. 2011-03-16 [2014-10-19].（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20150923195945/http://www.caijing.com.cn/2011-03-16/110667389.html) 於2015-09-23）.

291. 東日本大震災 神社被災状況 (http://www.shirahata-jinja.jp/blog/?p=4840) （頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20120522205718/http://www.shirahata-jinja.jp/blog/?p=4840) ，存於互聯網檔案館）, 白旗神社.

292. これが宗教法人の義援金ランキングだ (http://president.jp/articles/-/2015) （頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20210123033951/http://president.jp/articles/-/2015) ，存於互聯網檔案館）, PRESIDENT 2011年5月2日號

293. 東北関東大震災、米メディアはどう見たか その1 困難に耐え回復する日本人の「レジリアンス」賞賛 (http://japan.techinsight.jp/2011/03/221000braune_earthquake_resilience_nuclear_economy.html) （頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20210123033955/http://japan.techinsight.jp/2011/03/221000braune_earthquake_resilience_nuclear_economy.html) ，存於互聯網檔案館） - Techinsight 3月23日

294. 被災地で窃盗被害相次ぎ警戒 - NHKニュース 3月30日

295. 義援金名目の不審電話、ご用心 警視庁が注意呼びかけ - asahi.comマイタウン東京 3月18日

296. 詐欺紳士、悪質業者がゾロゾロ…震災「便乗犯罪」もケタ外れ (http://www.zakzak.co.jp/society/domestic/news/20110407/dms1104071636018-n1.htm) （頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20130402180635/http://www.zakzak.co.jp/society/domestic/news/20110407/dms1104071636018-n1.htm)，存於互聯網檔案館） - ZAKZAK 4月7日

297. こじあけられた被災地のATM6億円の記録 犯人グループは捕まらず (http://gendai.ismedia.jp/articles/print/13872) （頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20130426150958/http://gendai.ismedia.jp/articles/print/13872)，存於互聯網檔案館） - 週刊現代 2011年08月02日

298. 都内で買いだめ収まらず 企業の対応も焼け石に水+（1-3ページ） - MSN産経ニュース 3月15日

299. NY紙「日本は自粛という強迫観念にとらわれている」 - MSN産経ニュース 3月29日

300. [3] (http://dailynews.yahoo.co.jp/fc%2Feconomy%2Ffoods_harmful_rumors%2F#backToPagetop) （頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20140504160210/http://dailynews.yahoo.co.jp/fc%2Feconomy%2Ffoods_harmful_rumors%2F#backToPagetop)，存於互聯網檔案館） Yahoo!ニュース 2012年6月28日閲覧

301. 「人間不信だ」置き去りペットたち 犬、猫「野生化」動物愛護団體、初の警戒區域入り（1-3ページ） (https://sankei.jp.msn.com/affairs/news/111208/dst11120800340001-n1.htm) （頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20111207235029/http://sankei.jp.msn.com/affairs/news/111208/dst11120800340001-n1.htm)，存於互聯網檔案館） 産経ニュース 2011年12月8日掲載

302. Takashi Sugimoto, Tomohiro Shinozaki and Yuki Miyamoto. Afters hocks Associated With Impaired Health Caused by the Great East Japan Disaster Among Youth Across Japan: A National Cross-Sectional Survey (http://www.i-jmr.org/2013/2/e31/) (PDF). Interactive Journal of Medical Reserch. 2013, **2** (2): e31 [2014-08-14]. doi:10.2196/ijmr.2585 (https://dx.doi.org/10.2196%2Fijmr.2585) .（原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210123034019/https://www.i-jmr.org/2013/2/e31/) 於2021-01-23）.

303. 東日本大震災:被災園児25%問題行動 引きこもり、暴力 長期ケア必要--厚労省調査 (https://archive.is/20140127020715/http://mainichi.jp/shimen/news/20140127ddm001040207000c.html) . 毎日新聞社. 2014-01-27 [2014-01-27].（原始內容 (http://mainichi.jp/shimen/news/20140127ddm001040207000c.html) 存檔於2014-01-27）.

304. クローズアップ2014:被災地の子ども調査 大人の心理、影響 (https://archive.is/20140127020648/http://mainichi.jp/shimen/news/20140127ddm003040071000c.html) . 毎日新聞社.

2014-01-27 [2014-01-27]. （原始內容 (http://mainichi.jp/shimen/news/20140127ddm003040071000c.html) 存檔於2014-01-27）.

305. 「復興の現状と取組 (http://www.reconstruction.go.jp/topics/20130110_sanko03.pdf) PDF」復興庁、2013年1月10日、25-29頁

306. 「宮城県震災復興計畫 (http://www.pref.miyagi.jp/uploaded/attachment/36636.pdf) PDF」宮城県、2011年11月10日、11-20, 63-67, 69-72頁

307. 読売新聞2013年3月5日35面

308. いわての統計情報 (http://www3.pref.iwate.jp/webdb/view/outside/s14Tokei/top.html) . 岩手縣廳. 2014-09-01 [2014-10-18]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210129154417/https://www3.pref.iwate.jp/webdb/view/outside/s14Tokei/top.html) 於2021-01-29）.

309. 過去の結果（福島県の推計人口 福島県現住人口調査月報） (http://www.pref.fukushima.lg.jp/sec/11045b/15847.html) . 福島縣廳. 2014-09-01 [2014-10-18]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210123034051/http://www.pref.fukushima.lg.jp/sec/11045b/15847.html) 於2021-01-23）.

310. 青森県人口移動統計調査 青森県の推計人口（平成23年） (https://web.archive.org/web/20141006080618/http://www6.pref.aomori.lg.jp/tokei/document_view.php?sheet_no=2779) . 青森縣廳. 2014-09-01 [2014-10-18]. （原始內容 (http://www6.pref.aomori.lg.jp/tokei/document_view.php?sheet_no=2779) 存檔於2014-10-06）.

311. ストーリーｆｒｏｍＳＯＣＨＩ:羽生結弦の精神的成長　「被災」と向き合った３年間 (http://sportsspecial.mainichi.jp/news/20140216ddm035050152000c.html) （頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20141124044028/http://sportsspecial.mainichi.jp/news/20140216ddm035050152000c.html) ，存於互聯網檔案館）毎日新聞　2014年02月16日　東京朝刊

312. 「羽生選手、震災を語る」　2014年3月10日 読売新聞

313. 被災地のこと忘れないで…羽生選手、震災を語る：ウインタースポーツ：スポーツ：YOMIURI ONLINE（読売新聞） (http://www.yomiuri.co.jp/sports/winter/news/20140310-OYT1T00226.htm) . [2014-08-14]. （原始內容存檔 (https://archive.is/20140310065033/http://www.yomiuri.co.jp/sports/winter/news/20140310-OYT1T00226.htm) 於2014-03-10）.

314. 新潮社：話題の本：「詩の黙礼」：和合亮一インタビュー (http://www.shinchosha.co.jp/wadainohon/329921/) . [2014-10-18]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20141025135426/http://www.shinchosha.co.jp/wadainohon/329921/) 於2014-10-25）.

315. サンド伊達、鼓舞「東北をなめるな!」 (https://web.archive.org/web/20110315081708/http://www.sanspo.com/geino/news/110313/gnf1103130504000-n1.htm) . サンケイスポーツ.

2011-03-13 [2011-03-17]. （原始內容 (http://www.sanspo.com/geino/news/110313/gnf1103130504000-n1.htm) 存檔於2011-03-15）.

316. とりあえず無事です。 (http://ameblo.jp/mikio-date/entry-10827807893.html) . サンドウィッチマン 伊達みきお オフィシャルブログ. 2011-03-11 [2011-03-17]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210123034121/https://ameblo.jp/mikio-date/entry-10827807893.html) 於2021-01-23）.

317. 地震 (http://ameblo.jp/takeshi-tomizawa/entry-10827630168.html) . サンドウィッチマン 富澤たけし オフィシャルブログ. 2011-03-11 [2011-03-17]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20210123034127/https://ameblo.jp/takeshi-tomizawa/entry-10827630168.html) 於2021-01-23）.

318. 東北魂義援金ついて- 株式会社グレープカンパニー (https://web.archive.org/web/20160404034638/http://grapecom.jp/information/130) . [2016-12-09]. （原始內容 (http://grapecom.jp/information/130) 存檔於2016-04-04）.

319. 津波で漂流か 岩手・大船渡の漁船が石垣島に (https://web.archive.org/web/20171028090215/http://www3.nhk.or.jp/news/html/20171026/k10011198571000.html) . NHK. 2017-10-26 [2017-10-28]. （原始內容 (http://www3.nhk.or.jp/news/html/20171026/k10011198571000.html) 存檔於2017-10-28）（日語）.

320. 東日本大震災の避難者交流会、13回目の開催 (https://www.asahi.com/articles/ASQ9Y71R4Q9VUZOB00X.html) . 朝日新聞. 022-09-30 [2022-09-30]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20220930090215/http://www.asahi.com/articles/ASQ9Y71R4Q9VUZOB00X.html) 於2022-09-30）（日語）.

321. 東日本大震災から11年半 長期的な課題は残されたまま (https://www3.nhk.or.jp/news/html/20220910/k10013812021000.html) . NHK. 2022-09-11 [2022-09-11]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20220911190615/https://www3.nhk.or.jp/news/html/20220910/k10013812021000.html) 於2017-10-28）（日語）.

322. 新海誠の最新作「すずめの戸締まり」ヒロイン・岩戸鈴芽役は原菜乃華 (https://natalie.mu/comic/news/484194) . 博客來. 2015-04-04 [2015-04-04]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20220706174056/https://natalie.mu/comic/news/484194) 於2022-07-06）（ch-tw）.

323. 日本"震災后文學"．紀實與告慰 (http://japan.people.com.cn/BIG5/n1/2022/0325/c35421-32383803.html) . 人民網. 2022-03-25 [2022-03-25]. （原始內容存檔 (https://web.archive.org/web/20221011091411/http://japan.people.com.cn/BIG5/n1/2022/0325/c35421-32383803.html) 於2022-10-11）（ch-cn）.

324. 鈴芽戶締（日語：すずめの戸締まり）小說，KADOKAWA出版， ISBN 978-4-04-112679-0

外部連結

維基共享資源中相關的多媒體資源：**東日本大震災 (https://commons.wikimedia.org/wiki/Category:2011_T%C5%8Dhoku_earthquake_damage?uselang=zh-hk)**

- （日語）首相官邸｜東北地方太平洋近海地震之應對 (http://www.kantei.go.jp/saigai/) （頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20210114093056/http://www.kantei.go.jp/saigai/)，存於互聯網檔案館）
- （日語）内閣府｜防災情報 (http://www.bousai.go.jp/) （頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20070927183645/http://www.bousai.go.jp/)，存於互聯網檔案館）
- （日語）氣象廳｜地震情報 (http://www.jma.go.jp/jp/quake/20110311145155453-111446.html)
- （日語）厚生勞動省｜東北地方太平洋近海地震關聯情報 (https://web.archive.org/web/20110621042248/http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r98520000014ih5.html)
- （日語）國土交通省｜災害情報 (http://www.mlit.go.jp/saigai/) （頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20210123034157/http://www.mlit.go.jp/saigai/)，存於互聯網檔案館）
- （日語）農林水產省｜東日本大震災相關情報 (http://www.maff.go.jp/j/kanbo/joho/saigai/) （頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20210123034159/http://www.maff.go.jp/j/kanbo/joho/saigai/)，存於互聯網檔案館）
- （日語）經濟產業省｜東日本大震災 關聯情報 (http://www.meti.go.jp/earthquake/) （頁面存檔備份 (https://web.archive.org/web/20210123034204/http://www.meti.go.jp/earthquake/)，存於互聯網檔案館）

參見

- 東北地方太平洋近海地震
- 福島核事故
- 關東大地震
- 阪神大地震
- 新潟縣中越地震