

# 目次

## ● 第1章 災害発生のしくみ ●

第1講 地震・津波による災害	10
地震のしくみと被害	11
1 地震列島日本	11
2 震度とマグニチュード	14
3 地震による災害	15
津波のしくみと被害	19
1 津波発生のメカニズム	19
2 津波地震と遠地津波	20
3 津波の災害特性	21
4 津波から身を守るには	22
5 津波による被害を軽減する—津波に強いまちづくりを	23
6 津波が引き起こす二次災害	25
地震に関する最新の知見	25
1 地震学から見た地震に関する最新の知見	25
2 地震に関する情報の理解	29
3 発生が想定される地震と被害想定	33
4 大規模地震に対する防災・減災対策	39
第2講 気象災害・風水害	42
1 国土の特徴と風水害	42
2 地球温暖化と異常気象	44
3 台風と高潮	46
4 気象情報の利用	48
5 水災害対策と水防	49
6 雪害	57
第3講 土砂災害	60
1 日本の土砂災害	60
2 土砂災害（土石流、がけ崩れ、地すべり）の特徴	61
3 土砂災害対策の新たな課題	62
4 土砂災害警戒区域及び土砂災害特別警戒区域	66
5 土砂災害対策（ハード対策・ソフト対策）	67
6 土砂災害防止法	71
第4講 火山災害	74
1 活火山	74
2 噴火のメカニズムと噴火様式	74
3 噴火の前兆	76
4 噴火現象による災害	77
5 火山噴火予知と中・長期予測	82
6 御岳山噴火を踏まえた火山防災対策の推進（活火山法 2015年改正）	84
7 活火山法の 2023年再改正と火山調査研究推進本部の発足	86
8 火山災害に関する最近の話題	86
第5講 広域・大規模火災	89
1 最近の火災動向	89
2 広域・大規模火災	95

<b>補講 1 近年の主な自然災害</b> .....	<b>102</b>
<b>1</b> 阪神・淡路大震災（兵庫県南部地震）＜1995年＞ .....	102
<b>2</b> 有珠山の噴火＜2000年＞ .....	102
<b>3</b> 三宅島の噴火＜2000年＞ .....	103
<b>4</b> 新潟県中越地震＜2004年＞ .....	104
<b>5</b> 東日本大震災（東北地方太平洋沖地震）＜2011年＞ .....	104
<b>6</b> 平成26年8月豪雨と広島土砂災害＜2014年＞ .....	107
<b>7</b> 御嶽山噴火＜2014年＞ .....	108
<b>8</b> 熊本地震＜2016年＞ .....	109
<b>9</b> 平成29年7月九州北部豪雨＜2017年＞ .....	111
<b>10</b> 大阪北部の地震＜2018年＞ .....	111
<b>11</b> 平成30年7月豪雨（西日本豪雨災害）＜2018年＞ .....	112
<b>12</b> 北海道胆振東部地震＜2018年＞ .....	113
<b>13</b> 令和元年房総半島台風（台風15号）＜2019年＞ .....	115
<b>14</b> 令和元年東日本台風（台風19号）＜2019年＞ .....	115
<b>15</b> 令和2年7月豪雨＜2020年＞ .....	116
<b>16</b> 令和6年能登半島地震及び令和6年9月20日からの大雨被害＜2024年＞ .....	117
<b>● 第2章 災害に関する情報 ●</b>	
<b>第6講 被害想定・ハザードマップ</b> .....	<b>122</b>
<b>1</b> 被害想定 .....	122
<b>2</b> ハザードマップ .....	124
<b>3</b> ハザードマップの活用と課題 .....	128
<b>第7講 災害関連情報と予報・警報</b> .....	<b>130</b>
<b>1</b> 防災情報の利活用のために .....	130
<b>2</b> 気象に関する予報・警報 .....	131
<b>3</b> 地震情報と津波情報 .....	141
<b>4</b> 火山噴火に関する情報 .....	145
<b>第8講 災害情報の活用と発信</b> .....	<b>148</b>
<b>1</b> 災害情報とは .....	148
<b>2</b> 災害発生時の情報 .....	149
<b>3</b> 災害情報と放送 .....	150
<b>4</b> 災害情報とメディア .....	153
<b>5</b> 流言とその影響 .....	156
<b>6</b> 風評被害 .....	158
<b>7</b> パニック .....	159
<b>● 第3章 公的機関や企業等の災害対策 ●</b>	
<b>第9講 行政の災害対策と危機管理</b> .....	<b>162</b>
<b>1</b> 自然災害と危機管理 .....	162
<b>2</b> 災害対策基本法 .....	165
<b>3</b> 防災・危機管理に関する行政組織 .....	171
<b>4</b> 平常時の防災対策 .....	178
<b>5</b> 国土強靱化アクションプラン .....	180
<b>6</b> 行政の災害時受援体制 .....	180
<b>7</b> 災害・危機管理における行政の対応限界事例と問題点 .....	181

<b>第 10 講 行政の災害救助・応急対策</b> .....	<b>185</b>
<b>1</b> 災害対策の時系列 .....	185
<b>2</b> 災害救助法 .....	186
<b>3</b> 仮設住宅の提供 .....	190
<b>4</b> 災害弔慰金法 .....	195
<b>5</b> 義援金・救援物資 .....	196
<b>6</b> 東日本大震災においてとられた措置 .....	197
<b>第 11 講 復旧・復興と被災者支援</b> .....	<b>199</b>
<b>1</b> 災害後の再建と復興 .....	199
<b>2</b> 大震災後の復興の実態と問題点 .....	201
<b>3</b> 将来の災害に対する復興への道筋（首都直下地震） .....	205
<b>4</b> 復旧・復興支援のための法体系 .....	206
<b>第 12 講 災害医療とこころのケア</b> .....	<b>211</b>
<b>1</b> 災害医療 .....	211
<b>2</b> 災害医療の 3 つの T (three T's) .....	213
<b>3</b> ト라우マと心的外傷後ストレス障害 (PTSD) .....	216
<b>4</b> こころのケア .....	218
<b>5</b> 災害医療の課題（東日本大震災と熊本地震等の教訓） .....	219
<b>第 13 講 ライフライン・交通インフラの確保</b> .....	<b>222</b>
ライフライン .....	223
<b>1</b> 電 力 .....	223
<b>2</b> 都市ガス .....	226
<b>3</b> LP ガス .....	229
<b>4</b> 上水道 .....	232
<b>5</b> 下水道 .....	233
<b>6</b> 通 信 .....	236
交通インフラ .....	241
<b>1</b> 大震災時の鉄道 .....	241
<b>2</b> 大規模災害時の交通規制、緊急輸送路の確保 .....	243
<b>3</b> 帰宅困難者対策 .....	246
<b>4</b> 孤立集落の発生と対策 .....	248
<b>第 14 講 企業・団体の事業継続</b> .....	<b>249</b>
<b>1</b> 企業の防災活動 .....	249
<b>2</b> 事業継続計画と事業継続マネジメント .....	251
<b>3</b> 事業継続計画の取り組み動向と今後の策定目標 .....	255
<b>4</b> 事業継続力強化計画 .....	256
<b>● 第 4 章 自 助 ●</b>	
<b>第 15 講 地震・津波への備え</b> .....	<b>260</b>
<b>1</b> 地震・事前の備え .....	260
<b>2</b> 地震・災害時の対応 .....	264
<b>3</b> 被災後の暮らしを守る .....	267
<b>4</b> 津波への備え .....	268
<b>補 講 2 耐震診断と補強</b> .....	<b>273</b>
<b>1</b> 耐震基準の整備 .....	273
<b>2</b> 耐震診断と補強の手法 .....	281

<b>第 16 講 風水害・土砂災害等への備え</b> .....	<b>285</b>
<b>1</b> 身近でできる水害対策 .....	285
<b>2</b> 土砂災害への備え .....	289
<b>3</b> 避難と避難行動 .....	289
<b>4</b> 豪雨災害と避難 .....	295
<b>補 講 3 災害と損害保険</b> .....	<b>299</b>
<b>1</b> 自助対策としての損害保険 .....	299
<b>2</b> 地震保険 .....	299
<b>3</b> 地震災害に関する共済制度 .....	303
<b>4</b> その他の地震に関する保険 .....	304
<b>5</b> 台風・水害などの風水災に備えるための保険 .....	305
<b>● 第 5 章 共 助 ●</b>	
<b>第 17 講 自主防災活動と地区防災計画</b> .....	<b>308</b>
<b>1</b> 地域の自主防災活動の重要性 .....	308
<b>2</b> 自主防災組織 .....	308
<b>3</b> 地区防災計画 .....	311
<b>4</b> 地域特性に対応した計画づくり .....	313
<b>第 18 講 避難所の設置と運営協力</b> .....	<b>317</b>
<b>1</b> 避難所の指定と開設 .....	317
<b>2</b> 避難所の運営 .....	320
<b>3</b> 避難所における留意事項 .....	324
<b>4</b> 感染症対策と避難所 .....	326
<b>第 19 講 地域防災と多様性への配慮</b> .....	<b>329</b>
<b>1</b> 持続可能な開発目標 SDGs の理念 .....	329
<b>2</b> 災害時要配慮者、避難行動要支援者を地域で守る .....	330
<b>3</b> 男女共同参画の視点に基づく防災対策 .....	335
<b>4</b> 外国人に対する支援 .....	336
<b>5</b> 避難所における配慮 .....	339
<b>6</b> 災害ケースマネジメント .....	340
<b>第 20 講 災害ボランティア活動</b> .....	<b>342</b>
<b>1</b> 災害ボランティアと社会現象 .....	342
<b>2</b> 社会の変化と阪神・淡路大震災以降のボランティア活動の変遷 .....	343
<b>3</b> 防災対応サイクルからみる多様なボランティア活動 .....	347
<b>4</b> 災害ボランティア活動の役割・機能 .....	349
<b>● 第 6 章 防災士制度 ●</b>	
<b>第 21 講 防災士に期待される活動</b> .....	<b>354</b>
<b>1</b> 「防災士」構想の誕生 .....	354
<b>2</b> 自助、共助、公助 .....	355
<b>3</b> 防災士に期待される役割 .....	356
<b>4</b> 防災士の活動と社会的評価 .....	359

<b>補講 4 防災士が行う各種訓練</b> .....	<b>361</b>
<b>1</b> 倒壊家屋などからの救出・救助活動の手順 .....	361
<b>2</b> 応急手当 .....	364
<b>3</b> 実技訓練 .....	366
<b>4</b> 災害図上訓練 .....	368
<b>5</b> 避難所開設運営訓練 .....	369
<b>6</b> タイムライン及びマイ・タイムライン訓練 .....	370
<b>7</b> クロスロード .....	370
● <b>参考資料</b> 各講目に関連する防災士の活動指針（参考例） .....	<b>371</b>
参考文献一覧 .....	<b>378</b>
わが家の防災計画 .....	<b>382</b>
防災士教本・復習のポイント .....	<b>384</b>
● <b>索引</b> .....	<b>386</b>