

防災とは？

減災との違いや重要性、種類などをわかりやすく簡単に説明



地震や水害など、いつ起きるかわからない災害から身を守るには、日頃から防災意識を持つ必要があります。まずは防災とは何であるかを知り、必要な対策を取ることが大切です。

本記事では、防災の具体的な意味や重要性、種類などを解説します。防災について学び、必要な取り組みを行うための参考にしてください。

防災とは、自然災害などによる被害を防ぐための対策



防災とは、地震や津波、豪雨、台風の自然災害などに備え、被害を出さないようにする対策のことです。国や地方自治体などの取り組みでは「建造物の耐震補強」などが挙げられ、個人単位の備えでは「防災グッズの準備」や「避難訓練への参加」などがあります。

防災と聞くと、国や地方団体の取り組み（公助）がメインと感じる方が多いでしょう。しかし今後は、個人でも防災に取り組んでいく（自助）必要があります。

防災と減災の違い

防災と減災の違いは以下の通りです。

防災とは	減災とは
災害による被害を出さないようにする対策	災害による被害をできるだけ小さくする取り組み

先述したとおり、防災は自然災害に備えて被害を出さないようにすること、減災は災害による被害を最小限に抑えることが目的です。減災は、災害である程度の被害が出ることを前提としており、被害を拡大させないための対策を行います。

地震や豪雨などの大規模災害は、どれほど入念に対策をしても完全には防げません。一人ひとりが普段から災害へ備えたり、地域や身近な人同士で助け合ったりすることにより、災害による被害をできるだけ小さくしようという考え方が減災の根底にある考え方です。

また、縮災という考え方もあります。縮災の定義は、「被害を減らすと同時に、復旧までの時間を短くすることにより、社会に及ぼす影響を減らすこと」とされています。事前対策（避難訓練や地域住民・自治体との連携強化など）による「予防力」と、復旧・復興期間の短縮といった「回復力」を確保することにより、大規模災害へ対処しようということです。

防災が重要な理由

防災が重要な理由は、以下の通りです。

- 災害が起こりやすい国土条件にあるから
- 災害リスクの高い地域に人口が集中しているから
- 災害が激甚化・頻発化しているから

日本の国土や社会状況を背景に、防災の重要性が高まっています。自然災害などはいつ訪れるかわからないため、人の命や社会を守るためには事前の備えが必要です。

関連記事：[防災に必要なものとは？](#)

災害が起こりやすい国土条件にあるから

日本には活断層やプレート境界が多数あり、どの地域でも地震が起きる可能性があります。首都直下地震や南海トラフ地震の発生確率は今後30年以内で約70%（2021年9月時点）とされており、大地震への懸念は大きいといえるでしょう。

また、日本は河川が急勾配であり、都市部の広域にゼロメートル地帯が存在しています。地球温暖化の影響により、2014年から2019年にかけて氾濫危険水位を超えた河川は約5倍に増えました。今世紀末（2100年）には洪水発生頻度が約2倍に増えるリスクも指摘されているため、防災の取り組みは必要不可欠です。

災害リスクの高い地域に人口が集中しているから

災害リスクの高い地域に都市機能や人口が集中することも不安視されている要素です。2050年には、洪水や土砂、地震、津波いずれかの災害リスクを負う人口比率が約70%になるといわれています。

また、1970年代には7%と低い水準であった高齢化率が、1990年～2005年にかけて20%代まで進み、2050年の東京圏では、約50%に達するとの予測があります。高齢者単身世帯の増加や核家族化に伴い防災力が落ちる可能性が危惧されています。

災害が激甚化・頻発化しているから

近年は各地で自然災害による大きな被害が発生しており、従来の施策では対応できない課題が浮き彫りになっています。

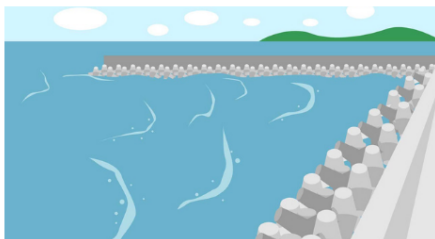
たとえば「令和元年東日本台風」では、上下流で連携した整備ができていなかったため、複数の川で氾濫が起きました。今後は、災害の激甚化・頻発化に合わせて防災対策のアップデートが必要になるでしょう。

参考記事：[国土交通省「～いのちとくらしを守る防災減災～1. 防災・減災が主流となる社会の必要性」](#)

防災の種類

ハード防災

堤防などの構造物で災害を防ぐ方法



ソフト防災

訓練や情報収集で災害を防ぐ方法



両方をバランスよく活用することが大切

防災には、以下の2種類があります。

- ハード防災 | 堤防などの構造物を用いて災害を防ぐ方法
- ソフト防災 | 訓練や情報収集により災害を防ぐ方法

ハード防災 | 堤防などの構造物を用いて災害を防ぐ方法

ハード防災とは、構造物をはじめとした有形のもの（ハード）を使って防災対策を行うことです。耐震補強をしたり、堤防を設置したりすることで物理的な対策ができます。幅広い方の命を守る手立てになるでしょう。

ただし、堤防などの大規模建築は完成するまでに時間と費用がかかるため、自治体によっては即時の着工が困難な場合があります。また、想定を超える規模の災害だと被害を防げない可能性がある点にも注意が必要です。

ハード防災の具体例

ハード防災の具体例は以下の通りです。

建造物の耐震補強	建造物を補強し、地震による被害を防ぐ
津波を防ぐ建造物の整備	湾岸口に設置することで津波の威力を抑える津波防波堤などを整備する
河川堤防の整備	豪雨・大雨による河川の氾濫や建造物への浸水を防ぐための河川堤防を整備する
砂防堰堤の整備	上流から流れてくる土砂を溜め、一気に流れ出さないように調節するための砂防堰堤を整備する
なだれ予防柵	なだれによる被害を抑えるための柵を設置する

大阪港では、昭和36年の第二室戸台風で起きた約13万戸の浸水をきっかけに海岸・河川堤防、水門の整備を行いました。平成30年の台風21号発生時に第二室戸台風を上回る潮位に達しましたが、事前の整備対策によって市街地の高潮浸水を完全に防ぐことに成功しています。

ソフト防災 | 訓練や情報収集により災害を防ぐ方法

ソフト防災とは、訓練や情報をはじめとした無形のもの（ソフト）によって防災対策を行うことです。災害の特徴を知る、避難計画を作る、ハザードマップを確認するなどの対策で災害に備えます。

建築コストがかかるハード防災に対し、ソフト防災は多額の費用を必要としないのが特徴です。適切な訓練や情報を取り入れることで、災害が起きたときも落ち着いて行動できます。

ただし、大地震や津波などによる物理的な被害はソフト防災で防げません。また、ハード防災と同様に従来の施策では対応できない規模の災害が起きる場合もあります。想定外の事態も意識し、ハード防災とソフト防災の両方をバランス良く活用することが重要です。

ソフト防災の具体例

ソフト防災の具体例は以下の通りです。

防災教育	防災の知識を備え、災害が起きたときに身を守る行動を取るための教育を行う
避難訓練	災害が起きた場面をシミュレーションし、安全な場所へ避難するための訓練を行う
防災マニュアルの作成	災害が起きたときの役割分担や行動指針を定めたマニュアルを作成する
ハザードマップの作成	災害が想定される地域や避難経路、避難場所などの位置を示したハザードマップを作成する
土地利用の規制	災害リスクが高い区域の土地利用を規制し、災害の被害を防ぐ

国の取り組みでは、命を守るための情報周知として洪水ハザードマップや土砂災害ハザードマップ、内水ハザードマップ、液状化ハザードマップなどが作成されています。
また、インターネット上に「ハザードマップポータルサイト」を開設し、身のまわりの災害リスクを簡単に確認できる環境が整えられています。

参考記事：[国土交通省「第Ⅱ部ソフト×ハードで加速する防災・減災ソリューション」](#)

関連記事：[防災への取り組みで知っておきたいことは？](#)

個人・家庭でもできる防災対策一覧

ここまで紹介したものは国や地方自治体が行う防災対策でしたが、個人・家庭で取り組める以下のような防災対策（自助）もあります。

災害発生前に家庭でできる対策	<ul style="list-style-type: none">・地震に備えて家具を固定しておく・事前に防災グッズを準備しておく・避難訓練に参加してみる
災害発生時に命を守るためにできること	<ul style="list-style-type: none">・災害が起きた瞬間に取るべき行動を整理する・避難が必要な警戒レベルを知る・災害時の情報を得る手段を把握する
被災後の生活に備えて家でできること	<ul style="list-style-type: none">・非常食や飲料水の管理方法を知る・支援物資の受け取り方や地域の取り組みを知る

個人・家庭では自分たちの命を守る防災対策が必要なため、上記を参考にして、できることから始めてみましょう。まずは、防災グッズを準備したり、避難訓練に参加してみたりすることをおすすめします。

災害に備えてできることについては、下記の記事で詳しく解説します。

関連記事：[防災への取り組みで知っておきたいことは？](#)

防災とは何かを知り、できることから始めよう

河川の氾濫や地震などの災害リスクがある日本では、日頃から防災を意識することが大切です。防災グッズの準備や避難訓練への参加など、個人・家庭で取り組める対策もあります。身近なところから防災対策をはじめ、万が一の事態に備えましょう。