

災害に備える： 保険と総合的なリスク対応

自助・共助・公助の連携で生活を守る

災害リスクへの対応は「保険加入」だけではありません。
本講座では、事前の備えから生活再建までを包括的に学び、
制度理解と行動計画を習得します。

総合的なリスク対応の3要素

- ① 事前の備え（防災・減災）
- ② 発災直後の行動（避難・情報収集）
- ③ 生活再建（公的支援・地域支援）



日本は「災害大国」

「自分は大丈夫」と思っていないですか？

正常性バイアスが逃げ遅れの原因になります。

日本は地理的条件により、地震・台風・豪雨などの災害が頻発します。

過去の大規模災害では「想定外」の被害が多発しており、

従来の経験則が通用しないケースが増えています。

今すぐ始める具体的行動

- ▶ 国土交通省「ハザードマップポータル」を確認
- ▶ 自宅・職場・実家のリスクを把握する
- ▶ 避難所まで実際に歩いてルートを確認する



shutterstock.com - 2224639579

地震・水害・火災
リスクは身近に潜んでいる

主な自然災害の種類と激甚化の傾向

水害の激甚化が顕著。



2018年 西日本豪雨

線状降水帯で広範囲の浸水・土砂災害が発生。

2019年 台風19号

想定を超える降雨で多くの河川が氾濫。

気象庁の指摘

1時間降水量50mm以上の発生回数が増加。

災害が生活に与える影響は深刻で長期化する

被災後の生活再建には
数年以上の時間が必要です。

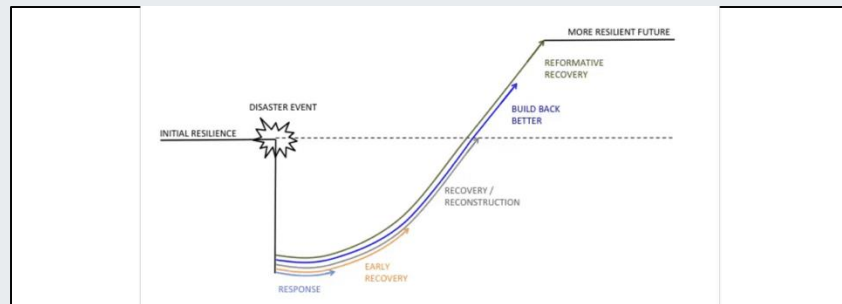
東日本大震災（2011年）

仮設住宅生活が5年以上続いた世帯も多数。
コミュニティの喪失が深刻な課題に。

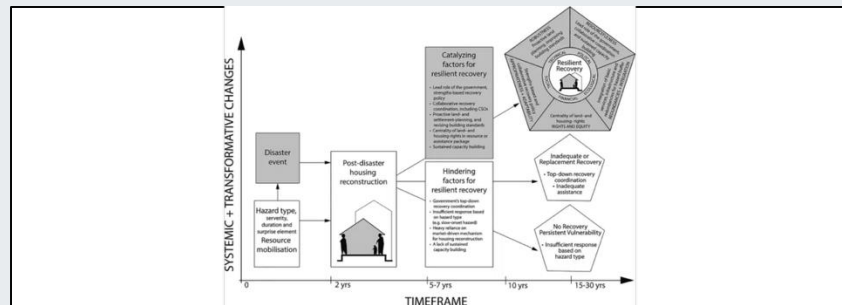
熊本地震（2016年）

「全壊・半壊」の認定差により再建方法が分岐。
生活再建のスピードに大きな格差が生じた。

「元の生活に戻る」ためには
住居・仕事・コミュニティ
の3つの再構築が不可欠



図：災害からの回復とレジリエンス（復元力）の推移



図：長期的な生活再建プロセスの分析

公的な生活再建支援制度①

対象要件

全壊・大規模半壊
等の場合のみ対象

被災者生活再建支援制度は、被害が甚大な世帯に限定されます。

一部損壊や床下浸水などは対象外となることが多いです。

申請手続き

原則として
市区町村窓口で申請

申請には「罹災証明書」の取得が必須条件となります。

被害認定調査を受ける必要があります。

03

支給時期と注意点

支給までに
数か月以上かかる

即座に現金が給付されるわけではありません。

当面の生活費は、貯蓄などで別途確保しておく必要があります。

公的な生活再建支援制度②

大規模災害の場合

災害救助法や激甚災害指定により、
支援内容が拡充されやすい。
国の手厚い支援が期待できる。

小規模災害の場合

同じ被害状況であっても、
支援対象外となる場合がある。
公的支援の限界を認識する必要がある。

自治体独自の支援

支給額・内容は地域によって大きな差があります。
国の一律基準ではないため、居住地の制度確認が不可欠です。

平時から自分が住む地域の支援制度を確認することが重要

公的支援だけでは足りない理由

住宅再建費用の現実

木造住宅 建替費用	約3,000万円
公的支援金（最大）	300万円
差額 約2,700万円は自己負担が必要	

公的支援はあくまで「生活再建の着手金」。
完全な補償ではないため、事前の備えが不可欠です。

3つの役割分担

自助 (Self-help)

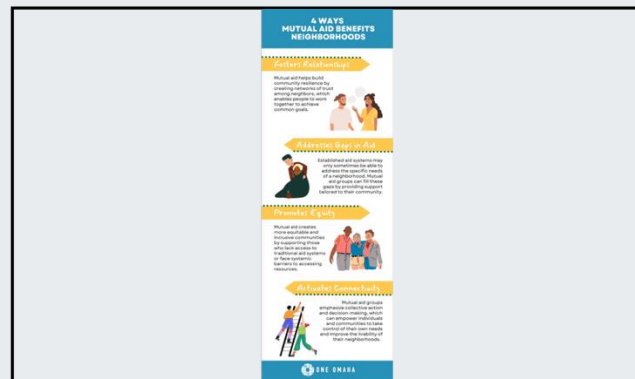
非常用備蓄、耐震・浸水対策、保険加入、貯蓄

共助 (Mutual Aid)

近隣住民の助け合い、自治会・消防団

公助 (Public Aid)

国・自治体の支援制度、インフラ復旧





「知っている」から
「行動」へ変える

- ▶ ハザードマップの再確認
- ▶ 家族での避難会議
- ▶ 備蓄品の賞味期限チェック

- ▶ 家族構成（乳幼児・高齢者）
- ▶ 持病（薬・お薬手帳）
- ▶ 季節（防寒・熱中症対策）

[illegible]

- ▶ 自治会の防災訓練への参加
- ▶ 高齢者・要配慮者の避難支援体制づくり
- ▶ 「向こう三軒両隣」の顔の見える関係づくり

まとめ：実践的行動指針

年1回の定期チェック



防災計画の見直し

ハザードマップ・避難経路の再確認



住宅・家計の点検

耐震・浸水対策、保険内容の確認



非常用備蓄の更新

食料・水・防災グッズの期限確

認

備えあれば憂いなし

災害は予測できませんが、適切な備えと行動計画により、被害を最小化し、生活再建を加速することができます。

相談・情報窓口

⇒ 内閣府 防災情報ページ

⇒ 国土交通省 ハザードマップポータルサイト

⇒ 市区町村 防災担当窓口

