



# SIL 調査レポート

## 「防災格差」

## はじめに

令和6年能登半島地震の発生を受けて、防災の必要性が取り上げられることも増えました。  
改めて実感したことは、防災意識や行動実態が、"思った以上に人それぞれで異なる"ということ。  
なんだか話題にしづらい部分があったり、行動できていない後ろめたさを感じたり。

みんながどのくらい防災のことを知り、考え、取り組んでいるのか。

逆にいえば、防災の知識が届いていないのはどこか。

どういったことによって、防災の取り組みが前進するのか。

自分たちが知るところから始めようと、防災における格差の実態を調べてみました。

## 調査概要

**調査対象者** 全国の15-79歳 ※中学生以下は除く

**回答者数** 2,500人

**割付方法** 全国7エリア\*における、令和2年国勢調査の性年代の構成比に基づいて割付し、世の中の縮図を再現  
\*北海道、東北、関東、中部、近畿、中四国、九州地方

**調査方法** インターネットリサーチ

**調査期間** 2024年2月22日（木）～24日（土）

**調査実施** 株式会社H.M.マーケティングリサーチ（現 QO株式会社）

# Summary

## Part1

### 防災取り組み度3層の特徴把握

#### ほとんど防災に取り組んでいない層は3人に1人。”自分のためだけ”に防災に取り組むことの難しさが明らかに

- 防災への取り組み度が高い順に<FLOWER(花)、SPROUT(芽)、SEED(種)>の3層に分類すると、ほとんど行動できていない「SEED層」が全体の35%と、約3人に1人が該当することが分かりました。
- 「SEED層」では『未婚』『子どもなし』『ひとり暮らし』の比率が高く、“自分のためだけ”に防災に取り組むことへの難しさがあるようです。
- 一方、「FLOWER層」では『被災経験がある人』だけでなく、『防災を学ぶ機会があった人』の割合も高くなっています。自身の置かれた環境によらず、後天的な取り組み次第でよりよくできる可能性があるところに希望が見いだせます。

## Part2

### 3層で異なる防災への向き合い方

#### 3層で大きく異なる防災への意向と実態。取り組みたい気持ちはあるものの、行動につながりきらない様子もみられる

- 防災行動の《実態》と《意向》をみると、多くの項目で3層の差が大きく開きました。（特に《実態》で差が大きい）
- 「FLOWER層」では、『震災時の避難場所などを家族と相談して決めておく』が《実態》の1位にランクインするなど、“自分のための防災”から一歩進んだ”家族や身近な人と取り組む防災”へと意識が向いているようです。
- 一方、「SPROUT層」では多くの項目で《意向》は高いものの、《実態》のスコアが追いついておらず、取り組みたい気持ちはあるものの、行動につながりきらない様子がみえてきました。
- なお、どの層でも『震災時にケアが必要な方\*への防災』はまだまだ行動が不足しており、各家庭に合わせた防災を見つめなおす必要がありそうです。

## Part3

### それぞれが抱える防災への思い

#### 取り組み度は違えど、大半が防災の重要性を認識。それぞれが防災へのハードルを抱える

- 防災への取り組みについては、3層とも共通して『金銭的に余裕がないこと』が一番のハードルになっています。どの層でも約8~9割の人が何かしらのハードルを抱えていて、思うように防災に取り組めていない様子がうかがえます。
- 防災の重要度を尋ねると、8割以上が『重要だと思う・計(TOP2)』と回答しており、取り組み度を問わず、多くの生活者が”防災は大切なもの”と認識していることが確認できます。
- 比較的負担が小さい防災から始めてみたり、家族が必要とする防災を優先するなど、それぞれに適した防災のスタイルを考え、築いていくことが、前進するための一歩となりそうです。

\*震災発生時や発生後に、ひとりでの行動が難しいなどで何かしらのケアやサポートが必要だと思われる方



**Part1**  
**防災取り組み度3層の特徴把握**

## 防災取り組み度3層の定義

防災への取り組み実態を把握するため、次の方法で対象者を3層に分類しました。

### 1. 防災に関する11項目のチェックリストを作成。

項目ごとに取り組み度合いを3段階で聴取し、各対象者の総得点を算出

- 自宅で被災した時の避難場所や避難所を確認している
- 津波が発生することを想定して対策をしている
- 被災した時の安否確認方法について、家族や身近な人と相談して決めている
- 災害に備えて、家族や同居する人全員分の水や食べ物の備蓄品を用意している
- 災害に備えて、携帯トイレや簡易トイレを用意している
- 非常時に持ち出す防災グッズを準備している
- 自分の家の中で、震災時に危険になる場所を確認して、対策をしている
- 火災に備えて、消火器の使い方を確認している
- あなたが通う、学校や職場の防災対策を確認している
- 外出時に被災することを想定して対策をしている
- 地域の防災活動に参加している

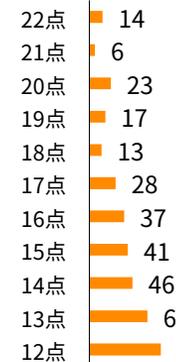


- |                       |      |
|-----------------------|------|
| (1) 十分に取り組んでいる        | → 2点 |
| (2) 取り組んでいるが、十分とはいえない | → 1点 |
| (3) 取り組んでいない          | → 0点 |

### 2. 総得点の分布の結果を踏まえ、防災取り組み度が高い順に FLOWER (花) / SPROUT (芽) / SEED (種) の3層に分類



**FLOWER層**  
(12-22点)



**SPROUT層**  
(3-11点)



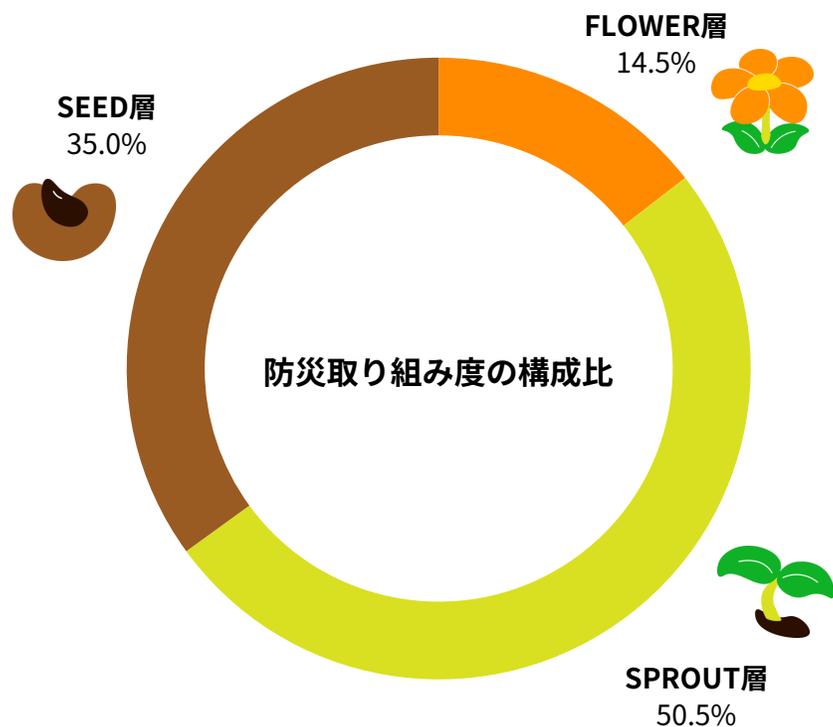
**SEED層**  
(0-2点)



## 防災取り組み度3層の構成比

3層の構成比をみると、「FLOWER層」は全体の14.5%で、幅広い防災行動に取り組んでいる様子が見えます。半数を占める「SPROUT層」は、項目によって取り組み度合いにばらつきがあるものの、『避難場所・避難所の確認』や『水や食べ物の備蓄』など身の周りのことから着手しているようです。また、ほとんど防災に取り組んでいない「SEED層」は、約3人に1人が該当しています。

Q. それぞれの項目について、あなたがどの程度取り組んでいるかをお答えください。  
(十分に取り組んでいる：2点／取り組んでいるが、十分とはいえない：1点／取り組んでいない：0点)



### 防災チェックリスト

- 自宅で被災した時の避難場所や避難所を確認している
- 津波が発生することを想定して対策をしている
- 被災した時の安否確認方法について、家族や身近な人と相談して決めている
- 災害に備えて、家族や同居する人全員分の水や食べ物の備蓄品を用意している
- 災害に備えて、携帯トイレや簡易トイレを用意している
- 非常時に持ち出す防災グッズを準備している
- 自分の家の中で、震災時に危険になる場所を確認して、対策をしている
- 火災に備えて、消火器の使い方を確認している
- あなたが通う、学校や職場の防災対策を確認している
- 外出時に被災することを想定して対策をしている
- 地域の防災活動に参加している

	FLOWER層	SPROUT層	SEED層
自宅で被災した時の避難場所や避難所を確認している	1.66	0.99	0.17
津波が発生することを想定して対策をしている	1.35	0.49	0.04
被災した時の安否確認方法について、家族や身近な人と相談して決めている	1.48	0.65	0.07
災害に備えて、家族や同居する人全員分の水や食べ物の備蓄品を用意している	1.44	0.80	0.11
災害に備えて、携帯トイレや簡易トイレを用意している	1.32	0.48	0.03
非常時に持ち出す防災グッズを準備している	1.50	0.73	0.08
自分の家の中で、震災時に危険になる場所を確認して、対策をしている	1.43	0.66	0.07
火災に備えて、消火器の使い方を確認している	1.43	0.61	0.08
あなたが通う、学校や職場の防災対策を確認している	1.31	0.60	0.10
外出時に被災することを想定して対策をしている	1.25	0.41	0.01
地域の防災活動に参加している	0.97	0.28	0.03

## 《ちょっとひと息》防災チェックリスト

ご自身の防災を振り返り、防災取り組み度を確認してみましょう！  
FLOWER層／SPROUT層／SEED層のうち、あなたはどの層でしょうか？

	十分に取り組んでいる	取り組んでいるが十分とはいえない	取り組んでいない
自宅で被災した時の避難場所や避難所を確認している	2	1	0
津波が発生することを想定して対策をしている (自分が住んでいる場所の想定水位や避難ルートを知るなど)	2	1	0
被災した時の安否確認方法について、家族や身近な人と相談して決めている (連絡方法や集合場所など)	2	1	0
災害に備えて、家族や同居する人全員分の水や食べ物の備蓄品を用意している	2	1	0
災害に備えて、携帯トイレや簡易トイレを用意している	2	1	0
非常時に持ち出す防災グッズを準備している	2	1	0
(食器棚や窓ガラスなど) 自分の家の中で、震災時に危険になる場所を確認して、対策をしている	2	1	0
火災に備えて、消火器の使用方法を確認している	2	1	0
あなたが通う、学校や職場の防災対策を確認している	2	1	0
外出時に被災することを想定して対策をしている (帰宅経路の確認や帰宅用グッズの準備など)	2	1	0
地域の防災活動に参加している	2	1	0



12～22点なら**FLOWER層**



3～11点なら**SPROUT層**

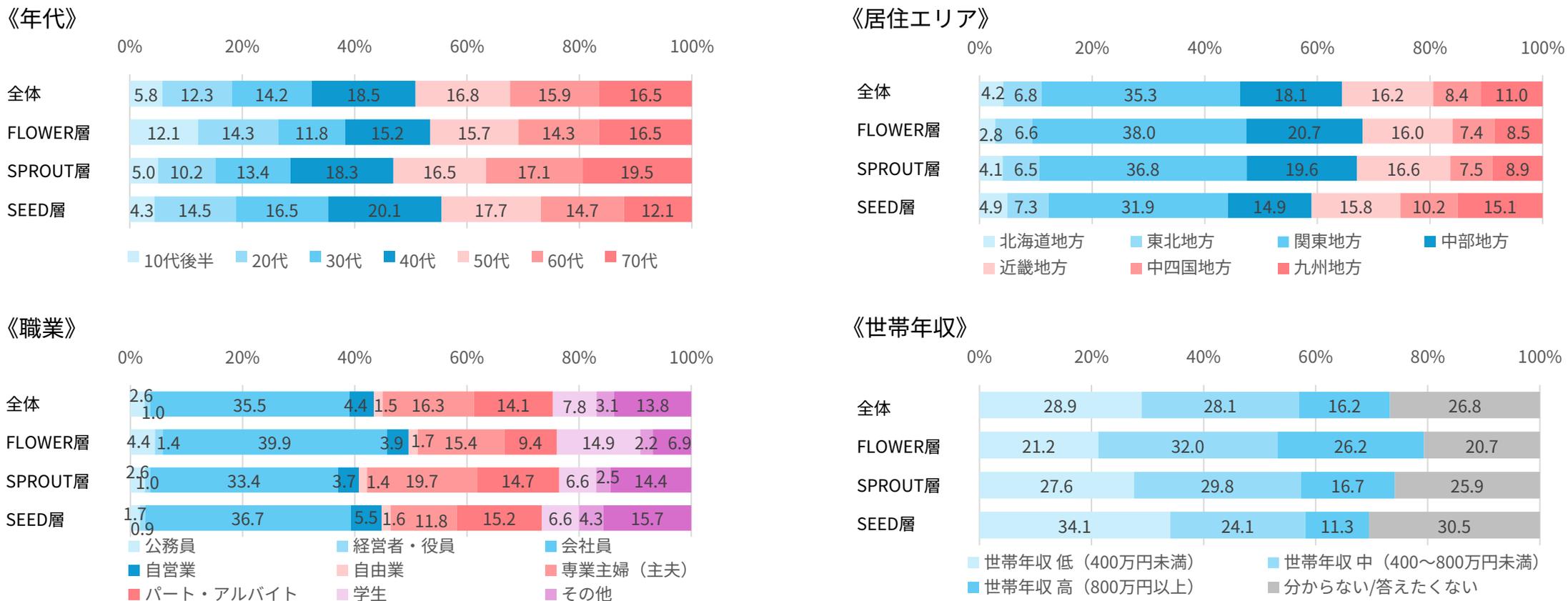


0～2点なら**SEED層**

**総得点** \_\_\_\_\_ **点**

## 防災取り組み度3層の特徴①：基本属性

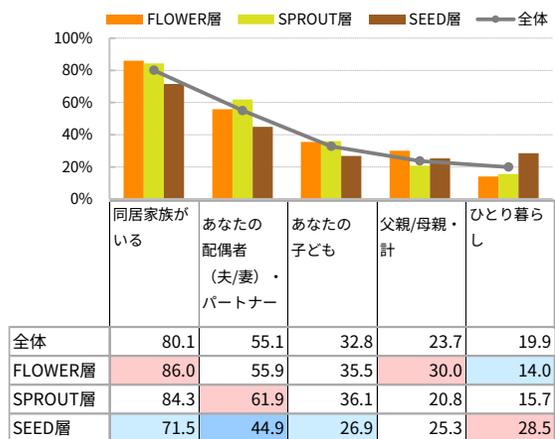
取り組み度の高い「FLOWER層」では、年代に大きな偏りは見られませんが、全体と比べると『10代後半』が多めです。職業では『会社員』『学生』が多く、『世帯年収（高）』の割合も高くなっています。また、「SEED層」では、『20代～40代』が多く、『無職』、『世帯年収（低）』の比率が高いことが確認できます。学校や仕事を通して得られる防災の情報や学ぶ機会が、取り組み度に影響しているようです。



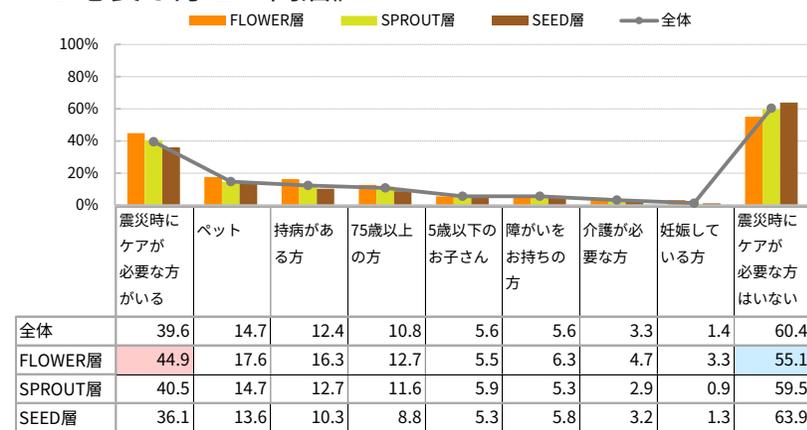
## 防災取り組み度3層の特徴②：世帯構成

「FLOWER層」では、『既婚』『子どもがいる』が多く、『同居家族がいる』『震災時にケアが必要な方\*がいる』の割合も高くなっています。結婚や同居といったライフステージの変化で、自身の家庭を持つことをきっかけに防災意識が芽生えているようです。また、「SEED層」では、『未婚』『子どもがいない』が過半数を占め、『ひとり暮らし』の比率も高めであることが確認できます。未婚やひとり暮らしを中心に、“自分のためだけに防災に取り組む難しさ”がありそうです。

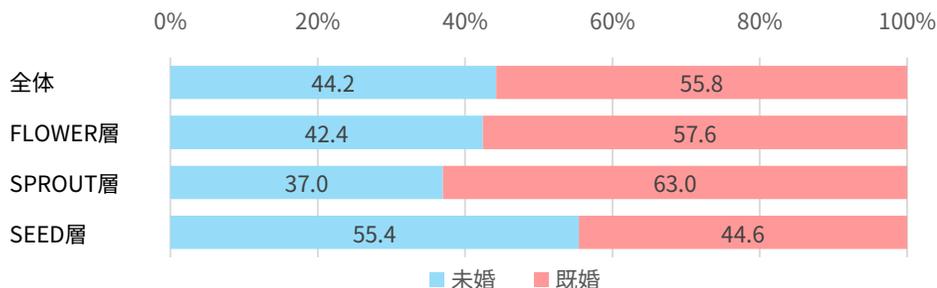
### 《同居家族》



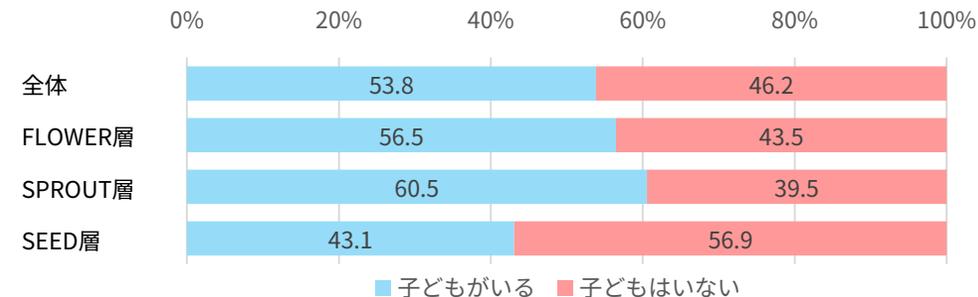
### 《震災時にケアが必要な方との同居》



### 《未既婚》



### 《子どもの有無》



\*震災発生時や発生後に、ひとりでの行動が難しいなどで何かしらのケアやサポートが必要だと思われる方

## 防災取り組み度3層の特徴③：防災に接する機会

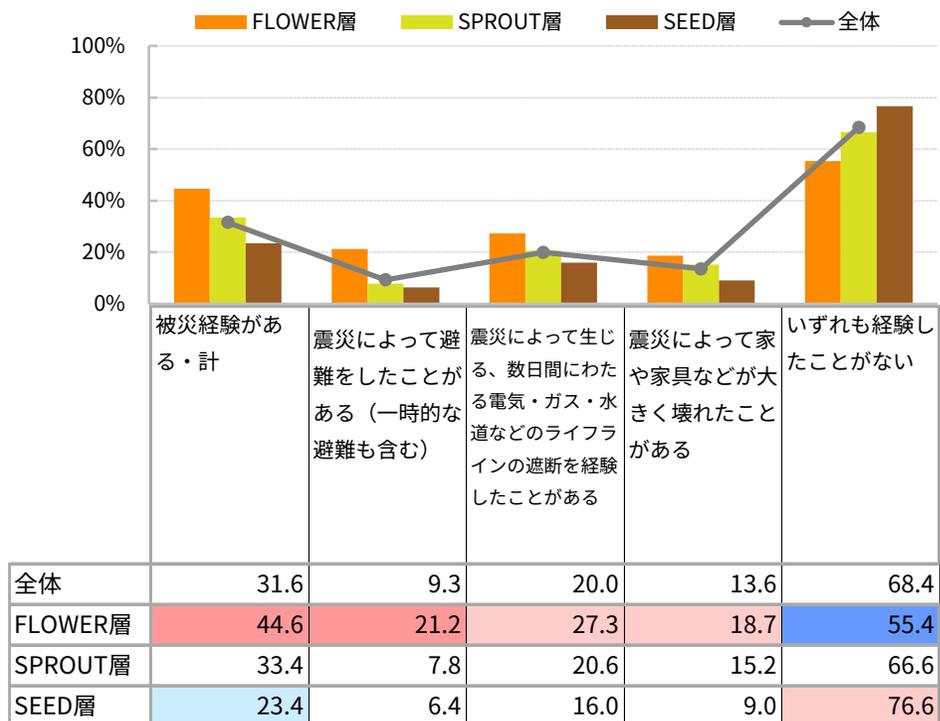
「FLOWER層」では、『被災経験あり』が4割を超えており、『震災による避難』も2割以上が経験しています。

また、2/3以上が『これまでに防災を学ぶ機会があった・計』と回答しています。

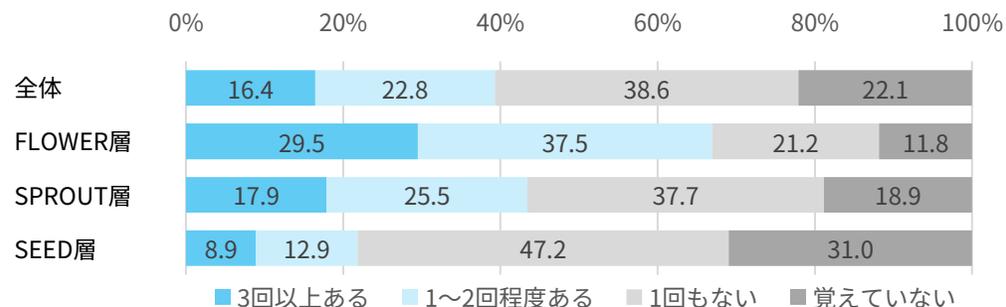
「SEED層」では、『被災経験あり』は2割に留まり、防災を学ぶ機会も『1回もない』『覚えていない』が8割近くを占めています。

これまでの被災体験や防災を学ぶ機会の有無が、現在の防災意識・行動に大きな影響を及ぼしていることがうかがえます。

《被災経験の有無》



《防災を学ぶ機会の有無》



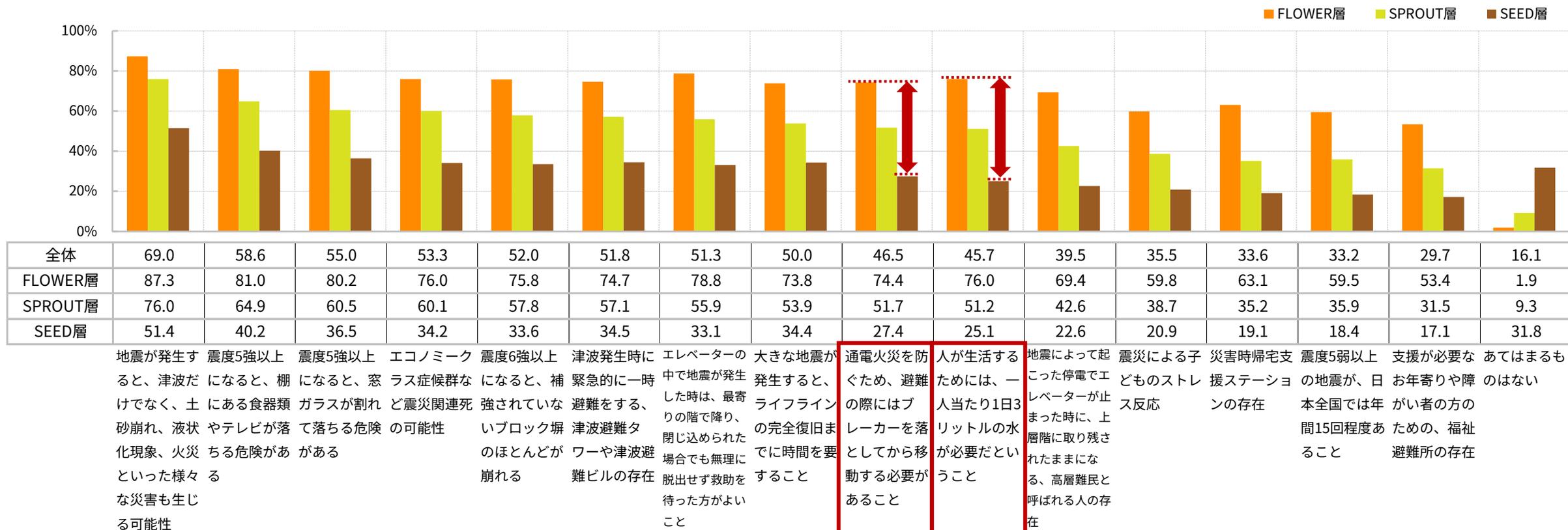


Part2  
3層で異なる防災への向き合い方

## 3層それぞれの防災への向き合い方①：防災知識

防災知識をみると、「SEED層」では最もスコアが高い項目でも5割程度と、全体的に理解度が低いことが分かります。特に『人が生活するためには、一人当たり1日3リットルの水が必要』『通電火災を防ぐため、避難時にはブレーカーを落とす』など、震災後の暮らしに関する項目で「FLOWER層」との差が大きくなっています。

Q.あなたは次にあげる震災や防災に関する事柄を見聞きしたことがありますか。[理解している・計]



地震が発生すると、津波だけでなく、土砂崩れ、液状化現象、火災といった様々な災害も生じる可能性

震度5強以上になると、棚にある食器類やテレビが落ちる危険がある

震度5強以上になると、窓ガラスが割れど落ちる危険がある

エコノミック・ラス症候群など震災関連死の可能性

震度6強以上になると、補強されていないブロック塀のほとんどが崩れる

津波発生時に緊急的に一時避難をする、津波避難タワーや津波避難ビルの存在

エレベーターの中で地震が発生した時は、最寄りの階で降り、閉じ込められた場合でも無理に脱出せず救助を待った方がよいこと

大きな地震が発生すると、ライフラインの完全復旧までに時間を要すること

通電火災を防ぐため、避難の際にはブレーカーを落としてから移動する必要があること

人が生活するためには、一人当たり1日3リットルの水が必要だということ

地震によって起こった停電でエレベーターが止まった時に、上層階に取り残されたままになる、高層難民と呼ばれる人の存在

震災による子どものストレス反応

災害時帰宅支援ステーションの存在

震度5弱以上の地震が、日本全国では年間15回程度あること

支援が必要な高齢者の方のための、福祉避難所の存在

あてはまるものはない

## 3層それぞれの防災への向き合い方②：行動項目の実態と意向

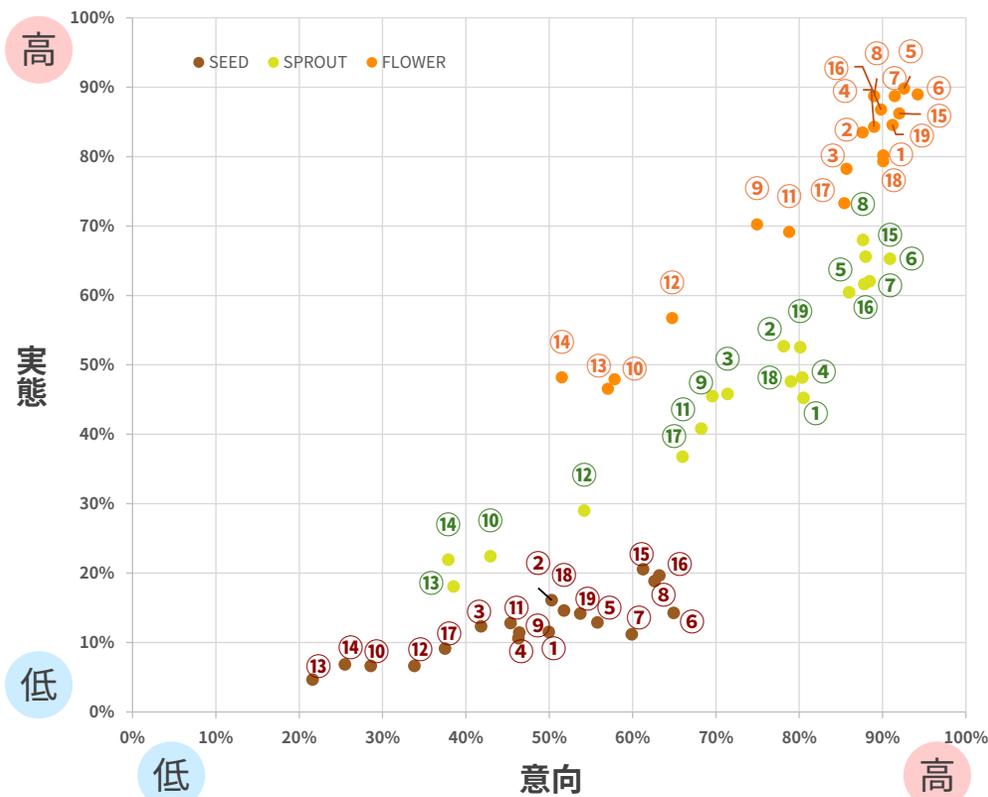
知識では3層の違いが顕著にみられましたが、防災行動の《実態》や《意向》ではどうでしょうか？

防災行動の《実態(縦軸)》では、多くの項目で3層間の差が大きいことがわかります（特に「SEED層」と「FLOWER層」）。

防災行動の《意向(横軸)》は、実態と比べると全般的にスコアが高めで、「SPROUT層」と「FLOWER層」の差はほとんどなくなりますが、「SEED層」との差は依然として大きいままです。

Q.先ほど知っているとお答えになった防災に関する事柄について、あなたのご家庭では取り組んでいますか。[取り組んでいる・計] 《実態》

Q.先ほど知っているとお答えになった防災に関する事柄について、あなたは今後（も）取り組みたいと思いますか。[取り組みたい・計] 《意向》



### 《防災行動項目》

- ① 災害用伝言ダイヤルや災害用伝言板の使い方を確認
- ② 行政が発信している情報を利用して正しい知識を得る
- ③ 災害時に備えて、信頼できる情報源を日頃からチェック
- ④ 震災が発生しても冷静な対応ができるよう、日頃からシミュレーション
- ⑤ 避難場所や集合場所を家族や身近な人と相談し、決める
- ⑥ 避難時に必要なものをまとめて持ち出せるようにする
- ⑦ 防災グッズや備蓄品を定期的に見直し更新
- ⑧ 非常用に3日分の水や食料を備蓄する
- ⑨ 女性の避難に備えて、生理用品などを準備する
- ⑩ 小さなお子さんとの避難に備えて準備
- ⑪ 持病がある方の避難に備えて準備
- ⑫ ご高齢の方との避難に備えて準備
- ⑬ 障がい者の方との避難に備えて準備
- ⑭ ペットとの避難に備えて準備
- ⑮ 食器棚やタンスが倒れてこないよう、家具の向き／配置を考慮
- ⑯ 食器棚やタンスが倒れないよう、家具を器具で固定
- ⑰ 感震ブレーカーを設置するなど、震災に伴う火災を日頃から防ぐ
- ⑱ ガラスが割れて破片が散乱しないよう、レースカーテンを引いたり、飛散防止フィルムを貼る
- ⑲ よく行く外出先での被災に備え、避難口を確認したり、非常用品を備蓄

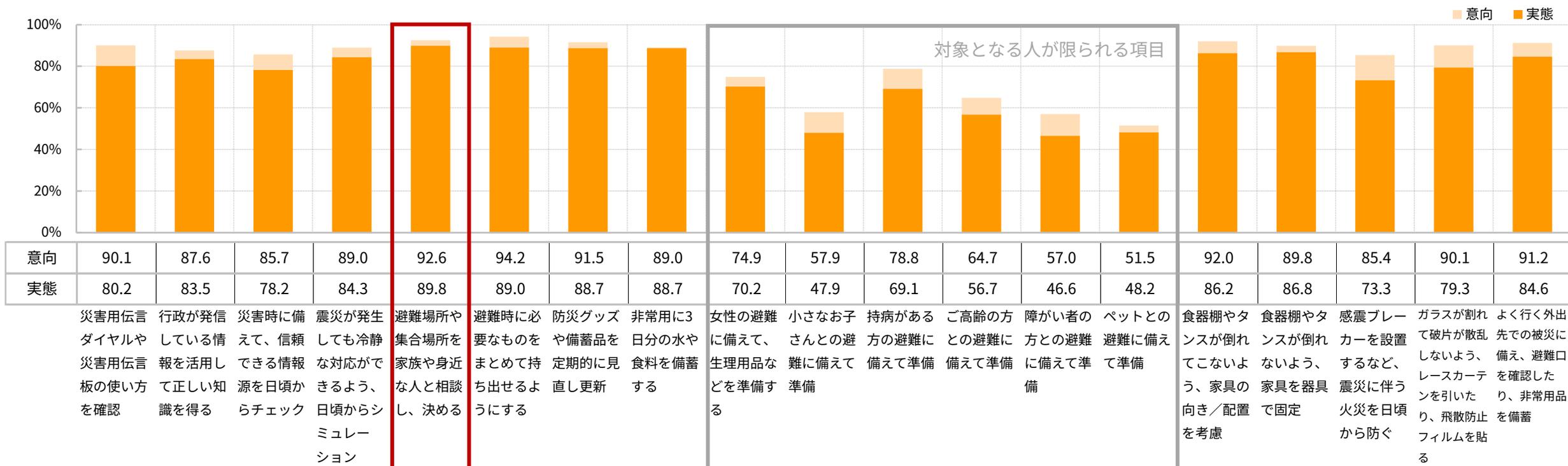
## 3層それぞれの防災への向き合い方②：行動項目の実態と意向<FLOWER層>

防災行動の《実態》《意向》とも、全体的に高いスコアとなっています。特に『避難場所などを家族や身近な人と相談して決めておく』が実態の1位にランクインしており、“自分のための防災”から一歩進んだ、“家族や身近な人と取り組む防災”へと意識が向いている様子がうかがえます。

一方、『ペットとの避難に備えて準備』など対象となる人が限られる項目を中心に、《意向》と《実態》にやや開きがあるものも見られます。

Q.先ほど知っているとお答えになった防災に関する事柄について、あなたのご家庭では取り組んでいますか。[取り組んでいる・計]

Q.先ほど知っているとお答えになった防災に関する事柄について、あなたは今後（も）取り組みたいと思いますか。[取り組みたい・計]



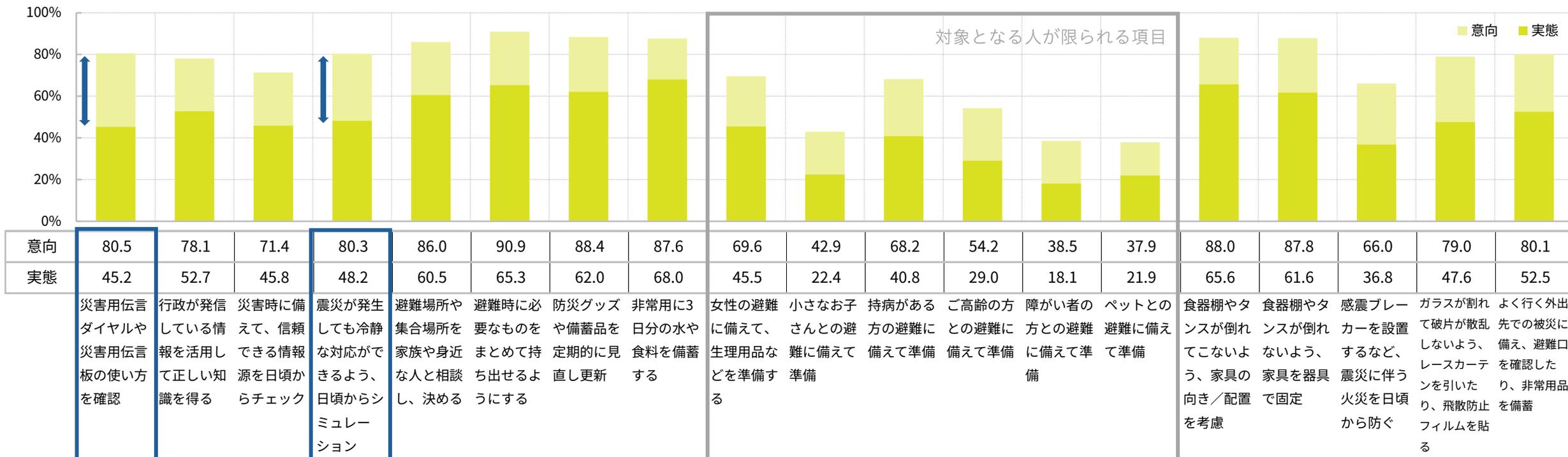
## 3層それぞれの防災への向き合い方②：行動項目の実態と意向<SPROUT層>

防災行動の《意向》は、FLOWER層と同様、全体的に高めのスコアとなっています。

一方、《実態》は意向ほど高くなく、『災害用伝言ダイヤルの使い方』や『震災が発生しても冷静な対応ができるようシミュレーション』など、そのギャップが大きい項目も目立ちます。

Q.先ほど知っているとお答えになった防災に関する事柄について、あなたのご家庭では取り組んでいますか。[取り組んでいる・計]

Q.先ほど知っているとお答えになった防災に関する事柄について、あなたは今後（も）取り組みたいと思いますか。[取り組みたい・計]



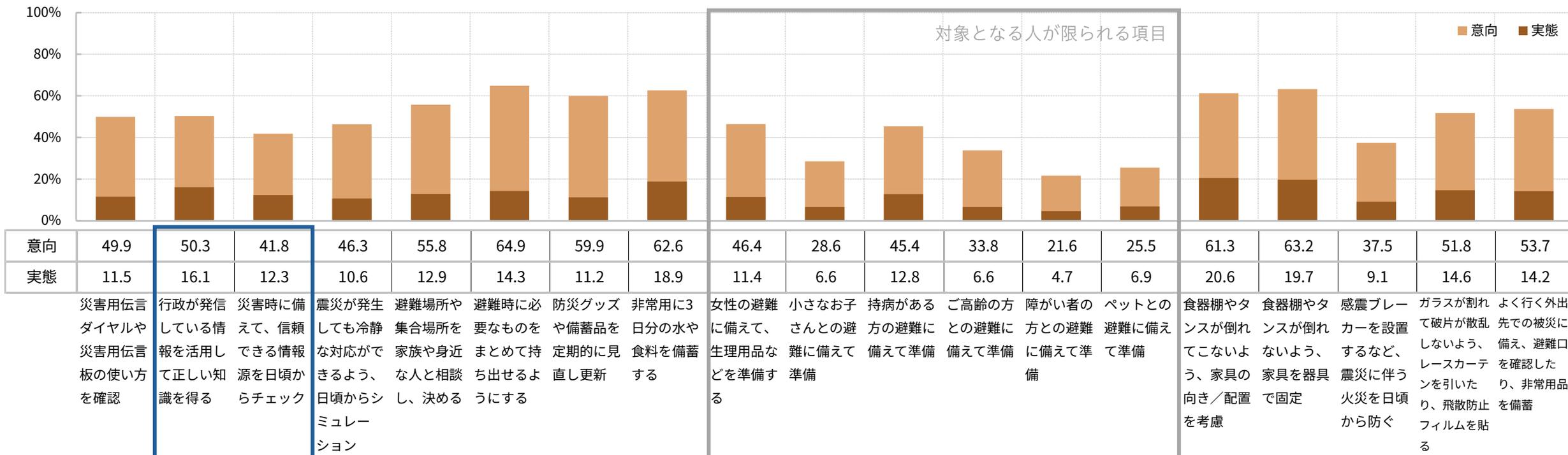
## 3層それぞれの防災への向き合い方②：行動項目の実態と意向<SEED層>

防災行動の《実態》は、多くの項目で1~2割前後と、ほとんど防災に取り組んでいないことが再確認できます。

また、《意向》では、『災害時に備えて情報源を日頃からチェック』や『行政が発信している情報を活用』など、情報関連の項目で特にスコアが低くなっているのが目立ちます。

Q.先ほど知っているとお答えになった防災に関する事柄について、あなたのご家庭では取り組んでいますか。[取り組んでいる・計]

Q.先ほど知っているとお答えになった防災に関する事柄について、あなたは今後（も）取り組みたいと思いますか。[取り組みたい・計]



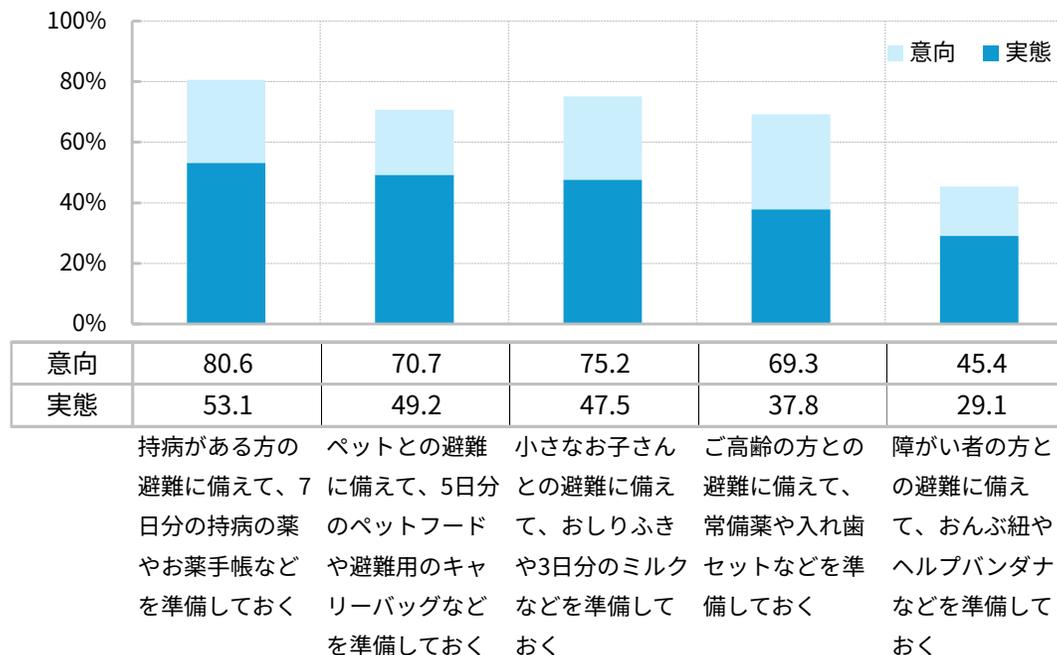
## 《ちょっとひと息》震災時にケアが必要な方への防災

防災行動について、「震災時にケアが必要な方\*」に関する項目を抜粋してみました。このページでは、各項目ごとに該当者に限定したスコアを表記しています。

※例えば『ペットとの避難に備えて準備』は【ペットを飼っている人の回答のみに絞り込んだスコア】となっています。

最も《実態》のスコアが高い『持病がある方の避難に備えて準備』でも5割程度に留まっていることを考えると、個々人に合わせた防災準備はまだまだ不足している様子がうかがえます。

Q.先ほど知っているとお答えになった防災に関する事柄について、あなたのご家庭では取り組んでいますか。[取り組んでいる・計]《該当者ベース》



\*震災発生時や発生後に、ひとりでの行動が難しいなどで何かしらのケアやサポートが必要だと思われる方



## Part3

# それぞれが抱える防災への思い

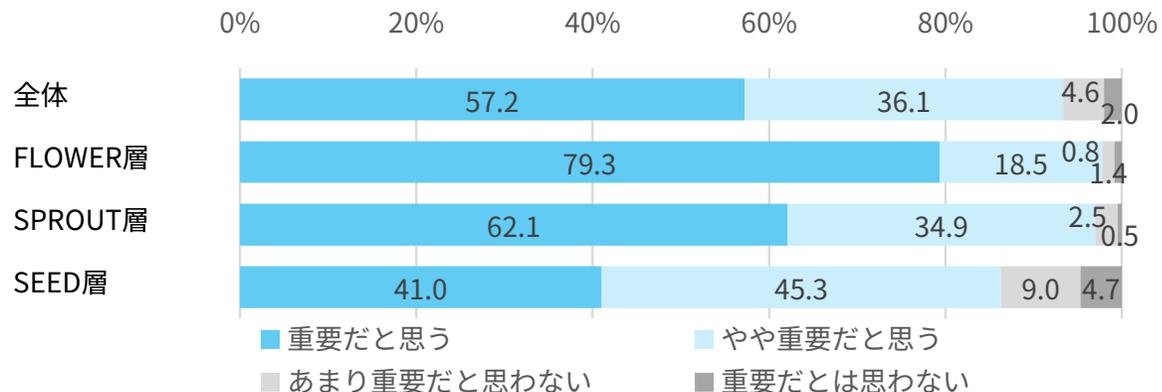
## 3層の共通点①：防災意識を持つことの重要性

ここまで、3層それぞれの特徴や防災への向き合い方を見てきましたが、差があるところばかりなのではないでしょうか？

防災意識を持つことの重要性を尋ねてみると、『重要だと思う(TOP1)』の回答率は「SEED層」→「SPROUT層」→「FLOWER層」になるほど高くなりますが、『重要だと思う・計(TOP2)』ではいずれも9割近いスコアです。

どの層でも、防災意識を持つことの重要性は、ある程度認識されていることが分かります。

Q.あなたは防災意識を持つことについて、重要だと思いますか。



## 《参考》 防災へのイメージ

『防災意識の重要性』を3層ともに認識していることが分かりましたが、『防災へのイメージ』を覗いてみても、「意識していること」や「今後取り組みたいこと」など、それぞれが防災に対して思いを巡らせている様子がみえてきました。

普段身近に災害が起こりうることは理解していても現実にかかる人はほとんど居ないと思う。我が家では自宅購入時からその他いろいろその時を想定して行動しているが、まだ自分では考えが甘いと思う。でもいわれているもの全部準備することは普段の生活をかなり不自由にもなり、家庭に合った順位を決めれば良いと思っている。(79歳女性/FLOWER層)

2011年に東京で食料備蓄してたので、お店に何も売ってなくても困らなかったです。今からまた備蓄を増やそうと思います。一軒家なので雨水タンク買いたいです。(59歳女性/FLOWER層)

2024.1.1「能登地震」で初めて経験したのが津波警報でした。富山湾の津波到達が早いとの認識のもと、逃げることに必死で日頃準備していたものは何も持ち出すことができず、後日家族会議を行い、地震津波に対する避難場所ルートや持ち出し品について話し合いました。(71歳男性/FLOWER層)

とにかくペットがいると搬送するだけでも大変なので、どんな手段があるか、あれこれ考えておかないとイザという時に焦ってしまう。日頃からきちんとシュミレーションしないといけないと思う。(71歳女性/SEED層)

人は突然の災害に対してパニックになる。当たり前だ。被害に遭ってみないと何が必要だったかなんて分からない。100人いたら100人の特別な被災体験がある。だからこそ、闇雲にあれこれ備えるのではなく、もしもこうなったらどうするか、何が必要かをしっかり自分ごととして考え、心と物資の準備をすべきだと思う。(51歳女性/FLOWER層)

災害が起きた時、最も活発に動ける年代であるから、自分の身だけでなく周りの人を支える役割を持っていると考える。(19歳女性/SPROUT層)

災害にあった時は、自分のことで精一杯になります。それでも高齢者や子供、身体に不自由のある方は助けを必要とすると思います。そのような方達の援助を最優先にさせていただくためにも自分自身の備えは十分にしておく必要があると感じています。そうすることで気持ちに余裕ができ、自分も援助する側に回れるようにしたいです。(54歳女性/FLOWER層)

特に障害のある息子がいるので、自分が若い頃被災した時より自分も動けないことを想定して備蓄や避難場所を考えている。(50歳女性/SPROUT層)

## 3層の共通点②：防災のハードル

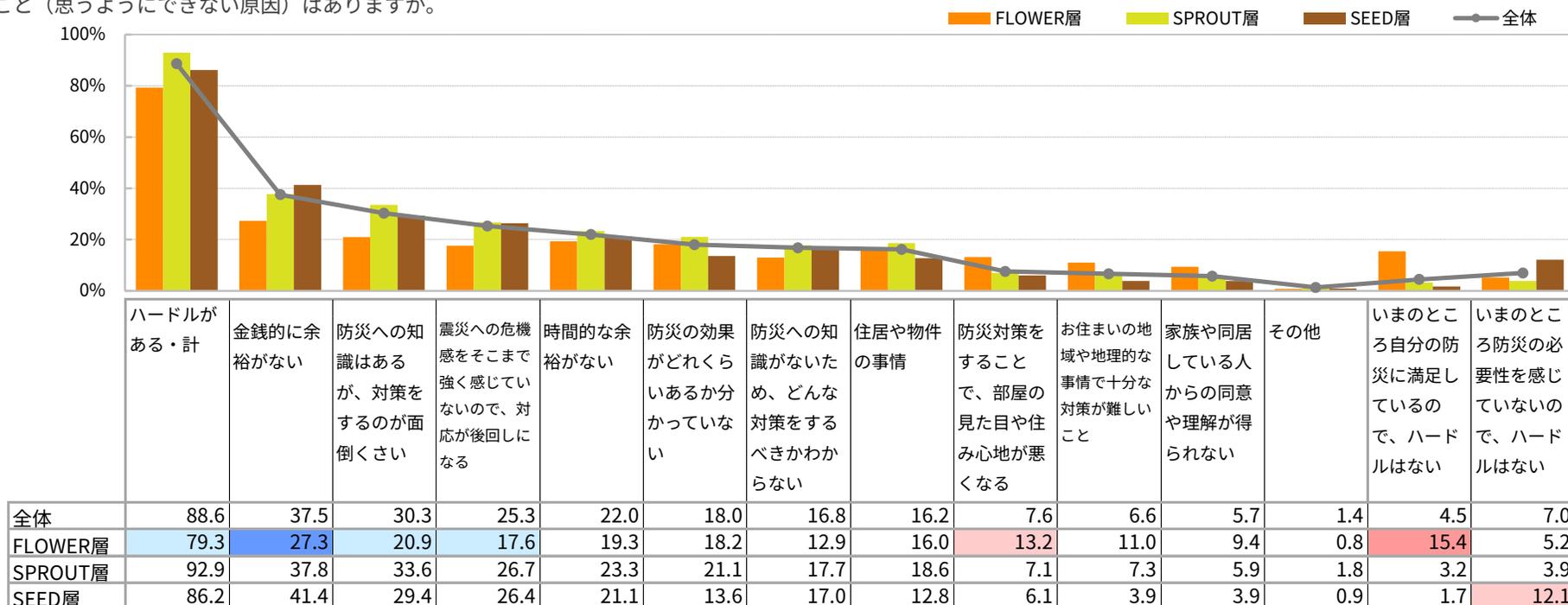
防災に取り組む上でのハードルをみると、「SEED層」「SPROUT層」のみならず、取り組み度の高い「FLOWER層」でも、約8割が何かしらハードルがあると回答しています。

具体的には、3層とも『金銭的に余裕がない』が一番のハードルになっており、特に「SEED層」では4割を超えています。

また、『防災知識はあるが、対策が面倒』『危機感をそこまで感じておらず、後回しになる』なども主な理由として挙げられています。

このほか「FLOWER層」では『防災対策をすることで、部屋の見た目や住み心地が悪くなる』という声も多く、取り組み度の高い人でも何らかのジレンマを抱えている様子が見えます。

Q.あなたが普段、防災に関して行動する／行動したいと思う時、ハードルになっていること（思うようにできない原因）はありますか。



## 3層の共通点③：希望する防災行動

「防災へのハードルがなくなったらしたいこと」をみると、3層それぞれが自身の理想とする／やりたいと思う防災を思い描いており、“いま行動できていないからといって、防災への意欲がない訳ではない”ということが確認できます。



### FLOWER層

- もう少し子供のお菓子や水等の備蓄を増やしたい（49歳女性）
- 近所の方達との災害時の安否確認などをしてほしい（29歳男性）
- まず家族に必要な情報を整理して必要な物を準備すること（53歳女性）
- 車など防災に強いタイプに変えて、テントなど揃えたい（39歳男性）
- 各部屋だけでもいいので、耐震工事を試してみたいと思う（52歳女性）



### SPROUT層

- 家族の緊急時の集合場所を決めて、実際に行ってみたい（32歳女性）
- 食料やスマホの充電等、必要なら周りにも渡せるぐらい用意して助け合いたい（24歳女性）
- 1週間ほど自炊等ができる準備をしたい（55歳男性）
- 子供の成長にあわせて、防災グッズを入れ替えたい（46歳女性）
- 震災が起きたときの行動パターンをシミュレーションする（33歳男性）



### SEED層

- 家が古く危険なので金銭の余裕があれば、家を頑丈なものに建て替えたい（40歳女性）
- お金があったら、防災用品を買いまくります（71歳女性）
- 避難に支障の無いよう部屋を片付けたい（76歳男性）
- 家族、近所との話し合い等をしてほしい（72歳女性）
- 身の回りのできる水分や食料の確保などから始めてみたい（49歳男性）

# まとめ 防災スタイルシート／防災へのヒント

Part1～Part3を振り返ると、  
3層それぞれの防災スタイルが見えてきました

# 防災スタイルシート：FLOWER層



同居家族がいて、自分だけでなく身近な人と共に防災に取り組んでいる。網羅的に防災に取り組み、高い知識を身につけているが、それ故に、いくらやっても終わりが無い／自身の防災が完全でないことを実感している様子。

SEED層やSPROUT層と比べ、「時間的なゆとりがないこと」が抱えているハードルの中でより上位にあがり、防災をする上でネックになっている。

<防災を学ぶ機会> あった：66.9%(+27.7)	<被災経験> あり：44.6%(+13.1)
<世帯年収> 高：26.2%(+10.0) 低：21.2%(-7.7)	<職業> 学生：14.9%(+7.1) 無職：6.9%(-6.9)

知識	実態／意向	抱えているハードルTOP5	
全体的に他2層と比較して理解が進んでいる。中でも、「震災発生時の被害」に関する項目では8割前後。	実態／意向ともに、全体的に高め。“家族や身近な人と取り組む防災”へと意識が向いている様子。一方で、「対象となる人が限定される項目」など、実態が意向に追いついていないものも。	<b>抱えているハードルの詳細</b>	
		1位 金銭的に余裕がないこと	27.3 <ul style="list-style-type: none"> <li>十分な防災グッズや、定期的なメンテナンスをしようと思うと初期費用と維持費がかかり過ぎる(35歳男性)</li> <li>備蓄品や防災用具を全て揃えるにはお金がかかり、毎月少しずつしか買えず、ソーラーライトなどがまだ買えていません(42歳女性)</li> </ul>
		2位 防災への知識はあるが、対策をするのが面倒くさいということ	20.9 <ul style="list-style-type: none"> <li>大型犬のもいるので、工事をするのは大変かなと思う(52歳女性)</li> <li>日々の育児で忙しくしており後回しになりがち(38歳女性)</li> </ul>
		3位 時間的な余裕がないこと	19.3 <ul style="list-style-type: none"> <li>仕事で時間がないので、地域との交流が難しい(34歳女性)</li> <li>日々の生活の中で時間の余裕がない(61歳女性)</li> </ul>
		4位 防災の効果がどれくらいあるか分かっていないこと	18.2 <ul style="list-style-type: none"> <li>あまりお金を費やせるわけではないため何が効果的かわからない(15歳男性)</li> <li>何をどれだけ準備すべきか、当事者での経験がない(32歳男性)</li> </ul>
		5位 震災への危機感をそこまで強く感じていないので、対応が後回しになること	17.6 <ul style="list-style-type: none"> <li>かなり頻繁に起きているが今一つ他人事に思ってしまう(74歳女性)</li> <li>比較的災害が起これにくいところに住んでいると思っている(72歳女性)</li> </ul>

自己認識	重要性	防災へのイメージ
高い方だと思う：80.2% (+47.6) 低い方だと思う：19.8% (-47.6)  FLOWER層でも2割が低い方だと回答。取り組み度が高い故に、完全でない自分の対策に不安を感じている様子もうかがえる。	重要だと思う(TOP2)：97.8% (+4.4) 重要だと思う(TOP1)：79.3% (+22.1)	<ul style="list-style-type: none"> <li>災害に備えてできることはやっているつもりです。ただ実際に災害に遭遇すると想定通りの行動ができるのか、その点は不安です。(35歳女性)</li> <li>地震、津波、火災など多くの災いに対して、食料、住居、避難場所、保険など多岐にわたる対策を講じるため掛け算的にやるが増えていく印象。いくらやっても終わりが無い。現在は居住地区の倒壊リスクやハザードマップからあらかじめ掛ける数字が減るように意識している。(30歳男性)</li> </ul>

\*カッコ()内のスコアは全体との差分

# 防災スタイルシート：SPROUT層



身の周りの防災から着手している防災ビギナー。日本で災害があったときなど、防災への関心が高まっているときには行動できるが、だんだんと下火になってしまう様子。防災へのハードルTOP5はSEED層と同じだが、金銭的な余裕のなさだけに集中するのではなく、「対応が面倒で後回し」「時間的余裕がない」「防災の効果が理解できていない」など、多方面に悩みが存在する。

<未既婚> 既婚：63.0%(+7.2)	<子どもの有無> 子どもがいる：60.5%(+6.7)
<同居家族> 同居家族あり：84.3%(+4.2)	<防災を学ぶ機会> あった：43.4%(+4.1)

知識	実態／意向	抱えているハードル TOP5	
「震災発生時の被害」に関することは6割前後で比較的理解が進んでいる。一方で、「被災後の対応」に関する項目については半数を下回り、知識が不足している。	FLOWER層と同様に、意向は全体的に高め。一方で、実態はそれほど追いついておらず、実態と意向が繋がりがきらない様子。	<b>抱えているハードルの詳細</b>	
		1位 金銭的に余裕がないこと 37.8	<ul style="list-style-type: none"> <li>シンプルにそっままで手が回らない。年齢的にも環境的にも(16歳女性)</li> <li>防災グッズや水食料などの買い込みをしたいが高く感じてしまう(32歳男性)</li> </ul>
		2位 防災への知識はあるが、対策をするのが面倒くさいということ 33.6	<ul style="list-style-type: none"> <li>何がどれくらい必要なのかわからないため、そこから調べるのが面倒臭い(34歳女性)</li> <li>備えても無駄になるという思いがある(46歳男性)</li> </ul>
		3位 震災への危機感をそこまで強く感じていないので、対応が後回しになること 26.7	<ul style="list-style-type: none"> <li>喉元過ぎれば熱さ忘れる…で、その時は「防災しなくては」と感じて、何年かすると意識が薄れる (62歳女性)</li> <li>自分の住んでいる地域の災害リスクが低く、重要性を理解しつつも後回しになってしまう(23歳男性)</li> </ul>
		4位 時間的な余裕がないこと 23.3	<ul style="list-style-type: none"> <li>家族全員生活リズムが違うため防災への予備知識向上ができていない(60歳男性)</li> <li>仕事と家事で精一杯で防災に備える時間が取れない(66歳女性)</li> </ul>
		5位 防災の効果がどれくらいあるかわかっていないこと 21.1	<ul style="list-style-type: none"> <li>家具が倒れないように固定しているがどのくらい効果があるかわからない(24歳男性)</li> <li>自分の居住環境において想定すべき被害のイメージが不明確(44歳男性)</li> </ul>

自己認識	重要性	防災へのイメージ
高い方だと思う：37.3%(+4.8) 低い方だと思う：62.7%(-4.8)	重要だと思う(TOP2)：97.0%(+3.6) 重要だと思う(TOP1)：62.1%(+4.9)	<ul style="list-style-type: none"> <li>国や自治体を頼らず自分でなんとかしなくてはいけない。でも何から手をつけて良いのかわからない(61歳女性)</li> <li>311など大きな災害のあとは話題になるが、その後下火になりなかなか実行せず、次の大災害が発生した時にまた話題になる、を繰り返している気がする(32歳男性)</li> <li>会社に勤めていた頃は防災訓練を9月1日に毎年やっていて、役に立つことなどを教わったが最近では消火器の使い方など、よくみないととっさにパニックりで心配(44歳女性)</li> </ul>

\*カッコ()内のスコアは全体との差分

# 防災スタイルシート：SEED層



防災が大事なことだと認識してはいるものの、ひとり暮らしのケースも多く、“自分だけのため”となるとつい後回しになってしまう…

あまり知識がないことも相まって、防災に対してどこか他人事になってしまう、防災への具体的なイメージが湧かず何をしたらよいかかわからない、誰かがきっと助けてくれるだろう…というのが本音。

<防災を学ぶ機会> なかった：78.2%(+17.5)	<未既婚> 未婚：55.4%(+11.2)
<子どもの有無> 子どもがいない：56.9%(+10.8)	<同居家族> ひとり暮らし：28.5%(+8.5)

知識	実態／意向	抱えているハードル TOP5	
最もスコアの高い「地震が発生すると、土砂崩れなど様々な災害も生じる可能性」でも約5割と、一般的に理解が不足している様子。	防災にほとんど何も取り組んでいない。意向では、「災害に備えて情報源を日頃からチェック」など情報関連の項目でスコアが低いのが目立つ。	<b>抱えているハードルの詳細</b>	
		1位 金銭的に余裕がないこと 41.4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• すぐに使わないものにお金をかけたくないと思ってしまう(34歳女性)</li> <li>• 年金暮らしで5人生活している(74歳男性)</li> </ul>
		2位 防災への知識はあるが、対策するのが面倒くさいということ 29.4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• いつ起こるかかわからないしもしかしたら必要ないかもしれないと思うと行動するのが面倒くさくなる(41歳男性)</li> <li>• 一旦、持ち出し袋などを準備しても、それを毎年更新する気になれない(60歳女性)</li> </ul>
		3位 震災への危機感をそこまで強く感じていないので、対応が後回しになること 26.4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• テレビで見ても他人事になってしまう(31歳女性)</li> <li>• 災害のほほない地域なので誰も備えてない(44歳女性)</li> </ul>
		4位 時間的な余裕がないこと 21.1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 休日は疲れてて防災に割く時間が取れない(57歳男性)</li> <li>• 小さい子供がいるので毎日バタバタしている(38歳女性)</li> </ul>
		5位 防災の効果がどれくらいあるか分かっていないこと 13.6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• どれくらい災害が防げるかわからない(27歳男性)</li> <li>• 具体的な効果を知る機会がない(65歳男性)</li> </ul>

自己認識	重要性	防災へのイメージ
高い方だと思う：5.8%(-26.7) 低い方だと思う：94.2%(+26.7)  9割以上が「自分は防災意識が低い方だと思う」と回答し、防災意識が低い自覚あり。	重要だと思う(TOP2)：86.3%(-7.1) 重要だと思う(TOP1)：41.0%(-16.2)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 安全なところに住んでいても備えておくことは大切だとは思いますが、なかなか行動に移せない(31歳女性)</li> <li>• めんどくさい、そこまで必要性を感じない、自分で準備しなくても地域の人や団体がいざとなったら助けてくれそう(19歳男性)</li> <li>• 避難のための準備を考えているが、どこからしたらいいのか、どんな物が必要なのか分からない(20歳男性)</li> </ul>

\*カッコ()内のスコアは全体との差分

## 格差や共通点からみえてきた、防災に向き合うためのヒント

私たちはどのように防災に向き合えばよいのでしょうか。防災先駆者たちの声や行動からヒントとなりそうなものをご紹介します。

### 1. 防災グッズの準備など、お金の余裕もないし、腰が重い…そんな中でも取り組める防災は？

防災への取り組みについては、3層とも共通して『金銭的に余裕がないこと』が一番のハードルになっているようです。

ただ、今回のアンケート項目にも含まれているように、『震災時の避難場所などを家族と相談して決めておく』『震災が発生した直後に冷静な対応ができるよう、日頃からシミュレーションする』『災害用伝言ダイヤルの使い方を確認する』など、お金をかけずに始められるものも存在します。

まずは、このように比較的手軽に始められるものから取り組むのもおすすめです。

### 2. 防災先駆者は、どんな思いで防災に取り組んでいるのか？

防災に向き合う生活者の声からは、物理的な備えだけでなく、“心の余裕や準備”を実践している姿がみえてきました。

- ・ 災害がおきても冷静にいられるように避難グッズや懐中電灯などを見直した（29歳男性/FLOWER層）
- ・ (防災行動によって) 家庭内の災害を防げるし、多少でも心の余裕を持つことでストレスが緩和されると思う（71歳女性/FLOWER層）
- ・ 実際に起きてみないと分からないこともあるが、考えることが大切（70歳男性/FLOWER層）
- ・ いつ起こるか分からない災害に、日頃から備える。昔は想像できなかったけど、近年のニュースを見ていて、災害は身近なものになってしまい、その時にうろたえないように構えておくもの（48歳女性/FLOWER層）

### 3. 各家庭にあった防災のスタイルを！

取り組み度の高低に関わらず、全体的に不足しがちなのが『持病がある方の避難に備える』など、震災時にケアが必要な方への防災。

ほかにも生理用品の準備など、利用者が限定される防災については、まだまだ対応が不足している実態があるようです。

必要な防災の中身はそれぞれの家庭で異なってくるため、自分自身だけでなく、家族や一緒に住んでいる人など、身近な方を思い浮かべながら、自分なりの防災のスタイルを作っていくのもよいのではないのでしょうか。

## 《最後に》 調査後記

今回の調査では、防災に対して生活者が抱えるジレンマがみえてきました。

ほとんどの人が防災の重要性を認識しているものの、「備えても無駄になりそう」「すぐに使わないものにお金や時間をかけたくない」という思いから、行動に移せていないケースも多いようです。

しかし、防災にしっかり取り組んでいる人もいます。

取り組み度の高い人は、「物理的に困らないように」といった理由以外にも、「備えることでストレスが減る」「いざといったときに冷静に行動できるようにする」といった、心のお守りとして行動を起こしているようでした。

FLOWER層のみなさんを見ていて、防災に取り組むことは、決して消えることのない、貯金のようなものだと感じています。

私自身もこのリリースを書きながら、小学校の時に訪れた防災学習センターでの経験を思い出し、大人になった今でも「一度でも学んだことが身となり、将来に繋がっていくことがあるのだな」と、自分の中に防災が貯蓄されているのを実感しました。

防災には正解があるわけではありません。

持病がある方やペットを飼っている方など、プラスでケアが必要な場合もあるでしょう。

まずは各家庭のスタイルに合った防災を考え、できることから少しずつ始めるのもよいのではないのでしょうか？

このレポートが、読んでくださっているみなさんにとって、各々の防災スタイルに合わせた歩みを進めるきっかけとなれば幸いです。

The background features three large, overlapping circles. The leftmost circle is brown, the middle one is green, and the rightmost one is orange. The circles overlap in the center, creating a dark green area where all three intersect. The word "Appendix" is written in white, bold, sans-serif font on the brown circle.

# Appendix

## 《参考情報①》 防災に向き合うためのヒントに関連する、専門家の意見

p.27にて、調査からみえてきた3つのヒントを提示しました。この3つのヒントに関連する、専門家の意見もご紹介します。

### 1. 防災グッズの準備など、お金の余裕もないし、腰が重い…そんな中でも取り組める防災は？

『【防災の日】生活の範囲内で気軽にできる「ゆる防災」とは？』 大人のおしゃれ手帖web 2023.9

<https://osharetecho.com/column/26725/>

「コツコツ防災(毎月3千円分などと金額を決めて防災用品を揃えていくこと)」や「ついで防災(普段飲んでいる豆乳をついでに多めに買ってストックなど、ついでにできる防災に取り組むこと)」が紹介されています。防災を一気に完璧にしようとする負担を大きく感じるため、コツコツと対策を進めて経済的な負担を減らしたり、防災を日常の延長として捉えることで手軽に始められることを増やす、防災への向き合い方です。

### 2. 防災先駆者は、どんな思いで防災に取り組んでいるのか？

『こんまり流 防災お片付け』”片づけコンサルタントが選ぶ 被災時に心の安らぎをもたらす防災バッグ” 三井住友海上

<https://www.ms-ins.com/tokimekubousai/article9.html>

学校の備品倉庫を見学し、避難所には地域住民全員分の備蓄品がない現状を目にした経験から、「不安を安心に変えてくれる”お守り”」として防災バッグを準備している様子が記されています。

防災が必要だと分かっているにもかかわらず取り組めないという悩みに対して、「片付け」と掛け合わせながら防災に向き合う方法が学べます。

### 3. 各家庭にあった防災のスタイルを！

『知ろう・学ぼう・防災知識』”災害要配慮者への支援” 東京都防災ホームページ

<https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/bousai/1000027/1000303.html>

「配慮が必要となる方の備えておくべきこと」について、聴覚障害の方・外国人の方といったように、詳細な特性別に必要な備えが記載されています。また、ご家族向けの対応以外にも、「配慮が必要となる方と避難する際に周囲の人がどのように対応すべきか」も記されており、援助の仕方も習得できます。

## 《参考情報②》 参考文献

レポート作成にあたり、参考にした文献やWEBサイトの一部をご紹介します。  
ご自身の防災スタイルを考える際のヒントとして、ぜひご覧ください。

### 『東京くらし防災』 ”あなたの防災レベル診断”

2023.11 東京都総務局総合防災部

<https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/content/kb2023/#page=1>

#### <SILメンバーのおすすめポイント>

「自宅にいるとき」「エレベーター内にいるとき」「電車に乗っているとき」といった、日常生活における様々な場所やシーン別に、地震が発生した時にどのような対応をしたらよいか、詳細にまとめてあります。

「被災経験がないから、どんなことが起こって何が必要なのか想像が難しく、防災が進まない」という場合でも、こちらをもとに、地震発生時の対応をシミュレーションしてみるのもよいかもしれません。



### 『もしもの100』

2021.5.7 もしもプロジェクト渋谷

<https://moshimo-project.jp/contents/t8bj00bi-9>

#### <SILメンバーのおすすめポイント>

分かりやすいイラストとともに、持っておきたい防災グッズや防災知識など、100のトピックが一覧になっています。どなたでも必要になる防災に加えて、「女性のもしも」「シニアのもしも」「障がい者のもしも」といったように、震災時にケアが必要な方にフォーカスした項目も並んでおり、各ご家庭にあった防災を考える上での心強い存在になるかと思います。

