

やまがた防災テスト



防災の知識

どれくらい知ってる？

【大人向け】問題・解答解説編



第1問

昭和42年（1967年）の大雨災害をきっかけに、山形県内ではダム建設など治水対策が進められました。このきっかけとなった災害はどれでしょうか。

A 羽越水害

B 南陽豪雨災害

C 関東・東北豪雨災害

第1問

昭和42年（1967年）の大雨災害

正解「A」

昭和42年（1967年）の集中豪雨（羽越豪雨）では、置賜地域を中心に甚大な洪水被害（羽越水害）が発生し、これを教訓に山形県では治水対策が強化され、河川改修に加え、白川ダム・長井ダム（最上川水系）、横川ダム（荒川水系）が整備されました。これらのダムは貯水により下流の氾濫を防ぐ「洪水調節」と、渇水時の水量を確保する「流水の正常な維持」を目的とし、地域の安全と暮らしを守る重要な役割を果たしています。

次の問題へ

テストを中止する

第2問

令和4年(2022年)8月山形県南部地域豪雨災害と 令和6年(2024年)7月山形県北部地域豪雨災害の原因として共通していることはどれでしょうか。

- A 雪解け水の急激な流入
- B 線状降水帯の発生による集中豪雨
- C 台風の接近による暴風雨
- D 日本海の海水温上昇による大気的不安定化

第2問

正解「B」

令和4年(2022年)8月の県南部の置賜地域を中心とした豪雨災害では、低気圧と前線の影響に加えて、湿った空気が流れ込む中で線状降水帯が発生し、局地的に記録的な大雨となりました。河川や用排水路の氾濫による浸水・冠水・洗掘・侵食や、斜面崩壊、溜め池の決壊、橋梁の落下などの甚大な被害が生じました。

令和6年(2024年)7月の県北部の庄内・最上地域を中心とした豪雨災害でも、前線の影響で発生した線状降水帯が同地域に2回襲来し、記録的短時間大雨情報や大雨特別警報の発表につながりました。これにより、河川の氾濫や土砂災害が多数発生し、被害が拡大しました。

次の問題へ

テストを中止する

第3問

線状降水帯とは何でしょうか。

- A 上空の湿った空気や低気圧の影響で、一時的に強い雨が降る現象
- B 積乱雲が帯状に連なり、同じ地域に長時間強い雨を降らせる現象
- C 山や地形の影響で、一部の地域だけに雨が降る現象
- D 寒冷前線に沿って雷雨となる現象

第3問

線状降水帯とは何でしょうか。

正解「B」

線状降水帯は積乱雲が帯状に連なり、同じ地域に長時間豪雨をもたらす現象で、数時間で災害レベルの雨になることもあります。大雨災害の原因の一つとなっているため注意が必要です。

次の問題へ

テストを中止する

第4問

山地で大雨が続き、斜面に亀裂が入ったり、湧き水が増えたりするなどの土砂崩れの前兆が見られました。このときにとるべき行動はどれでしょうか。

- A 家の周囲を詳しく点検して回る
- B 前兆の様子を撮影してSNSに投稿する
- C 崖や斜面から離れ、安全な場所へ速やかに避難する
- D 雨が止むまで屋内で待機する

第4問

山地で大雨が続き、斜面に亀裂が入ったり、湧き水が増えたりするなど

正解「C」

土砂崩れは斜面にひび割れができる、小石がパラパラと落ちてくる、斜面から水が湧き出る・湧き水が濁る、地鳴りがするなどの前兆現象が見られた時点で危険が差し迫っている可能性があります。避難が遅れると、土砂崩れに巻き込まれるリスクがあるため、前兆を確認したら躊躇せず避難してください。

次の問題へ

テストを中止する

- D 雨が止むまで屋内で待機する

第5問

大雨特別警報が発表された際、優先してとるべき行動はどれでしょうか。

A コンビニなどの商店に食料を買い出しに行く

B 安全な場所への避難、または垂直避難

C 雨が弱まるのを待ってから避難

D SNSで友人に状況を知らせる

第5問

大雨特別警報が発表された際、優先してとるべき行動はどれでしょうか。

正解「B」

大雨特別警報は、数十年に一度の重大な災害が予想される場合に発表されます。この警報が発表された時には、直ちに命を守るための行動を起こしましょう。雨が弱まるのを待つのは危険です。夜間であったり、外が著しく危険な状況であった場合などは、家から外へ出て避難場所に向かう水平避難(立ち退き避難)ではなく、建物の一番高い場所へ向かう垂直避難(屋内安全確保)を考えます。

次の問題へ

[テストを中止する](#)

第6問

大雨によって発生する「内水氾濫」とはどんな氾濫でしょうか。

- A 排水能力を超えた雨水が下水道などに流れきれず、市街地などにたまること
- B 河川の水が堤防を越えて住宅地に流れ込むこと
- C 山の斜面が崩れて水や土砂が流れ込むこと
- D 上流の雨水が時間差で下流に押し寄せること

第6問

正解「A」

内水氾濫とは雨水が排水施設で川に排水できずに、宅地などにあふれることを指し、主に以下の2つがあります。

①一時的に大量の降雨が生じた場合などに、下水道等の排水施設で雨水を排水できずに宅地や道路、農地などにあふれること。鉄道や道路のアンダーパスの冠水や地下街や地下鉄などの地下空間で浸水が発生することがある。

②水路や支川などが合流する先の河川の水位が上昇したことにより、支川から合流先の河川に水が流下できなくなることにより、支川などから水があふれること。

このため、川の水が堤防を越えたり、堤防が壊れたりして流水があふれる外水氾濫とともに、内水氾濫にも注意が必要です。

次の問題へ

テストを中止する

第7問

大雨が止んだ後も、河川が氾濫することがあります。これは「遅延氾濫」や「時間差氾濫」と呼ばれる現象です。この現象が起こる理由として正しいものはどれでしょうか。

- A 山の斜面が崩れて水や土砂が流れ込むため
- B 雨が止んだあとに地下水が一気に地表に湧き出すため
- C 下流域の土壌が雨水を吸収できずに水位が上がるため
- D 上流や支流からの流水が下流に到達するまで時間がかかるため

第7問

大雨が止んだ後も、河川が氾濫することがあります。これは「遅延氾濫」や「時間差氾濫」と呼ばれる現象です。この現象が起こる理由として正しいものはどれでしょうか。

正解「D」

上流域で降った雨水が川を伝って下流域に到達するまでに時間がかかるため、雨が止んだ後からも川の水位がさらに上がることがあります。

次の問題へ

テストを中止する

- C 下流域の土壌が雨水を吸収できずに水位が上がるため
- D 上流や支流からの流水が下流に到達するまで時間がかかるため

第8問

台風接近中、強風や飛来物で窓ガラスが割れる恐れがあります。被害を抑えるための適切な措置はどれでしょうか。

A 窓ガラスに飛散防止フィルムを貼る

B 窓を少し開けて風を通す

C カーテンを外す

D 窓の外に植木鉢を並べて風を防ぐ

第8問

台風接近中、強風や飛来物で窓ガラス

正解「A」

強風や飛来物で窓ガラスが割れると、破片が室内に飛び散り非常に危険です。そのため、あらかじめ窓に飛散防止フィルムを貼っておくことが効果的です。

飛散防止フィルムがない場合は、養生テープを貼ることでガラスの飛散をある程度抑えられます。

さらに、厚手のカーテンを閉めておくと、割れた際のガラスの飛散を防ぐ効果があります。

次の問題へ

テストを中止する

第9問

エレベーター内で地震による揺れを感じたときの正しい行動はどれでしょうか。

- A 1階のボタンを押す
- B すべての階のボタンを押す
- C 揺れている間に非常ボタンを押す
- D ドアを思いっきりたたく

第9問

エレベーター内で地震による揺れを感じたときの正しい行動はどれでし

正解「B」

最近のエレベーターには最寄り階に停止する機能が備わっていますが、古いものではそうでない可能性があります。したがって、すべての階のボタンを押すことにより、エレベーター内の閉じ込めの危険性を回避しましょう。エレベーター内に閉じ込められた場合は非常ボタンやインターホンで外部に連絡し助けを求めましょう。

次の問題へ

テストを中止する

第10問

屋内にいる時にスマートフォンやテレビで緊急地震速報を受信しました。安全のために最初にとるべき行動はどれでしょうか。

- A 火災を防ぐため、火を消してガスの元栓を締める
- B 頭を保護し、丈夫な机の下など安全な場所に避難する
- C 急いで屋外へ飛び出す
- D SNSに地震情報を投稿する

第10問

屋内にいる時にスマートフォンやテ

正解「B」

緊急地震速報を受けたら、落下物や転倒物から身を守るために、頭を保護し、机やテーブルの下など安全な場所にすぐに避難することが最優先です。無理に火を消そうとしたり、ガスの元栓を締めようとしてしまうと、揺れで転倒したり、落下物に当たる危険があります。揺れがおさまってから、火災を防ぐための行動にうつりましょう。外に飛び出すと建物の倒壊や看板の落下で危険になる場合があります。

次の問題へ

テストを中止する

第11問

令和元年(2019年)の山形県沖の地震では、山形県の観測史上最大震度を記録しました。
その震度は次のうちどれでしょうか？

A 震度5強

B 震度6弱

C 震度6強

D 震度7

第11問

令和元年(2019年)の山形県沖の地震

正解「B」

令和(2019年)の山形県沖の地震では、山形県鶴岡市で震度6弱を観測し、県内で観測史上最大の揺れとなりました。

気象庁の震度階級によると、震度6弱の地震は立っているのが困難になるほど強い揺れで、固定していない家具の大半が移動し、倒れるものもあります。耐震性の低い家屋は倒壊や傾き、瓦屋根やガラスが落下する危険があります。屋外では地割れやブロック塀の崩壊、がけ崩れが起こることがあります。また、断水、停電が発生することがあります。

次の問題へ

テストを中止する

第12問

地震による強い揺れが発生した際に、道路が波打ったり、マンホールが浮き上がるような現象が見られることがあります。このような現象を何というのでしょうか。

A 断層のずれ

B 地すべり

C 液状化現象

D 地盤沈下

第12問

地震による強い揺れが発生した際に、道路が波打ったり、マンホールが浮き上がるような現象が見られることがあります。このような現象を何というのでしょうか。

正解「C」

「液状化現象」とは、地震による振動で、土の粒子が支え合う構造を失い、地下水を含んだ地盤が流体のような性質を示す現象です。近年では、平成23年(2011年)の東北地方太平洋沖地震や平成28年(2016年)の熊本地震、令和6年(2024年)の能登半島地震で、住宅の沈下や傾斜などの液状化現象による被害が発生しています。液状化現象は埋立地や干拓地等で発生しやすいと言われています。

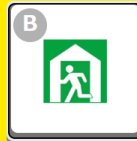
次の問題へ

テストを中止する

D 地盤沈下

第13問

津波避難場所を示すピクトグラムは
どれでしょうか。



第13問

津波避難場所を示すピクトグラムは

正解「D」

Dは高台や高所にある津波避難場所を示すものです。

Aは非常口を表します。火事や地震のときに建物の中から外に出る出口です。

Bは避難所を表します。災害により自宅で過ごすことが困難になったとき、一時的に生活する場所です。

Cは広域避難場所を表します。周囲が危険になった場合に、多くの人が安全を確保するために避難できる広い場所です。

次の問題へ

[テストを中止する](#)

第14問

日本海で起こる地震や津波の特徴として誤っているものはどれでしょうか。

- A 海溝型の地震が多く発生する
- B 1回の地震でも津波が何度も押し寄せる
- C 地震の規模のわりに津波が高くなる
- D 地震が発生してからすぐに津波が海岸に到達することがある

第14問

正解「A」

日本付近では、海溝型地震は太平洋側の特徴です。海岸に津波が反射して、繰り返し押し寄せます。日本海の地震はプレートの比較的浅い領域で発生するため、海底地形の変位量が大きくなって地震の規模のわりに津波が高くなる傾向があります。また断層が沿岸に近いため、津波が早く到達します。令和元年(2019年)の山形県沖の地震では、地震発生から数分で鶴岡市や酒田市の沿岸に津波が観測されました。迅速に非難できるよう、普段から避難経路を把握しておきましょう。

次の問題へ

[テストを中止する](#)

第15問

津波に襲われたときに、人が歩けなくなり始める水深はどれくらいでしょうか。

※身長170cmの男性の場合

A 20cm～30cm(すねまでの高さ)

B 85cm(腰までの高さ)

C 130cm(胸までの高さ)

D 160cm(顔までの高さ)

第15問

津波に襲われたときに、人が歩けな

正解「A」

津波や洪水のように強い流れを伴う水では、身長170cmの成人男性の場合、20～30cm（すねの高さ）でも、歩くことが難しくなります。水深が浅くても、水の勢いがあると足を取られ、簡単に体が流されてしまいます。

特に津波は、がれきや泥を含む重い水が押し寄せます。

そのため、津波の際は「少しの水だから歩ける」と考えるのは非常に危険で、水に近づかない、すぐ高い場所へ逃げるのが命を守る最も重要な行動です。

次の問題へ

テストを中止する

第16問

令和元年度から令和5年度までの5年間で、山形県では雪害の事故原因のうちの50%以上を占めるのはどのような状況ですか。

A 転倒による事故

B 除雪機の操作中や機械トラブルによる事故

C 自宅など、建物の雪下ろし中の事故

第16問

正解「C」

原因別の被害状況を見ると、屋根の雪下ろし中の転落事故が最も大きい割合を占めており、次いで転倒が多くなっています。雪害事故は、除雪作業が集中する1月中旬～2月上旬に多く発生しています。

事故を防ぐためには、一人で作業しないこと、命綱とヘルメットを着用すること、はしごをしっかりと固定すること、そして家族や近所に声をかけてから始めることが重要です。

参考：あなたの身近な防災情報「こちら防災やまがた！」

<https://www.pref.yamagata.jp/020072/bosai/kochibou/bousaijouhou/setsugai/setsugaiboushi.html>

次の問題へ

テストを中止する

第17問

山形県のような雪の多いところでは、雪崩が起こることがあります。では、最も雪崩が起こりやすい斜面の様子はどれでしょうか。

- A 斜面の傾きが30度未満で、樹木が多く生えている斜面
- B 斜面の傾きが30度以上で、樹木が少ない斜面
- C 斜面の傾きが30度以上で、樹木が多く生えている斜面
- D 斜面の傾きが30度未満で、樹木が少ない斜面

第17問

正解「B」

雪崩は、山や斜面に積もった雪が一気に滑り落ちる自然現象です。斜面勾配が急で雪を押さえる樹木が少ない場所では雪崩が発生しやすくなります。他にも、気温変化や急激な積雪の増加などが原因となって発生することがあります。斜面の雪にクラック（雪割れ）が生じている場合や、尾根にできる雪のひさし(雪庇)が見られた場合は雪崩の前兆である可能性が高いため、すぐに安全な場所へ移動することが重要です。

参考：あなたの身近な防災情報「こちら防災やまがた！」
https://www.pref.yamagata.jp/180010/bosai/kochibou/bousai_jouhou/setsugai/nadarebousaisyuukan.html

次の問題へ

テストを中止する

第18問

山形県の庄内、最上、村山、置賜の4つの地域のうち、活断層があるのはどの地域でしょうか。

- A 庄内地域
- B 庄内と最上の2地域
- C 庄内と最上と村山の3地域
- D 4つの地域すべて

第18問

正解「D」

活断層とは過去に繰り返し地震を起こし、将来も地震を起こすと考えられている断層です。

山形県内には、庄内平野東縁断層帯、新庄盆地断層帯、山形盆地断層帯、長井盆地西縁断層帯の4つの活断層があります。これらの活断層がどこにあるのか、どのような被害が予想されているのか確かめて、ふだんから直下型の大地震に備えておくことが大切です。

参考：あなたの身近な防災情報「こちら防災やまがた！」
<https://www.pref.yamagata.jp/020072/bosai/kochibou/bousaijouhou/jishintsunami/earthquake/katsudansou/katsudanso.html>

次の問題へ

テストを中止する

第19問

山形県にある4つの活火山のうち最近100年以内に噴火していないのはどれでしょうか。

A 鳥海山

B 蔵王山

C 肘折

D 吾妻山

第19問

山形県にある4つの活火山のうち最近100年以内に噴火していないのは

正解「C」

鳥海山・蔵王山・吾妻山は過去100年間に噴火の記録があります。鳥海山は昭和49年（1974年）に小規模噴火、蔵王山は昭和14年～昭和18年（1939年～1943年）に極小規模噴火、吾妻山は昭和25年（1950年）と昭和52年（1977年）に水蒸気噴火を起こしています。

次の問題へ

テストを中止する

第20問

蔵王山のように積雪の多い火山での噴火の際に起こる現象で、火口付近の熱や火砕流などによって雪や氷が急速に融け、土砂や岩を取り込んで高速で流れ下る現象は何と呼ばれていますか。

A 降灰後の土石流

B 火口噴出型泥流

C 融雪型火山泥流

D 山体崩壊型火砕流

第20問

蔵王山のように積雪の多い火山での噴火の際に起こる現象で、火口付近

正解「C」

融雪型火山泥流は、積雪期の火山噴火で、火砕流などの熱によって斜面の雪が融かされて一度に大量の水が発生し、周辺の土砂や岩石を巻き込みながら高速で流れ下る現象です。流下速度は時速60kmを超えることもあり、沢沿いや河川をはるか遠方まで一気に流下し、広範囲に被害を及ぼすおそれがあります。

次の問題へ

テストを中止する

C 融雪型火山泥流

D 山体崩壊型火砕流

第21問

山火事が発生した場合、安全を確保するための正しい行動はどれでしょうか。

A むやみに動かず、その場で救助を待つ

B 風上や風と直角の方向へ離れ、避難する

C 追い風となる風下の方向へ逃げる

D 火元がどこかを探しに行く

第21問

正解「B」

山火事の炎や煙は風下方向に流れるため、風下に逃げると煙に巻かれ、窒息や火に囲まれる危険があります。

また、「様子を見る」、「火元を探し行く」といった行動も非常に危険です。

避難する際は、風上や風と直角の方向へ早めに移動し、燃えていない広くて安全な場所へ離れることが大切です。

山火事では「風下に逃げない」、「早めの避難」が命を守る基本です。

参考：山形県 山火事防止について

<https://www.pref.yamagata.jp/140023/sangyo/nourinsuisangyou/ringyo/yamakaji.html>

次の問題へ

テストを中止する

第22問

屋外で作業をしているときに、急に近くで雷の音が聞こえました。
このようなとき、安全を確保するための正しい行動はどれでしょうか。

- A 高い木の下に隠れる
- B 電柱やフェンスに身を寄せる
- C 建物や車の中へ移動する
- D 田畑や公園など開けた場所へ移動する

第22問

正解「C」

雷は、海・平野・山のどこにでも落ちる可能性があります。特に、高いものを伝って落ちやすい性質があります。そのため、雷に遭遇した場合は高いものに近寄らない方がよいです。

また、グラウンド・ゴルフ場・屋外プール・堤防・砂浜・海上などの開けた場所も人に雷が直撃しやすく危険です。鉄筋コンクリート建築、自動車（オープンカーは不可）、バス、列車の内部は比較的安全な空間です。また、木造建築の内部も基本的に安全ですが、全ての電気器具、天井・壁から1m以上離れば更に安全です。

次の問題へ

[テストを中止する](#)

第23問

竜巻や突風が発生したとき、安全を確保するための正しい行動はどれでしょうか。

- A 車に乗っている時であれば、車の中にとどまって様子を伺う
- B 田畑や公園など開けた場所へ移動する
- C 頑丈な建物の中に入り、窓から離れて頭を守る
- D 木の下や電柱のかけにかくれる

第23問

竜巻や突風が発生したとき、安全を確保するための正しい行動はどれで

正解「C」

竜巻は、秒速100mを超える強い風をとまなうことがあり、建物や車を持ち上げるほどの力を持っています。屋外や車の中では飛来物の直撃を受ける危険性が高いです。外にいる場合は、できるだけ早く建物内に避難し、入れない場合はくぼ地や物かげで体を低くして頭を守る行動をとります。

次の問題へ

テストを中止する

第24問

暑さ指数（WBGT）について正しい説明はどれでしょうか。

- A 気温と明るさを組み合わせた、過ごしやすさの指標
- B 紫外線量を基準にした、日焼けリスクを示す指標
- C 気温と風速を組み合わせた、体感温度を示す指標
- D 湿度・日射・気温を組み合わせた、熱中症の危険度を示す指標

第24問

暑さ指数（WBGT）について正しい説明はどれでしょうか。

正解「D」

暑さ指数（WBGT）は、熱中症を予防するために1954年に提案された指標で、人体の熱収支に影響する「湿度」、「日射・輻射」、「気温」の3要素を取り入れています。単なる気温ではなく、蒸し暑さを総合的に評価するため、熱中症対策に有効です。

※WBGTは、Wet Bulb Globe Temperature（湿球黒球温度）の略称です

[次の問題へ](#)

[テストを中止する](#)

第25問

平成17年(2005年)12月25日、庄内町を走行中の羽越本線特急「いなほ」が脱線事故を起こし、多数の死傷者が出ました。
その直接の原因となった気象現象はどれでしょうか。

A 積雪

B 洪水

C 凍結

D 突風

第25問

平成17年(2005年)12月25日、庄内町を走行中の羽越本線特急「いなほ」が脱線事故を起こし、多数の死傷者が出ました。

正解「D」

この事故は山形県庄内町付近で発生しました。
当日は発達した低気圧の影響で強い季節風が吹き、突風（地吹雪を伴う局地的な強風）によって列車が横から煽られ、車両が脱線・横転しました。
この事故では5名が死亡、30名以上が重軽傷を負い、日本の鉄道史においても「風害による重大事故」として記録されています。

次の問題へ

テストを中止する

C 凍結

D 突風

第26問

大雪のため車両が立ち往生してしまいました。車内で待機する際、正しい行動はどれでしょうか。

- A 窓を締め切って、ずっと暖房をつけておく
- B エンジンを定期的に切り、窓を少し開けて換気しながら毛布などで体を温める
- C 車内のライトを全て使い明るくする
- D エンジンを切り、暖房を使わず救助を待つ

第26問

大雪のため車両が立ち往生してしまいました。車内で待機する際、正し

正解「B」

大雪の中で車が動けなくなったとき、車内にとどまるのは安全な選択ですが、換気をしないと一酸化炭素中毒になる危険があります。エンジンをかけるときは、マフラー（排気口）まわりの雪を取り除くことが大切です。

長時間のエンジン使用は燃料切れやバッテリー上がりの原因にもなるため、こまめに切って体を毛布などで温めるようにしましょう。

次の問題へ

テストを中止する

第27問

大雨時には、アンダーパスなどの周囲より低い場所にある道路が冠水することがあります。山形県では、冠水の深さが何センチに達すると通行止めの措置を取ると定めているでしょうか。

A 50cm

B 30cm

C 15cm

D 10cm

第27問

正解「C」

山形県はアンダーパスなどの冠水危険箇所では、冠水が5cmで通行注意、冠水が15cmで通行止めの基準を設けており、道路利用者に冠水状況を知らせる「電光表示板」を設置している場所があります。

冠水がわずか15cmでも車のマフラーやエンジン内部に水が入り、車が停止したりドアが開かなくなったりする危険があります。見た目よりも水深が深い場合も多く、少しの冠水でも進入しないことが重要です。

参考：山形県「道路冠水危険箇所にご注意！」

https://www.pref.yamagata.jp/180035/kurashi/kendo/douro/administration/doro_kansui.html

次の問題へ

テストを中止する

第28問

水害や土砂災害に関して、警戒レベル4の「避難指示」が市町村から発令されたとき、住民がとるべき行動として適切でないものはどれでしょうか。

- A 指定された避難場所へすみやかに避難する
- B 携帯電話・ラジオ・地域放送などで最新の情報を確認する
- C 避難勧告が出るまでは、周囲の状況をよく見ながら自宅で待機する

第28問

水害や土砂災害に関して、警戒レベル4の「避難指示」が市町村から発

正解「C」

「警戒レベル4」は、災害が発生する危険が高まっており、対象地域の住民全員が危険な場所から避難を開始すべき段階です。災害対策基本法の改正まで、警戒レベル4は、「避難勧告」と「避難指示」の2つの情報で避難が呼びかけられていましたが、法改正に伴い「避難勧告」は廃止となり、「避難指示」に一本化されました。

次の問題へ

テストを中止する

- C 避難勧告が出るまでは、周囲の状況をよく見ながら自宅で待機する

第29問

倒れている人がいたので、安全確認と反応確認を行った結果、意識がないことが確認できました。心肺蘇生の実施手順として標準とされているのはどれでしょうか。

- A 119番通報とAED依頼 → 呼吸確認 → 胸骨圧迫と人工呼吸 → AED使用
- B AEDを探しに行く → 119番通報 → 胸骨圧迫 → 呼吸確認
- C 人工呼吸を10回行う → 胸骨圧迫 → AEDを探しに行く

第29問

倒れている人がいたので、安全確認と反応確認を行った結果、意識がな

正解「A」

心肺蘇生法（CPR）は、突然の心停止に対して「脳への血流を確保し、命をつなぐための応急手当」です。心肺蘇生は「安全確認→反応確認→119番通報とAED依頼→呼吸確認→胸骨圧迫と人工呼吸 →AED使用」の流れが基本です。

次の問題へ

テストを中止する

- C 人工呼吸を10回行う → 胸骨圧迫 → AEDを探しに行く

第30問

ペット同行避難に関して、間違っているのはどれでしょうか。

- A 災害に備えてペットフードや水、トイレ用品、リードなどを用意しておく
- B 災害に備えて普段からキャリーバックやケージに入ることに慣れさせておく
- C 災害に備えてペットの受け入れが可能な避難所が事前に確認しておく
- D 災害時、避難所ではペットのストレスを軽減させるため、放し飼いにする

第30問

正解「D」

避難所ではペットを放し飼いにすると、逃走や事故の危険だけでなく、動物が苦手な人やアレルギーを持つ人への健康被害、周囲への迷惑につながるため誤った行動です。安全に同行避難するためには、普段からケージに慣れさせ、必要物資を備えておきましょう。また、ペットの受け入れが可能な避難所は限られる場合があるため、事前に自治体の指定状況を確認し、避難先を把握しておく必要があります。

参考：山形県ペット同行避難マニュアル

<https://www.pref.yamagata.jp/documents/32084/allmanual.pdf>

次の問題へ

テストを中止する

第31問

家具や家電に関する地震への備えとして、適切なのはどれでしょうか

- A 家具・家電を金具や器具で壁や床に固定する
- B 布団やベッドの周囲に家具をまとめて配置する
- C 重心の位置が高い家具だけ固定する
- D 家具が倒れても外へ逃げられるよう窓際に家具を置く

第31問

家具や家電に関する地震への備えと

正解「A」

大地震のときには、固定されていない家具が転倒したり移動することがあります。

実際、平成7年(1995年)阪神・淡路大震災では「家具の下敷きによる圧迫死」が多数発生しました。布団やベッド周囲には家具を置かないことが重要です。

滑り止めマットの使用や家具の重心を低くする工夫は一定の効果はありますが、強い揺れでは不十分であり、金具による固定が確実です。

次の問題へ

[テストを中止する](#)

第32問

大規模災害時に、家族や友人に安否を確認するのに適した方法はどれでしょうか。

- A 何度も電話をかけ直す
- B 災害用伝言ダイヤル（171）で連絡をとる
- C 直接現地に行って探す

第32問

大規模災害時に、家族や友人に安否を確認するのに適した方法はどれで

正解「B」

災害時は電話回線が混雑し、通話が困難になります。そのため、災害用伝言ダイヤル「171」を使って「自分は無事です」と声を残す方法や、家族で決めた県外にいる「共通の人」を通して連絡をとる三角連絡法もあります。

次の問題へ

テストを中止する

第33問

災害に備えて、飲食料や簡易トイレなどの備蓄は何日分用意することが推奨されているでしょうか。

A 1日分

B 3日分

C 5日分

D 7日分

第33問

正解「D」

大規模災害時は店舗の営業停止と物資の品切れはもちろん物流網の寸断などにより救援物資が届くまで時間がかかります。そのため各家庭で最低でも3日分の備蓄が必要で、できれば7日分の備蓄が望ましいとされ、山形県でも推奨されています。

在宅避難に備えて、家族構成やペットの有無などに合わせて用意しましょう。避難所へ避難する場合も、食料は各自持参することが前提です。

参考：こちら防災やまがた！「ローリングストックをはじめよう！」

https://www.pref.yamagata.jp/020072/bosai/kochibou/bousaijouhou/sonae/yamagata_rollingstock.html

次の問題へ

テストを中止する

第34問

非常食の備え方として推奨される「ローリングストック法」とはどのような方法でしょうか。

- A 賞味期限が切れた非常食を廃棄して、すぐに同じ量を補充する方法
- B 自治体が備蓄している非常食を定期的に地域住民に分配する方法
- C 隣近所や自治会など、地区住民で共同で出資して非常食を備蓄する方法
- D 普段から食べ慣れた食品を多めに買い、食べながら買い足して備蓄を更新させる方法

第34問

非常食の備え方として推奨される

正解「D」

「ローリングストック法」は、日常で食べる食品を少し多めに買っておき、消費しながら補充することで常に新しい食品を備蓄できる方法です。災害時も食べ慣れた食品を口にできるメリットがあります。

参考：こちら防災やまがた！「ローリングストックをはじめよう！」

https://www.pref.yamagata.jp/020072/bosai/kochibou/bousaijouhou/sonae/yamagata_rollingstock.html

次の問題へ

テストを中止する

第35問

SNSやインターネット上には多くの情報があふれています。
その中で、災害発生時に最も信頼できる情報源はどれでしょうか。

A 友人や知人からのLINEのメッセージ

B 気象庁や市区町村の公式サイト

C FacebookやXの投稿

D アクセス数の多いYouTubeチャンネル

第35問

SNSやインターネット上には多くの情報があふれています。

正解「B」

SNSやインターネット上で目にした情報をすぐ信じるのではなく、一呼吸おき、災害時には自治体等の公的機関による情報を確認するようにしましょう。

また、自分自身が安易に偽・誤情報を投稿・拡散しないことが大切です。

次の問題へ

テストを中止する

第36問

気象庁が発表するキキクル（危険度分布）に関する記述として適切なのはどれでしょうか。

- A 土砂災害・浸水害・洪水災害の危険度の高まりを地図上に色分けして示した情報
- B 地震の震源と各地の震度、および予想される津波の高さを地図上に示した情報
- C 常時観測火山の観測データと火口カメラのリアルタイム画像を地図上に示した情報
- D 友人・知人から得た投稿やSNS動画の中でアクセス数の多いものをもとに危険度を表示した情報

第36問

気象庁が発表するキキクル（危険度分布）に関する記述として適切なのはどれでしょうか。

正解「A」

キキクルには土砂キキクル、浸水キキクル、洪水キキクルがあります。いずれも地図上で危険度の高まりを5段階に色分けして示します。気象庁のホームページで公開されています。

気象庁 キキクル（危険度分布）：
<https://www.jma.go.jp/bosai/risk/>

次の問題へ

テストを中止する

- D 友人・知人から得た投稿やSNS動画の中でアクセス数の多いものをもとに危険度を表示した情報

第37問

災害時の避難に関して適切でないのはどれでしょうか。

- A 率先してかつ余裕を持って避難を開始する
- B 自身の安全を確保したうえで配慮を必要とする人を積極的にサポートする
- C 家族全員の安否確認を終えてから避難を開始する
- D 避難が空振りに終わることをおそれず、避難行動を起こす

第37問

災害時の避難に関して適切でないのはどれでしょうか。

正解「C」

災害が発生したときに家族が一緒にいるとは限らないため、災害時にそれぞれ別々にどのように行動するのか、どのように連絡を取り合うかを普段から話し合っておきましょう。

次の問題へ

テストを中止する

第38問

「防災士」に期待される役割について正しいのはどれでしょうか。

- A 災害発生時に必ず現場の指揮官となり、全員を統率すること
- B 消防士や自衛隊と同じように、専門的な救助活動を行うこと
- C 平時や災害時に地域・社会の防災リーダーとしてリーダーシップを発揮すること
- D 災害時に必ず行政の代わりに避難所の運営を一手に担うこと

第38問

「防災士」に期待される役割について正しいのはどれでしょうか。

正解「C」

近年、自然災害が増加する中で、地域や職場での防災・減災活動のリーダーとして防災士が注目されています。防災士とは、「自助」、「共助」、「協働」を原則として、社会の様々な場で防災力を高める活動が期待され、そのための十分な意識と一定の知識・技能を修得したことを日本防災士機構が認証する民間資格です。

次の問題へ

テストを中止する

第39問

避難所では、プライバシーや安全性の確保が重要です。女性の視点から見て必要とされる取組みはどれでしょうか。

A 男女共用のトイレを設置する

B 避難所の入口を常に開放する

C 授乳や着替えができる空間をつくる

D 避難所の運営を男性だけで行う

第39問

正解「C」

避難所では、誰もが安心して生活できるようにプライバシーを確保する環境づくりが重要です。

山形県を含む各自治体の避難所運営ガイドラインでは、

- ・授乳室や更衣スペースの設置
- ・女性が安心して利用できるトイレ・洗面スペースの確保
- ・女性スタッフの配置

など、女性特有のニーズに配慮した運営が求められています。

参考：男女共同参画の視点からの避難所運営について

<https://www.pref.yamagata.jp/010003/wakamono/040225hinanjo.html>

次の問題へ

テストを中止する

第40問

防災対策では基本となる3つの考え方があります。
「自助」、「公助」、あと一つは何でしょうか。

A 共助

B 援助

C 介助

D 補助

第40問

防災対策では基本となる3つの考え方があります。

正解「A」

防災の基本は「自助」、「共助」、「公助」の3本柱です。

自助：自分・家庭での備えや救助活動

共助：地域や近隣住民どうしの助け合い

公助：行政や消防・警察・自衛隊などの公的な支援や救助活動

特に大規模災害時には行政の支援がすぐ届かないことが多く、「自助」と「共助」が被害を最小限におさえる鍵となります。

次の問題へ

テストを中止する