

豪雨災害の脅威にどう向き合うべきか？

東京大学 情報学環 総合防災情報研究センター
／生産技術研究所 人間・社会系部門

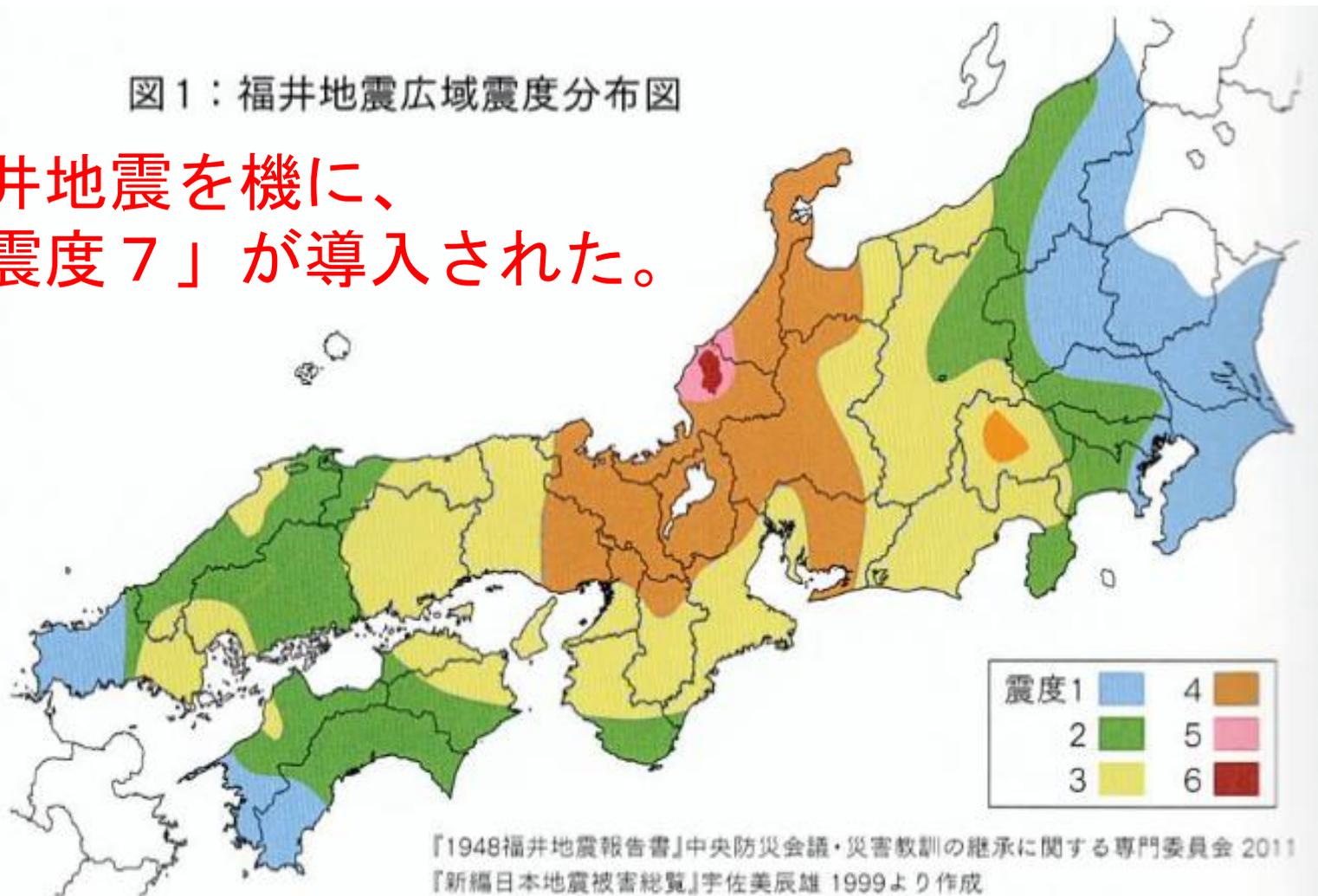
大原 美保

防災研究者にとっての
福井県とは？

福井地震（M7.1）（1948年6月28日）

図1：福井地震広域震度分布図

福井地震を機に、
「震度7」が導入された。

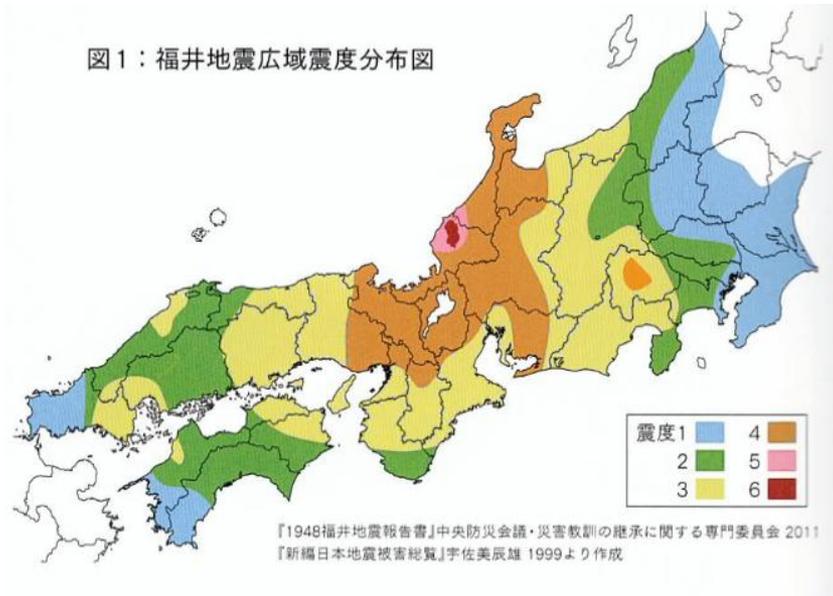


福井地震及び地震火災

福井地震 (M7.1) (1948年6月28日)



地震火災



福井県立歴史博物館：福井震災70年 記録と記憶を未来へつなぐ、2018.



口絵3 福井県庁南側の被害の様子

(谷口仁士, 1998, 「よみがえる福井震災」(写真集)より転載) (提供: 国土地理院)

県庁および市役所の南側は焦土と化している。写真中の番号に対応する建造物は、本文第4章、第3節の写真4-9を参照。

内閣府防災：災害教訓の継承に関する専門調査会HP

4, 100棟以上が消失、死者3, 769

福井市では51.2ha (51万2000m²) が消失
市街地の1/6に相当

福井地震及び地震火災

能登半島地震での輪島市の地震後火災



福井市の51.2ha（51万2000m²）と、輪島市を比べると？

福井地震及び地震火災

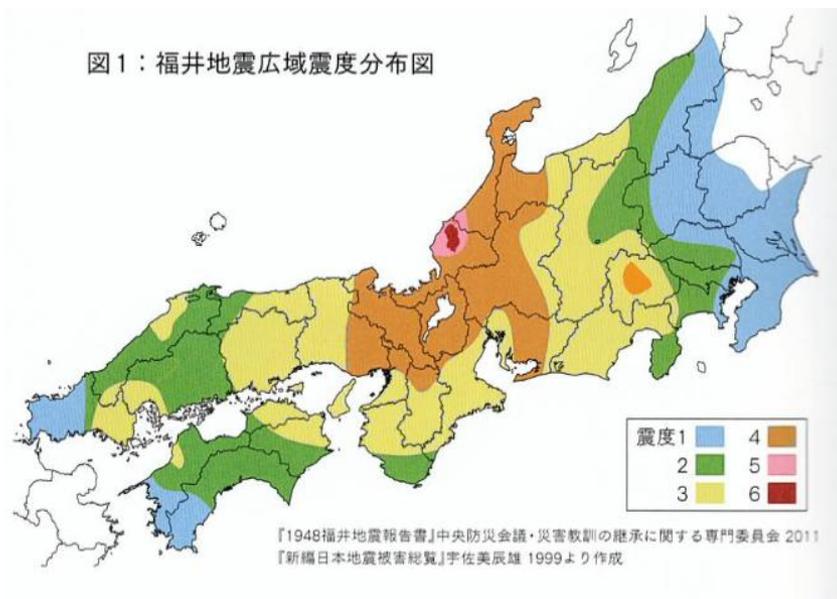
能登半島地震での輪島市の焼失面積 4万9000平方メートル
(消防庁調べ)



福井地震後の福井市内の焼失面積は、その約10.4倍
($512000/49000=10.449$)

福井地震及び地震火災 プラス 福井豪雨

福井地震 (M7.1) (1948年6月28日)



福井豪雨 (1948年7月25日)

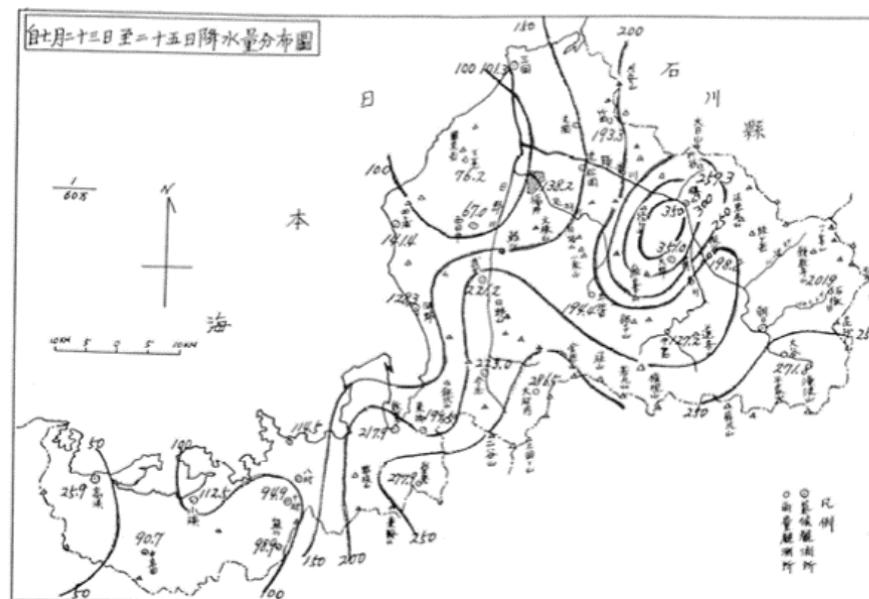


図8-4 降水量分布図 出典：福井市, 1978

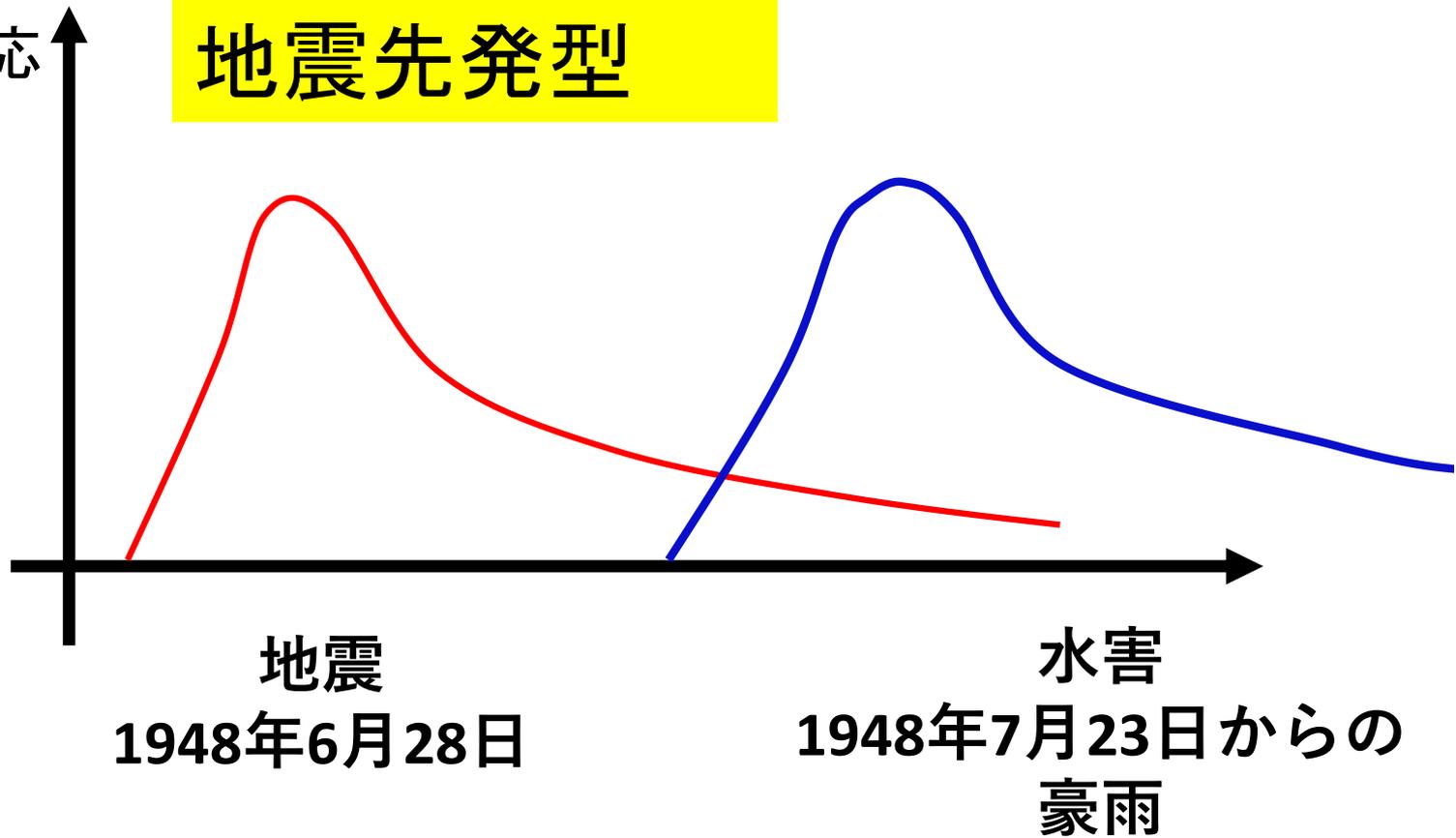
福井県立歴史博物館：福井震災70年 記録と記憶を未来へつなぐ、2018.

内閣府防災：災害教訓の継承に関する専門調査会HP

地震先発型の複合災害：福井地震

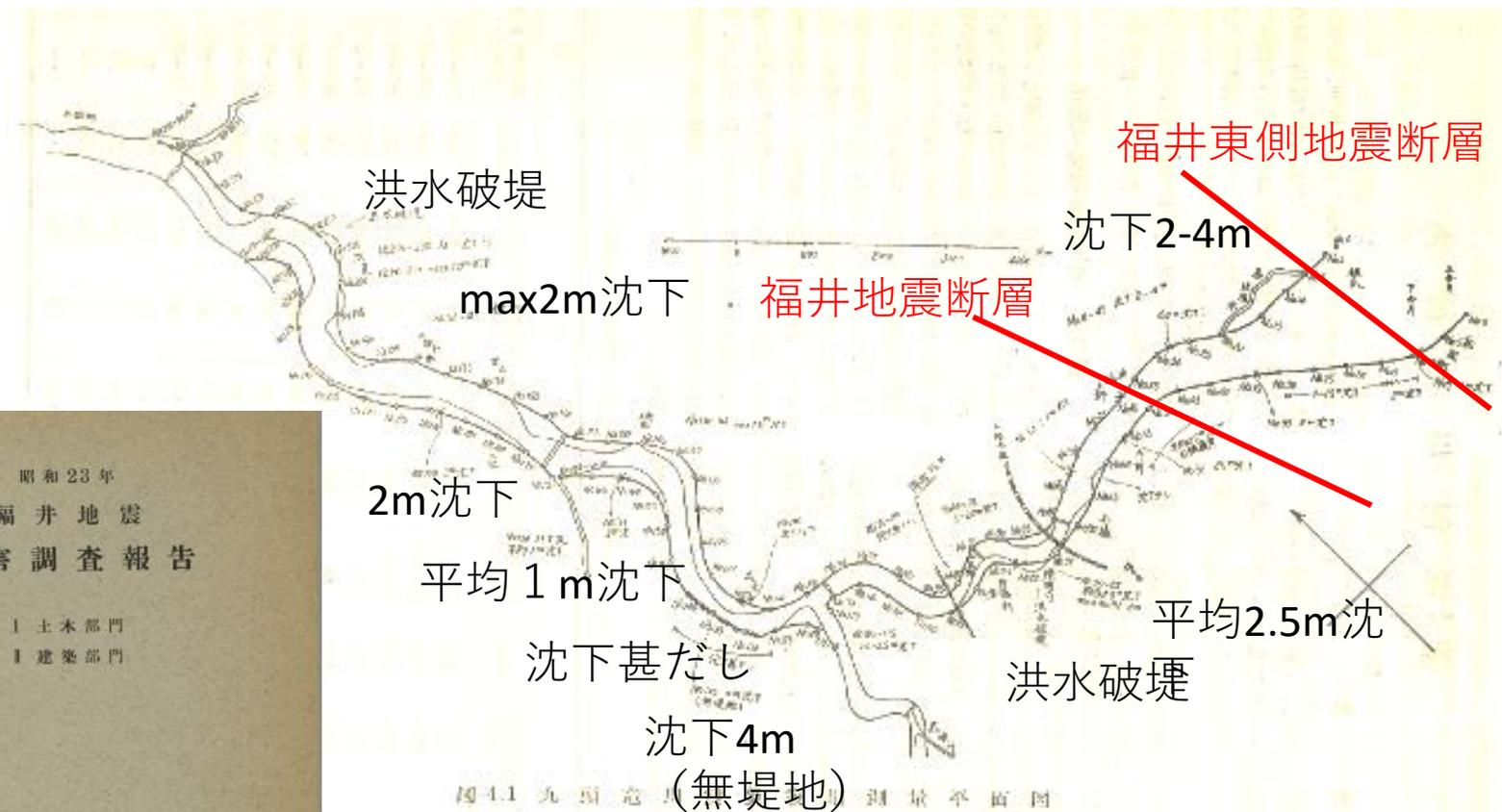
災害対応
業務量

地震先発型



間隔：1ヵ月

地震先発型の複合災害：福井地震



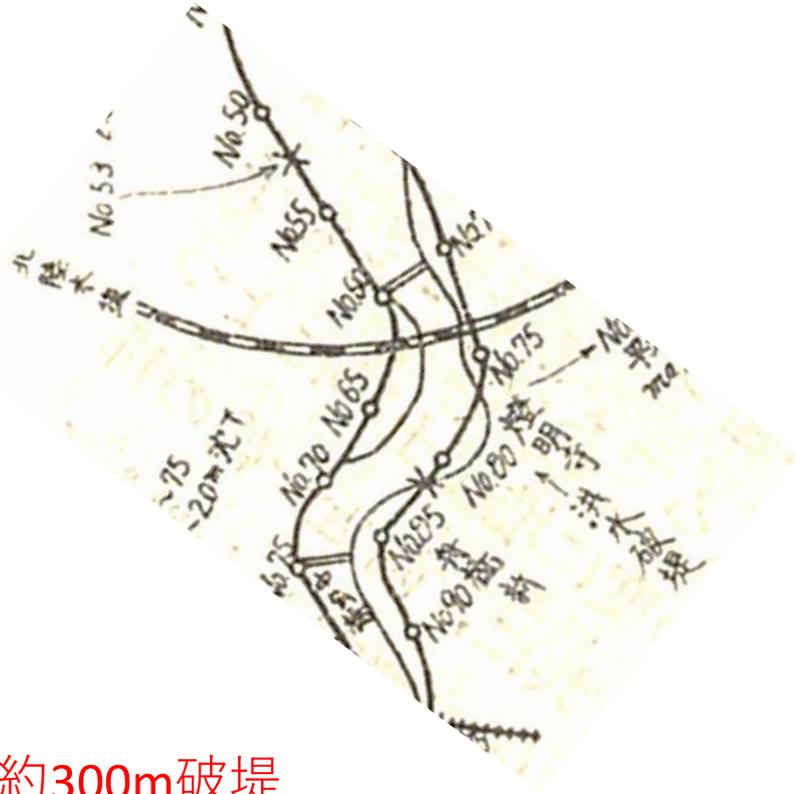
断層位置は、内閣府防災資料を参考に、プロット

昭和23年
福井地震
震害調査報告

1 土木部門
1 建築部門

北陸震災調査特別委員会
1950

地震先発型の複合災害：福井地震



約300m破堤
福井市内の浸水面積は約1,900ha

北陸震災調査特別委員会：福井地震 震害調査報告



121. 航空写真(丸頭川中流域 国鉄北陸線丸頭川鉄橋付近) 昭和23年(1948) 国土地理院ウェブサイト(<http://www.gsi.go.jp/>)
昭和23年7月28日に撮影されたもの。中角付近から東(上流側)を望む丸頭川の堤防が南岸で決壊している。

福井県立歴史博物館：福井震災70年 記録と記憶を未来へつなぐ、2018.

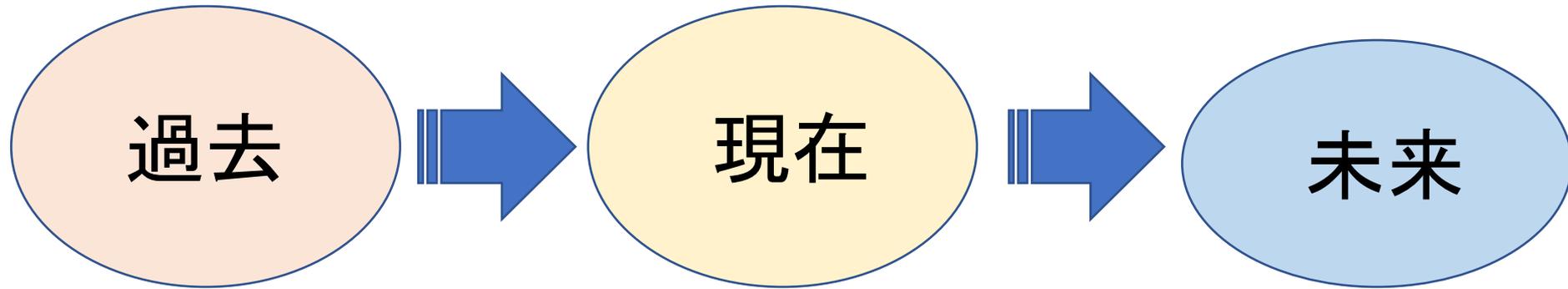
地震先発型の複合災害：福井地震

平成30年7月豪雨災害 倉敷市真備町の浸水面積：約1200ha



福井豪雨での福井市内の浸水面積は、その約1.6倍
($1900/1200=1.58$)

過去から未来へ



これからの 気候変動

全国的に頻発する水災害

平成21年から30年までの10年間に、

- 全国の市町村の**約97%**で1回以上の水害が発生
- 半数以上（56.6%）の市町村で、10回以上もの水害が発生
- 一度も河川の氾濫などによる水害が起きていない市町村は、わずか2.8%（48市町村）に過ぎない。

出典：内閣府（防災担当）市町村のための水害対応の手引き（R2.6）

最近の事例：



2015 関東・東北豪雨



2016 台風第7・9・10号(2)



2017 九州北部豪雨(3)



2018 平成30年7月豪雨(4)



2019 令和元年東日本台風(5)



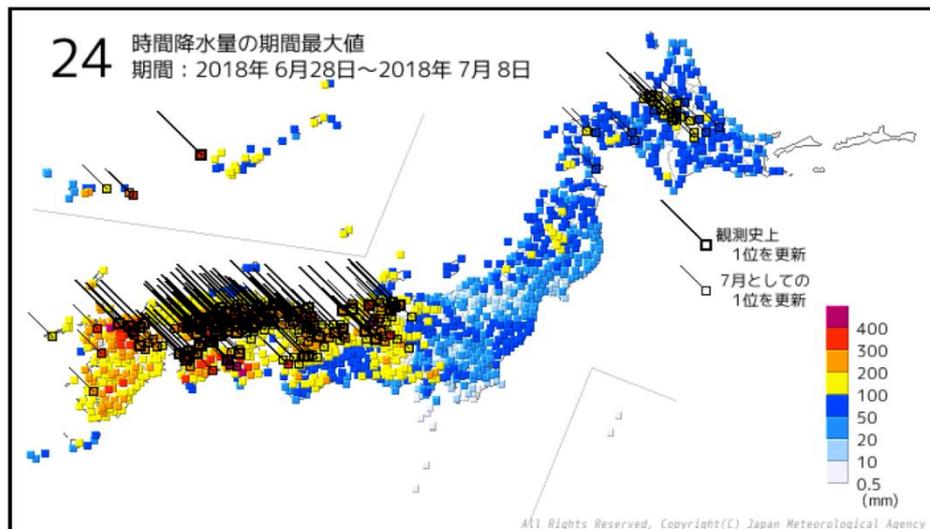
2020 令和2年7月豪雨(6)

写真の出典：国土交通省(1, 3, 4, 6)、国土地理院(2, 5)

頻発する雨量観測記録の更新

平成30年7月豪雨災害

24時間降水量の期間最大値の分布図(6月28日0時~7月8日24時)



アメダス観測所等(約1,300地点)のうち
観測史上1位を更新した地点:

24時間降水量: **77**地点

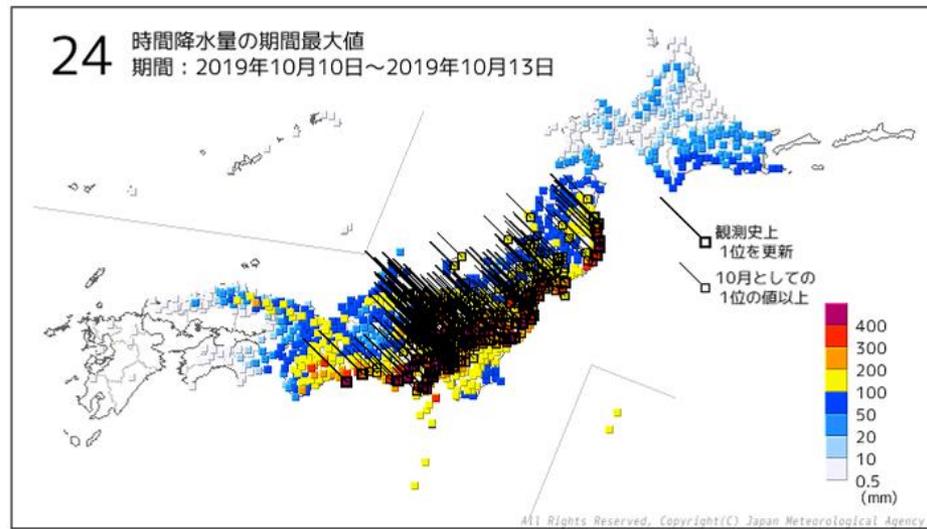
48時間降水量: **125**地点

72時間降水量: **123**地点

出典: 平成30年7月豪雨の概要, 国土交通省,
平成31年2月28日

令和元年東日本台風災害

24時間降水量の期間最大値の分布図(10月10日0時~10月13日24時)



観測史上1位を更新した地点:

6時間降水量: **89**地点、

12時間降水量: **120**地点

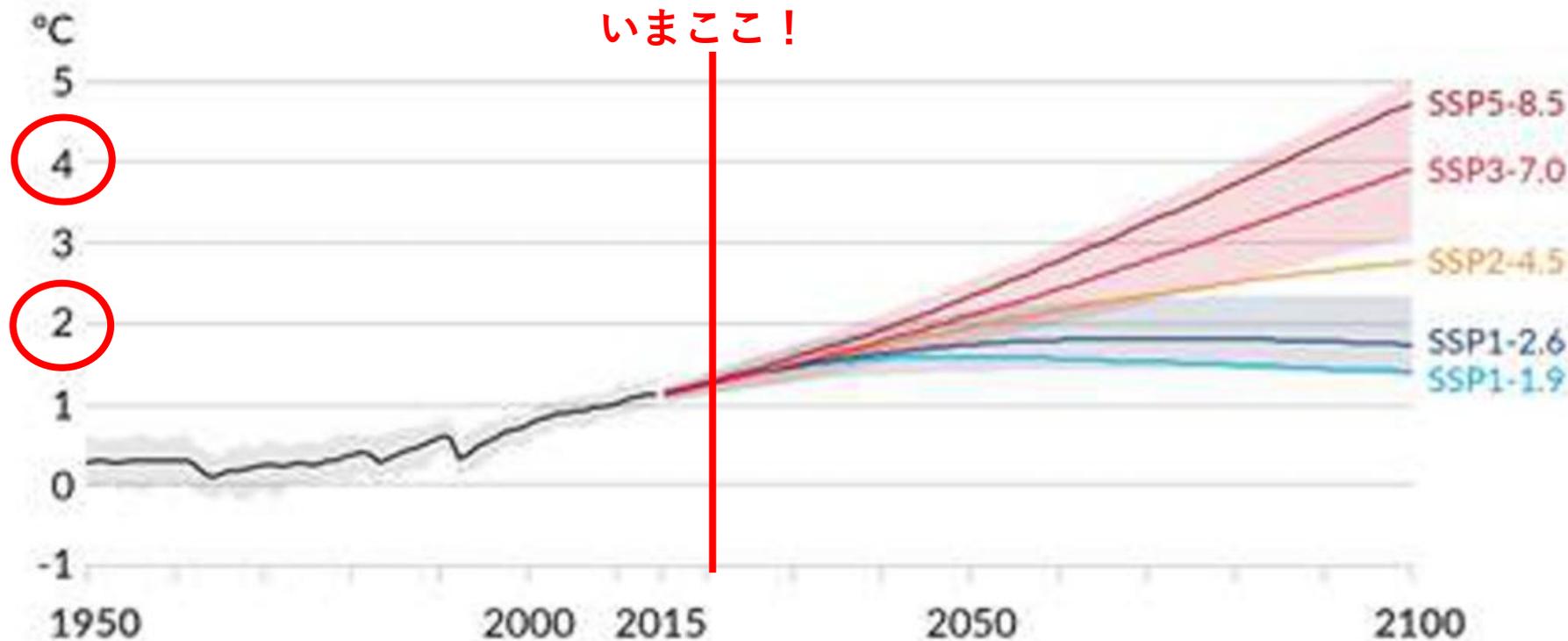
24時間降水量: **103**地点

48時間降水量: **72**地点

出典: 令和元年台風第19号による被害等, 国土交通省,
令和元年11月22日

2度上昇、4度上昇の意味

a) 1850～1900年を基準とした世界平均気温の変化



環境省：気候変動に関する政府間パネル（IPCC）第6次評価報告書 第1作業部会報告書（自然科学的）

12/13 UAE(アラブ首長国連邦)での気候変動対策の国連会議COP28が閉幕

- ・産業革命前からの世界の平均気温の上昇を1.5度に抑えるため、温室効果ガスの排出量を2019年と比べ、2030年までに43%、2035年までに60%、削減する必要
- ・化石燃料について「脱却を進める」ことで合意

日本の気候変動

降水



文部科学省
MINISTRY OF EDUCATION,
CULTURE, SPORTS,
SCIENCE AND TECHNOLOGY JAPAN



気象庁
Japan Meteorological Agency

現在までに観測されている変化

- 大雨及び短時間強雨の発生頻度は有意に増加し、雨の降る日数は有意に減少している。
- 一方、年間又は季節ごとの降水量（合計量）には統計的に有意な長期変化傾向は見られない。

将来予測

洪水頻度約 2 倍

約 4 倍

	2°C上昇シナリオによる予測 <small>パリ協定の2°C目標が達成された世界</small>	4°C上昇シナリオによる予測 <small>現時点を超える追加的な緩和策を取らなかった世界</small>
日降水量200 mm以上の年間日数	約1.5倍に増加	約2.3倍に増加
1時間降水量50 mm以上 ^{注)} の頻度	約1.6倍に増加	約2.3倍に増加
日降水量の年最大値	約12%（約15 mm）増加	約27%（約33 mm）増加
日降水量1.0 mm未満の年間日数	（有意な変化は予測されない）	約8.2日増加

注) 1時間降水量50 mm以上の雨は、「非常に激しい雨（滝のよう）に降る」とも表現される。傘は全く役に立たず、水しぶきであたり一面が白っぽくなり、視界が悪くなるような雨の降り方である。

- 全国平均で見た場合、大雨や短時間強雨の発生頻度や強さは増加し、雨の降る日数は減少すると予測される。
- 日本全国の年間降水量には、統計的に有意な変化は予測されていない。
なお地域や都道府県単位の予測については、予測の不確実性が高い。
- 初夏（6月）の梅雨前線に伴う降水帯は強まり、現在よりも南に位置すると予測される。
なお7月については、予測の不確実性が高い。

※ この資料において「将来予測」は、特段の説明がない限り、日本全国について、21世紀末時点の予測を20世紀末又は現在と比較したもの。

出典：気象庁：日本の気候変動2020

—大気と陸・海洋に関する観測・予測評価報告書—

https://www.data.jma.go.jp/cpdinfo/ccj/2020/pdf/cc2020_gaiyo.pdf

日本の
気候変動
2020

大気と陸・海洋に関する観測・予測評価報告書

2020年12月

文部科学省 気象庁

災害レジリエンスとは？

レジリエンスとは？

内閣官房

Cabinet Secretariat

検索

内閣官房について

会見・発表

政策・制度

情報提供

[トップページ](#) > [各種本部・会議等の活動情報](#) > [国土強靱化](#)

[→英語 \(ENGLISH\)](#)

国土強靱化

防災・減災、
国土強靱化
のための
5か年加速化対策
(～令和7年度)

特集ページ

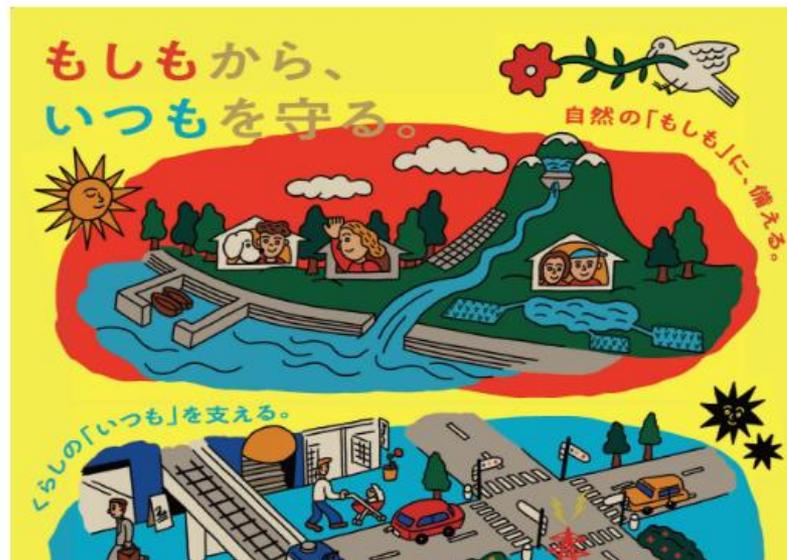
防災・減災、
国土強靱化
のための
3か年緊急対策
(～令和2年度)

国土強靱化
シンポジウム
in 熊本

政府広報オンライン

国土強靱化とは

国土強靱化（ナショナル・レジリエンス）、防災・減災の取組みは、国家のリスクマネジメントであり、強くてしなやかな国をつくることです。また、日本の産業競争力の強化であり、安全・安心な生活づくりであり、それを実現する人の力を創ることです。国民の命と財産を守り抜きます。



国土強靱化 基本計画

(最新版：R5版)

レジリエンスとは？

Resilience

The ability of a system, community or society exposed to hazards to resist, absorb, accommodate, adapt to, transform and recover from the effects of a hazard in a timely and efficient manner, including through the preservation and restoration of its essential basic structures and functions through risk management.

Keywords

Themes

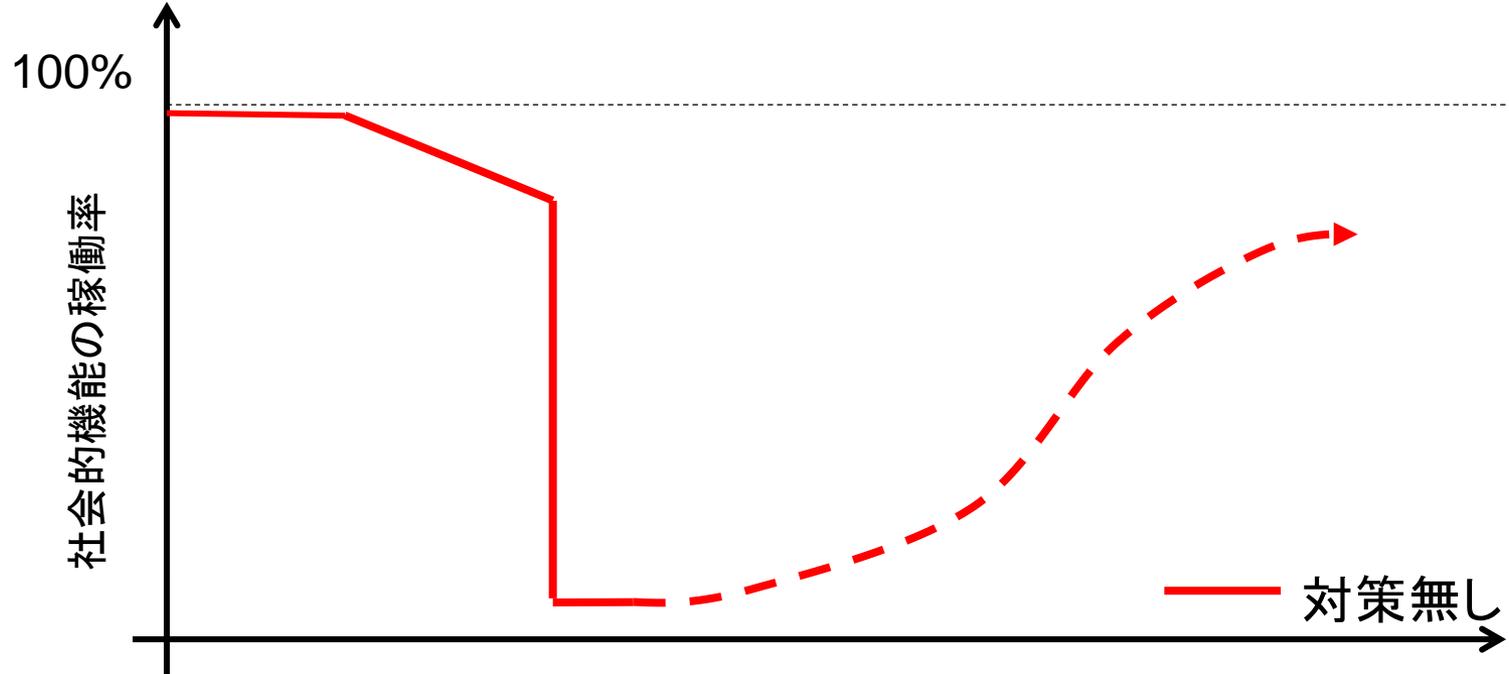
Social Impacts & Social Resilience

The ability to resist, absorb, accommodate, adapt to, transform and recover from the effects of a hazard

災害レジリエンスの実現に必要な4つの要素

(大原の私見)

水災害
地震津波災害（臨時情報有りの場合）

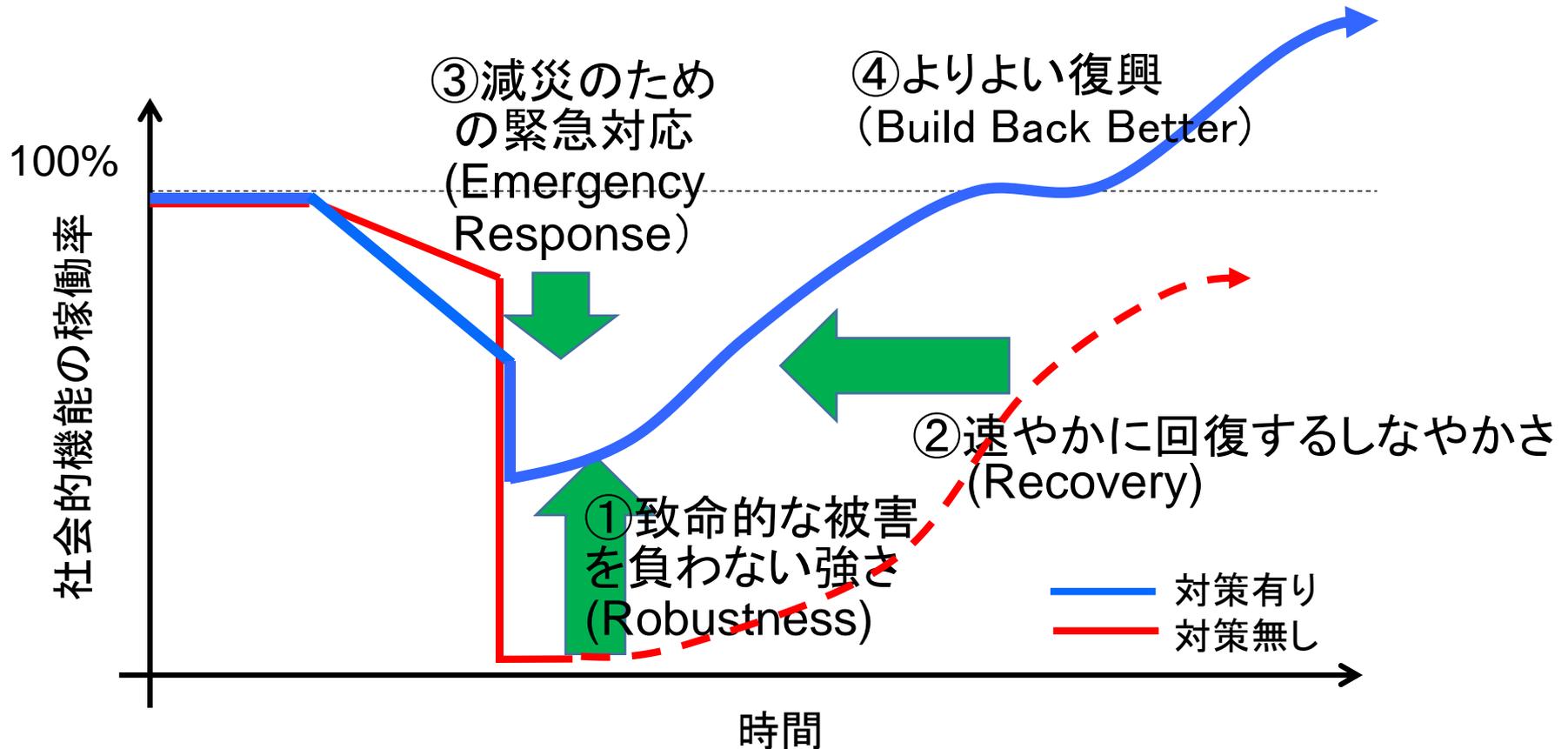


災害レジリエンスの実現に必要な4つの要素

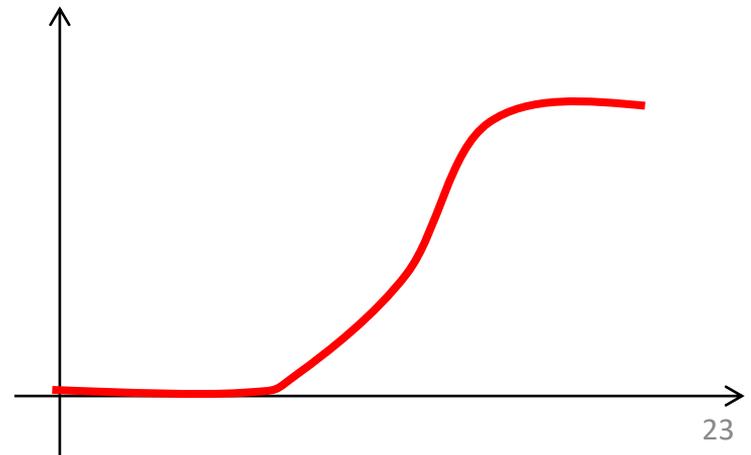
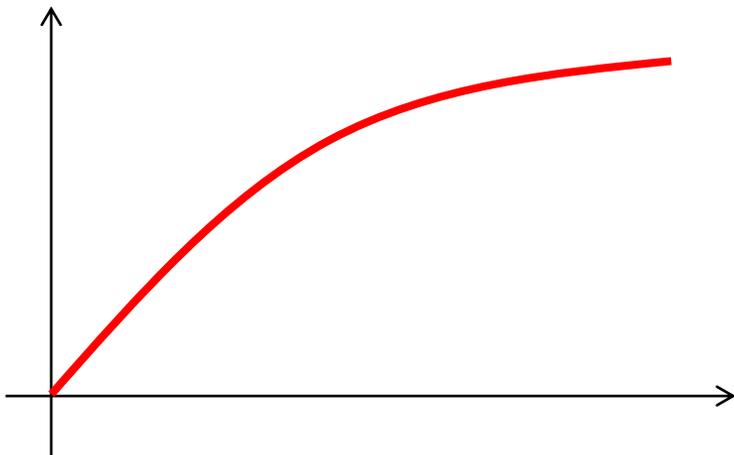
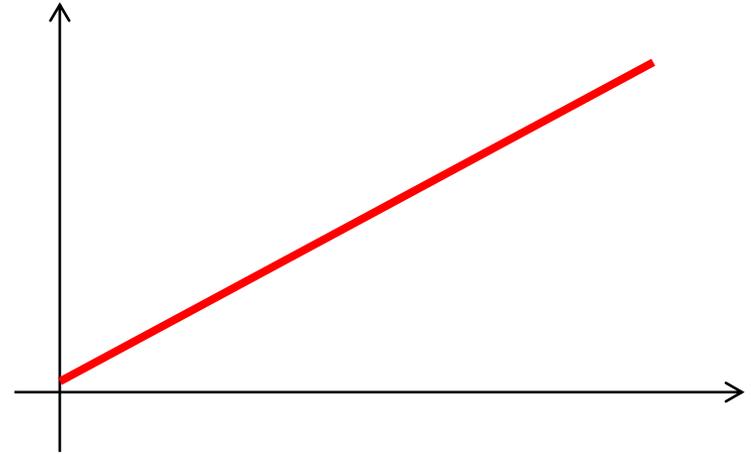
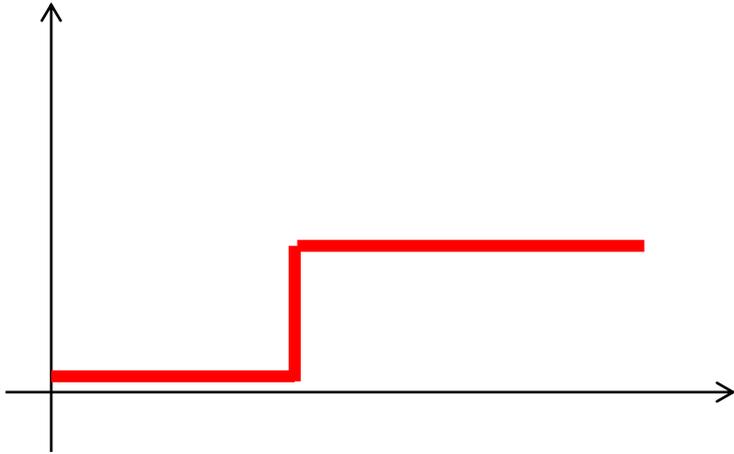
(大原の私見)

水災害
地震津波災害（臨時情報有りの場合）

By Ohara



現状の形は？

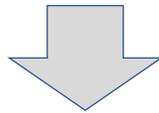


2被災地での調査

茨城県常総市

H27年関東・東北豪雨災害で被災
(鬼怒川)

- ・ 約40km²が浸水 (市全体の約1/3)
- ・ 最大浸水深 : 約3m、1週間以上の湛水
- ・ 死者2名 (関連死を除く)
- ・ 全壊53、大規模半壊1,578、半壊3,476
- ・ 浸水地域で約1週間にわたる停電
- ・ 配水場等の浸水により10日間にわたる断水
等



住宅被害を受けた住民へのアンケート

H29年11月実施

方法 : 訪問インタビュー + 不在時は後日郵送

対象数 : 516

回収数 : 218 (有効207)

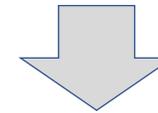
回収率 : 42.2% (有効40.1%)

体制 : 中央大学と連携して実施

岩手県岩泉町

H28年台風第10号で被災
(小本川)

- ・ 死者・行方不明者24名
(高齢者福祉施設入所者9名含む)
- ・ 全壊452、大規模半壊236、半壊255、
半壊に至らない41
- ・ 土砂・洪水氾濫による被害
等



町民へのアンケート

R元年12月~R2年2月実施

方法 : 全町民への質問紙配布

配布数 : 4,159

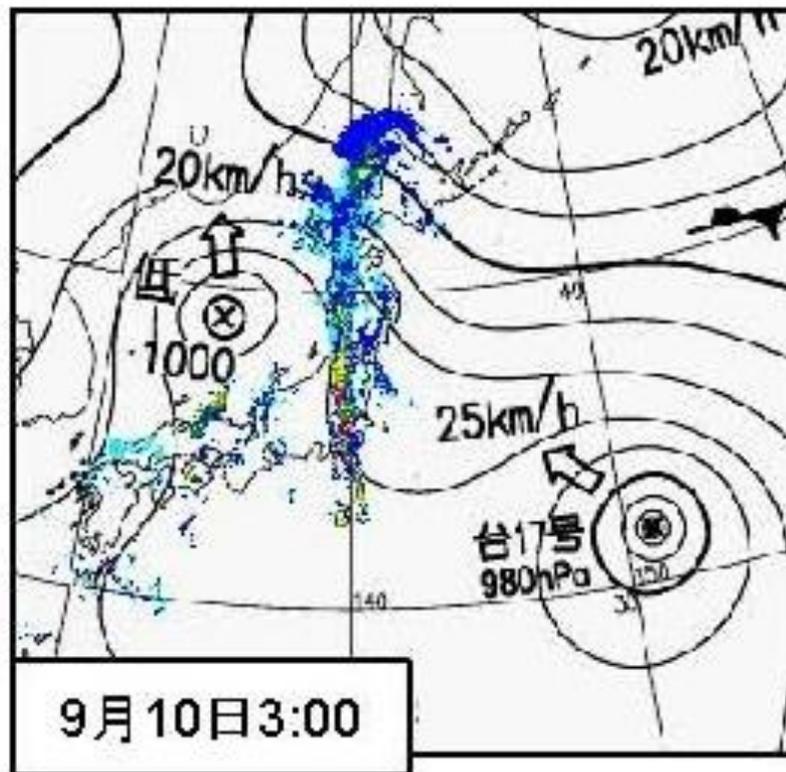
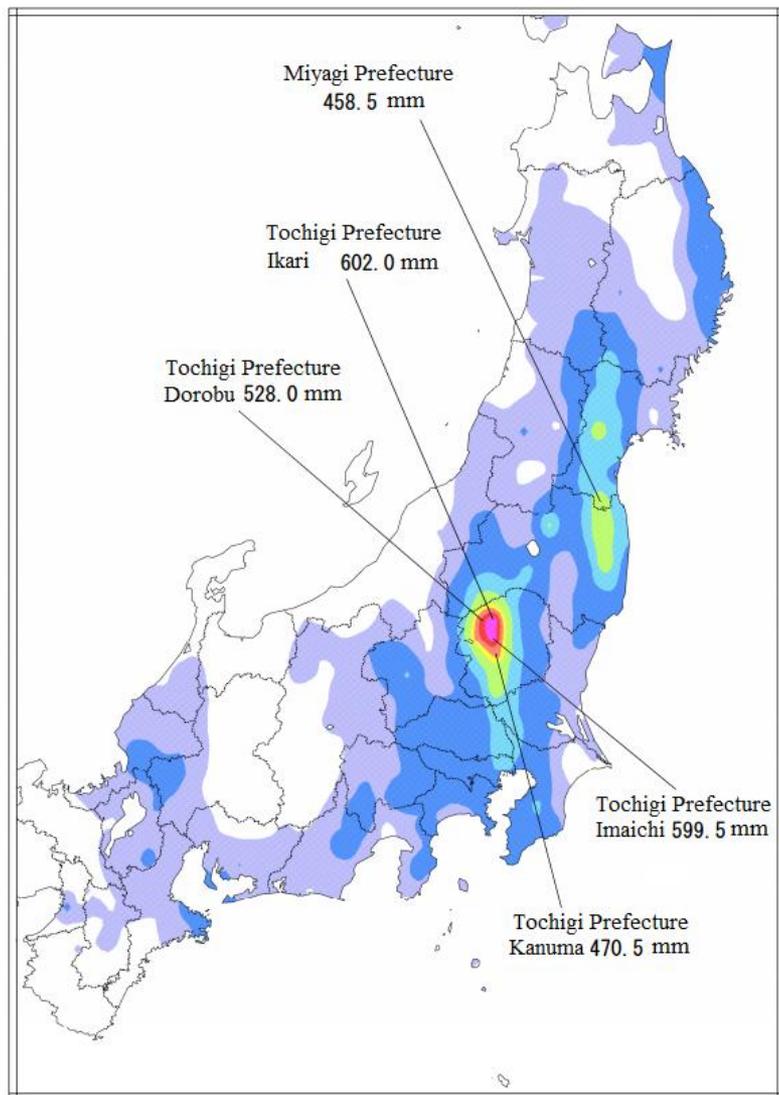
回収数 : 826

回収率 : 19.9%

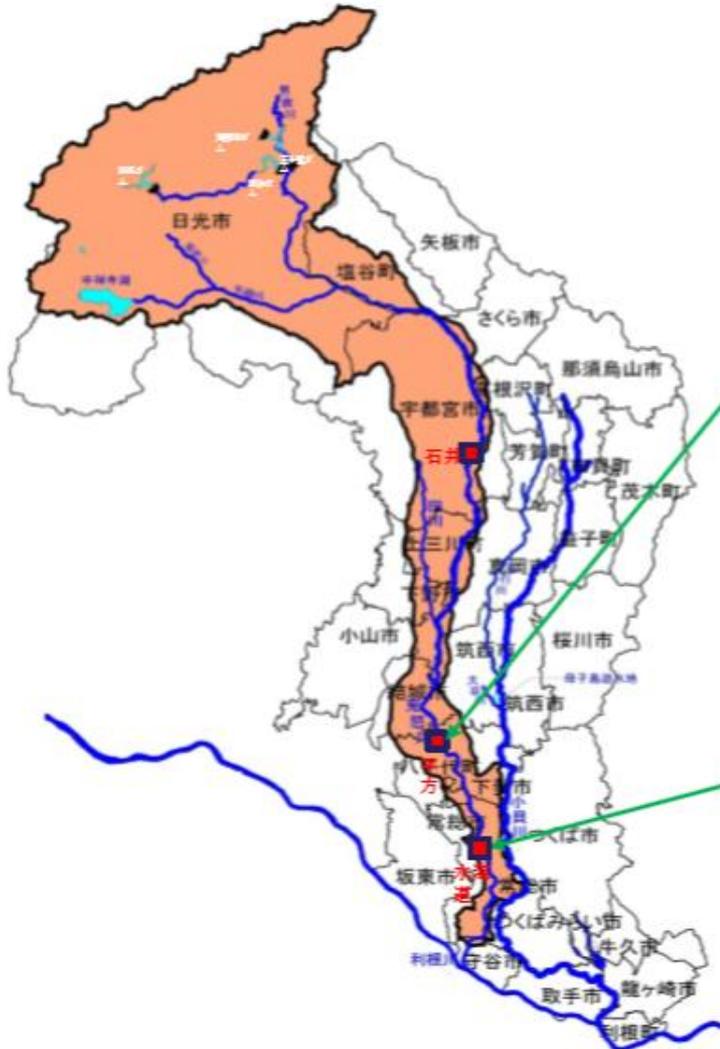
鬼怒川水害

(関東平野での水害例として)

平成27年関東・東北豪雨での鬼怒川水害

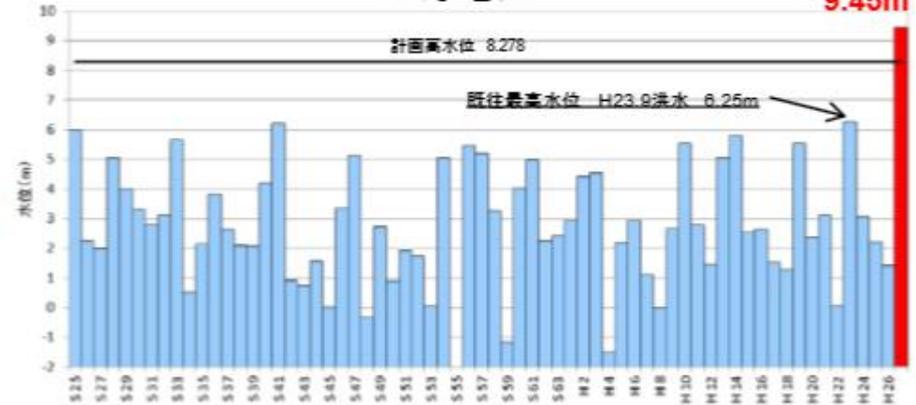


平成27年関東・東北豪雨での鬼怒川水害



平方地点 Hirakata

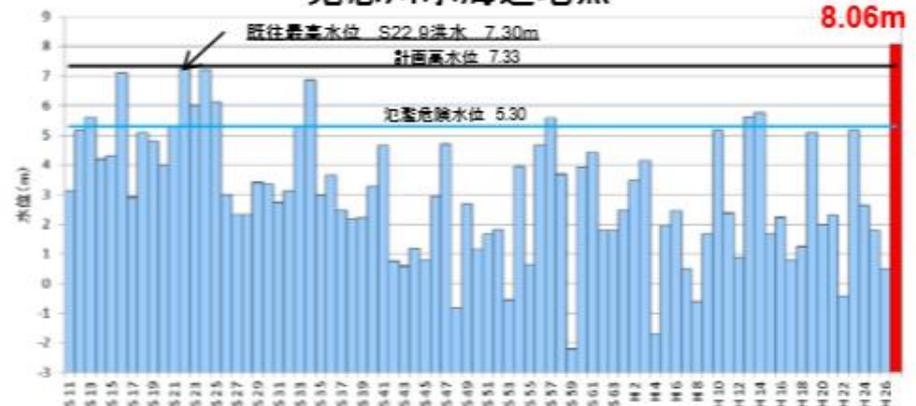
9.45m



※ゼロ点高: YP+22.044m
 ※昭和25年から観測開始(時刻水位)

Mitsukaido
 鬼怒川水海道地点

8.06m



※ゼロ点高: YP+9.914m
 ※昭和11年から観測開始(時刻水位)

※氾濫危険水位は最新の設定水位を記載。
 ※平成27年9月洪水に関する数値は速報値であり、今後の精査により変更する可能性があります。

平成27年関東・東北豪雨での鬼怒川水害

午前6時 若宮戸で越水



12時50分 三坂町で決壊



<https://www.youtube.com/watch?v=4yJSOWqCcdw>



Source: GSI

平成27年関東・東北豪雨での鬼怒川水害

約5,100戸が全半壊、
4,200以上が救助された。
このうち、1,339人はヘリによる救助。



平成27年関東・東北豪雨での鬼怒川水害

鬼怒川 ^{いっすい} 溢水・決壊 押し寄せる濁流



決壊した鬼怒川の堤防。濁流が住宅をのみ込んだ（9月10日午後4時20分、三坂町）

三坂町で
200mに渡って決壊

常総市水害記録誌より

平成27年関東・東北豪雨での鬼怒川水害



鬼怒川があふれ、川のようになった住宅地（9月10日午前10時45分、新石下）

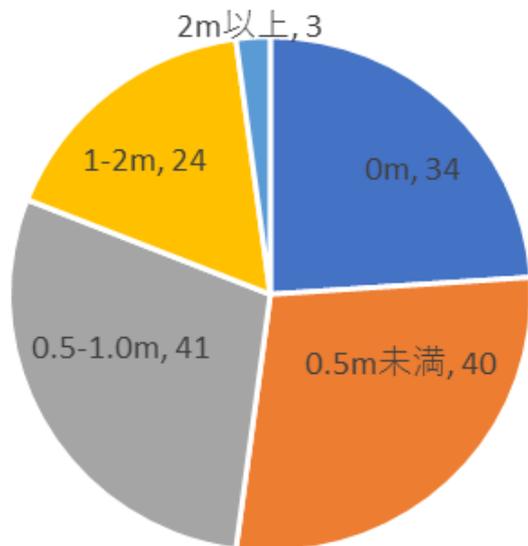
平成27年関東・東北豪雨での鬼怒川水害



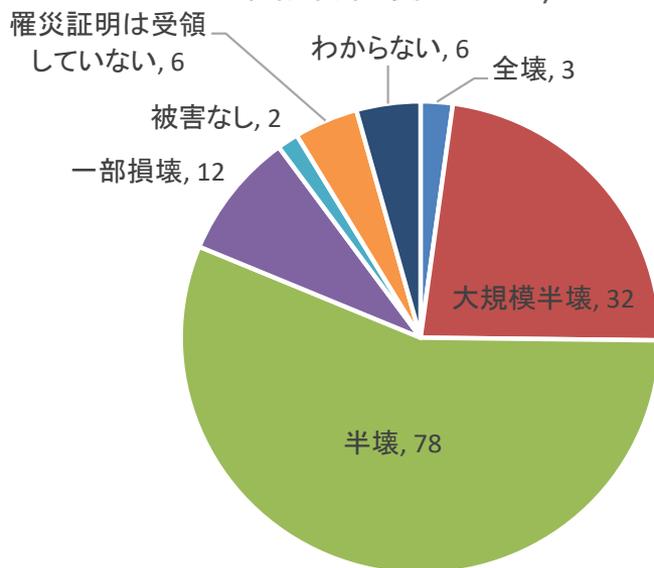
水が押し寄せた玉小学校付近（9月10日午後0時26分、若宮戸）

住民調査：自宅の被害程度

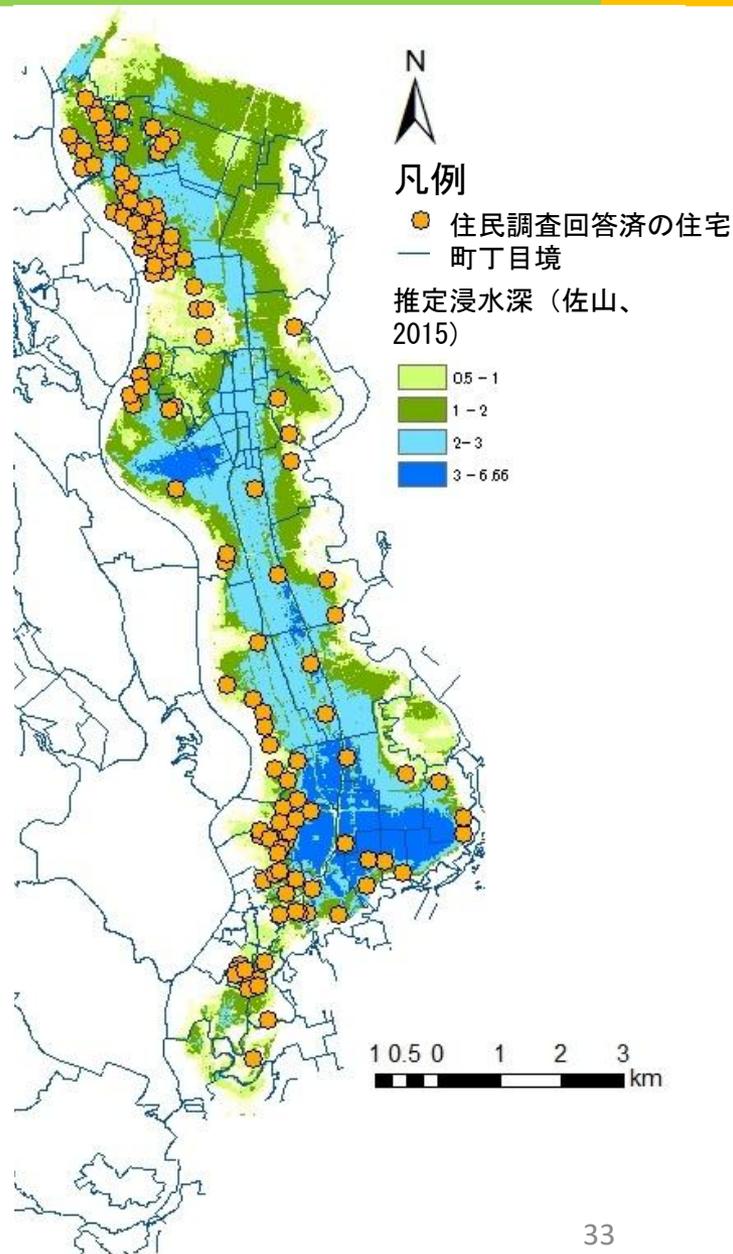
床上浸水深さ別の回答数



Q1被害程度 (N=139)



内閣府の住家の被害認定基準：
住家の主要な構成要素の経済的被害の割合が50%以上、40-50%、20-40%、20%未満の場合に、全壊・大規模半壊・半壊・半壊に至らない（一部損壊）となる。



3つの質問

Q. 被災したご自宅の補修や建て替えはされましたか？

住まいの建て替えや補修は、いつ頃に完了しましたか。

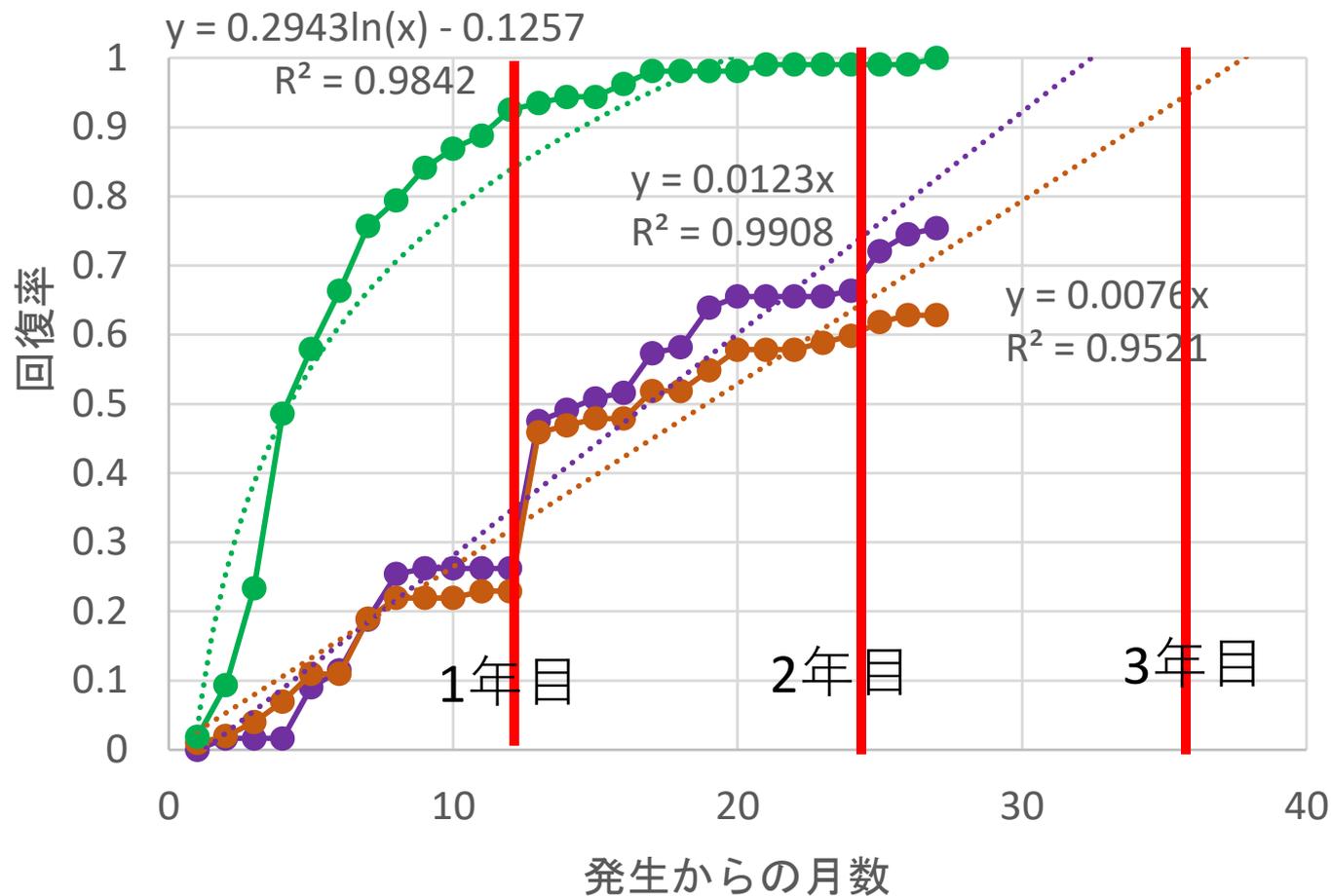
Q. 毎日の生活が落ち着きましたか？

「そう思う」場合は、そのように感じるようになった時期も教えて下さい。

Q. 地域の活動が元に戻っていますか？

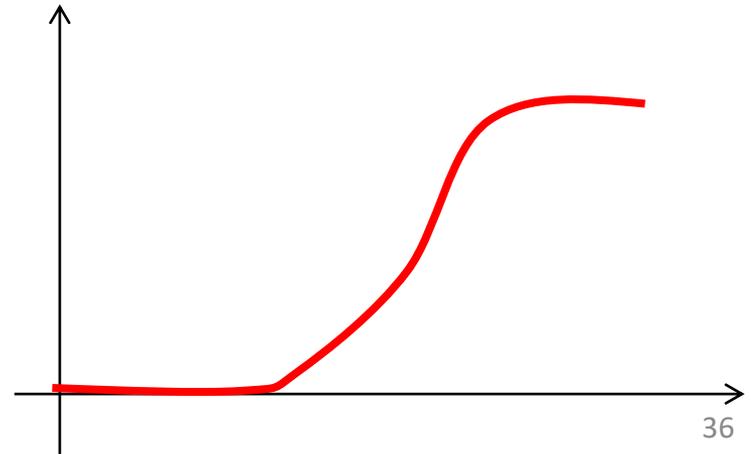
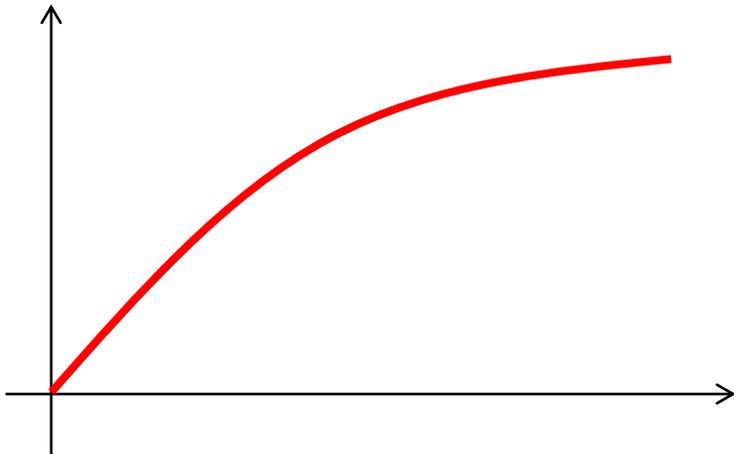
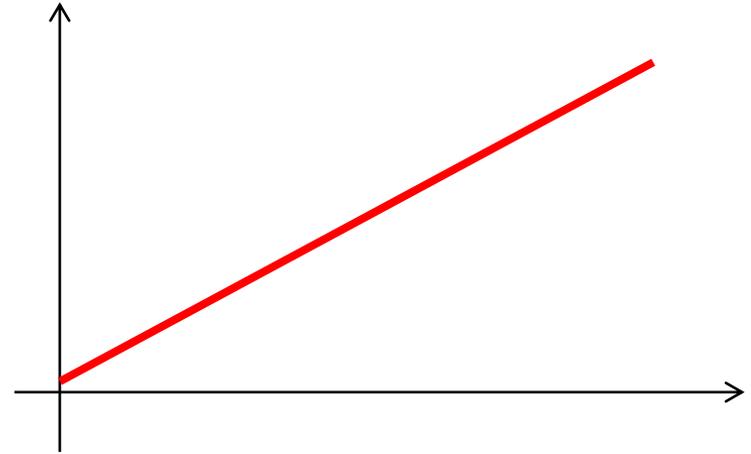
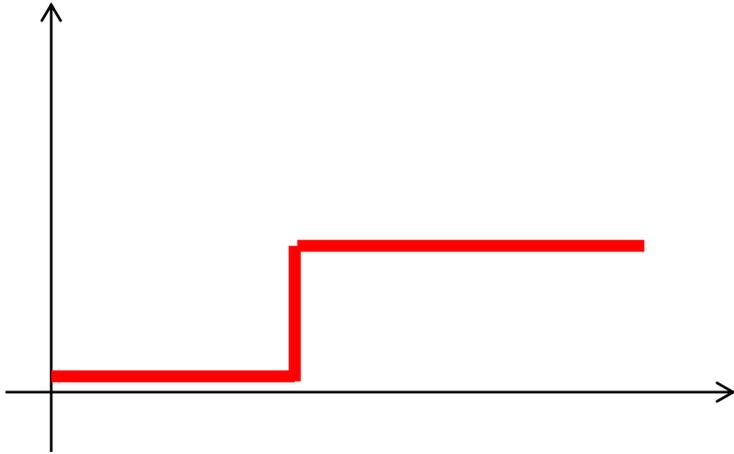
「そう思う」場合は、そのように感じるようになった時期も教えて下さい。

アンケート調査に基づく被災者の住まい・生活の回復状況の分析



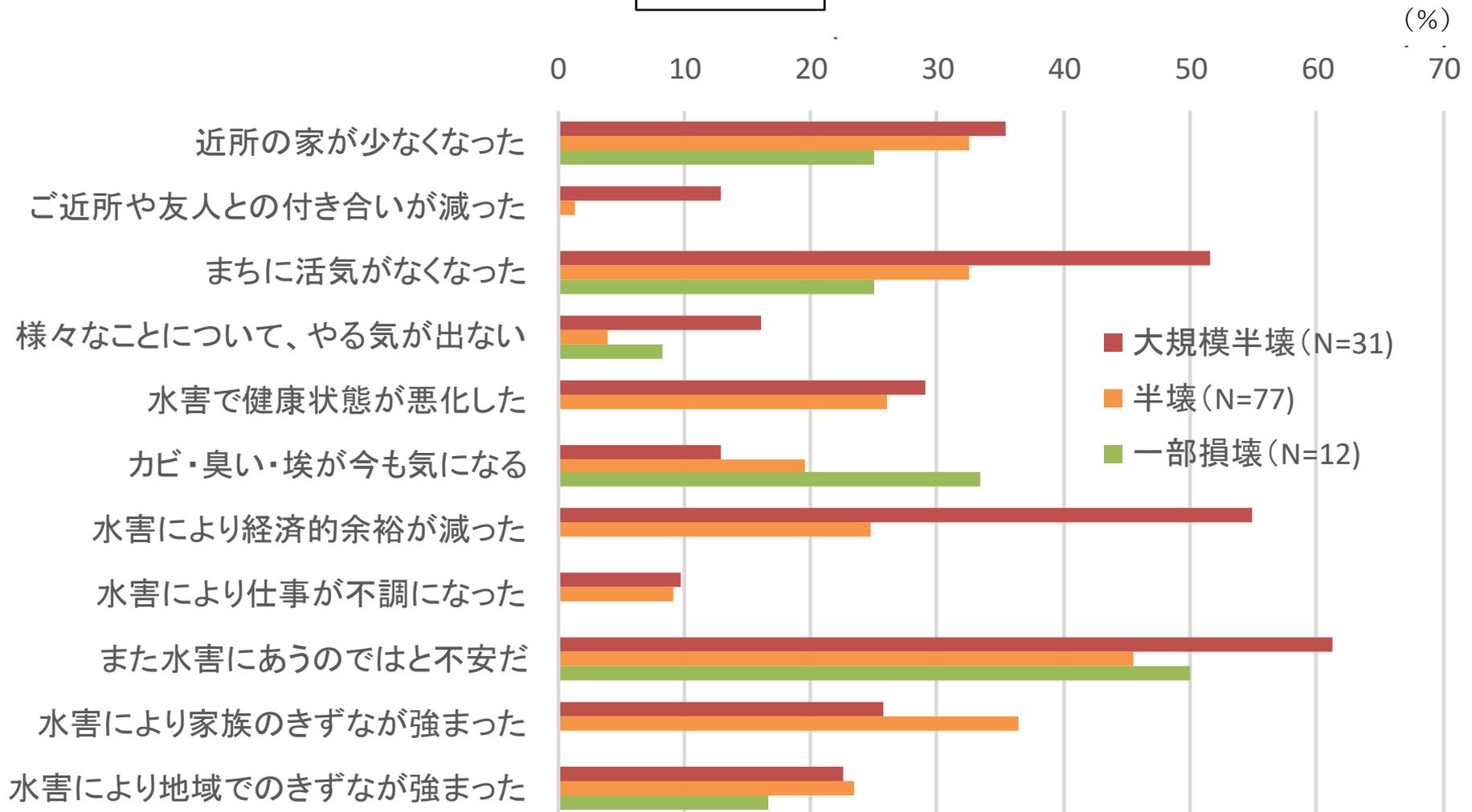
- 日常生活の回復率 (半壊以上)
- 地域活動の回復率 (半壊以上)
- 補修・建て替え完了率

現状の形は？



災害後の変化

常総市

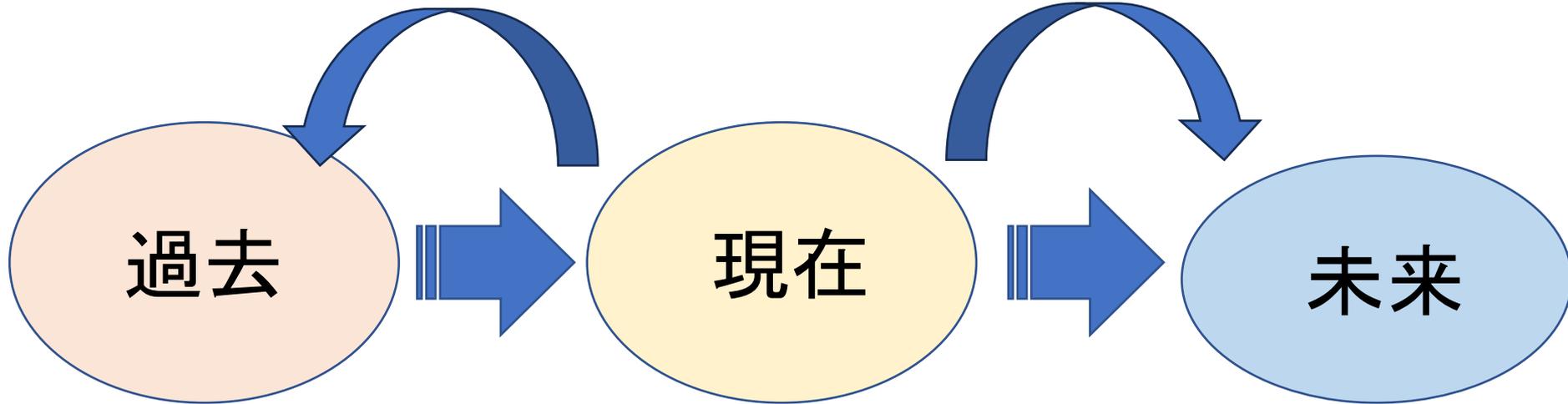


Well-being（よりよく生きること）と災害の関係

私の考えるWell-Being

後悔しない

- ・ 望み・ビジョンが持てる
- ・ 恐れが少ない



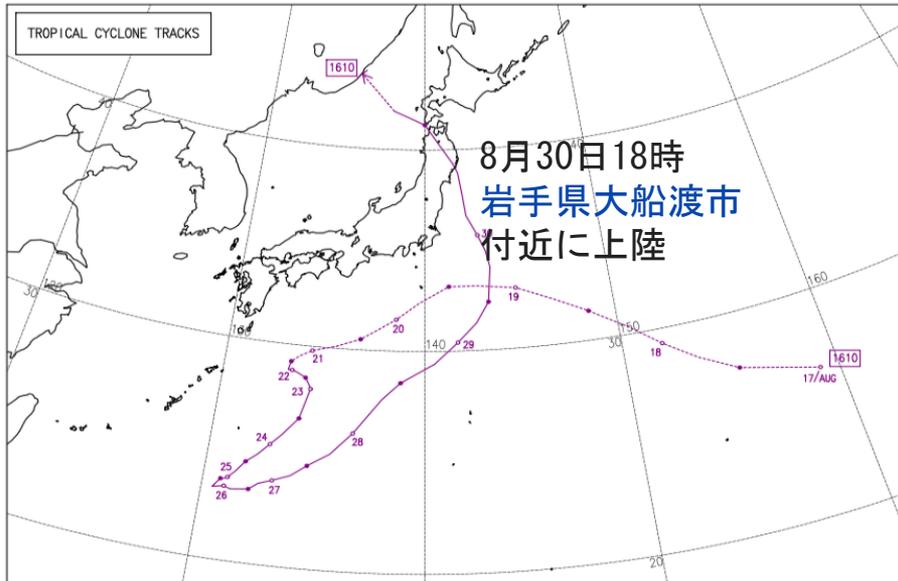
- ・ 基本的生活に満たされている
- ・ 納得している
- ・ 孤立していない(包含されている)
- ・ 幸せを感じられる

小本川水害

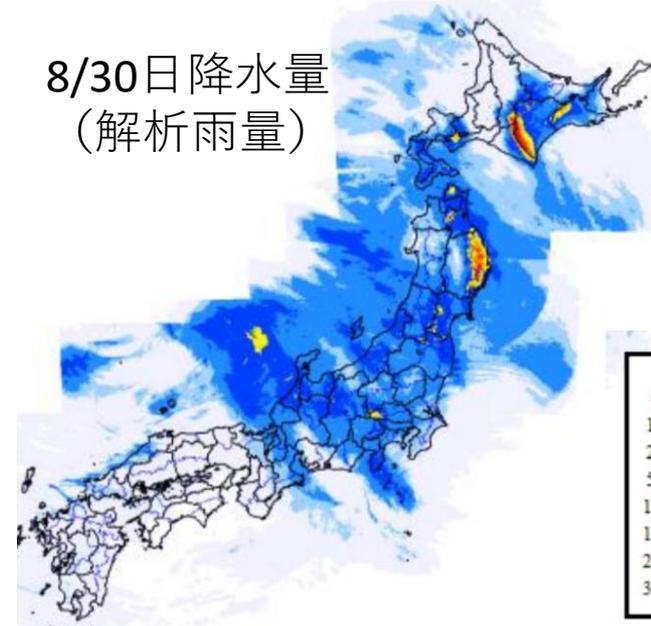
(中山間地の水害例として)

平成28年台風第10号災害

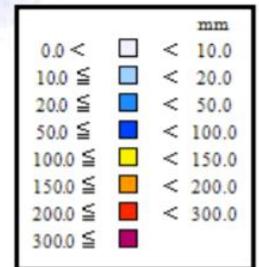
- 気象庁の1951年の統計開始以来、初めて東北地方の太平洋側に上陸した台風
- 死者26名（**岩手県24名**、北海道2名）、行方不明者3名（消防庁、平成29年11月8日）
岩手県岩泉町が23名（なお、平成30年1月30日時点の岩泉町資料で24名）
岩泉町乙茂の高齢者福祉施設にて**入所者9名**が濁流に巻き込まれ死亡
- 住家被害 全壊518、半壊2281（消防庁、平成29年11月8日）
岩泉町での全壊452、大規模半壊236、半壊255（岩泉町資料）



気象庁：台風経路図



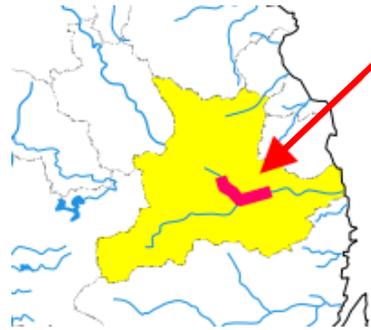
岩泉町：
総降水量
285.5mm
時間雨量
70.5mm
(町観測最大)



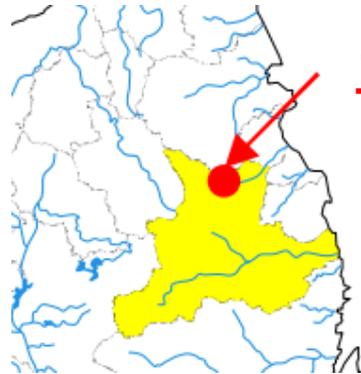
気象庁：台風第7号、第11号、第9号、
第10号及び前線による大雨・暴風

小本川水系と安家川水系

二級河川 小本川 (流路延長65km)



二級河川 安家川 (流路延長51km)



有芸地区 (あまり被災していない)



(河川災害復旧等
関連緊急事業)

岩手県
資料より

小本川水系での被害



図 4.1.4 小本川 浸水被害 激特區間(0.0~24.1k)





流木被害

⇒ 橋に流木が掛かりダム化し浸水被害を拡大した



土石流被害

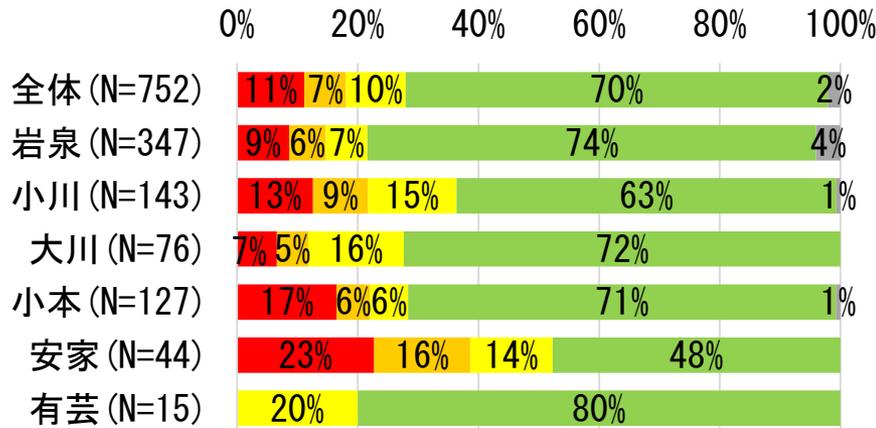
⇒ 平時水の流れのない沢からの土石流により孤立



13

岩泉町資料より

回答者の自宅の被害状況



- 室内被害 (床上1m以上)
- 室内被害 (床上1m未満)
- 床下被害
- 被害は受けていない
- 平成28年8月は住んでいない・わからない

- ・ 回答者全体うち、自宅が何らかの被害を受けた世帯が約3割弱
- ・ **安家地区**で最も高く約50%、次いで**小川地区**で40%弱であった。



- 全壊
- 大規模半壊
- 半壊
- 一部損壊 (半壊に至らない)
- わからない・答える必要は無い

- ・ 被害程度の内訳をみると、全壊被害は小本、安家、岩泉地区の順に多かった一方で、有芸地区での被害程度は軽微であった。

- ・ 自宅被害を受けた回答者のうち、補修した割合、建て替えた割合はそれぞれ64%、8%となった。

3つの質問

Q. 被災したご自宅の補修や建て替えはされましたか？

住まいの建て替えや補修は、いつ頃に完了しましたか。

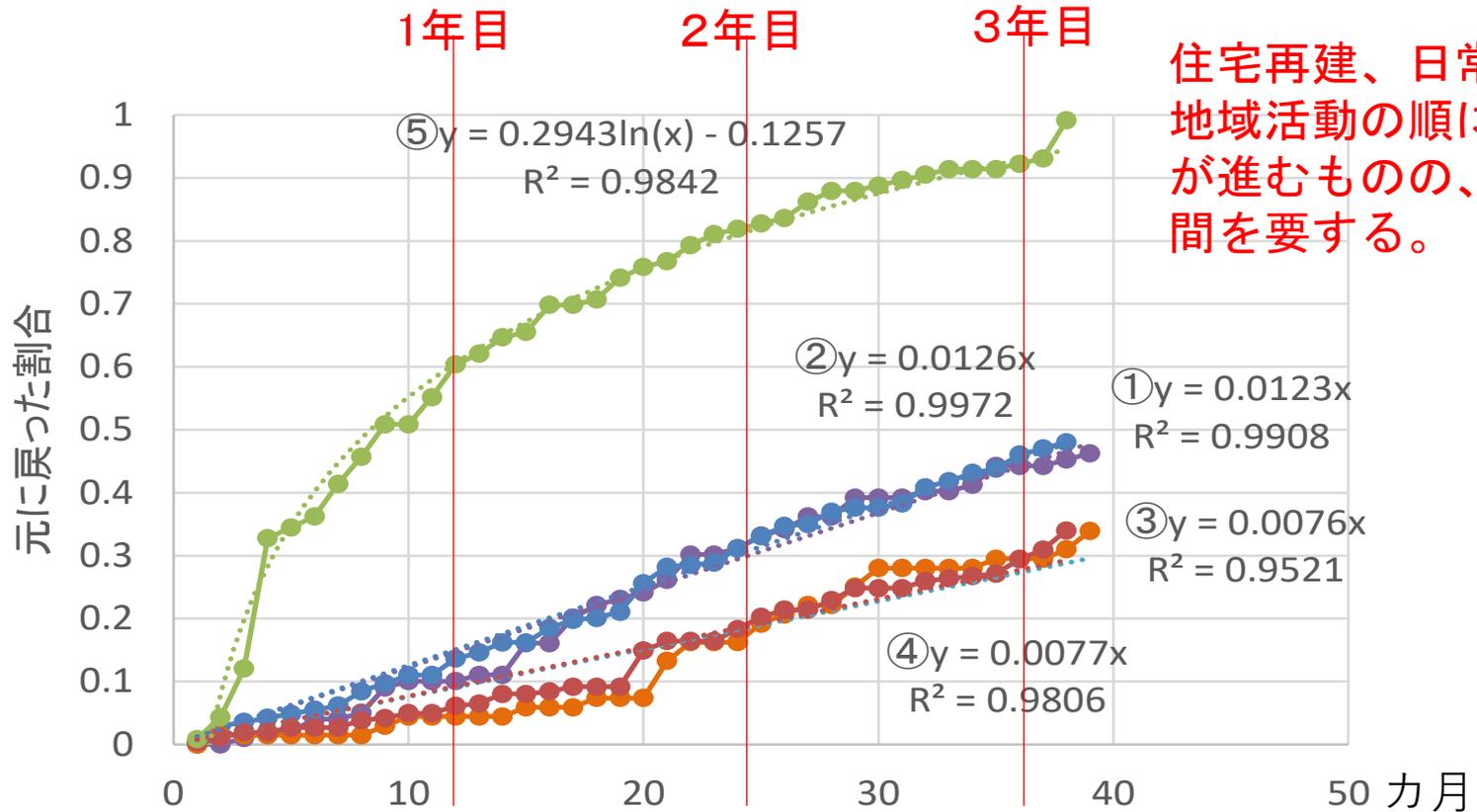
Q. 毎日の生活が落ち着きましたか？

「そう思う」場合は、そのように感じるようになった時期も教えて下さい。

Q. 地域の活動が元に戻っていますか？

「そう思う」場合は、そのように感じるようになった時期も教えて下さい。

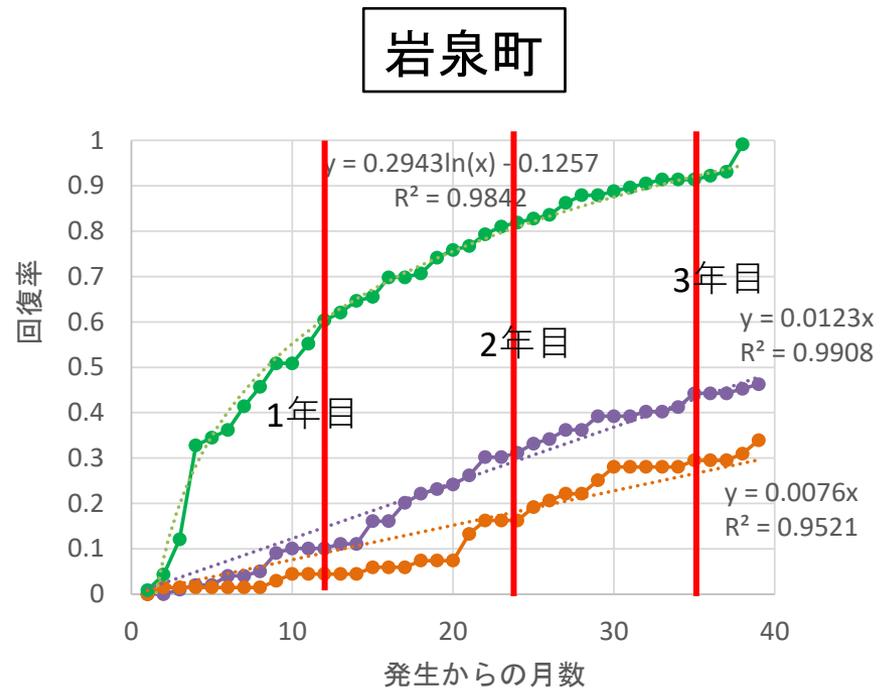
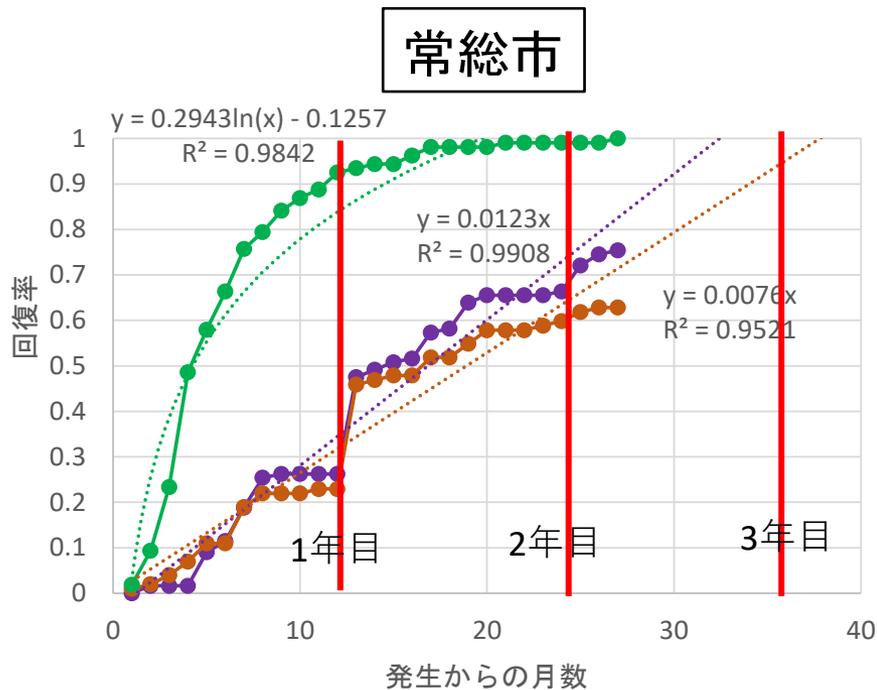
住宅再建及び日常生活・地域活動の回復曲線



住宅再建、日常生活、
地域活動の順に回復
が進むものの、長期
間を要する。

- ① ①毎日の生活が落ち着いた割合(半壊以上) 線形(①毎日の生活が落ち着いた割合(半壊以上))
- ② ②毎日の生活が落ち着いた割合(全回答) 線形(②毎日の生活が落ち着いた割合(全回答))
- ③ ③地域の活動が元に戻った割合(半壊以上) 線形(③地域の活動が元に戻った割合(半壊以上))
- ④ ④地域の活動が元に戻った割合(全回答) 線形(④地域の活動が元に戻った割合(全回答))
- ⑤ ⑤補修・建て替え完了割合 対数(⑤補修・建て替え完了割合)

2被災地の比較

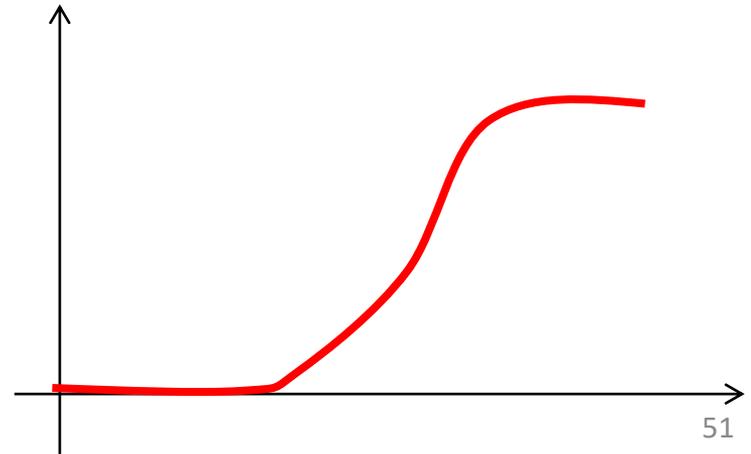
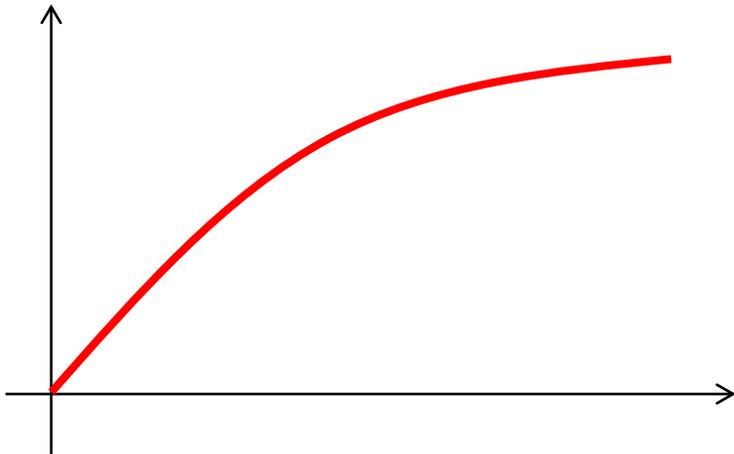
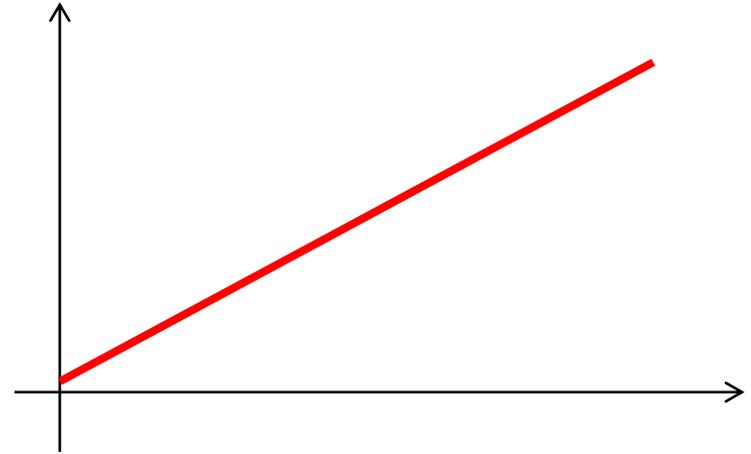
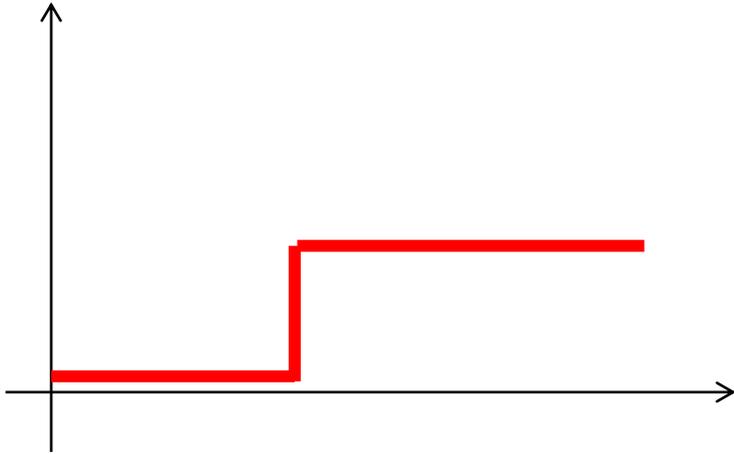


- 日常生活の回復率 (半壊以上)
- 地域活動の回復率 (半壊以上)
- 補修・建て替え完了率
- 線形 (日常生活の回復率 (半壊以上))
- 線形 (地域活動の回復率 (半壊以上))
- 対数 (補修・建て替え完了率)

- 日常生活の回復率 (半壊以上)
- 地域活動の回復率 (半壊以上)
- 補修・建て替え完了率
- 線形 (日常生活の回復率 (半壊以上))
- 線形 (地域活動の回復率 (半壊以上))
- 対数 (補修・建て替え完了率)

- **住宅再建、日常生活の回復、地域活動の回復の順に時間を要する。**
 → 住宅の再建が進んでも、毎日の生活が落ち着いたとは感じていない。
- 岩泉町の方が著しく回復が遅い傾向。

現状の形は？



2被災地の比較

	常総市		岩泉町	
	50% 回復値 (実績)	80% 回復値 (実 績)	50% 回復値 (実績)	80% 回復値 (実 績)
住宅再建	5か月	9か月	9か月	22か月
日常生活の回復	15か月	未	未	未
地域活動の回復	17か月	未	未	未

それぞれの被災市町での回復状況を定量的に表現



レジリエンスを評価する指標としての活用可能性

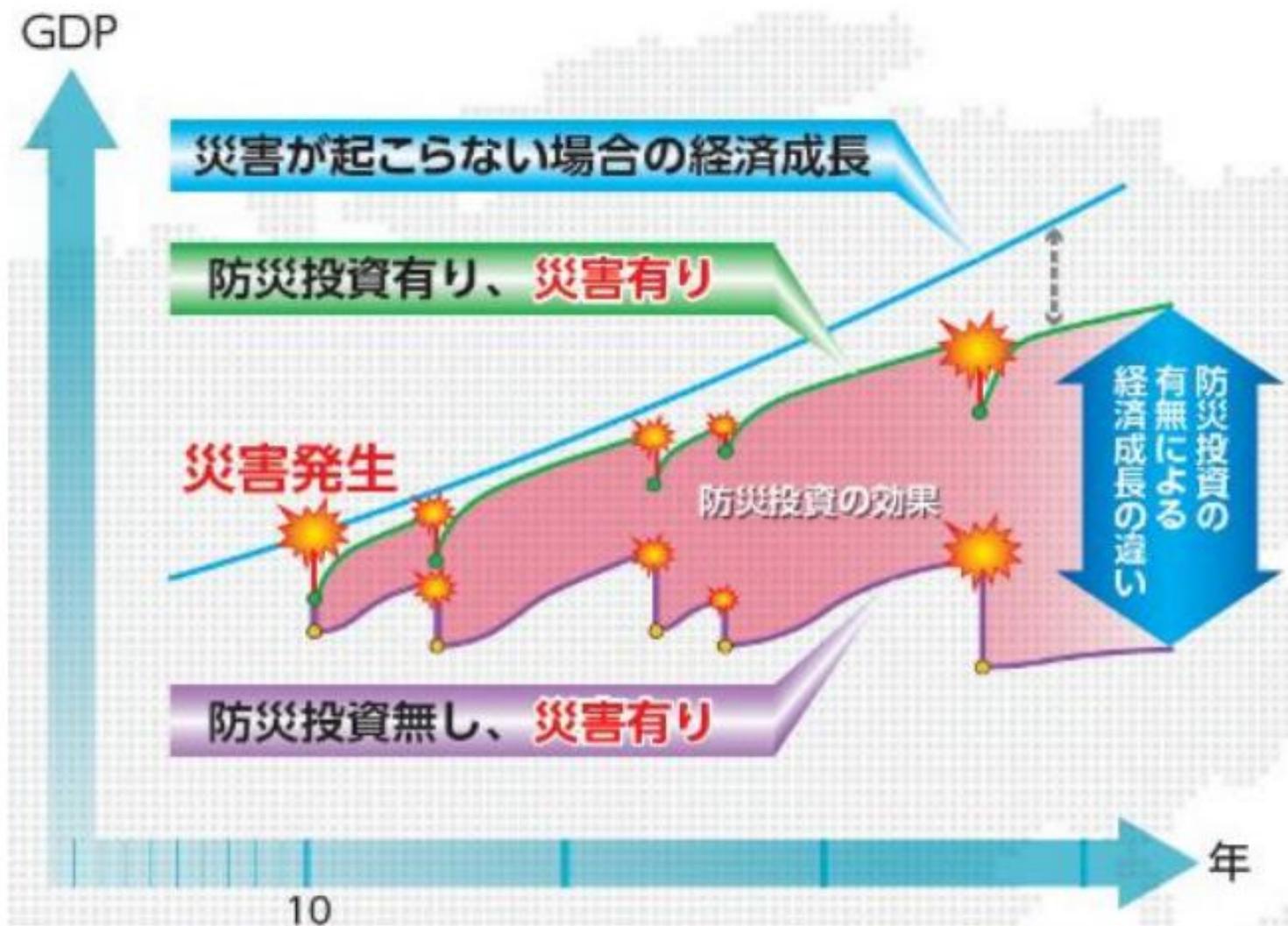
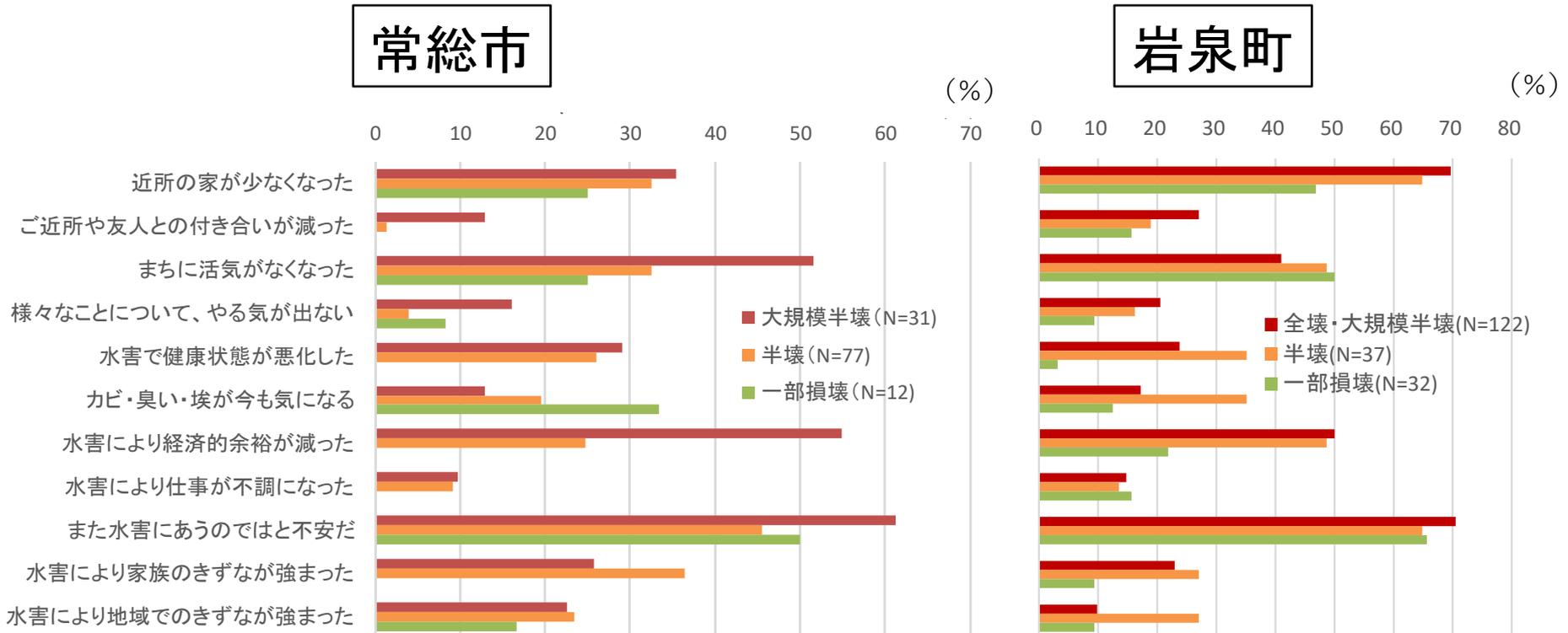


図 3-2 防災投資と開発の関係模式図
 (出典：JICA(2014)『防災の主流化に向けて』)

災害後の変化に関する2被災地の比較

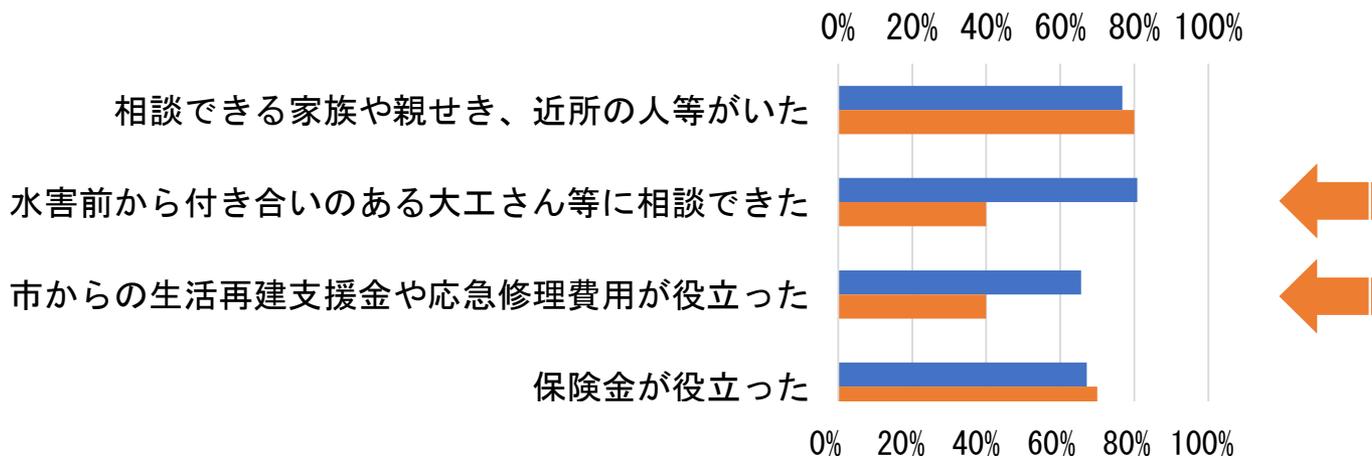


- ・両方とも、「また水害にあうのではと不安だ」「水害により経済的余裕が減った」「近所の家が少なくなった」「まちに活気がなくなった」が多い。
- ・半壊以上では、「きずなが強まった」という回答も見られた。
- ・「また水害にあうのではと不安だ」は被害程度によらず、多い。
- ・岩泉町では、全壊・大規模半壊よりも、半壊・一部損壊で、「まちに活気がなくなった」が多く、被災後の町全体への負の影響が懸念される。

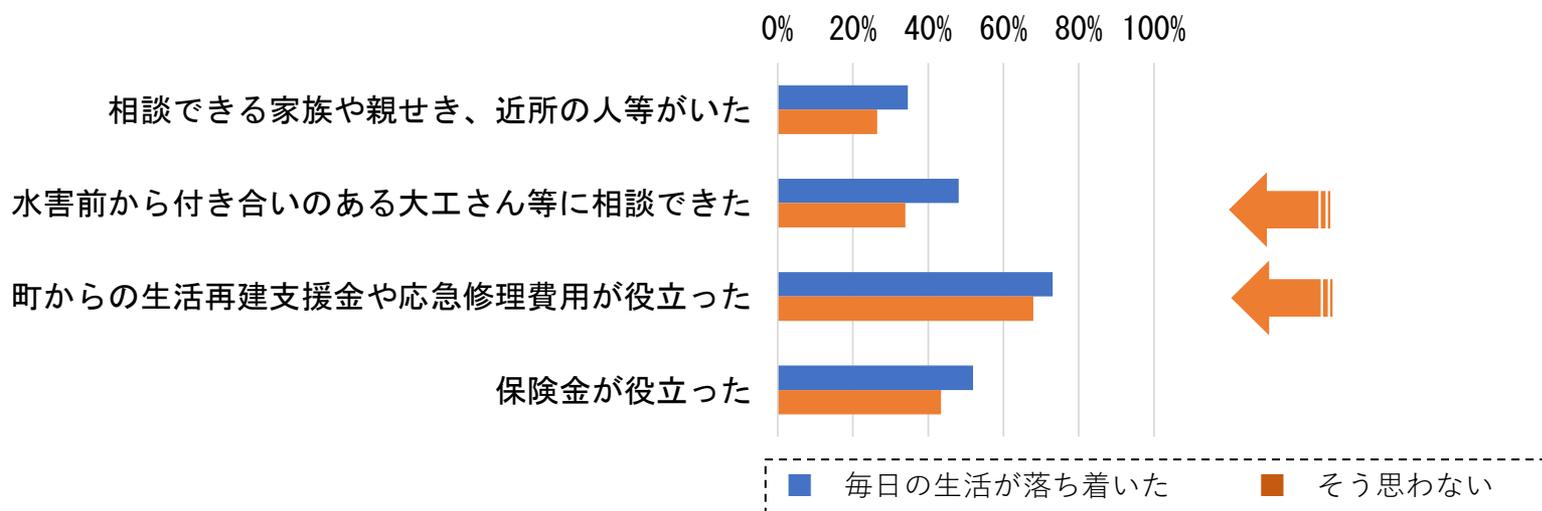
回復を早めるために必要な要素

Q.補修や建て替え時に役立った要因

常総市



岩泉町



- ▶ 補修や建て替え等について相談できる環境や、生活再建支援金や応急修理費用等の経済的環境が、回復を加速化する可能性

行うべき対策は？

①身の回りでのハザードマップ情報の確認

重ねるハザードマップ ~自由にリスク情報を調べる~

例：茨城県つくば市北郷1 / 国土地理院

選択中の情報

災害種別で選択

- 洪水・内水 (想定最大規模)
- 土砂災害 (想定最大規模)
- 高潮 (想定最大規模)
- 津波 (想定最大規模)
- 道路防災情報
- 地形分類

掲載データに関する留意事項

すべての情報から選択

選択情報のリセット

指定緊急避難場所

20m~

10~20m

5.0~10m 2階の屋根以上が浸水する

3.0~5.0m 2階部分まで浸水する程度

0.5~3.0m 1階天井まで浸水する程度

0.0~0.5m 大人の膝までつかる程度

凡例

20 km

標高：--- (データソース：---)

②時系列で入手可能な情報を想定しておく

- 防災気象情報は、発生するおそれのある現象のスケールを踏まえ、予測可能性に応じて段階的に発表。
- 現象の発生までのリードタイムが短い情報ほど、できるだけ時間、区域、程度を明記した内容。

防災気象情報は予測精度を踏まえて、段階的に、より詳細に発表

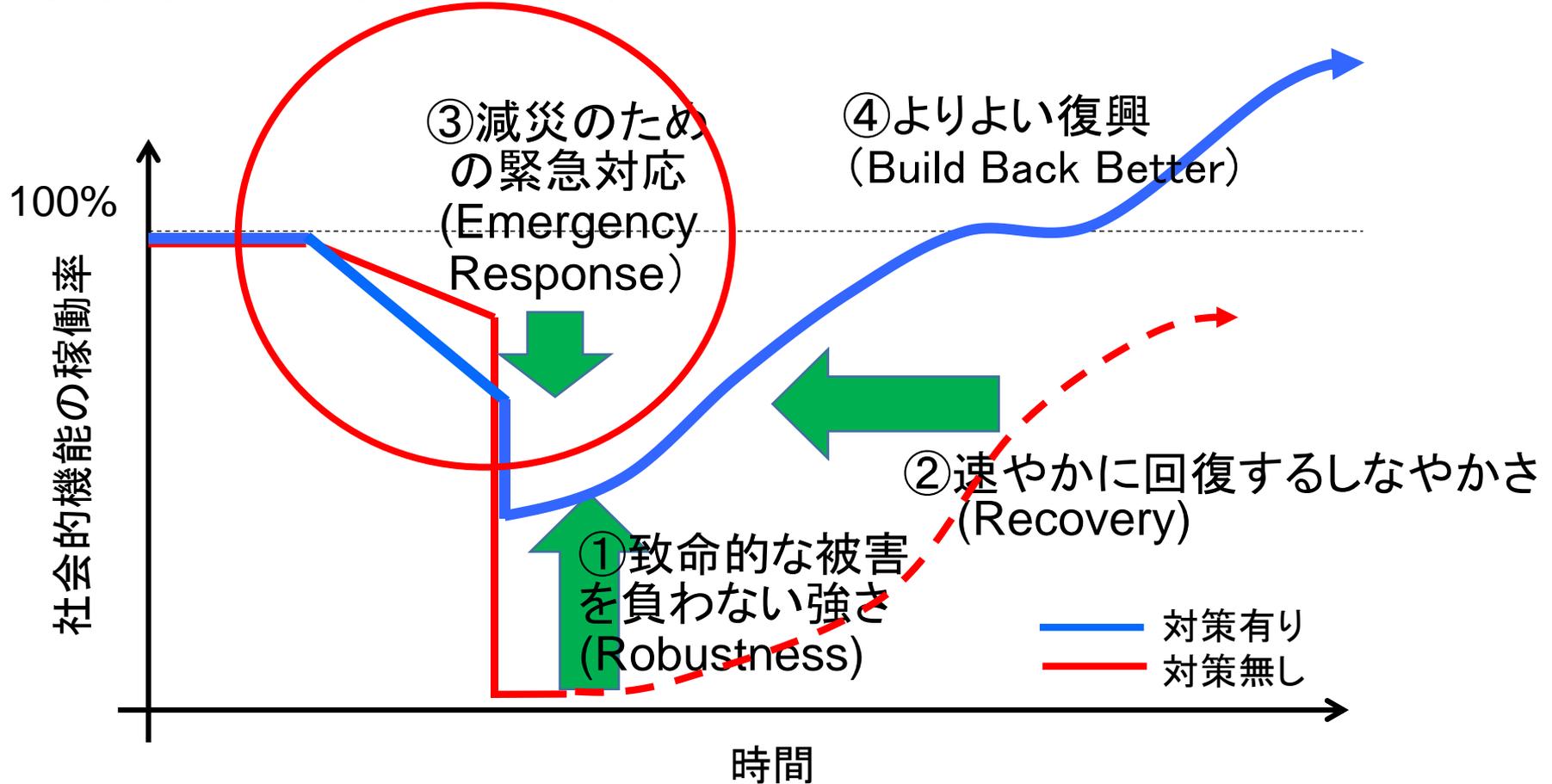


災害レジリエンスの実現に必要な4つの要素

(大原の私見)

水災害
地震津波災害（臨時情報有りの場合）

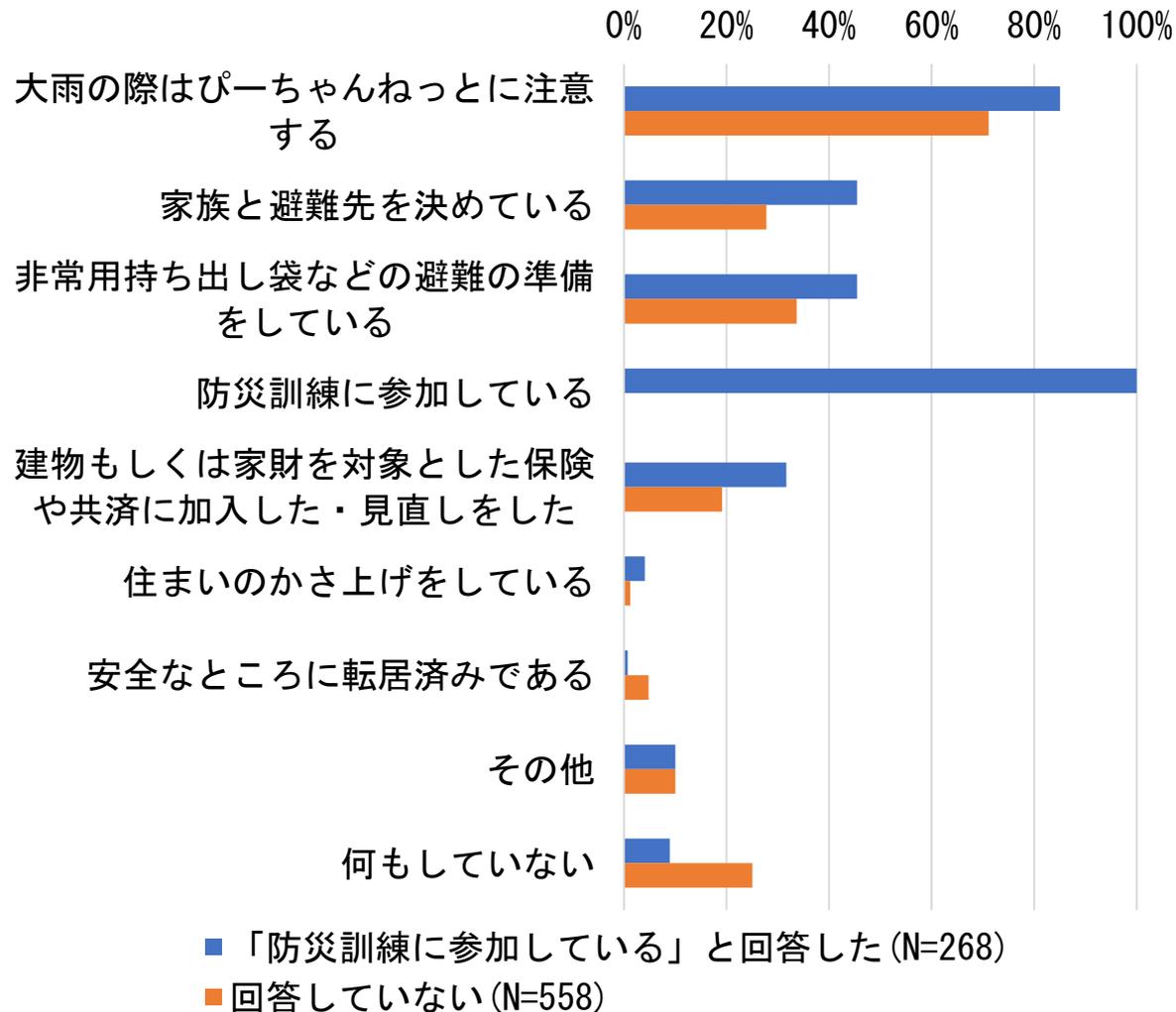
By Ohara



③必要な対策を考えておく

岩泉町でのアンケート調査結果：

水害・土砂災害への家庭での対策状況



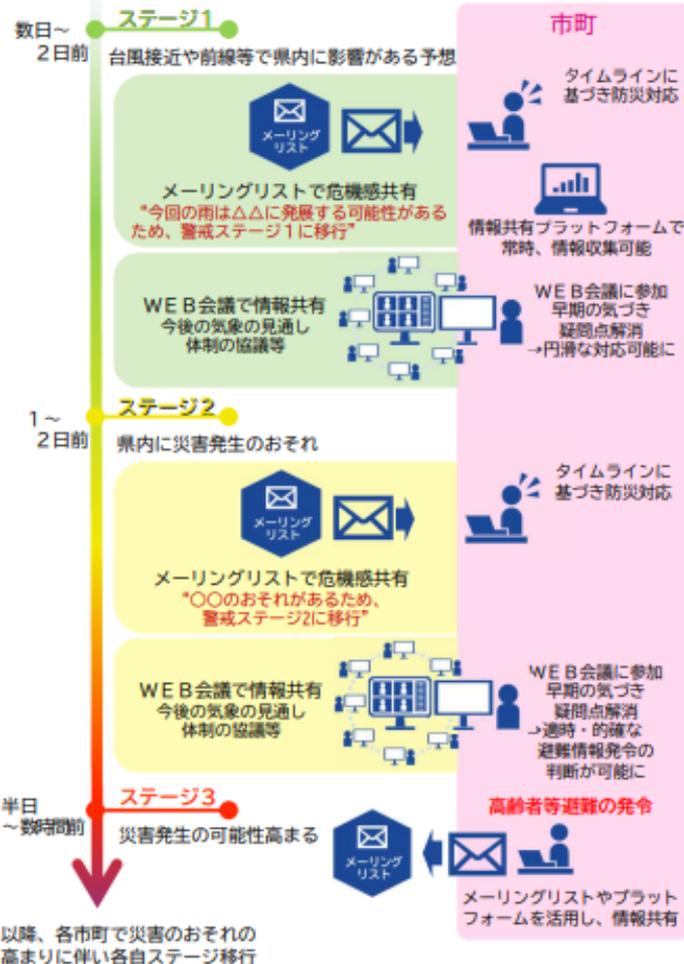
対策を多数行う人と、行わない人で、2極化しがち。

④時系列での対応を考えておく

ふくい県域タイムラインを参考に、考えてみる

- ・タイムラインに基づく早めの防災対応で県民の**安全安心**を守る
- ・市町毎に、河川規模に応じた洪水や土砂災害に対する避難情報発令の判断基準を設定

◆ステージ1～3 およその時間と状況



警戒ステージ	行動目標	行動目標の内容	主な防災行動	主なステージ移行判断基準		
				洪水災害		土砂災害
				洪水予報河川・水位周知河川	その他中小河川	
0	備え	出水期の水害対応に備え、日頃から防災やTLの理解促進、TL運用訓練の実施、TL防災の醸成、ハザード情報の充実等を図るステージ	防災やTLの勉強会・訓練の実施 TLのふりかえり・改善	-		
1	準備	気象予測を基に通常モードから災害モードに切り替え、災害対応に必要な事前の調整や確認を行うステージ	web危機感共有会議の開催 人員の調整・確保 資機材の点検・準備	■台風の接近や前線の停滞に伴い、福井県域へ影響があると予測された場合 ■福井県域において、早期注意情報（警報級の可能性）を参考に判断		
2	警戒	厳しくなる状況に対し、迅速に災害対応ができるよう体制強化・状況確認を行うステージ	web危機感共有会議の開催 連絡体制の確認 職員参集等の体制確認 避難所開設の準備	■気象台が台風・大雨の説明会を開催する場合 ■府県気象情報で大雨が見込まれた場合 ※これまでの降雨状況を踏まえ総合的に判断		
3	早期避難	災害発生の可能性が高まる状況に対し、事前の避難準備を必要とする行動等について早期対応を行うステージ	web危機感共有会議の開催 高齢者等避難の発令 避難所の開設 避難行動要支援者への支援	■避難判断水位到達/到達見込み ■洪水キキクル赤 ※他の市町の水位観測所も参考に判断	■氾濫注意水位到達/到達見込み ■洪水キキクル黄	■大雨警報（土砂災害） ■土砂キキクル赤
4	避難	災害発生が見込まれる状況に対し、災害リスクの高い地区にいる人々の避難を完了させるステージ	web危機感共有会議の開催 災害対策本部等の設置 避難指示の発令 住民等の避難誘導 県から市町へのリエゾンの派遣	■氾濫危険水位到達/到達見込み ■洪水キキクル紫 ※他の市町の水位観測所も参考に判断	■避難判断水位到達/到達見込み ■洪水キキクル赤	■土砂災害警戒情報 ■土砂キキクル紫
5	緊急避難	切迫した状況に対し、逃げ遅れた人や現場対応者の命を守るための緊急的な対応を行うステージ	緊急安全確保の発令 避難が完了していない住民への垂直避難呼びかけ	■氾濫発生情報 ■大雨特別警報（浸水害） ■洪水キキクル黒		■大雨特別警報（土砂災害） ■土砂キキクル黒
6	応急復旧	災害発生後の応急・復旧の対応を行うステージ	被災状況の確認 自衛隊やTEC-FORCEの派遣	-		

※TL：タイムライン

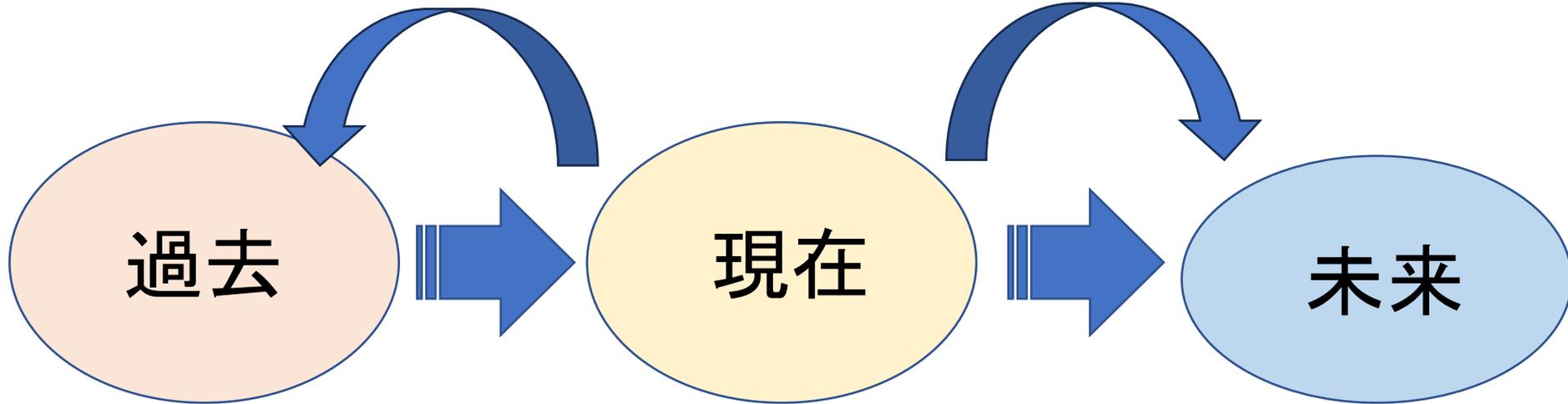
※洪水予報河川については、警戒ステージ3～5で発表される指定河川洪水予報も基に避難情報発令を判断

Well-being（よりよく生きること）と災害の関係

私の考えるWell-Being

後悔しない

- ・ 望み・ビジョンが持てる
- ・ 恐れが少ない



- ・ 基本的な生活に満たされている
- ・ 納得している
- ・ 孤立していない(包含されている)
- ・ 幸せを感じられる