



# 被災後のトイレはどうするの？

つくし野3丁目 防犯防災部  
つくし野3丁目 防災支援隊

被災後の生活、最も大事なことは「食べること、出すこと」これが基本です。

11月23日(祝)、つくし野小学校での「つくし野連合防災訓練」では、3丁目は「子ども防災」と「災害トイレいろいろ」を担当します。

- ① 身近な材料から作れる「手作りトイレ」
  - ② 3丁目倉庫備蓄の「簡易吸水凝固型トイレ」
  - ③ つく小倉庫備蓄の「仮設トイレ」
- を展示します。



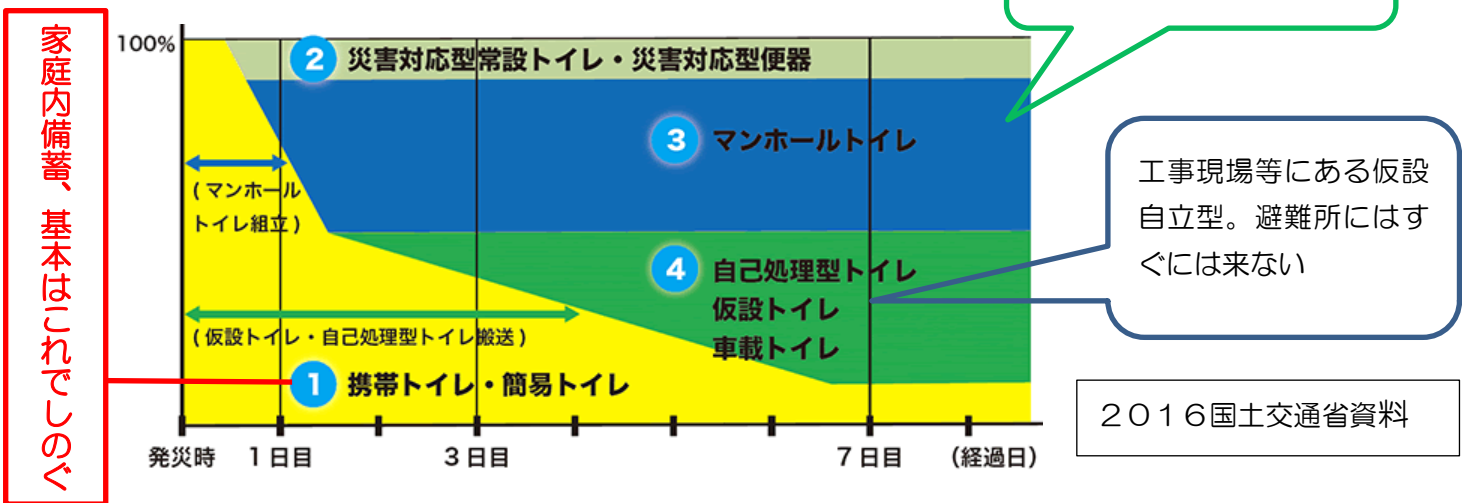
## (1) 大地震後、トイレはどうなるの？

- 問題1 「水洗トイレは使えなくなる」: 断水、下水道破損で使用ストップ⇒大便・小便がたまる。  
⇒放置すると強い悪臭！ 感染症の恐れ。
- 問題2 トイレを減らすため水分・食事を控えがち⇒エコノミークラス症候群、脳梗塞の恐れ  
(災害関連死につながる)

どうすればいい？

家庭で簡易トイレを備蓄し、凝固・吸水材等で固めて、ポリ袋に入れて「燃えるゴミ」で出す

### 家庭でのトイレ備蓄は、最低3日分、推奨1週間



体重や年齢によって異なりますが、成人の正常な尿量は、一回平均 150~200ml 以上、1日平均5回。仮設トイレが避難所に設置されるには、良くて4日以上かかるので、基本は「我が家のトイレ」で簡易トイレで用を足し、便袋を保存し、ごみ収集が回復したら出す形になります。従って、家族状況にみあった数を備蓄しておく必要があります。

## (2) 携帯・簡易トイレはどんなものがあるの？

自宅便器にセットする方式で、便袋と凝固剤で構成。比較的安価で複数枚がセットになります。ホームセンター、通販でも多種そろっています。

### 【凝固剤のいろいろ】

方式	特 徴	備考
① 吸水シート式	ポリ袋（便袋）底にシートを敷いて用を足す	複数回使用も可？
② 粉末凝固剤式	ポリ袋に用を足し、事後粉末をふりかける	30 秒程度で固まる
③ タブレット式	錠剤一袋を事前にポリ袋に入れて用を足す	凝固に約 1 分かかる
④ 吸水パック式	ポリ袋の底にオムツのような吸水シートが付いている	扱いが楽



（出典：NET「災害用簡易トイレの使用テスト」、左から①～④）

どの方式でも、使用後固まったら袋を外し、余分な空気を抜いて入口を縛りゴミ箱へ。ボリューム的にはどれも同等のようです。小便／大便使い分けや、臭気や衛生面を考えて一般ゴミとは別保存を考えたほうがよさそうです。

### 【その他緊急手段として】

- ① 大人用おむつ 高機能で長時間戶外作業に最適。薄型、長時間パンツタイプなど多種あり。仮設トイレの長蛇の列回避に有効。丸めて捨てるのは携帯式と同じ。
- ② 新聞紙＋ゴミ袋 ゴミ袋の底に四つ折り新聞を敷き、その上に小さく切ってクシャクシャにした新聞紙を入れ用を足す。吸水には時間がかかるが、代用には有効。
- ③ ペット用猫砂 猫と人では尿量が大きく違い、重くかさばり災害使用には不向き。ペットシートも吸いきれない。



災害用備蓄というと、水・食糧と考えがちですが、生活用品（特にトイレ）備蓄は重要です。世帯状況にあわせての備蓄（使用テストも）を考えてみてください。

