



## トイレ問題は「待ったなし」 携帯トイレを必ず備えよう

「災害の備え」と言えば、食料や水を真っ先に思い浮かべる人が多いと思います。しかし、水や食料をとれば、生理現象として必ず「排泄」が生じます。その時、断水が起きていれば水洗トイレは使えません。過去の災害では、衛生上やプライバシーの問題から、避難所等に設置される仮設トイレの使用を拒否、控える人が続出し、控える人が続出し、結果的に体の不調を起こしてしまうケースが多発しました。そこで、各家庭で十分な量の、便器にかぶせて使える「携帯トイレ」を備えておきましょう。自宅が安全で避難生活が送れるようであれば、家のトイレに設置して使用することができます。安心して安全なトイレ空間を作ることも、被災後の生活ではとても重要なことです。





## 災害時のトイレ対策

- 1 地震で水道が被害を受け、水が出なくなる。
- 2 無理やり、水を流してしまうと…。
- 3 つまったり、汚水が逆流してしまうことも。
- 4 水洗トイレが使えない時は、携帯トイレを使用。

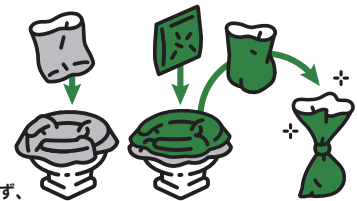
## ◎ 携帯トイレを選ぶコツ・使うコツ



**選ぶコツ**  
簡単につけられて、しっかり吸収できて、においをおさえられる携帯トイレを！

### 使うコツ

便器にポリ袋をかぶせ、その上から携帯トイレを設置。排泄後、携帯トイレだけを交換すれば、底面に水がつかず、家の床が汚れない。



## ◎ 備えておく携帯トイレの量

トイレ回数は1人1日5回で想定し、家族7日分以上備蓄しましょう。

1人1日 約5~6回 × 家族の人数分 × 7日分以上 = 約**140枚** 必要

4人家族の場合

節約型 **65枚**

※参考：節約型の備蓄量例  
大便是1人1日1回、1回ごとにトイレを交換、小便是1人1日4回、3回使用ごとに交換。  
家族4人で、大便秘1枚×4人×7日=28枚、小便用4枚×4人×7日÷3=37枚。

## ◎ トイレトペーパーは多めに備蓄

普段から多めに買っておけば、災害のときにも安心です。

1人1日 約5~6回 × 家族の人数分 × 7日分以上 = 約**7.5~8ロール**

通常のトイレトロールダブル(30m)の場合



## 災害時のトイレ対策

### ◎ 身の回り品でつくる緊急用トイレ

- 
- 1 ゴミ袋(45ℓ程度)を便座に2重にかぶせる。  
45L × 2枚
  - 2 くしゃくしゃにした新聞紙をゴミ袋の中に敷き詰める。  
短冊状に切ったくしゃくしゃにした新聞紙..... 3  
くしゃくしゃにして広げた新聞紙向きを変えて..... 2  
くしゃくしゃにして広げた新聞紙..... 1
  - 3 用を足す。  
紙おむつでもOK
  - 4 消臭効果のあるものを上からかける。  
猫砂  
消臭剤  
オガクズ
  - 5 内側のゴミ袋を取り出し、空気を抜いて口を強くしばる。
  - 6 生活ゴミとは分別し、収集まで保管する。  
密閉できる容器  
消臭剤

### ◎ 備えておく携帯トイレグッズ

- 
- 保管用密閉袋**  
チャック付きの密閉袋で保管し、においをカット。
  - ポリ袋**  
携帯トイレの設置時や緊急用トイレで使用します。
  - ランタン型ライト**  
周囲を広く照らすランタンタイプがオススメ。
  - トイレトーパー**  
災害時には食料だけでなくトイレトーパーも不足します。
  - ウェットティッシュ**  
水がないときでも清潔に。手指だけでなく便器にも。
  - 消毒剤**  
手の衛生は、感染症を防ぐうえでとても重要です。
  - 除菌洗剤**  
こまめに拭き掃除をし、感染症予防に。
  - 消臭剤**  
スプレータイプのもなど、多めにストックを。