

トイレの備え  
もう一度

## ようこそ コープ防災塾へ

コープみらい 地域クラブ  
武蔵野のんちゃんクラブ

およそ11万人もの死者と行方不明者を出した1923年の関東大震災から100年になります。

コロナが2類から5類に変わって、街には賑わいが戻ってきていますが、いつ地震が起こっても不思議ではありません。

地震では、まず命を守るための備えをすることが一番ですが、助かった後に電気・ガス・水道などのライフラインの供給が停止した場合に備えて、前もって準備しておかなければなりません。

のんちゃんクラブでは、“無理なく、無駄なく、普段のくらしの中で出来る防災”の工夫を伝えてきました。

令和4年2月に武蔵野市と市民防災協会が行った「市民防災意識報告書」（回答者5,520名）でも、自宅が安全ならライフラインが停止した場合でも在宅避難をしながら生活すると、およそ90%の人が答えています。

家庭内備蓄の状況を見ると、3日以上以上の備蓄をしているのは、食料72.3%、飲料水58.5%となっています。これに対し、携帯トイレは32.5%、カセットコンロ用カセットボンベは44.1%にとどまり、「用意していない」が3割台と比較的多くなっています。

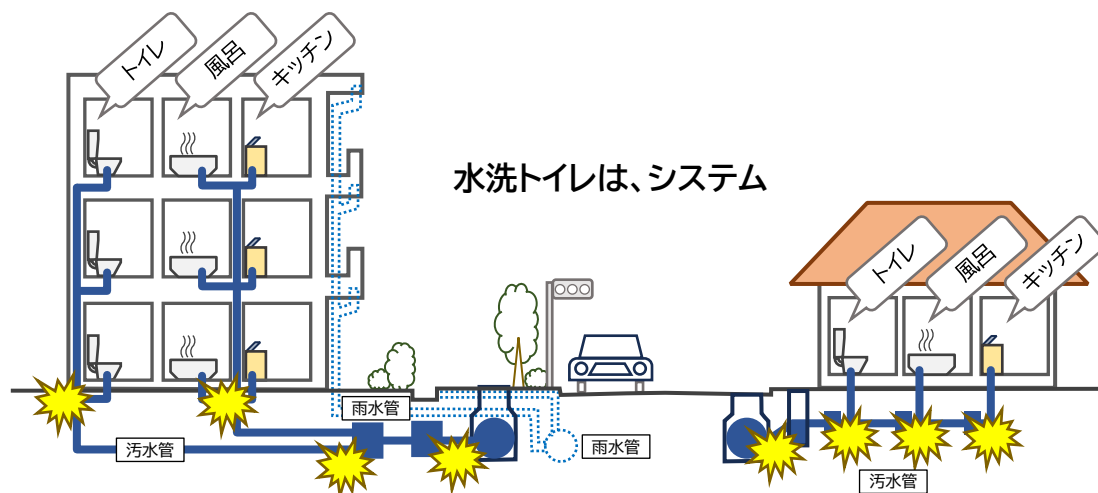
（飲料水は1人1日3ℓ。携帯トイレは1人1日5回。カセットコンロ用カセットボンベは1本の燃焼時間を強火1時間として計算）

携帯トイレの内訳を見ると、「3日以上」が32.5%、「用意していない」が36.4%、「7日以上」が6.6%でした。

命と尊厳に関わるトイレ問題の大切さが認識されていないことは困ったことです。在宅避難なら、なんとなくトイレは大丈夫と感じている人が多いかもしれませんが。しかしながら、災害時のトイレ問題に必要な知識を持ち、エコノミー症候群等で健康を損なわないようにすることは、とても大切なことです。

そこで今回は、いざという時、無理なく家庭で出来るトイレの備えについての情報をお知らせします。

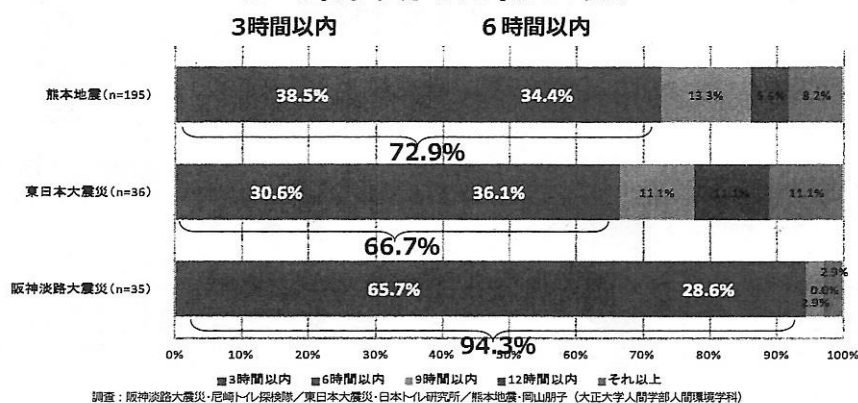
## 自宅のトイレについて考えてみよう



- ※ 污水管や雨水管は、建物から地面につながっています。  
 災害時に、トイレ・お風呂・キッチンから水を流した時に、污水管に亀裂が入っていたら……。  
 階上の天井から污水が落ちたり、地面に染み出した污水で衛生状態が悪くなったり、環境に悪い状態を作ってしまう。  
 特に、マンション等の集合住宅では、すべての世帯で意識しなければなりません。

## 地震後、何時間でトイレに行きたくなくなったか？

### 6時間以内に約7割



## 水や食料より早く必要

**トイレは我慢できない！** 阪神・淡路大震災の時、避難所のトイレは排泄物で汚れ、床や手洗い場のシンクまで排泄物だらけになったということです。  
 トイレに行きたくないため水分を控え、体調を崩した人も多かったといひます。  
 メディアなどでもあまり報道されず、被災者も話しにくかったため、このことは今でもあまり知られていません。



## ※ 必ず やっておくこと

- ① 家族でトイレについて話し合いましょう
  - ② 携帯トイレを準備しておきましょう
  - ③ 災害時には、真っ先に携帯トイレをつけましょう
- 集合住宅に住んでいる人、みんながトイレのことを意識することが大切です。



※ のんちゃんクラブでは、ネコ砂を使った携帯トイレをおすすめしています。

### 3・11 後を生きる

# 「ネコ砂」で簡易トイレ



防災・危機管理ジャーナリスト

渡辺 実さん

わたなべ・みのる 1951年生まれ。35年以上にわたり、国内外の被災地を取材し、防災対策の提言を続ける。株式会社まちづくり計画研究所代表取締役所長。「都市住民のための防災読本」「高層難民」など著書多数。

「エッセイでございますが、この『トビ』の五・六月号では、平常の生活でできている飲料の水・食料の調製について書かれています。食べて、飲んだら、出ます。それです。今回は波瀾静かなトビについて考えてみます。大震災が起こると、水断にやります。長時間たがって水道が使えなくなりますが、みなさんのお宅のトイレは、100％水洗トイレですかね。ほとんどのトイレの洗浄水には、水道水が使われています。水を貯めておいて使っています。」

日頃、用を足したあとは、なまの固便やおしっこと毛布を洗濯水で洗っています。それが、断水するとどうなるのか。それは、水がなくなってしまうのです。水の出るだけにはあきません。

生友

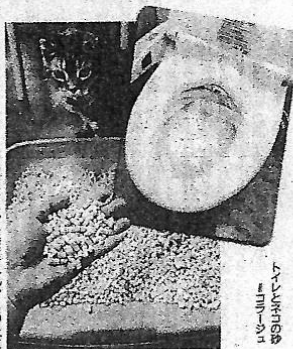
# 首都大震災

安価に吸水・消臭効果

この震災時のトイレ問題は、環境や衛生、健康にも関わる、被災地では水や食料以上に深刻な問題となります。



東京新聞より転載  
許可確認済み

[illegible]

エグジビション

- ◎ 使用するネコのトイレ用の砂は「燃やせる」表示のあるもの“紙系”のものを  
選びます。(ベントナイト、ゼオライト等の“石系”は不可)

## 使い方

- ① 便座をあげ、ゴミ袋を2枚かぶせて戻す。  
(簡易トイレは  
セット)
- ② 用を足す前にスcoop  
1～2杯のネコ砂を入  
れる。使用後さらに1～  
2杯ネコ砂をかける。
- ③ 内側の袋がいっぱい  
になったら袋の口を  
強く結び、  
トイレに保管。

- ◎ 使用済みのペーパー・尿・便は、分けて保管し、自治体の収集が始まったらルールに従って出す。

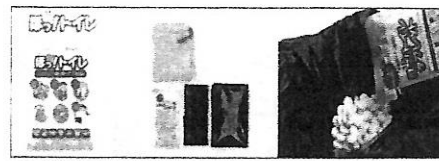
実際に使ってみました

- ・尿はネコ砂に吸収され固まりました。においも抑えられ、許容範囲内と言えると思います。
- ・便は、やはり尿よりにおいが強いので、別の袋を使うなど工夫が必要かもしれません。しかし、被災して水が使えない時には充分役に立つと思われます。  
(使ってみたのは8月中)

# 携帯トイレ



株式会社総合サービス



株式会社エクセルシア



クリン化成株式会社



株式会社ケンユー

**災害用トイレガイド** 出典：災害用トイレガイド [www.toilet.or.jp/toilet-guide/](http://www.toilet.or.jp/toilet-guide/)  
災害用トイレ 衛生対策が鍵 特定非営利活動法人日本トイレ研究所

- ※ 携帯トイレは、凝固剤と排便袋がセットになっている“防災セット”が代表的で、便と尿をいっしょに固めてくれ、消臭機能もあるが、1回分が100円以上と割高。

（凝固剤＝高分子ポリマー。水分を吸収して外に出しにくい。紙おむつ・生理用ナプキン・ペット用シートや保冷剤・冷却シートにも使われている）

- ※ 携帯トイレの必要数は、1人1日5回分と考える。

家族の人数×5回×最低7日分 4人家族では、140回分が必要。

（上下水道の回復は、ライフラインの中で最も遅く、30日以上かかると言われている）

- ※ 携帯トイレといっしょに備えておきたいもの

トイレットペーパー、おむつ（大人用・子ども用）、尿取りパッド、生理用品（シニア女性は、軽度尿吸収製品も）、サニタリーボックス、ウェットタオル、お尻ふき、手指消毒液、トイレ洗浄剤、ビニール手袋、ポリ袋、清掃道具、消臭剤、塩素系漂白剤等

- ※ 特に、トイレットペーパーは普段から多めにストックしておく。以前、国はトイレットペーパーの大規模備蓄を検討したが、製紙会社の所在地が南海トラフ地震発生予想地域に集中していることなどから断念している。避難所でもトイレットペーパーは48ロールしか備蓄されていないので、必ずトイレットペーパーを持参すること。

最近、250mの長巻きのものが発売されているので、場所をとらずに備蓄できる。

## 試してみました

災害時に携帯トイレとして使えるものの特徴と、吸収させた時の様子をまとめてみました。

### ① 凝固剤（高分子ポリマー）と蓄便袋のセット

- ・尿と便をいっしょに固めてくれるので使いやすい。吸水させると、固まってプルプルしない。吸水量は、250cc 位。
- ・消臭機能あり。
- ・高価なのが難点（1 回分 100 円以上）。便の時だけ使い、尿は他のものを利用するのもよいと思う。

### ② 大人用おむつの尿取りパッド

- ・規格では、尿 1 回を 150cc と計算することになっている。  
2 回用から 6 回用までメーカーによっていろいろある。
- ・消臭機能あり。
- ・非常時に外出しなければならない時にも使える（特に女性）。

### ③ ペット用シート

- ・スーパーや薬店でおいているのは、主に小型犬用のレギュラーサイズ。  
（35cm×44cm 新聞紙の約 1/2 の大きさ） 吸水量は 200cc まで。
- ・消臭機能あり。
- ・大型犬用のワイドサイズは、バスタオルの代用や赤ちゃんの体洗いの水受けにも使える。  
（ワイドサイズ 40cm×60cm、スーパーワイドサイズ 60cm×90cm）

### ④ 新聞紙

- ・紙媒体を購読している人は減っているし、以前はキャンプなどでいろいろ利用されていたが、実用的ではない。
- ・消臭機能なし
- ・水を吸うと、とても重くなる。

### ⑤ ネコ砂（紙系で燃やせるもの）

- ・消臭機能あり。
- ・使用後にネコ砂をかけると、次の人が使いやすい。  
（便は、ペット用シートをセットし、別に保管する）

## ★ 注意すること

- ・ 尿・便・使用済みのペーパーは、分別して保管する。
- ・ 消臭ポリ袋は、必ず用意しておく。（高分子ポリマーの凝固剤も）  
販売されているものにも、忘れずに用意しておく。（中身が見えにくい色になっている）  
ネコ砂の場合は、便はペット用シートなどを使い、消臭ポリ袋に入れて別に保管する。
- ・ 凝固剤とネコ砂以外は、水分を吸収すると意外にプルプルする。



## 災害時に役に立つ情報の本を2冊紹介します

### ★ “おうち防災のための 防災図鑑”

イラストレーター・防災士 草野 かおる  
(飛鳥新社)

知りたい項目のページを開くと、  
イラストとマンガで具体的に知る  
ことができます。  
自宅に必要な備えが、ひとつずつ  
実行していけるお役立ち本です。



### ★ 浸水被害から生活再建の手引き (冊子版)

“水害にあったときに” 震災がつなぐ全国ネットワーク編

作成：震災がつなぐ全国ネットワーク  
(認定特定非営利法人 レスキューストックヤード内)  
〒461-0001 名古屋市東区泉 1-13-34  
TEL 052-253-7550 FAX 052-253-7552  
震つな公式アドレス  
office@shintsuna.org  
震つなブログ  
<https://blog.canpan.info/shintsuna/>

被災後の心の対応、必要な手続き、  
家屋の片付けと掃除、生活再建の  
体験談まで、知っておくべき情報が満載。



### <参考資料>

- ・ 災害時の一番の困りごと「ト・イ・レ」を考える  
コープ災害ボランティアネットワーク  
中野区社会福祉協議会 共催オープン講座  
特定非営利活動法人 日本トイレ研究所 松本 彰人 氏
- ・ おうちの避難のための マンガ防災図鑑 草野 かおる (飛鳥新社)