



トイレについて

大規模災害時の

トイレパニックを回避せよ！

非常時・災害時に、一番困るのは、トイレです！？ 大規模災害が起きれば、使用可能なトイレに大勢の人が殺到し、トイレパニックが起きます。

各自で非常用のトイレを用意し、自分で処理する方法を考えておく必要があります。

被災後 仮設トイレはすぐに来ない！！

支援物資としては、食料などが優先されるため、トイレはいつも後回しになっているのが実情です。

震災が起きると、断水や停電、そして下水道や浄化槽の損壊により、水洗トイレは使えなくなります。水洗トイレが使用できないことに気付かず使うと、便器は大小便で一杯になります。

衛生環境が悪化し、感染症の温床にもなります。これは、自宅、事務所、避難所でも同じです。

避難所トイレとして思い浮かぶのは、仮設トイレです。

東日本大震災のとき、仮設トイレが避難所に行きわたるのにどのくらいの日数を要したのでしょうか？

仮設トイレ設置までの日数

岩手県、宮城県、福島県での実態

- 3日 以内…… 34%
- 8～14日…… 28%
- 4～7日…… 17%
- 15日以上…… 21%

仮設トイレはすぐには設置来ません。事前の備えが、いかに重要かが分かります。

仮設トイレの多くは、建設現場を主目的としたもので、子供やお年寄りまで、様々な人が使用する避難所用ではありません。洋式が少ない、段差がある、狭い、暗い、施錠が特殊などです。

裏面につづく

☆断水した時、まずは上下水道のどちらか断水しているかを確認しよう！

**上下水ともX**

トイレをはじめ、全ての排水ができなくなるので、溜めて捨てる。

水はNG

対策：市販の簡易トイレを備蓄しておく。簡易トイレを自作する。

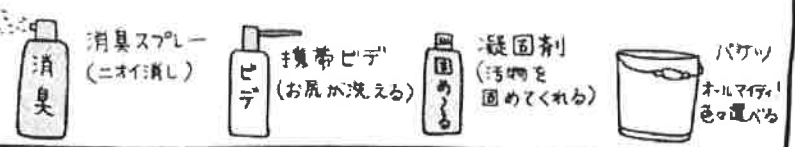
**上水のみX**

水やお風呂の残り湯でトイレの水を流す

トイレはパイプが詰まる可能性があるためNG。

対策：空のペットボトルにトイレ用の水道水をためておく。お風呂のお湯を残しておく。

あると便利なグッズ



簡易トイレの作り方

- ① ちぎった新聞紙で吸水性UP
  - 基本はゴミ袋(二重) + 新聞紙
  - 凝固剤
- ② ペット用のトイレシートや大人用オムツを代用する
  - トイレシートやオムツ
  - 新聞紙
  - ゴミ袋
- ③ 市販の簡易トイレを一週間分程備蓄して使う。シートと凝固剤がセットになっている。

↑ 大体3～5回分の目安。(これ以上は重くて処理が大変)

便器がない場合



回 覧							
--------	--	--	--	--	--	--	--

## 排泄は、待ったなし

排泄は我慢することのできない生理現象です。

「発災から何時間でトイレに行きたくなりましたか？」

3時間以内に31%、6時間以内で67%、9時間以内では78%の方がトイレに行きたくなっている。

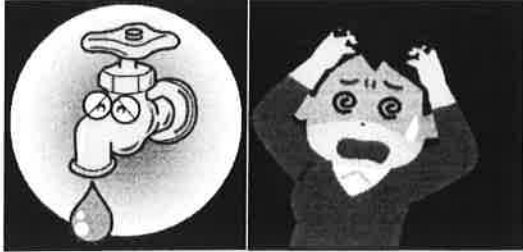
阪神淡路大震災での聞き取り調査では、3時間以内に55%がトイレに行きたくなったと回答している。災害時におけるトイレ対策の緊急性が分かる結果です。



## トイレに行くのが嫌で水を飲まない

排泄は我慢できない。しかし、水洗トイレが使えない、仮設トイレが少ない避難所では、トイレが大便の山となった。

このような状況下で、トイレに行くのが嫌で、水分や食事の摂取を控えてしまう傾向になる。結果、体力低下によりインフルエンザ等の呼吸器感染症にかかりやすくなったり、脱水症状やエコノミークラス症候群になることも危惧されます。



避難所生活が安定期に入っても、下痢、発熱、嘔吐、脱水症などで受診する患者が減らず、急遽、避難所の衛生状態をチェックした結果、災害時のトイレは、和式トイレで、しゃがめない、段差がある、汚い、怖い、など課題が山積している。

阪神・淡路大震災（平成7年）の時、困った問題の1つがトイレでした。その後、新商品の開発が進んでおりますが、熊本地震（平成28年）でもトイレは大きな問題となりました。（20年経過しても改善が追いつかない）

簡易・仮設トイレの必要性について記載をしましたが、飲料用は元よりトイレの処理用にも水が必要となります。そこで、排泄汚物処理に必要な水量を参考に書きます。



## 1日にトイレで使用する水の量は？

1回のトイレで使用する水の量は、5～6リットルだと言われています。1人あたり1日に5～6回トイレに行くと考えると、1日のトイレで約30リットルの水を使う事になります。4人家族だとしたら、最低でも120リットルもの水が必要になる計算です。いくらお風呂に水を貯めていても、2日足らずで底を尽きるでしょう。もし、地震で断水になったとしても、トイレが壊れていなければ何とかなると考えるのは大間違いです。



## 参考

- Q. 非常用のトイレにはどのくらいの水の用意が必要？  
A. 水の使用量を計算してみました＝これだけの水が必要となります。

トイレの使用回数は、1人あたり1日平均5～6回（個人差があります）  
〈例〉 4人で使用する場合 5～6回×4人＝約20～24回（1日のトイレ使用回数）  
5～6リットル×20～24回＝100～144リットル（1日の水使用量）  
約20～24回×3日分＝60～72回（3日間のトイレ使用回数）  
100～144リットル×3日分＝300～432リットル（3日分の水使用量）

普段から、その対応として飲料水の備蓄は元より生活用水としての重要性を考えて風呂水は翌日まで溜めておく、雨水を貯めるタンク等を設置する方法もあります。

尚、四日市市では「雨水貯留タンク」の設置に助成制度があります。

問い合わせ先：四日市市都市整備部 河川排水課 電話 059-354-8357

以上