



ようこそ コープぼうさい塾へ

コープみらい 地域クラブ
武蔵野のんちゃんクラブ

長引く新型コロナウイルスの感染も第7波になり、災害への備えのあり方も大きく変わりました。在宅避難がすすめられるようになり、巣ごもり生活の影響もあってか、だんごの食品を上手に使うことでローリングストックをする人も増えてきました。しかし、阪神淡路大震災の時トイレが使えなくなり、街に排泄物があふれたということは、メディアでも大きくとりあげられず、被災者自身も語る事が少なかった為、現在でも余り知られていません。トイレに行きたくないあまり水分をとることを控え、深刻な健康被害をおこした人も多かったのです。

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。

※大きな地震がおこった時、トイレの使用は中止します。(目安は緊急地震速報・震度5)上下水道の配管は、建物内部から道路までつながっています。損傷を受けた部分があれば重大な事態になるからです。

※発災後、自宅の便器がこわれていなければ非常時仕様に変更します。(排泄物を流さず処理する仕組みでこれを携帯トイレと言います)

※地震後、約7割の人が6時間以内にトイレに行きたくなくなったという調査があります。トイレの準備は水や食料より早く必要です。

※携帯トイレの必要数は1人1日5回分と考えて

家族の人数×5回×最低7日分、4人家族では140回分必要です。

(上下水道の回復はライフラインの中で最も遅く、30日以上かかるといわれます)

※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、消臭機能もありますが、1回分が100円以上と割高です。

(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)

※“防災セット”以外にも尿を吸収してくれるペットシートや大人用おむつの尿とりパッドなどを組み合わせて用意するとよいでしょう。

※成人女性の場合、1日平均1.2ℓの尿と180gの便が出るそうです。個人差があるので自分のトイレの回数や尿の量を知っておきましょう。

※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。

「ネコ砂」で簡易トイレ



「生液」

「トイレの汚い手は、トイレの掃除で汚れた水で洗っても、水が流れていくだけで、臭いも残ります。また、水が流れていくだけで、臭いも残ります。また、水が流れていくだけで、臭いも残ります。」

安価に吸水・消臭効果

「燃やせる」表示のある「紙系」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 用を足す前にスコップ1～2杯のネコ砂を入れる。使用後更に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固く結び、トイレに保管

① 使用済みのトイレトーパーは別の袋に保管する。

- ・自治体の回収が始まったら、燃えるゴミに出す。
- ・しっかりしたゴミ袋を選ぶ。(今回は普通のゴミ袋を使い、ゴミ出し時に市指定のごみ袋に入れて出した。)



(東京新聞)

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、やはり尿よりはにおいが強いので、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十分に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、子供用)、尿とりパッド、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、お尻拭き、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

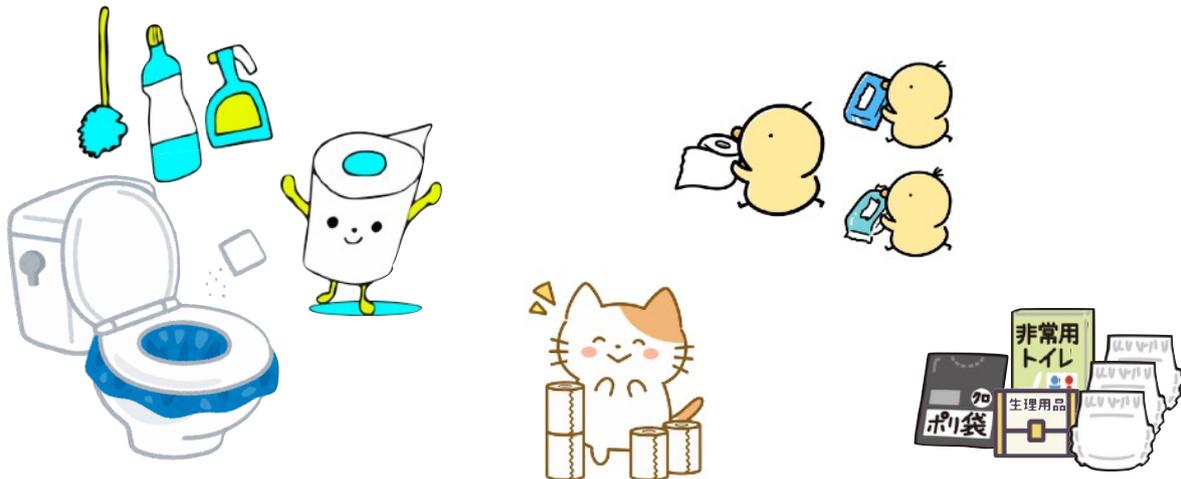
※特にトイレットペーパーは普段から多めにストックしておく。以前、国はトイレットペーパーの大規模備蓄を検討したが、製紙会社の所在地が南海トラフ発生予想地域に集中している等から断念しています。避難所でもトイレットペーパーは48ロールしか備蓄されていないので必ずトイレットペーパー持参で行くこと。最近は250m等長巻きのものが発売されているので場所をとらずに備蓄できる。

武蔵野市民の災害の備えは？

令和4年2月、武蔵野市と市民防災協会が行なった「市民防災意識調査報告書」で家庭内備蓄状況を見ると、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%となっている。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、「用意をしていない」が3割台と比較的多くなっている。(回答者数5,520名。飲料水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1本の燃烧時間を強火1時間として計算)

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

先に述べた「水や食料より早く必要」なはずのトイレの備えが少ないことはもっと強く訴えていかねばならないと思います。



続・試してみました



○昨年、ふだんはレンチンするパックごはんを災害時には電気が使えなくなるので表示のとおり“湯せん”してみました。カセットコンロで安全に調理できるのは直径20cmの鍋で1パックが限度ということがわかりました。これでは家族分のごはんを食べられるようにするのはたいへんです。

○今回はごはんをパックから崩さずにはずし、炊飯可能なポリ袋に入れ湯せん。レンチンと同じようなおいしいごはんが出来ました。

ポリ袋で加熱調理する時、気をつけること

※必ず加熱調理ができる製品かどうか確かめて使う。

※もっとも注意しなければいけないのは、火傷。(水が使えない、医療機関にかかりにくい等、災害時には特に危険)

※加熱調理中の破裂を避けるため、袋の空気は、しっかり抜く。

※鍋肌に袋があたって溶けたり、破れたりしないよう注意する。(鍋底に皿やシリコンのアク取りシートを敷いたり、ザルを入れて防ぐ)

※お湯から袋を取り出す時、手をすべらせたりしないようトングを使う。

※袋を開ける時は、キッチンばさみを使う。蒸気で火傷をしないよう注意。

※炊飯袋に食品を入れすぎるのは危険。

※ライフラインが止まっている時、多く使われた熱源はカセットコンロ。コンロにのせて安全な鍋のサイズは限られる。(底径20cmくらいまで)鍋肌に触れないで入れられる炊飯袋の数も限られる。(のんちゃんクラブで試したところ、1~2人分が適当だった。)ただし、お湯は繰り返し使える。

※ポリ袋調理に使える素材は、熱に強い高密度ポリエチレン。

安全なポリ袋選びの確認ポイントは

1. 日本製と書かれているもの(ポリオレフィン等衛生協議会の検査を受けているもの)
2. 食品用と書かれているもの
3. 材質は半透明タイプ

上記3項目をクリアしているか、調理前に確認してみてください。

また、透明なポリ袋は熱に耐えられない可能性があるため、ポリ袋調理法では使用しません。

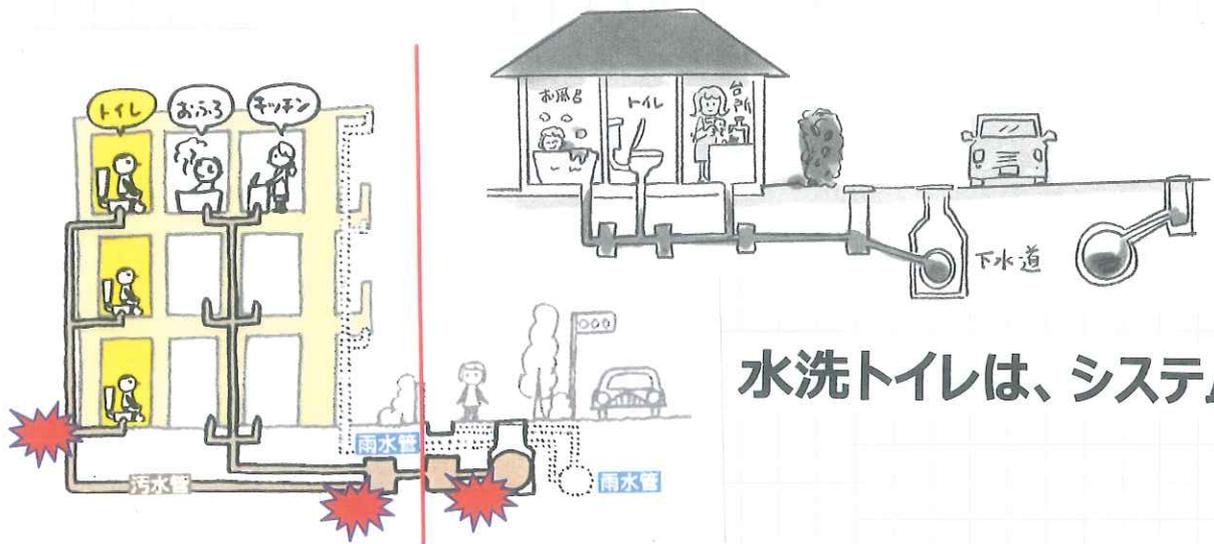
※お湯に入れることで化学物質が溶け出す心配については、科学的に正確に言うと、ある量は溶け出しますが、その量が溶け出しても生涯、人の健康に害を及ぼさない程度の量です。(食品容器や包装の安全基準を定める機関、ポリオレフィン等衛生協議会の担当者より)

<参考資料>

※東京都生協連 コープ防災ボランティアネットワーク

スキルアップ講座「ト・イ・レを考える」

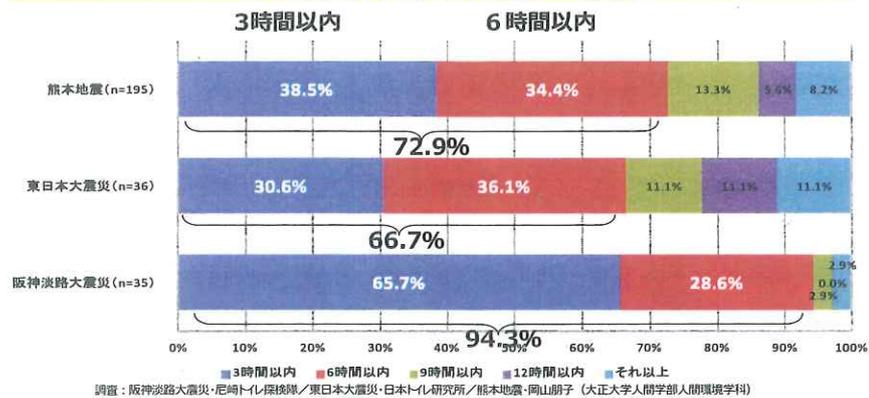
(NPO法人日本トイレ研究所代表理事 加藤 篤 氏)



水洗トイレは、システム

地震後、何時間でトイレに行きたくなかったか？

6時間以内に約7割



水や食料より早く必要

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



クロン化成株式会社



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/
 特定非営利活動法人日本トイレ研究所

災害時！トイレのワン・ツー・スリー (PDF)

災害時のトイレの大切さと使い方を伝えるポスターです。
避難所や自宅での、トイレ初動対応として、携帯トイレは有効です。
携帯トイレの使い方を啓発する際に、ご活用ください。

災害時!

トイレの

ワン

ツー

スリー

もし大きな地震がきたら
そのままトイレを使わないで!!

- ・うんちが流れない
- ・トイレがつまる

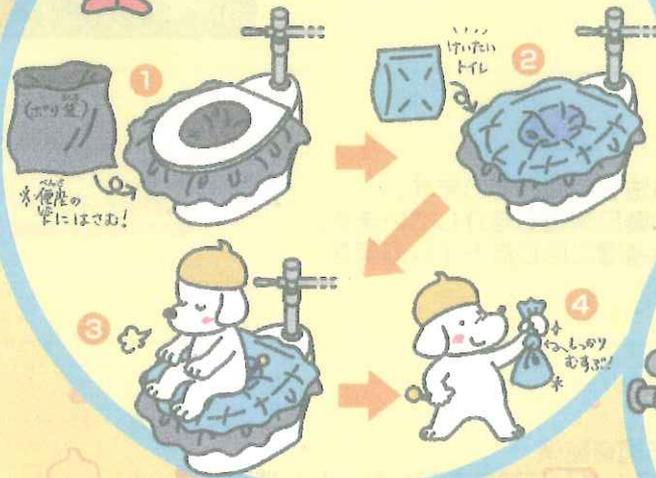
1

トイレの安全を確認しよう!



2

携帯トイレをつかおう!



3

手をきれいにしよう!



制作・発行
NPO法人日本トイレ研究所
www.toilet.or.jp

Labo.
日本トイレ研究所