

# 災害時の備えを考えよう Vol.2 ～ トイレ対策 ～

大型台風や地震など大きな災害が発生した場合、一番大切なのは「命を守ること」。そして次に大切なのは被災後、公的支援が届くまでの生活をどう乗り切るかです。今回は、災害への備えの一つとして水と食料の備蓄について紹介しました。災害発生後の生活の中で、「水と食料」と同じくらい大切なのが「トイレ対策」です。今回は災害時のトイレについて考えてみましょう。

## なぜ、トイレ対策が必要か

前回の「水と食料」はここから見る事が可能です。



大きな災害が発生すると、断水や停電、自宅や道路内の下水管が破損して水洗トイレが使えなくなる可能性があります。また、東日本大震災では、避難所等への仮設トイレの設置までに多くの自治体が4日以上かかり、中には1カ月以上かかった自治体もありました。

※排水管が壊れたトイレに水を流すと、汚水が逆流してあふれることがあるため、トイレは、下水が使えることを確認してから水を流しましょう。

「健康管理と衛生管理」からトイレ対策の必要性を考えてみましょう。

### 健康管理

避難所では避難者数に対してトイレの個数が不足し、トイレの使用をためらって、水分摂取や食事を控えることにつながり、栄養状態の悪化や脱水症状、しんぷうけつせきせんせんしやう 静脈血栓塞栓症（エコノミークラス症候群）等の健康障害を引き起こすおそれがあります。

### 衛生管理

下水道の破損などでトイレに水が流せず、排泄物の処理が滞ると感染症や害虫が発生し、衛生環境の悪化につながります。また、避難所等においては、トイレが不衛生であるためにトイレに行くことを我慢し、健康状態を維持できなくなる可能性もあります。



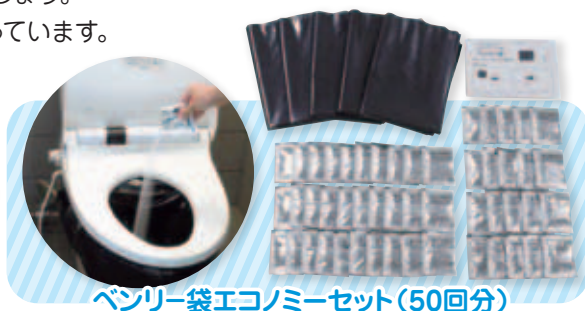
## 災害用トイレの準備

人が1日にトイレに行く回数は4～6回といわれています。平均を5回とし、水や食料と同じ7日分を準備するとして、「1人当たり35回分×家族人数分」を用意しましょう。

コープみらいでも、防災トイレ関連の商品を取り扱っています。



緊急用組み立て式トイレ



ベンリー袋エコノミーセット(50回分)



簡易トイレは段ボールで作成することもできます。水分は紙おむつや新聞紙、ペットのトイレシートや猫砂でも受け止められます。

## 【簡易トイレの作り方】 時間があるときに作っておいてね!

### 用意するもの

2L ペットボトルが6本入る段ボール：1つ、牛乳パック等の紙パック：8本、ガムテープ、黒いビニール袋



1 牛乳パックをつぶします。その際、底辺が三角になるように中につぶします。



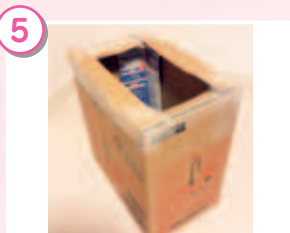
2 つぶした牛乳パックの中につぶした牛乳パックを入れて1本にし、同じものを4本作ります。



3 1本にした牛乳パックを段ボールの四隅に設置し、段ボールの高さに揃えます。高さを揃えたら、牛乳パックをガムテープで貼って固定します。



4 段ボールのふた4辺を谷折し、段ボールに固定します。



5 段ボールが浮いてこないように補強したら出来上がりです。最後にビニール袋をかぶせる。



※上からのぞくとこんな感じです。牛乳パックがないときは新聞紙をきつく巻いて代用することも可能です。

※使用するときは、上記のような猫砂などで固め、使用後は、固く結んで密封できるようなゴミバケツやポリバケツなどで回収できるようになるまで保管しましょう。

大きな災害が発生すると、災害への恐怖や今後の生活に向けた不安など、大きなストレスに見舞われます。きちんと食事をとり排せつすることなど、あたり前のことが普段以上に重要となります。そのためには「水・食料の備蓄」と同じように「トイレ対策」を行うことが重要となります。



コープみらいは、地域の方々と一緒に暮らしを豊かにするために、食育や環境、防災・減災などについてともに考え学び、これからの行動につながるよう体験プログラムを用意しています。

詳しくはこちらから▶



問い合わせ

コープみらい千葉県本部 参加とネットワーク推進部 TEL 0120-925-036 9時～17時(土・日・祝日休み)