

## 災害時のトイレについて

震災が起きると、断水や下水道・浄化槽の損壊により、多くの水洗トイレは使えなくなります。過去の災害を見ても、トイレの衛生環境が悪化し、感染症の温床になるなど大きな問題となりました。これは、自宅、事業所、避難所、いずれにおいても同様です。

トイレが不衛生で不快な場合だけでなく、トイレが遠い、寒い、暗い、怖いなど、使い勝手が悪いと私たちはトイレに行く回数を減らすために、水分や食事を控えてしまいがちです。その結果、脱水症状になるほか、慢性疾患が悪化するなどして体調を崩し、エコノミークラス症候群や脳梗塞、心筋梗塞で命を落とすことにもなります。

災害に備えて、正しい知識と、備えについて確認しましょう。

### 1. 震災時のトイレの使用と断水時のトイレの流し方について

震災時のトイレの使用と、断水時のトイレの流し方は、大きく異なります。

#### ・断水時のトイレの流し方

バケツ一杯分の水（5～6 リットル）を一気に流したあと、3～4 リットルをゆっくり注ぐ。

#### ・震災時のトイレの使用方法

大きな地震が発生した直後は、特にマンションなどでは下水の排水管が外れるなどの被害が発生する可能性が高いため、「大きな地震が発生した直後はトイレに水を流さない」が原則です。

### 2. 大規模災害に備えたトイレの準備について

- ・携帯トイレ、簡易トイレの備蓄
- ・トイレトペーパーの備蓄
- ・手洗い用のハンドソープなど（手洗い水がある場合）
- ・ウエットティッシュ、手指消毒用アルコール（手洗い水がない場合）
- ・汚物用ビニール袋
- ・清掃用具（感染を防ぐためのマスクや、ゴム手袋を含む）