



突然やってくる災害で断水や停電が起きると、身近なトイレは大半が使えなくなる。日ごろからどんな備えと心構えが必要か。NPO法人「日本トイレ研究所」(東京都港区)の代表理事加藤篤さんに聞いた。

—東日本大震災でトイレをめぐるトラブルは。

仮設トイレが強風で転倒したり、段差から高齢者が落ちたりした。被災地でのアンケートでは、高齢者が「トイレを流すためにくむボールの水が重い」「仮設トイレに手すりがない」「子供たちは「混んでいるので使いたくない。あまり便もしない」「ドアをドンドンたたかれて怖い」などの回答があった。

—それで我慢した人も多い。トイレがその人にとって行きたくない場所になると、我慢してしまう。その結果、飲み物の

日本トイレ研究所

### 加藤 篤代表理事

## 「携帯型」体験して

摂取量を減らすことが非常に危険。脱水症状や栄養不足で免疫力が低下し、エコノミークラス症候群や、インフルエンザ発症

し合うことが最も重要。一人でもルールを守らない人がいると感染症がはびこる原因になる。

—中部地方でも大震災が近く起きる可能性がある。どのようなトイレを備えておくべきか。自宅が無事なら袋状の携帯トイレが望ましい。たとえ断水し

のリスクが高まる。避難所で体調を崩す原因の根源にトイレがあると考えている。生理の女性、人工肛門など、外見では分からない事情を抱えた人は多い。不特定多数が同じトイレを使う共同生活では、さまざまな事情の人間士が状況を共有し協力

—携帯トイレなしに被災した

日ごろの備え — 識者に聞く

**使い方の一例**

付属の凝固剤  
非常用トイレ袋

便器と便座の間にはさむ非常用トイレ袋なら通常の洋式トイレで用を足せる。バケツなどでも使用可能

袋を取り出し袋の口をしっかりと結んで廃棄する

携帯・非常用トイレは防災グッズやカー用品コーナーのある店舗に売っている。数百円で買える商品が多く、自宅の非常用持ち出し袋などに入れておきたい。



でも、プライバシーが守れるトイレ空間は有効活用すべきだ。使い慣れたトイレは安心感があるため、自宅の便座に携帯トイレをセットして用を足すのが一番。中身は凝固剤でし尿を固めるタイプやおむつのようなシート入りもある。

—携帯トイレなしに被災した場合。

普通のポリ袋で代用できる。ただし、ストレス軽減のため、体や周囲を汚さずにし尿を隔離することが大事。袋から漏れないよう新聞紙やおがくず、ネコ砂や灰など水分を吸着する素材を入れておくとうい。いずれにせよ、災害が起きたらトイレをどうするか、事前に想定することが重要。防災訓練では、実際に携帯トイレを使ってみてほしい。

—避難所でトイレを使う際のし尿は排せつ物から感染しやすく、症状が治まった人のし尿にも残っている。トイレを清潔に保つことが感染防止につながる。特に被災直後は注意。トイレと他の場所の履物を替えることや、流水での手洗いを徹底してほしい。

福島県富岡町から名古屋へ避難

元小学校長 佐藤 武之さん(68)

伝える 私の体験記



震災当日に停電が起き、西隣の川内村の別荘に避難した。四日後に福島第一原発3号機の水素爆発をテレビで見て、福島脱出を決断。二歳の孫を含む家族六人、車三台で妹の嫁ぎ先の愛知県を目指したが、被災地のガソリンスタンドはごも長蛇の列。復旧工事に来た建設業者の車を見つけ、ガソリン百リットルを二万五千円で分けてもらった。妹の家で一週間過ごし

車から電源 携帯も充電

きる商品もある。震災後は品切れになるかもしれないので、一台用意しておくと思おう。

その後、避難所として開放された県営住宅に移った。まだ冷蔵庫やテレビ、洗濯機は用意されておらず、電気店で買いそろえた。着の身着のままの避難で、服や靴も買わなければならなかった。避難には現金が必要とあらためて思った。以前から数万円とキャッシュカードをナップザックに入れており、ガソリンや軽食の調達で役立った。福島の地方銀行のカードなので愛知では通帳記入ができないが、コンビニの現金自動預払機(ATM)で引き出せている。

避難中に役立ったのは、車のバッテリーから電源を取れるインバーターの備えや震災時の教訓を語ってもらう「伝える」を随時、掲載していきます。