

東京都首都直下地震等による被害想定
(令和4年5月 東京都防災会議)



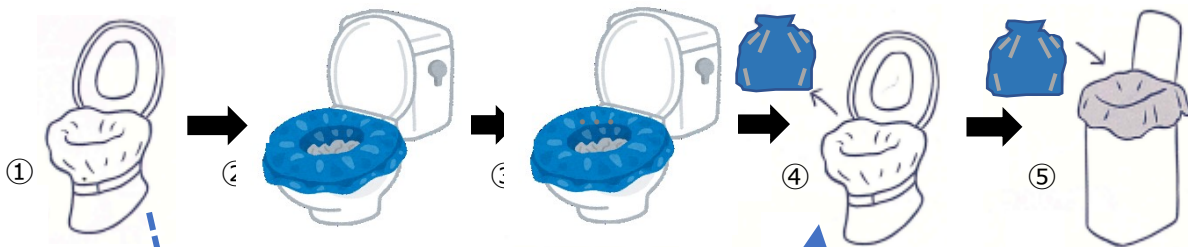
「自助」行動ガイド

[4] トイレの備え

被災時でも我慢出来ないのは「トイレ」！！

トイレの備えは特にその使い方、汚物の捨て方、及びトイレの通常使用への復活タイミングなどが重要です。ここでも在宅避難を前提としています。

■ トイレが流せない時のトイレの使い方（日常の便器を使う）



① 便座を上げて、45Lのゴミ袋の中に敷く。養生テープがあれば袋の淵を便器に貼って固定する。

② 便座を下げて、簡易トイレ用のビニル袋(便袋)、又は類似の袋をセットする。

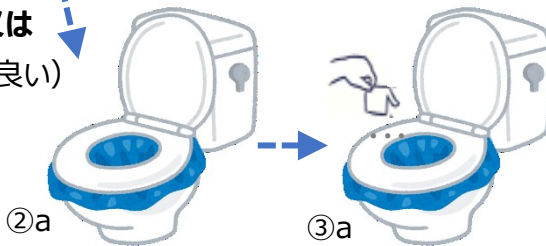
使用する前に、新聞紙や紙おむつを中に入れ便を吸収させる。又は、使用後に市販の凝固剤をふりかける。

④ 便袋を取り出して口をしっかりと縛る。

⑤ 便袋を紙オムツ同様にゴミ袋や、消臭袋に入れて、燃えるゴミの回収があるまで保管する。

②の便袋の底の部分に濡らさないようにする為

又は
(どちらでも良い)



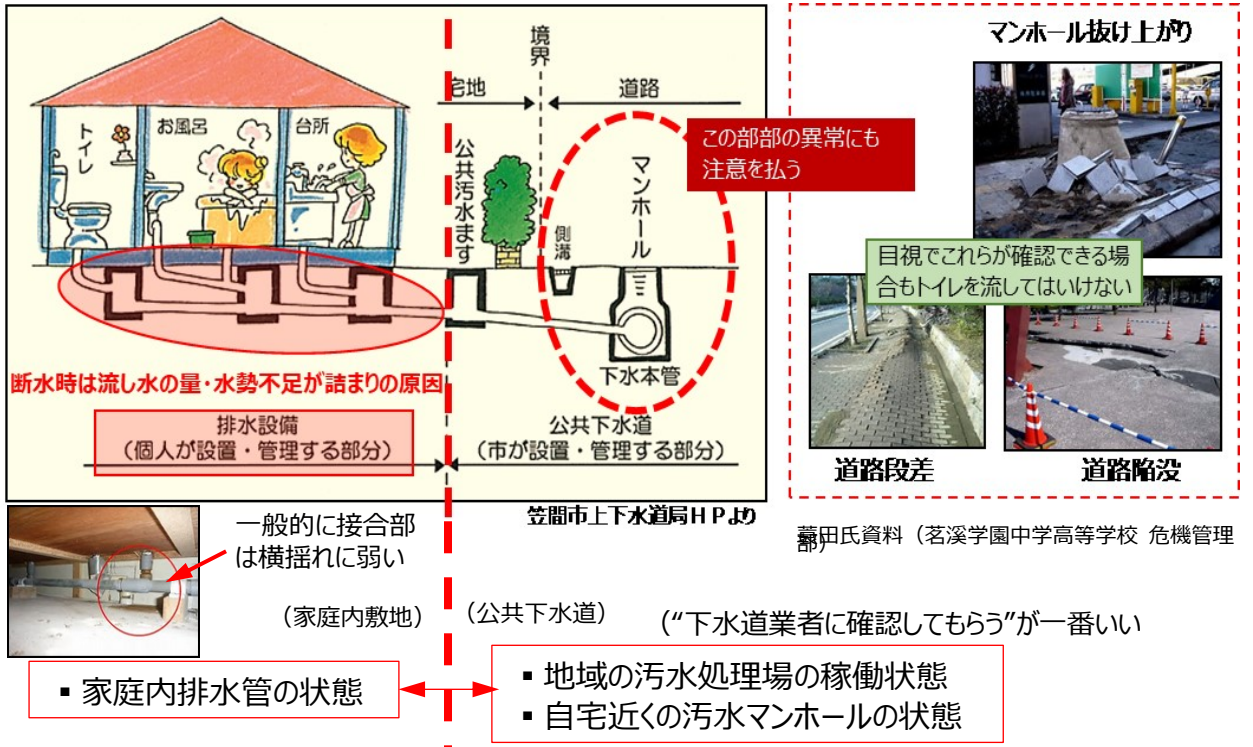
②a 便座を上げた状態で、簡易トイレ用のビニル袋(便袋)、又は類似の袋をセットし、便座を下げる。(日常と同じ座り心地)

③a

※
簡易トイレの製品により便袋の大きさが違う。多くは、以下2種。
(a) 縦80cm (45Lゴミ袋同等)
(b) 縦50cm
(b)のタイプは、②a、③aの使い方が良いかも。
(a)のタイプは、どちらでも。
後述<簡易トイレ(例)>参照のこと。

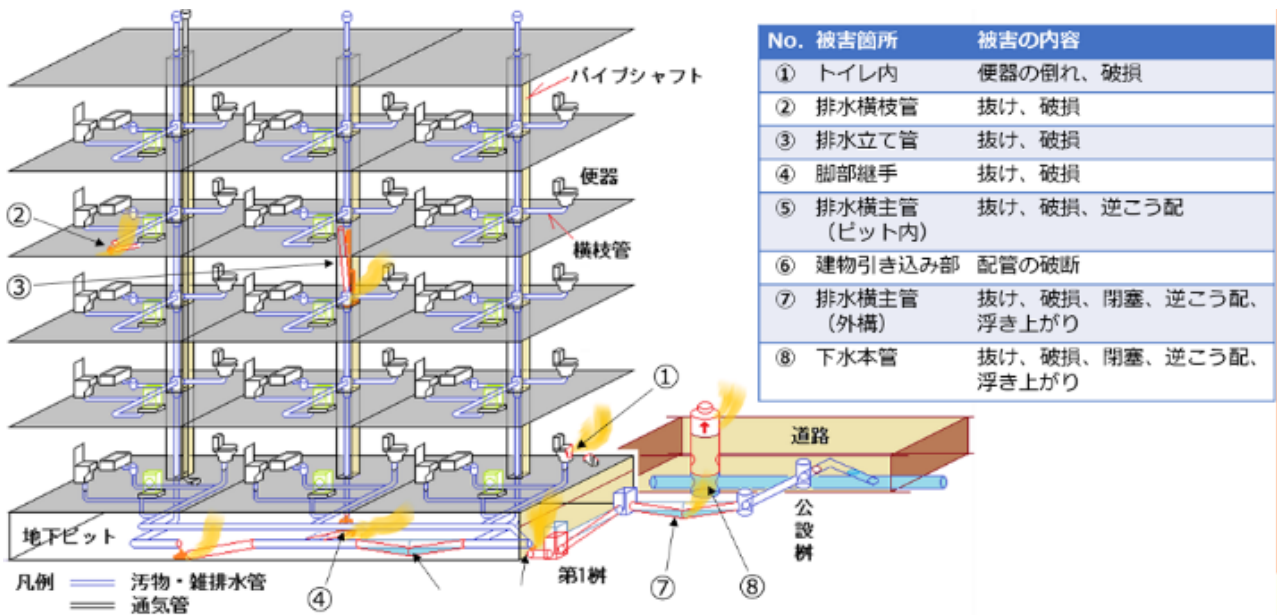
■ トイレの通常使用は、排水管の安全性を確認してから

<戸建の場合>



<マンション等集合住宅の場合>

管理者から使用許可が下りるまで水使用禁止。



<手順 1>

公共下水道の状態を確認

OK

地域の“下水道使用制限の有無”を確認する。

- 行政に確認する（市のホームページなど）
- 自治会よりの情報連絡などを確認する

<手順 2>

家庭内排水管の状態を確認

マンション等共同住宅の場合は、管理者から使用許可が下りるまで水使用禁止。

OK

まずは、通常通り水を流してみ、自分で状態を確認する。

（※ 1 次ページ参照）

詰まりは無い？ 逆流は無い？

いずれか不具合

簡易トイレを使用し、家庭内に保管する

共に OK



便袋（簡易トイレ用など）

- ・使用後は便袋を硬く縛ってできるだけ密閉する。



ゴミ出し用
プラスチック袋

<手順 3>

トイレ使用 OK

■ 便袋の処置方法

行政のゴミ収集再開後、『紙オムツ』と同様にゴミ出しする

<YouTube 参考動画>

動画再生

<https://www.youtube.com/watch?v=z8q2FvNgrsM>



(※1) 戸建の場合、自宅内 下水道設備 使用可否確認方法

手順 1



手順 2



手順 3



昼間でも底は暗くて見えない

➡ 懐中電灯などで照らして見てください

<Q&A>

Q：「宅地内の汚水ますに下水が溜まったままだったり、流れていかなかったどうするの？」

A：下水管が破損している可能性があります。その状態のまま使用していると、家の中（集合住宅の場合は、下の階のお宅）に逆流する恐れがあります。

調査・修理に関しては、各お宅から指定業者（市役所に確認する）に依頼してください。費用は各お宅の負担です。

集合住宅にお住まいの方は、まずは管理会社にお問い合わせください。

<防災参考文献>

- ・東京くらし防災（2023年度版）
- ・東京都下水道局 排水設備 防災ハンドブック

<簡易トイレ（例）>
 便袋、消臭凝固剤付き

どこでも簡単トイレ トイレの女神
 PREMIUM 簡易トイレ 【防災士が
 監修】 15年保存&日本製 携帯/防
 災/非常用トイレ 防災グッズ 防災...

★★★★☆ 3,030
 過去1か月で5000点以上購入されました

¥6,980 参考: ¥8,980

便袋サイズ：縦 80cm（45Lゴミ袋同等）

【防災士監修 雑誌掲載品】 みんなの
 トイレ 簡易トイレ 携帯トイレ 災害用
 トイレ 60回分 防災トイレ 非常用 防
 災グッズ 防災ガイドブック付き (1)

★★★★☆ 167
 過去1か月で5000点以上購入されました

¥3,980

便袋サイズ：縦 50cm、横 65cm

ポイレ 簡易トイレ 災害トイレ 80回
 分 防災士 監修 日本製 15年保存 シン
 プルタイプ 簡単トイレ 抗菌 消臭 凝
 固剤 排便袋

★★★★☆ 436
 過去1か月で1000点以上購入されました

¥4,860

便袋サイズ：縦 50cm、横 65cm

<通常のゴミ袋と凝固剤を別々に準備（例）>



オルディ ゴミ袋 黒 45L 50枚入 縦80cm×横65cm 厚くて丈夫 防災用 災害時 非常時 収納 クリンパック CPN55

オプション: 3サイズ

★★★★☆ 135

過去1か月で100点以上購入されました

¥725 (¥725/セット) 参考: ¥1,254



日本サニパック(Sanipak) 業務用黒色ポリ袋 厚口 45L 10枚入 厚さ 0.04mm

★★★★☆ 75

過去1か月で50点以上購入されました

¥398 参考: ¥449



Green Iris 凝固剤 災害時 南海トラフ 消臭 介護 160回分 800g 簡易トイレ 水分を固めて可燃物として処理 防災グッズ 高吸水性樹脂 高吸水性ポリ...

オプション: 3サイズ

★★★★☆ 341

過去1か月で6000点以上購入されました

¥1,450 (¥2/グラム)

<使用済みの便袋を溜めて置く袋（例）>



驚異の防臭袋 BOS (ボス) おむつが臭わない袋 LLサイズ 60枚入り 大人用 おむつ・うんち 処理袋 【袋カラー: ホワイト】

4.7 ★★★★★ 805個の評価 | このページを検索

ベストセラー1位 - カテゴリ ゴミ箱用アクセサリ

過去1か月で4000点以上購入されました

-32% ¥1,013 税込 (¥1,013 / 箱)