保存版

共通編

集合住宅編

戸建住宅編

その時、トイレが使えない

～知っておきたい災害時のトイレ対策～

トーキョーの、ちょっと東。すごく今。

SPORTS & SUPPORTS

KOTO City in TOKYO

English / 中文 / 한국어

この音声コードをスマホアプリ
Uni-Voiceで読み取ると
音声情報で確認できます。

発行にあたって

江東区長
大久保朋果

災害時には、断水だけでなく、停電や排水設備の損傷、便器の破損などにより、自宅のトイレが使えなくなる可能性があります。

集合住宅では、見た目には異常がなくても排水設備に被害がある状態で水を流してしまうと、建物内で汚水があふれるおそれもあります。

トイレが使用できなくなると、汚物が流れず、臭いや衛生面でトイレ環境が悪化します。過去の被災地では、ノロウイルスなどの感染症の発生や、被災者がトイレに行く回数を減らすために水分を控えたことで慢性的な脱水症状となるなど深刻な健康被害が発生し、災害関連死に繋がった事例も報告されています。災害時に安心して生活を続けるためには、「食料や水」だけでなく、「トイレの備え」も大切です。

江東区長期計画では、「区民が安全・安心に暮らせる災害に強いまちづくり」を区の重要課題として掲げ、防災対策を進めています。本ガイドブックでは、災害時に自宅等で安心して避難生活を送るため、集合住宅、戸建住宅それぞれのトイレ問題や対応手順をわかりやすく紹介しています。

ぜひご覧いただき、災害時の生活や備えについて考えるきっかけとしていただければ幸いです。

目次

災害時のトイレ対応手順を知ろう 3

災害時のトイレ対応手順 4

発災後すぐにやること 5

トイレ対応について 集合住宅 7〜14

戸建住宅 15〜22

緊急点検ステップ

機能点検ステップ

暫定使用ステップ

復旧確認ステップ

江東区観光キャラクター
コトミちゃん

災害時のトイレ対応手順を知ろう

建物や敷地内の排水設備に損傷がある場合、水洗トイレを使用すると、トイレから汚水があふれたり、漏水したりすることがあります。

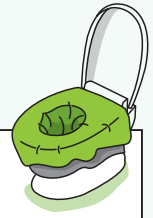
このような状態にならないようにするために、トイレの対応手順を知っておくことが大切です。

トイレ対応手順には、5 つのステップ（右図）があります。「1．発災後すぐにやること」は集合住宅と戸建住宅で共通ですが、「2．緊急点検ステップ」以降は内容が異なるため、それぞれのページをご確認ください。

なお、建物によって排水設備が異なるので、ここでは大まかな確認方法を説明します。実践する際には、自宅を建てた業者や管理会社に点検箇所等を相談することをおすすめします。

この冊子で記載している設備点検に関しては、「集合住宅の『災害時のトイレ使用マニュアル』作成手引き」（公益社団法人空気調和・衛生工学会 集合住宅の在宅避難のためのトイレ使用方法検討小委員会）をもとに記載しております。

災害時のトイレ対応手順



1. 発災後すぐにやること
携帯トイレを使用

共通

2. 緊急点検ステップ
トイレ設備や建物周辺を確認

異常なし

異常あり

3. 機能点検ステップ
バケツ洗浄と設備点検を実施

異常あり

異常なし

4. 暫定使用ステップ
機能点検ステップを継続

異常あり

異常なし

携帯トイレを使用

5. 復旧確認ステップ

集合住宅7ページから／戸建住宅15ページから

1. 発災後すぐにやること

携帯トイレは、水が出なくなったり、流せなくなったときに便器に取り付けて使う、袋タイプのトイレです。袋の中の排泄物を、吸収剤（凝固剤や吸収シートなど）で固めます。

発災直後は給排水設備の損傷状況等が分かりません。排水トラブルを避けるために、まずは携帯トイレを使用してください。

携帯トイレの選び方

携帯トイレを選ぶ際は 、1度の排泄で排出される便、尿をしっかり吸収して保管できるかどうかが重要です。防臭機能の有無もチェックしましょう。

実際に使ってみないと使い勝手が分からないことがあるため、備蓄後に訓練も兼ねて一度使ってみることをおすすめします。課題があれば、製品を再検討するなど安心できるトイレを確保しましょう。

（参考）
携帯トイレに関する規格適合製品リスト

NPO 法人日本トイレ研究所では、災害時に安心して使うことができる携帯トイレを選ぶための規格を作成し、規格を満たした製品リストを公開しています。ぜひ備えの参考にしてください。

携帯トイレの使い方

※携帯トイレは一般的に洋式便器での使用を想定しているものが多いため、和式便器で使用する際は事前にご確認ください。

江東区における携帯トイレの廃棄方法

〈未使用〉
燃やすごみの日に廃棄してください。他の燃やすごみと同じごみ袋に入れて廃棄できます。
〈平時使用（訓練等）〉
便は付着した吸収剤を取り除いた上でトイレに流し、残ったものは燃やすごみの日に廃棄してください。他の燃やすごみと同じごみ袋に入れて廃棄できます。
〈災害時使用〉
使用済みの携帯トイレは収集が再開されるまでの間は、各家庭でその他の生活ごみと分けて保管してください。ごみ収集再開後は腐敗性の燃やすごみとして優先的に収集します。

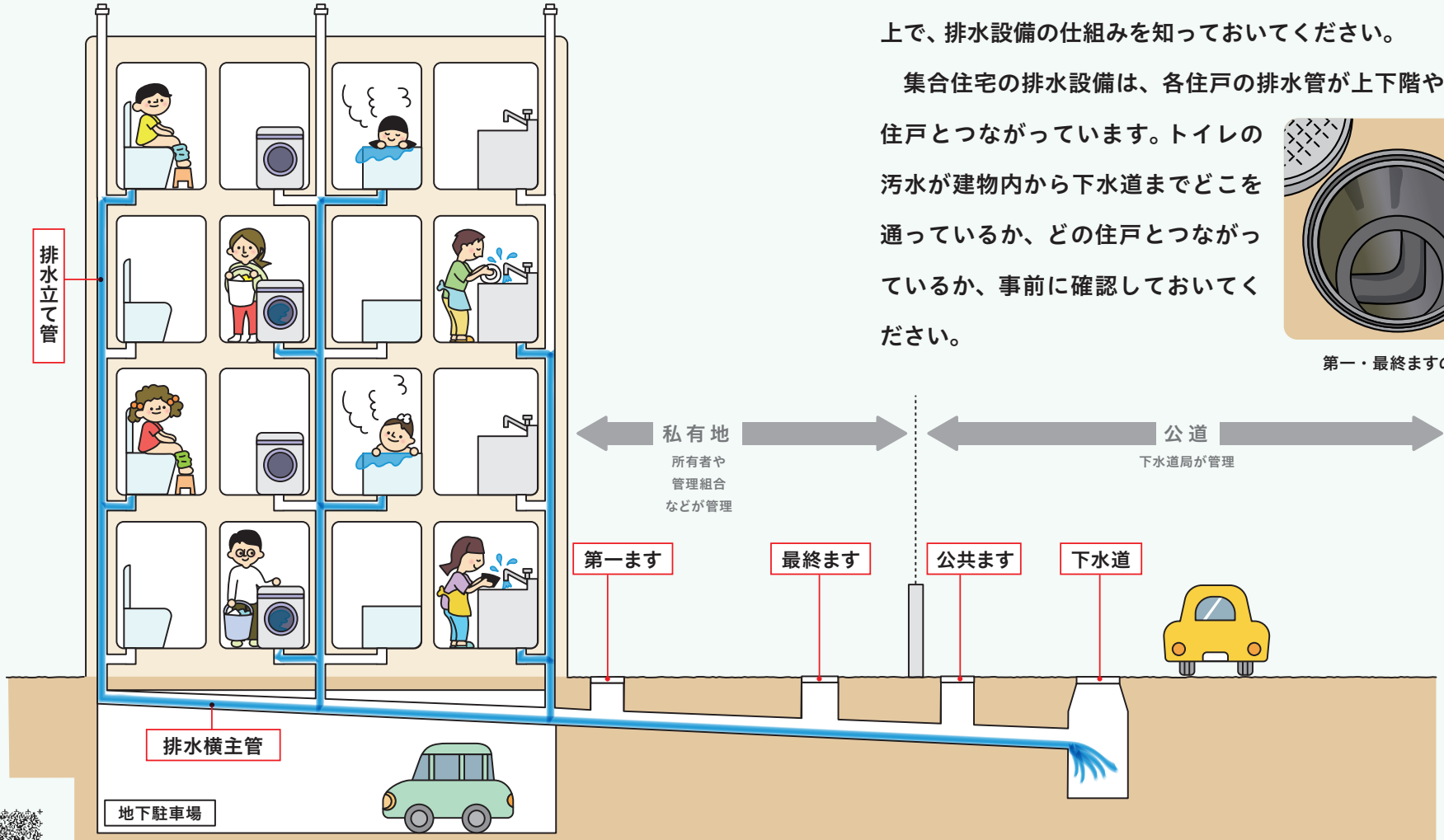
〈参　考〉
・災害時のごみの出し方
(https://www.city.koto.lg.jp/381104/kurashi/gomi/haiki/katazukegomi.html)
・災害廃棄物処理ハンドブック～家庭でできること～
(https://www.city.koto.lg.jp/381104/kurashi/gomi/haiki/handbook.html)
※江東区外で廃棄する場合には、それぞれの自治体のごみの出し方を確認してください。

集合住宅のトイレ対応

災害時に自宅で避難生活をする（在宅避難）ためには、トイレの備えが欠かせません。トイレの対応手順を考える上で、排水設備の仕組みを知っておいてください。

集合住宅の排水設備は、各住戸の排水管が上下階や隣の住戸とつながっています。トイレの汚水が建物内から下水道までどこを通っているか、どの住戸とつながっているか、事前に確認しておいてください。

第一・最終ますの例



図：排水設備のイメージ

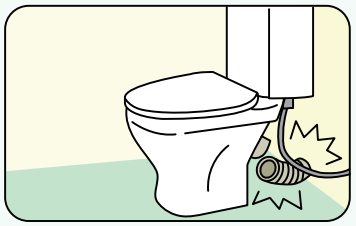
2. 緊急点検ステップ

携帯トイレを取り付けた後に、居住者と管理組合は、給排水設備に大きな損傷がないかどうかを目視で点検します。問題なければ「3. 機能点検ステップ」に進み、問題がある場合は携帯トイレの使用を継続します。(NO.❹～❾は、右ページのイラスト参照)

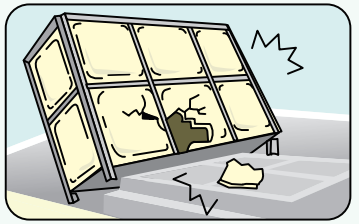
No.	チェック項目例	☑	居住者	管理組合
❶	停電していないか	☐	●	●
❷	水栓（蛇口など）から水が出るか	☐	●	●
❸	便器に損傷がないか	☐	●	
❹	便器後ろ等の排水管が外れていないか	☐	●	
❺	受水槽の外観をチェックし、損傷がないか	☐		●
❻	地盤が隆起・沈下していないか	☐		●
❼	マンホールが液状化等で浮上していないか	☐		●
❽	第一ます、最終ますに損傷がないか	☐		●
❾	排水横主管に損傷はないか（地下ピットを除く）	☐		●

点検箇所

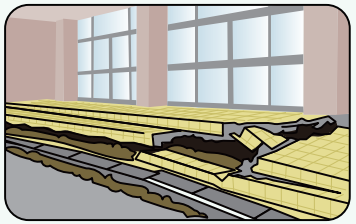
点検箇所の場所や外観等の平時の状態を確認しておくことが必要です。異なる場合は、損傷している可能性があります。



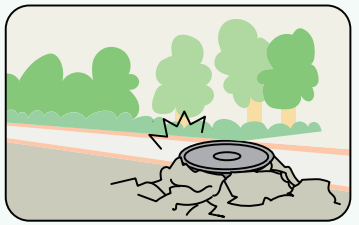
❹ 便器後ろ等の排水管が外れていないか



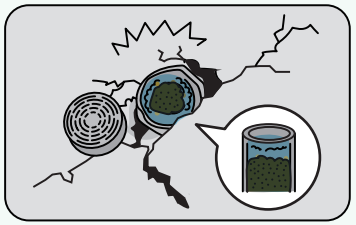
❺ 受水槽の外観をチェックし、損傷がないか



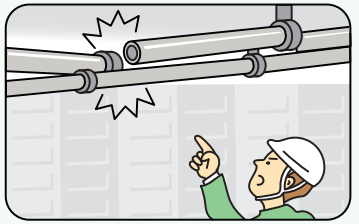
❻ 地盤が隆起・沈下していないか



❼ マンホールが液状化等で浮上していないか



❽ 第一ます、最終ますに損傷がないか



❾ 排水横主管に損傷はないか（地下ピットを除く）

3. 機能点検ステップ

排水設備の損傷は、水を流してみないと分からない場合もあります。断水していても水を確保できる場合は、携帯トイレを取り外してバケツ洗浄を開始し、トラブルの兆候を察知することで被害を最小限にとどめることができます。

問題がある場合はバケツ洗浄を中断し、携帯トイレを使用してください。

1）バケツ洗浄の実施　居住者

バケツを用いて便器に水を流します。便器の種類によって必要な水量は異なります。上手に流せば 3〜6L 程度で流すことができます。

トイレットペーパーは、配管が詰まる原因になるため、燃やすごみとして処分してください。

バケツ洗浄のコツ

ペットボトルなどでは、十分な水量を一気に流すことができないため、バケツを用いることをおすすめします。便、尿を便器の奥に押し込むように、水をすばやく流します。水が便にあたるように流すのがコツです。

2）トラブルの兆候を察知

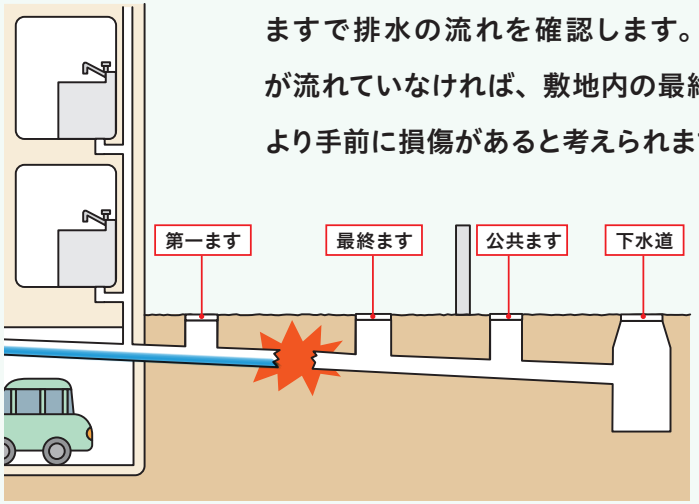
〈第一ますの点検〉　管理組合

第一ますの蓋を開けて、排水の流れを確認します。トイレットペーパーを丸めて投入し、しばらく経った後に無くなっているかを確認します。トイレットペーパーがそのままの場合は、排水設備に問題があると考えられます。

トイレットペーパーを投入

〈最終ますの点検〉　管理組合

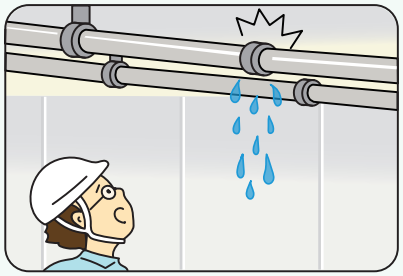
公共ますの手前にある敷地内の最終ますで排水の流れを確認します。汚水が流れていなければ、敷地内の最終ますより手前に損傷があると考えられます。



〈そのほかの点検（機能点検ステップ）〉

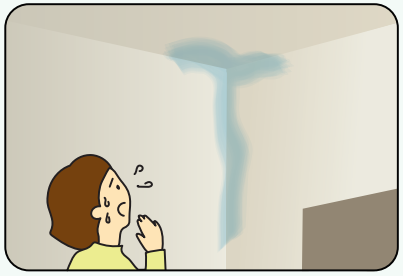
排水横主管 管理組合

排水横主管が目視で確認できる場合のみ、損傷や漏水を確認します。ピット内は危険なので入らないでください。



天井配管、露出配管 居住者

天井などの配管に損傷があれば、その周りに滲みなどが発生します。排水立て管や排水横主管で露出している部分があれば、目視で損傷や漏水を確認します。



便 器 居住者

便器の蓋を閉めておき、トイレ内の水が跳ね出して蓋の内側が濡れていないか確認します。濡れていたら、トラブルの可能性があるので携帯トイレを使用してください。

4. 暫定使用ステップ

排水設備が損傷していても、「3. 機能点検ステップ」では問題が発生せず、バケツ洗浄を継続した後に何らかの問題が発生することもあります。

「4. 暫定使用ステップ」では、バケツ洗浄を継続し、「3. 機能点検ステップ」と同様に確認します。問題がある場合は、トイレの使用を中断し、携帯トイレを使用してください。

5. 復旧確認ステップ

停電や断水が復旧しても、給排水設備が損傷している場合があります。

停電や断水が復旧したときにするべき手順や依頼する業者を事前に決めておきましょう。損傷により修理の内容が異なるので、管理会社等に相談して被災調査をしてもらい、専門業者に修理を依頼することを検討ください。

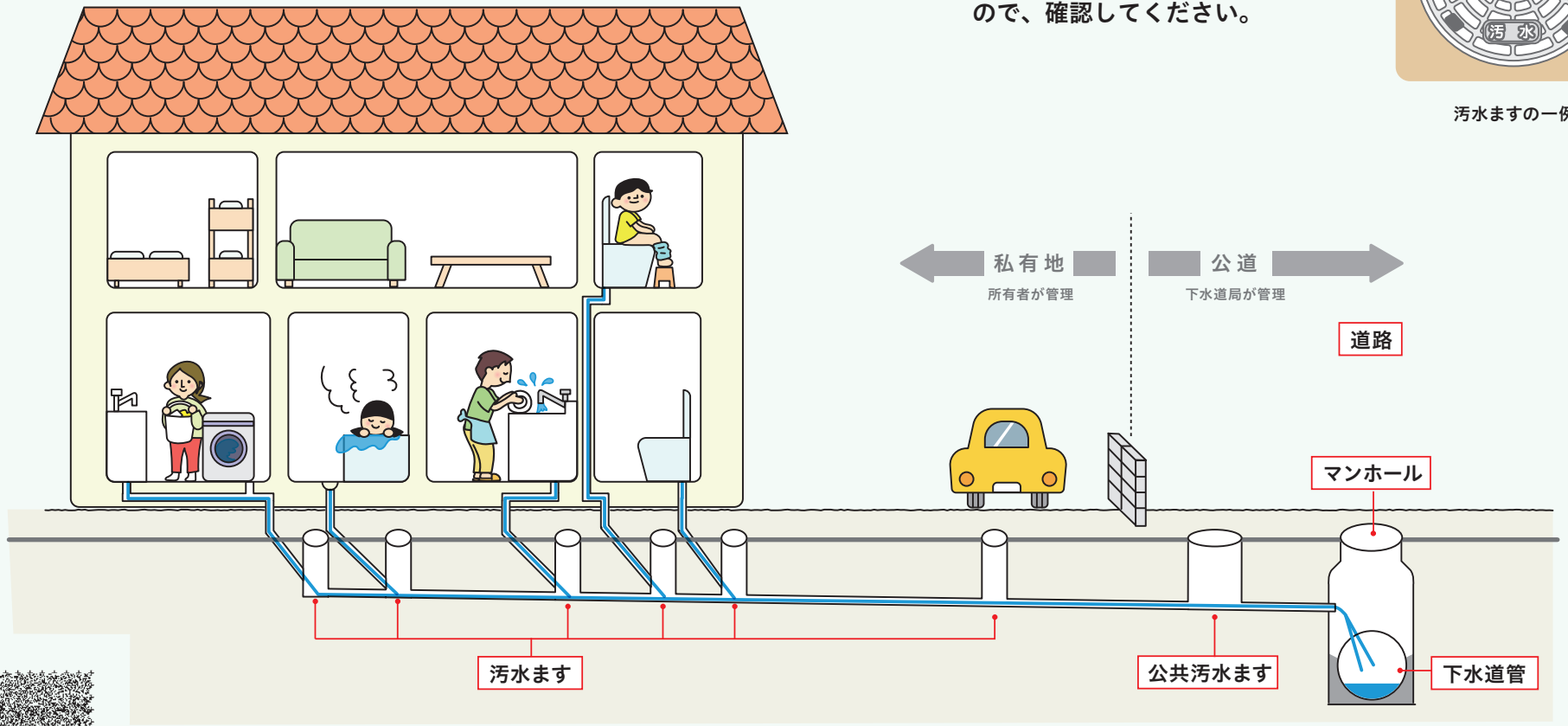
戸建住宅のトイレ対応

災害時に自宅で避難生活をする（在宅避難）ためには、トイレの備えが欠かせません。トイレの対応手順を考える上で、排水設備の仕組みを知っておいてください。

また、汚水ますや公共ますの位置、トイレの排水が建物から下水道等にいたるまで、どのルートを通っているか確認してください。

なお、地域によって公共ますの設置位置が異なる場合がありますので、確認してください。

汚水ますの一例



※戸建住宅における排水設備等のイメージの一例であり、様々な構造があります

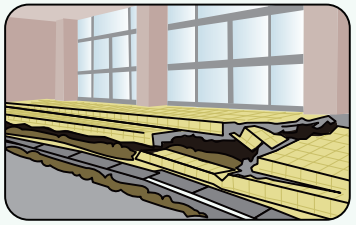
2. 緊急点検ステップ

携帯トイレを取り付けた後に、給排水設備に大きな損傷がないかどうかを目視で点検します。問題なければ「3. 機能点検ステップ」に進み、問題がある場合は携帯トイレの使用を継続します。（NO.❹～❽は、右ページのイラスト参照）

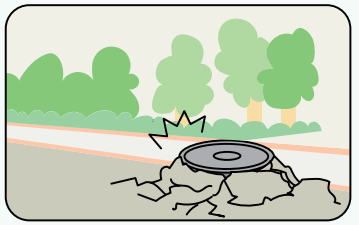
No.	チェック項目例	☑
❶	停電していないか	☐
❷	水栓（蛇口など）から水が出るか	☐
❸	便器に損傷がないか	☐
❹	地盤が隆起・沈下していないか	☐
❺	マンホールが液状化等で浮上していないか	☐
❻	汚水ますに損傷がないか	☐
❼	排水設備の建物引き込み部に損傷がないか	☐
❽	浄化槽を使用している場合、損傷がないか	☐

点検箇所

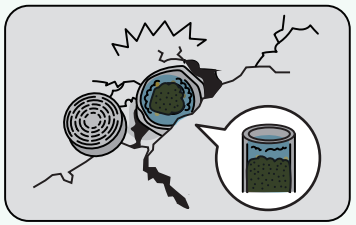
点検箇所の場所や外観等の平時の状態を確認しておくことが必要です。異なる場合は、損傷している可能性があります。



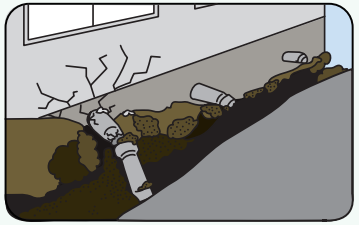
❹ 地盤が隆起・沈下していないか



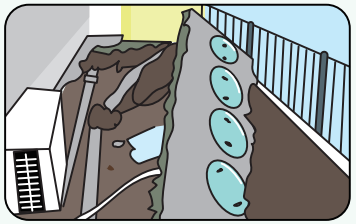
❺ マンホールが液状化等で浮上していないか



❻ 汚水ますに損傷がないか



❼ 排水設備の建物引き込み部に損傷がないか



❽ 浄化槽を使用している場合、損傷がないか

☐チェック1. 漏電（住居内）
☐チェック2. 浄化槽のブロア
☐チェック3. 流入管・浄化槽本体からの汚水もれ
☐チェック4. 消毒薬剤筒の異常

「災害時の浄化槽被害等対策マニュアル　住民用チェックシート」より
令和3年4月環境省環境再生・資源循環局 廃棄物適正処理推進課浄化槽推進室

3. 機能点検ステップ

排水設備の損傷は、水を流してみないと分からない場合もあります。断水していても水を確保できる場合は、携帯トイレを取り外してバケツ洗浄を開始し、トラブルの兆候を察知することで被害を最小限にとどめることができます。

問題がある場合はバケツ洗浄を中断し、携帯トイレを使用してください。

1）バケツ洗浄の実施

バケツを用いて便器に水を流します。便器の種類によって必要な水量は異なります。上手に流せば 3〜6 L 程度で流すことができます。

トイレットペーパーは、配管が詰まる原因になるため、燃やすごみとして処分してください。

バケツ洗浄のコツ

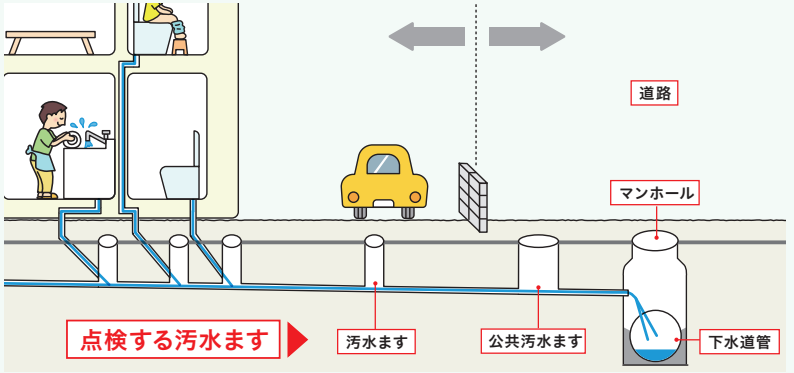
ペットボトルなどでは、十分な水量を一気に流すことができないため、バケツを用いることをおすすめします。便、尿を便器の奥に押し込むように、水をすばやく流します。水が便にあたるように流すのがコツです。

2）トラブルの兆候を察知

〈汚水ますの点検〉

公共ますの手前にある敷地内の最後の汚水ますで、排水の流れを確認します。排水が流れていなかったり、溜まったりしていると、最後の汚水ますの手前に損傷があると考えられますので、バケツ洗浄を中断し、携帯トイレを使用してください。

なお、浄化槽の場合は、浄化槽の入り口のますで確認を実施してください。

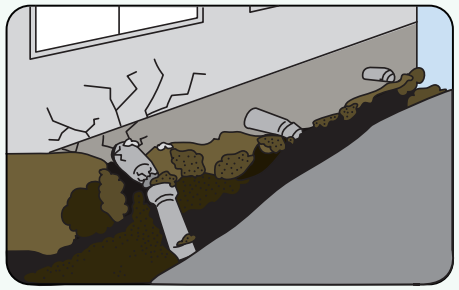


排水の流れの確認方法として、トイレットペーパーを丸めて汚水ますに投入し、しばらく経った後になくなっているか確認する方法があります。トイレットペーパーがそのままの場合は、排水設備に問題があると考えられます。

〈そのほかの点検（機能点検ステップ）〉

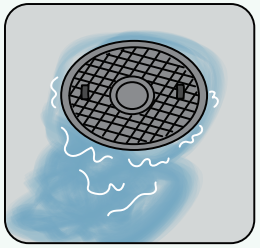
建物引き込み部

目視で確認できる場合は、破損や水漏れなどがないか確認します。



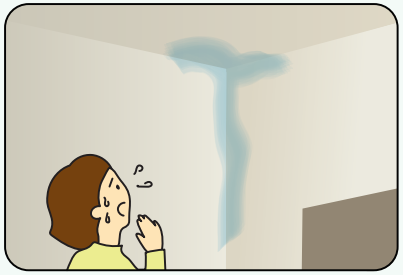
汚水ますのふた

汚水ますから汚水等が溢れていないか、確認します。



天井配管、露出配管

天井などの配管に損傷があれば、その周りに滲みなどが発生します。露出している配管があれば、目視で損傷や漏水を確認します。



4. 暫定使用ステップ

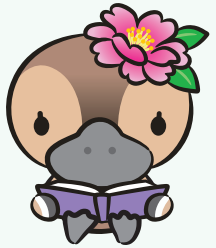
排水設備が損傷していても、「3. 機能点検ステップ」では問題が発生せず、バケツ洗浄を継続した後に何らかの問題が発生することもあります。

「4. 暫定使用ステップ」では、バケツ洗浄を継続し、「3. 機能点検ステップ」と同様に確認します。問題がある場合は、トイレの使用を中断し、携帯トイレを使用してください。

5. 復旧確認ステップ

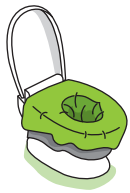
停電や断水が復旧しても、給排水設備が損傷している場合があります。

停電や断水が復旧したときにするべき手順や依頼する業者を事前に決めておきましょう。損傷により修理の内容が異なるので、必要に応じて専門業者等に相談して被災調査をしてもらい、修理を依頼することを検討してください。



災害時のトイレの備えチェックリスト

☐ 携帯トイレ



☐ 人 × ☐ 回 × ☐ 日分 ＝ ☐ 回分

家族の人数　トイレに行く回数　備える日数　必要な数

※1 人あたり 1 日 5 回分が備蓄の目安です
※最低でも 3 日分、できれば 1 週間分備蓄しましょう

☐ トイレットペーパー

経済産業省では、1か月分（4ロール／人）の備えを目安にすすめています。実際に、どのくらい必要か計ってみましょう。

☐ 照明

照明は、両手が自由になり空間全体を照らすことができるものを備えましょう。

☐ 手指消毒剤

断水したときも手を衛生的に保つためにアルコール消毒やウェットティッシュなどを備えましょう。

☐ ポリ袋

携帯トイレを便器に取りつけたとき、ぬらさないようにするためのポリ袋も一緒に備えましょう。

☐ ふたつきの容器

においがもれないようにふたつきの容器等を備えましょう。

☐ その他

安心してトイレを使うため、他に必要なものがないか考えましょう。

Lab. 日本トイレ研究所　特定非営利活動法人 日本トイレ研究所 監修

発行　令和 8 年 8 月　印刷物登録番号（8）23 号
江東区総務部危機管理室防災計画課 03-3647-9584