



# ひなた班だより

回覧

冬号

2021年12月

富田地区連合自主防災隊女性チーム

こんにちは!! 今回は非常時の最も切実な『トイレ』について考えてみましょう。  
特に女性はトイレを我慢して膀胱炎になり体調を崩す人が多いそうです。  
また、女性に限らず水分をとるのを控えたりして命を落とす危険もあるほど深刻になっているようです。  
我慢はしないようにしましょう。

## <停電や断水の場合 自宅のトイレの使用はどうなるでしょう!>

- ★ 停電していても断水しなければ原則トイレは使えます。
- ★ 断水していたら少量の水で汚物を流し続けると詰まって逆流してきます。  
↓
- ★ 汚物処理袋を使用しましょう。スーパー等でいろいろな種類をみかけます。  
(凝固剤入りのもの・凝固剤入りスポンジがセットされているもの)  
(目安) 処理袋の量は1日7回×5日分×家族分 (参考までに50枚入り10年保存で3,500円位です)



活用できます

自宅に使わなくなった幼児や介護に使った紙おむつや紙パンツはありませんか？  
パンツは両側を切り適当な大きさに切って使用すると消音・消臭効果あり使い心地 最高!!  
実証済みです。是非とっておいてね!

## NHK テレビ番組”明日をまもるナビ”

### <北星高校防災倉庫備蓄品 トイレに関して>

現在、簡易トイレ13台 ミニトイレけいたい10  
汚物処理セット5枚×12セット・トイレ用テント10  
ありますが、まだまだ十分ではありません。各自で準備しておくとお安心ですね。

ご覧になったことありますか？  
日曜日の午前中に放送されています。  
分かりやすく災害時の注意点などを解説しゲストが体験するコーナーもあるので、  
等身大の感覚を伝えてくれます。

## 寒い時の避難時に暖をとるためにどうしたら よいのだろう・・・

- ・カイロやアルミシートなど便利! ・ヨガマットを床に敷けばいい!
- ・風を通さないウィンドブレーカーもいろいろ工夫すれば暖くなる!
- ・首・手首・足首を守ると全身への保温効果があるので マフラー・手袋・厚手のソックスを避難リュックに入れておこうという人もいました。  
これらは会員の声です。皆さんはどのように暖をとられますか?



避難時には隣近所に声かけをしましょう