



©港北区ミズキー

KOHOKU 6

広報よこはま港北区版 No.332 2025

広報よこはま
港北区版を
スマホで読む

X 港北区 X

意外と
知らない!?

災害時のアレコレ

過去に発生した大地震では、水や食料のことだけでなく、実はトイレや医療のことも課題になりました。
地味だけど、避難生活に欠かせない災害時のアレコレを知っておきましょう！携帯トイレの備えは
十分ですか？

トイレが使えなくなることを想像してみてください

流したら逆流して
こないかしら

水洗トイレは、大地震が発生すると断水や下水道管の破損により、突然使えなくなってしまうかもしれません。また、発災直後は、使えるかを調べるには時間がかかります。携帯トイレを準備して、すぐに使えるようにしておきましょう！

備えがないと、「トイレに行きたい」と思った時に、
毎回、外にトイレを探しに行く必要があります。やっとトイレを
つけたのに、
大勢の人が並んでいて、
すぐに使えないことも…発災から6時間以内に
約7割の人がトイレに
行きます

携帯トイレを準備しましょう

・携帯トイレの必要数

1日5回×3日分×家族の人数分
＝必要数(一般的な1日のトイレに行く回数は約5回)

・自分にあった携帯トイレを見つけよう

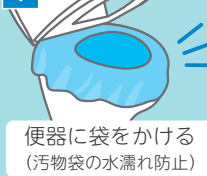
携帯トイレには色々な種類があります。ホームセンター等で、
手に取って選んでみましょう。

トイレは我慢してはいけません

トイレを我慢することは、水や食料等の摂取を抑えることにつながり、
「エコノミークラス症候群」といった健康被害を引き起こす可能性があります。

携帯トイレの使用例

1

便器に袋をかける
(汚物袋の水濡れ防止)

2

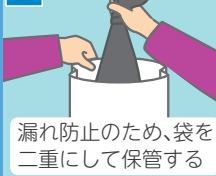
汚物袋を設置し、
凝固剤を振りかける

3



使用後、汚物袋を外す

4

漏れ防止のため、袋を
二重にして保管する

ポイント

- 使用済の携帯トイレは、燃やすごみとして処分します。発災時は、ごみ回収まで日数を要する可能性がありますので蓋つきのごみ箱があると安心です。
- 消毒液やウエットティッシュ等を用意し、衛生面にも気を付けましょう。



医療機関の受診は、緊急度に応じた行動を！

大地震が発生した際の医療体制は、平常時とは異なります。限られた人と資源で、できる限り多くの命を救うために医療機関では負傷者の緊急度に応じた診療活動が行われます。そのため、状況に応じた行動をするようご協力をお願いします。

軽症

中等症

重症

□生命の危険がなく、歩行できる

- 皆さんの自助・共助による応急手当
- ・日ごろから薬や応急手当等、物品を用意しておきましょう
- ・軽いけがや発熱は自分や家族、隣近所の人に応急手当をしてもらいましょう
- ・診療可能な診療所・薬局にはのぼり旗が掲示されます

□今すぐ生命の危険はないが歩行ができない

□生命の危険が切迫している、生命の危険の可能性がある



医療機関へ

区民の皆さまは、まず**自助**に努めてください。
自助が充実することで自分の安全が確保でき、
自分だけでなく地域で助け合う**共助**をしていく
ことにつながります。その結果、防ぎ得た災害死
を減らすことにもつながりますので、大変なこと
だと思いますが、ご理解・ご協力をよろしくお願い
します。

港北区医師会 片山副会長

●問合せ 災害時のトイレの備えについて
災害医療について総務課 防災担当
福祉保健課 事業企画担当☎ 045-540-2206 fax 045-540-2209
☎ 045-540-2360 fax 045-540-2368港北
区役所〒222-0032
港北区大豆戸町 26-1
☎ 045-540-2323 (代表)
fax 045-540-2227

開庁日

なるべく電車・バスで
ご来庁ください月～金曜(祝休日・年末年始除く) 8時45分～17時
第2・4土曜 9時～12時
(戸籍課・保険年金課・こども家庭支援課の一部の窓口)港北区の
データ
(2025年
5月1日現在)人口
367,260
世帯数
185,775