

## トイレットペーパー、緊急時に備えて必要な分を必要な分だけ、計画的に備蓄しましょう

2020年3月5日

(一社)日本トイレ協会 災害用トイレ特別研究会

新型コロナウイルスへの不安が広がる中、デマによりトイレットペーパーを買い占めるという騒動が起こっています。生活に欠かせないものなので、災害など緊急時に備えて**必要な分を必要な分だけ、計画的に備蓄**することが大切です。不要な買い占めはやめましょう。

### <トイレットペーパー 備蓄数の目安>

トイレットペーパー、みなさんはどれくらい使いますか!?

1回に取るトイレットペーパーの長さは平均0.8mという調査(※1)もありますが、お尻を1回だけ拭く人もいれば複数回拭く人もいますので、**1回のトイレで使用するトイレットペーパーの長さ**を調査しました。

### ◆調査概要

調査期間：2019年9月～11月

調査対象：男性106人(20代～70代)、女性34人(10代～50代)

調査方法：実際に便器(または椅子)に座ってもらい、壁に取り付けられた(または調査員がもった)トイレットペーパーを、普段のトイレで使用する量・回数、実際に巻き取ってちぎってもらい、その長さを計測(図1)。

トイレットペーパーはシングルを使用。

温水洗浄便座がない条件として測定。



図1. 調査風景

### ◆調査結果

#### ①1回のトイレでのトイレットペーパー平均使用量は 男性3.15m、女性3.52m (小は1.45m)

男性が1回のトイレ(大便)で使うトイレットペーパーの長さは平均3.15m、女性の大便では平均3.52m、小便では平均1.45m。

男女ともに、1回のトイレ(大便)で使うトイレットペーパーの長さは3mを超えるという結果でした。

表1. トイレットペーパーの平均使用量

	大便	小便	
男性	3.15m	—	(n106)
女性	3.52m	1.45m	(n34)

※使用前後に便器を拭く量は含まない。

**②1か月のトイレトイレットペーパー平均使用量は、4人家族で16ロール程度**

一般的に言われている1日のトイレの回数（男性：大1回、女性：大1回 小7回）から計算すると、**4人家族（男性2人、女性2人）の場合1か月で16.8ロール**（シングル）使用することになります。

※日本家庭紙工業会からも、4人家族の1か月の一般的な使用量は16ロール程度と発表されています。

<https://www.jpa.gr.jp/file/release/20200302014901-1.pdf>

表2. 1人あたりの1か月トイレトイレットペーパー使用量の目安

		トイレトイレットペーパー 平均使用量	トイレの回数	1か月の使用量
男性	大便	3.15m	1回	1.58ロール
女性	大便	3.52m	1回	6.84ロール
	小便	1.45m	7回	

⇒ **4人家族（男女各2名）で  
1か月16.8ロール使用**  
※ダブルは33ロール程度

ただし、使用量には非常に個人差があり、最も短い人で20cm、最も長い人で12mでした（図2）。

調査に協力してくれた人にヒアリングをすると、「手につかないようにたくさん使う」、「節約のために意識して短くしている」、フィリピン出身の人からは「あまりお尻を拭く習慣がない」など様々な声があり、個人によって、場合によっては国によっても使用量が変わってくると考えられます。

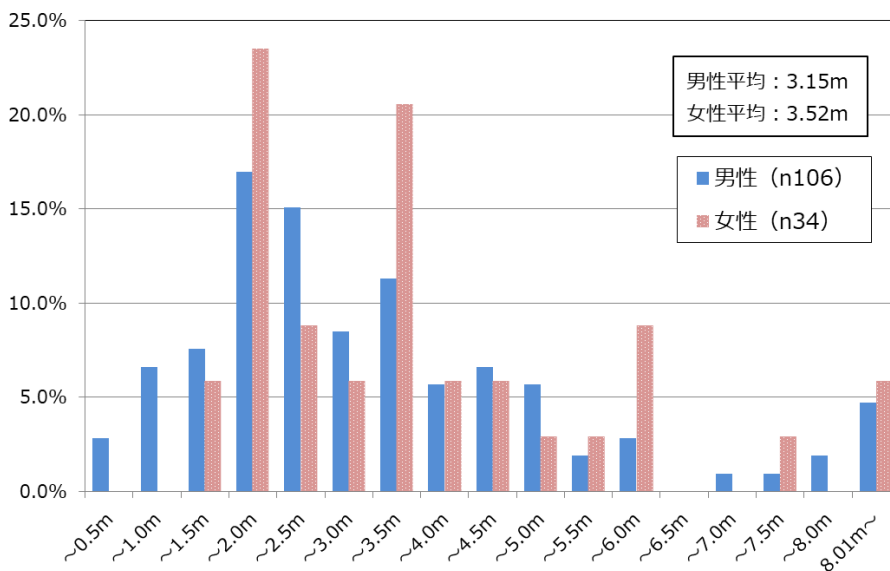


図2. 1回のトイレで使用するトイレトイレットペーパーの量（大便の場合）

**③お尻を拭く平均回数は 男性2.4回、女性2.1回（小は1.2回）**

その日の体調によっても異なりますが、「5回は拭かないと気持ち悪い」という人もいて、男性が1回のトイレでお尻を拭く回数は平均2.4回、女性の大便では平均2.1回、小便では平均1.2回。

男女ともに、大便の際は2回はお尻を拭く人が多いということが分かりました。

（参考）

※1 （一社）日本レストルーム工業会 「温水洗浄便座の使用とトイレトイレットペーパーの使用に関する実態調査結果」