

トイレの と



Contents

JAPAN TOILET ASSOCIATION



- | | | | |
|--------|-----------------------|---------|-----------------------|
| 1 - 2 | 第40回 全国トイレシンポジウム2024 | 13 - 14 | 会員活動 田中はどのようにしてアフリカへ? |
| 3 - 4 | 2024年度 JTAトイレ賞 応募作品紹介 | 15 - 16 | 研究会報告 災害・仮設トイレ研究会 |
| 5 | 新任運営委員のご紹介 | 17 | 私の推薦トイレ |
| 6 | リレートーク トイレの室から | 18 | 事務局より |
| 7 - 12 | 活動報告 第4回 子どもトイレ勉強会 | | |



テーマ「能登半島地震の経験から考えるインクルーシブ防災と災害トイレ」

一般社団法人日本トイレ協会は、2024年11月20日に東京ビッグサイトにて第40回全国トイレシンポジウムを開催いたします。今年度のテーマは「能登半島地震の経験から考えるインクルーシブ防災と災害トイレ」、誰一人取り残さない防災という視点から、災害時のトイレについて考えます。

【参加申込 受付中】

2024年11月20日(水) 東京ビッグサイトにて

【参加申込】

A：会場参加（事前申込制／定員150名／無料）

B：オンライン視聴（事前申込／人数制限なし／無料）



詳しくは、当協会のホームページをご覧ください。

<https://j-toilet.com/2024/08/06/sympo40/>

【開催概要】

イベント名称：第40回 全国トイレシンポジウム

テーマ：能登半島地震の経験から考えるインクルーシブ防災と災害トイレ

開催期間：2024年11月20日(水) 10時30分～16時30分

開催場所：東京ビッグサイト 東1ホール（Japan Home & Building Show 会場内）

住所：東京都江東区有明3-11-1 ※オンライン配信も行います。

【開催趣旨】

2024年1月1日に発生した能登半島地震では、地震による家屋の倒壊、津波、土砂災害、火災、液状化現象なども各地で発生し、奥能登地域を中心に北陸地方の各地で甚大な被害が発生した。ライフラインの寸断、上下水道の被害は大きく、被災地ではトイレの使用が困難な状態が長く続いた。外部からの携帯トイレ、仮設トイレ等の支援は行われたものの、トイレの使用に配慮が必要な障がい者や高齢者にとってきわめて深刻な状況となった。日本トイレ協会では、これまでも災害トイレをテーマとしたシンポジウムや調査、災害・仮設トイレ研究会の設置などの活動を展開してきたが、災害時のトイレ対策におけるバリアフリー対策については十分な対応ができてこなかった。今回のシンポジウムは、その反省をふまえて、インクルーシブ防災－誰一人取り残さない防災、という視点から、トイレ利用における要配慮者のトイレ問題を考えていきたい。また4月には台湾でも花蓮県を中心に地震災害があった。そこで、日本トイレ協会と友好団体である台湾衛浴文化協会から、台湾での災害トイレの実態と対応を報告していただき、日台がお互いの経験を学び合う機会としたい。

【プログラム】（敬称略）

- 10:30 開会／開会挨拶
山本耕平（第40回全国トイレシンポジウム実行委員長、日本トイレ協会会長）
- 10:35 キーノートスピーチ
能登半島地震の概要と、現地の高齢者・障害者の状況
高橋末樹子（日本トイレ協会理事）
- 10:55 基調講演
「災害時の保健医療対策とトイレの課題」
尾島 俊之（浜松医科大学健康社会医学講座教授、災害時健康危機管理支援チーム
（Disaster Health Emergency Assistance Team））
- 11:40 特別報告
「台湾における災害トイレの実情」
社団法人台湾衛浴文化協会 林錦堂 理事長
- 12:40 休憩／昼食
- 13:30 報告1 被災地からの報告
寺田誠（社会福祉法人佛子園 輪島 KABULET（カブーレ）施設長）
三上豊子（珠洲市健康増進センター所長）
- 14:15 報告2 トイレの支援－実情と課題
潮崎雄治（経済産業省製造産業局生活製品課住宅産業室室長）
外山ゆう子（日本トイレ協会災害・仮設トイレ研究会）
- 15:00 休憩
- 15:15 質疑、意見交換
コーディネーター：高橋末樹子（日本トイレ協会理事）
登壇者・・・報告者
- 16:05 JTA トイレ賞結果発表
- 16:25 閉会挨拶 上野義雪（日本トイレ協会副会長）
- 16:30 閉会

後 援

経済産業省、国土交通省、国土交通省観光庁、一般財団法人自然公園財団、一般社団法人日本建築学会、公益社団法人空気調和・衛生工学会、日本インテリア学会、一般社団法人日本福祉のまちづくり学会、公益財団法人日本建築家協会、公益社団法人国際観光施設協会、一般社団法人日本医療福祉建築協会、一般社団法人日本医療福祉設備協会、都市環境デザイン会議、公益社団法人全国ビルメンテナンス協会、一般社団法人全国浄化槽団体連合会、全国管工事業協同組合連合会、一般社団法人日本能率協会、一般社団法人日本レストルーム工業会、NPO 法人給排水設備研究会、NPO 法人地域交流センター、（順不同）

協 賛

TOTO 株式会社、株式会社 LIXIL、株式会社総合サービス、日野興業株式会社、コマニー株式会社、旭ハウス工業株式会社、日本カルミック株式会社、株式会社アメニティ、無臭元工業株式会社、株式会社エクセルシア、株式会社サンコー、ウォレットジャパン株式会社、ルピナ中部工業株式会社、ミッケル化学株式会社、日本セイフティー株式会社、ニッポー設備株式会社、有限会社エピスタ

2024年度 JTAトイレ賞 応募作品紹介

JTAトイレ賞審査委員会

2023年度より「JTAトイレ賞」と名称を改め、「みんながいつでもどこでも気持ちよく使える」トイレ環境をつくり、それを持続できる社会をつくることを目標に、顕著な活動の実践や提案を行っている作品を表彰しています。2024年度は4部門23点のご応募がありました。

A) 作品部門

No.	タイトル	応募者名
1	鉄輪地獄地帯公園便所	三ヶ尻 隆浩、小山 秀輝 (別府市建設部施設整備課)
2	別府湯けむり展望台公衆便所	中原 健、小山 秀輝 (別府市建設部施設整備課)
3	野口原総合運動場便所	中原 健、小山 秀輝 (別府市建設部施設整備課)
4	骨格分析×AIで異常を検知するトイレ内異常検知システム「Xeye (エクスイ)」	尾崎 三夫 (三協エアテック株式会社)
5	これまでの常識を覆す！業界初の特許技術で「感染予防&臭わない仮設トイレ」誕生！ 38.6℃を記録した真夏の大規模野外イベントや真冬の能登半島被災地域でも大活躍！	インブルーエナジー株式会社 廣瀬 幸雄 (金沢大学名誉教授/ビタル企画)
6	今も未来も、三方良しが持続可能なトイレ環境を実現する	高橋 快 (BLANK LABEL合同会社 代表)
7	クリスタルタワーB1階トイレ 「これからのオフィストイレ ～誰もが使いやすい快適なトイレ～」	㈱竹中工務店 ㈱朝日新聞社 ㈱アサヒファシリティズ
8	僕にもできる三角折り	笠置 武明 (東雲技研)
9	手のひらサイズの携帯トイレ「ぼけっトイレ」	橋本 総一郎 (コケナワホールディングス株式会社)
10	Sharing Chamber (Skeleton + Restroom + Sign) 台湾のジェンダーフリートイレと表示システム	楊士正 (楊士正建築師事務所(ようしせい建築事務所)、王品蘋、游廷翰、鄭崇明)
11	Project Lav-US ※Lav-US: Lavatory-Urakami Station “平和と長崎らしさがテーマ。 駅とまちをやさしくつなぐ、真っ白な公衆トイレ(オアシス)”	田邊 猛 (長崎市建築部建築課) 中野 (長崎市土木部土木企画課) 竹中 晴美 (「みんなにやさしいトイレ会議」実行委員会)

B) 著作・研究部門

No.	タイトル	応募者名
1	排泄時の心理的安全性に寄与するトイレ空間のBGM設定に関する研究	矢口 絵理奈 (設計事務所 Gondra)、 原田 和典 (岡山県立大学)

C) 維持・管理・運営部門

No.	タイトル	応募者名
1	災害時も活用できる清潔で多彩な仮設トイレ	村上 翔一、河野 巧 (株式会社ワールドシェアセリング)
2	高速道路休憩施設のトイレにおけるBIMモデルを活用した維持管理の高度化・効率化	嶋浦 早紀、鈴木 健、伊藤 佑治、金森 愛咲美 (中日本高速道路(株)東京支社) 泉 史朗、今井 詩織、加藤 あす香 (中日本ハイウェイ・エンジニアリング東京(株))

D) 社会活動部門

No.	タイトル	応募者名
1	東日本大震災被災地 福島県川内村での公衆トイレ掃除奉仕活動	星野延幸
2	防災兼用型ソーラーカーポートのマンホールトイレ	能美防災株式会社 東京電力エナジーパートナー株式会社 日本ファシリティ・ソリューション株式会社 東テック株式会社 株式会社日建設計
3	癒し空間の提供と安全走行への手助けとなる取り組み	中日本ハイウェイ・メンテナンス北陸株式会社
4	公園トイレのリ・デザイン 都市機能からの再発見 ～経営学と建築学を融合させた学術視点より～	森岡 崇、鈴木 宏、袈裟丸 梨里子、 佐藤 健司、紫原 まりえ、平山 愛恵、 吉田 敏 (東京都立産業技術大学院大学 産業技術研究科)
5	漫画による携帯・簡易トイレの教育・啓発活動	長谷川 高士 (くまもと水と福祉の研究室(ラビシュット合同会社))
6	京成酒々井駅 地域連携型トイレリニューアル	京成電鉄株式会社
7	移動型バリアフリートイレトレーラー 「モバイルトイレ」の開発および普及活動	モバイルトイレPJTチーム トヨタ自動車株式会社
8	新城パーキングエリアにおけるトイレ木造化への取り組み	鈴木 順也、増倉 秀一、城谷 卓 (中日本高速道路株式会社東京支社浜松保全・サービスセンター)
9	鹿児島工学院専門学校女子トイレ改修	中濱 幸志郎 (E.M.A.LAB)

新任運営委員のご紹介

2024年度より新しく5名の方が運営委員に就かれました。今号と次号でご紹介いたします。

小野田 吉純さん



運営委員
元 国土交通省
(公社)日本建築士会連合会 参与

この度、新たに運営委員に就任しました小野田吉純（おのだよしずみ）と申します。どうぞよろしく申し上げます。

日本トイレ協会との関わりは、以前から一部会員の方と地域交流センターでの接点があったものの、2011年に地元の横浜市で開催された全国トイレシンポジウムに一市民として参加したのが最初と記憶しております。その後、国土交通省でバリアフリー法を担当し、多機能トイレの利用状況の調査を行う中で、改めてご縁ができ、その後、継続して関わらせていただいております。特に、2017年第33回、2018年第34回開催のシンポジウムでは、それぞれ、誰もが楽しく歩けるまちへくまなかトイレを考える、公共トイレが直面する問題を考える、をテーマに登壇の機会をいただきました。

これらの協会活動を通じて、多様な立場の多才な方々が、防災、メンテナンス、バリアフリーなどの幅広い分野に関して、長年に渡って熱心に、心暖かく活動されていることに感心し敬意を抱くとともに、ご一緒させていただいていることが本当に心地よく、現在まで協会に参加させていただいています。

これまで、全国各地でのまちづくりに関わる機会がありましたが、誰もが楽しく歩けるまちづくりや、そのなかでのトイレ環境整備への理解が、残念ながら、まだまだ進んでいません。日本が超高齢化や人口減少に進んでいく今こそ、未来のために大きな声を上げて、建築・福祉・観光・都市整備・公園などの行政部署、民間施設・トイレの管理者、利用者などの理解を進めていくことが不可欠です。そのために、微力ですが、会員のみなさまのお役に立てればと思っています。どうぞよろしくお願いたします。

新保 幸一さん



運営委員
株式会社教育施設研究所 顧問

私は文部科学省の文教施設部（現文教施設企画・防災部）というところで、学校施設の設計ガイドライン（学校施設整備指針といいます）の策定や、施設整備費の財政支援を担当していました。これらの業務を通じて日本トイレ協会の皆様には大変お世話になり、改めて感謝申し上げます。初めは学校施設の老朽化が注目され、老朽トイレが児童生徒の健康面や学校生活にも影響が及ぶとのご指摘への対策が急務となった時です。和式から洋式、湿式から乾式への転換推奨、老朽トイレ改修に特化した補助制度の創設などの対策を講じ、対策前に比べてかなり改善されてきましたが、学校は設置数が非常に多いためまだ道半ばという状況です。

また、学校が避難所となる場合のトイレ対策でも、実態把握や改善策の策定でお世話になりました。既存校舎への避難所機能の追加整備や、避難所を想定した校舎の設計・整備が進んでいますが、昨今の災害報道などを拝見するとまだ課題は多いと感じます。学校を含め多くの方々が利用する施設のトイレをどう整備し維持していくかは今も昔も重要なテーマと考えており、これまでの経験や知見がお役にたてばと思っています。

吉村 将次 個人会員 / 吉村将次アトリエ

私は建築設計の仕事をしており、これまでに個人住宅や別荘、集合住宅、駅、学校、オフィス、保育園、老人ホーム、商業施設など、さまざまな建物を設計してきました。今回はその中で経験してきたトイレの設計についてお話しします。

まず、このコラムを書くにあたり、過去に設計したトイレの写真を振り返ってみました。意外にも完成写真があまり残っていないことに気づきました（笑）。どの建物にも必ずトイレはありますが、トイレは狭い空間のため写真が撮りにくく、竣工写真としてあまり採用されないことが多かったのです。もちろん、トイレの設計に手を抜いていたわけではありませんが、写真を残すという点では少し疎かになっていたようです。

私自身、設計の際に過去のトイレの写真を見返すことはよくあります。そのときに「もっと写真を撮っておけばよかった」と思うことが多々ありました。360度カメラが登場したときには「これで狭いトイレでも写真が撮れる！」と画期的だと思いましたが、実際に使うと手軽さに欠けるため、あまり使っていません。

それでは、実際の事例を少ない写真の中からいくつかご紹介します。



まず、こちらは25年前に設計した個人住宅のトイレです。左側の画像は提案時のパースで、右側が完成時の写真です。当時、TOTOには赤や黒のトイレがあり、私はどうしても黒いトイレを使いたくて提案しましたが、施主からは「普通が良い」と却下されました。今振り返ると、その提案が通らなくて良かったと感じています（笑）。当時はナイトクラブや飲食店で赤や黒のトイレをよく見かけましたが、今ではほとんど見かけなくなりました。



次に、20年前に設計したワンルームマンションのトイレについてです。私のテーマはサニタリースペースを高級ホテルのような開放感ある造りにすることでした。このマンションはその一例で、部屋から直接ガラス張りのサニタリースペースに入る構成にしました。アメリカンスタンダード社の便器を採用していましたが、今では海外製品を選ぶことはほとんどなく、日本製が機能面でもデザイン面でも優れていると感じます。

10年前には、大宮公園駅のトイレを設計しました。これまで50以上の建物に携わってきましたが、湿式の床でトイレを設計したのはこの物件だけです。学校や保育園など、利用頻度の高い施設でも、湿式にするかどうか議論することもなく、ほとんどが乾式で設計されています。将来的に機能やメンテナンスの理由でまた湿式のトイレを設計する時代が来るかもしれませんが、現時点ではそのような兆しはありません。



最後に、8年前に設計した個人宅のトイレをご紹介します。左側は客用トイレで、右側が主寝室のそばにあるトイレです。客用トイレには大きな鏡を設置し、空間に広がりを持たせました。一方、主寝室そばのトイレは、施主が「トイレで長居するのが好き」とのことだったので、景色も楽しめる居心地の良い空間になるよう設計しました。どちらもとても満足いく仕上がりになりました。



今回このコラムを書くにあたり、過去にトイレの写真をしっかり残していなかったことを反省しました。最近では分譲マンションの外観や共用部の設計を担当することが多く、共用部には必ずトイレがあるため、今後は丁寧に設計し、写真もきちんと撮ってトイレ協会の皆様に報告できるようにしたいと思います。

これからもどうぞよろしくお願いいたします。

2024年3月28日（木）にオンラインにて、子どもとトイレの勉強会が開催されました。

「便秘は乳幼児期から始まっている」（抜粋）

村上八千世 運営委員 / 常磐短期大学准教授、アクトウェア研究所主宰

講師：中野美和子さん

外科医、学校法人神戸学園神戸動植物環境専門学校校長

著書に「赤ちゃんからはじまる便秘問題—すっきりうんちしていますか？」（言叢社）など多数。

司会進行：村上八千世（常磐短期大学幼児教育保育学科）

柳忠宏（医療法人やなぎクリニック理事長）

便秘は「病気」！ 快適に便が出なければ「便秘」です！

子どもの便秘は大したことは無い、便秘はそのうち治る、薬剤治療は必要ない、治療するのは「ひどい」便秘症だけと考えている人が世の中には多いですが、便秘は立派な「病気」です。令和4年に内閣府が行なった幼保連携型認定こども園での調査（n=2209）では、1/3以上の園で子どもの便秘及びその症状が気になっているという結果が出ました。また「便秘」以外で気になっている排泄に関する症状もすべて便秘に関連する症状だったのです。令和5年にNPO 法人日本トイレ研究所が東京都内の保育所157園を対象に行なった調査では、「気になっている排泄の問題」でダントツ多かったのは「便秘」で71.3%でした。その他に「排便のリズムができていない」「排便時に痛がる」「排便を我慢する」などもありましたが、これらも便秘に関連する症状です。同じく日本トイレ研究所の「0～3歳児の生活調査（保護者回答n=1000）」（2022年）でも排便に関する困りごとはほぼ便秘症状に関するものでした。

現在、勤務する東京の小児科の排便外来には都外、関東外、外国からも患児が訪れますが、ほかでさんざん治療して良くならない人がインターネットなどを検索して困った末にやってくるのです。訪れる患児はほとんどが「ROMEⅢ」（注1）基準に適合する立派な便秘です。実際の治療は「生活指導」で済むケースはわずかで、初診時判断で1～2日に1度の浣腸や座薬を使わざるを得ない患児がほぼ半数はいます。

排便外来に初めて来たときの保護者の意識調査（さいたま市立病院排便外来）では、「便秘のために心配」というだけでなく、「治らないのではないか」「薬が癖になるのではないか」などのように将来を心配する人も多く、子どもの便秘でとても苦しんでいることが伝わってきます。「地獄のような毎日でした」と語るお母さんは結構います。もちろん一番困っているのは子どもですが、子ども自身は便秘を訴えることはできません。子どもは「泣いたり騒いだり」「不機嫌になったり」「遊びに集中できなかつたり」「トイレを怖がったり」「オムツでの排便を好んだり」、そんな行動で表現します。年長児になると腹痛や便の漏れ、気分の変調を訴えるようになります。

便秘の定義（大人）は「本来体外に排出するべき糞便を十分量かつ快適に排出できない状態」（慢性便秘症診療ガイドライン,2017,日本消化器病学会）となっており、子どもも同様です。排便回数の問題でも、出れば良いということでもないので、「快適」に出なければ便秘なのです。子どもの正常な排便とは、週に3回以上便意があって、トイレに行くとスムーズ（楽に）排便でき、排便後にすっきり感（快便）があることをいいます。快便以外は全部便秘であり、それが続くと慢性便秘症ということになり、立派な病気であるということです。

注1：ROMEⅢ＝機能性便秘の国際的診断基準

「便秘」のしくみ

便秘の分類はさまざまであり、大人の場合は食物繊維の摂取不足などによる排便回数が減少するタイプが多いですが、子どもの場合はほとんどが排便困難型で大腸の中に長く便が留まる「機能的便排出障害」です。排便のしくみをざっくりお話しますと、便を出すにはまず便の材料が必要です。材料は食べたものであり、大腸の蠕動運動が起こらないと便は出ません。そして便意「うんちがしたい」という感覚が必要で、これは大腸の大蠕動、そして直腸に便が侵入したことによる伸展刺激から生まれます。さらに便意を感じても、トイレまで我慢できるように外肛門括約筋の意識的な収縮が必要です。

排便のしくみ： 便意が出る



図1

排便困難型（直腸性）便秘の仕組み

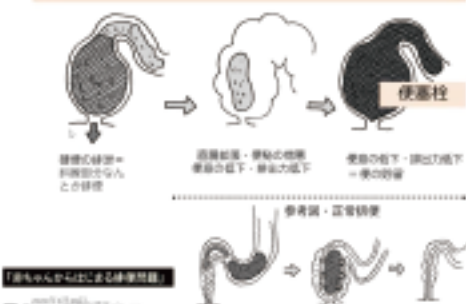


図2

便秘の悪循環



図3

そしてトイレに着いて、ちょっといきむとうんちが出ますが、このとき内肛門括約筋の反射的弛緩、外肛門筋の弛緩が必要になります。これらは自律神経の働きがほとんどです。便がすべて排出されると直腸はべちゃんこになるので肛門管圧が低下し、スッキリしたと感ずります。直腸の伸展刺激がポイントなのですが、伸展するには直腸がべちゃんこであるということが重要なのです(図1)。多くの子どもの便秘の原因である「排便困難型(直腸性)便秘」では、便が直腸で止まってしまいます。肛門筋がうまく緩まないために出ないのです。意識的に肛門を締めている場合もありますし、赤ちゃんの場合は成熟が追い付いていないということも関係していると思います。この状態が続くと直腸の壁の感覚がにぶくなり、便がたくさん溜まらないうと伸展刺激に結びつかない腸になってしまいます(図2)。一日分の便では刺激が十分に伝わらず、直腸に大きな便が溜まらないうと出なくなります。大きな便は便塞栓となり、カチカチで出しにくいので、子どもは嫌がって出さないという悪循環に入ってしまうのです。1週間でも2週間でも溜めることができます。直腸の生理的レベルの悪循環に加え、心理的な悪循環も起こり、どちらかが解消しても、どちらかが残ると便秘は解消しないことになるのです(図3)。

学会では便秘の診断基準があり次の通りです。

<4歳未満の機能的便秘の診断基準>

- ・下記の2項目以上が、1ヶ月間以上あること
- 1. 排便が週2回以下
- 2. 少なくとも週1回以上の便失禁(トイレ習慣獲得後)
- 3. 過度の便の貯留の既往
- 4. 痛みを伴う、あるいは硬い便通の既往
- 5. 直腸に大きな便の存在
- 6. トイレが詰まるぐらいの大きな便の既往
- ・ 随伴症状：易刺激性、食欲低下、早期膨満感など
便塊排泄後は、随伴症状が消失する。
- ・ 乳児：1) or 4)+ どれか1項目

<4歳以上の機能的便秘の診断基準>

- ・ 2項目以上が週1回以上、2ヶ月間以上あること(RomeIVでは1ヶ月間)
- 1. トイレでの排便が週2回以下
- 2. 少なくとも週1回以上の便失禁
- 3. 便を我慢する姿勢や過度の自発的便貯留の既往
- 4. 痛みを伴う、あるいは硬い便通既往
- 5. 直腸に大きな便塊の存在
- 6. トイレが詰まるくらい大きな便の既往

これらの診断基準にあるように、週に2回だけの排便では便秘に当てはまるとすると便秘症の子はとって多くなってしまふことになるのですが、実際に子どもは口には出さないけれど困っているのです。ですから「便秘で困っている」と言ってきた場合はかなりの便秘だということになります。「便秘気味かも」と言ってきたらちゃんとした便秘です。「普通の排便です」と言ってくる中にも便秘や便秘気味が混じっていると考えています。

ところが国民生活基礎調査(2016年)でも便秘の「有訴率」を調べていますが、9歳以下では1%以下、大人でも数%という結果になっており、有訴率が便秘の現実を全く反映していないことがよくわかります。一方、日本トイレ研究所の「親と子の便秘に関する意識調査」(2016年)ではROMEⅢ基準で26.2%の親が便秘であると回答し、済生会横浜市東部病院栄養部の調査(2013年)でもROMEⅢ基準で20%の園児、小学1~2年生が便秘であるという結果がでています。その後の様々な調査結果から見ても乳児から大人までそれぞれ2割程度(少なくとも1割)は便秘症であるということがわかってきています。

「便秘」に対する迷信と誤解

米国消化器学会では受診や投薬なしに便秘を解消するヒントとして、繊維の多い食品を摂る、中等度の運動を実践する、水分を多く摂る、排便時間を確保する、便意を我慢しないことなどを提言していますが、イギリスの「慢性便秘症に対する迷信と誤解」という有名な論文では低繊維食が便秘の原因ではないこと、水分摂取増量で便秘が良くなることは無いと明言しています。高繊維食で便秘が改善することもありますが悪化する場合も多いのです。また大腸通過遅延型や排便障害の便秘(=子どもの便秘)には効果が少ないことが数々の研究結果からわかっています。そもそもちいさな子どもに「今日から正しい生活をしましょうね、野菜をたくさん食べましょうね」と言っても難しく、子どもの便秘はほとんどが直腸性のため基本的に生活調整は効かないのです。むしろ生活調整を試みている間に便秘が進行し、直腸の変化が固定してしまう可能性もあるのです。生活調整に時間をかけるより「薬」を使って症状を除去し、楽になることを優先するべきです。とにかく硬いうちで排便が苦しいという症状を取り除き、楽な状態にしましょう。楽になれば生活調整も自然にできるようになっていきます。硬いうちが溜まったままでは野菜をたくさん食べるどころではないはず。楽になったところで生活調整を導入すれば有効性が高まり改善に向かうのです。腸閉塞症状が解消すれば食欲も増え、便量が増え、良い便になるという好循環が起こります。食欲が増えると胃に負担になるものも食べられるようになり、大腸動が起こりやすく便意が出やすくなります。便秘の子どもはお菓子を好んで食べることが多くなりますが、お菓子のように胃に負担のない物は大腸動が起きにくく、便意を出しにくくするからです。便の状態が良くなり排便が楽になると子どもはしゃがんで排便することも怖くなくなります。排便した時のスッキリ感がわかると治療にも協力的になり、薬を飲むことや浣腸することにも協力してくれるようになります。

薬剤治療についても誤解が多いですが、便秘の治療は「便秘ではない状態を保つ」ために行うことが目標です。できれば毎日排便させるように、少なくとも週3日以上は排便させるようにしたいわけです。便が出なくなったら「薬」を使うのではなく、出なくならないように「薬」を使うという考えが正しいのです。毎日薬を飲んで毎日便を出すのが一番よく、週に3日以上便が出るように薬を使うことをすすめています。3日間続けて便が溜まってしまったから薬を飲もうというのではダメなのです。さらに排便恐怖を起こさないような便性を守ることが大事ですが、赤ちゃんの場合はバナナうんちは硬すぎてつらい便性です。バナナうんちは大人にとっては良い便性ですが、赤ちゃんの場合はもっと軟らかい便性が快便になります。

便秘治療のQ&A

Q1. 長期間の内服や浣腸などをするのはよくないと思うのですが？

A. 薬に頼らないと排便できなくなるのではない、自然の排便の方が良いのではないかという誤解もありますが、そんなことはありません。腸を良い状態に保つことで本来の腸の能力が出てくるので、内服などし

ながらそれを気長に待つことが大切です。腸の能力が良くなるには成長することも含まれます。赤ちゃんの場合は未熟であるために便が出にくいということもあり、排便の機能が成熟していけば自然と良くなっていきます。それを気長に待つのです。このとき重要なのは「良い腸の状態」にしつつ待つことです。薬などの補助手段を使っても快適な生活を送ることの方が大切だと考えています。子どもに使う薬は便性を良くするためのものが多いので害のあるものはほとんどありません。慢性の病気の治療の基本は良い状態を保つために薬剤を使います。慢性の喘息やアトピーの場合も同じ考えで治療が行われています。

Q2. 便秘の治療はいつまで続ければよいのですか？

A. 治療は保護者の方にとっては負担も大きいので早くやめたいと思うのも無理はありませんが、原則は便秘が治るまで治療を続けることです。つまり薬などの補助手段がなくても正常排便パターン（週に3回以上の排便）になるまでです。薬を気長に使って良いのです。

Q3. 薬を使えば生活調整は必要ないのですか？

A. 生活調整は必要です。排便のメカニズムのほとんどは自律神経系が担っています。自分の意思で調節できるのは、食べ物、便が漏れないように締める筋肉の動き、いきむときの筋肉の動きだけで、ほんとうに一部です。つまり自律神経系を整えることが重要であり、そのためには生活リズム（快眠・快食・快便）を整えることが重要です。食事と睡眠と排泄は生活調整の基本です。ストレスも自律神経を乱す大きな原因ですが、生きていればストレスがゼロというわけにはいきません。しかし、生活リズムが整っていればすぐに自律神経の乱れを回復させることができるわけです。

Q4. 発達障害がある子どもの便秘治療について教えてください

A. 自閉症スペクトラム症候群などの障害がある子どもの場合は一般的にがんこでこだわりが強い、自分の困りごとをうまく訴えることができない、感覚過敏などの症状があります。また養育者は原病に気をとられて排便のことにまで気が回らないということも多いことから便秘になりやすく、また治療がしにくく、治りにくいという傾向があります。しかし、発達障害・遅滞があるからといって排便機能が低下するということはほとんどありません。

小学生だろうが中学生だろうが、どんなに大きくてもトイレ排尿・排便ができない場合は強制的に訓練するべきではありません。これは障害がない子どもも同じです。

便が漏れる場合は、まず便秘ではないかと疑うことが必要です。便秘がひどい場合は直腸に硬い便が溜まっていて、上流の軟らかい便が隙間を通過して漏れ出てくることがあります。基本的に「漏れ」は病的な症状であることが多いので対処してあげるべきで、「この子は便を漏らしてしまう子なんだ」という思い込みはよくありません。

子どもが便秘の治療を受容できない場合も多いですが、たとえ中途半端になっても治療をしないよりはしてほしいですね。2週間に1回だけでも、週末だけでも、できることから少しずつやって、続けることが重要です。それも無理なら通院するだけでもやってほしいです。

Q5. 便秘はいつごろから発症するのですか？

A. ガイドラインでは発症の時期は離乳食を開始～進んだ時、トイレ訓練開始時、小学校への入学時の3つの時期があげられていますが、私自身の経験では離乳食開始～進んだ時に既に発症していると思っています。この時期から直腸に便を溜める癖がついてくるということです。便秘が軽いので実際に保護者が気づくのは1歳半～2歳前後で便秘が進行してからになることが多いのではないのでしょうか。自我が芽生えると共に便秘もはっきりと進行してくるという事だと思っています。

トイレ訓練の開始がきっかけになって便秘が発症することが多いと言われていますが、私の専門外来ではこの時期に発症するのは10%ぐらいで、それよりも以前に発症していることが多いです。トイレ訓練ができないから便秘になるのではなく、むしろ便秘だからトイレ訓練ができないと考えるのが正しいと思います。

それから3つ目の小学校への入学が便秘のきっかけになるという問題についてです。この時期は最初にお話したように心理的な悪循環（怖いから、痛いから排泄しない）を卒業して「うんちが溜まってきたから出さなくちゃ」と頭で考えられるようになる時期なのですが、「学校のトイレ問題」（Q8を参照）に突き当たって学校では排便を我慢するために便秘になるわけです。

Q6. おむつの中でしか排便ができない子がいますが、どうしたらよいですか？

A. 何歳になったのだからトイレ排便できなければならないということはありません。排便だけはぜったいにトイレするのは嫌だという子どもはある程度います。わざわざおむつを履いておむつの中で排便する子も珍しくありません。こういった子どものほとんどは便秘だと考えてよいと思っています。楽に排便ができなければトイレで排便することを嫌がります。ですからまずは便秘かどうかを確認し、楽に排便ができるように整えてあげることが必要です。排尿は普通にトイレで行い、排便は無理にトイレでさせず、おむつに履き替えてすることでもよいです。おむつを予め用意しておいて「ここにおむつがあるから、行きたくなったら履き替えてやってもいいよ」というふうにしておくとよいでしょう。「トイレで排便しなければいけない」ということは、言い過ぎるとよくありません。「大人になったらトイレでするものだよ」ぐらいは話してもいいかもしれませんが、それもワンシーズンに1回くらいに留めておいてください。

トイレの環境整備も大切です。子どもによってはトイレ空間で排泄すること自体が嫌だという子も少なくありません。徐々に環境になれるようにする必要があります。例えばおむつをしたままトイレに座って排便するというところから始めるのも良いでしょう。とにかく強制的に進めるのはダメです、というより無駄です。その他に、家庭での大人用便器なら足台を置いてあげたり、便座に座った時につかまるところをつくってあげましょう。

Q7. トイレトレーニングについて教えてください。

A. アメリカの小児科学会などではトイレトレーニングのガイドラインを出しており、「2歳以前から始めることはあまりすすめられない」とか、どうなるとトレーニングの準備ができた状態かなどが示されているのですが、これらは赤ちゃんがおむつをするもの、成長すればトイレで排泄ができるものという先入観念で固まった人たちが作ったものです。

赤ちゃんには「気持ちよく排泄する」ということを確立してあげることが大事です。赤ちゃんが出す排泄のサインを養育者はちゃんと察知して欲しいです。もちろん察知するのが得意な人とそうでない人はいますが、できるだけ感じようとしてみてほしいです。赤ちゃんがまとまって排泄をしているなら、尿意も便意もあると考えてよいです。ちょっとした赤ちゃんのサイン（なんか変な顔をするなど）を読み取った時やタイミング排泄（定期的なおむつを交換する時）の時に おむつの外で排泄をするということが快いという感覚を育てることが第一です。排泄物を肛門のまわりにつけたままでいることは不快だという感覚を育て、おむつ潰けにしないことです。

そもそも「おむつ内排泄」は大人の都合で赤ちゃんに押し付けたものです。排泄はもともと おむつの外でするものですが、それをおむつの中で排泄するように大人が習慣づけておきながら、ある年齢になったら突然「はい、おむつを外しましょう」と強制するのはひどいですよね。もちろん素直におむつが外れる子もいますが、拒否する子もいて当たり前です。おむつ潰けにされた子どもはおむつの中で排泄することに何の問題も感じていないですし、医学的にも何の問題もないのですから。

子どもはおむつに慣れると、それが普通になりむしろその方が楽だと感じますから、方法を変えたくないのです。だんだん大きくなって自分の楽さよりも社会的ルールを守る方を優先するようになるまで続くこともあるわけです。

また排尿に関しては、おむつに慣れてしまうと「いつでもできる」ために、尿意を感じる閾値が低くなり、尿を溜められない膀胱になっていく可能性があります。ですから1時間ごとにトイレに誘導するということが好ましくないと考えています。

Q8. 小学生が学校で排便を我慢する問題についてどんな対策が必要ですか？

A. 日本トイレ研究所の調査(2017年)では小学生のうち51.3%は学校では「排便をまったくしない」「ほとんどしない」と回答しており、学校で便意が出て我慢することが「よくある」「ときどきある」と56.4%が回答しています。また学年があがると排便するときは人目を気にして人の少ないトイレを選ぶ傾向強まります。学校で排便しにくい理由は友達に知られたくない、落ち着かない、友達にからかわれるからなどの理由です。

便秘の子はそもそも学校では便意が出ません。便秘になりやすい子は緊張するタイプの子が多いので学校では便意が出ないです。たとえ便意が出て我慢してしまいますし、我慢ができてしまう屬なのです。つまりにぶい腸だということです。また腸にたくさん便を溜めるため急に便意が出て我慢しきれず悲劇が起

こることもあります。また学校で排便ができる場合も出るまでに時間がかかり休み時間 10 分では足りなかったり、便でトイレが詰まったりすることもあるので、学校ではやめておこうという事になってしまうのです。

対処法の理想としては学校でも排便をタブーにしない文化を醸成することです。排便の話を気軽に話せる雰囲気をつくること、少なくとも教師は授業中にトイレに行くことを OK することをしてほしいです。授業中にトイレに行っていていいんだと言ってもらえるだけでも相当楽になると思います。

Q9. 便秘にならないための秘訣を教えてください？

A. 既にお話ししてきたように自律神経が適切に機能する生活をする事です。中でも睡眠は特に大事です。食事はたくさん食べることが一番だと思っています。子どもの場合は繊維の多さにはそんなにこだわらなくてもよいでしょう。お菓子ばかり食べるのはよくありませんが偏食（好き嫌い）は子どもの生理的防衛反応でもあるので成長と共にゆっくり改善してゆけばよいです。とにかく食事は楽しく食べることです。また便秘には多量の水分摂取がよいと言われますが、便秘と接種水分量は関係ありません。しかし子どもはけっこう脱水気味でおしっこも濃いことがあるので、水分は適度に取った方が良いでしょう。年長児の場合は食事の 1 時間あとくらいに排便を促すのも効果的ですが、強制にならないように、また座らせる時間は 3-5 分程度で、出なくても怒らないことです。出なくても毎日促すのが良いです。排便日誌はおすすめです。小学校でも保育園でも年に 1 回くらい、1 週間程度でよいので積極的にやってみてほしいです。それでおかしいなと思ったら生活改善をしたり、それでもだめなら受診してみる事です。

Q10. 乳製品の摂取は便秘には効きますか？

A. 乳製品で改善する場合もあれば、悪化する場合もあり様々です。改善する子の中には乳糖不耐症（下痢症状を伴う）が含まれている場合もあります。また種ですが「牛乳便秘」で悪化する場合があります。

Q11. 乳幼児に日常的に整腸剤や乳酸菌などのサプリメントを用いるのは問題ありませんか？

A. 生菌剤はサプリメントではありません。摂取することに特に問題はありますが、整腸剤はあくまで整腸するためのものであり、便秘を直接治すことは期待できません。特に直腸に便が溜まっている排便困難型便秘の場合はなおのことです。

Q12. 便秘気味の乳児に肛門を綿棒で刺激することは問題ありませんか？

A. 綿棒刺激は毎日しても問題ありませんが、ただ 100% 効くものではないので聞かない場合は 5cc くらいの浣腸をしても良いと思いますし、それでも聞かない場合は受診してください。

企画運営メンバーを募集しています。

「子どもとトイレ勉強会」では、主に子どもの排泄、発達、乳幼児のためのトイレ環境などをテーマにオンライン勉強会を開催しています。日本トイレ協会会員の方で、「子ども」「トイレ」に興味・関心のある方調査してみたいテーマをお持ちの方は是非お問合せください。

村上八千世 運営委員 / 常盤短期大学准教授、アクトウェア研究所主宰
E-mail : murakami@tokiwa.ac.jp

田中はどうしてアフリカへ？

田中 友統 運営委員 / ニッポー設備（株）代表取締役

序章

時は 36 年前。私が中学 2 年の春。テレビは天安門事件を放映していたころ、武蔵野市のジュニア大使でアメリカへ派遣される試験を受けていました。世界を平和にする仕事をしたいと強い思いを持って試験を受け合格。そして夏休みに 2 週間、武蔵野市の姉妹都市のあるテキサス州ラボック市を中心に、ニューヨークも回って帰ってくる行程。最後には国連本部を見学して帰ってきました。

「世界を平和にする仕事をしたい」という気持ちが強くなり、帰国後は高校受験をするために夏期講習へ行き、特に英語をよく勉強しました。

時がたち、高校に入るところにはバブルがはじけてしまい、中学時代に思い描いた未来とは違い、暗黒時代の大学時代を過ごし、少しでも海外にかかわる仕事をとの思いで、旅行会社に入社。新入社員時代は旅行なんぞこんな不景気の時代に誰が行くんだ？という時代に心を壊し退社。父の会社を継ぎました。

その時「世界が平和になる仕事をしたい」という気持ちには封をし、地域をよくするための仕事に魅力を感じ、一生懸命邁進していきました。

第 1 章（出発まで）



4 月中旬のランチタイム、スマホがピカピカしており、メッセージに通知が 5 件来ていました。知人から水漏れか何かの写真が送られてきているのであろうと思い、昼食を食べながら開くと、そこには、知人からアフリカのジブチ共和国における自衛隊の拠点の設備設計ができる業者を探しております！とのこと。それも、6 月末までには現地調査をしなければならないという内容でした。

そこでアフリカ？ジブチ？となるわけですが、検索をすると、アフリカの東部、ソマリア、アデン湾、、ちょっと不安定な地域に囲まれている場所。

平均寿命は 45.4 歳（男性）48.45 歳（女性）。四国よりも一回り広い国で、世界で一番暑い国と言われ、自衛隊のほか、アメリカ軍フランス軍も駐留。産業はあまりなく、隣国エチオピアとの交易と、外国に基地を貸していた収益が主な収入だそうです。多忙を極めていの中で、オンライン MTG を開催し GW 前のある程度の情報がつかめましたが、家族に相談するとみんな反対、さあ参った。

そうは言っても仲間に相談すると、絶対行った方がいいと言われ気を取り直し、GW の谷間に都内の事務所へ打ち合わせに行くことが確定しました。

もうその時点で、もうすでに GW 明けにはビザの申請をしなきゃだとか、日程はいつにするだとか、打ち合わせがトントン拍子に進み、その日のうちにだいたいのことが確定していきました。

第 2 章（現地）

いよいよ 6 月末に 5 泊 8 日のアフリカ出張に出発です。

エチオピア航空のチケットを握りしめ、成田空港へ。ジブチ共和国の通貨はジブチフランなのですが、もちろん日本では換金することができないので、US ドルを持って行き、現地で両替すると言った感じです。

成田→ソウル仁川国際空港→エチオピアアジスアベバ空港→ジブチ国際空港と 2 回乗り継ぎで行くのですが、初めてのビジネスクラスに感動し、ゆっくり睡眠にあてることができました。また、ノイズキャンセリング機能のイヤホンを持って行ったので、かなり快適に過ごせたのは良かったです。

長旅も終わり飛行場を出て、現地は午前 10 時。真上からの直射日光の中、まずは SIM カードを契約しに行き、その後ランチをしたら現地でのご挨拶と会議と分刻み。仕事を終えて、ホテルに入って、久しぶりのベッドに感動しながら早々に就寝しました。



現地は何しろ暑く、朝から 35℃を超え、お昼過ぎには 48℃を超えて、屋外での長い作業は無理な状況です。また、現地は赤道の北側ですが、北回帰線よりも南側に位置するので、昼間の太陽は北側にあり、小さな影は南側にある状況です。これは、設計時にはとても参考になる体験でした。

また、ほとんど雨が降らないのですが、雨季にはしっかりと雨が降るそうで、土漠とは聞いていましたが、雨が降ると土が粘土状になり、雨が浸透することなく流れていくそうです。ほとんど植物の生えない赤い台地は、風が吹くと砂埃をあげて、永遠と暑い台地が広がっている景色です。(もちろん都市部はそこそこビルも建っております)

あとは、物乞いが常に路上にいて、信号で車が止まると、子供や赤ちゃんを抱いた女性が暑い中車に近づいてくる様子は、映画や本の世界だけじゃない本物を体験しました。

食事は朝ご飯がホテルについていましたが、ランチと夕食は各自で食べる形です。ランチは自衛隊の拠点から車で 10 分ほど走ると高級ショッピングモールがあるので、そのフードコートやスーパーのイートインコーナーで食べます。ちなみに、そのショッピングモールには、駐車場の入り口と建物の入り口にセキュリティチェックがあり、富裕層又は外国人しか入れない場所でした。物価はほとんど日本と変わらない感じです。

停電などはたびたび起こるのですが、私たちが行くようなホテルやレストラン、スーパーは自家発電装置を持っていたので、すぐに復旧していました。

第 3 章 (自衛隊の拠点での仕事)

2011 年に暫定的に設置されたき拠点は、コンテナを連結した平屋の建物になっていて、道路は未舗装、車が走ると砂埃が飛び、靴も真っ白になります。そんなところを鉄骨 2 階建ての建物などに建て替えていきます。また、今回は電気の既存インフラがどのように設置されているかを把握するために全てのマ

ンホールを開けて中を調査していきます。炎天下での作業は思った以上に過酷で、開かないマンホールと格闘しすぎて、体温が上昇しすぎて、危うく熱中症になり損ねましたが、なんとか冷房の効いた詰所まで辿り着くことができ何とか耐えました。拠点にはもちろん二十四時間体制で、国際平和維持のため自衛隊員の皆さんが頑張っておりました。若い方が多いのですが、とても頼もしく任務に当たる姿は誇らしく思いました。さらに現地での日本人の評判はとても良いのですが、日々平和維持およびその地域での貢献をしっかりしてくれる自衛隊員のおかげだと肌で感じました。

調査結果を参考にしながら、快適な拠点の設計をするべく、現在日本国内で作業をしています。

第 4 章 (終わりに)

自衛隊の拠点の仕事については、なかなか詳しく書くことができないのですが、設計業務は、まだまだ数年間は続くようです。他国だったアフリカが、こんな形で親近感のある場所になりました。

一度はあきらめた「世界を平和にする仕事をしたい」という思い。地域において、今の仕事を誠実に一生懸命にしていることで、きっと誰かが見ていてくれて、世界を平和にする仕事にこうやって関わることができて本当に幸せです。生んでくれた両親に感謝し、父親がこの会社を私に残してくれたことに感謝し、これからも誠実にまじめに一歩ずつ仕事をして行きたいと思えます。

経産省こどもデー出展報告 小林 達矢 法人会員/日本セイフティー (株)

夏休み期間中に子どもたちに広く社会を知ってもらうこと、政府の施策に対する理解を深めてもらうこと、活動参加を通じて親子の触れ合いを深めてもらうことを目的に開催される「こども園が関見学デー」は、文部科学省をはじめ、各府省庁等が参加して実施するイベントです。

【会場】経済産業省 地下講堂

【主催】経済産業省

【開催日】2024/8/7(水)・8/8(木) 10:00～16:00

【出展のねらい】経済産業省との連携強化及び携帯トイレ・簡易トイレの備蓄向上を図る。

【人員・ノベルティ協力】株式会社エクセルシア・株式会社サンコー・株式会社総合サービス・日本セイフティー株式会社・株式会社ハマネツ・日野興業株式会社 ※社名五十音順

【ノベルティ配布数】300 セット (内容：研究会制作のトートバッグ・クリアファイル・リーフレット・各社提供の携帯トイレ等をセットにしたもの)

【出展内容】

災害時のトイレについてモニター映像視聴及び担当者の説明にて学ぶ。

※災害時のトイレ動画で学んだ後にスタンプラリー用紙を配布。

災害時を想定して簡易トイレの組立。災害トイレクイズ。めざせ災害トイレ博士！

※簡易トイレの組立てとクイズ挑戦でそれぞれのスタンプを貰い、最後にノベルティをゲット！

【当日の様子】

園が関こどもデーは各省庁が連携した体験型イベントとなり、子供たちが夏休み中に各省庁のブースで体験活動を行い楽しく社会を学ぶ事を目的としております。その中で我がブースの役割は災害備蓄トイレの備蓄向上です。今年の夏は予想以上の激熱となり来場者が少ないのではないかと不安ではありましたが、開場前より多数のご家族が入口に並ばれ、10時の開場と共に日本トイレ協会のブースにおきましても大賑わいとなり、終日大盛況となりました。

保護者と共に小学校低学年の子ども達も非常に多く訪れ、簡易トイレの組立てにおいても自ら楽しそうに組み立てておりました。少し難しいかなと思う様な事も上手にこなし、トイレクイズにおいては大盛り上がりで、多くの災害トイレ博士が誕生しました。一緒に来場された保護者の皆様も良い勉強になりましたとのお礼の言葉も多く頂き、備蓄トイレの重要性をご理解頂けたと思います。

【園が関こどもデー特設取材チーム】

園が関こどもデーのなかで、能登半島地震の経験を伝える企画が出来ないかということで、当日参加する小学生達による“特設取材チーム”が編成されました。自然災害に対する政府の役割について学ぶことを目的とし、開設されている企画や経済産業省職員を取材し、最後に動画及び壁新聞等にまとめる取り組みです。災害対策の観点から、災害・トイレ研究会ブースがプログラムに組み込まれ、“地震が起きたらどうするの？”のテーマで、災害対応トイレについて子ども達からの展示内容に関する取材に対応しながら多くを学んで頂きました。



災害用トイレの体験会

体験会① まゆだまネットフェスタ 2024

【会 場】 群馬県社会福祉総合センター内会議他（群馬県前橋市）

【主 催】 群馬県視覚障害者等支援ネットワーク「まゆだまネット」、群馬県視覚障害者福祉協会、群馬県立盲学校、視覚障害者福祉会（明光園）、桐生市立点字図書館、群馬県立点字図書館

【日 時】 2024年7月27日（土）10:00～16:00

【参加者】 約150人

【出展のねらい】 視覚障害者の方を対象としたイベントで、災害トイレ（携帯・簡易トイレ）の紹介と体験会を行う。

【対応者】 高橋未樹子理事、寅太郎理事

【サンプル協力】 株式会社エクセルシア、株式会社サンコー、株式会社総合サービス、日野興業株式会社（社名五十音順）

【出展内容】 簡易トイレを用意し、携帯トイレをセットする体験をもらった。
晴眼者にはアイマスクを付けて体験をもらった。

【体験会の様子】

- ・携帯トイレのビニール袋が開けられない。開ける場所にマークがついていない。
- ・ポリマーを開けてから、ビニールを広げている間に入れる場所がわからなくなってしまう。
- ・無償で体験を実施したため、盲学校や福祉団体から体験会の依頼が多くあった。
- ・携帯トイレにはシートタイプとポリマーが別になっているタイプがあるが、携帯トイレの説明書も目が見えない方は読めない。
- ・使用後に袋を縛ることを忘れてしまう方がいて、次の利用者が排泄物に触れてしまうことがある。



体験会② 認定 NPO 法人視覚障害者の就労を支援する会（タートル）

まゆだまネットフェスタがきっかけとなり、視覚障害者支援団体から災害時のトイレの勉強会への体験会依頼があり実施をした。

【会 場】 視覚障害者職能開発センター

【日 時】 2024年8月17日

【参加者】 10人

【対応者】 寅太郎理事

【サンプル協力】 株式会社エクセルシア、株式会社サンコー、株式会社総合サービス、日野興業株式会社（社名五十音順）

【体験会の様子】

- ・視覚障害者には簡易トイレの組み立ては難しい。弱視の方はできた。
- ・避難所に配布されるであろう顆粒、シート、タブレットの3つのタイプを体験してもらった。

★上記の2つの体験会を通じ、ハードの供給だけでなく、災害時のトイレ利用の課題についても研究会として取り組みたいと考えている。

私の

推薦トイレ

便所からトイレへ 私のトイレ変遷記

橋本 正法 監事 / NPO 法人地域交流センター 代表理事

自分がトイレと言うようになったのはいつの頃からだろう、それまではずっと便所と言っていた。通った学校のトイレも「男子便所」「女子便所」と書かれていた。

私は昭和 37 年生まれであるが、子供の頃に暮らした祖父母の家のトイレは広さが半畳ほどの汲み取り式・和式便器だった。裸電球に照らされて、覗くと便槽に溜まったものまでよく見えた。幼い弟が女性の月経で便槽内が赤くなっているのを見付けて、誰かが病気ではないかと大騒ぎをしたこともあった。便槽が満ちてくると市役所にバキュームカーを頼んで汲み取りに来てもらい、その場で代金を支払っていた。隣の家に來ていたバキュームカーのおじさんに声を掛けに行き、ついでに汲み取ってもらうこともあった。汲み取り口は縦に板を当てて蓋をし、大きめの石を置いて固定するだけの汲み取りやすい構造であった。叔母の話では、昭和 30 年代頃までは市内の農家が時々便を取りに来て、しばらくすると野菜が届けられていたという。

便所の周辺では、よくカマドウマが飛び跳ねていた。別名は便所コオロギだが、翅がないので鳴くことはできない。コオロギが鳴く目的はメスへの求愛とオス同士の威嚇であり、鳴き声が全く違う。かつて都市小屋集&YU で「日本コオロギ協会」を立ち上げ、闘蟋（コオロギ相撲）に興じた時期があった。闘蟋は中国で古くから続く男の遊びで、愛好家は秋になると仕事そっちのけで戦士を育てる。コオロギのオスはメスと接していないと元気がなくなっていくので、強い戦士を育てるためには、相性のいいメスを見つけて毎日デートさせる必要がある。だが、相性が悪いと強くならないどころか、最悪の場合はメスのいじめを受けて死んでしまう。「男はつらいよ」は、人間の世界だけではないようだ。

トイレの話に戻そう。はじめての洋式便器生活は高校のトイレだった。新設 3 年目だったので、洋式便器も設置されていた。クラスメイトの大半も自宅のトイレが和式であったとみえ、座った姿勢だとなかなか出ないという声が多かった。「おつりがくる」と不満をもらす友人もいた。よほど排泄の勢いが強かったのだろうか。大学の時には、インド哲学の教授が「洋式トイレに慣れるのがなかなか難しい。ようやく座って用を足す習慣がついてきたら、今度は電車に乗って座った時にも便意を催すようになって困っている」と言って、笑いを誘っていた。

洗浄便座体験は、親戚から「ウォシュレットを入れたので遊びに来ない」と誘われ、のこのこと試しに行ったのが最初だったと思う。くすぐったくも気持ちよかったのは間違いない。だが、こちらにも慣れるまでは、肛門が刺激されるためか便意が繰り返し戻ってきて、小出しの状態が何度か続き、出し切ったという終了感がしなかった。同様のことをある芸人が言っており、ホッとした。

それから 30 年以上が経ち、今ではすっかり洋式トイレに馴染んでしまった。とはいえ、やむを得ず和式トイレにお世話になることもある。その時に備えて、しゃがむ姿勢を保つことができるようにしておきたいものである。

水洗トイレが普及して、カマドウマの姿は消えてしまった。便所コオロギはトイレコオロギになれなかったということか。もしも囁いてくれたら、近くにいることが確認できるのだが。

台湾衛浴文化協会（台湾トイレ協会）訪日視察メンバーとの交流会報告

2024年10月に、台湾トイレ協会からご招待を受けて、台湾トイレ協会の訪日視察メンバーのみなさんと当協会役員の交流会が開かれました。台湾トイレ協会とは初代理事長の呉明修氏と高橋名誉会長とのご縁もあり、発足当時より当協会とは親しく交流をしてきました。高橋名誉会長が会長在任中には、より友好を深めるとして双方の名誉会員称号が設けられ、以来、当協会からは歴代理事長へ名誉会員の称号をお贈りしています。今回の交流会では、山本耕平会長より、現理事長の林錦堂氏、元秘書長の盧武雄氏へ名誉会員証と記念品をお贈りしました。台湾トイレ協会からは23名、当協会からは10名が参加し、国を超えたトイレ談話に大いに盛り上がり楽しい時間となりました。なお、11月20日に開催される第40回全国トイレシンポジウムでは、特別講演として林理事長にご登壇いただき、台湾における災害トイレの実情をお話して頂く予定です。

【日時】2024年10月2日（水）17:30-19:30

【場所】匠味新横浜

【当協会参加者】高橋志保彦名誉会長、小林純子名誉会長、山本耕平会長、寅太郎副会長、山本浩司理事、浅井佐知子運営委員、白倉正子運営委員、細野直恒運営委員、中森秀二事務局長、



第46回 **Japan Home Show & Building Show 2024**



新製品、隠れた名品、業界トレンドが一堂に会する
日本最大級の建築のプロのための展示会！

<https://www.jma.or.jp/homeshow/tokyo/>

会期：2024年11月20日（水）から 11月22日（金）10:00 - 17:00

会場：東京ビッグサイト東展示棟

日本トイレ協会および災害・仮設トイレ研究会は今年も出展します！
皆様とお会いできるのを楽しみにしております！

一般社団法人日本トイレ協会
JAPAN TOILET ASSOCIATION

〒105-0003

東京都港区西新橋3-15-12

GG HOUSE 5階

E-mail : info@j-toilet.com



<https://j-toilet.com/>

🔍 検索



広報部提案&推薦！出ました試作ピンバッジ！スッキリ爽やかなデザイン、よく見ると便器やピクトグラムサインが隠れています。QRコードとして公式サイトへ飛べます！投稿して下さった方々へのお礼としてお送りします。

サイズ：19mmx19mm

編集後記

10月初旬、台湾トイレ協会の皆さんが日本のトイレ事情を学ぶために来日されました。参加者の皆さんの熱心な姿勢に深く感銘を受けました。今後、台湾におけるトイレ環境のさらなる発展を楽しみにしています。(山戸伸孝)

11月20日(水)に迫った「トイレシンポジウム」では、「インクルーシブ防災と災害トイレ」をテーマに、今年1月に発生した「能登半島地震」を踏まえ、災害時のトイレ問題について深く掘り下げられる予定です。皆様のご参加を心よりお待ちしております。(新妻晋宣)

能登半島地震以降、メディア、行政の災害用トイレに今までにない関心が高まっているように感じます。この機会に知識を習得し意識改革をしあらゆる備えを促す為にも我々は様々な調査研究を引き続き行い発信していかなければならないと思っております。(谷本亘)

毎年、11月3日開催の「女性が主役のまち歩き」は37年目！このまち歩きがトイレにハマるきっかけでした。今年は、もはや死語になりつつある街の中心のプレイガイドが閉店。メール、QRコード受付が嫌いな参加者のおばさま方は笑、私の電話にかけてくる。協会ニュースの編集の時期と重なって開催前に倒れそう・・・(竹中晴美)

JTAトイレ賞に応募いただいた皆様、ありがとうございます。会員の皆様も、シンポジウムおよびトイレ産業展にご参加いただき、ぜひ投票をお願いしたいと思います。皆様の参加でも作り上げている賞です。お待ちしております。(浅井佐知子)

製品評価技術基盤機構(NITE)によると、過去10年間に報告された温水洗浄便座の事故のうち、約8割が製造から10年以上使用されている製品だったとのこと。故障したまま使用して発煙や発火、やけどなどの被害も起きています。温水洗浄便座も「電気製品」であることを忘れずに、故障や異常を放置しないように気を付けたいですね。(佐分利恵子)

この間まで夏だったのに急に涼しくなりましたね。タイヤ交換＝シンポジウムの時期と思うようになりました。今年ほどのぐらい雪が降るのでしょうか。(高橋佳乃)

長く長く長かった夏がようやく終わり、青空をみても「あっつ〜」から「気持ちい〜」に。このニュースが発行する頃は11月、いつもならコートやホットカーベットを準備する季節。短い秋を楽しまねば。日本トイレ協会は今年もトイレ産業展(東京ビッグサイト)に出展します。みなさまにお会いできることを楽しみにしています。(小澤美紀)