

防災意識が広がる一方、見落としがちな「トイレの備え」

ネピア×日本トイレ研究所「うんち教室®」が

7月16日（木）より夏休みの自由研究向け動画を公開

地震発生後に起こりうるトイレ問題や家庭でできる備えを、子どもたちにもわかりやすく紹介

王子ネピア株式会社（本社：東京都中央区、代表取締役社長：森平高行）とNPO法人日本トイレ研究所（所在地：東京都港区、代表理事：加藤篤）は、小学生の夏休み自由研究を応援する動画コンテンツを共同制作し、2026年7月16日（木）より公式サイトにて公開します。

本動画は、ネピアが実施する、排便について学ぶ学習プログラム「うんち教室®」の一環として制作したもので、「地震がきたら、トイレはどうなる？」をテーマに、災害時のトイレの困りごとや家庭でできる備えについて、子どもたちにもわかりやすく紹介しています。



▶ 本編動画はこちらからご覧いただけます

地震がきたら、トイレはどうなる？編：<https://youtu.be/7ZwzdQLQXcM>

携帯トイレを使ってみよう！編：<https://youtu.be/0QVtLEfDfp4>

おうちの備えをチェックしよう！編：<https://youtu.be/T3P5nP8Wg8E>

ネピアは、排便やトイレについて楽しく学ぶ「うんち教室®」の活動を通じて、子どもたちがうんちをきっかけに、自分のからだや暮らしを守るための知識を身につける機会を届けてきました。

近年、日本各地で地震や豪雨などの自然災害が相次ぐなか、家庭での防災意識は高まりつつある一方で、飲料水や食料の備蓄に比べて見落とされがちなのが「災害時のトイレの備え」です。地震などによって給水・排水・電気などのライフラインが被災すると、普段使用している水洗トイレが使えなくなります。また、外部支援もすぐに行き渡るとは限りません。

過去の災害では、震災後3時間以内に54.7%がトイレに行きたくなった^{※1}というデータもあり、トイレを我慢するために水分摂取を控えた結果、脱水症状や体調悪化、エコミークラス症候群などの健康被害につながるケースも指摘されています。政府が定める「防災基本計画」では災害時に備え、1週間分の携帯トイレ備蓄を推奨していますが、災害用トイレを備えている家庭は依然として多くありません。

こうした現状を背景に、“もしもの時”に備える大切さを、子どもたちにもわかりやすく伝えるため、夏休みの自由研究として親子で楽しく学べる動画コンテンツを制作しました。災害時のトイレ問題をクイズで学び、携帯トイレの使い方を実際に体験しながら、家庭に必要な備えについて考える全3編の内容となっており、防災を自分ごととして捉えるきっかけを提供します。

(※1) 特定非営利活動法人日本トイレ研究所「能登半島地震（能登町）における発災後のトイレ事情調査」

https://www.toilet.or.jp/wp/wp-content/uploads/2025/11/bosaitoiletsurvey_noto20260227.pdf

■ 自由研究からはじめる、親子で考える“災害時のトイレ”とうちの備え



三品氏



尾関氏

本動画の監督は、三品万麻紗（みしな まあさ）氏と尾関彩羽（おぜき あやは）氏のタッグが務めます。三品氏は宮城県出身で東日本大震災を経験し、「あの時に痛感した備えることの大切さを、少しでも前向きな形で次世代で伝えていきたい」という強い想いのもと、一時的な学びで終わらず、子どもたちが楽しく学びながら、家族と一緒に“もしも”の備えを見直せるコンテンツとして制作しました。

○「地震がきたら、トイレはどうなる？」編 クイズで学ぶ、災害時のトイレとからだのこと

地震によって給水・排水・電気などのライフラインが被災すると、自宅の水洗トイレは使えなくなります。また、仮設トイレもすぐには設置されないケースが多く、被災直後からトイレに困ることも少なくありません。実際に能登半島地震では、発災後わずか3時間で半数近くの人がトイレに行きたくなくなったとされており、災害時にトイレが使えなくなった場合に備えることの大切さを伝えます。

「地震がきたら、トイレはどうなる？」編では、水洗トイレの仕組みや災害時にトイレが使えなくなる理由についてクイズ形式で学びながら、トイレを我慢することで起こる脱水症状や体調悪化などの健康リスクについてもわかりやすく紹介します。



○「携帯トイレを使ってみよう！」編 親子で一緒に“もしも”の使い方を体験

災害時、自宅のトイレが使えなくなった際に重要となるのが「携帯トイレ」の備えです。しかし、実際に備えていても「どう使えばいいかわからない」「子どもが一人で使えるか不安」と感じる家庭も少なくありません。

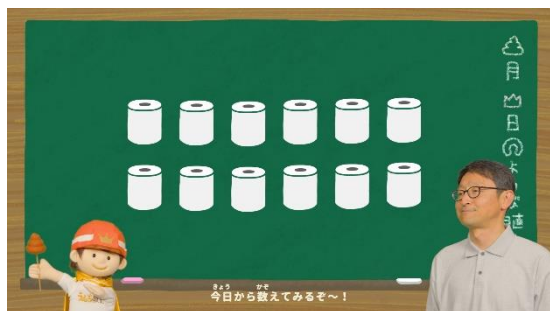
「携帯トイレを使ってみよう！」編では、便器への袋のセット方法や凝固剤の使い方、使用後の処理方法までを、実演を交えてわかりやすく紹介。初めて携帯トイレに触れる子どもでも理解しやすく、“もしもの時”にも落ち着いて行動できるよう、具体的な手順を楽しく学ぶことができます。



○「うちの備えをチェックしよう！」編 自由研究を通じて、家族に必要な備えを考える

災害時のトイレ対策は、携帯トイレを用意するだけでは十分ではありません。トイレロールや照明など、他にも必要な道具を備蓄しておく必要があります。そしてそれらの必要な数を知り、家庭に合った備えを整えておくことが、安心につながります。

「うちの備えをチェックしよう！」編では、携帯トイレの備蓄量を「1日に何回トイレに行くか」という身近な視点から計算しながら、家族に必要な備えを親子で考えていきます。1人あたり1週間でどれくらい必要かを計算し、自分の家では何個準備すればよいのかを自由研究としてまとめることで、防災を“自分ごと”として捉えることができます。



■ 自由研究をきっかけに、毎日のうち観察で自分のからだを知る「うち日記シート」

ネピア「うち教室®」では、動画で学んだ内容を日常生活の中でも実践できるよう、子どもたちが毎日の排便を記録できる「うち日記シート」も公開しています。色や形、回数などを観察しながら記録することで、自分のからだの状態や生活習慣とのつながりを楽しく学ぶことができ、夏休みの自由研究にも活用いただけるコンテンツです。

今回の「災害時のトイレ」をテーマにした動画とあわせて、「うち日記シート」を通じて日頃の排便習慣を見つめることで、子どもたちが自分の健康に関心を持ち、親子でからだと防災について話し合うきっかけを提供します。



「うち教室」公式サイト：<https://e-nepia.com/learn/unchi-kyoshitsu.html>

■ 学校で「うち教室®」を実施するための教諭向け研修会

小学校教諭・養護教諭向けに、「うち教室®」を学校で実施いただくためのオンライン研修会を開催します。「うち教室®」の内容や実施方法、実施効果を解説すると同時に、子どもの排便習慣づくりに必要な専門的内容を分かりやすく説明いたします。

開催日時：2026年8月18日(火)13:00～15:30

実施方法：オンライン

参加対象：小学校の教諭および養護教諭等

参加費：無料

申込締切：2026年8月7日(金)

申し込み：https://www.toilet.or.jp/studies-forums/unchikyoshitsu_seminar2026/

■うんち教室®とは



「うんち教室®」はネピアが行っている取り組みのひとつで、排便について楽しみながら学んでもらうことを目的とした総合学習プログラムです。ネピアと日本トイレ研究所で2007年から開始したこの活動の累計参加児童数は約2万人※2にのぼります。

日本トイレ研究所の調査によれば、便秘の疑いがある小学生の割合は24.8%※3でおよそ4人に1人という結果となっています。小学生になると親が子どものうんちの状態を把握することは難しく、小学校での現状を見てみると、学校のトイレでうんちをするのが恥ずかしいという理由から我慢してしまうケースもあります。子どもたち自身が自分の健康を意識し、また、集団生活の中で、安心してトイレに行ける環境を整えるために、小学生のうちから、うんちについて学ぶ必要があるといえます。

(※2) 出張授業参加児童数と「うんち教室研修会」を受講した養護教諭によるうんち教室®参加児童数の合算

(※3) 特定非営利活動法人日本トイレ研究所「小・中学生の排便記録2025」

■日本トイレ研究所について



「トイレ」を通して社会をより良い方向へ変えていくことをコンセプトに活動しているNPOです。トイレから、環境、文化、教育、健康について考え、すべての人が安心してトイレを利用でき、共に暮らせる社会づくりを目指しています。

近年は「子どものトイレ・排泄環境」「災害時のトイレ・衛生環境」「街なかのバリアフリーなトイレ環境」に力を入れています。子どもたちのトイレ・排泄に関しては、小学校のトイレ空間改善やトイレ・排泄教育などを実施しています。

公式サイト：<https://www.toilet.or.jp/>

本件に関するお問い合わせ先
＜活動に関するお問い合わせ＞ 王子ネピア株式会社 マーケティング本部 商品企画部 TEL：03-3248-2855
一般のお客様からのお問い合わせ先
王子ネピアホームページお問い合わせフォーム https://www.nepia.co.jp/inquiry/