

監修＝相馬市健康対策
専門部会委員、
相馬中央病院
坪倉正治
作成＝放射能対策室



放射線に関する Q & A

放射線は目に見えません。しかし正しく認識し、対処することで過剰な心配や、無用な被ばくを避けることができます。放射能対策室では定期的に、この Q & A を連載していきます。

Q1 露地のキノコ類は一般的に、放射性物質を多く含んでいることがありますが、食べても大丈夫でしょうか？

A1 確かに露地のキノコ類は、米や自家製の野菜・果物と異なり、放射性物質を吸収しやすく、汚染度が高くなりやすいことが知られています。特に野生キノコ類（アマタケ、クリタケなど）は、相馬市を含む県内の多くの市町村で出荷制限が解かれていません。市は、基準値（食品 1 kg 当たりセシウム 134・137 の合計が 100 ベクレル）を超えた食品の飲食を避けることにより、内部被ばく量を最小限とするため、各種検査や放射線に関する情報の周知に取り組んでいます。

食べても大丈夫か？という問には、実際にその露地のキノコ類の汚染がどの程度で、それをどのぐらいの量を食べるのか？によって、答えが違ってきます。放射線の影響は「ある」か「ない」ではなく、被ばくする「量」の問題であることを確認したいと思います。私たちの生活では、原発事故前から自然の放射線によって、ある程度（年間約 2.1 ミリシーベルト）は必ず被ばくします。仮に基準値上限（1 kg 当たり、100 ベクレル）のセシウム 137 を含んだ食品を成人の方が 100g 食べたとして、0.00013 ミリシーベルト内部被ばくすると計算されます。これを 1 年間、毎日 100g 食べ続けたとしても、年間の内部被ばく量はおよそ 0.05 ミリシーベルト程度なのです。（例として、病院での胸のレントゲンは 1 回の撮影で約 0.06 ミリシーベルト被ばくします。）

放射性物質を含んでいる食品を食べたとしても、食べる量が少量であれば、体内に入る放射性物質の

量、そして体への影響もごく微小のものになりますし、その逆に、高度に汚染したものを毎日食べるのであれば、それなりの被ばくになる可能性はあります。

市は、皆さまに安全な食品を食べていただくため、露地のキノコを含めご家庭で食べる食品の放射性物質検査を無料で行っています。また、内部被ばく検査（WBC 検査）は 1 年に 1 回、全市民の方が無料で受診できます。

平成 27 年度の内部被ばく検査（WBC 検査）では、全受診者（4,767 人）のうち、4,753 人（全体の 99.7%）の方から放射性セシウムは検出されませんでした。平成 24 年度の内部被ばく検査では、全受診者（11,898 人）のうち、放射性セシウムが不検出なのは 11,489 人（全体の 96.6%）であり、放射性セシウムが検出された方も減少し、徐々に内部被ばくは低減傾向にあります。

前述のとおり、市役所や各公民館などで自家消費野菜の放射性物質検査を行っています。露地のキノコ類以外にも、家庭菜園で採れた野菜や山菜、魚などの食品も測定できますので、ぜひご活用ください。

表【山菜・きのこ類の放射性物質検査結果】

年度	測定件数	測定結果（Bq：ベクレル）		
		不検出	100Bq 未満	100Bq 以上
H27 年度	100 件	79 件	19 件	2 件
H28 年度 (4～9月)	79 件	68 件	10 件	1 件

※出荷制限などを除く

出典：▽市ホームページ

●問い合わせ先 放射能対策室 ☎ 37-2270

自家消費野菜などの 放射性物質測定結果

●9月分

▽測定件数 測定件数 33 件
(内訳：野菜 15 件、果実 5 件、魚 2 件、その他 11 件)

▽基準値を超えた食品 0 件

●相馬市で出荷制限などを受けている食品(10月4日現在)

▽くさそてつ(ごごみ)▽たけのこ▽ふきのとう(野生)

▽ぜんまい▽たらの芽(野生)

▽原木しいたけ(露地)▽原木なめこ(露地)▽野生きのこ▽こしあぶら▽うど(野生)

▽牛(県の定める出荷・検査方針に基づくものを除く)

※最新の情報は、福島復興ステーションホームページ内の「農林水産物の緊急時環境放射線モニタリング結果【詳細】」でご確認ください。

<https://www.pref.fukushima.lg.jp/site/portal/non-keka.html>

◎これまでの食品の検査結果(相馬市ホームページ)

<http://www.city.soma.fukushima.jp/housyasen/index.html>

●問い合わせ先 放射能対策室 (☎ 37-2270)