

Qちゃん  
市内に住む小学生



## キュー Qちゃんの、つぼくら先生！ 放射線のこと教えてコーナー

つぼくら先生  
相馬中央病院医師  
福島医大主任教授



### 少量の放射線の影響は？

Qちゃん 先生、この前、短期間に 100 ミリシーベルト以上放射線を浴びなければ、大きな健康影響は起きにくいって聞いたよ。僕の今までの外部被ばく線量測定の結果を見ても、累積 100 ミリシーベルトも被ばくしていないと思うんだ。

つぼくら先生 よく知っているね。でも、今の科学技術では 100 ミリシーベルト未満の被ばくの影響をはっきりと見つけるのは難しくて、その一方でまったく影響がないと言い切るのも厳しいんだ。もし、誰かが病気になっても、それが放射線の影響なのか、ほかに原因があるのかはっきりさせるのもとても難しいんだよ。

Qちゃん そうなんだね。放射線は自然界にも存在するし、病院の検査でも被ばくするって聞いたから、通常の生活で受ける放射線量をいつも気にしてた方が良いのかな。

つぼくら先生 東日本大震災の時は、放射線を過度に心配して避難した結果、生活環境が大きく変わったことで健康への影響が出たケースもあったんだ。なるべく被ばくしないほうがいいという考えは一部では正しいけど、今の相馬市で放射線による影響の心配はいらないよ。

Qちゃん それを聞いて安心したよ。それじゃあ、放射線の情報については、どんなことを気にしているのかな。

つぼくら先生 そうだね。放射線の空間線量の測定や食品の検査結果を見て、数値の変動や安定していることの確認をしたり、数値が高い食品を避けることが大切だよ。放射性物質が心配な家庭菜園の野菜とかの食品の放射線量は、市役所で検査することができるよ。

Qちゃん ほかには、何があるかな？

つぼくら先生 ホールボディカウンターによる内部被ばく検査や個人積算線量計（D-シャトル）を使用した外部被ばく検査を実施しているから検査を受けてみて、日常的な被ばくの有無や年間推定被ばく量を知って見ることもいいと思うよ。

Qちゃん うん、わかったよ。「正しく恐れ賢く避ける」だね。僕も検査を申し込んでみるよ。

出典：放射線による健康影響に関する統一的な基礎資料（令和 6 年度版）

### 今回Qちゃんが分かったこと

- △現在の科学技術では、100 ミリシーベルト未満の被ばく影響をはっきりと見つけるのが難しいこと。
- △今の相馬市では、低線量被ばくの心配は必要ないこと。

●問い合わせ先 放射能対策室（☎ 37-2270）

●問い合わせ先 放射能対策  
室（☎ 37-2270）

ホームページは  
こちら



◎これまでの食品の検査結果  
(市ホームページ)

ホームページは  
こちら



●最新の情報は、県農林水産  
物・加工食品モニタリング  
情報ホームページ内の「出  
荷制限等一覧」で確認くだ  
さい。

●相馬市で出荷制限などを受  
けている食品（10月31日現在）  
ケノコ△フキノトウ（野生）  
△ゼンマイ△タラノメ（野  
生）△コシアブラ△ウド（野  
生）△原木シイタケ（露地）  
△木ナメコ（露地）△キノコ（野  
生）  
△県の定める管理計画に基づ  
き管理されるものを除く△原  
木ナメコ（露地）△キノコ（野  
生）  
△県の定める出荷・検査  
方針に基づき管理されるもの  
を除く

●10月分  
△測定件数 6 件  
△基準値を超えた食品 0 件  
●自家消費野菜などの  
放射性物質測定結果