

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



### 外部被ばくと内部被ばく

**Qちゃん** 先生、もうすぐ市役所から「外部・内部被ばく線量測定結果」が送られてくる時期だね。外部被ばくと内部被ばくの違いは何だったかな？

**つぼくら先生** 外部や内部というのは、放射線を出すもの（放射性物質）が体の外にあるか中にあるかの違いだね。

**Qちゃん** 放射線量が高いかどうかを見分けるにはどうすればいいの？

**つぼくら先生** 外部被ばくは、市で毎年市内の空間線量を測っていて、令和4年度の調査で土の上1メートル平均で0.09マイクロシーベルトに対して、県外が0.02～0.15マイクロシーベルトとあまり変わらないから、心配ないよ。

**Qちゃん** そうなんだ。内部被ばくはどうか？

**つぼくら先生** 内部被ばくは、放射性物質を含むものを食べたり空気中の放射性物質を吸い込んだりして体の中に取り込んだときに起こるんだ。国では、放射性物質が多く含まれる食べ物が販売されないよ。

う出荷制限をしているから、内部被ばくが検出されることはほとんどないよ。

だけど、自分の家で作ったものや、釣った魚、山菜、キノコとかはどのくらい放射性物質があるか分からないから、市役所で測ってから食べたほうがいいね。

**Qちゃん** 内部被ばくは測定すると分かるんだね。日常生活で放射線量を確認する方法はないのかな？

**つぼくら先生** D-シャトル（個人積算線量計）という機械を使えば、普段の生活での外部被ばく量を測定できるよ。

市役所で測定の申し込みができるから、ぜひ利用してみてね。

**Qちゃん** 外部被ばくと内部被ばくについてよく分かったよ。先生、ありがとう。

※D-シャトル（個人積算線量計）の測定申し込みについては、17ページを確認ください。

出典：環境省「放射線による健康影響等に関する統一的な基礎資料（令和4年版）」

#### 今回Qちゃんが分かったこと

▽外部被ばくと内部被ばくの違いは、放射性物質が体の外にあるか中にあるかということ。

▽国の出荷制限により、販売されている食べ物による被ばくの可能性はほとんどないこと。

●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 2 2 7 0）

ホームページはこちら



県林水産物モニタリング

◎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



県林水産物・加工食品モニタリング

※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。

#### 自家消費野菜などの放射性物質測定結果

●4月分

▽測定件数 4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（5月1日現在）

▽クサソテツ（コゴミ）▽タケノコ▽フキノトウ（野生）

▽ゼンマイ▽タラノメ（野生）▽原木シイタケ（露地）

▽原木ナメコ（露地）▽キノコ（野生）▽コシアブラ▽ウド（野生）▽クロソイ

※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。