

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



### 紫外線と放射線ってどんな関係？

**Qちゃん** 僕、夏休みの間もたくさん外で遊んで、真っ黒に日焼けしたんだけど、日焼けの話でよく聞く、紫外線ってどんなものなの？放射線と関係があるのかな？

**つぼくら先生** 実は、紫外線と放射線はどちらも「電磁波」というものの仲間なんだよ。紫外線は波長が放射線より長くて、皮膚表面に吸収されやすいから、日焼けなどの原因になるよ。逆に、放射線は紫外線より波長が短いから、皮膚表面を通り抜けて、体の中の深いところまでダメージを与える力が強いんだ。

**Qちゃん** 日焼けしすぎたときに皮膚がヒリヒリ痛いときがあるけど、あれは放射線は関係ないの？

**つぼくら先生** ヒリヒリ痛むのは、紫外線の影響で皮膚がダメージを受けたからで、放射線の影響ではないんだよ。

**Qちゃん** それを知って安心したよ。でも、紫外線と放射線は仲間だから、日焼け止めに塗って肌を守ることで、外部被ばくの対策はできないの？

**つぼくら先生** 残念だけど、日焼け止めは放射線には効果がないんだ。ただ、紫外線を浴びすぎると皮膚の劣化や老化、皮膚がんなど別の病気リスクが高くなるから、日焼け止めに塗ることは大事だよ。

**Qちゃん** 放射線と紫外線、それぞれの対策が必要なんだね。紫外線は、日焼け止めに塗る、放射線には、なるべく線量の高い場所には近づかないようにする、とかだね。

**つぼくら先生** そのとおり。自分が生活している場所の空間線量や、自分の被ばく量を知っておくことが大切だよ。

**Qちゃん** わかったよ。市の空間線量測定結果を気にしたり、Dシャトルでの外部被ばく測定を受けたりして、日頃から身の回りの線量に注意するようにするよ。

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6年度版）」

### 今回Qちゃんが分かったこと

- ▽放射線と紫外線はどちらも電磁波の一種であること。
- ▽日焼け止めは紫外線から肌を守る効果はあるが、放射線から身を守る効果はないこと。
- ▽自分が生活している場所の空間線量や、自分の被ばく量を知っておくことが大切だということ。

●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

●7月分

▽測定件数 1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（8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）

※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。

◎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



ホームページ  
はこちら



●問い合わせ先 放射能対策  
室（☎ 37 2 2 7 0）