

## 監修 坪倉 正治



### ◆経歴

灘高校、 東京大学医学部卒

### ◆現在

相馬市健康対策専門部会委員

相馬中央病院、南相馬市立総合病院非常勤医師

ひらた中央病院非常勤医師

### 出典元

◆調べてなっとく放射線（除染情報プラザ）

◆原子力・エネルギー図面集（一般財団法人 日本原子力文化振興財団）

◆放射線リスクに関する基礎的情報（内閣府他）

### 放射線に関する関係機関

◆市内の放射線に関する情報

相馬市

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

◆県内の放射線に関する情報

除染情報プラザ

<http://josen-plaza.env.go.jp>

◆放射線モニタリングに関する情報

原子力規制委員会

<http://radioactivity.nsr.go.jp/map/ja/>

# 放射線ガイドブック （相馬市版）

発行：相馬市放射能対策室

☎0244-37-2270

平成28年3月

監修：坪倉正治

相馬中央病院 内科

## はじめに

このガイドブックは、放射能や放射線の疑問や不安に対し、基礎知識をきちんと身につけるだけでなく、相馬市で今どのようなことが実施されているのかをしっかりと把握することにより放射能や放射線についてより深く理解していただくために作成しました。

ガイドブックでは、放射線に関する基礎知識をはじめ、相馬市の現状やみなさまから寄せられている疑問にもお答えさせていただきました。

少しでも疑問を解消し、安心して生活していただけるよう、ぜひご覧ください。



ふるさとミドリ

アオ

※この冊子は、平成27年9月30日現在のデータを基に作成していますので、内容等が更新になる場合があります。

## 目次

### 基礎知識編

- ・ そもそも放射線ってなに？ …… P4
- ・ 放射性物質はずっと残っているの？ …… P5
- ・ ベクレルとシーベルトのちがってなに？ …… P6
- ・ 原発事故前から放射線があったってホント？ …… P7
- ・ 世界各地の自然放射線について …… P8
- ・ 日本各地の自然放射線について …… P9
- ・ 体内、食物中の自然放射性物質について …… P10
- ・ 被ばくするとどうなるの？ …… P11

### 内部被ばく編

- ・ 内部被ばくってなに？ …… P12
- ・ 食べ物の基準ってあるの？ …… P13
- ・ 相馬市の内部被ばく検査状況について …… P14
- ・ 相馬市の水道水は安全なの？ …… P16
- ・ 相馬市の食品検査状況について …… P18

### 外部被ばく編

- ・ 外部被ばくってなに？ …… P19
- ・ 網かけ（メッシュ）調査結果（市全体比較）について …… P20
- ・ 網かけ（メッシュ）調査結果（地区別比較）について …… P22
- ・ 外部被ばく測定方法について …… P23
- ・ 相馬市の外部被ばく検査状況について …… P24

### 除染編

- ・ 住宅の除染ってなにをするの？ …… P25

### その他

- ・ 放射線に関するよくあるQ&A …… P26