

自然界の放射線と放射線が人体に与える影響について

放射線は目に見えないので、誰もが不安に感じます。

放射線とは広い意味では光の仲間、放射線を出す物質を「放射性物質」といい、放射性物質が放射線を出す能力を「放射能」といいます。

私たちは日常生活の中で、宇宙や大地、食物などから放射線を絶えず受けながら過ごしています。

放射線は自然界からのものと、人間が作ったものがあります。医療現場では、病気の治療や検査などで放射線が使われており、現代医療にはなくてはならないものになっています。

放射線が人体に与える影響については、世界中で研究されています。

低い放射線量の場合には、放射線量に比例して影響があるという学説と、ある一定量以下なら、健康への影響はなく人体に有益であるという学説があります。

がんの発症リスクを、放射線の影響と生活習慣とで比較すると次のようになります。

- ◆野菜嫌い(好きな人との比較)と 100～200 マイクロシーベルトの放射線を浴びた場合は、ほぼ同じ
- ◆運動不足と 200～500 マイクロシーベルトの放射線を浴びた場合は、ほぼ同じ

一定量以上の放射線を受けると、人体にさまざまな影響が出てきます。

放射線をむやみに恐れる必要はありません。しかし、侮ってはいけません。被ばくしないに越したことはありません。

外部被ばくを防ぐためには、放射線防護の3原則（距離・時間・遮へい）が重要です。

もし、放射線災害が発生した場合、地震災害と同じような避難準備が必要になります。基本的には避難するのが最善ですが、難しいときには無理に外に出ず家の中にいた方が安全です。どうしても外に出る場合には、放射線は雨粒などと共に降下するので、雨がっぱなどを着用することが有効です。

市内での空間放射線量について

市では、2月22日～4月18日の間、市内9個所で空間放射線量の測定をしましたが、測定値は平均0.0749～0.0919マイクロシーベルト/時で、通常観測される自然放射線量と同じレベルでした。（市ホームページで公開しています。）

引き続き、5月から毎週水曜日（休日を除く。）に保健センターで測定し、その数値を市ホームページで公開しています。

（注）自然放射線量：全世界平均で年間2.4ミリシーベルト、日本で1.4ミリシーベルト

胸部CT検査1回 6.9ミリシーベルト

胃部エックス線1回 0.6ミリシーベルト

東京～ニューヨーク間の往復 0.19ミリシーベルト

（注）国際放射線防護委員会が勧告する一般個人の年間被ばく線量の限度は1ミリシーベルト。

放射線作業者の法令に定める年間被ばく線量の限度は、50ミリシーベルト。

上記数値には、自然放射線と医療行為による被ばくを除きます。

（注）1シーベルト = 1000ミリシーベルト = 100万マイクロシーベルト