



## 原発事故後8年の「今、知っておきたい」

# 放射能の「基礎知識」

福島第一原発事故から8年以上が経ちました。しかし、時間が経っても放射性物質がなくなったわけではありません。農薬や食品添加物、大気汚染物質と同じように、放射性物質のリスクも正しく知って、なるべく避けることが大切です。

【監修】NPO法人原子力資料情報室 共同代表  
伴 英幸 (ばん・ひでゆき) さん

脱原発法制定運動を経て1990年より原子力資料情報室のスタッフに。1998年より共同代表。著書に『原子力政策大綱批判—策定会議の現場から』(七つ森書館)。

### ■ 放射性物質は今、どこに？

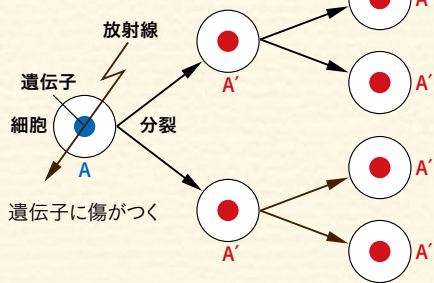
2011年の原発事故で出された放射性物質は植物や生物に取り込まれたり、ほこりや土についたりし、水や風に流されて周囲より低いところに集まっています。雨水が集まるような場所は注意したいもの。環境中や土壌の放射線量を自分たちで測り、Webで公表している市民団体もありますので参考にしてみてください。

特定の放射性物質が放射線を出す能力が半分になるまでの期間を「半減期」と呼びます。たとえば「セシウム137」の半減期は30年。どれだけ時間が経ってもゼロにはなりません。なるべく被ばくしないように工夫することはできます。

### ■ 被ばくと、どうなるの？

放射線がからだを通過すると、細胞の一部が壊れたり、DNAが傷ついたりします。傷ついたDNAは自ら修復しようとしていますが、修復ミスが起こることがあります。そして傷ついたまま細胞が増殖され他の要因も重なって、がんなどの健康影響として、後に表れるのです。そのため、とくに細胞分裂が盛んな赤ちゃんや子どもは放射線による影響を受けやすいと言われています。

#### ■ 細胞分裂が盛んな子どもは影響が大きくなりやすい



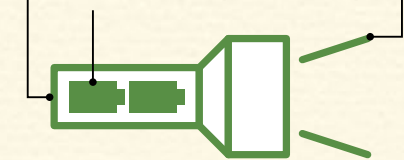
細胞の中の遺伝子が放射線を受けると変異を起こすことがある。細胞分裂が盛んな乳幼児は影響が大きくなりやすい。

#### ■ 「放射線」と「放射性物質」

からだに害をおよぼす「放射線」を出す物質のことを「放射性物質」といい、放射線を出す能力のことを「放射能」といいます。ただし、「放射能」は「放射性物質」の意味で使われることもあります。

#### ・懐中電灯にとえると

「放射性物質」は「懐中電灯」  
「放射線」は「懐中電灯から出る「光」」  
「放射能」は「電池(光を出す能力)」



### ■ ぐらしのなかで放射能を避けるためには？

放射線をからだの外から浴びることを「外部被ばく」、食べ物や飲み物、呼吸によって放射性物質を取り込み、からだの内側から放射線を浴びることを「内部被ばく」と言います。

外部被ばくを防ぐには、放射性物質に近づかない、体についたら洗い流すことなどが大事。内部被ばくを防ぐ対策としては、放射能がより少ない食品を選ぶこと、風の強い日にはマスクをする、といったことが挙げられます。

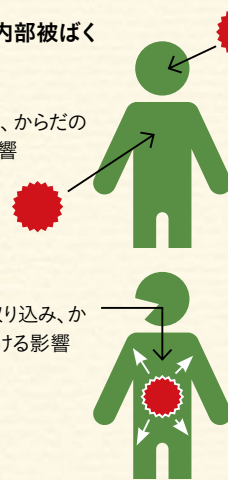
放射性物質をからだに取り込まないために、毎日の食事には気を配りたいもの。放射能検査の結果を公表している食品を選ぶことも大切です。測定結果でよく目にする「不検出」とは、「その測定の検出限界値を上回る放射性物質を見つけられませんでした」という意味で、「放射性物質ゼロ」ということではありません。検出下限値が低いほうが、より精密な検査結果と言えます。

パルシステムでは高性能の検査機を使用して独自に厳しい放射能検査を行っています。検査体制については次号で詳しく紹介します。

#### ■ 外部被ばくと内部被ばく

##### ・外部被ばく

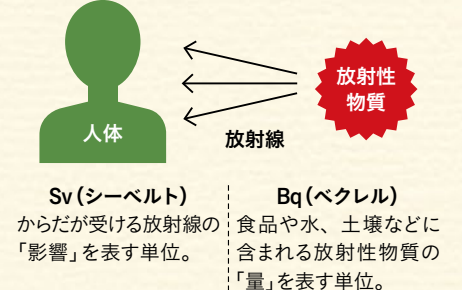
土壌や環境中など、からだの外側から受ける影響



##### ・内部被ばく

食べ物や呼吸で取り込み、からだの内側から受ける影響

#### ■ 放射線の単位



【参考】「ほうしゃのう きほんのき」(NPO子ども全国ネット)

## Q 放射能検査状況について

2019年度の検査数(カッコ内は検出件数)  
2019年6月5日現在

総計: 700(4) 不検出率: 99.4%

青果	104(0)	2018年度れんこん(6.4Bq/kg)・甘夏(3.0Bq/kg)から放射能が自主基準内で検出されました。
しいたけ	6(4)	生しいたけ(4.6~10Bq/kg)と、2018年度は岩手県産乾しいたけ(5.1Bq/kg)から放射能が自主基準内で検出されました。
他のきのこ類	15(0)	2018年度も放射能の検出はありません。
米・米飯類	0(0)	2018年産米の検査は、28産地30検体の玄米で検査し、栃木こしひかり(4.4Bq/kg)から放射能が自主基準内で検出されました。白米で再検査したところ不検出でした。 ※放射能の多くはぬか部分に蓄積します。検出された栃木こしひかりは白米でのお届けとなります。

牛乳、肉、卵	16(0)	産地ごとに定期的に検査しており、2018年度も放射能の検出はありません。
魚介類	49(0)	2018年度も放射能の検出はありません。
飲料水・飲料	24(0)	2018年度も放射能の検出はありません。
乳幼児用食品	56(0)	2018年度、検出下限値1Bq/kgで検査を行い、冷凍さつまいもスティック(1.2Bq/kg)から自主基準内で検出されました。2017年度産直野菜チップス(さつまいも・にんじん)(1.2Bq/kg)から自主基準内で検出されました。
その他加工食品	430(0)	2017年度、サプリメントのブルーベリー&ルテイン(8.2Bq/kg)から自主基準内で検出されましたが、2018年度は検出されませんでした。

※乳幼児用食品のみ検出下限値1Bq/kg、その他は検出下限値3Bq/kg。



● 週次の「放射能関係のお知らせ」はインターネットに掲載しています。  
● インターネットから見られない方はこちらにお問い合わせをお願いします。

パルシステム東京・パルシステム神奈川ゆめコープ・パルシステム千葉・パルシステム埼玉・パルシステム山梨  
パルシステム茨城 栃木・パルシステム福島・パルシステム静岡・新潟とときめき生協

パルシステム  
問合せセンター

☎ 0120-868-014

月～金曜日: 9時～20時  
土曜日: 9時～17時

※お問い合わせ内容の確認とサービス向上のために、通話の内容を録音しております。

パルシステム山梨

甲府センター ☎0120-28-5891  
西桂センター ☎0120-32-1061  
一宮センター ☎0120-21-9898

パルシステム群馬

高崎センター ☎0120-60-5118  
渋川センター ☎0120-36-3315  
東毛センター ☎0120-63-3735

※センターによって、携帯電話からはご利用できない場合があります。