

# 食べものの放射線は大丈夫？

食べものから受ける放射線と、放射線に関する食品検査について知っておこう。



## 食べものからも放射線を受けるの？

### ● 食品中の放射性物質から放射線が出ます。

食品には自然の放射性物質が含まれています。その代表的なものはカリウム（K-40）です。

カリウムは生物に必要な元素で、ほとんどの食品に含まれていますが、その一部は放射性カリウムであるため、食品の摂取により体内で放射線を受けることになります。

#### 食品中の放射性カリウムの量



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  
令和元年度版より



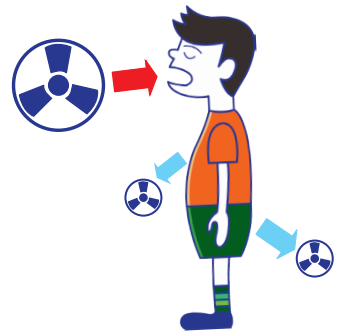
## 取り込まれた放射性物質は体内に残る？

### ● 尿や便などにより、体外に排出されます。

体内に取り込まれた放射性物質は、尿や便などにより体外に排出され、減少していきます。

原子力発電所事故後、主に注目される食品中の放射性物質はセシウム（Cs-134・Cs-137）ですが、成人では約100日\*でその量が半分になることが知られています。

\*半分になる期間は年齢によって変わり、若いほど短くなります。

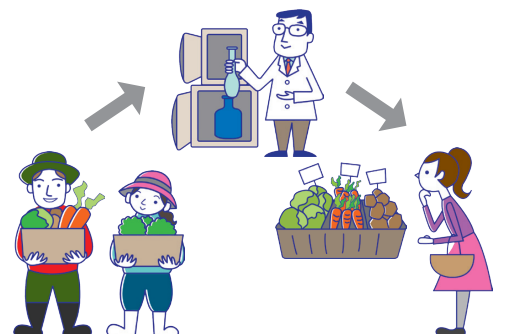


## 原子力発電所事故後の食べものが心配…

### ● 安全な食品が流通するよう、検査を続けています。

食品中の放射性物質には基準値が定められています。徹底した検査により、基準値を超えたものは市場に流通していません。

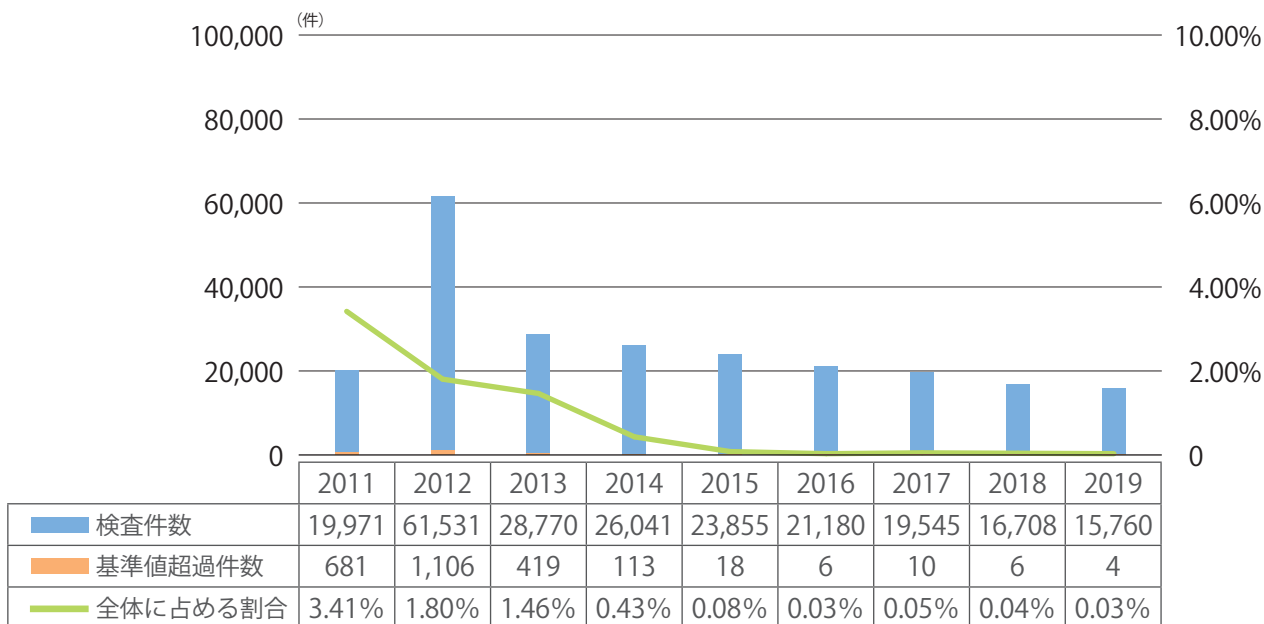
今では基準値を超えるものはほとんどありませんが、一部はまだ出荷、摂取の制限があります。



## 福島県産農林水産物モニタリング結果の推移

福島県では農林水産物のモニタリング検査を実施しています。

2011年度から2019年度までの9年間で、食品中の放射性セシウムの基準値を超える件数が全体に占める割合は確実に減少しています。

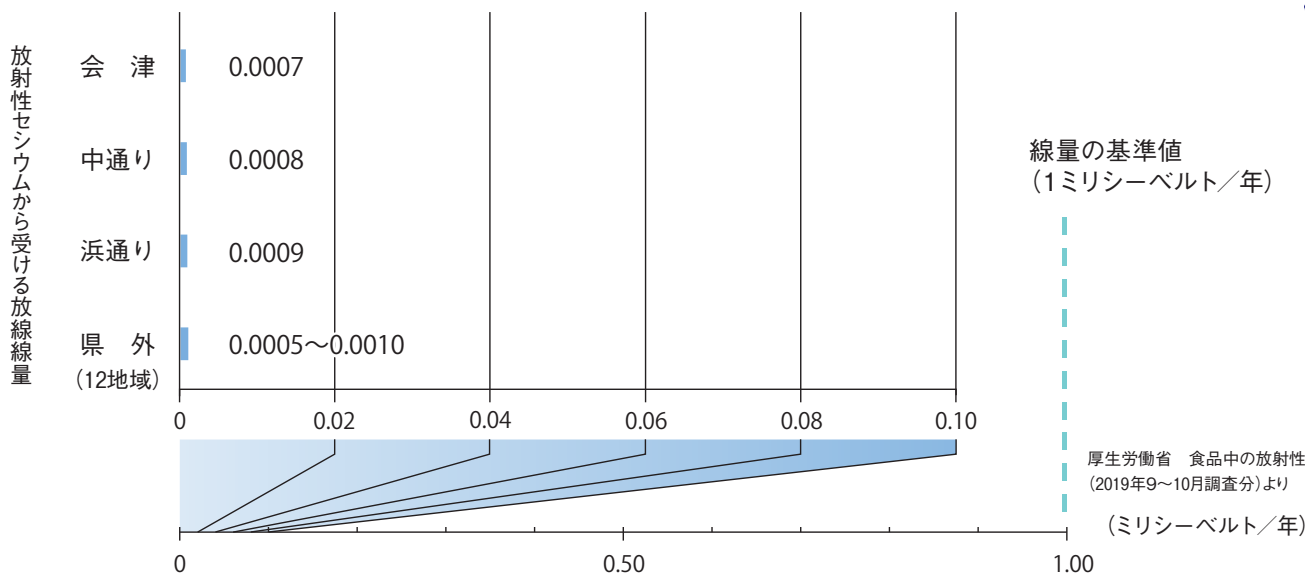


※2011年度及び2012年度の一部の基準値超過件数は暫定規制値を超過した件数

福島県 農林水産物のモニタリング検査件数及び結果の推移より

## 食品から受ける放射線量（年間）

食品中の放射性セシウムから受ける放射線量の調査（マーケットバスケット方式<sup>※</sup>）の結果、福島県では年間0.0007～0.0009ミリシーベルトと推定されました。食品から受ける年間線量の基準値1ミリシーベルトの0.1%程度で、極めて少ないことが確認されました。



食品の放射線量は継続的に検査され、結果も公表されているんだね。

関心がある人は見てみよう！

「ふくしま復興ステーション」水・食品等の放射性物質検査



### ※マーケットバスケット方式

スーパー等で売られている食品を購入し、その中に含まれる放射性物質を分析して測り、一日の摂取量を推定する調査方法。



発行 福島県医師会

監修 福島県立医科大学放射線医学県民健康管理センター

◎このチラシの内容は、ウェブサイトでもご覧いただけます。

