

Q: 被ばくを防ぐにはどうしたらいいんですか？

被ばくの原因はいろいろあります。

原子爆弾、水素爆弾、劣化ウラン弾などの核兵器によるもの、病院で受けるエックス線撮影やCTスキャンによるもの、また自然放射線、宇宙線による被ばくもあります。ここでは、原子力災害による被ばくについてとりあげます。

原子力災害によって放出された放射性物質は大気中や海水中などにばらまかれます。放射性物質は花粉よりも小さい微粒子なので目には見えません。

大気中に放出された放射性物質は雲のようになって、地上に降りそそぎながら風や気流にのって流れます。ときには何千キロの距離をも流れます。そして雨や雪とともに地上に降ってきたり、樹木や建物にあたり、そのものに吸着したりします。

海水中に放出された放射性物質は、海の底に沈んだり、海流にのって広がったりします。

いったん原子力災害が起こると、大地も海も河川も街も、そしてありとあらゆる生き物もが放射能で汚染され、その汚染は何十年、何百年、何千年、何万年、何十万年...と続きます。

被ばくを防ぐには、放射性物質がどのようなもので、どのように広がるのかを知っておくことが必要です。

【原子力災害が起こったら】

● 正確な情報を得ます。

大切なことは、原子力災害がどの程度の状況なのかを知ることです。

政府やメディアが正確な情報を流すとはかぎりません。福島原発の事故では政府もメディアも正確な情報をまったく流しませんでした。

信頼できる情報源を確保し、風向き、風速、降雨、降雪などは自分で調べることがだいじです。

● 放射線測定器を備えておくことは、とても役立ちます。

● 屋内にとどまるべきか、避難するべきかを判断します。

● ヨウ素剤は原子力災害が起きたら、放射能雲が来る24時間前に飲むのがもっとも効果的です。

⇒ [原子力防災について](#) —ヨウ素剤 QあんどA— 参照

【外へ逃げるとき】

● 屋外に出て別の場所へ避難する場合は、放射能雲が通過する前に一刻も早く逃げます。

特に、原発事故によって道路が封鎖されてしまう可能性のある半島などにいる場合

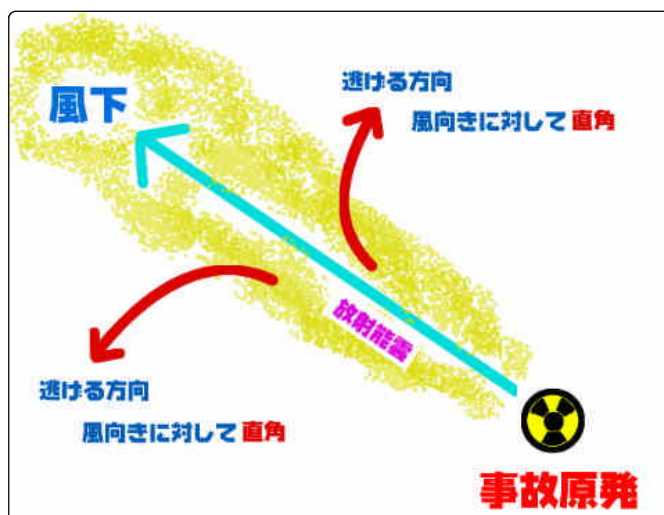
は、そこから出られなくなる前に直ちに逃げましょう。

風向きを確かめて、原発の風下へは絶対に行かないようにします。風向きに対して直角の方向に逃げることで放射能雲から外れやすくなります。

- 皮膚を放射線にさらさないように、なるべく気密性の高い服で皮膚全体をおおいます。

帽子、手袋、防塵マスク[3Mなどの規格品]、なければ花粉用マスクに濡れガーゼ、または8枚くらい重ねた濡れタオルを代用します。ゴーグルは眼を保護するのに役立ちます。

- 大気中の放射性物質は雨や雪とともに降ってくるため、雨に濡れないこと、雪が降いたらはらうことが大切です。



【屋内にとどまるとき】

- 屋内にとどまる場合は、窓や出入口を閉め、換気扇や空調を切ります。
- 建物のすき間には目張りをして、外気が入らないようにします。
- 地下室があれば、地下に避難したほうがより被ばくを避けられます。
- 建物は木造よりコンクリート造の方がより被ばくを避けられます。
- 胎児、子ども、妊婦、若者や病人は被ばくの影響を受けやすいので、とくに注意が必要です。