放射線から身を守るには？

事故の時に身を守るには

放射性物質を利用している施設の事故によって、放射性物質が風に乗って飛んでくることがあり、この時に放射性物質から出る放射線を体の外からと体の中から受けることがあります。

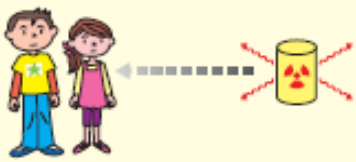
体の外から受ける量を少なくする方法があります。一つは放射性物質から離れること、もう一つは放射線を受ける時間を短くすること、そして放射線を通しにくい建物の中に入ることです。建物の中に入った時は、放射性物質が建物の中に入らないようにドアや窓を閉め、外から空気を取り込むエアコンや換気扇の使用を控えるなどの対策を取ることが大切です。また、長袖を着ることにより、放射性物質が体に付かないようにすることができ、服や体に付いても放射性物質を洗い流すことができます。

体の中から受けることから身を守るには、体の中に放射性物質が入らないようにマスクをしたり、放射性物質が決められた量より多く入ったりした水や食べ物をとらないように気を付けたりするなど対策を取ることが大切です。

なお、体の外から放射線を受けたことを原因として、人が放射線を出すようになることはなく、かぜのように人から人に伝染することはありません。

放射線から身を守る方法

①放射性物質から離れる



②放射線を受ける時間を短くする

③コンクリートなどの建物の中に入る
（木造よりコンクリートの方が放射線を通しません）

放射性物質から身を守る方法

空気を直接吸い込まない
（マスクやハンカチで口をふさぎます）

決められた量より多くの放射性物質が付いたりした可能性があるとして制限された食べ物や飲み物はとらない