



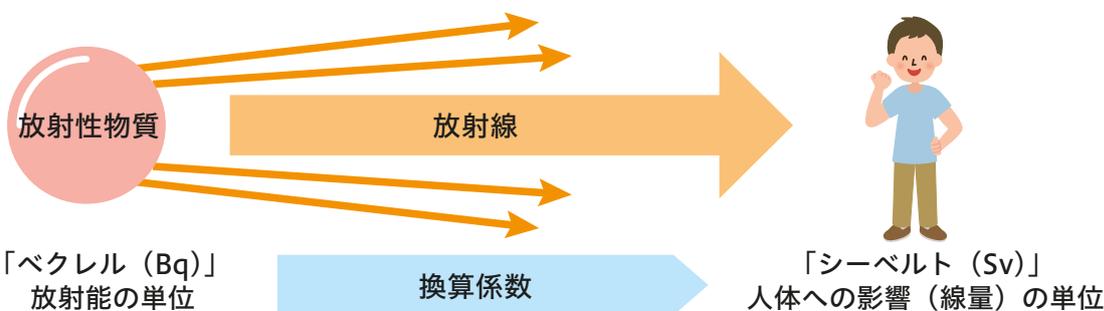
食品と放射能のお話 3回シリーズ

第1回 「放射能の基礎知識」

東日本大震災や福島第一原子力発電所の事故から11年以上が経過しました。生産者をはじめ関係者等の努力により、安全な食品が流通していますが、放射線に関して不安を感じる方もいらっしゃるのではないのでしょうか。今回より食品と放射能のお話をシリーズでお送りします。

1. 言葉と単位

「放射線」とは、高いエネルギーを持った光線の一種や電子、原子核などの粒子のことです。アルファ線やベータ線、ガンマ線、エックス線など、たくさんの種類があります。
放射線を出す能力を「放射能」、放射線を出す物を「放射性物質」といいます。



シーベルト (Sv) という単位によって、いろんな種類の放射線の影響を同じ尺度で比べられます。

2. 放射性物質は、時間が経つにつれて減少します

放射性物質は放射線を出して、放射線を出さない安定した物質に変わります。放射性物質が半分になる時間を「物理学的半減期」といいます。また、体内に取りこまれた放射性物質が、代謝や排せつによって半分に減る時間を「生物学的半減期」といいます。

3. 自然にも放射線はあり、私たちは毎日被ばくしています

■ 私たちが1年間に受ける自然放射線—1人当たりの年間線量 2.1ミリシーベルト



出典:国連科学委員会(UNSCEAR)2008年報告書、(公財)原子力安全研究会「生活環境放射線(国民線量の算定)第3版」(2020年)

■ 私たちの身体にも、放射性物質が含まれています。

体重60kgの場合 約7,000ベクレル

主なもの

- ・カリウム40 約4,000ベクレル
- ・炭素14 約2,500ベクレル



人間に必須の栄養素であるカリウムにも、天然の放射性カリウム(カリウム40)がわずかに含まれています。カリウム40による放射線量は、0.18ミリシーベルト/年になります。

次回は「放射線の健康影響」についてお伝えします。

参考

消費者庁 「食品と放射能Q&A」



日本生活協同組合連合会 食品の安全に関するQ&A

