

もくじ

便利帳の使い方	2
登場人物紹介・概要	3
「放射線ってなに？」	4
ベクレル(Bq)とシーベルト(Sv)	4
「放射性物質の種類」・「外部被ばくと内部被ばく」	5
自然の中にある放射線の種類	6
にゃん太トピックス(身の回りの放射性物質ランキング)	7
「今は、どうなっているの？」	8
空間線量率を比べてみよう!	8
放射性の希ガス・放射性セシウム・放射性ヨウ素	9
半減期って何年くらい?	10
個人線量計による外部被ばく線量測定結果(2012年度)	11
内部被ばくによる甲状腺の等価線量	12
「甲状腺検査の結果」・「福島県外3県における甲状腺有所見率調査結果」	13
「たべもの」のこと	14
牛乳が皆さんの元へ届くまで	14
新たな基準値の概要	15
新たな基準値設定の考え方	16
食品からの放射性物質の年間摂取量の推定値	17
食品中の放射性物質モニタリング・データ	18
陰膳試料中の放射性Cs濃度の地域別平均値	19
1年間に受ける線量(放射性セシウム(Cs)による年間の線量の推計値)	20
陰膳方式放射線量調査結果(2014.3.7更新)	21
「あそび」のこと	22
1日の線量率の変化	22
「降水による線量の変化」・「積雪による線量の変化」	23
現在の空気中にある放射性物質について	24
空間放射線量率の計測結果	25
「マツカサに触ってもいいの?」・「幼稚園での保護者と共に行ったモニタリング」	26
保育施設の対策例	27
お迎えの時間	28
何ベクレル食べたら1ミリシーベルト?	28
コラムコーナー	30



国立保健医療科学院 生活環境研究部

〒351-0197 埼玉県和光市南 2-3-6
TEL 048-458-6111 FAX 048-469-1573
<http://www.niph.go.jp/>