

# からだ なか ほう しゃ せいぶつ しつ 体の中に放射性物質をたくさん と こ 取り込まないようにするには？

くう き ちよくせつ す  
空気を直接吸いこまない  
(マスクやハンカチで口を  
おおいます)



ほか  
他にも、

- て あら  
・手洗いうがい
- ながそでなが ちゃくよう  
・長袖長ズボンを着用

すること

- いふく  
・衣服のほこりを落とし

たいすること

ゆうこう  
も有効です。

た もの  
食べ物にふくまれる  
し こ  
「事故による放射性  
ぶつ しつ りよう  
物質の量」に気をつける  
た と  
(例えば、安全性が確認  
や せい  
できない野生のものは食  
べないようにする。野菜  
はよくあら  
た  
洗って食べる。)



(出典) 文部科学省「小学生のための放射線副読本～放射線について学ぼう～」

## 【原\_資料119】 内部被ばくを避けるには？

- 原子力災害時、体の中にたくさん放射性物質を入れないようにするには、次の方法が有効です。
  - マスクをつける／ハンカチで口をおおう
  - 健康のために制限された食べ物や飲み物はとらない
  - 手洗いうがいをする
  - 長袖長ズボンを着用する
  - 衣服のほこりを落とす

参考: 文部科学省「小学生のための放射線副読本～放射線について学ぼう～」p.13-14