

どのくらい気をつければいいの?

ほうしゃのうをあびるのは「少しならだいじょうぶ」っていうけれど、「どのくらいまでなら、だいじょうぶなんだろう?」って思うよね。もしかしたら、おうちの人気が言うことと、学校の先生が言うこと、お友だちが言うことが、それぞれちがうこともあるかもしれない。しゃさんによても、いけんがちがうんだ。どのくらいまでだいじょうぶかわからないうきは、多めに気をつけておいたほうが安心だよね。あまり気をつけていないと、あとで病気になってしまったら、こまるからね。

これっていつまでやるの?これからどうなるんだろう?

これはまだわからない。たくさんのひとたちががんばって「げんぱつ」をおさしたり、ほうしゃのうをなくすほうほうをけんきゅうしているんだ。これいじょう「げんぱつ」がこわれなければ、どんどん「ほうしゃせん」はへっていく。「ほうしゃせん」がへるまでみんなで協力してがんばってやくそくをまもう。それから、これはだいじなことだよ。ききたいこと、しんぱいなこと、こまったことがあったら、まわりのおとなにどんどん話していいんだよ。ちかくのお兄さんやお姉さんでもいい、たくさん話すんだ。みんなで話しあって、おとなも、子どもも、ちからをあわせてほうしゃのうをやっつけよう。

【おうちのかたへ】

●外部被曝・内部被曝を防ぎましょう

身体の外から放射線をあびるのが外部被曝、吸い込んだり、食べ物や飲み物等によって体内に入った放射性物質から出た放射線をあびるのが内部被曝です。身体の外に付いた放射性物質は落とすことが出来ますが、いったん身体に入った放射性物質はなかなか外には出てきません。身体に入ってきた放射性物質はそこから放射線を出し被曝し続けることになります。これが内部被曝のほうが身体に対する影響が何倍も強いと言われる理由です。内部被曝を出来るだけ避けることが大切です。大人よりも子どもは放射線に何倍も敏感です。放射線量が高場所では、呼吸などで日常的に被曝していますから、出来るところで被曝を防ぐ努力が必要です。汚染のない場所へ積極的に連れて行くことは、子どもの身体を休ませ放射能によって傷ついた細胞を修復するにとても有効な手段です。

【注意して欲しいこと】

- 赤ちゃんはマスクが出来ません、その分他で徹底的に被曝を防いでください。
 - 脱いだ服は洗濯までビニール袋などに入れて口を縛っておきます。
 - 室内を掃除には掃除機を使わないで、ゴム手袋をはめて濡れた雑巾で放射性物質を拭いてください。
 - 雑巾はこまめに流水で濯ぎ、使用済みの雑巾はその都度捨てましょう。
 - エアコンは使ってOKです。(換気機能はOFFに)
 - カーテンもこまめに洗いましょう。
 - 食べもの、飲み物は出来る限り汚染のないものを選びましょう。
 - 子ども達にも徹底して守れるよう根気よく、理解するまで話してていきましょう。子どもの心も気を付けて聞いてあげましょう。
- 「すべてのおとなが、すべてをのりこえて、子どもたちを守れますように!」

●学校や公園の除染を求めるなどして、安全な場所を増やしていきましょう。

●食品に産地と正確なベクレル表示を求めていきましょう。

※このテキストは子どもが「放射線」について勉強し、大人の目の行き届かないところでも、被曝から身を守れるように作ったものです。一刻も早く、少しでも被曝を減らすのに役立つよう、大人に向けて説明を加えました。使用者の責任において自由にお役立てください。このテキストだけでは被曝から十分に子どもを守ることは出来ません。大人は放射性物質についてもっとくわしく知って、大切な子どもの命を守ってください。

「すべてのおとなが、すべてをのりこえて、子どもたちを守れますように!」

制作・文責 / 柚木ミサト <http://www.mikanblog.com>
編集協力 / OH 事務所

もっと外であそびたいな。

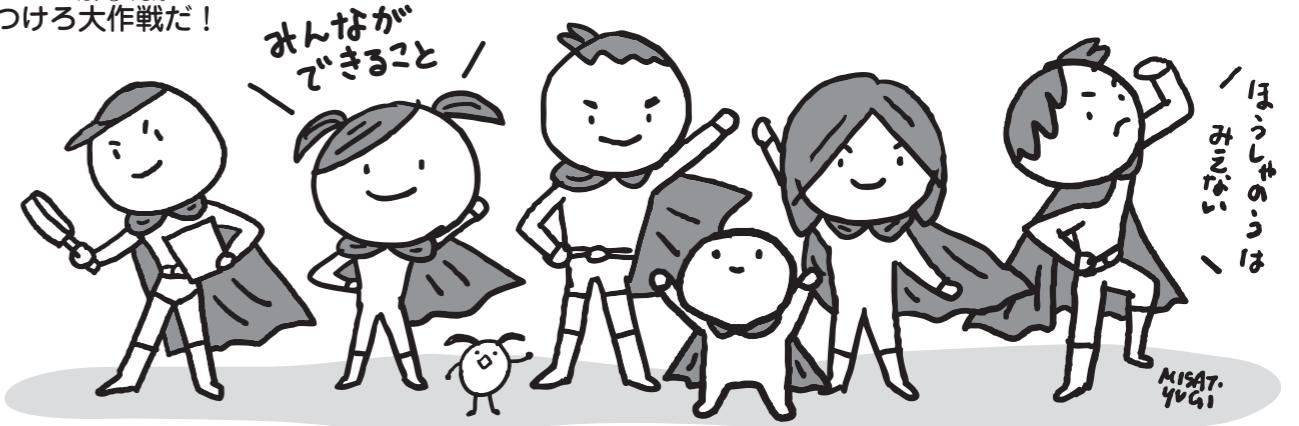
そうだね。そんなときは、お父さんやお母さんにたのんで「ほうしゃせん」の少ないところにつれていってもらおう。できないときは、学校や家でたくさん本を読んだり、あたらしいあそびを考えたのもいいね! おじいちゃんや、おばあちゃんにむかしのあそびを教えてもらうのも楽しいね。学校や、公園が除せんされて、ほうしゃせんが少なくなったら外であそぼう。それまではどうやつたら外に出なくて楽しくできるかみんなで考えてみよう!



●このパンフレットは、主に福島県中通りに住む子どもたちに向けて制作しています 2011.6.27

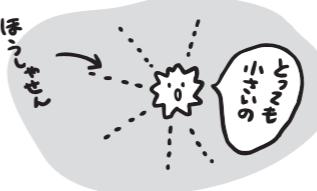
「ほうしゃのう」をやっつけろ! 大作戦

みんなも知っているように、3月に「福島第一原子力発電所」(げんぱつ)で、じこがあったよね。そのために、げんぱつから、たくさんの「ほうしゃのう」が出てきて空からふってきましたんだ。(※1)みんなのいのちや、からだをまもるために、「ほうしゃのう」のことをみんなで勉強してみよう。名づけて! 「ほうしゃのう」をやっつけろ大作戦だ!



「ほうしゃのう」ってなあに?

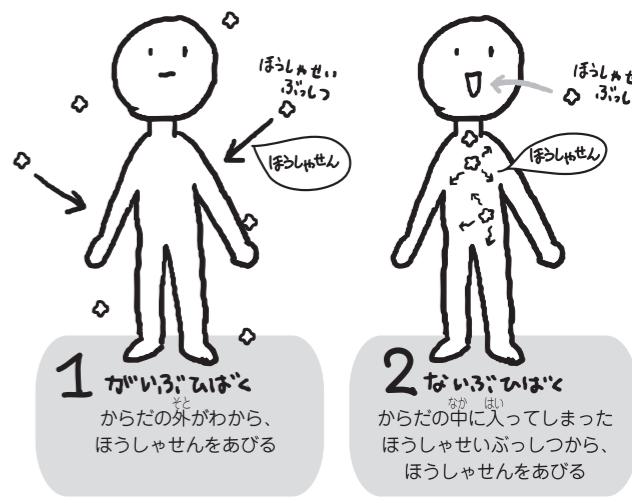
まず、「ほうしゃせん」って、どんなものだから知っているかな? ほうしゃせんというのは「光」みたいなもの。たくさんあびると、あとでたいへんな病気になてしまうことがあるんだ。「ほうしゃせいぶっしつ」というのは、この「ほうしゃせん」を出す「つぶ」のようなもののことなんだ。



なににきをつければいい?

ほうしゃのうのとくちょうは、目に見えなくて、おいもないこと。しかも、ほうしゃのうで病気になったりするのは、何年もたったあとなんだ。だから、気がつかないうちに、あびてしまいやすいんだね。

ほうしゃのうをたくさんあびないようにするためにには、次の2つのことに気をつけよう。



からだをまもるためにには、この2つのひばくを、できるだけ少なくしなければならないんだ。

