

### 3 まずは「屋内退避」

#### (1) 屋内退避とは

自宅などの屋内に入り、外気が入るのを防いで、呼吸等で放射性物質が体内に入ることを抑えるとともに、屋外の放射性物質からの放射線を屋根や壁等で遮ることにより被ばくを少なくすることができる、最も基本的かつ重要な行動です。

| 区分         | 遮へい効果(外部被ばくの防止)   | 密閉効果[気密性](内部被ばくの防止)   |
|------------|---|---|
| 木造家屋への退避   | <ul style="list-style-type: none"> <li>放射性プルームからのガンマ線等の影響に対して10%低減</li> <li>地表に沈着した放射性物質からのガンマ線等の影響に対して60%低減</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>放射性プルーム中の放射性物質を呼吸により摂取する影響に対して75%低減</li> </ul> |
| 石造りの建物への退避 | <ul style="list-style-type: none"> <li>放射性プルームからのガンマ線等の影響に対して40%低減</li> <li>地表に沈着した放射性物質からのガンマ線等の影響に対して80%低減</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>放射性プルーム中の放射性物質を呼吸により摂取する影響に対して95%低減</li> </ul> |

\*コンクリート構造物は、石造りの建物よりもさらに高い効果が期待できます。

(出典：原子力規制委員会「緊急時の被ばく線量及び防護措置の効果の試算について」)

#### (2) 屋内退避の重要性

慌てて自家用車などで一斉に避難すると、交通渋滞などが発生し、かえって放射線による健康被害のリスクが高まる可能性があります。このため、UPZにお住まいの住民の皆様には直ちに避難するのではなく、まずは自宅などの屋内へ退避してください。

また、屋内に退避することによって、防災行政無線や広報車などによる町村役場からの災害の状況や指示など、正確な情報を入手することで、次の行動に備えることができます。(※TV・ラジオの緊急放送、緊急速報メールによる災害情報にも注意してください。)

#### (3) 屋内退避のポイント 《\*内閣府作成「屋内退避に係る広報チラシ」(6ページを参照)》

町村役場では、原子力発電所の事故の状況を踏まえ、あらかじめ屋内退避の準備要請を行うとともに、放射性物質が放出される前に屋内退避を指示しますので、慌てず建物の中に入ってください。

屋内退避の解除や避難の指示があるまで、屋内退避を継続してください。

#### (4) 避難等の指示あった場合 《\*UPZ内にお住まいの住民の皆様への対応》

原子力発電所の事故が悪化し、放射性物質が放出された場合は、緊急に実施されるモニタリング結果により、空間放射線量率が基準値を超えた区域を特定し、その区域の住民の皆様に対して、町村役場から避難や一時移転を指示します。(※指示された区域以外の住民の皆様は屋内退避を継続してください。)

避難する際は、放射性物質の肌への付着や呼吸による体内への取り込みを防ぐため、長袖、長ズボン、マスク、外衣などを着用して避難してください。

また、感染症対策用品も忘れずに準備しましょう。

#### 4 屋内退避チェックリスト[手順]

訓練日(10/31)に、町村役場から「屋内退避」の準備要請があった時は、次の事項を確認しながら、屋内退避の準備を行ってください。

- 町村役場の防災行政無線や広報車などで正確な情報を入手する。
- 慌てず落ち着いて、まずは建物の中に入る。(家族の居場所確認。)
- 屋内に入ったら、顔や手を洗い、うがいをする。
- 外気が入らないよう、ドアや窓を閉める。(窓の隙間確認。)
- 換気扇など、外気を取り込む設備を止める。
- 食品はフタやラップをして冷蔵庫や戸棚に保管する。
- 避難に備え、非常持ち出し品の確認又は準備をする。  
(感染症対策用品を含む。)

※「屋内退避の実施指示」があった場合は、新型コロナウイルス等、感染症流行時においても、換気を行わないことが原則となります。

#### 5 参考 原子力防災に関する動画について

北海道では、このマニュアルの他に、原子力災害時の対応をとりまとめた動画をYouTubeで公開しておりますので、次のリンクからご覧ください。

動画リンク (日本語版) : [https://youtu.be/l8V\\_DTVIjfw](https://youtu.be/l8V_DTVIjfw)

日本語版



英語版



動画リンク (英語版) : <https://youtu.be/xL8A87DGmIQ>

## 6 (参考) 環境モニタリング結果について

泊発電所の周辺地域では、平常時より泊発電所の運転による環境への影響について、監視や調査を行う、環境モニタリングを行っています。

環境モニタリングの測定データは、リアルタイムで更新しており、次の北海道のホームページからご覧いただけます。

○環境放射線測定データ

<http://www.genshi.pref.hokkaido.jp/>



## 7 問い合わせ先

○北海道 総務部危機対策局原子力安全対策課 (011-204-5011)

後志総合振興局地域創生部地域政策課 (0136-23-1310)

○泊村 企画振興課 (0135-75-2877)

○共和町 企画振興課 (0135-73-2011)

○岩内町 危機管理課 (0135-62-1011)

○神恵内村 総務課 (0135-76-5011)

○寿都町 総務財政課 (0136-62-2511)

○蘭越町 総務課 (0136-55-7534)

○ニセコ町 総務課 (0136-44-2121)

○倶知安町 総務課 (0136-56-8000)

○積丹町 総務課 (0135-44-2112)

○古平町 企画課 (0135-42-2181)

○仁木町 企画課 (0135-32-3953)

○余市町 地域協働推進課 (0135-21-2142)

○赤井川村 総務課 (0135-34-6211)

※内閣府作成「屋内退避に係る広報チラシ」

### 屋内退避が安全への第1歩!!

**緊急事態発生!!**

原子力発電所

屋内退避することで、建物の気密性と遮へい効果により、放射線による影響を回避したり、低減させることができます。

「なつこちゃん、大丈夫よ。」  
「こわいよー」

※原子力発電所から50km以内の地域に住んでいる方は、予防的に避難することになります。

### 屋内退避時のポイント“落ち着いた対応が大切!!”

万一、原子力発電所で事故が発生した場合、屋外で行動していると、かえって被ばくの危険が高まるおそれがあるんだよ。

屋内退避することで、被ばくを低減できるんだ。

顔を洗い、うがいをしましょう。衣類も着替えましょう。

換気扇は止めましょう。

窓は閉めましょう。

正確な情報を確認しましょう。

食品にはラップやふたをしましょう。

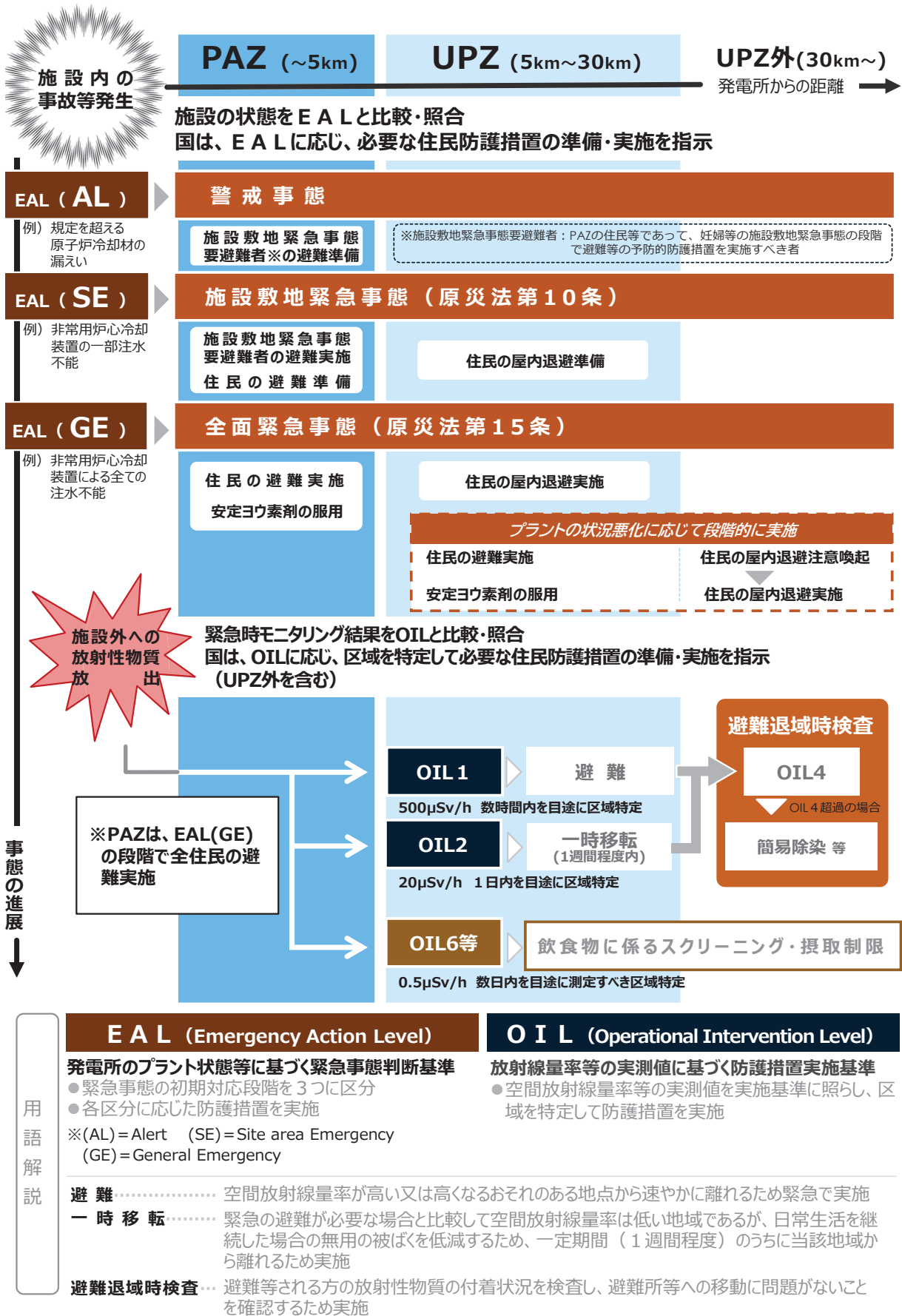
屋内退避は数日間継続することもあるから、日頃から食料や飲料水の備蓄が大切なんだ。

備えあれば憂いなし。日頃の備えが大切なんだよ。

※一般的なエアコンは外気を取り入れないので、屋内退避中でも使用できます。

内閣府原子力防災担当 [https://www8.cao.go.jp/genshiryoku\\_bousai/](https://www8.cao.go.jp/genshiryoku_bousai/)

# 参考：緊急時における防護措置の概要



その先の、道へ。  
北海道

