原子力災害時にとるべき行動について

安定ヨウ素剤事前配布説明会

（ＰＡＺ圏内にお住まいの方）

原子力災害時には、原子力発電所との距離や事故の状況により取るべき行動が異なります。老部、白糠、小田野沢地区は、「ＰＡＺ」となります。



PAZとUPZの範囲と対象地区

・PAZ（Precautionary Action Zone）
原子力発電所から5km圏内
・・・・老部、白糠、小田野沢地区

・UPZ（Urgent Protective action planning Zone）
原子力発電所から30km圏内
・・・・上記以外の村内全域

原子力発電所の状況に応じた区分

① 警戒事態	異常な事象やそのおそれ
② 施設敷地緊急事態	放射線による影響をもたらす可能性のある事象
③ 全面緊急事態	放射線による影響をもたらす可能性が高い事象

PAZの方々の避難行動の区分

区 分	一般の方	施設敷地緊急事態要避難者
①警戒事態	―	避　難　準　備
②施設敷地緊急事態	避　難　準　備	避　難　開　始
③全面緊急事態	避　難　開　始	―

施設敷地緊急事態要避難者の方々は、その他の住民より早い段階で避難を行います。

- 高齢の方や障害のある方などのうち避難の実施に通常以上の時間がかかる方
- 妊婦、授乳婦、乳幼児及び乳幼児とともに避難する必要のある方
- 安定ヨウ素剤を服用できないと医師が判断した方　　など

施設敷地緊急事態要避難者は、早い段階で避難するため、基本的には
安定ヨウ素剤の服用は必要ありませんが、念のた

原子力災害が発生したときは、村（役場）などが、防災無線、
広報車などのあらゆる手段を用い、住民の皆さんのとるべき行動を広報します。

原子力災害発生

↓

村等の広報をよく聞く

↓

住んでいる地区に避難の指示がでた場合

↓

指示に従い安定ヨウ素剤を服用

自家用車で避難

自家用車で青森市へ



自家用車で避難出来ない場合

一時集合場所へ集合し
バスで避難



船やヘリで避難指示があった場合

村の指示に従い
集合場所へ



安定ヨウ素剤
事前配布説明会

避難の際に、持っていくものは次のとおりです。
日ごろから準備しておきましょう。

◆貴重品など



現　金　保険証　お薬手帳　印　鑑

◆情報を得たり伝えられるもの



携帯電話　筆記用具　予備電池(多めに)　携帯ラジオ

◆身の安全や健康を守るもの



懐中電灯
(1人に1つ)　非常食(２日)　防寒具

医薬品　水(２日)　傘などの雨具

◆原子力災害時に用意するもの



フードのついた
ビニールカッパ　帽子・ヘルメット　ビニール手袋　ビニール袋
(大・小)

※肌の露出を防いで、放射性物質を吸い込んだり、付着させないようにしましょう。（花粉症対策と同じ）

●食料や水は２日分程度用意してください（避難所での用意に時間がかかる場合があります）。
●持出し品はリュックなどに入れてコンパクトにし、すぐに持ち出せる場所に置いておきましょう。

安定ヨウ素剤
事前配布説明会

事前に配布する安定ヨウ素剤と一緒に、避難者カードと避難車両認識票を
お配りします。避難する際に持参してください。

避難者カード

事前に記入し避難所で提出してください



避難車両認識票

自家用車で避難する場合に自家用車の
フロントガラスまたはダッシュボードに
掲示してください

東通村（PAZ）		
避難車両		
安定ヨウ素剤服用	避難退域時検査	避難所受付

避難は、自家用車による陸路を基本とします。

ただし、自家用車で避難できない方は、バスを手配しますので、
各地区の一時集合場所に集合してください。

※自然災害と複合災害が発生し、ヘリや船で避難する必要が生じた場合には、
村よりお知らせします。



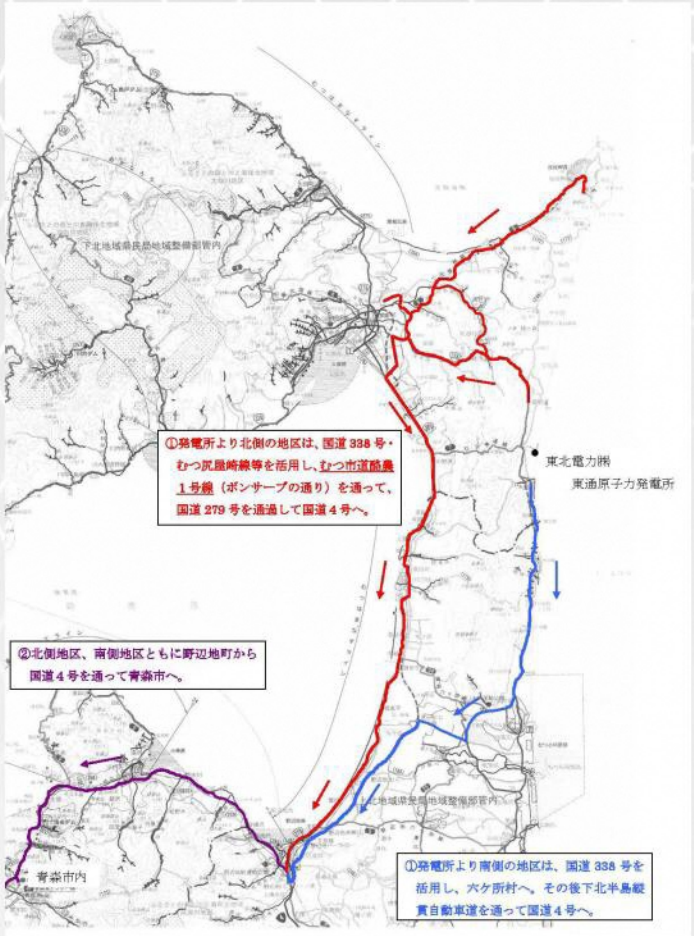
地区名	一時集合場所	津波等における一時集合場所
小田野沢	そでやま館	東京電力 HD（株）小田野沢寮敷地 そでやま館
老　　部	老部ふるさと館	同左
白　　糠	いさりび館 白糠地区避難施設	白糠地区避難施設



安定ヨウ素剤
事前配布説明会

避難経路（陸路避難ルート）の基本は、次のとおりです。
東通村の避難先は、青森市となります。

避難（陸路）の基本経路（避難ルート）





【小田野沢地区】
国道338号→むつ市道酪農1号（ボン・サーブ前）
→国道279号→国道4号→青森市

【老部・白糠地区】
国道338号→（六ヶ所村経由）
→下北半島縦貫道路→国道4号→青森市

避難先は、青森市内の施設（マエダアリーナ）です。

※当日の状況により、避難施設が変更なる場合もありますので、村などの広報をよく聞いてください。

地　区	避難所
老部、白糠、小田野沢	マエダアリーナ （新青森県総合運動公園総合体育館）



事前配布する安定ヨウ素剤は、避難の際に飲んでいただきます。

※紛失したり、外出していて持っていない方などは、
緊急配布場所でも配布しますので、避難の途中に立ち寄ってください。
配布場所は村より広報しますので、よく聞いてください。

◆安定ヨウ素剤の緊急配布場所

地区名	配布場所
小田野沢地区	東通村体育館
老部・白糠地区	白糠地区避難施設



丸剤





ゼリー剤



東通村体育館



白糠地区避難施設

さいごに

村ＨＰ「東通村と原子力」

- 原子力発電所で事故が起こった場合には
  村（役場）などからの広報をよく聞いて
  落ち着いて行動してください。

- 原子力発電所で事故が起こったときに
  取っていただきたい行動は、この資料の他
  「原子力防災ガイドブック」や
  村ＨＰ「東通村と原子力」にも
  掲載していますのでご覧ください。

- 避難等の不明な点は
  村原子力対策課へご連絡ください。

(TEL：0175-３３-２２６８)

安定ヨウ素剤の効果や留意点等について

安定ヨウ素剤事前配布説明会

（ＰＡＺ圏内にお住まいの方）

? question

原子力災害が発生した場合、被ばくを防ぐために全体としては、どのような点が重要ですか？

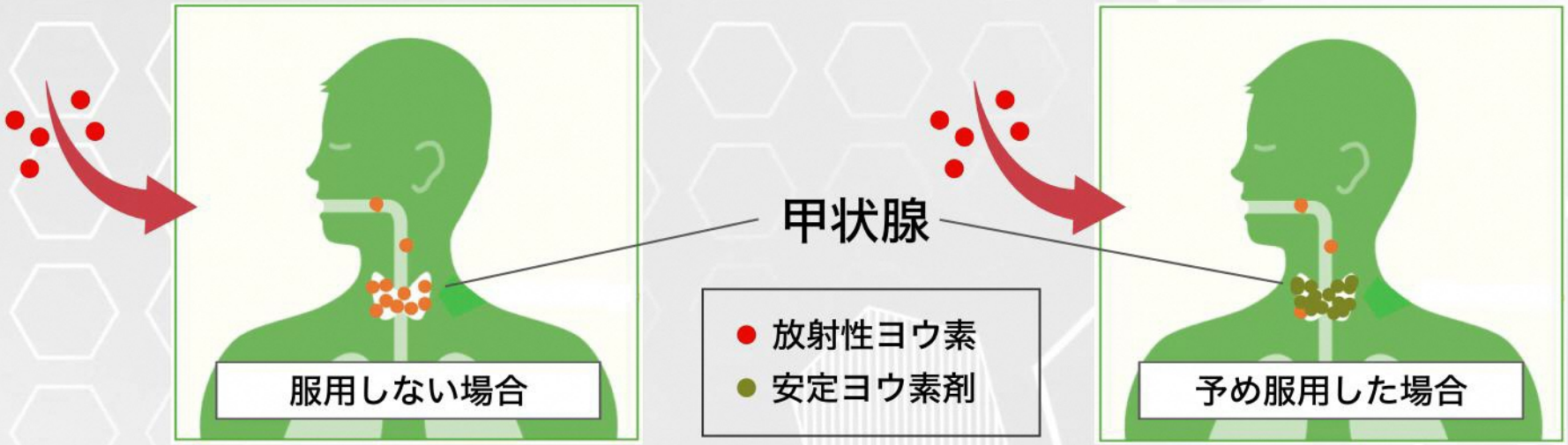
✓ answer

被ばくに対しては、外部被ばくと内部被ばくの両方を防ぐことが基本です。

外部被ばく	内部被ばく
遠ざかる（遠方へ避難）	食品の摂取制限 うがい・手洗い
さえぎる（屋内へ避難）	安定ヨウ素剤

放射性ヨウ素による甲状腺内部被ばくにのみ有効

安定ヨウ素剤の働きと効果



放射性ヨウ素が体内に取り込まれると、甲状腺に蓄積し、甲状腺がん発症の可能性が出てきます。

あらかじめ安定ヨウ素剤で甲状腺を満たし、放射性ヨウ素の蓄積を減らすことができます。

? question

安定ヨウ素剤は、なぜ事前に配布するのですか？

✓ answer

避難が必要となるような原子力災害の発生時に、
混乱なく安定ヨウ素剤を服用いただくために、
事前にお配りいたします。

緊急時に滞りなく安定ヨウ素剤を服用いただけるよう、
東通原子力発電所から概ね5km圏内（ＰＡＺ）にお住まいの方と
ＰＡＺ内の事業所に勤務されている方（事前申請手続済みの方）に
事前にお配りしておくものです。

? question

安定ヨウ素剤の服用の必要性は年齢や性別、などにより違いはありますか？

✓ answer

40歳以上の方は服用する必要性は相対的に低いとされています。（WHO）
持病や服薬中のお薬を考慮した上で服薬の是非を判断する必要があります。

一方，若年者・妊婦・授乳婦は服用を最優先すべき対象者です。

PAZ内に居住、生活する方を対象
に安定ヨウ素剤の事前配布を実施しています。
40歳以上でも希望される方へは配布を実施します。



安定ヨウ素剤を服用できない人（禁忌）

安定ヨウ素剤の成分、またはヨウ素に対し、過敏症の既往歴のある方

問診票の以下の項目の「はい」の欄にチェック

問【服用不適項目】
・今までに安定ヨウ素剤の成分、または、ヨウ素に対し過敏症があると言われたことがありますか？
・ポピドンヨード液（うがい薬に含まれます）及びルゴール液使用後、並びにヨウ化カリウム丸薬服用後に、じんま疹や呼吸困難や血圧低下などのアレルギー反応を経験したことがありますか？

服用できない方は、一般住民より早い段階（施設敷地緊急事態）で、避難していただくことになります。

慎重に服用する必要がある人

下記の病気にかかっている場合は、慎重に服用する必要があります。
かかっている場合は、問診票の下記の項目の当該病気欄の「はい」の欄にチェックのうえ、後ほど相談ください。

(1)	ヨード造影剤過敏症の既往歴のある方
(2)	低補体血症性蕁麻疹様血管炎の方または既往歴のある方
(3)	ジューリング疱疹状皮膚炎の方または既往歴のある方
(4)	甲状腺の病気（甲状腺機能亢進症、機能低下症）の方
(5)	腎臓の病気にかかっている方、腎機能に障害のある方
(6)	先天性筋強直症の方
(7)	高カリウム血症の方
(8)	肺結核（カリエス、肋膜炎などを含む）の方

（1）～（3）アレルギー症状が出現する可能性があります。
（5）～（7）カリウムの蓄積が症状を悪化させる可能性があります。

安定ヨウ素剤と併用に注意する薬剤を服用されている方

下記の薬を服用している方は、併用により健康影響が懸念されるので、
問診票の以下の項目の該当する薬の「□」にチェックのうえ、後ほど
ご相談ください。
該当するかわからない場合、保健師、薬剤師にご相談ください。

お薬手帳をお持ちの方は
ご確認ください

(1) カリウム含有製剤（カリウム補給）
(2) リチウム製剤（双極性障害（躁うつ病）治療）
(3) 甲状腺治療薬（甲状腺機能亢進症または甲状腺機能低下症治療）
(4) アンギオテンシンⅡ受容体拮抗薬、カリウム保持性利尿剤
降圧剤（配合剤）、ACE阻害剤（高血圧治療）
(5) エプレレノン、エサキセレノン、フィネレノン
(6) アリスキレンフマル酸塩



安定ヨウ素剤の服用方法

［服用量］
- 13歳以上　・・・丸剤2錠
- 3歳～１３歳　・・・丸剤1錠
- 3歳未満　・・・32.5mgゼリー剤1包
- 1ヶ月未満の新生児　・・・16.3mgゼリー剤1包

※服用回数は、原則１回です。

※1ヶ月未満児は対象外ですが、1ヶ月以上児から服用できるゼリー剤を配布します。



安定ヨウ素剤
錠剤


安定ヨウ素剤
ゼリー剤
（32.5mg）


安定ヨウ素剤
ゼリー剤
（16.3mg）

写真提供：日医工

安定ヨウ素剤の配布と服用のタイミング

配布は地域を限定した事前配布の他に
災害発生時に避難チェックポイント等で必要な方々へ緊急配布を実施します。

服用の判断は、避難指示等とあわせて、国の原子力規制委員会が行います。

服用のタイミングが早すぎても遅すぎても十分な効果は期待できません。

- 住民の皆様への服用指示は市町村から連絡します。
- 服用量は必ず守ってください。（多く飲んでも効果は上がりません）
- 特別な指示がない限り、複数回服用しないでください。

安定ヨウ素剤の副作用

[副作用として報告されている症例]

・過敏症
発疹など
・消化器系の症状
悪心・嘔吐，胃痛，下痢，口腔・咽喉の灼熱感，
金属味覚，歯痛，歯肉痛，血便（消化管出血）など
・その他の症状
甲状腺機能低下症，頭痛，息切れ，かぜ症状，
不規則性心拍，皮疹，原因不明の発熱，
首・咽喉の腫脹など

安定ヨウ素剤受領後の注意事項

安定ヨウ素剤は直射日光のあたらない、湿気の少ない所に保管してください。
高温になる場所（自動車の車内など）は避けてください。
ＰＡＺ内の事業所に勤務されている方は事業所内で保管してください。

防災袋や冷蔵庫などのわかりやすい場所に入れるなど、必要になったときに
すぐに取り出せるようにしてください。

安定ヨウ素剤の有効期限は、丸剤は製造後５年間、ゼリー剤は製造後３年間です。
交換時期が近づいた時点で新しい薬剤と交換します。

転出などにより不要になった場合には、すみやかに東通村役場（原子力対策課）に返却してください。

安定ヨウ素剤は絶対他人に渡さないでください。

一般的な服用の注意は以上となります。

ここからは
妊娠中の方、母乳栄養を継続中の方、
乳児、新生児 への服用の注意になりますので、
該当する方は続けてお聞きください。

? question

妊娠中でも安定ヨウ素剤は服用できますか？

✓ answer

服用のメリットは大きく、
お母さんと赤ちゃんの双方を守る効果が期待できます。
副作用のリスクよりも,
服用しないことによる甲状腺の
内部被ばくのリスクの方が高いため,
妊娠中でも服用することを強くお勧めします

注意
出生後，赤ちゃんの甲状腺機能については
経過観察が必要となるため，服用後は医師等に
あらかじめ相談してください。



? question

授乳中の赤ちゃんがいます。
服用しても母乳は続けられますか？

✓ answer

授乳中の方が安定ヨウ素剤を服用することは、

若いお母さんと赤ちゃんの放射性ヨウ素による

健康被害を避ける効果が高く、必ず服用してください。

赤ちゃん自身も月齢に応じたゼリー剤を服用させてください。

注意
母乳栄養は重要です。お母さんが被爆していないと考えれる場合は
母乳を継続してください。
被曝した可能性のある場合はペットボトルなどの水を利用した
安全なミルクに変更（3日間程度）してください。
優先避難の対象者です。速やかに避難してください。

乳児（特に新生児）の服用について

安定ヨウ素剤について

・副作用のリスクよりも、
服用しないことによる甲状腺内部被ばくのリスクの方が高いため、
服用させてください。

・新生児は、服用後、
甲状腺機能の経過観察が必要となるため、
服用後は医師等に相談してください。

本日、安定ヨウ素剤を受け取った方へ

配布後、
服用不適項目または慎重投与項目に
該当するようになった場合は、
あらためて、医師に相談してください。



青森県健康医療福祉部
医師　鈴木　豊