

リスク がんのリスク（放射線と生活習慣）

放射線の線量 (ミリシーベルト)	がんの 相対リスク※	生活習慣因子
1,000 ~ 2,000	1.8	喫煙者 大量飲酒（毎日3合以上）
	1.6	
	1.6	
500 ~ 1,000	1.4	大量飲酒（毎日2合以上）
	1.4	
200 ~ 500	1.22	肥満（BMI \geq 30） やせ（BMI $<$ 19）
	1.29	
	1.19	運動不足 高塩分食品
	1.15 ~ 1.19 1.11 ~ 1.15	
100 ~ 200	1.08	野菜不足 受動喫煙（非喫煙女性）
	1.06	
	1.02 ~ 1.03	
100 未満	検出困難	

出典：国立がん研究センターウェブサイト

※放射線の発がんリスクは広島・長崎の原爆による瞬間的な被ばくを分析したデータ（固形がんのみ）であり、長期にわたる被ばくの影響を観察したものではありません。

※相対リスクとは、被ばくしていない人を1としたとき、被ばくしたのがんリスクが何倍になるかを表す値です。

この図は国立がん研究センターが発表した放射線の危険度を、他の危険因子と比べた表です。

たばこや大量飲酒の習慣は放射線を1,000～2,000ミリシーベルト被ばくするのと同程度、肥満、やせ、運動不足、高塩分食品等は、200～500ミリシーベルトの放射線被ばくと同程度の発がんリスクがあると推定されています。

一方、100ミリシーベルト以下では、発がんリスクを検出することが極めて難しいと考えられています。

本資料への収録日：平成25年3月31日

改訂日：平成27年3月31日