

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 1.6 1.6	喫煙者 大量飲酒（毎日3合以上）
500 ~ 1,000	1.4 1.4	大量飲酒（毎日2合以上）
200 ~ 500	1.22 1.29 1.19 1.15 ~ 1.19 1.11 ~ 1.15	肥満（BMI \geq 30） やせ（BMI $<$ 19） 運動不足 高塩分食品
100 ~ 200	1.08 1.06	野菜不足
100 未満	1.02 ~ 1.03 検出困難	受動喫煙（非喫煙女性）

出典：国立がん研究センターホームページ

※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とした時、被ばくした人のがんリスクが何倍になるかを表す値です。

これ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。

喫煙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と同程度、肥満、やせ、運動不足、高塩分食品などは、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のが極めて難しい状況です。

本資料への収録日：2013年3月31日

改訂日：2015年3月31日