

---

### QA3 「外部被ばく」と「内部被ばく」は、どう違うのですか

---

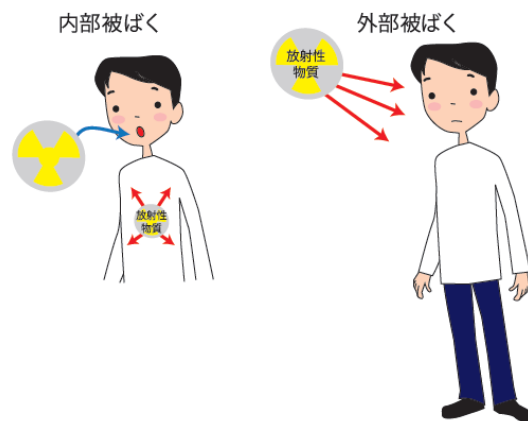
被ばくとは、人体が放射線を浴びることをいい、「外部被ばく」と「内部被ばく」の2つがあります。

「外部被ばく」とは、体の外にある放射性物質から放出された放射線を受けることです。

「内部被ばく」とは、放射性物質を含む空気、水、食物などを摂取して、体内に取り込んだ放射性物質から放射線を受けることです。体内に取り込まれる主な経路には、①飲食で口から（経口摂取）、②空気と一緒に（吸入摂取）、③皮膚から（経皮吸収）、④傷口から（創傷侵入）の4通りがあります。

「外部被ばく」は、放射性物質から離れば、被ばく量が減ります（例えば、距離が2倍になれば被ばく量は1/4になります）。「内部被ばく」は放射性物質が体内にあるため、体外にその物質が排出されるまで被ばくが続きます。

なお、私たちは日常の生活の中でも自然放射線によって「外部被ばく」と「内部被ばく」をしています。



---

出典：消費者庁「食品と放射能 Q&A」（第9版）より作成

出典の改訂日：2014年11月13日

本資料への収録日：2014年3月31日（第8版による）

改訂日：2015年3月31日