

原子力に関するQ&Aコーナー



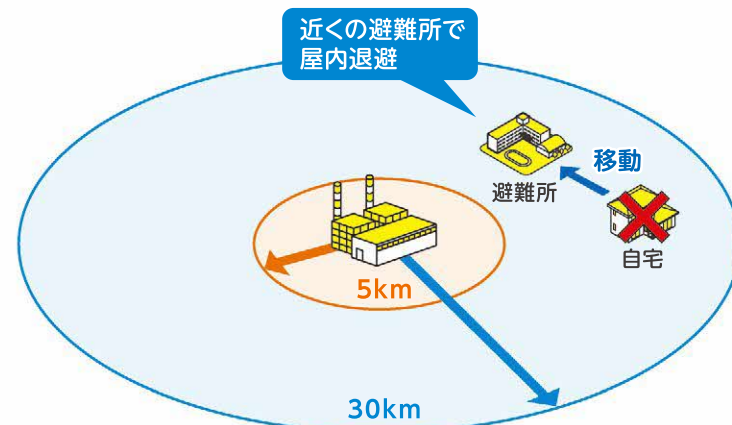
Q.1 なぜ、UPZ(原発から5～30km圏)では、避難ではなく屋内退避を行うの？

A. 避難中にブルームが通過すると、かえって被ばくが増すおそれや、特に高齢の方や入院されている方、社会福祉施設等に入所されている方などは、無理な避難により体調が悪化するおそれがあるため、原発から比較的距離の離れたUPZでは、屋内退避を行うこととしています。



Q.2 地震等で自宅での屋内退避が困難な場合はどうすればいいの？

A. 地震などの自然災害の時には、**まず**は目の前の自然災害からご自身やご家族の命を守ることを第一に行動する必要があります。
地震による家屋の損壊等によりご自宅での屋内退避が困難な場合には、地震に対する安全を確保するために、市が開設する近隣の指定避難所等に避難し、その場で屋内退避をしていただくことになります。



令和8年度
第3回

原子力関連施設見学会 参加者募集

参加無料・昼食付き

県内の原子力関連施設(島根県原子力防災センター、島根県原子力環境センター、島根原子力発電所)の見学会を開催します。
(県原子力防災センター集合、貸切バスにて移動)

■開催日時 令和8年12月1日(火) 8:40～16:00

■応募締切 令和8年11月4日(水) 必着

■募集人員 **50名** (申込多数の場合は抽選)
※過去1年間に参加経験のある方は申し込みできません。

■応募方法 連絡先等の必要事項を記入の上、ハガキ、FAXまたは電話でご応募いただくか、「アトムの広場」Webサイトの専用応募フォームよりご応募ください。

■応募先 島根県原子力安全対策課 見学会担当
ページ下の連絡先または右記QRコードからお申し込みください。



■必要事項

参加を希望される全ての方の郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、生年月日、提出される公的身分証明書の種類(下記参照)

【公的身分証明書】次の①～④の中から1種類お選びください。

- ①運転免許証 ②マイナンバーカード ③パスポート
④住民票(6ヵ月以内)+年金手帳

※上記外の公的身分証明書についてはお問い合わせください。
※締切後、参加の可否については県より封書にてお知らせします。
※参加決定通知を受け取られた方は、お申込み時に登録いただいた公的身分証明書(写)の事前提出が必要となります。
※応募内容の個人情報は、見学会の目的外に使用することはありません。
※子どもの参加は小学校3年生以上(小学生は保護者同伴)となります。

しまね原子力広報誌
アトムの広場
Shimane Atomic Information

アトムの広場 Webサイト
<https://atomnohiroba.jp>



アトムの広場No.151 読者アンケートを開始しました。アンケートの受付は11月30日(月)17:00までです。



編集・発行 島根県 防災部 原子力安全対策課 ◀「アトムの広場」に関するご意見・ご感想等がありましたら、島根県原子力安全対策課までお寄せください。

〒690-8501 島根県松江市殿町1番地
TEL (0852) 22-6059(代表) FAX (0852) 22-5600
TEL (0852) 22-5698(見学会担当)

URL <https://www.pref.shimane.lg.jp/genan/>
E-mail gen-an@pref.shimane.lg.jp

2026年9月発行 ※令和8年度広報・調査等交付金事業等により作成しました。松江、出雲、安来、雲南の4市では、各世帯に配布しています。



しまね原子力広報誌

アトムの広場

Shimane Atomic Information

No.151
2026年9月発行



安心して暮らせる毎日のために。

シリーズ・暮らしと防災

防災士:小笠原知恵さんと学ぶ

今からできる 防災対策

2-3

環境放射線等調査結果	4-5
特集 屋内退避について	6-7
原子力に関するQ&Aコーナー	8
原子力関連施設見学会内	8

島根原子力発電所周辺 環境放射線等調査結果
異常は認められませんでした。

アンケートに答えて当たる!
読者プレゼント



“シリーズ・暮らしと防災”記事内容に関連したグッズを抽選でプレゼント! 応募方法等詳しくは記事ページへ▶

防災士：小笠原知恵さんと学ぶ

今からできる 防災対策

防災士 小笠原知恵

島根県出身・在住の防災士。
西日本豪雨で実家が被災した経験から防災士資格を取得、現在は
防災士・フリーアナウンサーとして防災啓発や情報発信に取り組ん
でいます。2歳の息子を育てる母親でもあり、日々の子育ての中で
「家庭でできる防災」や「子どもを守る備え」の大切さを実感してい
ます。専門的な知識だけでなく、生活者・保護者の視点を大切にし
ながら、無理なく続けられる防災のあり方を発信しています。

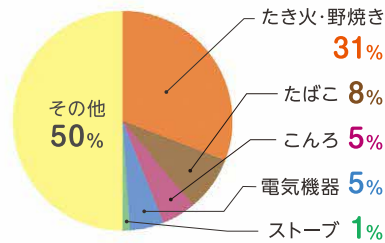
出雲市消防本部予防課
予防推進係長 岡崎知聡



火災は、日頃の備えや心掛けによって被害を防いだり、小さくしたり
することができます。今回は、出雲市消防本部の方に、家庭で実
践できる火災予防のポイントを教えてくださいました。

火災の原因として多いのは？

出雲市消防本部の管内では、たき火や野焼きが原因の火災が多く
発生しています。次いで多いのが、たばこの不始末、調理中のこん
ろの消し忘れ、ストーブ周辺へ
の可燃物の接触、そして近年増
加している電気火災等です。い
ずれも特別な現象ではなく、
日常生活の中の小さな油断や
不注意から発生しています。



令和7年度 出火原因別火災件数の割合(出雲市消防本部管内)

その他の
災害への備え
も忘れずに

まずは確認！家庭の備蓄

災害が起こると、電気や水道等のライフラインが止まり、必要な物がすぐに手に入らない場合があります。食料や飲料水、簡易トイレ等は、最低でも3日間、できれば1週間分を目安に備えておくことで安心です。



アトムの広場Webサイトで
防災備蓄品シミュレーション
を試してみましょう。

非常用持ち出し袋

避難が必要になった時にすぐ持ち出せるよう、非常用持ち出し袋を準備しておきましょう。

●基本の備え

飲料水、すぐに食べられる食料、携帯トイレ、モバイルバッテリー等、まず備えておきたい品目をそろえます。

●家族に合わせた備え

乳幼児用品や介護用品、持病の薬等、それぞれの家庭に合った品目を準備します。

●季節に合わせた備え

夏は熱中症対策、冬は防寒対策等、季節に応じた品目が必要になります。



いのちを守る10のポイント

住宅火災は、毎日の暮らしの中のちょっとした油断から起こることがあります。出雲市消防本部では、日頃から心掛けたい「4つの習慣」と、万が一に備える「6つの対策」を呼びかけています。

出典：住宅火災 いのちを守る10のポイント(消防庁)
https://www.fdma.go.jp/relocation/html/life/yobou_contents/materials/pdf/16_10points.pdfを加工して作成

4つの習慣 火災を未然に防ぐ、毎日の心がけ



1 寝たばこは絶対しない、させない。



2 ストーブの周りに燃えやすいものを置かない。



3 こんろを使うときは火のそばを離れない。



4 コンセントはほこりを清掃し、不要なプラグは抜く。

6つの対策 万が一火災が発生した時の、被害を最小限にする備え

1 出火防止



火災の発生を防ぐために、ストーブやこんろ等は安全装置の付いた機器を使用する。

2 早期知覚



火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する。

3 延焼拡大防止



火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具、衣類及びカーテンは、防災品を使用する。

4 初期消火



火災を小さいうちに消すために、消火器等を設置し、使い方を確認しておく。

5 避難経路の確保



お年寄りや身体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく。

6 地域の助け合い



防火防災訓練への参加等地域ぐるみの防火対策を行う。

日頃の小さな心掛けと備えが、火災から命を守ります。
この機会に、ご家庭の防火対策を見直してみましょう。



アンケートに答えて当たる！防災に役立つグッズを抽選でプレゼント！

防災をもっと身近に感じていただくため、アンケートにお答えいただいた方の中から抽選で、防災グッズをプレゼントします。下記QRコードのWEBページへアクセスし、ぜひご参加ください。

応募締切

2026年11月30日(月) 17:00まで

当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。



A賞

一時避難用
防災17点オリジナル
セット

15名様



B賞

島根県内企業製
非常食セット

10名様



賞品内容の詳細はWebページをご覧ください。

島根原子力発電所周辺

2026年4月～6月

環境放射線等調査結果

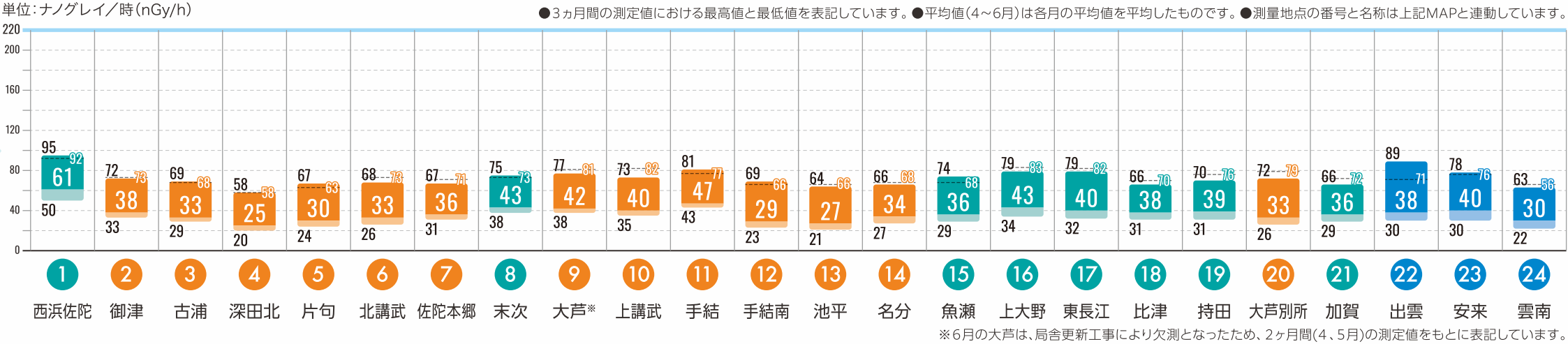
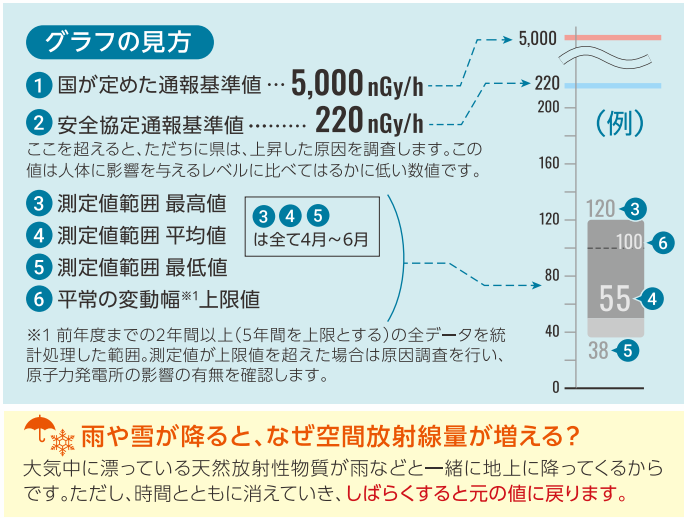
島根県では、地域住民の皆様の安全確保及び環境の保全を図るため、環境放射線等の調査を行っています。

今期の調査結果を検討・評価したところ、
異常は認められませんでした。

1 空間放射線量率

2026年4月～6月

「平常の変動幅」を超える線量率が測定されましたが、いずれも降水等による線量率の増加によるもので、
島根原子力発電所による環境への影響は認められませんでした。



2 環境試料中の放射能

2026年4月～6月

■ 測定結果: セシウム137

測定試料	単位	測定結果	平常の変動幅
浮遊塵	μBq/m ³	検出されず	検出されず
池水	mBq/ℓ	検出されず	検出されず
水道原水	mBq/ℓ	検出されず	検出されず
松葉	Bq/kg(生)	検出されず	検出されず～0.03
大根	Bq/kg(生)	検出されず	検出されず
キャベツ	Bq/kg(生)	検出されず	検出されず
茶	Bq/kg(生)	0.03	検出されず～0.04
原乳	Bq/ℓ	検出されず	検出されず

■ 測定結果: コリウム137

測定試料	単位	測定結果
松葉	Bq/kg(生)	検出されず
茶	Bq/kg(生)	検出されず
原乳	Bq/ℓ	検出されず
わかめ	Bq/kg(生)	検出されず
ほんだわら類	Bq/kg(生)	検出されず

農畜産物、海産生物、土壌、水、塵などに含まれる放射性物質の種類と量を測定しています。
平常の変動幅内または一般の環境で認められている程度の値であり、
島根原子力発電所による環境への影響は認められませんでした。

測定試料	単位	測定結果	平常の変動幅
陸土	Bq/kg(乾土)	検出されず～1.3	検出されず～1.7
海水	mBq/ℓ	1.1～1.6	1.0～2.4
かさご	Bq/kg(生)	0.06	0.05～0.10
さざえ	Bq/kg(生)	検出されず	検出されず～0.04
あらめ	Bq/kg(生)	検出されず～0.06	検出されず～0.11
わかめ	Bq/kg(生)	検出されず	検出されず～0.07
ほんだわら類	Bq/kg(生)	検出されず	検出されず～0.07
海底土	Bq/kg(乾土)	検出されず	検出されず

※「平常の変動幅」は前年度までの10年間の最小値から最大値までの範囲です。(一部試料を除く)

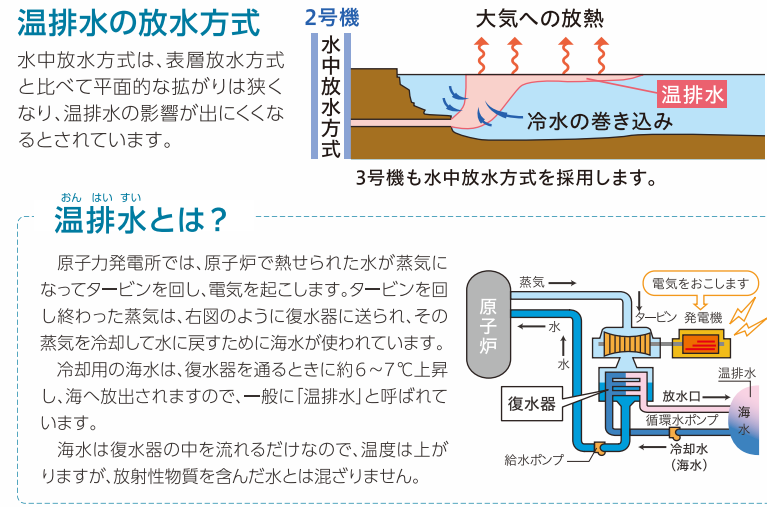
■ 測定結果: トリチウム

測定試料	単位	測定結果	平常の変動幅
大気水	Bq/ℓ	0.34～0.56	検出されず～0.81
	mBq/m ³	4.1～7.6	検出されず～10
海水	Bq/ℓ	検出されず	検出されず～0.28
陸水	Bq/ℓ	0.32～0.49	検出されず～0.54

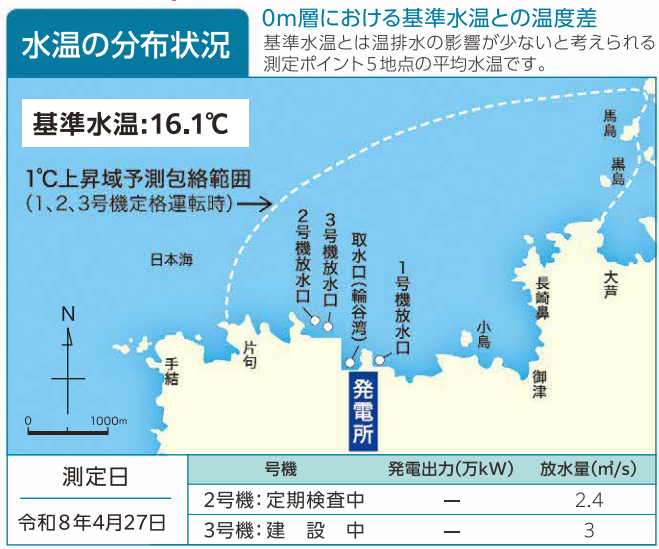
※「平常の変動幅」は前年度までの10年間の最小値から最大値までの範囲です。(一部試料を除く)

3 温排水調査結果

2026年4月～6月

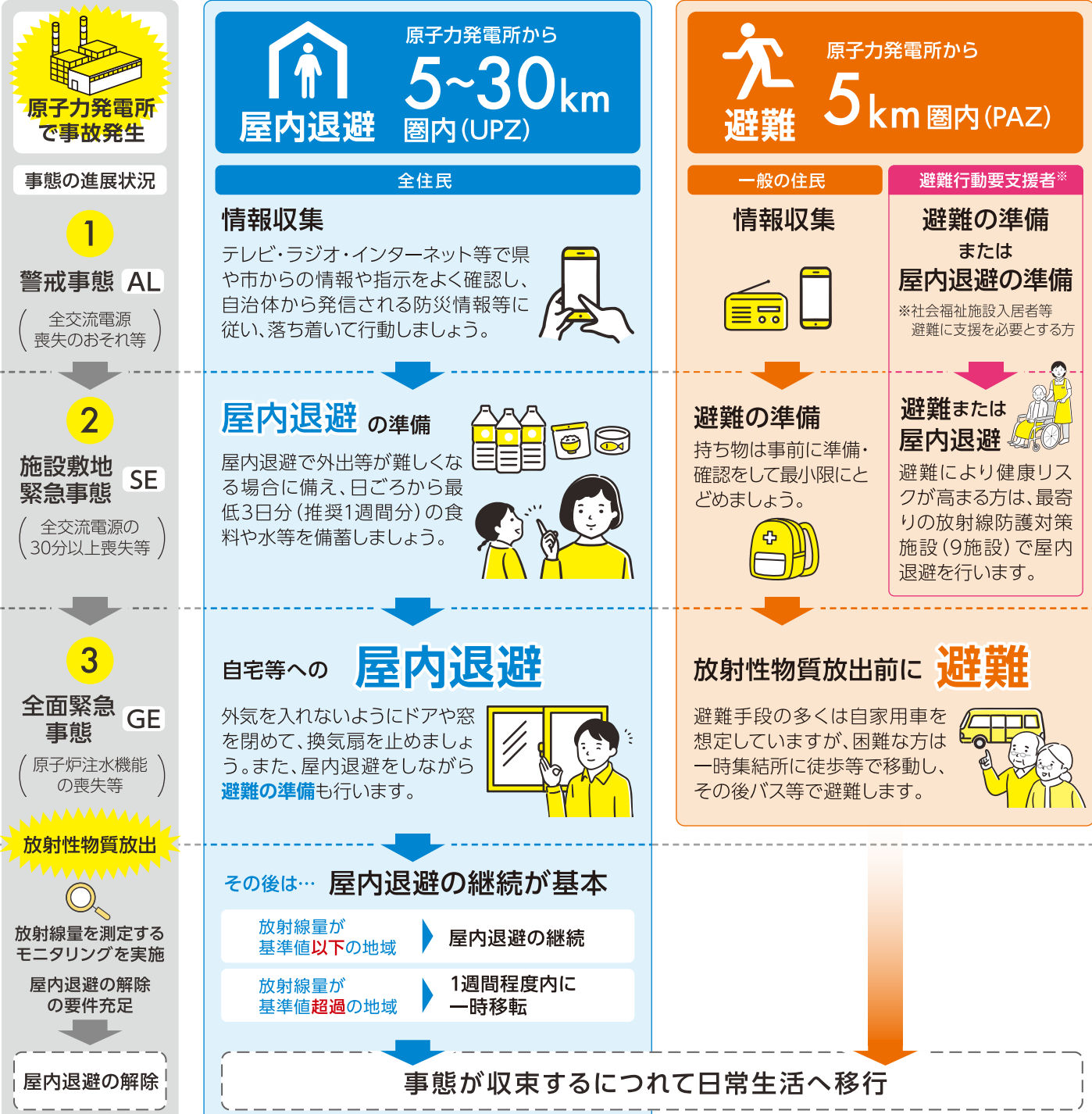
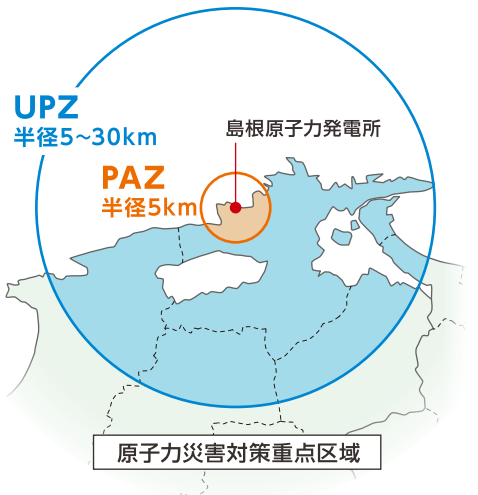


島根原子力発電所から放出される、温排水の環境への影響を調査しています。
今期の調査結果を検討・評価したところ、基準水温よりも高い地点は確認されず
異常は認められませんでした。



屋内退避について

屋内退避は、自宅等の建物内に退避し、主にプルーム(放射性物質を含む空気の一団)が通過する際の被ばくの低減を目的とした原子力災害時の防護措置の一つです。原子力発電所から比較的距離の離れた**5～30km圏のUPZ**では、放射性物質の放出のおそれが高まった全面緊急事態に至った時点で**屋内退避**を行います。なお、原子力発電所から**5km圏のPAZ**では、放射性物質の放出に備えてあらかじめ**避難**を行います。



屋内退避の実施はどうすればいいの？

外からの空気が入らないようにして屋内で過ごしましょう。

放射線は距離をとったり、遮蔽したりすることで、被ばくを低減することができます。屋内退避をした場合は、外気が入らないようにドアや窓を閉める、換気扇等を止める、ペットを家の中に入れるほか、テレビ・ラジオ・防災行政無線・インターネット等で情報収集等を行ってください。

●戸締まりをする

●換気扇を止める

●ペットを家の中に入れる

●情報収集する

※一般的なご家庭にあるエアコンは使用できます。(外気導入機能(換気機能)等は使用しないでください。)

※デマや流言に惑わされないようにしましょう。

屋内退避中は外出できないの？

屋内退避の指示が出ている間も住民の皆さんが自らの生活を維持するための外出や、屋内退避中の生活を支える民間事業者の活動等、生活の維持に最低限必要な**一時的な外出**は可能です。放射性物質の放出の可能性が高いと国が判断した場合は、外出を控える旨の注意喚起が行われます。その際には、速やかに屋内退避できるようにすることが重要です。



屋内退避中の住民の一時的な外出の例

住民

- 物資の調達 (Super Market)
- 家屋の維持 (Repair work)
- 緊急の医療の受診 (Hospital)
- 動物の世話 (Pet care)

屋内退避中の住民の生活を支える民間事業者の活動の例

民間事業者等

- 食料等の生活物資や燃料等の輸送 (Truck)
- 避難道路の確保 (Road work)
- ライフラインの復旧作業 (Power lines)
- 救急医療の提供等 (Hospital)

※屋外での緊急事態への応急対応に従事する者は、放射線に対する防護対策を行った上で活動します。

継続が期待される活動 (生活必需品を販売する小売業等)

屋内退避はどのような状況になれば解除されるの？

屋内退避は、原子力施設の状態が安定し、新たなプルームが到来する可能性がないこと、かつ、既に放出されたプルームが滞留していないことが確認できた場合には、解除されます。

