



フクシマの視点

[日経ビジネス オンライントップ](#) > [IT・技術](#) > [フクシマの視点](#)

立ち上がった2つの「被ばく手帳」

被爆者も協力、医師が監修、市民の手で完成させた

2011年10月26日 水曜日 藍原 寛子

福島県内で、2つの市民グループが独自に作成した、いわゆる「被ばく手帳」が、子育て中の家庭や住民ら希望者に配布されている。

いずれも「将来、万が一、健康被害や治療などが必要になった際には、被ばく推定値を算定したり、訴訟や補償のための資料にする」ことや、「日常生活のなかで、被ばく低減に取り組むための記録」「健康管理のための個人個人の記録」「放射能について知識を深める」ことなどを目的に作成。県外に避難した人や、関心のある人からの問い合わせも寄せられている。

市民グループには「ともに震災と原発事故を体験した人たちで集まって内容を記入したり、勉強会の開催などで活用してほしい。避難でバラバラになってしまった住民の交流を取り戻すきっかけにもなれば」との願いもある。



完成した手帳を手に「分断された地域コミュニティを復活させるきっかけになれば」と話す「負けねど飯館(福島弁で「負けないぞ飯館)」の佐藤健太さん

1つ目は、飯館村の若者グループ「愛する飯館村を還せプロジェクト 負けねど飯館」が作った「健康生活手帳 行動記録」である。中心になって活動している同グループの常任理事・佐藤健太さんは「村民一人ひとりが詳しい行動記録を手元に残しておけるよう、手帳の作成を進めました」と作成の目的を語る。

寄付金300万円を元に作られ、現在は19歳以上の村民を訪ねて手配りしている。飯館村も、負けねど飯館が作った手帳の内容を参考にして、18歳以下の子どもを対象にした村の健康手帳「までいなかからだ(飯館村で使われてきた言葉、「大事に」「思いやりを持って」の意味)」を作成し、配布した。村の若者グループの活動が、行政を動かした格好だ。

遠方からの問い合わせもあり、放射線への知識を深め、健康への意識を高めてもらうことなどにも使ってもらおうと、負けねど飯館では、[ホームページ](#)から無料で閲覧・ダウンロードができるようにした。チャリティで協力してくれる人や、冊子で欲しい人などには、1冊1000円で販売している(申し込みはホームページから)。

「住民目線」の手帳目指す

手帳作成の準備は4月から始まった。広島県や長崎県の被爆者から「被爆者手帳」を見せてもらったり、話を聞くなどの取材を重ねた。振津(ふりつ)かつみ医師(兵庫医科大学非常勤講師)や、木村真三独協医大准教授らの監修で内容を練った。



村の若者グループが作成した「健康生活手帳」(左)と、村の子ども健康手帳「までいなかからだ」(右)

福島市内にある市民グループ「市民放射能測定所」と情報交換したり、6月以降に始まる県の「県民健康管理調査」の先行調査で使われる問診票の情報も得ながら、県の問診票より飯館村民が書き込みやすく、行動記録に必要な要素を網羅できる内容に仕上げた。

県の県民健康管理調査の問診票で、詳細記入欄は3月11日から25日までの2週間であるのに対して、この手帳では4月末まで詳細記入できるほか、行動記録欄を来年2012年3月31日まで設けた。記録のページのほか、領収書やメモが入れられるビニールのポケットもつけるなど工夫し、「住民目線で実際に使いやすい手帳」を目指した。

手帳に記録する意義は、以下のようなものだ。

- ・長期にわたる健康管理や「定期健診」に役立つ
- ・放射能被ばくに起因する「病気や健康被害」の治療費請求や、手当支給時に役立つ
- ・国や東電の損害賠償交渉を行う上で、肉体的・精神的な損害を説明するのに役立つ

現時点では、今回の原発事故に対して、国が責任を持って検診や健康管理、医療費支給、健康被害への補償を行うための「制度としての被ばく手帳」がない。そのため、今、自分たちでできる作業を先行し、被ばく手帳が制度化された後、治療費請求や手当支給をスムーズに行えることもメリットとして挙げている。

この手帳の特徴は、「行動の記録」として書き込むべき要点を具体的に挙げ、利用者が書き入れやすいようにしている点だ。

詳細な「できごとカレンダー」で記入しやすく

書き込むべき内容の要点は以下の通りである。

- [1] 屋内・外の滞在時間と場所(屋内なら建物の構造。木造か、鉄筋かなど)
- [2] 屋外での作業内容
- [3] 雨や雪に濡れたか(帽子やマスクなど着用の有無)
- [4] 高線量の場所で過ごしたかどうか
- [5] 移動手段
- [6] 野菜や山菜の食事の有無
- [7] 飲み水の種類(水道水、井戸水、沢水、ペットボトルの水など)
- [8] 誰と一緒にいたか

また、村民が自分の行動を思い出しやすいように、村の主な出来事をまとめた「できごとカレンダー」も入れた。

「できごとカレンダー」は、「3月11日 東日本大震災／村内の電気、電話、水道が止まる」に始まって、村で起きた大きな出来事が、行動記録欄の下に次のように記されている(抜粋)。

- ・3月12日 1号機水素爆発／までいな家いちばん館に避難所開設
- ・3月15日 2、4号機水素爆発／村内電話回線が復旧／原発30キロ圏内に屋内退避
- ・3月19日 集団自主避難開始／草野小・臼石小、やすらぎの避難所閉鎖
- ・3月30日 子どもの甲状腺被ばく検診／幼小中学校保護者説明会
- ・4月5日 村内土壌から最大15万8千ベクレル・kgのヨウ素を検出
- ・4月22日 全村が計画的避難区域に指定

佐藤さんは話す。

「計画的避難区域の指定で村民の避難が始まる前の3月、4月、村内には高線量で放置された地域がありました。同じ日の空間線量をみると、20マイクロシーベルトだった所もあれば、100ミリシーベルトを超えた場所もあるなど、村内でも大きく違う所があります。実際、高い線量の地域で生活していた人もいて、同じ

村内でも一人ひとりの被ばく量が異なることが考えられます。とにかく自分たちで記録していくことが大事で、いずれ、村内の1軒1軒の線量や汚染の状況が分かるようになれば、推定被ばく値も算出できるのではないのでしょうか」

「震災から7カ月が経ってしまい、今、手帳を記入しようとしても『思い出せない』という人が多いと思います。飯舘では、友人や知人、隣近所や家族までもバラバラになってしまった家庭があります。この手帳を手渡しで配布する活動が、『あの時どうしてたっけ』『会っていたよね』『電話していたよね』と集まったり話したりするきっかけになり、地域コミュニティ活動や交流を取り戻すきっかけになればいいですね」

手帳作成をきっかけに、飯舘村の住民と、ヒロシマ、ナガサキの被爆者、被爆団体との交流も生まれている。佐藤さんが県内外で話をする機会も増えており、大きなネットワークも広がっている。

市民放射能測定所の「生活手帳」

そして、もう1つの被ばく手帳が「[低線量ひばくから子どもの未来を守る 生活手帳](#)」(合同出版)である。

「完成前のタイトルは『被ばく手帳』でしたが、福島のお母さんに見せたら、涙ぐんでしまって…。それでタイトルは生活手帳にしました」

こう話すのは、福島市内でホールボディカウンターによる内部被ばく検査や、食品検査をしている市民グループ「[市民放射能測定所](#)」の丸森あや理事長である。「生活手帳」はこの測定所が作成した。主に子どもがいる家庭などに無料で配布しており、活動に賛同してくれる人には300円で販売している。



完成した「生活手帳」

主に子どもを持つ家庭向けの内容になっている。作成の目的は「負けねど飯舘」の健康生活手帳と同じで、住民自らが記録をつける欄を充実させて放射能や低線量被ばく、健康への理解と関心を高めることを目指している。また同時に、今後の補償や治療への対応が万が一必要になった時にはスムーズに対応できるような資料になることも目的としている。

元放射線医学総合研究所主任研究官の崎山比早子医師が監修し、原子力資料情報室前代表の高木仁三郎さん(故人)が設立した市民科学者による「高木学校」、「原子力教育を考える会」などの資料を参考に、放射能への理解を深めるページを設けた。

この手帳の特徴は以下のようなものだ。

- [1] 詳細にわたる健康記録欄。原発事故以前にかかった病気の有無や内容、現在の病気の有無、震災後の体調や精神的な変化、睡眠・便通・運動・食事などの生活習慣、レントゲンやCTスキャンの検査や化学療法の有無、飛行機での移動、原発労働体験の有無などを記入
- [2] 今年3月11日から31日まで、出来事カレンダーもついていて行動記録が書き入れられる
- [3] 4月1日から来年3月11日までは簡易な行動記録欄。内容は、どこでどんな行動(活動)をしたか、体調、食事メモ、放射線量など
- [4] 「放射線Q&A」という、放射線に関する情報をまとめたページ
- [5] 髪の毛や乳歯を張りつける欄

丸森理事長は「医療者や有識者の方々から注目していただいております、『今後、行政などから被ばく者手帳が発行されるかどうかは分からない。一人ひとりが自分の手で被ばくの記録を残すことは重要』と仰っていただきました。こうした記録をつけることにより、被ばく線量を減らすなど、子どもの防護に取り組んでもらったり、健康に留意してもらうために使ってもらえれば」と話している。

子どもたちへ届ける「希望の手紙」

同手帳の扉には、こう書かれている。

100ミリシーベルト以下の低線量放射線の影響について、からだへの影響が『わからない』から、ひとりひとりが考えていかななくてはならない。(中略)『わからない』から、一緒に考えていく必要があります。

(中略)同じ手帳に記録をつけていくことで、保護者がつながり、子どもたちがつながってゆきます。そのゆるやかなネットワークが放射能汚染の時代から未来を守ってくれることを願っています。

生活手帳は子どもたちの未来を守るために、子どもたちへ届ける希望の手紙です。

子どもが独立したり、結婚するときに、へその緒や母子手帳を子どもに渡す親は多い。将来、福島県の家庭では、へその緒、母子手帳、そしてこれらの被ばく手帳が、大人になった子どもたちに手渡されるような場面もあるかもしれない。

「あの時は大変だったけど、こんなことがあったんだよ」。

「原発事故をきっかけに、健康に気をつけるようになったんだよ」。

そんな思い出の記録の1つにとどまってくれればいい。将来、子どもたちに放射能の影響による健康被害が起きることがなければ、それに越したことはないのだから。

それが、手帳を作成した市民グループの願いだ。

[このコラムについて](#)

フクシマの視点

東日本大震災は、多数の人命を奪い、社会資本、自然環境を破壊したが、同時に市民社会、環境、教育、経済、政治や行政など、各分野に巨大なパラダイム・シフトを起こしている。我が国はどのような社会を志向していこうとしているのか。また志向していくべきなのか。「原発震災」で、社会の姿が大きく変わりつつある福島、震災のフロントラインで生きる人々の姿から、私たちの社会のありようをグローバル(グローバル+ローカル)な視点で考える。

[⇒ 記事一覧](#)

著者プロフィール

藍原 寛子(あいはら・ひろこ)



フリーランスの医療ジャーナリスト。福島県福島市生まれ。福島民友新聞社で取材記者兼デスクをした後、国会議員公設秘書を経て、現在、取材活動をしている。米国マイアミ大学メディカルスクール客員研究員として米国の移植医療を学んだ後、フィリピン大学哲学科客員研究員、アテネオ・デ・マニラ大学フィリピン文化研究所客員研究員として、フィリピンの臓器売買のブローカーageシステムを調査した。現在は福島を拠点に、東日本大震災を取材、報道している。フルブライター、東京大学医療政策人材養成講座4期生、日本医学ジャーナリスト協会会員。

日経BP社

日経ビジネス オンライン [会員登録・メール配信](#) — [このサイトについて](#) — [お問い合わせ](#)
日経BP社 [会社案内](#) — [個人情報保護方針/ネットにおける情報収集/個人情報の共同利用](#)
— [著作権について](#) — [広告ガイド](#)

© 2006-2011 Nikkei Business Publications, Inc. All Rights Reserved.