

安定ヨウ素剤の 事前配布について

福井県健康福祉部 地域医療課

1

福井県 安定ヨウ素剤事前配布説明動画

(スライド1 タイトル)

これから、安定ヨウ素剤の事前配布についてご説明します。



もしもの原子力災害に備えて、 安定ヨウ素剤を事前配布します

原子力災害のおそれが高まってきた場合には、避難や屋内退避など、被ばくを防ぐための適切な行動をとることが重要です。

避難にあたっては、甲状腺の被ばくを予防するため、安定ヨウ素剤を服用していただく場合があります。

安定ヨウ素剤を事前配布するにあたり、服用の効果や服用時の注意点、保管方法等についてご説明させていただきます。

2

(スライド2)

原子力災害のおそれが高まってきた場合には、避難や屋内退避など、被ばくを防ぐための適切な行動をとることが重要です。

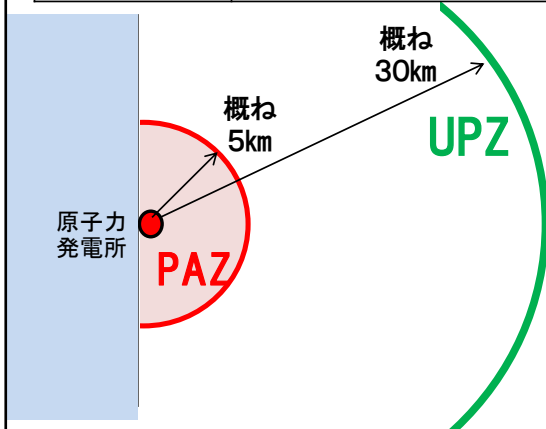
避難の際には、甲状腺の被ばくを予防するため、安定ヨウ素剤を服用する場合があります。

皆様に安定ヨウ素剤を事前配布するにあたり、知っておいていただきたい点についてご説明させていただきます。

原子力災害のおそれが高まってきた場合の避難について

避難のタイミングは、お住いの地域により異なります。

区 分	原子力発電所からの距離	内 容
PAZ	概ね5km圏内 にお住いの方	放射性物質が放出される前から、予防的に避難を開始する区域
UPZ	概ね5～30km圏内 にお住いの方	放射性物質が放出された場合、まずは屋内退避を行い、緊急時モニタリング結果等に基づき避難する区域



PAZ地域にお住いの方は、放射性物質が放出される前に、予防的に避難の指示が出されます。

一方、UPZ地域にお住いの方は、各地域の放射線量を考慮のうえ、国が避難が必要な地域を特定し、県・市町が避難指示を発出します。

避難の指示があるまでは、建物内への屋内退避を行ってください。

3

(スライド 3)

原子力災害のおそれが高まってきた場合、住民の皆様の安全のため、避難をしていただくことがあります。

避難のタイミングは、原子力発電所の状況を確認して国が判断します。

原子力発電所から概ね5 km圏内のPAZにお住いの方は、原子力発電所から放射性物質が放出される前に、予防的に避難していただきます。

一方、原子力発電所から概ね5 kmから30 km圏内のUPZにお住いの方は、原子力発電所から放射性物質が放出された場合、まずはご自宅など建物内に留まる屋内退避をしていただきます。その後、放射線量が高くなった地域を特定して避難の指示が出されますので、対象となった場合に避難していただくこととなります。

このように、お住いの地域によって避難いただくタイミングが異なることをご理解ください。

安定ヨウ素剤事前配布の対象者

安定ヨウ素剤の配布対応は、お住いの地域により異なります。

PAZ

概ね5km圏内

- ・ 事前に安定ヨウ素剤を配布し、ご家庭で保管
- ・ 緊急時に服用または持参して避難

<事前配布対象者>

PAZ圏内にお住いの方

UPZ

概ね5～30km圏内

- ・ 災害時に避難経路上で行う緊急配布での受け取りを基本
- ・ 緊急時に速やかに受け取ることが困難な方で希望される方には事前に配布

<事前配布対象者>

- ① 12歳以下の方
- ② 妊婦の方
- ③ 障がいや病気により災害時の迅速な受取ができないおそれがある方
- ④ ①～③の同居家族の方

4

(スライド4)

安定ヨウ素剤の事前配布の対象者についてご説明します。

原子力発電所から概ね5km圏内のPAZにお住いの方は、事前に安定ヨウ素剤の配布を受けることが基本となるため、全員が事前配布の対象となります。福井県では、PAZにお住いの方に平成26年から事前配布を行っています。

一方、原子力発電所から概ね5kmから30km圏内のUPZにお住いの方は、避難が必要になった際に、避難経路上で安定ヨウ素剤の配布を受ける緊急配布が基本となりますが、緊急時に速やかに受け取ることが困難な方で希望される方には事前配布を行うこととしています。UPZの事前配布については、福井県では令和4年から新たに嶺南地域を対象に実施しております。事前配布の対象は、ご覧の方になります。

原子力災害発生時、被ばくを防ぐには

被ばくには、体外の放射性物質から放射線を受ける「外部被ばく」と、体の中に取り込まれた放射性物質から放射線を受ける「内部被ばく」があり、その両方を防ぐことが基本

	外部被ばく	内部被ばく
防護方法	さえぎる(遮へい) 遠ざかる(距離) はやく離れる(時間)	飲食物の摂取制限 手洗い、うがい、マスク着用 安定ヨウ素剤の服用 (放射性ヨウ素の内部被ばくのみ)

この外部被ばくと内部被ばくの防護方法を組み合わせて、避難など住民のみなさまに取っていただきたい行動について、国、県または市町が指示を出します。

まずは落ち着いて、防災無線などで指示を確認してください。

(スライド5)

被ばくを防ぐための対策について説明します。

被ばくには、体の外にある放射性物質から放射線を受ける「外部被ばく」と、体の中に取り込まれた放射性物質から放射線を受ける「内部被ばく」があり、これら両方を防ぐことが基本になります。

外部被ばくを防ぐためには、コンクリートの遮へい物などで「さえぎる」、放射性物質から「遠ざかる」、「早く離れる」ことが基本となります。

内部被ばくを防ぐためには、汚染された食品の飲食を制限する、うがいや手洗い、マスクを着用する、そして安定ヨウ素剤を服用することが基本となります。

安定ヨウ素剤とは

- ・安定ヨウ素剤は、ヨウ化カリウムという成分名の医療用医薬品です。
- ・丸剤とゼリー剤があり、年齢に応じて定められた服用量をお渡しします。

<3歳以上>



[ヨウ化カリウム丸]

<3歳未満>

開封前



開封後



[ヨウ化カリウムゼリー剤]

(スライド6)

安定ヨウ素剤は、ヨウ化カリウムという成分名の医療用の医薬品です。

丸い形の丸剤と乳幼児用のゼリー剤があり、年齢に応じて定められた服用量をお渡しします。

なぜ安定ヨウ素剤を服用するのか

- ・原子力災害時には、放射性ヨウ素が大気中に放出される可能性があります。
- ・呼吸や飲食等により放射性ヨウ素を体内にとりこむと、甲状腺に集まり、内部被ばくにより、数年から数十年後に甲状腺がんを発症するリスクが上昇するといわれています。
- ・安定ヨウ素剤は、安定ヨウ素で甲状腺を満たしておくことで、放射性ヨウ素が甲状腺に取り込まれるのを抑え、甲状腺の内部被ばくを予防・低減する効果を発揮するため、緊急時に適切なタイミングで服用することが重要です。



7

(スライド7)

原子力災害時には、放射性ヨウ素という放射性物質が大気中に放出される可能性があります。

この放射性ヨウ素を体内に取り込むと、甲状腺に集まり、内部被ばくにより数年から数十年後に甲状腺がんを発症するリスクが上昇するといわれています。

安定ヨウ素剤は、甲状腺の内部被ばくを予防・低減する効果があるため、緊急時に適切なタイミングで服用することが重要となります。

甲状腺のはたらき



甲状腺は、海藻類に多く含まれているヨウ素(ヨード)を主な材料として甲状腺ホルモンを生成、分泌しています。
甲状腺ホルモンは新陳代謝を促す作用があり、子どもの成長に重要な役割をもっています。

8

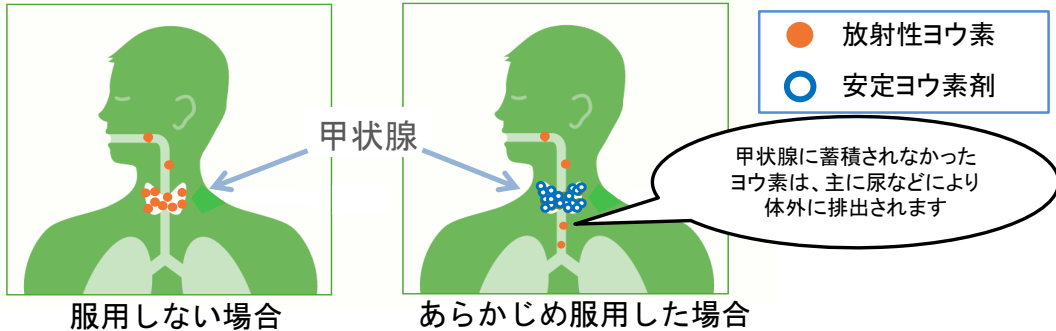
(スライド8)

甲状腺とは、のど仏の下にある蝶々のような形をした臓器で、海藻類に多く含まれるヨウ素を主な材料として甲状腺ホルモンを分泌しています。

甲状腺ホルモンは新陳代謝を促す作用があり、子どもの成長に重要な役割をもっています。

安定ヨウ素剤の効果

放射性ヨウ素を吸入する24時間前～吸入後2時間以内に安定ヨウ素剤を服用することで、甲状腺に入ってきた放射性ヨウ素の蓄積量を減らすことが可能



服用のタイミング	効果
放射性ヨウ素を吸入する ・24時間前から吸入後2時間まで	放射性ヨウ素の甲状腺への集積の 90%以上の抑制効果
・吸入後8時間後	40%の抑制効果
・吸入後16時間後	抑制効果ほとんどなし

9

(スライド9)

安定ヨウ素剤の効果についてご説明します。

放射性ヨウ素を吸入する24時間前から吸入後2時間以内に安定ヨウ素剤を服用することで、甲状腺に蓄積される放射性ヨウ素を減らすことができます。

甲状腺で取り込めるヨウ素の量には限りがありますので、イラストのとおり、安定ヨウ素剤を服用して、甲状腺を先に安定ヨウ素で満たすことにより、放射性ヨウ素が甲状腺に蓄積されずに体外に放出され、内部被ばくを抑えることにつながります。

安定ヨウ素剤服用のタイミングと服用量

- ・服用の指示は、適切なタイミングを考慮して、国、県、市町が行いますので、必ず指示があってから服用してください。
- ・服用量は必ず守ってください（多く飲んでも効果は上がりず、副作用のリスクが高まります。）
- ・安定ヨウ素剤の服用は基本的に1回です。
※ 安定ヨウ素剤は、服用後24時間程度効果が持続するとされています。

対象者	服用量
生後1か月未満	ゼリー剤小(16.5mg) 1包
1か月以上～3歳未満	ゼリー剤大(32.5mg) 1包
3歳以上～13歳未満	丸剤1錠(50mg)
13歳以上	丸剤2錠(100mg)

※ 病気や障がいなどにより丸剤の服用が困難な方には、ゼリー剤を配布することも可能

10

(スライド10)

安定ヨウ素剤の服用は、適切なタイミングを考慮して、国、県または市町が指示しますので、必ず指示があってから服用してください。

服用量は、ご覧のとおりで、年齢に応じた服用量をお渡しします。

多く飲んでも効果は上がりず、副作用のリスクが高まりますので、服用量は必ず守ってください。

また、服用は基本的に避難の際の1回のみとなります。

年齢による服用効果

- ・ 年齢が低いほど放射性ヨウ素による健康影響として甲状腺がんの発症リスクが高まります。



【服用を優先すべき対象者】

・妊婦 ・授乳婦 ・未成年者(乳幼児を含む)

- ・ これらの方は、特に安定ヨウ素剤を服用することによる副作用のリスクよりも、服用しないことによるリスクの方が大きいと考えられます。



服用指示が出た場合に、ちゅうちょなく服用いただくことが大事

- ・ 一方、40歳以上の者への安定ヨウ素剤の服用効果はほとんど期待できないとされています。



福井県では、配布要件を満たす方であれば、40歳以上でも希望される方には事前配布を行います。

※40歳以上であっても、妊婦、授乳婦の方は服用を優先すべき対象者です。¹¹

(スライド11)

安定ヨウ素剤の年齢による服用効果についてご説明します。

放射性ヨウ素による甲状腺がんの発症リスクは、年齢が低いほど高まるため、妊婦、授乳婦、未成年者の方は「服用を優先すべき対象者」とされています。これらの方は、特に服用すべきタイミングでちゅうちょなく服用していただくことが重要です。

一方、40歳以上の方は、安定ヨウ素剤の服用効果はほとんど期待できないとされていますが、福井県では、配布対象の方であれば、40歳以上でも希望される方には事前配布を行います。

注意

- ・安定ヨウ素剤は、あくまで放射性ヨウ素による甲状腺への内部被ばくに限定した効果のある薬品であり、外部被ばくや、その他の放射性物質(放射性セシウム、放射性希ガス等)に対しては全く効果がありません。
- ・そのため、服用後も必ず避難・一時移転などの防護措置を継続していただく必要があります。

12

(スライド12)

安定ヨウ素剤の服用にかかる留意点について説明します。

これまでの説明のとおり、安定ヨウ素剤は放射性ヨウ素による内部被ばくを抑える効果が大きい薬です。しかし、安定ヨウ素剤の効果はあくまで放射性ヨウ素による内部被ばくに限定したものであり、外部被ばくやその他の放射性物質に対しては全く効果がありません。

そのため、安定ヨウ素剤を服用したから安全ということではなく、服用後も必ず避難などの防護措置を継続していただく必要があることに留意してください。

安定ヨウ素剤の副作用

- ・安定ヨウ素剤は、服用した場合に副作用が起こることがあるため、服用に注意が必要となります。
- ・ただし、安定ヨウ素剤の服用は原則として1回のみで、適量を1回服用した場合に重大な副作用が起こることは極めてまれです。

[副作用として報告されている症例]

- ・ 過敏症

- … 発疹 など

- ・ 消化器系の症状（続けて服用するとあらわれることがあります）
 - … 悪心・嘔吐、胃痛、下痢、口腔・咽喉の灼熱感、金属味覚、歯痛、歯肉痛、血便（消化管出血） など
- ・ その他の症状（続けて服用するとあらわれることがあります）
 - … 甲状腺機能低下症、頭痛、息切れ、かぜ症状、不規則性心拍、皮疹、原因不明の発熱、首・咽喉の腫脹 など

13

(スライド13)

安定ヨウ素剤は、服用した場合に副作用が起こることがあるため、服用に注意が必要となります。

ただし、服用は原則として1回のみであり、適量を1回服用した場合に重大な副作用が起こることは極めてまれとされています。

副作用のうち、特に注意が必要なのは、過敏症の方が血圧低下や意識障害を伴う重篤なアレルギー症状であるアナフィラキシーショックで、緊急の処置が必要となる場合があることです。

これ以外の消化器系の症状や甲状腺機能低下症などは、長期にわたって服用した場合に症状が出る可能性のあるもので、1回の服用では特に意識する必要はありません。

安定ヨウ素剤を服用できるかどうかは、お一人おひとりの既往歴等を確認のうえ判断させていただきます。

安定ヨウ素剤の副作用

安定ヨウ素剤を服用できない方

安定ヨウ素剤の成分、または、ヨウ素
に対し、**過敏症**の既往歴のある方



うがい薬・消毒液使用時やCT検査等による造影剤使用時、海藻類の摂取時などにアレルギー反応を経験したことがある方は注意が必要のため、配布を受ける際の間診票確認時に、係の者にご相談ください。

<安定ヨウ素剤の間診票兼受領書>

A 服用不適項目 安定ヨウ素剤を服用できません。

1 今までに安定ヨウ素剤の成分、または、ヨウ素に対し過敏症があると言われたことがありますか？ (今までに、以下のお薬や食べ物により、じんま疹や呼吸困難、血圧低下などのアレルギー反応を経験したことがありますか？) (ヨウ化カリウム、うがい薬(ポビドンヨード液、ルゴール液)、消毒液(ヨードチンキ)、ヨード造影剤、昆布、昆布だし、ところてん、海苔)	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ
--	---

(スライド14)

これまでに安定ヨウ素剤の成分、またはヨウ素に対し、医師から過敏症と診断された方は、安定ヨウ素剤の服用は禁止されていますので、お配りできません。

うがい薬や消毒液、CT検査等による造影剤の使用時、海藻類の摂取時などにアレルギー反応を経験したことがある方は注意が必要です。間診票の確認時に係の者にご相談ください。

慎重服用項目該当の方

安定ヨウ素剤を服用いただくことが可能ですが、症状に影響することがありますので、服用後に様態を慎重に観察いただく必要があります。

- 1 甲状腺機能亢進症、甲状腺機能低下症の方
- 2 腎機能障害の方
- 3 先天性筋強直症の方
- 4 高カリウム血症の方
- 5 肺結核の既往歴の方
- 6 低補体血症性蕁麻疹様血管炎の方
- 7 ジューリング疱疹状皮膚炎の方

(スライド15)

画面に表示されている病気にかかっている方は、安定ヨウ素剤の服用は可能ですが、症状に影響することがありますので、服用後に様態を慎重に観察していただく必要があります。

避難した後、これらの病気の診察を受ける際に、安定ヨウ素剤を服用したことを医師に伝えてください。

安定ヨウ素剤の副作用

慎重服用項目該当の方

以下の薬を服用されている方は安定ヨウ素剤との併用に注意が必要です(原則として単回投与は問題なし)

- 1 カリウム含有製剤 カリウム補給
- 2 リチウム製剤 双極性障害(躁うつ病)治療
- 3 抗甲状腺薬 甲状腺機能亢進症治療
- 4 高カリウム血症になりうる高血圧治療薬
 - ・アンジオテンシンⅡ受容体拮抗剤
 - ・カリウム貯留性利尿剤
 - ・配合降圧剤
 - ・ACE阻害剤

普段から服用している薬がある場合は、おくすり手帳をご持参ください。慎重服用項目に該当する薬かどうか係の者が確認します。¹⁶

(スライド16)

画面に表示されているお薬を服用されている方は、安定ヨウ素剤の服用は可能ですが、併用に注意が必要です。

普段から服用している薬がある場合は、おくすり手帳をご持参ください。慎重服用項目に該当する薬かどうか係の者が確認します。

安定ヨウ素剤の副作用

高カリウム血症について

カリウムは体に必要不可欠な栄養素ですが、過剰摂取すると問題になることがあります、腎機能が低下している人は注意が必要です。

安定ヨウ素剤にはカリウムが含まれますが、一般的な食品と比較しても含有量は微量であり、1回のみでの服用ではほとんど心配する必要はありません。

ヨウ化カリウム丸 2丸中 カリウム **24mg**

主な食品とのカリウム含有量(安定ヨウ素剤2錠との比較)



バナナ 1/15本



食パン 1/2枚
(6枚切り)



焼き芋 1/40本



焼きイワシ 1/15尾

17

(スライド17)

安定ヨウ素剤には、カリウムが含まれているため、腎機能が低下している方など、カリウムの摂取を制限する必要がある方は注意が必要です。

しかし、安定ヨウ素剤に含まれるカリウムの量はご覧のとおり一般的な食品と比較しても微量であり、1回のみでの服用では過剰に心配する必要はありません。

安定ヨウ素剤の服用後の注意

- ・ 安定ヨウ素剤の服用後 30分を目安に、体調の異変に注意しながら避難してください。
- ・ もし、呼吸困難、血圧低下、発疹などの異変を感じた場合は、すぐに医療機関（重篤な場合は119番）にご相談ください。

（スライド18）

安定ヨウ素剤の服用後は、30分程度を目安に、体調の異変に注意しながら避難してください。

もし、体の異変を感じた場合は、すぐに医療機関に相談してください。また重篤な場合は、119番で救急要請をしてください。

安定ヨウ素剤の保管方法

- ・ 安定ヨウ素剤は、直射日光のあたらない湿気の少ない所（1～30℃）に保管してください。高温になる場所（自動車の車内など）は避けてください。
- ・ ご家族分の薬を収納できる円筒型のケースをお渡しします。服用が必要になった際に速やかに持ち出せるよう、防災袋や冷蔵庫などのわかりやすい場所で保管してください。



ご家族分の薬剤が収納可能

19

（スライド19）

安定ヨウ素剤は、直射日光の当たらない湿気の少ないところで保管してください。高温になる場所での保管は避けてください。例えば、自家用車で避難するからといって、車の中で保管しないでください。

安定ヨウ素剤の配布の際、ご家族分の薬を収納できる円筒型のケースを一家族にひとつお渡しします。防災袋や冷蔵庫などの分かりやすい場所で保管してください。

安定ヨウ素剤の使用期限と更新

安定ヨウ素剤の使用期限

＜丸剤＞ 製造から5年 ＜ゼリー剤＞ 製造から3年

薬剤期限の確認方法

＜丸剤＞

薬剤ケースに使用期限を明示したシールを貼付



＜ゼリー剤＞

製品外袋の表面上部に使用期限あり(製品表示)



20

(スライド20)

安定ヨウ素剤の使用期限は丸剤が5年間、ゼリー剤が3年間です。

福井県では、皆様にお配りする薬の期限を統一しているため、配布の時期によっては、期限が短い薬をお配りすることもありますのでご了承ください。

安定ヨウ素剤の使用期限と更新

- ・ 交換時期が近づいた時点で更新の案内をしますので、指定の方法により新しい薬剤と交換してください。
- ・ 安定ヨウ素剤は絶対に他人に渡さないでください。
- ・ 期限切れとなった薬剤は、更新時にお持ちいただくか、市町または協力薬局の返却ボックスに返却してください。
- ・ 転出等により期限内の薬剤が不要になった場合は、諸手続きの際に市町に返却してください。

21

(スライド 2 1)

お薬の使用期限が近づいた時点で、お住いの市町から更新の案内を送付しますので、案内に記載の方法により新しい薬剤と交換してください。

安定ヨウ素剤は他人に渡さないでください。

期限切れとなった薬剤は、更新時にお持ちいただくか、市町または協力薬局の返却ボックスに返却してください。

転出等により、使用期限内の薬が不要になった場合は、諸手続きの際に市町に返却してください。

胎児・乳幼児への対応

- ・ 妊娠中、授乳中の方も安定ヨウ素剤の服用対象です。
（母体から安定ヨウ素剤の効用が届くため、胎児・乳児の被ばくを防ぐことにつながります。）
- ・ 授乳中の方は、母体が放射性ヨウ素による内部被ばくの可能性が低いことを前提として、服用後も母乳栄養は継続し、乳児自身も定められた量の安定ヨウ素剤を服用してください。



22

（スライド 2 2）

胎児、乳幼児への対応についてご説明します。

妊娠中、授乳中の方も安定ヨウ素剤服用の優先対象者です。

授乳中の方は、母体が放射性ヨウ素による内部被ばくの可能性が低いことを前提として、服用後の母乳栄養を継続し、乳児自身も定められた量の安定ヨウ素剤を服用してください。

胎児・乳幼児への対応

- ・ 乳幼児の方などゼリー剤服用が難しい場合は、お湯やミルクに溶かして飲ませることや哺乳瓶で飲ませることも可能です。
(ゼリー剤は子どもが飲みやすいよう、イチゴ風味となっています。)
- ・ 服用方法の詳細は、内閣府作成の解説動画をご確認ください。

<内閣府 ホームページ>

乳幼児向けゼリー状安定ヨウ素剤の使い方の解説動画

http://wwwc.cao.go.jp/lib_016/jelly.html

安定ヨウ素剤 ゼリー剤 内閣府

検索



23

(スライド 2 3)

お子さんがゼリー剤の服用が難しい場合は、お湯やミルクに溶かすことや、哺乳瓶で飲ませることも可能です。

安定ヨウ素剤についてのお問い合わせ

安定ヨウ素剤に関する相談・問い合わせは、お住いの市町または県の担当窓口にご連絡ください。

福井県	健康福祉部地域医療課	☎ 0776-20-0346
敦賀市	危機管理対策課	☎ 0770-22-8166
小浜市	健康管理センター	☎ 0770-52-2222
美浜町	健康福祉課	☎ 0770-32-6704
高浜町	防災安全課	☎ 0770-72-7701
おおい町	防災安全課	☎ 0770-77-4054
若狭町	環境安全課	☎ 0770-45-9126

電話受付時間 平日 8時30分から17時15分まで

※ 医療に関する専門的知見を要するご相談、お問い合わせについては、回答までにお時間いただくことがありますのでご了承ください。

24

(スライド24)

安定ヨウ素剤についての相談・お問い合わせは、お住まいの市町または県の担当窓口にご連絡ください。

安定ヨウ素剤の配布会場においては、この説明のスライドを印刷した資料をお渡しします。資料は大切に保管していただくとともに、ときおり内容を再確認してくださるようお願いいたします。

また、ご家族を代表して説明を受けられた方は、説明内容をご家族の方にお伝えください。

これで、安定ヨウ素剤の事前配布に関する説明を終了いたします。