

いでも飲酒運転になりますので、夜、飲むのなら、早めに切り上げましょう。

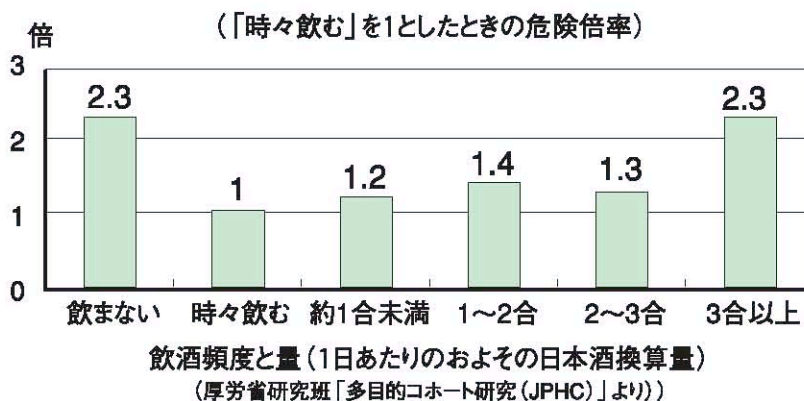
何度も飲酒運転で警察のお世話になっている方はアルコール依存症が疑われます。自己診断チェック(巻末資料)をして、疑いがあったらすぐ専門家に相談してください。

●自殺

近年、**日本の自殺者は3万人**を超え深刻な社会問題となっています。とりわけ中高年男性の自殺者が増加しています。

自殺者と飲酒の関係を調べたところ、「1日、日本酒で平均3合以上飲む人」で自殺のリスクが、時々飲む人に比べて2.3倍高かったという研究報告があります。「飲まない人」も自殺のリスクが高くなっていますが、これは自殺のリスクを高める重病を持ち、お酒を飲めなくなった人が含まれると推測されます。

飲酒による自殺のリスク



飲酒運転のクイズ

(答えは巻末に)

- ① 自転車では飲酒運転にならない?
- ② 奈良漬を食べただけでも飲酒運転になる?
- ③ 「酒気帯び運転」と「酒酔い運転」は同じ意味?
- ④ 二日酔いは飲酒運転にならない?
- ⑤ サウナで2~3時間過ごせば酒は醒めるので、運転しても大丈夫?
- ⑥ 飲酒していることを知りながら運転させても違反になる?

新たな飲酒者層の問題

かつては飲酒人口の大半が中年男性でした。しかし近年、飲酒者に**未成年者・女性・高齢者**の占める割合が高くなり、新たな問題が認められるようになりました。

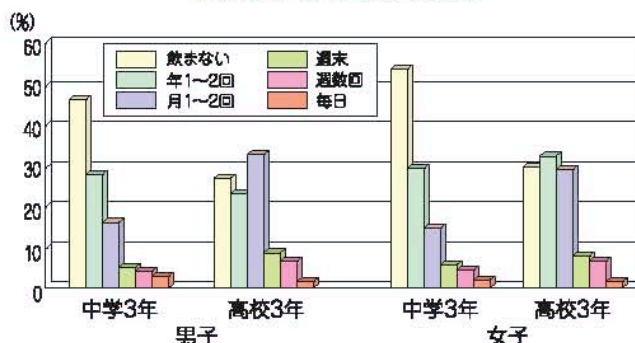
未成年者の飲酒

成長期の若者の飲酒が心身に及ぼす影響ははかりしれません。未成年の間に飲酒を開始すると成長・発達期にある臓器が障害を受けやすく、アルコール依存症になるリスクも高くなります。とりわけ思春期の子どもたちは親子関係、友人関係、受験などさまざまな課題に思い悩む時期です。自らの力やいろいろな人の援助を得て乗り越えていかなければならない課題を、飲酒といった安易な対処法で先送りしてしまうと、健全な人格形成に支障をきたしかねません。

「**未成年者飲酒禁止法**」は20歳未満の飲酒を禁止していますが、これはこうした飲酒による悪影響から未成年者を守るための法律です。

しかし、未成年者を対象とした調査では、月1～2回以上の頻度で飲酒する者の割合は、中学3年生男子で24%、女子17%、高校3年生男子では約50%、女子では38%と、未成年者の飲酒が日常化していることがわかっています。

未成年者の飲酒頻度



(厚生科学特別研究、2000年度未成年者の喫煙および飲酒行動に関する全国調査報告書)



自動販売機とお酒

未成年者に売ってはいけないお酒は本来、対面販売が原則です。ところが、酒類自動販売機は子どもでも簡単にお酒を買うことができます。未成年者の飲酒を防止するため、全国小売酒販組合中央会などの努力により酒類自動販売機の撤廃が進められています。やむを得ず設置する場合は、購入者の年齢が確認できるように改良されたものになりました。

将来を担う未成年者の飲酒は、わが国における飲酒問題の拡大になることが危惧されます。また、お酒が、麻薬や覚せい剤などの入り口になる薬物（ゲートウェイドラッグ）にもなると言われます。

初めての飲酒は「家族からの勧め」で経験した、という調査結果もあり、大人の自覚がもっとも求められているのです。

大人は未成年者の飲酒防止に努めましょう



お酒の宣伝

ちまたには、お酒の広告やテレビCMが満ち溢れていますが、未成年者を飲酒の害から守るためには、節度のある広告が求められます。

酒造メーカーが、未成年者がよく見る番組やテレビをよく見る時間帯にはテレビCMをしないなどの自主規制を行っています。

ビール業界では「ビールの広告活動に関する自主基準」を作っています。

- ・未成年者を対象としたテレビ・ラジオ番組には広告を行わない。
- ・未成年者は広告のメインモデルとして使用しない。
- ・未成年者向け媒体や未成年者向け商品のために作られたキャラクターは広告に使用しない。
- ・新聞・雑誌による広告には、未成年者の飲酒禁止の文章を表示する。
- ・自動車の運転シーンおよび運転を想起させるシーンにおいて、飲酒運転を助長するような表現は行わない。

女性の飲酒

大阪府が平成17年に実施した調査では、飲酒するものの割合は男性71.4%、女性46.6%となっていました。20歳代から40歳代の女性は60%弱が飲酒していました。このように多くの女性がお酒を嗜んでいますが、実は女性は男性よりお酒の害を受けやすいのです。

お酒が女性の心身に及ぼす影響

女性の心身は男性よりもお酒に敏感です。これは女性ホルモンがアルコールの分解を抑制していることによると考えられ、具体的には次のようなことが確認されています。

- ① 女性は男性より少ない飲酒量でアルコール性肝障害が起きる
- ② 多量飲酒は性周期を乱れやすくする
- ③ 飲酒量が増えると乳がんのリスクが高くなる
- ④ 女性は男性よりも短期間(半分の期間、半分の飲酒量)でアルコール依存症になる

妊娠とお酒

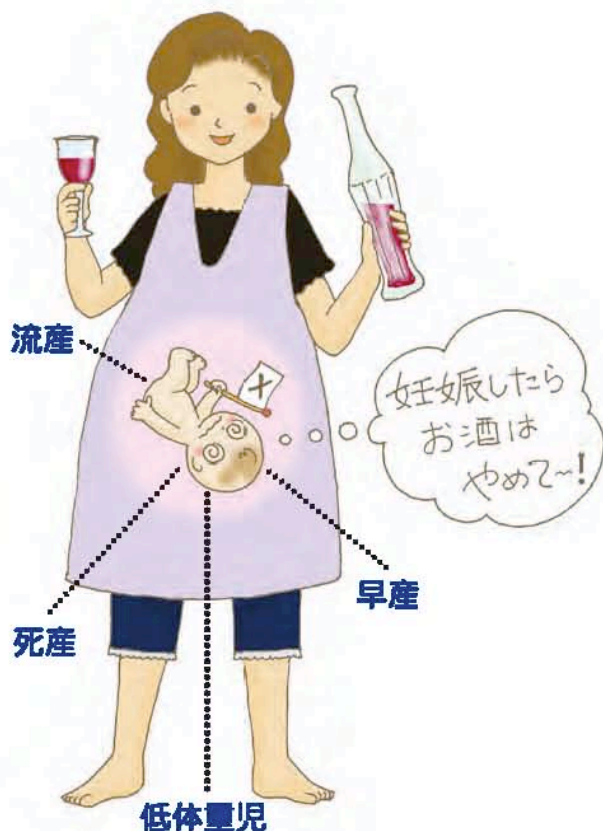
妊娠は女性にしか経験できないすばらしいことですが、飲酒は胎児、赤ちゃんに大きな影響を及ぼしますので、次のことは是非知っておいてください。

♥妊娠を希望する女性へ

妊娠中はアルコールが胎盤を通過して直接胎児に運ばれます。胎児の健やかな発達を促すためにも飲酒には注意する必要があります。とりわけ生理と生理の間以後は妊娠する可能性がありますので飲酒を控えましょう。

♥妊娠している女性へ

妊娠初期の3か月までを胎芽期と言い、この時期は胎児の身体のすべての器官が形作られていく重要な発達期。アルコールで胎児の健やかな発達を阻害しない配慮が求められますので飲酒はやめましょう。



妊娠中・授乳中は禁酒しましょう

♥授乳期のお母さんへ

授乳期に飲酒すると母乳にアルコールが移行し、赤ちゃんもアルコールを飲んでしまうことになります。**体重が増えない、いつも眠っている**など、赤ちゃんはさまざまな影響を受けることになります。授乳期は禁酒に努めましょう。



高齢者の飲酒

高齢になると飲酒量が減少するといわれますが、大阪府の調査では60歳代の男性で週5日以上、1日3合以上の飲酒をする多量飲酒者が6.7%となっています。

アルコール依存症は、かつては中年の病気とされていましたが、最近、高齢者に多く見られるようになってきました。若い頃から多量飲酒していて高齢に至った人、高齢になって飲酒量が増える人、さまざまな経過をたどると思われますが、例えば定年退職後の数年間で急速に依存症が進行する場合も多く、高齢者は短期間でアルコール依存症になってしまうこともあります。また在宅介護の現場や老人ホームなどでもアルコールの問題があり、介護にあたる方が対応に苦慮するといった問題も出てきています。

しかし高齢者の場合は暴れたりするような派手な飲酒問題が比較的少ないため、周囲の者がアルコール依存症に気づかないことも少なくないようです。

高齢者の飲酒問題を疑うポイント

- ・ 頻回の転倒・栄養障害・不適切なセルフケア（だらしない身なりなど）
- ・ 失禁・下痢・外傷（骨折）・高血圧
- ・ 末梢神経炎（手足のしびれ、感覚低下）・うつ症状・不眠

日本は現在、65歳以上の人口が総人口に占める割合が20%を超え、世界に類を見ない高齢社会となっています。

仕事ばかりしてきた勤労者が、定年後、生き甲斐を失ったり、配偶者を失ったり、寂しさ、孤独を紛らわすためにお酒しか楽しみがなくなる、といったことにもなりがちです。若い頃から、定年後を見据えた人生設計が大切です。

また、もしアルコール依存症になったとしても、高齢者の場合は専門治療を受けることで断酒に成功することが多いので、「もう年だから」などと周囲があきらめずに、早めに治療や相談をすることが大切です。



高齢者が飲酒することのリスク

- ①年とともにお酒に弱くなるが、アルコール依存を生じやすい
- ②飲酒量が多くなると転倒などのリスクが高くなる
- ③慢性疾患のために服薬していることが多く、治療薬の効果が変わってしまう
- ④多量飲酒によりうつ病発症のリスクを高める

お年寄りには、日本酒換算 / 日平均0.5 合まで



高齢者への飲酒アドバイス

- 1 今までの調子で飲まない
- 2 昼間から飲まない
- 3 一人で飲むお酒は控えめに
- 4 家族のアドバイスに耳を傾ける
- 5 薬などとは一緒に飲まない
- 6 肝臓などの検査を定期的にする

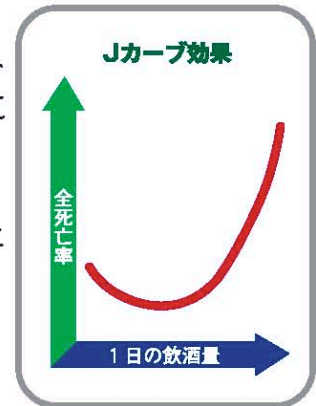
(社団法人アルコール健康医学協会「退職後のお酒との付き合い方」より)

お酒と未永いお付き合いをするために

お酒は百薬の長？

お酒は「百薬の長」といわれるように、適度な飲酒はストレス解消になり、冠動脈疾患（心筋梗塞、狭心症）の予防にもなると言われています。

右の図は、**Jカーブ**とって、適度に飲酒する人の死亡率は、まったく飲まない人、大量に飲む人に比べて最も低い、ことを示しています。



節度ある適度な飲酒は難しい

お酒を適度に飲むということ、実はこれがとても難しいのです。

ひとつは体質の問題です。飲めない体質の人にとってアルコールは毒です。飲めない人が無理に飲んでいると、肝臓病など、身体に大きな影響が出ます。

もうひとつはアルコールが薬理作用として持つ依存性の問題です。

適量を心がけていても、耐性の上昇とって、満足できる飲酒量が次第に多くなったり、肝臓病などになってもお酒をやめられない、気づいたらアルコール依存症になっていたということにもなりかねません。

強いお酒を飲んでいると、身体を悪くするばかりでなく、アルコール依存症にもなりやすいことも知っておいてください。

お酒を飲むにあたっての注意

- 1 飲むときは良質のたんぱく質を
空腹で飲むと、すぐ酔いがまわり身体によくありません。良質のたんぱく質をとって胃壁を保護し、アルコールをゆっくり吸収するようにしましょう。
- 2 時間をかけてゆっくり、楽しく
一人で飲むとやけ酒になったり、悪酔いしやすくなります。みんなで楽しく飲むことで、身体に無理をかけないようにしましょう。
- 3 週に二日は飲まない日を
お酒は肝臓に負担をかけます。週に二日は飲まない日を作って、肝臓を休ませてあげましょう。
- 4 12時までには帰宅しましょう
ビール1本のアルコールが抜けるのに3時間、ビール3本で8時間かかります。翌日の出勤に備えて早めに切り上げましょう。
- 5 自分の適量を知りましょう
自分が一番気持ちよく酔える量を知って、適量を守り身体を大切にしましょう。
- 6 薬と一緒に飲んだり寝酒はしない
薬と一緒にお酒を飲むと、効きすぎることもあり危険です。また、寝酒は眠りの質を悪くします。

強いお酒は薄めて飲みましょう

1. 飲む時は、
良質のたんぱく質を。



2. 時間をかけて、
ゆっくり、楽しく。



3. 週に2日は飲まない日を。



4. 12時までには
帰宅しましょう。



5. 自分の適量を知りましょう。



6. 薬と一緒に飲んだり、
寝酒はしない。



飲み方が危ないと思ったら

アルコール依存症になったら断酒が原則ですが、飲み方がおかしいと気づいたら**飲酒家計簿**をつけてみましょう。

1日の飲酒量の目標を日本酒に換算して平均1合以内にしましょう。

飲酒家計簿を見ながら、

- ①どのようなときによく飲むのか
- ②誰といるときによく飲むのか
- ③どこで飲むのか

を分析し、飲酒量を減らす努力をしましょう。

たとえば、仕事でストレスがかかった時に飲酒量が増えるのであれば、運動や映画鑑賞などでストレス解消を図りましょう。

いろいろ努力しても飲酒量が減少しないときは、保健所やアルコール専門医療機関に相談しましょう。

飲酒量を減らすコツ

1. アルコール飲料を買い置きしない
2. ビールが飲みたくなったら、冷たい麦茶で喉の渴きをいやす
3. ひとりで飲まない
4. 空腹を避ける
5. 飲まない日を作る

飲酒家計簿

	日付	時間	場所	目的	誰と	量	金額
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
1週間の合計						合	円

お酒の量は、日本酒に換算しましょう。1週間の平均値が、3合/日を超えていると危険です。

飲酒文化を確立しよう

覚醒剤や麻薬は、すぐに依存性を生じ人格の荒廃をきたしますので使用は許されません。お酒にも依存性がありますが、上手につき合うことができるので公に販売されているのです。しかし、お酒とのつき合いは間違えると、これまで述べてきたようなさまざまな問題が起きるので、世界各国で飲み方の工夫がされてきました。それが飲酒文化です。

縄文時代からあったと言われるお酒。私たちの祖先は、祭礼、結婚式、葬儀など慶弔の折々に御神酒を神にささげ、お酒を生活に根付かせてきましたが、お酒により武士や庶民の生活が乱れるなどの弊害もありました。そのために、酔っ払うのではなく、お酒を良き友とするために、武家社会では酒宴での礼儀作法を確立しました。室町時代には、茶道と同じく、酒を通して精神の修養を図る「酒道」があったそうです。

ところが近代になり、食生活の西欧化とともに洋酒が日本人にも好まれるようになりました。とりわけビールは、休日の昼下がりにレストランで飲む人を見かけても違和感がないほど、気楽に飲めるイメージが定着しています。戦後、日本人のアルコール消費量の急速な増加を、ビールやチューハイなどのゆるいアルコール飲料が牽引してきたと言えます。それにともなって、かつてはお祭りなどのハレ（非日常）の時に大切に飲まれていたお酒がいつでも飲めるものになり、日本人の飲み方が大きく変わってしまいました。

もう一度、私たち日本人のお酒の飲み方を考え直す必要があります。そして、子どもの頃からお酒についての正しい知識を身につけ、アルコール関連問題で困らない社会を作りましょう。



アルコールハラスメント

毎年、宴会のシーズンになると、下記のような「アルコールハラスメント」に該当する光景が見られ、またその行き過ぎによる急性アルコール中毒の事故が後を絶ちません。

・飲酒の強要

宴会やコンパで、「俺の酒が飲めないのか」とお酒の無理強いをしたり、集団で特定の人の飲酒を煽って、飲まざるを得ない状況を作ること。

・イッキ飲ませ

宴会やコンパで、場を盛り上げるためにイッキ飲みや早飲み競争をさせること。

・意図的な酔いつぶし

酔いつぶすことを意図して飲み会を行うこと。吐くためのバケツや、酔いつぶれた人専用の部屋を用意するなど悪質なものもあります。

・飲めない人への配慮を欠く

飲めない人や飲みたくない人に、お酒を勧めたり、飲めないことをからかったりする。

・酔った上での迷惑行為

からんだり、悪ふざけ、暴言、暴力、セクハラ。「酔っていたから」という常套句では許されません。

巻末資料

アルコール依存症の自己チェックにはいろいろなものがあります。

■KAST（久里浜式アルコール症スクリーニングテスト）

最近6カ月間に 次のようなことがありましたか。	回答カテゴリー	点数
酒が原因で大切な人（家族や友人）との人間関係にひびが入ったことがある。	A. ある	3.7
	B. ない	-1.1
せめて今日だけは酒を飲むまいと思っても、つい飲んでしまうことが多い。	A. あてはまる	3.2
	B. あてはまらない	-1.1
周囲の人（家族、友人、上役など）から大酒飲みと非難されたことがある。	A. ある	2.3
	B. ない	-0.8
適量でやめようと思っても、つい酔いつぶれるまで飲んでしまう。	A. あてはまる	2.2
	B. あてはまらない	-0.7
酒を飲んだ翌日、前夜のことをとところどころ思い出せないことがしばしばある。	A. あてはまる	2.1
	B. あてはまらない	-0.7
休日には、ほとんどいつも朝から酒を飲む。	A. あてはまる	1.7
	B. あてはまらない	-0.4
二日酔いで仕事を休んだり、大事な約束を守らなかったことがときどきある。	A. あてはまる	1.5
	B. あてはまらない	-0.5
糖尿病、肝臓病、または心臓病と診断されたり、その治療を受けたことがある。	A. ある	1.2
	B. ない	-0.2
酒が切れたときに、汗が出たり、手がふるえたり、イライラや不眠など苦しいことがある。	A. ある	0.8
	B. ない	-0.2
商売や仕事上の必要で飲む。	A. よくある	0.7
	B. ときどきある	0.0
	C. めったにない	-0.2
酒を飲まないで寝つけないことが多い。	A. あてはまる	0.7
	B. あてはまらない	-0.1
ほとんど毎日3合以上の晩酌（ビールなら大瓶3本以上、ウイスキーなら1/4本以上）をしている。	A. あてはまる	0.6
	B. あてはまらない	-0.1
酒の上での失敗で警察のやっかいになったことがある。	A. ある	0.5
	B. ない	0.0
酔うといつも怒りっぽくなる。	A. あてはまる	0.1
	B. あてはまらない	0.0

総合点	判定	グループ名
2点以上	きわめて問題が多い	重篤問題飲酒群
2～0点	問題あり	問題飲酒群
0～-5点	まあまあ正常	問題飲酒予備群
-5点以下	まったく正常	正常飲酒群

■CAGEテスト

1. あなたは今までに、飲酒をへらさなければいけないと思っ
たことがありますか (Cut down)
2. あなたは今までに、飲酒を批判されて腹が立ったり苛立っ
たことがありますか (Annoyed by criticism)
3. あなたは今までに、飲酒に後ろめたい気持や罪意識を持っ
たことがありますか (Guilty feeling)
4. あなたは今までに、朝酒や迎え酒を飲んだことがありますか
(Eye-opener)

2項目以上当てはまればアルコール依存症が疑われる。

■AUDIT質問票 (Alcohol Use Disorders Identification Test)

1. あなたはアルコール含有飲料をどのくらいの頻度で飲みますか？ 0. 飲まない 1. 1カ月に1度以下 2. 1カ月に2～4度 3. 1週に2～3度 4. 1週に4度以上
2. 飲酒するときには通常どのくらいの量を飲みますか？ ただし、日本酒1合＝2単位 ビール大瓶1本＝2.5単位 ウイスキー水割りダブル1杯＝2単位 焼酎お湯割り1杯＝1単位 ワイングラス1杯＝1.5単位 梅酒小コップ1杯＝1単位 0. 1～2単位 1. 3～4単位 2. 5～6単位 3. 7～9単位 4. 10単位以上
3. 1度に6単位以上飲酒することがどのくらいの頻度でありますか？ 0. ない 1. 1カ月に1度未満 2. 1カ月1度 3. 1週に1度 4. 毎日あるいはほとんど毎日
4. 過去の1年間に、飲み始めると止められなかったことが、どのくらいの頻度でありましたか？ 0. ない 1. 1カ月に1度未満 2. 1カ月1度 3. 1週に1度 4. 毎日あるいはほとんど毎日
5. 過去の1年間に、普通だで行えることを飲酒していたためにできなかったことが、どのくらいの頻度でありましたか？ 0. ない 1. 1カ月に1度未満 2. 1カ月1度 3. 1週に1度 4. 毎日あるいはほとんど毎日
6. 過去の1年間に、深酒の後体調を整えるために、朝迎え酒をせねばならなかったことが、どのくらいの頻度でありましたか？ 0. ない 1. 1カ月に1度未満 2. 1カ月1度 3. 1週に1度 4. 毎日あるいはほとんど毎日
7. 過去の1年間に、飲酒後罪悪感や自責の念にかられたことが、どのくらいの頻度でありましたか？ 0. ない 1. 1カ月に1度未満 2. 1カ月1度 3. 1週に1度 4. 毎日あるいはほとんど毎日
8. 過去の1年間に、飲酒のため前後の出来事を思い出せなかったことが、どのくらいの頻度でありましたか？ 0. ない 1. 1カ月に1度未満 2. 1カ月1度 3. 1週に1度 4. 毎日あるいはほとんど毎日
9. あなたの飲酒のために、あなた自身か他の誰かがけがをしたことがありますか？ 0. ない 2. あるが、過去1年間にはなし 4. 過去1年間にあり
10. 肉親や親戚、友人、医師、あるいは他の健康管理にたずさわる人が、あなたの飲酒について心配したり、飲酒量を減らすように勧めたりしたことがありますか？ 0. ない 2. あるが、過去1年間にはなし 4. 過去1年間にあり

判定法：該当する選択肢の数字（得点）を合計し、その結果が12点以上を問題飲酒者と判定する。
使用目的によっては11点以上あるいは13点以上を問題飲酒者と判定することもある。

お酒に関するクイズ (P.6) の答え

①答え △

ビール1本に含まれるカロリーは250キロカロリー。一日の食事でもとるべきカロリーは1800~2000キロカロリーですが、ビールを飲んでも食事が減るわけではありませんし、食欲が余計に亢進するので肥満になりやすいのです。しかし、アルコール依存症になると、食べずに飲むので、やせてくることもあります。

お酒の種類	度数	アルコール量	カロリー
ビール (大びん1本633ml)	5.0%	25g	253kcal
ウイスキー (ダブル60ml)	40.0	19	132
ブランデー (ダブル60ml)	40.0	19	132
ワイン (1杯120ml)	12.0	11	90
焼酎25度 (1合180ml)	25.0	36	248
清酒 (1合180ml)	15.0	21	202

②答え ○

ちゃんぽんすると、種類のお酒よりもたくさん飲みがちです。おのずと、アルコール摂取量が多くなり、悪酔いしやすくなるのです。

③答え △

飲めない体質の人のうち、ALDH₂の働きが弱い人は、無理して飲んでいると、ある程度飲めるようになることがあります。しかし、飲めない体質の人は、がん発生に関係すると考えられるアセトアルデヒドの血中濃度が高くなるので、食道がんなどのがんになりやすいことがわかっています。また、アルコール依存症になる可能性もあります。無理に飲むのはやめましょう。

④答え △

赤ワインに含まれるポリフェノールは、抗酸化作用があり、心筋梗塞の防止などに効果があると注目されました。しかし、ワインに含まれるアルコールは酸化作用がありますから動脈硬化を促進します。やはり適度な摂取を心がけることが肝腎です。ちなみにお茶にもポリフェノールの一種であるカテキンがたくさん含まれています。

⑤答え ×

アルコールは入眠を促しますが、睡眠の後半で眠りを浅くし、目覚めを悪くします。また、寝酒を続けている間、入眠効果が得られる飲酒量が増加し、アルコール依存症への道を歩みかねません。寝酒は厳禁です。不眠でお悩みでしたら医療機関に御相談ください。

⑥答え ×

二日酔いは、飲んだお酒の代謝物質である毒性の強いアセトアルデヒドが十分に処理できないことから起こります。空腹で飲んだり、強いお酒を飲むとアルコールがすぐに吸収され、悪酔い、二日酔いの原因となります。とにかく適量を守るしか二日酔い予防はありません。

⑦答え △

アルコールは中枢神経を抑制する作用があり、血中のアルコール濃度の上昇期には陽気になる可能性があります。そのため宴会などの人間関係を円滑にする場でお酒が用いられるのですが、アルコールの作用は複雑でわかっていないことが多く、人によっては飲酒により攻撃的になることもあるので要注意です。

飲酒運転のクイズ (P.15) の答え

①答え ×

道路交通法で酒気帯び運転を禁止しているのは、「車両等」になっています。車両等には、自動車やバイク、自転車などの軽車両も含まれます。酔って自転車を運転すれば「酒酔い運転」として処罰されます。

②答え ○

「酒気」とは、酒やビールに限らず「アルコール分」をいいます。奈良漬やウイスキーボンボン等の菓子類を摂取し、酒気を帯びて運転すれば、酒気帯び運転になることがあります。

③答え ×

「酒酔い運転」とは、アルコールの量に関係なく、まっすぐ歩けないなど、アルコールの影響により正常な運転が出来ない状態で運転することを言います。「酒気帯び運転」とは、呼気または血液中のアルコール濃度が一定基準以上を保有して運転していた場合で、呼気1リットル中0.15ミリグラム以上を保有しておれば、罰則の適用があります。

④答え ×

二日酔いでも飲酒運転になります。深夜遅くまで深酒をした場合、翌日酒の臭いが残ることがありますので、運転すれば飲酒運転になります。日本酒3合を飲んだ後、血液中のアルコール濃度が平常に戻るには8時間かかるので要注意です。

⑤答え ×

日本酒3合を飲んだ後、血液中のアルコール濃度が平常に戻るには8時間かかります。サウナで2～3時間過ごしただけでは、決して飲酒の影響が無くなったとは言えませんので注意して下さい。

⑥答え ○

飲酒運転などの罰則はドライバーのみに適用されるものではありません。お酒を飲んでいる人に「運転しろ」と命令したり、運転を制止する立場にありながら止めなかった人も同様に処罰対象になることがあるのです。例えば、飲酒している部下を車で仕事に行かせた上司や、飲食店やゴルフ場などで一緒に飲酒した後、その内の誰かに運転をさせる場合などがこれにあたります。平成13年12月、刑法が改正され「危険運転致死傷罪」が新設されたのは、「飲酒運転の危険性を知りながら運転し、死亡事故などを起こすのは、故意に近い」との考えに基づいています。

道路交通法

(寝屋川市交通安全協会より引用)

ア. 罰則

罰 則	
酒酔い運転	3年以下の懲役又は50万円以下の罰金
酒気帯び運転	1年以下の懲役又は30万円以下の罰金

イ. 違反行為の点数・処分内容等

		点 数	処分内容	欠格・停止期間
酒酔い運転	アルコールの影響により正常な運転ができないおそれのある状態	25点	免許の取消	2年
酒気帯び運転	呼気1リットル中アルコール0.25mg以上	13点	免許の停止	90日
	呼気1リットル中アルコール0.15mg以上0.25mg未満	6点	免許の停止	30日

(注) この処分は一例であり、過去の交通事故や交通違反の前歴等により異なる。「欠格・停止期間」は、前歴なしの場合。



21世紀における府民の健康づくり運動『健康おおさか21』

私達は世界に注目される長寿社会を達成しました。さらに明るく元気な社会の実現をめざして、壮・中年期死亡の減少や認知症や寝たきりにならないで生活できる期間（健康寿命）の延伸、生活の質の向上を目標に生活習慣の改善に取り組みます。府民一人ひとりの積極的な参加を呼びかけ、健康づくりに関するあらゆる団体などとともに運動を広げていきます。

アルコール健康読本

平成19年3月

編集 社団法人 大阪精神保健福祉協議会

〒558-0056 大阪市住吉区万代東3-1-46

編集協力 関西アルコール関連問題学会

発行  大阪府

大阪府健康福祉部地域保健福祉室健康づくり感染症課

〒540-8570 大阪市中央区大手前2丁目

TEL.06(6941)0351 内線2524 FAX.06(6941)6606

ホームページ<http://www.pref.osaka.jp/chiikhoken/>