わが国日本の飲酒運転(2024)

飲酒教育 演習シート 1



於河門是透河

警察いねーだろ…

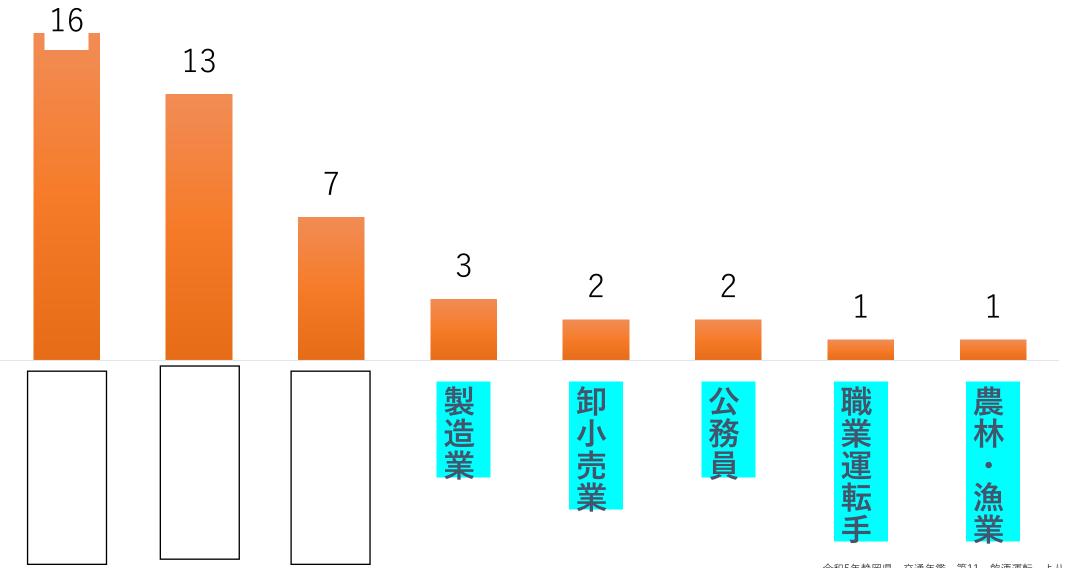
タクシー代きついなあ…

この時間だったら…

このくらいの量なら・・・ 今までつかまったことねーし

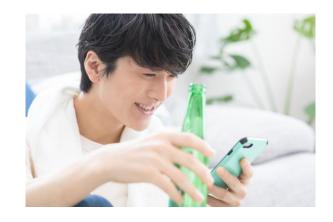
ウチすぐソコだし…

しずおかの飲酒運転者、職業は? (R5)



飲酒による脳への影響があるのは、どっち?

若者



高齢者



女性は男性より

お酒に(

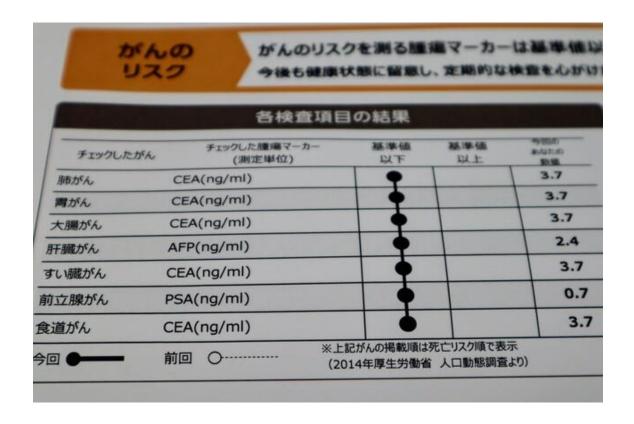
)体質だ。

弱し、?



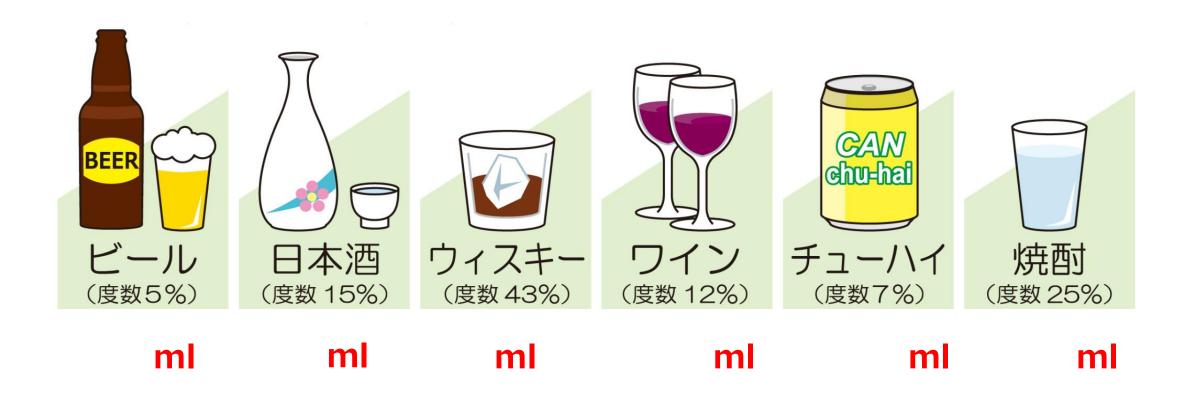
強い?

お酒は、がんの原因になる

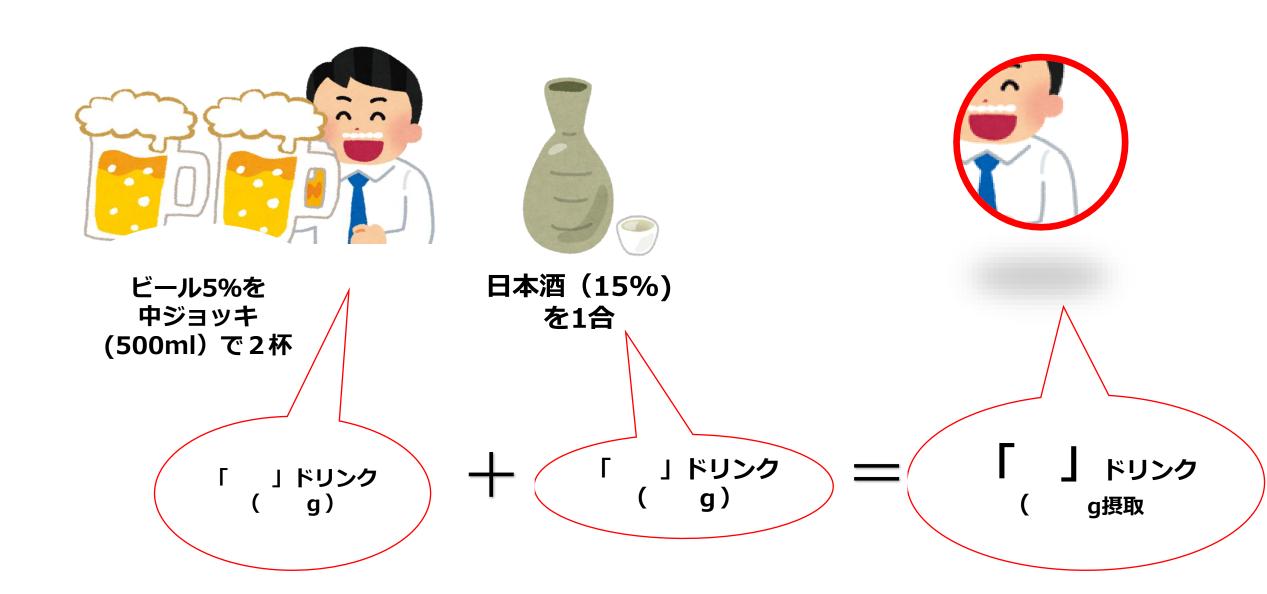


○か×か?

純アルコール量について知ろう!

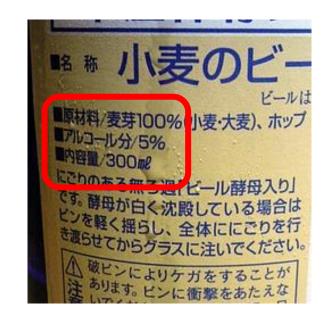


演習(摂取量の計算)



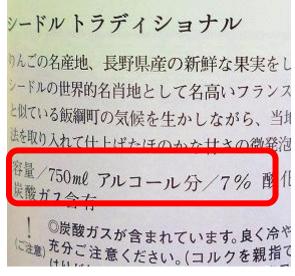
8.0

(内容量) $ml \times (アルコール度数) % \times 0.8 (水とアルコールの比重) = 純アルコール量$



300ml×5%×0.8 =純アルコール量





750ml×7%×0.8

=純アルコール量 9



720ml×15度×0.8

ストロングVSテキーラ



500缶1本



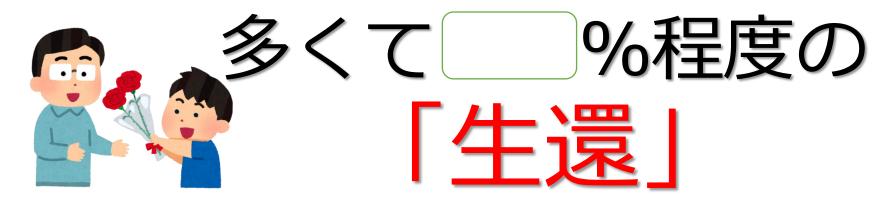






テキーラ(40%) 3杯

お酒なんて、いつでもやめられる?



機会習慣飲酒飲酒

見 乱用

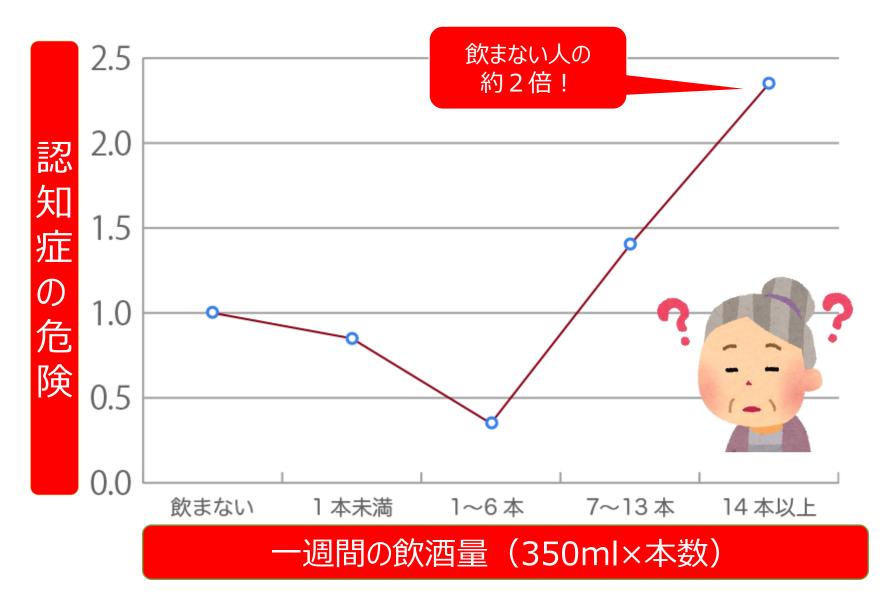
境界

依存症 初期 依存症 中期 依存症 末期

残り %は 断海失敗



アルコールと () の関係



https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/alcohol/a-01-007.html

飲酒の



0ドリンク		飲まないにこしたことない。	20才以下、妊娠授乳、 運転、服薬、
2ドリンク (20g)	BEER ACCOUNTS SOOM	翌日に持ち越さない飲酒量	
4 ドリンク (40g)	BEER BEER 500ml	生活習慣病リスク(男性)	
6 5 11 × /7 (60 °c)	BEER BEER AGONG	一回の多量飲酒	ケガや暴力事件などトラブルが 起きやすい
6ドリンク (60g)	生 BEER BEER SOOm	習慣的多量飲酒	アルコール依存症リスク、飲酒 運転リスク

飲むとしたら・・・



月	火	水	木	金	土	日	純 アルコール量	リスク
BEER ALCOVA	BEER BACER ACCORD 500ml	BEER ALGORIA	BEER ACOM	BEER ACCORD	BEER BEER SOOM	BEER BACCOR SOOM	180g/週	大腸がん 脳出血 前立腺がん
BEER BEER BEER SOOM	BEER BEER BEER SOOM	BEER BEER SOOM	BEER Activity SOOM SOOM SOOM	BEER ACTION: SOONE SOONE BEER ACTION: SOONE SOONE SOONE SOONE	BEER ACTIONS SOONEL SOO	BEER ACTIONS SOOM	450g/週	アルコール 依存症リスク大
BEER ACORD	休肝日 運動	BEER SCOM	休肝日 運動	BEER SOOM	レクリ エー ション	レクリ エー ション	60g/週	ほんとは少ない に超したことは ない

演習 休肝日宣言

飲まない曜日に休肝日と記入すること飲む日に「単位(か純アルコール量)」を記入し、週の

月	火	水	木	金	土	B	純 アルコール量	リスク
							g/週	