職員の飲酒運転根絶に向けて

飲酒（アルコール）が運転に与える影響 ①

○ 飲酒運転の脳と体への影響

お酒を飲んで運転すると次のような影響が現れます。

① 動体視力が落ち、視野が狭くなり、信号の変化や路上の人や車の動きの見極めが遅れます。

② 抑制がとれ理性が失われているため、運転に必要な判断力が低下します。
スピードを出しても気づかなかったり、乱暴なハンドルさばきをしてしまいます。

③ 集中力が鈍っているため、とっさの状況に対応できなくなります。

④ 運動をつかさどる神経が麻痺するため、ハンドル操作やブレーキ動作が遅れがちになります。

⑤ 体の平衡感覚が乱れ、直進運転できず、蛇行運転をしたりします。
このため、信号無視、カーブを曲がりきれない、横断中の人の見落とし、ハンドル操作の誤り、ガードレールや電柱への衝突などをしてしまいます。

○ 運転事故の可能性

「お酒を飲んだときは、絶対運転をしてはいけません！」

ビールで中瓶１本、日本酒なら１合で、運転事故の可能性は２倍になります。

また、飲酒運転の死亡事故率は飲酒していない場合と比べて約８．７倍にも達しています。＊

「お酒を飲み過ぎた翌日は、運転をしてはいけません！」

アルコールの代謝には飲んだ量に比例して時間がかかります。よく眠ったからといって、アルコールが体からなくなったわけではありません。

「お酒を飲んだ日は、時間が経っても、運転を避けるべきです！」

ビール(中瓶・500ml)と日本酒１合を飲んだ場合、８時間はアルコールが体内に残るとされていますが、「８時間経ったので、もう大丈夫だろう」と判断することは大変危険です。

また、お酒の代謝時間には個人差があり、女性は男性よりも、代謝に時間がかかります。

酒気帯び運転

道路交通法では呼気1リットル当たり０．１５ミリグラム以上のアルコール量を検知した場合、「酒気帯び運転」となります。

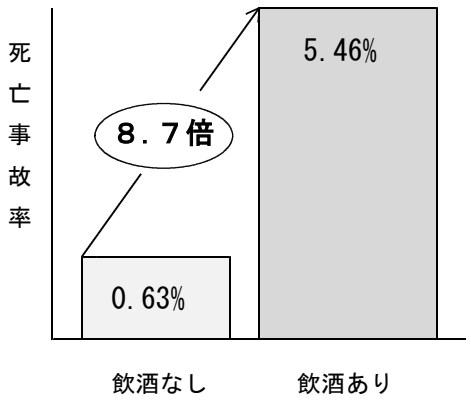
日本酒１合を飲んだときの血中アルコール濃度は０．０２～０．０４％です。これは、呼気１リットル当たりのアルコール量に換算すると、０．１～０．２ミリグラムになります。

つまり、日本酒１合を飲んだだけで「酒気帯び運転」の基準値を超えることになります。

しかし、これらの数値は、個人差が大きいこともあり、

お酒を一杯でも飲んだら運転はやめましょう。

死亡事故率



悲惨な交通事故を起こさないために、絶対飲酒運転をしてはいけません

・北海道飲酒運転の根絶に関する条例〈北海道警察本部ホームページ〉
https://www.police.pref.hokkaido.lg.jp/info/koutuu/sake_jiko/201512-konzetu_jyou re i/sake-konzetu_jyourei.html

・みんなで守る「飲酒運転を絶対にしない、させない」〈警察庁ホームページ〉
https://www.npa.go.jp/koutsuu/kikaku/insyuunten/index.htm

＊ 政府広報オンライン『飲酒運転は絶対に「しない！」「させない！」』より引用

※ この飲酒運転防止啓発チラシは、アルコール健康医学協会ホームページの「お酒と健康飲酒運転防止」より一部引用

（北海道教育庁教育職員局福利課）