

## 研修テーマ

## ■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

この欄は目次です。後で、学習の振り返りに利用してください。

## 「飲酒運転の撲滅」研修について

飲酒運転の撲滅は、徳島県の教育界あげての喫緊の課題です。教職員一人一人のコンプライアンス意識を高めるとともに、アルコールの作用に関する正しい知識を身に付け、飲酒に伴うさまざまなリスクを回避することが求められています。

この研修によって、あなたの教職員としての自覚がいつそう高まり、これからの人生に役立ちますよう期待しています。

この欄は、本文です。資料やグラフ、事例などが表示されます。資料等をよく読んで、コラム欄の質問にお答えください。また、学習の参考になるホームページへのリンクも記載されています。クリックすると別ウインドウが開きますので適宜ご利用ください。

## (質問)

あなたは、お酒を飲みますか？

(次の1～2から選択してください)

- ▶ 1. はい、飲みます。
- ▶ 2. いいえ、飲みません。

ここは、コラム欄です。本文の資料の解説が表示されますのでお読みください。また、質問が表示され、1、2、(3)の選択肢が表示されますので正しい(あてはまるものを選んでください)。

## 2 質問で1「はい、飲みます」を選んだ人

## 研修テーマ

## ■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

## 「飲酒運転の撲滅」研修について

飲酒運転の撲滅は、徳島県の教育界あげての喫緊の課題です。教職員一人一人のコンプライアンス意識を高めるとともに、アルコールの作用に関する正しい知識を身に付け、飲酒に伴うさまざまなリスクを回避することが求められています。

この研修によって、あなたの教職員としての自覚がいつそう高まり、これからの人生に役立ちますよう期待しています。

## (お酒を飲む人)

この研修は、あなたのための研修です。頑張りましょう。

研修の課題は次の3点です。

1. 飲酒運転の実態を把握し、事例に学ぶこと。
2. 徳島県の懲戒指針に学ぶこと。
3. アルコール依存症について正しく学ぶこと。

これらの課題を学んでいきますので、最後まで研修を続けてください。

▶ 次のページ

## 3 質問で2「いいえ、飲みません」を選んだ人

## 研修テーマ

## ■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

## 「飲酒運転の撲滅」研修について

飲酒運転の撲滅は、徳島県の教育界あげての喫緊の課題です。教職員一人一人のコンプライアンス意識を高めるとともに、アルコールの作用に関する正しい知識を身に付け、飲酒に伴うさまざまなリスクを回避することが求められています。

この研修によって、あなたの教職員としての自覚がいつそう高まり、これからの人生に役立ちますよう期待しています。

## (お酒を飲まない人)

あなたは、飲酒運転の心配はありません。飲酒運転の実態やアルコールの特性などを学習してください。

研修の課題は次の3点です。

1. 飲酒運転の実態を把握し、事例に学ぶこと。
2. 徳島県の懲戒指針に学ぶこと。
3. アルコール依存症について正しく学ぶこと。

これらの課題を学んでいきますので、最後まで研修を続けてください。

▶ 次のページ

4 過去10年間の交通事故と飲酒事故の推移

研修テーマ

■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
 飲酒運転の罰則強化  
 教職員の懲戒  
 飲酒運転の事例  
 アルコールの影響  
 事例研究  
 アルコール依存症  
 楽しく働きやすい職場

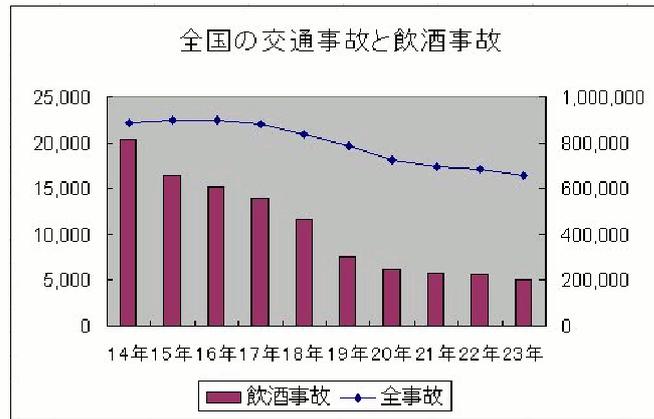


図1. 過去10年間の交通事故

■ コラム欄の問にお答えください。

(問1)

図1では、どのようなことが言えるか考えてみましょう。

(次の1～2から選択してください)

- ▶ 1. 飲酒事故の発生件数は全事故発生件数と同じような割合で減少している。
- ▶ 2. 飲酒事故の発生件数は全事故発生件数より大きく減少している。

5 問1で「1」を選んだ人は正解です

研修テーマ

■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
 飲酒運転の罰則強化  
 教職員の懲戒  
 飲酒運転の事例  
 アルコールの影響  
 事例研究  
 アルコール依存症  
 楽しく働きやすい職場

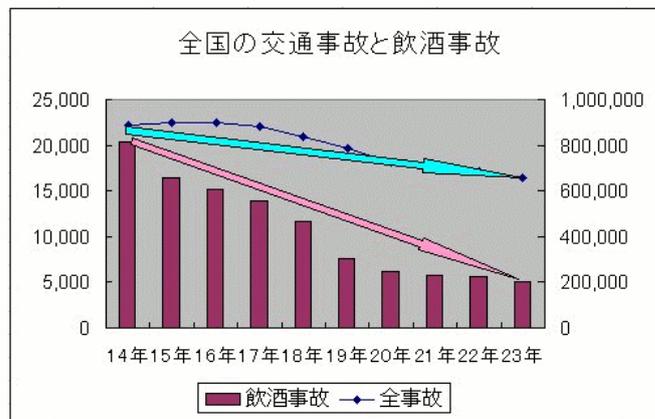


図1. 過去10年間の交通事故

■ コラム欄の問にお答えください。

○ 正解

全事故は、平成14年の890,053件から平成23年の655,875件へと約4分の3に減少していますが、飲酒事故は平成14年の20,328件から平成23年の5,029件へと約4分の1に激減しています。

(問2)

それでは、なぜ飲酒事故は激減したのでしょうか。考えてみましょう。次の1～2から正しいと思うものを選択してください

- ▶ 1. 警察の取り締まりが厳しくなり処罰規定が重くなった。
- ▶ 2. 運転者に対する安全教育が徹底し、飲酒運転を許さないコンセンサスができてきた。

6 問2で「1」を選んだ人は正解です

研修テーマ

■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
 飲酒運転の罰則強化  
 教職員の懲戒  
 飲酒運転の事例  
 アルコールの影響  
 事例研究  
 アルコール依存症  
 楽しく働きやすい職場

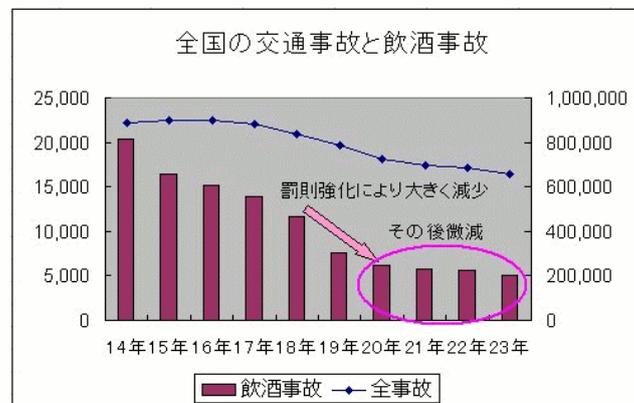


図1. 過去10年間の交通事故

■ コラム欄をお読みください。

○ 正解

平成18年度から平成20年度にかけて飲酒事故が大きく減少しています。これは、罰則の強化による効果と考えられます。しかし、平成20年以降は、ほとんど減っていません。

罰則の強化は、なぜ行われたのでしょうか？

それは、平成18年に起きた、悲惨な飲酒事故がきっかけとなりました。

▶ 次のページ

## 研修テーマ

## ■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

【飲酒運転の罰則が強化される契機となった事故】

平成18年8月25日に福岡市東区の海の中道大橋で、市内在住の社員の乗用車が、飲酒運転をしていた当時福岡市職員の男性の乗用車に追突され博多湾に転落し、同乗していた3児が死亡した。

二審の福岡高等裁判所は危険運転致死傷罪を認定し、道路交通法違反と併合して懲役20年の判決を下した。

■ コラム欄の質問にお答えください。

(問3)

危険運転致死傷罪とはどのような罪でしょうか。

(次の1～2から選択してください)

- ▶ 1. アルコール又は薬物の影響により正常な運転が困難な状態で自動車を走行させた者
- ▶ 2. 自動車の運転上必要な注意を怠り、よって人を死傷させた者

8 問3で「1」を選んだ人は正解です

## 研修テーマ

## ■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

問3の選択肢の2つの法令

## ▶ 1. 危険運転致死傷罪

運転の状況	結果	罰則
アルコール又は薬物の影響により正常な運転が困難な状態で自動車を走行させた者	人を負傷させた	15年以下の懲役
	人を死亡させた	20年以下の懲役

## ▶ 2. 自動車運転過失致死傷罪

運転の状況	結果	罰則
自動車の運転上必要な注意を怠り、よって人を死傷させた者	人を死亡又は負傷させた	7年以下の懲役若しくは禁錮又は100万円以下の罰金

■ コラム欄の質問にお答えください。

## ○正解

1. 危険運転致死傷罪
2. 自動車運転過失致死傷罪

(問4)

飲酒運転に対する罰則は、どのようになりましたか。

(次の1～2から選択してください)

- ▶ 1. 懲役刑の上限が3年から5年に、罰金が50万円から100万円に引き上げられた。
- ▶ 2. 懲役刑の上限が1年から3年に、罰金が30万円から50万円に引き上げられた。

9 問4で「1」を選んだ人は、酒酔い運転の罰則、「2」を選んだ人は酒気帯び運転の罰則で両方正解です

## 研修テーマ

## ■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

飲酒運転の罰則強化

## ▶ 1. 酒酔い運転

改正前	改正後
3年以下の懲役又は50万円以下の罰金	5年以下の懲役又は100万円以下の罰金

## ▶ 2. 酒気帯び運転

改正前	改正後
1年以下の懲役又は30万円以下の罰金	3年以下の懲役又は50万円以下の罰金

その他の罰則の強化

種類	罰則
飲酒検知(呼気検査)拒否に対する罰則	3ヶ月以下の懲役又は50万円以下の罰金
救護義務違反(いわゆる「ひき逃げ」)に対する罰則	10年以下の懲役又は100万円以下の罰金

これらの刑事罰以外にも、運転免許取消しなどの行政処分を受け、損害賠償などの民事責任が問われます。

■ コラム欄をお読みください。

## ○正解

・酒酔い運転の場合

(行政処分)

「酒酔い運転」→35点減点、運転免許取消し、3年間は免許を再取得できません。

「酒気帯び運転」→呼気1リットルにつき0.15mg以上0.25mg未満は13点減点、免許の停止処分(90日間の免許停止)

0.25mg以上は25点減点、免許の取消し、2年間は免許を再取得できません。

酒酔い運転とは「アルコールの影響により正常な運転ができないおそれがある状態」とされ、呼気中のアルコール検知値とは関わりありません。

▶ 次のページ

研修テーマ

■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

平成22年度の全国の教職員の懲戒(文部科学省調べ)

種類	免職	停職	減給	戒告	合計
交通事故	33	50	90	176	349
(内 飲酒運転)	28	36			64
体罰		13	52	66	131
国旗掲揚・国歌斉唱		1	5	15	131
わいせつ行為	105	38	6	3	152
公費の不正執行等	12	8	19	6	45
個人情報の不適切な使用		3	13	37	53
その他	37	50	35	32	154
合計	187	163	220	335	905

・交通事故による懲戒は349件に上っています。内、**飲酒運転が64件**になっています。

■ コラム欄を読み、問にお答えください。

・徳島県では、平成20年度に飲酒事故で教職員の懲戒がありました。その後、平成21年度～平成23年度までは飲酒運転はありませんでした。

・しかし、残念ながら、平成24年度にはいって、**酒気帯び運転で教諭が検挙**されました。

・徳島県教育委員会では、教職員の懲戒処分の指針を策定し、**飲酒運転をした場合の標準的な処分量定を定めています。**

(問5)

飲酒運転で、電柱に衝突する自損事故を起こした教職員の懲戒処分はどうなりますか。次の1～2から選んでください

▶ 1. 原則として免職

▶ 2. 免職又は停職

11 問5で「1」を選んだ人は正解です

研修テーマ

■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

飲酒運転をした教職員の標準的な処分量定

▶ 1. 原則として免職

非違行為等	具体例	免職	停職	減給	戒告
飲酒運転	(1)相手方を死亡させた教職員	○			
	(2)相手方に重傷を負わせた教職員	○			
	(3)相手方に軽傷を負わせた教職員	○			
	(4)他人の所有物に損傷を与えるなど交通事故を起こした教職員(自損事故を含む)	○			

▶ 2. 免職又は停職

非違行為等	具体例	免職	停職	減給	戒告
飲酒運転	(5)上記(1)～(4)以外で、飲酒運転をした教職員 ※ 飲酒運転をした管理職員(管理職手当の支給を受ける教職員は、原則として免職とする。)	○	○		

■ コラム欄の再問にお答えください。

○ 正解

左の表に示したように、**飲酒運転で事故を起こした場合は、自損事故であっても、原則として免職となります。**

(問6)

飲酒運転を知っていて、同乗した教職員の懲戒処分はどうなりますか。次の1～2から選んでください

▶ 1. 免職又は停職

▶ 2. 免職・停職・減給・戒告のいずれか

12 問6で「1」を選んだ人は正解です

研修テーマ

■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

飲酒運転をした教職員の標準的な処分量定

▶ 1. 免職又は停職

非違行為等	具体例	免職	停職	減給	戒告
関係者の責任	(1)飲酒運転、ひき逃げ、当て逃げ等の <b>悪質な法令違反の車両の同乗者</b> 及び <b>道路交通法違反を教唆又はほう助したと認められる教職員</b>	○	○		

▶ 2. 免職・停職・減給・戒告のいずれか

非違行為等	具体例	免職	停職	減給	戒告
関係者の責任	(1)飲酒運転等悪質な法令違反があった場合において、当該飲酒等の事実について責任があると認められる教職員	○	○	○	○

■ コラム欄の再問にお答えください。

○ 正解

左の表に示したように、飲酒運転を知っていて**同乗した教職員は免職又は停職となります。**

(問7)

A教諭が、車を運転して帰るので酒は飲めないと断ったにもかかわらず、B教諭が**飲酒を強要し**、同席していたPTA役員を自宅まで送るよう依頼した結果、A教諭が飲酒事故を起こしてしまった。B教諭はどうなりますか。次の1～2から選んでください

▶ 1. 免職又は停職

▶ 2. 免職・停職・減給・戒告のいずれか

13 問7で「1」を選んだ人は正解です

研修テーマ

■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

飲酒運転をした教職員の標準的な処分量定

▶ 1. 免職又は停職

非違行為等	具体例	免職	停職	減給	戒告
関係者の責任	(1)飲酒運転、ひき逃げ、当て逃げ等の悪質な法令違反の車両の同乗者及び道路交差法違反を教唆又はほう助したと認められる教職員	○	○		

▶ 2. 免職・停職・減給・戒告のいずれか

非違行為等	具体例	免職	停職	減給	戒告
関係者の責任	(1)飲酒運転等悪質な法令違反があった場合において、当該飲酒等の事実について責任があると認められる教職員	○	○	○	○

※ 教職員の懲戒処分の指針(徳島県教育委員会)は、「コンプライアンスハンドブック」の『参考資料』に掲載されています。入手したい方は、こちらをご覧ください。

■ コラム欄をお読みください。

○ 正解

運転者に対して飲酒を強要し、飲酒後運転を依頼する行為は、飲酒運転のほう助にあたり、免職又は停職となります。

・このように、自分が飲酒運転をしないだけでなく、一緒にお酒を飲む人にも、帰宅方法を確認し、絶対飲酒運転をしないよう気をつけてください。

さて、平成22年度に発生した教職員による飲酒運転の事例を見てみましょう

▶ 次のページ

14 飲酒運転の事例1・2

研修テーマ

■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

【代行で帰ったはずなのにー事例1・2】

**事例1**  
市内で同僚らとビールなどを飲んだ後、代行運転で知人宅へ行って、知人宅付近の路上に停車した車を空き地へ移動させようとバックしたところ、路上にいた男性2人に接触して軽傷を負わせた。

**事例2**  
市内の居酒屋で開かれた学校の文化祭の打ち上げで生ビール4、5杯と酎ハイ1・5杯を飲み、午後11時ごろ、代行運転を利用して別の飲食店に移動し、さらにビールを飲んで、翌日午前1時過ぎ、自分の車を運転して帰宅する途中、検挙された。

■ コラム欄をお読みください。

(問8)

事例1、事例2の問題点はどこにあるでしょうか。それぞれ指摘してください。

【事例1の問題点】

代行を利用して、友人宅まで行ったのに、空き地に入れるために自分で車を運転した。

【事例2の問題点】

代行運転を利用して別の飲食店に移動し、さらにビールを飲んで、翌日午前1時過ぎ、自分の車を運転して、帰宅。

飲酒運転にまつわる不可解な事例は、まだまだあります。

▶ 次のページ

15 飲酒運転の事例3・4

研修テーマ

■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

【これは明らかに飲酒運転でしょうー事例3・4】

**事例3**  
午後7時ごろ自宅で水割り3杯を飲み、車を運転して買い物に行く途中、丁字路交差点で一時停止中の車に接触した。呼気1リットル当たり0.15mg以上の酒気が検出された。

**事例4**  
町内のスナック数軒で生ビール数杯と日本酒数本を飲んだが、「足元がふらつかない」と判断して乗用車で帰宅する途中だった。

■ コラム欄をお読みください。

(問9)

事例3、事例4の問題点はどこにあるでしょうか。それぞれ指摘してください。

【事例3の問題点】

水割り3杯を飲んで車を運転することを「異常だと思わない」ところに問題があります。

【事例4の問題点】

生ビール数杯と日本酒数本を飲んで、「足元がふらつかない」と判断して乗用車で帰宅することは、正常な判断とは思えないでしょう。

このように、飲酒によって正常な判断ができなくなるのはなぜでしょうか？

▶ 次のページ

## 研修テーマ

## ■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

## 説明できない不可思議な行動 第1段階

## 【ほろ酔い期】

- ・ビール 1～2本
- ・日本酒 1～2合
- ・呼気 0.1～0.5mg/l  
(アルコール濃度)



- ・ほろ酔い期では、大脳の抑制が取れるため、気分が高ぶりおしゃべりになったり、手足の運動が活発になったりします。
- ・一方、集中力・判断力・思考力が鈍り、反射神経や動体視力などにも重大な影響が出るといわれています。

■ コラム欄の質問にお答えください。

## 楽しいお酒

ほろ酔い期で飲酒を止めておけばいいのですが…

## (問10)

この段階で、飲酒を止められますか？

- ▶ 1. はい、止められます。
- ▶ 2. いいえ、止められない。

## 17 問10で「1 はい、止められます」を選択した人

## 研修テーマ

## ■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

## 説明できない不可思議な行動 第2～4段階

## 【酩酊(千鳥足)期】

- ・ビール 2～4本
- ・日本酒 2～4合
- ・呼気 0.5～1mg/l  
(アルコール濃度)



- ・飲酒を続けると、ろれつが回らなくなったり、足元もおぼつかなく千鳥足になる「酩酊(めいてい)期」になります。
- ・感情の起伏が激しく、運動機能の麻痺が広がり、まともな運転ができる状態ではありません。

## 【泥酔期・昏睡期】

- ・さらに飲酒を続けると、歩行困難や意識が遠のく「泥酔期」を経て、意識を失ったり呼吸が止まる「昏睡期」にまで至ることもあります。

■ コラム欄をお読みください。

## ○ 妥当

「ほろ酔い期」で飲酒をやめると、比較的安全です。

「代行を呼んだのに、自分で運転してしまう。」なぜ？ それは、アルコールによって判断力・思考力が大きく低下しているからなのです。飲酒には、リスクが伴うのです。

**酒席には車で行かない**  
飲酒は判断力を低下させます。そこで、酒席には自家用車で行かないよう心掛けましょう。  
車で行って、代行で帰るとき場合は、予め代行業者と連絡を取り、早めに帰るようにしてください。

**お酒のことをもっと知ろう**  
お酒を楽しむためのアルコールの知識を身に付けましょう。

▶ 次のページ

## 18 問10で「2 いいえ、止められない」を選択した人

## 研修テーマ

## ■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

## 説明できない不可思議な行動 第2～4段階

## 【酩酊(千鳥足)期】

- ・ビール 2～4本
- ・日本酒 2～4合
- ・呼気 0.5～1mg/l  
(アルコール濃度)



## × 危険

あなたも不可解な行動をする可能性があります

「代行を呼んだのに、自分で運転してしまう。」なぜ？ それは、アルコールによって判断力・思考力が大きく低下しているからなのです。飲酒には、リスクが伴うのです。

この下は上の「17 問10で『1 はい、止められます』を選択した人」と同じ文章となります。

研修テーマ

■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

アルコール 1単位とは

【 1単位のアルコール = 純アルコール20g 】

- ・ビール中瓶 1本(500ml)
- ・日本酒 1合(180ml)
- ・ウイスキーダブル1杯(60ml)
- ・酎ハイ(7%) 1缶(350ml)
- ・ワイン 2杯(180ml)



■ コラム欄の質問にお答えください。

飲酒量を把握しよう

お酒を飲んでいるうちに、自分がどのくらい飲んだのか分からなくなってしまうか？

特に、いろいろな種類のお酒を、一晩の内に飲むと飲酒量が分からなくなりがちです。

そこで、アルコール単位で飲酒量を把握しましょう。

1単位のアルコール量

本文をご覧ください。1単位のアルコール量は純アルコールで20gです。アルコールの種類には関わらず、アルコール量で飲酒量を計算することができます。

▶ 次のページ

研修テーマ

■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

アルコール1単位を分解する時間

飲酒量とアルコール分解時間の関係(個人差があります)

● 体重約60kgの人が30分以内に飲んだ場合



1単位 ●

「飲酒運転根絶を目指して!!(内閣府・栃木県)」リーフレットより引用しました。

【1単位のアルコールを分解する時間】

- 男性は、飲み終わってからおよそ4時間
- 女性はおよそ5時間

■ コラム欄の質問にお答えください。

適度な飲酒量は1日1単位以内  
女性は半分に

「ほろ酔い」までにとどめること。それが1単位。

女性はアルコールの害を受けやすいので、この半分くらいにしましょう。

3単位飲んだら

半日(4時間) / 1単位 × 3単位 = 12時間アルコールが体内から消えません。

朝起きたときに、前夜のアルコールが残っているので運転すれば「飲酒運転」になってしまいます。

睡眠でアルコールは抜ける？

アルコールの分解は、睡眠中はぐっぐと遅れます。したがって、必要時間以上経過しないと絶対にアルコールは抜けないのです。

▶ 次のページ

研修テーマ

■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

何単位のアルコールを飲んだのでしょうか？

事例5

居酒屋2軒で友人2人と生ビール3杯、ウイスキー3〜4杯を飲んだ後、帰宅するために軽乗用車を運転し、近くで電柱にぶつかる事故を起こした。

運転代行を呼んでいたが、代行車が到着する前に自ら運転したとみられ、「運転を始めた前後の記憶がない」と話しているという。

■ コラム欄の質問にお答えください。

アルコール何単位？

この事例での、摂取アルコール量を計算してみましょう。

生ビールは、1杯 500mlの「生ビール中」と考えましょう。また、ウイスキーは濃さによって違いますが、ここでは、シングル(ウイスキー30ml入り)の水割りを4杯飲んだと仮定しましょう。

(問11)

何単位のアルコールを飲んでいるでしょうか？

- ▶ 1. 3単位
- ▶ 2. 5単位
- ▶ 3. 7単位

## 研修テーマ

## ■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

【記憶がない】

## 事例5

居酒屋2軒で友人2人と生ビール3杯、ウイスキー3〜4杯を飲んだ後、帰宅するために軽乗用車を運転し、近くで電柱にぶつかる事故を起こした。

運転代行を呼んでいたが、代行車が到着する前に自ら運転したとみられ、「運転を始めた前後の記憶がない」と話しているという。

■ コラム欄をお読みください。

## ○正解

- ・ビール 1単位×3=3単位
- ・ウイスキー(シングル)  
1/2単位×4=2単位
- ・合計 5単位

(記憶がない)

次に、「運転を始めた前後の記憶がない」との供述は、どう考えたらよいでしょうか？

▶ 次のページ

## 研修テーマ

## ■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

ブラックアウト

事例5では、「運転を始めた前後の記憶がない」と言っています。この現象は、大量飲酒したときにはみられるもので、ブラックアウトといえます。

記憶のときれは、数分から数時間、時には数日に及ぶこともあり、町中で飲酒していたのに気がいたら山の中を放浪していたという話も聞きます。

この間何もなければよいのですが、暴力などの問題行動があっても本人は覚えていないため、翌日には何もなかったかのように振る舞います。また、酩酊時に約束したことを翌日にはまったく覚えていないため、トラブルになることもあります。

■ コラム欄の質問をお読みください。

## アルコール依存症

「ブラックアウト」は、アルコール依存症の進行過程でもよく見られます。

これまで見てきた、事例の中でも、アルコール依存症が疑われる事例が含まれています。正しい知識を持ち、アルコール依存症を予防しましょう。

▶ 次のページ

## 研修テーマ

## ■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

アルコール依存症とは？

アルコール依存症について、一般には、誤ったイメージが持たれ、大量飲酒や常習飲酒者がアルコール依存者であると思われがちです。しかし、アルコール依存症は飲酒量や飲酒の仕方によって決定づけられるものではありません。



確かに常習飲酒者が圧倒的に多いことは事実ですが、周期飲酒者の中にも本症患者の1/3〜1/4の人々が含まれています。

■ コラム欄の質問にお答えください。

## アルコール依存症について

次の1〜5の各文の正誤を判断してください。

1. だらしない性格の人が、アルコール依存症になる。
2. 女性は、アルコール依存症になりにくい。
3. ビールだけしか飲まないで依存症にはならない。
4. 酒を飲んでも顔が赤くならないので、依存症にはならない。
5. 仕事をしているから依存症ではない。

(問12)

上の各項について、次の1〜3から適当なものを選んでください。

- ▶ 1. すべて正しい
- ▶ 2. 一部に誤りがある。
- ▶ 3. すべて誤りである。

## 研修テーマ

## ■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則明強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

## アルコール依存症に対する誤解

1. だらしない性格の人が、アルコール依存症になる。  
(誤り) 「依存症になりやすい性格」はありません。ただし「依存症になりやすい体質」はあります。
2. 女性はアルコール依存症になりにくい。  
(誤り) 女性ホルモンなどの関係で、女性の方が酒の害を受けやすく、依存症になりやすいのです。
3. ビールだけしか飲まないのが依存症にはならない。  
(誤り) 問題なのは酒の種類ではなく、飲んだものの中に含まれているエチルアルコールの総量。
4. 酒を飲んでも顔が赤くならないので、依存症にはならない。  
(誤り) 顔色が変わらない人は、たくさん飲んでも体調に異変がないため、気づかぬうちに大量のアルコールを摂取してしまうことになり、かえって依存症になる危険性大なのです。
5. 仕事をしているから依存症ではない。  
(誤り) アルコール依存症は進行性の病気です。たいくいの人は必死に問題を隠して仕事をこなしています。仕事に明らかな支障が出て、家庭崩壊に至ったりするのは依存症後期です。

アルコール薬物問題全国市民協会(ASK)のホームページから引用しました。詳しく学習したい方はこちらをご覧ください <http://www.ask.or.jp/>

## ■ コラム欄の質問にお答えください。

## ○ 正解

## (その他の項目)

6. アルコール依存症者は、意志が弱いので酒がやめられない？  
ちがいます。飲酒をコントロールできないのは、意志が弱いからではなく病気の症状。また、酒が切れると離脱症状(禁断症状)が出てくるので、それがつらくて飲んでしまうのです。
7. 肝臓が悪くなければ、まだ依存症ではない？  
障害の出方には個人差があります。肝臓が悪くならず、脳神経系に障害が出るタイプの人もありますので、いちがいに言えません。
8. アルコール依存症になったら、死ぬまで酒をやめられない？  
コントロールを失う病気ですから、自己流でやめるのは無理です。けれど、治療・援助を受ければお酒をやめられます。
9. 病気が治れば、また飲めるようになる？  
アルコール依存症は、糖尿病と同じような慢性病です。回復はあっても完全に治ることはなく、病気と上手につき合っていくことが大切です。

## ▶ 次のページ

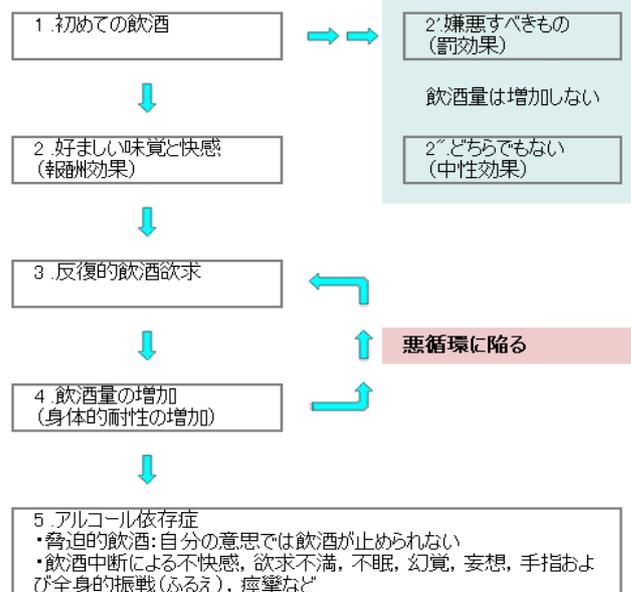
## 26 アルコール依存症のメカニズム

## 研修テーマ

## ■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則明強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

## アルコール依存症のメカニズム



## ■ コラム欄を読み、問にお答えください。

## なぜアルコール依存症になるのでしょうか？

・はじめての飲酒(初期体験)によって、アルコールの作用はさまざまであり、好ましい味覚と快感が得られた場合(報酬効果)、嫌悪すべきものとしての効果であった場合(罰効果)、そのどちらでもなかった場合(中性効果)とに区分されます。

・報酬効果の得られた人にとっては当然の結果として繰り返し反復飲酒の欲求がおこってきます。

## (依存症の形成の要因)

・アルコールのもつ薬理作用としての依存性(習慣性)によって、反復欲求が生じる。  
・身体的耐性が生じて飲酒量が増加してくる。

## (問13)

・アルコール依存症を防止するために、どのようなことが必要だと思いますか。

▶ 1. アルコール依存症についての知識を持ち、適切に飲酒量をコントロールする。

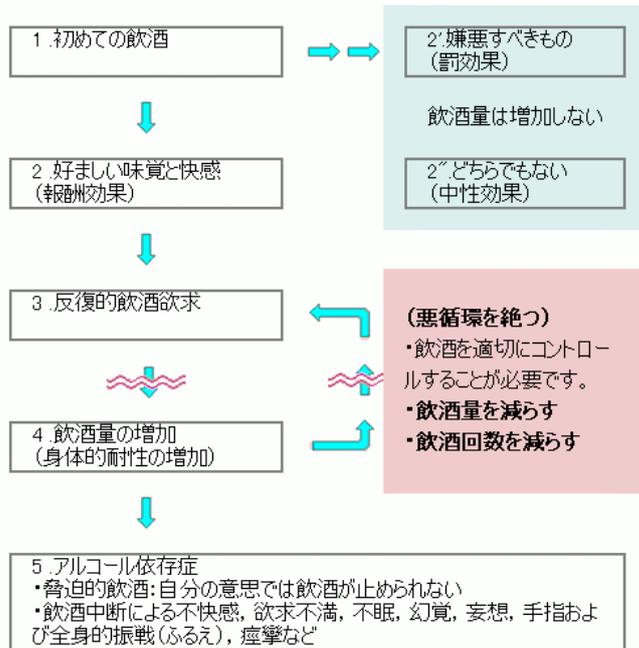
▶ 2. アルコールは決して飲まず、断酒をする。

研修テーマ

■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

アルコール依存症のメカニズム



■ コラム欄を読み、問にお答えください。

○妥当

(依存症のはじまり)

・反復する飲酒欲求による周期的、持続的な飲酒によって、アルコール耐性が形成されて、飲酒量が徐々に増加する段階から、すでにアルコール依存症のはじりです。

(依存症の予防)

・この時期に飲酒抑制(自制)され、飲酒回数や飲酒量をコントロールする努力がなされることが予防の第1段階です。  
・この飲酒抑制が減退したり失われてしまうと、たちまちのうちにアルコール依存が形成され、アルコール依存症が完成されてしまうこととなります。

(問14)

・アルコール依存症と診断されたら、どうしたらよいのでしょうか。

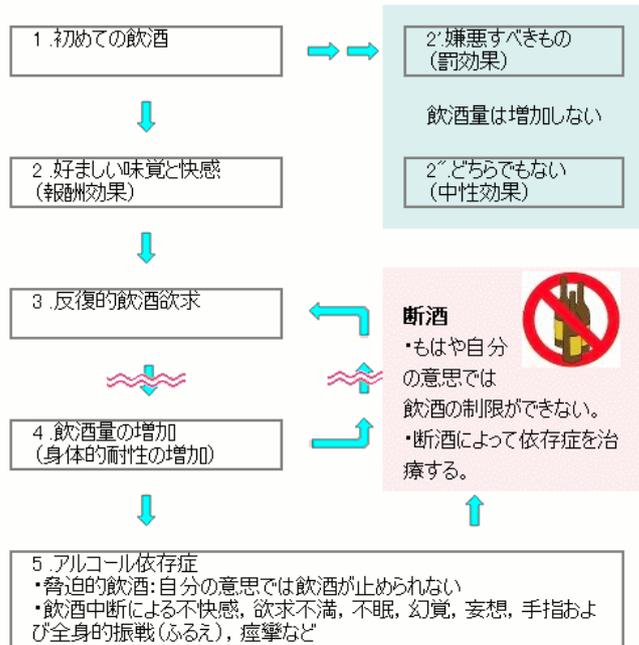
- ▶ 1. アルコール依存症についての知識を持ち、適切に飲酒量をコントロールする。
- ▶ 2. アルコールは決して飲まず、断酒をする。

研修テーマ

■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

アルコール依存症のメカニズム



※医療法人全隆会指宿竹元病院のホームページを参考にしました。もっと学習したい方はこちらをご覧ください <http://www.synapse.ne.jp/~sein/>

■ コラム欄をお読みください。

○正解

悪循環のサイクルが形成してしまうと、自力ではほとんど断酒することが不可能となります。

・断酒への意欲や生活向上を志向する高い精神的レベルのエネルギーは消費されて、人格レベルの低下をきたしているために、もはや自発的な治療意欲さえ失われているのが実状です。

(治療が必要です)

・アルコール依存症の治療、それはアルコールをきっぱりとやめること、即ち、断酒が唯一の治療法なのです。

(セルフチェック)

・あなたは、アルコール依存症の心配はありませんか？  
簡単なセルフチェックができますのでやってみてください。

▶ 次のページ

29 アルコール依存症セルフチェック

コンプライアンス研修

■ 飲酒運転の撲滅／アルコール依存症

徳島県教育委員会コンプライアンス推進室

研修テーマ

■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

アルコール依存症セルフチェック (CAGE)

1. あなたは今までに、自分の酒量を減らさなければいけないと感じ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ちや罪悪感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)

※ アルコール依存症についての相談は、こちら(徳島県庁コールセンター すだちんコール)まで。

■ コラム欄をお読みください。

(セルフチェック)

本文の1～4までの項目をチェックしてください。あなたは、何項目あてはまりますか？

1. あてはまらない。
2. 1項目あてはまる。
3. 2項目以上あてはまる。

2項目以上あてはまる人

あなたは、アルコール依存症の可能性が大了。専門機関にご相談ください。

相談先は、本文の下にある「すだちんコール」をご参照ください。

▶ 次のページ

30 これから飲酒の機会が増えます

コンプライアンス研修

■ 飲酒運転の撲滅／楽しく働きがいのある職場

徳島県教育委員会コンプライアンス推進室

研修テーマ

■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

これから飲酒の機会が増えます

- ・一学期の打ち上げ
- ・職員球技大会打ち上げ
- ・学年や校務分掌で
- ・仲間内でビアガーデンに
- ・バーベキューパーティー・・・etc

■ コラム欄の質問にお答えください。

(問15)

・あなたは、飲み会にどのような方法で行きますか？

- ▶ 1. お酒は飲まないで、自家用車で行きます。
- ▶ 2. お酒を飲むので、車は置いて、公共交通機関や徒歩で行きます。
- ▶ 3. お酒は飲むのですが、自家用車で行って代行運転で帰ります。

31 問15で「1」を選択した人

コンプライアンス研修

■ 飲酒運転の撲滅／楽しく働きがいのある職場

徳島県教育委員会コンプライアンス推進室

研修テーマ

■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

ハンドルキーパー運動

ハンドルキーパー運動は、自動車で飲食店に来て飲酒する場合、仲間同士や飲食店の協力を得て飲まない人(ハンドルキーパー)を決め、その人は酒を飲まず、仲間を自宅まで送り、飲酒運転事故を防止する運動です。



ハンドルキーパーとしたのは、酒を飲まない人(ハンドルキーパー)が、大事な自動車のハンドルを握り(キープし)、飲酒運転を防ぐことによって人の命を守る(キープする)という意味を込めています。

※ 仲間内で飲み会をするときには、ハンドルキーパーを決めましょう

■ コラム欄をお読みください。

○あなたは安全です

・コンプライアンスカードを着用し、**飲酒は「NO」**と表示してください。

・できたら、ハンドルキーパーとなり、飲酒した人を自宅までお送りください。

▶ 次のページ

32 問15で「2」を選択した人

コンプライアンス研修

■ 飲酒運転の撲滅／楽しく働きがいのある職場

徳島県教育委員会コンプライアンス推進室

研修テーマ

■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

ハンドルキーパー運動

ハンドルキーパー運動は、自動車で飲食店に来て飲酒する場合、仲間同士や飲食店の協力を得て飲まない人(ハンドルキーパー)を決め、その人は酒を飲まず、仲間を自宅まで送り、飲酒運転事故を防止する運動です。



○あなたは安全です

・コンプライアンスカードを着用し、帰宅は「バス・汽車」又は「徒歩」と表示してください。

・できたら、代行運転で帰る人を、見送ってあげてください。

▶ 次のページ

33 問15で「3」を選択した人

コンプライアンス研修

■ 飲酒運転の撲滅／楽しく働きがいのある職場

徳島県教育委員会コンプライアンス推進室

研修テーマ

■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

ハンドルキーパー運動

ハンドルキーパー運動は、自動車で飲食店に来て飲酒する場合、仲間同士や飲食店の協力を得て飲まない人(ハンドルキーパー)を決め、その人は酒を飲まず、仲間を自宅まで送り、飲酒運転事故を防止する運動です。



×危険性があります

・コンプライアンスカードを着用し、帰宅は「代行」と表示してください。

・できたら、車のキーは、仲間や飲食店に預けて、代行が来てから受け取るようにしてください。

▶ 次のページ

34 職場ぐるみで飲酒運転防止

コンプライアンス研修

■ 飲酒運転の撲滅／楽しく働きがいのある職場

徳島県教育委員会コンプライアンス推進室

研修テーマ

■ 飲酒運転の撲滅

過去10年間の交通事故  
飲酒運転の罰則強化  
教職員の懲戒  
飲酒運転の事例  
アルコールの影響  
事例研究  
アルコール依存症  
楽しく働きやすい職場

職場ぐるみで飲酒運転防止

飲酒運転防止は職場ぐるみで!

コンプライアンスカードを着用し、みんな  
で確認

- 車は家や職場に置いて行く
- ×運転者には酒をすすめない
- 帰宅方法を全員で確認する
- 代行での帰宅は必ず見送る

- ×アルハラ・セクハラ・パワハラ禁止
- 楽しい職場は互いの思いやり
- ×過度な残業は健康の大敵
- 酒に依存せず、明るく楽しく!

互いを尊重し、  
何でも言い合える  
楽しい職場づくり

風通しが良く、活力のある職場にいきましょう。

■ コラム欄をお読みください。

これで「飲酒運転の撲滅」研修を終わります。

- ・たくさんの項目の研修お疲れ様でした。質問の解答に対する得点は出ませんのでご了承ください。
- ・今回の研修のポイントは次の5点です。「あれ～、何だった?」と思う点がありましたら、もう一度復習してください。

- ▶ 1. 飲酒運転の罰則強化
- ▶ 2. 教職員の懲戒
- ▶ 3. 飲酒運転の事例
- ▶ 4. アルコールの影響
- ▶ 5. アルコール依存症

徳島県の教職員の皆様をお願いします

Web研修が終わりましたら、職場で配付されました、アンケートにお答えください。