

間違っただ判断が命取り

自動車関連情報アーカイブ

忘年会のシーズンが近づいてきました。お酒に対して間違っただ知識をもってはいないでしょうか？飲酒運転の死亡事故率は「飲酒なし」の場合に比べ約 8.2 倍と、致死率が高くなっています。（平成 22 年 3 月末、警察庁交通事故統計より）「このくらいの量なら、自分は酔わないだろう」「一晩寝れば、次の日にはお酒は抜けているだろう」という軽い気持ちで、一生を台無しにするきっかけとならないよう、お酒についての正しい知識を身に付けましょう。

2008 年に厚生労働省が初めて全国規模で実施した調査によると、成人男性（平均年齢 53 歳）の 32%、成人女性（平均年齢 43 歳）の 8% もの人が飲酒運転を経験したことがあるという結果が出ています。経験した人はいずれも、常識的と思われる年齢層で、「時間がたっているので大丈夫だと思った」「酔っていないと思った」という理由を挙げており、自分は大丈夫と過信したまま飲酒運転をしていることがわかります。それでは、実際にお酒が完全に体内で処理されるまでにどれくらいの時間がかかるのでしょうか？体内でのアルコールの処理は体重 1 kg につき、1 時間で 0.1g の速度です。

例えば、体重 60 kg の人なら、アルコール 1 単位※を処理するまでに、3～4 時間かかります。また、3 単位摂取したならば、処理するのに半日近くもかかるのです。たとえ、飲み会からタクシーや運転代行を利用して帰宅したとしても、翌朝の運転は二日酔いの状態ですしていることとなります。勤務（運転）時間の前 8 時間の飲酒は禁止するよう徹底させましょう。

※ アルコール 1 単位＝純アルコール 20g

純アルコール 20g の例（3～4 時間で処理できるアルコール量 [体重 60kg の人の場合]）

ビール	日本酒	ウィスキー	ワイン	チューハイ	焼酎
500ml	1 合	ダブル 1 杯	350ml	小グラス 2 杯	コップ半分

（特定非営利活動法人 ASK HP より引用）

また、お酒が強い人は、「自分は酔っていない」という思い込みが強いため、飲酒運転を起こす危険度はさらに高くなります。しかし、酔っていないと思っても、アルコールは着実に身体機能に次のような障害を生じさせます。

- ① 運動機能の低下（ブレーキやハンドル操作が遅れる）
- ② 自制心の低下（運転が乱暴になる）
- ③ 視力の低下や視野の狭小などが生じることとなります。

しかも、忘年会などの席では、本人の意思だけでは飲酒を止めることができません。以上のように、飲酒運転は、運転者本人だけの力では止めることができない場面もあります。また、「知らなかった」で済まさないために、周りの方もお酒に対して正しい知識を持ち、全社をあげて飲酒運転の防止に取り組みましょう。