

## 《飲酒運転ゼロテスト解説集》

### 【ゼロテスト:問題1】

お酒を飲んでの車の運転は、

A:飲んだ量が少しだけならしてもいい

B:酔っていなければしてもいい

C:絶対してはいけない

⇒正解：C 一滴たりとも、飲んだら運転絶対ダメ！

道路交通法 65 条 1 項には、「何人も酒気を帯びて車両等を運転してはならない。」と規定されています。飲酒運転には酒気帯び運転と酒酔い運転があり、酒気帯び運転で検挙された場合、「3 年以下の懲役又は 50 万円以下の罰金」となり、免許取消し又は停止となります。

飲酒運転は無条件に、絶対してはいけないということを改めて自覚して、強い心を持って行動していきましょう。

### 【ゼロテスト：問題2】

酒酔い運転とは、呼気 1 ℓ 中のアルコール濃度が、

A:0.5mg 以上検出

B:1 mg 以上検出

C:アルコール濃度は関係ない

⇒正解：C 酒酔いの状態であれば濃度は関係なし！

呼気中アルコール濃度に関わらず、「まっすぐ歩けない」「受け答えがおかしい」など、客観的に見て酔っていて正常な運転ができないおそれがある状態であれば、酒酔い運転となります。

酒酔い運転は、免許取消し、5 年以下の懲役又は 1 0 0 万円以下の罰金になります。

酒気帯び運転の基準に該当しなくても酒酔い運転になる可能性があります。

### 【ゼロテスト：問題3】

呼気中アルコール濃度は、

A:お酒に強い人は高くなる

B:お酒に弱い人は高くなる

C:お酒に強い弱いは関係ない

⇒正解：C お酒に強い弱いは関係なし！

呼気中のアルコール濃度は、お酒に強い人、弱い人に関係なく同等です。

「お酒に強いから大丈夫」ということではないので注意しましょう。

### 【ゼロテスト：問題4】

アルコールの 1 単位とは、純アルコール

A:1 0 g

B:2 0 g

C:5 0 g

を含む酒量をいう。

⇒正解：B アルコール 1 単位は 2 0 g！

ビールなら 500ml、日本酒 180ml、ウイスキー 60ml、ワイン 200ml、チューハイ（7%）350ml、焼酎（25 度）100ml に含まれる純アルコール量 20g = 1 単位です。

飲むときのアルコール摂取の目安にしましょう。

### 【ゼロテスト：問題5】

アルコールが体内から抜ける時間は、缶チューハイ 1 缶（アルコール度数 7%、350ml）で

A:約 1 時間

B:約 5 時間

C:約 1 0 時間

⇒正解：B チューハイ（7%）1 缶、抜けるの 5 時間！

純アルコール量 20g を含む酒量を「1 単位」として計算すると、アルコールが体内で分解されるまでにかかる時間は、およそ 5 時間程度とされています。ただし、これはあくまでも目安です。

年齢や性別、体重、体質などによって分解速度に個人差があるので十分注意しましょう。

### 【ゼロテスト：問題 6】

アルコールを体内から早く抜く方法は、

A:水を飲む

B:お風呂・サウナに入る

C:この選択肢に正解はない

⇒正解：C お風呂に入ったりしてもお酒は抜けない！

水を飲んでも血中アルコール濃度は薄まりません。

また、飲酒後お風呂やサウナに入ると、全身に血液が分散されて肝臓などの臓器へ血液の供給が減ってしまうため、かえってアルコールの分解に時間がかかってしまいます。

誤解しないよう注意してください。また、二日酔い運転も飲酒運転です。気をつけましょう。

### 【ゼロテスト：問題 7】

お酒を飲んだあとと寝ると、アルコールの分解は、

A:速くなる

B:遅くなる

C:変わらない

⇒正解：B 寝ると抜けるは大間違い！

睡眠中はアルコールの分解速度が半分程度遅くなることが研究で示されています。

たとえばビール 500ml と日本酒 1 合を 11 時まで飲んですぐに寝た場合、2 単位だから翌朝 9 時にはお酒が抜けて運転ができると思って、まだ体内のアルコールが全て分解されていない可能性があるということです。

睡眠を十分とったから大丈夫、とは言えないので注意しましょう。

### 【ゼロテスト：問題 8】

お酒に強い人と、弱い人、アルコールの脳への影響は、

A:強い人が少ない

B:弱い人が少ない

C:どちらもある

⇒正解：C 少量飲んでも、脳への影響あり！

お酒に強い人、弱い人に関わらず、アルコールは少量でも脳の機能をマヒさせます。例えば「視野が狭くなる」「運動能力の低下」「認知判断力の低下」など、自分の意識以上に影響が出ていることを認識しておきましょう。

低濃度のアルコールでも数%、高濃度では十数%、ブレーキを踏むのが遅くなるという研究結果もあります。

### 【ゼロテスト：問題 9】

車を運転してきたと知りながらお酒を提供し、その人が酒気帯び運転で検挙された場合、お酒の提供者は、

A:2 年以下の懲役又は 30 万円以下の罰金

B:5 万円の罰金

C:罪にならない

⇒正解：A 乗るなら飲ませない、飲んだら乗らせない！

酒酔い運転の場合は更に重く、お酒の提供者は「3 年以下の懲役又は 50 万円以下の罰金」です。

同乗者や車両を提供した人にも罰則があります。

飲酒運転を防ぐには、周りの人たちの注意も欠かせません。みんなで飲酒運転をなくしましょう！

### 【ゼロテスト：問題 10】

2021 年、全国における飲酒運転で事故を起こした場合の死亡率は、飲酒なしの

A:約 3 倍

B:約 5 倍

C:約 9 倍

⇒正解：C 飲酒運転の場合、死亡事故率は約 9 倍に！

警察庁の調査資料によると、2021 年の飲酒運転死亡事故率は、飲酒なしに比べ約 9 倍も高くなっています。

しかもその内の 3 割は運転者以外の第三者を巻き込んでいます。

お酒を飲んで運転すると人身事故など重大事故につながる可能性が飛躍的に高くなります。飲酒したら絶対に車両を運転してはいけません。