

飲酒運転は確実に
車を凶器に変える行為です!

飲酒運転
のない
広島県をめざして!



飲酒運転で実刑判決を受けたKさんの手記



●この手記は、NPO法人アルコール薬物問題全国市民協会(ASK)ホームページ(http://www.ask.or.jp/ddd_k.html)から抜粋したものです。

■甘かった認識

私は、ある愚かな交通違反-飲酒運転-を犯し、その報いを受けて、現在絶望と失意の日々を送っています。お酒を飲んでも自分は運転がうまいし、酔わないから運転しても事故さえ起こさなければ大丈夫……そんな風に考えることが恐ろしい過ちであることを私は身を持って知りました。

■酒気帯び運転で現行犯逮捕 -21日の拘留

2年前に酒気帯び運転で起訴され、正式な裁判を受けました。判決は懲役3ヵ月、執行猶予2年という温情あるものでしたが、(中略)気の緩みと仕事からくるストレスで、あろうことか執行猶予期間中につき再びお酒を口にして運転してしまいました。そして警察の呼気検査を受け、酒を飲んでいることがわかり、その場で現行犯逮捕されました。

“人身事故を起こしたわけではないので、なんとか厳しい刑罰にならないでほしい”

そんな私の甘えた望みは根本的に間違ったものでした。72時間の警察・検察による取り調べのうち、10日間の拘留が決まりました。

拘留中、警察と検察の厳しい取調べが続きました。会社にも連絡をつけることができず、家族とも自由に話せず絶望的な日々が続きました。まったく自由がなく、いつになれば出られるかわからない日々。取調べのために検察庁に移動するバスの中から逃げ出したい衝動に何度もかられました。窒息しそうでした。

10日間の拘留を経て、5日間の拘留延長が決まりました。そのときの絶望感はとても表現できません。家族と弁護士先生は何とか保釈許可を取り付けようと必死の努力をしてくれ、許可がおりて、留置所から出所できたのは21日を経た後でした。

■懲役4ヵ月の実刑判決 -失ったものの大きさ

下された判決は懲役4ヵ月の実刑判決。さらに、会社に対しては正式な説明なく会社を休んだことや、取締役として不適格であるとの理由から、退職せざるを得ない状態になりました。

今や、社会的地位も、経済的基盤も完全に失い、呆然と反省することしか私にはできません。人生の全てが根元から変わってしまいました。これからどう生きていったらよいかもわかりません。違反を起こした日に戻れるなら、飲酒して運転することなど死んでもしない。しかし、どれほど望んでも時計の針を戻すことはできない。なんということを自分はしてしまったのか。そんな砂を噛むような思いに苛まれながら、毎日時間が過ぎていきます。

お酒を飲んで運転をすることは重大かつ深刻な犯罪であること。その行為を罰する法律は容赦なく厳格であることを忘れてはならないと思います。

そして、それは、あなたの人生にも起こりうることだということも。

飲酒運転の罰則が強化されました!

飲酒運転をした人の6割以上が「一発免許取消し」になっています!

運転者の状況		罰則	違反点	行政処分
酒酔い運転 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で運転		5年以下の懲役または100万円以下の罰金	35点	免許取り消し (欠格期間3年)
酒気帯び運転	呼気中のアルコール濃度が0.25mg/ℓ以上	3年以下の懲役または50万円以下の罰金	25点	免許取り消し (欠格期間2年)
	呼気中のアルコール濃度が0.15mg/ℓ以上 0.25mg/ℓ未満		13点	免許停止 (90日)

※欠格期間とは、運転免許を取り消された場合に、運転免許を受けることができない期間
※前歴及びその他の累積点数がない場合



● 飲酒運転周辺者も厳しく罰せられます

- 車両提供した場合** …… 5年以下の懲役または100万円以下の罰金
- 酒類提供した場合** …… 3年以下の懲役または50万円以下の罰金
- 車両同乗した場合** …… 3年以下の懲役または50万円以下の罰金

「自動車の運転により人を死傷させる行為等の処罰に関する法律」のポイント

(飲酒運転関連部分のみ掲載しています)

罪名	適用要件等	罰則
危険運転致死傷罪	[第2条 第1号] 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 で走行させる行為	死亡:懲役1年以上 20年以下 負傷:懲役15年以下
	[第3条 第1項] アルコール又は薬物の影響により、 正常な運転に支障が生じるおそれがある状態 で運転し、正常な運転が困難な状況に陥り、人を死傷	死亡:懲役15年以下 負傷:懲役12年以下
	[第3条 第2項] 自動車の運転に支障を及ぼすおそれがある病気の影響により、 正常な運転に支障が生じるおそれがある状態 で運転し、正常な運転が困難な状態に陥り、人を死傷	
過失運転致死傷 アルコール等影響 発覚免脱罪	[第4条] アルコール又は薬物の影響により、 正常な運転に支障が生じるおそれがある状態 で運転し、人を死傷し、その後、 逃走等により飲酒等の影響の有無又は程度の発覚を免れる行為 をしたとき	懲役12年以下

※「自動車」には原動機付自転車も含まれます

(平成26年5月26日までに施行)



アルコールの血中濃度に安全域はありません

ごく少量の飲酒でも能力低下をまねき、アルコールの分解消化能力の高さ（酒の強さ）には関係なく身体能力は低下し、交通事故を起こす危険性が著しく高くなります。

広島県での飲酒運転の死亡事故率（平成25年中）

飲酒あり 死亡事故率約6.3% 総件数 128件中、死亡事故8件
飲酒なし // 約0.7% // 14,048件中、 // 104件

飲酒運転を
すると約**9倍**の
死亡率！

●運転に与える影響



●節度ある適度な飲酒のすすめ

節度ある適度な飲酒とは、一日平均純アルコールで約**20グラム程度**の飲酒です。純アルコール20グラムは、お酒の種類では次のようになります。



「酔い」がさめるまでの時間の目安（個人差があります）

例えば 缶ビール500ml



1本の場合 **4時間**

3本の場合 **12時間**

4本の場合 **16時間**

たとえば午後8時までに500ml缶ビールを3本飲酒した場合、「酔い」がさめるのは翌朝8時です。

➡ 出勤時間帯には運転できません！

「汗をかいたから大丈夫」は大きなまちがいです！

アルコールは肝臓で約90%が代謝され、残りの約10%は呼気や汗、尿として排出されますが、この割合は入浴や運動をしても変わりません。たくさん汗をかいても、酔いがさめることは、ありません。

アルコール依存症は病気です

早期発見が難しく、ひとたび発症すると、飲酒中心の生活となり、自らの健康だけでなく、家庭や仕事、人間関係などで問題を起し、多くのものを失う原因となります。

このため、アルコール依存症は、「**自分の意志では飲酒をコントロールできなくなる病気**」とされています。しかし、他の病気と同様、アルコール依存症も「治療により回復することが可能」です。治療に当たっては、まず何より本人が病気であることを自覚し、治そうとする意志を持つことが大切であり、家族など周囲の人も、アルコール依存症で本人が苦しんでいることを理解し、飲酒中心の生活を見直すよう働きかけたり、医療・保健機関等での治療を勧めるなど、積極的に支援する必要があります。



ご自分やご家族など周囲の方のことでお悩みの場合は、**早めに医療・相談機関等の助言・サポートを受けましょう。**



アルコール依存症の症状～心あたりはありませんか

- 飲酒をコントロールできず、飲酒中心の生活となる



- 強迫的な飲酒欲求があり、問題を起してもやめられない



- アルコールに対する耐性ができ、酒量が増え切れると不快になる



- アルコールの摂取を中断すると離脱症状が出る
…不眠、発汗、震え、めまい、吐気、幻覚など



● あなたの現在の状況をチェックしてみましょう

最終ページの「アルコール依存症自己チェック表(新久里浜式アルコール症スクリーニングテスト)」を試してみてください。

※新久里浜式アルコール症スクリーニングテスト: 独立行政法人国立病院機構久里浜医療センターが、我が国で初めて作ったアルコール依存症のスクリーニングテストを、最近改定したものです。



アルコール問題相談先

ご自分や周囲の人たちのお酒の飲み方に
疑問を感じたら、専門機関にご相談ください。



1 全国組織

名称	連絡先	活動内容
独立行政法人国立病院機構 久里浜アルコール症センター	046-848-1550	アルコール関連問題の治療・研究に関する我が国の中心施設。アルコール依存症に関して多彩な治療プログラムを用意している。
公益社団法人 全日本断酒連盟	03-3863-1600	昭和38年に結成され、日本最大の全国自助組織として、半世紀にわたって不特定多数のアルコール依存症とその家族の救済並びに酒害の啓発に努めている。
アルコホーリクス・アノニマス (AA)	03-3590-5377	アメリカで始まったアルコール依存症からの回復を目指す自助グループ。匿名で参加できる。
特定非営利活動法人 ASK (アルコール薬物問題全国市民協会)	03-3249-2551	アルコール問題の予防に取り組むNPO。教育プログラムの開発、出版、電話相談等を実施。飲酒運転防止に関し、企業コンサルティングも行っている。
AKK (アディクション問題を考える会)	03-3329-0122	平日10:00～16:00に電話相談を受けている。関東地方を中心に相談例会も実施。家族や関係者も参加できる。

2 広島県内の主な相談先(県や市町の機関)

	名称	連絡先	活動内容
県の機関	広島県立総合精神保健福祉センター	082-884-1051	精神保健福祉の相談機関 面接相談に応じる。(要予約)
	西部保健所(大竹市, 廿日市市)	0829-32-1181	精神保健福祉の相談機関 ○専門の医師による面接相談(要予約) ○保健師による電話・面接相談
	西部保健所広島支所(安芸高田市, 安芸郡, 山県郡)	082-228-2111	
	西部保健所呉支所(江田島市)	0823-22-5400	
	西部東保健所(竹原市, 東広島市, 豊田郡)	082-422-6911	
	東部保健所(三原市, 尾道市, 世羅郡)	0848-25-2011	
	東部保健所福山支所(府中市, 神石郡)	084-921-1311	
北部保健所(三次市, 庄原市)	0824-63-5181		
広島市の機関	広島市精神保健福祉センター	082-245-7731	精神保健福祉の相談機関 面接相談に応じる。
	中保健センター	082-504-2109	精神保健福祉の相談機関 ○専門の医師による面接相談(月1～2回・要予約) ○保健師による電話・面接相談(要予約) (面接相談は予約をお願いします。)
	東保健センター	082-568-7735	
	南保健センター	082-250-4133	
	西保健センター	082-294-6384	
	安佐南保健センター	082-831-4944	
	安佐北保健センター	082-819-0616	
	安芸保健センター	082-821-2820	
佐伯保健センター	082-943-9733		
福山市保健所健康推進課	084-928-3421	○専門の医師による面接相談(要予約) ○保健師による電話・面接相談	
呉市保健所健康増進課	0823-25-3542		

3 県内の医療機関

病院名	連絡先	所在地及び活動内容等
医療法人社団更生会 草津病院	082-277-1001	所在地：広島市西区草津梅が台 断酒会と連携しながら治療に当たっている。
医療法人社団恵愛会 安佐病院	082-873-2022	所在地：広島市安佐南区八木5丁目 地域の方と一緒に自助グループ活動に取り組み、専門的治療に当たっている。
広島医療生活協同組合 広島共立病院	082-879-1111	所在地：広島市安佐南区中須2丁目 地域の方と一緒に自助グループ活動に取り組んでいる。
医療法人せのがわ 瀬野川病院	082-892-1055	所在地：広島市安芸区中野東4丁目 自助グループと連携し、包括的医療を展開している。
呉みどりヶ丘病院	0823-72-6111	所在地：呉市阿賀北1丁目
特定医療法人大慈会 三原病院	0848-63-8877	所在地：三原市中之町6丁目 アルコール使用障害に対するプライマリケアの場を設けている。
医療法人社団緑誠会 光の丘病院	084-976-1415	所在地：福山市駅家町向永谷
医療法人絃友会 福山友愛病院	084-956-2288	所在地：福山市水呑町
医療法人社団二山会 宗近病院	082-423-2726	所在地：東広島市西条町御園宇
医療法人社団吉田会 吉田病院	0823-42-1100	所在地：江田島市江田島町津久茂2丁目 院内断酒会（月2回）や、江田島市アルコール相談会（月1回）を江田島市と共催している。

4 県内の断酒会・AA

会名	連絡先	活動内容等
広島県断酒会連合会	082-814-1874	
NPO法人 広島断酒ふたば会	082-814-1874	
呉みどり断酒会	0823-33-5571	毎週水・土曜日に開催。家族も一緒に参加を。
芸南断酒会	0846-22-4909	火曜日は竹原市内、木曜日は東広島市安芸津町、第3水曜日は大崎上島町で開催。
三原断酒友の会	0848-62-5612	毎週水・土曜日18時から三原市民福祉会館で例会を開催。
尾道断酒うず潮会	0848-45-3171	毎週月・木曜日に開催。どなたでも、気軽に参加を。
NPO法人 福山市断酒会	084-926-2880	自発的決意による断酒を実行する者を支援。
NPO法人 福山みずほ断酒会	084-952-2108	アルコール依存症その他の嗜癖に苦しむ人々の回復癒しをはかる。
備後断酒友の会	084-977-1200	毎週金・第2日曜日13時30分から精神保健センターえきやで開催(開催日については要確認)
府中断酒会	0847-68-2255	
庄原断酒会	0824-44-3213	
賀茂台地断酒会	0823-82-0806	毎週火曜日に開催。
AA中四国セントラルオフィス	082-246-8608	メンバーの条件は「酒をやめたい」ということだけで、それ以外のことは一切問わない。

※この他にも医療機関、断酒会、AAがありますので、詳しくは最寄りの相談先に問い合わせください。

アルコール依存症自己チェック ～あなたはいくつ当てはまりますか～

(新久里浜式アルコール症スクリーニングテスト)

男性版 (KAST-M) ●最近6カ月の間に、以下のようなことがありましたか。

	項 目	はい	いいえ
1	食事は1日3回、ほぼ規則的にとっている	0点	1点
2	糖尿病、肝臓病、または心臓病と診断され、その治療を受けたことがある	1点	0点
3	酒を飲まないと言えないことが多い	1点	0点
4	二日酔いで仕事を休んだり、大事な約束を守らなかつたりしたことがある	1点	0点
5	酒をやめる必要性を感じたことがある	1点	0点
6	酒を飲まなければいい人だとよくいわれる	1点	0点
7	家族に隠すようにして酒を飲むことがある	1点	0点
8	酒が切れた時に、汗が出たり、手が震えたり、イライラや不眠など苦しいことがある	1点	0点
9	朝酒や昼酒の経験が何度かある	1点	0点
10	飲まないほうがよい生活が送れそうだと思う	1点	0点
	合 計		点

判 定

- ・合計点が4点以上：アルコール依存症の疑い群
- ・合計点が1～3点：要注意群。ただし、質問項目1番による1点のみの場合は正常群
- ・合計点が0点：正常群

女性版 (KAST-F) ●最近6カ月の間に、以下のようなことがありましたか。

	項 目	はい	いいえ
1	酒を飲まないと言えないことが多い	1点	0点
2	医師からアルコールを控えるようにいわれたことがある	1点	0点
3	せめて今日だけは酒を飲みたいと思っても、つい飲んでしまうことが多い	1点	0点
4	酒の量を減らそうとしたり、酒を止めようと 試みたことがある	1点	0点
5	飲酒しながら、仕事、家事、育児をすることがある	1点	0点
6	私のしていた仕事を周りの人がするようになった	1点	0点
7	酒を飲まなければいい人だとよくいわれる	1点	0点
8	自分の飲酒についてうしろめたさを感じたことがある	1点	0点
	合 計		点

判 定

- ・合計点が3点以上：アルコール依存症の疑い群
- ・合計点が1～2点：要注意群。ただし、質問項目6番による1点のみの場合は正常群
- ・合計点が0点：正常群