

飲酒運転で検挙された者に対しアンケート調査を実施したところ、飲酒運転した理由は、「飲酒量が少量でその程度は大丈夫と思った」が約3割で、出勤時間帯（06:00～10:00）に検挙された者は、約2割を占めます。

つまり、アルコールは思っているよりも身体に残ってしまうのです。翌日に車を運転する予定があれば、アルコールの分解時間を考慮し節度ある飲酒に心がけましょう。

長時間飲酒した場合や、多量に飲酒した場合は、車の運転は控えましょう!!

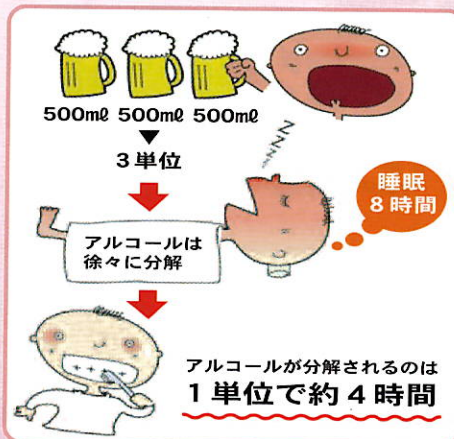
アルコールの知識

アルコールの単位、処理にかかる時間

覚えてください！アルコール1単位＝純アルコール20gを含む酒量

ビール 1単位	チューハイ 1単位	泡盛 1単位
500ml	350ml	100ml (コップ半分)
アルコール度 5%	アルコール度 7%	アルコール度 25%

***** アルコールの処理にかかる時間 *****



体内でのアルコールの処理は体重1kgにつき、1時間で0.1グラムという速度です。たとえば体重60kgの人が1単位処理するには3～4時間かかります。体重60kgの人が飲酒して8時間後に勤務したとします。2単位ならアルコールは検出されませんが、3単位だと…？検出されることとなりますね。

これはあくまでも目安です。日頃飲みすぎがたたって肝臓が弱っていたり、風薬を飲んでいたりしたら、アルコールの処理はもっと時間がかかるかもしれません。

つまり、**3単位×4時間＝12時間**
まだ体内には約1単位分のアルコールが残った状態なのです。