

# 飲酒運転根絶に向けて 管理体制の強化と指導、 啓発活動の推進を

## 【厳正な点呼の実施】

- 出庫時・帰庫時は対面点呼を確実に実施する。
- 酒気帯びの有無について運転者が申告しやすい環境づくりに努める。
- アルコール検知器による確認を徹底する。

## 【飲酒状況等の実態把握】

- 管理者による個別面談や運転者からの申し出、健康診断結果等により、運転者の飲酒実態を把握する。
- 運転者の雇用時に飲酒傾向を確認する。

## 【従業員への指導・啓発】

- 飲酒運転防止教育を積極的に推進する。
- ・ 飲酒運転に対する罰則・処分
- ・ 飲酒が運転に及ぼす影響
- 勤務時間前の飲酒禁止等の遵守事項を徹底する。

## 【家庭への啓発・広報】

- 飲酒習慣の改善や節酒等に対する協力を手紙等により家族に要請する。

**アルコール依存症は、**多量の飲酒を続けることで脳の機能が変化して、自分では酒の飲み方（飲む量、飲む時間、飲む状況）をコントロールできなくなる**病気です**。本人は自覚がなく気づきにくいいため、本人の意志でコントロールしようとしても度々失敗します。本人が回復の必要性を自覚するまでには時間がかかることから、**周囲の人の適切なサポートが必要です**。

# アルコールに関する正しい理解を



## 飲酒と運転の分離

(酒量に応じた間隔の確保) の徹底をお願いします！

### 飲酒運転事例



プロとしての自覚ある行動を!

- × 仮眠したから運転しても大丈夫だと思った・・・
- × 少ししか飲んでないから大丈夫だと思った・・・

## 飲んだ量を「ドリンク」で把握しましょう!

ビール 5%  
ロング缶1本 500ml

ワイン 12%  
グラス1杯 200ml

焼酎 25%  
コップ1/2 100ml

チューハイ 7%  
ショート缶1本 350ml

日本酒 15%  
10勺(1合) 180ml

ウイスキー 43%  
2ショット(2オンス) 60ml

2ドリンクの目安 2ドリンク 分解するのに最低 4時間 必要です。

「健康で飲める人」の基準 1日2ドリンク

アルコールの「1ドリンク」➡ 純アルコールが 10g 含まれる飲料

※ 上記はあくまでも「健康で飲める人」の基準であり、個人差があるため業務前のアルコール検知器の確認を必ずお願いします。