

安管情報 No.4

令和6年12月2日
 北海道安全運転管理者事業主会
 北海道安全運転管理者協会
 (事務局011-241-3959)

二日酔いによる飲酒運転に注意!

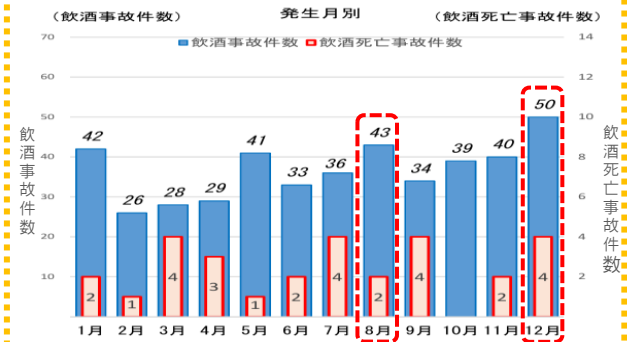
早いもので、今年も残り1ヶ月となりました。これからの時期は飲酒の機会が多くなると考えられます。飲酒した翌日には体内にアルコールが残っている可能性があり、その状態で運転すると飲酒運転になります。

このような、いわゆる「酒気残り運転」を避けるためにも、翌朝運転する予定がある場合は深酒を控え、また、「一晩寝たから大丈夫」という甘い考えで運転しないよう指導しましょう。

【北海道における飲酒運転に伴う交通事故の発生状況】

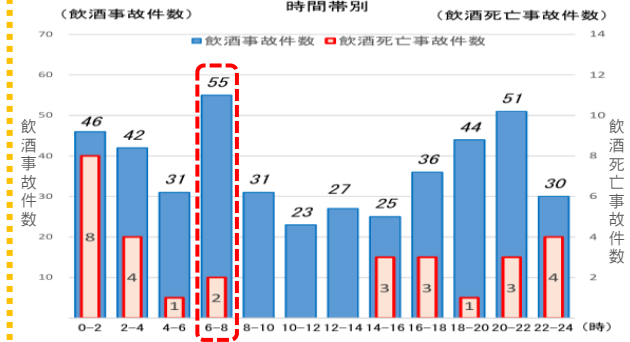
〔月別発生状況(過去5年累計)〕

飲酒事故件数は、12月が50件、次いで8月が43件で、年末に多く発生している。



〔時間帯別発生状況(過去5年累計)〕

飲酒事故件数は、午前6～8時が55件で、通勤時間帯に最も多く発生している。



出典：北海道警察「飲酒運転に伴う交通事故実態(令和元年～令和4年5年類型)」

お酒の1単位とアルコール分解時間の指導

お酒の1単位とは、アルコール摂取残量の基準とされる単位のことです。純アルコールに換算したときの20gにあたります。一般的な目安として、体重60kgの男性が1単位のアルコールを摂取した場合、分解に3～4時間かかるといわれています。

こうしたお酒の1単位とアルコールの分解時間について指導しておきましょう。

お酒の1単位(目安)



【二日酔い運転をしないために】

次の日に運転の予定がある場合には、

★アルコールが完全に抜けるには、予想以上に時間が掛かります。飲酒は早めに切り上げ、飲酒量を控えましょう。

★周りの人たちがこれから運転する人に飲酒を勧めないようにしましょう。

運転前に

★アルコール検知器でチェックしましょう。

★アルコールが検出されなくても、眠気や体のだるさが残っていたり、体調が優れない場合は運転を控えましょう。