

改訂版

# 信頼される教職員を目指して ～過去の事例を教訓に～



平成28年8月  
鳥取県教育委員会

## 目 次

I	はじめに	P 1
II	懲戒処分等の状況	P 3
III	過去の不祥事事例	P 7
IV	不祥事防止対策	P 6 7

---

### ○コンプライアンスとは

コンプライアンスとは、一般的に「法令遵守」と訳しますが、法令だけにとどまらず、社会の規範及びルールまで含めて遵守することをいいます。

教職員は正職員、臨時職員あるいは常勤、非常勤の区別にかかわらず、全員が公務員である以上、その職務について法令等を遵守することは当然のことであり、県民の信頼を何よりも大切にしなければならない公務員としての立場を認識して、職務以外の法令等、さらには、社会規範、ルール及びマナーについても率先して遵守していくことが求められています。

### ○コンプライアンス向上により目指す姿（目的）

県民の信頼を損なうような事案の発生を皆無にすること  
⇒ 目的：県民に信頼される教職員、職場にすること

（鳥取県教職員コンプライアンス行動指針より抜粋）

# Ⅰ はじめに

改訂にあたって

県教育委員会では、これまでに起きた不祥事を忘れることなく教訓とし、再発防止に取り組むため、平成26年3月にコンプライアンス・ハンドブック「信頼される教職員を目指して～過去の事例を教訓に～」を作成しました。

その後も教職員による飲酒運転、交通事故・違反、盗撮等の様々な不祥事が発生したことから、平成27年3月には教職員として、また、一人の人間として決して忘れてはならないことを「不祥事防止に向けた5つの教育長メッセージ」として、全教職員に発信したところです。

しかしながら、これらの対策にもかかわらず、その後も飲酒運転、児童生徒への体罰等の不祥事が後を絶つことなく発生しており、本県教育に対する信頼を失墜しかねない極めて危機的な状況です。

加えて近年、個人情報流出事故が立て続けに発生しているほか、パワーハラスメントや検定中教科書閲覧事案・教科書会社からの教材無償提供事案といったこれまでにはなかった事案も起こっており、今一度、全ての教職員が、コンプライアンスについての認識を深めるとともに、教職員による不祥事が社会に及ぼす影響の大きさ、その発生要因や背景、必要な防止策等についての意識を共有し、再発防止に取り組んでいくことが求められています。

そこで、改めて教職員の皆さんにコンプライアンスについて深く学習していただくことを企図し、新たな課題等も盛り込んだ上で本冊子を改訂することとしました。

教育におけるコンプライアンスを確保することが、子どもたちが夢に向かってチャレンジしていく力を培うことのできる安全・安心な学校づくりに繋がります。

教職員一丸となって、児童生徒、保護者をはじめとする県民から信頼され、支持される教育現場を創り上げていきましょう。

平成28年8月26日

鳥取県教育委員会教育長 山本 仁志

はじめに

教育は、児童生徒はもとより、保護者や県民の皆様との信頼関係によって成り立っています。本県教育は、教職員の皆さんの児童生徒への心からの教育的な愛情と献身的な教育活動によって、これまで信頼をいただけてきました。

しかしながら、近年、飲酒運転、窃盗、体罰やセクハラなど、教職員として絶対にあってはならない不祥事が続発し、極めて異常な事態となっています。

このため、平成23年9月には教育長緊急メッセージを、平成24年11月には教育長緊急アピールを発出しましたが、25年度も不祥事が後を絶ちません。

このような状況は、本県教育の根幹を揺るがす極めて深刻な事態であり、不祥事を絶対に繰り返さない決意を持って本冊子を作成しました。

教職員一人ひとりが不祥事を振り返り、過去の事案から学び、これを教訓として不祥事の再発防止を心に誓ってください。そして、児童生徒のために一丸となってよりよい教育を創造し、保護者や県民の皆様への期待にしっかり応えていきましょう。

平成26年3月3日

鳥取県教育委員会教育長 横濱 純一

### ～この冊子を通じて、みなさんへお願いしたいこと～

- 1 教職員による不祥事が相次いでいる現状を知ってください。  
(P3「Ⅱ 懲戒処分等の状況」)
- 2 過去の不祥事を振り返り、これを教訓としてください。  
(P7「Ⅲ 過去の不祥事事例」)
- 3 これまでの不祥事防止対策を再度確認し、不祥事再発防止を心に誓ってください。  
また、不祥事を起こさない・許さない職場をつくるため、取り組むべきことを考えてみてください。(P67「Ⅳ 不祥事防止対策」)

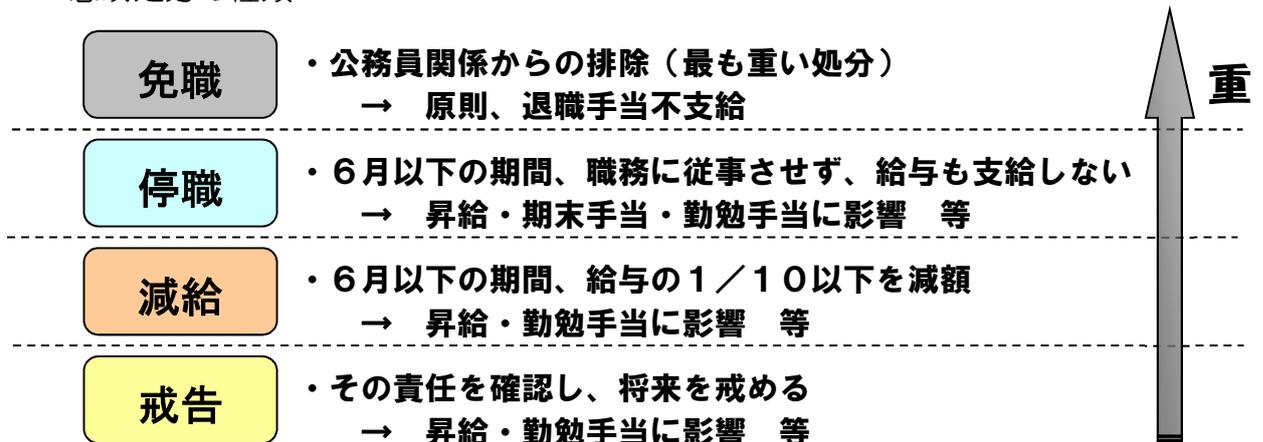
## II 懲戒処分等の状況

### 1 懲戒処分とは

職員が行った非違行為（一定の義務違反）に対する道義的責任を問うことにより、公務における規律と秩序を維持することを目的として、地方公務員法第29条の規定に基づき行われるのが懲戒処分です。

この規定において懲戒処分は、その処分の重い順に「免職」「停職」「減給」「戒告」の4種類が定められています。

#### ■懲戒処分の種類

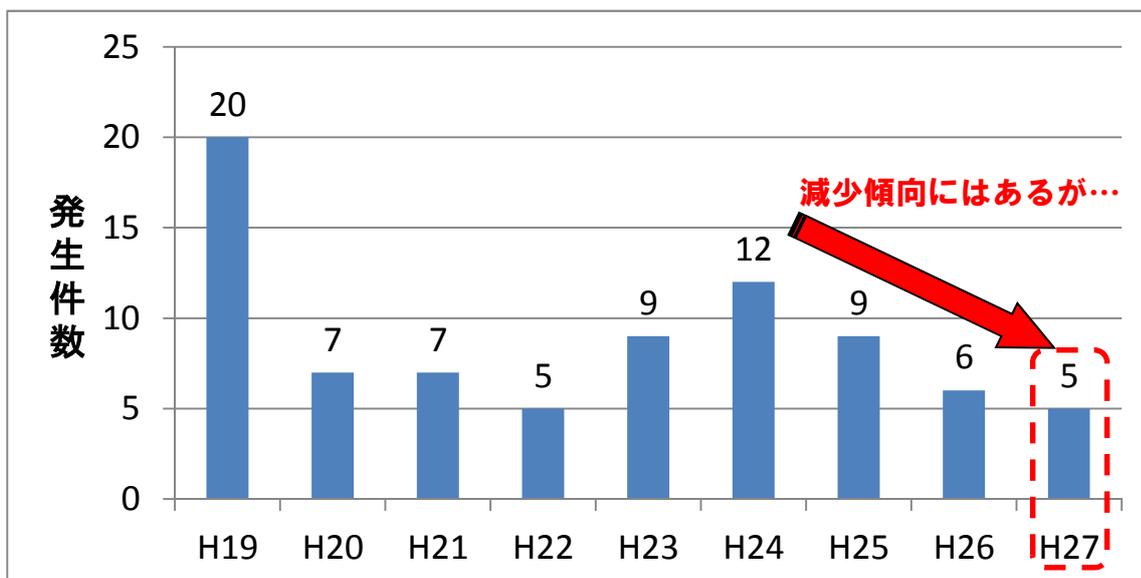


※この冊子では、懲戒処分に加え、非常勤職員の解職を含めたものを「懲戒処分等」としています。

### 2 近年の懲戒処分等の状況

#### (1) 年度別の懲戒処分等の推移

平成24年度以降、懲戒処分件数は減少傾向にあります。毎年度、複数件の事案が発生しており、今なお、不祥事が後を絶たない状況が続いています。

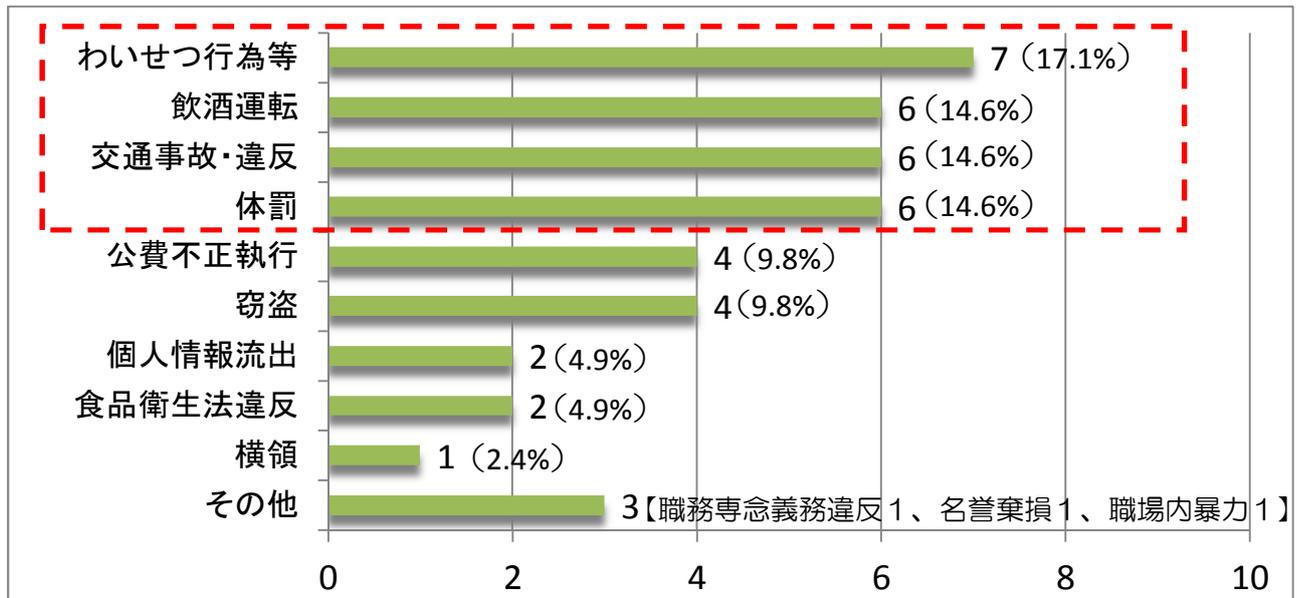


(平成19年4月～平成28年3月)

## (2) 懲戒処分等の事由別件数

平成23年度以降の過去5年間で発生している教職員の懲戒処分等の事案では、飲酒運転、交通事故・違反とともに、わいせつ行為等や体罰が多くなっており、被害者が児童生徒のもの（2件）と児童生徒以外のもの（5件）を合計するとわいせつ行為等がワースト1となります。

また、児童生徒が被害者となる体罰、わいせつ行為等といった教職員としてあってはならない事案が全体の約19.5%（8件）を占めています。

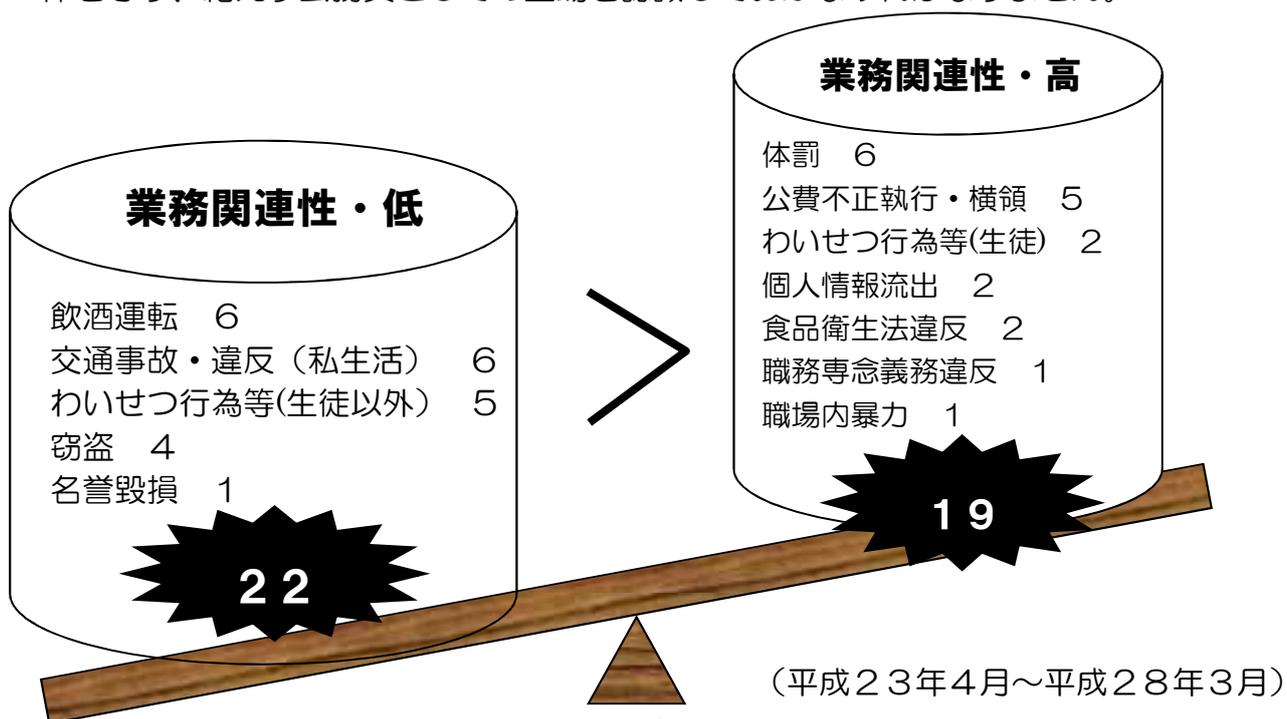


(平成23年4月～平成28年3月)

## (3) 業務との関連性

飲酒運転や窃盗など公務外非違行為による懲戒処分等が多くなっています。

我々公務員には、「24時間服務規律の徹底」が求められており、公私を問わず服務規律を守り、絶えず公務員としての立場を認識しておかなければなりません。



(平成23年4月～平成28年3月)

#### (4) 処分量定別件数

最も重い懲戒処分である免職の数が多くなっています。過去5年間で13件となり、全体の31.7%を占めています。免職又は解職の理由としては、飲酒運転やわいせつ行為等が多くなっています。

免職となれば、職を失うだけでなく、原則として退職手当も支給されません。年金支給額にも影響があり、その経済的損失は大きなものです。

区分	構成比率	件数	内訳
免職	31.7%	13	飲酒運転5、わいせつ行為等5、窃盗1 横領1、名誉棄損1
停職	17.1%	7	窃盗3、飲酒運転1、わいせつ行為等1、体罰1 交通違反1
減給	24.4%	10	個人情報流出2、食品衛生法違反2、体罰3 公費不正執行1、職務専念義務違反1 交通事故・違反1
戒告	26.8%	11	公費不正執行3、交通事故・違反4、体罰2 職場内暴力1、わいせつ行為等1
合計	100.0%	41	

(平成23年4月～平成28年3月)

被処分者のうち31.7%が職を失っている。  
原因としては、飲酒運転やわいせつ行為等が多い。

#### (5) 学校種別件数

近年は高等学校教職員に対する懲戒処分が多く、全体の46.3%を占めています。

もちろん、他の学校種や事務局の教職員においても、体罰やわいせつ行為等などの不祥事が発生しており、決して他人事と考えてはいけません。

項目	構成比率	件数	(うち免職 又は解職)	内訳
小学校	22.0%	9	(2)	窃盗2、飲酒運転2、交通事故・違反2 公費不正執行1、体罰1、わいせつ行為等1
中学校	14.6%	6	(1)	体罰3、交通事故・違反1、個人情報流出1 わいせつ行為等1
高等学校	46.3%	19	(6)	公費不正執行・横領4、飲酒運転2、窃盗2、 わいせつ行為等2、体罰2、交通事故・違反2、 食品衛生法違反2、個人情報流出1、 名誉棄損1、職場内暴力1
特別支援学校	14.6%	6	(3)	飲酒運転2、わいせつ行為等2、交通事故・違反1 職務専念義務違反1
事務局	2.4%	1	(1)	わいせつ行為等1
合計	100.0%	41	(13)	

※処分時点の在籍所属で区分(平成23年4月～平成28年3月)

高等学校教職員が46.3%を占めている。

**(6) 懲戒処分事案発生率（平成23年度～平成27年度）【正職員に係る事案のみ】**

県立学校においては、事務局や市町村立学校の4倍近い発生率となっています。

教職員が約90名在籍する大規模校に置き換えて考えた場合、5年間で1名は懲戒処分が出る計算となり、35年間（≒教職員等としての在職期間）で7名は懲戒処分となるという計算となります。

	事務局	県立学校	県費負担 教職員	計
平成23年度	0	8	1	9
平成24年度	0	6	6	12
平成25年度	1	6	2	9
平成26年度	0	5	1	6
平成27年度	0	0	5	5
計【A1】	1	25	15	41
H27職員数【B1】	338	2,129	4,763	7,230
5年発生率 【A1/B1=C1】	0.3%	1.2%	0.3%	0.6%
35年発生率 【C1×7】	2.1%	8.2%	2.2%	4.0%



(注)「H27 職員数」：事務局職員数は H27. 4. 1 時点、学校教職員数は H27. 5. 1 時点の正職員数

**(7) 文書訓告事案発生率（平成23年度～平成27年度）【正職員に係る事案のみ】**

事務局における発生率は県立学校の約2倍となっており、5年間で約2割の職員が文書訓告を受けるといった結果となっています。

また、35年間（≒教職員等としての在職期間）では実に1人1回以上の文書訓告を受けるといった計算となっています。

	事務局	県立学校	県費負担 教職員	計
平成23年度	8	37	-	45
平成24年度	16	50	-	66
平成25年度	20	52	-	72
平成26年度	12	48	-	60
平成27年度	9	39	-	48
計【A2】	65	226	-	291
H27職員数【B2】	338	2,129	-	2,467
5年発生率 【A2/B2=C2】	19.2%	10.6%	-	11.8%
35年発生率 【C2×7】	134.6%	74.3%	-	82.6%



(注)「H27 職員数」：事務局職員数は H27. 4. 1 時点、学校教職員数は H27. 5. 1 時点の正職員数

懲戒処分や文書訓告を受ける不祥事のごく一部の特殊な事例ではありません。  
教職員全員が「他人事」ではなく、自らのこととして真剣に受け止め、コンプライアンスの推進に取り組んでいく必要があります。

### III 過去の不祥事事例（平成22年4月～平成28年3月）

1	飲酒運転	P8
2	公費不正執行（不適正な事務処理）	P18
3	公費不正執行（横領）	P20
4	窃盗	P21
5	わいせつ行為等（児童生徒に対するもの）	P24
6	わいせつ行為等（児童生徒以外に対するもの）	P26
7	体罰	P31
8	交通事故・違反	P36
9	個人情報流出（データ持ち出しによる流出）	P41
10	個人情報流出（書類の誤送付）	P48
11	パワーハラスメント	P57
12	名誉毀損	P60
13	利害関係者との接触	P62
14	その他の不祥事	P66

#### 【活用方法例・個人】

- 一.じっくりと読み、過去に起きた不祥事事例から学び、これを教訓とする。
- 一.「皆さんに考えてほしいこと」を自分自身で考え、これを心に刻むことで、コンプライアンスに対する知識、意識を深める。



#### 【活用方法例・組織】

- 一.学期始めなどのコンプライアンス研修時に紹介し、組織としての不祥事防止対策を徹底する。
- 一.不祥事防止データベースに掲載している事例を併せて活用し、グループ討議等により問題点や再発防止策を議論し、組織的なコンプライアンス力の向上を図る。



#### 不祥事防止データベースとは

過去の不祥事を題材とした事例に加え、これまでのコンプライアンス関係通知や研修用資料が掲載されており、自己研鑽や職場研修に活用することができるデータベースです。



不祥事防止DB  
/ PZZZS34

# 1 飲酒運転

〔処分年度：平成24年度  
懲戒処分の量定：免職  
所属・職種：県立学校教職員〕



～ 皆さんに考えてほしいこと ～

- ・なぜ飲酒運転が無くならないのか？
- ・アルコールがどんな影響を及ぼすのか？

## <事例>

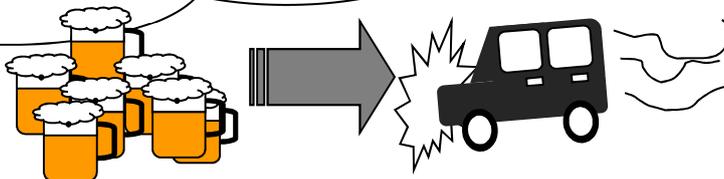
### 【事案の概要】

午前0時35分頃、国道交差点で、酒気を帯びた状態で乗用車を運転し、信号待ちで停車していた男性の乗用車に追突した。

警察署員の飲酒検知の結果、呼気1ℓ当たり0.75mgのアルコール分が検出され、道路交通法違反（酒気帯び運転）の疑いで現行犯逮捕された。

### 【要因・背景】

- ・ニュースで見たり、研修を受けたりしても、自分の中では「するわけない。」と思っていた。
- ・学期が終わり開放的になり、気が大きくなっていた。
- ・飲酒後は断片的な記憶であった。



### ① 飲酒運転は懲戒免職が原則です。

見過ごした教職員も処分の対象となる場合があります。

（懲戒免職になると）

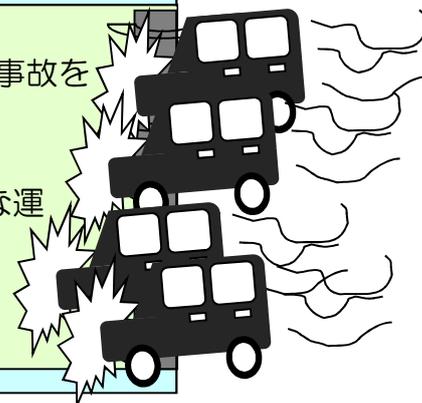
- 「退職手当が支給されない」「年金の支給額が減少する」
- 「教員免許状は効力を失う」 等

### ② アルコールは、お酒の強い人にも影響を及ぼします。

飲酒運転による被処分者（23年度以降）6名中5名は事故を起こしています。

（具体的影響）

- ・気が大きくなりスピードを出し過ぎるなどの危険な運転をする。
- ・ブレーキペダルを踏むまでの反応が遅くなる。
- ・車間距離の判断ができなくなる。 等



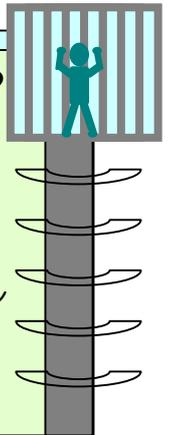
③ 道路交通法により、免許取消などの行政処分が行われます。

<前歴及びその他の累積点数がない場合の処分例>

- ◆酒気帯び運転
  - ・呼気1ℓ当たりのアルコール量
  - 0.15mg 以上 0.25mg 未満 → 免許停止期間 90 日
  - 0.25mg 以上 → 免許取消(免許欠格期間 2 年)
- ◆酒酔い運転
  - ・免許取消 (免許欠格期間 3 年)
- ◆危険運転致死傷
  - ・免許取消 (免許欠格期間 最長 8 年)

④ 道路交通法、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により、刑事上の責任を問われます。

- ◆酒酔い運転 — 5 年以下の懲役又は 100 万円以下の罰金
  - ◆酒気帯び運転 — 3 年以下の懲役又は 50 万円以下の罰金
  - ◆危険運転致死傷罪 — 最長 20 年の懲役
- ※ アルコールの影響により、正常な運転が困難な状態で運転して、人を死傷させた者は、危険運転致死傷罪の適用を受けます。



⑤ 決して他人事ではありません

毎年度、飲酒運転により教職員が処分されています。

H23	H24	H25	H26	H27
1 件	2 件	1 件	1 件	1 件

<その他の事例①>

○平成 23 年度処分・停職 6 月間・県立学校教職員

部活動の合宿中、夕食の際に飲酒し、その後、午後 9 時頃に学校内に駐車していた自家用自動車を自宅に向かって運転した。

この時、自動車を運転する姿を目撃され、再び学校内に帰ってきたところ、目撃者に指摘された。

○平成 24 年度処分・免職・公立学校教職員

国道で、酒気を帯びた状態で乗用車を運転し、作業中の工事車両に後方から追突するとともに、近くにいた男性作業員に軽傷を負わせる事故を起こした。

駆けつけた警察官の飲酒検知の結果、呼気 1 ℓ 当たり 0.6mg のアルコール分が検出され、道路交通法違反(酒気帯び運転)の疑いで現行犯逮捕された。

### ○平成25年度処分・免職・県立学校教職員

居酒屋で開催された会合において飲酒し、午後11時50分頃、自動車を運転して走行していたところ、植木囲いブロックに衝突し、自動車を放置したまま帰宅した。後日、酒気帯び運転等の疑いで検察庁へ事件送致された。

### ○平成26年度処分・免職・県立学校教職員

眠れないなどの理由で前夜から未明にかけて自宅で酒を飲み、午前6時30分頃、車で出勤途中に県道で中央車線をはみ出して対向車と衝突した。負傷者はなかったが、アルコール検査の結果、呼気1ℓ当たり0.2mgのアルコールが検出されたため、道路交通法違反(酒気帯び運転)で現行犯逮捕された。

### ○平成27年度処分・免職・公立学校教職員

会合などで飲酒した後、帰宅のために代行運転を依頼したが、途中から自分で運転し走行していたところ、午前2時37分頃、センターラインを越えて対向車と衝突し、運転者に重傷を負わせる事故を起こした。直ちに警察に検挙され、アルコール検査の結果、呼気1ℓ当たり0.6mgのアルコールが検出され、道路交通法違反(酒気帯び運転)及び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違反(過失運転致傷)で逮捕された。

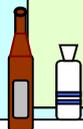
## <こんなことにも注意！>

### ○「飲んだのは昨日だから」という勝手な判断は禁物

☆ アルコール分解時間の目安

ビール中ビン1本(日本酒なら1合) ⇒ 4時間以上

※ あくまで目安。体質、体調等により異なります。



### ○代行運転の落とし穴

#### 代行運転を頼んだが、長時間待ち。そして…

- ① 代行業者が来るのを待ちきれず、自ら運転。
- ② 車中で数時間仮眠を取り、酔いが醒めたつもりで自ら運転。

#### 代行車に乗っても…

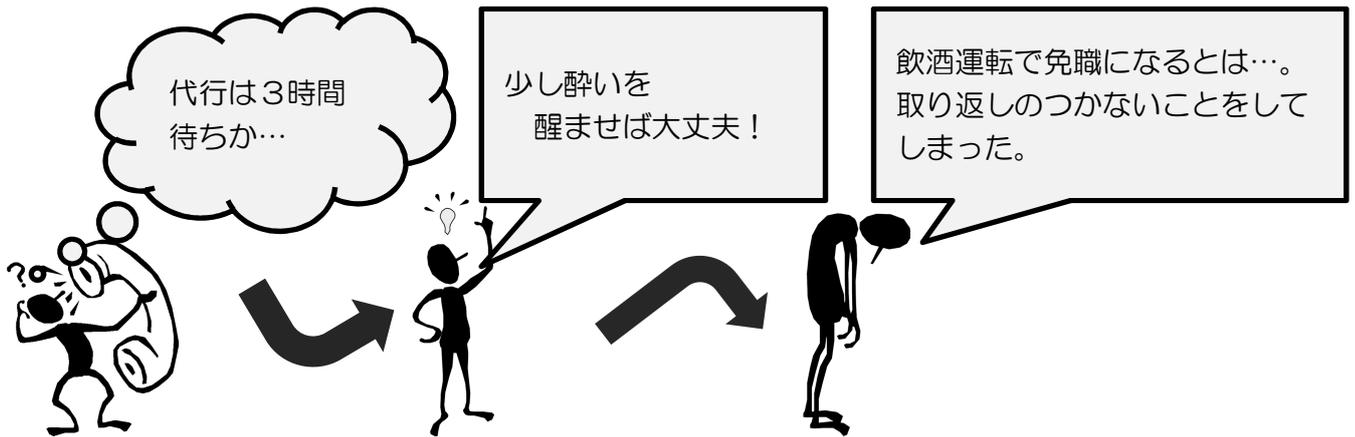
- ③ 最初は代行運転で帰宅していたが、途中から自ら運転。
- ④ 代行で帰宅後、自ら運転して外出。

#### (原因)

酔いで判断力が鈍っていることも…。「少し酔いを醒ませば」という安易な判断が、取り返しのつかない事態を生む。

#### (対策例)

- ・ 宴会前(飲む前)に代行を手配。
- ・ 一番良いのは、酒席に車で来ないこと。



○お酒が嫌いな人、お酒が弱い人もいます。飲酒を無理強いしないよう、周囲の意識も必要です。

「注いだ酒を飲まないのは失礼だ!」と相手に思わせるような態度をとってはいけません。

知らず知らずのうちに、次のような「アルコールハラスメント」を行っていないか振り返ってみましょう。

- 飲酒の強要（飲まざるを得ない状況に追い込む等）
- イッキ飲ませ
- 意図的な酔いつぶし
- 飲めない人への配慮を欠くこと
  - ・本人の体質や意向を無視して飲酒をすすめる
  - ・宴会に酒類以外の飲み物を用意しない
  - ・飲めないことをからかったり侮辱したりする 等
- 酔ったうえでの迷惑行為

※特定非営利活動法人アルコール薬物問題全国市民協会HP  
「アルハラ」の定義5項目より



○運転をしていなくても、「車両の提供」「同乗」「お酒の提供・飲酒を勧める」だけで厳しい刑事罰及び行政処分の対象となります。

飲酒運転を「しない」だけでなく「させない」意識が必要です。

### <刑事罰>

対象	運転者が酒気帯び運転をした場合	運転者が酒酔い運転をした場合
運転者（参考）	3年以下の懲役又は50万円以下の罰金	5年以下の懲役又は100万円以下の罰金
車両を提供した者		
車両に同乗した者	2年以下の懲役又は30万円以下の罰金	3年以下の懲役又は50万円以下の罰金
酒類を提供した者・飲酒を勧めた者		

**運転者と同じ!**

お酒飲んでるんだけどなあ・・・

私の車使って帰らなよ!

車で送ってよ!



### <行政処分>

対象	運転者が酒気帯び運転をした場合	運転者が酒酔い運転をした場合
運転者（参考）	呼気1ℓ当たりのアルコール量 ・0.25mg 以上の場合 →免許取消し（欠格期間2年） ・0.15mg 以上 0.25mg 未満の場合 →免許の効力の停止（90日）	免許取消し（欠格期間3年）
車両を提供した者	<b>原則として運転者本人と同様の行政処分【※事案への関与の度合いなどによって異なる場合がある】</b>	
車両に同乗した者		
酒類を提供した者・飲酒を勧めた者		

固いこと言わず  
まあ一杯



車で来てるけど1杯くらいならいいか。

### <その他の事例②>

○平成26年度処分・停職 3月間・県立学校教職員

友人が酒気を帯びていることを知りながら、勤務地に向けて当該友人が運転する普通乗用自動車に同乗した。

## 【飲酒運転防止等チェックリスト】

飲酒運転等を防止するためには、教職員個々の自己管理とともに、職場全体で飲酒運転等を防止する体制づくりが重要です。

下記の例を参考に、各所属で「飲酒運転防止等チェックリスト」を作成し、飲酒運転等防止のための職場内管理に活用することも有効です。

### (管理監督者用)

		チェック項目	チェック欄
1	意識啓発	機会あるごとに飲酒運転根絶に向けた呼びかけをしているか	
2		飲酒運転の反社会性について、被害者やその関係者の立場を考え、意識の定着を図っているか	
3		アルコールの作用・害について、正しい知識の周知に努めているか	
4		飲酒運転の厳しい罰則について職員に周知しているか	
5		飲酒運転等に係る懲戒処分等の指針の内容を所属職員に周知しているか	
6		事故や違反があった場合の報告義務について、職員に周知しているか	
7		飲酒運転を相互に戒め合う職場の雰囲気づくりをしているか	
8		飲酒運転に限らず、飲酒の影響で生じる不祥事（わいせつ、暴力事件等）について職員に周知しているか	
9		飲酒運転その他飲酒にまつわる不祥事案の新聞記事等を切り抜いて、朝礼の時などに職員に知らせ、注意喚起しているか	
10	状況把握	二日酔いで出勤する（朝、酒臭い息をしている）職員がいないかを把握し、必要な場合は注意しているか	
11		休み明けや飲み会の翌日に休むことが多い職員がいないかを把握し、必要な場合は注意しているか	
12		「酒飲み」「酒に強い」「酒好き」「酒癖が悪い」等の評判が定着している職員、アルコール依存傾向のある職員がいないかを把握し、必要な場合は助言等をしているか	
13	会合の際の注意喚起等	飲酒を伴う会合を実施する際、飲酒運転は絶対しないことを確認しているか	
14		飲酒を伴う会合の前日には、自家用車等を自宅に置いてくるように声をかけているか	
15		飲酒を伴う会合の際は、事前に帰宅方法を確認しているか	
16		飲酒を伴う会合では、最初の乾杯時に、飲酒運転の注意喚起をしているか	
17		飲酒を伴う会合では、飲酒の強要（飲まない・飲めない人に「飲め（←アルハラ）」、車で帰る予定の人に「代行で帰ればいい（←飲酒運転につながる危険な言葉）」等という）をすることがないように注意喚起をしているか	
18		飲酒を伴う会合では、パワハラ・セクハラ等のトラブルが起らないよう気を配っているか	
19		飲酒を伴う会合では、閉宴時にも、帰宅方法の確認と飲酒運転禁止の注意喚起をしているか	

(職員用)

	チェック項目	チェック欄
1	飲酒運転又は飲酒運転を知っての同乗には、免職といった厳しい措置が取られることを認識しているか	
2	飲酒運転、速度違反などによる事故で危険運転致死傷罪に該当すれば、最高で20年の懲役になることを認識しているか	
3	飲酒運転をしたら、いくら謝罪や反省をしても信頼は取り戻せず、取り返しがつかないということを理解しているか	
4	飲酒運転による事故の被害者や家族の心身に与える苦痛、仮に死亡事故となった場合の計り知れない苦痛を常に意識しているか。	
5	飲酒運転はとっさの判断力の低下、視力の低下、正確な動作が取れなくなる、遠近感が鈍くなる、速度を出しすぎる、運転がうまくなったように錯覚する、追突事故を起こしやすい等の危険があることを知っているか	
6	アルコールにより、眠気に襲われ、居眠り運転につながることを知っているか	
7	アルコールは、体質や飲酒量によって8時間以上経過しても抜けきらない場合があることを知っているか	
8	微量であっても、飲酒したら絶対に車を運転しないという強い決意があるか	
9	深夜に飲酒した場合、翌朝や昼であっても一定基準以上のアルコールが体内に保有されることがあることを知っているか	
10	「少し酔いを覚ませば大丈夫」という安易な判断が、重大な事故につながることを認識しているか	
11	仮眠後アルコールが抜けたと勝手に判断して運転し、検挙された例があることを知っているか	
12	代行運転を頼むつもり、あるいはいったんは代行を使いながらも、結局自分で運転し、検挙された例があることを知っているか	
13	飲酒した帰宅後に「ちょっとそこまで」運転してしまい、検挙された例があることを知っているか	
14	飲酒運転だけでなく、飲酒後のわいせつ行為、暴力行為等で検挙された例があることを知っているか	
15	車を運転する者に酒を勧めることや車両を提供すること、飲酒運転の車の同乗者にも厳しい刑事罰・行政処分が科されることを知っているか	
16	自転車も飲酒運転は禁止されており、罰則規定があることを知っているか	
17	飲酒時の癖（怒りっぽくなる、絡みやすくなる、意識をなくすことがある等）を把握し、飲酒する際は節度のある適度な飲酒にしているか	
18	飲酒する場所には、車で出かけないようにしているか	
19	飲酒を伴う会合では、飲酒の強要（飲まない・飲めない人に「飲め（←アルハラ）」、車で帰る予定の人に「代行で帰ればいい（←飲酒運転につながる危険な言葉）」等という）をすることがないようにしているか	
20	夜遅くまで飲酒した場合には、翌朝の車の運転をしないようにしているか	
21	翌日、車を運転しなければならない場合や仕事がある場合は、早めに飲酒を切り上げているか	
22	二日酔いで出勤したことはないか	
23	飲酒運転の防止など、職員同士が注意し合える職場環境となっているか	
24	飲んで運転しようとしている同僚がいた場合に「乗るな」と言えるか	
25	飲酒を伴う会合では、パワハラ・セクハラ等を行う同僚がいた場合に注意できるか	
26	飲酒を伴う会合に自家用車等で来た同僚には、運転せずに帰宅するように声をかけ、代行の随伴車等に乗車するまで見届けているか	
27	二日酔い（朝、酒臭い息をしている）で出勤する同僚がいた場合に注意できるか	

## 【アルコール使用障がい特定テスト】（AUDIT）

AUDIT（Alcohol Use Disorders Identification Test）は、世界保健機関（WHO）によって作成された過度の飲酒をスクリーニングするためのテストです。

過度の飲酒は、身体や精神に重大な悪影響を及ぼします。飲酒運転にはアルコール依存が大きく関係しているといわれており、この他にも自らの行動をコントロールできなくなり、窃盗、暴力、わいせつ事件などを起こしてしまったり、病気やけがなど健康上の問題の原因にもなります。

次の1から3のSTEPに従って、過度の飲酒傾向となっていないかチェックしてみましょう。

### （STEP1）飲酒量の計算

- 下の計算式により、飲酒量を計算してみましょう
  - ・ 飲酒量の単位を「ドリンク」とします。
  - ・ 「純アルコール10gを含むアルコール飲料」＝「1ドリンク」とします。

#### ＜アルコール飲料のドリンク数の計算式＞

アルコール飲料の量(ml) × アルコール度数 × 0.08(アルコール比重(0.8g/ml) ÷ 10g)

(例) 缶ビール(350ml) × 0.05(5%) × 0.08 = 1.4ドリンク  
グラスワイン(140ml) × 0.12(12%) × 0.08 = 1.3ドリンク

#### ＜参考＞アルコール飲料のドリンク数の例



種類(度数)	量・飲み方(※)	ドリンク数
ビール・発泡酒(5%)	350ml 缶	1.4
	中瓶、500ml 缶	2.0
	大瓶(633ml)	2.5
ウイスキー(40%)	シングル(30ml)	1.0
	ダブル(60ml)	1.9
ワイン(12%)	グラスワイン(140ml)	1.3
缶チューハイ(7%)	350ml 缶	2.0
日本酒(15%)	1合(180ml)	2.2
焼酎(25%) (コップ1杯=180ml)	薄目(焼酎3、お湯7)	1.1
	中くらい(焼酎5、お湯5)	1.8
	濃目(焼酎7、お湯3)	2.5

## (STEP2) 飲酒傾向のチェック

1 から 10 の質問項目について当てはまるものを一つ選び、点数を合計して、AUDIT 点数を求めましょう。(ドリンク=STEP1 で計算したドリンク数)

質問	点数	0	1	2	3	4	点数 記入欄
1. あなたはアルコール含有飲料をどのくらいの頻度で飲みますか？	飲まない	月1回以下	月2～4回	週2～3回	週4回以上		点
2. 飲酒する時には通常どのくらいの量を飲みますか？	0～2ドリンク	3～4ドリンク	5～6ドリンク	7～9ドリンク	10ドリンク以上		点
3. 1度に6ドリンク以上飲酒することがどのくらいの頻度でありますか？	ない	月1回未満	月1回	週1回	毎日または、ほとんど毎日		点
4. 過去1年間に、飲み始めると止められなかったことが、どのくらいの頻度でありましたか？	ない	月1回未満	月1回	週1回	毎日または、ほとんど毎日		点
5. 過去1年間に、普通だで行えることを飲酒していたためにできなかったことがどのくらいの頻度でありましたか？	ない	月1回未満	月1回	週1回	毎日または、ほとんど毎日		点
6. 過去1年に、深酒の後、体調を整えるために、朝迎え酒をせねばならなかったことが、どのくらいの頻度でありましたか？	ない	月1回未満	月1回	週1回	毎日または、ほとんど毎日		点
7. 過去1年間に、飲酒後罪悪感や自責の念にかられたことが、どのくらいの頻度でありましたか？	ない	月1回未満	月1回	週1回	毎日または、ほとんど毎日		点
8. 過去1年間に、飲酒のため前夜の出来事を思い出せなかったことが、どのくらいの頻度でありましたか？	ない	月1回未満	月1回	週1回	毎日または、ほとんど毎日		点
9. あなたの飲酒のために、あなた自身か他の誰かがケガをしたことがありますか？	ない	—	1年以上前 にある	—	過去1年以内 にある		点
10. 肉親や親戚、友人、医師、あるいは他の健康管理に携わる人が、あなたの飲酒について心配したり、飲酒量を減らすように薦めたりしたことがありますか？	ない	—	1年以上前 にある	—	過去1年以内 にある		点
AUDIT 点数 (合計点)							点

### (STEP3) 飲酒習慣の評価

AUDIT 点数ごとのアドバイスは次のとおりです。

点数が低いほど、より健康に影響の少ない、安全な飲み方と言えます。アドバイスを確認し、必要に応じて飲酒習慣を見直しましょう。

#### ○ 10点未満の方は・・・

- 今のところあなたのお酒の飲み方にあまり大きな問題はないようです。
- 1日2ドリンク（缶ビール500ml1本か日本酒1合弱）までの飲酒にとどめましょう。

#### ○ 10～19点の方は・・・

- 現在のお酒の飲み方を続けると、今後お酒のためにあなたの健康や社会生活に影響が出る恐れがあります。
- これまでのお酒の飲み方を修正された方が良いでしょう。具体的には1日2ドリンク（缶ビール500ml1本か日本酒1合弱）までの飲酒にとどめましょう。

#### ○ 10～19点の方で現在糖尿病や肝臓病の治療中の方は・・・

- 現在のお酒の飲み方を続けると、お酒が現在治療中の病気の回復の妨げになるばかりか、病状を悪化させる恐れがあります。
- まずはこれから2週間お酒を飲むのをやめて、お酒が身体に与えた影響を確かめましょう。

#### ○ 20点以上の方は・・・

- 現在のお酒の飲み方ですと、以下に示すようにアルコール依存症が疑われ飲酒のためにあなたの健康だけでなく、家庭や職場での生活に悪影響が及んでいることが考えられます。
- 今後のお酒の飲み方については、一度専門医にご相談ください。  
診断によっては、断酒が必要となります。

#### ◆◆◆◆◆ AUDIT 点数の持つ意味 ◆◆◆◆◆

点数	意味
24点	アルコール依存症患者の平均点
20点	アルコール依存症を疑う
15点	アルコール性肝障害患者の平均点
14点	殆どの配偶者が悩みを持つ
10点	過半数が周囲から酒量減量の忠告を受ける
7点	一般の50歳男性の平均点



(※)AUDIT(三重大学大学院医学系研究科環境社会学講座 家庭医療学分野 日本語翻訳)及び独立行政法人国立病院機構肥前精神医療センター作成「ワークブックあなたが作る健康ノート—基礎編—」を基に作成