

飲酒運転をしないための 3 つのルール

福岡県教育委員会

飲酒前には、「飲んだ後は車を置いて帰ろう」、「代車で帰ろう」と考えていても、飲酒後は判断力が低下し、正常な判断ができない恐れが非常に高くなります。

このため、次の 3 点を遵守し、飲酒運転防止を徹底しましょう。

1 お酒を飲む日は車を使用しない

- ・ 公私を問わずお酒を飲む日は、原則自家用車を使用せず、公共交通機関等を利用してください。
- ・ 当然、自宅の最寄り駅に駐車した後、公共交通機関を利用することも控えてください。

2 当日車を使用している人を飲み会に誘わない

- ・ 飲み会に誘う場合は、相手が車を使用していないことを必ず確認してください。

3 日頃から節度ある飲酒を心がける

- ・ 特に翌日に運転予定がある場合は、飲酒量を控えるようにしましょう。

※ 体重 60kg の人がビール 500ml（中ジョッキ 1 杯程度）のアルコールを処理するためには、約 4 時間かかります。

（処理時間は目安です。体質、体調によっては更に時間がかかります。）