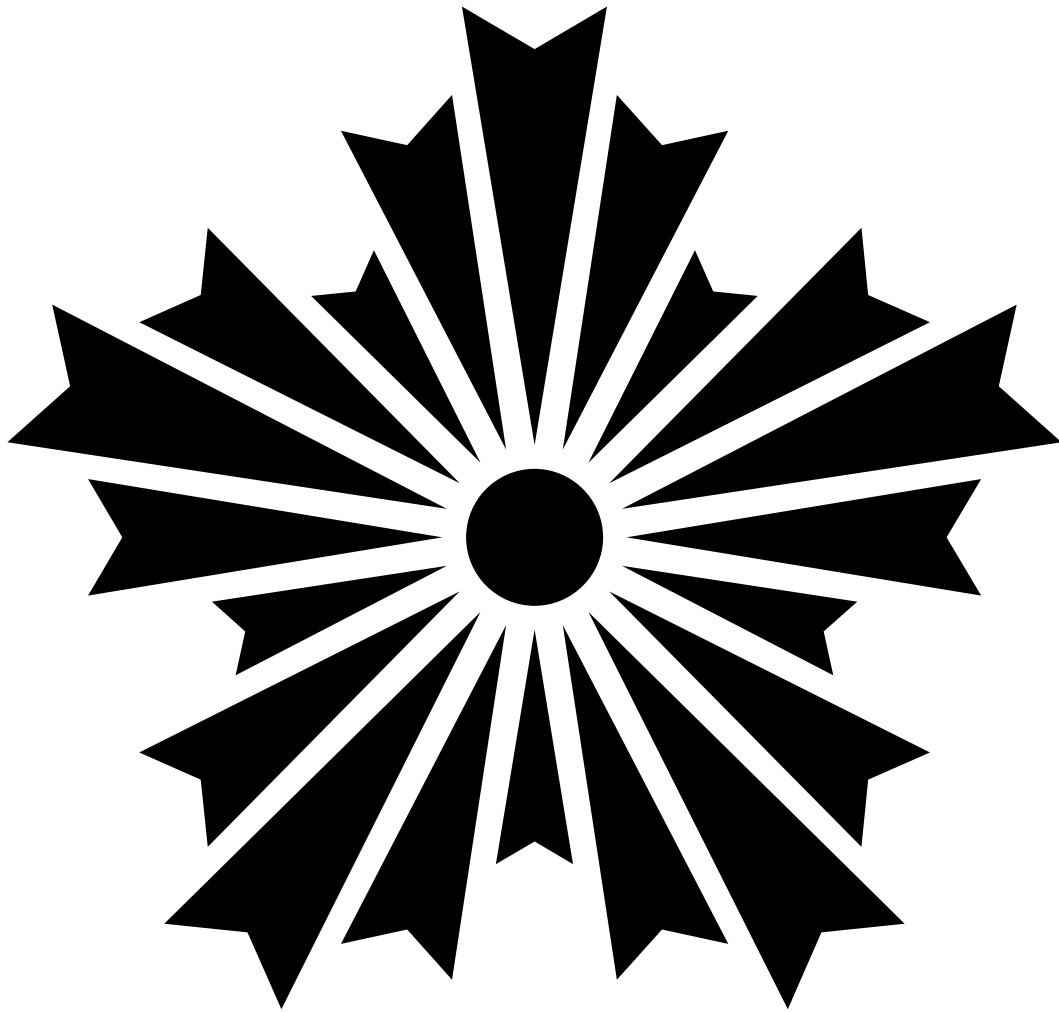


# 飲酒運転の代償

～ 飲酒運転受刑者の手記～



手記に基づく動画  
(YouTube千葉県警察公式チャンネル)



## 千葉県警察

このチャンネルは、Google LLC  
のサービスを利用の下、千葉県  
警察本部総務部広報県民課が運  
用しています（アドレスは令和7  
年11月時点のものです。）。

# 軽い気持ちでハンドルを握った結果… まだ、飲酒運転をしますか？

## 〈酒酔い運転〉（※1）

罰 則：5年以下の拘禁刑または100万円以下の罰金

基礎点数：35点→免許取消し 欠格期間3年（※2、3）

## 〈酒気帯び運転〉

罰 則：3年以下の拘禁刑または50万円以下の罰金

●呼気中アルコール濃度0.15mg/ℓ以上0.25mg/ℓ未満

基礎点数：13点

免許停止 期間90日間（※2）

●呼気中アルコール濃度0.25mg/ℓ以上

基礎点数：25点

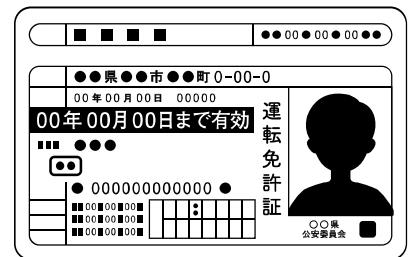
免許取消し 欠格期間2年（※2、3）

※1 「酒酔い」とは呼気中アルコール濃度0.5mg/ℓ以上、または、アルコールの影響により正常な運転ができないおそれがある状態をいいます。

なお、「0.5mg/ℓ」未満でも、「アルコールの影響により正常な運転ができないおそれがある状態」と認定されれば「酒酔い運転」となります。

※2 前歴及びその他の累積点数がない場合となります。

※3 「欠格期間」とは運転免許が取り消された場合、運転免許を取得することができない期間をいいます。



## 令和6年11月1日に 自転車の酒気帯び運転等に新しく罰則が整備されました。



### 酒気帯び運転および幫助



従来の酒酔い運転に加え、酒気帯び運転も罰則の対象となりました。

また、自転車を運転する人に酒類を提供すること、飲酒運転の自転車に同乗すること、飲酒運転をするおそれのある人に自転車を提供することについても罰則の対象になりました。



千葉県警察ホームページ

【飲酒運転根絶に向けて】

飲酒運転受刑者の手記(外国語版も掲載しています。)

# 私の罪

会社員(20代)

私の犯した罪は飲酒運転、速度超過、救護義務違反、いわゆるひき逃げです。そして、人の命を奪ってしまう殺人行為もしました。

事件当日の翌日は会社が休み、前日は給料日で色々まとまったお金が振り込まれたということもあり、私はその週の始めから相当浮かれています、事件当日は仲間からの飲酒の誘いに二つ返事で向かうことにしました。

私は過去にも度々飲酒運転をして帰宅していたので、この日も「飲み終わったら車を運転して仲間2人を家まで送ろう。」と思い、車で向かいました。仲間とはしご酒をした後、「乗っていく?」と2人に悪魔の囁きをしました。今思えば、2人の人生をも破壊させる言葉でした。

しかし、当時はそんなことに気付かず、仲間は私が運転する車に乗り込み、私は大きな音量で洋楽を流しながら、車を発進させました。そして青信号の横断歩道を通った瞬間、フロントガラスが「バン!」という大きな音とともに粉々になり、私の意識はプツと途切れました。やがて、同乗していた仲間に「止まれ!」「止まれ!」と連呼され、少しずつ我に返り、約400m進んだところで停車しました。

仲間は事故現場に戻り、警察に通報してくれました。しかし、私はパニックになり、何もできず、ガードレールの脇に座り込みました。どのくらい経ったか分かりませんが、やがて複数のパトカーが私を包囲していました。「事故を起こしたのは君だね?」と警察官に聞かれ「はい。」と答え、続いて、アルコール検査、歩行検査、薬物検査を受けました。その後、警察署に連行

され、手錠をはめられた時、「ああ、本当に事件を起こしたのだな」と思いました。

人の命を奪ってしまった事実から、2週間程ご飯が喉を通らず、心身ともに廃人と化していました。その後、両親に面会で「御遺族様に謝るために今を生きろ。」と言われてから、ご飯が少しずつ食べられるようになりました。

この件で私の仕事は丸投げの状態になり、私のお客様にも迷惑を掛けてしまい、得意先も十数件飛んでしまったそうです。会社には父が謝りに行ってくれました。また、実家にはマスコミが駆け付け、鳴り止まないインターホンと電話に両親も疲れ切ってしまったそうです。

私の事件のせいで兄の婚約は取り消しになり、家族にも多大な迷惑と悲しみを与えてしまいました。

裁判では、御遺族様は私が命を奪ってしまった被害者様の遺影を抱いており、「主文被告人○○を懲役3年6月とする:」と裁判長が判決を下した瞬間、御遺族様全員が涙しておられ、私はただ頭を下げることで済ませました。私は即日控訴権を放棄し、今は受刑生活を送っています。

本来であれば、直接頭を下げ、墓前に跪きたいのですが、御遺族様の意向により、個人情報は一切教えないとのことですので、出所した暁には、事件現場で手を合わせ、献花やお供え物をするなど、私の償いに対する姿勢を御遺族様に認めて頂けたらと思います。今後は、被害者支援センターへの募金や交通ボランティア活動に参加したいと考えています。

私の様な愚かな人間を一人でも減らすことができれば悲しむ人も少なくなると思います。加害者だからできる事を全力で取り組み、事件を忘れずに生きていきます。

## 許されることのない過ち

内装工(40代)

私がお酒を飲み始めた頃は、自分が飲酒運転をするなど全く思っていませんでした。しかし、仕事帰りのある時、ちよつと飲んで帰ろうということになりました。

その時は車で来ていたのでどうしようか悩みましたが、「ちよつとだけなら平気だろう。」「運転代行でも呼べばいい。」と思い、お酒を飲みに行ってしまうしました。お酒の量が本当に少しだけだったこともあって、その日はそのまま車を運転して帰りました。このとき感じた「なんだ、運転できるな。」という感覚こそが大きな過ちへとつながってしまったのです。

この日をきっかけに「少しだけなら。」という甘い考えが優先されるようになりました。20代前半から飲酒運転を始めるようになりましたが、この後すぐに飲酒運転による罰則が強化され、このタイミングで飲酒運転を全くしなくなりました。本当にリスクしかないなと思ったからです。

しかし、40代を迎える頃から、再び飲酒運転をするようになってしまいます。この頃には20代の頃と比べてお酒も強くなっており、何よりも車で好きな時間に移動して、好きな時間に帰ることができ、眠くなれば車の中で寝るという自由度が高く、楽なところが魅力でした。こうなってしまうのはもう止められるはずがありません。そして、起こしてはいけな事件を起こしてしまいました。

その日は夜8時頃から朝方までお酒を飲み、その時は車で寝て帰るか、運転代行を呼ぶつもりでした。しかし、いざ帰ろうとなった時に全く眠気を感じることなく、気持ち悪いこともなかったため、家までは車で20分程度の距離ということもあり、そのまま運転を始めてしまいました。途中までは全く問題なく運転をしていましたが、半分を過ぎた辺りから居眠りをしてしまいました。目が

覚めたのは強い衝撃を感じたからです。この時は何が起きたのか全く分かりませんでした。そして、その場を確認しようともせず、そのまま家まで運転して帰りました。この時、私は人を跳ね飛ばしてしまっていたのです。完全なひき逃げ事件です。

その日の夕方に警察の方が家に来て、私はそのまま連行されました。車の中で話を聞かされ頭が真っ白になりました。自分が人を殺してしまった。事故ではなく、事件を起こしてしまったのだと。私は父親を若いときに亡くしており、兄弟もいません。母親と2人で暮らしていましたが、母は目が悪く1人で出歩くことなど出来ませんでした。そんな母を1人残して留置場での生活となりました。親戚が母を連れて面会に来てくれましたが、本当は親戚と近所の人が手伝ってくれたため、生活は何とかなっていました。

その後、私は保釈され、判決の日まで母と暮らしました。判決は懲役3年でした。3年もの間、母を1人にしなればなりません。しかし、全く想像していない事が起こりました。親戚からの手紙で母が病気で亡くなったことを知らされたのです。

手紙には、「お母さんはずっとお前の帰りを待っていたよ。寂しそうにしていた姿は忘れられません。」とも書いてありました。読んでいて涙が止まりませんでした。母親の最後に自分が居られなかったことが情けなくて仕方がありませんでした。突然親しい人が居なくなることがどういう事なのか。母が自らの身をもつて教えてくれました。被害者御遺族の方々は今の自分と同じ思いをされている。そして、それをしたのは私なのだ。母は教えてくれたのだらうと思っています。

今は被害者御遺族の方々に対し、手紙を直接送ることは叶えられません。当然だと思えます。しかし、何年掛かってでも償う事を止めてはいけなと思っています。刑務所を出てからが本当の償いだからです。今後も私は一生をかけて償い続けるつもりです。

# 軽い気持ちの代償

会社員(30代)

私の人生は山も谷もなく、幸せを一つ二つ積み重ねていく、そんな日々だったと思います。当時の私は会社員として支店を任され、紆余曲折はありましたが、社会や地域に貢献していました。恋愛の末の結婚、子供も2人授かり、念願のマイホームも手に入れました。そんな日々の中、仕事の後のお酒も幸せを感じさせてくれる時間でした。ましてや気の知れた友人達となら尚更でした。駆け付けのテキーラから始め、その日の気分でお酒を楽しんでいました。お酒を飲み終わるのが夜遅くなる事もしばしばあり、運転代行やタクシーを呼ぶものもなかなか困まらず、翌日の仕事を考え、自分で運転して帰ることが何度もありました。一度、二度でもやって良いことはありませんが、慣れというのは怖いもので「飲酒運転でも、いつも通り運転出来る。」「深夜なら人も歩いていないから安心。」とさえ思っていました。

その日もいつもと同じ様に飲みに行こうとしていたところ、妻から電話がありました。「今日は早く帰れる？子供達も待っているよ！」と伝えられると、電話の後ろからは「パパ。」と子供達の声も聞こえました。その声を聞きつつも友人と約束をしていたため、「少し飲んで帰るよ。」と話し、電話を切りました。その後、駆け付けのテキーラから気が付けば午前1時を過ぎ、いつものように自宅へと車を走らせました。

「裏通りで帰れば検問もやっていないし大丈夫。」と考え、一方通行の道を走りました。心地良くなりボーっと走っていると、突然「人だ！」と思うと同時に被害者の方と接触してしまいました。ブレーキを踏み、速度を落としながらサイドミラーで確認すると、自転車が倒れていました。私は全てを失うのが恐ろしくなり、車を停めることもせず、ゆっくり車を走らせました。その間、恐怖心と理性の問答が繰り返され、およそ300m

離れたところでようやく停車させ、歩いて現場に戻りました。「怪我で済んで欲しい。」「人でなければ。」そう願っていました。が、現実には男性が身動きつしない状態で倒れていました。誰が呼んでくださったのか、間もなく警察と救急車が来て、目の前で慌ただしく動いていました。私は何も出来ないまま、ただ茫然と立ちつくしていました。警察官にそのまま連行されましたが、この現実を受け止めることができず、頭の中で何度もこの事件を繰り返し思い返していました。取り調べが始まり被害者の方が亡くなったと聞き、私は人を殺してしまったと涙ながらに思いました。

後日、保釈が認められ、自宅に帰りましたが、そこは家族のいない私だけの空間でした。机の上には離婚届だけが置かれていました。職場にも電話しましたが、対応もよそよそしく、そのまま退職し、私の犯した罪の大きさを実感しました。

この時までの後悔、戒めの気持ちを謝罪文として手紙にし、被害者御遺族の方に送らせて頂きましたが返信は来る訳ありません。裁判が始まり、初めて被害者御遺族の方と対面させて頂きました。頭を下げ謝罪しましたが、被害者御遺族の方には私の事など映っておらず、愛する家族を奪われ、生気を失っているように見えました。

判決は懲役3年の実刑でした。事件当日、家族の声に従っていれば、被害者の方の尊い命も被害者御遺族の方の哀しみも私の家族も仕事も何もかも失うことはなかったと今さらながら後悔し続けています。数えきれないくらいに長く感じる年数が経ちましたが、事件当日から家族に会うことも、声さえ聞くこともできなくなりました。

世間では飲酒運転の撲滅に努めているのは知っていましたが「私は大丈夫。」そんな軽い気持ちでいました。一生償えない罪を背負い、被害者の方の人生を無残に終わらせ、被害者御遺族の方には今までの暮らしを一生戻せない程の悲しみを与えてしまいました。それが軽い気持ちの結果です。

# 飲酒運転が及ぼした影響

トラック運転手(50代)

私は大型トラックを運転し、1人の女性を死亡させ、飲酒運転と前方左右不注意で逮捕されました。

前日は午後6時からビールを3本飲み、さらに酎ハイを1本飲んで、午後8時前に寝ました。翌日の午前1時30分に起きて、朝食と昼の弁当を作り、家を出てトラックがある車庫に行き、仕事を開始し、いつもどおりの道を走っている途中の交差点で人をはねたのです。

横断歩道に人がいないのを確認してから右折した時に、何か白い物がふわっと右の前方に見えました。

私は、何があつたのか分からないままブレーキを踏んで止まり、すぐにトラックから降りて確認すると、後方のタイヤの間に人が倒れていました。

私は何度も「大丈夫ですか。」と声を掛けましたが、返答がなく、救急車を呼びました。5分後に救急車が来たので、状況を話しました。

その後、警察署に連行されて取り調べを受け、留置されました。その後、2か月ほど自宅にいましたが、裁判が始まり、懲役2年6月の判決を受けました。

前日のお酒が残ったまま大型トラックを運転したため、会社で監査が入り、社長にも御迷惑を掛けました。私は会社から解雇され、家族との会話もなくなりました。

また、免許は取り消され、大型トラックの運転手だった私は仕事が出来なくなり、自分がした事の重大さやお酒が及ぼ

した影響は計り知れないことを初めて感じました。

市原刑務所でのアルコールの改善指導を受け、飲酒の経緯や動機を聞かれ、毎日飲んでいたり、寝つけに飲んでいたり、話を話しました。また、「被害者の視点を取り入れた教育」という改善指導を受け、自分の考えの甘さや、被害者御遺族の方の気持ちの一端に触れることが出来ました。

また、被害者御遺族の方の気持ちになって事件を考えると、これは事故ではなく犯罪なのです。人殺しなのだと思います。

市原刑務所で学んだ事や周りの受刑者一人一人の考えを参考にして、今回の事件を風化させない為にも真人間になって社会復帰し、二度と同じ過ちを犯さないようにします。

加害者の私はまた家族に会えますが、被害者御遺族の方は被害者の方に会えません。そう思うと、被害者御遺族の皆さまには本当に申し訳なく、許してもらえないのは当然だと思います。

私は家族とこれからの償いの在り方を考え、被害者御遺族の方に償いを行っていきます。

私が犯した罪は一生消えることはないのです。

私が飲酒をしてトラックを運転したことで被害者・被害者御遺族の方、自分の家族、多くの人の生活や人生を変えてしまった事は許されることではありません。被害者やその被害者御遺族の方々、本当に申し訳ございませんでした。

私は二度とお酒を飲みません。

事故の前に戻れるものなら、もう一度始めからやり直したいです。

# 繰り返した飲酒運転

福祉職員(30代)

私は現在、刑務所で自分の犯した罪を反省し、更生の日々を送っています。

以前から深夜までお酒を飲み、二日酔いの状態のまま出勤したり、ビール1、2本を飲み、数時間休んだ後、酔いを醒ましたからなどと自分に都合よく考え、飲酒運転をすることがありました。

初めの頃は、お酒が残った状態で運転をすることは危険であると分かっていたし、罪悪感もありました。しかし、飲酒運転の回数を重ねていくうちにお酒が多少残っている程度では事故を起こさずに運転できると過信するようになり、次第に飲酒運転に対する危機感や罪悪感を失っていききました。

このように身勝手な行動をしていたある年の夏、夕食時に妻と口論になり、お酒に酔っていた私は腹が立つからと近くのコンビニまでお酒を買い足しに行きました。このまま妻と顔を合わせても口論が長引くだけと考え、車の中で少し休もうと車内で横になりましたが、気が付いた時は交差点の信号待ちで居眠りをしていたようで、周りに救急車とパトカーが集まっており、逮捕されました。

この事件では執行猶予となり、その後はアルコール依存の治療を受けながらしばらく生活が続けていました。しかし、止めていたお酒に再び手を出してしまったことをきっかけに家族と口論になり、前回の事件で運転免許取消し処分を受け、無免許であったにも関わらず、怒りに任せて家族が所有していた車を勝手に運転し始めてしまいました。

そして、コンビニに立ち寄り、新たにお酒を買い足し、気持ちを落ち着かせるためなどと自分勝手な理由でお酒を飲み続けていました。

このような状態で車を運転すれば、当然冷静な判断が出来

なくなり、周りの状況を見誤ってしまいます。しかし、当時の私は飲酒運転を繰り返しても交通事故を起こすまでの大事にはならないだろうと軽く考えていました。

買い足したお酒を飲み、やがて酔いが回りました。このまま運転を続けただけでいいと思い、駐車場に車を止めようと右折したところ、ハンドル操作を誤り、対向車線を走行中のトラックに衝突してしまいました。トラックは私の車がぶつかった衝撃で縁石を越えた挙げ句、その先にあつた信号柱を倒し、ようやく止まりました。しかし、私の車がトラックに正面から衝突したことで、被害者様は、潰れたトラックのフロント部と座席に挟まれ、苦しんでいました。

そのような中、私は状況を理解できるような意識でなく、救助することも通報することも出来ませんでした。近くで現場を見ていた方々が通報してくださり、被害者様の救助に至りました。

被害者様との示談は済ませて頂きましたが、直接謝罪することは出来ず、謝罪文を送らせて頂いても「もうこれ以上何もして欲しくない。関わらないでくれ。」と書かれました。

それほど私は勝手で、人として本当に愚かなことをして他人を巻き込んでしまったと、今は心から反省しています。

この事件で実刑判決を言い渡された私は、勤務していた会社は解雇され、受け持っていた仕事を終えることが出来ず、会社には大きな損害を与えてしまいました。また、家族には自分の起こした事件のことで心労を掛け、世間の厳しい言葉を耳にすることも多々あると思います。

このように被害者様や社会の皆様、自分の家族に迷惑を掛け、刑務所に入るまで飲酒運転を止めなかったこと、そもそも法を犯しても平気でいた自分は本当に愚かだったと今は反省の日々を過ごしています。

# 飲酒運転は 絶対しない、させない、許さない

飲酒運転の情報提供を受け付けています。

- 1 飲酒運転をしている運転手に関する情報
- 2 飲酒運転を助長している店舗に関する情報
- 3 その他の情報（上記1・2以外に飲酒運転取締りに関する有力な情報）



千葉県警察ホームページ

【飲酒運転取締りメールボックス】

※緊急性がある場合は、迷わず110番通報してください。

令和5年6月28日に

千葉県飲酒運転の根絶を実現するための条例  
が改正されました。

- 1 事業者の方へ：従業員の通勤中の飲酒運転は勤務先に通知
- 2 飲食店の方へ：飲酒運転防止措置を講じない  
飲食店営業者に罰則等



千葉県ホームページ

【飲酒運転根絶への取組み】

※「飲酒運転根絶宣言事業所」及び  
「飲酒運転根絶宣言店」を募集しています。

編集発行：千葉県警察本部交通部交通総務課

〒260-8668 千葉県中央区長洲1丁目9番1号

TEL：043-201-0110（代）

URL：<https://www.police.pref.chiba.jp>

協力：市原刑務所

令和7年11月発行

# 飲酒 運転 NO!

飲酒運転の末路、5つの実話、5つの後悔

動画No.1  
『私の罪』



それでも  
飲酒運転を  
しますか？

動画No.2

『許されることのない過ち』



第三話  
軽い気持ちの代償

動画No.3

『軽い気持ちの代償』



第四話  
飲酒運転が及ぼした影響

動画No.4

『飲酒運転が及ぼした影響』



第五話  
繰り返した飲酒運転

動画No.5

『繰り返した飲酒運転』



飲酒運転は  
絶対しない・させない・許さない

飲酒運転受刑者の  
手記全文と各動画は  
コチラ

千葉県警察 飲酒運転受刑者の手記

検索



千葉県警察ホームページ



千葉県警察公式YouTube



## 酒酔い運転

### 5年以下の拘禁刑、又は 100万円以下の罰金

「酒酔い」とは呼気中アルコール濃度0.5mg/ℓ以上、または、アルコールの影響により正常な運転ができないおそれがある状態をいいます。なお、「0.5mg/ℓ」未満でも、「アルコールの影響により正常な運転ができないおそれがある状態」と認定されれば「酒酔い運転」となります。

## 酒気帯び運転

### 3年以下の拘禁刑、 又は 50万円以下の罰金



## 車両提供

### 運転者が酒酔い

### 5年以下の拘禁刑、又は 100万円以下の罰金

### 運転者が酒気帯び

### 3年以下の拘禁刑、又は 50万円以下の罰金

## 酒類提供・同乗者

### 運転者が酒酔い

### 3年以下の拘禁刑、又は 50万円以下の罰金

### 運転者が酒気帯び

### 2年以下の拘禁刑、又は 30万円以下の罰金

## 飲酒検知 拒否

### 3月以下 の拘禁刑、 又は 50万円以下 の罰金

※すべて運転免許の行政処分の対象にもなります。

## 「千葉県飲酒運転の根絶を実現するための条例」の概要

### 目的

飲酒運転の根絶に関し、県、県民、事業者等の責務等を明らかにするとともに、施策の基本的な事項を定めることにより、飲酒運転の根絶を図るための施策を総合的に推進し、もって飲酒運転のない、県民の誰もが安心して暮らすことができる地域社会を実現することを目的とする。

### 条例の ポイント

#### 県民の役割

##### ●県民の遵守事項

- 飲酒運転をしないこと。
- 自動車等を運転する必要がある場合又はその必要が生じると見込まれる場合であって、飲酒することにより酒気を帯びて自動車等を運転することとなるおそれがあるときは、飲酒しないこと。

- 飲酒が身体に及ぼす影響について理解を深めることに努める。
- 家庭・職場・地域等において、飲酒運転の根絶を図るための取組を自主的かつ積極的に行うよう努める。
- 国、県及び市町村が実施する施策に協力するよう努める。
- 飲酒運転をしている人やその疑いのある人を発見した場合は、警察官への通報に努める。

