交通安全ニュース2026ちば

令和8年12月号
千葉県警察本部

毎月更新中！

千葉県警察ホームページ

Monthly Topics 飲酒運転の根絶 甘く見ないで！飲酒の影響



千葉県警察シンボルマスコット シーポック

「酔っていないから大丈夫だと思った」「お酒は抜けていると思った」…こういった理由で飲酒運転をする人が後を絶ちません。今回は、飲酒が運転に及ぼす影響やその時間について解説します。

こんな「誤解」していませんか？

誤解① 少し飲んだだけなら大丈夫？

アルコールは"**少量**"**でも脳の機能を麻痺**させます

- 気が大きくなり、速度超過などの危険な運転をする
- 車間距離の判断を誤る
- 危険の察知が遅れる
- 危険を感じてからブレーキを踏むまでの時間が長くなる

などの悪影響がわかっています



「お酒に強い」人も少量のアルコールで運転に影響が！

お酒を「少し」でも飲んだら運転はダメ！

誤解② 飲酒のあと、ひと眠りしたから大丈夫？



ビール500ml分に含まれる純アルコール（20g）を体内で分解するには、目安として約4時間※かかります
※体重60kg成人男性の場合（個人差があります）

睡眠中はアルコールの分解がさらに遅くなります
「ひと眠り」程度ではお酒は抜けません

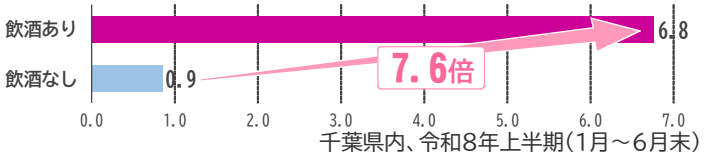
参考動画：政府広報オンライン「気づかず飲酒運転　意外と知らない　お酒が抜ける時間【字幕付】」▶

飲酒運転で 死亡事故リスク急上昇

死亡事故率は「飲酒なし」の約8倍

（原付以上の運転者（第1当事者）による人身事故の場合）

死亡事故件数÷人身事故件数×100＝死亡事故率（%）



千葉県内、令和8年上半期（1月～6月末）

飲酒の影響により、安全運転に必要な能力が低下するため、死亡事故率が「飲酒なし」の場合と比べ大幅に増加します。

運転者本人や相手だけでなく、同乗する家族・友人などが犠牲になる事故も発生しています。

※飲酒運転と知りながら車両に同乗する行為は、罰則の対象となる場合があります。

飲酒運転を根絶するために

千葉県警察ホームページ「飲酒運転を根絶するために」▶

お酒を飲んだら絶対に運転しない NO

- 公共交通機関等を利用、飲酒する場所へ車両で行くのを避ける
- 翌日に運転する予定があるときは、飲酒量・時間を考慮する

運転する人にはお酒を飲ませない NO

- 運転する可能性がある人には、お酒を勧めたり飲ませたりしない
- 飲食店側は、運転する可能性がある人にお酒を出さないよう対策する

お酒を飲んだ人には運転させない NO

- 飲酒運転のおそれがある人の車に同乗しない
- 飲食店側は、帰りの交通機関の確認などの対策をとる

飲酒運転は絶対しない、させない、許さない！