

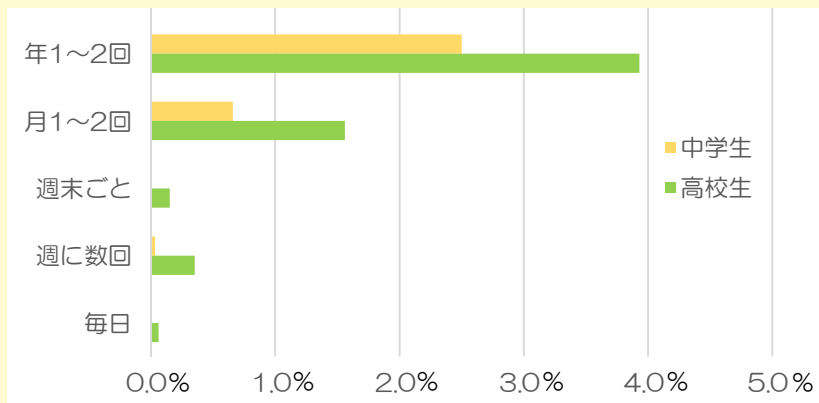


20歳未満の飲酒は危険です！

法律(※)でも禁止されています ※未成年者飲酒禁止法

中学生・高校生の飲酒の現状

「2021年中高生の喫煙、飲酒等生活習慣に関する全国調査」より



中学生の6人に1人が
飲酒しています！

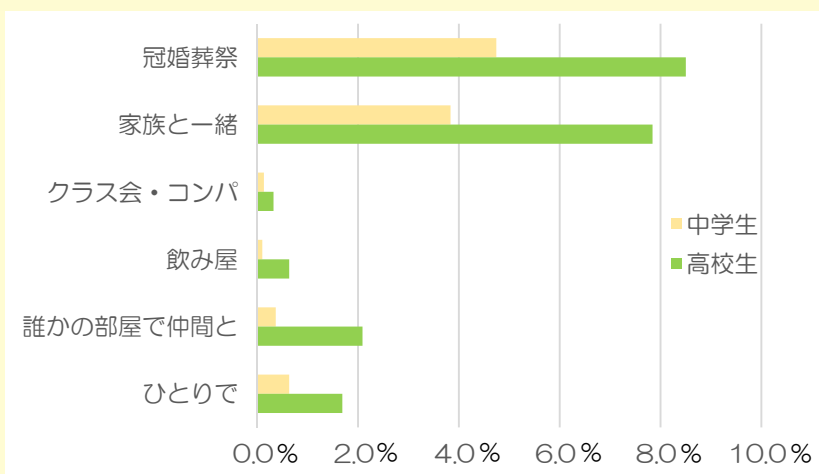
間違った子どもの認識



- ・友達も飲んでいるから良い
- ・飲まない仲間外れになる
- ・親も何も言わない

飲酒経験のあった機会

「2021年中高生の喫煙、飲酒等生活習慣に関する全国調査」より



子どもの飲酒機会は
大人と一緒にのときが多い！

間違った大人の認識



- ・もう大人に近いから大丈夫
- ・少しくらいなら良い



20歳未満の飲酒は、
成長を妨げるからこそ
絶対にダメです！

【習慣的飲酒開始から発症まで】

中年男性：約15~20年
中年女性：約5~10年
未成年者：約数か月

- ① 脳の機能を低下させる
- ② 肝臓などの臓器に障害を起こす
- ③ 性ホルモンに異常が起きる
- ④ 少量で急性アルコール中毒の危険
- ⑤ 短期間でアルコール依存症の危険
- ⑥ 法律で禁止されている

アルコール依存症になりやすい

生活や仕事に影響が出ているのに、
自分の意志では飲酒コントロールできなくなる心の病気

急性アルコール中毒になりやすい

イッキ飲みなどで一度にたくさんのお酒を飲むと、
脳全体がまひして、死亡することも…





私たち大人ができること

- ・20歳未満の飲酒は認めない。決して勧めない
- ・雰囲気やノリで飲酒しないよう、断り方を教える
- ・大人自身が見本となるよう、適正飲酒を心がける



大人も気をつけたい 多量飲酒による酒害



一日の適量はビールなら500ml（女性や高齢者は半量）とされています。
多量飲酒（ビールなら一日に1500ml以上）を続けると、
様々な「酒害」を引き起こします。

身体的問題

- ・脳や臓器の障害
- ・がん
- ・生活習慣病

精神的問題

- ・不眠、うつ、幻覚症状
- ・アルコール依存症
- ・認知症関連症状

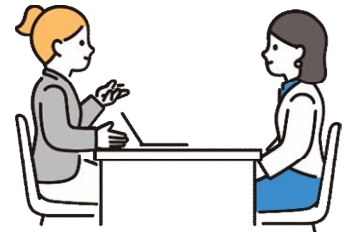
社会的問題

- ・自殺、傷害
- ・失業、浪費
- ・暴力、飲酒運転

お酒の害についての相談窓口

自分や家族のお酒に関する悩みに苦しんでいませんか？ ひとりで悩まず、ご相談ください。

- | | |
|------------------|------------------------|
| ・三原市 保健福祉課 | 0848-67-6053 |
| ・本郷保健福祉センター | 0848-86-3609 |
| ・久井保健福祉センター | 0847-32-8551 |
| ・大和保健福祉センター | 0847-34-0960 |
| ・広島県東部保健所保健課 | 0848-25-2011（代表） |
| ・広島県総合精神保健福祉センター | 082-884-1051 |
| ・三原断酒友の会 | 090-9733-7193（会長 堀川さん） |



※医療機関（精神科・心療内科）でも相談できます