

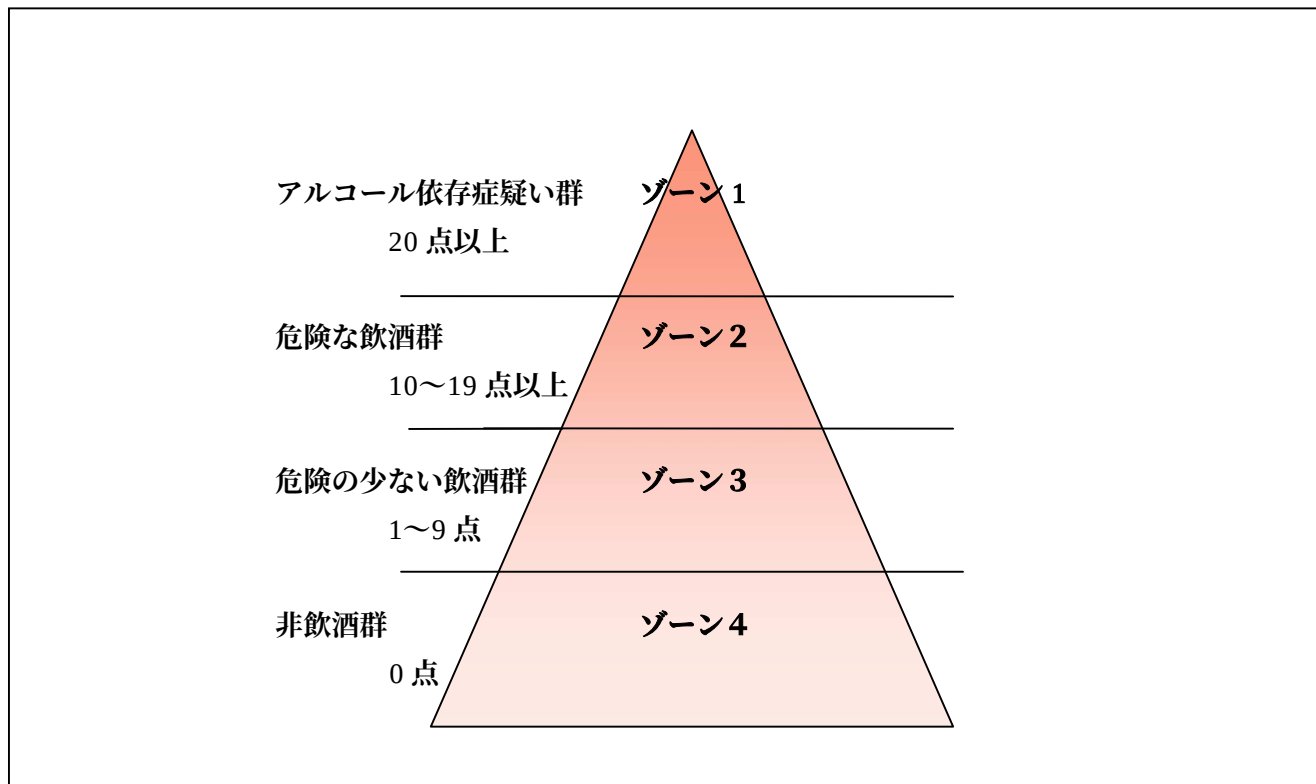
AUDIT (オーデイト) アルコール使用障害同定テスト

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？ 0. 飲まない 1.1 ヶ月に1度以下 2.1 ヶ月に2～4度 3.1 週に2～3度 4.1 週に4度以上		
2. 飲酒する時には通常どのくらいの量を飲みますか？ ⇒量の換算は別票を参照にしてください。(以後同じ) 0.0～2 ドリンク 1.3～4 ドリンク 2.5～6 ドリンク 3.7～9 ドリンク 4.10 ドリンク以上		
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？ 0. ない 1.1 ヶ月に1度未満 2.1 ヶ月に1度 3.1 週に1度 4. 毎日あるいはほとんど毎日		
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？ 0. ない 1.1 ヶ月に1度未満 2.1 ヶ月に1度 3.1 週に1度 4. 毎日あるいはほとんど毎日		
5. 過去1年間に、普通だと思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？ 0. ない 1.1 ヶ月に1度未満 2.1 ヶ月に1度 3.1 週に1度 4. 毎日あるいはほとんど毎日		
6. 過去1年間に、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？ 0. ない 1.1 ヶ月に1度未満 2.1 ヶ月に1度 3.1 週に1度 4. 毎日あるいはほとんど毎日		
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？ 0. ない 1.1 ヶ月に1度未満 2.1 ヶ月に1度 3.1 週に1度 4. 毎日あるいはほとんど毎日		
8. 過去1年間に、飲酒のため前夜の出来ごと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？ 0. ない 1.1 ヶ月に1度未満 2.1 ヶ月に1度 3.1 週に1度 4. 毎日あるいはほとんど毎日		
9. あなたの飲酒のために、あなた自信か他の誰かがけがをしたことがありますか？ 0. ない 1. あるが、過去に1年にはなし 2. 過去1年間にあり		
10. 肉親や親戚、友人、医師、あるいは他の健康管理にたずさわる人が、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勧めたりしたことがありますか？ 0. ない 1. あるが、過去に1年にはなし 2. 過去1年間にあり		

酒類のドリンク換算表

種類	量	ドリンク数
1) ビール (5%)・発泡酒	コップ (180ml) 1 杯	0.7
	小ビンまたは 350ml 缶 1 本	1.4
	中ビンまたは 500ml 缶 1 本	2.0
	大ビンまたは 633ml 缶 1 本	2.5
	中ジョッキ (320ml) 1 杯	1.3
	大ジョッキ (600ml) 1 杯	2.4
2) 日本酒 (15%)	1 合 (180ml)	2.2
	お猪口 (30ml) 1 杯	0.4
3) 焼酎・泡盛 (20%)	ストレートで 1 合 (180ml)	2.9
焼酎・泡盛 (25%)	//	3.6
焼酎・泡盛 (30%)	//	4.3
焼酎・泡盛 (25%)	//	5.8
4) 酎ハイ (7%)	コップ 1 杯 (180ml)	1.0
	350ml 缶酎ハイ 1 本	2.0
	500ml 缶酎ハイ 1 本	2.8
	中ジョッキ (320ml) 1 杯	1.8
	大ジョッキ (600ml) 1 杯	3.4
5) カクテル類 (5%) (果実味などを含んだ甘い酒)	コップ (180ml) 1 杯	0.7
	350ml 缶 1 本	1.4
	500ml 缶 1 本	2.0
	中ジョッキ (320ml) 1 杯	1.3
6) ワイン (12%)	ワイングラス (120ml) 1 杯	1.2
	ハーフボトル (375ml) 1 本	3.6
	フルボトル (750ml) 1 本	7.2
7) ウィスキー、ブランデー、ジン、ウォッカ、ラムなど (40%)	シングル水割り 1 杯 (原酒で 30ml)	1.0
	ダブル水割り 1 杯 (原酒で 60ml)	2.0
	ショットグラス (30ml) 1 杯	1.0
	ポケットビン (180ml) 1 本	5.8
	ボトル半分 (360ml)	11.5
8) 梅酒 (15%)	1 合 (18ml)	2.2
	お猪口 (30ml)	0.4

問題飲酒の判定



合計点数が 10 点以上の場合、問題飲酒の疑い、20 点以上はアルコール依存症の疑いがあります。

飲酒の仕方を見直したい方は、病院や保健所などで相談が出来ます。
本人だけでなく、ご家族からの相談も受けることが出来ます。