

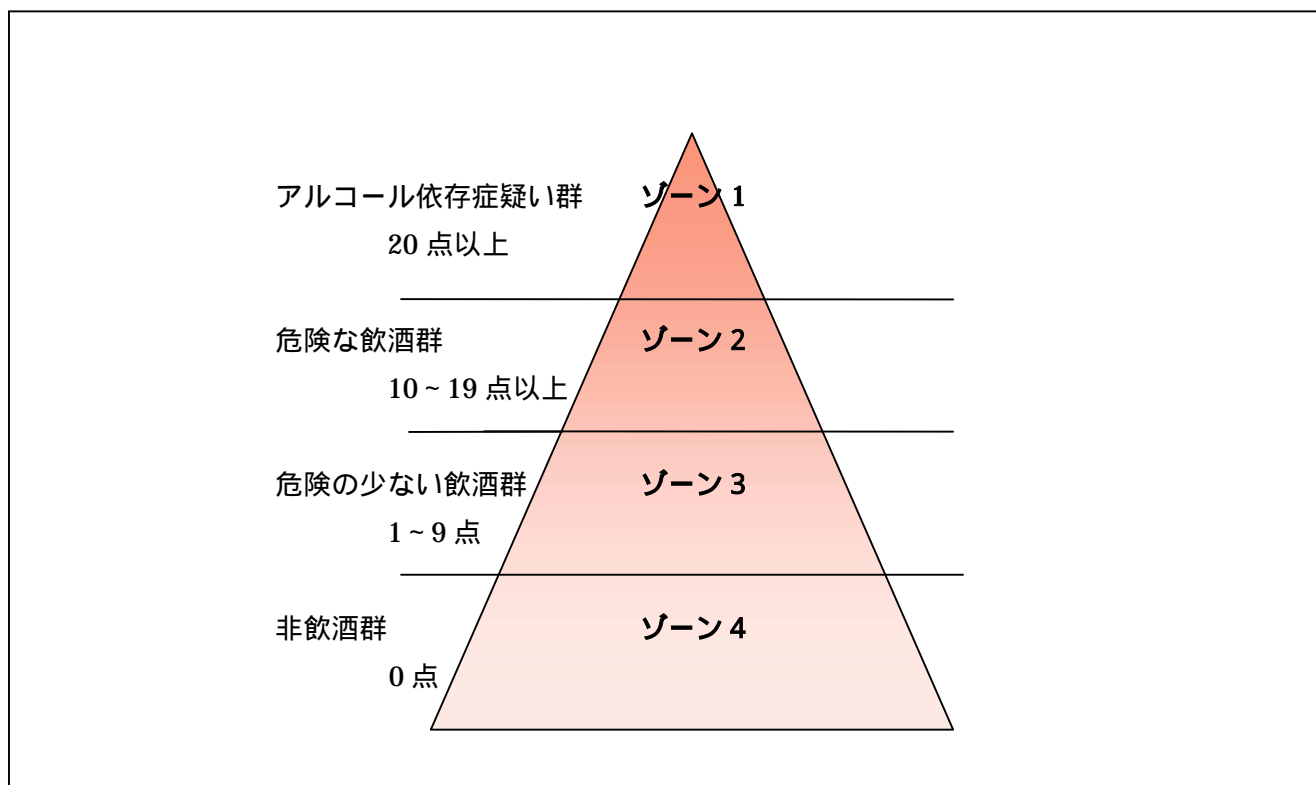
# AUDIT (オーデイト) アルコール使用障害同定テスト

<p>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？</p> <p>0. 飲まない 3.1 週に2~3度</p> <p>1.1 ヶ月に1度以下 4.1 週に4度以上</p> <p>2.1 ヶ月に2~4度</p>
<p>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)</p> <p>0.0~2 ドリンク 3.7~9 ドリンク</p> <p>1.3~4 ドリンク 4.10 ドリンク以上</p> <p>2.5~6 ドリンク</p>
<p>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？</p> <p>0. ない 3.1 週に1度</p> <p>1.1 ヶ月に1度未満 4. 毎日あるいはほとんど毎日</p> <p>2.1 ヶ月に1度</p>
<p>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？</p> <p>0. ない 3.1 週に1度</p> <p>1.1 ヶ月に1度未満 4. 毎日あるいはほとんど毎日</p> <p>2.1 ヶ月に1度</p>
<p>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？</p> <p>0. ない 3.1 週に1度</p> <p>1.1 ヶ月に1度未満 4. 毎日あるいはほとんど毎日</p> <p>2.1 ヶ月に1度</p>
<p>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？</p> <p>0. ない 3.1 週に1度</p> <p>1.1 ヶ月に1度未満 4. 毎日あるいはほとんど毎日</p> <p>2.1 ヶ月に1度</p>
<p>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？</p> <p>0. ない 3.1 週に1度</p> <p>1.1 ヶ月に1度未満 4. 毎日あるいはほとんど毎日</p> <p>2.1 ヶ月に1度</p>
<p>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？</p> <p>0. ない 3.1 週に1度</p> <p>1.1 ヶ月に1度未満 4. 毎日あるいはほとんど毎日</p> <p>2.1 ヶ月に1度</p>
<p>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？</p> <p>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</p>
<p>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？</p> <p>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</p>

## 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%)	"
	焼酎・泡盛(30%)	"
	焼酎・泡盛(25%)	"
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。