

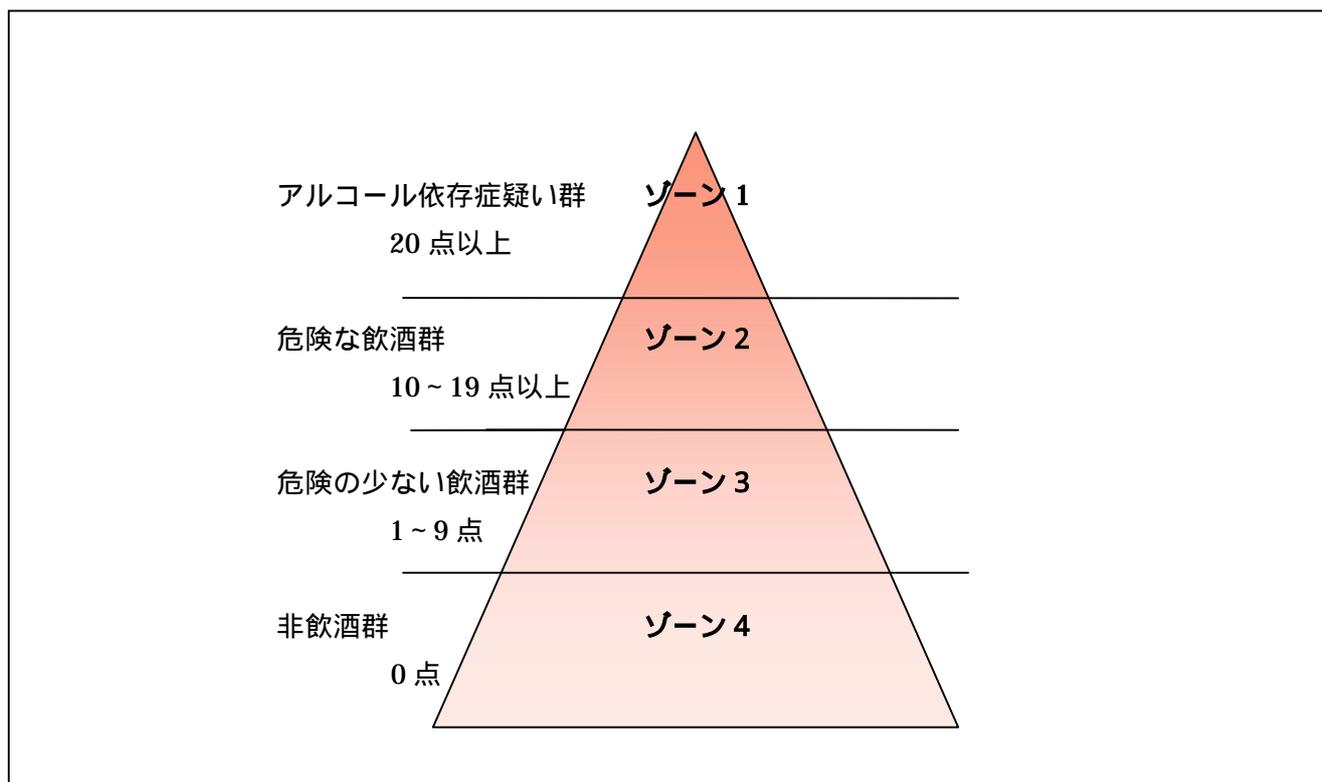
# AUDIT (オーデイト) アルコール使用障害同定テスト

<b>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？</b> 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		
<b>2. 飲酒する時には通常どのくらいの量を飲みますか？</b> <b>量の換算は別票を参照にしてください。(以後同じ)</b> 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		
<b>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？</b> 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		
<b>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？</b> 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		
<b>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？</b> 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		
<b>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？</b> 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		
<b>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？</b> 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		
<b>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？</b> 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		
<b>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？</b> 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		
<b>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？</b> 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%)	"
	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。