

# 県民総ぐるみで

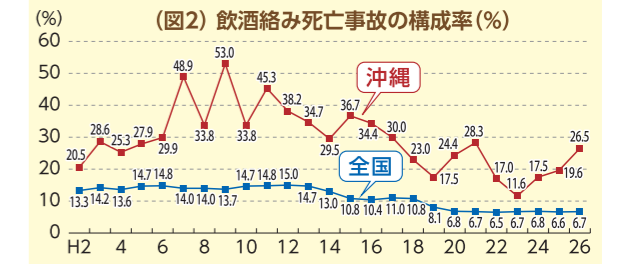
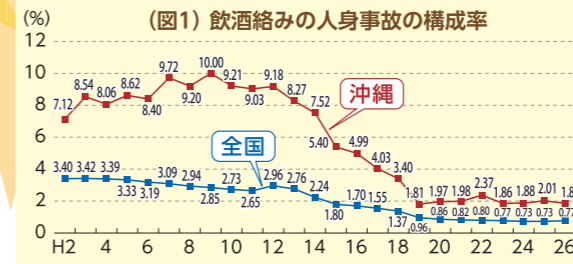
# 飲酒運転根絶!

「飲酒運転をしない させない 許さない」

飲酒運転は、重大事故につながる危険な行為です。

## 県内の飲酒運転の実態

県内の全人身事故に占める飲酒絡み事故の構成率は、平成2年から25年連続全国ワーストワン(図1)、死亡事故に占める飲酒絡み事故の構成率も、平成25年から2年連続全国ワーストワン(図2)と厳しい状況にあります。



また、昨年の飲酒運転の人口千人当たりの検挙件数は、全国平均の約4倍と最も高く、運転免許の取消処分を受けた者は約900人に上ります。依然として飲酒運転による悲惨な交通事故や検挙される者が後を絶たない状況です。

## 一晩寝たから大丈夫、ではとおりません

ここ数年の飲酒絡み事故を時間帯別に見ると、約3割が出勤時間帯の「午前6時から午前10時」に発生しています。飲酒したアルコールが体内で分解されるまでには、予想以上に時間がかかることを認識しましょう。

### 知っていますか? 二日酔い

それぞれのアルコール1単位の目安

- チューハイ 350ml 1単位
- 泡盛 100ml 1単位
- ビール 500ml 1単位

1単位のアルコールが抜ける(分解される)には、約4時間かかります。

左のように3単位飲むと...

睡眠8時間

アルコールは徐々に分解

8時間寝たからといってアルコールが身体で分解されるのは2単位分です。

つまり翌朝は1単位残っている二日酔い状態なのです。

お酒を飲むときは翌日の仕事を考えて、寝ている間にアルコールが分解される適度の量を飲みましょう。

## 飲酒運転根絶に向けて

飲酒運転をした者だけでなく、酒や車両を提供した者や同乗者に対しても罰則が科されます。大切な家族、友人、職場の同僚から飲酒運転違反者や悲惨な交通事故による被害者、加害者を出さないために、「飲酒運転をしない させない 許さない」社会環境づくりにご協力をお願いします。

平成27年度飲酒運転根絶県民大会を10月27日に開催します!

お問い合わせ 県警察本部 交通企画課 電話:098-862-0110(代表)

シリーズ⑥  
南城市の  
いかの墨汁

真っ黒なスープでお馴染みのいかの墨汁は、濃厚な旨味とコクのある味わいで県民に愛される伝統の料理。主にアオリイカ(シルイチャー)が使われ、カツオのだし汁にイカの切り身や豚の三枚肉、ニガナ、いか墨などを入れて作られます。古くから血液の流れを良くしたり、整腸作用があると考えられサギブス(下げ薬)として、体の調子に合わせて滋養食として摂る方も多いようです。

中城湾と太平洋に面する南城市は4漁港を抱える海の恵み豊かなまち。市内には海産物を食べさせる食堂も多く、人気店には美味しい海の幸や墨汁を求めて多くの地元客や観光客が訪れます。イタリアやスペインでもいか墨を使った料理が食べられています。世界的にいか墨を食材にしているのはそれほど多くはないようです。□元が黒くなくても食べたい、いかの墨汁は沖縄が世界に誇る食文化なのです。



撮影協力:奥武島海産物食堂



健やかな笑顔の素・食と体づくり 南城市

南城市では、自然と文化に恵まれた地の利を得て、健康と癒しをテーマにしたウェルネス事業を展開。自然や遺跡を巡る「しまさんぼ」や、ハーブを使ったコスメづくり、岬や海岸で朝日を浴びながら行う朝ヨガなど、さまざまな体験プログラムなどを用意しています。健康志向が高まる現代、まちの個性を活かしたウェルネスプログラムやイベントは、ますます注目を集めています。

南城市の笑顔  
心と体を解き放つ  
健やかプログラム