



わたしたちが考え  
わたしたちが実行するまち



平成23年新春対談

## 環境を語る

予約型で乗合方式のみんなの乗り物

## 総社市新生活交通

2011 そうじゃ 吉備路マラソン 参加者募集中

## 今月の主な内容

|                 |    |           |    |
|-----------------|----|-----------|----|
| 後期基本計画への意見募集    | 22 | 安全・安心写真特集 | 26 |
| お知らせ            | 18 | 輝いている人    | 29 |
| 学校給食で地産地消と防災を学ぶ | 25 | フォトニュース   | 30 |

## 学生講座

お酒とのつきあい方

## アルコールとうまくつきあおう!



これからの時期、お正月・新年会とお酒を飲む機会が増えますが、一気飲みなど自分の命を危険にさらす行為はせず、楽しくお酒とつき合っていきましょう。

## 「酔い」は脳のマヒ

アルコールは肝臓で分解されますが、分解にはとても時間がかかります。分解されないアルコールが脳まで達してしまうと、アルコールには麻酔作用があるので、脳の働きがマヒしてしまいます。これが酔いの正体なのです。



ほろ酔い

酔い  
酩酊  
泥酔ふらつく  
つぶれる

昏睡→死



通常、アルコールが体に入ると、少しずつ酔いが回っていきます。しかし、一気飲みのように短時間にアルコールを多量にとると、脳のマヒが急激に脳幹まで進行し、最悪の場合は、死に至る危険性があります。

## 酔いつぶれた人の命を救う！4回のチャンス

- ①危険な一気飲みはしない、させない。 ②酔いつぶれた人を一人にさせない。



- ③倒れて吐く場合は、横向きにして自然に吐かせる。 ④おかしいと思ったらためらわずに救急車を呼ぶ。



一気飲みは命に関わる危険行為です。自分の身を守るためにも、周囲の人の命を守るためにも一気飲みはしない、させない、誘われても断る、ということが大切です。

このページの記事・写真・レイアウトは、岡山県立大学デザイン学部が行っています。

地域文化・自然が支える心豊かな生活交流都市  
総社市役所のホームページ <http://www.city.soja.okayama.jp/>

総社市携帯サイト



再生紙を使用しています。