



下級生ぬいヒラニア



即席飲酒アオリイカ



オオザケノマセ・ライオン



ゴクアク・ムホウオオカミ

ヨツツブシ・グリズリー

飲ませたほうは、みんな言います。  
まさか死ぬとは思わなかった。

いつものように飲んでいただけ。 そうも言います。

クラブの伝統だから、飲ませただけ。

飲酒の強要は、よくないが、そのきたりは強要だとは思わなかった。

そして、先輩のお酒を飲み干して、亡くなってしまった。

でも、飲んで当然、当たり前という状況は「飲酒の強要」です。

誰かが気づいて止めないと、死ななかつかもしれない。

無言の圧力、見て見ぬふりもアルコール・ハラスメント、

飲酒にまつわる人権侵害です。



ミズカクシ・ワルギツキ



ヨツツブシ・グリズリー



暴君トッゲキ・コンドル



ミテミヌカリ・ナマケモノ

アルハラを阻止するために、無料アプリの配布やアンケートを実施中！

それがアルハラだ！と強く指摘!! 「アルハラ・アニマル珍動物アプリ」の配布はこちらから。

➡ 「2012年度版 アルハラ断りマウス！アプリ」、「アルハラ WEBアンケート」も発売中です。

◎ 携帯サイト → [www.ask.or.jp/i](http://www.ask.or.jp/i) (QRコードから携帯サイトにアクセスすることができます)

⑤ イッキ飲ませやアルハラの情報については  
PCサイト → [www.ask.or.jp](http://www.ask.or.jp)

イッキは命にかかる飲ませ方です。



短時間に大量のお酒を飲むことは、あなたが思っている以上に危険なこと。

過去10年間で23名の大学生が、急性アルコール中毒で命を落としている。

昨年は5名が亡くなった。イッキ飲み防止連絡協議会調べ



### 飲み会で命を落とす人を出さないために

飲酒にまつわる人権侵害 = アルハラ（アルコール・ハラスメント）。

次のようなことをすると、それは重大なアルハラ行為にあたる。

そのことが原因で、誰かが命を落としてしまうかもしれません。

- ◎ イッキ飲ませや、罰ゲームでの飲酒の強要。
- ◎ 伝統や無言の圧力で、飲酒を断れない雰囲気をつくる。
- ◎ アルコール以外の飲み物を用意しない。
- ◎ 酔っぱらってからんなり、暴言を吐いたりする。
- ◎ 未成年者、運転する人、体質的にアルコールを受け付けない人に飲ませる。
- ◎ 酔いつぶすことを意図して、飲み会を行なう。

### すぐに救急車を呼ぶべき状態

- ◎ 大いに吐きをかいで、ギュッとつねっても反応がない。
- ◎ ゆすって呼びかけても、まったく反応がない。
- ◎ 体温が下がり、全身が冷たくなっている。
- ◎ 倒れて、口からあわをふいている。
- ◎ 呼吸が異常に早く浅い。または、時々しか息をしていない。

※ これ以外にも「危ない」と感じることがあれば、  
すぐに救急車を呼ばう。

世間体を気にしている場合ではない。  
これは命に関わる問題なのだから。

### 酔いつぶれた人の介護方法

- ◎ 絶対に一人にしない。「つぶれ部屋」に放置しない。
- ◎ 衣服をゆるめて、楽にしてあげる。
- ◎ 体温の低下を防ぐために、毛布などをかけて暖かくする。
- ◎ 吐瀉物による窒息を防ぐために、横向きにして寝かせる。
- ◎ 吐きそうになったら、抱き起こさず横向きの状態で吐かせる。

## 酔う = 脳がマヒすること 「酔い」のメカニズム 4段階

1

ほろ酔い



アルコールの作用で大脳新皮質がマヒし理性の抑制がはがれる。気分がはぐくらッカスしている。酔っていないと思いつがちだがこの段階でも運転は犯罪。脳のマヒはすでに始まっている状態だ。

2

酩酊



大脳辺縁系にマヒが及んで「酔っぱらい」状態になる。同じ話を繰り返す。となりの人を中心に、口レツが回らない。足元がふらつくなどの症状が出たら、飲むのはストップ。周りも止めるようにしよう。

3

泥酔



大脳全体にマヒが広がり、脛幹や脊髄にも及び始める。ぐったり「酔いつぶれ」状態。吐いたものを気管に詰まらせて窒息する危険がある。絶対一人にしない。誰かが付き添って病院に連れて行くこと。

4

昏睡→死



ついにマヒが脛幹・脊髄から呼吸中枢のある延髄に至る。ここがやられてしまうと、死のみ。叩いても、つねっても反応がなければ、生死に関する深刻な事態。すぐに救急車を呼ぶこと。

ここから急性アルコール中毒の段階。

泥酔と昏睡は紙一重です。いちばん多いのは窒息死。