



けんこうじゅみょう
めざせ健康寿命日本一！クイズ

あきたけんばん
秋田県版




めざせ健康寿命日本一！

アルコール 編 【問題】

あきたけん
秋田県で生活するあなたに知ってほしい、けんこうじゅみょう
健康寿命日本一を目指すヒントをクイズにしました。
知らなかったことや「へえ～」と思ったことを、かぞく
家族・友だち・まわりの人に伝えてください。

番号	問題	選択肢 (回答を選ぶ)	回答 記入欄 (答えを書く)
1	成人は18歳だから、お酒は18歳から飲むことができる。	A 正しい (18歳から飲むことができる) B まちがい (18歳は飲んでではダメ)	
2	だれでもお酒をたくさん飲むことができる。正しいでしょうか？	A 正しい (だれでもお酒をたくさん飲むことができる) B まちがい (だれでもお酒をたくさん飲めるとは限らない)	
3	ちょうどいいとされる1日の飲酒量 (男性の場合) はどちらでしょうか？	A ビール中びん2本 (1000ml) B ビール中びん1本 (500ml)	
4	お酒を飲んで車を運転することを、飲酒運転といいます。では、お酒を飲んで自転車に乗ったら、飲酒運転になるでしょうか。 	A 飲酒運転になる B 少量なら飲酒運転にならない	
5	妊娠中や授乳中でも、ちょっとならお酒を飲んでもいい。正しいでしょうか？	A 正しい (ちょっとなら飲んでもいい) B まちがい (ちょっとでも飲んでではダメ)	

番号	問題 もんだい	選択肢 (回答を選ぶ) せんたくし (かいとう えらぶ)	回答 きこゆうらん 記入欄 (答えを 書く)
6	お酒を一気飲みしたことが原因で亡くなる ことがある。正しいでしょうか？ げんいん な	A 正しい (亡くなることがある) B まちがい (亡くなることはない)	
7	急性アルコール中毒 (アルコール 飲料の摂取により、主に一時的に意識 障害を生じるもの) になりやすいのはど ちらでしょうか？ きゅうせい ちゅうどく いんりょう せつしゆ いちじてき いしき しょうがい	A 20代の若い人 B 30-50代の大人 わか	
8	アルコールは、麻薬・覚せい剤・タバ コ・睡眠薬などと同じく、依存性のある 薬物の一種である。正しいでしょうか？ まやく かく ざい せい いんりょう せつしゆ いちじてき いしき しょうがい	A 正しい (アルコールは依存性のあ る薬物に含まれる) B まちがい (アルコールは依存性の ある薬物に含まれない) いんそんせい やくぶつ ふく	
9	アルコール依存症はお酒を飲む量を減 らせば回復する。 いんそんしょう りょう へ 	A 正しい (飲む量を減らせば回復 する) B まちがい (飲む量を減らしても 回復しない) りょう へ かいふく	
10	お酒を飲むと眠りが深くなる。正しいで しょうか？ ねお ふか	A 正しい (眠りが深くなる) B まちがい (眠りが浅くなる) ねお あさ	

回答が終わったら、【正解・解説】を読んで確認しましょう。

あなたも今日から始められる健康づくりのヒントはあったかな？

もっとくわしく健康について知りたい時には、秋田県健康づくり県民運動推進協議会ウェブサイ

ト「秋田健」で調べよう！

