



あなたのアルハラ度は？

あてはまと思った項目にチェックをつけましょう。

- ① 練習すればアルコールは強くなれると思う。
- ② 吐く人のための袋・バケツ・つぶれ部屋を用意している。
- ③ 先輩から注がれたら、断っちゃいけない。
- ④ みんなで酔っぱらってこそ仲間との一体感が生まれる。
- ⑤ 飲み会はちょっとぐらい無茶しないと、楽しくならない。
- ⑥ ソフトドリンクを飲むなんて、ありえない。
- ⑦ 酔ってるなら、多少の暴力や暴言はしょうがない。
- ⑧ 女だったら、お酌するのが当たり前だ。
- ⑨ 未成年でも、少しぐらいなら飲ませたって平気だ。
- ⑩ 場を盛り上げるイッキコールを3つ以上知っている。
- ⑪ 体質的に飲めない人なんて、いるわけない。

1つでもあてはまったら、あなたは気づかぬうちにアルハラをしている可能性が。

ハラスメント相談センター便り

2013年7月 -VOL. 12-

相談センター便り第12号をお届けいたします。今号では、6月19日に学生を対象に開催した「防ごう・アルコールハラスメント～アルコールの正体を知ろう」の内容を特集します。講師はASK(アルコール薬物問題全国市民協会)の紙谷名枝子先生です。

アルコールハラスメントは飲酒にまつわる人権侵害

① 酒の強要

上下関係・部の伝統・集団によるはやしたて・罰ゲームなどといった形で心理的な圧力をかけ、飲まざるをえない状況に追い込むこと。

② イッキ飲ませ

場を盛り上げるために、イッキ飲みや早飲み競争などをさせること。「イッキ飲み」とは一息で飲み干すこと、早飲みも「イッキ」と同じ。

③ 意図的な酔いつぶし

酔いつぶすことを意図して、飲み会を行うことで、傷害行為にもあたる。

④ 飲めない人への配慮を欠くこと

本人の体質や意向を無視して飲酒をすすめる、宴会に酒類以外の飲み物を用意しない、飲めないことをからかったり侮辱する、など。

⑤ 酔ったうえでの迷惑行為

酔ってからむこと、悪ふざけ、暴言・暴力、セクハラ、その他の迷惑行為。

※1つでもあてはまったら、アルハラになります。

あなたの体の中で、アルコールがどのくらいのスピードで分解されるか知っていますか？下の絵は、アルコールの「1単位」といって、20グラム前後の純アルコールを含む酒類の量です。

日本酒



一合

ウイスキー



ダブル1杯

ビール



中瓶1本

サワー類 (7%)



1缶

ワイン



2杯

体質・体重・体格などにより個人差はありますが、1単位のアルコールの分解にかかる時間の目安は——男性は、飲み終わってからおよそ4時間。女性はおよそ5時間。3単位飲んだら、半日アルコールが体内から消えません。朝起きたときに、前夜のアルコールが残っているおそれが強いのです。運転すれば「飲酒運転」になってしまいます。

名古屋大学 ハラスメント相談センター
工学部7号館B棟2階
開室時間 月～金曜日 9:00～17:00
TEL/052-789-5806
FAX/052-789-5968

鶴舞分室
旧西病棟452号室
開室時間 火曜日
9:00～17:00
TEL・FAX/052-744-2827

大幸分室
厚生会館202号室
開室時間 木曜日
9:00～17:00
TEL・FAX/052-719-1529

アルハラを含め、何かお困りのことがありましたら、いつでもハラスメント相談センターをご利用ください。