

AUDIT (アルコールスクリーニングテスト)

以下の1から10までの各項目について、最もあてはまる回答の番号に○をつけてください。

1. あなたはふだん酒類（アルコール含有飲料）を、平均するとどの位の頻度で飲みますか。

1 (0点) まったく 飲まない	2 (1点) 1か月に 1回以下	3 (2点) 1か月に 2~4回	4 (3点) 1週間に 2~3回	5 (4点) 1週間に 4回以上
---------------------------	---------------------------	---------------------------	---------------------------	---------------------------

2. 飲酒するときには、通常どのくらいの量を飲みますか。次の表を参考にお答えください。

・「日本酒」1合=2単位	・「ビール」大瓶1本=2.5単位
・「ウイスキー」水割りダブル1杯=2単位	・「焼酎・泡盛」お湯割り1杯=1単位
・「ワイン」グラス1杯=1.5単位	・「梅酒」小コップ1杯=1単位

1 (0点) まったく 飲まない	2 (0点) 1~2単位 以下	3 (1点) 3~4単位	4 (2点) 5~6単位	5 (3点) 7~9単位	6 (4点) 10単位以上
---------------------------	--------------------------	--------------------	--------------------	--------------------	---------------------

3. 一度に6単位以上飲酒することがありますか。あるとすればどのくらいの頻度ですか。

1 (0点) ない	2 (1点) 1か月に 1回未満	3 (2点) 1か月に 1回	4 (3点) 1週間に 1回	5 (4点) 毎日あるいは ほとんど毎日
-----------------	---------------------------	-------------------------	-------------------------	-------------------------------

4. 飲み始めたら、やめられなかったということが、過去1年間にどのくらいの頻度でありましたか。

1 (0点) ない	2 (1点) 1か月に 1回未満	3 (2点) 1か月に 1回	4 (3点) 1週間に 1回	5 (4点) 毎日あるいは ほとんど毎日
-----------------	---------------------------	-------------------------	-------------------------	-------------------------------

5. 普通の状態だとできることを、飲酒していたためできなかったということが、過去1年間にどのくらいの頻度ありましたか。

1 (0点) ない	2 (1点) 1か月に 1回未満	3 (2点) 1か月に 1回	4 (3点) 1週間に 1回	5 (4点) 毎日あるいは ほとんど毎日
-----------------	---------------------------	-------------------------	-------------------------	-------------------------------

6. 深酒の後で体調を整えるために、翌朝飲酒（迎え酒）をしなくてはならなかったことが、過去1年間にどのくらいの頻度でありましたか。

1 (0点) ない	2 (1点) 1か月に 1回未満	3 (2点) 1か月に 1回	4 (3点) 1週間に 1回	5 (4点) 毎日あるいは ほとんど毎日
-----------------	---------------------------	-------------------------	-------------------------	-------------------------------

7. 飲酒后、罪悪感や自責の念にかられたことが、過去1年間にどのくらいの頻度でありましたか。

1 (0点) ない	2 (1点) 1か月に 1回未満	3 (2点) 1か月に 1回	4 (3点) 1週間に 1回	5 (4点) 毎日あるいは ほとんど毎日
-----------------	---------------------------	-------------------------	-------------------------	-------------------------------

8. 深酒のため前夜の出来事を思い出せなかったことが、過去1年間にどのくらいの頻度でありましたか。

1 (0点) ない	2 (1点) 1か月に 1回未満	3 (2点) 1か月に 1回	4 (3点) 1週間に 1回	5 (4点) 毎日あるいは ほとんど毎日
-----------------	---------------------------	-------------------------	-------------------------	-------------------------------

9. あなたの飲酒のために、あなた自身か他の誰かが怪我をしたことがありますか。

1 (0点) ない	2 (2点) あるが、 過去1年間に はない	3 (4点) 過去1年間にある
-----------------	------------------------------------	-----------------------

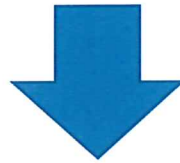
10. 肉親や親戚、友人、医師、あるいは他の健康管理にたずさわる人が、あなたの飲酒について心配したり、飲酒量を減らすようにすすめたりしたことがありますか。

1 (0点) ない	2 (2点) あるが、 過去1年間に はない	3 (4点) 過去1年間にある
-----------------	------------------------------------	-----------------------

AUDIT（オーデジット）は、WHO（世界保健機関）が開発した、飲酒問題の程度を調べるテストです。

わたしの AUDIT の点数は 点です。

自分の位置を確認してみましょう。



AUDIT の点数と飲酒問題との関係

