

飲酒と生活習慣に関する調査 B (自記式記入票)

気にさわる質問、同じような内容の質問のくりかえし、あなたご自身にあまり関係のない質問がありますが、学術研究調査という目的をご理解いただき、最後まで1問ずつお答えください。

【記入上のお願い】

- 1) この調査はお願いした方ご本人様ご自身でご記入をお願いいたします。
- 2) お答えは、あてはまる番号を○印で囲んでいただくか、数字をご記入ください。
- 3) ご回答いただく○印の数は質問文の終わりに(○は1つ)とか(○はいくつでも)などと示していますので、それに従ってご回答ください。
- 4) ご記入は、質問の番号や矢印(→)の指示にそってお願いします。
- 5) ご記入は鉛筆または黒・青のペン、ボールペンでお願いします。
- 6) 「その他」をお答えになった場合は、()内に具体的な内容をご記入ください。
- 7) 回答に迷う場合は、あなたの気持ち、考えにできるだけ近いものを選ぶようにしてください。

【回収日時】

ご記入いただきました調査票は____月____日____時頃に調査員がいただきにまいりますので、それまでにご記入くださいますようよろしくお願いいたします。

平成 24 年 11 月

(調査企画) 厚生労働省科学研究費補助金
「被災地のアルコール関連問題・嗜癖行動に関する研究」
(調査実施) 社団法人 新情報センター
東京都渋谷区恵比寿1-19-15
《お問い合わせ》電話 0120-87-5231(担当 阪口)

NO _____

質問 A. 以下の A1 から A12 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。

A1. あなたは、ふだん酒類（アルコール含有飲料）を、平均するとどのくらいの頻度で飲みますか。

(○は1つ)

1	2	3	4	5
まったく 飲まない	1 ヶ月に 1 回以下	1 ヶ月に 2～4 回	1 週間に 2～3 回	1 週間に 4 回以上

A2. 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。(○は1つ)

【参考資料】

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

1	2	3	4	5	6
まったく 飲まない	1～2 単位 以下	3～4 単位	5～6 単位	7～9 単位	10 単位 以上

A3. 1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。(○は1つ)

1 ない	2 1カ月に 1回未満	3 1カ月に 1回	4 1週間に 1回	5 毎日あるいは ほとんど毎日
---------	-------------------	-----------------	-----------------	-----------------------

A4. 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。

(○は1つ)

1 ない	2 1カ月に 1回未満	3 1カ月に 1回	4 1週間に 1回	5 毎日あるいは ほとんど毎日
---------	-------------------	-----------------	-----------------	-----------------------

A5. 普通の状態だとできることを飲酒していたために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でありましたか。(○は1つ)

1 ない	2 1カ月に 1回未満	3 1カ月に 1回	4 1週間に 1回	5 毎日あるいは ほとんど毎日
---------	-------------------	-----------------	-----------------	-----------------------

A6. 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。(○は1つ)

1 ない	2 1カ月に 1回未満	3 1カ月に 1回	4 1週間に 1回	5 毎日あるいは ほとんど毎日
---------	-------------------	-----------------	-----------------	-----------------------

A7. 飲酒後、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。

(○は1つ)

1 ない	2 1カ月に 1回未満	3 1カ月に 1回	4 1週間に 1回	5 毎日あるいは ほとんど毎日
---------	-------------------	-----------------	-----------------	-----------------------

A8. 飲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。

(○は1つ)

1 ない	2 1カ月に 1回未満	3 1カ月に 1回	4 1週間に 1回	5 毎日あるいは ほとんど毎日
---------	-------------------	-----------------	-----------------	-----------------------

A9. あなたの飲酒のために、あなた自身か他の誰かがけがをしたことがありますか。(○は1つ)

1 ない	2 あるが、過去1年間にはない	3 過去1年間にある
---------	--------------------	---------------

A10. 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。(○は1つ)

1 ない	2 あるが、過去1年間にはない	3 過去1年間にある
---------	--------------------	---------------

A11. 次の中から、あなたが今までに経験したことがあるものをすべて選んでください。(○はいくつでも)

1 飲酒量を減らさなければならぬと感じたことがある
2 他人があなたの飲酒を非難するので気にさわったことがある
3 自分の飲酒について、悪いとか申しわけないと感じたことがある
4 神経を落ち着かせたり、二日酔いを治すために「迎え酒」をしたことがある
5 どれも経験がない

A12. 昨年の大震災の前後で飲酒の頻度や量に変化はありましたか。(○は1つ)

- 1 飲酒の回数も1回の量も変わらない
- 2 1回の量は変わらないが、飲酒する回数が増えた
- 3 1回の量は変わらないが、飲酒する回数が減った
- 4 1回の量は増えたが、回数は変わらない
- 5 1回の量は増えたが、回数は減った
- 6 1回の量が増えて、回数も増えた
- 7 1回の量は減ったが、回数は変わらない
- 8 1回の量は減ったが、回数が増えた
- 9 1回の量が減って、回数も減った
- 10 どれもあてはまらない

質問B. 以下は喫煙に関する質問です。

B0. あなたは、この1ヶ月間に毎日、または時々たばこを吸っていましたか。(○は1つ)

1 はい	2 いいえ
↓	→ (5ページの質問Dへ)

B1からB6の各項目について、もっともあてはまる回答1つに○をつけてください。

B1. 起床後何分で最初の喫煙をしますか。(○は1つ)

1 5分以内	2 6～30分	3 31～60分	4 61分以降
-----------	------------	-------------	------------

B2. 喫煙を禁じられている場所(図書館、映画館、寺院など)で禁煙することが難しいですか。(○は1つ)

1 はい	2 いいえ
---------	----------

B3. 1日の喫煙の中で、どちらが一番やめにくいですか。(○は1つ)

1 朝、最初の1本	2 その他
--------------	----------

B4. 1日に何本たばこを吸いますか。(○は1つ)

1 10本以下	2 11～20本	3 21～30本	4 31本以上
------------	-------------	-------------	------------

B5. 他の時間帯より、起床後数時間に多く喫煙しますか。(○は1つ)

1 はい	2 いいえ
---------	----------

B6. ほとんど1日中、床に伏しているような病気の時も喫煙しますか。(○は1つ)

1 はい	2 いいえ
---------	----------

質問C. 引き続き、喫煙に関する質問です。C1 から C10 の各項目について、「はい」、「いいえ」のいずれかでお答えください。自分に関係のない質問であれば、「いいえ」を選んでください。

C1. タバコを吸い始めたときに考えていたよりも、多くのタバコを吸うようになっていませんか。(○は1つ)

1	2
はい	いいえ

C2. 禁煙したり減らそうとして、できないことはありましたか。(○は1つ)

1	2
はい	いいえ

C3. 禁煙したり減らそうとしたときに、タバコが欲しくてたまらなくなることがありましたか。(○は1つ)

1	2
はい	いいえ

C4. 禁煙したり減らそうとしたときに、次のどれかがありましたか。(○は1つ)

(イライラ、神経質になる、落ち着きがない、集中しにくい、憂うつになる、不安になる、眠れない、胃がむかつく、頭が痛い、脈が遅くなる、手がふるえる、疲れやすく力が入らない、食欲が増した、体重が増えた、咳が続く、口の中がヒリヒリ痛い)

1	2
はい	いいえ

C5. 上のことをなくすために、また、吸い始めたことがありましたか。(○は1つ)

1	2
はい	いいえ

C6. 重い病気にかかり、タバコがその病気によくないことがわかっているのに、タバコを吸い続けたことがありましたか。(○は1つ)

1	2
はい	いいえ

C7. タバコによって、せきや息切れなどの健康上の問題が起きたことがわかった後でも、タバコを吸い続けたことがありましたか。(○は1つ)

1	2
はい	いいえ

C8. タバコによって、イライラしたり神経質になるなどの精神的な問題が起きることがわかった後でも、タバコを吸い続けたことがありましたか。(○は1つ)

1	2
はい	いいえ

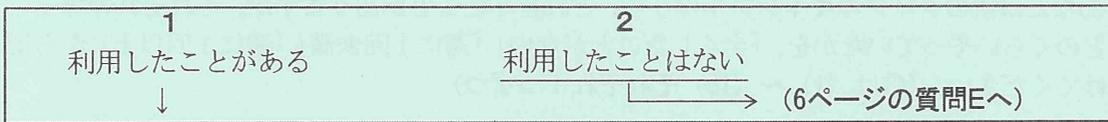
C9. 自分は、タバコなしでいられなくなっていると感じることがありましたか。(○は1つ)

1	2
はい	いいえ

C10. タバコが吸えないような仕事や付き合いを避けることが、何度かありましたか。(○は1つ)

1	2
はい	いいえ

質問D. あなたはインターネットを利用したことがありますか。利用する機器は、パソコン、携帯電話、ゲーム機などすべてを含みます。



各質問(1)～(20)について次の1から5の回答の中から、最もあてはまる番号を1つ選び、○印をつけて下さい。自分に関係のない質問であれば、「全くない」を選んでください。

	全くない	まれにある	ときどきある	よくある	いつもある
(1) 気がつくと思っていたより、長い間インターネットをしていることがありますか。	1	2	3	4	5
(2) インターネットをする時間を増やすために、家庭での仕事や役割を、おろそかにすることがありますか。	1	2	3	4	5
(3) 配偶者や友人と過ごすよりも、インターネットを選ぶことがありますか。	1	2	3	4	5
(4) インターネットで、新しい仲間を作ることがありますか。	1	2	3	4	5
(5) インターネットをしている時間が長いと周りの人から文句を言われることがありますか。	1	2	3	4	5
(6) インターネットをしている時間が長くて、学校の成績や学業に支障をきたすことがありますか。	1	2	3	4	5
(7) 他にやらなければならないことがあっても、まず先に電子メールをチェックすることがありますか。	1	2	3	4	5
(8) インターネットのために、仕事の能率や成果が下がったことがありますか。	1	2	3	4	5
(9) インターネットをしているときに、誰かに何をしているのかを聞かれたとき、隠そうとすることがありますか。	1	2	3	4	5
(10) 日々の生活の心配事を考えないようにするために、インターネットで心を静めることがありますか。	1	2	3	4	5
(11) 次にインターネットをするときのことを考えている自分に、気がつくことがありますか。	1	2	3	4	5
(12) インターネットの無い生活は、退屈でむなしく、つまらないものだろうと、恐ろしく思うことがありますか。	1	2	3	4	5
(13) インターネットをしている最中に誰かに邪魔をされると、いらいらしたり、怒ったり、大声を出したりすることがありますか。	1	2	3	4	5
(14) 睡眠時間をけずって、深夜までインターネットをすることがありますか。	1	2	3	4	5
(15) インターネットをしていないときでもインターネットのことばかり考えていたり、インターネットをしているところを空想したりすることがありますか。	1	2	3	4	5
(16) インターネットをしているとき、「あと数分だけ」と言っている自分に気がつくことがありますか。	1	2	3	4	5
(17) インターネットをする時間を減らそうとしても、できないことがありますか。	1	2	3	4	5
(18) インターネットをしていた時間の長さを隠そうとすることがありますか。	1	2	3	4	5
(19) 誰かと外出するより、インターネットを選ぶことがありますか。	1	2	3	4	5
(20) インターネットをしていないと憂うつになったり、いらいらしたりしても、再開すると嫌な気持ちが消えてしまうことがありますか。	1	2	3	4	5

E6. 自分には、賭けごとやギャンブルの問題があると思ったことがありますか。(○は1つ)

1 いいえ	2 はい、過去にはあったが今はない	3 はい
----------	----------------------	---------

E7. 意図していた以上にギャンブルをしたことがありますか。(○は1つ)

1 はい	2 いいえ
---------	----------

E8. あなたのギャンブルについてまわりの人から非難されたことがありますか (○は1つ)。

1 はい	2 いいえ
---------	----------

E9. 自分のギャンブルのやり方や、ギャンブルによって生じたことについて罪悪感を感じたことがありますか。(○は1つ)

1 はい	2 いいえ
---------	----------

E10. 実際にはやめられないと分かっているにもかかわらず、ギャンブルを止めたいと思ったことはありますか。(○は1つ)

1 はい	2 いいえ
---------	----------

E11. ギャンブルをしていることを配偶者や子供、その他あなたにとって大事な人に知られないように、ギャンブルの券や宝くじ、賭博用の資金などを隠したことがありますか。(○は1つ)

1 はい	2 いいえ
---------	----------

E12. お金の使い方について、同居している人と口論になったことがありますか。(○は1つ)

1 はい ↓	2 いいえ → (E14へお進みください)
--------------	-----------------------------

E13. そのお金に関する口論の原因が、主にあなたのギャンブルだったことがありますか。(○は1つ)

1 はい	2 いいえ
---------	----------

E14. 誰かからお金を借りたのに、ギャンブルのために返せなくなったことがありますか。(○は1つ)

1 はい	2 いいえ
---------	----------

E15. ギャンブルのために、仕事や学業の時間を浪費したことがありますか。(○は1つ)

1 はい	2 いいえ
----------------	-----------------

E16. ギャンブルのためか、ギャンブルによる借金を返すためにお金を借りた経験がありますか。(○は1つ)

1 ある	2 ない → (E17へ)
----------------	----------------------------

E16a. 誰またはどこから借りましたか。次の(a)～(i)のそれぞれについて、「はい」か「いいえ」でお答えください。(○は1つずつ)

(a) 家計から借りましたか	1 はい	2 いいえ
(b) 配偶者から借りましたか	1 はい	2 いいえ
(c) その他の親戚から借りましたか	1 はい	2 いいえ
(d) 銀行、ローン会社、信用組合から借りましたか	1 はい	2 いいえ
(e) クレジットカードで借りましたか	1 はい	2 いいえ
(f) サラ金や闇金融から借りましたか	1 はい	2 いいえ
(g) 株券、債券、保険を換金して借りましたか	1 はい	2 いいえ
(h) 自分または家族の財産を処分して借りましたか	1 はい	2 いいえ
(i) 当座預金口座から（不正な小切手を発行した）借りましたか	1 はい	2 いいえ

【全員の方に】

E17. 次にあげる人の中に、ギャンブルの問題がある（あった）人はいますか。(○はいくつでも)

1 父親	4 祖父母	7 その他の親戚
2 母親	5 配偶者/同棲相手	8 友人やその他あなたにとって大事な人
3 兄弟姉妹	6 子供	9 いない

質問 F 以下の質問では、あなたに睡眠薬、鎮静剤、催眠薬、安定剤などとして知られる薬を使用した経験についての質問をします。これらの薬剤は、いくつか挙げると、商品名である「デパス」、「セルシン」、「ワイパックス」「ロヒプノール」、「レンドルミン」などとしても知られています。これらは全て、**鎮静剤、安定剤や睡眠薬**と以下の質問では表現します。

F1. あなたは、今までに睡眠薬、精神安定剤、鎮静剤を服用したことがありますか。(○は1つ)

- | | | | |
|---|-----------|---|----------------|
| 1 | まったくない | → | 15 ページへお進みください |
| 2 | 服用したことがある | → | F2 の質問へお進みください |

F2. 薬を服用するようになったのは昨年の大震災の後からですか。その前からですか。(○は1つ)

- | | | | |
|---|-------------|---|------------|
| 1 | 震災前から服用していた | 2 | 震災後に服用を始めた |
|---|-------------|---|------------|

F3. この一ヶ月の間に、先に服用した鎮静剤や安定剤の効果が切れ始めたらすぐに、次の安定剤を飲んだことがありますか。(○は1つ)

- | | | | | | | | |
|---|------|---|------|---|------|---|-----|
| 1 | 全くない | 2 | ときどき | 3 | よくある | 4 | いつも |
|---|------|---|------|---|------|---|-----|

F4. この一ヶ月に、鎮静剤、安定剤や睡眠薬を、その感じ方が良いので服用したことがありますか。(○は1つ)

- | | | | | | | | |
|---|-----|---|------|---|------|---|------|
| 1 | いつも | 2 | よくある | 3 | ときどき | 4 | 全くない |
|---|-----|---|------|---|------|---|------|

F5. この一ヶ月の間に、鎮静剤や安定剤なしでは、いつもと違うことに立ち向かうことができないと感じたことがありますか。(○は1つ)

- | | | | | | | | |
|---|------|---|------|---|------|---|----|
| 1 | 全くない | 2 | ときどき | 3 | よくある | 4 | 毎日 |
|---|------|---|------|---|------|---|----|

F6. 安定剤や睡眠薬の助けなしでは一日を過ごせないと感じますか。(○は1つ)

- | | | | | | | | |
|---|------|---|------|---|------|---|----|
| 1 | 全くない | 2 | ときどき | 3 | よくある | 4 | 毎日 |
|---|------|---|------|---|------|---|----|

F7. 鎮静剤や安定剤を持ち歩く必要がありますか。(○は1つ)

- | | | | | | | | |
|---|-----|---|------|---|------|---|------|
| 1 | いつも | 2 | よくある | 3 | ときどき | 4 | 全くない |
|---|-----|---|------|---|------|---|------|

F8. あなたの生活に支障をきたすので、鎮静剤、安定剤や睡眠薬を減らそうとしたことがありますか。(○は1つ)

1	2	3	4
とてもある	それなりにある	少しある	全くない

F9. この一ヶ月の間に、同じ効果を得るために、最初に服用したときと比べて、より多くの量の安定剤、鎮静剤、睡眠薬が必要になったと気づいたことはありますか。(○は1つ)

1	2	3	4
ない	ときどき	よくある	いつも

F10. 生活上の問題に対処するために、鎮静剤、安定剤や睡眠薬を服用することが必要ですか。(○は1つ)

1	2	3	4
全くない	ときどき	よくある	いつも

F11. 鎮静剤、安定剤や睡眠薬を飲まないといらい気分になりますか。(○は1つ)

1	2	3	4
毎日	よくある	ときどき	全くない

F12a. この一ヶ月の間に、医師があなたが服用している鎮静剤、安定剤や睡眠薬の処方を含めてしまうのではないかと心配になったことがありますか。(○は1つ)

1	2	3	4
全くない	ときどき	よくある	いつも

F12b. どの程度心配しましたか。(○は1つ)

1	2	3
少し	中くらい	とても

F13. 苦労なく、次の日に鎮静剤、安定剤や睡眠薬を止めることができましたでしょうか。(○は1つ)

- | | | | |
|----------------|-------------------|------------------|------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| いいえ、不可能だったと思う。 | たぶん、かなり苦労してできたかも。 | はい、多少苦労してできたと思う。 | はい、全く問題なくできたと思う。 |

F14. 次の鎮静剤、安定剤や睡眠薬を服用する時間を心待ちにすることがありますか。(○は1つ)

1	2	3	4
いつも	よくある	ときどき	全くない

F15a. この一ヶ月の間に、鎮静剤、安定剤や睡眠薬を服用した時にほっとすることがありましたか。
(○は1つ)

1 全くない	2 ときどき	3 よくある	4 いつも
-----------	-----------	-----------	----------

F15b. どのくらいほっとしましたか。(○は1つ)

1 少し	2 中くらい	3 とても
---------	-----------	----------

F16a. この一ヶ月の間に、鎮静剤、安定剤や睡眠薬の効果が切れたために具合が悪くなったり気持ち悪くなったりしたことがありましたか。(○は1つ)

1 はい
2 いいえ

F16b. 効果が切れたあとの気持ち悪さを減らすために、また鎮静剤、安定剤や睡眠薬を飲んだことがありましたか。(○は1つ)

1 全くない	2 ときどき	3 よくある	4 いつも
-----------	-----------	-----------	----------

F17. この一ヶ月の間に、鎮静剤、安定剤や睡眠薬を、医師の勧めに反して、あるいは言われているよりも多い回数を服用したことがありましたか。(○は1つ)

1 全くない	2 たまに	3 ときどき	4 よくある
-----------	----------	-----------	-----------

F18. この一ヶ月の間に、あなたの服用する鎮静剤、安定剤や睡眠薬の数を心配されたことがありましたか。
(○は1つ)

1 とてもよくある	2 かなりある	3 少しある	4 全くない
--------------	------------	-----------	-----------

F19. 思っていたよりも多くの鎮静剤、安定剤や睡眠薬を一日あるいは一晩に飲んだことがありましたか。
(○は1つ)

1 毎日	2 よくある	3 ときどき	4 全くない
---------	-----------	-----------	-----------

F20a. 鎮静剤、安定剤や睡眠薬の効果が気持ちいいと思ったことがありますか。(○は1つ)

1 全くない	2 ときどき	3 よくある	4 いつも
-----------	-----------	-----------	----------

F20b. どのくらい気持ちいいですか。(○は1つ)

1 少し	2 中くらい	3 とても
---------	-----------	----------

F21. 最初に思っていたよりも長い期間、鎮静剤、安定剤や睡眠薬を飲んだことがありますか。(○は1つ)

1 全くない	2 ときどき	3 よくある	4 かなりある
-----------	-----------	-----------	------------

F22a. 鎮静剤、安定剤や睡眠薬の処方なくなってくると緊張したり不安になったりしたことがありますか。(○は1つ)

1 全くない	2 ときどき	3 よくある	4 いつも
-----------	-----------	-----------	----------

F22b. どのくらい感じますか。(○は1つ)

1 少し	2 中くらい	3 とても
---------	-----------	----------

F23a. この一ヶ月の間に、鎮静剤、安定剤や睡眠薬を欲しい、飲みたいと思ったことがありますか。(○は1つ)

1 全くない	2 ときどき	3 よくある	4 毎日
-----------	-----------	-----------	---------

F23b. どの程度欲しくなりましたか。(○は1つ)

1 少し	2 中くらい	3 とても
---------	-----------	----------

F24. この一ヶ月の間に、鎮静剤、安定剤や睡眠薬を、それほど必要ないときに飲んだことがありますか。(○は1つ)

1 全くない	2 ときどき	3 よくある	4 毎日
-----------	-----------	-----------	---------

以下の質問は、あなたの考えと一番合う答えをチェックしてください。

F25. 不安、強い緊張、不満のあるときに、鎮静剤や安定剤を飲まないようにすることは私にはできないと思う。(Oは1つ)

1	2	3	4
全くそう思わない	あまりそう思わない	まあまあそう思う	とてもそう思う

F26. 鎮静剤や安定剤を飲まなければ、問題に対処することが出来ないだろう。(Oは1つ)

1	2	3	4
とてもそう思う	まあまあそう思う	あまりそう思わない	全くそう思わない

F27. ちょっとした口論でも気が動転してしまうので、私には鎮静剤や安定剤が必要だ。(Oは1つ)

1	2	3	4
とてもそう思う	まあまあそう思う	あまりそう思わない	全くそう思わない

最後に睡眠についてうかがいます。

G1. あなたは、平均すると1日に何時間ぐらい睡眠をとっていますか。昼寝等の時間も含めてお答えください。

--	--

時間ぐらい

G2. あなたは、平均するとどれくらい「寝酒」をしていますか。「寝酒」とは、眠りを助けるために飲むお酒です。(Oは1つ)

1 毎日	6 1ヵ月に1日
2 1週間に5～6日	7 1年間に6～11日
3 1週間に3～4日	8 1年間に1～5日
4 1週間に1～2日	9 過去1年間に寝酒はしていない
5 1ヵ月に2～3日	

G3. あなたは、眠りを助けるために睡眠剤や安定剤を使うことがありますか。(Oは1つ)

1	2	3	4	5
まったくない	1年に1～11日	1ヵ月に1～3日	1週間に1～4日	1週間に5日以上
→ G5へ			↓	

G4. では、あなたは睡眠剤や安定剤とアルコールを一緒に飲むことがありますか。時間をずらして飲む場合も含めてお答えください。(Oは1つ)

1	2	3	4	5
まったくない	1年に1～11日	1ヵ月に1～3日	1週間に1～4日	1週間に5日以上

G5. ふだん寝酒として、1日どれくらい飲みますか。表を見ながら、種類別にお答えください。

アルコール換算表

種類	量
(1) ビール (5%) 発泡酒	コップ(200mL) 1杯 小ビンまたは350mL カン1本 中ビンまたは500mL カン1本 大ビンまたは633mL カン1本 中ジョッキ (500mL) 1杯 大ジョッキ (1,000mL) 1杯
(2) 日本酒 (15%)	1合 (180mL) お猪口 (30mL) 1杯
(3) 焼酎 (20%)	1合 (180mL)
焼酎 (25%)	1合 (180mL)
(4) 酎ハイ (7%)	コップ1杯 (200mL) 350mL カン酎ハイ1本 500mL カン酎ハイ 中ジョッキ (500mL) 1杯
(5) カクテル類 (5%)	コップ(200mL) 1杯 350mL カン1本 500mL カン1本 中ジョッキ (500mL) 1杯
(6) ワイン(12%)	ワイングラス (120mL) 1杯 ハーフボトル (375mL) 1本 フルボトル (750mL) 1本
(7) ウイスキー、ブランデー、ジン、ウォッカ、ラムなど (40-45%)	シングル水割り 1杯 (原酒で 30mL) ダブル水割り 1杯 (原酒で 60mL) ショットグラス (30mL) 1杯
(8) 梅酒 (14%)	1合 (180mL) お猪口 (30mL)

注意:

- 1) 発泡酒はビールと同じ。
- 2) カクテル類とは、果実味などを含んだ甘い酒をいう。
- 3) 梅酒は市販のものだけ計算 (自家製は含めません)。

種類	《記入例》 (例えば)日本酒	(1)ビール・ 発泡酒	(2)日本酒	(3)焼 酎	(4)酎ハイ類
量 (具体的に)	6合				
		()	()	()	()
種類	(5)カクテル 類	(6)ワイン	(7)ウイスキ ー類	(8)その他 (梅酒等)	合 計
量 (具体的に)					
	()	()	()	()	()

※ 回答にかかった時間をご記入ください。

約 分

質問は以上です。ご協力ありがとうございました。お疲れ様でした。

