社員研修

「会社が知っておくべき　アルコールと健康問題」レジュメ

１　アルコールの基礎知識を知る

　・アルコールが身体に及ぼす影響は？

　肝臓

　食道、胃

　脳

・アルコールが精神に及ぼす影響は？

・アルコールとうつ・自殺

２　アルコール依存症とは？

・アルコール依存症とは？依存のメカニズム「負の強化」

・アルコール使用障害（依存症）の診断基準

・離脱症状とは？依存物質としてのアルコールの特徴とは？

３　検知器の導入と社内のルール作り

・アルコールが体から抜けるまでの時間

・飲酒運転につながる行動、過去の処分事例から学び不幸な結末を迎えないために

・社内の飲酒文化を変える行動

４　依存症の進行予防

・共通認識を持ち情報交換

・早期発見が社員を救う

・見て見ぬふり、かばい合いは不幸を招く

　見て見ぬふりとは

　かばい合いとは

５　再発予防　まとめ

６　質問・その他

メモ