

## 飲 酒



キャンパス内は建物の内外を問わず飲酒は禁止です。

クラブやゼミ、友人などと飲酒の機会があると思います。適量であれば、飲酒は心を和ませ、交流を深めてくれる妙薬となります。しかし、飲み方を間違えれば、最悪の場合、命をも奪う劇薬となります。お酒は一人ひとりの体質により適量が違います。飲めないのは子どもばかり、ましてや根性がないのではなく、アルデヒド脱水素酵素（ALDH2）という酵素の活性の程度によるものです。この程度は体質や体調により変化します。また持って生まれたものでもあります。生まれつきこの酵素が欠けている人も少なくありません。お酒が弱い、あるいは飲めないのはこのような理由からです。

また、お酒に強い人ほど自分を過信し、事故・トラブルに発展してしまうケースがあります。さらにアルコール依存症に陥ることも要注意です。お酒に強い人も弱い人も、本人の自覚と周囲の理解、思いやりで楽しくお酒を飲むことを心がけてください。

ただし飲酒は20歳になってからです。

### ■急性アルコール中毒の防止

- (1) アルコール類をイッキ飲みしない。させない（イッキ飲みを強要するのはもってのほかです）
- (2) 体調が悪いときや薬を服用している時は飲酒を控える
- (3) 食べ物をとりながら自分のペースで飲む
- (4) 飲めない人には絶対に無理に飲ませない。また無理に飲まない

\* 飲酒運転は、法律で禁止されています

## 喫 煙



指定場所以外禁煙

喫煙と健康の関係は言うまでもありませんが、非喫煙者が自分の意志とは関係なくタバコの煙を吸わされている受動喫煙が、大きな問題となっています。

本学では、喫煙者と非喫煙者がお互いに快適なキャンパスライフを送るため、分煙を導入しています。キャンパス内は指定された場所以外全域禁煙です。

### ■通学途上の喫煙（歩きタバコ）

歩行中の喫煙は、火災の危険があるので絶対にやめてください。

また、本学の所在地の町田市では市の条例により、ゴミや吸殻のポイ捨てを禁止しています。残念ながら、キャンパスから駅までの道すがらに歩きタバコをしている学生の姿が少なからず見受けられます。受動喫煙の問題の他に、人通りの多い通学路での喫煙により、火傷や衣服などが焦げるといった事故も報告されています。社会の一員の責任として、また防災上の観点からも、灰皿のないところでは吸わないという習慣を確立してください。

### Column 『学生生活実態調査』より

学生実態調査は、大学の諸活動に役立てるため、本学の学生を対象とした生活状況や意識についてのアンケート調査のことで、2010年度に実施した調査では次のような結果を得ました。

