

### 適正飲酒(純アルコール20g)の目安

お酒の種類	アルコール度数	適正飲酒の量
ビール	5%	500ml缶1本
焼酎	35%	コップ半分弱
日本酒	15%	1合
ウイスキー	43%	ダブル1杯
ワイン	12%	200ccコップ1杯
チューハイ	7%	350ml缶1本