

# わが国のアルコール 関連問題の現状

1

## 内 容

---

1. 飲酒パターンの現状と変遷
  - 1) 成人人口
  - 2) 未成年者
2. アルコール関連問題
  - 1) 多量飲酒とアルコール依存症
  - 2) 飲酒と健康問題
  - 3) 飲酒と社会問題

2

### 【スライド1 表紙】

飲酒に関連して生じる問題のすべてを、アルコール関連問題と呼びます。この講義の目的は、皆様にわが国のアルコール関連問題の現状を理解いただくことです。換言すれば、この講義を通じて、ブリーフインターベンションで、予防あるいは軽減可能な問題は何か把握していただきたいと考えています。

### 【スライド2 講義内容】

講義の内容はスライドの通りです。まず初めに、成人および未成年者の飲酒パターンをお示しします。アルコール関連問題については、多量飲酒・アルコール依存症、飲酒に関連した健康問題、飲酒に関連した社会問題を取り上げます。アルコール関連問題は多岐に渡りますので、この講義ですべてを網羅することはできません。そこで、健康問題ではアルコール関連身体疾患の一部を、社会的問題では、最近話題になっている飲酒運転を主に取り上げます。

## アルコールは

---

2000年に世界の:

- アルコールは60以上もの病気の原因である。
- 疾病負荷の4%はアルコールが原因である。  
これは高血圧(4.4%)、たばこ(4.1%)について3番目に大きい。
- 健康寿命を短縮する要因の9.2%はアルコールが原因である。
- アルコールにより世界で180万人が死亡した。  
これは全死因の3.2%を占める。
- 発展途上国では、寿命短縮の13-15%は飲酒に伴う事故である。
- アルコールは家庭内暴力の最大の原因である。
- その他、経済的損失、未成年者への影響、妊婦への影響など計り知れなく大きい。

WHO: Global Status Report, 2004. 3

## 成人の飲酒パターン

### 【スライド3 アルコールは】

世界保健機関（WHO）は、4年に1度、世界の飲酒状況や関連問題の実態に関する報告書を出版しています。スライドは2004年の報告書の抜粋です。世界的にみても、アルコールの健康への影響はタバコに匹敵するくらい大きいことがわかります。アルコールのタバコと異なる点は、健康問題に加えて社会的問題が極めて大きいことが挙げられます。しかし、残念ながら、この報告書は健康問題に重点を置いた内容になっており、社会的問題の広がりについては、明確さに欠けます。スライドの内容は以下の通りです。

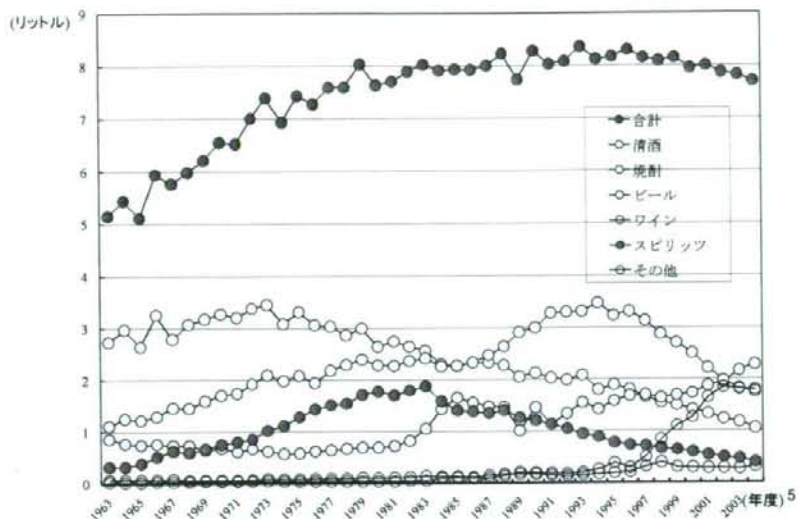
1. アルコールは60以上もの病気の原因である。
2. 疾病負荷（disease burden）の4%はアルコールが原因である。これは高血圧（4.4%）、タバコ（4.1%）について3番目に大きい。疾病負荷とは、全ての疾病の原因としてどの位重要かを示す指標です。アルコールがなければ、全ての病気の4%は予防できるということです。
3. 健康寿命を短縮する要因の9.2%はアルコールが原因である。健康寿命とは、平均寿命と異なり、健康な状態でいられる寿命です。
4. アルコールにより世界で180万人が死亡した。これは全死因の3.2%を占める。この多くは、発展途上国における飲酒に伴う暴力や事故で占められているようです。
5. 発展途上国では、寿命短縮の13-15%は飲酒に伴う事故である。
6. アルコールは家庭内暴力の最大の原因である。
7. その他、経済的損失、未成年者への影響、妊婦への影響など計り知れなく大きい。

### 【スライド4 成人の飲酒パターン】

ここから数枚のスライドで、成人の飲酒パターンの現状と時間的推移を見てみます。これ以後、成人の実態については、2003年に行われた厚生労働科学研究「成人の飲酒実態と関連問題の予防に関する研究（主任研究者：樋口進）」のデータを使用することが多いので、この研究について簡単に説明します。

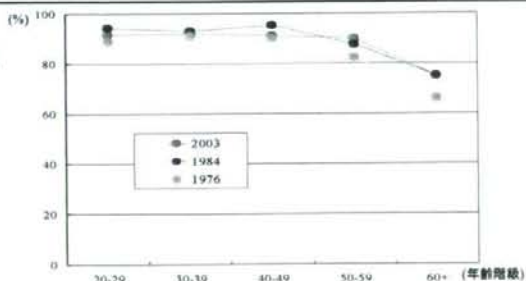
この研究は、2003年6月に実施されました。対象は、わが国の20歳以上の成人を代表する3,500名の男女です。調査票はA4版で20ページにもなるもので、実施に回答が得られたのは、2,547名です。5年後の2008年6月にも、同様の調査がなされます。

### 国民一人当たりの平均アルコール消費量の推移(15歳以上)

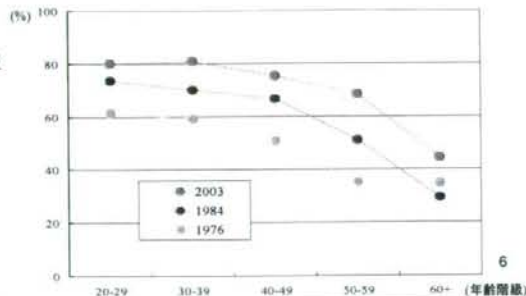


### 過去に行なわれた調査における現在飲酒者割合の変化

男性



女性



- 注:
- 1) 現在飲酒者とは、調査前12ヶ月に飲酒した者をさす。
  - 2) 1984年調査の「20-29歳」は実際には「18-29歳」である。

出典  
首都圏一般人口に対する調査, 1977.  
日米共同疫学研究, 1991.  
2003年実態調査, 2005.

### 【スライド5 国民一人当たりの平均飲酒量】

この図は15歳以上の国民一人当たりの年間平均飲酒量の年次推移を示しています。国税庁の内部資料およびわが国の15歳以上の人口を基に計算されたものです。図のように、わが国の成人平均飲酒量は1993年にピークを迎えた後、漸減しています。直近の数値は2003年のデータで年間7.7リットルとなっています。高齢者はより若年者に比べて飲酒量が少ないため、わが国における昨今の急速な高齢化が平均飲酒量を押し下げる主因の一つになっている可能性が高いと思われます。

酒類の種類別にみると、清酒は一貫して漸減しています。ビールの消費は1990年半ばまでは増加していましたが、その後急速に低下しています。これは、ビールが発泡酒や第3のビールに取って代わられているためと思われます。税法上「雑酒」に区分されている後2者は、図では「その他」となっており、近年急増していることがわかります。また、「その他」には果実風味の甘い酒（アルコポップまたはRTDと呼ばれている）も含まれており、近年若者を中心に消費量が増えています。

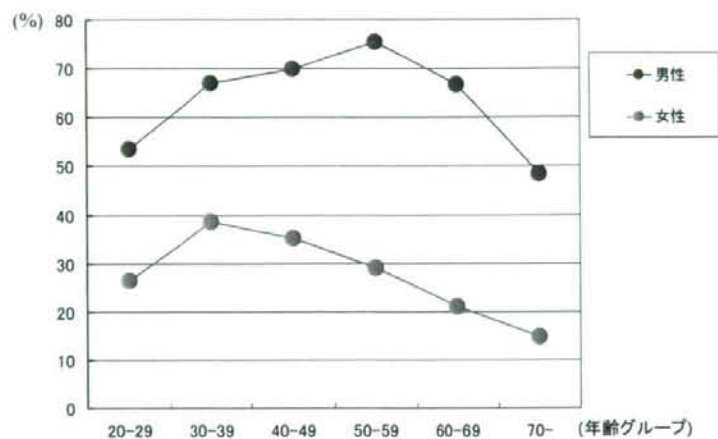
### 【スライド6 現在飲酒者割合の変化】

この図は過去に行われた3つの大きな調査の現在飲酒者割合を男女別・年齢別にプロットしたものです。現在飲酒者とは、調査前12ヶ月に少なくとも1回以上飲酒した者です。また、これらの3調査は類似の調査方法で行われているため、比較しやすくなっています。

最も古い調査と最新の調査は26年離れていますが、図から明らかなように、男性の現在飲酒者割合は各年代でほとんど変化していません。男性の場合、すでに頭打ち状態なのかもしれません。

これに対して女性の割合は、各年代とも調査ごとに高くなってきており、女性の飲酒の増加を反映していると思われます。

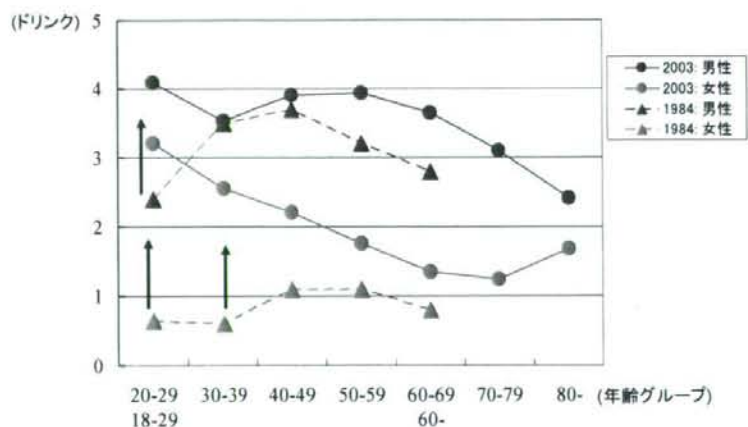
### 週1回以上飲酒者の年齢別・性別割合



出展:  
樋口ほか: 2003年実態調査

7

### 飲酒時の平均飲酒量



\*1ドリンクとは純アルコール換算で10グラムのアルコール量で、ビール中ビン1本が2ドリンクに相当する<sup>8</sup>

### 【スライド7 週1回以上飲酒者の割合】

しかし、頻回に飲酒する者の割合の年齢分布は、現在飲酒者のそれとは異なっています。このスライドは、2003年の飲酒実態調査における週に1回以上飲酒者の割合を示しています。男性では依然として中年層が最も高いことがわかります。しかし、女性では若年者の割合が相対的に高く、年齢とともに下がっていきます。

毎日飲酒する者の年齢分布も、ほぼ上記と同じようなパターンを示しています。また、飲酒頻度が増せば、男女差が大きくなる傾向が見られます。

### 【スライド8 平均飲酒量の変化】

飲酒時の1回飲酒量を、1984年実施の日米共同研究調査と既述の2003年調査間で比較したのが、このスライドです。この20年の間に、男性では20歳代で増加していますが、その他の年代では、ほとんど差がみられません。

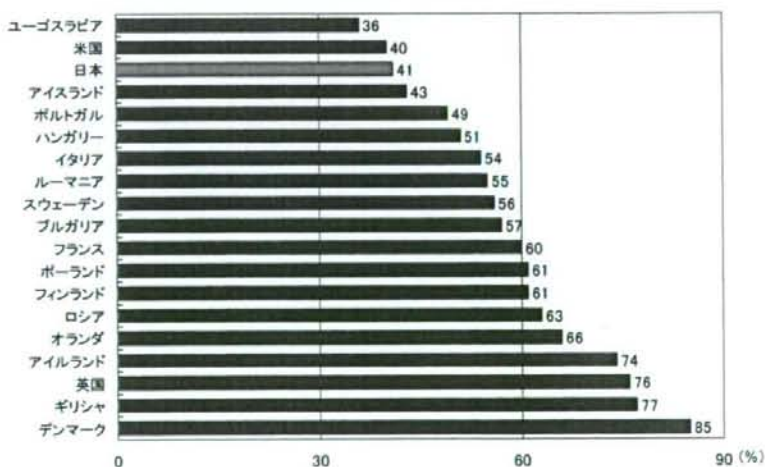
一方、女性は、若年層での伸びが非常に大きく、特に20歳代の伸びが目を行います。このデータも、女性飲酒の増加を示しています。



# 未成年者の飲酒実態調査 1996年, 2000年, 2004年

9

## 調査前30日間の飲酒者割合の国際比較



対象は高校1年生

上畑鉄之丞 2000年度未成年者の喫煙および飲酒行動に関する全国調査報告書, 2601.  
Hillbom M. 1999 ESPAD Study report, 2000.

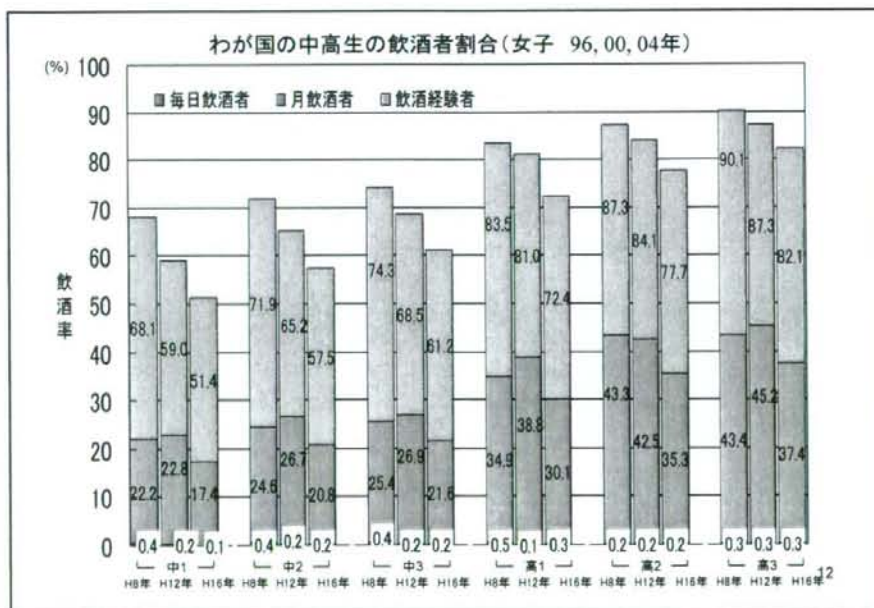
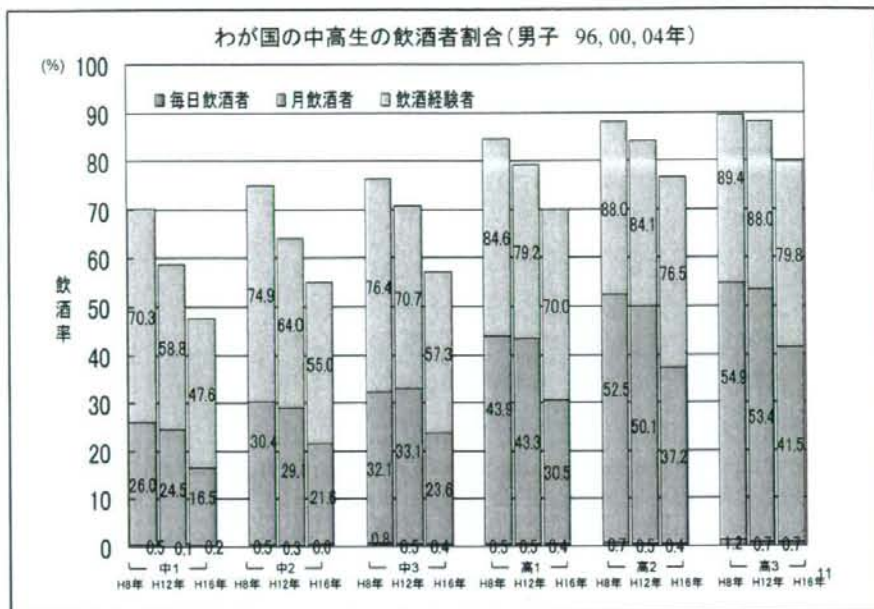
### 【スライド9 未成年者の飲酒実態調査】

諸外国と同様に未成年者飲酒はわが国でも大きな社会問題です。わが国では、未成年者飲酒をモニターするために、中学生・高校生に対して1996年以降4年毎（1996年、2000年、2004年）に、調査対象者が10万人を超えるような大規模な全国調査がなされています。次回の調査は2008年に実施される予定です。

### 【スライド10 調査前30日間の飲酒者割合の国際比較】

わが国の未成年者の飲酒は世界的にみてどの水準にあるのでしょうか。このスライドは、2000年に実施された調査結果を1999年にヨーロッパと米国で実施された ESPAD 研究結果と比較したものです。対象は高校1年の男女で、調査前1ヶ月間に飲酒した者の割合を示しています。

図から見る限り、わが国の高校生の飲酒率は必ずしも高くありません。しかし、わが国の法律では未成年者の飲酒を禁じており、それに照らせば、大きな問題といえるでしょう。



### 【スライド 11, 12 中高生の飲酒者割合、11 男子、12 女子】

スライド 11、12 は、中学生、高校生の飲酒頻度を示しています。スライド 11 が男子、12 が女子のデータです。いずれの調査においても明らかなのは、学年が進むに従い飲酒者割合が増加していること、それらの割合は男女間でほとんど差がないことです。結果を時系列でみると、1996 年から 8 年間に飲酒者割合が明らかに減少しており、とくに 2000 年から 2004 年の変化が大きいことがわかります。これらの調査は喫煙についても調べていますが、飲酒と同様に明らかな減少傾向が認められています。今後、この動きが一時的なものか、または長期的な傾向なのかを注意深くモニターしていく必要があります。また、同時にこの減少を引き起こしている要因についても解析が不可欠です。

# アルコール関連問題

13

## アルコール関連問題の広がり

### アルコール関連問題

#### 出生前・乳幼児期

親の影響  
・胎児性アルコール症候群  
・虐待

#### 少年期・青年期

親の影響  
・発達障害  
・精神障害  
・アルコール乱用  
・薬物乱用  
・虐待

本人の問題  
・急性アルコール中毒  
・臓器障害  
・アルコール乱用  
・薬物乱用  
・行動障害

#### 主として成年期以降

臓器障害  
・肝臓障害  
・膵臓障害  
・心筋症  
・高血圧  
・糖尿病  
・高脂質血症  
・ホルモン異常  
・悪性腫瘍

精神・神経障害  
・痴呆  
・意識障害  
・末梢神経障害  
・うつ病  
・嫉妬妄想  
・睡眠障害  
・性格変化

結婚・家庭問題  
・夫婦の不和  
・別居・離婚  
・暴力  
・児童虐待  
・家族の心身症  
・経済的問題

社会的問題  
・飲酒時の暴力  
・警察保護  
・飲酒運転

職業上の問題  
・頻回の欠勤  
・休職  
・失職  
・頻回の転職  
・能率低下  
・事故

#### アルコール依存症

14

### 【スライド 13 アルコール関連問題】

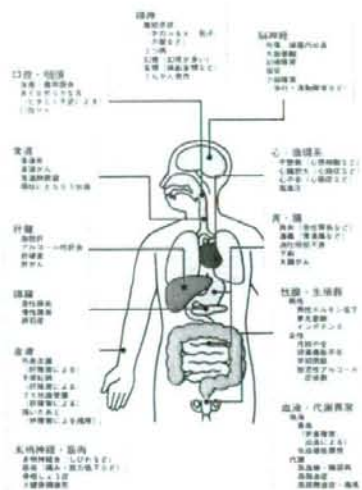
これ以降はアルコール関連問題の実態を示します。

### 【スライド 14 アルコール関連問題の広がり】

アルコール関連問題は、母親の飲酒による胎児性アルコールスペクトラム障害として出生前からすでに認められています。青少年期では、飲酒は彼らの健全な発育を阻害します。成人では、アルコール関連問題は、健康問題から社会的問題まで多岐にわたっています。一人にこれらの問題が集積した状態がアルコール依存症です。

## アルコールにより引き起こされる病気

アルコールは60以上の  
身体疾患の原因に  
なる(世界保健機関)



## 多量飲酒と アルコール依存症

### 【スライド 15 アルコールにより引き起こされる病気】

既に WHO の報告に基づき、アルコールは 60 以上もの病気の原因になると、申し上げました。このスライドでは、その病気を人体の部位別に示しています。スライドから明らかなように、アルコールは体のあらゆる臓器に影響を及ぼします。

### 【スライド 16 多量飲酒とアルコール依存症】

これから、アルコール関連問題を、多量飲酒・アルコール依存症、飲酒関連健康問題、飲酒関連社会的問題に分けて簡単に説明します。まずは、多量飲酒・アルコール依存症について説明します。

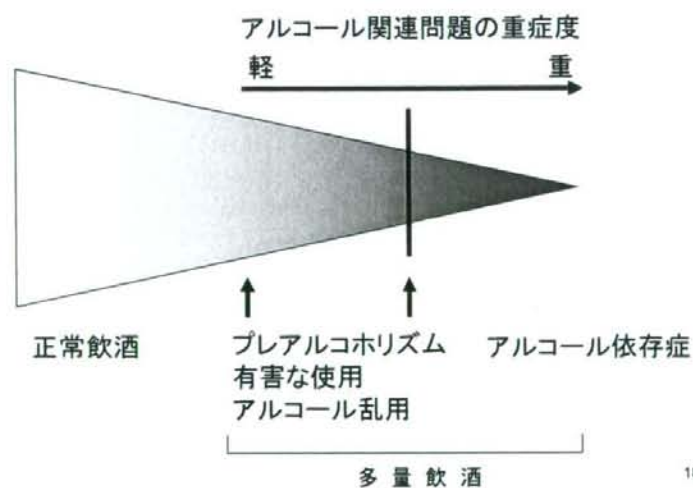


## アルコール関連問題に関係する用語

- 多量飲酒
- 大量飲酒（定義明確でない）
- 有害な使用
- アルコール乱用
- プレアルコホリズム
- アルコール依存症

17

## アルコール関連問題と依存症



18

### 【スライド 17 アルコール関連問題に関する用語】

臨床場面や論文等でアルコール関連問題に関する様々な用語が使用されていますが、その定義は曖昧なことが多いと思います。ここでは、それらの用語の整理をまず行い、ついで、2003年実態調査結果に基づき、各問題者の推計値を示したいと思います。

整理する用語として以下について考えてみましょう。

1. 多量飲酒
2. 大量飲酒
3. 有害な使用
4. アルコール乱用
5. プレアルコリズム
6. アルコール依存症

### 【スライド 18 アルコール関連問題と依存症との関係】

このスライドは、前のスライドで示した各用語の関係を示しています。黄色の短冊の幅は人口を示していると思ってください。一般には全く飲酒しない人や、適度に飲んでいる人が最も多いと思います。これらの人々に対しては特に介入の必要はありません。しかし、飲酒量が少しずつ増えて、スライドで右方向に向かうと、少しずつ問題が出てきます。この問題については、以下のスライドで説明します。

## 多量飲酒とは

- 1日平均60グラム（純アルコール換算）以上の飲酒
- アルコールにまつわる問題のほとんどは、多量飲酒者が引き起こしている

60グラムとは:

ビール中びん(またはロングカン)	3本
チューハイ(350mLカン)	3本
日本酒	3合
焼酎(25度)	300mL(1.7合)

19

## 様々なアルコール依存症予備軍

- 有害な使用(WHOのICD-10による)  
飲酒により健康問題が生じた状態、社会的問題は考慮しない。
- アルコール乱用(米国精神医学会のDSM-IVによる)  
飲酒により社会的問題が生じた状態、健康問題は考慮しない。
- プレアルコホリズム(久里浜アルコール症センターによる)  
連続飲酒、離脱症状の経験の有無に焦点を当てたガイドライン

注意

1. いずれもアルコール依存症までには至っていない
2. 将来、必ずしもアルコール依存症に発展する訳ではない

20

## 【スライド 19 多量飲酒とは】

まず多量飲酒ですが、これは厚生労働省の健康日本21で決められています。平均して1日に60グラム以上飲酒する場合、多量飲酒とされます。週に4日飲酒する場合には、 $60 \times 7/4$  で、飲酒する日に平均で105グラム以上飲酒することになります。

多量飲酒が重要なのは、ほとんどのアルコール関連問題は大量飲酒者が引き起こしているからです。介入によって、この多量飲酒者の飲酒量を減らすことができれば、その影響は甚大です。

スライドには、各酒類の60グラムの飲酒量が示されています。たとえば、ビールですが、およそ中ビン3本となります。これは以下のような計算で求められます。

$500\text{mL (ビール中ビン1本)} \times 0.05 \text{ (ビールのアルコール度)} \times 0.8 \text{ (アルコールの比重)} \times \text{?本} = 60 \text{ グラム}$

計算する時に、アルコールの比重を忘れないようにしましょう。

一方、大量飲酒については明確な定義が与えられていません。厚生労働省の精神障害保健課で出版している「わが国の精神保健福祉」では、大量飲酒を「1日平均150グラム以上の飲酒」としていますが、必ずしもこれがコンセンサスという訳ではないようです。

皆さんが大量飲酒という用語を使用する場合には、皆さんが定義を与えて使用しなければなりません。

## 【スライド 20 様々なアルコール依存症予備軍】

ややこしいですが、アルコール依存症予備軍にもいくつかの概念があります。それらはスライドの通りです。

### 1. 有害な使用 (WHO の ICD-10 による)

飲酒により健康問題が生じた状態、社会的問題は考慮しない。

### 2. アルコール乱用 (米国精神医学会の DSM-IV による)

飲酒により社会的問題が生じた状態、健康問題は考慮しない。

### 3. プレアルコホリズム (久里浜アルコール症センターによる)

何らかのアルコール関連問題は有するが、連続飲酒、離脱症状の経験がない場合に、このように呼ぶ。

### 注意

1. いずれもアルコール依存症までには至っていない
2. 将来、必ずしもアルコール依存症に発展する訳ではない