

飲酒や喫煙等の実態調査を生活習慣病予防のための減酒の効果的な介入方法の開発に関する研究  
研究代表者 尾崎 米厚 鳥取大学医学部環境予防医学分野教授

#### 研究要旨

2017年度末に実施した、中高生の飲酒及び喫煙行動に関する全国調査のデータを解析し、2018年に結果を公表した。結果は広く報道され、ネット依存疑いの急増、加熱式たばこや電子たばこの使用実態等が注目された。2018年初頭に実施された成人の飲酒行動に関する全国調査の結果を集計、解析し、実施元の研究班へ結果を報告した。事業所職員に対する減酒支援の介入研究（無作為化比較試験）の実施のための準備をし、対象者のリクルートを開始した。研究手順の決定、ベースライン・半年後・1年後アンケートの作成、倫理審査用書類作成と倫理審査受審、対象事業所確保のための交渉を行い、製造業、役所職員等を対象に研究に先立ちAUDIT（アルコール使用障害スクリーニングテスト）を実施し、減酒支援該当者を抽出し、研究へのリクルートを開始した。研究を円滑に進め、介入を標準化するために、同意取得のための音声付きスライド、介入のための指導紙芝居（標準15分版、短縮5分版）、飲酒アンケートのスマホアプリの開発、飲酒日記のスマホアプリの開発を行った。AUDIT実施者数は約1600、減酒支援該当者数は約400であった。研究参加の承諾者数は現状では、約70である。

研究の過程で新たな課題だと判明した若者のビンジ飲酒（機会大量飲酒）を減らすための介入研究も同時並行して進めることとした。大学生を対象者とした無作為化比較試験を開始した。大学生用アンケートの作成、倫理審査受審を経て、学内にビンジ飲酒経験者をリクルートするためのポスターを掲示する。ビンジ飲酒を減らす介入のためのスライドセットを作成した。

#### 研究分担者

兼板佳孝（日本大学医学部）、神田秀幸（島根大学医学部）、樋口進（久里浜医療センター）、井谷修（日本大学医学部）、吉本尚（筑波大学医学医療系）、金城文（鳥取大学医学部）、地家真紀（日本大学医学部）、大塚雄一郎（日本大学医学部）、真栄里仁（久里浜医療センター）、美濃部るり子（久里浜医療センター）、桑原祐樹（鳥取大学医学部）

#### A. 研究目的

1) わが国の中高生の飲酒及び喫煙行動とその関連要因を明らかにし、実態と課題を明らかにすること。健康日本21（第2次）の評価指標を提出すること。中高生の生活習慣に関する新たな課題を明らかにすること。2) 成人の飲酒行動に関する全国調査の実施に関わり、わが国の成人の飲酒行動の現状と課題を明らかにすること。3) 地域保健または職域保健で活用可能な生活習慣病のリスクを高める飲酒を減らすための簡易介入方法を開発し、その効果を地域介入研究の手法を用いて検証する。本研究では、文献レビューによりエビデンスが検証されたBIプログラムを収集し、わが国のBIの見直しを行い、その際忙しい現場で採用可能な短縮版の作成も行う。業所を対象とした保健指導現場での通常版と短縮版の介入効果を検証する無作為化比較試験を実施する。また若年者の問題飲酒行動である機会大量飲酒（ビンジ飲酒）への介入効果を検証するために大学生を対象とした無作為化比較試験も実施する。これらを通して、介入ツールを開発する。

#### B. 研究方法

1) 年度当初は、平成29年度末に納品された中高生の喫煙及び飲酒行動の全国調査のデータクリーニングを行い、その後、全国集計、協力校別の集計と協力校への結果還元を実施した。8月末に厚生労働記者クラブで結果公表のための記者会見を開催し、調査結果を広く国民へ周知した。本研究では、中高生の新型たばこの使用の実態（加熱式たばこ、電子たばこ）と中高生の不幸感と関連要因の研究を実施した。

2) 5月には成人の飲酒行動に関する全国調査の結果が納品され、集計解析を実施し、調査主体のAMED研究班に結果を報告した。

3) 平成30年度初めから減酒支援ツールの作成、ベースライン、半年後、1年度の調査票作成を行い、倫理審査申請書を作成・提出し、倫理審査を経て7月に承認された。鳥取県の協会けんぽの傘下の中小企業従業員を対象に協会けんぽの保健師・栄養士による減酒支援を開始するための、交渉、説明、研修会を繰り返したが同意取得等がネックとなり介入開始が先送りになった。比較的規模の大きい鳥取県及び島根県の事業所、自治体職員等を対象にAUDIT実施後の減酒支援を研究代表者・分担者および大学で雇用した保健師・看護師により実施することとした。AUDITの実施は平成30年度11月から、減酒支援は、12月から始めた。（倫理面への配慮）

中高生の喫煙及び飲酒行動に関する全国調査は、2017年12月18日に鳥取大学医学部倫理審査委員会により承認されている。

減酒支援の介入研究では、20歳以上の事業所従業員や大学生を対象とし、スクリーニング・アンケート調査である得点以上の者に対して、研究の趣旨を説明し、書面による同意を得られた者のみを対象にアンケート調査と口頭による減酒指導介入を行うもので、2018年7月12日に鳥取大学医学部倫理審査委員会で承認されている。

### C. 研究結果

#### 1) 中高生の喫煙及び飲酒行動に関する全国調査の詳細解析

平成29年度(1年目)に実施した中高生の喫煙及び飲酒行動に関する全国調査の結果を集計し、協力校へ集計結果を還元するとともに厚生労働記者クラブでマスコミにむけて全国集計結果を公表した。喫煙率、飲酒率は減少傾向を続けていた。一方、ネットの過剰使用をする者の割合が急増していた。加熱式たばこ、電子たばこの経験率、使用率を初めて調査し、少なからず使用者がいることが判明した。ネットの過剰使用が大きく報道され、次いで加熱式・電子たばこについての結果が報道された。

西欧諸国における電子タバコの普及、世界的にも稀な加熱式たばこの日本の市場で急速な拡大を踏まえ、本邦初の新型たばこ(電子たばこ、加熱式たばこ)も踏まえた全国の未成年の喫煙実態調査を行った。分析の結果、現在の使用率は、中学校で0.6%、高校で1.5%(従来の紙巻たばこ)、0.7%と1.0%(電子たばこ)、0.5%と0.9%(加熱式たばこ)であった。紙巻きたばこの喫煙率は引き続き減少傾向がみられた。一方、新型たばこの使用者もすべての学年にみられ、加熱式たばこよりも電子たばこの使用者の方が多い傾向がみられた。三種類のタバコの併用の関連をみると、二種類以上を併用する者が多く、従来の紙巻きたばこの喫煙者と電子たばこの使用者は異なっているようであり(OR = 0.16; 95%CI, 0.12-0.20)加熱式たばこと紙巻きたばこの併用に強い関連がみられた(OR = 1.48; 95%CI, 1.16-1.89)。加熱式たばこ使用は紙巻きたばこ使用と関連していた。

中高生の不幸福感と関連要因についての研究において、すべての学年における主観的な不幸福感の有病率は男子生徒が10.5%、女子生徒が9.7%で、女子生徒は男子生徒より有意に低かった(p < 0.01)。多重ロジスティック回帰分析では、主観的な不幸福感の関連因子は男子であること、朝食を摂取しない、睡眠の質が悪い、インターネットの過剰使用、学校生活における満足度が低い、そして精神的健康度が低いことであった。主観的な不幸福感の割合は現在の喫煙や飲酒をしていると答えた生徒において高かったが、ロジスティック回帰分析において現在の喫煙および飲酒は主観的な

不幸福感の関連因子とはならなかった。

2) 成人の飲酒行動を調査する研究班へ助言し、調査内容に反映してもらった。集計、解析を引き受けて実施した。成人の加熱式たばこ、電子たばこの使用頻度も調べた。

2018年全国調査では、年齢を調整したアルコール依存症現在、生涯経験率は男性0.4%、0.8%、女性0.1%、0.2%、年齢調整AUDIT15点以上率は男性5.2%、女性0.7%、年齢調整1日男性40g女性20g以上の飲酒率は男性14.0%、女性6.5%であった。男性では、2003年調査以降、AUDIT12点以上者の割合や生活習慣病のリスクが高める飲酒者(リスク飲酒者)の割合が有意に減少しており、男性では、継続すれば健康を害する可能性のあるアルコールの問題飲酒やリスク飲酒が減少していることが示唆された。リスク飲酒は、女性では減少がみられず、男性よりも若い30-40代を中心とした世代で女性は割合が高く、2018年調査では初めて、20代でリスク飲酒が男性よりも女性で高くなった。次世代育成の中心世代であり、女性のアルコール対策が重要である。

現在アルコール依存症に該当する者のうち、過去12か月以内にアルコール依存症の治療を受けた割合は低い一方、過去12か月以内に保健医療関係者に受診した割合は非常に高く、2013年調査と同様の結果であった。かかりつけ医や一般診療科での問題飲酒やアルコール依存症を捉え介入につなげる仕組みづくりが必要である。

2013年から調査を開始した、機会大量飲酒飲酒者(過去30日以内に純アルコール60g以上の飲酒、WHO基準)の割合をみると、2013、2018年では、男性は30.5%、32.3%、女性7.2%、8.4%で、男女合計では17.4%から19.9%と増加がみられた。年齢階級別にみると、男性では20-50代に多く、女性では20代が最も割合が高かった。

3) 国内外のエビデンスの収集をもとに、減酒支援の介入ツールを作成した。無作為比較試験(ランダムに介入群と対照群に割り付け)のデザインで減酒支援の効果測定をするための研究を開始した。評価のためのベースライン、半年後、1年後調査票の作成、倫理審査、介入体制の整備、同意取得のための説明文書やツール作成を行った。約2000名にスクリーニング検査のAUDITを実施し、約400名の対象者を抽出し、同意取得、割り付け結果による介入(対照群、通常減酒支援(約15分)、短縮版(約5分))を開始した。現在約70名の同意取得・割り付けに従った介入を実施した。今後若者のビンジ飲酒(機会大量飲酒)を減らすための指導方法の開発も行うため、介入ツールの作成、大学生を対象とした指導の開始予定である。

事業所と大学生への介入研究をまとめ、「事業所と大学生における保健指導の機会を利用した減酒支援プログラムの介入効果検証に関する研究」として研究計画書を作成し、鳥取大学医学部倫理審査委員会に申請し、承認された。

## D. 考察

### 1) 中高生の喫煙及び飲酒行動に関する全国調査の詳細解析

(1) 日本における中高生の喫煙率と新型たばこの使用の現状に関する研究

従来のタバコと新型タバコの利用者の社会経済因子が異なっている可能性が示された。新型たばこは、日本の中高生に普及してきている。併用が一般的であり、そして加熱式たばこ使用は従来の喫煙と有意に関連している。また、新型たばこは、従来の喫煙者と異なる社会経済的グループを喫煙に誘い込むことが示唆された。新型たばこの健康への影響は十分に明らかになっていない。今後、新型たばこが従来の紙巻きタバコの使用に対する「ゲートウェイ」であるのか、それとも禁煙や害軽減への解決策であるのかも明らかにするべきである。市場の変化を考慮に入れた継続的なモニタリングは、今後の喫煙対策を検討するうえで重要である。

#### (2) 主観的な不幸福感の関連要因に関する研究

日本の中高生における主観的な不幸福感と生活習慣行動の関連を調べた。この研究には3つの主要な発見があった。第一に主観的な不幸福感と性差には関連がある、第二に、学校生活への不満は主観的な不幸福感と強い関連がある、第三に食事や睡眠、インターネット使用のような日常生活の習慣が主観的な不幸福感と関連することである。

日本の思春期男性の不幸者が女子より高いことを示した。学年と主観的な不幸福感との間に関連性を認めなかった。朝食毎日摂取と主観的な不幸福感には負の関連性があることを見出した。受動的なクラブ活動はクラブ活動に参加しないことに比べて不幸に関連することを示した。飲酒や喫煙と主観的な不幸福感の関連を見いだせなかった。悪い睡眠の質と主観的な不幸福感との間に正の関連性を認めた。インターネットの過剰使用と不幸との間に正の相関を見出した。インターネット過剰使用は一時的な楽しみを得られるも、長期的には主観的な幸福感の有意なサプレッサーとして報告されている。学校生活が楽しくないことと主観的な不幸福感との間に極めて強い正の関連、また進学希望があることと不幸との間に負の関連があることを見出した。主観的な不幸福感と低い精神的健康度との間に有意な正の相関関係を示した。

このように、日本の中高生における主観的な不幸福感は日常生活の過ごし方と強く関連しており、学校関係者や保護者は生徒に対して、日常生活での適切な過ごし方を教育する必要があると示唆された。

### 2) 成人の飲酒行動に関する全国調査

2003年調査以降、男性では生活習慣病のリスクが高まる飲酒、問題飲酒（AUDIT12点以上）の減少がみられた。一方で、機会大量飲酒/ビンジ飲酒や女性、特に若い女性の飲酒については、今後の動向に注意し、モニタリングの継続、

知識の普及啓発、社会環境へのアプローチといった対策が必要である。アルコール依存症だけでなく、身体疾病や事故などの外傷、社会的な問題、他者への危害といった様々な観点から、アルコール関連問題への対策が重要であり、日本における個々の事象へのアルコール寄与を確立していくことも求められる。

### 3) 事業所と大学生における保健指導の機会を利用した減酒支援プログラムの介入効果検証に関する研究

国内外の既報の収集、研究班員間での協議、協会けんぽ（健康保険の保険者）、対象事業所などと相談を重ね、実現可能な介入研究（無作為化比較試験）の研究手法、研究手順を確立した。

わが国では、無作為化比較試験の実施が先進国の中でも立ち遅れており、本研究のような非薬物療法である生活習慣介入における介入研究の実績が極度に乏しい。このような研究を開始できたことは、この点で意義が深いと考える。

今後研究が進み、介入の効果が評価されれば、介入内容についての考察、介入方法の標準化に対する考察ができると考える。研究対象の確保に苦慮したおかげで、研究の各手順における研究への参加しやすさも改善できた。同意取得のための音声付きスライド、スマートフォンでのアンケート回答アプリ、飲酒日記アプリ、謝礼（1回のアンケート回答にQUOカード1000円分）等である。研究実施の過程で協会けんぽの保健スタッフによる特定保健指導の中に研究を組み込む当初の案では、同意取得と今までに経験がない減酒支援への障害感により実現が困難であった。日常活動に減酒支援を実装するには、その点が課題であるが、日常活動の場合は、研究の説明、同意取得は必要ないため、今回の手順や方法は今後日常活動（健診やその事後指導や産業保健活動）に導入は十分に可能だと考えられる。

## E. 結論

2017年度末に実施した、中高生の飲酒及び喫煙行動に関する全国調査のデータを解析し、2018年に結果を公表した。結果は広く報道され、ネット依存疑いの急増、加熱式たばこや電子たばこの使用実態等が注目された。

2018年初頭に実施された成人の飲酒行動に関する全国調査の結果を集計、解析し、実施元の研究班へ結果を報告した。

事業所職員に対する減酒支援の介入研究（無作為化比較試験）の実施のための準備をし、対象者のリクルートを開始した。研究手順の決定、ベースライン・半年後・1年後アンケートの作成、倫理審査用書類作成と倫理審査受審、対象事業所確保のための交渉を行い、製造業、役所職員等を対象に研究に先立ちAUDIT（アルコール使用障害スクリーニングテスト）を実施し、減酒支援該当者を抽出し、研究へのリクルートを開始した。研究を円滑に進め、介入を標準化するために、同意取得のための音声付きスライド、介入のための指導紙芝居（標準15分版、短縮5分版）、飲酒アンケ

ートのスマホアプリの開発、飲酒日記のスマホアプリの開発を行った。AUDIT実施者数は約1600、減酒支援該当者数は約400であった。研究参加の承諾者数は現状では、約70である。

研究の過程で新たな課題だと判明した若者のビンジ飲酒（機会大量飲酒）を減らすための介入研究も同時並行して進めることとした。大学生を対象者とした無作為化比較試験を開始した。大学生用アンケートの作成、倫理審査受審を経て、学内にビンジ飲酒経験者をリクルートするためのポスターを掲示する。ビンジ飲酒を減らす介入のためのスライドセットを作成した。

#### F. 健康危険情報 特記事項なし

#### G. 研究発表

##### 1. 論文発表

1. Kinjo A, Kuwabara Y, Minobe R, Maezato H, Kimura M, Higuchi S, Matsumoto H, Yuzuriha T, Horie Y, Kanda H, Yoshimoto H, Osaki Y. Different socioeconomic backgrounds between hazardous drinking and heavy episodic drinking: Prevalence by sociodemographic factors in a Japanese general sample. *Drug Alcohol Depend*;193:55-62,2018.

2. Morioka H, Jike M, Kanda H, Osaki Y, Nakagome S, Otsuka Y, Kaneita Y, Itani O, Higuchi S, Ohida T. The association between sleep disturbance and second-hand smoke exposure: a large-scale, nationwide, cross-sectional study of adolescents in Japan. *Sleep Med*;50:29-35,2018.

3. 金城 文, 尾崎 米厚. 【胎児性アルコールスペクトラム障害を防ぐ】 わが国における女性の飲酒の現状. *地域保健*;50(2):30-33, 2019.

4. 尾崎米厚. 【アルコール医療の展望と最新知見-アルコール健康障害対策の推進に向けて】 アルコール健康障害の現状と疫学の最新知見. *臨床栄養*;133(6):777-782,2018.

5. 尾崎米厚. 【プチ・アルコール依存に気づく誰にでもできるアルコール使用障害への対応】 《アルコール使用障害の基本の基本》 アルコール依存症患者の大多数は治療につながっていないって本当ですか? *Modern Physician*;3888):82 2-825, 2018.

6. 美濃部 るり子, 松下 幸生, 尾崎 米厚, 樋口 進. 【災害とアルコール関連問題】 東日本大震災とベンゾジアゼピン使用について. *日本アルコール関連問題学会雑誌*;19(2):25-28, 2018.

##### 2. 学会発表

1. 辻 雅善, 今本 彩, ウォーターズ・ブライアン, 原 健二, 久保 真一, 尾崎 米厚. 新生児毛髪からのFatty Acid Ethyl Estersの測定方法の検討 胎児のアルコール曝露の証明. *日本衛生学雑誌*;74(Suppl.):S149, 2019.

2. 榊原文, 芳我 ちより, 尾崎 米厚. 母親のインターネット依存と主観的虐待観との関連. *日本公衆衛生学会総会抄録集*;77回:376, 2018.

3. 金城文, 尾崎米厚. 多量飲酒と機会大量飲酒(ビンジ飲酒)における社会経済的要因のちがい. *日本公衆衛生学会総会抄録集*;77回:370, 2018.

4. 尾崎米厚, 金城文. 公衆衛生学的立場からみた行為依存症(ギャンブル依存症/ネット・ゲーム依存症)の最前線 現在社会問題化している行為依存症についてのオーバービュー. *日本公衆衛生学会総会抄録集*;77回:92, 2018.

5. 大塚 雄一郎, 兼板 佳孝, 井谷 修, 地家 真紀, 中込 祥, 尾崎 米厚, 神田 秀幸, 樋口 進, 鈴木 健二, 大井田 隆. わが国の中学生・高校生の睡眠の質と不健康な食習慣の関連について. *日本睡眠学会定期学術集会プログラム・抄録集*;43回:23 4, 2018.

6. 美濃部 るり子, 杉浦 久美子, 湯本 洋介, 岩原 千絵, 石川 葉月, 尾崎 米厚, 樋口 進. 女性とアルコール 女性アルコール依存症の心理的背景とマインドフルな態度. *日本アルコール・薬物医学会雑誌*;53(4):97, 2018.

7. 金城 文, 尾崎 米厚, 桑原 祐樹, 今本 彩, 藤井 麻耶. 女性とアルコール わが国の一般集団における女性のアルコール使用実態. *日本アルコール・薬物医学会雑誌*;53(4):96, 2018.

#### H. 知的材先見の出願・登録状況

##### 1. 特許取得

該当なし

##### 2. 実用新案登録

該当なし

##### 3. その他

特記すべきことなし

# 飲酒や喫煙等の実態調査と生活習慣病予防のための減酒の効果的な介入方法の開発に関する研究

(H29－循環器等－一般－008)

## 厚生労働記者クラブ 記者発表資料

研究代表者 尾崎米厚(鳥取大学・医・環境予防医学分野)

研究分担者 兼板佳孝、神田秀幸、樋口 進、井谷 修、地家真紀、  
大塚雄一郎、吉本 尚、金城 文、真栄里 仁、  
美濃部るり子、桑原祐樹

## 中高生の飲酒及び喫煙行動に関する 全国調査

- わが国の中高生の喫煙及び飲酒行動の実態と関連要因を明らかにし、対策の評価と推進方策を検討する。健康日本21(第2次)の中間評価の評価指標を提出する。
- 1996年以降実施している全国調査(いままで8回実施、前回は2014年)

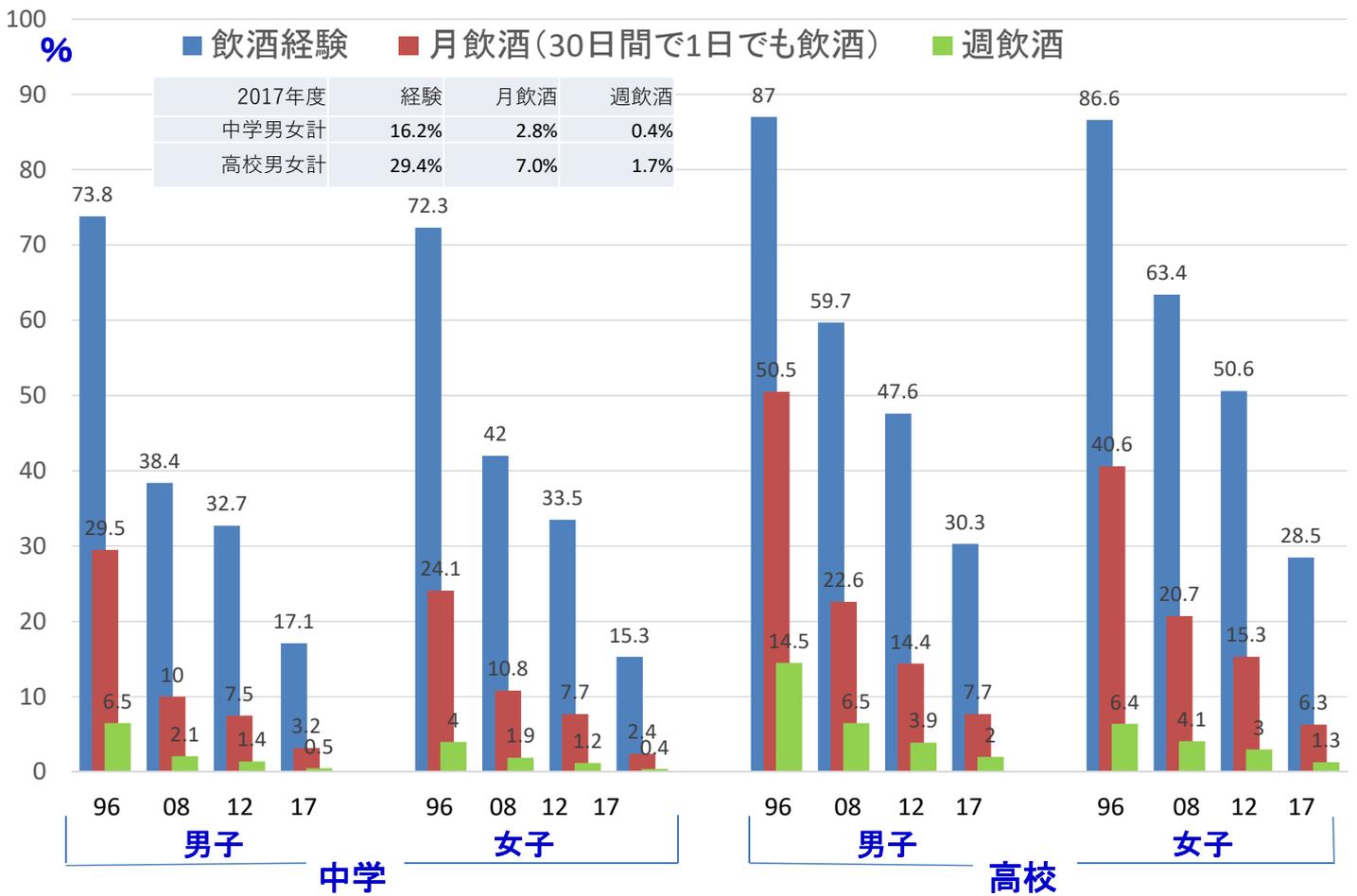
# 調査の方法

- 調査デザインは断面標本調査
- 全国の中学校10,325校、高等学校4,907校のうち中学校98校、高等学校86校を抽出して調査を行った。調査時期は2017年12月～2018年2月末。
- 抽出方法は1段クラスター比例確率抽出であった。調査対象は、抽出された学校の生徒全員である。
- 中学校は48校(回答率49%)、高等学校は55校(回答率64%)、合計103校(56%)から協力が得られた。調査票は64,417通(中学22,275通、高校42,142通)から回答があった。すべての項目が無回答の者に加え、学年と年齢の両方が無回答の者2名を除き、64,329通を解析対象とした。
- 調査は、鳥取大学医学部の倫理審査を経て実施された

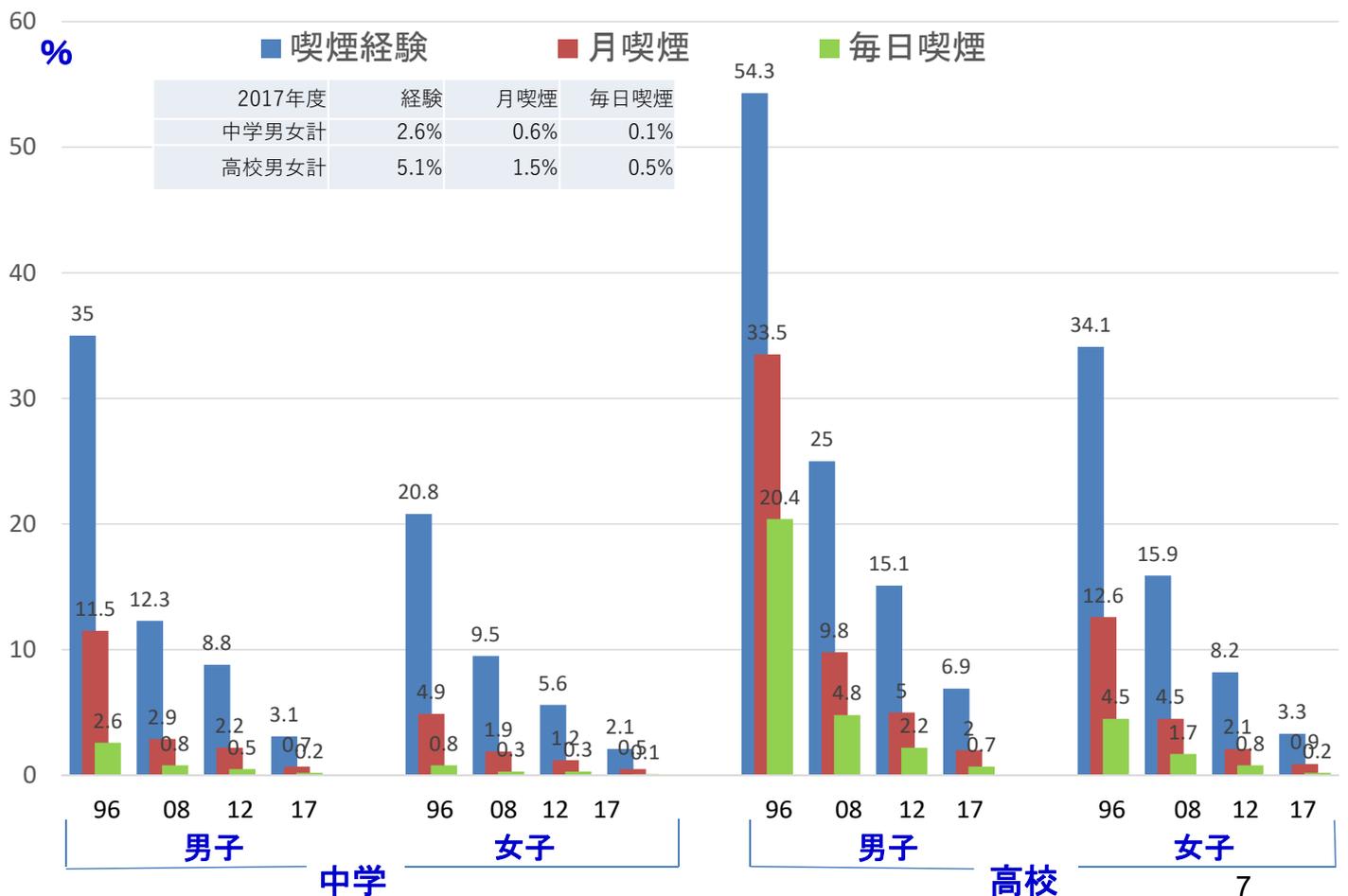
# 結果の概要

- 中高生の飲酒頻度および喫煙頻度は前回調査と比較しても減少していた。習慣的な飲酒や喫煙をする割合は、極めて頻度が低くなっていた。近年認められていた飲酒経験率、月飲酒率の女子での高値はなくなり、喫煙率の男女差が縮まった。
- 飲酒者の中に多量飲酒者やビンジ飲酒者(機会大量飲酒者)が一定割合含まれていた。多くの飲酒者や喫煙者がアルコールやタバコを自ら購入できていること、ノンアルコール飲料の使用頻度が高いこと、中高生がアルコールハラスメントの被害を受けていることが明らかになった。
- 新型タバコを使用している者がいた(頻度は加熱く電子く紙巻)。値段・年齢確認・自販機の制限は入手困難性を上げていると考えられたこと、受動喫煙の曝露頻度が高く家庭外での頻度が減っていないことが明らかになった。
- 睡眠障害の頻度は高いがゆるやかに改善(特に中学)。女性のほうが頻度が高い。
- インターネットの過剰使用の割合が大きく増加した。女性に高く、中学生での頻度の増加が大きく、中高の差が小さい。

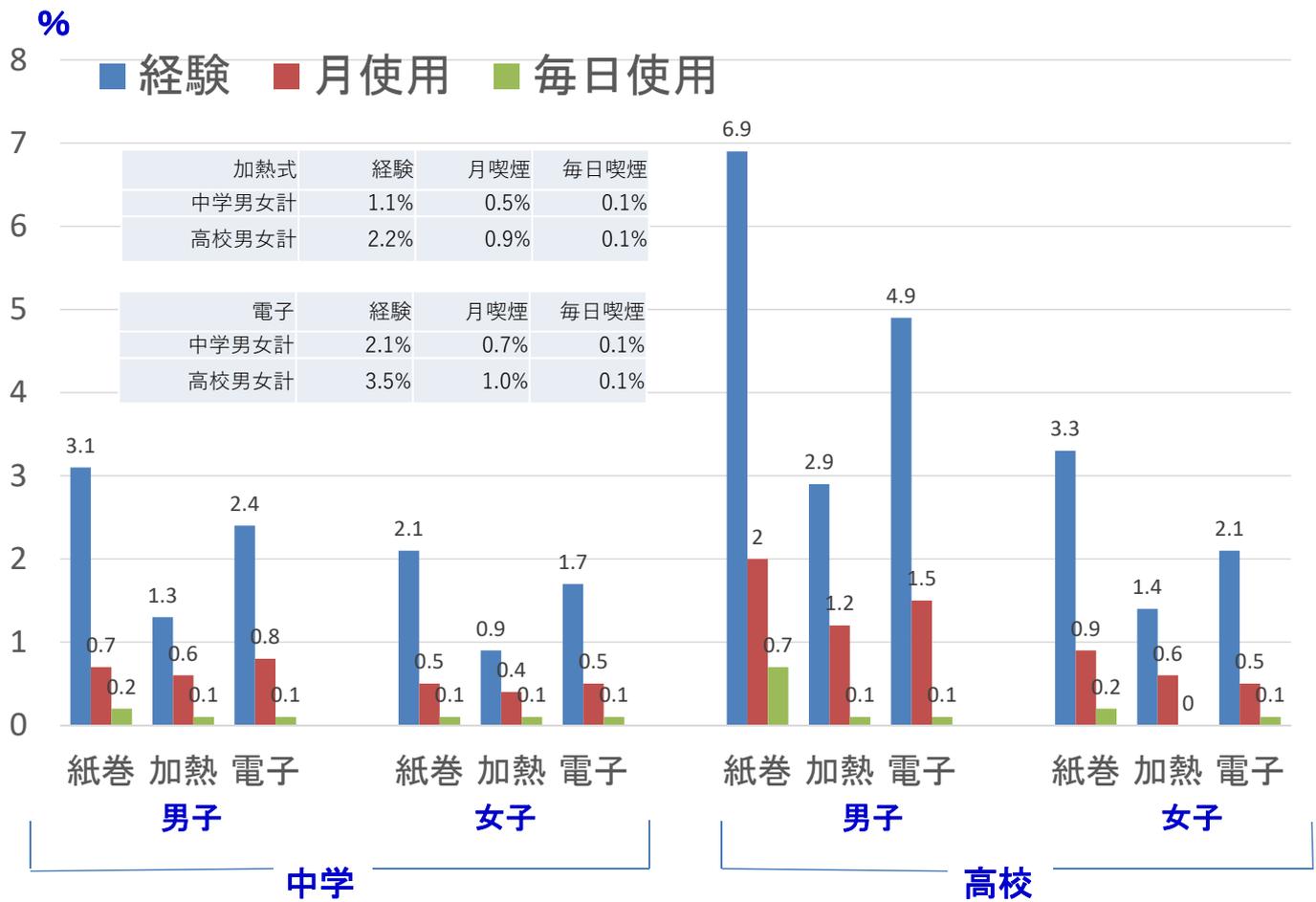
# わが国の中高生の飲酒頻度の推移



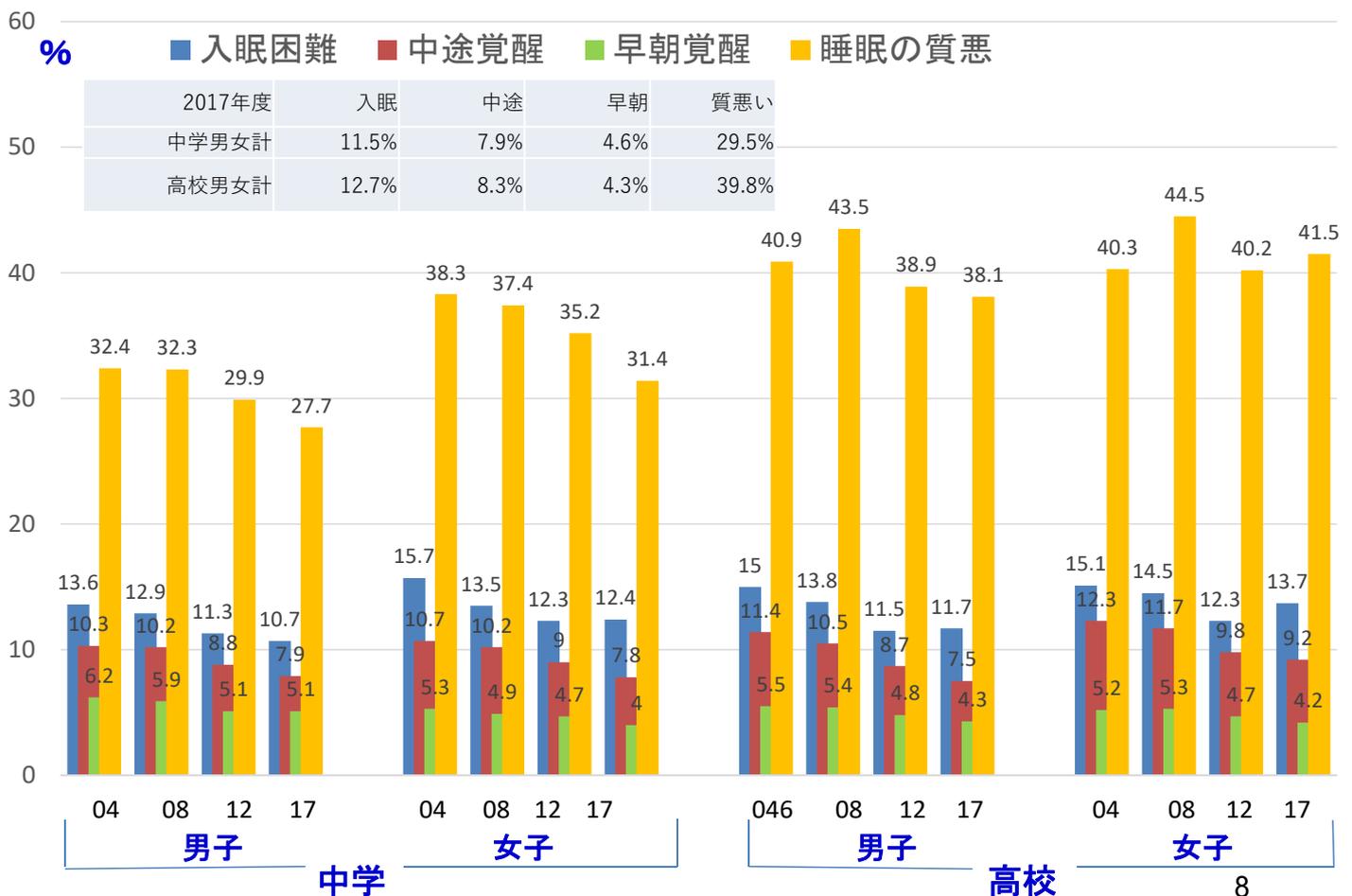
# わが国の中高生の喫煙頻度の推移



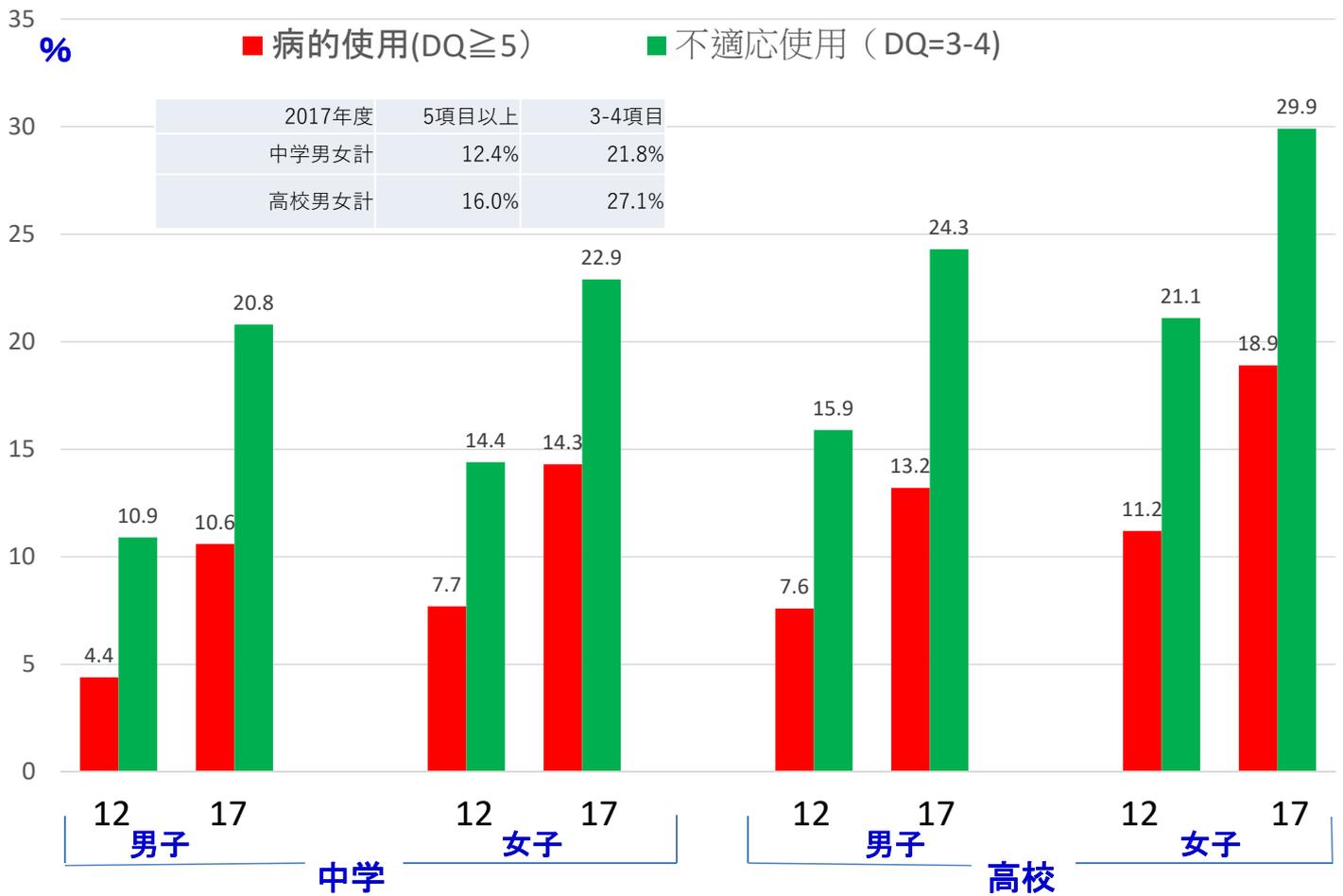
# わが国の中高生の新型タバコの使用頻度



# わが国の中高生の睡眠障害の推移



# わが国の中高生のインターネットの過剰使用



# 中高生ネット依存7人に1人

## ネット依存の危険度がわかる質問項目

8項目のうち、5項目以上に当てはまると、ネット依存の疑い

- ネットに夢中になっていると感じているか
- 満足のため使用時間を長くしなければと感じているか
- 制限や中止を試みたが、うまくいかないことがたびたびあったか
- 使用時間を短くしようとして落ち込みやイライラを感じるか
- 使い始めに考えたより長時間続けているか
- ネットで人間関係を台無しにしたことがあるか
- 熱中しすぎを隠すため、家族や学校の先生らにうそをついたことがあるか
- 問題や絶望、不安などから逃げるためにネットを使うか

厚生労働省研究班調査票から



研究班(代表尾崎米厚 高校生は16・0%(同9・鳥取大教授)は2017年度、全国の中学・高校184校に調査を依頼し、103校の約6万4千人から回答を得た。「使用時間を短くしようとして落ち込みやイライラを感じるか」など8問中5問以上が当てはまれば、依存の疑いが強いと判断した。

ネット依存の疑いが強い生徒の割合は、中学生で12・4%(12年度6・0%)、見積もられた。

また、8問中3問または4問が当てはまる、「ネット使用に問題がない」とはいえない」生徒は中学生で22・2%、高校生で27・6%。約161万人に上ると見積もられた。

## 17年度93万人 厚労省研究班推計

スマートフォンのゲームやSNSなどインターネットの使い過ぎで日常生活に支障をきたす「ネット依存」の疑いが強い中高生が全国で推計約93万人に上ることが、厚生労働省研究班の調査でわかった。31日、発表した。5年前と比べて約40万人増え、とくに中学生で倍増した。授業中の居眠りや遅刻など学校生活にも支障が出ていた。

## 5年前より40万人増 進む低年齢化

回答者全体で見ると、中学生の7割、高校生の9割がスマホを利用。各学年とも8割前後が動画サイト、7割前後が情報検索に使っていた。オンラインゲームは男子で多く、SNSは女子で多かった。ネットの使い過ぎによる問題は、成績低下(高校2年で53・3%)や居眠り(同50・5%)、遅刻(同13・7%)、友人とのトラブル(同10・4%)が多かった。

尾崎教授は「今回の調査では欠席している人は含まれておらず、問題を抱えている生徒はもっと多い可能性がある」と話す。ネット依存のうちゲームのやり過ぎで日常生活が送れなくなる「ゲーム障害」について、世界保健機関(WHO)は6月に公表した国際疾病分類に初めて明記し、精神疾患として認めた。

ネット使用が中学生になる前から始まっている。内閣府が昨年実施した10歳未満の子どもの対象にした調査では、9歳児の約65・8%、2歳児も28・2%がネットを使っていた。(小坪遊

©朝日新聞社 無断複製転載を禁じます。すべての内容は日本の著作権法並びに国際条約により保護されています。

読売新聞  
2018年10月4日

たばこの葉を燃やさず煙が出ない「加熱式たばこ」が中高生の間にも広がりつつあることが、厚生労働省研究班(代表尾崎米厚・鳥取大学教授)の調査で分かった。紙巻きたばこの使用が近年大きく減少する一方、加熱式が新たな喫煙習慣につながりかねないと専門家は指摘している。

研究班は2017年12月18日2月、無作為に抽出した中学と高校の計184校に調査票を配り、103校の約6万4000人から有効回答を得た。

調査によると、加熱式たばこを吸った経験がある」と答えたのは、高校男子2・9%、女子1・4%、中学生1・1%。最も高

## 加熱式たばこ経験 男子高校生の3%

厚労省研究班調べ

### たばこ、新型たばこの使用経験(%)

	紙巻きたばこ	加熱式たばこ	電子たばこ
中学生	2.6	1.1	2.1
高校男子	6.9	2.9	4.9
高校女子	3.3	1.4	2.1

い高3男子では4%だった。

香料などの液体を加熱して蒸気を吸う「電子たばこ」の使用経験も、高校男子で4・9%、女子2・1%、中学生で2・1%あった。

一方、紙巻きたばこを経験した中高生の比率は近年大幅に低下しており、高校男子で08年度25%、12年度15・1%だったのに対し、今回は6・9%だった。

尾崎教授は「加熱式たばこは葉たばこを原料とするれっきとしたたばこ製品なのに、中高生は健康に害がないと勘違いしている可能性がある。加熱式たばこなどが、中高生の喫煙率の低下に水を差しかねない」と話している。