

喫煙、飲酒等生活習慣の実態把握及び生活習慣の改善に向けた研究

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

2021年度にわが国の中高生の飲酒および喫煙行動を明らかにするための全国調査を実施した。調査はウェブ回答方式と紙回答方式を併用して実施した。協力が得られたのは、中学校18校（回答率19.8%）、高等学校17校（回答率27.4%）、合計35校（回答率22.9%）であった。本調査の回答者において、学年調整をした飲酒経験者率は、中学8.5%、高校15.8%、月飲酒者率は、中学1.6%、高校2.9%であった。紙巻タバコ喫煙経験者率は中学1.9%、高校2.7%、紙巻タバコ月喫煙者率は中学で0.2%、高校で0.7%であった。加熱式タバコの経験者率は、中学0.9%、高校1.4%、加熱式タバコ月喫煙者率は中学0.3%、高校0.5%であった。電子タバコ経験者率は、中学0.9%、高校1.5%、電子タバコ月喫煙者率は中学0.3%、高校0.5%であった。タバコは女子より男子で使用経験、月喫煙率が高かった。使用経験は、紙巻タバコ>加熱式タバコ≒電子タバコの順であったが、月使用は、紙巻タバコ<加熱式タバコ≒電子タバコであった。飲酒頻度、喫煙頻度共に、2017年調査と比較して低い値であった。新型コロナウイルス感染症対策による休校で良かった影響としては、「趣味や楽しみに時間が使えて良かった」、「睡眠がとれた」と回答した者が多かった。逆に悪い影響としては、「運動不足になった」、「ゲームやインターネットの時間が長くなった」、「睡眠時間がおかしくなった（短い、長い、昼夜逆転など）」と回答した者が多かった。

女性の多量飲酒につながる要因を明らかにする目的で面接調査を行い、現在の飲酒行動の特徴、現在の飲酒行動に至る経緯について尋ねた。調査時の飲酒量が純アルコール換算140g以上で、かつ医療機関でアルコール依存症と診断されていない女性30名を本分析の対象とした。飲酒または多量飲酒につながる6つの要因に要約した。「飲酒・酩酊が目的」、「手段的飲酒」、「ライフイベント・生活の変化」、「ストレス」、「環境要因」、「習慣的」の6つを抽出した。ライフイベントやストレス、手段的飲酒など本研究で抽出された要因と共通する項目も多く、それらの重要性が確認できた。“車を運転しない生活”、“一人暮らし”、“自由”、“空き時間の増加”などの生活の変化や、“家族が飲酒に肯定的”、“安価・大量に入手可能”、“外食・飲み放題だと止まらない”などは本研究に特徴的な項目であった。

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（昭和女子大学生生活科学部）、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）、春日秀朗（福島県立医科大学）、伊藤央奈（郡山女子大学）

研究協力者
川井田恭子（筑波大学医学医療系）、藤井麻耶（鳥取大学医学部環境予防医学分野）

めに、わが国の中高生の喫煙及び飲酒行動の実態を明らかにすることが必須である。青少年の喫煙行動において、新型たばこ（加熱式や電子）の広がり、飲酒行動においては、ノンアルコール飲料、ビンジ（機会大量）飲酒、エナジードリンクのアルコール割等が新たな問題となった。我々は、中高生の喫煙及び飲酒行動に関する全国調査を1996年より約4年おきに2017年まで実施してきた。2020年度は新型コロナウイルス感染症対策として実施された小中高校の長期に及ぶ休校のため従来の全国調査の方法が実施できなくなった。ウィズ・コロナ時代の新たな調査手法を開発することが急務である。2021年度には、新たに開発した調査方法（学校でパソコンやタブレットを用いたウェブ上のアンケート調査への回答）と従来の方法である学校での紙調査票を用いて、今までの調査結果と比較可能な全国調査を実施し、喫煙率や飲酒率を明らかにするとともに、喫煙、飲酒、睡眠障害、その

A. 研究目的

中高生の喫煙率や飲酒率が評価指標となっているため、健康日本21（第二次）計画の評価のため

他の生活習慣の相互関係を解析する。性別、学年別、地域別、都鄙別、時系列分析を実施し、重点介入が必要な集団を特定し、各群に適合した対策を提案する。新型コロナウイルス感染症対策のためにわが国の中高生が経験した、休校、自粛生活、様々なイベントの中止等のために、中高生の喫煙及び飲酒行動がどのような影響を受けたのかも明らかにする。学校での喫煙、飲酒等に対する保健教育の実施状況を明らかにし、学校別の喫煙率や飲酒率との関連を分析する。

国民健康栄養調査等によると、わが国の成人の飲酒率は漸減傾向にある。一方、20-30歳代では飲酒率の男女接近状況が生まれ、女性の飲酒問題が相対的に重要になった。本研究では、若年層や女性に着目した不適切量の飲酒行動の実態を明らかにし、それを防止するための対策を提言する。若年女性を中心とした不適切量を飲酒する者を選び、訪問面接調査を行い、詳細な飲酒行動の実態とその背景要因についてインタビューする。女性の問題飲酒につながるライフイベント、成育歴、飲酒を始めた時のきっかけ、常習化するプロセス、問題飲酒へと発展するプロセス等を分析し、それに基づいて調査票を開発し、インターネット調査により若年者や女性の詳細な飲酒行動を明らかにする。これらを分析することにより、若年成人や女性の問題飲酒を防止するための方策を提言する。

B. 研究方法

1) 2021年中高生の喫煙、飲酒等生活習慣に関する全国調査

調査デザインは断面標本調査であった。全国の中学校および高等学校（全日制の私立・公立高校）を対象とした。2020年版全国学校総覧に登録されている中学校10,141校、高等学校4,248校のうち、中学校91校、高等学校62校を抽出して調査を行った。抽出方法は1段クラスター比例確率抽出であった。比例確率抽出とは生徒数により抽出確率が変わるというものである（生徒数が多いほど抽出されやすくなる）。このうち、中学校64校と高等学校42校をウェブ回答方式に、中学校27校と高等学校20校を紙回答方式に、無作為に割り付けた。今までの調査より抽出学校数が2割程少なく、紙回答方式の方がウェブ回答方式より抽出校が少なかったのは予算に限度があったからである。調査時期は2021年5月～8月であった。調査対象は、抽出された学校の生徒全員である。

2021年度の調査内容は、①喫煙率と喫煙行

動、飲酒率と飲酒行動（喫煙量、喫煙経験年齢、加熱式タバコの使用経験、電子タバコの使用経験、入手経路、健康への害の認識、受動喫煙曝露の頻度、広告への曝露場面、場面別飲酒経験、経験年齢、飲酒量、入手経路、ノンアルコール飲料使用経験、ビンジ飲酒、エナジードリンクとの併用、未成年飲酒禁止に対する態度、飲酒の健康被害の認識、広告への曝露場面）に関するもの、②基本的属性、家族の要因、日常生活、学校生活、学校要因、新型コロナウイルス感染症による影響等であった。

さらに、学校の代表者に、その学校の喫煙率や飲酒率が全国平均と比べて高いか、低いかわかも学校調査票において尋ねた。

抽出学校の学校長宛に調査の協力を依頼する文書と共に、保護者宛の調査協力依頼文、生徒数分のウェブ回答手順（ウェブ回答方式のみ）、生徒数分の調査票（紙回答方式のみ）を送付した。調査の協力を受諾した学校は、調査に先立ち保護者宛の調査協力依頼文を配布し、調査の実施を伝えた。後日、各教室内で教師がウェブ回答手順または調査票を配布して、生徒はその場で回答して調査を行った。

ウェブ回答方式では、生徒が授業時間内に調査実施手順書に書かれたURLにアクセスしてもらい、回答してもらった。紙回答方式では、授業内で回答後、生徒一人一人に配布された糊付き封筒に封入してもらい、学校では開封せず、研究分担者のいる日本大学医学部に返送してもらった。ウェブ回答方式と同様、保護者と本人が調査への回答に同意している場合のみ回答してもらった。

業者により納品されたデータを研究者が集計した。

（倫理面への配慮）

中高生の喫煙・飲酒についての全国調査は個人情報取得しない無記名調査である。学校名別の結果公表もしない。調査に当たっては学校長による承諾の得られた学校のみに対して実施する。調査への協力の得られた学校は、事前に、生徒経由で保護者へアンケート調査依頼書を配布し、アンケートの実施を通知した。アンケートへの回答に保護者または生徒が同意しない場合は、調査当日アンケートへ回答しないよう保護者への依頼書と生徒への説明で伝えた。研究計画は、鳥取大学医学部倫理審査委員会で審査され、承認された[承認番号：20A099]。

2) わが国の女性の飲酒行動に関するインタビュー調査

女性で、生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者を本研究の対象者とした（1日当たりの純アルコール摂取量が女性で20g以上）。本研究では、1日当たりの飲酒量×週当たりの飲酒頻度から、週当たりの純アルコール摂取量が140gを超える女性を本研究の対象者とした。対象者のリクルートは、研究代表者、研究分担者の知人を介して、女性の多量飲酒者を探し、調査協力の打診をしてもらい、協力の意思を示した人に研究代表者、研究分担者から連絡し、対面またはオンラインでのインタビューを実施した。インタビュー調査は、2021年9月から2022年1月に実施した。研究への協力意思を示した研究参加者に対して、はじめに、インタビュアーが文書を用いて本研究の概要を説明し、研究参加者から書面で同意を取得した。研究参加者が、調査票①と②に自記式で回答したのちに、インタビュアーが調査票①と②を参考にしながら、調査票③の内容について、インタビューを行った。インタビュアーは、インタビューをおこなった内容を研究参加者ごとにレポートにまとめたのち、書類一式を本研究の事務局である鳥取大学環境予防医学分野に郵送した。得られたインタビュー結果を匿名化したのち、インタビュー結果を元に、オープンコーディングをおこなった。

（倫理面への配慮）

調査に当たっては、本研究の概要を説明し、書面による承諾の得られた研究参加者に対して実施した。研究計画は、鳥取大学医学部倫理審査委員会で審査され、承認された[承認番号：21B005]。

C. 研究結果

1) 2021年中高生の喫煙、飲酒等生活習慣に関する全国調査

中学校18校（回答率19.8%）、高等学校17校（回答率27.4%）、合計35校（回答率22.9%）から協力が得られた。調査票は15,852通（中学校8,274通、高等学校7,578通）の回答があった。不備のある調査票を外した、15832通を分析対象とした。

飲酒行動をみると、2021年の調査では、2017年までの調査と比較し、男女、各学年ともに、飲酒経験者率、月飲酒者率、毎週飲酒者率いずれも減少した。飲酒経験者率は、中学で8.5%（男子10.2%、女子6.7%）、高校で15.8%（男子17.1%、女子14.5%）であった。月飲酒者率は、中学で1.6%（男子1.9%、女子1.4%）、高校で2.9%（男子3.0%、女子2.8%）であった。週飲酒者率は、中学で0.1%（男子0.2%、女子0.0%）、高校で0.7%

（男子0.8%、女子0.5%）であった。男女差をみると、飲酒経験は男子が高かった。

月飲酒者がお酒を飲むときの飲酒量コップ2杯以上は、中学生と比較して高校生で多く、高校生は多く飲む者の割合は男女で同程度であった。

1回の飲酒時に350mlカン5本以上飲む機会大量飲酒（ビンジ飲酒）の月1-2回以上の頻度は、中学生と比較して高校生で多く、高校生では男女で同程度であった。中高生の月飲酒者の半数かそれ以上でビンジ飲酒経験を認めた。自らすすんで初めてお酒を飲んだ年齢の最頻値は、中学生では9-10歳、高校生では13-16歳であるが、中高生ともに5%以上が小学校時代に自ら初めて飲酒したと答えていた。月飲酒者のよく飲むお酒の種類は、男子は果物味の甘いお酒が最も多く、中学生は次いでビール、高校生は焼酎サワー、ビール、ワインと続いた。女子も果物味の甘いお酒が最も多く、中学生は次いでワイン、ビール、焼酎サワーで、高校生は焼酎サワーが続いた。女子の方が果物味の甘いお酒を飲んでいる割合が多かった。

アルコール飲料に似たノンアルコール飲料の過去30日間の使用頻度は1-2日が最も多く、男子では中学生と高校生で頻度は同程度で、女子は高校生でやや頻度が多かった。エナジードリンクのこの30日間の使用頻度は、この30日以内の1日以上飲んだ者が男子30-40%、女子15-20%程で、男子の方が使用者が多く、学年が上がるにつれて使用する者の割合が多くなった。エナジードリンクをお酒と混ぜて飲んだ経験がある者は、月飲酒者の2-3割に上っていた。

月飲酒者の酒の入手先は、中高男女とも、家にあるお酒が最も割合の高い入手先であった。家にあるアルコールが現在においても未成年飲酒に大きな影響を及ぼしていた。次いで、コンビニエンスストア、スーパーマーケットで買う、友達や知人からもらうが高く、これらは高校生になると頻度が大きく増えた。居酒屋、カラオケボックス、飲み屋などで飲むは、高校女子で高い頻度となっており、飲食店で未成年に酒が提供されていることが明らかになった。

月飲酒者がこの30日間にお酒を売ってもらえたかについて、中学3年以上では男女とも「いつも買えた」とする割合が、「時々売ってもらえなかった」に比べて多かった。

親に酒を勧められた経験は、経験がある人は、中学生に比べ、高校生で高かった。親の飲酒を嫌だと思ったことのある人の頻度は、女子の方が多く、中学生と高校生で同程度の頻度であった。未成年の飲酒禁止に対する意見は、「当然

だ」とする者が最も多いが、学年が上がるにつれ減少した。「しかたない」とする者は学年が上がるにつれ増加した。お酒は体に害があると思うかという問いについては、「害がある」と回答した者が最も多かったが、女子より男子で割合が低く、男女とも学年が上がるにつれて割合が減少した。酒を飲んだうえでの失敗経験は、吐いたが最も多く、次いで記憶をなくした、親に叱られた、けがをした、などであった。

お酒を飲んだ人からイヤだと思うことをされた経験がある者の割合は、2割弱で、中学生に比べ高校生で高く、特に高校2年生、3年生で高かった。

お酒の広告(コマーシャル、CM)について、この30日間で見た場所として最も多かったのは「テレビ」で、8-9割の中高生がありと回答した。大部分の中高生がテレビの広告でお酒の広告曝露を受けていることが明らかになった。次いで、「ウェブサイトや動画サイト」、「コンビニエンスストアやスーパーなどの店に貼ってあるポスター」であった。

喫煙行動をみると、紙巻タバコの喫煙経験率は中学生より高校生で高く、女子より男子で高かった。この30日間の紙巻タバコ喫煙日数は、中高男女ともに、1-2日以上喫煙した者の頻度も毎日喫煙者の頻度も、低かった。紙巻タバコの月喫煙者の1日平均喫煙本数は、男子では月喫煙者の半数が11本以上吸っていた。

紙巻タバコの月喫煙者のタバコの主な入手先は、「コンビニエンスストア、スーパーマーケット、ガソリンスタンド等の店で買った」「誰かからもらった」「家にあるタバコを吸った」「自動販売機で買った」であった。

3つの形態のタバコの使用頻度は、紙巻タバコは、経験者率が中学で1.9% (男子2.6%、女子1.1%)、高校で2.7% (男子3.3%、女子2.1%) であった。月喫煙者率は中学で0.2% (男子0.2%、女子0.1%)、高校で0.7% (男子0.6%、女子0.6%) であった。毎日喫煙者率は中学で0.0% (男子0.1%、女子0.0%)、高校で0.1% (男子0.1%、女子0.1%) であった。加熱式タバコの経験者率は、中学で0.9% (男子1.1%、女子0.7%)、高校で1.4% (男子1.6%、女子1.2%) であった。月喫煙者率は中学で0.3% (男子0.4%、女子0.2%)、高校で0.5% (男子0.5%、女子0.5%) であった。毎日喫煙者率は中学で0.0% (男子0.0%、女子0.0%)、高校で0.1% (男子0.1%、女子0.1%) であった。電子タバコの経験者率は、中学で0.9% (男子1.2%、女子0.6%)、高校で1.5% (男子1.6%、女子1.3%) であった。月喫

煙者率は中学で0.3% (男子0.4%、女子0.1%)、高校で0.5% (男子0.6%、女子0.4%) であった。毎日喫煙者率は中学で0.0% (男子0.0%、女子0.0%)、高校で0.1% (男子0.1%、女子0.0%) であった。女子より男子で使用経験、月喫煙率が高かった。使用経験は、紙巻タバコ>加熱式タバコ≒電子タバコの順であったが、月使用は、紙巻タバコ<加熱式タバコ≒電子タバコであった。加熱式または電子タバコの初めての喫煙経験年齢は、小学生のうちに経験した者が中学生では半数近くで、学年があがるにつれ少なくなった。

加熱式または電子タバコの月使用者におけるタバコの入手先は「誰かからもらった」「家にあるタバコを吸った」「コンビニエンスストア、スーパーマーケット、ガソリンスタンド等の店で買った」「自動販売機で買った」「タバコ屋または新型タバコ販売店で買った」と様々であった。

紙巻タバコ経験者における紙巻タバコが買いにくなった理由についての質問では、「タバコの値段が高くなった」「年齢確認が厳しくなった」「タバコを吸える場所が減った」「自販機が使えなくなった(タスポが必要)」を挙げる者の頻度が多かった。

紙巻タバコ月喫煙者においてタバコをやめたいと思うかについては、「実際、やめようと思っただけでやめたことがある」と「やめたいと思う」を合わせて2割程度がやめることを考えたことがあり、特に女子でその頻度が高かった。紙巻または加熱式タバコの月喫煙者において、この30日間に年齢を理由に紙巻タバコまたは加熱式タバコを売ってもらえなかったかの質問では、高校2-3年生では、「時々売ってもらえなかった」よりも「いつも買えた(年齢詐称+年齢のまま)」の頻度が多かった。

親の喫煙を嫌だと思った経験の頻度は、「ない」人より、「ある」人が多く、男子に比べ女子で、中学生より高校生で高かった。

紙巻または加熱式または電子の月喫煙者において、朝起きてすぐタバコを吸いたくなるかの質問では、「時々吸いたい」「いつも吸いたい」と答えた者が中学3年生以上で2-3割いた。喫煙の身体への害の認識は、9割以上の者が「害がある」と回答しており、どの学年でも女子の方が高かった。紙巻タバコの受動喫煙を有害と思うかについては、能動喫煙より割合は低かったが7割以上の者が有害だと回答していた。加熱式タバコの受動喫煙を有害と思うかについては、「そう思う」と答えた者が5-6割と紙巻タバコに比べて低かった。

この7日間の家での受動喫煙曝露日数をみると、男女とも0日が多かった一方、7日という者も1割弱見られ、特に高校女子で頻度が高かった。

この30日間のタバコ会社の広告を見た場所について、「コンビニエンスストアやスーパーなどの店に貼ってあるポスター」の頻度が最も高く、次いで「ウェブサイトや動画サイト」の頻度が高かった。一方、「まったく見なかった、見たがどこかわからない」者が6-7割と、お酒の広告では1割であったのに比べて、高い頻度となっていた。

その他の生活習慣をみると、月～金に朝食を毎日食べる者の割合は男女とも学年が上がるにつれ減少し、高校2-3年生は女子より男子で低かった。家の食事で野菜を食べる頻度は、「必ず毎日」食べる者が最も多かったが6-7割程度であった。

クラブ活動への参加状況は、積極的に参加している者が最も多く、中学3年、高校3年で減少した。この30日間の授業以外での30分以上の運動をした日数は、中高男女とも「20-29日」が最も多く、次いで「毎日」、「10-19日」が多かった。

新型コロナウイルス感染症流行による影響をみると、「趣味や楽しみに時間が使えて良かった」と回答した割合が、中高男女とも最も高く、次いで「睡眠がとれた」で、両方とも女子でより高かった。「気が楽になった」は2-3割で女子に多かった。男子では「ゲームやインターネットの時間が長くなった」が4割と最も多く、次いで「運動不足になった」であった。女子では、「運動不足になった」が5割を超え最も多く、次いで「ゲームやインターネットの時間が長くなった」、「睡眠時間がおかしくなった（短い、長い、昼夜逆転など）」であった。

この30日間の睡眠の質の自己評価は、男女とも「かなり良い」が最も多く、次いで「かなり悪い」が多かった。「かなり悪い」割合は、女子でやや高く、学年があがるにつれ増加傾向にあった。この30日間の平均睡眠時間は、中学1年男子を除いて、「6時間以上7時間未満」が多く、次いで中学生は「7時間以上8時間未満」、高校生は「5時間以上6時間未満」が多かった。中学1年男子は「7時間以上8時間未満」が最も多かった。この30日間の平均就寝時刻は、中学1年は「10時台」、中学2年-高校2年は「11時台」、高校3年は「0時台」が最も多かった。0時以降に就寝する割合は、学年があがるにつれ増加し、高校生では5

割前後であった。この30日間の入眠困難の頻度は、中学生は「全くなかった」、高校生は「時々あった」が最も多かった。「しばしばあった」と「常にあった」を合わせると中高男女とも1割を超え、女子で多かった。この30日間の中途覚醒の頻度は、「全くなかった」が最も多く、次いで「時々あった」が多かった。この30日間の早朝覚醒の頻度は、「全くなかった」が最も多く、次いで「めったになかった」が多かった。この30日間にいつもより生きがいを感じたかの質問は、「いつもと変わらなかった」が最も多く、次いで「あった」が多かった。「まったくなかった」は1割前後みられた。この30日間にいつもより落ち込むことがあったかについて、「あった」と「たびたびあった」を合わせると、男子3-4割、女子5割超が該当し、学年が上がるにつれ該当する割合が高くなった。

2) わが国の女性の飲酒行動に関するインタビュー調査

調査時の飲酒量が純アルコール換算140g以上で、かつ医療機関でアルコール依存症と診断されていない女性30名を本分析の対象とした。得られたデータを用いてオープンコーディングを行い、飲酒または多量飲酒につながる6つの要因に要約した。1つ目は「飲酒・酔酩が目的」であり”お酒の味が好き”、”飲酒が趣味”、”酔った感覚を求めて”、”自分へのご褒美”からなる。これらは飲酒もしくは酔酩感を得ることそのものを求めてのものである。2つ目は「手段的飲酒」であり、“仕事とプライベートの区切り”、“1日を締め”、“睡眠の導入”、“趣味のお供”、“食事の向上”、“イベントの添え物”からなる、飲酒によって何らかの価値を付加することを目的としたものである。3つ目は「ライフイベント・生活の変化」であり、“授乳期間の終了”、“子育ての完了”、“就職”、“近親者の喪失・離婚”、“車を運転しない生活”、“一人暮らし”、“自由”、“空き時間の増加”からなる、人生上で生じた何らかの出来事をきっかけとして飲酒または多量飲酒が開始したものである。4つ目は「ストレス」であり、“現実逃避の手段として”、“仕事のストレス”、“育児ストレス”、“家族関係のトラブル”、“多忙な生活”、“コロナ禍でのストレス”が挙げられた。これらのストレスを発散するため、またはストレスフルな状況から逃避する手段として飲酒が選択されていた。5つ目は「環境要因」であ

り、“夫が飲む（夫と飲む）”、“家族・友人・同僚と飲む”、“外食時”、“家族が飲酒に肯定的”、“安価・大量に入手可能”、“飲み放題”が挙げられた。これらは周囲の人間や置かれている環境が、飲酒につながりやすいもの、飲酒に肯定的なイメージを形成しやすいものであった。最後に6つ目として「習慣的」が抽出された。これは“飲酒が習慣になっている”、“キッチンドリンク”、“意識するまでもない生活の一部”、“晩酌”、“帰宅したらまず飲むもの”、“のどが渇いたとき・水の代わりに”から成る。こちらは理由があって飲酒されるのではなく、すでに生活の一部として習慣づいているものをさす。

D. 考察

1) 2021年中高生の喫煙、飲酒等生活習慣に関する全国調査

本研究では、ウェブ回答方式と紙回答方式を併用し、2021年度における、中高生の喫煙率、飲酒率、喫煙、飲酒、睡眠、その他の生活習慣の実態、新型コロナウイルス感染症対策による影響に関する全国調査を実施した。従来通りの紙回答方式であっても2017年調査よりも回答率は低く、ウェブ回答方式ではさらに低い回答率であり、わが国の中学生調査では2022年時点においても、紙回答方式の方が回答しやすい結果であった。いままでの全国調査結果と比較した場合の頻度の連続性

(今までの喫煙率や飲酒率の低下傾向の延長線上にあるかなど)や調査項目同士の相互関係の結果などから、飲酒者や喫煙者の飲酒行動や喫煙行動については、わが国の中高生の飲酒実態を把握することのできる調査であったと解釈された。したがって、過去の全国調査と比較したときに学校回答率は低い調査ではあったが、健康日本21(第2次)の評価指標を提出できる程度の調査の質は確保できたと考えられた。コロナ後の調査をするには難しい環境が続く可能性があるが、今後も全国調査を調査方法を工夫しながら継続することが重要であるといえる。

飲酒経験者における、飲酒場面、飲酒量、ビンジ飲酒、初めて飲酒した年齢、よく飲むお酒の種類は2017年調査と比較して大きく変化はなかった。酒の入手先は家にある酒や友人や知人からもらう、の頻度が増え、お酒を自分で買おうとした者が少なかった。月飲酒者においては、エナジードリンクをお酒と混ぜて飲んだ経験がある者は、月飲酒者の2-3割に上っており、より危険な飲酒パターンとして、若者に啓発す

る必要がある。

お酒を飲んだ人からイヤだと思うことをされた経験がある者の割合は、2割弱であり、受けた場所として「自分の家」が最も多くなっており、家庭内において中高生が他者の飲酒によってイヤな経験をしている現状がある。

中高生の8-9割が「テレビ」でお酒の広告(コマーシャル、CM)を見ており、大部分の中高生がテレビの広告でお酒の広告曝露を受けていることが明らかになった。タバコでは、タバコ広告曝露が「まったく見なかった、見たがどこかわからない」が6-7割である一方、お酒の広告曝露は「まったく見なかった、見たがどこかわからない」が1割に満たない結果となっており対照的であった。

紙巻タバコ経験者における紙巻タバコが買いにくなった理由では、「タバコの値段が高くなった」「年齢確認が厳しくなった」「タバコを吸える場所が減った」「自販機が使えなくなった(タスポが必要)」を挙げる者の頻度が多く、タバコ価格の上昇、年齢確認の厳格化、喫煙場所の減少は、中高生の喫煙を防止するのに一定の役割を果たしていることが示唆された。

受動喫煙の害については、紙巻タバコの受動喫煙の害の認識は、能動喫煙の害の認識に比べて低く、加熱式タバコについては、紙巻タバコよりも低い害の認識であった。受動喫煙の害についての認識を上げていくことに加え、加熱式タバコの害についても今後新たな知見の蓄積と共に、知識の普及が必要である。

本調査では、新型コロナウイルス感染症流行による良い影響、悪い影響について尋ねた。良い影響としては、「趣味や楽しみに時間が使えて良かった」、「睡眠がとれた」が多く、新型コロナウイルス感染症流行前の生活で、中高生は十分に趣味や楽しみ、睡眠にとれる時間の余裕がなかったのかもしれない。「気が楽になった」者が3割近くおり、学校生活を負担に感じている者がいることも示唆される。中高生がより良いメンタルヘルスを維持できるよう、ポスト・コロナ後の学校生活のあり方について検討が必要と考える。悪い影響としては、「運動不足になった」、「ゲームやインターネットの時間が長くなった」、「睡眠時間がおかしくなった(短い、長い、昼夜逆転など)」があり、中高生が外での活動や友人との交流が制限された中での悪影響が明らかになった。

2) わが国の女性の飲酒行動に関するインタビュー調査

飲酒につながる要因としては遺伝的要因や環境的要因、心理的要因などから多くの研究が行われてきた。ライフイベントやストレス、手段的飲酒など本研究で抽出された要因と共通

する項目も多く、それらの重要性が改めて確認できた。一方で、“車を運転しない生活”、“一人暮らし”、“自由”、“空き時間の増加”などの生活の変化や、“家族が飲酒に肯定的”、“安価・大量に入手可能”、“外食・飲み放題だと止まらない”などは本研究に特徴的な項目である。両者はアルコールへのアクセスを容易にするという点で共通している。アルコールへのアクセスについては酒類の広告自主規制はあるが十分でなく、世界保健機関 (World Health Organization, WHO) が最も費用対効果が良く、実施可能性が高い対策として提唱する“Best buys”をわが国でも導入することが女性の多量飲酒防止にも有効であろう。さらに、本研究で示された個人的な要因に対しては、多量飲酒のリスクや女性が多量飲酒になりやすい状況についての正確な情報を発信していくとともに、女性の多量飲酒を早期発見し、介入を行うのに有効な方法を開発していくことが求められるであろう。

令和4年度は、本研究の結果をもとに、女性の飲酒に関するウェブ全国調査を行い、個人的要因やアルコールへのアクセスについて、多量飲酒をしない女性との比較により、量的に分析する。

E. 結論

中高生の喫煙、飲酒等生活習慣に関する全国調査では、ウェブ回答方式と紙回答方式を併用し、2021年度における、中高生の喫煙率、飲酒率、喫煙、飲酒、睡眠、その他の生活習慣の実態、新型コロナウイルス感染症対策による影響に関する全国調査を実施した。学校回答率が低く、今回得られた飲酒率や喫煙率については、同じ中高生の中でも比較的飲酒率や喫煙率の低い集団におこなった結果であると解釈する必要がある。一方、飲酒者や喫煙者の飲酒行動や喫煙行動については、わが国の中高生の飲酒実態を把握することのできる範囲の調査であり、中高生の飲酒・喫煙対策について、必要な対策が浮かび上がった。コロナ後の調査環境も考慮にいれ、これからの調査方法の工夫の検討が必要である。

わが国の女性の飲酒行動に関するインタビュー調査では、多量飲酒のある女性にインタビュー調査を行い、女性の多量飲酒につながる要因として、「飲酒・酩酊が目的」、「手段的飲酒」、「ライフイベント・生活の変化」、「ストレス」、「環境要因」、「習慣的」の6つを抽出した。令和4年度は、女性の飲酒に関するウェブ全国調査を行い、個人的要因やアルコールへのアクセスについて量的に分析し、女性の問題飲酒を防止するための方策を提言する。

F. 健康危険情報

特記事項なし

G. 研究発表

1. 論文発表

1) Fujii M, Kuwabara Y, Kinjo A, Imamoto A, Jike M, Otsuka Y, Itani O, Kaneita Y, Minobe R, Maesato H, Higuchi S, Yoshimoto H, Kanda H, Osaki Y. Trends in the co-use of alcohol and tobacco among Japanese adolescents: periodical nationwide cross-sectional surveys 1996-2017. *BMJ Open*. 2021;11(8):e045063. doi: 10.1136/bmjopen-2020-045063.

2) Otsuka Y, Kaneita Y, Spira AP, Mojtabei R, Itani O, Jike M, Higuchi S, Kanda H, Kuwabara Y, Kinjo A, Osaki Y. Trends in sleep problems and patterns among Japanese adolescents: 2004 to 2017. *Lancet Reg Health West Pac*. 2021;9:100107. doi: 10.1016/j.lanwpc.2021.100107. eCollection 2021 Apr.

3) Otsuka Y, Kaneita Y, Itani O, Matsumoto Y, Jike M, Higuchi S, Kanda H, Kuwabara Y, Kinjo A, Osaki Y. The association between Internet usage and sleep problems among Japanese adolescents: three repeated cross-sectional studies. *Sleep*. 2021;44(12):zsab175. doi: 10.1093/sleep/zsab175.

4) Higuchi S, Osaki Y, Kinjo A, Mihara S, Maezono M, Kitayuguchi T, Matsuzaki T, Nakayama H, Rumpf HJ, Saunders JB. Development and validation of a nine-item short screening test for ICD-11 gaming disorder (GAMES test) and estimation of the prevalence in the general young population. *J Behav Addict*. 2021;10(2):263-280. doi: 10.1556/2006.2021.00041.

5) Kinoshita Y, Itani O, Otsuka Y, Matsumoto Y, Nakagome S, Osaki Y, Higuchi S, Maki J, Kanda H, Kaneita Y. A nationwide cross-sectional study of difficulty waking up for school among adolescents. *Sleep*. 2021;44(11):zsab157. doi: 10.1093/sleep/zsab157.

6) Kuwabara Y, Kinjo A, Fujii M, Minobe R, Maesato H, Higuchi S, Yoshimoto H, Jike M, Otsuka Y, Itani O, Kaneita Y, Kanda H, Osaki Y. Effectiveness of Screening and Brief Alcohol Intervention at the Workplace: A Study Protocol for a Randomized Controlled Trial at Five Japan-Based Companies. *Yonago Acta Med*. 2021;64(4):330-338.

7) 桑原 祐樹, 尾崎 米厚. 医学生 of インター

ネット嗜癖行動は思春期のインターネット使用や生活様式と関連があるか？ 横断研究. 日本アルコール・薬物医学会雑誌 2021;56(4):107-118.

2. 学会発表

1) 金城 文, 樋口 進, 尾崎 米厚. ゲーム障害
ゲーム障害の評価尺度と有病率. 日本アルコール・薬物医学会雑誌 2021;56(6):201.

2) 金城 文, 藤井 麻耶, 桑原 祐樹, 尾崎 米厚.
日本におけるハームリダクションのアディク
ション予防・治療への応用 未成年の飲酒実態
と課題. 日本アルコール・薬物医学会雑誌
2021;56(6):169.

3) 尾崎 米厚, 金城 文, 桑原 祐樹, 藤井 麻耶.
公衆衛生の観点からみたアディクション 公
衆衛生の観点からみた喫煙問題. 日本アルコール・薬物医学会雑誌 2021;56(6):148.

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