厚生労働科学研究費補助金（循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業研究事業）
Ⅰ．総括研究報告書

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　　尾﨑　米厚　鳥取大学医学部環境予防医学分野教授

研究要旨
2022年度に女性の飲酒行動の特徴を明らかにするためのウエブ全国調査を実施した。2021年度の女性の多量飲酒者に対するインタビュー調査結果の質的分析で明らかになった女性の飲酒行動の特徴を踏まえ、2022年度研究班員間の協議を重ねて調査票を開発し、ウエブ調査会社に委託し、ウエブ入力画面を開発し、2022年秋に調査を実施した。調査は、鳥取大学医学部の倫理審査委員会の審査を経て、ウエブ調査会社に委託し、ウエブ入力画面を開発し、2022年度に実施した。ウエブ調査会社が入力されたデータを回収し、個人情報を含まないデータが研究者へ供与された。女性は、20歳代から50歳代までは各10歳階級で2,500人、60歳代と70歳代は各1,000人、男性は20歳代から70歳代まで各500人に調査を実施した。

女性の飲酒パターンは、ふだん飲むお酒の種類（酎ハイ類・カクテル類やワイン）、飲酒欲求を駆り立てられる場面やお酒を飲む場面（特別な食事のとき、配偶者/パートナーといるとき）、お酒を一緒に飲む相手（配偶者/パートナー等）について、男性と異なる特徴が見られた。飲みやすい味、特別な気分や雰囲気を作るなどのお酒のもつイメージ、一緒にお酒を飲む配偶者/パートナーの存在は、わが国の女性の飲酒につながりやすいことが推察された。女性で週に1回以上飲酒する者において、不適切な飲酒者の飲酒パターンを、不適切な飲酒でない者と比較した。その結果、女性においても、不適切な飲酒者では、ふだん飲むお酒の種類（焼酎、ウイスキー）、飲酒欲求を駆り立てられる場面やお酒を飲む場面（自宅に帰ったとき、1日の仕事が終わったとき）、お酒を一緒に飲む相手（ひとりで）が、男性の飲酒パターンに近い結果であった。

調査結果から、女性の多量飲酒対策として、①．飲酒に対するポジティブなイメージの転換、②．健康診断等の機会を通して問題飲酒のスクリーニングテストを実施し、不適切な飲酒者に対する保健指導の実施、③．母子手帳交付、妊婦健診、産婦健診、赤ちゃん訪問等の場面で、問題飲酒を発見するスクリーニングテスト実施と情報提供が考えられた。特定保健指導における減酒支援の徹底と様々な場面でスクリーニングテストの実施と母子保健場面での飲酒の健康影響に関する情報提供を推進するための対策が求められる。

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）

A. 研究目的

近年、若年を中心に女性の多量飲酒問題が相対的に重要性を増している。わが国の健康日本21（第二次）では、1日当たりの純アルコール摂取量が男性で40g以上、女性20g以上の者を、生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている者と定義し、その割合の減少が目標として掲げられた。しかし、女性では頻度の減少が確認されておらず、女性の多量飲酒対策が重要になってきている。

アルコール依存症者の多くは男性であることから、多量飲酒者、依存症者に関する調査は男性を対象としたものが多く、女性の飲酒行動の特徴は十分調査されていない。女性の飲酒行動の特徴次第では、今まで男性の多量飲酒者、依存症者に対して行われてきた減酒支援や断酒支援が当てはまらないかもしれない。このように、女性の飲酒頻度や飲酒量が増加し、女性の飲酒対策が重要視される中で、女性の飲酒行動の実態を明らかにし、不適切な飲酒への対策を構築することが今後の国民の健康を維持増進するうえでは重要である。

本研究に先立ち、当研究班は、2021年度にわが国の女性の飲酒行動に関するインタビュー調査を実施した。得られたデータを分析した結果、

男性と異なる女性の飲酒目的や状況が明らかになった。これらの知見を生かして、女性の飲酒行動の特性を明らかにするための調査票を開発し、ウエブ調査を用いた大規模調査を実施した。このデータを分析することにより、女性の飲酒の特徴や、不適切な飲酒と関連する要因を分析し、女性の不適切な飲酒を防止する方策について提言する。

B. 研究方法

2022年9月29日から10月5日にウエブ調査を実施した。インターネット調査会社（楽天インサイト株式会社）に登録しているアンケートモニターで本調査に回答した者15000人を研究参加者とした。女性の20歳代から50歳代では、各10歳階級の回答者数は2,500人、女性の60歳代と70歳代は、各1,000人、男性は、20歳代から70歳代まで、各500人であった。調査終了後、インターネット調査会社が入力されたデータを回収し、個人情報を含まないデータが研究者へ供与された。

調査項目は、次の通りであった。飲酒経験、飲酒頻度、ビンジ飲酒経験、飲むお酒の種類、寝酒頻度、飲酒欲求が駆り立てられる場面、過去1年間の医療機関受診・飲酒アドバイス、アルコール使用障害同定テスト（Alcohol Use Disorders Identification Test：AUDIT）、飲酒場面、新型コロナの飲酒への影響、飲酒の理由、飲酒で起こったこと、減酒支援を受けた経験、飲酒する仕事経験、既往歴、親の飲酒、飲酒者からの嫌な経験、飲酒の害に関する知識、妊娠・出産後の飲酒状況、睡眠、喫煙、K6、新型コロナウイルス感染症の影響、社会経済要因、生理・妊娠・出産経験（女性のみ）であった。

基本集計は、性別、年代別に表を作成した。同じ年代における男女間の割合の比較、AUDIT点数群間の割合の比較には$\chi 2$検定を用いた。統計ソフトはSPSS28.0を使用した。

（倫理面への配慮）

調査の開始する際にウエブ回答画面の初めに調査の説明を表示し、調査へ同意すると回答した者に対して調査を実施した。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：22A007]。

C. 研究結果

１．性年代別、基本集計

調査参加者のうち、生涯飲酒経験ありは93.3%、過去1年に飲酒した者72.7%、1週間に1回以上飲酒する者38.3%、毎日飲酒する者12.2%であった。生涯飲酒経験ありの割合は、20代では女性の方が高かった。30～40代は男女差がなかった。過去1年に飲酒した者の割合は、20代で男女差がなかった。1週間に1回以上飲酒する者、毎日飲酒する者の割合は全ての年代で男性の方で高かった。過去30日に1日以上飲酒した者の割合は53.8%で、全ての年代で男性で高かった。過去30日に１度に純アルコールで60グラム以上相当のお酒を飲んだ（以下、機会大量飲酒という）者の割合は24.4%で、全ての年代で男性の割合が女性より高かった。

ふだん飲むお酒の種類は、女性は、20、30代では酎ハイ・カクテル類（67.8%、61.0%）が最も多く、次いでビール・発泡酒（33.9%、43.4%）、40代は酎ハイ・カクテル類52.8%とビール・発泡酒52.0%が同程度に多く50~70代はビール・発泡酒が最も多く次いで酎ハイ・カクテル類であった。酎ハイ・カクテル類は全ての年代で、ワインは30～70代でふだん飲むと答えた割合が女性の方で高かった。

飲酒欲求を駆り立てられる場面は、女性では、すべての世代で、特別な食事のときの割合が最も高かった。次いで、友人といるとき、疲れたとき、1日の仕事が終わったとき、配偶者/パートナーといるとき、嫌なことがあったとき、が20～50代で順序の違いはあるが高かった。特別な食事のとき、と回答した割合は、全ての年代で女性の方で高かった。20～60代で配偶者/パートナーといるとき、20～30代で友人といるとき、40～50代で料理をするとき、20代で嫌なことがあったとき、30代で疲れたとき、と答えた割合が女性で高かった。

アルコール使用障害同定テスト（Alcohol Use Disorder Identification Test；AUDIT）について、調査参加者全員に占める割合は、女性で8～14点（20代8.5%、30代7.3%、40代9.0%、50代6.5%、60代5.9%、70代2.6%）、15点以上（20代3.8%、30代4.2%、40代4.7%、50代3.1%、60代1.4%、70代0.6%）、男性で8～14点（20代14.0%、30代17.4%、40代15.8%、50代17.2%、60代21.8%、70代15.6%）、15点以上（20代11.4%、30代11.6%、40代11.0%、50代10.0%、60代7.8%、70代4.8%）で、すべての年代で男性の該当割合が高かった。週に1日以上飲酒する者に占める割合は、女性で8～14点（20代23.7%、30代20.9%、40代22.9%、50代16.0%、60代14.7%、70代7.1%）、15点以上（20代10.1%、30代12.9%、40代12.1%、50代7.7%、60代3.7%、70代1.8%）、男性で8～14点（20代24.4%、30代28.7%、40代24.5%、50代26.1%、60代32.8%、70代21.4%）、15点以上（20代23.9%、30代20.5%、40代19.1%、50代17.2%、60代11.7%、70代7.1%）で、すべ

ての年代で男性の該当割合が高かった。女性は8～14点、15点以上共に20～40代の該当割合が高く、男性は8～14点は60代で、15点以上は20代で該当割合が高かった。

アルコール使用障害同定テスト（Alcohol Use Disorder Identification Test；AUDIT）の項目のうち、飲酒頻度、飲酒量、機会大量飲酒の3項目で評価するAlcohol Use Disorders Identification Test–Consumption (AUDIT-C)の結果が、わが国におけるカットオフ値：女性4点以上、男性5点以上の、調査参加者全員に占める割合は、女性で4点以上（20代22.4%、30代20.9%、40代26.5%、50代24.6%、60代24.7%、70代18.1%）、男性で5点（20代22.4%、30代32.0%、40代30.6%、50代34.8%、60代36.0%、70代33.8%）で、20代と40代は男女差がなく、30代、50～70代で男性の該当割合が高かった。週に1日以上飲酒する者に占める割合は、女性で4点以上（20代58.7%、30代60.1%、40代65.7%、50代60.6%、60代62.1%、70代53.3%）、男性で5点（20代47.9%、30代55.6%、40代51.6%、50代55.7%、60代56.5%、70代49.4%）で、20代と40代は男性より女性の該当割合が高く、30代、50～70代では該当割合に男女差を認めなかった。

お酒を飲む場所は、自宅56.5%、店23.0%と答えた者の割合が高かった。店と答えた割合は、20代で男女とも高かった。お酒を飲む相手は、配偶者27.6%、ひとりで23.8%と答えた者の割合が高かった。女性は、20代では配偶者に次いで、学校の友人・学生時代の友人、パートナー、30～70代女性は配偶者に次いで、ひとりで、の順で回答割合が高かった。お酒を飲み終える時間は、21時ごろと回答した割合が最も高いが、20代男女、30代男性は22時ごろ、30代女性、40代男女、50代男性は21時ごろ、50～60代女性、60代男性は20時ごろ、70代男女は19時ごろの割合が最も高かった。お酒を購入する場所は、スーパー・ドラッグストア・量販店・ディスカウントストアが全ての年代で男女とも高かった。調査参加者全体に占める月1回以上の飲み放題メニューを利用すると回答した者の割合は4.1%で、男性の方が高く、20代が最も高かった。

生涯飲酒経験がある者のうち、新型コロナ感染拡大（2020年1月頃）前と比べ調査時(2022年)の飲酒の頻度が減ったと答えた者の割合は25.0%、飲酒の頻度が増えたと答えた者の割合は6.7%であった。新型コロナ感染拡大（2020年1月頃）前と比べ調査時(2022年)の飲酒の量が減ったと答えた者の割合は19.6%、飲酒の量が増えたと答えた者の割合は4.7%であった。

お酒を飲む理由として「ほとんどいつも」または「多くの場合」あてはまると回答された割合が、男女とも全ての年代で高かった理由は、「1.お祝いとして」であった。「4.友人と集まったとき、多くの友達がすることだから」は20代女性、20～30代男性で3割を超え、30～40代女性、40～70代男性において最も高かった。「12.楽しい気分にしてくれるから」は20～40代女性、20～60代男性で、「13.社交的な集まりをより楽しくしてくれるから」は20～30代女性、20～40代男性で2割を超えた。「31.食事をおいしくするため」は60～70代女性、50～70代男性で2割を超えた。「2.リラックスするため」は30～70代男性で2割を超えた。「10.正月などの特別な場面での決まり事だから」は30代女性、60代女性、30～70代男性で2割を超えた。

過去1年間にお酒を飲んでいる間や飲んだ後起こった出来事で該当すると回答した者の割合が高かったのは、「1.お酒を飲んだ翌朝に二日酔い(頭痛、胃の不調)になったことがある」「10.お酒を飲んだ後に、とても気持ち悪くなったり、嘔吐したことがある」であった。過去1年間に、医療関係者から飲酒量を減らすように、5分以上の指導を受けた経験がある者は少なかった。

18歳になるまでの父親の飲酒状況は「適度な飲酒」が最も多く、母親の飲酒状況は「まったく飲まない」が最も多かった。母親の「まったく飲まない」割合は、低い年代ほど低く、「適度な飲酒」や「大量飲酒」の割合は低い年代ほど高かった。親が飲酒することに対して「特になんとも思わなかった」割合が最も高かった。お酒を飲んだ人からイヤだと思うことをされた経験は約半数があると回答した。お酒を飲むことと関係すると思う病気やできごとは、「肝ぞうが悪くなる」と回答した者の割合が最も高く、次いで「急性アルコール中毒になる」「アルコール依存症になる」であった。「生まれてくる赤ちゃんの障害」は男性より女性で関係があると回答した割合が高かった。女性の「生活習慣病のリスクを高める飲酒量」を「純アルコールで20g以上」と回答したのは12.6%で男女、全ての年代で同程度であった。機会大量飲酒の影響は、「肝臓・心臓など内臓に障害をおこしやすい」「急性アルコール中毒になりやすい」「翌日、二日酔いになりやすい」と回答された割合が高く、全般的に女性で影響がある、と回答した割合が高かった。

妊娠・出産前後の飲酒状況は、「妊娠がわかったときからさかのぼって3か月の間にお酒を飲んだ」は23.4%で低い年代ほど該当する者の

割合が高かった。「妊娠がわかって以降、妊娠12週までにお酒を飲んだ」2.8%、「妊娠13週から妊娠35週までにお酒を飲んだ」2.0%、「妊娠36週から出産までにお酒を飲んだ」1.2%で、低い年代ほど該当する割合が低かった。「出産後、母乳をあげている期間にお酒を飲んだ」は4.4%と妊娠期に比べて飲酒率が高かった。

２．　女性における不適切な飲酒の飲酒実態

週1回以上飲酒する者を、AUDIT7点以下、8～14点、15点以上の3群に分けて、飲酒実態を比較した。「WHO／AUDIT（問題飲酒指標／日本語版）（千葉テストセンター））」では、AUDIT8点～14点が問題飲酒者、15点以上を依存症が疑われる、としている。

ふだん飲むお酒の種類は、どの群も酎ハイ、ビール・発泡酒が多かった。8～14点群、15点以上群は、全ての年代で焼酎とウイスキー、20～40代と60～70代でハイボール、30～40代でワイン、日本酒と回答した割合が高かった。
飲酒欲求を駆り立てられる場面について、7点以下群と比較して、8～14点群、15点以上群で該当すると回答された割合が高かった項目は、「自宅に帰ったとき」「1日の仕事が終わったとき」「料理をするとき」「友人といるとき（8～14点群）」「ドラマ、映画、動画などでお酒を飲む場面を見たとき」「テレビでお酒の宣伝を見たとき」「インターネットでお酒の広告を見たとき」「居酒屋や居酒屋の看板を見たとき」「嫌なことがあったとき」「仕事のことを考えたくないとき（家庭のことを考えたくないとき）」「疲れたとき」「気分が晴れないとき」であった。お酒を飲む場面については、飲酒欲求を駆り立てられる場面と類似した結果であった。

お酒を飲む場所について、どのAUDIT得点群も自宅での飲酒頻度が高かったが、8～14点群と15点以上群は、店での割合が高く、自宅での割合が低かった。お酒を飲む相手は、8点～14点群、15点以上群とAUDIT点数が高い群で、配偶者と回答した割合が低く、ひとりでと回答した割合が高かった。20代は8～14点群でパートナーと回答した割合が高かった。月1回以上の飲み放題メニューを利用すると回答した者の割合は、8～14点群、15点以上群とAUDIT点数が高い群ほど高かった。

新型コロナ感染拡大（2020年1月頃）前と比べ調査時(2022年)の飲酒の頻度や飲酒量が増えたと答えた者の割合は、8～14点群、15点以上群とAUDIT点数が高い群ほど高かった。

D. 考察

調査会社が持つパネルを対象にウエブ調査を実施した。研究参加者の母集団は、自発的に調査会社に登録した者であり、本研究では、各年代における女性の飲酒の男性との比較、週に1回以上飲酒する者における不適切な飲酒者（AUDIT8～14点、15点以上）と不適切な飲酒でない者（AUDIT7点以下）の比較、を行った。

女性の飲酒パターンは、ふだん飲むお酒の種類（酎ハイ類・カクテル類やワイン）、飲酒欲求を駆り立てられる場面やお酒を飲む場面（特別な食事のとき、配偶者/パートナーといるとき）、お酒を一緒に飲む相手（配偶者/パートナーなどひとりでない）について、男性と異なる特徴が見られた。甘い、フルーティなどの飲みやすいテイスト、特別な気分や雰囲気を作るなどのお酒のもつイメージ、一緒にお酒を飲む配偶者/パートナーの存在は、わが国でも女性の飲酒につながりやすいことが推察される。最近は、女性タレントが出演するアルコール飲料の広告も多いことから、女性が試しやすいスタイルと飲料が若年女性に広まってきた可能性がある。

女性で週に1回以上飲酒する者において、不適切な飲酒をする者（AUDIT8～14点、15点以上）の飲酒パターンを、不適切な飲酒でない者（AUDIT7点以下）と比較した。その結果、女性においても、不適切な飲酒者では、ふだん飲むお酒の種類のアルコール度数、飲酒欲求を駆り立てられる場面やお酒を飲む場面、お酒を一緒に飲む相手（ひとりで）が、男性の飲酒パターンに近い結果であった。飲酒欲求を駆り立てられる場面やお酒を飲む場面で、嫌なことがあったとき、気分が晴れないとき、と回答した割合も不適切な飲酒をする者で高い割合であった。加えて、AUDITが8～14点、15点以上と高い群ほど、新型コロナ感染拡大前と比べ、飲酒頻度や飲酒量が増えた者の割合が高くなっており、制限や不自由が生じた高ストレス下で、不適切な飲酒者はより不適切な飲酒行動を取ったことが示唆された。このような所見は、飲酒パターンの性差を縮小させると考えられる。女性は、男性に比べ、負の気分や感情が多量飲酒を引き起こしやすいことが示されており、その点を考慮した女性の不適切な飲酒に対する介入方法の開発が望まれる。一方、若年層で診られる飲酒行動パターンの男女差の縮小を鑑みると、性別に関係なく飲酒に対するポジティブな効果のイメージを変えていく戦略も必要となってくると考えられる。

女性に特有の妊娠・出産前後の飲酒について

は、妊娠がわかって以降出産までに飲酒した割合は低く、年代が若いほど低く、母子保健対策の効果が示唆される。一方で、妊娠が判明する前に飲酒した割合は年代が若いほど高くなっており、女性の飲酒が増加した影響と考えられる。また、出産後の授乳中の飲酒は妊娠期より高いことも踏まえ、母子保健対策に妊婦や授乳中の母親の飲酒に対する警鐘メッセージを強化する必要があると言える。

以上を踏まえて、女性の不適切な飲酒を防止するための方策で重要なのは、①飲酒に対するポジティブなイメージの転換、②健康診断等の機会を通して問題飲酒のスクリーニングテストを実施し、不適切な飲酒者に対する保健指導の実施、③母子保健活動の様々な場面で、飲酒のスクリーニングと妊娠・出産への飲酒の影響についての情報提供であるといえる。

Ｅ．結論

本研究では調査会社が持つパネルを対象にウエブ調査を行い、飲みやすいテイスト、特別な気分や雰囲気を作るなどのお酒のもつイメージ、一緒にお酒を飲む配偶者/パートナーの存在は、わが国の女性の飲酒につながりやすいことが推察された。一方、女性の不適切な飲酒者では男性の飲酒パターンに近い結果であった。女性の不適切な飲酒を防止するための対策として、飲酒に対するポジティブなイメージの転換、健康診断や妊娠～授乳期の飲酒スクリーニングと保健指導が考えられた。

Ｆ．健康危険情報

特記事項なし

Ｇ．研究発表

１．論文発表

1. Kuwabara Y, Kinjo A, Fujii M, Minobe R, Maesato H, Higuchi S, Yoshimoto H, Jike M, Otsuka Y, Itani O, Kaneita Y, Kanda H, Kasuga H, Ito T, Osaki Y. Effectiveness of nurse-delivered screening and brief alcohol intervention in the workplace: A randomized controlled trial at five Japan-based companies. Alcohol Clin Exp Res. 2022;46(9):1720-1731.

2. Kinjo A, Kuwabara Y, Fujii M, Okada T, Shimogawa K, Minobe R, Maesato H, Higuchi S, Osaki Y. Alcohol's harm to others in Japan: Different rates for different relationships to the drinker in a 2018 national survey. Drug Alcohol Rev. 2023 ;42(2):456-466.

3. 桑原祐樹．UP DATE 新型タバコ-COVID-19 も絡むタバコ問題の今 UP DATE 中高生における新型タバコ使用．公衆衛生 2022;86(2):123-131.

4. 尾﨑米厚．新型たばこの使用実態と健康影響．鳥取県西部医師会報 2022;221:36-38.

5. 金城文、真栄里仁、桑原祐樹、藤井麻耶、尾﨑米厚．アディクションの現状．精神科 2022;40(5):622-630.

6. 真栄里仁．コロナ禍における依存症～アルコール関連問題～．産業ストレス研究 2022 ; 29(4):339-347.

２．学会発表

1. 吉田 啓太, 神田 秀幸, 久松 隆史, 桑原 祐樹, 金城 文, 吉本 尚, 伊藤 央奈, 春日 秀朗, 美濃部 るり子, 真栄里 仁, 地家 真紀, 松本 悠貴, 大塚 雄一郎, 井谷 修, 兼板 佳孝, 樋口 進, 尾崎 米厚. 中高生全国調査による酒類広告の曝露と月飲酒の関連. Journal of Epidemiology 2023;33(Suppl.1):133.

2. 桑原 祐樹, 金城 文, 尾崎 米厚. 中高生の受動喫煙の年次推移と喫煙行動との関連. Journal of Epidemiology 2023;33(Suppl.1):96.

3. 春日 秀朗, 金城 文, 兼板 佳孝, 神田 秀幸, 井谷 修, 真栄里 仁, 地家 真紀, 吉本 尚, 伊藤 央奈, 大塚 雄一郎, 美濃部 るり子, 桑原 祐樹, 尾崎 米厚. 女性の多量飲酒につながる要因についての質的分析　成人女性に対するインタビューから. 日本公衆衛生学会総会抄録集 2022;81:319.

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