

アルコール問題を  
持つ方のご家族の  
現状と支援に関する  
調査報告



独立行政法人国立病院機構

久里浜医療センター

National Hospital Organization KURIHAMA Medical and Addiction Center

# はじめに

## ～冊子を手にした方々へ～

アルコール問題を持つ方のご家族は様々な負担を抱えています。

平成20年にアルコール問題を持つ方のご家族を対象として行われた調査では、約3割のご家族は自らの精神的又は身体的問題を抱えるようになった、と報告されました。

当時の調査から20年近くが経過し、アルコールの問題を相談できる場所や、治療施設、回復施設は増加してきました。

そのような中で、ご家族の精神的な健康や身体的な健康、経済的な問題はどのようなか、その現状を把握し、よりよい支援を模索する必要がでてきました。

この冊子は、アルコールの問題をもつご家族の状況やニーズを把握する目的で令和7年に厚生労働省からの補助を受けて久里浜医療センターが実施したアンケート調査の結果です。

第一章では、アルコール問題を持つ方のご家族や依存症を抱える当事者の特徴、そしてご家族がご家族自身の抱えている困りごとや、身体的・精神的問題、経済的困難についての調査結果を記しています。また、親がアルコール問題を持つ場合の子どもに対する影響についての調査結果も記しました。

第二章では、アンケートに回答して下さったご家族の方の声を科学的な手法を用いてまとめた結果を記しています。

最後に、この冊子を手にした方々へ

アルコール問題を持つ方のご家族が直面する問題は、多様で困難なものが多いです。本調査を通して、ご家族への理解が深まるとともに、よりよい家族支援のための一助になりますと幸いです。

独立行政法人国立病院機構  
久里浜医療センター  
遠山 朋海

## アンケート調査の概要

### 調査の対象となったご家族

このアンケートは、全国の98のアルコール依存症専門医療機関に訪れたアルコール問題を抱える方のご家族で、18歳以上の方を対象に回答の協力を依頼しました。当事者の通院の付き添い(初診・再診)、入退院時の付き添い、入院時の面会、医療機関で行われている家族会への参加、当事者についての相談で専門医療機関を訪れたご家族の方にアンケートを配布しました。

### アンケートの配布期間

令和7年4月7日から同年7月18日までに配布を行いました。

### アンケートの調査項目

アンケートの調査項目は以下の通りです。

- ①回答者の性別、年齢、当事者との関係
- ②当事者の性別、年齢、治療状況、飲酒状況
- ③家族のアルコール問題による困りごと
- ④家族の精神的健康
- ⑤家族の身体的健康
- ⑥家族の経済的困難感
- ⑦当事者の子どもが18歳までに行った当事者への世話の種類・当事者から受けた影響
- ⑧自由記述



なお、このパンフレットでは、上記項目の結果をすべて記載しているわけではありません。主要な項目のみを、ご報告していることにご留意ください。

### 回収数と有効回答数

回収数は合計1,158件で、集計に使用した件数は合計1,138件でした。

## 目次

第一章:アルコール問題を持つ方のご家族の現状の調査結果	6.ご家族の経済的な困難感	11ページ
1.「アルコール問題を持つ方のご家族」は、どのような人たちか?	7.依存症当事者の親をもつ子どもが行ってきた世話の種類	12ページ
..... 4ページ	.....	.....
2.「アルコール問題を持つ方」は、どのような人たちか?	8.依存症当事者の親をもつ子どもが当事者から受けた影響	13ページ
..... 5ページ	.....	.....
3.ご家族はどのようなアルコールの問題に困っているのか?	第二章:アルコール問題を持つ方のご家族の声	
..... 6・7ページ	1.アルコール問題を持つ方のご家族の「声」の分析	14・15ページ
4.ご家族の精神的な健康状態(抑うつ・不安・自殺念慮)	.....	.....
..... 8・9ページ		
5.ご家族の身体的な健康状態	.....	10ページ

# 1 「アルコール問題を持つ方のご家族」は、 どのような人たちか？

今回のアンケートに回答して下さったご家族の特徴

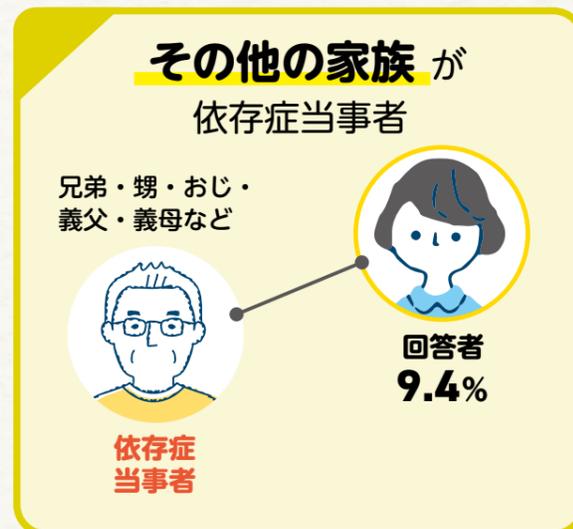
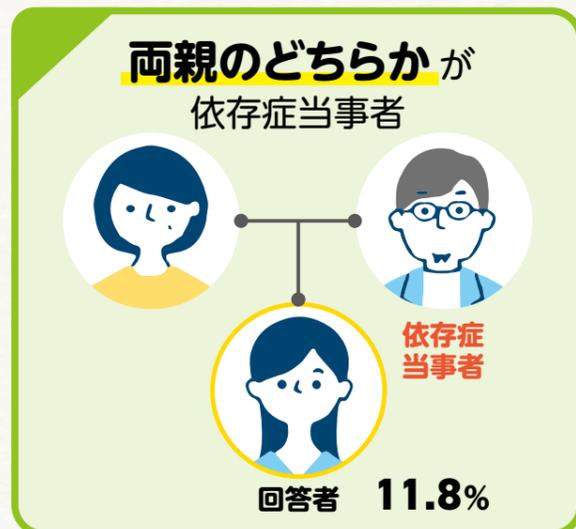
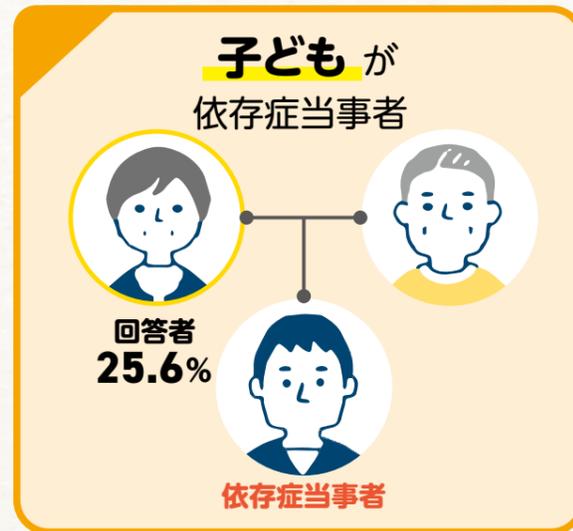
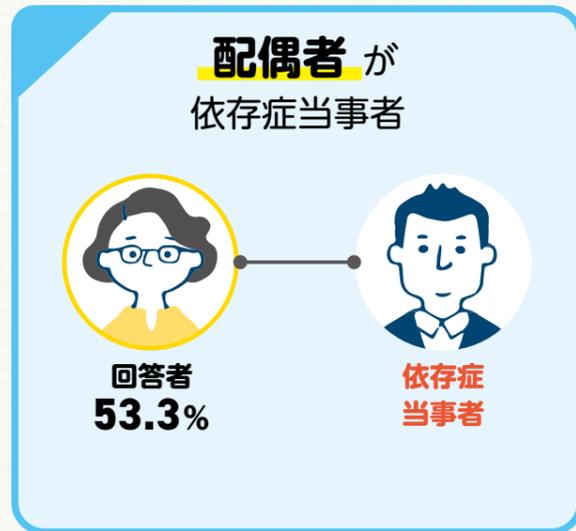
ご家族の**平均年齢**

**59.47歳**

**女性**の割合

**83%**

アルコール問題を持つ方との関係性は、「自分の配偶者」（全体の53.3%）が最も多かったです。回答者は女性が多数を占めていたため、夫が依存症当事者である方の回答が多かったことがわかりました。また、子どもが依存症当事者である方（特に母親）も多かったです。



# 2 「アルコール問題を持つ方」は、 どのような人たちか？

今回のアンケートでの当事者の特徴

当事者の**平均年齢**

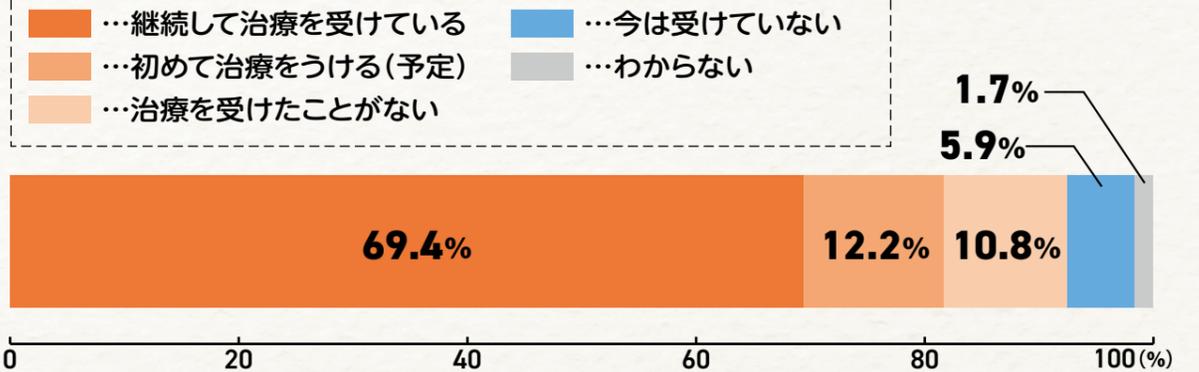
**56.72歳**

**男性**の割合

**85%**

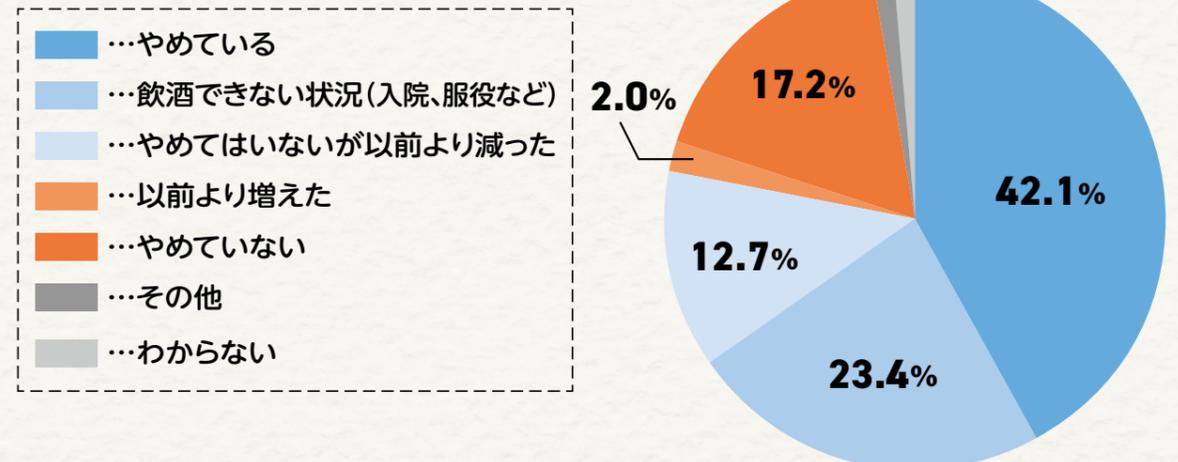
当事者の年齢は中高年層が多く、男性が大多数を占めていました。

## 当事者の治療状況



## アルコール問題を持つ方の現在の飲酒状況

現在の飲酒状況はやめている状況にある方が**65.5%**いる一方で、**19.2%**の方がやめていない状況にあることがわかりました。また、「やめてはいないが以前より減った」方も12.7%いることがわかり、アルコール問題を持つ方の飲酒状況は多様であることが伺えました。



# 3

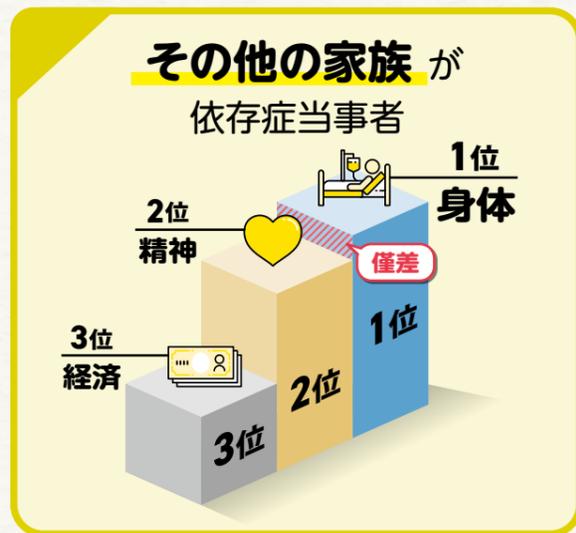
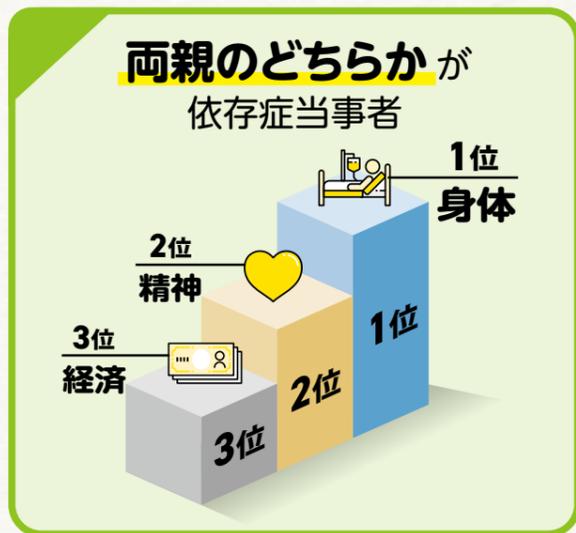
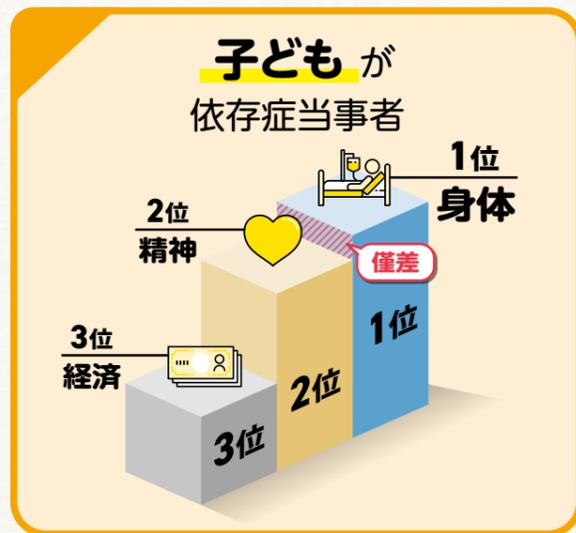
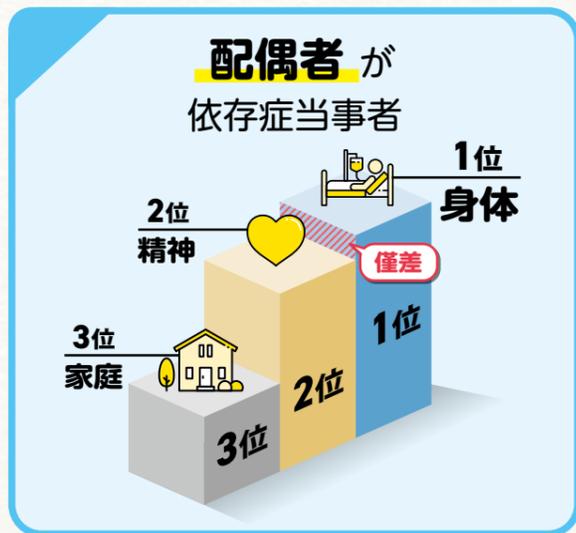
## ご家族はどのようなアルコールの問題に困っているのか？

ご家族が困っているアルコール依存症当事者の問題について質問しました。

代表的な  
5つの  
困りごと

- 1 **身体的問題** (肝炎などの身体の病気・身体機能の低下など)
- 2 **精神的問題** (うつ・不安・睡眠障害・物忘れなど)
- 3 **社会的問題** (飲酒運転、学業への影響、仕事への影響など)
- 4 **家庭の問題** (家庭不和・DV・別居など)
- 5 **経済的問題** (求職、失業、収入の低下など)

上の5つの代表的な困りごとの中から、特に困っている問題を3つ選んでもらいました。



関係性に関わらず、ご家族はアルコール問題を持つ方の「身体的問題」に最も困っており、次に少しの差で「精神的問題」に困っていることがわかりました。

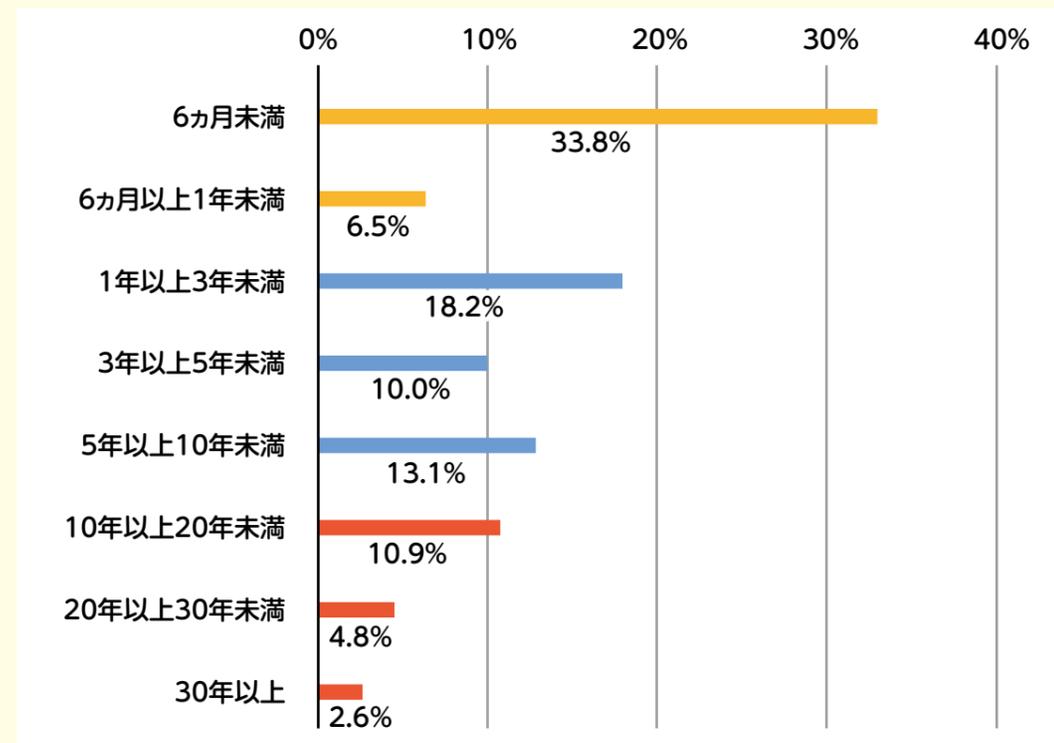
配偶者が依存症当事者の場合には、3番目に「家庭の問題」が選ばれましたが、そのほかの関係性では「経済的問題」が選ばれました。

アルコール依存症は「お酒がやめられない、飲みすぎてしまう」症状だけでなく、身体の病気をひんぱんに伴います。そのため、精神科以外への通院や入院も多く、ご家族はアルコール問題を持つ方の身体的問題に最も困っていることが伺えます。



COLUMN  
コラム

### 家族が専門医療機関につながるまでの期間



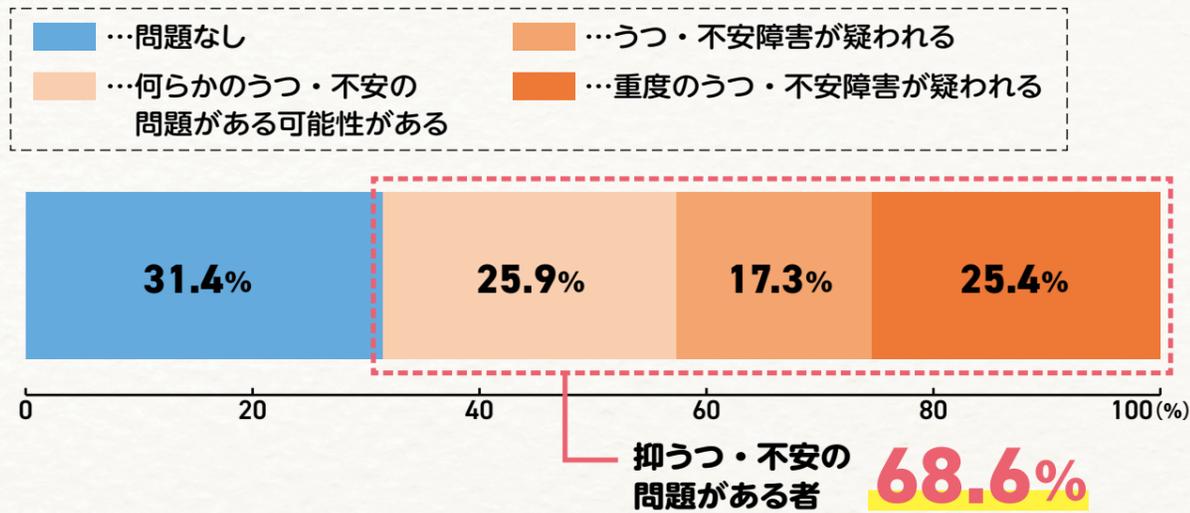
ご家族がアルコール問題を持つ方のアルコール問題に気が付いてから、専門医療機関につながるまでにかかった期間を伺いました。その結果、6か月未満と早い段階で治療につながる方が33.8%と最も多い一方、10年以上かかった方が18.3%もいることがわかりました。

# 4

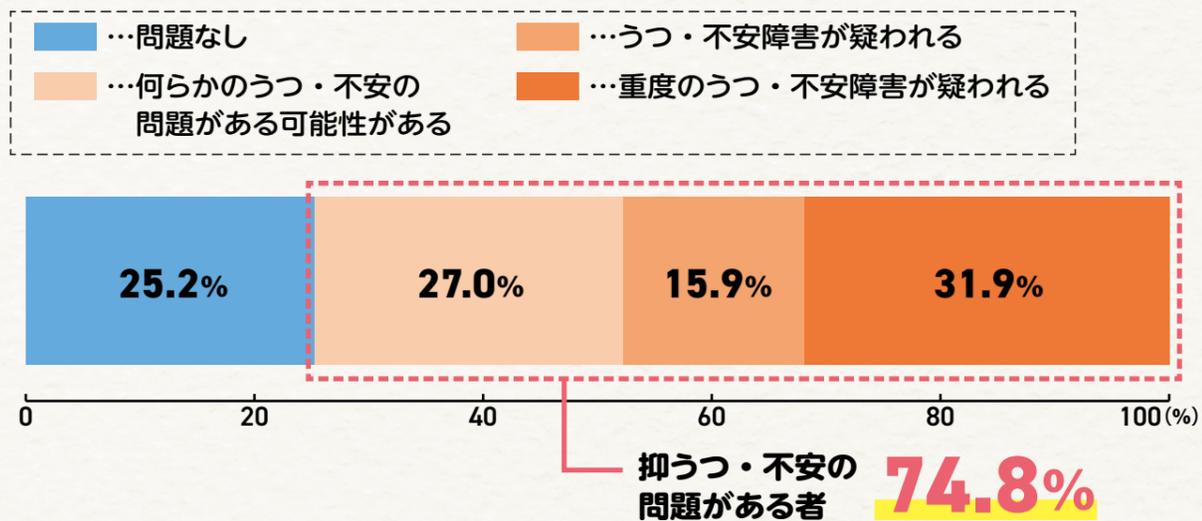
## ご家族の精神的な健康状態 (抑うつ・不安・自殺念慮)

ご家族の精神的健康状態について、K6\*という、「抑うつ・不安の程度を測定する」質問項目を使ってみました。

ご家族の性別が**男性**の場合、「抑うつ・不安の問題がある」者が全体の**68.6%**と高い値を示しました。



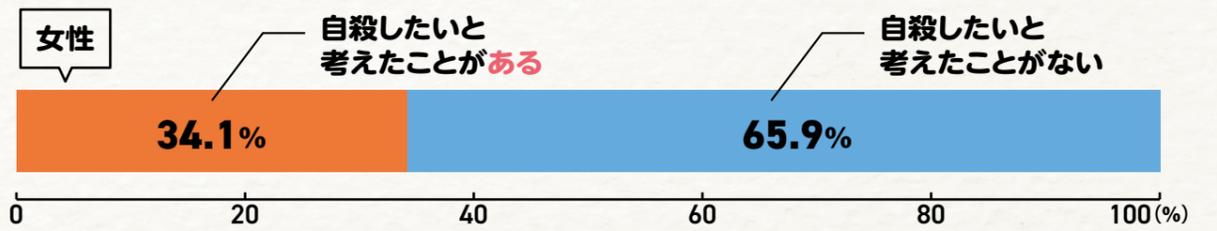
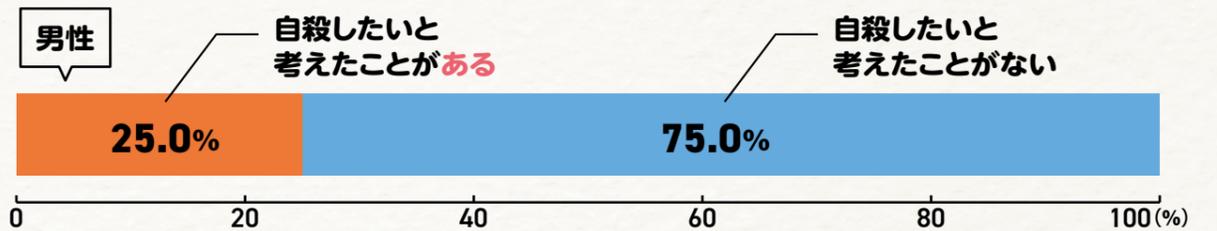
ご家族の性別が**女性**の場合、「抑うつ・不安の問題がある」者が全体の**74.8%**でした。そのうち、**31.9%**が「重度のうつ・不安障害が疑われる」結果となりました。



\* K6: (Kessler Psychological Distress Scale: 6項目心理的苦痛尺度) 古川壽亮・川上憲人・斎藤万比古・小野善郎・中根允文・中村由嘉子ほか (2003) 「一般人口中の精神疾患の簡便なスクリーニング尺度—K6・K10 日本語版の信頼性・妥当性の検討—」『精神神経学雑誌』105, 114-124.

ご家族の自殺念慮(自殺したいと思う気持ち)の経験についてたずねました。

男性の**25.0%**、女性の**34.1%**が「自殺したいと考えたことがある」と回答しました。



抑うつ・不安の問題があるご家族が7割以上と非常に多いことがわかりました。また、男性では25%、女性では34%以上の方に自殺念慮の経験があり、精神的な苦痛を感じていることが伺えます。このことから、ご家族自身への心のケアが必要であると考えられます。

**COLUMN**  
コラム

### 全国の住民調査による「抑うつ・不安の程度」

問題なし	…うつ・不安障害が疑われる	…何らかのうつ・不安の問題がある可能性がある	…重度のうつ・不安障害が疑われる	4.2%(不詳)
70.9%	15.7%	6.5%	2.7%	4.2%
抑うつ・不安の問題がある者 <b>24.9%</b>				

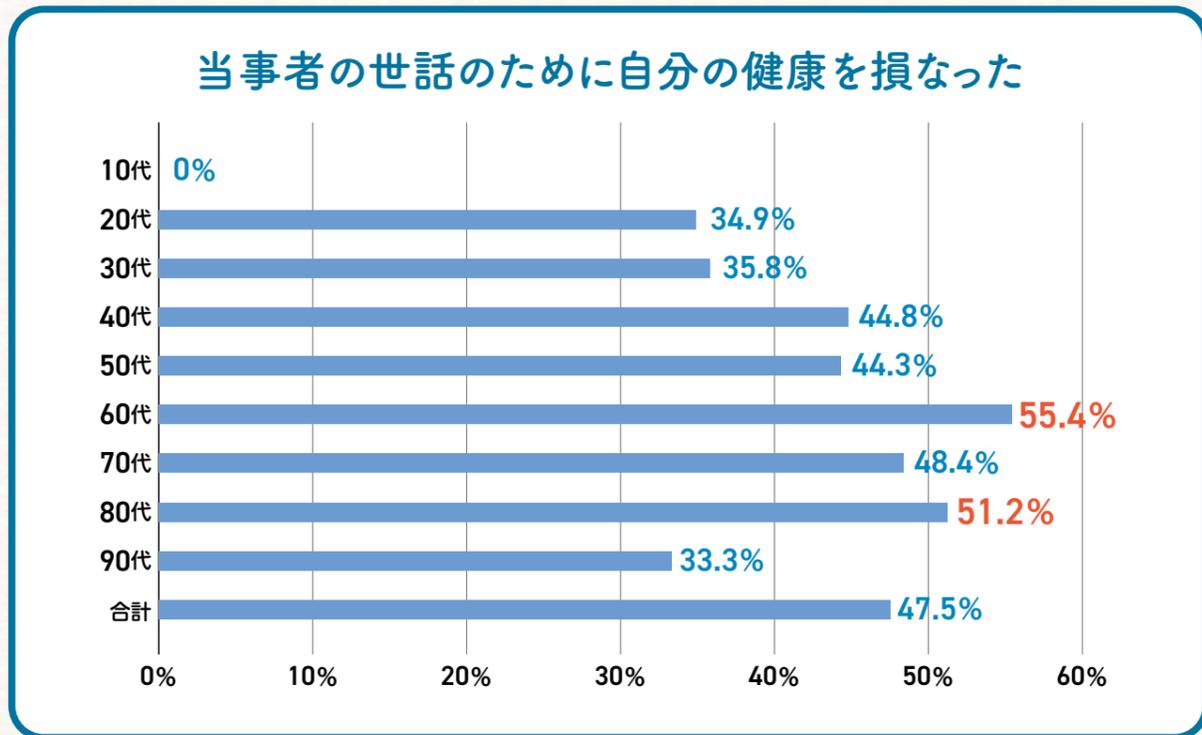
一般住民の「抑うつ・不安の程度」と比べると、アルコール問題をもつ方のご家族に抑うつ・不安の問題を抱えている方が多いことがわかります。  
なお、**精神障害をお持ちの方のご家族の73.3%に抑うつ・不安の問題がある**とされており、これはアルコール問題を持つ方のご家族と同等の高い値でした。

# 5

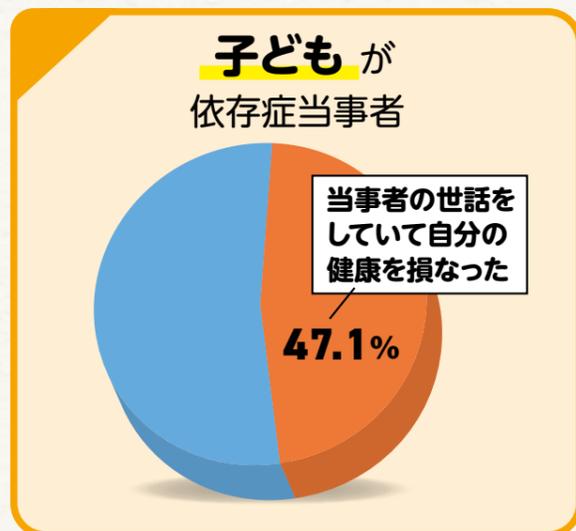
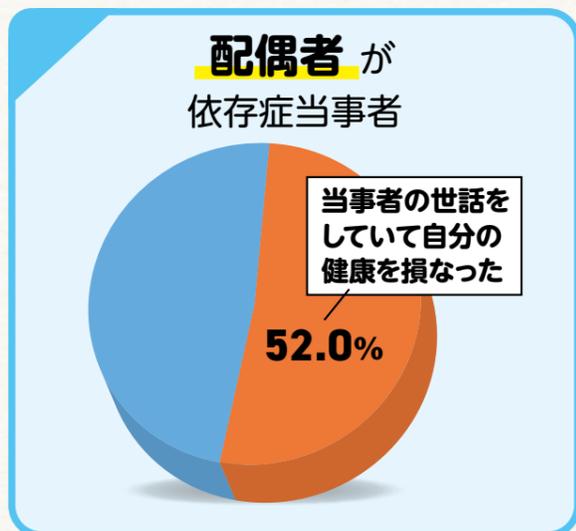
## ご家族の身体的な健康状態

ご家族が「当事者の世話をしている自分の健康を損なったか」たずねました。

「いつも思う」「よく思う」「ときどき思う」のいずれかを選んだ方の、年齢別の割合はそれぞれ以下のとおりです。



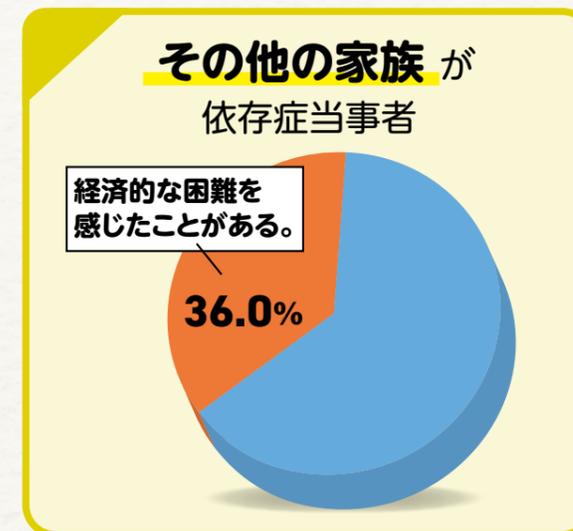
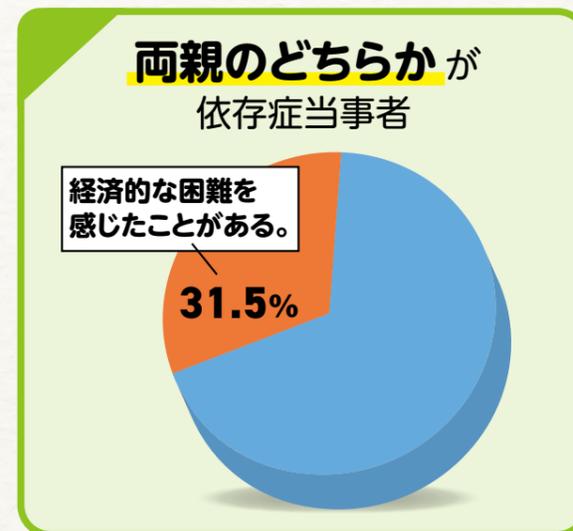
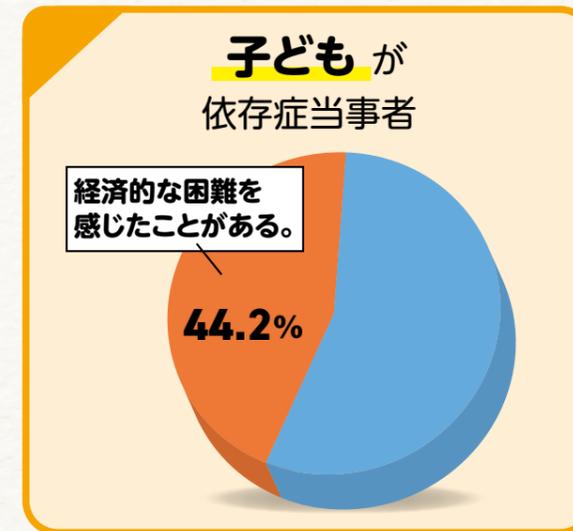
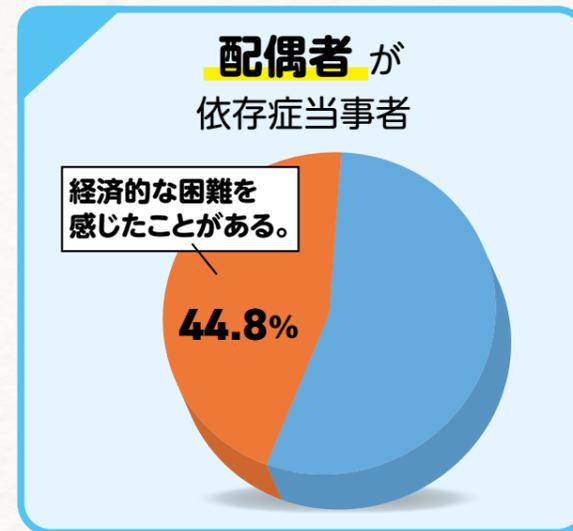
特に、ご家族も依存症当事者も高齢の夫婦の場合や、高齢のご家族が子どもの世話をしている場合に、自分の健康を損なうことが多い可能性があります。



# 6

## ご家族の経済的な困難感

当事者のアルコール問題が起こってから「経済的な困難を感じたこと」があるかたずねました。



特に、配偶者が依存症当事者の場合と、子どもが依存症当事者の場合に、経済的な困難が生じたことがあるの回答が多かったです。これは、依存症当事者が家計を支える役割を担えなくなってしまったり、依存症のため子どもが就業できず、生活費を家族である親が支払っているなどの場合が考えられます。



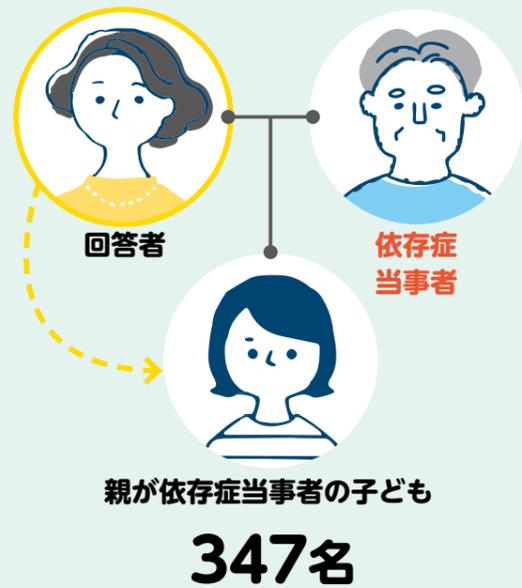
# 7

## 依存症当事者の親をもつ子どもが行ってきた世話の種類

「親が依存症当事者の子ども」がいて、親から良くない影響を受けた場合に、どのような世話を行ってきたかについてたずねました。

「親が依存症当事者の子ども」についての回答は、以下の2パターンに分けました。

回答者が**子ども自身ではない**

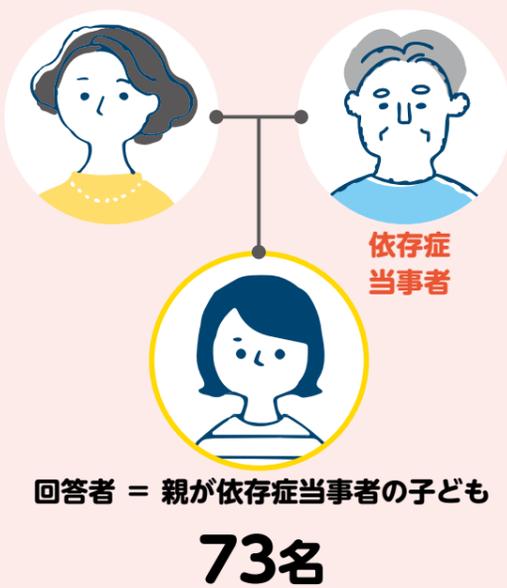


例：依存症当事者が夫で**回答者は妻**。  
子どもがいるため、その子どものことについて回答している。

当事者の世話の内容	
1位	感情面のサポート (愚痴を聞く、話し相手になるなど)
2位	見守り
3位	家事 (食事の準備や家事、洗濯)
4位	通院の付き添い
5位	外出の付き添い (買い物、散歩など)

※集計から除外：「あてはまるものはない」を選択(61%)

回答者が**子ども自身**



例：依存症当事者が自分の父親か母親で自分はその子ども。  
自分のことについて回答している。

当事者の世話の内容	
1位	感情面のサポート (愚痴を聞く、話し相手になるなど)
2位	家事 (食事の準備や家事、洗濯)
3位	見守り
4位	金銭管理
5位	外出の付き添い (買い物、散歩など)

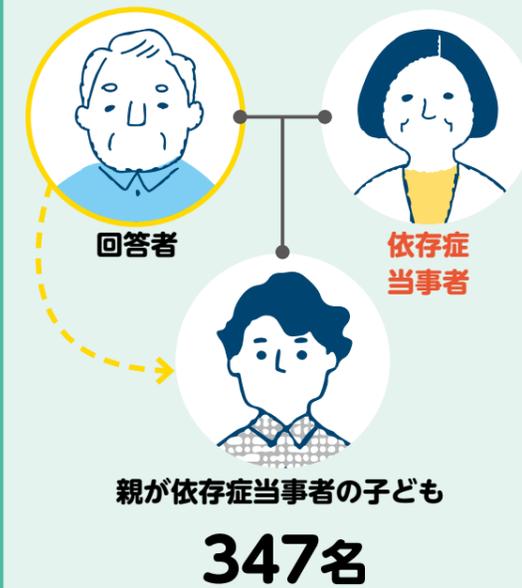
※集計から除外：「あてはまるものはない」を選択(38%)

# 8

## 依存症当事者の親をもつ子どもが当事者から受けた影響

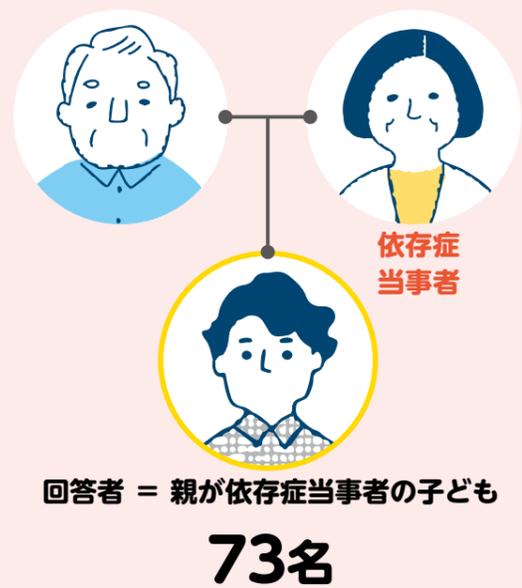
「親が依存症当事者の子ども」がいて、親から良くない影響を受けた場合に、当事者のアルコール問題からどのような影響を受けたかたずねました。

回答者が**子ども自身ではない**



当事者から受けた影響	
1位	こころの不調があらわれた
2位	当事者から暴言・暴力をふるわれた
3位	こどもらしくいられなかった
4位	からだの不調があらわれた
5位	勉強に支障がでた

回答者が**子ども自身**

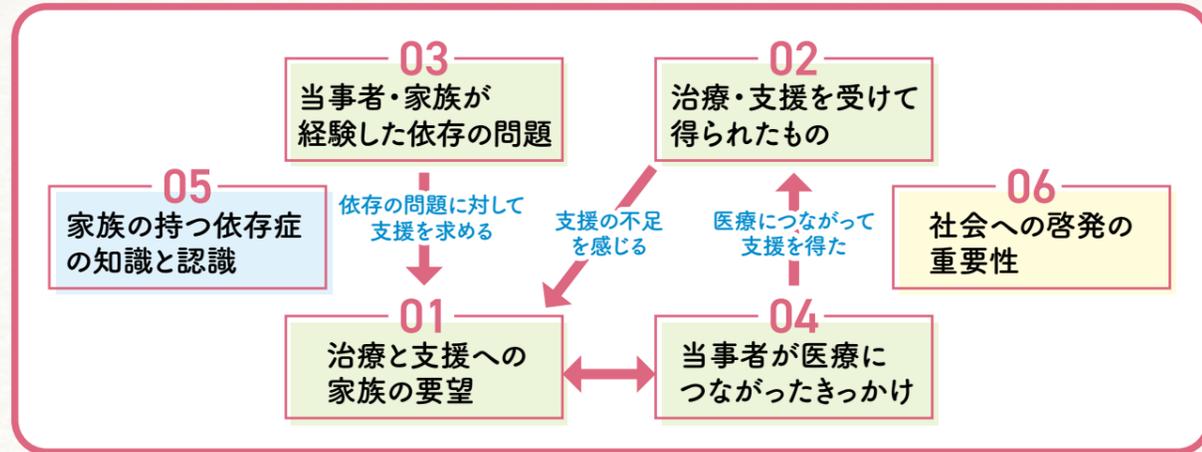


当事者から受けた影響	
1位	当事者から暴言・暴力をふるわれた
2位	こころの不調があらわれた
3位	こどもらしくいられなかった
4位	からだの不調があらわれた
5位	友達ができにくかった

世話の内容は、親が依存症当事者の子ども自身は「家事」を選んだ方が多くみられました。「感情面のサポート」も多く選ばれ、目に見えない部分での負担があることがわかります。当事者から受けた影響では「暴言暴力・こころの不調・こどもらしくいられない」など、身体的・心理的な影響があることがわかります。親が依存症者の子どもへのサポートが必要であることが伺えました。

# 1 アルコール問題を持つ方のご家族の「声」の分析

今回のアンケートで自由記述に答えて下さった方の「声」を、科学的な手法を用いて分析しました。その結果を6つの大きな「声」にまとめました。



## 01 治療と支援への家族の要望

- 家族が希望する治療に対応してほしい
  - ▶▶ 服薬治療をしてほしい、断酒治療をしてほしい
- 現状の治療システムや支援者への批判と不満
  - ▶▶ やっとの思いで外来に連れて行ったのだから、もう少し話を聞いてほしかったし、何とか治療につなげてほしかった
- 医療・相談機関の拡充と連携強化をしてほしい
  - ▶▶ 依存症者のための病院同士の連携やサポートの体制強化を希望する
- 当事者や家族への公的な支援を望む
  - ▶▶ 当事者が自活できるような回復場所がほしい・作ってほしい

## 02 治療・支援を受けて得られたもの

- 家族として当事者が回復することを願っている
  - ▶▶ 一日も早く退院できるよう祈っている
- 自助グループに参加してよかったことと、参加へのためらい
  - ▶▶ 家族会への参加・他の参加者との共有が自身の参考になる
- 支援への感謝と心境の変化
  - ▶▶ 自分自身が楽しく過ごせることが大切だと思っている
- 当事者の治療はうまくいっている
  - ▶▶ 友人と話すことや病院の家族会、ワーカーの助言により気持ちが落ち着いてきている

## 03 当事者・家族が経験した依存の問題

- 依存症の当事者家族への影響の不安
  - ▶▶ 両親とも高齢なため、今後どこまで当事者を支えられるか不安がある
- 当事者の治療がうまくいかないことへの不安とあきらめ
  - ▶▶ 自分にも家庭があるので疲れて見放したい気持ちがある
- 当事者の犯罪・迷惑行為によって困った
  - ▶▶ 暴言・暴力・物を壊すなどの被害を私や家族が受けた
- 飲酒によって当事者が様々な問題を抱えている
  - ▶▶ 当事者が数か月入浴していない
  - ▶▶ 飲酒のせいで認知機能の低下がある
- 当事者が周囲の助言を聞かず困っている
  - ▶▶ 病院側も一生懸命治療してくれているのに、本人の考えが変わらない
- 当事者とのコミュニケーションがうまくいかない
  - ▶▶ 言葉のキャッチボールができないことに困っている
- もっと早く問題に気づいていれば当事者の苦しみを軽減できたかもしれない
  - ▶▶ もっと早く依存症のことを知っていたら、身体へのダメージも防げたのではと後悔

## 04 当事者が医療につながったきっかけ

- 様々なきっかけで当事者が医療につながった
  - ▶▶ 異常に変化している当事者に家族が困って病院に行った
  - ▶▶ 紹介を受けて今の病院につながった

## 05 家族の持つ依存症の知識と認識

- 家族の語る依存症の知識と認識
  - ▶▶ アルコール依存症は恐ろしい問題があるとたくさんの方に認知してもらいたい
  - ▶▶ 家で飲むだけならば許したいが断酒の妨げになるのではと悩む

## 06 社会への啓発の重要性

- 日本の寛容な飲酒文化への危機感
  - ▶▶ 社会の飲酒許容文化とのズレにもどかしさを感じる
- 社会への啓発を進めて、偏見を解消してほしい
  - ▶▶ アルコール依存についての社会の理解が乏しい

# さいごに

## より詳細な結果と依存症対策全国センター(NCASA)について

本研究のより詳細な結果については、電子版の「概要報告書」  
をご覧ください。

<https://www.ncasa-japan.jp/pdf/document113.pdf>

概要報告書は  
こちら



「依存症全国センター (NCASA)」のHPでは依存症の理解や  
支援に関する情報が掲載されています。

<https://www.ncasa-japan.jp>

ホームページは  
こちら



## アルコール関連問題をもつ人の実態とニーズに関する調査 関係者一覧

### 【研究責任者】

遠山 朋海 (独立行政法人国立病院機構久里浜医療センター 精神科医長)

### 【共同研究者】

浦山 悠子 (独立行政法人国立病院機構久里浜医療センター臨床研究部)

柴山 笑凜 (独立行政法人国立病院機構久里浜医療センター臨床研究部)

古賀 佳樹 (独立行政法人国立病院機構久里浜医療センター臨床研究部)

高橋 陽介 (独立行政法人国立病院機構久里浜医療センター医療福祉相談室)

辻本 耐 (独立行政法人国立病院機構久里浜医療センター臨床研究部 / 南山大学倫理研究所)

新田 千枝 (独立行政法人国立病院機構久里浜医療センター臨床研究部 / 筑波大学医学医療系)

柴崎 萌未 (独立行政法人国立病院機構久里浜医療センター臨床研究部)

松下 幸生 (独立行政法人国立病院機構久里浜医療センター院長)

前園 真毅 (独立行政法人国立病院機構久里浜医療センター医療福祉相談室)

### 【本パンフレット作成協力者】

金森 泰子 (当事者ご家族) 相澤 八千代 (当事者ご家族) 白井 明美 (当事者ご家族)

この冊子は、厚生労働省令和7年度「依存症に関する調査研究事業」の補助を受けて作成されました。

### アルコール問題を持つ方のご家族の現状と支援に関する調査報告

印刷・発行日：2026年2月12日

編 集：久里浜医療センター 臨床研究部  
〒239-0841 神奈川県横須賀市野比5-3-1  
<https://kurihama.hosp.go.jp/>

照 会：046-813-1080(直通) [平日9:00～17:00]  
臨床研究部

印刷・製本：株式会社コトブキ企画