

令和6年度 依存症に関する調査研究事業

「飲酒と生活習慣に 関する調査」報告書

令和8年3月



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

令和6年度 依存症に関する調査研究事業

「飲酒と生活習慣に 関する調査」報告書

令和8年3月

独立行政法人国立病院機構

久里浜医療センター

目次

第1章

調査の概要	1
1.1 調査背景・目的	2
1.2 用語の説明	3
1.3 調査の内容	4
1.4 調査方法	5
1.5 回収率および無効回答の定義	5
1.6 年齢調整	5

第2章

飲酒と生活習慣に関する調査 (面接)	7
2.1 調査目的	8
2.2 調査方法	8
2.3 ドリンクの換算方法	10
2.4 分析方法	10
2.5 調査結果	11
2.5.1 回答者の基本属性・背景情報	11
2.5.2 飲酒行動 (面接)	17
2.5.3 生活習慣病のリスクを高める飲酒者について	27
2.5.4 アルコール健康障害のリスクに関連する要因	30
2.5.5 「ICD-10診断基準における 生涯においてアルコール依存症が疑われる者」の割合の推計	36
2.5.6 本章まとめ	39

第3章

飲酒と生活習慣に関する調査（記入式アンケート）	41
3.1 調査目的	42
3.2 調査方法	42
3.3 一部項目の集計対象者（AUDIT集計対象者）について	43
3.4 分析方法	43
3.5 調査結果	44
3.5.1 飲酒行動（記入式アンケート）	44
3.5.2 アルコールに関する相談先や知識	51
3.5.3 過去1年間においてアルコール使用障害が疑われる者の割合の推計	54
3.5.4 AUDIT15点以上の者の飲酒行動について	58
3.5.5 飲酒動機	61
3.5.6 AUDIT得点区分と関連問題	63
3.5.7 DSM-5に準拠したアルコール使用障害のスクリーニングテスト	71
3.5.8 薬とアルコールの同時摂取経験	72
3.5.9 本章まとめ	73

第4章

本調査におけるアルコール依存症または アルコール使用障害が疑われる者の推計について	75
4.1 ICD-10診断基準における生涯において アルコール依存症が疑われる者の割合の推計について（年齢調整後）	77
4.2 過去1年間において アルコール使用障害が疑われる者の割合の推計について（年齢調整後）	78

第5章

全体考察	79
巻末資料	83
面接票付録	88
自記式アンケート票付録	93



第 1 章

調査の概要

1.1 調査背景・目的

わが国では、アルコール健康障害の発生、進行および再発の防止、およびアルコール健康障害を有する者などに対する支援の充実のため、平成26年6月、「**アルコール健康障害対策基本法（平成25年法律第109号）**」（以下、基本法）が施行された。これに基づき、政府は「**アルコール健康障害対策推進基本計画**」（以下、基本計画）を策定し、必要があると認めるときには少なくとも5年ごとに見直しを図ることとなっている。令和7年度3月現在、「第2期基本計画」（令和3年4月閣議決定）が進行中であり、加えて、「第3期基本計画」への改訂へ向けた議論が行われている。また、**基本法24条には「（調査研究の推進等）国及び地方公共団体は、アルコール健康障害の発生、進行及び再発の防止並びに治療の方法に関する研究、アルコール関連問題に関する実態調査その他の調査研究を推進するために必要な施策を講ずる」とある。**

こうした法的枠組みを背景に、わが国において、ひろく国民におけるアルコール健康障害の実態把握を目的として、住民基本台帳に基づく無作為標本抽出による住民調査（調査員が対象者の住居まで訪問して行う面接調査）が、2003年から約5年おきに実施されてきた。2022年度にも同様の調査が行われたものの、当該年度はインターネットリサーチ会社に登録されたモニターを対象とした、従来とは異なる調査方法による実施であった。そのため、調査員による訪問面接調査を伴う住民調査としては、2018年度が直近の実施となっている。

以上のことから、令和6（2024）年度において、独立行政法人国立病院機構久里浜医療センター（以下、久里浜医療センター）が、厚生労働省の補助を受け「令和6年度依存症に関する調査研究事業」の一環として「**飲酒と生活習慣に関する調査**」（以下、本調査）を実施した。本調査では、住民基本台帳に基づく無作為標本抽出により日本国籍を持つ成人8,000名を対象とし、調査員が対象者の住居まで訪問して行う面接調査と、対象者が自ら記入し回答する自記式アンケート調査を行った。

本調査は基本法等において必要性が指摘されている全国実態調査という位置づけであり、今後の基本計画の施策立案などに資する基礎資料を得るため、現時点における国民の飲酒実態、およびアルコール依存症が疑われる者の割合やその特徴を明らかにすることを目的とする。

1.2 用語の説明

「アルコール健康障害」とは、基本法に定められている法律用語である。基本法では、アルコール依存症その他の多量の飲酒、二十歳未満の者の飲酒、妊婦の飲酒等の不適切な飲酒の影響による心身の健康障害と定義されている。また、第3条では、「アルコール健康障害対策を実施するに当たっては、アルコール健康障害が、飲酒運転、暴力、虐待、自殺等の問題に密接に関連することに鑑み、アルコール健康障害に関連して生ずるこれらの問題の根本的な解決に資するため、これらの問題に関する施策との有機的な連携が図られるよう、必要な配慮がなされるものとする」とされており、飲酒運転、暴力、虐待、自殺等の問題が飲酒に関連した問題であると考えられている。

このように、「**アルコール健康障害**」は医学的に定義された疾病とは異なる概念であるが、アルコール健康障害に相当する精神医学上の疾病としては、世界保健機構 (WHO) の国際的な疾病分類である国際疾病分類第11回改訂版 (International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems 11th Revision: ICD-11) や、アメリカ精神医学会 (APA) による精神疾患の診断基準・診断分類である DSM-5-TR (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders fifth edition text revision) の「**アルコール使用症**」が存在し、適切な治療や支援によって回復可能な疾患と位置付けられている。

本調査の質問票では、質問内容の意図を対象者によりわかりやすく伝えるため、質問項目では「**アルコール依存**」ならびに「**アルコール依存症**」を用いた。また、本報告書において、スクリーニングテスト AUDIT (Alcohol Use Disorders Identification Test) を用いた調査結果を説明する箇所では、「**アルコール使用障害**」と表記を統一した。したがって、これ以降、本報告書では「アルコール健康障害」、「アルコール依存 (症)」、「アルコール使用障害」と3つの表現を含んでいる。

1.3 調査の内容

(1) 本調査の全体像

本調査は、令和6年度時点での「ICD-10診断基準における生涯においてアルコール依存症が疑われる者の割合」や「AUDITにおける過去1年間にアルコール使用障害が疑われる者の割合」、アルコール健康障害に加えて、国民の飲酒実態について明らかにすることを目的に、以下2種類の調査を行った。

第一の調査（面接調査）として、国民の飲酒行動や「ICD-10診断基準における生涯においてアルコール依存症が疑われる者の割合」を明らかにすることを目的とし、調査員による面接調査による調査を実施した。

第二の調査（自記式（記入式）アンケート調査）として、「AUDITにおける過去1年間にアルコール使用障害が疑われる者の割合」および関連する心身の健康状態、国民の飲酒動機などを明らかにすることを目的とし、対象者自身に記入していただく、自記式のアンケート調査を実施した。

(2) 面接調査の概要

全国の市町村361地点に居住する満20歳以上の日本国籍を有する男女を対象として、対象者の住居に調査員が訪問し、調査を行う面接調査を実施した。調査内容は、対象者の基本的な属性、喫煙歴および喫煙に伴う処方歴、他者の飲酒による被害の経験、生涯・過去1年飲酒経験、過去最多飲酒量、飲酒頻度、ふだんの飲酒量、多量飲酒やビンジ飲酒（短時間における大量の飲酒）の頻度、初飲年齢および習慣飲酒開始年齢、フラッシング反応の有無、定期的な飲酒を始めた年齢、初めて酩酊を経験した年齢、ICD-10診断基準の質問票による「ICD-10診断基準における生涯においてアルコール依存症が疑われる者の割合の推計」および該当した場合の当時の年齢、アルコール依存症の治療経験の有無、過去1年間の医療機関受診経験、飲酒に関する医療機関からの助言や処方を受けた経験、「健康に配慮した飲酒に関するガイドライン」の周知度、労働時間やアブセンティーズム・プレゼンティーズムなどの項目が含まれていた。

(3) 自記式（記入式）アンケート調査の概要

面接調査に協力が得られた方に、対象者自身が質問紙に記入する、自記式のアンケート調査への協力を求めた。調査内容は、アルコール使用障害のスクリーニングテストであるAUDITを用いた「過去1年間にアルコール使用障害が疑われる者の割合の推計」、アルコールに関連する害、アルコール健康障害に関する相談先や相談経験の有無、アルコール健康障害の知識、DSM-5に準拠したアルコール使用障害のスクリーニングテスト、新型コロナウイルスの影響、飲酒動機、アルコールに関連した問題（睡眠、うつ、社会的機能の障害、ギャンブル、薬の服用について）、飲酒運転の経験などの項目が含まれていた。

1.4 調査方法

(1) 調査の実施時期・回収時期

令和6年8月20日から令和6年11月19日

(2) 調査対象

全国の市町村361地点に居住する満20歳以上の日本国籍を有する男女を対象に、層化二段階無作為抽出法により8,000名を抽出し、調査員による面接調査を実施した。さらに、面接調査に協力が得られた対象者に対して、自記式アンケートへの回答依頼を行った。

(3) 訪問・調査票配布と回収方法・謝礼について

対象者の住民基本台帳に登録されている住所宛に、事前案内として調査協力をお願いを記載したハガキを郵送した。事前に調査協力が不可との連絡があった方を除き、対象者の住居を調査員が訪問し、面接調査を実施した。面接調査にご協力いただいた方に対し、自記式アンケートへの回答を依頼し、可能な場合はその場で回収、難しい場合は後日訪問または返送用封筒を用いた郵送により回収した。

謝礼として、面接調査および自記式アンケート調査のそれぞれの完了時に、QUOカード1,000円分を進呈した。

1.5 回収率および無効回答の定義

面接調査の総回収数は4,302票（回収率：53.8%）、有効回答票は4,300票（有効回答率：53.8%）であった。自記式アンケート調査の総回収数は4,268票であり（回収率：53.4%）、有効回答票は4,265票（有効回答率：53.3%）であった。以下に該当した票は無効とした。

- ① 面接調査において、対象者本人が回答していない可能性が高いと判断されたもの
- ② 自記式アンケート調査において、対象者本人が回答していない可能性が高いと判断されたもの

※調査終了後、確認ハガキにより回答者の確認を行っており、その結果、対象者本人ではなく家族等が主に回答していた可能性が高いと判断された場合には、当該票を無効とした。

1.6 年齢調整

「ICD-10診断基準における生涯においてアルコール依存症が疑われる者の割合の推計」や「AUDITにおける過去1年間にアルコール使用障害が疑われる者の推計」にあたり、本調査で得られた結果について、年齢階級ごとの回答者数の偏りを人口で補正し、「年齢調整後の割合」を算出した。

年齢調整方法は令和6年10月1日人口¹を基準として、性別・年齢階級別（5歳区分）、直接法にて実施した。

¹ 総務省統計局 人口推計／各年10月1日人口 第2表 年齢（5歳階級）、男女、月別人口（各月1日現在）



第2章

飲酒と生活習慣に 関する調査 (面接)

2.1 調査目的

一般住民における「飲酒経験」や「飲酒行動」の実態、および「ICD-10診断基準における生涯においてアルコール依存症が疑われる者の割合」を明らかにする。

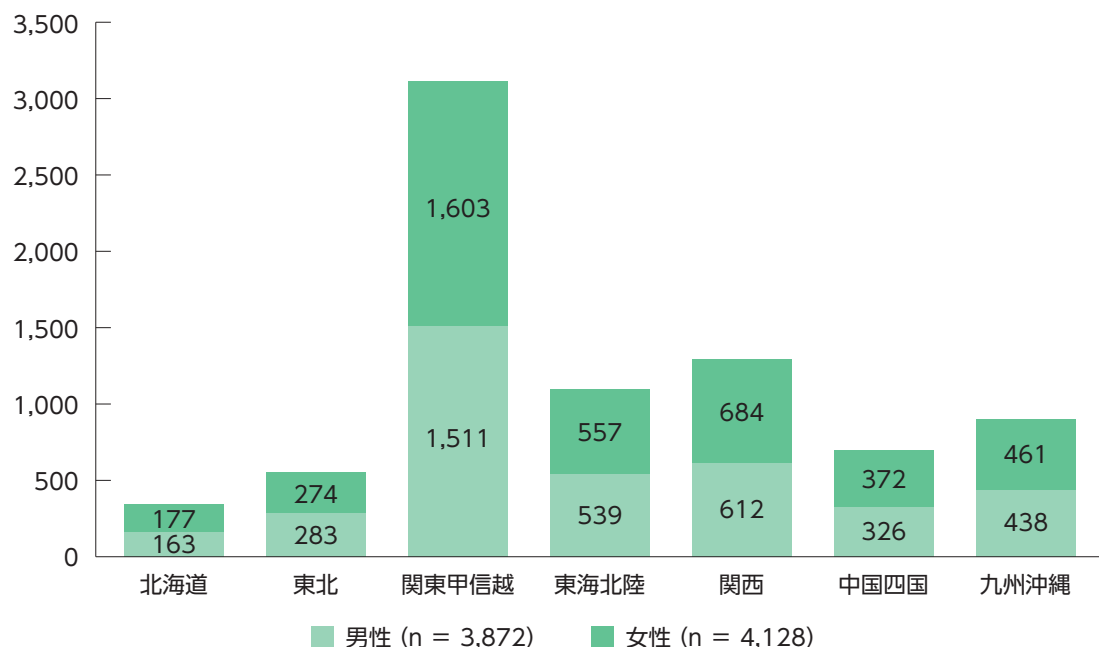
なお、本章において、上記の主要な指標については、集計を行ったうえでその内容の説明を記載しているが、そのほかの詳細な項目に関しては、付録として集計結果のみを記載している。

2.2 調査方法

(1) 調査対象

全国の市町村361地点に居住する満20歳以上の日本国籍を有する男女から、層化二段階無作為抽出法を用いて8,000名を調査対象とした。抽出されたサンプルの地域別調査対象者数および性別の内訳を図2-1に示す。

〈図2-1〉地域別調査対象者数および性別の内訳



(2) 回収数および有効回答数

面接調査の総回収数は4,302票（回収率：53.8%）、有効回答票は4,300票（有効回答率：53.8%）であった。

(3) 調査内容

調査票名：「飲酒と生活習慣に関する調査（面接）」

調査項目

①基本属性・背景情報

- ・性別、生年月日、通算通学年数、婚姻状況、18歳になるまでに長く住んだ都道府県、同居人数、同居者、職業、職業の種類、身長、体重

②飲酒行動

- ・生涯・過去1年の飲酒経験, 飲酒頻度, 多量飲酒の頻度, ビンジ飲酒の頻度, ふだんの飲酒量およびその酒類, 過去最多飲酒量およびその酒類
- ・初飲年齢, 習慣飲酒開始年齢, フラッシング反応の有無, 定期的な飲酒を始めた年齢(月1以上および週1以上), 初めて酩酊を経験した年齢

③アルコール関連問題

- ・喫煙歴および喫煙に伴う処方歴
- ・他者の飲酒による被害の経験
- ・アルコール依存症の治療経験の有無
- ・過去1年間の医療機関受診経験
- ・飲酒に関する医療機関からの助言や処方を受けた経験
- ・労働時間および仕事のパフォーマンス (WHO Health and Work Performance Questionnaire (short form) Japanese edition: WHO-HPQ)

④ICD-10診断基準における生涯においてアルコール依存症が疑われる者の割合の推計のための質問票

生涯においてアルコール依存症が疑われる者の割合を推計するために, ICD-10の診断基準に準拠した質問票を使用した。本質問票はSSAGA (Semi-Structured Assessment for the Genetics of Alcoholism) の日本語版(翻訳:樋口進・村松太郎)からICD-10のアルコール依存症に該当する質問項目を抽出して作成されたものである²。本質問票は生涯飲酒経験がある者を対象とし, さらに定期的な飲酒またはひどく酔っぱらった経験がない者は回答対象外とした。そのため, 生涯におけるアルコール依存症が疑われる者の割合を算出する際, 生涯飲酒経験がない者, 定期的な飲酒またはひどく酔っぱらった経験がない者を「生涯においてアルコール依存症の疑いがない者」として割合母数に含めた。

また, 本質問票において「生涯においてアルコール依存症が疑われる」とされた対象者に対し, その問題が生じていた時期(開始年齢および終了年齢), さらに過去1年間にも同様のアルコール関連の問題を抱えていたかどうかについて尋ねた。加えて, 生涯ではアルコール依存症が疑われたものの, 過去1年間にはその問題が認められなかった対象者には, その変化が生じた理由についても質問した。

⑤その他

- ・「健康に配慮した飲酒に関するガイドライン」の周知度

² 原著論文は右記を参照のこと: Reich T, Edenberg HJ, Goate A, et al. (1998). Genome-wide search for genes affecting the risk for alcohol dependence. *Am J Med Genet*, 8;81(3), 207-215.

2.3 ドリンクの換算方法

調査票には純アルコール量をドリンク数に換算してカウントする項目が含まれており、本調査において、**1ドリンクは純アルコール量10g相当**と定義した。なお、純アルコール量 (g) は「飲んだ酒の量 (mL) × 酒のアルコール濃度 (%) × 0.8 (アルコールの比重)」で算出可能である。

例) ビール・発泡酒 (5%) レギュラー缶 (350mL) 1本の場合：

$$\text{純アルコール量} = 350 \text{ (mL)} \times 5\% \times 0.8 = 14 \text{ (g)} / \text{ドリンク数} = 1.4 \text{ ドリンク}$$

例) 缶チューハイ (7%) ロング缶 (500mL) 2本の場合：

$$\text{純アルコール量} = 500 \text{ (mL)} \times 7\% \times 0.8 \times 2 \text{ (本)} = 56 \text{ (g)} / \text{ドリンク数} = 5.6 \text{ ドリンク}$$

2.4 分析方法

一部の結果の解析には、男女差による傾向の違いを検証するために、 χ^2 検定を実施した。

2.5 調査結果

2.5.1 回答者の基本属性・背景情報

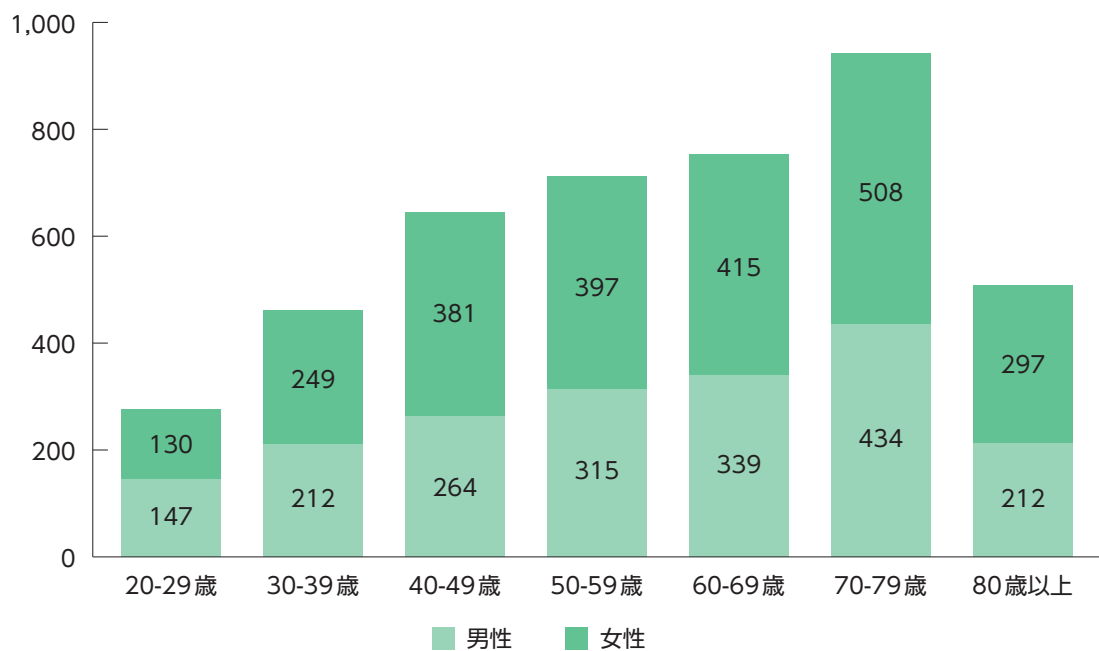
(1) 回答者の年齢・性別

【F1】性(単一選択)

【F2】あなたのお生まれは何年何月ですか。(数値記入)

男性が1,923名(44.7%)、女性が2,377名(55.3%)で、男性の平均年齢は58.2歳(標準偏差17.9歳)、女性の平均年齢は59.0歳(標準偏差17.6歳)であった。(図2-2)

〈図2-2〉年齢分布(男女別)



(2) 通学年数

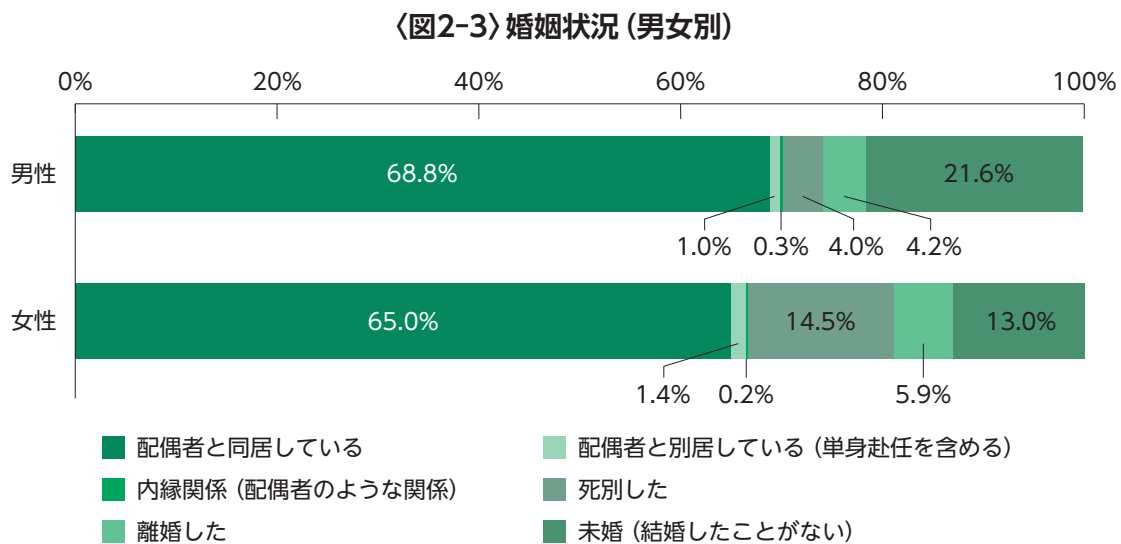
【F3】あなたは学校に通算で何年行きましたか。(数値記入)

通算通学年数の全体平均は13.5年(標準偏差3.7年)であり、男性の平均は13.9年(標準偏差4.3年)、女性の平均は13.2年(標準偏差3.0年)であった。

(3) 婚姻状況

【F4】あなたは現在、結婚されていますか。(単一選択)

男性の68.8%，女性の65.0%が「配偶者と同居している」で男女ともに最も多かった。次に男性では未婚が多く（21.6%），女性では死別が多かった（14.5%）。(図2-3)



※集計から除外：無回答 (n = 5)，わからない (n = 1)

(4) 同居人数と同居者の種類

**【F6】 現在、一緒に住んでいるご家族(親族以外の同居人も含む)はあなたを含めて何人ですか。
(数値記入)**

同居人数について、「1人」と回答した者が13.3%、「2人」が34.8%、「3人」が23.2%、「4人」が18.2%であった。(表2-1)

参考値:直近の国政調査³による一般世帯の世帯人員の割合は「1人」が38.0%、「2人」が28.1%、「3人」が16.6%、「4人」が11.9%であった。

〈表2-1〉同居人数(男女別・全体)

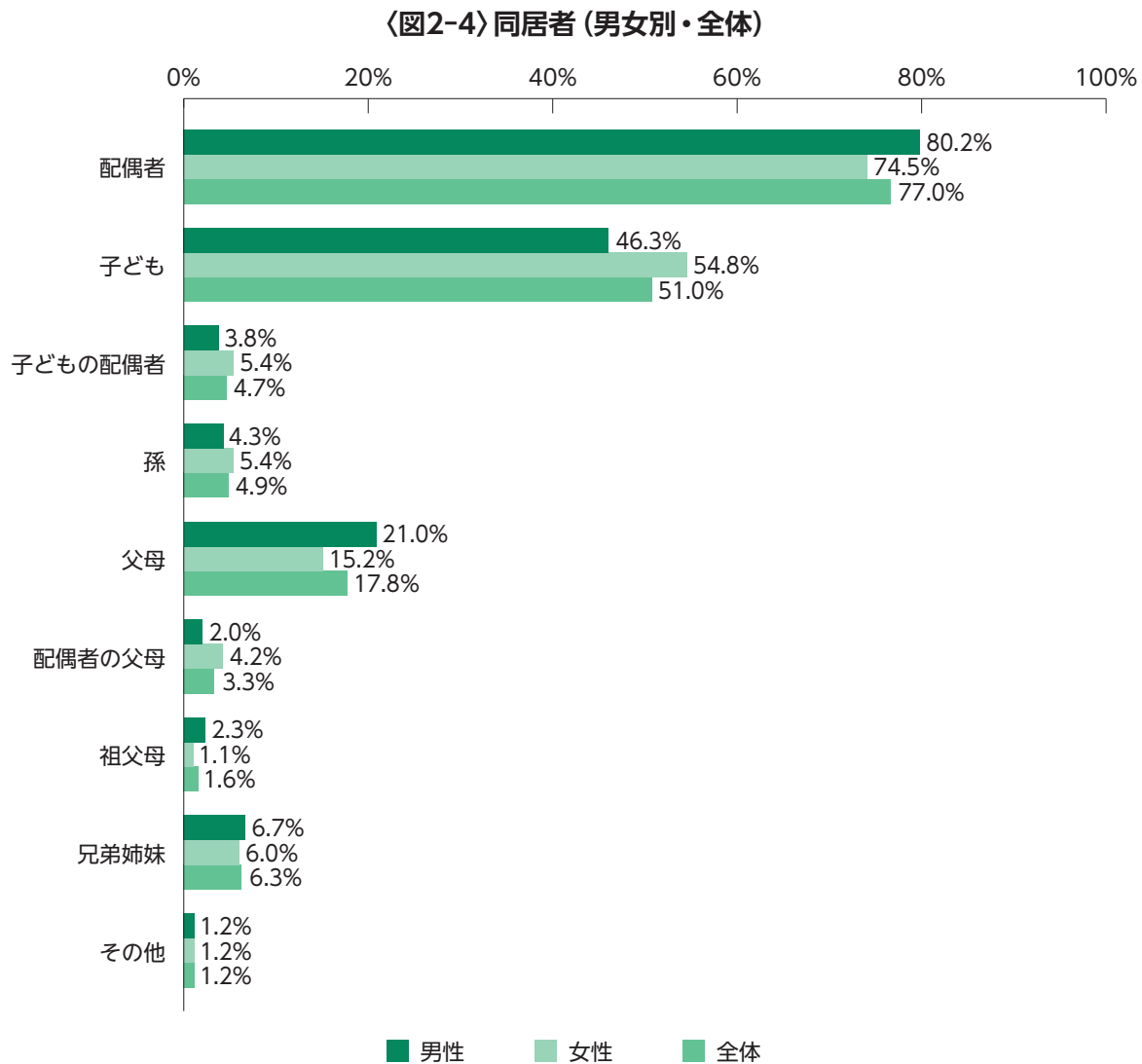
	男性	女性	全体
1人	268 (14.0%)	301 (12.7%)	569 (13.3%)
2人	663 (34.6%)	829 (34.9%)	1,492 (34.8%)
3人	439 (22.9%)	554 (23.4%)	993 (23.2%)
4人	350 (18.3%)	430 (18.1%)	780 (18.2%)
5人	114 (5.9%)	166 (7.0%)	280 (6.5%)
6人	53 (2.8%)	69 (2.9%)	122 (2.8%)
7人	21 (1.1%)	19 (0.8%)	40 (0.9%)
8人	6 (0.3%)	3 (0.1%)	9 (0.2%)
9人	3 (0.2%)	0 (0.0%)	3 (0.1%)
10人	0 (0.0%)	1 (0.0%)	1 (0.0%)
全体	1,917 (100.0%)	2,372 (100.0%)	4,289 (100.0%)

※集計から除外:無回答(n=11)

³ 総務省統計局 令和2年国勢調査 人口等基本集計結果 結果の概要

【F7】現在、一緒に住んでいる方々をすべてあげてください。(複数選択)

配偶者(77.0%)や子ども(51.0%)と同居している者が多かった。(図2-4)



※集計から除外：F6で「一人暮らし」と答えた者(n = 569), F6に無回答(n = 11), F7に無回答(n = 2)

(5) 職業・仕事の種類

【F8】現在のあなたの職業をお聞かせください。(単一選択)

男性は、「勤め(正社員・正職員)」(41.9%)、「無職(失業中を含む)」(32.9%)の順で回答した割合が高かった。女性では、「家事専業(専業主婦)」(33.2%)、「勤め(契約・派遣・嘱託・パート・アルバイト)」(26.1%)の順で回答した割合が高かった。(表2-2)

〈表2-2〉職業(男女別・全体)

	男性	女性	全体
自営・自由業者 (家族従業を含む)	249 (12.9%)	141 (5.9%)	390 (9.1%)
勤め(正社員・正職員)	806 (41.9%)	469 (19.8%)	1,275 (29.7%)
勤め(契約・派遣・嘱託・ パート・アルバイト)	194 (10.1%)	619 (26.1%)	813 (18.9%)
学生	33 (1.7%)	26 (1.1%)	59 (1.4%)
家事専業(専業主婦)	2 (0.1%)	788 (33.2%)	790 (18.4%)
無職(失業中を含む)	632 (32.9%)	306 (12.9%)	938 (21.8%)
その他	2 (0.1%)	7 (0.3%)	9 (0.2%)
制度上の長期休暇中 (産休・育休、介護休暇など)	5 (0.3%)	18 (0.8%)	23 (0.5%)
全体	1,923 (100.0%)	2,374 (100.0%)	4,297 (100.0%)

※集計から除外:無回答(n=3)

【F9】 あなたはどのような種類の仕事をしていますか。(単一選択)

就業者における職種は、男性では「生産現場・技能職」(23.2%)、「専門・技術職」(21.9%)の順で割合が高く、女性では「事務職」(27.0%)、「専門・技術職」(23.8%)の順で割合が高かった。(表2-3)

〈表2-3〉 仕事の種類(男女別・全体)

	男性	女性	全体
専門・技術職	273 (21.9%)	299 (23.8%)	572 (22.9%)
管理職	132 (10.6%)	19 (1.5%)	151 (6.0%)
事務職	143 (11.5%)	338 (27.0%)	481 (19.2%)
販売職	92 (7.4%)	142 (11.3%)	234 (9.4%)
サービス職	118 (9.5%)	277 (22.1%)	395 (15.8%)
生産現場・技能職	289 (23.2%)	111 (8.9%)	400 (16.0%)
運輸職	92 (7.4%)	8 (0.6%)	100 (4.0%)
保安職	35 (2.8%)	5 (0.4%)	40 (1.6%)
農・林・漁業	54 (4.3%)	30 (2.4%)	84 (3.4%)
その他	19 (1.5%)	25 (2.0%)	44 (1.8%)
全体	1,247 (100.0%)	1,254 (100.0%)	2,501 (100.0%)

※集計から除外：わからない(n = 2), 複数回答(n = 3), F8で「学生」「家事専業(専業主婦)」「無職(失業中を含む)」と回答している者(n = 1,787), 無回答(n = 7)

(6) 喫煙歴

【問1】 あなたは今までに、たばこを合計100本以上吸いましたか。

【問1付問2】 あなたは、この1ヶ月間に毎日、または時々たばこを吸っていましたか。

喫煙について、現在喫煙している者は全体の15.0%(男性：24.1%, 女性：7.6%)であった。喫煙していたが現在は吸っていない者は全体の21.1%(男性：35.6%, 女性：9.3%)であり、喫煙経験がない者は最も多く、全体の64.0%(男性：40.3%, 女性：83.1%)であった。(表2-4)

〈表2-4〉 喫煙状況(男女別・全体)

	現在喫煙している	喫煙していたがやめた	喫煙の経験なし	全体
男性	463 (24.1%)	685 (35.6%)	775 (40.3%)	1,923 (100.0%)
女性	181 (7.6%)	221 (9.3%)	1,975 (83.1%)	2,377 (100.0%)
全体	644 (15.0%)	906 (21.1%)	2,750 (64.0%)	4,300 (100.0%)

2.5.2 飲酒行動(面接)

(1) 飲酒経験(生涯・過去1年)

【問3】あなた自身は、今までにお酒を飲んだことがありますか。ちょっとだけの試し飲みは除いてお考えください。(単一選択)

【問3付問1】それでは、あなたは一度もお酒を飲んだことがないのですね。(単一選択)

【問5】あなたは、平均するとお酒をどれくらいの頻度で飲みますか。(単一選択)

【問3】もしくは【問3付問1】において「飲んだことがある」と回答した者を「生涯飲酒経験あり」とし、【問5】において、「過去1年間は飲酒していない」と回答した者以外を「過去1年飲酒経験あり」とした。

飲酒を生涯において経験したことがあると回答した割合(生涯飲酒経験あり)は、全体の86.6%(男性：93.9%，女性：80.7%)であった。過去1年間に飲酒を経験した割合は、全体の64.1%(男性：75.2%，女性：55.1%)であった。(表2-5，表2-6)

〈表2-5〉飲酒経験の有無(全体)

生涯飲酒経験なし	生涯飲酒経験あり	
576人(13.4%)	3,724人(86.6%)	
	過去1年飲酒経験なし	過去1年飲酒経験あり
	968人(22.5%)	2,755人(64.1%)

※集計から除外：過去1年の飲酒経験について、無回答(n=1)

〈表2-6〉男女別飲酒経験者割合(生涯・過去1年)

	生涯飲酒経験あり	過去1年飲酒経験あり
男性(生涯・過去1年：n=1,923)	1,806(93.9%)	1,447(75.2%)
女性(生涯：n=2,377，過去1年：n=2,376)	1,918(80.7%)	1,308(55.1%)
全体(生涯：n=4,300，過去1年：n=4,299)	3,724(86.6%)	2,755(64.1%)

※集計から除外：過去1年の飲酒経験について、無回答(n=1)

※生涯 = 生涯飲酒経験に関する割合母数，過去1年 = 過去1年飲酒経験に関する割合母数

(2) 飲酒頻度

【問5】あなたは、平均するとお酒をどれくらいの頻度で飲みますか。(単一選択)

飲酒頻度について、男女別、年代別に集計した。男性では、「毎日1回」と回答した者が全体の26.7%と最も多く、中でも60代(37.1%)、70代(36.3%)、80代以上(30.7%)と高齢者層で毎日1回飲酒している者の割合が高かった。20代(19.3%)、40代(18.3%)、30代(18.2%)と比較的若い年齢では「1週間に1～2日」の飲酒割合が高かった。(表2-7)

〈表2-7〉飲酒頻度(男性)

	20代	30代	40代	50代
毎日2回以上	0 (0.0%)	1 (0.5%)	0 (0.0%)	3 (1.0%)
毎日1回	9 (6.7%)	20 (10.1%)	38 (14.8%)	90 (30.4%)
1週間に5～6日	3 (2.2%)	16 (8.1%)	19 (7.4%)	29 (9.8%)
1週間に3～4日	11 (8.1%)	27 (13.6%)	26 (10.1%)	40 (13.5%)
1週間に1～2日	26 (19.3%)	36 (18.2%)	47 (18.3%)	35 (11.8%)
1ヵ月に2～3日	37 (27.4%)	20 (10.1%)	20 (7.8%)	17 (5.7%)
1ヵ月に1日	15 (11.1%)	19 (9.6%)	24 (9.3%)	13 (4.4%)
1年間に6～11日	8 (5.9%)	10 (5.1%)	8 (3.1%)	7 (2.4%)
1年間に1～5日	13 (9.6%)	26 (13.1%)	34 (13.2%)	21 (7.1%)
過去1年飲酒なし	13 (9.6%)	23 (11.6%)	41 (16.0%)	41 (13.9%)
全体	135 (100.0%)	198 (100.0%)	257 (100.0%)	296 (100.0%)
	60代	70代	80代以上	全体
毎日2回以上	2 (0.6%)	1 (0.3%)	4 (2.0%)	11 (0.6%)
毎日1回	119 (37.1%)	145 (36.3%)	61 (30.7%)	482 (26.7%)
1週間に5～6日	25 (7.8%)	23 (5.8%)	9 (4.5%)	124 (6.9%)
1週間に3～4日	28 (8.7%)	28 (7.0%)	17 (8.5%)	177 (9.8%)
1週間に1～2日	26 (8.1%)	38 (9.5%)	13 (6.5%)	221 (12.2%)
1ヵ月に2～3日	18 (5.6%)	16 (4.0%)	7 (3.5%)	135 (7.5%)
1ヵ月に1日	17 (5.3%)	17 (4.3%)	9 (4.5%)	114 (6.3%)
1年間に6～11日	0 (0.0%)	2 (0.5%)	3 (1.5%)	38 (2.1%)
1年間に1～5日	17 (5.3%)	26 (6.5%)	8 (4.0%)	145 (8.0%)
過去1年飲酒なし	69 (21.5%)	104 (26.0%)	68 (34.2%)	359 (19.9%)
全体	321 (100.0%)	400 (100.0%)	199 (100.0%)	1,806 (100.0%)

※集計から除外：生涯飲酒経験なし(n = 117)

女性では、「過去1年飲酒なし」が全体の31.8%と最も割合が高かった。次に「1年間に1～5日」と回答した者が全体の14.0%であり、中でも50代(17.0%)、80代以上(16.4%)、70代(13.7%)の割合が高かった。3番目に多かった回答は「1週間に1～2日」で全体の12.1%であり、40代(13.9%)、20代(13.8%)、60代(12.9%)の順で割合が高かった。(表2-8)

〈表2-8〉飲酒頻度(女性)

	20代	30代	40代	50代
毎日2回以上	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
毎日1回	1 (0.8%)	13 (5.7%)	45 (12.7%)	33 (9.2%)
1週間に5～6日	3 (2.4%)	6 (2.6%)	17 (4.8%)	14 (3.9%)
1週間に3～4日	8 (6.5%)	13 (5.7%)	31 (8.8%)	28 (7.8%)
1週間に1～2日	17 (13.8%)	28 (12.2%)	49 (13.9%)	44 (12.3%)
1ヵ月に2～3日	32 (26.0%)	33 (14.3%)	37 (10.5%)	35 (9.8%)
1ヵ月に1日	19 (15.4%)	14 (6.1%)	18 (5.1%)	27 (7.5%)
1年間に6～11日	13 (10.6%)	21 (9.1%)	14 (4.0%)	16 (4.5%)
1年間に1～5日	15 (12.2%)	29 (12.6%)	44 (12.5%)	61 (17.0%)
過去1年飲酒なし	15 (12.2%)	73 (31.7%)	98 (27.8%)	100 (27.9%)
全体	123 (100.0%)	230 (100.0%)	353 (100.0%)	358 (100.0%)
	60代	70代	80代以上	全体
毎日2回以上	1 (0.3%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	1 (0.1%)
毎日1回	43 (12.3%)	36 (10.3%)	14 (9.2%)	185 (9.7%)
1週間に5～6日	22 (6.3%)	14 (4.0%)	4 (2.6%)	80 (4.2%)
1週間に3～4日	20 (5.7%)	19 (5.4%)	8 (5.3%)	127 (6.6%)
1週間に1～2日	45 (12.9%)	33 (9.4%)	15 (9.9%)	231 (12.1%)
1ヵ月に2～3日	30 (8.6%)	22 (6.3%)	8 (5.3%)	197 (10.3%)
1ヵ月に1日	17 (4.9%)	16 (4.6%)	10 (6.6%)	121 (6.3%)
1年間に6～11日	9 (2.6%)	20 (5.7%)	5 (3.3%)	98 (5.1%)
1年間に1～5日	46 (13.1%)	48 (13.7%)	25 (16.4%)	268 (14.0%)
過去1年飲酒なし	117 (33.4%)	143 (40.7%)	63 (41.4%)	609 (31.8%)
全体	350 (100.0%)	351 (100.0%)	152 (100.0%)	1,917 (100.0%)

※集計から除外：生涯飲酒経験なし (n = 459)

(3) ふだんの飲酒量

【問8】 ふだんお酒を飲むときには、1日にどれくらい飲みますか。表を見ながら、種類別にお答えください。

ふだんの1日あたりの飲酒量について男女別、年代別に集計をした。男性では2ドリンク以上4ドリンク未満(26.2%)、2ドリンク未満(25.2%)の順に割合が高かった。年代別にみると、高齢になるほど過去1年飲酒していない者の割合が高くなっていった。一方で、ふだんの飲酒量が6ドリンク以上である者(多量飲酒者)の割合は、20代から60代まで大きな違いはみられなかった。70代以降は過去1年の飲酒経験がない者の割合が比較的高くなっているものの、4ドリンク以上6ドリンク未満と回答した者の割合は、比較的若い年代と同程度に存在していた。(表2-9)

〈表2-9〉1日の飲酒量(男性)

	2ドリンク未満	2ドリンク以上 4ドリンク未満	4ドリンク以上 6ドリンク未満	6ドリンク以上	過去1年 飲酒経験なし	全体
20代	38 (29.5%)	40 (31.0%)	20 (15.5%)	18 (14.0%)	13 (10.1%)	129 (100.0%)
30代	46 (24.7%)	50 (26.9%)	40 (21.5%)	27 (14.5%)	23 (12.4%)	186 (100.0%)
40代	59 (24.2%)	74 (30.3%)	33 (13.5%)	37 (15.2%)	41 (16.8%)	244 (100.0%)
50代	72 (24.7%)	70 (24.0%)	62 (21.2%)	47 (16.1%)	41 (14.0%)	292 (100.0%)
60代	74 (23.6%)	84 (26.8%)	43 (13.7%)	43 (13.7%)	69 (22.0%)	313 (100.0%)
70代	106 (27.2%)	86 (22.1%)	59 (15.2%)	34 (8.7%)	104 (26.7%)	389 (100.0%)
80代 以上	47 (23.7%)	55 (27.8%)	24 (12.1%)	4 (2.0%)	68 (34.3%)	198 (100.0%)
全体	442 (25.2%)	459 (26.2%)	281 (16.0%)	210 (12.0%)	359 (20.5%)	1,751 (100.0%)

※集計から除外：生涯飲酒経験なし(n = 117), 無回答(n = 55)

女性では、2ドリンク未満(40.4%)、過去1年飲酒経験なし(33.1%)の順に割合が高かった。年代別にみると、過去1年に飲酒経験がないと回答した者について、20代の割合が他の年代と比べて低くなっており、高齢であるほど過去1年飲酒経験なしと回答した者の割合が比較的高くなっていった。また、ふだんの飲酒量が6ドリンク以上である者(多量飲酒者)の割合は20代から50代まで大きな違いは認められなかった。(表2-10)

〈表2-10〉1日の飲酒量(女性)

	2ドリンク未満	2ドリンク以上 4ドリンク未満	4ドリンク以上 6ドリンク未満	6ドリンク以上	過去1年 飲酒経験なし	全体
20代	47 (39.8%)	39 (33.1%)	11 (9.3%)	6 (5.1%)	15 (12.7%)	118 (100.0%)
30代	94 (41.2%)	38 (16.7%)	14 (6.1%)	9 (3.9%)	73 (32.0%)	228 (100.0%)
40代	127 (37.1%)	69 (20.2%)	30 (8.8%)	18 (5.3%)	98 (28.7%)	342 (100.0%)
50代	133 (39.0%)	67 (19.6%)	27 (7.9%)	14 (4.1%)	100 (29.3%)	341 (100.0%)
60代	136 (40.6%)	49 (14.6%)	24 (7.2%)	9 (2.7%)	117 (34.9%)	335 (100.0%)
70代	138 (41.6%)	36 (10.8%)	8 (2.4%)	7 (2.1%)	143 (43.1%)	332 (100.0%)
80代 以上	67 (46.5%)	11 (7.6%)	3 (2.1%)	0 (0.0%)	63 (43.8%)	144 (100.0%)
全体	742 (40.3%)	309 (16.8%)	117 (6.4%)	63 (3.4%)	609 (33.1%)	1,840 (100.0%)

※集計から除外：生涯飲酒経験なし(n = 459), 無回答(n = 77), 問5で「無回答」であった者(n = 1)

よく飲まれる酒類について男女別に集計したところ、ビール・発泡酒と回答した者が63.3%(男性：68.0%, 女性：58.0%)と男女ともに最も多かった。次いで酎ハイが多く、全体の23.0%(男性：20.1%, 女性：26.2%)を占めた。焼酎は10.8%と全体では3番目に多かったが、男性が17.2%に対して女性が3.7%と女性は焼酎をあまり飲まず、ワイン(10.9%)やカクテル類(6.5%)を飲む傾向にあることが分かった。(表2-11)

〈表2-11〉よく飲まれる酒類(男女・全体)

	男性(n = 1,392)	女性(n = 1,231)	全体(n = 2,623)
ビール・発泡酒	947 (68.0%)	714 (58.0%)	1,661 (63.3%)
日本酒	171 (12.3%)	77 (6.3%)	248 (9.5%)
焼酎	239 (17.2%)	45 (3.7%)	284 (10.8%)
酎ハイ類	280 (20.1%)	323 (26.2%)	603 (23.0%)
カクテル類	27 (1.9%)	80 (6.5%)	107 (4.1%)
ワイン	44 (3.2%)	134 (10.9%)	178 (6.8%)
ウイスキー類	103 (7.4%)	34 (2.8%)	137 (5.2%)
その他(梅酒等)	15 (1.1%)	51 (4.1%)	66 (2.5%)

※集計から除外：過去1年飲酒経験なし(n = 968), 生涯飲酒経験なし(n = 576), 無回答(n = 132), 問5で「無回答」であったもの(n = 1)

(4) 過去最多飲酒量

【問4】生まれてから今までで、あなたが24時間で最も多く飲んだ量はどれくらいですか。表を見ながら、種類別にお答えください。

生まれてから今までの過去最多飲酒量は、男性は平均13.2ドリンク(標準偏差13.3ドリンク, 中央値9.8ドリンク), 女性は平均6.0ドリンク(標準偏差7.1ドリンク, 中央値3.6ドリンク)であった。

(5) 多量飲酒の頻度

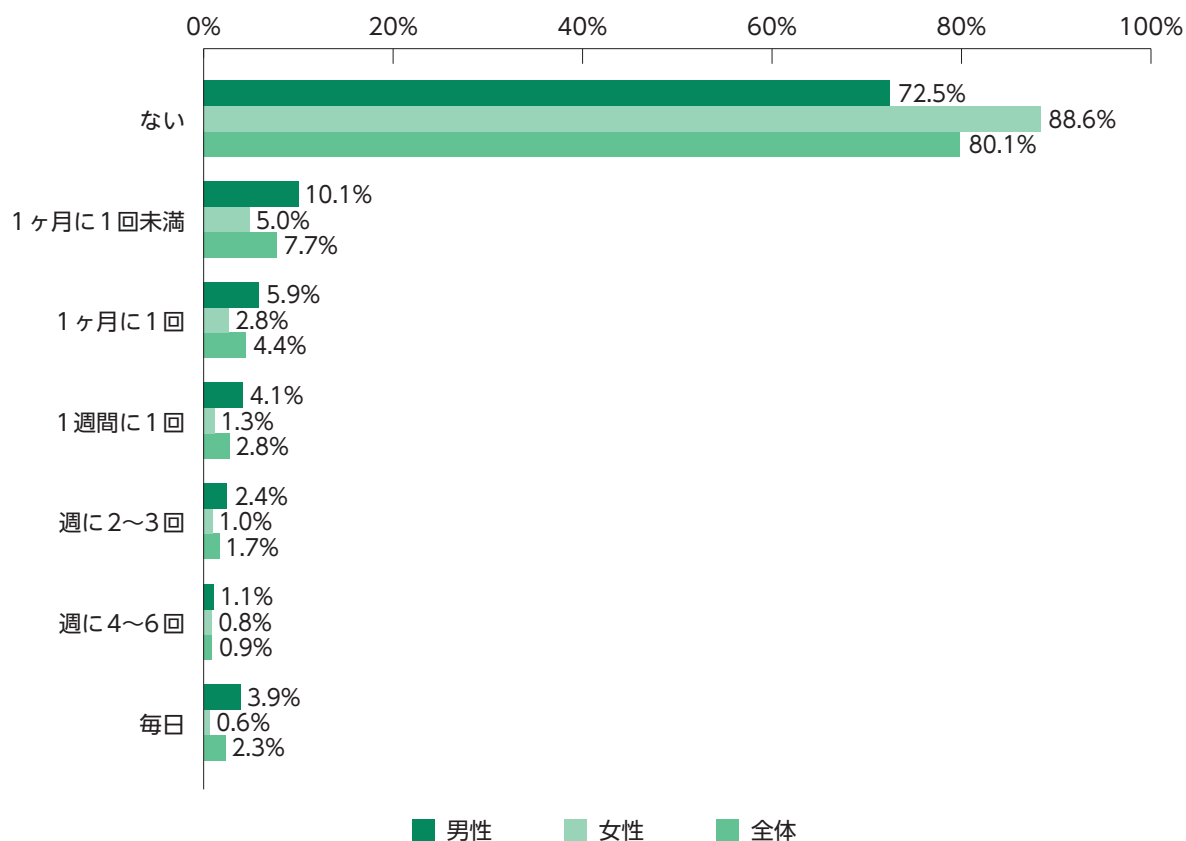
【問6】1度に6ドリンク以上飲酒することがありますか。あるとすればどのくらいの頻度ですか。表を参考にお答えください。

本報告書では、1度に6ドリンク以上の飲酒をすることを多量飲酒とした。多量飲酒の頻度についてたずねた結果、全体では「ない」と回答した者が80.1% (男性：72.5%，女性：88.6%) と最も多く、次いで「1ヶ月に1回未満」と回答した者が7.7% (男性：10.1%，女性：5.0%) と多かった。

男性を年代別にみると、すべての年代で「ない」が最も多かった。30代 (14.9%)，50代 (14.1%)，20代 (13.1%) で「1ヶ月に1回未満」の割合が高かった。

女性を年代別にみると、すべての年代で「ない」が最も多く、60代 (90.1%)，70代 (97.1%)，80代以上 (98.9%) で90%を超えていた。20代 (11.1%)，30代 (7.6%)，40代 (6.7%) で「1ヶ月に1回未満」の割合が高かった。(図2-5，表2-12，表2-13)

〈図2-5〉多量飲酒の頻度 (男女別・全体)



※集計から除外：過去1年飲酒経験なし (n = 968)，生涯飲酒経験なし (n = 576)，無回答 (n = 2)，問5で「無回答」であったもの (n = 1)

〈表2-12〉多量飲酒の頻度(男性・年代別)

	ない	1ヶ月に1回未満	1ヶ月に1回	1週間に1回
20代	89 (73.0%)	16 (13.1%)	9 (7.4%)	4 (3.3%)
30代	113 (64.6%)	26 (14.9%)	16 (9.1%)	9 (5.1%)
40代	152 (70.4%)	21 (9.7%)	20 (9.3%)	9 (4.2%)
50代	156 (61.2%)	36 (14.1%)	20 (7.8%)	16 (6.3%)
60代	201 (79.8%)	11 (4.4%)	7 (2.8%)	7 (2.8%)
70代	231 (78.3%)	23 (7.8%)	8 (2.7%)	11 (3.7%)
80代以上	106 (80.9%)	13 (9.9%)	6 (4.6%)	3 (2.3%)
全体	1,048 (72.5%)	146 (10.1%)	86 (5.9%)	59 (4.1%)
	週に2~3回	週に4~6回	毎日	全体
20代	2 (1.6%)	1 (0.8%)	1 (0.8%)	122 (100.0%)
30代	6 (3.4%)	0 (0.0%)	5 (2.9%)	175 (100.0%)
40代	8 (3.7%)	3 (1.4%)	3 (1.4%)	216 (100.0%)
50代	9 (3.5%)	4 (1.6%)	14 (5.5%)	255 (100.0%)
60代	5 (2.0%)	5 (2.0%)	16 (6.3%)	252 (100.0%)
70代	5 (1.7%)	2 (0.7%)	15 (5.1%)	295 (100.0%)
80代以上	0 (0.0%)	1 (0.8%)	2 (1.5%)	131 (100.0%)
全体	35 (2.4%)	16 (1.1%)	56 (3.9%)	1,446 (100.0%)

※集計から除外：過去1年飲酒経験なし (n = 359), 生涯飲酒経験なし (n = 117), 無回答 (n = 1)

〈表2-13〉多量飲酒の頻度(女性・年代別)

	ない	1ヶ月に1回未満	1ヶ月に1回	1週間に1回
20代	85 (78.7%)	12 (11.1%)	8 (7.4%)	1 (0.9%)
30代	127 (80.9%)	12 (7.6%)	11 (7.0%)	2 (1.3%)
40代	217 (85.1%)	17 (6.7%)	8 (3.1%)	5 (2.0%)
50代	229 (89.1%)	13 (5.1%)	6 (2.3%)	6 (2.3%)
60代	210 (90.1%)	11 (4.7%)	2 (0.9%)	3 (1.3%)
70代	202 (97.1%)	0 (0.0%)	1 (0.5%)	0 (0.0%)
80代以上	88 (98.9%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
全体	1,158 (88.6%)	65 (5.0%)	36 (2.8%)	17 (1.3%)
	週に2~3回	週に4~6回	毎日	全体
20代	1 (0.9%)	1 (0.9%)	0 (0.0%)	108 (100.0%)
30代	4 (2.5%)	1 (0.6%)	0 (0.0%)	157 (100.0%)
40代	4 (1.6%)	1 (0.4%)	3 (1.2%)	255 (100.0%)
50代	0 (0.0%)	2 (0.8%)	1 (0.4%)	257 (100.0%)
60代	2 (0.9%)	3 (1.3%)	2 (0.9%)	233 (100.0%)
70代	2 (1.0%)	2 (1.0%)	1 (0.5%)	208 (100.0%)
80代以上	0 (0.0%)	0 (0.0%)	1 (1.1%)	89 (100.0%)
全体	13 (1.0%)	10 (0.8%)	8 (0.6%)	1,307 (100.0%)

※集計から除外:過去1年飲酒経験なし(n = 609),生涯飲酒経験なし(n = 459),無回答(n = 1),問5で「無回答」であったもの(n = 1)

(6) ビンジ飲酒の頻度

【問7】(男性の方に) 2時間ほどの間に、純アルコール70グラム以上のお酒を飲むことがありますか。あるとすればどのくらいの頻度ですか。表を参考にお答えください。
 (女性の方に) 2時間ほどの間に、純アルコール56グラム以上のお酒を飲むことがありますか。あるとすればどのくらいの頻度ですか。表を参考にお答えください。

ここでは、NIAAA (米国国立衛生研究所 国立アルコール乱用・依存症研究所) の定義に則り、2時間間に男性5ドリンク・女性4ドリンクを飲むことを、ビンジ飲酒とした。

ビンジ飲酒となる量を「飲んだことはない」と回答した者が全体の67.5% (男性：58.4%，女性：77.5%) であった。続いて「過去にはあるがここ1年はない」が15.7% (男性：19.3%，女性：11.6%) で多かった。年に数回以上の頻度でビンジ飲酒をしている者は男性の22.2%，女性の10.9% であった。(表2-14)

〈表2-14〉ビンジ飲酒の頻度 (男女別・全体)

	男性	女性	全体
飲んだことはない	844 (58.4%)	1,014 (77.5%)	1,858 (67.5%)
過去にはあるがここ1年はない	279 (19.3%)	152 (11.6%)	431 (15.7%)
年に数回	118 (8.2%)	73 (5.6%)	191 (6.9%)
月に1, 2回	92 (6.4%)	31 (2.4%)	123 (4.5%)
週に1, 2回以上	51 (3.5%)	15 (1.1%)	66 (2.4%)
週に3, 4回以上	19 (1.3%)	10 (0.8%)	29 (1.1%)
毎日あるいはほとんど毎日	41 (2.8%)	13 (1.0%)	54 (2.0%)
全体	1,444 (100.0%)	1,308 (100.0%)	2,752 (100.0%)

※集計から除外：複数回答 (n = 1), 過去1年飲酒経験なし (n = 968), 生涯飲酒経験なし (n = 576), 無回答 (n = 2), 問5で「無回答」であったもの (n = 1)

2.5.3 生活習慣病のリスクを高める飲酒者について

平成25年から開始した国民健康づくり運動である「健康日本21(第二次)」では、がん・高血圧・脳出血・脂質異常症などの飲酒に関連する健康問題のリスクを高める飲酒量の目安として、1日あたりの純アルコール摂取量に関する指標を設定している。さらに令和6年2月に厚生労働省によって公開された「健康に配慮した飲酒に関するガイドライン」⁴においても、健康日本21(第三次)に記載されている、生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている者を男女合わせて10%まで減少させることを目標としていることを紹介している。以下では、本調査における「生活習慣病のリスクを高める飲酒者」の割合を算出し、男女別、年代別に集計した。なお、本集計の対象者は、【問5】の飲酒頻度および【問8】の飲酒量の両方を回答した者(n=4,167)とした。

①「生活習慣病のリスクを高める飲酒者」の定義

【問5】あなたは、平均するとお酒をどれくらいの頻度で飲みますか。(単一選択)

【問8】ふだんお酒を飲むときには、1日にどれくらい飲みますか。表を見ながら、種類別にお答えください。

本調査では、【問5】【問8】の回答から、国民健康・栄養調査(健康日本21)での「生活習慣病のリスクを高める飲酒」に該当するものを分類・集計した⁵。(表2-15)

〈表2-15〉本報告書における生活習慣病のリスクを高める飲酒者の定義

	国民健康・栄養調査における算出方法			本調査における算出方法		
	飲酒頻度	×	飲酒量	飲酒頻度【問5】	×	飲酒量【問8】
男性	毎日	×	2合以上	毎日2回以上+毎日1回	×	4.0ドリンク以上
	週5～6日	×	2合以上	1週間に5～6日	×	4.0ドリンク以上
	週3～4日	×	3合以上	1週間に3～4日	×	6.0ドリンク以上
	週1～2日	×	5合以上	1週間に1～2日	×	10.0ドリンク以上
	月1～3日	×	5合以上	1ヵ月に2～3日+1ヵ月に1日	×	10.0ドリンク以上
女性	毎日	×	1合以上	毎日2回以上+毎日1回	×	2.0ドリンク以上
	週5～6日	×	1合以上	1週間に5～6日	×	2.0ドリンク以上
	週3～4日	×	1合以上	1週間に3～4日	×	2.0ドリンク以上
	週1～2日	×	3合以上	1週間に1～2日	×	6.0ドリンク以上
	月1～3日	×	5合以上	1ヵ月に2～3日+1ヵ月に1日	×	10.0ドリンク以上

⁴ 厚生労働省 健康に配慮した飲酒に関するガイドライン

<https://www.mhlw.go.jp/content/12200000/001211974.pdf> (アクセス日時: 2025/1/30, 10:00)

⁵ 国民健康・栄養調査では「1合(日本酒) = 純アルコール量22g」, 本調査では「1ドリンク = 純アルコール量10g」として扱っている。

②男女別での「生活習慣病のリスクを高める飲酒者」の割合

「生活習慣病のリスクを高める飲酒者」の割合は、男性全体で17.6%、女性全体で9.4%であり、女性よりも男性の該当者割合が統計的に有意に高くなっていた ($\chi^2(1) = 61.21, p < .001$)。(表2-16)

なお、参考値として国民健康・栄養調査の算出結果を記載しているが、本調査とは調査手法や選択肢なども異なるため、解釈には注意を要する。

〈表2-16〉全体・性別での「生活習慣病のリスクを高める飲酒者」に該当する者の割合

	男性		女性		全体	
	男性全体 n = 1,868	生涯飲酒 経験者 n = 1,751	女性全体 n = 2,299	生涯飲酒 経験者 n = 1,840	全体 n = 4,167	生涯飲酒 経験者 n = 3,591
本調査結果	329 (17.6%)	329 (18.8%)	216 (9.4%)	216 (11.7%)	545 (13.1%)	545 (15.2%)
国民健康・栄養調査の 算出結果 (参考)	(R1:14.9%) (R5:14.1%)	—	(R1:9.1%) (R5:9.5%)	—	—	—

③年代別での「生活習慣病のリスクを高める飲酒者」の割合

生活習慣病のリスクを高める飲酒者の割合を男女別に年代で比較すると、男性は50代で最も高く(25.1%)、ついで60代(21.1%)、70代(17.5%)、30代(17.0%)の順に高くなっており、女性は40代で最も高く(16.2%)、ついで50代(11.6%)、60代(11.3%)、30代(8.1%)の順に高くなっていた。このことから、男女ともに生活習慣病のリスクを高める飲酒者は中高年層が比較的多いことが明らかになった。(表2-17)

〈表2-17〉「生活習慣病のリスクを高める飲酒者」に該当する者の割合(性別・年代別)

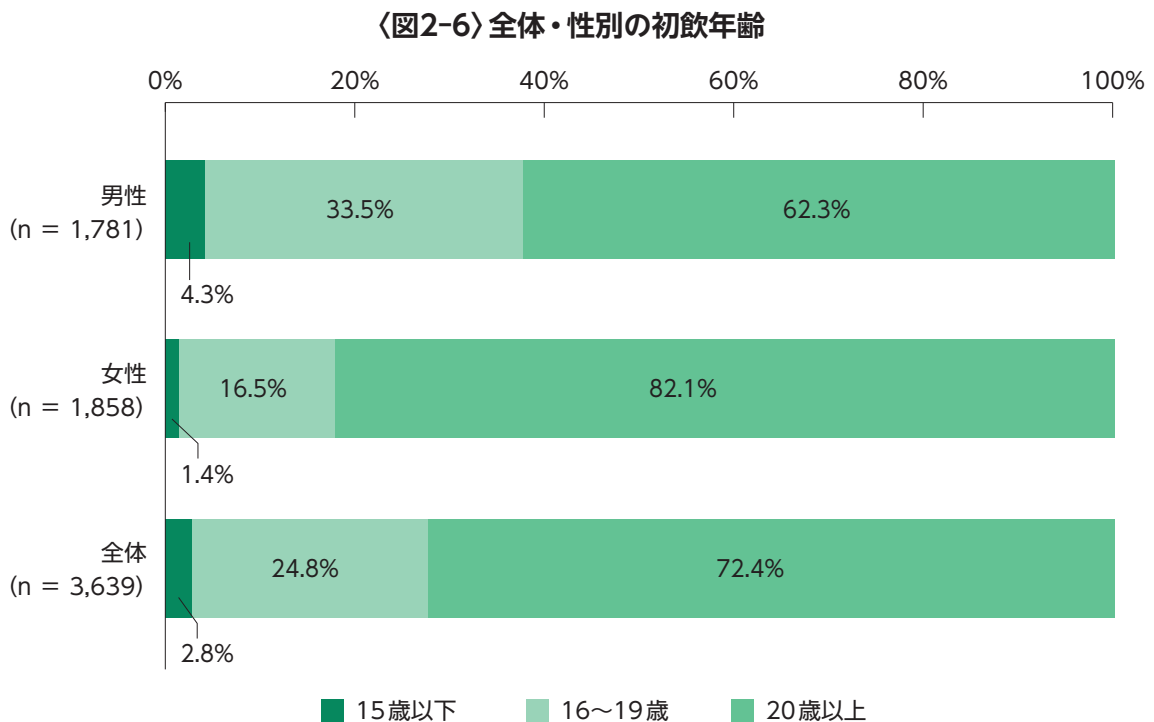
	男性 該当数/総数	女性 該当数/総数	全体 該当数/総数
20代	14/141 (9.9%)	9/125 (7.2%)	23/266 (8.6%)
30代	34/200 (17.0%)	20/247 (8.1%)	54/447 (12.1%)
40代	40/251 (15.9%)	60/370 (16.2%)	100/621 (16.1%)
50代	78/311 (25.1%)	44/380 (11.6%)	122/691 (17.7%)
60代	70/331 (21.1%)	45/400 (11.3%)	115/731 (15.7%)
70代	74/423 (17.5%)	31/489 (6.3%)	105/912 (11.5%)
80代以上	19/211 (9.0%)	7/288 (2.4%)	26/499 (5.2%)
全体	329/1,868 (17.6%)	216/2,299 (9.4%)	545/4,167 (13.1%)

2.5.4 アルコール健康障害のリスクに関連する要因

(1) 初飲年齢

【問9】 ちょっとだけの試し飲みは別にして、あなたが初めてお酒を飲んだのは何歳のときですか。(数値記入)

初めてお酒を飲んだ年齢(初飲年齢)は、全体の27.6%が20歳未満であった。さらに男女別では、男性の37.8%(15歳以下:4.3%, 16~19歳:33.5%), 女性の17.9%(15歳以下:1.4%, 16~19歳:16.5%)が初飲年齢を20歳未満と回答していた。(図2-6)



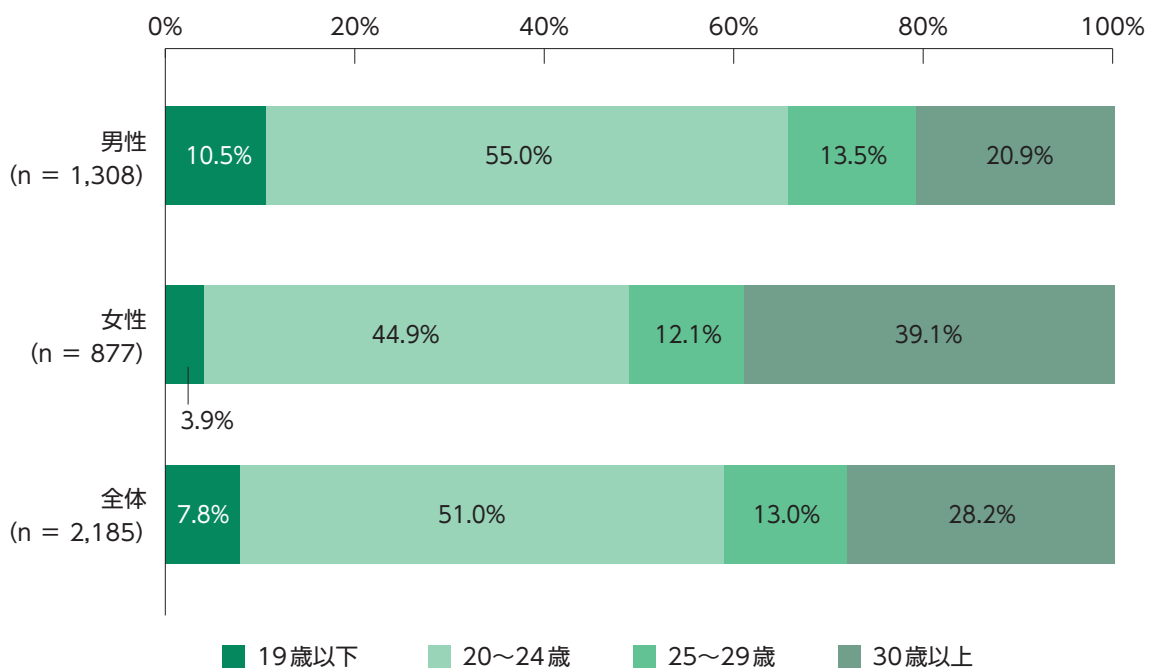
※集計から除外：生涯飲酒経験のない者 (n = 576), 「わからない」と回答した者 (n = 84), 無回答 (n = 1)

(2) 習慣飲酒開始年齢

【問12】あなたが定期的(少なくとも月に1回以上のペースで、6ヵ月間以上続けて)にお酒を飲み始めたのは何歳からですか。現在は定期的に飲酒していない場合も、過去の経験に基づいてお答えください。(数値記入)

習慣飲酒開始年齢(少なくとも月に1回以上のペースで6ヵ月間以上続けて飲み始めた年齢)の平均は全体で26.8歳, 男性24.8歳, 女性29.8歳であった。習慣飲酒開始年齢を20歳未満と回答した者の割合は, 男性の10.5%, 女性の3.9%であった。(図2-7)

〈図2-7〉全体・性別の習慣飲酒開始年齢



※集計から除外：習慣的な飲酒の経験がない者 (n = 1,535), 生涯飲酒経験のない者 (n = 576), 「わからない」と回答した者 (n = 1), 無回答 (n = 3)

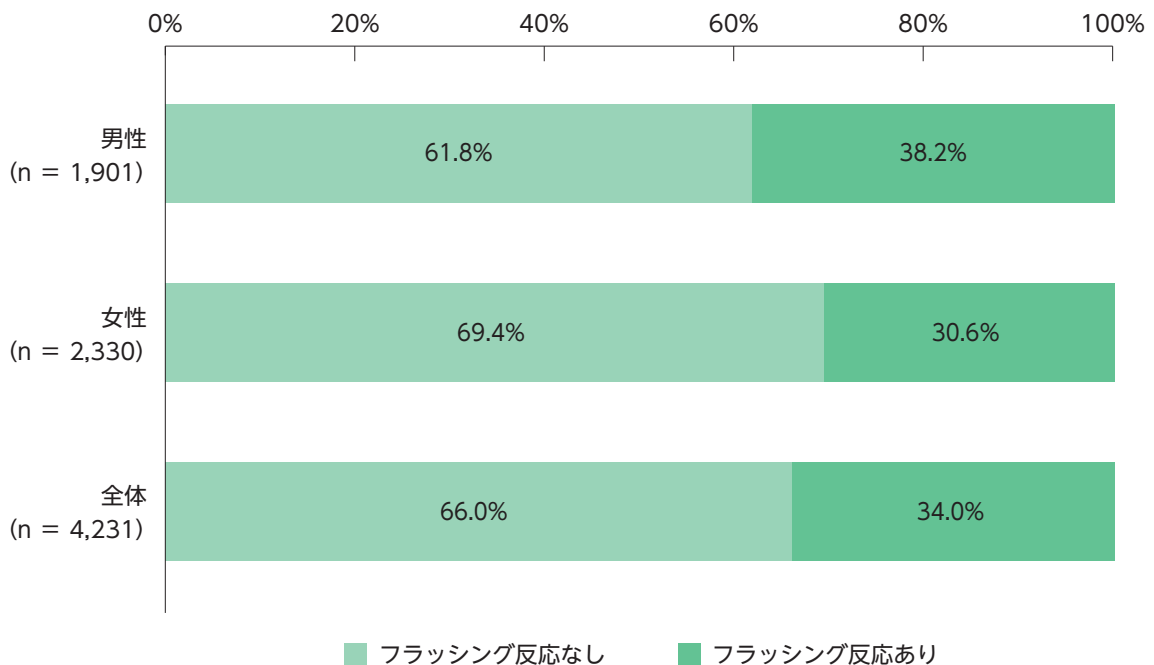
(3) フラッシングの有無

【問10】 現在あなたは、ビールをコップ1杯飲んだくらいの少量の飲酒で、すぐに顔が赤くなる体質がありますか。

【問11】 お酒を飲み始めたころの1～2年間には、ビールをコップ1杯飲んだくらいの少量の飲酒で、すぐに顔が赤くなる体質がありましたか。

フラッシング反応（お酒を飲んで顔が赤くなる体質）について、【問10】【問11】のいずれかに「はい」と回答した者を「フラッシング反応あり」として集計した。フラッシング反応のある者は全体の34.0%であった。さらに性別で集計した結果、男性の38.2%、女性の30.6%にフラッシング反応があった。(図2-8)

〈図2-8〉全体・性別でのフラッシング反応の有無



※集計から除外：「わからない」と回答した者 (n = 69)

(4) 医療機関にかかった経験・飲酒との関連

【問17】過去1年間に、医師や保健医療機関にかかりましたか。かかった場合は、その病名を下のリストの中からすべてお答えください。(複数回答)

医療機関にかかった経験について、【問17】において「(ハ) 受診していない」と回答した者以外 (n = 3,045) を対象に、受診時に飲酒状況について尋ねられた経験についての質問を行った。

①受診時に飲酒状況について尋ねられた経験

【問17付問1】過去1年間に、医師や保健医療機関にかかったとき、あなたの飲酒状況について1度でもたずねられましたか。健診や人間ドックは除いてお答えください。

受診時に飲酒状況について尋ねられた経験のある者は、全体の15.4%であった。性別で集計した結果、男性の23.3%、女性の8.7%に飲酒状況について尋ねられた経験があった。(表2-18)

〈表2-18〉受診時、飲酒状況について尋ねられた経験

	経験あり	経験なし
男性 (n = 1,395)	325 (23.3%)	1,070 (76.7%)
女性 (n = 1,637)	143 (8.7%)	1,494 (91.3%)
全体 (n = 3,032)	468 (15.4%)	2,564 (84.6%)

※集計から除外：「わからない」と回答した者 (n = 10), 無回答者 (n = 3)

②受診時に酒を控えるように助言された経験

【問17付問2】過去1年間に、医師や保健医療機関にかかったとき、酒を控えるように1度でも助言されましたか。健診や人間ドックは除いてお答えください。

【問17付問1】において、受診時に飲酒状況について尋ねられた経験があると回答した者の中で (n = 468), 酒を控えるように医師から助言された経験のある者は、全体の28.0%であった。性別で集計した結果、男性の34.5%、女性の13.3%に酒を控えるように医師から助言された経験があった。(表2-19)

〈表2-19〉受診時に飲酒状況について尋ねられた者における、酒を控えるように助言された経験

	医師から言われた	医師以外の医療関係者から言われた	言われなかった
男性 (n = 325)	112 (34.5%)	6 (1.8%)	207 (63.7%)
女性 (n = 143)	19 (13.3%)	4 (2.8%)	120 (83.9%)
全体 (n = 468)	131 (28.0%)	10 (2.1%)	327 (69.9%)

③助言後の飲酒量の変化

【問17付問3】 助言された後に飲酒量が減りましたか。

【問17付問2】において、受診時に酒を控えるように助言された経験があると回答した者の中で (n = 141), その後の飲酒量の変化について集計した結果, 「変わらない」と回答したのは全体の52.5%であった。「飲む回数は変わらないが, 1回に飲む量が減った」は16.5%, 「1回に飲む量は変わらないが, 飲む回数が減った」は11.5%, 「1回に飲む量も飲む回数も減った」は18.7%であった。(表2-20)

〈表2-20〉助言後の飲酒量の変化

	飲む回数は変わらないが, 1回に飲む量が減った	1回に飲む量は変わらないが, 飲む回数が減った	1回に飲む量も飲む回数も減った	変わらない	むしろ増えた
男性 (n = 116)	19 (16.4%)	15 (12.9%)	20 (17.2%)	61 (52.6%)	1 (0.9%)
女性 (n = 23)	4 (17.4%)	1 (4.3%)	6 (26.1%)	12 (52.2%)	0 (0.0%)
全体 (n = 139)	23 (16.5%)	16 (11.5%)	26 (18.7%)	73 (52.5%)	1 (0.7%)

※集計から除外: わからない・無回答 (n = 2)

④アルコールに関する処方経験

【問17付問4】 あなたはこれまでに, 飲酒に関する問題やアルコール依存に関して, 医療機関において薬剤を処方された経験がありますか。ある場合は, 処方された薬剤をすべてお答えください。(複数回答)

【問17付問2】において、受診時に酒を控えるように助言された経験があると回答した者に対し (n = 141), アルコールに関する処方経験を尋ねた。その結果, 全体の95.0%が薬剤を処方された経験はないと回答していた。(表2-21)

〈表2-21〉アルコールに関する処方経験

	男性 (n = 117)	女性 (n = 23)	全体 (n = 140)
断酒補助薬 (アカンプロサート)	2 (1.7%)	1 (4.3%)	3 (2.1%)
抗酒薬 (ジスルフィラムまたはシアナミド)	2 (1.7%)	1 (4.3%)	3 (2.1%)
飲酒量低減薬 (ナルメフェン)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
その他の薬剤	2 (1.7%)	0 (0.0%)	2 (1.4%)
処方された経験はあるが, 薬剤名は覚えていない	1 (0.9%)	1 (4.3%)	2 (1.4%)
薬剤を処方された経験はない	112 (95.7%)	21 (91.3%)	133 (95.0%)

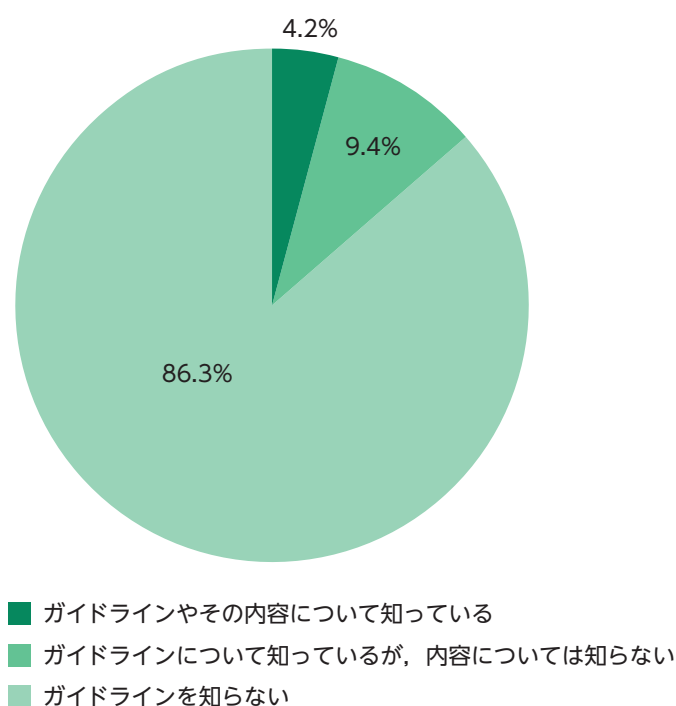
※集計から除外: 無回答 (n = 1)

(5) 「健康に配慮した飲酒に関するガイドライン」の周知

【問18】令和6年(2024年)2月19日に厚生労働省から公開された「健康に配慮した飲酒に関するガイドライン」では、飲酒量の計算の仕方や生活習慣病のリスクを高める飲酒の量が明記されていますが、このガイドラインについて知っていますか。

厚生労働省は2024年に飲酒に伴うリスクに関する知識の普及の推進を図るため、国民それぞれの状況に応じた適切な飲酒量・飲酒行動の判断に資する「健康に配慮した飲酒に関するガイドライン」を作成している。ガイドラインの周知状況について集計した結果、多くの者(全体の86.3%)がガイドラインを知らず、ガイドラインの内容についても知っている者は全体の4.2%であった。(図2-9)

〈図2-9〉健康に配慮した飲酒に関するガイドラインの周知



※集計から除外：無回答 (n = 19)

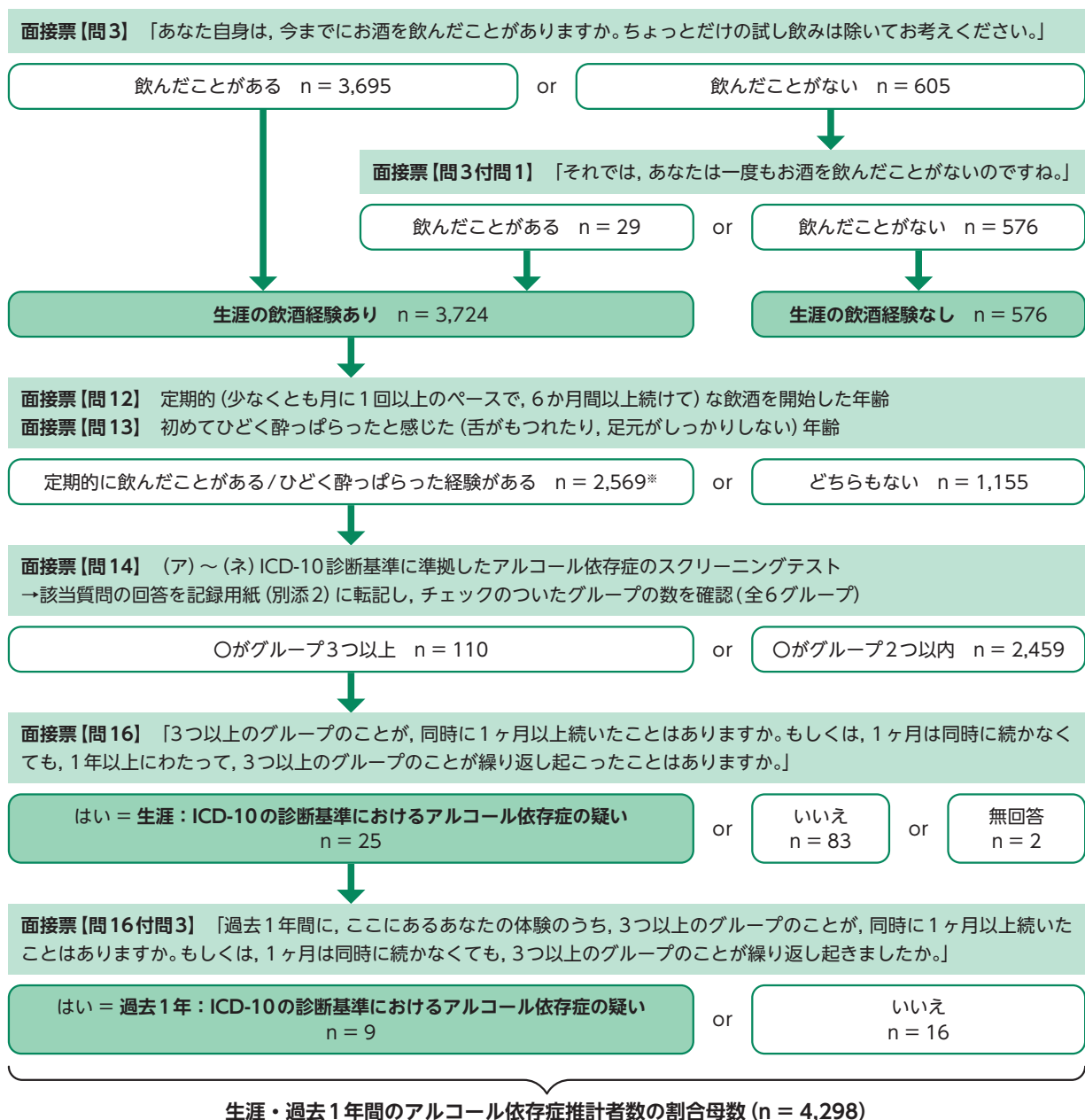
2.5.5 「ICD-10 診断基準における生涯においてアルコール依存症が疑われる者」の割合の推計

【回答対象者およびサンプル数の分布】

本調査では図2-10に示したように調査対象者全員に尋ねる質問のほか、生涯の飲酒経験がある者を対象とした質問や、定期的な飲酒・ひどく酔っぱらった経験がない者を質問対象から除外した質問など、回答者を限定した質問が含まれている。

そのため、面接票問16「ICD-10診断基準における生涯においてアルコール依存症が疑われる者」・面接票問16付問3「ICD-10診断基準における過去1年においてアルコール依存症が疑われる者」の割合を算出する際には、問16の回答対象であるが無回答であった者 (n = 2) を除く4,298名を割合母数とする (なお、問16付問3の回答対象であるが無回答であった者はいない)。

〈図2-10〉各設問回答対象のフローチャート



※年齢を回答していない場合を含む (年齢未回答かつ「00」と回答していない場合)

(1) ICD-10診断基準における生涯においてアルコール依存症が疑われる者の割合の推計

【問16】今までに、ここにあるあなたの体験のうち、3つ以上のグループのことが、同時に1ヶ月以上続いたことはありますか。もしくは、1ヶ月は同時に続かなくても、1年以上にわたって、3つ以上のグループのことが繰り返し起こったことはありますか。

本調査では、問16に「はい」と回答した者を「ICD-10診断基準における生涯においてアルコール依存症が疑われる者」とした。その結果、ICD-10診断基準における生涯においてアルコール依存症が疑われる者に該当したのは、男性22名(1.1%)、女性3名(0.1%)、全体で25名(0.6%)であった。(表2-22)

さらに、令和6年10月1日の現在人口を用いて年齢調整を行った結果、男性の1.2%(95%CI:0.7-1.6%)、女性の0.2%(95%CI:0.0-0.4%)、全体で0.6%(95%CI:0.4-0.9%)が、ICD-10診断基準における生涯においてアルコール依存症の疑いがあると推計された。

〈表2-22〉ICD-10診断基準におけるアルコール依存症推計者数(生涯)

	男性 (n = 1,921)	女性 (n = 2,377)	全体 (n = 4,298)
問16「はい」と回答した者 (ICD-10診断基準における 生涯においてアルコール依存症が 疑われる者)	22 (1.1%)	3 (0.1%)	25 (0.6%)
【年齢調整後】 ICD-10診断基準における 生涯のアルコール依存症推計者数 (割合[95%信頼区間])	22.1 (1.2% [0.7-1.6%])	3.8 (0.2% [0.0-0.4%])	27.3 (0.6% [0.4-0.9%])
【年齢調整後：日本人人口換算】 ICD-10診断基準における 生涯のアルコール依存症推計者数 [95%信頼区間]	56.0万人 [32.0万人-80.1万人]	8.4万人 [0万人-18.5万人]	64.4万人 [38.3万人-90.5万人]

※集計から除外：問16の回答対象であるものの、無回答であった者(n = 2)

(2) ICD-10診断基準における過去1年においてアルコール依存症が疑われる者の割合の推計

【問16付問3】 過去1年間に、ここにあるあなたの体験のうち、3つ以上のグループのことが、同時に1ヶ月以上続いたことはありますか。もしくは、1ヶ月は同時に続かなくても、3つ以上のグループのことが繰り返し起きましたか。

本調査では、問16付問3に「はい」と回答した者を「ICD-10診断基準における過去1年においてアルコール依存症が疑われる者」とした。問16付問3の回答対象となったのは25名(男性:22名, 女性:3名)であった。ICD-10診断基準における過去1年においてアルコール依存症が疑われる者に該当したのは、男性9名(0.5%), 女性0名, 全体で9名(0.2%)であった。(表2-23)

さらに、令和6年10月1日の現在人口を用いて年齢調整を行った結果、男性の0.5% (95% CI : 0.2-0.8%), 全体で0.3% (95% CI : 0.1-0.4%) が、ICD-10診断基準における過去1年においてアルコール依存症の疑いがあると推計された。なお、本調査で対象となった女性には該当者が存在していなかったが、この結果から、日本国籍を有する成人女性において過去1年間にアルコール依存症が疑われる者が存在しないと判断することはできない。

〈表2-23〉ICD-10診断基準におけるアルコール依存症推計者数(過去1年)

	男性 (n = 1,921)	女性 (n = 2,377)	全体 (n = 4,298)
問16「はい」と回答した者 (ICD-10診断基準における 過去1年において アルコール依存症が疑われる者)	9 (0.5%)	0 (—%)	9 (0.2%)
【年齢調整後】 ICD-10診断基準における 過去1年のアルコール依存症 推計者数(割合[95%信頼区間])	9.8 (0.5% [0.2-0.8%])	0 (—%)	10.6 (0.3% [0.1-0.4%])
【年齢調整後：日本人人口換算】 ICD-10診断基準における 過去1年のアルコール依存症 推計者数[95%信頼区間]	24.9万人 [8.5万人-41.4万人]	0 [—]	24.9万人 [8.5万人-41.4万人]

※集計から除外：問16の回答対象であるものの、無回答であった者 (n = 2)

2.5.6 本章まとめ

(1) 飲酒経験と飲酒習慣

生涯における飲酒経験者は男性の93.9%、女性の80.7%が該当していた。さらに、過去1年間において飲酒経験がある者は男性75.2%、女性55.1%であり、男性の方が女性よりも割合が高いものの、全体の半数以上が過去1年間に飲酒をしていることが明らかとなった。

飲酒頻度については、飲酒者(過去1年に飲酒経験がある者)において、男性は「毎日1回」と回答した者の割合が最も高く(33.3%)、女性では「1年間に1~5日」と回答した者の割合が最も高かった(20.5%)。ふだんの飲酒量について、男性は「2ドリンク以上4ドリンク未満」と回答した者の割合が最も高く(24.6%)、女性では「2ドリンク未満」と回答した者の割合が最も高かった(32.3%)。このことから、男性の方が女性よりも飲酒頻度や飲酒量が多い傾向にあることが明らかになった。性別・年代別にみると、男性の飲酒者では、飲酒頻度を「毎日1回」と回答した者は50代から80代以上に多く、比較的高齢層の飲酒頻度が高くなっていた。高齢になるほど過去1年に飲酒していない者の割合が高くなっているものの、同程度またはそれ以上の割合で毎日1回以上の飲酒頻度の者も存在し、飲酒頻度が二極化していることが明らかになっている。生活習慣病のリスクを高める飲酒者の割合では、50代(25.1%)、60代(21.1%)で高く、比較的中高年齢層の該当割合が高くなっていた。女性では飲酒者において、飲酒頻度を「1年間に1~5日」と回答した者の割合が高く、イベントなどの機会的な飲酒頻度であることがうかがえる。しかし、次いで「1週間に1~2日」と回答した者の割合が高く(12.1%)、なかでも40代(13.9%)、20代(13.8%)の比較若年から中年層に多くなっていた。生活習慣病のリスクを高める飲酒者の割合では、40代(16.2%)が最も該当割合が高く、次いで50代(11.6%)、60代(11.3%)の該当割合が高くなっていた。

また、多量飲酒(1度に6ドリンク以上飲酒すること)について、飲酒者において、全体の約20%が経験していると回答していた。ビンジ飲酒(短時間内の大量飲酒)について、男性の22.2%、女性の10.9%は年に数回以上の頻度でビンジ飲酒の経験があると回答していた。多量飲酒やビンジ飲酒はケガや事故のリスクを高め、さらにこれらの飲酒行動を継続的に行うことは、アルコール依存症だけでなく、さまざまな疾病の発症リスクを高めることが指摘されている。そのため、健康リスクの高い飲酒の仕方についての知識をより周知することが重要である。

(2) 初飲年齢と習慣飲酒開始年齢

全体の27.6%が、20歳未満のうちに「初めてお酒を飲んだ」と回答していた。さらに、習慣飲酒(月1回以上)開始年齢についても、男性の10.5%、女性の3.9%が、20歳未満と回答していた。今後も引き続き、20歳未満の者およびその保護者、酒類提供者等への法令順守の呼びかけを行う必要がある。

(3) 健康に関するガイドラインの周知

厚生労働省が2024年に公開した「健康に配慮した飲酒に関するガイドライン」では、アルコール健康障害の発生を防止するため、適切な飲酒量や飲酒行動のための知識などが示されている。本調査において、当該ガイドラインの内容を「知っている」と回答した者は4.2%にとどまった。このことから、今後ともさらなるガイドラインの周知・普及に向けた取り組みが必要であると考えられる。

(4) ICD-10診断基準における生涯においてアルコール依存症が疑われる者の割合

面接調査では、ICD-10診断基準における生涯においてアルコール依存症が疑われる者の割合の推計のための質問票を用い、生涯においてアルコール依存症が疑われる者の割合について推計を行った。その結果(年齢調整後)、男性の1.2%、女性の0.2%に生涯においてアルコール依存症が疑われ、調査年の人口に換算すると、その数は約64万人に達すると見込まれた。



第3章

飲酒と生活習慣に 関する調査 (記入式アンケート)

3.1 調査目的

一般住民における「過去1年間にアルコール使用障害が疑われる者の割合」や「アルコールに関連する害」, 「飲酒動機」, 「アルコールに関連した問題（睡眠, うつ, 社会機能の障害等）」などを明らかにする。

なお, 本章において, 上記の主要な指標などについては, 集計を行ったうえでその内容の説明を記載しているが, そのほかの詳細な項目に関しては, 付録として集計結果のみを記載している。

3.2 調査方法

(1) 調査対象

全国の市町村361地点に居住する満20歳以上の日本国籍を有する男女から, 層化二段階無作為抽出法を用いて8,000名を対象とし, なおかつ本調査の面接調査(第2章)に協力が得られた場合にのみ, 本自記式(記入式)アンケート調査に協力を求めた。

(2) 回収数および有効回答数

自記式(記入式)アンケート調査の総回収数は4,268票であり(回収率:53.4%),有効回答票は4,265票(有効回答率:53.3%)であった。

(3) 調査内容

調査票名:「飲酒と生活習慣に関する調査(記入式アンケート)」

調査項目

①アルコール使用障害のスクリーニングテスト

- ・AUDIT (Alcohol Use Disorders Identification Test)

過去1年間にアルコール使用障害が疑われる者の割合を推計するために, WHOによって開発された, 問題飲酒者のスクリーニングテストであるAUDIT^{6,7}を使用した。AUDITは全10項目の設問からなり, 全項目の合計点(40点)で飲酒問題の程度を評価する。また, AUDITの区分点は集団の特性や目的に応じて決めることができるが, 本報告書では, 特定保健指導で用いられている「標準的な健診・保健指導プログラム(改訂版)」⁸の基準を参考に, 0~7点を「非飲酒者・ローリスク飲酒者」, 8~14点を「ハイリスク飲酒者」, 15点以上を「アルコール使用障害が疑われる者」として扱い, 分析に用いた。

- ・DSM-5に準拠したアルコール使用障害のスクリーニングテスト

②飲酒行動など

- ・飲酒動機 (Drinking Motives Questionnaire Revised: DMQ-R)
- ・新型コロナウイルスの影響

⁶ Babor, T. F., de la Fuente, J. R., Saunders, J. B., et al. (1992). AUDIT: The Alcohol Use Disorder Identification Test: Guidance for Use in Primary Health Care. WHO

⁷ 廣 尚典, 島 悟: 問題飲酒指標AUDIT日本語版の有用性に関する検討. 日本アルコール・薬物医学会雑誌, 31 (5); 437-450, 1996

⁸ 保健指導におけるアルコール使用障害スクリーニング (AUDIT) とその評価結果に基づく減酒支援 (ブリーフインターベンション) の手引き https://kurihama.hosp.go.jp/research/pdf/20140604_hoken-program3_06.pdf

③アルコールに関する相談先や知識

- ・アルコール健康障害に関する相談先
- ・アルコール関連問題による相談経験の有無
- ・アルコール健康障害の知識

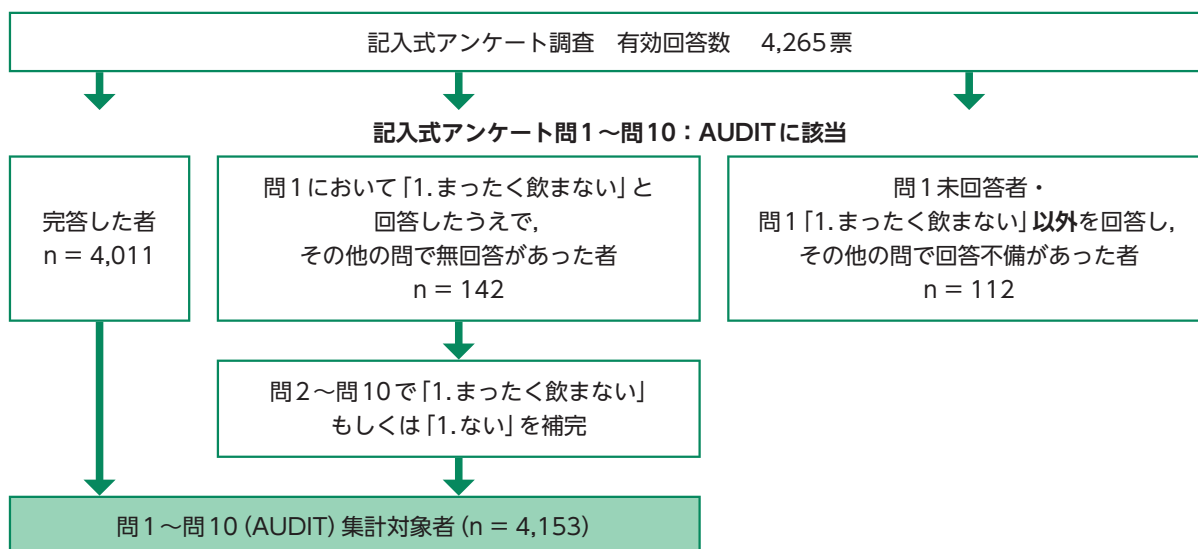
④アルコール関連問題

- ・アルコールに関連する害
- ・飲酒運転の経験
- ・睡眠 (Athens Insomnia Scale: アテネ不眠尺度)
- ・うつの評価スケール (Patient Health Questionnaire-9: PHQ-9)
- ・社会機能の障害 (Work and Social Adjustment Scale: WSAS)
- ・ギャンブル障害のスクリーニングテスト (Problem Gambling Severity Index: PGSI)
- ・薬の服用について・薬とアルコールの同時摂取経験

3.3 一部項目の集計対象者 (AUDIT集計対象者) について

記入式アンケート調査では、「過去1年間においてアルコール使用障害が疑われる者」の割合を推計するため、AUDITを用いており、本調査票の問1～問10がAUDITに該当する項目である。該当する一連の質問項目のうち、問1において「1. まったく飲まない」と回答した者で、問2～問10に無回答があった者については、非飲酒者であることが想定されるため、当該項目すべてを「1. まったく飲まない／ない(0点)」として補完した(n = 142)。以上より、問1～問10の集計対象者は、完答者(n = 4,011)および回答の一部を補完した者(n = 142)を合わせた計4,153名とした。

〈図3-1〉AUDIT集計対象者について



3.4 分析方法

一部の質問結果の解析には、男女差やAUDIT得点区分による違い、アルコール使用障害が疑われる者とそうでない者 (AUDIT15点以上未満) による傾向の違いを検証するために、 χ^2 検定を実施した。

3.5 調査結果

3.5.1 飲酒行動 (記入式アンケート)

記入式アンケートにおける飲酒頻度, 飲酒量, 多量飲酒の頻度, 一時多量飲酒者について, それぞれ男女別・年代別に集計を行った。なお, 飲酒行動に関する集計対象者については, 問1～問10に完答した者および一部回答を補完した者を合わせた4,153名を対象としている (本報告書p.43を参照)。

(1) 飲酒頻度

**【問1】あなたは、ふだん酒類 (アルコール含有飲料) を、平均するとどのくらいの頻度で飲みますか。
(単一選択)**

飲酒頻度について, 男女別, 年代別に集計した。男性では, 1週間に4回以上 (32.9%) と回答した者の割合が最も高く, 次いでまったく飲まない (28.7%) と回答した者の割合が高くなっていた。年代別にみると, 20代は1ヵ月に1回以下, 30代はまったく飲まないと回答した者の割合が最も高い一方, 40代はまったく飲まないと回答した者 (25.7%) および1週間に4回以上 (25.3%) と回答した者の割合がほぼ同率であり, 50～70代では, 1週間に4回以上と回答した者の割合が最も高く, 年代により大きく異なることが示された。ただし, まったく飲まないと回答した者の割合が2番目に高く (またはほぼ同率), 40～70代の男性では飲酒頻度が二極化している傾向がみられる。また80代以上では, まったく飲まないと回答した者の割合が最も高い (39.2%) もの, 33.2%は1週間に4回以上と回答しており, 高頻度飲酒者は一定数存在していた。(表3-1)

〈表3-1〉飲酒頻度 (男性)

	20代	30代	40代	50代
まったく飲まない	26 (18.4%)	52 (25.4%)	66 (25.7%)	64 (21.0%)
1ヵ月に1回以下	43 (30.5%)	44 (21.5%)	48 (18.7%)	38 (12.5%)
1ヵ月に2～4回	39 (27.7%)	31 (15.1%)	39 (15.2%)	39 (12.8%)
1週間に2～3回	20 (14.2%)	39 (19.0%)	39 (15.2%)	43 (14.1%)
1週間に4回以上	13 (9.2%)	39 (19.0%)	65 (25.3%)	121 (39.7%)
全体	141 (100.0%)	205 (100.0%)	257 (100.0%)	305 (100.0%)
	60代	70代	80代以上	全体
まったく飲まない	93 (28.1%)	154 (36.9%)	78 (39.2%)	533 (28.7%)
1ヵ月に1回以下	32 (9.7%)	32 (7.7%)	19 (9.5%)	256 (13.8%)
1ヵ月に2～4回	32 (9.7%)	33 (7.9%)	16 (8.0%)	229 (12.3%)
1週間に2～3回	30 (9.1%)	35 (8.4%)	20 (10.1%)	226 (12.2%)
1週間に4回以上	144 (43.5%)	163 (39.1%)	66 (33.2%)	611 (32.9%)
全体	331 (100.0%)	417 (100.0%)	199 (100.0%)	1,855 (100.0%)

女性では、まったく飲まないと回答した者が約半数を占めていた(48.9%)。年代別にみると、高齢になるほどまったく飲まないと回答した者の割合が高くなる傾向がみられた。一方で40代、60代では1週間に4回以上と回答した者の割合が2番目に高く、中高年層において高頻度飲酒者が一定数存在していた。(表3-2)

〈表3-2〉飲酒頻度(女性)

	20代	30代	40代	50代
まったく飲まない	32 (25.4%)	95 (39.3%)	144 (38.3%)	155 (39.9%)
1ヵ月に1回以下	41 (32.5%)	66 (27.3%)	60 (16.0%)	87 (22.4%)
1ヵ月に2～4回	36 (28.6%)	40 (16.5%)	55 (14.6%)	52 (13.4%)
1週間に2～3回	12 (9.5%)	25 (10.3%)	52 (13.8%)	44 (11.3%)
1週間に4回以上	5 (4.0%)	16 (6.6%)	65 (17.3%)	50 (12.9%)
全体	126 (100.0%)	242 (100.0%)	376 (100.0%)	388 (100.0%)
	60代	70代	80代以上	全体
まったく飲まない	190 (47.1%)	308 (63.6%)	199 (71.3%)	1,123 (48.9%)
1ヵ月に1回以下	57 (14.1%)	61 (12.6%)	34 (12.2%)	406 (17.7%)
1ヵ月に2～4回	50 (12.4%)	38 (7.9%)	18 (6.5%)	289 (12.6%)
1週間に2～3回	41 (10.2%)	26 (5.4%)	13 (4.7%)	213 (9.3%)
1週間に4回以上	65 (16.1%)	51 (10.5%)	15 (5.4%)	267 (11.6%)
全体	403 (100.0%)	484 (100.0%)	279 (100.0%)	2,298 (100.0%)

(2) 飲酒量

【問2】 飲酒するときには、通常どのくらいの量を飲みますか。【ドリンク換算表】を参考にお答えください。(単一選択)

飲酒量について、男女別、年代別に集計した。男性では、1～2ドリンク (40.8%) と回答した者の割合が最も高く、次いでまったく飲まない (27.2%) と回答した者の割合が高かった。年代別にみると、比較的高齢になるにつれ、まったく飲まないと回答した者の割合が高くなるものの、1～2ドリンク、3～4ドリンクと回答した者の割合は、すべての年代で同程度存在していた。(表3-3)

〈表3-3〉 飲酒量 (男性)

	20代	30代	40代	50代
まったく飲まない	25 (17.7%)	47 (22.9%)	55 (21.4%)	61 (20.0%)
1～2ドリンク	70 (49.6%)	78 (38.0%)	105 (40.9%)	125 (41.0%)
3～4ドリンク	22 (15.6%)	46 (22.4%)	62 (24.1%)	60 (19.7%)
5～6ドリンク	13 (9.2%)	18 (8.8%)	21 (8.2%)	35 (11.5%)
7～9ドリンク	7 (5.0%)	8 (3.9%)	8 (3.1%)	16 (5.2%)
10ドリンク以上	4 (2.8%)	8 (3.9%)	6 (2.3%)	8 (2.6%)
全体	141 (100.0%)	205 (100.0%)	257 (100.0%)	305 (100.0%)
	60代	70代	80代以上	全体
まったく飲まない	90 (27.2%)	149 (35.7%)	78 (39.2%)	505 (27.2%)
1～2ドリンク	133 (40.2%)	161 (38.6%)	84 (42.2%)	756 (40.8%)
3～4ドリンク	59 (17.8%)	64 (15.3%)	31 (15.6%)	344 (18.5%)
5～6ドリンク	28 (8.5%)	28 (6.7%)	6 (3.0%)	149 (8.0%)
7～9ドリンク	11 (3.3%)	9 (2.2%)	0 (0.0%)	59 (3.2%)
10ドリンク以上	10 (3.0%)	6 (1.4%)	0 (0.0%)	42 (2.3%)
全体	331 (100.0%)	417 (100.0%)	199 (100.0%)	1,855 (100.0%)

女性では、まったく飲まない (47.5%) と回答した者の割合が最も高く、次いで1～2ドリンク (40.7%) と回答した者の割合が高くなっていた。(表3-4)

〈表3-4〉飲酒量 (女性)

	20代	30代	40代	50代
まったく飲まない	31 (24.6%)	80 (33.1%)	135 (35.9%)	145 (37.4%)
1～2ドリンク	60 (47.6%)	117 (48.3%)	177 (47.1%)	182 (46.9%)
3～4ドリンク	22 (17.5%)	26 (10.7%)	42 (11.2%)	46 (11.9%)
5～6ドリンク	12 (9.5%)	12 (5.0%)	12 (3.2%)	12 (3.1%)
7～9ドリンク	0 (0.0%)	4 (1.7%)	8 (2.1%)	3 (0.8%)
10ドリンク以上	1 (0.8%)	3 (1.2%)	2 (0.5%)	0 (0.0%)
全体	126 (100.0%)	242 (100.0%)	376 (100.0%)	388 (100.0%)
	60代	70代	80代以上	全体
まったく飲まない	189 (46.9%)	312 (64.5%)	200 (71.7%)	1,092 (47.5%)
1～2ドリンク	175 (43.4%)	154 (31.8%)	71 (25.4%)	936 (40.7%)
3～4ドリンク	29 (7.2%)	14 (2.9%)	6 (2.2%)	185 (8.1%)
5～6ドリンク	7 (1.7%)	3 (0.6%)	1 (0.4%)	59 (2.6%)
7～9ドリンク	3 (0.7%)	1 (0.2%)	1 (0.4%)	20 (0.9%)
10ドリンク以上	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	6 (0.3%)
全体	403 (100.0%)	484 (100.0%)	279 (100.0%)	2,298 (100.0%)

(3) 多量飲酒の頻度および一時多量飲酒者

【問3】1度に6ドリンク以上飲酒することがありますか。あるとすればどのくらいの頻度ですか。(単一選択)

本報告書では、1度に6ドリンク以上飲酒することを多量飲酒とした。多量飲酒の頻度について、男女別、年代別に集計した。男性では、ないと回答した者の割合が約7割となっていた(69.2%)。年代別にみると、比較的高齢の方が、ないと回答した者の割合が高いものの、50代から70代においては、1週間に1回以上の頻度と回答した者の割合や、毎日あるいはほとんど毎日と回答した者の割合が若年層と比較して高くなっていた。(表3-5)

〈表3-5〉多量飲酒の頻度 (男性)

	20代	30代	40代	50代
ない	88 (62.4%)	118 (57.6%)	168 (65.4%)	178 (58.4%)
1ヵ月に1回未満	25 (17.7%)	41 (20.0%)	38 (14.8%)	46 (15.1%)
1ヵ月に1回	19 (13.5%)	29 (14.1%)	21 (8.2%)	38 (12.5%)
1週間に1回	8 (5.7%)	9 (4.4%)	23 (8.9%)	24 (7.9%)
毎日あるいはほとんど毎日	1 (0.7%)	8 (3.9%)	7 (2.7%)	19 (6.2%)
全体	141 (100.0%)	205 (100.0%)	257 (100.0%)	305 (100.0%)
	60代	70代	80代以上	全体
ない	228 (68.9%)	325 (77.9%)	179 (89.9%)	1,284 (69.2%)
1ヵ月に1回未満	33 (10.0%)	22 (5.3%)	10 (5.0%)	215 (11.6%)
1ヵ月に1回	17 (5.1%)	28 (6.7%)	5 (2.5%)	157 (8.5%)
1週間に1回	23 (6.9%)	17 (4.1%)	2 (1.0%)	106 (5.7%)
毎日あるいはほとんど毎日	30 (9.1%)	25 (6.0%)	3 (1.5%)	93 (5.0%)
全体	331 (100.0%)	417 (100.0%)	199 (100.0%)	1,855 (100.0%)

女性では、ないと回答した者が約9割であった(89.6%)。年代別に見ると、年齢が高くなるにつれ、ないと回答した者の割合が高くなっており、年齢が低い方が1ヵ月に1回以上の多量飲酒の経験がある者の割合が高くなっていった。(表3-6)

〈表3-6〉多量飲酒の頻度(女性)

	20代	30代	40代	50代
ない	92 (73.0%)	194 (80.2%)	313 (83.2%)	342 (88.1%)
1ヵ月に1回未満	22 (17.5%)	34 (14.0%)	32 (8.5%)	26 (6.7%)
1ヵ月に1回	9 (7.1%)	6 (2.5%)	17 (4.5%)	7 (1.8%)
1週間に1回	3 (2.4%)	6 (2.5%)	3 (0.8%)	10 (2.6%)
毎日あるいはほとんど毎日	0 (0.0%)	2 (0.8%)	11 (2.9%)	3 (0.8%)
全体	126 (100.0%)	242 (100.0%)	376 (100.0%)	388 (100.0%)
	60代	70代	80代以上	全体
ない	369 (91.6%)	473 (97.7%)	275 (98.6%)	2,058 (89.6%)
1ヵ月に1回未満	15 (3.7%)	3 (0.6%)	1 (0.4%)	133 (5.8%)
1ヵ月に1回	7 (1.7%)	2 (0.4%)	2 (0.7%)	50 (2.2%)
1週間に1回	8 (2.0%)	2 (0.4%)	1 (0.4%)	33 (1.4%)
毎日あるいはほとんど毎日	4 (1.0%)	4 (0.8%)	0 (0.0%)	24 (1.0%)
全体	403 (100.0%)	484 (100.0%)	279 (100.0%)	2,298 (100.0%)

アルコール健康障害対策推進基本計画（令和3年3月）では，“過去30日間で一度に純アルコール量60g以上の飲酒をした者”を一時多量飲酒者とするという基準が用いられている（純アルコール60gは6ドリンクと同等）。そのため本報告書では，問3に「1ヵ月に1回」，「1週間に1回」，「毎日あるいはほとんど毎日」と回答した者を一時多量飲酒者として，集計を行った。

その結果，男性の19.2%，女性の4.7%，全体の11.1%が一時多量飲酒者に該当していた。（表3-7）

〈表3-7〉一時多量飲酒者

	男性 (n = 1,855)	女性 (n = 2,298)	全体 (n = 4,153)
ない	1,284 (69.2%)	2,058 (89.6%)	3,342 (80.5%)
1ヵ月に1回未満	215 (11.6%)	133 (5.8%)	348 (8.4%)
1ヵ月に1回	157 (8.5%)	50 (2.2%)	207 (5.0%)
1週間に1回	106 (5.7%)	33 (1.4%)	139 (3.3%)
毎日あるいはほとんど毎日	93 (5.0%)	24 (1.0%)	117 (2.8%)
【一時多量飲酒者】 1ヵ月に1回以上の頻度と回答した者	356 (19.2%)	107 (4.7%)	463 (11.1%)

3.5.2 アルコールに関する相談先や知識

(1) アルコール健康障害の相談先

【問12】あなたは、アルコールによる健康障害が起こった場合に、どこに相談しますか。あてはまるものすべてに○をつけてください。(複数選択)

アルコールによる健康障害が起こった場合の相談先について、男女ともに「病院やクリニックの受診」と回答した割合が最も高く(男性：76.1%、女性：71.9%)、次いで「あてはまるものはない」と回答した割合が高かった(男性：20.5%、女性：24.7%)。(表3-8)

〈表3-8〉アルコール健康障害の相談先

	男性 (n = 1,884)	女性 (n = 2,277)	全体 (n = 4,161)	
法律の専門家 (弁護士, 司法書士など)	28 (1.5%)	19 (0.8%)	47 (1.1%)	
病院やクリニックの受診	1,434 (76.1%)	1,637 (71.9%)	3,071 (73.8%)	
公的な相談機関 (市区町村や精神保健福祉センター, 保健所等)	148 (7.9%)	206 (9.0%)	354 (8.5%)	
民間の相談機関 (無料電話相談, 回復施設)	38 (2.0%)	76 (3.3%)	114 (2.7%)	
自助グループ (断酒会, AAなど)	16 (0.8%)	46 (2.0%)	62 (1.5%)	
警察	24 (1.3%)	36 (1.6%)	60 (1.4%)	
その他	家族・友人・知人	20 (1.1%)	33 (1.4%)	53 (1.3%)
	上記以外のその他	5 (0.3%)	4 (0.2%)	9 (0.2%)
あてはまるものはない	386 (20.5%)	562 (24.7%)	948 (22.8%)	
わからない	6 (0.3%)	10 (0.4%)	16 (0.4%)	

※集計から除外：無回答 (n = 104)

(2) アルコール関連問題による相談経験

【問13】あなたは、あなた自身や家族のアルコール問題で、相談窓口への相談、専門機関や一般医療機関への受診、自助グループや回復プログラムへの参加をしたことがありますか。あなた自身と家族のことについてそれぞれお答えください。（複数選択）

【①自分のことで相談した経験】

自分自身のアルコール問題で相談した経験について、男女ともに「いずれもない」と回答した割合が最も高かった（男性：99.3%，女性：99.7%，全体：99.5%）。（表3-9）

なお、アルコール使用障害が疑われる者における相談経験については本報告書 p.70 に記載。

〈表3-9〉自分自身のアルコール問題で相談した経験

	男性 (n = 1,879)	女性 (n = 2,306)	全体 (n = 4,185)
窓口に相談した	1 (0.1%)	2 (0.1%)	3 (0.1%)
専門機関で治療を受けた	9 (0.5%)	1 (0.0%)	10 (0.2%)
回復プログラムに参加した	2 (0.1%)	1 (0.0%)	3 (0.1%)
断酒会, AAなどの自助グループに相談した, または参加した	5 (0.3%)	3 (0.1%)	8 (0.2%)
依存症専門以外の一般医療機関を受診した	2 (0.1%)	2 (0.1%)	4 (0.1%)
いずれもない	1,866 (99.3%)	2,298 (99.7%)	4,164 (99.5%)

※集計から除外：無回答 (n = 80)

【②家族のことで相談した経験】

家族のアルコール問題で相談した経験について、男女ともに「いずれもない」と回答した割合が最も高かった（男性：99.3%，女性：98.6%，全体：98.9%）。（表3-10）

〈表3-10〉家族のアルコール問題で相談した経験

	男性 (n = 1,877)	女性 (n = 2,320)	全体 (n = 4,197)
窓口に相談した	4 (0.2%)	10 (0.4%)	14 (0.3%)
専門機関で治療を受けた	9 (0.5%)	12 (0.5%)	21 (0.5%)
回復プログラムに参加した	2 (0.1%)	1 (0.0%)	3 (0.1%)
断酒会, AAなどの自助グループに相談した, または参加した	2 (0.1%)	7 (0.3%)	9 (0.2%)
依存症専門以外の一般医療機関を受診した	1 (0.1%)	11 (0.5%)	12 (0.3%)
いずれもない	1,863 (99.3%)	2,288 (98.6%)	4,151 (98.9%)

※集計から除外：無回答 (n = 68)

(3) アルコール問題に関する知識

【問14】1度に純アルコールで60グラム以上相当のお酒を飲むと、どんな影響があると思いますか。

あてはまるものすべてに○をつけてください。(複数選択)

※純アルコールで60グラム以上相当とは、ビールの500ミリリットル缶で3本以上、日本酒で3合以上、焼酎で300mL (1.7合) 以上です。

アルコール問題に関する知識について、男女ともに「翌日、二日酔いになりやすい」(男性：60.0%，女性：61.8%，全体：60.9%)，「肝臓・心臓など内臓に障害をおこしやすい」(男性：44.7%，女性：44.4%，全体：44.6%)，「急性アルコール中毒になりやすい」(男性：40.0%，女性：44.4%，全体：42.4%)と回答した者の割合が高かった。(表3-11)

〈表3-11〉アルコール問題に関する知識

	男性 (n = 1,783)	女性 (n = 2,145)	全体 (n = 3,928)
急性アルコール中毒になりやすい	713 (40.0%)	953 (44.4%)	1,666 (42.4%)
肝臓・心臓など内臓に障害をおこしやすい	797 (44.7%)	953 (44.4%)	1,750 (44.6%)
交通事故をおこしやすい	675 (37.9%)	899 (41.9%)	1,574 (40.1%)
けんか、暴力事件などをおこしやすい	352 (19.7%)	545 (25.4%)	897 (22.8%)
暴力事件の被害にあいやすい	212 (11.9%)	319 (14.9%)	531 (13.5%)
性に関する問題がおこりやすくなる (性感染症や望まない妊娠)	173 (9.7%)	308 (14.4%)	481 (12.2%)
飲酒場面のことを翌日おぼえていない	420 (23.6%)	652 (30.4%)	1,072 (27.3%)
翌日、二日酔いになりやすい	1,069 (60.0%)	1,325 (61.8%)	2,394 (60.9%)
アルコール依存症になりやすい	391 (21.9%)	487 (22.7%)	878 (22.4%)
けがをしやすい	403 (22.6%)	603 (28.1%)	1,006 (25.6%)
その他	47 (2.6%)	55 (2.6%)	102 (2.6%)
特にない	46 (2.6%)	27 (1.3%)	73 (1.9%)
のまない・わからない	38 (2.1%)	82 (3.8%)	120 (3.1%)

※集計から除外：無回答 (n = 337)

3.5.3 過去1年間においてアルコール使用障害が疑われる者の割合の推計

自記式アンケート調査では、「過去1年間においてアルコール使用障害が疑われる者」の割合を推計するために、問題飲酒者のスクリーニングテストであるAUDIT (Alcohol Use Disorders Identification Test) への回答を集計した。AUDITの集計対象者は完答者および一部の回答を補完した者を合わせた、4,153名とした (詳細は本報告書p.43に記載)。

(1) 過去1年間においてアルコール使用障害が疑われる者の割合

本調査では、AUDIT得点15点以上の回答者を「過去1年間においてアルコール使用障害が疑われる者」とした。その結果、AUDIT得点15点以上に該当した者は120名 (男性:103名, 女性:17名) であり、男性の5.6%, 女性の0.7%, 全体の2.9%であった。(表3-12)

〈表3-12〉過去1年間にアルコール使用障害が疑われる者の割合

	男性 (n = 1,855)	女性 (n = 2,298)	全体 (n = 4,153)
AUDIT得点: 0-7点 (非飲酒者・ローリスク飲酒者)	1,495 (80.6%)	2,194 (95.5%)	3,689 (88.8%)
AUDIT得点: 8-14点 (ハイリスク飲酒者)	257 (13.9%)	87 (3.8%)	344 (8.3%)
AUDIT得点: 15点以上 (アルコール使用障害が疑われる者)	103 (5.6%)	17 (0.7%)	120 (2.9%)

令和6年10月1日の現在人口を用いて年齢調整を行った結果、男性の5.4% (95% CI: 4.3-6.4%), 女性の0.8% (95% CI: 0.4-1.2%), 全体で3.0% (95% CI: 2.5-3.5%) がAUDIT得点15点以上であった。さらに人口に換算すると、男性261.1万人、女性43.0万人、全体で304.1万人に過去1年間においてアルコール使用障害が疑われると推計された。(表3-13)

〈表3-13〉過去1年間にアルコール使用障害が疑われる者の割合 (年齢調整後)

	男性 (n = 1,855)	女性 (n = 2,298)	全体 (n = 4,153)
AUDIT得点: 0-7点 (非飲酒者・ローリスク飲酒者)	1,494.6 (80.6% [78.7-82.4%])	2,187.6 (95.2% [94.3-96.1%])	3,661.3 (88.2% [87.2-89.2%])
AUDIT得点: 8-14点 (ハイリスク飲酒者)	260.7 (14.1% [12.4-15.7%])	88.2 (3.8% [3.0-4.7%])	363.5 (8.8% [7.9-9.7%])
【年齢調整後: 人口換算】 AUDIT得点: 8-14点 推計者数 [95%信頼区間]	685.5万人 [605.3万人-765.8万人]	202.1万人 [158.9万人-245.2万人]	887.6万人 [796.5万人-978.7万人]
AUDIT得点: 15点以上 (アルコール使用障害が 疑われる者)	99.3 (5.4% [4.3-6.4%])	18.8 (0.8% [0.4-1.2%])	124.6 (3.0% [2.5-3.5%])
【年齢調整後: 人口換算】 AUDIT得点15点以上 推計者数 [95%信頼区間]	261.1万人 [210.9万人-311.2万人]	43.0万人 [21.5万人-64.6万人]	304.1万人 [249.6万人-358.7万人]

(2) 性別・年代別での「過去1年間にアルコール使用障害が疑われる者」の割合

「過去1年間にアルコール使用障害が疑われる者」の割合について、年代別に集計を行った。

男性では、AUDIT15点以上の割合が最も高いのは30代（7.3%）、次いで50代（6.9%）であった。女性では、20代がAUDIT15点以上の割合が最も高く（2.4%）、次いで40代（1.6%）であった。（表3-14、表3-15）

〈表3-14〉男性における年代ごとのAUDITの得点

	20代	30代	40代	50代
非飲酒者・ ローリスク飲酒者 (0-7点)	120 (85.1%)	165 (80.5%)	201 (78.2%)	231 (75.7%)
ハイリスク飲酒者 (8-14点)	19 (13.5%)	25 (12.2%)	41 (16.0%)	53 (17.4%)
アルコール 使用障害の疑い (15点以上)	2 (1.4%)	15 (7.3%)	15 (5.8%)	21 (6.9%)
全体	141 (7.6%)	205 (11.1%)	257 (13.9%)	305 (16.4%)
	60代	70代	80代以上	全体
非飲酒者・ ローリスク飲酒者 (0-7点)	255 (77.0%)	340 (81.5%)	183 (92.0%)	1,495 (80.6%)
ハイリスク飲酒者 (8-14点)	56 (16.9%)	53 (12.7%)	10 (5.0%)	257 (13.9%)
アルコール 使用障害の疑い (15点以上)	20 (6.0%)	24 (5.8%)	6 (3.0%)	103 (5.6%)
全体	331 (17.8%)	417 (22.5%)	199 (10.7%)	1,855 (100.0%)

〈表3-15〉女性における年代ごとのAUDITの得点

	20代	30代	40代	50代
非飲酒者・ ローリスク飲酒者 (0-7点)	116 (92.1%)	228 (94.2%)	342 (91.0%)	371 (95.6%)
ハイリスク飲酒者 (8-14点)	7 (5.6%)	13 (5.4%)	28 (7.4%)	13 (3.4%)
アルコール 使用障害の疑い (15点以上)	3 (2.4%)	1 (0.4%)	6 (1.6%)	4 (1.0%)
全体	126 (5.5%)	242 (10.5%)	376 (16.4%)	388 (16.9%)
	60代	70代	80代以上	全体
非飲酒者・ ローリスク飲酒者 (0-7点)	385 (95.5%)	476 (98.3%)	276 (98.9%)	2,194 (95.5%)
ハイリスク飲酒者 (8-14点)	16 (4.0%)	7 (1.4%)	3 (1.1%)	87 (3.8%)
アルコール 使用障害の疑い (15点以上)	2 (0.5%)	1 (0.2%)	0 (0.0%)	17 (0.7%)
全体	403 (17.5%)	484 (21.1%)	279 (12.1%)	2,298 (100.0%)

3.5.4 AUDIT15点以上の者の飲酒行動について

(1) AUDIT得点区分ごとの飲酒頻度

**【問1】あなたは、ふだん酒類（アルコール含有飲料）を、平均するとどのくらいの頻度で飲みますか。
（単一選択）**

アルコール使用障害が疑われる者の85.0%、ハイリスク飲酒者の72.4%が「1週間に4回以上」と回答した。一方、非飲酒者・ローリスク飲酒者では44.9%で「まったく飲まない」が最も多く、「1週間に2～3回」、「1週間に4回以上」を合わせた週2回以上飲酒している者の割合は24.0%であった。（表3-16）

〈表3-16〉AUDIT得点区分ごとの飲酒頻度

	まったく 飲まない	1カ月に 1回以下	1カ月に 2～4回	1週間に 2～3回	1週間に 4回以上
非飲酒者・ ローリスク飲酒者 (n = 3,686)	1,656 (44.9%)	656 (17.8%)	492 (13.3%)	358 (9.7%)	527 (14.3%)
ハイリスク飲酒者 (n = 344)	0 (0.0%)	6 (1.7%)	22 (6.4%)	67 (19.5%)	249 (72.4%)
アルコール 使用障害の疑い (n = 120)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	4 (3.3%)	14 (11.7%)	102 (85.0%)
全体 (n = 4,153)	1,656 (39.9%)	662 (15.9%)	518 (12.5%)	439 (10.6%)	878 (21.1%)

※非飲酒者・ローリスク飲酒者(0点以上7点以下), ハイリスク飲酒者(8点以上14点以下), アルコール使用障害の疑い(15点以上)

(2) AUDIT得点区分ごとの飲酒量

【問2】 飲酒するときには、通常どのくらいの量を飲みますか。【ドリンク換算表】を参考にお答えください。(単一選択)

アルコール使用障害の疑いの者では、「5～6ドリンク」「7～9ドリンク」と回答した者の割合が同程度に高かった(それぞれ27.5%, 26.7%)。ハイリスク飲酒者では、「3～4ドリンク」が39.5%で最も多く、次いで「5～6ドリンク」が25.6%と回答した割合が高かった。非飲酒者・ローリスク飲酒者では、「1～2ドリンク」が43.8%, 次いで「まったく飲まない」43.3%の順に割合が高かった。(表3-17)

〈表3-17〉AUDIT得点区分ごとの飲酒量

	まったく 飲まない	1～2 ドリンク	3～4 ドリンク	5～6 ドリンク	7～9 ドリンク	10 ドリンク 以上
非飲酒者・ ローリスク飲酒者 (n = 3,686)	1,597 (43.3%)	1,614 (43.8%)	369 (10.0%)	87 (2.4%)	16 (0.4%)	6 (0.2%)
ハイリスク飲酒者 (n = 344)	0 (0.0%)	69 (20.1%)	136 (39.5%)	88 (25.6%)	31 (9.0%)	20 (5.8%)
アルコール 使用障害の疑い (n = 120)	0 (0.0%)	9 (7.5%)	24 (20.0%)	33 (27.5%)	32 (26.7%)	22 (18.3%)
全体 (n = 4,153)	1,597 (38.5%)	1,692 (40.7%)	529 (12.7%)	208 (5.0%)	79 (1.9%)	48 (1.2%)

※非飲酒者・ローリスク飲酒者(0点以上7点以下), ハイリスク飲酒者(8点以上14点以下), アルコール使用障害の疑い(15点以上)

(3) 「アルコール使用障害が疑われる者」における一時多量飲酒

【問3】1度に6ドリンク以上飲酒することがありますか。あるとすればどのくらいの頻度ですか。（単一選択）

アルコール健康障害対策推進基本計画（令和3年3月）では、一時多量飲酒者に関し、“過去30日間で一度に純アルコール量60g以上の飲酒をした者”という基準が用いられている（純アルコール60gは6ドリンクと同等）。

一時多量飲酒の頻度の割合は、アルコール使用障害の疑いの者では、「毎日あるいはほとんど毎日」が47.5%、「1週間に1回」が34.2%、「1カ月に1回」が11.7%であった。ハイリスク飲酒者では、「毎日あるいはほとんど毎日」が17.4%、「1週間に1回」が22.7%、「1カ月に1回」が29.7%であった。一方、非飲酒者・ローリスク飲酒者は約9割が「ない」と回答した。（表3-18）

〈表3-18〉AUDIT得点区分ごとの一時多量飲酒の経験頻度

	ない	1カ月に1回未満	1カ月に1回	1週間に1回	毎日あるいはほとんど毎日
非飲酒者・ ローリスク飲酒者 (n = 3,689)	3,290 (89.2%)	288 (7.8%)	91 (2.5%)	20 (0.5%)	0 (0.0%)
ハイリスク飲酒者 (n = 344)	48 (14.0%)	56 (16.3%)	102 (29.7%)	78 (22.7%)	60 (17.4%)
アルコール 使用障害の疑い (n = 120)	4 (3.3%)	4 (3.3%)	14 (11.7%)	41 (34.2%)	57 (47.5%)
全体 (n = 4,153)	3,342 (80.5%)	348 (8.4%)	207 (5.0%)	139 (3.3%)	117 (2.8%)

※非飲酒者・ローリスク飲酒者(0点以上7点以下), ハイリスク飲酒者(8点以上14点以下), アルコール使用障害の疑い(15点以上)

3.5.5 飲酒動機

本調査では、飲酒の背景にある理由を把握するため、飲酒動機に関する尺度としてDMQ-R⁹を用いた。この尺度は社交動機、対処動機、高揚動機、同調動機という4つの側面から、対象者の飲酒に対する動機を測定するものであり、各5項目（全20項目）で評価される。（表3-19）

〈表3-19〉飲酒動機（DMQ-R）の下位尺度の説明

社交動機	ポジティブな社会的報酬のための飲酒
▶ 例「社交的な集まり（宴会など）を楽しむ助けとなるため」	
▶ 例「人が集まる催しをもっと楽しくするため」	
対処動機	ネガティブな情動の減少もしくは補強のための飲酒
▶ 例「悩み事を忘れるため」	
▶ 例「ふさぎ込んでいる時や緊張している時、自分を助けてくれるため」	
高揚動機	ポジティブな感情あるいは安寧を補強するための飲酒
▶ 例「ほろ酔い気分が気に入っているため」	
▶ 例「『ハイ』になるため」	
同調動機	社会的非難あるいは拒絶回避のための飲酒
▶ 例「周囲の人が飲めと圧力をかけてくるため」	
▶ 例「酒を飲まないと、他の人たちからかわれるため」	

⁹ DMQ-RはCooper（1994）によって開発され、本調査では岡田（2019）が開発した日本語版を使用している。論文は以下を参照のこと。

Cooper, M. L. (1994). Motivations for alcohol use among adolescents: Development and validation of a four-factor model. *Psychological Assessment*, 6, 117-128.

岡田 ゆみ（2020）. 壮中年期の人びとの飲酒動機と問題飲酒に関する研究—性別によるDMQ-RとAUDITの検討— 健康心理学研究, 32, 55-63. <https://doi.org/10.11560/jhpr.190521128>

3.5.6 AUDIT得点区分と関連問題

(1) 飲酒に関連した害：AUDIT得点区分ごとの該当割合

【問11】あなたが、今までにお酒を飲んでおこなったことのある行動やおこった結果についてお聞かせください。以下の各質問に、「1.ない」「2.ある」のいずれかでお答えください。（単一選択）

「お酒を飲んでおこなったことのある行動やおこった結果」についての10項目について、「ある」と答えた割合をAUDIT得点区分ごとに集計し、比較した。

アルコール使用障害が疑われる者では、「口論した」（45.5%）と回答した者の割合が最も高く、次いで「会社や学校を遅刻・欠席・欠勤した」（33.9%）、「飲酒運転をした」（25.0%）、「物を壊した」（24.1%）と回答した者の割合が高かった。各項目の該当割合を、AUDITの3区分で比較を行ったところ、すべての項目でアルコール使用障害の疑いの群が他の群と比較して、行動や結果を「ある」と答えた割合が高かった。（表3-22、図3-2）

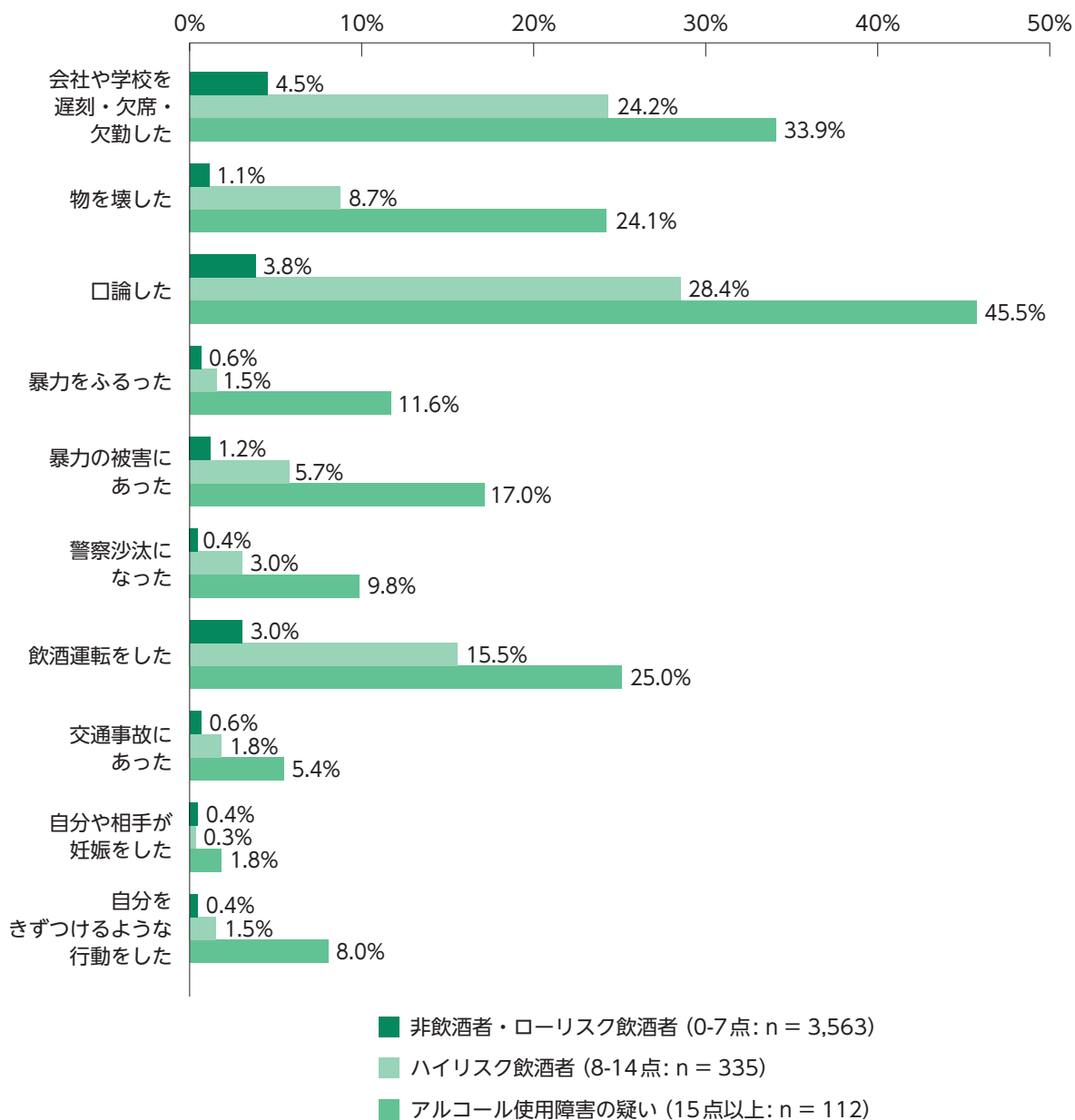
〈表3-22〉AUDIT得点区分ごとの飲酒に関連した害

AUDIT得点区分	非飲酒者・ ローリスク飲酒者 (n = 3,563)	ハイリスク飲酒者 (n = 335)	アルコール 使用障害の疑い (n = 112)
会社や学校を遅刻・欠席・欠勤した	162 (4.5%)	81 (24.2%)	38 (33.9%)
物を壊した	38 (1.1%)	29 (8.7%)	27 (24.1%)
口論した	137 (3.8%)	95 (28.4%)	51 (45.5%)
暴力をふるった	20 (0.6%)	5 (1.5%)	13 (11.6%)
暴力の被害にあった	42 (1.2%)	19 (5.7%)	19 (17.0%)
警察沙汰になった	13 (0.4%)	10 (3.0%)	11 (9.8%)
飲酒運転をした	107 (3.0%)	52 (15.5%)	28 (25.0%)
交通事故にあった	20 (0.6%)	6 (1.8%)	6 (5.4%)
自分や相手が妊娠をした	13 (0.4%)	1 (0.3%)	2 (1.8%)
自分をきずつけるような行動をした	14 (0.4%)	5 (1.5%)	9 (8.0%)

※集計から除外：AUDIT集計対象者のうち、問11の回答が完全ではない者 (n = 143)

※非飲酒者・ローリスク飲酒者(0点以上7点以下)、ハイリスク飲酒者(8点以上14点以下)、アルコール使用障害の疑い(15点以上)

〈図3-2〉 AUDIT得点区分ごとの飲酒に関連した害



※集計から除外：AUDIT集計対象者のうち、問11の回答が完全ではない者 (n = 143)

(2) 睡眠とアルコール問題：AUDIT得点区分と不眠症該当割合 (アテネ不眠尺度)

【問18～25】過去1ヶ月間に、少なくとも週3回以上経験したものについて、あてはまる数字1つに○をつけてください。※ご自身の睡眠に問題がないと思われる場合は、「0」を選択してください。(それぞれ○は1つずつ)

アテネ不眠尺度 (Athens Insomnia Scale)¹⁰を用いて、対象者の睡眠・不眠の状態について測定した。AUDIT得点区分と、アテネ不眠尺度の3区分 (0～3点:睡眠がとれている, 4～5点:不眠症の疑い, 6～24点:不眠症の可能性が高い) で該当者割合を比較した。アルコール使用障害が疑われる者は、「不眠症の可能性が高い (6～24点)」が32.5%であり、非飲酒者・ローリスク飲酒者およびハイリスク飲酒者よりも該当者割合が有意に高かった ($\chi^2(4) = 16.71, p < .01$)。(表3-23, 図3-3)

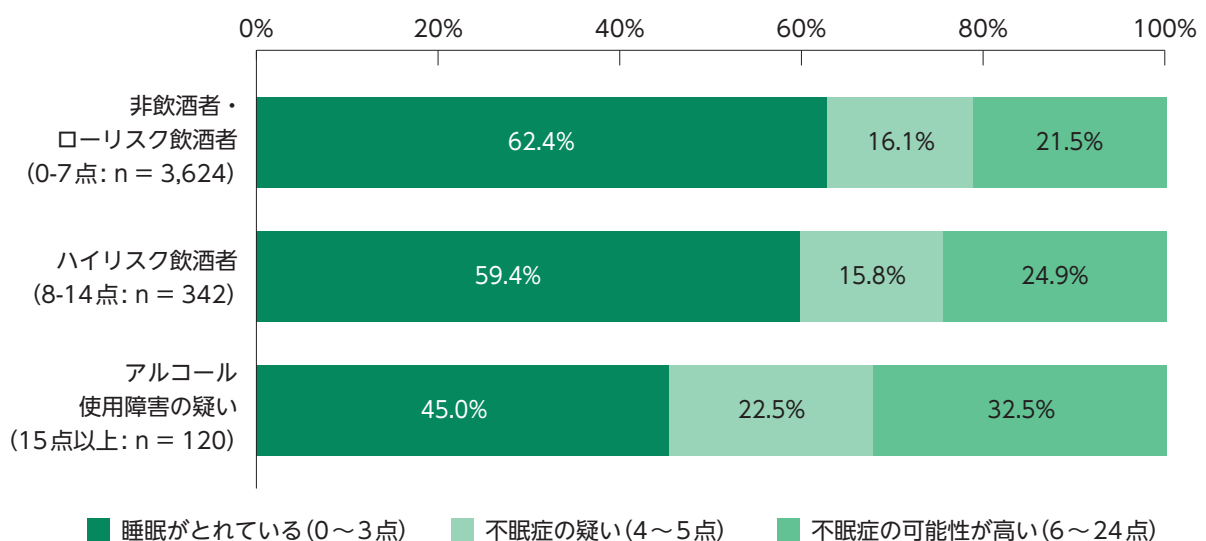
〈表3-23〉AUDIT得点区分ごとの不眠症該当割合

AUDIT得点区分	睡眠がとれている (0～3点)	不眠症の疑い (4～5点)	不眠症の可能性が高い (6～24点)
非飲酒者・ローリスク飲酒者 (n = 3,624)	2,262 (62.4%)	584 (16.1%)	778 (21.5%)
ハイリスク飲酒者 (n = 342)	203 (59.4%)	54 (15.8%)	85 (24.9%)
アルコール使用障害の疑い (n = 120)	54 (45.0%)	27 (22.5%)	39 (32.5%)

※集計から除外：AUDIT集計対象者のうち問18～問25において回答が完全ではない者 (n = 67)

※非飲酒者・ローリスク飲酒者 (0点以上7点以下), ハイリスク飲酒者 (8点以上14点以下), アルコール使用障害の疑い (15点以上)

〈図3-3〉AUDIT得点区分ごとの不眠症該当割合



※集計から除外：AUDIT集計対象者のうち問18～問25において回答が完全ではない者 (n = 67)

¹⁰ 井上雄一・岡島 義 (編) (2012) . 不眠の科学 朝倉書店

(3) うつ病とアルコール問題：AUDIT得点区分とうつ病該当割合 (PHQ-9)

【問26】この2週間、次のような問題にどのくらいひんぱんに悩まされていますか。あてはまる数字1つに○をつけてください。(○は①から⑨それぞれ1つずつ)

本調査では、うつ病の評価尺度として日本語版PHQ-9 (Patient Health Questionnaire-9)¹¹を用いた。本尺度は、短時間で精神疾患を評価するための自記式質問票であり、全9項目で構成されている。合計得点が0～4点は(うつ症状)なし、5～9点は軽度、10～14点は中等度、15～19点は中等度～重度、20点以上は重度の症状レベルとされる。本報告書では一般的なカットオフポイントとして用いられる10点以上未満に分けて集計を行った。その結果、うつ病が疑われる者は、アルコール使用障害の疑いがある者が6.7%となり、他の群に比べて該当割合が高くなっていた。(表3-24)

〈表3-24〉AUDIT得点区分とうつ状態評価 (PHQ-9) の該当割合

AUDIT得点区分	なしまたは軽度 10点未満	うつ病の疑い 10点以上
非飲酒者・ローリスク飲酒者 (n = 3,623)	3,512 (96.9%)	111 (3.1%)
ハイリスク飲酒者 (n = 342)	329 (96.2%)	13 (3.8%)
アルコール使用障害の疑い (n = 119)	111 (93.3%)	8 (6.7%)
全体	3,952 (96.8%)	132 (3.2%)

※集計から除外：AUDIT集計対象者のうち、問18～問25において回答が完全ではない者 (n = 69)

※非飲酒者・ローリスク飲酒者 (0点以上7点以下), ハイリスク飲酒者 (8点以上14点以下), アルコール使用障害の疑い (15点以上)

¹¹ 村松・上島はPHQ (精神疾患を評価するための自記式の質問票) の原版著者であるSpitzerらと再翻訳法によって日本語版PHQを作成し、大うつ病性障害に関連する9項目を抽出することにより本尺度を作成している。論文は以下を参照のこと。

村松公美子・上島国利 (2009)：プライマリ・ケア診療とうつ病スクリーニング評価ツール：Patient Health Questionnaire-9日本語版「こころとからだの質問票」診断と治療 97, 1465-1473.

(4) 社会機能とアルコール問題：AUDIT得点区分と社会機能の障害 (WSAS)

【問27】以下のそれぞれの質問に対して、0 (全く支障はない) から8 (きわめて重度の支障がある) で答えてください。(①から⑤それぞれ〇は1つずつ)

自記式アンケート調査問27は、社会機能の障害を測定するWSAS (Work and Social Adjustment Scale) である。WSASはMundtら¹²によって開発され、山本ら¹³により日本語版が作成、信頼性と妥当性が確認されている。本尺度は5項目からなり、それぞれの項目について「全く支障はない」(0点)～「きわめて重度の支障がある」(8点)の9段階で回答する質問票である。質問には仕事の能力の制限、家庭の管理の制限、社会的・私的余暇活動の制限、人間関係の制限が含まれる。合計得点の最低点は0点、最高点は40点であり、日本語版では得点による区分はないが、Mundtらの開発論文では0点～9点が「障害度低」、10点～19点が「中程度の障害」、20点～40点が「深刻な障害」とされている。

本調査の結果、アルコール使用障害が疑われる者のうち6.9%、ハイリスク飲酒者の4.4%、非飲酒者・ローリスク飲酒者の6.6%に、中程度以上の社会機能の障害が見られた。(表3-25)

〈表3-25〉AUDIT得点区分ごとの社会機能の障害の程度

AUDIT得点区分	障害度低	中程度の障害	深刻な障害
非飲酒者・ローリスク飲酒者 (n = 3,603)	3,367 (93.4%)	176 (4.9%)	60 (1.7%)
ハイリスク飲酒者 (n = 341)	326 (95.6%)	14 (4.1%)	1 (0.3%)
アルコール使用障害の疑い (n = 117)	109 (93.2%)	7 (6.0%)	1 (0.9%)
全体	3,802 (93.6%)	197 (4.9%)	62 (1.5%)

※集計から除外：AUDIT集計対象者のうち、問27無回答の者 (n = 92)

※非飲酒者・ローリスク飲酒者(0点以上7点以下)、ハイリスク飲酒者(8点以上14点以下)、アルコール使用障害の疑い(15点以上)

¹² Mundt, J. C., Marks, I. M., Shear, M. K., et al. (2002). The Work and Social Adjustment Scale: a simple measure of impairment in functioning. *British Journal of Psychiatry*, 188, 461-464.

¹³ 山本竜也・古賀佳樹・坂井誠 (2019). Work and Social Adjustment Scale (WSAS) 日本語版作成と信頼性・妥当性の検討 *精神医学*, 61(10), 1207-1214.

(5) ギャンブルとアルコール問題：AUDIT得点区分とPGSI得点

【問30】あなたは、過去1年間にギャンブルをしましたか。(単一選択)

【問31】以下の9つの質問について、過去1年間のあなたの状況に最もよくあてはまるものを「0.全くない」「1.ときどき」「2.たいていの場合」「3.ほとんどいつも」から1つずつ選んで○をつけてください。(○はそれぞれ1つずつ)

過去1年間のギャンブル経験をたずねたところ、「はい」と回答した者が男性649名(34.4%)、女性339名(14.5%)、全体で988名(23.4%)であった(無回答：n = 39)。

過去1年間にギャンブルの経験がある者に対し、ギャンブル障害のスクリーニングテストとして用いられるPGSI (Problem Gambling Severity Index)¹⁴を実施した。得点範囲は0～27点であり、0点を非問題ギャンブラー、1～2点を低リスクギャンブラー、3～7点を中等度リスクギャンブラー、8点以上を問題ギャンブラーとした。

【男女別のPGSI得点区分】

PGSIによるギャンブルの問題がある者の割合について男女別に集計を行った。その結果、問題ギャンブラーは男性22名(3.4%)、女性3名(0.9%)、全体で25名(2.5%)であった。加えて、男性の方が、低リスクギャンブラー、中等度リスクギャンブラー、問題ギャンブラーの割合が女性よりも高くなっていた。(表3-26)

〈表3-26〉男女別PGSI得点区分

	非問題 ギャンブラー (0点)	低リスク ギャンブラー (1～2点)	中等度リスク ギャンブラー (3～7点)	問題 ギャンブラー (8～27点)
男性 (n = 648)	426 (65.7%)	117 (18.1%)	83 (12.8%)	22 (3.4%)
女性 (n = 337)	262 (77.7%)	59 (17.5%)	13 (3.9%)	3 (0.9%)
全体 (n = 985)	688 (69.8%)	176 (17.9%)	96 (9.7%)	25 (2.5%)

※集計から除外：問31の回答が完全ではない者・無回答 (n = 3)

¹⁴ So, R., Matsushita, S., Kishimoto, S., & Furukawa, T. A. (2019). Development and validation of the Japanese version of the problem gambling severity index. *Addictive Behaviors*, 98.

【AUDIT得点区分とPGSI得点区分】

AUDIT集計対象者のうち、【問31】に完答した者を対象に、AUDIT得点区分ごとに集計を行った結果、アルコール使用障害の疑いがあり、かつ問題ギャンブラーとされるのは2名であった(男性のみ)。アルコール使用障害の疑いの者は、他の者よりも非問題ギャンブラーの該当割合が低く、中等度リスクギャンブラーの該当割合が高くなっていた。(表3-27)

〈表3-27〉AUDIT得点区分ごとのPGSI得点

	非問題 ギャンブラー (0点)	低リスク ギャンブラー (1～2点)	中等度リスク ギャンブラー (3～7点)	問題 ギャンブラー (8～27点)
非飲酒者・ ローリスク飲酒者 (n = 786)	571 (72.6%)	133 (16.9%)	67 (8.5%)	15 (1.9%)
ハイリスク飲酒者 (n = 123)	76 (61.8%)	27 (22.0%)	14 (11.4%)	6 (4.9%)
アルコール 使用障害の疑い (n = 50)	24 (48.0%)	11 (22.0%)	13 (26.0%)	2 (4.0%)
全体	671 (70.0%)	171 (17.8%)	94 (9.8%)	23 (2.4%)

(6) 相談経験とアルコール問題：AUDIT15点以上未満別の相談経験

【問13】あなたは、あなた自身や家族のアルコール問題で、相談窓口への相談、専門機関や一般医療機関への受診、自助グループや回復プログラムへの参加をしたことがありますか。あなた自身と家族のことについてそれぞれお答えください。

a. 自分のことで…（複数選択）

自分のアルコール問題で相談した経験について、AUDITの得点15点以上（アルコール使用障害が疑われる者）・未満の者に分けて集計を行った。AUDIT15点以上では「いずれもない」と回答した者の割合が最も高く（95.8%）、次いで「専門機関で治療を受けた」と回答した割合が高かった（4.2%）。AUDIT15点未満では「いずれもない」と回答した者がほとんどであった（99.6%）。(表3-28)

〈表3-28〉AUDIT15点以上未満ごとの自分のことで相談した経験

	AUDIT15点以上 (n = 119)	AUDIT15点未満 (n = 3,964)	全体 (n = 4,083)
窓口に相談した	0 (0.0%)	2 (0.1%)	2 (0.0%)
専門機関で治療を受けた	5 (4.2%)	5 (0.1%)	10 (0.2%)
回復プログラムに参加した	2 (1.7%)	1 (0.0%)	3 (0.1%)
断酒会、AAなどの自助グループに相談した、または参加した	1 (0.8%)	6 (0.2%)	7 (0.2%)
依存症専門以外の一般医療機関を受診した	0 (0.0%)	4 (0.1%)	4 (0.1%)
いずれもない	114 (95.8%)	3,950 (99.6%)	4,064 (99.5%)

※集計から除外：AUDIT集計対象者のうち、問13aに無回答の者 (n = 70)

3.5.7 DSM-5に準拠したアルコール使用障害のスクリーニングテスト

【問15】各項目について、「1.はい」、「2.いいえ」のいずれかでお答えください。自分に関係のない質問であれば「いいえ」を選んでください（○はそれぞれ1つずつ）

本調査では、Marmetらが作成したDSM-5のアルコール使用障害の診断基準に準拠したスクリーニングテストを基に日本語版を作成し、使用した¹⁵。本スクリーニングテストは「自分が意図していたよりも多く飲酒したり、長い時間飲んでしまうことがよくありましたか。」などの質問に対し、「はい」または「いいえ」で答える形式になっている。DSM-5の基準と同じく、診断基準該当数が0～1個で「問題なし」、2～3個で「軽度のアルコール使用障害」、4～5個で「中等度のアルコール使用障害」、6個以上で「重度のアルコール使用障害」となる。

本調査の結果、男性の10.9%、女性の3.3%、全体の6.6%に軽度以上のアルコール使用障害が疑われた。(表3-29)

〈表3-29〉DSM-5に準拠したアルコール使用障害の重症度

	男性	女性	全体
問題なし	1,655 (89.1%)	2,227 (96.7%)	3,882 (93.3%)
軽度のアルコール使用障害	134 (7.2%)	50 (2.2%)	184 (4.4%)
中等度のアルコール使用障害	36 (1.9%)	2 (0.1%)	38 (0.9%)
重度のアルコール使用障害	33 (1.8%)	23 (1.0%)	56 (1.3%)
全体	1,858 (100.0%)	2,302 (100.0%)	4,160 (100.0%)

※集計から除外：問15において完全回答でない者 (n = 105)

¹⁵ 本調査では、Marmetらが作成したDSM-5に準拠したアルコール使用障害のスクリーニングテストを、依存症を専門とする医師、研究者により日本語に翻訳した。その後、翻訳の妥当性を確認するため、専門の翻訳会社に依頼してバックトランスレーション（再翻訳）を実施した。再翻訳された英語と原版英語との内容の相違については、英語を第一言語とする依存症の研究者2名に評価を依頼し、質問内容に問題がないことが確認された。原版の論文は以下を参照のこと。Marmet, S., Studer, J., Bertholet, N., Grazioli, V. S., Daepfen, J.-B., & Gmel, G. (2019). Interpretation of DSM-5 alcohol use disorder criteria in self-report surveys may change with age: A longitudinal analysis of young Swiss men. *Addiction Research & Theory*, 27(6), 489–497. <https://doi.org/10.1080/16066359.2018.1547817>

3.5.8 薬とアルコールの同時摂取経験

【問34】この1年間についてお聞きします。以下のような睡眠薬・鎮痛薬・精神安定薬をアルコールと一緒に摂取した経験がありますか。それぞれについてお答えください。

【問36】この1年間に、あなたは市販の咳止め薬、風邪薬、解熱鎮痛薬を、アルコールと一緒に摂取した経験がありますか。（単一選択）

過去1年間にアルコールと一緒に睡眠薬、鎮痛薬、精神安定薬、市販薬を摂取した経験をたずねたところ、同時摂取の経験が「ある」と回答した割合は、睡眠薬 1.2%、鎮痛薬 3.6%、精神安定薬 0.8%、市販薬（咳止め薬・風邪薬・解熱鎮痛薬） 1.9%であった。（表3-30、表3-31、表3-32、表3-33）

〈表3-30〉過去1年間のアルコールと薬物同時摂取経験：睡眠薬

	ない	ある	全体
男性	1,870 (98.7%)	25 (1.3%)	1,895 (100.0%)
女性	2,312 (99.0%)	24 (1.0%)	2,336 (100.0%)
全体	4,182 (98.8%)	49 (1.2%)	4,231 (100.0%)

※集計から除外：無回答 (n = 34)

〈表3-31〉過去1年間のアルコールと薬物同時摂取経験：鎮痛薬

	ない	ある	全体
男性	1,821 (96.1%)	73 (3.9%)	1,894 (100.0%)
女性	2,256 (96.6%)	80 (3.4%)	2,336 (100.0%)
全体	4,077 (96.4%)	153 (3.6%)	4,230 (100.0%)

※集計から除外：無回答 (n = 35)

〈表3-32〉過去1年間のアルコールと薬物同時摂取経験：精神安定薬

	ない	ある	全体
男性	1,873 (99.0%)	18 (1.0%)	1,891 (100.0%)
女性	2,322 (99.4%)	14 (0.6%)	2,336 (100.0%)
全体	4,195 (99.2%)	32 (0.8%)	4,227 (100.0%)

※集計から除外：無回答 (n = 38)

〈表3-33〉過去1年間のアルコールと薬物同時摂取経験：市販薬（咳止め薬・風邪薬・解熱鎮痛薬）

	ない	ある	全体
男性	1,850 (97.2%)	53 (2.8%)	1,903 (100.0%)
女性	2,323 (98.9%)	27 (1.1%)	2,350 (100.0%)
全体	4,173 (98.1%)	80 (1.9%)	4,253 (100.0%)

※集計から除外：無回答 (n = 12)

3.5.9 本章まとめ

(1) AUDITによる過去1年間にアルコール使用障害が疑われる者の割合

本調査において、AUDITによる過去1年間にアルコール使用障害が疑われる者の割合（年齢調整後）は、男性5.4%、女性0.8%、全体で3.0%であり、人口に換算すると約304.1万人にのぼると推計された。年代別にみると、男性では30代（7.3%）、次いで50代（6.9%）の該当割合が高く、女性では20代（2.4%）、次いで40代（1.6%）の該当割合が高かった。

AUDIT得点15点以上（アルコール使用障害が疑われる者）の飲酒頻度をみると、85.0%が「1週間に4回以上」飲酒すると回答しており、比較的高頻度の飲酒習慣であることが明らかになった。一時多量飲酒（一度に6ドリンク以上の飲酒）の頻度についても、1週間に1回以上の頻度と回答している者は、81.7%であり、「毎日あるいはほとんど毎日」と回答した者も半数近く存在している（47.5%）。厚生労働省の「健康に配慮した飲酒に関するガイドライン」でも、一時多量飲酒は様々な身体疾患の発症や、急性アルコール中毒を引き起こす可能性もあり、さらに外傷の危険性も高めることから、避けるべき飲酒行動として位置づけられている。このことから、今後も健康に配慮した飲酒の仕方や、飲酒に関する知識の普及への取り組みを推進していくことが重要と考えられる。

(2) AUDIT15点以上の者（アルコール使用障害が疑われる者）とアルコール関連問題

AUDIT得点15点以上の者の飲酒に関連した害について、「口論した」（45.5%）、「会社や学校を遅刻・欠席・欠勤した」（33.9%）、「飲酒運転をした」（25.0%）、「物を壊した」（24.1%）などの経験割合が高く、他の群（非飲酒者・ローリスク飲酒者、ハイリスク飲酒者）よりも該当割合が高くなっていた。さらに、AUDIT得点15点以上の者は他の群と比較して不眠症の可能性が高い者やうつ病が疑われる者の該当割合が高くなっていた。うつ病を含む気分障害とアルコール関連問題との関連性を踏まえ、早期介入の推進や相談機関との連携体制の整備、自殺予防に関する啓発などの包括的な対策を講じる必要がある。

さらに、本調査では、AUDIT15点以上の者のほとんど（95.8%）がアルコールに関連する相談経験が無いと回答していたことから、まずは一般の医療機関や職場の健康診断、産業保健の場など、さまざまな領域でスクリーニングテストを実施し、自身のアルコールの問題について気が付くことができるような仕組み整備することが必要であると考えられる。さらに、相談窓口へのアクセス方法の周知や、早期の相談行動を促進させるための取り組みを強化していくことも、きわめて重要である。



第4章

本調査における アルコール依存症または アルコール使用障害が 疑われる者の推計について

本章では、本報告書p.37に記載した「ICD-10診断基準における生涯においてアルコール依存症が疑われる者の割合の推計」およびp.55「過去1年間においてアルコール使用障害が疑われる者の割合の推計 (AUDIT)」について取り上げ、前回面接調査 (2018年度)¹⁶との比較を行い、その推移について考察する。

なお、アルコール使用障害が疑われる者の割合を算出するために用いたAUDITは、ICD-10診断基準におけるアルコール依存症が疑われる者を算出するために用いた質問票よりも、より広く問題が疑われる者を捉える特徴がある。そのため、生涯においてアルコール依存症が疑われる人数よりも、過去1年間にアルコール使用障害が疑われる者の方が多くなっているが、これは各質問票の項目内容や測定する内容の違い、それぞれの特徴からくる差であることに留意する必要がある。

¹⁶ 前回調査の結果については依存症対策全国センターHPに掲載されている。詳細は以下を参照のこと。
飲酒問題を有する者の推計割合および推計人口の全国調査 (2018年)
<https://www.ncasa-japan.jp/pdf/document31.pdf> (アクセス日時: 2025/1/30, 10:00)

4.1 ICD-10診断基準における生涯においてアルコール依存症が疑われる者の割合の推計について (年齢調整後)

本調査（2024年度）では、ICD-10診断基準における生涯においてアルコール依存症が疑われる者の推計割合は男性の1.2%、女性の0.2%、全体で0.6%であり、人口に換算すると約64.4万人と推計された。前回調査（2018年度）では、男性の0.8%、女性の0.2%、全体で0.5%であり、調査当時の人口に換算すると約54万人と推計された。

本調査と前回調査（2018年度）のアルコール依存症が疑われる者の割合を比較した結果、男女ともに統計的に有意な差は見られなかった（男性： $p = 0.17$ 、女性： $p = 1.00$ 、全体： $p = 0.54$ ）。また、両調査における推計割合の95%信頼区間は重なっており、推計値の差は統計的に明確な変化を示すものではない。

推計人数の値だけを比較すると約10万人の増加があるように見えるが、これは本調査で面接調査に回答した約4,300人の調査対象のうち25人の割合を全国の満20歳以上の日本国籍を有する男女約1億152万人に当てはめたものであり、調査対象における実際の差は4人程度である。こうした違いは調査のばらつき（誤差）として十分に起こり得るため、実質的な増加とは判断できない。つまり、前回調査時から、日本全体でICD-10診断基準における生涯においてアルコール依存症が疑われる者の割合が有意に増減したとは言えない結果となった。（表4-1）

〈表4-1〉ICD-10診断基準における生涯においてアルコール依存症が疑われる者の推計結果

本調査（2024年度）： ICD-10診断基準における生涯においてアルコール依存症が疑われる者の割合の推計				
	男性	女性	全体	本調査における 該当人数
割合 (95%信頼区間)	1.2% (0.7-1.6%)	0.2% (0.0-0.4%)	0.6% (0.4-0.9%)	25名 / 4,298名
推計人数 (95%信頼区間)	56.0万人 (32.0-80.1万人)	8.4万人 (0.0-18.5万人)	64.4万人 (38.3-90.5万人)	—
前回調査（2018年度）				
	男性	女性	全体	前回調査における 該当人数
割合 (95%信頼区間)	0.8% (0.5-1.2%)	0.2% (0.0-0.4%)	0.5% (0.3-0.7%)	報告書に記載なし
推計人数 (95%信頼区間)	41万人 (23-59万人)	13万人 (2-23万人)	54万人 (33-75万人)	—

4.2 過去1年間においてアルコール使用障害が疑われる者の割合の推計について（年齢調整後）

本調査（2024年度）では、過去1年間においてアルコール使用障害が疑われる者（AUDIT15点以上）の推計割合は男性の5.4%、女性の0.8%、全体で3.0%であり、人口に換算すると約304.1万人と推計された。前回調査（2018年度）では、男性の5.2%、女性の0.7%、全体で2.9%であり、調査当時の人口に換算すると約303万人と推計された。

本推計についても、前項と同じく前回調査の割合を比較したが、統計的に有意な差は見られず（男性： $p = 0.78$ ，女性： $p = 0.71$ ，全体： $p = 0.78$ ），前回調査から有意な増減があったとは言えない結果となった。（表4-2）

〈表4-2〉過去1年間にアルコール使用障害が疑われる者の推計結果（AUDIT15点以上）

本調査（2024年度）： 過去1年間にアルコール使用障害が疑われる者の推計（AUDIT15点以上）				
	男性	女性	全体	本調査における 該当人数
割合 (95%信頼区間)	5.4% (4.3-6.4%)	0.8% (0.4-1.2%)	3.0% (2.5-3.5%)	120名 / 4,153名
推計人数 (95%信頼区間)	261.1万人 (210.9-311.2万人)	43.0万人 (21.5-64.6万人)	304.1万人 (249.6-358.7万人)	—
前回調査（2018年度）				
	男性	女性	全体	前回調査における 該当人数
割合 (95%信頼区間)	5.2% (4.3-6.2%)	0.7% (0.4-1.1%)	2.9% (2.4-3.4%)	—
推計人数 (95%信頼区間)	263万人 (215-312万人)	40万人 (21-58万人)	303万人 (251-355万人)	—



第5章

全体考察

(1) アルコール依存症・アルコール使用障害が疑われる者の推計値について

本調査では、面接調査においてICD-10診断基準に準拠した設問を用い、ICD-10診断基準における生涯においてアルコール依存症が疑われる者の割合を推計した。その結果、年齢調整後の割合は男性1.2%、女性0.2%、全体0.6%（人口換算では男性約56.0万人、女性約8.4万人、全体で約64.4万人）に達すると見込まれた。自記式アンケートによってAUDITを行った結果では、過去1年間にアルコール使用障害が疑われる者（AUDIT15点以上）を推計したところ、年齢調整後の割合は男性5.4%、女性0.8%、全体3.0%（男性：約261.1万人、女性：約43.0万人、全体：約304.1万人）と推計された。これらの推計はいずれも、調査員による面接および自記式のスクリーニングテストを用いて「問題を有する可能性がある者」を推定したものであり、アルコール依存の診断基準への該当の有無を確定するには、医師による診察と診断が必要であることに注意が必要である。

本調査は過去の調査と同様の手法を用いており比較が可能であるが、第4章で前回面接調査（2018年度）との比較を行ったとおり、本調査の推計値について前回から統計的に有意な増減があったとは言い難い。諸外国との比較については、WHOの2024年のファクトシートによると、世界の15歳以上人口の7%がアルコール使用障害の疑いがあり、3.7%がアルコール依存症と推計されるとのレポートがあるが、調査方法の差異により単純な比較は困難である点に留意する必要がある。

(2) 国民の飲酒実態

国民全体の飲酒経験については、生涯飲酒経験者の割合は全体で86.6%（男性：93.9%、女性：80.7%）であり、過去1年間の飲酒経験者の割合は全体で64.1%（男性：75.2%、女性：55.1%）であった。飲酒量や飲酒頻度についても、全体として男性の方が女性より多い傾向が示されている。1日当たりの純アルコール摂取量が男性で40g以上、女性で20g以上であると「生活習慣病のリスクを高める飲酒」とされているが、その定義に当てはまる者が比較的若年層や中年層にも一定程度みられていた。また、飲酒者において全体の約2割が1度に6ドリンク以上の多量飲酒を経験していることに加え、短時間内の大量飲酒であるビンジ飲酒について、年に数回以上の経験がある者は男性22.2%、女性10.9%にのぼった。多量飲酒やビンジ飲酒は外傷・事故のリスクを高めるだけでなく、アルコール依存症を含む多様な疾病の発症リスクを高めることが指摘されている。このような健康リスクの高い飲酒行動に関する知識をより広く周知し、リスク層に届く啓発・教育を強化することが求められる。

(3) アルコール使用障害が疑われる者の飲酒実態

AUDIT15点以上の者は、85.0%が1週間に4回以上の頻度で飲酒しており、一時多量飲酒の頻度も高く、1週間に1度以上が81.7%、ほとんど毎日が47.5%であった。AUDIT得点により0～7点、8～14点、15点以上の3群に分けて比較したところ、15点以上の群では、他の群と比べて飲酒に関連した害を経験している者の割合が高く、不眠症の可能性が高い者やうつ症状が疑われる者の割合も高い傾向が認められた。具体的には、「口論した」「会社や学校を遅刻・欠席・欠勤した」「飲酒運転をした」「物を壊した」といった経験が相対的に多く報告されており、アルコール関連問題が社会生活上の機能低下やメンタルヘルスの問題と密接に関連していることが示唆される。

以上の結果から、AUDIT15点以上の者は、精神的問題に加え、飲酒運転や職場・家庭における飲酒関連問題を抱えている可能性が高い集団であると考えられる。このような層に対しては、問題が重篤化する前の段階で介入を行うことが重要であり、プライマリケアの場においてAUDIT等を用いた飲酒問題のスクリーニングを実施し、支援や相談機関につなぐ体制を整備することが有効であると考えられる。

なお、ICD-10診断基準における生涯においてアルコール依存症が疑われる者については該当者数が少なく、飲酒行動や関連問題の差異を詳細に検討することが困難であるため、本報告書では群間比較を行っていない。

(4) 健康に配慮した飲酒に関するガイドラインの普及や相談経験について

厚生労働省が2024年に公開した「健康に配慮した飲酒に関するガイドライン」について、本調査では全体の86.3%がガイドラインを「知らなかった」と回答しており、内容まで「知っている」と回答した者は4.2%にとどまった。これは、適切な飲酒量・飲酒行動の判断に資する情報が国民に十分浸透していないことを示す結果である。さらに、アルコール使用障害が疑われる者(AUDIT15点以上)に限ってみても、95.8%がアルコールに関する相談経験がないと回答しており、支援・治療につながる前段階で支援から取り残されている可能性が示唆される。今後は、ガイドラインの周知・普及を一層進めるとともに、相談窓口へのアクセス方法の周知や、医療・保健・職域等での早期把握と支援への導線整備など、相談行動を促進する取り組みを強化する必要がある。

おわりに

以上、令和6年度依存症に関する調査研究事業「飲酒と生活習慣に関する調査」の実施概要および結果を報告した。本事業は、アルコール健康障害対策基本法において必要性が指摘されている全国実態調査として2003年から約5年おきに実施されており、面接を伴う調査としては5回目となる。本調査により、わが国においてアルコール依存への対策を講じていくための、また、基本計画を改訂するうえでの基礎資料を得ることができた。本調査はこれまでに行われてきた同様の調査と同じ調査手法であるため、アルコール依存症や使用障害が疑われる者の割合を含む一部結果については、過去の調査と比較することができる。しかし、アルコールの問題を抱える方を対象とした調査ではないことから、今回の調査結果を医学的な診断を受けたアルコール依存を抱える方の特徴として、そのまま適用するには留意が必要である。今後も引き続き実態調査を行うことにより、わが国における国民の飲酒実態やアルコール依存が疑われる者の割合や関連問題の動向を捉え、さらなる対策の立案や推進に資することが期待される。

最後に、本調査の実施にあたり、ご協力いただきましたすべての方々へ深く感謝するとともに、本報告書が今後の施策の検討などにおいて、有効に活用されることを願っております。ご協力いただき、誠にありがとうございました。



卷末資料

関係機関・関係者一覧

(1) 担当省庁・部局

厚生労働省 社会・援護局 障害保健福祉部 精神・障害保健課 依存症対策推進室
--

(2) 研究代表者

氏名	役職	所属
木村 充	副院長	独立行政法人国立病院機構 久里浜医療センター

(3) 共同研究者

氏名	役職	所属
松下 幸生	院長	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	医長	独立行政法人国立病院機構 久里浜医療センター
松崎 尊信	精神科診療部長	独立行政法人国立病院機構 久里浜医療センター
西村 光太郎	医師	独立行政法人国立病院機構 久里浜医療センター こころのクリニックひだまり
柴山 笑凜	研究員	独立行政法人国立病院機構 久里浜医療センター
古賀 佳樹	研究員	独立行政法人国立病院機構 久里浜医療センター
浦山 悠子	研究員	独立行政法人国立病院機構 久里浜医療センター
新田 千枝	研究員	独立行政法人国立病院機構 久里浜医療センター 筑波大学 医学医療系
辻本 耐	研究員	独立行政法人国立病院機構 久里浜医療センター 南山大学 社会倫理研究所
柴崎 萌未	研究員	独立行政法人国立病院機構 久里浜医療センター

(4) 報告書 執筆者一覧

氏名	役職	所属
木村 充	副院長	独立行政法人国立病院機構 久里浜医療センター
柴山 笑凜	研究員	独立行政法人国立病院機構 久里浜医療センター
浦山 悠子	研究員	独立行政法人国立病院機構 久里浜医療センター
古賀 佳樹	研究員	独立行政法人国立病院機構 久里浜医療センター
辻本 耐	研究員	独立行政法人国立病院機構 久里浜医療センター 南山大学 社会倫理研究所
柴崎 萌未	研究員	独立行政法人国立病院機構 久里浜医療センター
新田 千枝	研究員	独立行政法人国立病院機構 久里浜医療センター 筑波大学 医学医療系
松下 幸生	院長	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	医長	独立行政法人国立病院機構 久里浜医療センター

調査委託機関

一般社団法人 中央調査社

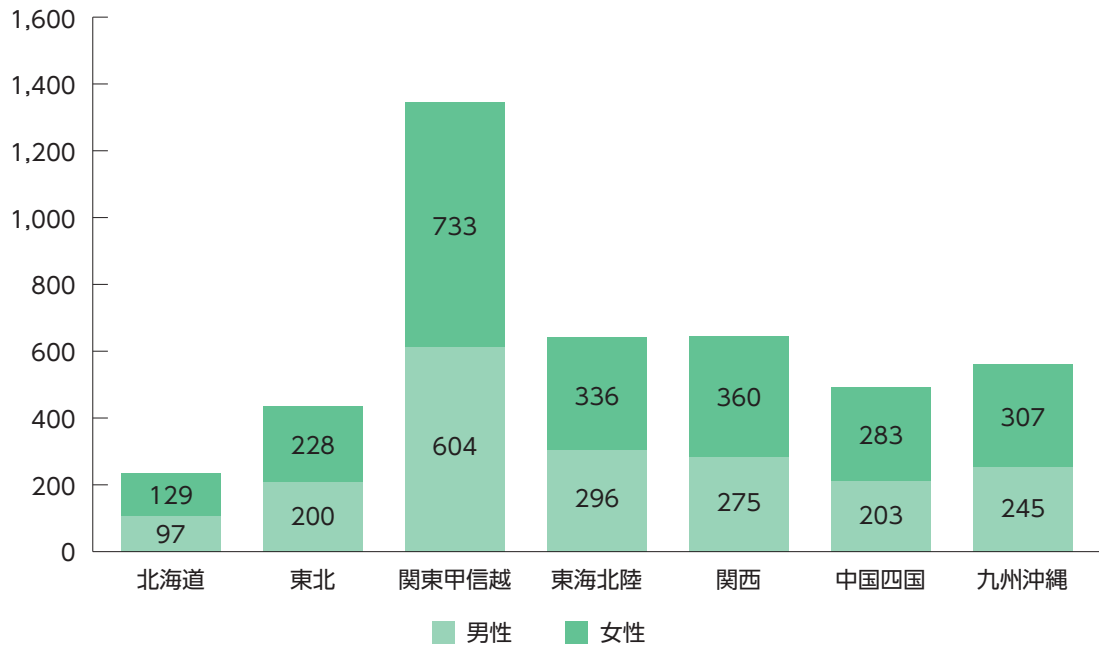


付録・調査票

面接票付録

・18歳までの間に一番長く住んだ居住地域

(面) 付録1 【F5】18歳までの間に一番長く住んだ居住地域



※集計から除外：「海外」と回答した者 (n = 3), 無回答 (n = 1)

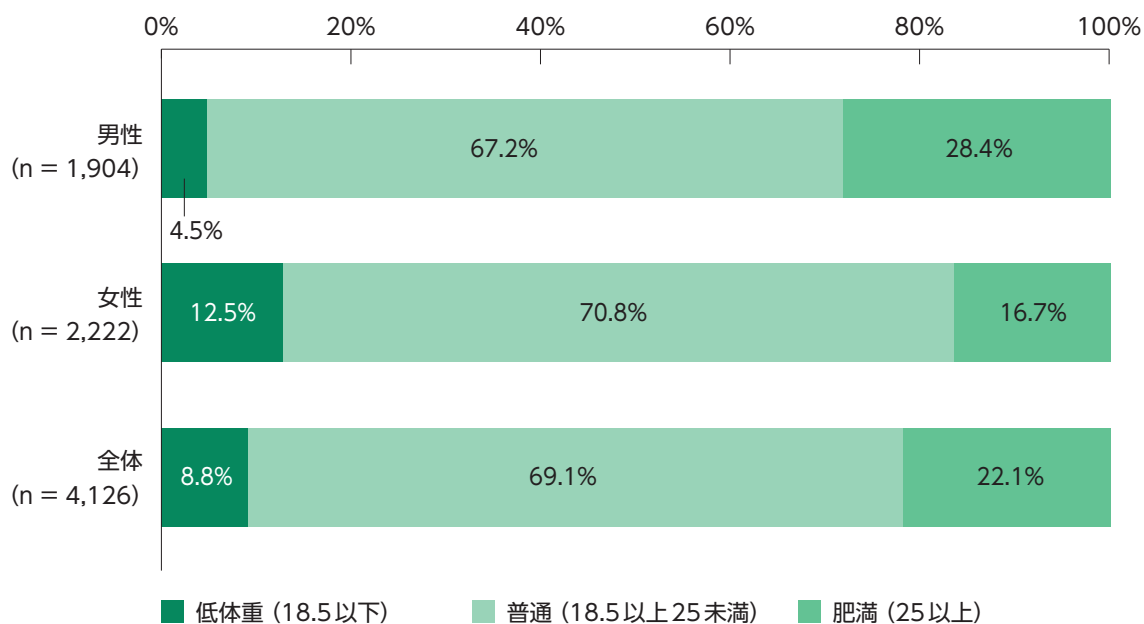
・身長・体重・BMI

(面) 付録2 【F10】身長 (cm)・【F11】体重 (kg)

身長 (cm)	平均値 (標準偏差)	最小値	最大値
男性 (n = 1,912)	168.87 (6.34)	148	190
女性 (n = 2,341)	155.49 (6.24)	114	176
全体 (n = 4,253)	161.51 (9.16)	114	190
体重 (kg)	平均値 (標準偏差)	最小値	最大値
男性 (n = 1,904)	67.26 (11.52)	38	140
女性 (n = 2,229)	53.03 (9.12)	27	103
全体 (n = 4,133)	59.59 (12.50)	27	140

※【F10】集計から除外：無回答 (n = 47) / 【F11】集計から除外：無回答 (n = 167)

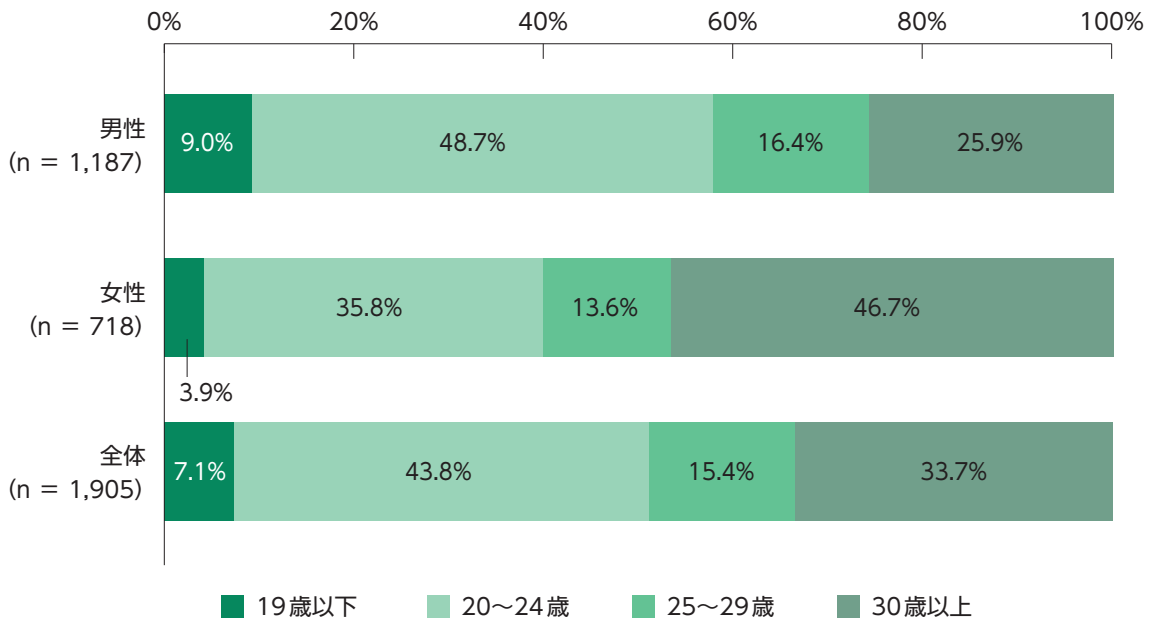
(面) 付録3 BMI



※集計から除外：F10もしくはF11において一つでも無回答であった者 (n = 174)

・習慣的な飲酒（週1）

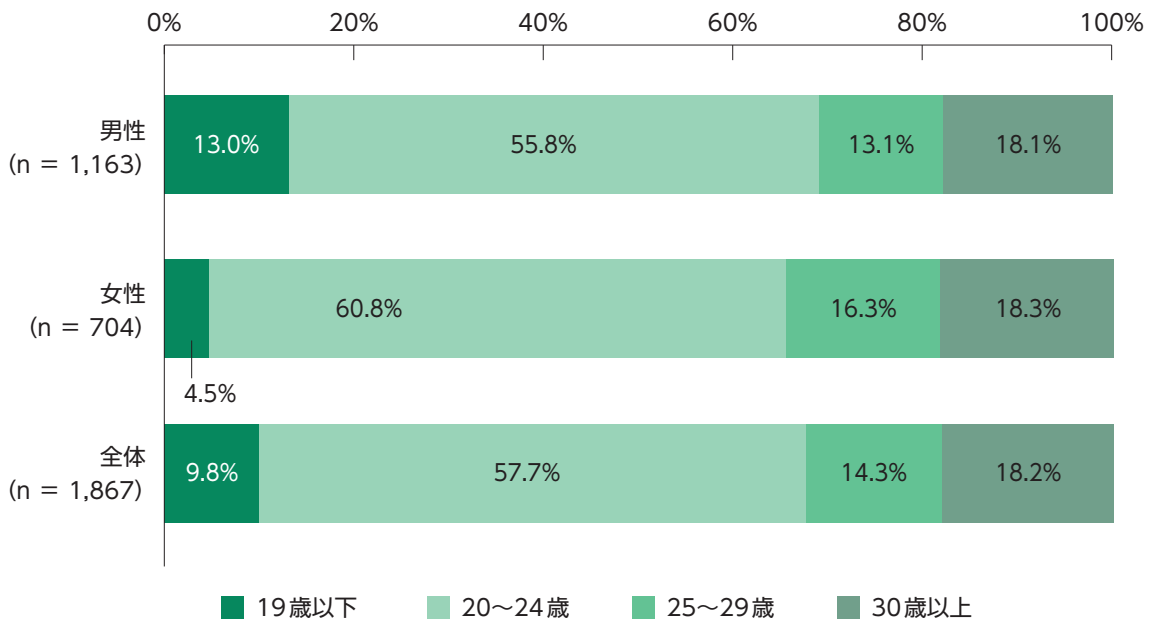
(面) 付録4 【問12付問1】 習慣飲酒の開始年齢



※集計から除外：生涯飲酒経験がない者 (n = 576)，月1回以上の習慣的な飲酒経験がない者 (n = 1,535)，週に1回以上の頻度で飲酒した経験がない者 (n = 263)，無効回答者 (n = 2)，無回答者 (n = 19)

・初めて酩酊を経験した年齢

(面) 付録5 【問13】 初めて酩酊を経験した年齢



※集計から除外：生涯飲酒経験がない者 (n = 576)，ひどく酔っぱらった経験がない者 (n = 1,849)，無回答者 (n = 8)

・ICD-10診断基準における生涯においてアルコール依存症が疑われる者の割合の推計のための
質問票に関連する項目

(面) 付録6 【問15】【問16付問1～付問2】各該当年齢の平均値など

	平均値	標準偏差	中央値
問15	37.6歳	14.8歳	35.0歳
問16付問1	37.7歳	14.1歳	35.0歳
問16付問2	47.9歳	12.2歳	48.0歳

・労働時間および仕事のパフォーマンス (WHO-HPQ)

(面) 付録7 【問19】【問20】【問22】労働時間に関する集計

	平均値	標準偏差	中央値
【問19】過去7日間の労働時間	36.6時間	14.8時間	40.0時間
【問20】1週間の労働予定時間	37.1時間	11.6時間	40.0時間
【問22】過去4週間の労働時間	142.6時間	52.2時間	160.0時間

※集計から除外：問8で(エ)(オ)(カ)と回答した者および育児休暇取得中と回答した者(n = 1,810)

※【問19】集計から除外：わからない・拒否(n = 23)

※【問20】集計から除外：決まっていない(n = 369), わからない・拒否(n = 70)

※【問22】集計から除外：過去4週間は働いていない(n = 29), わからない・拒否(n = 99)

(面) 付録8 【問21】欠勤状況に関する集計

	終日 休んだ日 がある	一部 休んだ日 がある (半日など)	その理由で 休んだ日は ない ／該当した日 はない	わからない
【問21】 (A) 肉体的または 精神的健康問題が理由の欠勤	152名	43名	2,295名	6名
【問21】 (B) その他の理由 (休暇を含む)での欠勤	580名	127名	1,801名	6名
	早く出社した、 または遅く帰宅 した日がある	休日出勤した日 がある	該当した日 はない	わからない
【問21】 (C) 規定時間外の労働を 行った日数	486名	184名	1,858名	33名

※集計から除外：F8で(エ)(オ)(カ)と回答した者および育児休暇取得中と回答した者(n = 1,810)

(面) 付録9 【問23】労働におけるパフォーマンス

	平均値	標準偏差	中央値
(A) あなたの仕事と似た仕事において多くの勤務者の普段のパフォーマンス	6.3	1.9	6.0
(B) 過去1～2年のあなたの普段のパフォーマンス	6.5	1.9	6.0
(C) 過去4週間(28日間)の勤務日におけるあなたの総合的なパフォーマンス	6.5	2.0	6.0

※集計から除外：F8で(エ)(オ)(カ)と回答した者および育児休暇取得中と回答した者(n = 1,810)

※(A) 集計から除外：わからない・無回答(n = 274), 複数回答(n = 1)

※(B) 集計から除外：わからない・無回答(n = 189)

※(C) 集計から除外：わからない・無回答(n = 186)

自記式アンケート票付録

・新型コロナウイルスの影響

(自) 付録1 【問16】新型コロナウイルスの影響

	男性	女性	全体
あらたに飲酒を始めた	10 (0.5%)	13 (0.6%)	23 (0.6%)
飲酒の機会が増えた	62 (3.3%)	56 (2.4%)	118 (2.8%)
飲酒の機会が減った	407 (21.8%)	327 (14.2%)	734 (17.6%)
飲酒の機会に変化はない	897 (48.1%)	901 (39.1%)	1,798 (43.1%)
飲酒をやめた	75 (4.0%)	61 (2.6%)	136 (3.3%)
飲酒をしたことがない	414 (22.2%)	947 (41.1%)	1,361 (32.6%)
全体	1,865 (100.0%)	2,305 (100.0%)	4,170 (100.0%)

※集計から除外：無回答・無効回答 (n = 95)

・社会機能の障害 (WSAS)

(自) 付録2 【問27】社会機能の障害 (WSAS) 各項目の集計

	全く支障はない (0点)	少しでも支障がある (1-8点)	全体
①仕事の能力が制限されている			
非飲酒者・ローリスク飲酒者	2,970 (82.1%)	646 (17.9%)	3,616 (100.0%)
ハイリスク飲酒者	281 (82.2%)	61 (17.8%)	342 (100.0%)
アルコール使用障害の疑い	88 (75.2%)	29 (24.8%)	117 (100.0%)
全体	3,339 (81.9%)	736 (18.1%)	4,075 (100.0%)
②家庭の管理が制限されている			
非飲酒者・ローリスク飲酒者	3,016 (82.7%)	631 (17.3%)	3,647 (100.0%)
ハイリスク飲酒者	293 (85.9%)	48 (14.1%)	341 (100.0%)
アルコール使用障害の疑い	89 (74.2%)	31 (25.8%)	120 (100.0%)
全体	3,398 (82.7%)	710 (17.3%)	4,108 (100.0%)
③社会的な余暇活動が制限されている			
非飲酒者・ローリスク飲酒者	3,069 (84.3%)	572 (15.7%)	3,641 (100.0%)
ハイリスク飲酒者	293 (85.7%)	49 (14.3%)	342 (100.0%)
アルコール使用障害の疑い	98 (81.7%)	22 (18.3%)	120 (100.0%)
全体	3,460 (84.3%)	643 (15.7%)	4,103 (100.0%)
④私的な余暇活動が制限されている			
非飲酒者・ローリスク飲酒者	3,121 (85.6%)	523 (14.4%)	3,644 (100.0%)
ハイリスク飲酒者	292 (85.4%)	50 (14.6%)	342 (100.0%)
アルコール使用障害の疑い	100 (83.3%)	20 (16.7%)	120 (100.0%)
全体	3,513 (85.6%)	593 (14.4%)	4,106 (100.0%)
⑤私と一緒に住んでいる人との関係を含む、他者との親密な関係を形成、維持する力が制限されている			
非飲酒者・ローリスク飲酒者	3,219 (88.5%)	418 (11.5%)	3,637 (100.0%)
ハイリスク飲酒者	306 (89.5%)	36 (10.5%)	342 (100.0%)
アルコール使用障害の疑い	101 (84.2%)	19 (15.8%)	120 (100.0%)
全体	3,626 (88.5%)	473 (11.5%)	4,099 (100.0%)

※①集計から除外：AUDIT集計対象者のうち、問27①に無回答・無効回答 (n = 78)

※②集計から除外：AUDIT集計対象者のうち、問27②に無回答・無効回答 (n = 45)

※③集計から除外：AUDIT集計対象者のうち、問27③に無回答・無効回答 (n = 50)

※④集計から除外：AUDIT集計対象者のうち、問27④に無回答・無効回答 (n = 47)

※⑤集計から除外：AUDIT集計対象者のうち、問27⑤に無回答・無効回答 (n = 54)

・飲酒運転

(自) 付録3 【問29 (1)】 運転免許取得経験がある者における過去1年間の飲酒運転の有無

	ある	一度もない	わからない	答えたくない	全体
①飲酒で気分が高揚したり、ふらついたりしたときに運転したことがある	20 (0.6%)	3,557 (99.1%)	10 (0.3%)	3 (0.1%)	3,590 (100.0%)
②アルコール飲料を3杯以上飲んだ後、1時間以内に運転したことがある	29 (0.8%)	3,550 (98.9%)	7 (0.2%)	2 (0.1%)	3,588 (100.0%)
③飲酒が体調に影響していると知りながら運転したことがある	29 (0.8%)	3,535 (98.6%)	20 (0.6%)	3 (0.1%)	3,587 (100.0%)

※【問28】において免許取得経験があると回答した者を対象に集計 (n = 3,608)

※①集計から除外：無回答 (n = 19)

※②集計から除外：無回答・無効回答 (n = 20)

※③集計から除外：無回答 (n = 22)

(自) 付録4 【問29 (2)】 飲酒運転の経験があると回答した者における過去1年間の飲酒運転の回数

	平均値	標準偏差	最小値	中央値	最大値
①飲酒で気分が高揚したり、ふらついたりしたときに運転したことがある (n = 19)	5.74	8.12	2	2.00	30
②アルコール飲料を3杯以上飲んだ後、1時間以内に運転したことがある (n = 26)	3.48	4.04	1	2.00	20
③飲酒が体調に影響していると知りながら運転したことがある (n = 27)	3.33	3.85	1	2.00	20

※①集計から除外：無回答 (n = 1)

※②集計から除外：無回答 (n = 3)

※③集計から除外：無回答 (n = 2)

・薬の服用・乱用について

(自) 付録5 【問32】 過去30日間のカフェイン製剤服用経験

	男性	女性	全体
一度も飲んでない	1,790 (94.6%)	2,258 (96.7%)	4,048 (95.7%)
1～2日	36 (1.9%)	29 (1.2%)	65 (1.5%)
3～5日	28 (1.5%)	17 (0.7%)	45 (1.1%)
6～9日	8 (0.4%)	1 (0.0%)	9 (0.2%)
10～19日	4 (0.2%)	7 (0.3%)	11 (0.3%)
20～29日	6 (0.3%)	3 (0.1%)	9 (0.2%)
毎日	20 (1.1%)	21 (0.9%)	41 (1.0%)
全体	1,892 (100.0%)	2,336 (100.0%)	4,228 (100.0%)

※集計から除外：無回答 (n = 37)

(自) 付録6 【問33】 【問35】 薬の乱用経験

	男性	女性	全体
(ア) 睡眠薬			
ない	1,854 (97.7%)	2,256 (96.5%)	4,110 (97.0%)
ある	43 (2.3%)	83 (3.5%)	126 (3.0%)
全体	1,897 (100.0%)	2,339 (100.0%)	4,236 (100.0%)
(イ) 鎮痛薬			
ない	1,726 (90.9%)	2,030 (86.8%)	3,756 (88.6%)
ある	172 (9.1%)	309 (13.2%)	481 (11.4%)
全体	1,898 (100.0%)	2,339 (100.0%)	4,237 (100.0%)
(ウ) 精神安定薬			
ない	1,870 (98.6%)	2,294 (98.0%)	4,164 (98.3%)
ある	27 (1.4%)	46 (2.0%)	73 (1.7%)
全体	1,897 (100.0%)	2,340 (100.0%)	4,237 (100.0%)
【問35】 市販の咳止め薬, 風邪薬, 解熱鎮痛薬			
ない	1,886 (99.1%)	2,331 (99.3%)	4,217 (99.2%)
ある	17 (0.9%)	17 (0.7%)	34 (0.8%)
全体	1,903 (100.0%)	2,348 (100.0%)	4,251 (100.0%)

※(ア) 集計から除外：無回答 (n = 29)

※(イ) 集計から除外：無回答 (n = 28)

※(ウ) 集計から除外：無回答 (n = 28)

※【問35】 集計から除外：無回答 (n = 14)

第 1746 号

2024年 8月

飲酒と生活習慣に関する調査（面接）

（調査企画） 国立病院機構 久里浜医療センター

（調査実施） 一般社団法人 中央調査社

支局番号		地点番号		対象番号		点 検	調査月日
							月 日

⑧～⑩

=101

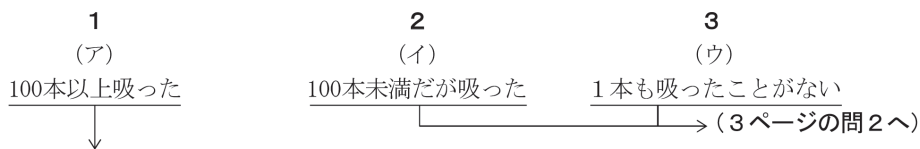
★ 調査時間
※24 時間制で記入

(開始) 時 分
 (終了) 時 分

所要時間 分 ⑪～⑭

まず初めに、喫煙についてうかがいます。

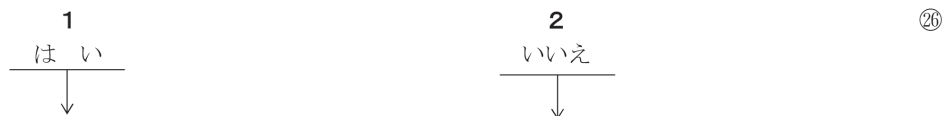
問 1. 【回答票 1】 あなたは今までに、たばこを合計 100 本以上吸いましたか。



付問 1. 好奇心でちょっとだけ吸ってみたのは別にして、あなたがたばこを吸い始めたのは何歳の時ですか。

歳ごろ X わからない ㉓ ㉔
㉕

付問 2. あなたは、この 1 ヶ月間に毎日、または時々たばこを吸っていましたか。



付問 3. 【回答票 2】 あなたは、たばこの本数を減らしたい、またはやめたいと思いますか。

- 1 (ア) 完全にやめたい
- 2 (イ) 減らしたい
- 3 (ウ) やめたいとも減らしたいとも
思わない
- 4 わからない

㉗

(次ページの付問 5 へ)

付問 4. 最後にたばこを吸ったのは何歳の時ですか。

歳ごろ X わからない

㉘ ㉙

㉚

(次ページの付問 5 へ)

【たばこを 100 本以上吸ったことがある全員の方に】

付問 5. あなたは、平均すると 1 日に何本ぐらいたばこを吸っていますか。(または吸っていましたか。)

(調査員注:「1 本未満」の場合は「1 本」と記入する)

--	--	--

本ぐらい

X わからない、無回答

③①～③③

③④

付問 6. 【回答票 3】あなたが普段よく吸うたばこの種類は何ですか。(M.A.)

- 1 (ア) 紙巻タバコ
- 2 (イ) 加熱式タバコ (IQOS、glo、Ploom など)
- 3 (ウ) ニコチンを含まない電子タバコ (VAPE、FLEVO、VITAFUL、VITACIG、SmoothVIP など) ③⑤
- 4 (エ) ニコチン入りの電子タバコ
- 5 (オ) その他 (具体的に)
- 6 答えない・無回答

付問 7. 【回答票 4】あなたはこれまでに、喫煙に関する問題やニコチン依存に関して、医療機関において薬剤を処方された経験がありますか。ここでは市販のニコチンガムは含みません。(M.A.)

- 1 (ア) 禁煙補助薬バレンクリン (チャンピックス®) などの飲み薬
- 2 (イ) ニコチン貼付剤 (ニコチネル TTS®) などの貼り薬
- 3 (ウ) その他の薬剤 (具体的に) ③⑥
- 4 (エ) 薬剤を処方された経験はない
- 5 答えない・無回答

次に、飲酒にまつわる事についてお聞きします。

【調査員注】この質問では、〔回答票5〕を提示し、質問文は読み上げない。

【全員の方に】

問2.〔回答票5〕(対象者が読み終わった段階で) (1)の方についてはどうでしょうか。(ア)～(シ)の記号でお答えください。(M. A.) ((2)についても同様に聞く。)

回答票の質問文 (調査員は読み上げない)

今までに、家族のどなたか、または家族以外のどなたかの飲酒が原因で、あなたがひどく嫌な思い、または困った経験をしたことがありますか。そのような経験がある場合、そのすべてについて、下の表を見ながら、どなたのどのような問題だったのか、(1)と(2)のそれぞれの方について(ア)～(シ)の記号でお答えください。

③7～⑤6
=skip

	(ア) ない	飲酒が原因で困った経験(M. A)											
		(イ) 暴言・暴力	(ウ) からまれた	(エ) 飲酒の強要	(オ) その他の問題行動	(カ) セクシヤル ハラズメント	(キ) 問題行動の後始末	(ク) 飲酒による身体 問題の世話	(ケ) 外部からの注意や 連絡	(コ) 他人に対して恥を かいた	(サ) 経済的問題	(シ) その他の問題	
(1) 家族のどなたか (祖父母・両親・配偶者・兄弟・ 子ども・その他の同居人)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	⑤7⑤8
(2) 家族以外のどなたか (親戚・近隣の住民・職場の人・ 仕事の相手・その他の友人知人・ 知らない人など)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	⑤9⑥0

↓
(全く経験がなかった場合(どちらも「1」に○がついた場合)には次ページ問3へ)

【ひとつでも経験があった方に】

【調査員注】この質問では、〔回答票6〕を提示し、質問文は読み上げない。問2(1)と(2)のどちらかが「1」だった場合は「そのような経験はない」に○をつけ、もう片方について質問する。

付問1.〔回答票6〕(対象者が読み終わった段階で) (1)の方についてはどうでしょうか。(ア)～(エ)の記号でお答えください。((2)についても同様に聞く。)

回答票の質問文 (調査員は読み上げない)

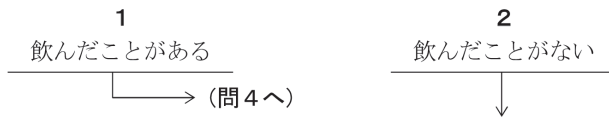
そのような経験はあなたの生き方や考え方に影響を与えましたか。(1)と(2)のそれぞれの方について、(ア)～(エ)の記号でお答えください。

	(ア) 影響を 与え なかつた	(イ) 少し影 響を 与え た	(ウ) かなり影 響を 与え た	(エ) 重大な影 響を 与え た	そのよう な 経験が ない	わから ない	
(1) 家族のどなたか (祖父母・両親・配偶者・兄弟・子ども・ その他の同居人)	1	2	3	4	5	6	⑥1
(2) 家族以外のどなたか (親戚・近隣の住民・職場の人・仕事の 相手・その他の友人知人・知らない人 など)	1	2	3	4	5	6	⑥2

【全員の方に】

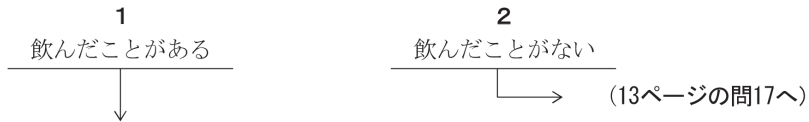
⑧～⑩
=102

問3. あなた自身は、今までにお酒を飲んだことがありますか。ちょっとだけの試し飲みは除いてお考えください。



⑪

付問1. それでは、あなたは一度もお酒を飲んだことがないのですね。



⑫

【これまで一度でもお酒を飲んだことがある方に】

問4. [リスト7] 生まれてから今までで、あなたが24時間で最も多く飲んだ量はどれくらいですか。表を見ながら、種類別にお答えください。

(調査員注：5ページのアルコール換算表を参考に、飲んだお酒ごとに量と計算したドリンク数を記入したあと、合計のドリンク数を計算する)

＜右詰めで小数点第1位まで記入する。例えば「日本酒6合」なら「13.2」となる《記入例》参照＞

種類	《記入例》 (例えば)日本酒	(1)ビール・ 発泡酒	(2)日本酒	(3)焼 酎	(4)酎ハイ類
量 (具体的に)	6合				
ドリンク 数	1 3 2	・	・	・	・

⑬～⑳

種類	(5)カクテル 類	(6)ワイン	(7)ウイスキ ー類	(8)その他 (梅酒等)	合 計
量 (具体的に)					
ドリンク 数	・	・	・	・	・

㉑～㉔

アルコール換算表(ドリンク換算)

種類	量	ドリンク数
(1) ビール (5%) 発泡酒	コップ(200mL) 1杯	0.8
	小ビンまたは 350mL カン1本	1.4
	中ビンまたは 500mL カン1本	2.0
	大ビンまたは 633mL カン1本	2.5
	中ジョッキ (500mL) 1杯	2.0
	大ジョッキ (1,000mL) 1杯	4.0
(2) 日本酒 (15%)	1合 (180mL)	2.2
	お猪口 (30mL) 1杯	0.4
(3) 焼酎 (20%)	1合 (180mL)	2.9
焼酎 (25%)	1合 (180mL)	3.6
(4) 酎ハイ (5%)	コップ (200mL) 1杯	0.8
	350mL カン酎ハイ 1本	1.4
	500mL カン酎ハイ 1本	2.0
	中ジョッキ (500mL) 1杯	2.0
酎ハイ (7%)	コップ (200mL) 1杯	1.1
	350mL カン酎ハイ 1本	2.0
	500mL カン酎ハイ 1本	2.8
	中ジョッキ (500mL) 1杯	2.8
酎ハイ (9%)	コップ (200mL) 1杯	1.4
	350mL カン酎ハイ 1本	2.5
	500mL カン酎ハイ 1本	3.6
	中ジョッキ (500mL) 1杯	3.6
(5) カクテル類 (5%)	コップ(200mL) 1杯	0.8
	350mL カン1本	1.4
	500mL カン1本	2.0
	中ジョッキ (500mL) 1杯	2.0
(6) ワイン(12%)	ワイングラス (120mL) 1杯	1.2
	ハーフボトル (375mL) 1本	3.6
	フルボトル (750mL) 1本	7.2
(7) ウイスキー、ブランデー、ジン、ウォッカ、ラムなど (40-45%)	シングル水割り 1杯 (原酒で 30mL)	1.0
	ダブル水割り 1杯 (原酒で 60mL)	2.0
	ショットグラス (30mL) 1杯	1.0
(8) 梅酒 (14%)	1合 (180mL)	2.0
	お猪口 (30mL)	0.3

注意:

- 1) 1ドリンクは、純アルコールで 12.5mL または 10g。
- 2) 発泡酒はビールと同じ。
- 3) カクテル類とは、果実味などを含んだ甘い酒をいう。
- 4) 梅酒は市販のものだけ計算 (自家製は含めません)。
- 5) 缶のハイボールは (4) 酎ハイを、ウイスキーから割って作るハイボールは (7) ウイスキーなどを参考に計算する。
- 6) 純アルコール量 (g) は以下の計算式で算出できます。
「飲んだ酒の量 (mL) × 酒のアルコール濃度 (%) × 0.8」

問5.〔回答票8〕あなたは、平均するとお酒をどれくらいの頻度で飲みますか。

④9=skip

- | | |
|----------------|-----------------------------------|
| 1 (ア) 毎日2回以上 | 6 (カ) 1ヵ月に2～3日 |
| 2 (イ) 毎日1回 | 7 (キ) 1ヵ月に1日 |
| 3 (ウ) 1週間に5～6日 | 8 (ク) 1年間に6～11日 |
| 4 (エ) 1週間に3～4日 | 9 (ケ) 1年間に1～5日 |
| 5 (オ) 1週間に1～2日 | 10 (コ) 過去1年間は飲酒していない → (7ページの問9へ) |

⑤0

問6.〔回答票9〕1度に6ドリンク以上飲酒することがありますか。あるとすればどのくらいの頻度ですか。表を参考にお答えください。

- | | |
|----------------|--------------|
| 1 (ア) ない | 6 (カ) 週に4～6回 |
| 2 (イ) 1ヶ月に1回未満 | 7 (キ) 毎日 |
| 3 (ウ) 1ヶ月に1回 | |
| 4 (エ) 1週間に1回 | |
| 5 (オ) 週に2～3回 | |

⑤1

【調査員注】男性と女性で違う回答票を使って、質問も変える。

問7. (男性の方に)〔回答票10〕2時間ほどの間に、純アルコール70グラム以上のお酒を飲むことがありますか。あるとすればどのくらいの頻度ですか。表を参考にお答えください。

(女性の方に)〔回答票11〕2時間ほどの間に、純アルコール56グラム以上のお酒を飲むことがありますか。あるとすればどのくらいの頻度ですか。表を参考にお答えください。

- | | |
|----------------------|--------------------|
| 1 (ア) 飲んだことはない | 5 (オ) 週に1、2回 |
| 2 (イ) 過去にはあるがここ1年はない | 6 (カ) 週に3、4回 |
| 3 (ウ) 年に数回 | 7 (キ) 毎日あるいはほとんど毎日 |
| 4 (エ) 月に1、2回 | |

⑤2

問8. [リスト12] ふだんお酒を飲むときには、1日にどれくらい飲みますか。表を見ながら、種類別にお答えください。

(調査員注：5ページのアルコール換算表を参照しながら、飲むお酒ごとに量と計算したドリンク数を記入したあと、合計のドリンク数を計算する)

＜右詰めで小数点第1位まで記入する。例えば「日本酒6合」なら「13.2」となる《記入例》参照＞

種類	《記入例》 (例えば)日本酒	(1)ビール・ 発泡酒	(2)日本酒	(3)焼 酎	(4)酎ハイ類
量 (具体的に)	6合				
ドリンク 数	1 3 2

⑤③～⑥⑧

種類	(5)カクテル 類	(6)ワイン	(7)ウイスキ ー類	(8)その他 (梅酒等)	合 計
量 (具体的に)					
ドリンク 数

⑥⑨～⑦⑧

【お酒を飲んだことがある全員の方に】

⑧～⑩=103

問9. ちょっとだけの試し飲みは別にして、あなたが初めてお酒を飲んだのは何歳のときですか。

⑪～⑬=skip

--	--

歳

X わからない

⑭②③⑤

⑭④

問10. 現在あなたは、ビールをコップ1杯飲んだくらいの少量の飲酒で、すぐに顔が赤くなる体質がありますか。

1

2

3

は い

いいえ

わからない

⑮⑤

問11. お酒を飲み始めたころの1～2年間には、ビールをコップ1杯飲んだくらいの少量の飲酒で、すぐに顔が赤くなる体質がありましたか。

1

2

3

は い

いいえ

わからない

⑯⑥

問 12. あなたが定期的（少なくとも月に1回以上のペースで、6ヵ月間以上続けて）にお酒を飲み始めたのは何歳からですか。現在は定期的に飲酒していない場合も、過去の経験に基づいてお答えください。

歳

00 定期的に飲んだことはない →(問 13 へ)

③⑦③⑧

付問 1. 少なくとも週に1回以上のペースで、6か月以上続けて飲酒をしたのは何歳からですか？

歳

X 週に1回以上のペースで飲んだことはない

③⑨④⑩

④①

問 13. あなたが初めて、ひどく酔っぱらったと感じたのは何歳の時ですか。「ひどく」というのは、舌がもつれたり、足元がしっかりしないような状態です。

歳

00 ひどく酔っぱらったことはない

④②④③

まず、問 12 と問 13 をチェックして、両方とも「00」なら 13 ページの問 17 へ
どちらか一方でも「00」でなかったら次ページの問 14 へ

問 14 の質問については、一部の結果を記録用紙（黄色の別紙）に記入しながら進める。
 該当する項目（記号にアンダーライン）の回答に「記録用紙」とある場合には、記録用紙の
 該当項目の記号欄にも○を記入しておく。

④④～⑤⑤=skip

問 14. これからおたずねする質問にお答えください。

(ア) あなたは飲酒をやめるか、減らしたいと思ったことが今までに3回以上ありますか。

1	2	8	⑤①
は い	いいえ	無回答	

(イ) 実際に飲酒をやめるか、減らそうとしたことがありますか。

1	2	8	⑤②
は い	いいえ	無回答	
↓		→ (オ) へ	

(ウ) 自分の意思でいつでも禁酒、減酒ができましたか。

1	2	8	⑤③
は い	いいえ (記録用紙)	無回答	

(エ) あなたは、現在飲酒をやめるか、減らしたいと思っていますか。

1	2	3	8	⑤④
完全に やめたい	減らしたい	やめたいとも 減らしたいとも思わない	無回答	

(オ) もう絶対に飲むまいと自分で決めたのに、飲み始めたことがありますか。または、自分で思っていたより多く飲んでしまったことがありますか。

1	2	8	⑤⑤
はい (記録用紙)	いいえ	無回答	

(カ) 自分で思っていたより長い時間飲み続けたことはありますか。

1	2	8	⑤⑥
はい (記録用紙)	いいえ	無回答	

(キ) 自分の意に反して飲み始め、やがてひどく酔っぱらってしまったことがありますか。

1	2	8	⑤⑦
はい (記録用紙)	いいえ	無回答	

(ク) 飲酒ができない状況にあっても、酒のこと以外は考えられないほど強い飲酒欲求を感じたことがありますか。

1	2	8	⑤⑧
はい (記録用紙)	いいえ	無回答	

(ケ) 習慣的に飲酒するようになってから、アルコールに強くなりましたか。つまり、以前に飲んでいた量では気分が高揚しないと感じたり、飲酒の効果を得るために以前よりたくさん飲んだりしましたか。

1	2	8	⑤⑨
はい (記録用紙)	いいえ	無回答	

(コ) 以前より多くのアルコールを飲んでも、ひどくは酔っぱらわないと感じましたか。

1 はい (記録用紙)	2 いいえ	8 無回答	⑥0
----------------	----------	----------	----

(サ) あなたは飲酒のために大事な活動、たとえば、スポーツ、仕事、あるいは友人や親戚との付き合いといったことをあきらめたり、大幅に減らしたりしたことがありますか。

1 はい (記録用紙)	2 いいえ	8 無回答	⑥1
----------------	----------	----------	----

(シ) 飲んでいる時に、誤ってけがをしたことが3回以上ありますか。けがとは、激しく転んだり、ひどく切ってしまったたり、骨折したり、交通事故にあう、というようなことです。

1 はい (記録用紙)	2 いいえ	8 無回答	⑥2
↓	↓	→ (セ) へ	

(ス) この1年間に少なくとも1回、そのようなけがをしましたか。

1 はい	2 いいえ	8 無回答	⑥3
---------	----------	----------	----

(セ) 長い間にわたって飲酒を続けていると、それが原因となって、肝臓の病気、胃の病気、すい臓の病気、高血圧、糖尿病、高脂血症、高尿酸血症や痛風といった健康上の障害がでてくる場合があります。飲酒が引き金になってこのような障害を引き起こしたことがありますか。

1 はい	2 いいえ	8 無回答	⑥4
↓	↓	→ (チ) へ	

(ソ) そのような障害は、この1年間にもありましたか。

1 はい	2 いいえ	8 無回答	⑥5
---------	----------	----------	----

(タ) あなたは、飲酒がこれらの健康上の問題を引き起こしているとわかっていながら、飲酒を続けましたか。

1 はい (記録用紙)	2 いいえ	8 無回答	⑥6
----------------	----------	----------	----

(チ) 飲酒によって悪化する可能性がある他の重大な体の病気が自分にあることを知りながら、飲酒しつづけたことがありますか。(調査員注: 「はい」という場合には、病名を具体的にたずねて記入する)

1 はい (記録用紙)	2 いいえ	8 無回答	⑥7
↓			
病 名 (具体的に _____)			

(ツ) 飲酒が原因で、不眠、憂うつな気分、神経過敏、幻視、幻聴、他人に対して疑い深くなるといったような、心の問題を経験したことがありますか。

1 はい	2 いいえ	8 無回答	⑥8
↓	→	→	
(ナ) へ			

(テ) そのような問題は、この1年間にもありましたか。

1 はい	2 いいえ	8 無回答	⑥9
---------	----------	----------	----

(ト) あなたは、これらの問題が飲酒のために生じていると知りながら、飲酒を続けましたか。

1 はい (記録用紙)	2 いいえ	8 無回答	⑦0
----------------	----------	----------	----

(ナ) ある期間飲酒していた人が、その後、酒の量を減らしたり、やめたり、酒なしで過ごすようになると、気分が悪くなることがあります。この気分の悪さは通常の二日酔いよりずっと辛いものです。あなたは酒をやめたり、減らしたり、または酒なしで過ごしたとき、手のふるえを経験したことがありますか。

1 はい (記録用紙)	2 いいえ	8 無回答	⑦1
↓	→	→	
(下記調査員指示の記録用紙チェック1へ)			

(二) そのような場合、あなたは手のふるえが出ないように、あるいはそれをなくすために飲酒したことが、これまでに3回以上ありますか。

1 はい (記録用紙)	2 いいえ	8 無回答	⑦2
----------------	----------	----------	----

(ヌ) あなたは酒をやめたり、減らしたり、または酒なしで過ごしたとき、夜眠れなかったり、汗をかく、心臓が強くうつ、吐き気や嘔吐、てんかん発作、幻覚などの症状が出たことがありますか。

1 はい (記録用紙)	2 いいえ	8 無回答	⑦3
----------------	----------	----------	----

(ネ) その症状が出ないように、あるいは症状をなくすために飲酒したことが、日を違えて3回以上ありますか。

1 はい (記録用紙)	2 いいえ	8 無回答	⑦4
----------------	----------	----------	----

(記録用紙チェック1)

記録用紙を参照し、グループ1～6までの中にチェックがあるかどうか調べる。

もし、1つでもあれば次ページの問15へ。

1つもなければ、13ページの問17へ。

問 15. (記録用紙を対象者に示しながら)

これはここまでのお話をまとめたものですが、これらのあなたの体験の中で、一番最近のものは何歳のときですか。

		歳
--	--	---

75 76

(記録用紙チェック 2)

記録用紙を参照し、グループ1～6について、チェックのあるグループ数を数える。
 チェックのあるグループが2つ以下であれば、次ページの問17へ。
 チェックのあるグループが3つ以上あれば、以下の問16へ。

問 16. (記録用紙を対象者に示しながら)

今までに、ここにあるあなたの体験のうち、3つ以上のグループのことが、同時に1ヶ月以上続いたことはありますか。もしくは、1ヶ月は同時に続かなくても、1年以上にわたって、3つ以上のグループのことが繰り返し起こったことはありますか。

1	2	8
はい	いいえ	無回答
↓	→ (次ページの問17へ)	

77

付問 1. それが初めて起きたとき、あなたは何歳でしたか。

		歳
--	--	---

78 79

付問 2. では、それが最後に起きたとき、あなたは何歳でしたか。

		歳
--	--	---

80 81

付問 3. 過去1年間に、ここにあるあなたの体験のうち、3つ以上のグループのことが、同時に1ヶ月以上続いたことはありますか。もしくは、1ヶ月は同時に続かなくても、3つ以上のグループのことが繰り返し起きましたか。

1	2	8
はい	いいえ	無回答 → (次ページの付問5へ)
↓ (次ページの付問5へ)	↓	

82

付問 4. ここにあるあなたの体験が、過去1年間でそれほど起きなかったことには、どのような理由がありますか。具体的にお教えてください。(自由回答)

(調査員注：対象者が話した理由をできるだけ詳しく記入する。)

具体的に記入

83

付問5. [回答票13] あなたは今までに医療機関でアルコール依存症の治療を受けたことがありますか。

- 1 (ア) はい、過去12ヶ月の間に受けた
- 2 (イ) はい、過去12ヶ月より以前に受けた
- 3 (ウ) はい、過去12ヶ月の間も、それ以前も受けた
- 4 (エ) いいえ
- 8 無回答

⑧4

【全員の方に】

【調査員注】回答票にある[リスト]を提示しながら質問する

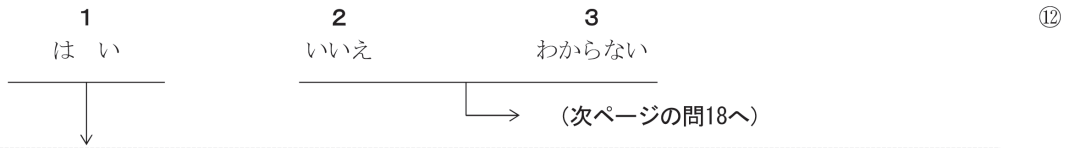
問17. [リスト14] 過去1年間に、医師や保健医療機関にかかりましたか。かかった場合は、その病名を下のリストの中からすべてお答えください。(M.A.)

(調査員注：「(ウ) その他の肝臓病」は具体的な病名を、「(キ) 癌(がん)」は具体的な部位も聞く。相手の回答を復唱し、リストの最後まで見てもらって回答もれがないか確認してもらう。〈例「(ア) ですね、他にはありませんか」など〉)

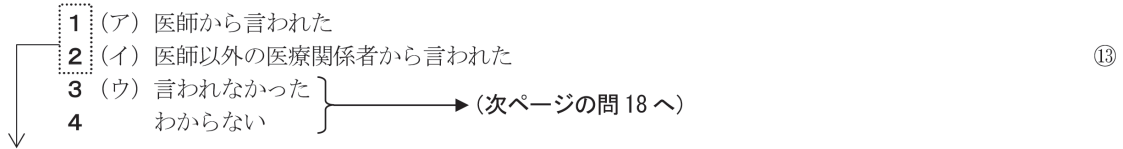
- 1 (ア) 肝硬変(かんこうへん)
- 2 (イ) 脂肪肝
- 3 (ウ) その他の肝臓病 (具体的に：)
- 4 (エ) 膵炎(すいえん)
- 5 (オ) 潰瘍(かいよう) (皮膚を除く)
- 6 (カ) 食道・胃腸の出血
- 7 (キ) 癌(がん) (具体的な部位：)
- 8 (ク) 糖尿病
- 9 (ケ) 不整脈または心不全
- 10 (コ) 狭心症または心筋梗塞(しんきんこうそく)
- 11 (サ) 高血圧
- 12 (シ) 脳梗塞または脳出血
- 13 (ス) 動脈硬化症
- 14 (セ) 腎臓病
- 15 (ソ) 血液疾患
- 16 (タ) 認知症
- 17 (チ) うつ病
- 18 (ツ) 不安障害
- 19 (テ) 薬物依存
- 20 (ト) ギャンブル依存
- 21 (ナ) 振戦せん妄(しんせんせんもう)
- 22 (ニ) けいれん発作
- 23 (ヌ) 外傷(骨折)
- 24 (ネ) 外傷(頭部)
- 25 (ノ) この中にあてはまる病気はない
- 26 (ハ) 受診していない → (15 ページの問18へ)
- 99 わからない・答えたくない

⑧5～⑧7

付問 1. 過去 1 年間に、医師や保健医療機関にかかったとき、あなたの飲酒状況について 1 度でも
たずねられましたか。健診や人間ドックは除いてお答えください。 ⑧～⑩=104
⑪=skip



付問 2. 【回答票 15】 過去 1 年間に、医師や保健医療機関にかかったとき、酒を控えるように 1 度でも
助言されましたか。健診や人間ドックは除いてお答えください。



付問 3. 【回答票 16】 助言された後に飲酒量が減りましたか。

- 1 (ア) 飲む回数は変わらないが、1 回に飲む量が減った
 - 2 (イ) 1 回に飲む量は変わらないが、飲む回数が減った
 - 3 (ウ) 1 回に飲む量も飲む回数も減った
 - 4 (エ) 変わらない
 - 5 (オ) むしろ増えた
 - 6 わからない
- ⑭

付問 4. 【回答票 17】 あなたはこれまでに、飲酒に関する問題やアルコール依存に関して、医療機関に
おいて薬剤を処方された経験がありますか。ある場合は、処方された薬剤をすべてお答えください。
(M.A.)

- 1 (ア) 断酒補助薬アカンプロサート (レグテクト®)
 - 2 (イ) 抗酒薬ジスルフィラム (ノックピン®) またはシアナミド (シアナマイド®)
 - 3 (ウ) 飲酒量低減薬ナルメフェン (セリンクロ®)
 - 4 (エ) その他の薬剤 (具体的に:)
 - 5 (オ) 処方された経験はあるが、薬剤名は覚えていない
 - 6 (カ) 薬剤を処方された経験はない
 - 7 答えない・無回答
- ⑮

以下の質問は一般的な知識として伺います。

【全員の方に】

問 18. 【回答票 18】 令和6年（2024年）2月19日に厚生労働省から公開された「健康に配慮した飲酒に関するガイドライン」では、飲酒量の計算の仕方や生活習慣病のリスクを高める飲酒の量が明記されていますが、このガイドラインについて知っていますか。

- 1 (ア) ガイドラインやその内容について知っている
- 2 (イ) ガイドラインについて知っているが、内容については知らない ⑬
- 3 (ウ) ガイドラインを知らない
- 4 無回答

〈フェース・シート〉 ⑰～⑳

F 1. 【性】 =ski p

- 1 男性 2 女性 ⑳

あなたご自身のことについてお聞かせください。

F 2. あなたのお生まれは何年何月ですか。
 (調査員注：西暦で回答があった場合は、必ず後から邦暦（元号）も計算して記入する)

西暦 年 月 もしくは

1	明治			⑳～㉓
2	大正			㉔
3	昭和			㉕～㉗
4	平成			㉘～㉚

F 3. 【回答票 19】 あなたは学校に通算で何年行きましたか。

年 00 学校には行かなかった ㉞㉟

F 4. 【回答票 20】 あなたは現在、結婚されていますか。

- 1 (ア) 配偶者と同居している
- 2 (イ) 配偶者と別居している（単身赴任を含める） ㉟
- 3 (ウ) 内縁関係（配偶者のような関係）
- 4 (エ) 死別した
- 5 (オ) 離婚した
- 6 (カ) 未婚（結婚したことがない）
- 7 わからない

F 5. 【回答票 21】 あなたが18歳になるまでの間、一番長く住んだ都道府県はどこですか。
 (調査員注：外国の場合は国名を記入する。)

都道府県番号 (具体的に) ㉠㉡

F 6. 現在、一緒に住んでいるご家族（親族以外の同居人も含む）はあなたを含めて何人ですか。

--	--

人 →（1人の場合は、F 8へ）

④③

F 7. 【回答票22】 現在、一緒に住んでいる方々をすべてあげてください。（M. A.）

- | | | | |
|---------------|--------------|----------------|------|
| 1 (ア) 配偶者 | 5 (オ) 父母 | 9 (ケ) その他（具体的に |) ④④ |
| 2 (イ) 子ども | 6 (カ) 配偶者の父母 | 10 わからない | |
| 3 (ウ) 子どもの配偶者 | 7 (キ) 祖父母 | | |
| 4 (エ) 孫 | 8 (ク) 兄弟姉妹 | | |
| | | | |

F 8. 【回答票 23】 現在のあなたの職業をお聞かせください。

- | | | |
|------------------------------|------------------|------------------------|
| 1 (ア) 自営・自由業者（家族従業を含む） | 5 (オ) 家事専業（専業主婦） | } (19 ページ
の F 10 へ) |
| 2 (イ) 勤め（正社員・正職員） | 6 (カ) 無職（失業中を含む） | |
| 3 (ウ) 勤め（契約・派遣・嘱託・パート・アルバイト） | 7 その他（具体的に | |
| 4 (エ) 学生 →（19 ページの F 10 へ） | 8 わからない | |
- ④⑤

【F 8で、(エ) 学生、(オ) 家事専業、(カ) 無職、以外を答えた方に】

F 9. 【回答票 24】 あなたはどのような種類の仕事をしていますか。

（調査員注：「その他」の場合はできるだけ具体的に記入しておく）

- 1 (ア) 専門・技術職……………（医師、看護師、弁護士、教師、技術者、デザイナーなど専門的知識・技術を要するもの）
- 2 (イ) 管理職……………（企業・官公庁における課長職以上、議員、経営者など）
- 3 (ウ) 事務職……………（企業・官公庁における一般事務、経理、内勤の営業など）
- 4 (エ) 販売職……………（小売・卸売店主、店員、不動産売買、保険外交、外勤のセールスなど）
- 5 (オ) サービス職……………（理・美容師、料理人、ウェイター、ホームヘルパー、ビル清掃など） ④⑥
- 6 (カ) 生産現場・技能職……………（製品製造・組立、自動車整備、建設作業員、大工、電気工事、農水産物加工など） ④⑦
- 7 (キ) 運輸職……………（バス・トラック・タクシー運転手、船員、郵便配達、通信士など）
- 8 (ク) 保安職……………（警察官、消防官、自衛官、警備員など）
- 9 (ケ) 農・林・漁業……………（農作物生産、家畜飼養、森林培養、水産物養殖、漁獲など）
- 10 (コ) その他（具体的に
- 11 わからない

問 19. 【回答票 25】 過去7日間の間、おおよそ何時間あなたは働きましたか。（もし97時間以上であれば97と回答してください。）※あなたが過去7日以内に、肉体・精神的健康問題以外での長期休暇（お盆休み・夏季休暇）などを取得した場合は、その日数を除いてお答えください。

過去7日間で

--	--

 時間

0 過去7日間は働いていない X わからない・拒否

④⑧⑨
⑤⑩

問 20. [回答票 26] 典型的な一週間に、あなたの雇用者はあなたに何時間働くことを期待していますか。
 (もし変動するようであれば平均値を推定してください。)(もし9.7時間以上であれば9.7と回答してください。)

※週によって働く時間が異なる場合は、平均的な合計時間をお答えください。

(調査員注： 自営・自由業者などで雇用者がいない場合は、「通常、あなたは一週間に合計何時間働くことになっていますか。」と言い換える)

一週間に

--	--

 時間 Y 決まっていない X わからない・拒否

⑤①⑤②
⑤③

問 21. [回答票 27] 過去4週間(28日間)のあなたの仕事上の経験について考えてみてください。
 以下に用意された空白部分に、次に提示されるそれぞれの仕事状況にあなたが何日間費やしたのか回答してください。

(A) から (C) のそれぞれについて、(1) と (2) をお答えください。

	(1) い。選選あて ん。択は (M) ん。肢ま A) で。を だ。全 さ。て			(2) い。お日あて 答。え。数。は え。く。を。ま だ。さ。数。る さ。字。で	
過去4週間(28日間で) ...					
(A) <u>肉体的または精神的健康問題が理由</u> で、勤務日をお休みした日はありますか。 ※あなた自身の健康のために休んだ日数のみを含め、誰か他の人の健康のためのものは含まないでください。	1 (ア) 終日休んだ日がある →			日休んだ X わからない	⑤④ ⑤⑤~⑤⑦
	2 (イ) 一部休んだ日がある(半日など) →			日(回)休んだ X わからない	⑤⑧~⑥⑩
	3 (ウ) その理由で休んだ日はない				
	4 わからない				
(B) <u>その他の理由</u> (休暇を含む)で勤務日をお休みしましたか。 【調査員注：「休暇」には長期休暇だけでなく、年休などの休みも含む】	1 (ア) 終日休んだ日がある →			日休んだ X わからない	⑥① ⑥②~⑥④
	2 (イ) 一部休んだ日がある(半日など) →			日(回)休んだ X わからない	⑥⑤~⑥⑦
	3 (ウ) その理由で休んだ日はない				
	4 わからない				
(C) 早く出社したり、遅く帰宅したり、休日出勤したりした日はありますか。	1 (ア) 早く出社した、または遅く帰宅した日がある →			日くらい X わからない	⑥⑧ ⑥⑨~⑦①
	2 (イ) 休日出勤した日がある →			日くらい X わからない	⑦②~⑦④
	3 (ウ) 早く出社した、または遅く帰宅した日も、休日出勤もなかった				
	4 わからない				

【全員の方に】

F10. あなたの身長は何 c m ですか。

--	--	--

c m

× わからない・拒否

⑧2～⑧4
⑧5

F11. 体重は何 k g ですか。

--	--	--

k g

× わからない・拒否

⑧6～⑧8
⑧9

面接調査はここで終了です。続いて記入式アンケートへの記入を依頼してください。

【今の時間をメモ： ____ 時 ____ 分】

(→ これが面接調査の終了時間となります。調査終了後、1ページの ★ 調査時間 に転記し、所要時間を記入)

令和6年度 飲酒と生活習慣に関する調査

《記入式アンケート ご協力をお願い》

この調査について

- このアンケートは、独立行政法人国立病院機構 久里浜医療センターが厚生労働省の補助を受けて実施する調査です。
- 全国にお住いの20歳以上の一般住民、計8,000名を対象として、飲酒と生活習慣に関するご経験やお考えを調べることを目的としております。
- 調査の実施につきましては、統計調査の専門調査機関である「一般社団法人 中央調査社」に委託しています。

ご記入にあたっての注意点

- 調査の対象となったご本人が、ご回答をお願いします。
- 質問をよく読み、あてはまる番号に○をするか、数字を記入してください。「その他」にあてはまる場合は、数字を○でかこみ、()内に具体的な内容を記入してください。()内に書ききれない時は欄外にご記入ください。
- 回答によって、答える質問が変わります。矢印や説明文の指示に従ってください。
- 「答えたくない質問」や「わからない質問」には答えなくても大丈夫です。
- 似た内容の質問がありますがすべてにお答えください。
- このアンケート用紙にご回答いただいた方には謝礼として1,000円相当のQUOカードをお渡しします。
- このアンケートで得られるデータは、皆さまのプライバシーを保護するために個人が識別されない形に処理いたします。その上で、報告書や論文などの形で社会貢献するために公開いたします。

実施主体

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 調査研究事務局
 神奈川県横須賀市野比5-3-1 担当:古賀・柴山



お問い合わせ先・調査実施委託業者

フリーダイヤル

0120-48-5351 (平日9時~17時・土日祝日を除く)

一般社団法人 中央調査社 管理部

〒104-8179 東京都中央区銀座5-15-8



12390034(11)

※一般社団法人 中央調査社は、一般財団法人 日本情報経済社会推進協会の「プライバシーマーク」の認定を受けております。統計調査の実施にあたっては、個人情報保護方針にしたがい、情報の管理を徹底いたします。

(1746号)

整理番号

--	--	--	--	--	--	--	--

【全員におうかがいします】

⑧～⑩=201

以下の問1から問16の各項目について、最もあてはまる番号を1つ選んで○をつけてください。

問1. あなたは、ふだん酒類(アルコール含有飲料)を、平均するとどのくらいの頻度で飲みますか。(○は1つ)

1	2	3	4	5
まったく飲まない	1か月に1回以下	1か月に2～4回	1週間に2～3回	1週間に4回以上

⑪

問2. 飲酒するときには、通常どのくらいの量を飲みますか。【ドリンク換算表】を参考にお答えください。

(○は1つ)

↓あてはまる番号を選んで1つに○

1	まったく飲まない
2	1～2ドリンク
3	3～4ドリンク
4	5～6ドリンク
5	7～9ドリンク
6	10ドリンク以上

⑫

【ドリンク換算表】

種類	アルコール度数	基準とする量	ドリンク数
ビール・発泡酒	5%	レギュラー缶(350ml) 1本あたり	1.4
		ロング缶(500ml) 1本あたり	2.0
(缶)酎ハイ	5%	レギュラー缶(350ml) 1本あたり	1.4
		ロング缶(500ml) 1本あたり	2.0
	7%	レギュラー缶(350ml) 1本あたり	2.0
		ロング缶(500ml) 1本あたり	2.8
9%	レギュラー缶(350ml) 1本あたり	2.5	
	ロング缶(500ml) 1本あたり	3.6	
ウイスキー	40%	シングル1杯(原液 30ml)	1.0
		ダブル1杯(原液 60ml)	2.0
焼酎	25%	1合(原液 180ml)	3.6
	20%	1合(原液 180ml)	2.9
ワイン	12%	1杯(120ml)	1.2
日本酒	15%	1合(180ml)	2.2

問3. 1度に6ドリンク以上飲酒することがあります。あるとすればどのくらいの頻度ですか。(○は1つ)

1	2	3	4	5
ない	1か月に1回未満	1か月に1回	1週間に1回	毎日あるいはほとんど毎日

⑬

問4. 飲み始めたらやめられなかったということが、過去1年間にどのくらいの頻度でありましたか。(○は1つ)

1	2	3	4	5
ない	1か月に1回未満	1か月に1回	1週間に1回	毎日あるいはほとんど毎日

⑭

問5. 普通の状態だとできることを飲酒していたためにできなかったということが、過去1年間にどのくらいの頻度でありましたか。(○は1つ)

1	2	3	4	5
ない	1か月に1回未満	1か月に1回	1週間に1回	毎日あるいはほとんど毎日

⑮

問6. 深酒の後で体調を整えるために、翌朝飲酒(迎え酒)をしなくてはならなかったことが、過去1年間にどのくらいの頻度でありましたか。(○は1つ)

1	2	3	4	5
ない	1か月に1回未満	1か月に1回	1週間に1回	毎日あるいはほとんど毎日

⑯

問7. 飲酒後、罪悪感や自責の念にかられたことが、過去1年間にどのくらいの頻度でありましたか。(○は1つ)

1	2	3	4	5
ない	1か月に1回未満	1か月に1回	1週間に1回	毎日あるいはほとんど毎日

⑰

問 8. 飲酒のため前夜の出来事を思い出せなかったことが、過去1年間にどのくらいの頻度でありましたか。
(○は1つ)

1 ない	2 1ヵ月に 1回未満	3 1ヵ月に1回	4 1週間に1回	5 毎日あるいは ほとんど毎日
---------	-------------------	-------------	-------------	-----------------------

⑱

問 9. あなたの飲酒のために、あなた自身か他の誰かがけがをしたことがありますか。(○は1つ)

1 ない	2 あるが、過去1年間にはない	3 過去1年間にある
---------	--------------------	---------------

⑲

問 10. 肉親や親戚、友人、医師、あるいは他の健康管理にたずさわる人が、あなたの飲酒について心配したり、飲酒量を減らすようにすすめたりしたことがありますか。(○は1つ)

1 ない	2 あるが、過去1年間にはない	3 過去1年間にある
---------	--------------------	---------------

⑳

問 11. あなたが、今までにお酒を飲んでおこなったことのある行動やおこった結果についてお聞かせください。
以下の各質問に、「1.ない」「2.ある」のいずれかでお答えください。(○は①～⑩それぞれ1つずつ)

	ない	ある
① 会社や学校を遅刻・欠席・欠勤した	1	2
② 物を壊した	1	2
③ 口論した	1	2
④ 暴力をふるった	1	2
⑤ 暴力の被害にあった	1	2
⑥ 警察沙汰になった	1	2
⑦ 飲酒運転をした	1	2
⑧ 交通事故にあった	1	2
⑨ 自分や相手が妊娠をした	1	2
⑩ 自分をきずつけるような行動をした	1	2

㉕

㉖

㉗

㉘

㉙

㉚

㉛

㉜

㉝

㉞

問 12. あなたは、アルコールによる健康障害が起こった場合に、どこに相談しますか。
あてはまるものすべてに○をつけてください。(○はいくつでも)

1 法律の専門家(弁護士、司法書士など)	5 自助グループ(断酒会、AAなど)
2 病院やクリニックの受診	6 警察
3 公的な相談機関 (市区町村や精神保健福祉センター、保健所等)	7 その他 (具体的に)
4 民間の相談機関(無料電話相談、回復施設)	8 あてはまるものはない

㉟

問 13. あなたは、あなた自身や家族のアルコール問題で、相談窓口への相談、専門機関や一般医療機関への受診、自助グループや回復プログラムへの参加をしたことがありますか。あなた自身と家族のことについてそれぞれお答えください。

a.自分のことで…(○はいくつでも)

1 窓口に相談した	4 断酒会、AAなどの自助グループに相談した、または参加した
2 専門機関で治療を受けた	5 依存症専門以外の一般医療機関を受診した
3 回復プログラムに参加した	6 いずれもない

③⑥

b.家族のことで…(○はいくつでも)

1 窓口に相談した	4 断酒会、AAなどの自助グループに相談した、または参加した
2 専門機関で治療を受けた	5 依存症専門以外の一般医療機関を受診した
3 回復プログラムに参加した	6 いずれもない

③⑦

問 14. 1度に純アルコールで 60 グラム以上相当のお酒を飲むと、どんな影響があると思いますか。あてはまるものすべてに○をつけてください。(○はいくつでも)

※純アルコールで 60 グラム以上相当とは、ビールの 500 ミリリットル缶で 3 本以上、日本酒で 3 合以上、焼酎で 300mL (1.7 合)以上です。

1 急性アルコール中毒になりやすい	7 飲酒場面のことを翌日おぼえていない
2 肝臓・心臓など内臓に障害をおこしやすい	8 翌日、二日酔いになりやすい
3 交通事故をおこしやすい	9 アルコール依存症になりやすい
4 けんか、暴力事件などをおこしやすい	10 けがをしやすい
5 暴力事件の被害にあいやすい	11 その他
6 性に関する問題がおこりやすくなる (性感染症や望まない妊娠)	(具体的に)

③⑧

問 15. 各項目について、「1.はい」、「2.いいえ」のいずれかでお答えください。
 自分に関係のない質問であれば「いいえ」を選んでください(○は①～⑫それぞれ1つずつ)

あなたは、過去12ヶ月間に…	はい	いいえ	
① 自分が意図していたよりも多く飲酒したり、長い時間飲んでしまうことがよくありましたか。	1	2	④⑩
② アルコール飲料を数杯飲んだ直後に、自動車または他の乗り物(自転車、オートバイ、原付など)を運転したことが2回以上ありますか。	1	2	④⑩
③ お酒を飲み過ぎた後、ケガをする可能性が高くなるような状況(危険な場所や交通量の多い場所で、機械を使ったり、ウォーキングやスポーツをしたりすること)にあったことが2回以上ありましたか。	1	2	④⑩
④ 気分が高揚したり酔ったりするのに、以前よりも多くのアルコールを必要とするようになりましたか。	1	2	④⑩
⑤ アルコールの入手、使用、影響からの回復に多くの時間を費やしていることに気づきましたか。	1	2	④⑩
⑥ 飲酒が原因で、授業や仕事を休んだり、家庭で家族の世話をしなかったことが2回以上ありますか。	1	2	④⑩
⑦ 飲酒によってパートナーや友人、知人との間に問題が生じたにもかかわらず、飲酒習慣を再開しましたか。	1	2	④⑩
⑧ お酒を減らしてから丸一日かそれ以上にわたって、緊張や震えを感じるようになりましたか。	1	2	④⑩
⑨ お酒を減らそうとしても減らせなかったですか。	1	2	④⑩
⑩ 酒を飲まずにはいられないほど、強い欲求や衝動に駆られたことがありますか。	1	2	④⑩
⑪ 飲酒のために、あなたが大切にしている活動(例えば、学校、仕事、友人や家族と一緒にいること)をあきらめましたか。	1	2	④⑩
⑫ アルコールが繰り返し不安や抑うつ、健康問題を引き起こしていることに気づいていたにもかかわらず、飲酒を続けましたか。	1	2	④⑩

問 16. 新型コロナウイルス感染拡大前(令和2年(2020年)1月時点)と現在を比べて、あなたの飲酒行動はどのように変化しましたか。最もあてはまる番号を1つ選んで○をつけてください。(○は1つ)

1 あらたに飲酒を始めた	4 飲酒の機会に変化はない
2 飲酒の機会が増えた	5 飲酒をやめた
3 飲酒の機会が減った	X 飲酒をしたことがない

⑤⑪

問 17. 以下は、飲酒をする理由のリストです。この1年間、あなたが飲酒するとき、その理由として、以下にあげた理由がどれくらいの頻度でありましたか。「1.ほとんどない/全くない」～「5.ほとんどいつも/いつも」から最もあてはまる数字を1つ選んでください。(○は①～⑳それぞれ1つずつ。)
 ※飲酒したことがない場合は、「飲酒したことがない」の「×」に○をつけ、次のページへ進んでください。

	ほとんどない ／全くない	ときどきある	2回に1回 くらい	よくある	ほとんどいつも ／いつも	飲酒した ことがない	
① 人が集まる催しをもっと楽しくするため。	1	2	3	4	5	× ↓ 次ページへ	⑥0
② 友人と特別な日を祝うため。	1	2	3	4	5		⑥1
③ ほろ酔い気分が気に入っているため。	1	2	3	4	5		⑥2
④ 飲むと、心地よい気分になるため。	1	2	3	4	5		⑥3
⑤ 周囲の人が飲めと圧力をかけてくるため。	1	2	3	4	5		⑥4
⑥ 社交的な集まり(宴会など)を楽しむ助けとなるため。	1	2	3	4	5		⑥5
⑦ 社交的な集まり(宴会など)やお祝い事をもっと盛り上げるため。	1	2	3	4	5		⑥6
⑧ 悩み事を忘れるため。	1	2	3	4	5		⑥7
⑨ 楽しいため。	1	2	3	4	5		⑥8
⑩ 酒を飲まないと、他の人たちからかわれるため。	1	2	3	4	5		⑥9
⑪ ふさぎ込んでいる時や緊張している時、自分を助けてくれるため。	1	2	3	4	5		⑦0
⑫ 自分にもっと自信を持てるようになるため。	1	2	3	4	5		⑦1
⑬ 自分の問題を忘れるため。	1	2	3	4	5		⑦2
⑭ 「ハイ」になるため。	1	2	3	4	5		⑦3
⑮ 好きなグループに溶け込むため。	1	2	3	4	5		⑦4
⑯ 社交的になるため。	1	2	3	4	5		⑦5
⑰ 気分がすぐれない時、元気を出すため。	1	2	3	4	5		⑦6
⑱ 胸がワクワクするため。	1	2	3	4	5		⑦7
⑲ 他人に好かれるため。	1	2	3	4	5		⑦8
⑳ 仲間外れにされたと感じたくないため。	1	2	3	4	5		⑦9

以下は、あなたの睡眠について、おうかがいします。

⑧～⑩=202

【問 18】～【問 25】共通の条件
過去1ヶ月間に、少なくとも週3回以上経験したものについて、あてはまる数字1つに○をつけてください。
※ご自身の睡眠に問題がないと思われる場合は、「0」を選択してください。(それぞれ○は1つずつ)

問 18. 寝つきの問題について(布団に入って電気を消してから眠るまでに要した時間)。(○は1つ)			
0 問題なかった	1 少し時間がかかった	2 かなり時間がかかった	3 非常に時間がかかったか、全く眠れなかった

⑪

問 19. 夜間、睡眠途中で目が覚める問題について。(○は1つ)			
0 問題になるほどではなかった	1 少し困ることがあった	2 かなり困っている	3 深刻な状態か、全く眠れなかった

⑫

問 20. 希望する起床時間より早く目覚め、それ以上眠れない問題について。(○は1つ)			
0 そのようなことはなかった	1 少し早かった	2 かなり早かった	3 非常に早かったか、全く眠れなかった

⑬

問 21. 総睡眠時間について。(○は1つ)			
0 十分だった	1 少し足りなかった	2 かなり足りなかった	3 全く足りないか、全く眠れなかった

⑭

問 22. 全体的な睡眠の質について。(○は1つ)			
0 満足している	1 少し不満	2 かなり不満	3 非常に不満か、全く眠れなかった

⑮

問 23. 日中の満足感について。(○は1つ)			
0 いつも通り	1 少し低下	2 かなり低下	3 非常に低下

⑯

問 24. 日中の活動について(身体的および精神的)。(○は1つ)			
0 いつも通り	1 少し低下	2 かなり低下	3 非常に低下

⑰

問 25. 日中の眠気について。(○は1つ)			
0 全くない	1 少しある	2 かなりある	3 激しい

⑱

以下はあなたご自身の心の状態に関する質問です。

問 26. この2週間、次のような問題にどのくらいひんぱんに悩まされていますか。あてはまる数字1つに○をつけてください。(○は①から⑨それぞれ1つずつ)

	全くない	数日	以半 上分	ほとんど 毎日	
① 物事に対してほとんど興味が無い、または楽しめない。	0	1	2	3	⑳
② 気分が落ち込む、憂うつになる、または絶望的な気持ちになる。	0	1	2	3	㉑
③ 寝つきが悪い、途中で目がさめる、または逆に眠りすぎる。	0	1	2	3	㉒
④ 疲れた感じがする、または気力がない。	0	1	2	3	㉓
⑤ あまり食欲がない、または食べ過ぎる。	0	1	2	3	㉔
⑥ 自分はダメな人間だ、人生の敗北者だと気に病む、または自分自身あるいは家族に申し訳がないと感じる。	0	1	2	3	㉕
⑦ 新聞を読む、またはテレビを見ることなどに集中することが難しい。	0	1	2	3	㉖
⑧ 他人が気づくくらいに動きや話し方が遅くなる、あるいはこれと反対に、そわそわしたり、落ちつかず、普段よりも動き回ることがある。	0	1	2	3	㉗
⑨ 死んだ方が良かった、あるいは自分を何らかの方法で傷つけようと思ったことがある。	0	1	2	3	㉘

【全員におうかがいします】 以下はギャンブルに関する質問です。

この調査でギャンブルとは、以下のものを指します。

- ・パチンコ ・パチスロ ・競馬 ・競輪 ・競艇 ・オートレース ・宝くじ(ロト・ナンバーズを含む)
- ・スポーツ振興くじ(toto、BIG、WINNERなど) ・海外のカジノ(実際の施設で行うギャンブル)
- ・証券の信用取引、先物取引市場への投資、FX(仕事などの業務で行うものは除く)

問 30. あなたは、過去1年間にギャンブルをしましたか。(○は1つ)

1 はい	2 いいえ
↓	↓
	(12ページの【問32】へお進みください)

問 31. 以下の9つの質問について、過去1年間のあなたの状況に最もよくあてはまるものを「0.全くない」「1.ときどき」「2.たいていの場合」「3.ほとんどいつも」から1つずつ選んで○をつけてください。(○は①から⑨それぞれ1つずつ)

過去1年間で…	全くない	ときどき	たいていの場合	ほとんどいつも
① どのくらいの頻度で、失っても本当に大丈夫な金額以上のお金をかけましたか。	0	1	2	3
② どのくらいの頻度で、同じだけの興奮の感覚を得るために、それまでよりも多くの金額をギャンブルに費やさなければなりませんでしたが。	0	1	2	3
③ どのくらいの頻度で、ギャンブルで負けた金額を取り返そうと別の日にギャンブルをしに戻りましたか。	0	1	2	3
④ どのくらいの頻度で、ギャンブルをするお金を得るために借金をしたり、物を売ったりしましたか。	0	1	2	3
⑤ どのくらいの頻度で、自分がギャンブルに関して問題を抱えているかもしれないと感じましたか。	0	1	2	3
⑥ どのくらいの頻度で、あなたがその通りだと思うかどうかに関わらず、周囲の人々があなたが賭け事をすることを批判したり、あなたがギャンブルの問題を抱えていると言ってきたりしましたか。	0	1	2	3
⑦ どのくらいの頻度で、自身のギャンブルのやり方や、ギャンブルの結果として起こることについて、悪いとか申し訳ないと感じましたか。	0	1	2	3
⑧ どのくらいの頻度で、ギャンブルが健康問題を引き起こしましたか。これにはストレスや不安も含まれます。	0	1	2	3
⑨ どのくらいの頻度で、ご自身のギャンブルによって、あなたやご家庭に金銭的問題が引き起こされましたか。	0	1	2	3

【全員におうかがいします。】以下は薬の服用に関する質問です。

問 32. この30日間についてお聞きします。あなたはカフェイン製剤(エスタロンモカ®、トメルミン®、カフェロップ®)などを何日くらい飲みましたか。(○は1つ)

1 一度も 飲んでない	2 1～2日	3 3～5日	4 6～9日	5 10～19日	6 20～29日	7 毎日
-------------------	-----------	-----------	-----------	-------------	-------------	---------

⑥0

問 33. この1年間についてお聞きします。以下のような睡眠薬・鎮痛薬・精神安定薬を治療目的ではなく(本来の使用法ではない目的、気持ちよくなるため、本来の使用量よりも多く使うなど)使用した経験がありますか。それぞれについてお答えください。(○は(ア)～(ウ)それぞれ1つずつ)

(ア) 睡眠薬 -----> 1 ない 2 ある

⑥1

(眠りやすくしたり、睡眠中に目覚めにくくするための医薬品です。医療機関から処方される医薬品のほか、市販薬にも含まれます。)

(イ) 鎮痛薬 -----> 1 ない 2 ある

⑥2

(痛み止め(頭痛、生理痛、関節痛、歯痛を止めるための薬)や解熱剤(熱冷まし)を指します。)

(ウ) 精神安定薬 -----> 1 ない 2 ある

⑥3

(心を穏やかに安定させる薬のことで、抗不安薬とも呼ばれます。主に、医療機関から処方される医薬品が該当します。)

問 34. この1年間についてお聞きします。以下のような睡眠薬・鎮痛薬・精神安定薬をアルコールと一緒に摂取した経験がありますか。それぞれについてお答えください。(○は(ア)～(ウ)それぞれ1つずつ)

(ア) 睡眠薬 -----> 1 ない 2 ある

⑥4

(眠りやすくしたり、睡眠中に目覚めにくくするための医薬品です。医療機関から処方される医薬品のほか、市販薬にも含まれます。)

(イ) 鎮痛薬 -----> 1 ない 2 ある

⑥5

(痛み止め(頭痛、生理痛、関節痛、歯痛を止めるための薬)や解熱剤(熱冷まし)を指します。)

(ウ) 精神安定薬 -----> 1 ない 2 ある

⑥6

(心を穏やかに安定させる薬のことで、抗不安薬とも呼ばれます。主に、医療機関から処方される医薬品が該当します。)

問 35. この1年間に、あなたは市販の咳止め薬、風邪薬、解熱鎮痛薬を、治療目的ではなく(本来の使用法ではない目的、気持ちよくなるため、本来の使用量よりも多く使うなど)使用した経験がありますか。(○は1つ)

1 ない	2 ある
---------	---------

⑥7

問 36. この1年間に、あなたは市販の咳止め薬、風邪薬、解熱鎮痛薬を、アルコールと一緒に摂取した経験がありますか。(○は1つ)

1 ない	2 ある
---------	---------

⑥8

【全員の方におうかがいします。】

※ 回答にかかった時間をご記入ください。(数字を記入)

約 分

⑥9 ⑦0 ⑦1

質問は以上です。ありがとうございました。

令和6年度 依存症に関する調査研究事業 「飲酒と生活習慣に関する調査」報告書

発行日 令和8年3月

編集・発行 独立行政法人国立病院機構 久里浜医療センター
〒239-0841 神奈川県横須賀市野比5-3-1
<https://kurihama.hosp.go.jp/>
(照会先) 臨床研究部

印刷・製本 株式会社 ひとみ印刷所

〔データ引用時の記載について〕

本報告書の内容を引用する際には、下記の出典を必ず明記してください。

木村充, 柴山笑凜, 古賀佳樹, 浦山悠子, 新田千枝, 辻本耐, 柴崎萌未, 遠山朋海,
松下幸生; 令和6年度 依存症に関する調査研究事業「飲酒と生活習慣に関する調査」報告書, 2026年



独立行政法人国立病院機構

久里浜医療センター