

第2章 石川県のアルコール健康障害に係る現状

1 飲酒の状況

(1) 酒類販売（消費）数量

○本県における成人1人当たりの酒類販売（消費）数量は、国税庁によれば年間80L（リットル）程度となっています。

【表1】成人1人当たりのアルコール販売（消費）量
(L)

	H25年	H26年	H27年	H28年	H29年
石川県	81.7	79.1	84.0	79.9	80.3
全国	82.8	80.3	81.6	80.9	80.5

※全国の値は沖縄県を除く。

出典：国税庁「酒のしおり」 成人1人当たりの酒類販売（消費）量

(2) 飲酒の頻度

○本県の「毎日飲んでいる」人の割合は男性33.3%、女性8.0%となっています。

【表2—1】飲酒頻度（石川県）（平成28年） (%)

	毎日	週5～6日	週3～4日	週1～2日	月1～3日	やめた	飲まない	不明
男性	33.3	8.1	6.8	7.9	11.6	3.4	26.4	2.5
女性	8.0	3.5	2.8	7.3	10.9	2.2	60.0	5.3

出典：石川県「県民健康・栄養調査」

【表2—2】飲酒頻度（全国）（平成28年） (%)

	毎日	週5～6日	週3～4日	週1～2日	月1～3日	ほとんど飲めない	やめた	飲まない (飲めない)
男性	28.9	8.2	8.1	8.4	8.1	13.5	3.5	21.3
女性	7.4	3.4	4.4	6.9	9.3	18.0	1.5	49.1

※割合は全国補正值であり、単なる人数比とは異なる。

出典：厚生労働省「国民健康・栄養調査」

(3) 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者

○生活習慣病のリスクを高める飲酒量は、平成25年度から令和4年度までの「健康日本21（第2次）」において、「1日当たりの純アルコール摂取量が男性40g以上、女性20g以上」とされています。

○本県における生活習慣病のリスクを高める飲酒をする者の割合は、男性・女性ともに全国平均を下回っています。

【表3】生活習慣病のリスクを高める飲酒をする人の割合（平成28年）（%）

	男性	女性
石川県	13.7	7.1
全国	14.6	9.1

出典：石川県「県民健康・栄養調査」、厚生労働省「国民健康・栄養調査」

(4) 未成年の飲酒

○未成年者の飲酒の割合は減少傾向にあり、平成28年度の調査では週1～2日以上飲酒する未成年者の割合は0%となっていますが、月1～3日以上飲酒する未成年者の割合は1.3%となっています。

【表4】未成年者の飲酒の割合（%）

	H17年	H20年	H23年	H28年
石川県	5.2	6.5	1.4	0

※未成年のうち、週1～2日以上飲酒する者の割合を計上。

※回答者数が少ないデータのため、解釈には注意が必要。

出典：石川県「県民健康・栄養調査」

(5) 妊娠中の飲酒

○妊娠中に飲酒をしている者の割合は横ばい傾向にあり、平成29年度の飲酒している者の人数は「毎日」が22人、「週1回以上」が68人、「その他」が124人の計230人となっています。

【表5】妊婦の飲酒率（石川県）

	H25年度	H26年度	H27年度	H28年度	H29年度
飲酒率(%)	2.8	2.2	2.1	3.2	2.7
飲酒者数(人)	253	189	189	283	230

※妊婦一般健康診査の第1回目において、飲酒ありと回答した者を計上。

出典：石川県「母子保健事業報告」

【毎日飲酒することによるリスク】

- ・習慣的な飲酒を継続していると、アルコールは依存性薬物のため耐性が発生し、徐々に飲酒量が増加する危険性があります。
- ・休肝日を設けると飲酒総量が減るので、肝障害が予防できる可能性があります。

○休肝日とは：肝臓を休めるために週に1日以上飲酒しない日を設けることを推奨する目的で作られた造語。

出典：厚生労働省生活習慣病予防のための健康情報サイト e-ヘルスネット「休肝日」

- ・全く飲まない男性に比べ、毎日2合以上の飲酒習慣のある男性では、食道がんリスクが4.6倍、大腸がんリスクが2.1倍になることがわかっています。
- ・全く飲まない男性に比べ、毎日1合以上の飲酒習慣のある男性では、進行前立腺がんリスクが1.5倍、女性は、全く飲まない人と比べて毎日1合以上の飲酒週間のある女性では、乳がんリスクが1.8倍になることがわかっています。

出典：国立がん研究センター「多目的コホート研究の成果（2016年12月）」

【「節度ある適度な飲酒量」と「生活習慣病のリスクを高める飲酒量」】

- ・厚生労働省の健康日本21（第二次）では、「節度ある適度な飲酒量」を1日平均純アルコール摂取量で約20g程度とし、「生活習慣病のリスクを高める量」を1日平均純アルコール摂取量で男性40g以上、女性20g以上としています。
- ・通常のアアルコール代謝能を有する日本人の「節度ある適度な飲酒」の量は1日平均純アルコール摂取量で約20g程度（ビール中瓶1本程度）とされていますが、次のことに留意が必要です。

- ①女性より男性よりも少ない量が適当である。
- ②少量の飲酒で顔面紅潮を来す等アルコール代謝能力の低い者は、通常のアアルコール代謝能を有する人よりも少ない量が適当である。
- ③65歳以上の高齢者はより少量の飲酒が適当である。
- ④アルコール依存症者は適切な支援のもとに完全断酒が必要である。
- ⑤飲酒習慣のない人に対してこの量の飲酒を推奨するものではない。

○純アルコール摂取量の計算式

お酒の量（mL）×度数（%）×0.8＝純アルコール摂取量

○純アルコール20gの目安

酒の種類（基準%）	酒の量	だいたいの目安
ビール・発泡酒（5%）	500mL	中ビンまたはロング缶1本
チューハイ（7%）	360mL	350mlの缶1本
焼酎（25%）	100mL	0.5合強
日本酒（15%）	170mL	1合弱
ウィスキー・ジンなど（40%）	60mL	ダブル1杯
ワイン（12%）	200mL	ワイングラス2杯弱

出典：内閣府「アルコール健康障害対策推進ガイドブック」

【未成年の飲酒のリスク】

- ・未成年の飲酒は脳の萎縮や第2次性徴の遅れ、アルコール依存症のリスクの高まりなど、心身の発育への影響が指摘されています。

出典：内閣府「アルコール健康障害対策推進ガイドブック」

【妊娠中の飲酒のリスク】

- ・妊娠中の飲酒は胎児性アルコール症候群や発育障害を引き起こすことが指摘されています。

出典：内閣府「アルコール健康障害対策推進ガイドブック」

○胎児性アルコール症候群（FAS: Fetal Alcohol Syndrome）とは：

- ・低体重、顔面を中心とする奇形、脳障害などを引き起こします。
- ・胎児性アルコール症候群には治療法はなく、また少量の飲酒でも妊娠のどの時期でも生じる可能性があります。
- ・ADHD や成人後の依存症リスクなど、広い範囲での影響がみられることが分かっており、胎児性アルコール・スペクトラムと呼ばれることもあります。

出典：厚生労働省生活習慣病予防のための健康情報サイト e-ヘルスネット「胎児性アルコール症候群」

2 アルコールによる健康障害の状況

（1）アルコール性肝疾患による死亡者数

○アルコールは様々な健康障害との関連が指摘されており、我が国で実施されている大規模疫学調査*においても、アルコールの多飲が様々ながん等の疾患のリスクを高めると指摘されています。

*厚生労働省多目的コホート研究、文部科学省科研費大規模コホート研究等

○アルコール健康障害の中でも特に発症頻度の高い代表的なものとしてアルコール性肝疾患があげられます。本県のアルコール性肝疾患による死亡者数は、平成29年は57人であり、男性が約9割を占めています。

【表6】 アルコール性肝疾患による死亡者数 (人)

		H25年	H26年	H27年	H28年	H29年
総数	石川県	34	31	31	28	57
	全国	4,721	4,689	4,710	4,757	5,161
男性	石川県	29	29	27	25	50
	全国	4,166	4,084	4,106	4,148	4,539
女性	石川県	5	2	4	3	7
	全国	555	605	604	609	622

出典：厚生労働省「人口動態統計」

(2) アルコール依存症患者数

○アルコール依存症は、長期間多量に飲酒した結果、アルコールに対し精神依存や身体依存をきたす病気です。

※アルコール依存症の ICD-10 診断ガイドライン

過去1年間に以下の項目のうち3項目以上が同時に1ヶ月以上続いたか、または繰り返し出現した場合

1. 飲酒したいという強い欲望あるいは強迫感
2. 飲酒の開始、終了、あるいは飲酒量に関して行動をコントロールすることが困難
3. 禁酒あるいは減酒したときの離脱症状
4. 耐性の証拠
5. 飲酒にかわる楽しみや興味を無視し、飲酒せざるをえない時間やその効果からの回復に要する時間が延長
6. 明らかに有害な結果が起きているにもかかわらず飲酒

○平成25年の厚生労働省の研究班調査では、全国のアルコール依存症の生涯経験者数（アルコール依存症の診断基準に該当する者又はかつて該当したことのある者）は約109万人と推計され、本県のアルコール依存症の生涯経験者数は約9,900人と推計されます。

【表7】 アルコール依存症の生涯経験者数（平成24年人口における推計値）

	全国			石川県		
	男性	女性	合計	男性	女性	合計
診断基準によるアルコール依存症(ICD-10)	95万人	14万人	109万人	8,600人	1,300人	9,900人

※全 国…平成25年の調査結果を平成24年10月の日本人口で推計

石川県…全国値に基づき平成24年10月の20歳以上男女の本県総人口より推計

出典：厚生労働科学研究「WHO世界戦略を踏まえたアルコール有害使用対策に関する総合的研究（平成25年度）」

○本県のアルコール依存症の入院患者数は250人程度、外来患者数は800人程度となっています。

【表8】 精神病床におけるアルコール依存症の入院患者数（人）

	H26年度	H27年度	H28年度
石川県	257	268	251
全国	25,548	25,654	25,606

【表9】 アルコール依存症の外来患者数（年1回以上受診）（人）

	H26年度	H27年度	H28年度
石川県	776	822	807
全国	92,054	94,217	95,579

出典：精神保健福祉資料（NDB ベース）

「厚生労働行政推進調査事業費補助金（障害者政策総合研究事業（精神障害分野）精神科医療提供体制の機能強化を推進する政策研究）」

(3) 相談状況

○こころの健康センターや、県保健福祉センター、金沢市福祉健康センターにおけるアルコールに関する相談件数は、平成30年度は電話相談が283件、来所相談が48件、訪問相談が20件で、合計351件となっています。

【表10】石川県内におけるアルコールに関する相談対応延件数（件）

	H26年度	H27年度	H28年度	H29年度	H30年度
電話	401	288	369	467	283
来所	59	51	67	81	48
訪問	37	21	29	37	20
合計	497	360	465	585	351

※県こころの健康センター、各県保健福祉センター、金沢市福祉健康センターにおける相談対応件数併せた数を計上。

出典：石川県障害保健福祉課調べ

【急性アルコール中毒による死亡】

急性アルコール中毒は飲酒により意識レベルが低下し、嘔吐、呼吸状態が悪化するなど危険な状態に陥ります。若年者・女性・高齢者などでリスクが高まり、とくに大学生や新社会人では一気飲みとして飲酒させられ、死亡に至るケースが毎年発生しています。

出典：厚生労働省生活習慣病予防のための健康情報サイト e-ヘルスネット「急性アルコール中毒」

○アルコール酩酊（単純酩酊）のステージ

ステージ	症状
爽快期	陽気になる、皮膚が赤くなる
酩酊初期	気が大きくなる、立てばふらつく
酩酊極期	何度も同じことをしゃべる、千鳥足
泥酔期	意識がはっきりしない、立てない
昏睡期	揺り起こしても起きない、呼吸抑制から死亡に至る

出典：厚生労働省生活習慣病予防のための健康情報サイト e-ヘルスネット「アルコール酩酊」

3 アルコール関連問題の状況

(1) 飲酒運転による事故

○飲酒運転による事故件数は横ばいで推移しており、年間約30件発生しています。

【表1-1】 飲酒事故件数及び事故による死者・傷者数

	H26年	H27年	H28年	H29年	H30年
飲酒事故件数(件)	34	26	24	24	33
飲酒事故による死者数(人)	1	1	2	2	1
飲酒事故による傷者数(人)	44	35	29	31	39

出典：石川県警察本部「いしかわの交通統計」

(2) 飲酒運転の検挙件数

○酒酔い・酒気帯び運転の検挙件数は横ばいで推移しており、年間約220件検挙されています。

【表1-2】 飲酒運転の検挙件数 (件)

	H26年	H27年	H28年	H29年	H30年
酒酔い	1	4	6	6	3
酒気帯び(0.25mg/1L以上)	147	169	177	172	172
酒気帯び(0.15mg/1L以上)	60	53	49	61	51
合計	208	226	232	239	226

出典：石川県警察本部「いしかわの交通統計」

【参考】 アルコール健康障害と自殺、暴力、虐待等の問題

○アルコール依存症は、自殺の危険因子の一つであることが指摘されています。

【参考】 自殺者数の推移 (人)

	H25年	H26年	H27年	H28年	H29年
石川県	204	180	209	177	189
全国	26,063	24,417	23,152	21,017	20,465

出典：厚生労働省「人口動態統計」

○飲酒によって、理性の働きかけが抑えられること等による暴力との関連が指摘されています。

【参考】DVに関する相談件数の推移 (件)

	H25年度	H26年度	H27年度	H28年度	H29年度
石川県	1,780	1,610	1,603	1,473	1,610
全国	99,961	102,963	111,172	106,367	106,110

※石川県…配偶者暴力相談支援センター(石川県女性相談支援センターと金沢市女性相談支援室)における相談件数

全 国…全国の配偶者暴力相談支援センターにおける相談件数

出典：石川県男女共同参画課調べ

○児童虐待のリスク要因はいろいろと考えられていますが、その1つとしてアルコール依存等が関係していると言われています。

【参考】児童相談所における児童虐待相談対応件数の推移 (件)

	H25年度	H26年度	H27年度	H28年度	H29年度
石川県	688	737	728	846	867
全国	73,802	88,931	103,286	122,575	133,778

※石川県…県児童相談所及び金沢市児童相談所における相談対応件数

全 国…全国の児童相談所等における相談対応件数

出典：厚生労働省「福祉行政報告例」