

# 10 アルコールについて

## (1) 飲酒の頻度

【☑保健医療計画 行動目標】

【20歳以上の方のみお答えください】

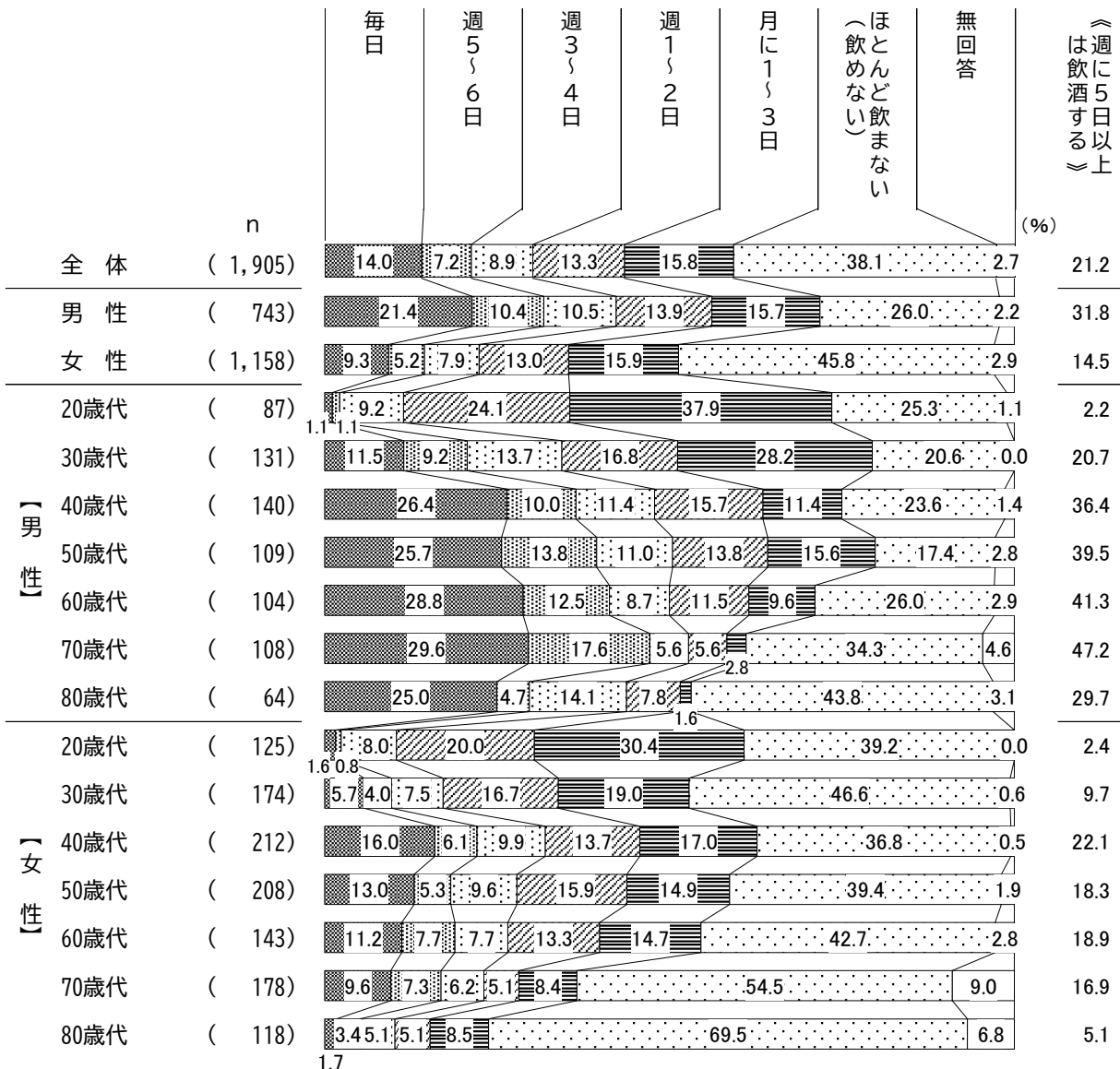
問31 あなたは、週に何日くらいお酒（清酒、焼酎、ビール、洋酒等）を飲みますか。  
（〇は1つ）

全体では、「毎日」が14.0%となっています。「毎日」と「週5～6日」(7.2%)を合わせると、「週に5日以上は飲酒する」は21.2%となります。一方、「ほとんど飲まない(飲めない)」は38.1%です。

性別にみると、「週に5日以上は飲酒する」は、男性の方が女性よりも約17ポイント高くなっています。

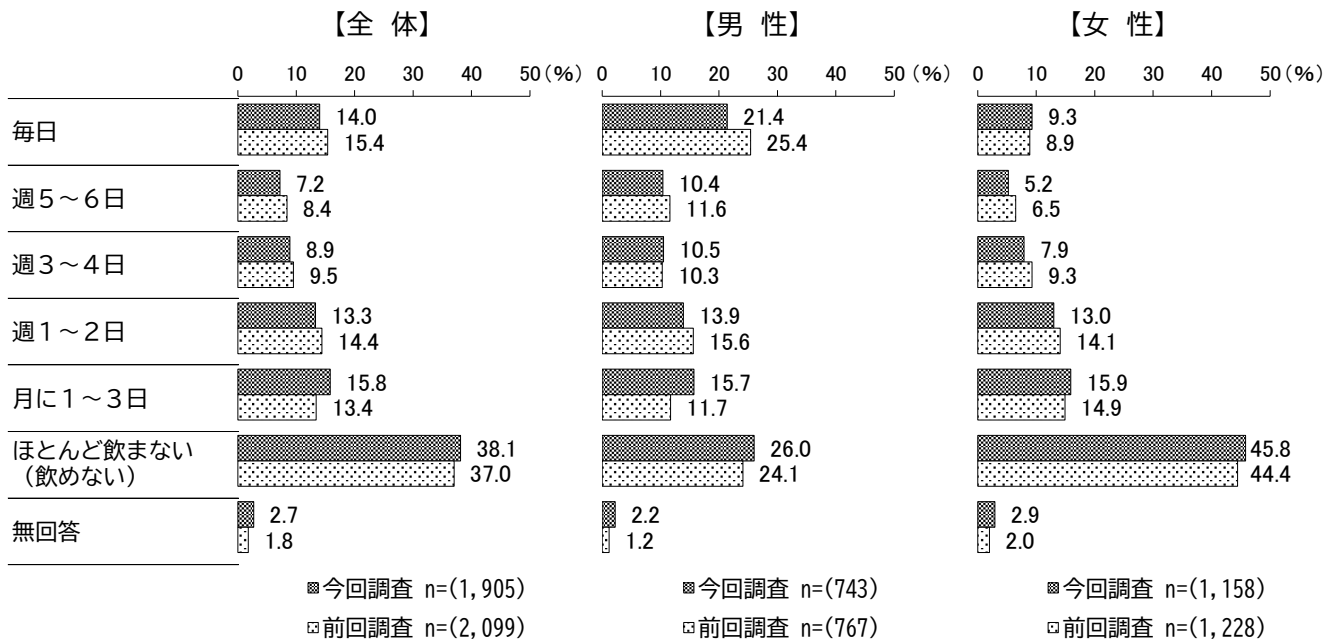
性・年齢別にみると、「毎日」は、男性の40歳以上で2割台半ばから約3割と高くなっています。「週に5日以上は飲酒する」としてみると、男性の60～70歳代は4割台、男性の50歳代で約4割と、他の年齢層に比べて高くなっています。一方、「ほとんど飲まない(飲めない)」は、男女ともにおむね年齢が上がるほど高くなり、女性の80歳代で約7割となっています。

### ◆全体／性別／性・年齢別



前回調査との比較では、男女ともに明らかな変化はみられませんが、飲酒頻度が週1～2日以上の群がやや減少し、月1～3日以下の群がやや増加しています。

◆前回調査との比較



(1-1) 1日あたりの飲酒量

【問31で「1. 毎日」または「2. 週5～6日」または「3. 週3～4日」または「4. 週1～2日」を選択した方】

問31-1 お酒を飲む日は1日あたり、どれくらいの量を飲みますか。(○は1つ)

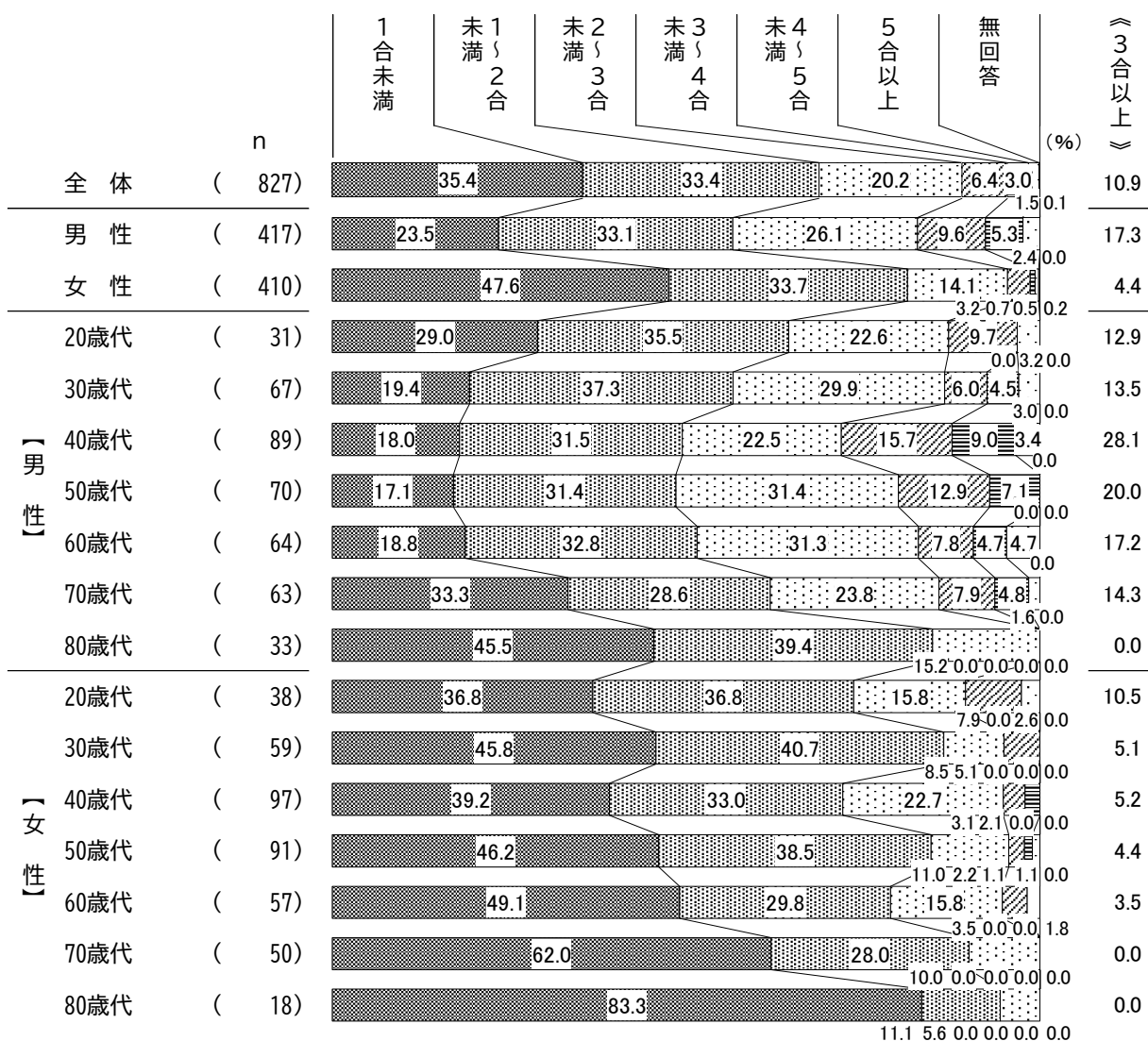
換算表			
・日本酒	→ 1合	・焼酎1杯(80ml)	→ 1合
・ビール大びん1本(663ml)	→ 1.35 合	・ウィスキーダブル1杯(60ml)	→ 1合
・ビール中びん1本(500ml)	→ 1合	・ワイングラス2杯(240ml)	→ 1合
・ビール小びん1本(350ml)	→ 0.7 合		

週に1日以上飲酒する人に、1日あたりの飲酒量をたずねたところ、全体では、「1合未満」が35.4%で最も高く、次いで「1～2合未満」が33.4%となっています。「3～4合未満」(6.4%)、「4～5合未満」(3.0%)、「5合以上」(1.5%)を合わせて、「3合以上」は10.9%です。

性別にみると、概して、男性の方が飲酒量の多い傾向がみられ、「3合以上」では、男性の方が女性よりも約13ポイント高くなっています。

性・年齢別にみると、「3合以上」は、男性の40歳代で約3割、男性の50歳代で2割と、他の年齢層に比べて高くなっています。

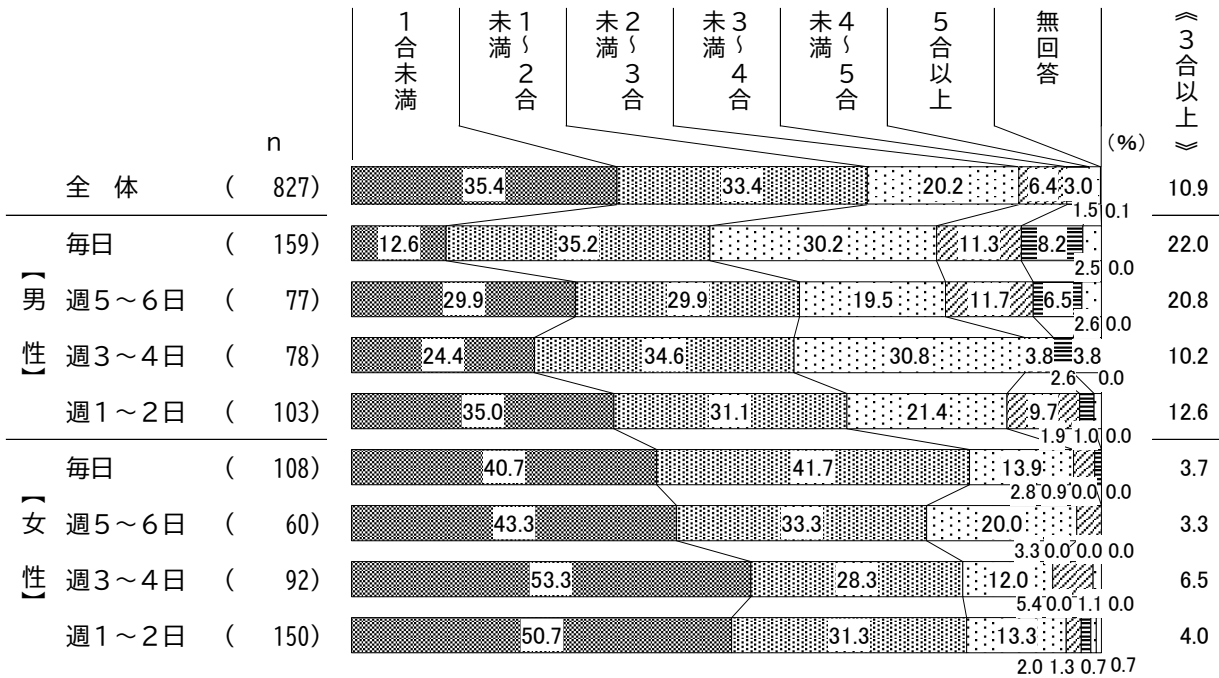
◆全体／性別／性・年齢別



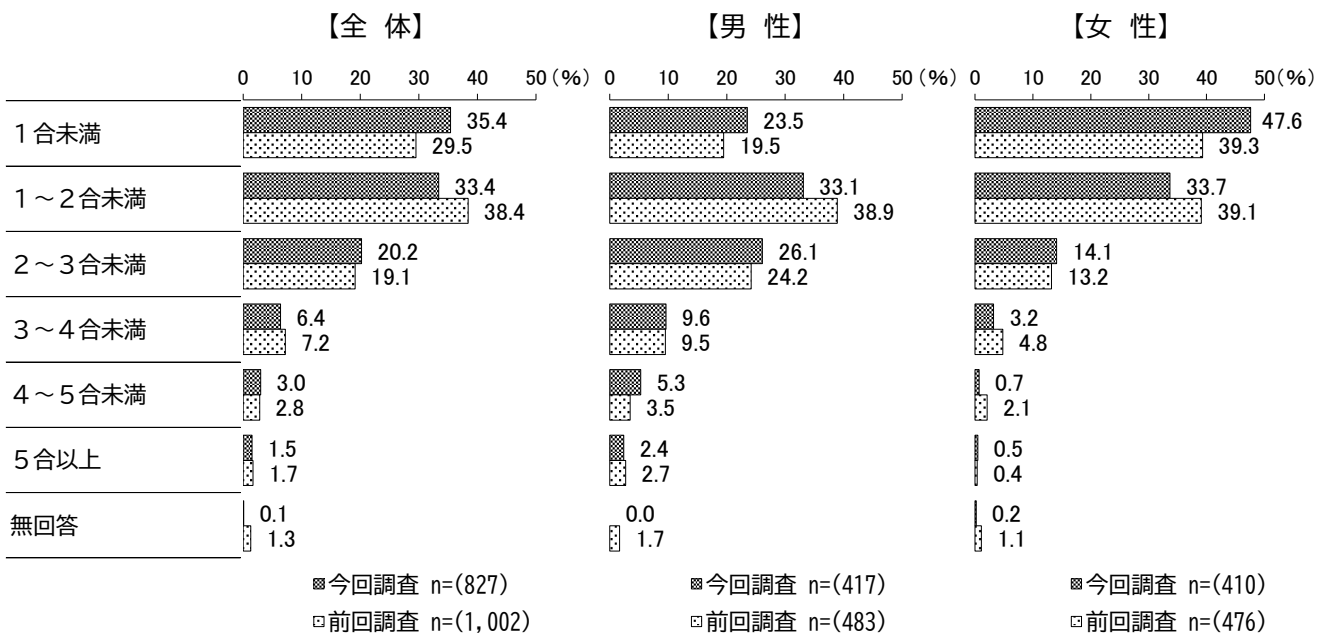
性・飲酒頻度別にみると、男性では、《3合以上》が、毎日飲む人、週5～6日飲む人で2割台となっています。女性では、毎日飲む人で「1～2合未満」が、週1～5日飲む人で「1合未満」が高くなっています。

前回調査との比較では、女性で「1合未満」が約8ポイント増加しています。「1～2合未満」は男女ともに減少しており、男性で約6ポイント、女性で約5ポイント減少しています。なお、《3合以上》での特に大きな違いはみられません。

◆性・飲酒頻度別



◆前回調査との比較



(1-2) 飲酒の頻度や量についての認識

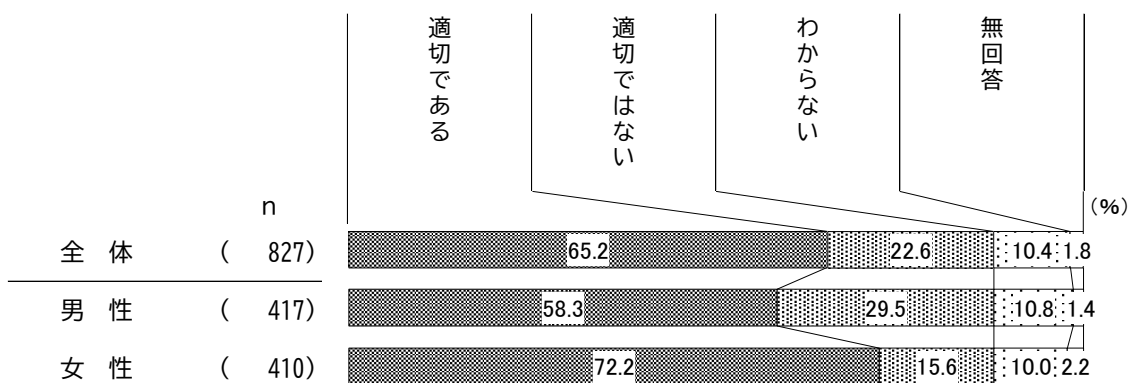
【問31で「1. 毎日」または「2. 週5~6日」または「3. 週3~4日」または「4. 週1~2日」を選択した方】

問31-2 あなたのお酒の頻度・1日あたりのアルコール量は適切であると思いますか。  
(○は1つ)

週に1日以上飲酒する人に、飲酒の頻度や量についての認識をたずねたところ、全体では、「適切である」が65.2%、「適切ではない」が22.6%となっています。

性別にみると、「適切である」は、女性の方が男性よりも約14ポイント高くなっています。

◆全体／性別



(2) 週5日以上飲酒する人の1日あたりの飲酒量

【☑保健医療計画 行動目標】

前述している問31と問31-1の回答状況を整理し、多量飲酒者を把握する観点から、週5日以上飲酒する人の1日あたりの飲酒量を算出したところ、全体では、「1～2合未満」が35.6%で最も高くなっています。

《生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している》人を見ると、全体では52.5%となっています。

〔 \*生活習慣病のリスクを高める量:  
純アルコール換算で男性40g/日(日本酒2合相当)以上、女性20g/日(日本酒1合相当)以上 〕

《生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している》人を性別にみると、男性で48.2%、女性で58.4%となっています。

《生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している》人を性・年齢別にみると、男性では30～60歳代で5割台、女性では50歳代で7割を超え、40歳代で6割を超えています。

◆全体／性別／性・年齢別



### (3) アルコールの過剰摂取による健康被害、社会問題の認知度

問32 あなたは、アルコールの過量摂取による健康障害、社会問題について知っていますか。(いくつでも○)

全体では、「アルコール依存症」が87.3%で最も高く、次いで「急性アルコール中毒」が80.7%、「生活習慣病(高血圧・脂質異常症・肥満・糖尿病・痛風)」が70.2%、「臓器障害(脳・食道・胃・大腸・すい臓・心臓・血管・骨等)」が61.5%、「地域社会への影響(飲酒運転、事故、犯罪)」が59.7%などとなっています。

#### ◆全体

