

(5) アルコール

重点分野別 目標	アルコールが健康に及ぼす 影響について学び、節度ある 適度な飲酒を心がけましょう。	総合評価
		A

総合評価の内容および今後の推進方策

お酒は適量であれば、コミュニケーションを円滑にするなど良い面もある一方で、多量になると心身への影響が大きく、肝機能障害のほか、糖尿病、高血圧、心疾患、脳血管障害などの生活習慣病を招くほか、アルコール依存症や自殺の引き金になることもあります。

お酒の適量を知っている人や多量飲酒者の割合については改善がみられたことから、節度ある適度な飲酒を心がけられる人が増えてきていると考えられますが、お酒の適量や飲酒が健康に及ぼす影響については、今後も継続的に知識の普及につとめます。

また、未成年者や妊娠中に飲酒する人の割合についても改善がみられました。未成年者とその保護者や妊婦には、飲酒の害について今後も継続的に知識の普及につとめます。

個別目標	【行動目標】
	1 未成年者の飲酒をなくしましょう……………52
	2 飲酒が体に及ぼす影響を知って、1日の適量を心がけましょう。……………53
	3 妊娠中の飲酒をなくしましょう。……………54

目標

未成年者の飲酒をなくしましょう。

ライフステージ：少年期、青年期

指標の推移と中間評価

項 目		基準値	中間値	目標値	中間評価
未成年者の飲酒する割合	15歳以下	0.9%	0.0%	0%	◎
	16～19歳	45.7%	8.5%	0%	○

基準値：平成21年度市民健康意識調査

中間値：平成28年度市民健康意識調査

未成年者の飲酒する割合は減少し、改善がみられました。

課題と今後の方向

未成年者の飲酒は、心身の発達に悪影響を与え、事件や事故に巻き込まれやすくなるなど、社会的な問題を引き起こしやすいといわれています。そのため、未成年者自身が、飲酒の害について理解し、飲酒の誘いに対してきっぱりと断ることができるよう知識の普及をはかることと、さらに保護者の飲酒防止の意識向上をはかることを課題として取り組みました。

中間評価の結果、未成年者の飲酒する割合は改善がみられました。市民健康意識調査においても、飲酒の害について知っている子どもの割合や飲酒の誘いに断ることができる子どもの割合は年々増えています。

未成年者の飲酒には「飲んでみたかった」「知らずに飲んだ」という好奇心や社会環境等が関係しているため、今後も飲酒の害についての知識普及をはかるとともに、家庭や地域においても「未成年者に飲酒させない」という意識をより一層高めていくため、保護者の飲酒防止の意識向上につとめます。

個別目標達成のため推進する主な取組

- アルコールの知識普及
- 健康教育・健康相談
- 小中学校における健康教育

(5)アルコール

行動目標 2

目標

飲酒が体に及ぼす影響を知って、
1日の適量を心がけましょう。

ライフステージ：青年期、壮年期、中年期、高齢期

指標の推移と中間評価

項目		基準値	中間値	目標値	中間評価
お酒の適量※ ¹ を知っている人の割合		62.1%	67.5%	増加傾向へ	→
多量飲酒者※ ² の割合	男性	12.9%	5.6%	減少傾向へ	→

基準値：平成21年度市民健康意識調査

中間値：平成28年度市民健康意識調査

お酒の適量を知っている人の割合は、基準値よりも増加し、改善がみられました。また、多量飲酒者（男性）の割合についても、基準値よりも減少し、改善がみられました。

※¹ お酒の適量（1日当たり）

日本酒1合、ビール中ビン1本、ウイスキーダブル1杯60ml、ワイングラス2杯240ml、焼酎25度100ml

※² 多量飲酒（1日当たり）

日本酒3合以上、ビール中ビン3本以上、ウイスキーダブル3杯180ml以上、ワイングラス5杯600ml以上、焼酎25度300ml以上

課題と今後の方向

多量な飲酒は、肝機能障害のほか、糖尿病、高血圧、心疾患、脳血管障害などの生活習慣病につながるため、「アルコールの知識普及」や「健康教育・健康相談」等を通じて、お酒の適量や飲酒が健康に及ぼす影響について知識の普及をはかることを課題として取り組みました。

中間評価の結果、いずれの項目においても改善がみられました。今後も、お酒の適量について、飲酒が健康に及ぼす影響と併せて広く普及をはかり、更なる改善につながるよう取り組みます。

個別目標達成のため推進する主な取組

- アルコールの知識普及
- アルコールの知識普及（母子）
- アディクション（依存症）問題研修会
- 健康教育・健康相談
- 健康教育・健康相談（母子）
- 特定健康診査・特定保健指導
- 両親学級

目標

妊娠中の飲酒をなくしましょう。

ライフステージ：青年期、壮年期

指標の推移と中間評価

項目	基準値	中間値	目標値	中間評価
妊娠中に飲酒している人の割合	1.2%	0.7%	0%	△

基準値：平成22年度秋田市4か月児健診「妊娠・出産時の状況アンケート」

中間値：平成27年度秋田市4か月児健診「妊娠・出産時の状況アンケート」

妊娠中に飲酒している人の割合は減少し、改善がみられました。

課題と今後の方向

妊娠中の飲酒は、妊婦自身の合併症リスクを高めるだけでなく、胎児性アルコール症候群（妊娠中の飲酒が胎児に多大な影響を与え、発達障がい等を引き起こす）の可能性や、早産等胎児への悪影響が懸念されます。

妊娠中の飲酒をなくすため、健康教育・健康相談や母子健康手帳交付時等にリーフレットを用いて、アルコールの害に関する知識の普及啓発につとめます。

個別目標達成のため推進する主な取組

- 健康教育・健康相談（母子）
- マタニティ食生活講座→食生活学級【H29～】
- 両親学級
- アルコールの知識普及
- アルコールの知識普及（母子）
- 妊娠期からの相談支援事業（秋田市版ネウボラ）【H28～】

◎ 計画策定後に開始した取組は、開始年度を【 】内に表示