５．飲酒

（１）基本的な考え方

過度の飲酒は、高血圧や脂質異常症、肥満、糖尿病、痛風などの生活習慣病のリスクを高めるだけでなく、アルコール依存症を引き起こす可能性も高くなります。

健康に配慮した飲酒の推進に向けて、飲酒が健康に及ぼす影響についての周知啓発を行うとともに、アルコール依存症防止対策に取り組むことが重要になります。

（２）現状と今後の課題

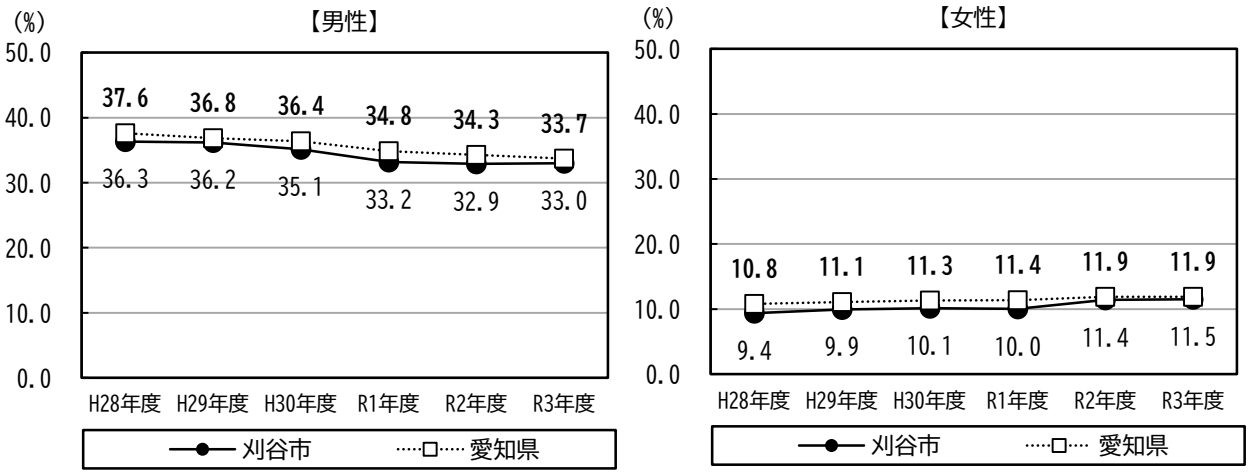
【本市の現状】

●本市の毎日飲酒をする人の割合をみると、男性はおおむね減少傾向にありますが、女性は増加傾向にあります。愛知県と比較すると男女とも低い値となっています。

●生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている人の割合は、男女とも 40～64 歳で高くなっています。

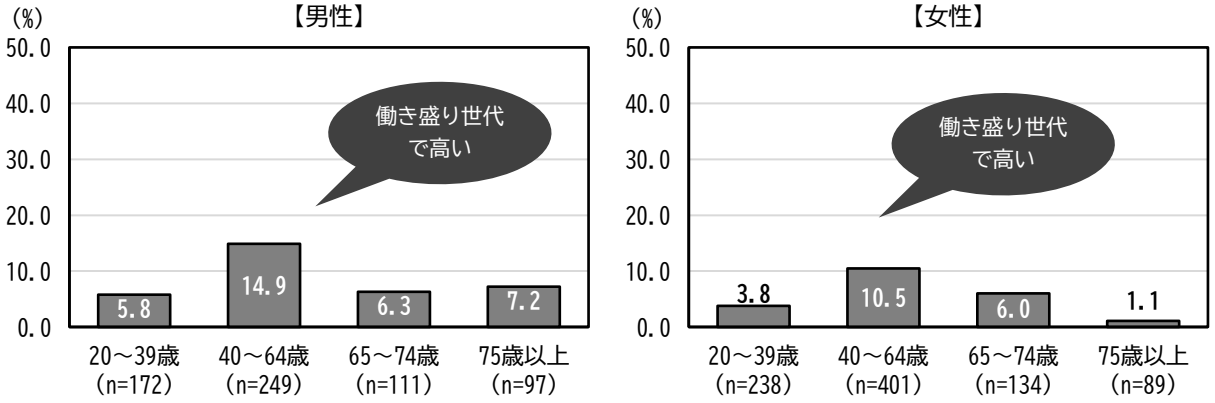
●節度ある適度な飲酒量を知っている人の割合は男性の方が高い傾向にあります。

〈図 26〉毎日飲酒をする人の割合の推移

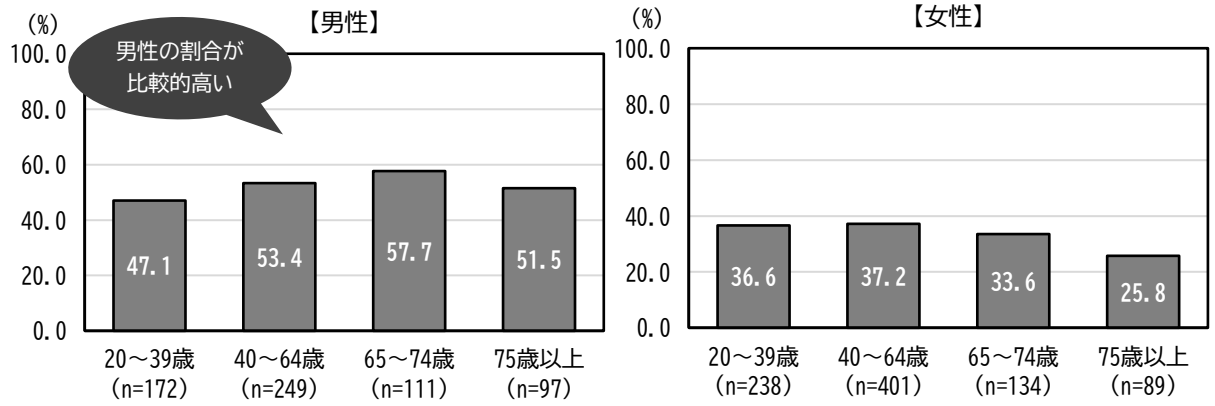


資料：「特定健診・特定保健指導情報データを活用した分析・評価」

〈図 27〉生活習慣病のリスクを高める飲酒をしている人の割合



〈図 28〉節度ある適度な飲酒量を知っている人の割合



資料：図 27・28「刈谷市健康づくりに関する調査（令和５年度）」

【今後の課題】

■ 適切な飲酒の周知啓発

第２次計画の評価をみると、生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合は男女とも増加しており、働き盛り世代での割合が高くなっています。このため、適切な飲酒量に対する認知度を向上させていくことが重要であり、健康に配慮した飲酒の推進に向けた効果的なアプローチを検討していく必要があります。

■ 妊婦・20 歳未満者の飲酒防止に向けた取組の推進

第２次計画の評価において、飲酒する妊婦の割合については、目標値まであと少しのところまできていますが、「妊婦の飲酒ゼロ」に向けて、母子健康手帳交付時等に飲酒者への個別指導や情報提供をするなど、継続した取組が重要です。

20 歳未満者の飲酒防止に向け、市内小中学校等での飲酒に対する教育を継続していきます。

（3）取組の方向性と目標・指標

①飲酒が健康に及ぼす影響や適切な飲酒に関する周知啓発

●ホームページ等を活用して、飲酒が健康に及ぼす影響や過度な飲酒が生活習慣病やがん発症のリスクを高めることを周知し、節度ある飲酒についての啓発を行います。

②妊産婦、20 歳未満者の飲酒防止に向けた取組の推進

●母子健康手帳交付時や家庭訪問、各種教室等の機会を活用し、妊娠中や授乳中の飲酒が胎児や乳児の健康に及ぼす影響について周知啓発を行います。

●20 歳未満者の飲酒防止に向けて、早期の段階からの飲酒防止教育を推進するとともに、保護者に対しても飲酒防止の啓発を行います。

③生活習慣病、アルコール依存症の予防に向けた指導等

●各種健診や特定保健指導等の機会を通じ、適切な飲酒に向けての指導、正しい知識の普及を行います。

●アルコール問題について相談できる機関を周知します。

《目標・指標と具体的な取組》

<table>
<tr><th>目標</th><th colspan="2">指標</th><th>現状値
（令和５年度）</th><th>目標値
（令和 16 年度）</th></tr>
<tr><td rowspan="3">生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人を減らす</td><td rowspan="2">生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している人の割合</td><td>20 歳以上男性</td><td>9.7%</td><td>8.4%</td></tr>
<tr><td>20 歳以上女性</td><td>7.0%</td><td>4.9%</td></tr>
<tr><td colspan="4">【目標達成に向けた取組】
・ホームページ等による飲酒に関する正しい知識の周知啓発
・二十歳の集いにおける適切な飲酒の周知啓発
・チラシやメールマガジンを活用した事業所への周知啓発
・特定健康診査受診者へのリーフレットの配布、特定保健指導における飲酒に関する指導の実施</td></tr>
<tr><th>目標</th><th colspan="2">指標</th><th>現状値
（令和５年度）</th><th>目標値
（令和 16 年度）</th></tr>
<tr><td rowspan="2">妊娠中の飲酒をなくす</td><td>妊娠中に飲酒をする人の割合</td><td>妊婦</td><td>0.2%</td><td>0.0%</td></tr>
<tr><td colspan="4">【目標達成に向けた取組】
・ホームページ等による周知啓発
・母子健康手帳交付時、フレッシュ・ママクラス、パパママクラス、新生児・乳児訪問指導、乳幼児健診を活用した周知啓発</td></tr>
<tr><td rowspan="2">20 歳未満者の飲酒をなくす</td><td>アルコール教育実施学校数</td><td>市内小中学校（21 校）</td><td>21 校</td><td>21 校</td></tr>
<tr><td colspan="4">【目標達成に向けた取組】
・中学校・高校等でチラシ配布による周知啓発
・小中学校におけるアルコール教育の推進</td></tr>
</table>