

大阪府内保健所における 依存症関連問題への取組み

大阪府こころの健康総合センター

はじめに

大阪府ではこれまで、アルコール依存症に関して、保健所をはじめとする行政機関や、断酒会等の自助グループ、地域の専門医療機関が連携し、発展してきた経過があります。

それらの取組みは、平成26年にアルコール健康障害対策基本法（以下「基本法」という。）が施行されるより前から進められてきたものではありませんが、基本法施行後は、これまでの取組みをさらに強化し、依存症に関する知識の普及啓発や、依存症の本人及び家族等の相談・治療・回復を途切れなく支援するためのネットワークの構築に力を注いできました。

本事例集は、平成28年度に発行した事例集16『大阪府内保健所におけるアルコール関連問題への取組み』の第2弾として、大阪府内の3か所の保健所から寄稿いただいたものをまとめたものです。

地域の関係機関との協働・連携についてや、若年層に向けた啓発の試みなど、様々な実践報告を記載しています。

さらに、今回は、アルコール関連問題への取組みに加え、他の依存症に関する取組みについても触れています。

本事例集の作成にあたり、多大な時間をいただき、執筆にご協力いただいた方々をはじめ、関係者の皆様には厚くお礼を申し上げます。

本事例集が、各地域における依存症に関する相談支援活動充実のための一助となれば幸いです。

大阪府こころの健康総合センター

目 次

- 茨木保健所の依存症関連問題への取組みについて
～アルコールを中心に～・・・・・・・・・・・・・・・・ 1
(茨木保健所)

- 四條畷保健所のアルコール関連問題の取組みについて・・・・・・・・ 14
(四條畷保健所)

- 保健所における依存症関連問題の啓発活動の取組み・・・・・・・・ 29
(藤井寺保健所)

「障害」の「害」のひらがな表記の取り扱いについて

大阪府では、障がいのある方の思いを大切に、府民の障がい者理解を深めていくため、大阪府が作成する文書等においてマイナスのイメージがある「害」の漢字をできるだけ用いないで、ひらがなで表記しています。

※ただし、次に掲げる場合は、引き続き、「障害」を漢字で表記します。

- ・法令、条例、規則、訓令等の例規文書（ただし、法令や条例・規則・訓令等に基づき定義されている制度・事業・府の組織の名称について、法的効力を伴わない一般的な文書等において使用する場合は、ひらがな表記を基本とします。）
- ・団体名などの固有名詞
- ・医学用語・学術用語等の専門用語として漢字使用が適切な場合
- ・他の文書や法令等を引用する場合
- ・その他漢字使用が適切と認められる

茨木保健所の依存症関連問題への取組みについて ～アルコールを中心に～

茨木保健所

平澤 靖久、村谷 亜樹、小村 知代、三浦 佳子、村森 夕莉

1 背景

アルコール関連問題は、本人の健康問題だけでなく、自殺、DV、飲酒運転など家庭的、社会的にも大きな問題である。アルコール依存症者数は全国で109万人（平成25年厚生労働省研究班調査）と推定されているが、実際に専門医療を受けている人は4.9万人（平成26年患者調査）に過ぎない。多くはアルコール問題に気がつかず、健康を害したり、家庭が崩壊したりなど大きな影響を受けている。また近年では、飲酒運転にまつわる事故や事件がよく報道されているが、その背景にはアルコール依存症の問題も大きいように思われる。

依存症は回復可能な病気であり、相談機関、専門医療機関、自助グループなど支援体制がある中でのアルコール問題の現状には残念な思いである。

アルコールが依存性薬物であることは、一般にあまり知られていない。アルコールは嗜好品であり、薬物であると理解して飲んでいる人はほとんどいないだろう。長年3合以上の大量飲酒を継続すると、誰でもアルコール依存症となる可能性があるなど、アルコールの害、怖さについて認識のないまま飲酒している人がほとんどであると思われる。

また、飲酒の問題があっても、病気としてではなく、個人の問題として捉えてしまい、専門医療につながらないケースが多い。

そのため、いかに個人の問題ではなく病気の問題であることを周知していくか。治療をすれば、回復可能な病気であることをどう啓発していくかが大きな課題である。ただ、啓発のためアルコール依存症の講演会をしても、一般府民の参加が定員の半数にも満たないという現状があるため、啓発方法について工夫が必要であった。

茨木保健所管内（茨木市、摂津市、島本町）には、アルコール専門医療機関がなく、隣の高槻市に2医療機関ある。

管内の飲酒者の状況は、府や国の平均よりも飲酒習慣率が高いという特徴がある（資料1：管内飲酒者の状況）。

このような背景の中、茨木保健所の取組みとして、まずは依存症者と接する機会のある関係機関職員の理解を深めるため、研修会を開催することにした。そして、あらゆる機会をとらえて啓発をすることにした。

もうひとつの課題としては自助グループ支援の問題があった。断酒会の会員が減っており、どう増やしていくかが保健所にとっても課題であった。そのため断酒会など自助グル

ープについての周知を図ることにした。

また、近年アルコール依存症以外の依存についても相談が増えており、幅広く依存症対策をする必要もあった。

2 事業の概要

(1) 関係機関職員研修会

① 平成 29 年 5 月 30 日（火）、6 月 5 日（月）実施 参加者 20 名

テーマ	「アルコール依存症について」
講師	茨木保健所地域保健課精神保健福祉チーム担当者
対象	茨木市職員（子ども相談室、障害福祉課、生活福祉課等）
内容	茨木市のスーパーバイザー研修に講師として出席した。 アルコール依存症全般と事例について話をした。また、お酒の飲み方チェック（AUDIT）を行った。市職員からも困っている事例の紹介があるなど、質疑応答、意見交換を活発に行うことができた。保健所と市との連携を深めるよい機会となった。

② 平成 29 年 9 月 29 日（金）実施 参加者 52 名

テーマ	「もしかして依存症？～効果的な関わり方のコツ」
講師	兵庫教育大学 野田哲朗教授
対象	管内関係機関職員（医師会、薬剤師会、医療機関、市町、警察、消防、社会福祉協議会、障がい福祉支援事業所等）
内容	管内の関係機関職員の依存症に対する理解を深め、タイムリーに適切な支援が提供できることを目的に開催。 処方薬依存について、参加者の関心が高かった。 アルコールと処方薬・カフェイン等、複数の依存対象との重複事例、支援困難な背景を持つ多問題事例、若年者のスマホ・ネット等の依存事例などにも、参加者は課題を感じていることが把握できた。

③ 平成 30 年 9 月 7 日（金）実施 参加者 30 名

テーマ	「アルコール依存症の社会資源について」
講師	特定非営利活動法人キグナス 就労継続支援 B 型事業所若園生活支援センター 鬼塚優施設長
対象	藍野花園病院職員等
内容	アルコール依存症専門病院ではないが、地域からのニーズに応える形で急性期のアルコール依存症の入院を受け入れている藍野花園病院において職員研修会を開催した。症状が落ち着いた後、地域生活へのスムーズな移行を図れるようにするため、茨木市内にあるアルコール依存症者を中心とした就労継続支援 B 型事業所の方を講師に招き、自助グループの効果や社会資源について説明を行った。「知らなかった情報を知ることができて良かった」と好評であった。

④ 平成 30 年 9 月 21 日（金）実施 参加者 39 名

テーマ	「適正飲酒を広げよう！日々の支援の中で今日からできること」
講師	新生会病院 和気浩三院長
対象	管内市町職員
内容	適正飲酒を広く啓発し、飲酒習慣のある人へのアプローチの方法を学び、支援者間の具体的な連携の在り方を考えるために、茨木市と共催で開催した。講師による講義と、事例 2 ケース（市の特定保健指導から保健所の専門相談につながった事例、市の特定保健指導の中で支援中の事例）の紹介を行った。他機関と連携できるケースがまだ少ないこと、問題飲酒の治療においては身体面での医療受診で終始し、専門医療機関につながりにくい現状がわかった。

⑤ 平成 30 年 9 月 28 日（金）実施 参加者 22 名

テーマ	「身近な依存症について」
講師	新阿武山クリニック 平野建二医師
対象	薬物乱用防止指導員、管内市町職員等
内容	所内薬事課との共同事業。薬物・アルコール乱用防止教育指導者研修会として、アルコールを中心に処方薬依存など薬物依存についても講義を行った。「大変参考になりました」「もっとお話が聞きたい」などと好評であった。「また続きの話を聞きたい」などの感想も寄せられ、関心の高さを感じることができた。

(2) アルコール啓発リーフレットの作成

茨木保健所では、従来から「茨木保健所 ころの健康相談」のリーフレットを作成し、依存症を含む保健所の相談案内について各関係機関等に配布、周知をしていた。

関係機関等より断酒会例会場の問い合わせがあり、自助グループの周知も必要と思われた。また、断酒会の会員が減少していることから、広く断酒会についても周知する必要があった。そのため、「お酒の問題で困っていませんか？」というアルコール啓発リーフレットを作成した（平成 28 年度）。

保健所の相談や断酒会例会場、AA（Alcoholics Anonymous）ミーティング会場、依存症を中心とした就労継続支援B型事業所であるキグナスの紹介も掲載した。

関係機関に配布するほか、研修会、講演会、市町健康まつり等あらゆる機会を利用して配布を行った。

自助グループのミーティング会場、時間等の変更があればすぐに改訂し、最新のものを提供できるように留意している（資料2：アルコール啓発リーフレット（茨木市・摂津市・島本町版））。

(3) 管内各市町との協働

平成 28 年度より、管内各市町保健センターとの連絡会を毎年開催している。自殺対策、依存症支援、妊産婦支援、虐待対応など保健センターとの関わりの深い案件について話し合いをし、連携を深めている。

平成 29 年度より茨木市が実施している特定健診等において、お酒の問題がある人に対して、保健所が作成したアルコール啓発リーフレットを配布していただいている。実際にそのリーフレットを見て保健所の相談につながったり、保健所へ問い合わせがあったり一定の効果が見られた。

しかしながら、アルコールの問題を抱えている人が支援につながるハードルはまだまだ高く、どう対応していくかが課題であった。そのため、平成 30 年度は茨木市と共催で、管内市町職員を対象とした研修会を開催した。

(4) 若年層（大学生等）への啓発

追手門学院大学の運動部コーチより、急性アルコール中毒など飲酒問題について相談があり、大学生対象に飲酒教育をすることとなった。同時にたばこについても話をしてほしいと依頼があり、所内企画調整課に相談の上実施した。

また平成 30 年度は、所内薬事課と連携をして、大阪薬科大学学園祭において啓発を行った。

① 平成 29 年 11 月 14 日（火）実施 参加者 58 名

テーマ	「飲酒と喫煙について」
講師	茨木保健所地域保健課精神保健福祉チーム担当者
対象	追手門学院大学学生
内容	急性アルコール中毒など飲酒の問題について講義した。併せて企画調整課の資料をもとに喫煙についても説明を行った。 学生から質問もあり、飲酒や喫煙への関心の高さを感じた。 大学から高評価を得て、来年度新入生に対しても講義をしてほしいと依頼があった。

② 平成 30 年 6 月 28 日（木）実施 参加者 150 名

テーマ	「飲酒について」「喫煙の影響について」
講師	茨木保健所地域保健課精神保健福祉チーム及び企画調整課担当者
対象	追手門学院大学学生（新入生）
内容	飲酒についての講義及びアルコールパッチテストを実施した。 パッチテストをしたことで大いに盛り上がり好評であった。これから飲酒を始める若年層を対象とすることで、早期に正しい知識・理解を深めることができ、予防の観点から効果的であると実感することができた。

③ 平成 30 年 11 月 4 日（日）実施 パッチテスト参加者 100 名

テーマ	「アルコール体質を知ろう！」
担当	茨木保健所地域保健課精神保健福祉チーム担当者
対象	大阪薬科大学学生等
内容	大阪薬科大学の学園祭において、薬事課と協働し、精神チームはアルコールパッチテストや啓発リーフレットの配布を行った。 家族連れが多く参加し、3 時間ほどで予定の 100 名に達し、大変好評だった。 未成年者や大学生に啓発を直接行うよい機会となった。

(5) 市民等への啓発

いろいろな機会を利用して啓発を行うことにした。所内生活衛生室各課との協力により啓発を行った。

① 平成 29 年 8 月 27 日（月）、11 月 27 日（火）実施 参加者 57 名

テーマ	「お酒と上手に付き合うために」
講師	茨木保健所地域保健課精神保健福祉チーム担当者
対象	理美容師
内容	衛生課の協力を得て、公衆衛生協会の研修会において、適正飲酒のための講義を行った。 参加者の家族や理美容師として接客する中で、適正飲酒の普及啓発及び相談先の情報提供を依頼した。

② 平成 30 年 1 月 31 日（水）、2 月 20 日（火）実施 参加者 76 名

テーマ	「適正飲酒について」
講師	茨木保健所地域保健課精神保健福祉チーム担当者
対象	三島府民センター職員
内容	三島府民センターの健康管理事業の一環として、講演会を開催した。適正飲酒のための講義及びお酒飲み方チェック（AUDIT）を行った。 アルコールと健康は関連するものであり、研修機会は重要と思われる。飲酒に問題があっても、そこからどうつなげていくか課題はあるが、研修において伝えたことが将来何らかのプラスになればと思う。

③ 平成 30 年 11 月 11 日（日）実施 パッチテスト参加者 60 名

テーマ	「適正飲酒を心がけよう」
担当	茨木保健所地域保健課精神保健福祉チーム担当者
対象	一般市民
内容	せつつ市民健康まつりにて、アルコールを中心に啓発活動を行った。パネル展示、リーフレットの配布、アルコールパッチテストを行った。パッチテストは好評であったが、中高年層が多く若年層に行うことが少なかった。

④ 平成 30 年 12 月 7 日（金）実施 参加者 33 名

テーマ	「気を付けたい！不眠・不安の薬たち 知っておきたい！エナジードリンクの副作用」
講師	兵庫教育大学 野田哲朗教授
対象	府民、関係機関職員
内容	昨年度関係機関職員向けに開催した研修会で、処方薬依存に対する関心が高かった。そのため、カフェイン依存と併せて市民一人ひとりが自分のこととして関心を持ってもらう目的で開催した。しかし、実際の参加者は関係機関職員が 22 名（69%）と多く、市民、関係機関職員ともに知識を得たいという目的での参加が多かった。身近に睡眠薬等の薬を飲んでいる人が多いこと、入手しやすい飲料や食品の中にも注意が必要なこと、危険性・依存性の最新情報が得られたことによる満足度は高かった。

⑤ 茨木保健所ロビーにおける啓発（通年）を実施

保健所のロビーにて、精神保健福祉チームのブースで保健所のこころの健康相談の案内、各種リーフレットの配布、自助グループ等のイベントの案内を行っている。

また、10 月には特別展示として依存症に関するロビー展示を行った。

⑥ 自助グループとの連携強化

断酒会の昼例会や AA のオープンミーティングに出席した。

断酒会の記念大会や一日研修会に出席した。

大阪ダルクや大阪マックの施設見学、関係者懇談会に参加した。

⑦ 相談体制の強化

平成 30 年度より、依存症専門嘱託医相談を年 4 回から年 10 回に増やし、依存症関連の相談体制を強化した。

府等が実施する依存症関連研修に積極的に参加し、チーム内で伝達研修を行うなど、依存症の相談対応力向上に努めた。

3 考察・今後の展望

(1) 取組みの成果

- ① 関係機関職員研修会や管内各市町との連絡会等を継続的に開催したことにより、関係機関職員の依存症への理解が深まり、一緒にケース支援に取り組む機会が増えた。

- ② 保健所が依存症の相談を行っていることが周知され、アルコールを始めギャンブル依存など他の依存症の相談も増えた（資料3：茨木保健所こころの健康相談件数の推移）。
- ③ 依存症関連研修で学んだCRAFT（コミュニティ強化法と家族トレーニング）等を取り入れ、スモールステップで継続的な支援により、関係機関からの相談を受けるだけでなく、家族および本人へ直接支援できる機会が増えている。
- ④ 大学生等への講義は、若年者にお酒の飲み方や問題について学習してもらうよい機会となった。また、学生等がアルコールパッチテストを体験し、自らの体質を知ることが、アルコールへの関心を深めるよいきっかけとなると感じる事ができた。
- ⑤ 断酒会やAAとの連携機会が増えたことにより、自助グループの情報をより知る機会が増え、また府民等に自助グループの情報を、これまでよりも多く提供できるようになった。

（2）課題と今後の展望

- ① アルコール問題に対する府民の理解はまだ不十分である。家族連れにアルコールパッチテストを行ったとき、子どもが飲める体質であることがわかると、「大人になったら一緒に飲めるな」と話す人がいた。また、飲める体質であることがわかると、喜ぶ人もいた。パッチテスト終了後、リーフレットも配布しているが、適正飲酒についての正しい知識の普及、及びアルコールの危険性をどう伝えていくかが課題である。
⇒大学生等若年層に対する啓発を今後も継続し、早い段階からアルコールの害についての知識を伝える。また、市民健康まつり等の機会を利用し、地道に啓発を行っていく。
- ② 関係機関と連携できる事例はまだ少ないと考えられるが、徐々に連携する機会は増え、相談延数は増えている。しかし、重症になってから相談につながるケースも多いので、早い段階で相談につながり、支援する体制をどう作っていくかが課題である。
⇒関係機関との連携、関係機関研修会を今後も継続していく。管内各市町保健センターと連携し、特定健診等における適正飲酒も含めた健康指導、保健所が作成したアルコール啓発リーフレットの配布など予防啓発を進め、早期に相談支援につなげていく。

- ③ 問題飲酒の治療においては身体面での医療受診で終始し、専門医療機関につながりにくい。

⇒本人や家族に対して依存症の理解をしてもらうには時間がかかることが多い。すぐに専門医療機関につなげようとするのではなく、身体の健康を含め相談を継続できるよう支援することも重要である。そのため、支援者である職員のスキルアップのための研修機会を設けたり、チームで事例検討をしたりなどチームの支援体制を強化していく。

- ④ アルコールと処方薬・カフェイン等、依存対象が複数重なっている事例、支援困難な背景を持つ多問題事例が多い。

⇒依存症専門嘱託医と相談しながら対応していく。アルコール以外の依存症疾患の知識や対応方法を学ぶため、積極的に各種研修会等へ参加し、チーム員のスキルアップを図る。関係機関との事例検討を行うなど関係機関と連携をしながら対応していく。

4 資料

資料1：管内飲酒者の状況

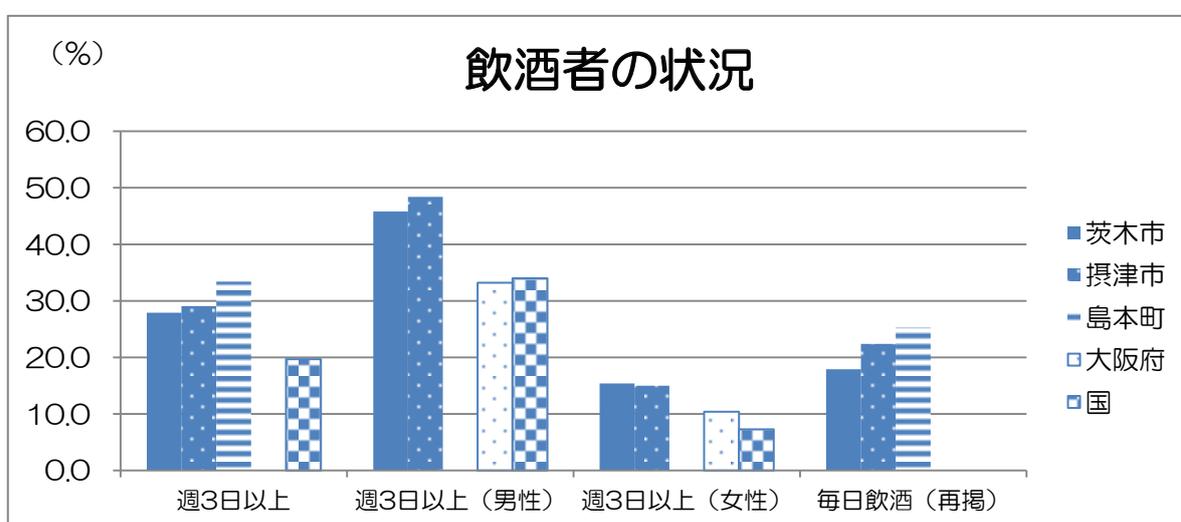
資料2：アルコール啓発リーフレット（茨木市・摂津市・島本町版）

資料3：茨木保健所こころの健康相談件数の推移

管内飲酒者の状況

	茨木市※1	摂津市※2	島本町※3	大阪府※4	国※5
週3日以上	27.9	29.1	33.4	—	19.7
週3日以上（男性）	45.8	48.4	—	33.2	34.0
週3日以上（女性）	15.4	15.0	—	10.4	7.3
毎日飲酒（再掲）	17.9	22.4	25.3	—	—

※ 単位：％



【考察】

管内各市町の飲酒習慣は、大阪府や国の状況に比べて男女共に高い傾向にある。

【出典】

※1 平成24年3月 茨木市保健福祉に関するアンケート調査

※2 平成25年3月 健康せつつ21 最終評価報告書

※3 平成24年3月 第2次「健康しまもと21」計画策定のためのアンケート調査報告書

※4 平成29年9月 大阪府アルコール健康障がい対策推進計画(平成26年国民健康栄養調査)

※5 平成24年国民健康栄養調査

お酒の問題で困っていませんか？

平成 26 年 6 月に「アルコール健康障害対策基本法」が施行されました。「お酒は百薬の長」と言われる反面、飲み方を間違えると肝臓病など健康障害のほか、アルコール依存症、認知症、飲酒運転による事故、家庭内の不和など様々な問題を生じることがあります。適度な飲酒ができていますか？お酒を飲み始めたらとまらず、困っていることはありませんか？

適度な飲酒量はどれくらいでしょう？

注！
女性や65歳以上の高齢者は半分です！

○	1合	1日当たり1合程度の飲酒は、健康日本21で「節度のある 適度な飲酒 」と定義されています。
△	2合	1日当たり2合以上の飲酒は、生活習慣病のリスクを高めるため、減酒が必要です。
×	3合	3合以上は 危険な多量飲酒 となります。事故やさまざまな問題を引き起こし、アルコール依存症にもつながります。

* 未成年者、妊娠中の方、授乳中の方もアルコールが悪影響を及ぼしますので、禁酒してください。

【日本酒1合と同程度のお酒の量】

種類	日本酒	ビール	7%のチューハイ	25%の焼酎 (コップ半分)	ワイン (2杯)	ウイスキー (ダブル)
						
量	1合	500ml	350ml	100ml	200ml	60ml
アルコール濃度	15%	5%	7%	25%	12%	43%
純アルコール量	22g	20g	20g	20g	19g	21g

適度な飲酒量は一日平均純アルコール20gで、日本酒換算で約1合（女性や高齢者は0.5合）です。3合以上の飲酒は大量飲酒となり、健康障害になる危険性が高くなります。

こんな症状はありませんか？

- お酒を飲み始めたらとまらない
- 朝から飲みたいという気持ちを抑えることができない
- お酒の量を減らそうと思うが、うまくいかない
- 手の震え、多量の汗、眠れないなどの症状がある
- 飲酒したときのことを覚えていない。



お酒の問題で困ったことがあれば、お気軽にご相談ください

<相談先>

大阪府茨木保健所

茨木市大住町 8-11

電話

072-624-4668

アルコール依存症などこころの健康に関する相談。適正飲酒に向けて節酒指導・相談も行っています。精神保健福祉相談員、保健師、嘱託医（非常勤）が相談に応じています。治療に対する助言、アルコール専門医療機関や自助グループの紹介などを行っています。なお相談は予約制です。

<お酒をやめるための自助グループなど>

お酒をやめ続けるためには仲間が必要です。自助グループ等への参加をお勧めします。自助グループには**断酒会**と**AA**（Alcoholics Anonymous）があります。

断酒会…会員組織で、大阪府内各市町に地域断酒会があり、お住まいの市町以外の断酒会にも参加できます。

AA…会員組織ではなく、匿名で参加できます。アルコール依存症本人だけのクローズミーティング、家族や友人等も参加できるオープンミーティングがあります。

☆断酒会例会場（平成30年1月現在）※連絡先は、茨木保健所へ問い合わせてください。

断酒会	例会	日時	場所
茨木市	本部例会	毎月第1(土) PM7:00~9:00	大池コミュニティセンター
	茨木支部例会	第1を除く毎週(土) PM7:00~9:00	茨木公民館
	真砂支部例会	毎週(水) PM7:00~9:00	大池コミュニティセンター
	昼例会	毎月第2(木) PM1:30~3:30	大池コミュニティセンター
		毎月第4(木) PM1:30~3:30	キグナス若園支援センター
家族会	毎月第3(土) PM7:00~9:00	茨木公民館	
摂津市	本部例会	毎月第1(月) PM7:00~9:00	摂津市立コミュニティプラザ 2階会議室
	摂津支部例会	第1を除く毎週(月) PM7:00~9:00	
島本町	本部例会	毎月第1(土) PM6:50~8:20	島本町ふれあいセンター
	支部例会	第1を除く毎週(土) PM6:50~8:50	

☆AA会場（平成30年11月現在）※連絡先：AA関西セントラルオフィス 電話 06-6536-0828

ミーティング	日時	場所
茨木(O)	第1(土) PM1:30~2:20 2:30~3:20 PM3:30~4:20	茨木市福祉文化会館
茨木東宮町(C)	毎週(月) PM7:00~8:00 毎週(水) PM2:30~3:30	茨木公民館
茨木大池(C)	毎週(金) PM7:00~8:00	大池コミュニティセンター
茨木ローズ(O)	毎週(水) PM0:45~1:45	ローズWAM

※(C) クローズ：本人のみ、(O) オープン：家族や関係者も参加可能

☆NPO法人キグナス・若園支援センター（就労継続支援B型事業所）

茨木市真砂 3-18-20 電話 072-628-6124

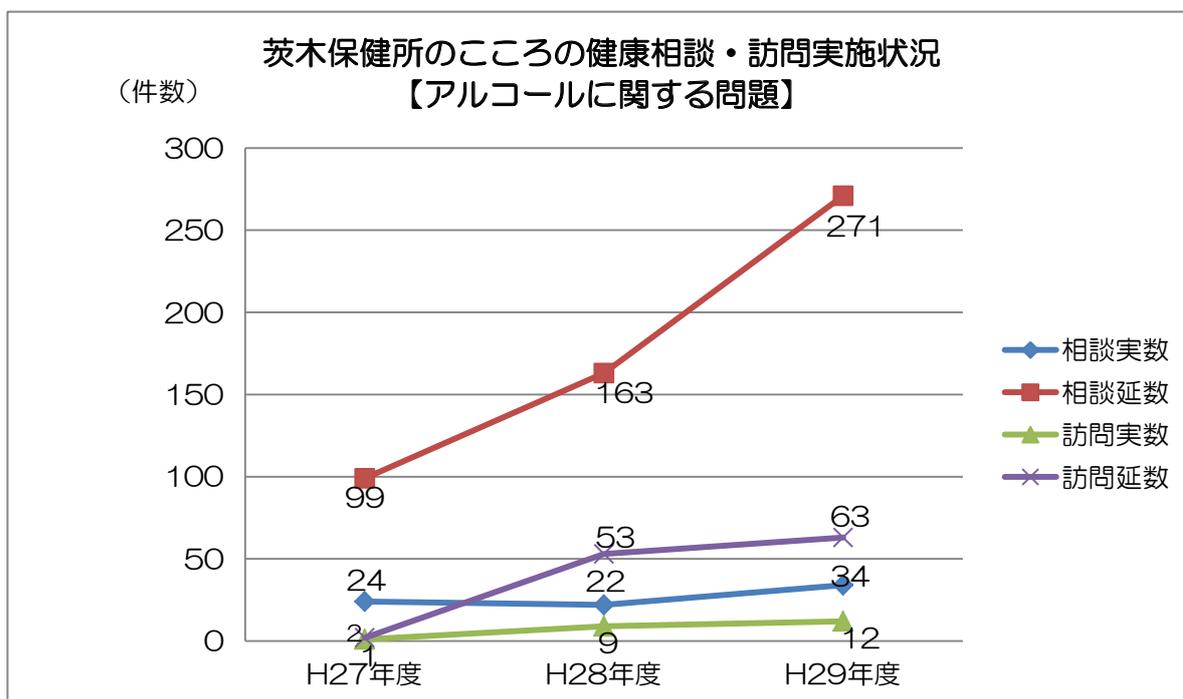
主にアルコール依存症の方を対象にした日中活動施設です。



<発行> 平成30年12月改定 大阪府茨木保健所精神保健福祉チーム

茨木保健所こころの健康相談件数の推移

	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度 上半期
相談実数	320	343	389	207
アルコール（再掲）	24	22	34	19
薬物（再掲）	7	3	5	2
ギャンブル（再掲）	5	5	6	3
相談・訪問延件数	1840	2330	2988	1493
アルコール（再掲）	101	216	334	164
薬物（再掲）	38	37	15	37
ギャンブル（再掲）	29	8	21	51



四條畷保健所のアルコール関連問題の取組みについて

四條畷保健所

松下直子、西口心、池愼太郎

1 背景

四條畷保健所は、大東市・四條畷市・交野市の3市を管轄し、管内人口は253,531人である(平成29年10月1日時点)。

管内には精神科病院1か所、精神科・心療内科診療所8か所があるが、依存症専門医療機関はない。このため、相談対象者が依存症専門医療を要する場合、専門医療機関へのアクセスに課題があった。

平成27年度から、他圏域のアルコール専門医療機関の精神科医師を保健所嘱託医として雇用したことにより、主にアルコール健康障がいがある相談対象者が非自発的入院を要する状態かどうかの判断や、家族相談の対応の充実につながった。

しかしながら、専門医療機関で入院治療が施されても地域生活に戻り再度連続飲酒状態に至る方や、治療に結びつきにくい方、あるいは問題が深刻化してからようやく相談に訪れる家族等、依存症対策については普及啓発だけでなく依存症者の相談支援まで一貫した取組みが必要であり、当保健所においても従前からアルコール問題の取組みを続けてきたところである。

平成25年にアルコール健康障害対策基本法が成立し、アルコール健康障がい対策が施策として位置付けられ、保健所においてもアルコール関連問題について積極的に取組みを行ってきた。

ここでは、四條畷保健所におけるアルコール健康障がいの発生予防から再発予防までの段階において展開した取組みについて紹介する。

2 事業の概要

四條畷保健所のアルコール健康障がいへの取組みについて(1)関係諸機関の連携支援体制の構築(2)アルコール健康障がいの各段階における取組みに分けて紹介する。

四條畷保健所のアルコール健康障がい対策

○アルコール健康障害対策基本法より

不適切な飲酒はアルコール健康障害の原因となり、アルコール健康障害は、本人の健康問題のみならず、その家族への深刻な影響や重大な社会問題を生じさせる危険性が高い

⇒アルコール健康障害の発生、進行、再発を予防

発生予防(一次予防)	進行予防(二次予防)	再発予防(三次予防)
<p>○普及啓発</p> <ul style="list-style-type: none"> ・未成年者飲酒防止教育 (北河内学校保健会にて研修) ・市報にてアルコールコラム掲載 ・管内高校・大学にて講座 ・健康展等にて啓発 	<p>○研修</p> <ul style="list-style-type: none"> ・関係機関職員研修 「多量飲酒者への節酒指導」 行政機関職員 等 ○相談支援 ・こころの健康相談 	<p>○相談支援</p> <ul style="list-style-type: none"> ・こころの健康相談 ・自殺未遂者相談支援事業 ○四條畷断酒会等との連携 

(1) 関係諸機関の連携支援体制の構築

第6次大阪府保健医療計画(2013-2018)において「精神科医療に関する総合的な協議および連携促進の場」として、平成25年度から四條畷保健所管内精神保健医療ネットワーク会議(以下「ネットワーク会議」)を設置している。平成25、26年度は自殺対策を主な検討課題として扱い、管内医療機関や行政機関、警察、消防等と連携の促進を図ってきた。平成27、29年度は自殺対策のほかにアルコール健康障がい対策についても議題として扱い、関係諸機関で意見交換を行った。

平成30年度はネットワーク会議に先立ち管内の身体科医療機関と精神科医療機関の連携状況を把握するため、「精神疾患、自殺リスク、依存症」についてアンケート調査を実施しネットワーク会議でその結果を報告した。その中でアルコール健康障がいを有していると思われる患者が身体科医療機関に受診しているケースは多く、身体科医療機関の多くは対応に困っている実態が明らかになった。

精神保健医療ネットワーク会議

日時	内容	参加者
平成 27 年 10 月 28 日	講義「アルコール関連問題と地域での自殺対策について」 講師 新生会病院 和気浩三医師 意見交換	21 機関 26 人
平成 30 年 2 月 21 日	講義「地域で行うアルコール関連問題対策」 講師 新生会病院 和気浩三医師 大阪府アルコール健康障がい対策推進計画説明 保健所の取組みについて報告 意見交換	17 機関 18 人
平成 31 年 1 月 18 日	講義「身体科と精神科の連携における課題」 講師 関西医大総合医療センター 池田俊一郎医師 身体科医療機関に受診している精神疾患、アルコール依存症などの患者について精神科医療機関との連携の在り方のアンケート調査結果報告、意見交換	20 機関 21 人

(2) アルコール健康障がいの各段階における取組み

① 発生予防（一次予防）

アルコール健康障がいの発生を予防するため、市民講座や啓発イベントによって直接的なものから、市広報を活用した間接的なものまで、様々な機会を活用して普及啓発を行った。

i 管内教育委員会、高校への取組み

<平成 28 年度>

日時	内容	対象
7 月 5 日	大東市学校保健委員会総会 講義「未成年の飲酒はなぜだめなの？」 講師 藤井クリニック小野史絵 PSW	大東市学校保健会委員 41 人
11 月 4 日	養護教諭へのミニ講座	四條畷市養護教諭部会
12 月 16 日	講義「学校における未成年の飲酒防止教育に	大東市養護教諭部会
2 月 1 日	ついて」 講師 精神保健福祉チーム	交野市養護教諭部会

<平成 29 年度>

日時	内容	対象
2月2日	府立 N 高校学校保健委員会総会 講義「知っていますか？未成年者が飲酒しない方がいい理由」 講師 藤井クリニック 小野史絵 PSW	学校保健会委員（管理職+教職員+PTA）15人
2月7日	北河内学校保健委員会総会 講義「未成年の飲酒予防教育～知っていますか？未成年者が飲酒しない方がいい理由～」 講師 新生会病院 和気浩三医師	北河内学校保健会委員（管理職を含めて教職員）60人

<平成 30 年度>

日時	内容	対象
6月29日	講義「未成年の飲酒防止教育について」 教材について紹介 講師 精神保健福祉チーム	四條畷市養護教諭部会
9月13日		大東市養護教諭部会
1月16日		交野市養護教諭部会
8月20日	教育機関を中心とした関係機関職員研修 講義「若者と依存症の理解と対応」 講師 三重県立こころの医療センター 長徹二医師、岡知加医師	学校、子育て支援、精神保健医療福祉関係機関職員 35人
12月6日	府立 N 高校職員研修（学校主催） 講義「若者と依存症の理解と対応」 講師 三重県立こころの医療センター 長徹二医師、岡知加医師 精神保健福祉チーム	高校職員、学校薬剤師 45人
12月19日	私立 T 高校職員研修 講義「飲酒予防教育研修」 アルコールパッチテストの体験及び授業の進め方、教材の紹介 講師 精神保健福祉チーム	管理職、保健体育担当教諭、養護教諭 17人

平成 30 年度においては、3 市の教育委員会、校長会、教頭会に対して未成年の飲酒予防教育の出前授業について説明したが、授業のカリキュラムにゆとりはなく希望する学校はなかった。私立 T 高校の職員研修では、生徒に授業を実施する保健体育教諭全員が参加した。研修後のアンケート調査では、「実際の保健の授業において今回の研修内容が使える。」「子どもの飲酒する環境や子どもの断り方、親の立ち位置の大切さ

が理解できた。」「アルコールパッチテストを実際に試してみて反応を見た時、とても興味がわいた。多量飲酒者とアルコール依存症との違いやアルコール依存症は病気だが回復することができるということがわかった。」等の感想が寄せられた。

ii 管内大学への取組み

<平成 29 年度>

日時	内容	対象
4 月	管内大学新入生に対して、リーフレット「未成年者の飲酒はなぜだめなの？」を配布	A 大学 A 学科 100 部、B 学科 100 部 T 大学 200 部 D 大学 600 部
6 月 14 日	D 大学キャンパスロビーにて啓発 アルコールパッチテスト、アルコールクイズ、 啓発パネル展示等	D 大学学生 啓発グッズ配布 76 部 アルコールパッチテスト、 アルコールクイズ 20 人
6 月 21 日	O 大学 3 回生に対する出講 講義「知ってる？アルコールのこと」 講師 精神保健福祉チーム	O 大学 3 回生学生 48 人

<平成 30 年度>

日時	内容	対象
4 月	管内大学新入生に対して、リーフレット「未成年者の飲酒はなぜだめなの？」を配布	A 大学 A 学科 100 部、B 学科 100 部 B 大学 200 部 C 大学 600 部
6 月 20 日	O 大学 3 回生に対する出講 講義「知ってる？アルコールのこと」 講師 精神保健福祉チーム	O 大学 3 回生学生 36 人
10 月 9 日	D 大学キャンパスロビーにて啓発 アルコールパッチテスト、アルコールクイズ、 啓発パネル展示等	啓発グッズ配布 151 部 アルコールパッチテスト、 アルコールクイズ 50 人
12 月 7 日	O 大学キャンパスロビーにて啓発 アルコールパッチテスト、アルコールクイズ、 啓発パネル展示等	啓発グッズ配布 144 部 アルコールパッチテスト、 アルコールクイズ 100 人

iii 大阪府薬物乱用防止指導員への取組み

<平成 30 年度>

日時	内容	対象
8月24日	大阪府薬物乱用防止指導員北河内ブロック協議会指導員大会 講義「未成年の飲酒予防教育について」 講師 精神保健福祉チーム	薬物乱用防止指導員 43 人

iv 市民講座

<平成 27 年度>

日時	内容	対象
2月21日	四條畷保健所主催市民講座 講演「アルコールに関する市民講座」 講師 兵庫教育大学大学院教授 野田哲郎医師	市民 10 人 関係機関職員 10 人

<平成 29 年度>

日時	内容	対象
11月6日	四條畷市主催「男性のための元気度アップ講座」 講義「リスクの低い飲酒とは？」 ～安全にアルコールとお付き合いするために～ 講師 精神保健福祉チーム	講座受講者 12 人

v 市広報による啓発

各市が毎月発行する広報に「知ってる？アルコールのこと」と題して 250 文字程度のアルコール啓発コラムを掲載した。交野市は平成 28 年 11 月号から平成 29 年 10 月号まで、大東市、四條畷市は平成 29 年度 4 月から 3 月まで 1 年間にわたり毎月コラムを掲載し、適正飲酒や未成年者、妊産婦のアルコール飲酒の影響、アルコール依存症、当事者の体験談等について情報を発信した（資料 1）。

平成 30 年度は、3 市の広報の 4 月号、11 月号で未成年者飲酒防止月間、アルコール関連問題啓発週間に合わせてコラムを掲載した。

vi 市イベント等による啓発

<平成 29 年度>

日時	内容	対象
11 月 12 日	大東市介護の日フェスティバル アルコールパッチテスト、アルコールクイズ	アルコールパッチテスト、 クイズ 50 人
11 月 12 日	交野市健康フェスティバル 啓発パネル展示、リーフレット配布	約 300 人

<平成 30 年度>

日時	内容	対象
11 月 11 日	交野市健康フェスティバル 啓発パネル展示、リーフレット配布、 アルコールパッチテスト、アルコールクイズ	交野市民 アルコールパッチ 135 人、 アルコールクイズ 16 人 実施

②進行予防(二次予防)

アルコール健康障がいの進行を予防するためには、多量飲酒者をどのように把握し介入するかが課題となる。平成 27 年度、多量飲酒者を対象としたアルコール健康教室を検討し、計画に先立って介護保険関係機関や障がい福祉関係機関等の管内関係機関に対し「支援中の方に多量飲酒者がいるか」「その方は健康教室に参加できそうか」についてアンケート調査を実施したところ、多量飲酒者自身の参加は困難であろうとの意見が多く見られた。

このため、多量飲酒者自身を研修の対象とするのではなく、多量飲酒者に接している可能性のある関係機関職員に対して、アルコール健康障がいについての正しい知識の獲得とアプローチの方法を学ぶことを目的とした研修会を実施するに至った。平成 27 年度には困難ケースを通じて連携していた救急隊からの要望を受けて管内の消防救急隊員に対して事例検討を含めた研修会を実施した。

i 関係機関研修

<平成 27 年度>

日時	内容	対象
11 月 18 日	講義「高齢者のアルコール関連問題への対応について」 講師 ひがし布施クリニック 辻本土郎医師	関係機関職員 36 人
12 月 11 日	講義「依存症を知る～安全で有効な支援を目指して～」 講師 藤井クリニック小野史絵 PSW 訪問看護ステーションカラフル小松友貴看護師	関係機関職員 35 人

2月24日	講義「アルコール関連問題への取組みについて」 講師 ひがし布施クリニック 辻本土郎医師	北河内地区消防救急 隊員等 56人
-------	--	----------------------

<平成 28 年度>

日時	内容	対象
5月16日	講義「家族のSOSをキャッチする ～アルコール依存症家族へのアプローチ法～」 講師 藤井クリニック小野史絵 PSW	関係機関職員 22人
6月28日	アルコール関連問題ケース事例検討 講師 藤井クリニック 小野史絵 PSW	関係機関職員 28人
9月9日	講義「アルコール依存症の理解と支援」 講師 藤井クリニック 小野史絵 PSW	交野市関係機関職員 40人

<平成 29 年度>

日時	内容	対象
9月29日	講義「リスクの低い飲酒とは？ ～安全？にアルコールとお付き合いするために～」 講師 藤井クリニック 小野史絵 PSW	関係機関職員 20人

<平成 30 年度>

日時	内容	対象
7月11日	講義「多様な依存症～その支援と対応～」 講師 ひがし布施クリニック 辻本土郎医師 大東市断酒会当事者より体験談	関係機関職員 48人
3月13日	講義「酒で死ねたら本望や！と言われたら ～治療を拒否するアルコール依存症者への介入～」 講師 新生会病院 和気浩三医師 四條畷市断酒会当事者より体験談	関係機関職員 50人 予定

ii 商工会議所健診後における保健指導

平成 27 年度から企画調整課が、管内商工会・商工会議所健康診断時にタバコと高血圧に関する健康アンケート及び啓発を行ってきた。平成 30 年度から、タバコと高血圧に加えてアルコールについてのアンケート項目を増やし、アンケート調査と必要に応じて禁煙、減塩、節酒等の助言を行った（対象人数は次頁の表を参照）。精神保健福祉チームは全 11 回中 6 回従事し、精神保健福祉チームが従事しない時は企画調整課の保健師が対応した。健

診受診者のうち毎回5～10人程度の多量飲酒者がおり、AUDITで飲酒チェックをし、「あなたの飲酒大丈夫？」パンフレット（関西アルコール関連問題学会編集）を使用し節酒等の助言を行った。アンケート調査の結果は資料2のとおりであり、管内3市で多量飲酒者は30歳代～50歳代に多くみられ、多量飲酒に該当する女性は6.4%、男性は18.4%だった。平成29年度国民健康栄養調査によると、生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合は男性14.7%、女性8.6%であり男性の多量飲酒者が多い傾向がわかった。（国民健康栄養調査の生活習慣病を高める量の基準は男性：毎日・週5～6日×2合以上、週3～4日×3合以上、週1～2日×5合以上、女性：毎日・週5～6日・週3～4日×1合以上、週1～2日×3合以上、月1～3日×5合以上となっており、今回保健所の多量飲酒者の基準は飲酒の頻度が毎日かつ2合以上もしくは飲酒の頻度が3～4回/週かつ3合以上とした）。

平成30年度商工会・商工会議所健康診断の啓発及びアンケート調査

商工会	実施期間	健診受診者	アンケート回答者			アンケート回答率
			女	男	合計	
四條畷市	2日	144	27	68	95	66.0%
交野市	1日	54	16	19	35	64.8%
大東市	8日	678	190	353	543	80.1%
合計	11日	876	233	440	673	76.8%

③再発予防(三次予防)

i 断酒会との連携

四條畷市では、かつて断酒会の例会が開かれていたが会員の高齢化等にともない、長らく活動を休止していた。平成29年度から大東市断酒会四條畷支部として活動再開することとなった。平成29年度の初回の例会には精神保健福祉チームからも出席し、意見交換を行った。これにより断酒会と顔の見える関係ができ、市広報のアルコールコラムへの体験談の執筆や関係機関職員研修において断酒会当事者から体験談発表の協力が得られた。研修の参加者からは「回復した当事者の話に感動した」という声を得られた。

3 考察・今後の展望

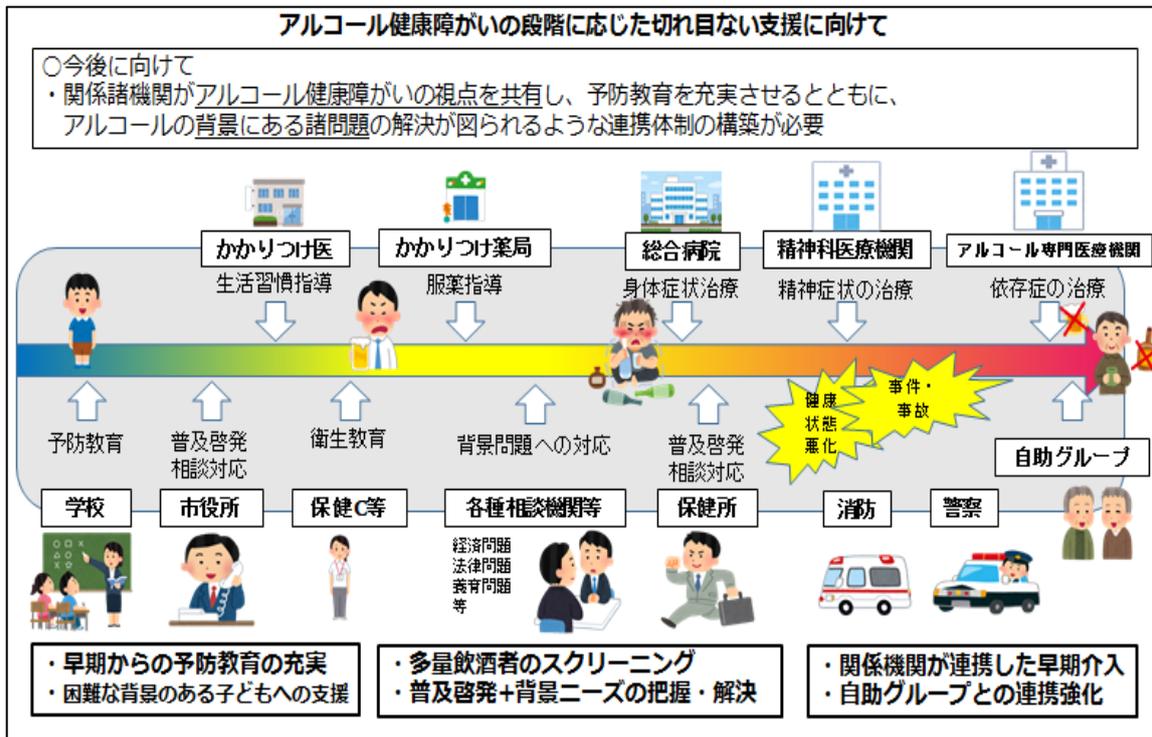
アルコール健康障がいの段階に応じた切れ目ない支援を展開するためには、関係諸機関がアルコール健康障がいの視点を共有し、予防教育を充実させるとともに、アルコールの背景にある諸問題の解決が図られる様な連携体制の構築が必要である。

アルコール健康障がいの発生予防段階では、早期からの予防教育の充実や、困難な背

景のある子どもへの支援が併せて行われなければならない。進行予防の段階では、多量飲酒者を正確にスクリーニングすること、持続した普及啓発と多量飲酒に至る背景問題の把握と解決が図られなければならない。再発予防段階では、関係機関が連携した早期介入や、自助グループ等との連携を強化し、当事者が酒に頼らずとも生活できるようなつながりを持てるような支援が必要である。

平成 14 年に健康増進法が施行され禁煙、受動喫煙に対する意識は高まり、喫煙率はこの 10 年間で全体的に減少している。その中でも 20 歳代の減少は目覚ましいものがある。20 歳代の喫煙率は平成 9 年から平成 29 年の間に、女性は 21.3%から 6.3%に、男性は 62.5%から 26.6%に減少している。(国民健康栄養調査より) これはタバコの害が周知されたことと喫煙防止教育が行われてきた背景があると思われアルコール関連問題啓発のモデルとなる。アルコールに関して寛容な日本の体質の中で正しい酒害について認識を広めていくことと未成年の飲酒予防教育が学校教育の中で位置づけられ、継続して行われていくことが必要である。

また、多量飲酒者は身体科医療機関に受診していることが多いが、アルコール依存の状態になった患者の多くはアルコールの専門医療機関に繋がっていない。平成 30 年度に実施した管内の医療機関へのアンケート調査から、身体科医療機関の多くは依存症についての相談機関や対応方法についての情報が不足し対応に困っているといった現状が明らかになった。こういった現状について今年度ネットワーク会議の中でアルコール健康障がい有する人の支援の在り方について検討することができた。今後は相談機関と医療機関が顔の見える関係作りを行いネットワークを構築しアルコール健康障がい有する人や家族に対して切れ目ない支援の構築を目指していきたいと考えている。



4 資料

資料1：3市広報「アルコールコラム」

資料2：平成30年度商工会・商工会議所健康診断時のアンケート調査結果(管内3市)

＜大東市広報＞

アルコールコラム **妊娠を意識した時から飲酒はやめましょう!**

妊娠中の飲酒は胎盤を通じて直接胎児にアルコールが運ばれるので、妊娠の可能性のある時期から飲酒は禁物です。アルコールは胎児の発育・発達にさまざまな悪い影響を与えてしまいます。母乳の場合、授乳期間中もお酒を避けましょう。女性は飲酒した際に、女性ホルモンがアルコールの分解を抑制するために、男性より少量・短期間でアルコールの害を受けやすく、依存症や肝障害になりやすいと言われています。

*アルコール問題についての相談:四條畷保健所精神チーム ☎072(878)1021

アルコールコラム **アルコール依存症の人の体験記**

お酒のためにかけがえのないものをたくさん失い、体はポロポロになりました。19歳から飲み始め、酒に明け暮れました。結婚し、子どもをもうけたのですが、一向に酒は止まらず7回入退院を繰り返しました。独りになった身を案じた父親が保健所に相談に行き、アルコール依存症の専門精神病院に入院しました。そこで「アルコール依存症は病気」と教えられ、お酒をやめる決心をして退院しました。しかし再度飲酒してしまい、苦しい中で断酒会に巡り合い、体験談を語り合うことで20年以上お酒を断つことができています。

「大東市断酒会四條畷支部」 福祉コミュニティーセンター

毎週水曜日午後2時～3時45分、午後6時30分～8時15分(祝日除く)

※アルコール依存症は継続した治療が必要で、独りで断酒をすることはとても難しいです。断酒を支援する自助組織はほかにもありますので保健所に問い合わせてください。



問い合わせ・相談:四條畷保健所 精神チーム ☎072(878)1021

＜交野市広報＞

知ってる? アルコールのこと

=アルコール依存症自己判定=

- 依存症の可能性をチェックしてみましょう。
- 飲酒量を減らさなければいけないと感じたことがありますか。
 - 他人があなたの飲酒を非難するので、気にさわったことがありますか。
 - 自分の飲酒について、悪いとか申し訳ないと感じたことがありますか。
 - 神経を落ち着かせたり、二日酔いを治すために「迎え酒」をしたことがありますか。
- 4項目のうち1項目でも当てはまれば、アルコールの摂取に問題がある可能性があります。2項目以上でアルコール依存症の疑いがあります。該当する人は、ご相談ください。
問い合わせ・相談 四條畷保健所精神チーム (TEL 878・1021)

知ってる? アルコールのこと

=アルコール依存症の体験記・最終回=

- 10代後半から飲酒し始め、40歳を過ぎたころ、突然血を吐いて入院しました。お酒が原因と自覚していましたが、退院をした日から飲み始め、その後も入退院を繰り返し、幻覚を見るようになりました。
- 仕事を失ってもお酒をやめることはなく、死ぬことばかり考えていたため、家族が保健所に相談し、専門の病院に入院しました。そこで「断酒会」と巡り合い、お互いの体験談を語り合うことで、お酒を断つことができています。
- ▷「交野市断酒会」=毎週土曜日午後2時～4時(祝日除く)、ゆうゆうセンター
問い合わせ・相談 四條畷保健所精神チーム (TEL 878・1021)

アルコール
コラム

「知ってる？ お酒のこと。」

<12月> アルコール依存症とは

アルコール依存症は、お酒の飲み方をコントロールできなくなる病気です。多量飲酒を繰り返すことで誰でもなり得る、脳の「病気」です。

アルコール依存症になると、お酒を飲む量・時間などが守れない状態となり、生活に支障があっても飲み続けてしまうというコントロール障害が起きてきます。周囲には病気と理解されにくく、本人の意志の弱さや性格の問題と思われがちですが、自分で飲酒の量を調節することは困難です。早めにアルコール専門医療機関へ相談してください。

保健所ではアルコール依存症についての相談や専門医療機関の紹介など行っていますので、お気軽にご相談ください。

●アルコール問題についての相談＝四條畷保健所精神チーム ☎878・1021

アルコール
コラム

「知ってる？ お酒のこと。」

<2月> アルコール依存症者のご家族へ、酒を隠すのは逆効果

ご家族は「酒をやめてほしい」と願うあまり、「なぜ飲酒したのか？」と問い詰めたり、酒を隠したり捨てたりしがちですが、余計に飲酒へと走らせるだけで逆効果です。

<本人への対応・大切なポイント>

- まず、良かったことやほめ言葉を伝えましょう
- 飲酒後の失敗の事実を本人に見せたり、知らせたりしましょう
- 大切な話は、本人が飲酒していない時にしましょう
- 治療を勧める時は、本人を心配している複数の家族で説得しましょう

本人への対応に悩んでいる場合はご相談ください。また、本人の飲酒問題に付き合うご家族にもさまざまな影響が出ます。ご家族自身も適切な援助やサポートを受ける必要があります。

●アルコール問題についての相談＝四條畷保健所精神チーム ☎878・1021



【飲酒の頻度】

男性で毎日飲酒する人が37%と最も多く、ほとんど飲まない、全く飲まないを合わせると35%となっている。
 女性は毎日飲酒する人が17%、ほとんど飲まない全く飲まないを合わせると54%となっている。

【1日の飲酒の量】※ほとんど飲まない、全く飲まない人を除く

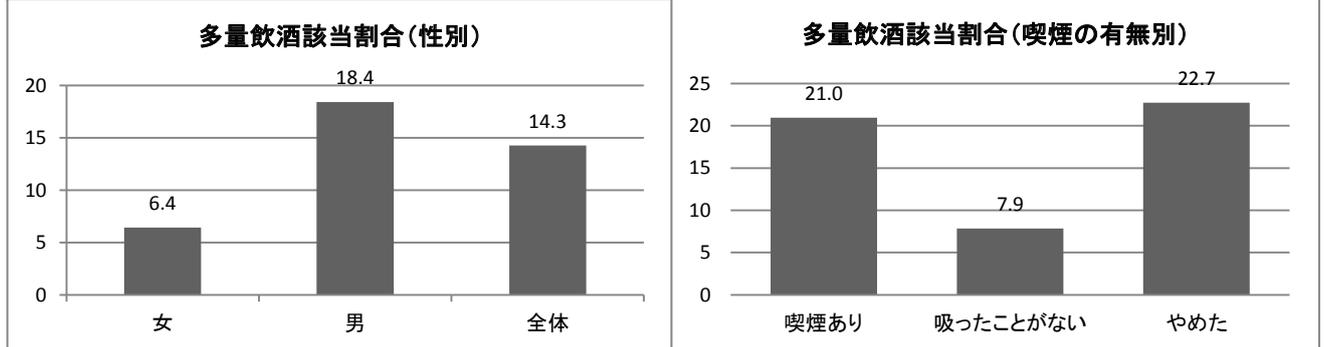
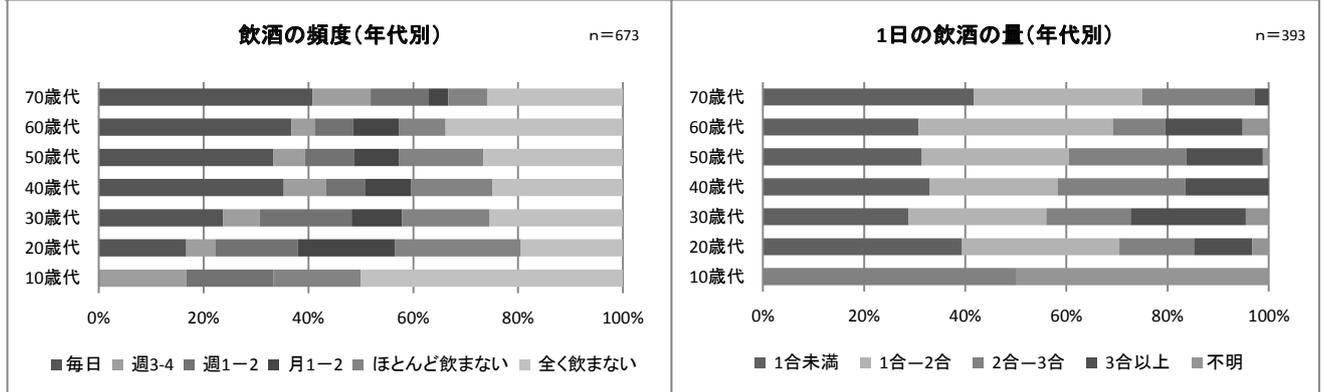
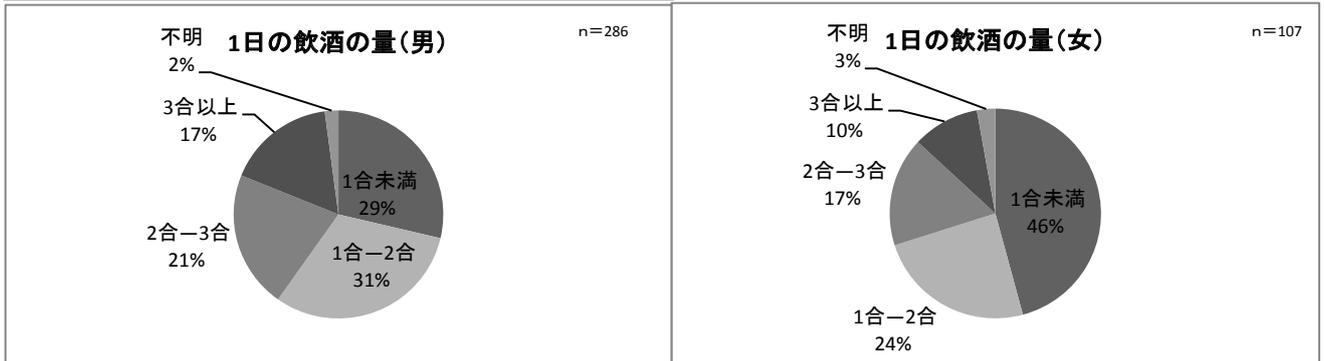
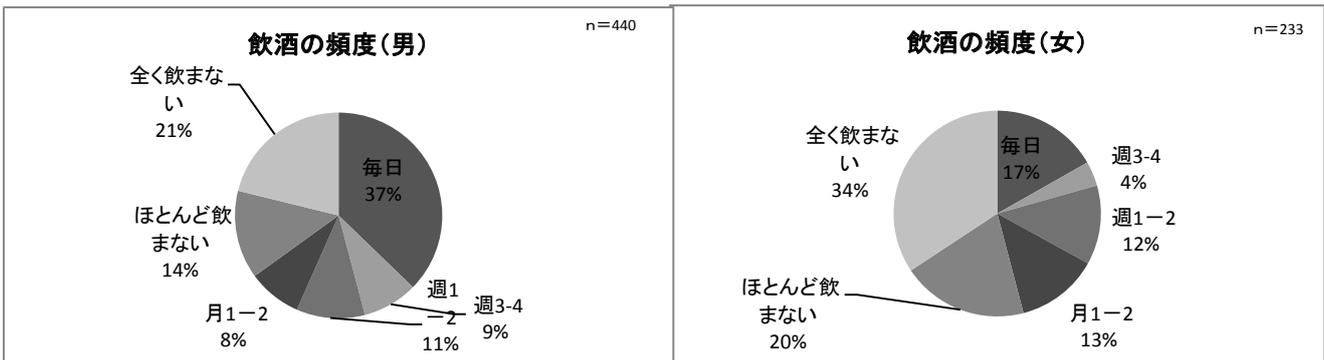
男性は1合-2合が最も多く31%、次いで1合未満となっている。3合以上飲む人は17%であった。
 女性は1合未満が最も多く46%、次いで1合-2合となっている。3合以上飲む人は10%であった。

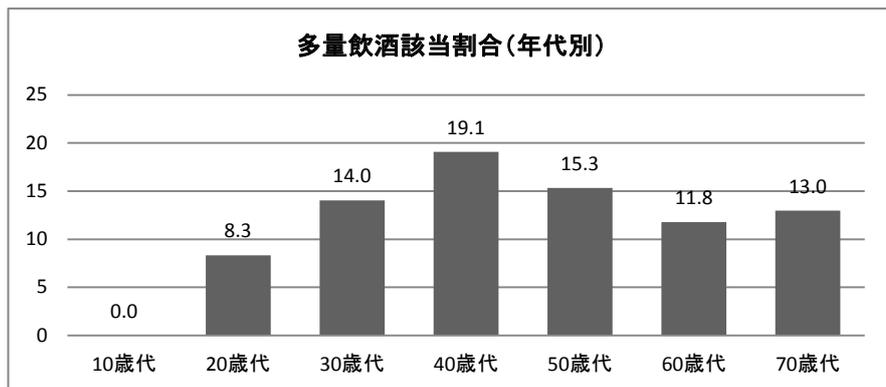
【多量飲酒に該当する人の割合】

多量飲酒に該当する人は男性で18.4%、女性で6.4%となっている。年代別では40代が19.1%と高い。喫煙の有無別では、喫煙者が21.0%、やめた人が22.7%と吸ったことがない人に比べ高くなっている。

※多量飲酒の定義は、飲酒の頻度が毎日、1日の飲酒量が2合以上の人、もしくは飲酒の頻度が週3~4回で1日の飲酒量が3合以上の人とした

※参考:平成29年度国民健康栄養調査 生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合は男性14.7%、女性8.6%
 (生活習慣病を高める量の基準 ①男性:毎日・週5~6日×2合以上、週3~4日×3合以上、週1~2日×5合以上
 ②女性:毎日・週5~6日・週3~4×1合以上、週1~2×3合以上、月1~3日×5合以上)





【データ】

飲酒の頻度

	毎日	週3-4	週1-2	月1-2	ほとんど飲まない	全く飲まない	総計
女	39	9	29	30	46	80	233
男	164	38	47	37	61	93	440
総計	203	47	76	67	107	173	673
割合 (%)	30.2	7.0	11.3	10.0	15.9	25.7	100.0

	毎日	週3-4	週1-2	月1-2	ほとんど飲まない	全く飲まない	総計
10歳代	0	1	1	0	1	3	6
20歳代	18	6	17	20	26	21	108
30歳代	27	8	20	11	19	29	114
40歳代	61	14	13	15	27	43	173
50歳代	50	9	14	13	24	40	150
60歳代	25	3	5	6	6	23	68
70歳代	22	6	6	2	4	14	54
総計	203	47	76	67	107	173	673

1日の飲酒の量(ほとんど飲まない、全く飲まない人を除く)

	1合未満	1合-2合	2合-3合	3合以上	不明	総計
女	49	26	18	11	3	107
男	82	89	61	48	6	286
総計	131	115	79	59	9	393
割合 (%)	33.3	29.3	20.1	15.0	2.3	100.0

	1合未満	1合-2合	2合-3合	3合以上	不明	総計
10歳代	0	0	1	0	1	2
20歳代	24	19	9	7	2	61
30歳代	19	18	11	15	3	66
40歳代	34	26	26	17	0	103
50歳代	27	25	20	13	1	86
60歳代	12	15	4	6	2	39
70歳代	15	12	8	1	0	36
総計	131	115	79	59	9	393

多量飲酒に該当する人

	該当	該当しない	総計	性別該当率
女	15	218	233	6.4
男	81	359	440	18.4
全体	96	577	673	14.3
割合 (%)	14.3	85.7	100.0	

	該当	該当しない	総計	年代別該当率
10歳代	0	6	6	0.0
20歳代	9	99	108	8.3
30歳代	16	98	114	14.0
40歳代	33	140	173	19.1
50歳代	23	127	150	15.3
60歳代	8	60	68	11.8
70歳代	7	47	54	13.0
総計	96	577	673	14.3

	該当	該当しない	総計	喫煙の有無別該当率
喫煙あり	48	181	229	21.0
吸ったことがない	28	328	356	7.9
やめた	20	68	88	22.7
総計	96	577	673	14.3

保健所における依存症関連問題の啓発活動の取組み

藤井寺保健所

明石清美*、巽登己子*、實操綾子*、増田桃子、杉原とよ子、吉川元子
*執筆者

1 背景

藤井寺保健所では、依存症関連問題にかかる啓発活動として、主に大学生までの若年層を対象に取り組んでいる。その主な理由として以下の点が挙げられる。

(ア) 近年、我が国の自殺者数は減少傾向にあるが、若年層（19歳以下）は横ばい状態であり、また15歳から39歳における死因の第1位は自殺であるなど、若年層への自殺予防対策が重要となっていること。（「平成29年中における自殺の状況」平成30年3月16日 厚生労働省自殺対策推進室、警察庁生活安全局生活安全企画課、および「平成29年（2017）人口動態統計月報年計（概数）の概況」厚生労働省）

(イ) アルコールの乱用や依存は様々な自殺関連行動と関係し、アルコールの多飲が自殺のリスクを高めると指摘されていること。（松本俊彦、竹島正「アルコールと自殺」第104回日本精神神経学会総会シンポジウム 等）

(ウ) 国は平成26年6月に施行されたアルコール健康障害対策基本法に基づき、平成28年5月に「アルコール健康障害対策推進基本計画」を策定。その基本的施策の1番目に「教育の振興等」を掲げ、学校におけるアルコール健康障がいに関する予防教育や学校・教職員への周知などが謳われていること。

こうしたことから、藤井寺保健所では、まず自殺対策として、平成28年度に管内の大学に働きかけ、2大学の学生に対して啓発活動を行うこととした。平成28年度は若年層に対する自殺予防のためのゲートキーパー養成研修を行った。しかし、研修後の担当教員との振り返りの際に、“20歳前後の学生は、他人の心に寄り添う以前に、学生自身が自分の課題と向き合って成長する途上にあるので、ゲートキーパーの役割を担ってもらうのは難しい部分もある”との意見等が出た。それらの意見を踏まえ、2年目の平成29年度からは、メンタルヘルス研修を行うことにした。その取り組みの中で、現在は大学生が、(i) 自らのストレスに気づき、適切に対応し、必要な場合は相談する知識と力をつけること、(ii) アルコール等依存症を含んだ精神疾患に関する基礎的な知識を身につけることで、早期発見・早期治療につなげることを目指している。

また、旧大阪府八尾保健所においても、アルコール健康障害対策基本法の施行に伴い、平成28年度より若年層を中心とした啓発に取り組んできた。その内容は、管内の中学、

高校、大学での講義やアルコールパッチテストの体験などであり、こうした啓発活動を行った学校からは、アルコールに関する正しい知識の普及に効果があったと好評であった。そこで、平成 30 年 4 月に八尾市が中核市に移行し、柏原市が当所の管轄になった平成 30 年度においても、従来旧大阪府八尾保健所が取り組んできた柏原市域の若年層への啓発活動については引き続き行っている。

さらに、藤井寺保健所は、府内 3 か所にある生活衛生室を有する保健所であり、同室薬事課においては、青少年を教育する又は見守る立場にある者の資質を向上し、地域における薬物乱用防止啓発を進めるために、薬物乱用防止指導員への研修を行っている。これまでは、薬物乱用に対する正しい知識を啓発するため「ダメ。ゼッタイ。」をテーマに啓発活動を行ってきたが、近年依存症対策が重要視される中、「ダメ。ゼッタイ。」だけでは対応できない人々への理解を深めてもらうため、平成 29 年度から精神保健福祉チームと共催で薬物乱用防止教育に併せ、アルコール、薬物依存症の理解と対応についての研修を行っている。

2 事業の概要

(1) 若年層への啓発活動

① 大阪府立大学・四天王寺大学

～経緯～

平成 28 年度に、管内の三大学に対して、自殺予防教育の実施を打診した。その結果、大阪府立大学看護学類 1 年生 126 名、四天王寺大学人文社会学部人間福祉学科 2 年生 15 名に対し、90 分間の授業の中で『大阪府版ゲートキーパー養成研修基礎情報編』を実施した。実施学年が大学 1、2 年生となったのは、大学生は学年を重ねることに専門分化し、1 講義あたりの受講人数が減少する傾向があり、広く啓発するのであれば、1、2 年生の必修の授業で行う必要があったためである。

受入教員との平成 28 年度の講義の振り返りの中で、1、2 年生は、ゲートキーパーとして「人の相談を受ける、話を聞く」前に、「自分自身の悩みに気づいて相談する」段階の教育が必要であるとの意見を受けた。そこで、平成 29 年度は、大阪府立大学看護学類 1 年生 125 名、四天王寺大学人文社会学部人間福祉学科 1 年生 67 人に対し、自分のストレスに気づいて対処する「ストレスコーピング」、悩んだときに人に相談する「援助希求」に加えて、若年者がかかりやすい精神疾患についての講義を実施した。この精神疾患の中には依存症も含まれており、アルコール依存症について大学生に初めて講義した。

またこの取り組みの中で、大阪府立大学から、平成 29 年 4 月の羽曳野キャンパス新入生オリエンテーションにおいて「こころの健康管理」に関する話をしてもらえないかという要請があり、看護学類・総合リハビリテーション学類の学生・院生計約 210

名を対象に、15分間で、ストレスコーピングについての説明や、相談先としての保健所の紹介を行った。

<平成28年度プログラム>

○大阪府立大学看護学類1年生対象(90分)

- ◇資料配布・事前アンケート(10分)
- ◇講義①「大阪府版ゲートキーパー養成研修 基礎情報編 1. 初級編」(30分)
- ◇講義②「話の聴き方について」(30分)
 - ※“ロールプレイ編”を学生向け事例に変更したもの
- ◇講義③「精神チーム業務紹介」(10分)
- ◇事後アンケート(10分)

○四天王寺大学人文社会学部人間福祉学科2年生対象(90分)

- ◇資料配布・事前アンケート(10分)
- ◇講義①「大阪府版ゲートキーパー養成研修 基礎情報編 1. 初級編」(30分)
- ◇講義②「話の聴き方について」(30分)
 - ※“ロールプレイ編”を学生向け事例に変更したもの
- ◇講義③「シナリオロールプレイ」(10分)
- ◇事後アンケート(10分)

<平成29年度プログラム>

○大阪府立大学看護学類1年生対象(90分)

- ◇資料配布(5分)
- ◇講義①「精神保健福祉チームの業務について」(10分)
- ◇講義②「こころの健康づくり～ストレスについて考えてみよう～」(70分)
- ◇アンケート(5分)

○四天王寺大学人文社会学部人間福祉学科1年生対象(60分)

- ◇資料配布(5分)
- ◇講義「こころの健康づくり～ストレスについて考えてみよう～」(50分)
- ◇アンケート(5分)

～平成30年度～

大阪府立大学での4月新入生オリエンテーション(看護学類・リハビリテーション学類の学生・院生計約240名)においては、30分間で「こころの健康管理」に加え、「これは、ストレスコーピング?」(資料1)として、依存症と、アルコールによる心

身への影響について触れた。

また講義については、四天王寺大学では10月に90分授業の中の60分で人文社会学部人間福祉学科1年生72名（教員3名含む）を対象に行った。大阪府立大学では12月に90分授業の中で看護学類1年生134名（教員3名、羽曳野市職員2名含む）を対象に行った。その内容は、ストレスコーピング、援助希求とともに、アルコール健康障がい（アルコールに対する体質、急性アルコール中毒、アルコールとのつきあい方、女性とアルコール）について講義を行い、同時にアルコールパッチテストを初めて実施した。（資料2）

平成30年度にアルコールパッチテストを実施した理由としては、（ア）アルコールパッチテストを積極的に実施していた旧八尾保健所の職員が異動してきたことで、パッチテスト実施のノウハウを得たこと、（イ）各大学受入教員との振り返りの中で、アルコール健康障がいや依存症について講義で扱う同意を得たこと、が挙げられる。

～アンケート結果～

平成30年度の講義において、アルコールが心身に与える影響について、「よくわかった、わかった、あまりわからなかった、わからなかった」の4件法で問うたところ、下表のような結果になった。いずれの大学でも、95%以上が「よくわかった、わかった」と回答した。

	四天王寺大学	大阪府立大学
よくわかった	39 (56.5%)	69 (58.0%)
わかった	28 (40.6%)	46 (38.7%)
あまりわからなかった	0 (0.0%)	1 (0.8%)
わからなかった	0 (0.0%)	0 (0.0%)
無記入	2 (2.9%)	3 (2.5%)
合計	69 (100%)	119 (100%)

また、感想では「これからお酒を飲む時は気を付けていきたいです。」「自分は普通に生活しているつもりでも、気づかないうちにストレスがかかっていたり、何かに依存してしまうことがあるという話が印象的でした。大学生になって様々な環境が変わっているので、気をつけようと思いました。」「お酒を飲む前にアルコールパッチテストができてよかったです。」等の記述があった。

受入教員との振り返りにおいても、アルコールパッチテストの実施は、飲酒の強要など学生の抱える課題にマッチしており、90分間の授業時間の中で学生の興味を引き、講義にメリハリをつける教材として好評であった。

<平成30年度プログラム>

○大阪府立大学看護学類 1 年生対象 (90 分)

- ◇資料配布 (10 分)
- ◇講義①「精神保健福祉チームの業務について」(15 分)
- ◇講義②「こころの健康づくり～ストレスについて考えてみよう～」(20 分)
- ◇講義③「若年者がかかりやすいこころの病気について」(20 分)
- ◇講義④「アルコールに対する体質チェック (アルコールパッチテスト)」(20 分)
- ◇アンケート (5 分)

○四天王寺大学人文社会学部人間福祉学科 1 年生対象 (60 分)

- ◇資料配布 (5 分)
- ◇講義①「こころの健康づくり～ストレスについて考えてみよう～」(25 分)
- ◇講義②「アルコールに対する体質チェック (アルコールパッチテスト)」(25 分)
- ◇アンケート (5 分)

②関西女子短期大学

関西女子短期大学においては、平成 29 年度に旧大阪府八尾保健所が養護保健学科の 2 年生に対して啓発活動を行っていた。講義は 3 コマで、メンタルヘルス研修、ゲートキーパー養成研修、アルコール教育について、それぞれ 90 分間の授業で行った。

～平成 30 年度～

平成 29 年度の内容を引き継ぐ形で、養護保健学科 2 年生 39 名に対して行った。将来小中学校の養護教員として働くことを目指す学生たちであり、保健室登校といった何らかの生き辛さを抱えた子どもたちとの関わりが多いと予想されることから、10 月に行った 1 回目のメンタルヘルス研修では、自身のストレスコーピングや生きづらさにも焦点を当てた講義を行った。この中にはアルコール依存症以外の依存症(タバコ、薬物、ギャンブル、インターネット、買い物、自傷等)の説明も含まれている。また同じく 10 月に行った 2 回目は、『大阪府版ゲートキーパー養成研修基礎情報編』と傾聴技法によるロールプレイを実施した。そして 11 月に行った 3 回目には、未成年者のアルコール摂取が心身に及ぼす影響と依存症に関する知識、アルコールパッチテストの体験に加えて、新たにアルコール依存症当事者による体験談を実施した。

～アンケート結果 (3 回目) ～

3 回目の講義のアンケート結果によれば、全員が講義内容について「よく理解できた」、「おおむね理解できた」と回答している。また将来役に立つと思うかの設問にも全員が「役立つと思う」、「やや役立つと思う」と回答している。

特に関心を持ったものとして、当事者体験談が15名(38.5%)と最も多かった。体験談は、問題をより身近に感じてもらうために、未成年時から飲酒を開始しアルコール依存症になったが、現在は病気と闘いながら頑張っている女性に講師を依頼した。

アンケートでは「一度依存症になると本当に抜け出すのは大変だと分かった。」「まさか自分がこうなるとは思わなかったということは、もしかしたら自分もそういう日が来るかもしれない。」「アルコールとの付き合い方について考えさせられた。」「本当にそういうことになるんだ。」といった感想が目立った。

また「やめたくてもやめられない。」「軽い気持ちで飲みだした。」といった依存症に陥っていく過程を当事者から聞いたことで「当事者には今後頑張ってほしい。」「辛さがよくわかりました。」「今後依存症者と出会ったときは手助けしたい。」「悩んでいることを話せる環境があれば防げたのかも。」といった感想もあり、アルコール依存症者をより身近な存在としてとらえ、支えたいという気持ちになったものと思われる。

【講義内容】

よく理解できた	32 (82.1%)
おおむね理解できた	7 (17.9%)
あまり理解できなかった	0 (0.0%)
全く理解できなかった	0 (0.0%)
合計	39 (100%)

【特に関心を持ったもの】

未成年とお酒	8 (20.5%)
アルコールに対する体質	9 (23.0%)
アルコール依存症	5 (12.8%)
女性とお酒	2 (5.1%)
当事者体験談	15 (38.5%)
合計	39 (100%)

【将来役に立つと思うか】

役立つと思う	35 (89.7%)
やや役立つと思う	4 (10.3%)
あまり役立つと思わない	0 (0.0%)
役立つと思わない	0 (0.0%)
合計	39 (100%)

<平成30年度プログラム>

○養護保健学科看護技術Ⅲ2年生対象(90分)

第1回「大学生向けメンタルヘルス研修」

◇講義「こころの健康づくり～ストレスについて考えてみよう～」(85分)

◇アンケート(5分)

第2回

◇講義①「ゲートキーパー養成研修（若年者支援編）（55分）」

◇講義②「話の聴き方について」（30分）」

※“ロールプレイ編”を学生向け事例に変更したもの

◇アンケート（5分）」

第3回

◇講義①「お酒による心身への影響

～知っておきたいアルコールのおはなし～」（45分）」

◇講義②「アルコールに対する体質チェック（アルコールパッチテスト）」（20分）」

◇「当事者による体験談」（20分）」

◇アンケート（5分）」



③東大阪大学柏原高校

旧大阪府八尾保健所では平成28年度より柏原高校1年生約240名に対して、50分の授業の中でアルコール健康障がいの講義、急性アルコール中毒者の遺族の手記の朗読、アルコールパッチテストを行ってきた。

平成29年度にも9月に1年生約240名に対して同様の講義を行い、啓発の効果を確認するために、「自分のアルコール体質を覚えているか」という質問を1月に行った。その結果、回答者179名のうち124名（69.3%）の生徒が「覚えている」と回答した。また、「アルコール体質を知っていると役立つことがあると思うか」との質問に142名（79.3%）が「役立つ」とし、その理由として、うち45名（31.7%）が体質に合った飲酒行動を選択できることを挙げた。また、アルコールパッチテストにおいて、アセトアルデヒド脱水素酵素2の「非活性型」と判定された34名の生徒については、15名（44.1%）が「20歳以降もアルコールを飲まない」と回答していた。

アルコールパッチテストの結果は行動選択に一定良い影響を与えていると考えられる。

平成 30 年度は平成 31 年 2 月に実施する予定であり、引き続き知識の普及と定着を図るとともに、アルコールパッチテストの実施や新たに当事者による体験談を取り入れ、高校生への意識づけと実際の行動変容を期待できるような取り組みをめざしたい。

<平成 31 年 2 月実施予定プログラム>

○1 年生対象 (50 分)

◇講義「未成年の飲酒はなぜだめなの？」とアルコールパッチテスト (25 分)

◇「当事者による体験談」(20 分)

◇アンケート (5 分)



(平成 29 年度の様子)

④ 柏原市養護教諭部会でのアルコール健康障がい啓発の働きかけ

平成 30 年度に、柏原市養護教諭部会にて養護教諭 14 名に対し、当所での「アルコールに関する啓発・健康教育」の案内を行った。その結果、小中学校での講義依頼にはつながらなかったが、未成年者へ向けたアルコール関連問題の啓発用リーフレット「未成年者の飲酒はなぜだめなの？」を柏原市教育委員会から 160 部、柏原市立の中学校 1 校から 110 部の提供依頼を受けた。

(2) 薬事課との連携

① 大阪教育大学における啓発活動

大阪教育大学では、平成 27 年度より 3 年間、薬事課と旧八尾保健所精神保健福祉チームが共催で、大学祭において薬物とアルコールの啓発展示として、パネルや DVD、アルコールパッチテスト等を通して大学生や地域の人への啓発活動を行ってきた。

こうした中、大阪教育大学では平成 31 年度に教育協働学科の 3 回生の必修科目として、教育コラボレーション演習を行うことになり、今年度はその予行演習の実施に際して、大学から薬事課に協力依頼があった。教育コラボレーション演習とは、地域の子どもたちへの教育や生活を直接的・間接的に支えているさまざまな現場に学生が赴き、インターンシップを通して、学校と協働（コラボレーション）しながら子どもたちの健やかな成長をサポートするスキルを身に付け、社会の様々な場面でキーマンとなって広く教育を支援していくような人材を目指すというものである。

そこで、今年度の大学祭では、これまで薬事課や精神保健福祉チームが実施してきた啓発活動のノウハウを伝えることにより、学生が主体となってこれらの啓発活動を行うことにした。

そのための準備として、まず演習に参加する学生に、アルコールと薬物に関する教育を行った上で、保健所が貸し出せるパネルや DVD、リーフレット等を提供し、大学祭での展示イメージを膨らませてもらうことにした。

具体的には、

- (ア) 大学祭 1 か月前に、学生が保健所に来所。薬事課と精神保健福祉チーム職員が、薬物とアルコールの基礎知識の講義を行うとともに、実際にアルコールパッチテストを行い、その実施方法を覚えてもらった。また保健所のパネルや DVD を鑑賞してもらい、大学祭でどのようなパネル展にするのかを持ち帰って考えてもらうことにした。
- (イ) さらに、大学祭 1 週間前と 3 日前には学生が話し合う中で、疑問に思うことや悩んでいること等を保健所に持ち寄り、職員と大学祭に向けて具体的にどういうイメージで展示ブースを運営していくかについて、話し合いを行った。

<大学祭の様子>

日 時：11月上旬の2日間 9時～16時

従事者：学生12名

最低3名はブース内で対応できるようタイムスケジュールを立てた。

内 容：アルコールパッチテスト、薬物・アルコールに関するパネル説明とクイズ
薬物に関するDVD上映

来場者：約340名 うちアンケート回答者291名

親子連れが多く、幼稚園児～60代まで幅広い年齢層の人が来場した。

約2か月後の12月に、保健所にて指導教員、学生との振り返り作業を行った。

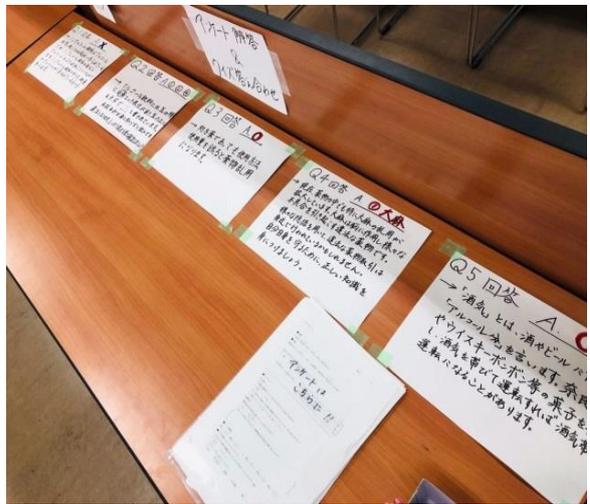
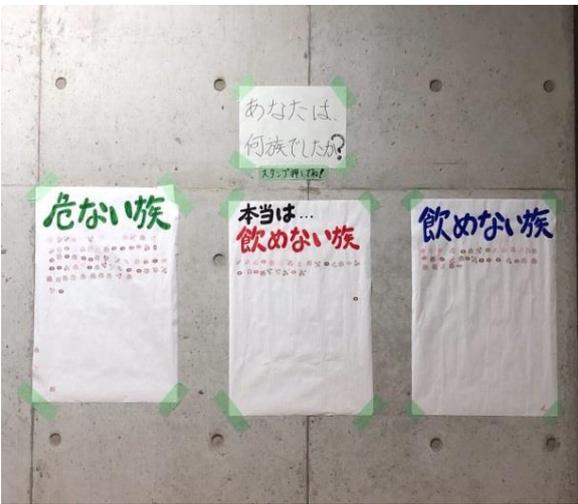
大学祭では学生が独自に工夫を凝らしてポスター、フォトプロップス、クイズ、急性アルコール中毒の説明パネル等を作成。当日は教室（ブース）をテーブルで仕切って順路を作り、来場者が順路に沿って展示物の見学やクイズ、アルコールパッチテストが行えるよう配置した。

このことにより、アンケート結果では、ブースの評価は98%が「良い」「やや良い」との回答があり、学生たちからは、自らが工夫を凝らしたブースの評価が高かったことで「自信に繋がった」との発言があった。また、「薬物・アルコールについて学び、学んだことをいかに発信し来場者に理解してもらうかの難しさを感じると同時に達成感も感じた」という発言もあった。さらに、「来場者に満足してもらえるためにはどう工夫したらよかったか」という発言もあり、例えば「子どもにも理解してもらえるような工夫が必要だった」、「リーフレットを手取る人が少なかった」、「掲示物を見ずにクイズだけをする人が多かった」等の反省点も多く聞かれた。

なお、保健所としても、学生の掲示物の斬新なアイデアを、これからの保健所展示の参考にしていきたいと考えている。

<掲示物>





<ブース（教室）の様子>



こうしたことから、指導教員からは来年度も保健所との取り組みを続けていきたいと聞いており、平成31年度は今年度の反省点を踏まえ、もっと早い段階から取り組みを行う方向で検討していくこととなった。

②薬物乱用防止指導員向けの研修

当所薬事課では、若年層の薬物乱用を防止するためには、若年層に対して危険な薬物から逃れるための知識をわかりやすく提供することはもちろんのこと、規制薬物に手を染めるきっかけとなるたばこやアルコール等の乱用への対策が重要であることから、薬物乱用に係る指導者研修の中で、平成27年度にはたばこ、平成28年度には少年非行をテーマに加えて研修を実施してきた。

精神保健福祉チームとしては、かねてより薬事課との連携の必要性を感じており、平成29年度、30年度の指導者研修では薬事課に協力する形で、薬物乱用に係る研修に加え、アルコールと薬物依存症の理解と対応についての研修を行った。

平成29年度の研修は60名が参加し、「アルコール乱用及び依存の現状について」をテーマに研修を実施し、その治療の困難さ等について理解を深める機会を提供した。アンケートの自由記載では、「アルコールの危険性についてよく理解できた。」「10代でのアルコール摂取リスクについて確認できてよかった。」「アルコール、薬物ともに子どもの頃からの乱用防止教育が重要であると再認識した。」「身近にあるアルコールについて青少年に注意を伝えたいと思った。」等の感想が多数寄せられた。

また平成30年度の研修では43名が参加し、「薬物依存症の理解と対応について」をテーマに研修を実施した。アンケートの自由記載では、「今後の業務に活かすことのできる大変有意義な研修会だった。」「依存症について知れてよかった。」「親、大人への啓発の大切さを感じた。」等の感想が寄せられた。

<平成29年度プログラム>

○薬物・アルコール乱用防止教育指導者研修会

- ◇講義①「アルコール乱用及び依存の現状について」(60分)
- ◇講義②「青少年を対象とした模擬薬物乱用防止教室とその解説」(60分)
- ◇アンケート

<平成30年度プログラム>

○薬物乱用・依存症対策等研修会

- ◇講義①「依存症について」(30分)
- ◇講義②「薬物乱用防止活動の現状と今後の展開・保護者への啓発に向けて
～守口市における指導員(保護司・更女他)の活動～」(90分)
- ◇アンケート

(3) 保健所ロビー展示

当所では、府民向け広報啓発の場として 1 階ロビーを活用し、毎年月毎のテーマを決め、担当部署が展示を行っている。

例年 1 月は精神保健福祉チームが担当となり、アルコール関連問題についての展示を行っている。

平成 30 年度は、特に適量飲酒の周知ということについて、来所者の注意を引くよう工夫を凝らして展示を行った。

～平成 30 年度の展示の様子～



3 今後の展望

管内 4 市中 3 市が市内に大学を擁しており、平成 30 年度はうち 2 市が自殺予防対策計画に若年層への自殺対策として大学での講義を盛り込み、メンタルヘルス研修を実施している。これは保健所における啓発活動と被る部分があったため、市担当者と話し合いを行い、今後は、自殺対策は市、依存症対策は府保健所と役割分担する方向で合意した。

大学 1 年生は、そのほとんどが 18、19 歳の未成年であり、成年である先輩等の飲酒場面への同席機会も多いと考えられることから、アルコール健康障がい対策教育を実施するのに適した対象であると考えている。また管内の大学では、他大学での急性アルコール中毒事案や死亡事案を重く受け止め、キャンパス内飲酒禁止や未成年飲酒禁止に注力している。

すでに、大阪府立大学からは、平成 31 年度 4 月新入生オリエンテーション（看護学類・リハビリテーション学類の学生・院生計約 240 名対象）において、アルコール健康障がいをメインとした啓発の実施を依頼されている。また、講義においては、府

保健所が1年生を対象にストレスコーピング・援助希求と依存症対策を、市が3年生を対象にゲートキーパー養成講座（自殺対策）を講義する方向で調整している。今後は、より教材を若年層に合う内容に改良し、受講後アンケートで、飲酒にまつわる疑問や悩みについての問いを設けるなど、ニーズに応える教育が行えるよう尽力していきたい。

また、薬事課とは今後も連携しながら、啓発活動を行う必要があると感じている。

さらに、大阪教育大学の教育コラボレーション演習については、準備期間を長く設けて、学生との打ち合わせを早期に実施し、学生が薬物・アルコール等の啓発活動に自主的に取り組んでいけるよう、支援していきたい。

以上、藤井寺保健所が平成28年度より実施してきた依存症関連問題の若年層への啓発活動を中心に概説した。その取り組み内容は、大学はもとより市も巻き込みながら適切な役割分担を行い、地域としての取り組みに繋がるような事例も出てきている。

アルコールを始め依存症に関する問題は、個人の問題だけではなく、社会全体の問題でもある。今後とも、そうした観点も踏まえながら依存症関連問題の啓発活動の充実に取り組んでいきたいと考えている。

4 資料

資料1



最初は、がんばり続けるために
使用していても...

- ⇒だんだん効きが悪くなる
- ⇒使用量が増える
- ⇒それ無しではいられなくなる
- ⇒使っても効かないが、切れるとつらい
- ⇒からだや生活に支障が出る
- ⇒困っているのにやめられない
(依存症は回復可能だが、しんどい)

アルコールに対する 体質チェック！



アルコールに対する体質

体質でお酒を飲めない人がいる

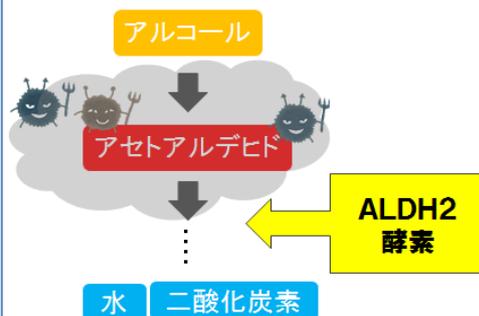
- アルコールを分解する能力には大きな**個人差**がある
- アルコールに対する体質は**生涯変わらない**
- アルコール分解能力が高い人でも飲み過ぎれば健康を損なう



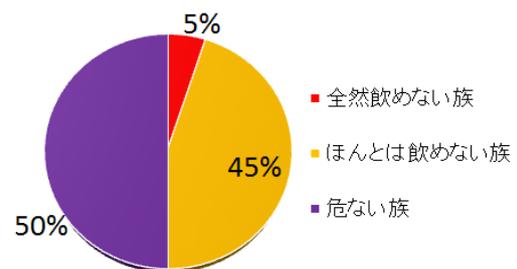
アセトアルデヒドと分解酵素

- アルコールは、分解される過程で**アセトアルデヒド**という猛毒物質になる
- アセトアルデヒド分解酵素のタイプで、アルコールに対する体質が**3つ**に分かれる

アルコールの体内での分解



ALDH2のタイプ



アルコールパッチテストの実施方法

- ① 絆創膏に、消毒用アルコールを2～3滴染みこませます。
- ② 上腕の内側に貼ります。
- ③ 7分後にはがし、絆創膏が当たっていた部分の肌の色を確認します。
- ④ はがしてから、さらに10分後にもう一度肌の色を確認します。



アルコールパッチテストの判定

- 7分後にはがしてすぐ(20秒以内)貼ったところが赤くなったら、**ぜんぜん飲めない族**
- はがしてからさらに10分後に赤くなっていたら、**ホントは飲めない族**
- はがしてから10分たっても反応が出なかったら、**飲みすぎ注意の危ない族**

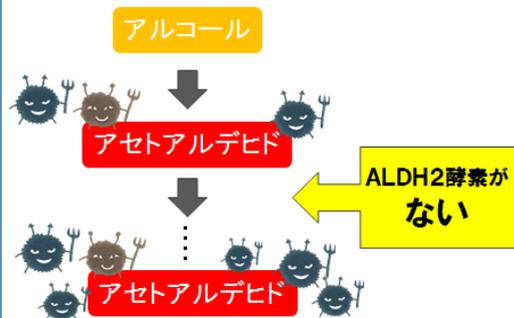
アルコールパッチテストの判定

ぜんぜん飲めない族 →ALDH2不活性型

- お酒を分解することができない

このタイプの人**お酒が飲めません**。
勧められても断るようにしましょう。

ぜんぜん飲めない族が飲酒すると



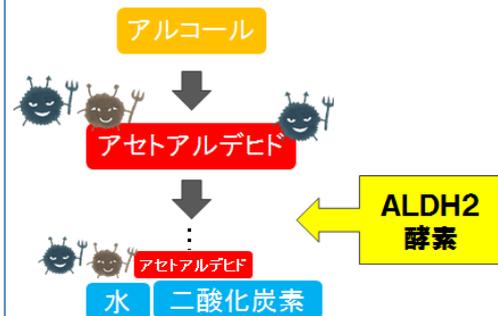
アルコールパッチテストの判定

ホントは飲めない族 →ALDH2低活性型

- お酒を分解する力が弱い
- 飲酒すると頭痛や吐き気を引き起こす

お酒を勧められても上手に断って、
少量飲酒を心がけましょう。

ホントは飲めない族が飲酒すると



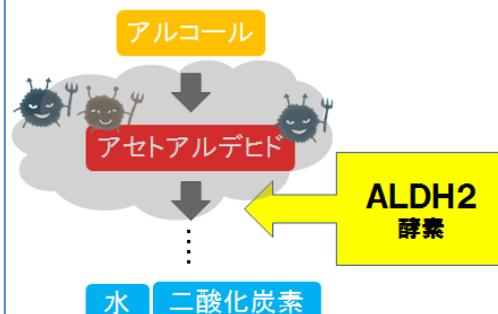
アルコールパッチテストの判定

飲みすぎ注意の危ない族 →ALDH2活性型

- お酒を分解する力が強い
- 大量飲酒が原因の病気になりやすい
- 度を過ぎると、アルコール依存症になる危険性がある

自分のタイプを理解し、
大人になったら適正飲酒に努めましょう。

危ない族が飲酒すると



急性アルコール中毒

急性アルコール中毒の背景には

飲酒の強要（アルハラ）があることが多い



アルコールハラスメント

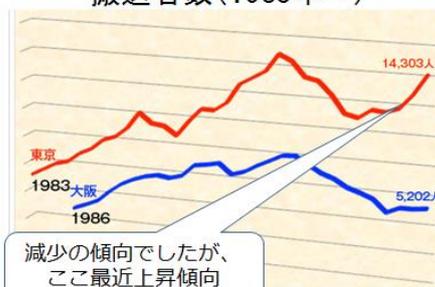
【アルハラ】
アルコール・ハラスメントの略

主なアルハラ

- ① 飲酒の強要
- ② イッキ飲ませ
- ③ 意図的な酔いつぶし
- ④ 飲めない人への配慮を欠くこと
- ⑤ 酔ったうえでの迷惑行為

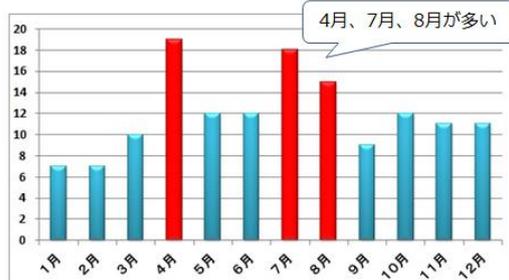
出典：イッキ飲み防止連絡協議会

急性アルコール中毒による 搬送者数(1983年～)



出典：イッキ飲み防止連絡協議会

急性アルコール中毒で搬送された者の数



出典：大阪市鶴見消防署（平成23～25年）

お酒の誘いをはっきり断ろう！

- ① 姿勢を正して
- ② 迷わずに
- ③ 相手の目を見て
- ④ はっきりした口調で
- ⑤ 「私はできない」「私はしたくない」



もし、急性アルコール中毒に なってしまった人がいたら

- ・ 自分で水が飲めるなら、飲ませる
- ・ 普段どおりの呼吸をしているなら、窒息を防ぐため「回復体位」を取らせる
- ・ 毛布などをかけて体を冷やさないようにする
- ・ **一人にせず、そばで様子を見守る**
- ・ 強く叩いても反応がない、呼吸がおかしい、呼吸をしていない場合は**すぐに119番**



回復体位

出典：大阪市鶴見消防署

アルコールとのつきあい方

アルコールの1単位＝純alc20g

日本酒1合と同程度のお酒の量

	清酒	ビール	チューハイ	25%の焼酎	ワイン	ウイスキー
1合	180 ml	500 ml	350 ml	100 ml	200 ml	60 ml
濃度	15%	5%	7%	25%	12%	43%

※女性はこの半分の量

23

飲酒チェックツール

- お酒の飲み方について振り返りができる
SNAPPY-CAT https://www.udb.jp/snappy_test/



- 飲酒量と分解される時間を計算できる
SNAPPY-PANDA (↑のページにリンクあり)
https://www.udb.jp/snappy_test/drink-check/

女性とお酒

女性とお酒

- 女性には特有の飲酒リスクがある
- 女性の安全な飲酒量は、男性の**半分程度**とされている
- 妊娠中の飲酒により、生まれてくる赤ちゃんが、胎児性アルコール症候群 (FAS) になる可能性がある

