

アルコール健康障害対策基本法とは？

平成二六年度アルコール関連問題啓発週間ポスター

アルコール関連の問題について知ってる？
本当にぜんぶ知ってる？



そう、多量飲酒などの「不適切な飲酒」で起こるのは、急性アルコール中毒やアルコール依存症だけじゃないんです。生活習慣病や臓器障害、がんなど、さらには、睡眠障害、うつ・自殺、また、飲酒の強要や、イッキ飲ませなどのアルコール・ハラスメントも、深刻な事故を引き起こします。そして、未成年の飲酒は心身に害を与え、妊婦の飲酒は胎児に悪影響を与えます。楽しい側面もある飲酒ですが、様々な問題を引き起こしてしまっていることを知ってください！

アルコール^関連^問題^啓発^週間 11月10日(月)～16日(日)

フォーラム開催【大阪】エル・シアター 11月10日(月)14:00～【東京】ヤクルトホール 11月12日(水)16:00～
【フォーラム申し込みフォーム】大阪 <https://www.unique.co.jp/alcoholforum/osaka> 東京 <https://www.unique.co.jp/alcoholforum/tokyo>
【問い合わせ】アルコール健康問題啓発フォーラム事務局 E-MAIL: alcoholforum@p-unique.co.jp TEL: 03-6264-1694 FAX: 03-3545-3610

内閣府・法務省・国税庁・文部科学省・厚生労働省・警察庁・国土交通省 <http://www8.cao.go.jp/alcohol/>

内閣府「アルコール健康障害対策」のサイト
<http://www8.cao.go.jp/alcohol/>

アルコール健康障害対策基本法は、平成25年12月13日に公布され、平成26年6月1日に施行されました。

酒類は国民の生活に豊かさや潤いを与え、その伝統と文化は国民の生活に深く浸透しています。その一方で、「不適切な飲酒」はアルコール健康障害の原因となります。そしてアルコール健康障害は、本人の健康の問題であるのみならず、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おそれがあります。

この法律は、アルコール健康障害対策に関して、基本理念を定め、国・地方公共団体等の責務を明らかにしています。また、アルコール健康障害対策について、基本となる事項を定めることなどにより、総合的かつ計画的な対策を推進し、国民の健康を保護し、安心して暮らすことのできる社会の実現に寄与することを目的としています。

今後、政府としては、有識者や当事者などで組織される「アルコール健康障害対策関係者会議」の意見を聴きながら、「アルコール健康障害対策推進基本計画」の策定を行い、アルコール健康障害対策を総合的かつ計画的に推進していくことにしています。

身近にあるお酒について、その喜びや楽しみを享受するためにも、不適切な飲酒とは何か、それがもたらす健康への影響や、さらにはそこから引き起こされるアルコールに関連する社会問題について理解を深めていただき、アルコール健康障害を予防し、悲しい事件・事故をなくしていきましょう。

アルコール関連問題には、行政、酒類製造・販売事業者、教育関係者、保健・医療関係者、警察関係者、道路事業関係者、その他さまざまな関係者が連携して取り組んでいくことが欠かせません。皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

内閣府・法務省・国税庁・文部科学省・厚生労働省・警察庁・国土交通省

8 前夜の飲み方で、翌朝、酒気帯びのおそれが

性差・個人差がありますが、アルコールの分解にはビール中瓶3本で半日近くかかり、さらに睡眠中は遅れます。翌日に残らないように、飲む量を考えましょう。

9 飲酒運転の背景に多量飲酒や依存症も

常習的な飲酒運転の背景には、多量飲酒やアルコール依存症など、飲酒習慣の問題がある場合も。とくにアルコール依存症は、飲酒のコントロールを喪失する病気。飲酒運転を止めるには依存症の治療が必要です。

10 ホームにおける人身事故の6割が酔客

酔っぱらいに多いのは、足元がふらついての転倒や転落。ホームでの人身事故は金曜、深夜に増えています。事故だけでなく、暴力・けんか・迷惑行為におよぶ例も。しかもその多くが、酔って覚えていないのです。酔って路上に寝込んだの凍死や事故死、飲酒後の水泳・入浴による溺死も起きています。

11 深刻なDVの多くは飲酒時に起きる

刑事処分を受けるほどのDVでは、犯行時の飲酒は7割近くに達していたという報告があります。激しい暴力において飲酒との関連が強く見られるようです。暴言暴力は、家族の心身に多大なダメージを与えます。背景にアルコール依存症があるケースも多くみられます。

12 未成年はアルコールの分解能力が未発達

成人より分解に時間がかかるので、発達中の脳や臓器が害を受けやすいのです。20歳未満の飲酒が禁じられている理由の一つ。また、十代から飲酒していると、将来、アルコール依存症になるリスクも高まります。

13 妊婦が飲むとアルコールは胎盤から胎児へ

妊娠中の飲酒は、胎児の発達の阻害、奇形など悪影響を与えるおそれがあります。安全のため、妊娠・授乳期のアルコールはゼロにしましょう。

ご自身や周囲の飲酒問題でお困りの方は、お近くの精神保健福祉センターや保健所にご相談ください。

アルコール関連の問題について知ってる？



監修 丸山勝也(久里浜医療センター名誉院長)
リーフレット編集 特定非営利活動法人ASK
ホスターデザイン サン・アド
イラスト 後藤美月

1 イッキ飲みは死を招く

大量のアルコールを短時間に飲むと、泥酔→昏睡と、脳のマヒが急速に進み急性アルコール中毒になります。その結果、吐物吸引による窒息が多数みられます。若者の急性アルコール中毒死の背景には、場の盛り上がりや上下関係による心理的な飲酒の強要「アルハラ」がある場合が多く、注意が必要です。

2 習慣飲酒は生活習慣病の原因に

長年の習慣飲酒は、高血圧・高脂血症・肥満・糖尿病・痛風などの生活習慣病を招きます。また臓器障害も肝臓だけでなく、脳・歯・食道・胃・十二指腸・小腸・大腸・すい臓・心臓・血管・骨と全身におよびます。リスクが高まるのは、男性は1日平均40g(ビールだと中瓶2本)以上、女性は20g(中瓶1本)以上。

3 多量飲酒はがんのリスクを高める

飲酒が原因となるのは、口腔・咽頭・喉頭・食道・肝臓・大腸の各がんと女性の乳がん。多量飲酒者は、これらのがんになる確率が飲酒しない人の6.1倍。アルコール分解過程でできるアセトアルデヒドにも発がん性があるため、顔が赤くなるタイプはより危険です。

4 寝酒は睡眠の質を落とす

寝酒は深い睡眠を減らし、中途覚醒を増やすなど睡眠障害の原因になる上、依存症になりやすい飲み方です。

5 アルコール・うつ・自殺は「死のトライアングル」

自殺の2割以上、中年男性のうつ病の3割以上に飲酒問題が存在。アルコールによるストレス解消は危険です。とくに、うつ状態での飲酒は厳禁。

6 アルコールには依存性がある

アルコール依存症は意志や性格とかわりなく、習慣的に多量飲酒していると、誰でもなる可能性があります。飲みすぎによる病気や問題が繰り返されていたら、背景にこの病気がある可能性が大。専門医の受診が必要です。近年、女性と高齢者の依存症が増加傾向です。

7 女性は害を受けやすい

女性は男性より少量・短期間の飲酒で依存症や肝障害になりやすいので要注意。乳がんのリスクも高くなります。だから女性の適量は男性の半分なのです。