

【事例 H29-36】 山口県

アルコール依存症予防事業（減酒指導）

【概要】職域におけるアルコール健康障害対策として実施。飲酒が心身に及ぼす影響や適切な飲酒量等について学び、健康状態や飲酒習慣を見つめ直すとともに、今後のお酒との付き合い方について考え、実践につなげることを目的としている。県内で常駐の産業医又は保健師等を持つ企業において、主として健康診断の結果等からアルコールによる健康障害が考えられる従業員に対して実施。内容は、肥前精神医療センターで開発された本人の主体性を重視したプログラム（「HAPPY プログラム」）。

【大綱の分類】

- 5. 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくりを推進する
- 6. 適切な精神保健医療福祉サービスを受けられるようにする
- 12. 勤務問題による自殺対策を更に推進する

【政策パッケージ分類】

- 重点2-1) 職場におけるメンタルヘルス対策の推進
- 重点7-2) アルコール依存症・ギャンブル依存症等に対する支援の充実

【事業実施年度】2018 年度

【事業予算】108,800 円(2018 年度)

【利 点】

- ▼ 自殺のハイリスクであるアルコール依存症の予防につながる。
- ▼ プログラムの性質上、アルコール依存症に至っていない飲酒者を主な対象とする為、対象者の幅を広げることができる。
- ▼ 企業の健康管理部門を巻き込むことで、アルコール健康教育を参加者以外の職場にも波及させることが期待できる。

【実施に至るまで】

実施の背景

- ① アルコールは様々な健康障害との関連が指摘されており、我が国で実施されている大規模疫学調査においても、アルコールの多飲が様々ながん等の疾患や自殺等のリスクを高めると指摘されている。（※国アルコール健康障害対策推進基本計画より）
- ② 2017年3月に県のアルコール健康障害対策推進計画（以下「県計画」※参考資料（ア）参照）が策定され、地域、職域におけるアルコール健康障害への早期介入の取組として、健康診断や保健指導等の場を活用して、飲酒にともなうリスクについての正しい知識の普及や減酒指導につなげることとされた。
- ③ 県計画において、生活習慣病のリスクを高める飲酒者の割合を減少させることを目標として掲げており、具体的には「男性 14.7%→13.0% 女性：4.4%→減少させる」となっている。

実施上の工夫

- ① 減酒指導実施後の参加者への継続的なフォローを考慮し、実施企業を産業医又は保健師等を持つ企業とした。
- ② HAPPY プログラムを利用することで、アルコール医療の専門家でなくとも実施できる内容とした。

具体的な内容

▼ 事前準備

- ・ 県計画の主管課である本庁（健康増進課）が、実施企業を調整。
- ・ 減酒指導を実施する精神保健福祉センター職員が、肥前精神医療センター主催で行われる「ブリーフ・インターベンション&HAPPY プログラム研修会」に参加。
- ・ 実施企業が決まり次第、企業の担当者と実施職員等で打合せ。
- ・ 参加者は企業が選定。

▼ 実施内容

- ・ 「減酒セミナー」というタイトルで実施。全3回で各1時間程度。
- ・ 教材は、肥前精神医療センターで作成されたテキスト等を利用。
- ・ 1回目は、アルコールの基礎教育、アルコール問題のスクリーニング
スクリーニングはAUDIT（※参考資料（イ）参照）を利用。
2回目以降は、以下のいずれか1つに当てはまる者、及び希望者が参加。
* AUDIT10点以上
* 1週間の飲酒量が21ドリンク以上（女性は14ドリンク以上）
- ・ 2回目は、減酒目標の設定、飲酒日記のつけ方等。
- ・ 3回目は、減酒の取組状況の振り返り、減酒目標の再設定等。

▼ 実施状況

- ・ 2018年度の実施企業は1社。
- ・ 延べ参加人数は17名（1回目9名[男性7、女性2]、2回目3名[男性]、3回目5名[男性]）
- ・ 1回目のスクリーニングのAUDITは、10点台が2名。他は9点以下。



【成果】

- ▼ 1回目の参加者の半年後のAUDITの平均点が減少（6.5→5.25）
- ▼ 参加者で所属部門のリーダーの方が、自身の所属内で受講した内容を部下や同僚等に伝達する等、アルコール健康教育を参加者以外にも波及させることができた。

【補足】

- ▼ HAPPY プログラムについて
ブリーフ・インターベンション（生活習慣の行動変容を目指す短時間の行動カウンセリング）による介入に教育的要素を加え、半構造化・マニュアル化した介入パッケージ。断酒ではなく飲酒量の減量を目標にしている。

【課題】

- ▼ 基本的には任意参加である為、継続的に参加してもらえよう、参加者のモチベーションを高める工夫が必要。

- ▼ 現状としてマンパワー等の問題で実施する企業が限られる。今後はこうした取組を実施企業以外にも広げる等、職域におけるアルコール健康障害の予防対策を充実させていくことが課題。

【事業種別】	人材養成事業
【準備期間】	60日
【人数】	10名程度
【人口規模】	1,355,495人(2019年10月1日現在)
【財政規模】	685,400,000,000円(2019年度当初予算)
【自治体負担率】	50%
【事業対象】	職域
【支援対象】	主として企業の従業員
【委託の有無】	無
【実施主体・問合せ先】	山口県精神保健福祉センター TEL: 083(902)2672 Mail: seisin@pref.yamaguchi.lg.jp

【参考資料・文献】

- (ア) [山口県アルコール健康障害対策推進計画について](#) (山口県庁 Web ページ)
 (イ) [AUDITについて](#) (久里浜医療センター Web ページ)