令和　６年　３月　１１日

報 道 機 関　各位

労働者の飲酒
ワーク・ライフ・バランスが悪い、仕事のパフォーマンスが低い
親しい友人が少ない人に問題飲酒が多い

■ ポイント

・労働者の問題飲酒※1の割合は、男性 24.3%、女性 10.3%でした。

・労働者の問題飲酒は、男女共にワーク・ライフ・バランスが悪い人に多いことが分かりました。男性では仕事のパフォーマンスが低いと自己評価している人に、また、女性では親しい友人が少ない人に問題飲酒が多いことが分かりました。これらの要素を改善することが問題飲酒の予防につながる可能性があります。

■ 概要

コロナ禍におけるストレスや在宅勤務の増加により、コロナ禍前と比べて飲酒量が増加していることが問題となっています。問題飲酒は、全死因における死亡リスク、特にがんや脳血管性死亡リスクを増加させることが明らかとなっていますが、労働者においては、労働生産性の低下を招く要因ともなり得ることから、その対策が世界的に重要視されています。そのため、労働者における問題飲酒を防ぐための方策について示唆を得るために、労働者の問題飲酒の関連要因を仕事の側面だけでなく、家庭生活や社会活動の観点から包括的に明らかにすることを目的として研究を行いました。その結果、問題飲酒の関連要因として、ワーク・ライフ・バランスの重要性が明らかとなりました。また、男女で異なる要因も抽出されました。本研究で明らかとなった要因を考慮することで、職場において労働者を問題飲酒から守ると共に、労働環境の悪循環の改善を図るための取り組みが適切に行われようになることが期待されます。

本研究成果は、国際誌「Alcohol」に 2024 年 2 月 8 日（木）に掲載されました。

■ 研究の背景

WHO は、問題飲酒が世界中の人々の健康に対する主要な危険因子の１つであり、持続可能な開発目標 （SDGs） の多くの健康関連の目標に直接影響を及ぼすことを報告しています。その中でも、労働者の問題飲酒の割合が学生や主婦などと比較して高いことや、労働者の問題飲酒がプレゼンティーズム※2やアブセンティーズム※3を引き起こし、労働生産性の低下につながる可能性があることが報告されています。そのため、労働者の問題飲酒を予防することは世界的に重要な課題であると言えます。これまで仕事の特性や家庭生活、社会活動の有無がそれぞれ労働者の問題飲酒のリスク要因であることは、明らかとなっていますが、仕事のストレスや仕事のパフォーマンス、仕事と家庭のバランス、家庭以外での他者との関わ

【本発表資料の配信元】富山大学総務部総務課広報・基金室 (TEL)076-445-6028 (FAX)076-445-6063

りを含めて、男性と女性各々で問題飲酒のリスク要因を詳細かつ包括的に明らかにした研究はありませんでした。

■ 研究の内容・成果

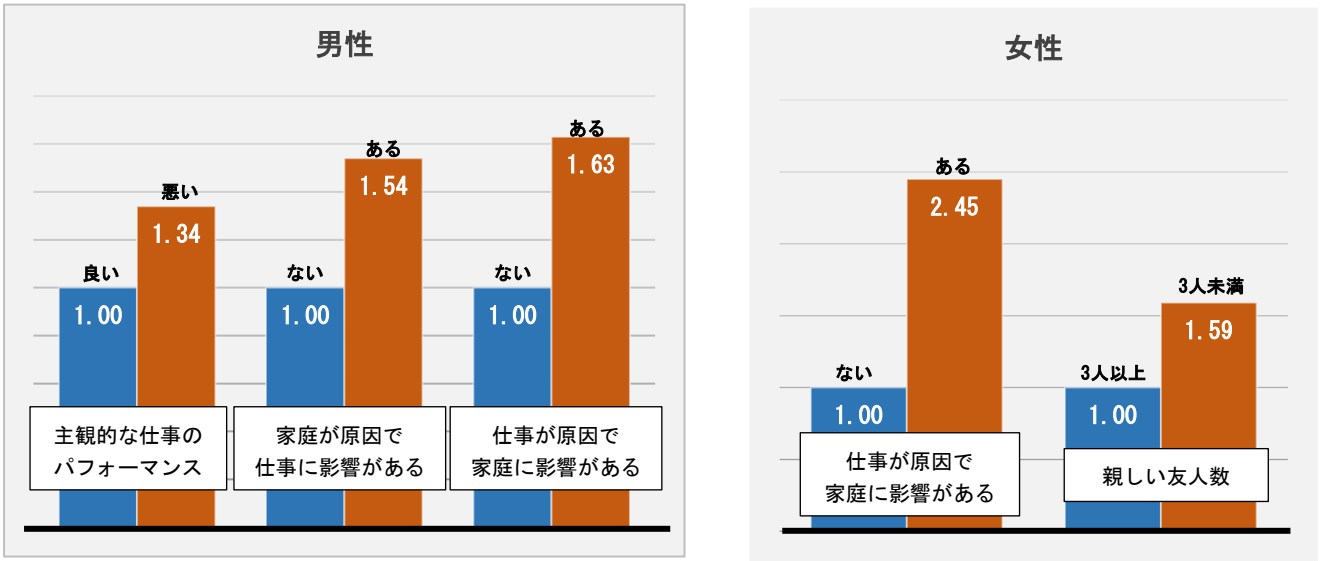
学術研究部医学系の茂野敬助教、立瀬剛志助教、関根道和教授らの研究グループは、2014年の日本公務員研究※4参加者 4552 名のうち、調査項目に回答のあった 3136 名分のデータを分析対象として研究を行いました。調査項目は、基本属性（性別や年齢など）、飲酒習慣（飲酒頻度や飲酒量、問題飲酒の有無）、仕事の特性（仕事のストレスや主観的な仕事のパフォーマンスなど）、ワーク・ライフ・バランス（婚姻状況や仕事と家庭のバランス）、社会活動（知人と関わる頻度や親しい友人の数など）の計 17 項目としました。

分析の結果、問題飲酒の割合は、男性で 24.3%、女性で 10.3%でした。男性においては、家庭が原因で仕事に影響がある人は、ない人に比べて 1.54 倍、仕事が原因で家庭に影響がある人は、ない人に比べて 1.63 倍、主観的な仕事のパフォーマンスが悪い人は、良い人に比べて 1.34 倍、問題飲酒が多いことが明らかとなりました。女性においては、仕事が原因で家庭に影響がある人は、ない人に比べて 2.45 倍、親しい友人が少ない人（本研究においては３人未満）は、多い人（３人以上）に比べて 1.59 倍、問題飲酒が多いことが明らかとなりました。

表．労働者における問題飲酒の関連要因

男性	女性
・仕事が原因で家庭に影響がある ・家庭が原因で仕事に影響がある ・主観的な仕事のパフォーマンスが悪い	・仕事が原因で家庭に影響がある ・親しい友人が少ない

図．問題飲酒の関連要因



※片方を 1.00 とした時に、どの程度関連が強いのかを示す（関連オッズ比）

■ 今後の展開

本研究で分析に使用したデータは2014年のものであり、コロナ禍前のものとなっています。コロナ禍に伴うストレスや在宅勤務等により飲酒量が増加したという報告があることから、今後、コロナ禍前後での飲酒習慣の違いや、それをふまえて縦断的にデータの分析を継続することで、労働者の問題飲酒のリスク要因の特定を図ります。

【用語解説】

※１　問題飲酒

アルコール依存症およびアルコール乱用や有害な飲酒、アルコールに関連した問題や結果を抱えていること、またはそのような問題のリスクがあること。問題飲酒はCAGEスコアを用いて評価しました。具体的には、「今までに酒をやめるべきだと感じたことはあるか」、「あなたの飲酒が批判されて困ったことはあるか」、「自分の飲酒に関して罪悪感を感じたり悪いと感じたことはあるか」、「朝一番(目が覚めた後)、二日酔いや持続的な気分の悪さから飲酒をしたことがあるか」の４項目のうち、２項目以上該当する場合に問題飲酒と定義。厚生労働省の令和元年国民健康・栄養調査によると、「生活習慣病のリスクを高める量の飲酒をしている者」の割合は、40歳代の男女でそれぞれ21.0%、13.9%となっています。CAGEスコアによる問題飲酒とは評価方法が異なりますが、よく似た結果となっています。

※２　プレゼンティーズム

出勤しているが業務効率が落ちている状態。

※３　アブセンティーズム

仕事を休業/欠勤している状態。

※４　日本公務員研究（Japanese Civil Servants Study: JACS Study）

イギリスのロンドン大学（Whitehall Ⅱ Study）とフィンランドのヘルシンキ大学（Helsinki Health Survey）との国際共同研究であり、公務員を対象としたストレスと健康に関する悉皆調査。1998年より、５年ごとに4000人規模の調査を実施（今回は第４回目の調査を分析）。

【論文詳細】

論文名：

Examination of Factors Related to Problem Drinking Among the Working Population: The Japanese Civil Servants Study

著者：
Takashi Shigeno, Takashi Tatsuse, Michikazu Sekine, Masaaki Yamada

掲載誌：
Alcohol

DOI：
https://doi.org/10.1016/j.alcohol.2024.02.001

【本発表資料のお問い合わせ先】
富山大学学術研究部医学系　成人看護学２講座
助教　　茂野　敬
TEL：076－415－8856　Email：shigenot@med.u-toyama.ac.jp

富山大学学術研究部医学系　疫学・健康政策学講座
助教　　立瀬剛志
教授　　関根道和
TEL：076－434－7270　FAX：076－434－5022