

保護者・指導者用

子どもの飲酒を 防ぐのは、 あなたです

小中学生を飲酒の害から守るために

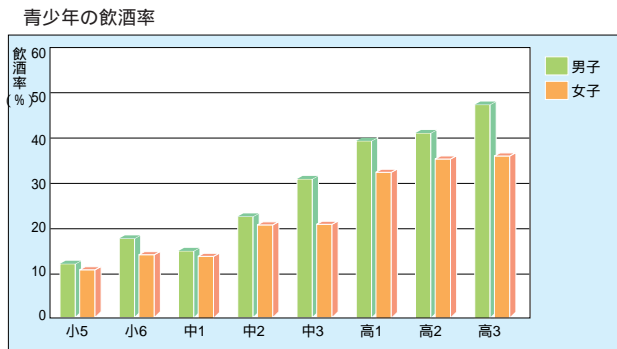


推薦 財団法人 日本学校保健会
日本学校薬剤師会

中学生の5人に1人が お酒を飲んでいます

未成年者の飲酒率は...

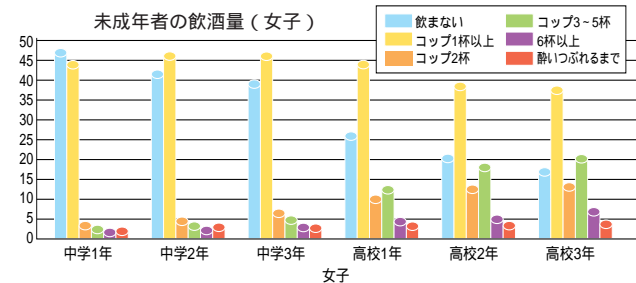
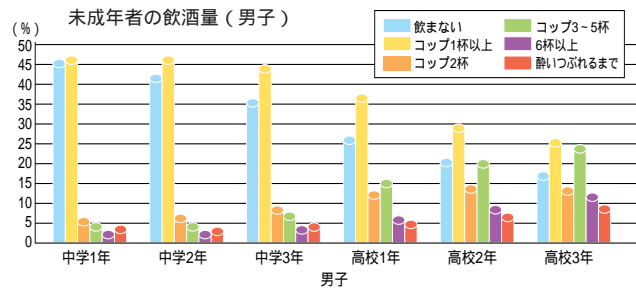
ここ1か月の間に飲酒をした者の割合は、中学1年生で男子15%、女子14%。高校3年生では男子48%、女子36%が飲酒をしていました。あなたの想像以上に多くの子どもがお酒を飲んでいるのです。



石川哲也他「ライフスキル形成を基礎とする総合的健康教育プログラムの開発」平成11年度～13年度科学研究費補助金研究成果報告書、2002

未成年者の飲酒量は...

飲酒量も、飲酒率と同様、学年が高くなるにつれて増加し、高校3年生男子では、「コップ6杯以上または酔いつぶれるまで」と回答したものが20%以上、女子でも約10%います。



厚生科学特別研究、2000年度未成年者の喫煙および飲酒行動に関する全国調査報告書

これが中学生の意識です

気分がよくなるのでいい。



子どもたちは、
お酒をどう思っているのか？

大人が飲んでいるから飲みたい。



テレビで見ると、おいしそう。



友だちも飲んでいるからいい。



少しだけならいい。



飲み過ぎなければ体にいい。



飲まない仲間はずれになる。



家で飲んでも、親は何も言わない。



特別な行事のときならいい。



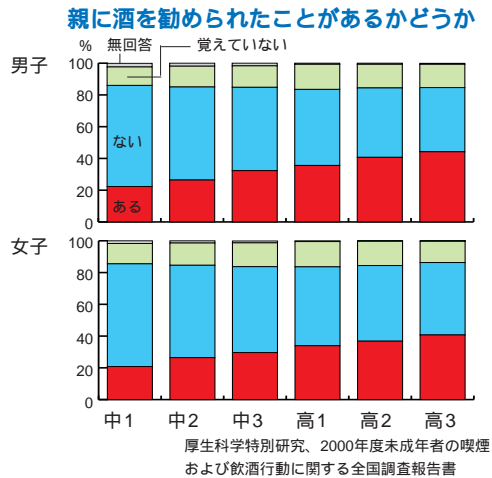
こういうことを知っていますか？
あなたのお子さんは
どうですか？

子どもの飲酒の きっかけは、親の勧め

未成年者がお酒を 飲むきっかけは...

子どもがお酒を飲むきっかけで最も多いのは、「家族（親）に勧められて」と言われています。男女とも、学年が進むほど、親にお酒を勧められた経験のある割合が高くなります。

喫煙には厳しい親も、飲酒となると寛容なようです。



未成年者が お酒を飲む機会は...

飲酒の機会は、男女とも、「冠婚葬祭のとき」と「家族との食事のとき」が多い。高校生になると、家庭外で飲酒する機会が増えます。



未成年者がお酒を 手に入れる手段は...

中学生で「家にある酒を飲む」が多いが、高校生では「コンビニ・スーパーで買う」「居酒屋・カラオケボックス」などの回答があります。



これが大人の意識です

未成年者の飲酒をどう思う？

もう大人に近いのでよい。



自分の意思で飲むならよい。



少しくらいならよい。



親に隠れて飲むよりは、いっしょに飲むほうがよい。



親が認めているからよい。



自分も飲んでいたのでやむをえない。



いけないと思うが、いうことを聞かない。



特別な行事のときならいい。



将来の訓練になるからよい。



子どもがお酒を飲むことを許していませんか？

未成年者の飲酒は、 なぜいけないのか？

結論は簡単です

未成年者の飲酒は、 成長を妨げるからこそ、 絶対にダメなのです

でも、どうしていけないか、きちんと説明できない人も多いのではないのでしょうか。子どもの飲酒を防ぐには、まずあなたが正しい知識を持つことが大切です。

未成年者の飲酒がいけないわけ

法律で禁止されている。

成長期の体の発達に悪い影響を及ぼす。

成長期の脳細胞をこわす。

急性アルコール中毒になりやすい。

行動をおさえられず、事故や犯罪につながる。

アルコール依存症になりやすい。

ほかに...

好ましくない交友関係を持ちやすい。

喫煙や薬物乱用につながるおそれがある。



未成年者の飲酒は法律違反

未成年者の飲酒は、未成年者飲酒禁止法という法律で禁止されています。

法律で決められていること

1 未成年者は、お酒を飲んで
はいけません。



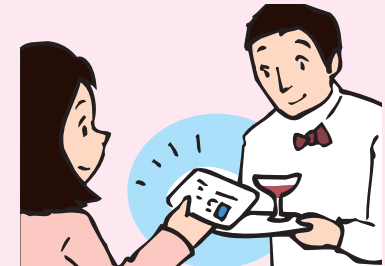
2 保護者は、未成年者の飲酒を
止めなければならない。



3 お酒の営業をするものは、未成
年者にお酒を売ったり出したり
してはならない。



4 お酒の営業をするものは、未成
年者が飲酒しないよう、年齢確
認などをしなければならない。



2と3に違反した場合は、罰金などが課せられます。

子どもがお酒を飲まないよう 見守るのは、保護者の義務なのです

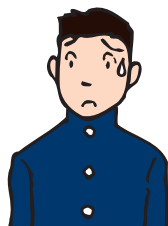
未成年者の飲酒は健全な成長を妨げる

未成年者の飲酒は、体にさまざまな悪影響を与えます。

二次性徴を阻害する

10歳くらいから体が急激に発達し、二次性徴も始まります。飲酒が、悪い影響を及ぼします。

男子では、インポテンツになるなど、性機能が発達しないおそれがあります。

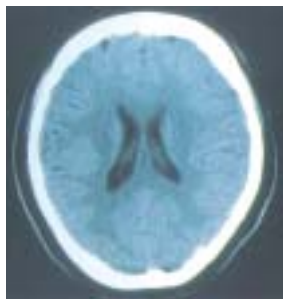


女子では、生理不順や無月経になることがあります。また、妊娠・出産した場合は、胎児や乳児への害が懸念されます。



脳細胞を破壊する

脳が成熟していく時期に飲酒すると、脳細胞を破壊することになります。



健常者の脳

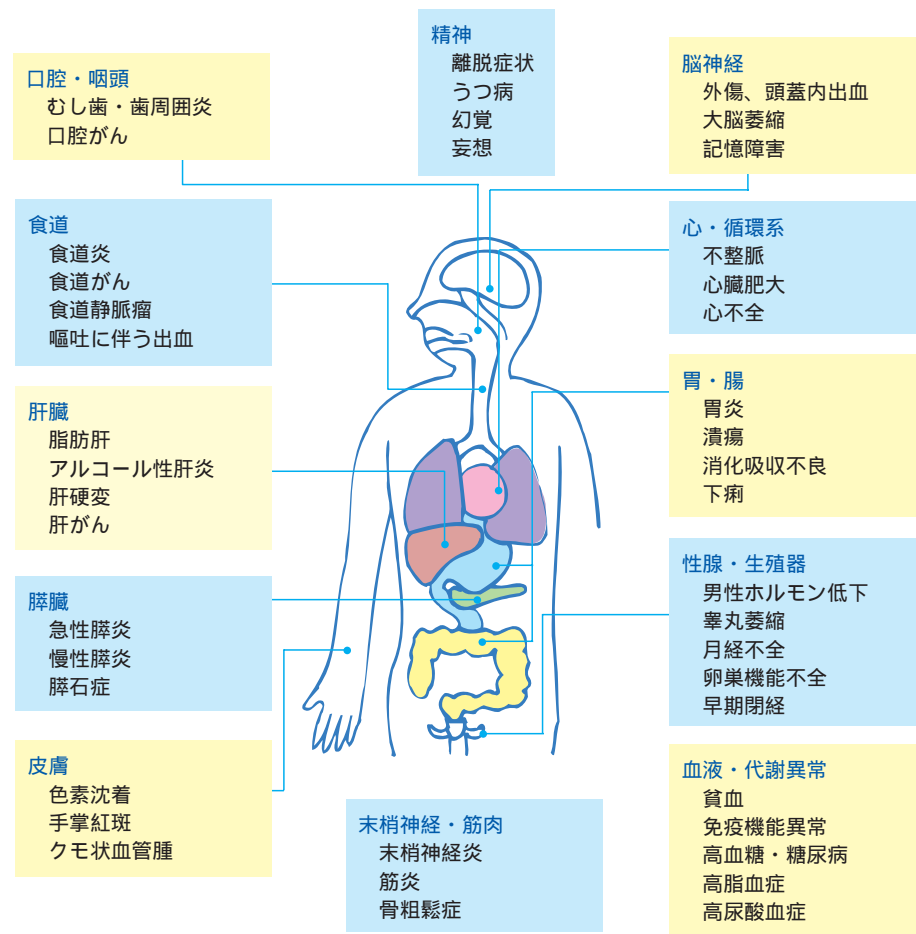


アルコール依存症者の脳

写真提供：久里浜アルコール症センター

さまざまな疾患の原因になる

アルコールは、60以上の病気を引き起こす原因になると言われています。未成年期だけでなく、成年期になって現れる障害もたくさんあります。



子どもの飲酒は健全な体の発育を妨げます

未成年者の飲酒はとても危険

未成年者の飲酒は、次のような4つのことのリスクを高めます。

急性アルコール中毒になりやすい

急激に大量の飲酒をすることで、急性アルコール中毒になり、最悪の場合、死ぬこともあります。

- ・アルコールの分解が遅い人
- ・アルコールに慣れていない人
- ・アルコールの暴飲傾向のある人

脳がアルコールに対して敏感に反応するので、酔いの程度が強くなります。さらに、飲酒を一定のところで切り上げることができず、暴飲・急性アルコール中毒につながります。

未成年者は、これらのリスクの高い群に入ります。



アルコール依存症になりやすい

アルコール依存症になるリスクは、飲酒開始年齢が早いほど高いという調査があります。

アメリカの調査では、飲酒開始年齢が早いほど、大人になってからアルコール依存症になりやすいことが示されています。14歳以下で飲酒を始めた人は、20歳以上になってから飲酒を始めた人比べて、アルコール依存症になる危険性が4倍以上に高まると報告されています。



危険な行動をとってしまう

未成年者は、成人に比べ飲酒により行動抑制ができにくくなるのが類推されています。

飲酒運転のために、多くの国で、この年代の死亡原因の第1位が交通事故となっています。未成年者が成人と同等の飲酒をした場合、成人に比べて事故を起こしやすいことが明らかになっています。

また、性犯罪率や、危険な性行動のリスクを上げることがわかっています。

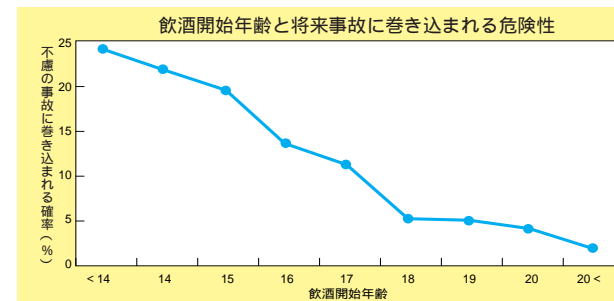


事故に巻き込まれる危険度が高い

飲酒がきっかけとなって、危険行動をとり、死亡につながる事故なども多くなります。

未成年者では、アルコールの消費量が多いほど、総死亡率、暴行による死亡率とも高いことがわかっています。それだけ、飲酒時の危険行動が多いと考えられます。

また、飲酒を始めた年齢が若いほど、不慮の事故に巻き込まれるリスクが高いことがわかっています。



Hingson, RW et al. Age of drinking onset and unintentional injury involvement after drinking. Journal of American Medical Association, 2000

飲酒によって、子どもの死を招くこともあります

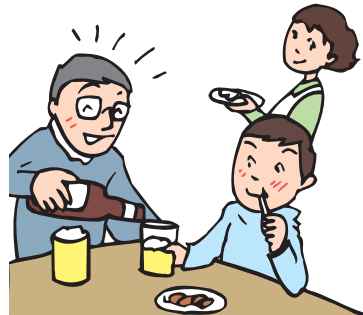
あなたが、未成年者に飲酒を勧めていませんか？

未成年者の飲酒を止めなければならない大人が、飲酒を勧めていることはよくあります。

晩酌に子どもをつき合わせる

サラリーマンのAさんの楽しみは、毎晩の晩酌。でも、妻はお酒を飲まないの、ずっとひとりで飲んでいました。

息子が中学生になったのを機会に、少量ですが、ビールを飲ませました。妻も黙認しているので、ほとんど毎晩、晩酌に息子をつき合わせています。



ケース
1

正月、親せきの子に飲酒を...

ある年のお正月。Bさん宅に、親せきの家族が訪ねてきました。

久しぶりに会った甥は、体格も立派になっていました。

「くん。おめでたい日だから、いっぱいどうだ」。Bさんが勧めると、甥は断りましたが、「少しくらいならいいじゃないか」と無理にコップにビールを注ぎました。



ケース
2

町内の祭りの後の宴会で...

町内会の祭りが終わったあと、大人も子どももまじえた宴会が始まりました。

酒が進み、良い気分になった大人たちが、子どもにもお酒を勧めます。

「祭りの日は、子どもも飲むんだ。この町内のしきたりだぞ！」

そんな雰囲気、何人かの子どもがお酒を口にしました。



ケース
3

低アルコールだからと...

独身OLのDさん。ある日、知人が未成年の娘さんをつれて遊びにきました。Dさんは、手作りの料理でもてなします。

「この料理、ワインがよく合うの。」

「ちゃんも、軽なお酒ならいいでしょ。お料理がおいしくなるわよ。どうせ泊まっていくんだし。」

娘さんは、とまどいながらも、お酒を飲みながら料理を食べています。



ケース
4

子どもにせがまれて...

中学生の息子の友人が、息子といっしょに勉強しに家に訪ねて来ました。勉強が終わると、息子が来て、「ねえ、いっぱい勉強したから、ちょっと気分転換したいんだ。1本だけビール飲ませて」と言います。

友人の手前、強くたしなめることもできず、缶ビールを渡してしまいました。



ケース
5

あなたは、未成年者にお酒を勧めたことはありませんか？

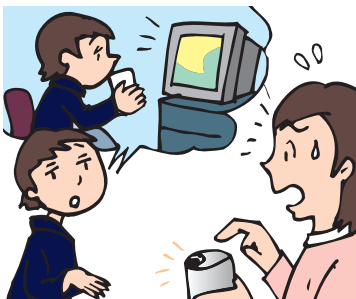
あなたの子どもは、 お酒を飲んでいませんか？

疎外感、孤独感から飲酒に走ってしまう子どもも見られます。
子どもにいつも目を向けましょう。

ケース 1 退屈だったので何となく

ひとりっ子のA男は、両親が共働きで帰りが遅く、学校から帰ってもひとりで過ごすことが多い毎日です。夕飯代を渡されて、弁当などで夕食を済ますこともしばしば。

ある日、母親が、A男の部屋でビールの空きかんを見つけます。問いただすと、「退屈だったから何となく飲んだ」と悪びれる様子もありません。



ケース 2 CMで見て、好奇心から

中学3年生のB子は、テレビでタレントがおいしそうに飲んでいるアルコール飲料に興味を持っていました。ある日、学校の帰り道、人目がないのを確かめ、自動販売機でそのお酒を買い、こっそり家で飲んでみました。甘くておいしかったため、それからだんだんアルコールを飲むようになり、量も増えていきました。



子どもの飲酒にどう対応するか

自分の子に限って...というのは、大きなまちがいです。どの子どもにも飲酒の可能性があることを意識しておきましょう。

毅然とした態度をとりましょう

まず、親が、未成年者の飲酒は絶対にいけないのだという毅然とした態度をとるようにしましょう。

少量だからと、飲酒を容認するのはいけません。また、特別な日ならいいなど、例外を設けてはいけません。



なぜいけないかを説明しましょう

子どもの飲酒に気づいたら、どう対処したらよいでしょう。反抗期でもあり、頭ごなしにしかりつけても素直に聞き入れない可能性があります。

どうしていけないのかをきちんと説明し、大切な体と心を守るために必要なことなのだというを理解させましょう。



日ごろからコミュニケーションを

子どもが親の言うことを素直に聞き入れるかどうかは、ふだんのコミュニケーションにもかかわります。

言いやすく、子どもが受け入れやすい関係をつくっておくことが必要です。

飲酒が過度なようでしたら、専門医に相談することも考慮しなければなりません。



子どもの飲酒を禁じるのは、
子ども自身のためです

子どもの飲酒を防ぐために、手をつなぎましょう

子どもの飲酒を防ぐには、保護者だけでなく、学校や地域の人々とも連携することが大切です。

学校での飲酒防止教育

文部科学省では、学校において、飲酒、喫煙、薬物乱用防止教育を行っています。

これを受けて、学校では、保健体育、特別活動や総合的な学習の時間の中で、飲酒防止教育が行われます。



写真提供：埼玉県川口市立十二月田中学校

地域との連携

家庭、関連機関など地域住民が、それぞれ社会の一員であるという意識を持って、連携していかなければなりません。

学校、PTA、教育委員会、地域住民などで構成するサポートチームを設置し、多面的な取り組みをしている例も見られます。

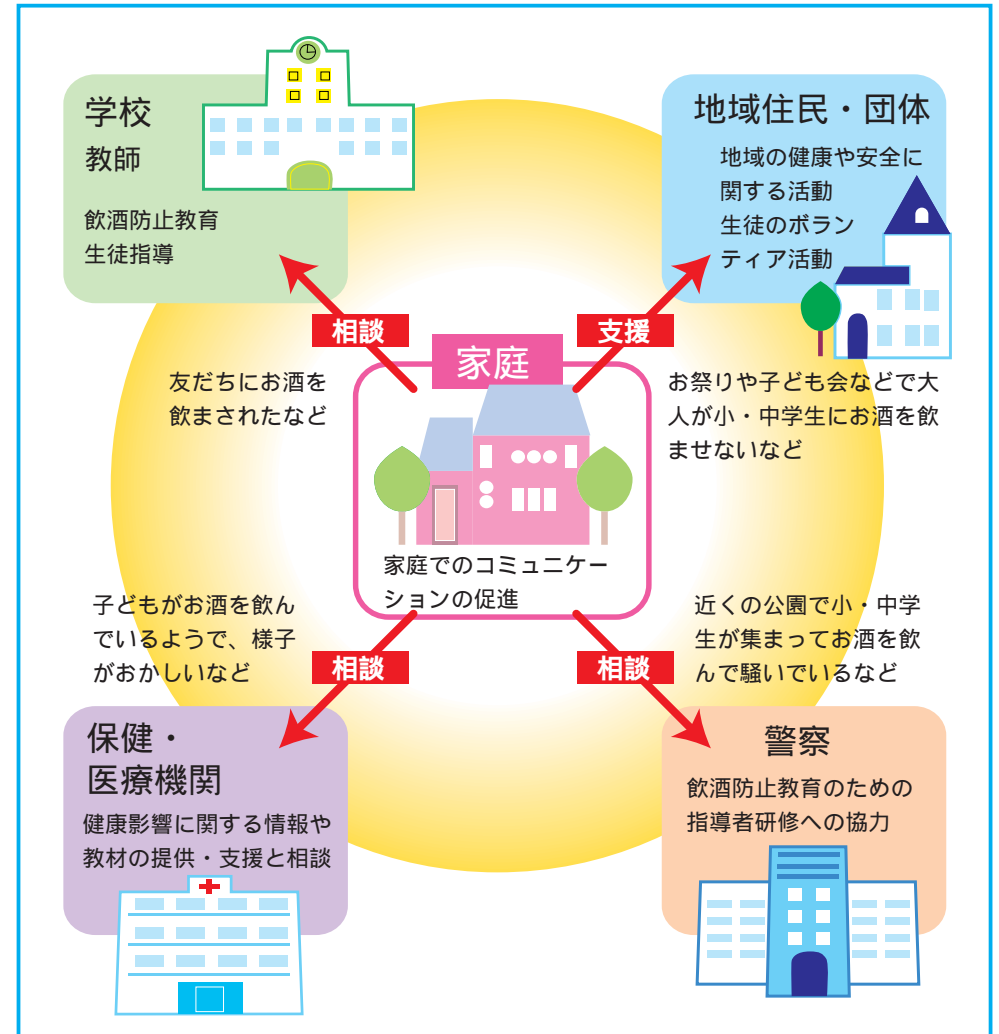


写真提供：久里浜アルコール症センター

子どもを飲酒の害から守るのは、社会全体の役目です

大人たちの協力で、未成年者の飲酒を防ぎましょう

それぞれの役割を果たしながら、手をたずさえることが大切です。



Q&A 子どもの質問にどう 答えるか？

Q 1 未成年者は、なぜお酒を飲んではいけないの？



A 心も体も成長期にある未成年者は、大人よりお酒の悪い影響を受けやすいんだ。だから、法律でも禁止されているんだ。

ポイント 未成年者は心身ともに成長期にあり、飲酒によって悪い影響を受けやすいため、法律でも禁止されています。法律では、判断力が十分でない未成年者は、成人と区別されているのです。

Q 2 一度くらい、少しくらいならいいんじゃないの？



A 一度でも、少しでもだめ。初めは少しでもだんだん量や回数が増えてしまうよ。

ポイント 未成年者の飲酒がいけないことは、量や回数の問題ではありません。特別なときだけ許すというの、線引きを曖昧にするだけです。

Q 3 人に迷惑をかけないなら飲んでもいいんじゃないの？



A そう思っている、自分の体をこわすこともあるし、事故などにもつながり、結局迷惑をかけることになるんだ。早期の飲酒は、問題飲酒につながりやすく、個人の自由に任せきりというわけにはいかないんだ。

ポイント たとえ人に迷惑をかけないとしても、法律を守ることは、社会の秩序を維持する観点から大切なことです。

Q 4 お酒を勧められたらどうすればいいの？



A 友だちや親せきなどでもきっぱり断りなさい。飲酒は非行につながりやすいので、見つけたら親に知らせなさい。

ポイント 子どもたちは、さまざまな機会に飲酒の誘いを受けます。どんなときでもきっぱり断れるよう、ふだんからシミュレーションしておくとういでしょう。

Q 5 父は毎晩お酒を飲み、たまにぼくに勧めるんだけど...



A たくさんのお酒を飲むことは体によくないことを教えてあげよう。勧められても断るんだよ。

ポイント 成人も度を越した飲酒は体によくありません。また、たとえ親に勧められても、きっぱり断れるように指導しましょう。

Q 6 毎日少しずつ飲むうちにやめられなくなってしまった！



A すぐにやめなければ大変なことになる。専門医に相談に行こう。

ポイント 未成年者の飲酒は、アルコール依存症になりやすいことがわかっています。直ちに専門医に相談して対処してください。

Q 7 お酒はたくさん飲む方がえらいの？



A お酒をたくさん飲むかどうかはその人の価値と全く関係ない。身長などと同じように個人差があり、えらいかどうかとは別問題だ。むしろ、たくさん飲むの方がアルコール依存症になる危険度が高いよ。

ポイント 「たくさん飲む = えらい」という考えは、まったく意味のないことです。

Q 8 お父さん（お母さん）がお酒を飲めないと、子どもも飲めないの？



A 日本人には、お酒を受けつけない体質の人がいる。アルコールの分解が進まずに、吐き気がしたり、顔が青ざめたりと、とても危険な状態にあるんだ。きみがそういう体質かどうかは、パッチテストを受けるとわかるよ。

ポイント アルコールを分解できない体質の人が飲酒するとたいへん危険です。パッチテストでそれを調べることができます。

子どもの飲酒を防ぐのは、あなたです

2005年11月発行

発行：株式会社 学習研究社 企画・協力：サントリー株式会社

編集委員

国立病院機構久里浜アルコール症センター

副院長

樋口 進

薬学博士

鬼頭英明

協力

社団法人 アルコール健康医学協会

全国養護教諭連絡協議会

表紙イラスト：中村陽子

本文イラスト：なかがわえりか

デザイン：興津ふじこ

制作協力：有限会社 大悠社



GAKKEN 2005 Printed in Japan

大人の適正飲酒のために 「酒は、なによりも、適量です。その正しいつき合い方を考えよう」
<http://www.suntory.co.jp/arp> をご覧ください。