

## 1 飲酒ガイドラインの作成方針等について

### ○ 飲酒ガイドラインのねらい

⇒ 国民一人ひとりがアルコールに関連する問題への関心と理解を深め、自ら予防に必要な注意を払うことができるよう、飲酒に伴うリスク等についてエビデンスを踏まえながら提示し、飲酒に関する行動変容を促す。

(上記を踏まえた飲酒ガイドライン等の考え方)

#### ・ 飲酒ガイドライン本体

⇒ 飲酒量(アルコール量)、飲酒形態、年齢・性別・体質等によるリスクや、飲酒に伴って避けるべき又は配慮すべきこと等の留意事項について、それぞれエビデンス等を踏まえながら分かりやすく記載されたものとする。

#### ・ 広報

⇒ 飲酒ガイドライン本体の内容を踏まえ、国民に向けて、より簡潔で分かりやすいメッセージとなるようにする。

## 2 周知する内容や工夫等について

○ 飲酒ガイドラインの内容を国民へより分かりやすく伝えるために、別途広報資材の作成が必要ではないか。作成の場合には、どのような工夫が必要か。

例えば、疾患等のリスクを避けるために必要である「生活習慣病のリスクを高める飲酒量」、「1回の飲酒での目安」、「飲酒を休む期間」などの重要な項目を中心にして、分かりやすさ・簡潔さを重視した記載をする(下図参照)。

(記載例)

飲酒量20gの目安  
(括弧内は比重0.8  
のアルコール濃度)

参考:生活習慣病のリスクを  
高める飲酒量は1日あたり  
男性40g以上、女性20g以上



ビール(5%)  
500 mL



日本酒(14%)  
180 mL



ワイン(14%)  
180 mL



ウイスキー(40%)  
63 mL

## 3 周知の方法等について

- どのような方法があるか。どのような点に留意すべきか。  
 (例) ・リーフレット(一枚程度にまとめたもの)・ポスターの配布
  - ・新聞や電車等での広告、Twitter等のSNSでの発信、YouTube等の動画配信
  - ・関連イベントの開催(アルコール関連問題啓発週間等)

※ なお、これらの周知は、今後検討される酒類の容器へのアルコール量表示等にも関連するものである。

### 参考：アルコール健康障害対策基本計画（第2期）

- 国民のそれぞれの状況に応じた適切な飲酒量・飲酒行動の判断に資するよう、飲酒量をはじめ、飲酒形態、年齢、性別、体質等によってどのようなリスクがあるのか等、具体的で分かりやすい「飲酒ガイドライン」を作成する。また、飲酒習慣のない者に対し、飲酒を勧奨するものとならないよう留意しつつ、様々な場面での活用、周知を図る。
- 飲酒に伴うリスクに関する指標等を、飲酒すべきではない者、女性や若年者、高齢者などの対象者による相違の観点も含めて整理し、その他のアルコール関連問題に関する正しい知識も集約した、分かりやすい啓発資材を作成し、周知を図る。
- 酒類業界は、いわゆるストロング系アルコール飲料の普及が進んでいることや、1(4)①の「飲酒ガイドライン」の内容、活用・周知の状況も踏まえつつ、酒類の容器にアルコール量を表示することについて検討を行う。