


# 女性アルコール依存症者における 自助グループの役割



○職員A(看護師)職員B(看護師)職員C(看護師)

医療法人耕仁会札幌太田病院リワーク地域連携棟

# はじめに



日本のアルコール依存症者（以下AL症者）は約80万人と推測されている。その中でも女性のAL症者の入院者は微増、外来者はここ27年間で10倍に増加している。

現在アルコール依存症は男性だけでなく女性にも多くみられる疾患となっている。

# 男女特徴の違い

2) 真栄里仁・樋口進(2024)アルコール依存症と女性



	男性	女性
好発年齢	60代をピークとした 50～70代に多い	ピークははっきりしないが、 40～60代に多い
肝障害を来し得る飲酒量	60g/日	40g/日 ⇒男性の半分の飲酒量で 肝障害になるリスクが高い
合併症	境界型パーソナリティー障害 0.8% 他の薬物乱用／依存 8.3% 気分障害 8.0%	境界型パーソナリティー障害 2.2% 他の薬物乱用／依存 20.5% 気分障害 16.8% ※摂食障害 11%

# 女性とアルコール依存症

母や妻としての役割がうまく行かない

介護疲れ

DV

仕事家事の両立による負担

家庭内でのストレス  
目標の喪失



自分で精神を安定させようとし飲酒量が増加する

価値観や度合いに合致する自助グループへの参加が重要！！

# すいれんの会とは



「なぜ依存症になったか・悩み問題を隠さず話す・嘘のない自分になる・ポジティブな生活」を皆で考える。

身近, 又はご自分のお酒でお悩みの女性の方へ

## すいれんの会 女性の集い

お酒で悩んでいませんか？

アルコール依存症の平均寿命は、52歳とされていますよ。

お酒が、無かったら人生が楽しめないと思いませんか？

肝臓・すい臓など検診で注意された事はありませんか？

※女性ならどなたでも参加できます。

院外開催 現在休会中です。

院内開催

日時 : 毎週水曜日(第5を除く) 13:40~14:40

場所 : 札幌太田病院 1階 AA・家族会室  
札幌市西区山の手5条5丁目1-1

お問い合わせ先

電話(011)644-5111

担当: 長野 (内線・361)

# 調査内容

「すいれんの会」に発足当初から参加されているA氏・B氏に対して聞き取り調査を実施した。

## ● 対象

A氏: 70代女性(初診60代)、離婚後息子夫婦と同居していたが、AL治療のため、現在は単身生活。家族交流あり。再飲酒歴あり。

B氏: 40代女性(初診20代)、摂食障害あり。子供2人いるが、家族が養育。現在は単身生活。再飲酒歴あり。

## ● 調査内容

1 飲酒理由

2 参加のきっかけ

3 男女混合の断酒会との違い

4 「女性だけ」の断酒会の良い点

5 参加継続できている理由

6 今後の目標

# 結果

## 1. 飲酒理由

A氏：定年後、家族のいない時間を持って余し飲酒

B氏：母の内縁の夫からのDV、家を出て17歳で仕事の  
付き合い酒

## 2. 参加のきっかけ

A氏：入院中に医師に勧められたから

B氏：入院中に医師に勧められたから

## 3. 男女混合の断酒会との違い

A氏：雰囲気が違うので話しやすい

B氏：女性だけの安心感。混合だと自分を飾ってしまう。

# 結果

## 4. 「女性だけ」の断酒会の良い点

A氏：心置きなく話せる

B氏：生理など体調面での女性特有の事や同性ならではの話ができる。泣ける。

## 5. 参加継続出来ている理由

A氏：助けてくれる人たちがいるから。

B氏：本音で話せる、再飲酒しても責められず、やり直せる。

## 6. 今後の目標

A氏：健康を保ちできる仕事を続ける

B氏：一日断酒、失敗してもやり直す、自分を大切にする・資格取得




# 考察

A氏	B氏
定年による時間の持て余し	家庭内暴力(思春期)
離婚により妻の役割の変化	自分の居場所の喪失
孫の成長による家庭内の役割減	子供との別れ
生きがいの喪失	摂食障害の併発



社会的・家庭内での役割の変化や不和などの苦痛を緩和させるための飲酒であった

# 依存症に関係する 人間関係の6つの問題



1. 自己評価が低く自分に自信が持てない
2. 人を信じられない
3. 本音を言えない
4. 見捨てられる不安が強い
5. 孤独でさみしい
6. 自分を大切にできない

## 男女混合の断酒会

⇒発言内容ためらう  
(女性の身体的な悩みなどは言いづらい)



## 女性だけの断酒会

⇒安心して隠すことなく表出できる

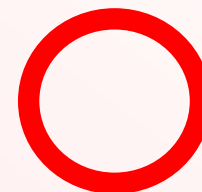
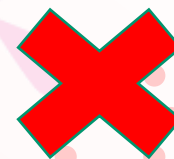


## 私達の関わり方

問題の直面化  
「酒は絶対ダメ！！」



受容的  
「〇〇でつらかったですね。」  
支持的  
「私もそう思いますよ」



# 参考文献



1) 樋口進(2003)成人の飲酒実態と関連問題の  
予防について

2) 真栄里仁・樋口進(2024)アルコール依存症  
と女性

3) 保田真希(2012)嗜癖問題と直面した女性の  
困難と社会的制約

-回復過程とケア役割-

- ・十段階心理療法

- ・岩原千絵ら(2021)アルコール依存症の性差

ご清聴ありがとうございました。

