

センサー

株東レ経営研究所

主幹

寒川 雅彦

170

コロナ禍のリモートワークや外出自粛の影響は、思わぬところにまで及んでいる。お酒の家飲み、昼飲みが増え、アルコールの摂取量が増えているようだ。時間を持って余し、暇つぶしとして飲酒するという。定年退職後、ぼんやりと空いた時間に飲酒することで依存症になる、というケースに類似している。飲酒の連続性や耐性(酒量が増える)に対する無知・無理解が著しいことが、原因の一つにもなっている。

ビジネススマンでも、仕事上のストレスや人間関係の葛藤の悩み等を飲酒によって解消することが習慣化してくると、お酒への渴望現象を引き起こし依存症になるケースがある。このケースは、まじめな人に見られることが多い。依存症は、「精神の病」とも言われ、



とも言われ、

何よりもアルコールが優先する精神状態になってしまふ。さらに困ったことになり、「否認の病気」と言われるぐらい、自分が依存症であることを認めようとしないのである。財産、家庭をなくすだけではなく、命さえも奪ってしまう恐ろしい病

気なのだ。わが国では二〇一三年二月三日、アルコール対策の基本理念と国や自治体などの責務を定めた「アルコール健康障害対策基本法」が設立され、翌年六月に施行された。二〇一六年五月には「アルコール健康障害対策推進基本計画」が閣議決定され、飲酒リスクに関する知識の普及徹底や、アルコール健康障害の発生の予防、相談・治療・回復支援に至る支援体制の整備等が重点課題となった。ア

無知・無理解ではいられない

い状況である。また、飲酒での問題(暴言や暴力、ブラックアウト等)を引き起こす大量飲酒者は約一、〇〇〇万人といわれている。

神奈川県横須賀市にある「久里浜医療センター」が定める『CAGE』というアルコール依存症スクリーニングテストで、以下の四問中二問以上該当する場合、アルコール依存症である可能性が高く、要注意というのである。

1. 飲酒量を減らさなければいけないと感じたことはありますか？
 2. 他人があなたの飲酒を非難するので気に障ったことがありますか？
 3. 自分の飲酒について申し訳ないと感じたことがありますか？
 4. 神経を落ち着かせる、二日酔いを治すために、『迎え酒』をしたことがありますか？
- 一度、この病気になる二度と飲酒することはできないが、完治しない病気でもない。まず、自分が病気であることを認めること、断酒を目的としている『自助グループ』への参加が必須と言われる。自分一人での断酒は難しいが、同じ目的をもった者同士の繋がりには一定の効果はある。日本の自助会にも、いくつもの種類があるが、その中の一つに、一九三五年米国で設立された『AA(アルコール・アノニマス)』というものがある。世界一六〇カ国三二〇万人以上がメンバーとして参加し、日本国内でも全国を拠点に五、〇〇〇人以上のメンバーが活動しているという。
- 意外に身近なアルコール健康障害、企業のマネジャー層であれば、この問題にいつまでも無知・無理解ではいられないはずだ。