

# 飲酒活動の実態と意識および健康／幸福感

大森 宣暁<sup>1</sup>・谷口 綾子<sup>2</sup>・土橋 喜人<sup>3</sup>

<sup>1</sup>正会員 宇都宮大学教授 地域デザイン科学部 (〒321-0912 栃木県宇都宮市陽東 7-1-2)

E-mail: nobuaki@cc.utsunomiya-u.ac.jp (Corresponding Author)

<sup>2</sup>正会員 筑波大学教授 システム情報工学研究科 (〒305-8573 茨城県つくば市天王台 1-1-1)

E-mail: taniguchi@risk.tsukuba.ac.jp

<sup>3</sup>正会員 宇都宮大学客員教授 地域デザイン科学部 (〒321-0912 栃木県宇都宮市陽東 7-1-2)

E-mail: dobashi@cc.utsunomiya-u.ac.jp

本研究は、適度に自宅内外で飲酒活動を行えることが人々の健康と幸福につながり、そのための都市・交通環境の整備が重要であるとの視点から、個人属性と地域に着目して飲酒活動の実態と意識および健康／幸福感との関係を分析することを目的とする。東京都市圏および宇都宮市在住の計 840 人を対象とした Web アンケート調査を実施した。飲酒活動を「仕事関係の外飲み」、「プライベートの外飲み」、「家飲み」、「友人宅飲み」の 4 つに分類し、頻度、選好、満足度等を質問した。分析の結果、飲酒活動の頻度、選好、環境整備等に関する性別、年齢、地域による違いが明らかとなった。また、新型コロナウイルス (COVID-19) 蔓延下での外出自粛により、飲食店での飲酒頻度を含めて全ての外出目的で外出頻度の減少と主観的幸福感の低下が起こり、性別、年齢、地域による違いも確認された。

**Key Words:** drinking activities, health, subjective well-being

## 1. はじめに

外出活動は人々の生活の質向上において重要な要因であり、飲酒を伴う外出活動の量や質も、日常生活における満足度や幸福感に影響を与えている<sup>例えば 1)3)</sup>。また、マーケティングの分野において、これまで飲酒活動に関する多様な調査が行われている<sup>例えば 4)7)</sup>。一方、新型コロナウイルス (COVID-19) 感染拡大防止のため、人々の外出自粛と飲食店の営業自粛が行われ、飲酒を伴う外出頻度の減少とともに在宅でのオンライン飲み会も普及してきた。本研究は、適度に自宅内外で飲酒活動を行えることが人々の健康と幸福につながり、そのための都市・交通環境の整備が重要であるとの視点から、個人属性と地域に着目して飲酒活動の実態と意識および健康／幸福感との関係を分析することを目的とする。また、COVID-19 蔓延による飲酒頻度や主観的幸福感の変化についても分析する。

## 2. アンケート調査

2020 年 4 月上旬 (緊急事態宣言発令前)、東京都市圏

<sup>註 1)</sup>および宇都宮市居住者、計 840 人に対して、Web アンケート調査を実施した (表-1)。飲酒活動の実態と意識および健康／幸福感に関して、COVID-19 蔓延前 (2019 年 4 月～12 月) の状況を質問し、最後に COVID-19 蔓延による飲酒頻度の変化や主観的幸福感を質問した。また、調査票において、飲酒活動は、飲酒の状況の違いを考慮

表-1 飲酒活動と健康／幸福感に関するアンケート調査概要

調査期間	2020 年 4 月 3 日 (金)～4 月 6 日 (月)
調査対象者	楽天インサイト株式会社のモニター： ・東京 23 区 240 人、東京都市圏政令市 240 人、東京都市圏それ以外 240 人、宇都宮市 120 人 ・性別 (男女)、年齢 (20 代、30 代、40 代、50 代、60 代、70 代以上) で同数ずつ収集
調査方法	インターネット調査
調査項目	○2019 年 4 月～12 月の状況に関して： ・個人属性：性別、年齢、居住地、職業、年収、婚姻・交際関係、世帯構成など ・健康、幸福感：身長、体重、生活習慣、主観的健康観、生活満足度、主観的幸福感など ・飲酒活動の実態と意識：飲酒活動種別頻度、誰と、消費金額、好み、満足度、外飲み／家飲みの理由、帰宅交通手段など ○2020 年 4 月の状況に関して： ・COVID-19 蔓延による飲酒頻度の変化、主観的幸福感など

して、以下の①～④に分類した。なお、お酒を飲めないまたは飲まない人については、一緒にいる人がお酒を飲む場合について回答を求めた。

- ① 仕事の関係や所属するグループ等の付き合いで居酒屋、バーなどに飲みに行く（仕事関係の外飲み）
- ② プライベートで居酒屋、バーなどに飲みに行く（プライベートの外飲み）
- ③ 自宅でお酒を飲む（家飲み）
- ④ 友人や知人宅でお酒を飲む（友人宅飲み）

### 3. 分析

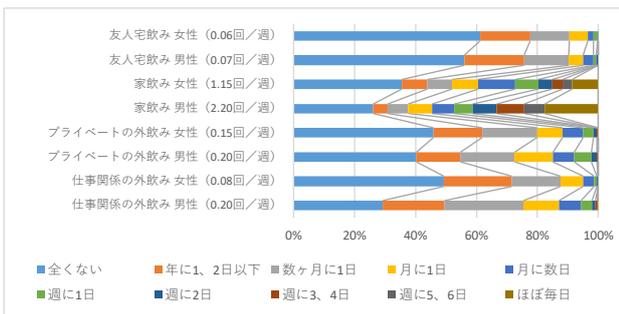


図-1 男女別飲酒頻度（括弧内は平均値）

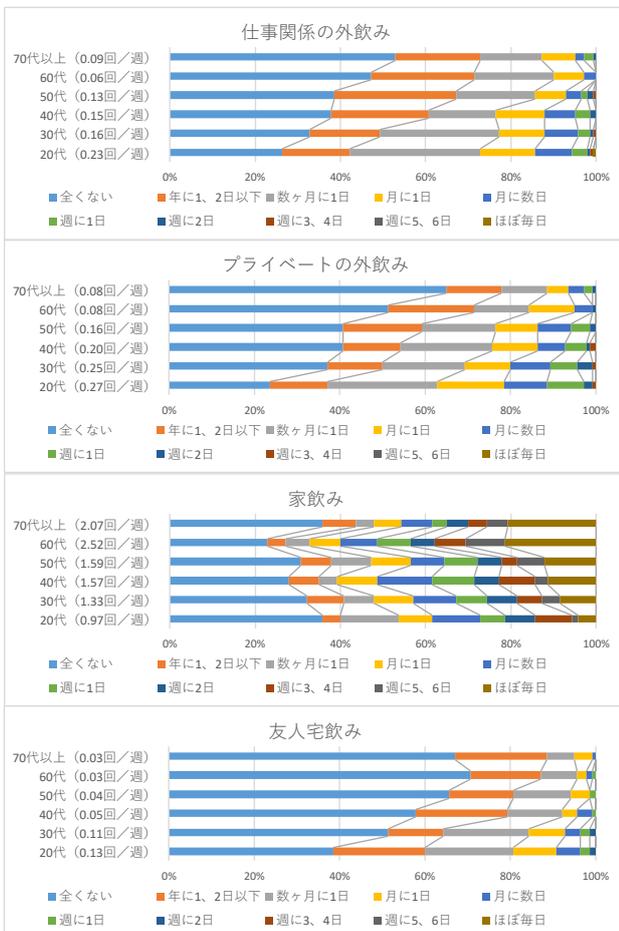


図-2 年齢別飲酒頻度（括弧内は平均値）

### (1) 飲酒活動の頻度など

4種類の飲酒活動全てについて、男性の方が女性よりも頻度が高い（図-1）。年齢別では高齢になる程、外飲みと友人宅飲みの頻度が低いが、家飲みの頻度は高い（図-2）。地域別では、東京23区、東京都市圏政令市、東京都市圏それ以外、宇都宮の順に、外飲みの頻度が高い（図-3）。また、主観的健康観（「あなたは普段、ご自身で健康だと思えますか？」という質問に、「健康である」～「健康でない」の5段階で回答）別では、家飲みを除いて、健康である程、飲酒頻度が高い（図-4）。

帰宅交通手段は、東京都市圏と比較して宇都宮で鉄道の割合が非常に低く、バス、自動車同乗、運転代行の割合が非常に高い（図-5）。

### (2) 飲酒活動の意識

4種類の飲酒活動について好きな順に順位付けしてもらい、1位に挙げた飲酒活動の割合を図-6に示す。男性は女性よりも、「仕事関係の外飲み」を好む割合が高く、「プライベートの外飲み」と「家飲み」を好む割合が低い。また、高齢になる程、「家飲み」を好む割合が高い。地域別では、東京23区、東京都市圏政令市で「外飲み」を好む割合が高い。

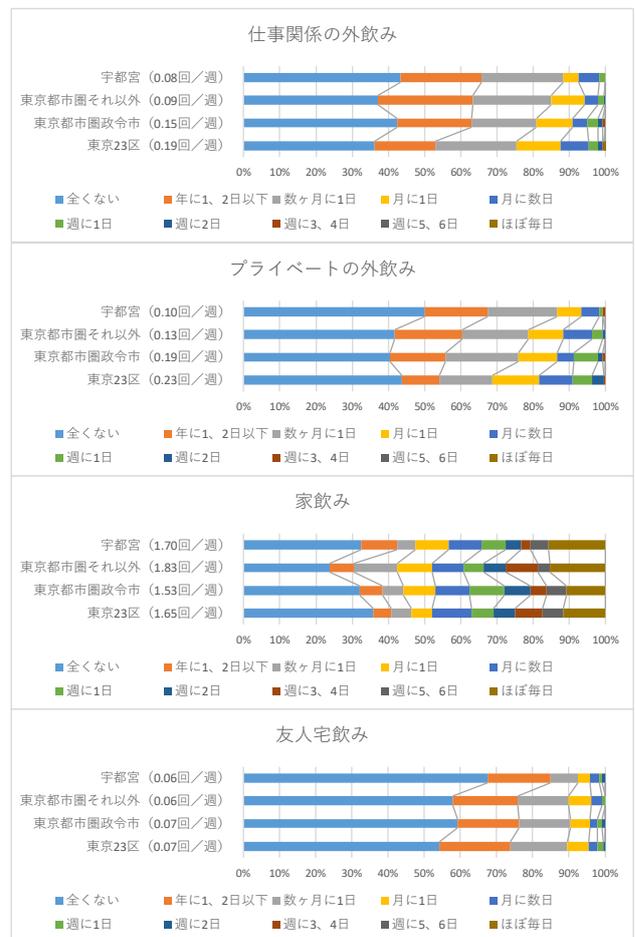


図-3 地域別飲酒頻度（括弧内は平均値）

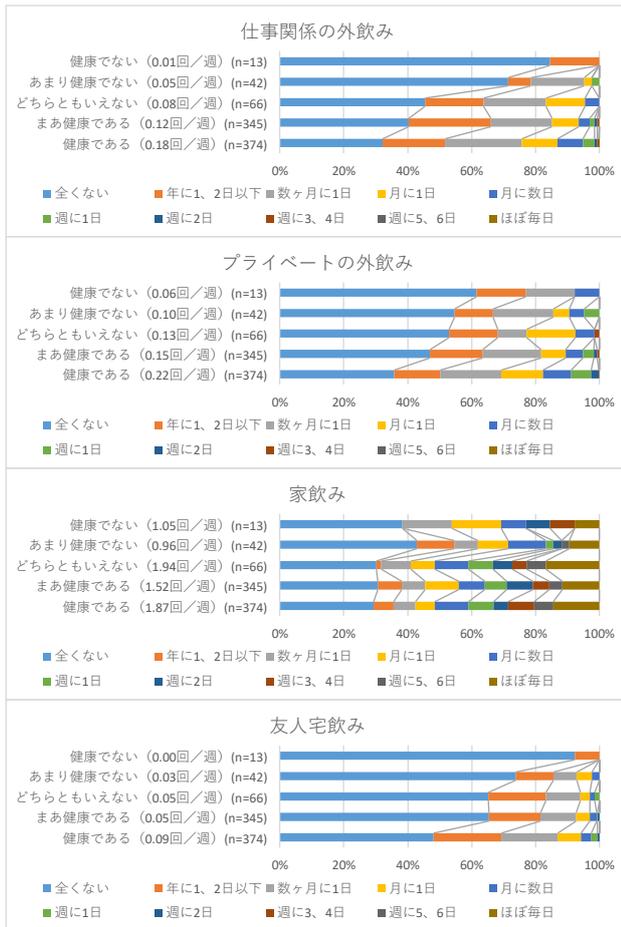


図4 主観的健康観別飲酒頻度 (括弧内は平均値)

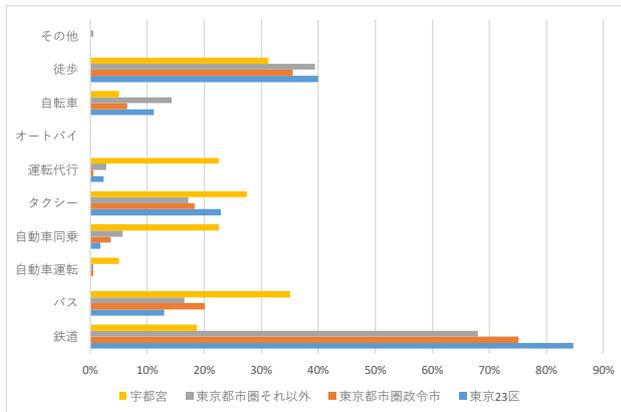


図5 飲酒後の主な帰宅交通手段 (複数回答)

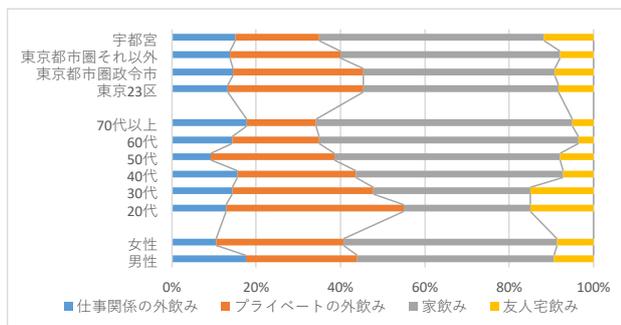


図6 最も好きな飲酒活動の種類

外飲みの理由は、「友人や知人とのコミュニケーション」と回答した割合が最も高く、次いで、「自宅ではできない飲食」、「非日常の雰囲気を楽しむ」、「ストレス解消」、「リラックス」である(図-7)。一方、家飲みの理由は、「リラックス」、「自宅の方が気楽」、「外飲みより安い」と回答した割合が高い(図-8)。

「外飲みの満足度向上のために必要なこと」については、飲食費や交通費といった経済的な制約の緩和に関わる項目の回答率が最も高い。また、宇都宮、東京都市圏それ以外で、自宅や職場、飲食店まで「徒歩や公共交通で行きやすい/帰りやすい」の割合が相対的に高い(図-9)。

(3) COVID-19 蔓延による飲酒頻度と主観的幸福感の変化

2019年12月までと比較して、COVID-19が蔓延した2020年4月上旬(緊急事態宣言発令前)における飲酒頻度の変化について質問した。図-10に示すように、年齢が低いほど、外飲みの頻度が減った人の割合が高く、逆に家飲みの頻度が増えた人の割合が高い。また、東京23区と宇都宮で飲酒およびその他の外出頻度の変化を比較すると、東京23区の方が宇都宮よりも、外飲みを含めて全ての目的で外出頻度が減った人の割合が高く、

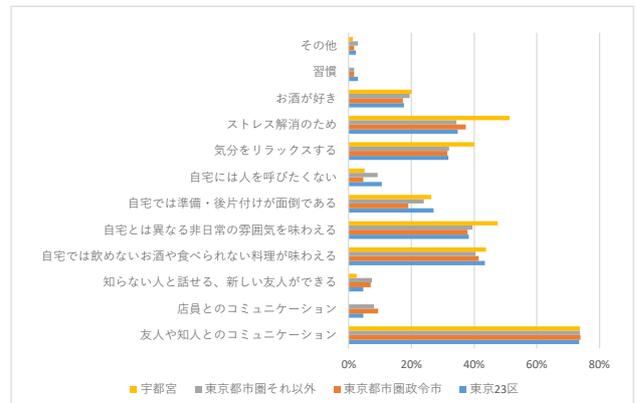


図7 外飲みの理由 (最大5つまで複数回答)

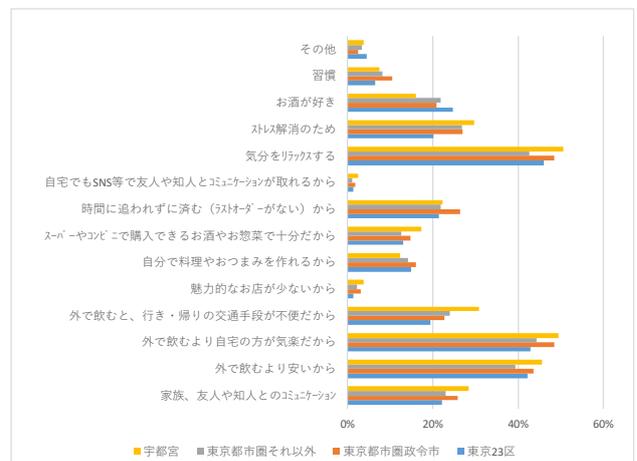


図8 家飲みの理由 (最大5つまで複数回答)

家飲みの頻度が増えた人の割合が高い（図-11～図-12）。「とても減った」の割合は、「仕事関係の外飲み」（ $p<0.01$ ）, 「友人宅飲み」（ $p<0.05$ ）, 「通勤」（ $p<0.01$ ）, 「業務・出張」（ $p<0.05$ ）, 「家族等の送迎」（ $p<0.05$ ）で、東京 23 区と宇都宮との間に有意差が認められた。

主観的幸福感（「あなた自身はどの程度幸せですか？」

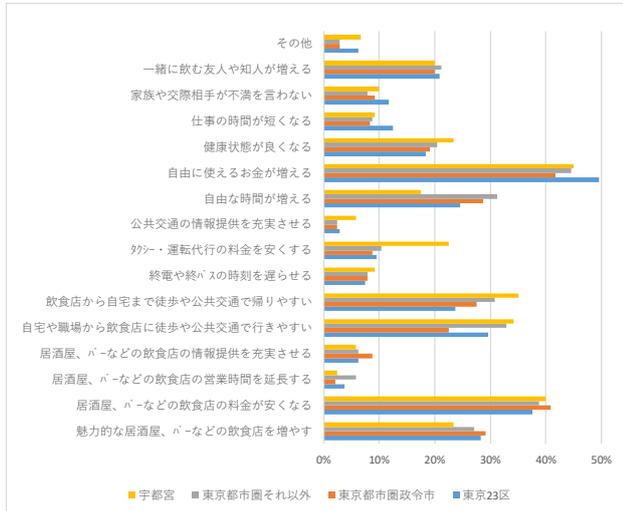


図-9 外飲みの満足度向上に必要なこと  
(最大5つまで複数回答)

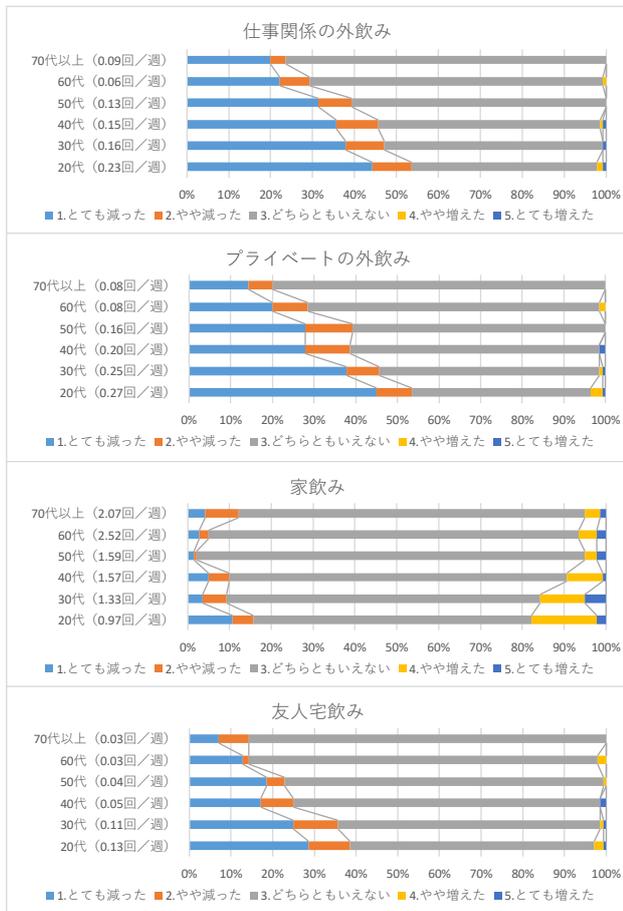


図-10 COVID-19 蔓延による年齢別飲酒頻度の変化  
(括弧内は 2019 年 4 月～12 月の平均値)

0 点（非常に不幸せ）～10 点（非常に幸せ）でお答え下さい」に対する回答値）は、2019 年 4 月～12 月のサンプル全体の平均値は 7.0 であり、男性より女性、60 代以上、東京都市圏で高い傾向であった。しかし、COVID-19 が蔓延した 2020 年 4 月上旬（緊急事態宣言発令前）には、サンプル全体の平均値は 5.3 と大きく低下し、男性より女性、高齢者より若者、宇都宮より東京都市圏で、低下の程度は大きかった（図-13～図-15）。

#### 4. まとめ

本研究では、個人属性と地域に着目して飲酒活動の実態と意識および健康／幸福感との関係、そして COVID-19 蔓延による影響を明らかにするためのアンケート調査を実施した。分析により、以下が明らかとなった。

- ・男性は女性より飲酒頻度が高く、外飲みを好む。
- ・若者は外飲みを好み頻度も高く、高齢者は家飲みを好み頻度も高い。

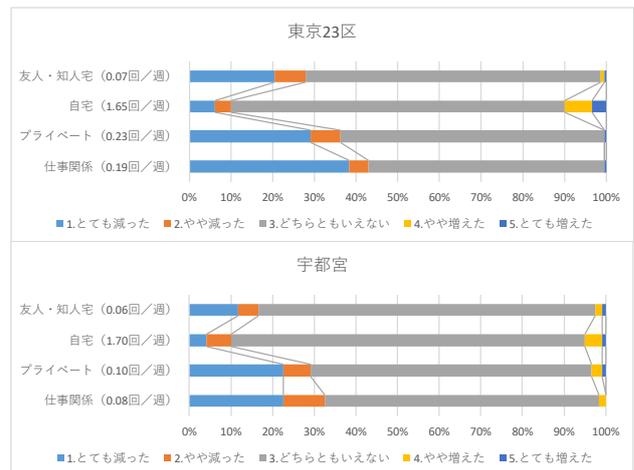


図-11 COVID-19 蔓延による地域別飲酒頻度の変化  
(括弧内は 2019 年 4 月～12 月の平均値)

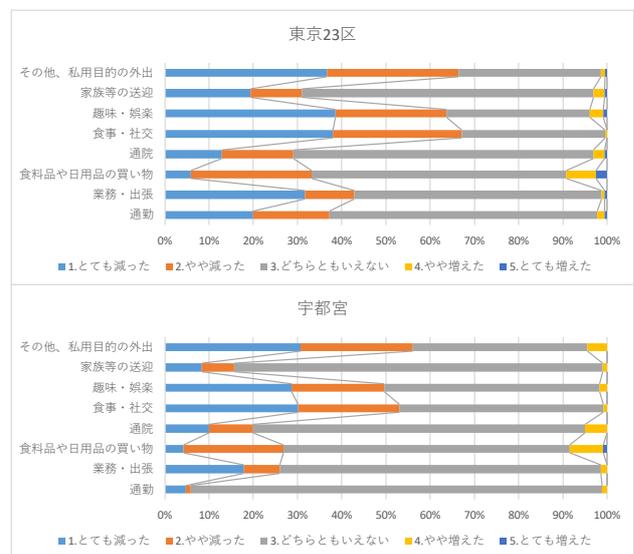


図-12 COVID-19 蔓延による地域別外出頻度の変化

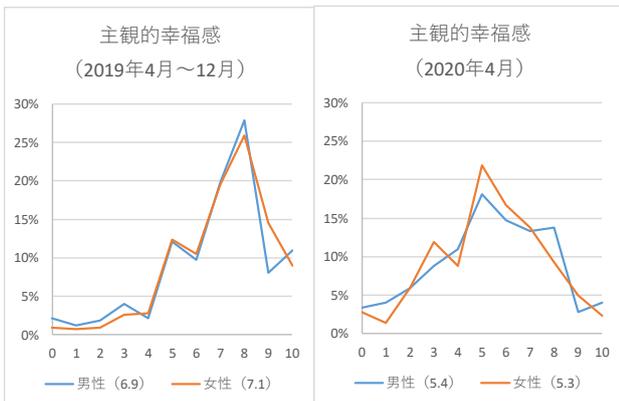


図-13 COVID-19 蔓延による男女別主観的幸福感の変化 (括弧内は平均値)

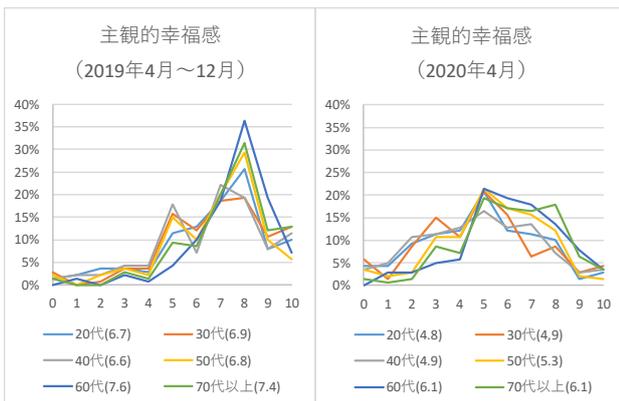


図-14 COVID-19 蔓延による年齢別主観的幸福感の変化 (括弧内は平均値)

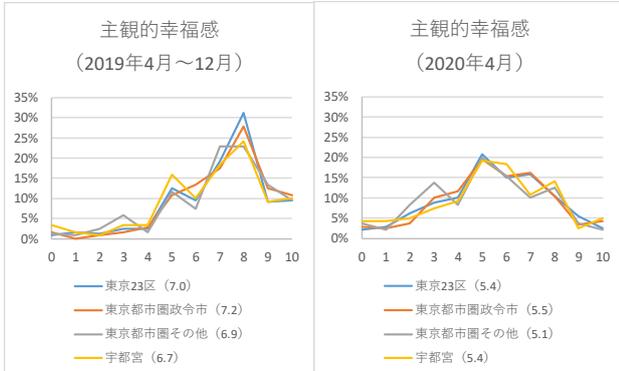


図-15 COVID-19 蔓延による地域別主観的幸福感の変化 (括弧内は平均値)

・東京都心の方が、外飲みを好み頻度も高く、家飲みの頻度が若干低い。

・主観的健康観が高い程、外飲みの頻度が高い。

・東京都心から離れる程、外飲み後の交通手段が不便なため家で飲み、外飲みへ徒歩・公共交通で行き帰りしやすさを求めている。

・COVID-19 が蔓延した 2020 年 4 月上旬（緊急事態宣言発令前）に、外飲み頻度、外出頻度が減少し、東京都市圏で減少の程度が大きい。また、主観的幸福感も低下し、女性、若者、東京都市圏で低下の程度が大きい。

今後、飲酒活動と健康／幸福感の関係について、詳細な分析を行う予定である。

注

[1] 東京都市圏パーソントリップ調査に合わせて、東京都、千葉県、埼玉県、神奈川県に加えて茨城県南部を含む。

参考文献

- 1) 森本瑛士, 大森宣暁, 菅野健, 長田哲平: 若者の余暇活動の実態と意識—地方都市への地域定着を視野に入れて—, 土木学会論文集 D3, Vol.73, No.5, pp.1\_537-I\_547, 2017.
- 2) 近藤雄太, 大森宣暁, 長田哲平: 出張者の自由時間における活動・消費行動の特性—北関東 3 都市への出張をケーススタディとして—, 都市計画論文集, Vol.52, No.3, pp.856-862, 2017.
- 3) 菅野健, 大森宣暁, 長田哲平: 大学生の余暇活動と主観的幸福感, 土木学会論文集 D3, Vol.74, No.5, pp.1\_809-I\_816, 2018.
- 4) ネットリサーチディムスドライブ: 『お酒の飲み方』に関するアンケート, <https://www.dims.ne.jp/timelyresearch/2011/110510/>
- 5) ハビ研: お酒に求めているものとは?, <https://www.asahigroup-holdings.com/company/research/hapiken/maian/201409/00518/>
- 6) 株式会社パルク: お酒に関するアンケート, <https://www.vlcan.com/mr/report/110/>
- 7) 日本酒造組合中央会: 日本人の飲酒動向調査, <https://www.sakagura-press.com/sake/japan-inshu2017/>

(Received October 2, 2020)