

★ メイン情報 ★

■ 1) 社員実験シリーズ第6弾！
【お酒の種類によって分解速度は変化する？】

お酒の種類に対する苦手意識は、酔った感覚に影響が出るのかな？



お酒の種類に対する意識の違い



得意



苦手

同じ1単位のお酒でも、種類によって得意・苦手と感ずることがあると思います。自分が感じているその感覚と、実際のアルコールの分解にかかる時間には、関係性があるのでしょうか？

純アルコール量の計算方法：

$$\text{アルコール飲料の量 (ml)} \times \frac{\text{濃度 (\%)}}{100} \times 0.8 (\text{比重})$$

1単位 ≡ 純アルコール量 20g

※アルコールの1単位については、「ZEROの助太刀」2016年7月号をご覧ください。

http://www.tokai-denshi.co.jp/app/usr/downloads/file/792_20160708111258_download_file.pdf (ZEROの助太刀 2016年7月号)

実験条件

- ・ お酒の種類： ビール (500ml・5%)
ハイボール (350ml・7%)
缶チューハイ (500ml・5%)
日本酒 (160ml・15.5%)
ワイン (187ml・13%)
 - ・ 飲酒時間：1単位につき30分以内
 - ・ 飲酒後の測定間隔：10分
 - ・ 実験終了条件：0.000mg/Lになること
- ※実験中の飲食は特別な理由がない限り禁止

当社社員Aさんに左記5種類のお酒を飲んでもらい、実験を行いました。Aさんはビールを好み、普段から飲んでいますが、ワインは飲むと酔いを強く感じるため、苦手意識を持っています。同じ1単位のお酒でも、苦手意識があるものとないものでは、アルコールの処理時間に差はあるのでしょうか？

左記約1単位のお酒、5種類を5日間に分け、1日1種類飲酒し、実験を行いました。

※実験は適切な休肝日を設け、行っています。

それぞれの純アルコール量



【ビール】
500ml (5%)
純アルコール量：
20g



【ハイボール】
350ml (7%)
純アルコール量：
19.6g



【缶チューハイ】
500ml (5%)
純アルコール量：
20g



【日本酒】
160ml (15.5%)
純アルコール量：
19.84g

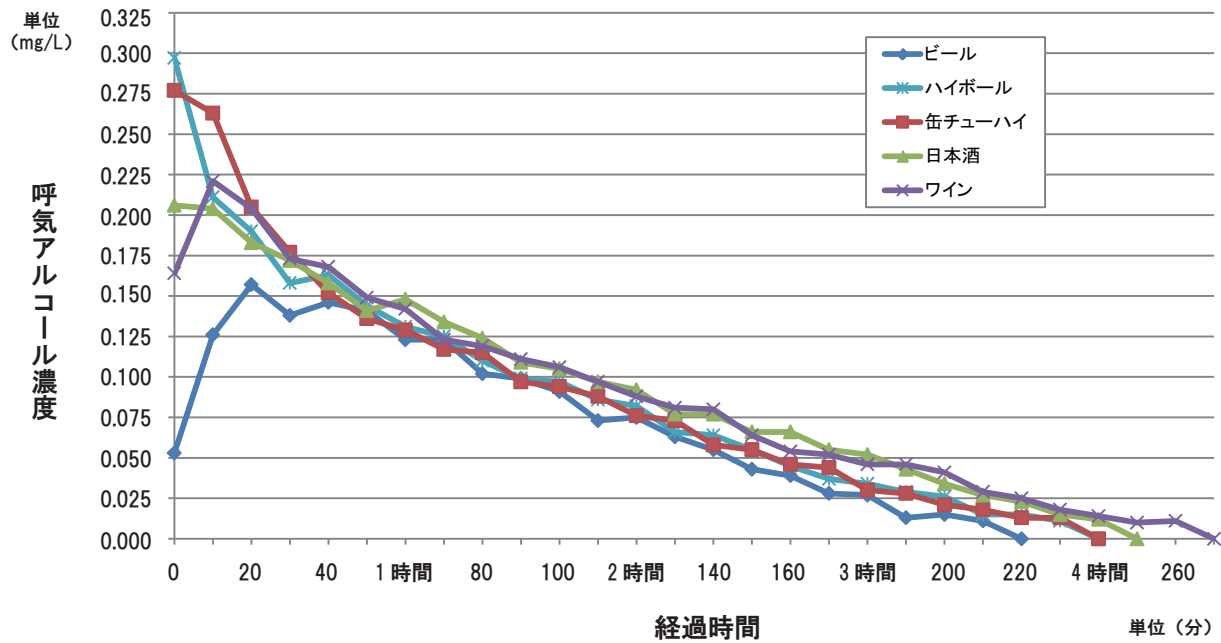


【ワイン】
187ml (13%)
純アルコール量：
19.448g



同じ1単位だから、分解にかかる時間は変わらないんじゃないかな？

種類別の呼気アルコール濃度



※分解時間には個人差があり、その日の体調によっても影響されます。その他、肝臓に疾患のある方は、通常のアアルコール代謝機能を有する方と比べ、アアルコール分解に倍以上の時間がかかる場合があります。

今回実験を行った、1名だけの測定結果に限って言えば、一番早くアアルコール数値が検出されなくなったのは、普段好んで飲んでいるビールでした。一番最後までアアルコール数値が検出されていたのは、最も苦手意識のあるワインでした。ひとつの仮説に過ぎませんが、お酒に対する苦手意識が、アアルコールの分解にも影響を与えたのかもしれない。お酒を飲む席で「1杯目は全員、ビールで」等、お酒の強要は、苦手意識を持っている人にとって、苦痛なことです。自分の飲みたいものを、自分のペースで飲むようにしましょう。

その人にとって苦手意識のあるものには、それなりの理由があるんだね。
無理をせずに、自分で飲みたいものを飲むようにしようね！
他の人にも同様に、飲むものを強要するのはやめよう！



今回の測定結果は、あくまでも1つの事例となります。
「苦手意識のないお酒なら、早く抜ける。多く飲んでも大丈夫。」ということではありません。
節度ある飲酒を心がけ、安全に、そして健康に気を付け、お酒と良い付き合い方をしていきましょう。

★ プチ情報 ★

■ 1) 運輸安全へチャレンジ! 無料セミナーのご案内

運行管理ってどうすればいいんだろう?



「運輸安全へのチャレンジ」セミナーの午前では、「点呼最新情報」と題し、運行管理者の25の業務から最新デバイスを使用した点呼の高度化についてを、午後には、「指導・教育特集」と題し、運輸クラウド台帳や、ドライブシミュレータ、飲酒基礎講座についてご説明します。まる1日かけて「輸送の安全」について改めて見つめ直すきっかけとして、ぜひご参加・ご活用ください。

開催内容

午前

輸送安全規則 第20条関連
・運行管理の25業務とは?
・点呼関連規則 ビフォー・アフター

輸送安全規則 第7条関連
・標準的な点呼方法 / 点呼記録簿からオリジナルな点呼方法 / 点呼記録項目へ
・最新のヘルスケア機器を活用し健康状態把握を!

午後

輸送安全規則 第9条関連
・意外と多い? 運転者台帳の不備
・健康診断の実施 / 未実施どうやって把握してる?

輸送安全規則 第10条関連
・ドライブシミュレータを活用したクラウド管理

輸送安全規則 第3条・第10条関連
・飲酒基礎講座

午前・午後のどちらかだけの参加も可能です。

※詳細は下記当社 HP よりご確認ください。

<http://www.tokai-denshi.co.jp/app/exhibitions/index>

セミナー開催地一覧 (H29/10/11 現在)

北海道地方

北海道	ACU-A 札幌	10/12(木)
-----	----------	----------

関東地方

東京 (立川)	立川ホール	11/13(月)
東京 (新宿)	リファレンス西新宿大京ビル	1/16(火)
東京 (有楽町)	リファレンス新有楽町ビル	3/12(月)
埼玉	TKP 大宮ビジネスセンター	11/14(火)
		2/14(水)
神奈川	神奈川県自動車交通 共済協同組合	10/17(火)
	TKP ガーデンシティ PREMIUM	12/12(火)
	小田原お堀端 コンベンションホール	2/15(木)
栃木	TKP ガーデンシティ 宇都宮マーズ	1/18(木)

中部地方

愛知	名古屋市工業研究所	10/18(水)
		12/14(木)
	ミッドランドホール	2/20(火)
新潟	NOC プラザ	12/7(木)
長野	JA 長野県ビル	12/8(金)
静岡	CSA 貸会議室	3/14(水)

関西地方

大阪	リファレンス大阪駅前 第4ビル	11/17(金)
		1/22(月)
		3/16(金)
兵庫	三宮研修センター	2/23(金)

中国地方

広島	RCC 文化センター	10/25(水)
		1/25(木)
岡山	岡山国際交流センター	12/5(火)

九州地方

福岡	リファレンス大博多ビル	11/10(金)
		3/9(金)

東海電子株式会社 事務局
水野

東京都立川市曙町 2-34-13
オリンピック第3ビル 203号室
TEL : 042-526-0905 FAX : 042-526-0906

<http://www.tokai-denshi.co.jp/>