



時事寸考

こんにちは、施設長・医師の吉田晴彦です。だんだんと陽気も春らしくなり、歓送迎会やお花見の時期になってまいりました。皆さんも飲酒の機会が増えるかと思えます。



飲酒の適量および発癌について

酒は、あるときは“百薬の長”と呼ばれ、またあるときは“万病の元”と呼ばれています。洋の東西を問わず、人間の歴史と共に今日まで継承され、楽しまれてきました。では、適量はどれくらいなのでしょう。厚生労働省の調査では、1日およそアルコール1単位以下のグループが、それ以上飲むグループや全然飲まないグループと比較して、全死亡リスクも癌死亡リスクも共に低いと報告されています。1単位はアルコール20g程度で、ビール中瓶1本、清酒1合、焼酎のお湯割1合、ウイスキーダブル1杯、ワイングラス約2杯に相当します。女性は男性よりも体格が小さく、それに伴ってアルコールを代謝する肝臓の容積も小さくなっています。また、女性ホルモンとアルコールが関係して、有害作用を来すという研究もあります。これらの結果として女性の飲酒は男性と比較して、より少量で臓器障害を来し易いと考えられ、男性の半分量が適量と考えられます。

WHOの国際癌研究機関(IARC)は、2009年に「飲酒に関連したアセトアルデヒド」を十分な証明のあるGroup1の発癌物質の1つに認定しました。飲酒は口腔、咽頭、喉頭、食道、肝臓、大腸(特に直腸)の癌や女性の乳癌のリスクを増大させます。このうち口腔、咽頭、喉頭、食道の癌は喫煙により相乗的にリスクが増します。さらに、アルコールを代謝する酵素の遺伝子型と関連していることが示されました。このことが今回の認定に大きく影響しました。

アルコールはアルコール脱水素酵素(ADH)によりアセトアルデヒドに酸化され、さらにアルデヒド脱水素酵素(ALDH)により酢酸へと代謝されます。ALDHのヘテロとホモの欠損者では、飲酒後のアセトアルデヒド血中濃度が正常者のそれぞれ6倍および9倍になり、顔面紅潮、眠気、動悸などのフラッシング反応を起こします。そのため、ホモ欠損者は下戸となります。しかし、ヘテロの欠損者では習慣飲酒により耐性が発生し、フラッシング反応がなくなり、飲めるようになります。過去にフラッシャーであった人の大量飲酒は癌のリスクを著しく高めます。食道癌においては、ALDH正常の人と比べて10倍強のリスクが報告されています。ADH活性の低いヒトでは唾液のアルコール濃度が高くなり、細菌による分解で生じるアセトアルデヒド濃度も高くなります。その結果、口腔、咽頭、喉頭、食道の癌のリスクが増すと考えられています。アセトアルデヒドは一般的にアルコール度数の高い酒類ほど含有濃度が高く、タバコの煙にも高濃度含まれています。

「酒を多く飲む人の長命なるはまれなり、酒は半酔に飲めば長生の薬となる」(貝原益軒)と言われ、現在にもそのまま通じる金言だと思えます。

栄養科より今月の一押しメニュー

4月の行事食は、17日(日)昼食の“いなり寿司&太巻き”です。さらに、6日(水)には“桜ご飯”、12日(火)には“筍ご飯”など、春らしい旬の食材を用いた献立をご用意します。



季節感を楽しみながら、バランスの良い食事をお召し上がりいただき、元気にお過ごしください。

春の訪れ...

暖かい日が多くなり、シーダ・ウォークの周辺でも様々な植物が芽吹いています。

施設内で過ごされることが多い利用者さんにも、ぜひ春の訪れを感じていただきたく、スタッフがいろいろと工夫を凝らしています。ご面会にお越しの際には、各フロアの装飾品や施設周辺の散策などで、季節の移り変わりをお楽しみください。また、各フロアでのイベントにつきましては、スタッフにご確認ください。

Cedar Walker で法律相談

毎回、様々なテーマで法律問題を簡単に解説していただくこの連載ですが、今回のテーマは...

訪問販売

訪問販売というと、セールスマンがお住まいを訪ねて来て物を買わないかと契約を勧誘する場面を想像する方が多いのではないかと思います。

しかし、法律上の「訪問販売」はもう少し広く、路上で消費者を呼び止めて営業所などに同行させて契約を迫るやり方や、電話や郵便で「あなたは特別に選ばれました」などと消費者を営業所などに呼び出して契約させる方法なども含まれます。

訪問販売は消費者にとって不意打ち的になりやすいこともあり、従来から多くのトラブルを生じさせています。ご高齢の方が悪質な業者からの被害に遭うことも法律相談の現場では多く目にします。

トラブルを避けるため、国は「特定商取引に関する法律」(以下「特定商取引法」と言います)という法律を定め、訪問販売のやり方を規制しています。先ほど述べた訪問販売の定義も特定商取引法に書かれています(特定商取引法2条1項、同施行令1条参照)。

訪問販売でのトラブルを避けるために最も重要なのは、クーリングオフという仕組みです。契約をした場合であっても、法律で定められた書面を受け取った日から8日以内であれば消費者は一方向的に契約を解除できます。

ここで重要なのは“法律で定められた書面を受け取った日から”という部分です。法律は業者に対して契約の申込みを受けたときや契約の締結をしたときに、商品の種類や販売価格、代金の支払時期・方法などが記載された書面を渡すことを義務付けています。記載事項はかなり細かく規定されていますし、判例上もかなり厳格に解釈されています。悪質な業者の場合、記載事項に漏れや不備があることもあります。記載事項に不備などがある場合、法律で定められた書面が渡されたことにはならないため、クーリングオフをする権利は失われません。

ご高齢の方が消費者被害に遭ったことは、近親者の方が気付くことも多くみられます。契約書を見ていただい時間経っている場合でも、もうクーリングオフはできないと諦めるのは早計かもしれません。お困りの方は、ぜひ一度ご相談にいらしてください。

桜丘法律事務所 弁護士

師子角 允彬(ししかど のぶあき)

(電話)03-3780-0991 (WEB) <http://www.sakuragaoka.gr.jp/>

介護老人保健施設 シーダ・ウォーク

〒167-0034 東京都杉並区桃井3-4-9

TEL.03-5311-6262(代) FAX.03-5311-6180 <http://www.kawakita.or.jp/>

2016年3月25日発行 vol.106 編集:島田・後藤・大島

テーマ 『食べること、飲み込むことについて考える』

第2回 家族懇談会

平成28年2月28日(日)、2階フロア利用者さんのご家族を対象に「家族懇談会」を開催しました。

最初に、職員(ケアマネジャー・相談員・作業療法士・看護師・介護士)の自己紹介の後、第1部では「食べること・飲み込むことについて考える」をテーマに、勉強会を行いました。

作業療法士が講師を務め、誤嚥性肺炎についてや、誤嚥を予防する為に出来るケアなどスライドを用いて、分かりやすく説明をしました。

皆さん、メモをとったり、質問をしたりと熱心に講義を聞かれていました。



講義の後は、水分にトロミを付ける体験や、シーダ・ウォークで実際に提供している3形態(一般食・分菜食・ミキサー食)の食事を試食し、食べ比べて頂きました。皆さん、見た目や味、食感の違いに驚いた様子でした。また、貴重な体験が出来たとの声も聞かれました。



第2部では、参加されたご家族の自己紹介の後、「家族懇談会」を開催しました。

各家族が抱えている、介護に関する悩みや心配事を話し合い共感する事で、不安や悩みの解消に繋がり、ご家族同士の交流を図ることも出来ました。

今回の懇談会を終えて、参加者の感想を紹介します!!

- ・試食を体験できたことで食事内容が具体的に知ることができよかったです。
- ・ご家族の方々と意見交換をさせて頂き参考になりました。
- ・他の家族の介護の仕方が聞けて参考になりました。
- ・炭酸飲料や乳飲料のトロミのつけ方が参考になりました。実際にやってみます。
- ・たくさんのご家族の方にも参加してもらえると嬉しいです。



お忙しい中、参加いただいた9名のご家族の皆様、ありがとうございました!!

