全国商工新聞 付録　昭和 26 年 11 月 17 日第 3 種郵便物認可

きもつき民商 ニュースレター

2019 年 8 月 2 日号　きもつき民商　鹿屋市笠之原町 7547-4
URL：http://minsyo.xii.jp/
e.mail：minshou@po4.synapse.ne.jp Tel：0994-40-6646

■ 『消費税改正実務対策セミナー』開催のお知らせ　※参加費無料

10 月 1 日より消費税 10%への引き上げ、そして 8%と 10%といった複数税率制度が導入されようとしています。
きもつき民商では、引続き反対運動に取り組んでいきますが、実務対応はかなり煩雑になると想定されます。当セミナーでは対象となる品目やその後に導入されるインボイス制度への対応などを中心に、全ての事業者に関係してくる制度のポイントをわかりやすく解説致しますので、参加を希望される会員の方は、早めに事務局までご連絡下さい。

開催日時：　２０１９年８月２６日（月）　１５：００～１６：３０
場　　所：　民商会館２F（鹿屋市笠之原町）
参 加 費：　無料
※参加を希望される会員の方は、８月１９日（月）までに事務局へご連絡下さい。

■LINE アカウントを開設しました

きもつき民商では、会員さんからお気軽に相談、お問い合わせができるように、LINE のアカウントを開設いたしました。

お手持ちのスマートフォンなどから LINE のアプリ上で、簡単にお問い合わせをすることができます。
また、定期的にセミナー・学習会の案内やボーリング大会などのイベント情報などを発信していきますので、ぜひ、友だち登録してください。

■7 月の相談活動

４４件（税金２１件、金融１件、経営２０件、生活・法律相談２件）
（相談例）
・生前贈与について
・経営再建計画作成について
・建築士免状の再発行について
・業者紹介

※裏面へ続く

高齢者こそ要注意
アルコール依存症

65歳以上の日本人の4人に1人が認知症かその予備軍とされています。認知症要因の一つにアルコールがあります。一般に高齢になるほど、若い世代より血中アルコール濃度が上昇しやすくなり、酔いやすくなるのですから、若いときと同じ飲酒量は問題です。お酒の問題を抱える人の中でお年寄りの割合も増えています。あなたの周囲によく転倒する、②昼間でもお酒の臭いがする、③服装がだらしなくなった、などの人がいたら要注意。「アルコール依存症」予備軍は「節酒」「卒酒」が必要です。

家族に暴力・罵声あびせ 亡くなった依存症の父

4年前、アルコール依存症から認知症、大腸がんとなった父親を68歳で亡くした陽子さんは、高齢者がアルコール依存におちいることを次のように語ります。

会社員だった父は若いころから酒好きで酔って帰ってきて、大きな声で母を叱ったり、寝ている私たち姉妹を起こしたりしたので、「お酒を飲んだ父はいやだな」と思いましたが、まだアルコール依存症ではなかったと思います。

アルコール依存症になったのは、姉が結婚して母と二人だけになってから。定年で関連企業に行かされ、仕事も家庭も張り合いを失ったことが大きいようです。私は姉より先に結婚して家を出ていたのですが、母に電話すると受話器越しに父のどなり声が聞こえることがたびたびありました。酒癖がひどくなってきたのかと心配していると、父に蹴られた母は肋骨を折ったことも。

父は自分のしたこと、言ったことを全くおぼえておらず、私と姉が強く叱ってもあまり反省しません。さらに飲酒運転で事故も起こし、関連企業も退職せざるをえなくなってしまいました。

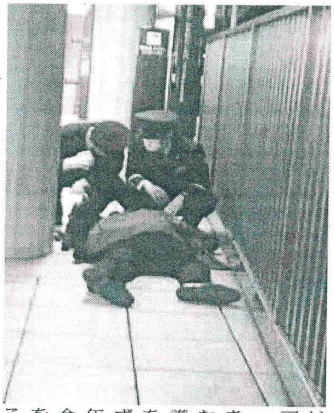
仕事を失った父は自室にこもって朝から飲むようになり、母に毎日罵声を浴びせ、暴力をふるう回数も増えました。「このままでは母が死んでしまう」と別居させました。

母に出ていかれた父は怒りましたが、別居から1年後に大腸がんが発見され入院、手術。アルコールで脳はすっかり委縮し、大腸以外にも前立腺、肝臓、すい臓もボロボロの状態で、放っておけば母は家に戻りました。

毎日、罵声を浴びせられながら父を介護する母の姿を見るに忍びず、父の厚生年金、個人年金のほとんどを施設につぎこみ、強引に入居させました。父はそこで2年半過ごして、肺炎をこじらせて亡くなりました。

薄情なようですが、父の死で「ほっとした」というのが、母、姉、私の実感でした。でも、父が死んでから生まれた姉の息子が父によく似ていて、孫も抱けなかった父をかわいそうだと、思うようになりました。

「朝から酒を飲み始める」ようになったら、完全なアルコール依存症です。高齢者の飲酒についてカウンセリング、アドバイスしてくれる窓口や機会が必要だと思います。



深酒で泥酔し寝入ってしまったアルコール依存症の高齢者

節酒・断酒が大切です

高齢者のアルコール依存症が増えています。アルコール依存症ではなくても、高齢者の飲酒は、①脳の萎縮を加速させ、②がんのリスクを高め、③骨折しやすくなる、④熱中症になりやすいなど「危険な飲酒」になりやすいのです。

また、飲酒は「高齢者の心理」にも悪影響を与えます。①うつ気分や不安の誘発、②「喜怒哀楽」気分の過剰な揺れ、衝動のコントロールが弱まるので、興奮が強まり、様々な対人問題が生じさせます。③睡眠障害。寝酒で寝つきは良くなっても、途中でめざめ、睡眠の質も低下します。

高齢者をアルコール依存症にする大きな要因は、社会的役割、仕事、目標を失って「むなしく」なり、子どもの巣立ち、配偶者や知人の死によって「孤独」に陥り、「酔い」に逃げ込んでしまうことです。しかも、家族や周囲の人が「高齢で他に楽しみがないのだから大目にみよう」と、放置してしまうのが、依存症を悪化させ、認知症やがんを招いてしまいます。

「節酒・断酒」によって得るものは少ないと思い込みがちな高齢者に、家族や周囲の人が節酒・断酒後の生活に「希望」を示すのが大切です。①興奮しやくなり、時に暴力的になる、②時間や場所がわからなくなったり、なれた道でも迷う、③何をするのもおっくうがる、などの様子が出ている人は早く病院に行き診断・アドバイスを求めましょう。

飲酒習慣スクリーニングテスト（AUDIT）

1. あなたはアルコール含有飲料をどのくらいの頻度で飲みますか？
   0. 飲まない
   1. 1カ月に1度以下
   2. 1カ月に2～4度
   3. 1週間に2～3度
   4. 1週間に4度以上

2. 飲酒するときには通常、純アルコール換算でどのくらいの量を飲みますか？
   《純アルコール量の目安》
   ビール中びん1本(500ml)＝20g、日本酒1合(180ml)＝22g、ウイスキーダブル(60ml)＝20g、焼酎(25度)1合(180ml)＝36g、ワイン1杯(120ml)＝12g
   ※純アルコール量が選択肢に当てはまらない場合は、近いものを選んでください。
   0. 1～2ドリンク（10～20g）
   1. 3～4ドリンク（30～40g）
   2. 5～6ドリンク（50～60g）
   3. 7～9ドリンク（70～90g）
   4. 10ドリンク以上（100g以上）

3. 1度に純アルコール換算で60g以上飲酒することがどのくらいの頻度でありますか？
   0. ない
   1. 1カ月に1度未満
   2. 1カ月に1度
   3. 1週間に1度
   4. 毎日あるいはほとんど毎日

4. 過去1年間に、飲み始めると止められなかったことがどのくらいの頻度でありましたか？
   0. ない
   1. 1カ月に1度未満
   2. 1カ月に1度
   3. 1週間に1度
   4. 毎日あるいはほとんど毎日

5. 過去1年間に、普通だと行えることを飲酒をしていたためにできなかったことが、どのくらいの頻度でありましたか？
   ※お酒を飲んだため車で外出できなかった等も含む
   0. ない
   1. 1カ月に1度未満
   2. 1カ月に1度
   3. 1週間に1度
   4. 毎日あるいはほとんど毎日

6. 過去1年間に、深酒の後、体調を整えるために、朝の迎え酒をせねばならなかったことが、どのくらいの頻度でありましたか？
   0. ない
   1. 1カ月に1度未満
   2. 1カ月に1度
   3. 1週間に1度
   4. 毎日あるいはほとんど毎日

7. 過去1年間に、飲酒後、罪悪感や自責の念にかられたことが、どのくらいの頻度でありましたか？
   0. ない
   1. 1カ月に1度未満
   2. 1カ月に1度
   3. 1週間に1度
   4. 毎日あるいはほとんど毎日

8. 過去1年間に、飲酒のため前夜の出来事を思い出せなかったことが、どのくらいの頻度でありましたか？
   0. ない
   1. 1カ月に1度未満
   2. 1カ月に1度
   3. 1週間に1度
   4. 毎日あるいはほとんど毎日

9. 飲酒のために、あなた自身がけがをしたり、あるいは他の誰かにけがを負わせたことがありますか？
   0. ない
   2. あるが、過去1年間はなし
   4. 過去1年間にあり

10. 肉親や親戚、友人、医師、あるいは他の健康管理に携わる人が、あなたの飲酒について心配したり、飲酒量を減らすように勧めたりしたことがありますか？
    0. ない
    2. あるが、過去1年間はなし
    4. 過去1年間にあり

合計　　点

飲酒習慣スクリーニングテストの評価
《問題飲酒の重症度判定》

24点…アルコール依存症の平均点
20点…アルコール依存症を疑う
17点…月1回以上泥酔・朝酒をする者の平均点
15点…アルコール性肝障害患者の平均点
14点…ほとんどの配偶者が悩みをもつ
10点…過半数が周囲から酒量減量の忠告を受ける
7点…50歳男性の平均点

カタチにのこそう、未来にのこそう。
印刷のことならおまかせください
あかつき印刷株式会社
〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷4-25-2 APビル
http://www.ak.co.jp/
TEL 03-3497-0531 FAX 03-3497-0043

■事務局夏期休暇のお知らせ

事務局の夏期休暇は、8/10（土）～8/15（水）になります。

民商は、会員のみなさんの会費で運営されています。
営利を目的とせず、中小業者の働く権利を勝ちとる運動をすすめる、最低限必要な経費を会費によってまかなっています。会費の15日納入にご協力下さい。