

# のんべえ毎日

20才未満の飲酒は法律で  
禁止されています。

平成 26 年 12 月号/通算 219 号

知って  
役立つ  
二日酔いの雑学集

## 活性にごり酒 越後の冬

酵母がまだ活着している、  
フレッシュな「どぶろく」。  
開栓時には吹き出しに  
ご注意ください。



1800ml(税込)  
**2,160** 円  
720ml(税込)  
**1,190** 円  
代々菊醸造  
(上越市)



「のんべえ毎日」  
編集担当  
**酒の新茶屋**  
女将 片山静江です。



当店看板娘「のれんちゃん」もラベルになって登場です。

今年も一年ありがとうございました。  
今年の新米は  
しぼりたて生酒  
新米新酒の「旬の味」！  
今年の秋に獲れた新米で今年の新酒が蔵出しされるのは大小の蔵元で多少時期の差はありますが十二月中旬にはほぼ出そろいます。  
蔵の定番酒である本醸造や純米酒などがまさに出来立てのスツピンの味「無濾過」の「原酒生」での登場です。昔は蔵人しか味わえなかったお酒が、進んだ流通や温度管理のお蔭で誰もが楽しめるようになったことは嬉しいことです。当店にも各蔵の「しぼりたて」が大集合して店頭を賑わせています。

## 酒の新茶屋2階ぎやらいBOR

あのコレクター北原氏も絶賛！の  
私設博物館が冬期間柏崎へ...

魚沼エリア 878 博物館

## 懐かしの昭和レトロ展

2015年2月28日(土)まで、毎月入れ替え有ります

# 「二日酔い対策」間違えると逆効果もあります。

## 「二日酔い」のメカニズム

お酒を飲んで八〜十四時間前後に発症する「吐き気、頭痛、発汗などを伴う不快な症状」のことを総称して「二日酔い」といいます。

その主な原因はアルコールを体内で分解する時に肝臓で発生する有害物質「アセトアルデヒド」によるものです。

そもそも、お酒を飲むとアルコールによってドーパミンが分泌されて、ストレスで萎縮した血管を広げてストレスを発散してくれます。ところがそれもある定量までで、それが度を過ぎれば「アセトアルデヒド」

が発生して様々な不快な症状を引き起こすのです。

## 飲む前にお試しください

昔からいろいろな「二日酔い対策」がありますが、「のんべえ毎日」おすすめの方法をご紹介します。

### ● ゆっくりチビチビ

お酒は一気に大量にのむとアルコールの吸収が早まります。基本は酒の肴をつまみながら「ゆっくりチビチビ」が一番です。

### ● 空腹は大敵！

空腹で低血糖の状態でお酒を飲むと血中アルコール濃度のピークが高まります。

### ● 飲む前にドレッシングたっぷり

の生野菜がおすすめです。飲む前にアルコールの吸収を弱めるためには「脂肪」が一番効果的です。

地中海では飲む前にスプーン一杯のオリーブオイル、ロシアでは飲む前にバターが知られています。ちよつと空腹だったらまずはサラダにドレッシングオイルをたっぷりかけて「二日酔い予防」になります。

また、食中に脂肪の多いナッツ類をつまむのも良いようです。

● 脂肪を摂りたくない時は「緑茶」がおすすめです。

緑茶に含まれるカテキンがアルコールの吸収を阻害してくれます。脂肪で太りたくない方はお試しください。

● 昔から言われる飲む前の牛乳は期待薄です。

「飲む前に牛乳」は昔からよく言われていましたが、少しの空腹を補うには良いですが二日酔い予防としての脂肪分は少ないのであまりおすすめできません。



こんな風にならないうちに「一読を」

## 飲んだ後はヤッパリ「和み水」が一番

いままでに何度もご紹介してきました「和み(なごみ)水」ですが、「二日酔い予防」はヤッパリこれにつきまます。

飲んだお酒の量の三倍の水を飲んで寝てください。アルコール分解を早めてくれます。

ちなみに飲んでいる最中もお酒1に対して水3を心がけていれば飲みすぎ予防にもなりますのでぜひお試しください。

## 炭酸飲料は

### ご注意ください

炭酸はアルコールの吸収を通常の五十%も高めるといいます。

同じ飲むならコークハイやソーダ割りより、水割りやお茶割の方が「二日酔い予防」になります。

## 正しい「酔っぱらい」の介護の仕方

酔っぱらいは持ちつ持たれつ。もし、連れが「酔っぱらったら」どうするか。急性アルコール中毒にならないためにも●胃の中にあるものを吐かせる。その場合はかならず横向きにして嘔吐物が喉に詰まらないようにして、あとはひたすら「水をのませること」。真の「のんべえ」は酔っぱらいを介護できて一人前と言えます。

## 「二日酔い」でも

### 懲りない理由

あんなに苦しい思いをしたのに凝り性もなくまた「二日酔い」をしてしまう。

それは、二日酔いが永遠に続かないためなのです。少なくとも一日もすればアルコールが抜けてスツキリする。でも「二日酔い」をナメてはいけません。「急性アルコール中毒」で死亡ということもあります。

## ◎湯上りのビールは危険ですよ

ちよつと余談ですが・・・お風呂上がりのビールは最高ですね。でも、ちよつとお待ちください。

たビールに手が伸びますが、湯上りは発汗によって水分不足になっています。ビールのアルコールは脱水症状を助長します。くれぐれもご注意ください。





酒の新茶屋地酒頒布会



今月のお酒十二月



■米百俵

しぼりたて原酒

- ・蔵元 栃倉酒造(長岡市)
- ・精米歩合:55% ・+5辛口
- ・アルコール度数:19-20%

新潟らしいキレの良いフレッシュな味わいです。

■八海山

しぼりたて生原酒

「越後で候」赤越後

- ・蔵元 八海醸造(南魚沼市)
- ・精米歩合:50% ・±0中口
- ・アルコール度数:18%

ご存知「八海山」蔵元から年に一回発売。純米酒ならではの濃厚な原酒の味わいが満喫できます。

「いかがで酒の会」は毎月ご自宅へ旬の地酒を720ml×2本セットをお届けします。

毎月 **3,800 円** 会費

- 送料など諸費用すべて込
- ご入会随時
- お申し込みは 酒の新茶屋まで

「二日酔い」にタバコで愛の「お灸」

「飲み過ぎ」に効く「ツボ」があります。「タバコ」を使った自分で出来る方法です。やり方は簡単です。火のついたタバコをツボに近づけるだけ。

但し、タバコの火は700度の高温です。くれぐれも皮膚に直接触れないように注意してお試しください。

【おすすめめのツボ】

「築賓(ちくひん)」

くるぶしの内側1.5センチ上。

解毒作用があります。

「大敦(たいとん)」

足の親指の爪の下2ミリ

肝臓機能を向上させる。

「肝欠(かんけつ)」

薬指第二関節平側中央

吐き気に効果

「足の三里」

ひざ下、外側寄り

約十センチのところ。

胃腸の調子を整える



参考文献:「二日酔いの特効薬のウソ・ホント」(株)日東書院

眠っていませんか?お宅の埋蔵金 一世帯あたりビール券平均約1万円!

全国酒販協同組合連合会(東京)の調査によると、家庭に使われないまま眠っているビール券が、ナント!

一世帯あたり十五枚もあることが判明しました。

調査対象は三から五十代の主婦一〇〇〇人にインターネットでアンケートを実施。結果は次の通り。

四人に一人の割合で家庭内に未使用ビール券があり、一世帯では、瓶ビールに交換できる券が平均約八・二枚(小売り換算で六四二九円)、缶ビール券が約七・五枚(個売り換算四〇四三円)で、結果一世帯当たり一万円以上の埋蔵ビール券があることが判明しました。

全国ではナント!六百七十九億円の埋蔵ビール券があることがわかりました。

さあ、年末の大掃除のついでにぜひお宅の埋蔵金探しを。【ちなみにビール券には有効期限がありますので早目にご利用ください】

のんべの正道を行く



「くだらねえ」は「下らない酒」から

江戸時代酒をリードしたのは大坂の池田・伊丹の酒でした。それが江戸に下ったので「下り(くだり)酒」として人気を博しました。「下ってきた酒は旨いが、下ってこない酒は旨くない」ので、まずい酒のことを「下らない酒」といったことから「価値のないこと」などの例えに「くだらねえ」と言われるようになったということです。



※このお酒のご注文は「きしなみ酒店」さんに直接お願いいたします。

【フレッシュ感満載の暴れる活性清酒を体験ください】

【奈良萬純米生酒：おりがらみ】辛口タイプ

季節限定 発売中!

1800ml | 2,808 円 (税込) 720ml | 1,404 円 (税込)



小さな酒屋  
(有)きしなみ酒店  
福島県福島市天神町 1-24  
☎電話 024-534-3940



県外の笑売仲間情報

福島駅から徒歩数分の天神町にある「小さな酒屋 きしなみ酒店」さんは、当店と「日本酒」で知り合った「笑売仲間」です。

当店には無い福島の地酒を中心に県外のお酒も揃っています。お店もHPもぜひ一度覗いてみてくださいね。「酒の新茶屋から」の一言で何かサビスあるかもです。

年末・年始に話題になるお酒の特集

好評発売中!



八海山の発泡にごい酒で乾杯!



まずは「乾杯」で一杯! 濃厚なお料理やスパイシーなお料理にもよく合います。デザートにもよく合います。フルーツにもおすす

爽やかな酸味と華やかな香り、きれいですっきりとした後味。炭酸の泡が口の中で心地よく弾けます♪

- 蔵元：八海醸造（南魚沼市）
■日本酒度：-23
■アルコール度数：14.5%
■精米歩合：60%
■アミ酸度：1.4
720ml 1,780 円
360ml 1,010 円

●目出度さ一番! 福招く酒 越後鶴亀 招福神

純米吟醸 1800ml 3,240 円
720ml 1,620 円

図柄の「恵比寿」さんは、御目出度い「七福神」の中でも唯一日本生まれての神様です。「知恵を働かせて、額に汗して働けばこの神様が福財をあずけてくれる」という信仰の神様で、家内安全・商売繁盛・大漁・五穀豊穣を守ってくれます。

御年始に最適です。



- 蔵元：越後鶴亀（新潟市）
■アルコール度数 15-16%
■日本酒度 +4（辛口）
■精米歩合 55%
■伝統の造りと、小仕込に拘った含み香が高くボリューム感があり、滑らかな口当たりが特徴です。

越の白銀 しぼりたて

無濾過生酒 オリジナルラベル 720ml 1,300 円



限定二十四本です。
酒の新茶屋の看板娘「のれんちゃん」と福招くたぬき「雪之丞」のダブルキヤストでお目見えです。
なにかは可愛いわよ
みのは甘くはないわよ
フレッシュユさと原酒並み
ラベルは可愛いけど「そんなに甘くはないわよ」

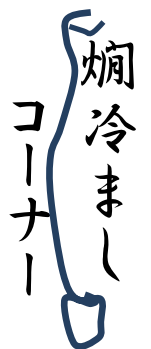
- 蔵元 高野酒造（新潟市）
■使用米 五百万石
■精米歩合 60%
■日本酒度 +6（辛口）
■アルコール度数 16-17%



お酒は新潟県内特約店限定販売の「越乃白銀 しぼりたて無濾過生酒」です。



今年の流行語大賞数々上がりましたが、みなさん何が一番印象的でしたか? 個人的には「S-AF細胞はあります」です。いろいろな意味ですっきりしない結末になってしまったことは残念です。日本酒の業界では、今年話題になったお酒は大手の酒から小さな個性あるお酒に人気が集まってきたという傾向が強くなっています。晩酌で毎晩「量」で楽しむ時代から、少しのお酒をじっくりと味わいながらある意味「文化」として楽しむ人が増えていまして、宴会では最近肩身の狭くなっています。日本酒ですが、年末年始こそ日本の美酒にふれ、ともに語りあうには絶好の時期。帰省、大晦日、同窓会、御年始、そんな場面に故郷の地酒が活躍するのは嬉しい光景です。今年も一年「酒の新茶屋」をご愛顧いただき心より感謝申し上げます。酒の新茶屋 店長



●北陸高速道米山インターから1分。国道8号線沿い「米山大橋」入口

北国街道/越後地酒の関所 酒の新茶屋

〒949-3661 新潟県柏崎市青海川 872 電話 0257-26-2522 FAX0257-35-5333

■定休日/毎週水曜日 HP 検索→酒の新茶屋

酒の新茶屋フリーダイヤル 0120-980-885 (9:00-21:00)

