

## ワインに関して

井上 敬

私はお酒を飲みます。学生時代に比べれば飲む量は減りましたし、そもそも忙しくて飲む機会自体減ってしまいました。ですが、お酒そのものも好きですし、それにまつわるうんちくなども好きです。今回はワインの話を中心に書かせていただきます。

ワインを選ぶとき、値段やその日の食事を元を選ぶことも多いですが、おおざっぱに色で選ぶことはありませんか？皆さんはワインには何色あると思いますか。「赤」、「白」、「ロゼ」はきつとご存じでしょう。でもほかの色のワインもあるのです。私の知っている限りあと4色ありますので、それで私は「七色ワイン」と勝手に呼んでいます。赤・白・ロゼ以外を一つずつ説明します。

まずは「緑ワイン」。これは緑色している訳ではありません。ポルトガル語で「緑(ヴェルデ)」という言葉には「若い」という意味もあるそうで、フレッシュなワインの意味です。色は普通の白ワインです。味はフルーティーで飲みやすく、値段も1,000円くらいで手に入ります。

次に黒ワイン。色そのものは濃い赤ワインです。「黒ブドウ」から作られることと、エドワード3世の息子(別名ブラック・プリンス)が好んだことから、黒ワインと呼ばれるという説もあります。味はしっかりした赤ワインで、辛口です。かなり重たいワインでよっぽどの料理でないと一緒に飲むのはおすすめできません。普通の肉料理では料理の方が負けてしまいます。チョコレートと一緒に飲めばよかったです。

「灰色ワイン」は黒ブドウから作ったロゼです。色は薄いピンクですが、黒ワインのロゼなので「灰色」なのだそうです。普通のロゼと違い、皮は入れないで作るそうです。そのため味は非常にすっきりしています。

最後の7色目は「黄色ワイン」です。このワインはちょっとすごいです。色は本当に黄色いんです。フランスのジュラ地方で作られているそうで、樽の中で2次発酵させるときに色が付くそうです。においも悪く言えばかびくさいです。非常に辛口のワインで、甘みなどほとんど感じません。玄人にお勧めします。このワインも料理と一緒にというより、今日は黄色ワインを飲むぞ、という意気込みで飲みませんと、料理もワインももったいないです。ただ飲み慣れますと、その個性が好きになります。どぶろくとか、くさやとかが好きの人にはお勧めです。ちなみに私の妻は一口飲んで、「これ腐ってる」といいました。

さて、外来をやっていますと患者さんに「お酒は飲んでもいいですか？」と聞かれることがよくあります。「適量ならいいですよ」と答えることが多いですが、そうすると「適量ってどのくらいですか？」と聞かれます。いろいろ調べてみましたが、指標としては、純アルコール換算で一日20g程度が適量のようなようです。いろいろなお酒の種類別に適量を書いたウェブページを見つけましたので、最近はこのページを印刷して渡しています(<http://www3.pref.okinawa.jp/site/contents/attach/13521/osake1.pdf>) 沖縄県のウェブページの様です。ここによりますと、ワインはグラス2杯弱となっています。ただ、当院脳血管内科部長から聞いた話では、アルコール摂取量12~24gで脳梗塞発症危険率は0.72倍となるそうです。24gまで飲めるとなるともう少し飲めます。酒飲みは少しでも理由をつけて飲むものです。ただし、フィンランドからの報告では1回に6杯以上飲みますと、脳卒中発症危険率が上がるようです(Sundell L Stroke 3179-3184, 2008)。気をつけましょう。

今宵は何を飲みましょうか。

(太白区長町南4-20-1  
広南病院 脳神経外科)