

さいたま市こころの健康センター依存症対策事業

はっぴー HAPPY プログラム

こころの健康センター職員と一緒に
お酒の飲み方について学んでみませんか。

お酒の飲み方を見直すことなどを目的とした全3回のプログラムです。
お酒の飲み方や身体への影響が気になる方はお気軽にご相談ください。

対象

- ・さいたま市内にお住まいの方
 - ・お酒の飲み方を見直したいご本人
- *医療機関で治療を受けている方は、まずは主治医にご相談ください。
*参加の前に、当センターでの事前相談が必要となります。

日時

担当スタッフと調整して、個別で実施します。
実施時間は、平日9~17時になります。

場所

さいたま市子ども家庭総合センター
(あいぱれっと)

費用

無料

＊＊＊裏面もございます＊＊＊



プログラム内容

テキストやDVD教材等を用いて、“節酒”を目指すプログラムです。
(各プログラム1時間程度)

第1回 AUDITによる飲酒問題の評価

飲酒目標の設定 等

第2回 飲酒状況の確認・教材などの視聴

飲酒目標の再設定 等

第3回 3ヶ月後の評価・目標の再設定 等

※HAPPY (Hizen Alcoholism Prevention Program by Yuzuriha) プログラムは、
独立行政法人国立病院機構肥前精神医療センターが開発しました。

申込方法

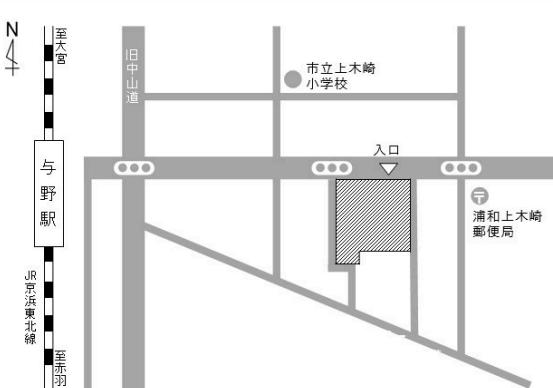
プログラムの申込をご希望の方は事前相談が必要です。

まずは、下記の電話番号にお電話ください。

TEL：048-762-8548 (平日9～17時)

アクセス

〒330-0071 埼玉県さいたま市浦和区上木崎4-4-10



電車

JR京浜東北線 与野駅下車

東口から徒歩約8分

車

お車ご利用の方は、施設利用者専用駐車場をご利用ください。

※台数には限りがあります。できるだけ公共交通機関をご利用ください。

問い合わせ先：さいたま市こころの健康センター

埼玉県さいたま市浦和区上木崎4-4-10

TEL 048-762-8548 (平日9～17時) FAX 048-711-8907