

平成27年度 福岡県認知症医療センター 直方中村病院 活動報告  
認知症予防講座 節酒プログラム『HAPPY』②

【開催日時】 平成27年12月16日(水) 13:30~15:00

【開催場所】 男女共同参画センター別館 えみくる

【内 容】 認知症予防講座 節酒プログラム 『H A P P Y』

講師：直方中村病院 精神保健福祉士 吉永

【主 催】 福岡県認知症医療センター 直方中村病院・直方市



節酒プログラム『HAPPY』第2回を実施しました。参加者は2名でした。

『H A P P Y』とは、佐賀県の肥前精神医療センターがアルコールの使用障害の早期介入として開発した節酒プログラムです。

**Hizen Alcoholism Prevention Program by Yuzuriha** の頭文字をとって『HAPPY』と名付けられました。

お酒をやめるのではなく、節度ある適度な飲酒を目指すための講座です。1回1時間半で全3回のセッションですが、その有効性が報告・推奨されている方法の一つです。



前回同様テキストブックに沿って、DVD教材を視聴、前回の振り返りを行いつつ、飲酒状況の確認や飲酒目標の再設定をしました。時節柄、飲酒量が増えると予想されますが、学んだことを心に留めながらも、楽しい年末年始を過ごしていただけたらと思います。

(山本)