

AUDIT 点数

★10 点未満の方は…

今のところあなたのお酒の飲み方にはあまり大きな問題はないようです。

★10～19 点の方は…

現在のお酒の飲み方を続けると、今後お酒のために健康や社会生活に影響が出る恐れがあります。これまでのお酒の飲み方を修正された方が良いでしょう。

★10～19 点で現在糖尿病や肝臓病の治療中の方は…

現在のお酒の飲み方を続けると、お酒が、現在治療中の病気の回復の妨げになるばかりか、病状を悪化させる恐れがあります。まずはこれから2週間お酒を飲むのをやめて、お酒が身体に与えた影響を確かめましょう。

★20 点以上の方

現在のお酒の飲み方ですと、アルコール依存症が疑われます。飲酒のためにあなたの健康だけでなく、家庭や職場での生活に悪影響が及んでいることが考えられます。一度専門医にご相談ください。

※AUDIT (Alcohol Use Disorders Identification) とは、WHO の調査研究により作成された、アルコール症のスクリーニングテストです。

長い習慣を変えることはそう簡単なことではありません。まずは今よりほんの少しの節酒から取り組んでみませんか。

カメラ フラッシュ

公民館講座「七宝焼き講座」

10月27日(木)、全5回開催された「七宝焼き講座」が終了しました。参加した皆さんは、毎回きれいなアクセサリを仕上げ、楽しく受講しました。



皆野中学校体育館耐震改修工事完成

皆野中学校体育館の耐震改修工事が完成しました。きれいになった体育館でスポーツに励んでください。

