

参加費無料

K-HAPPY

★ フログラム

★ (減酒プログラム)

お酒の量を減らしたいな
健康のために飲み方を見直そうかな
という方向けのプログラム

開催日程(全3回参加)

- ①令和7年7月6日(日) 14:00~16:30
- ②令和7年8月3日(日) 14:00~16:00
- ③令和7年10月5日(日) 14:00~16:00

※随時、個別でのプログラムも実施しています。お気軽にお問い合わせください。(個別の場合は平日に実施します。)

会場:ラコルタ柏 住所:柏市柏5-8-12
飲酒日記を使ってお酒の飲み方を見直します。

多くの方が減酒効果を実感しています。

お申込み・お問い合わせ

柏市保健予防課 TEL: 04-7167-1254
(精神保健福祉担当) FAX: 04-7167-1732

裏面も
チェック!

“減酒だから 参加した”



これらは、実際にK-HAPPYプログラムに参加された方のご感想です。

あなたも一緒に減酒に取り組んでみませんか？

参加して
よかったことは？



お酒を減らして
よかったことは？

家族との
コミュニケーションが増えた
責められなくなった。

お酒にかかる費用、
払う酒税が減った。

朝さわやかに起きられる。

夜起きることが減った。

やせた。



記憶がある日々が
取り戻せた。

仲間ができた。

色々な人の話が聞ける。

自分のフレーキになる。

柏市保健予防課 精神保健福祉担当
住所：柏市柏下65-1(ウェルネス柏内)
TEL:04-7167-1254
FAX:04-7167-1732