

健康長寿に係る先進的な取組事例(概要版)

無理せずお酒が減らせてちょっぴり健康になれる飲酒塾
(happy プログラム)

運 動

食

団地まるごと

その他

事業概要

町民の健康増進と自殺予防の推進を目的に、飲酒量を減らしたい希望者に対して、HAPPYプログラムのテキストと教材を使用し、全3回の日程でDVDによる教育とグループワークを行う。これにより、対象者を節酒の行動変容へと導いていく。

事業内容(参加者数・予算等)

- ① 埼玉県立精神保健福祉センターの研修に参加(平成24年8月、平成25年2月)
 - ② プレ事業実施(平成25年1~4月)
職員研修の中で、飲酒習慣スクリーニングテスト(audit)を実施。参加希望者4名に対してhappyプログラムを2回実施。
 - ③ 事業の募集(平成25年6月)
広報と平成24年度特定健診受診者で「飲酒習慣が毎日あり」の者(計83人)に通知等行う。
 - ④ 事業の実施(平成25年7月~12月)
全4回参加者に対してhappyプログラムを実施
- 予算措置なし(埼玉県立精神保健福祉センターに協力依頼)

事業効果

- ① 節酒習慣の獲得
- ② 体重の減少

その他

地域全体において、多量飲酒の弊害に対する認識の低さが課題である