

**参加費
無料!**

そろそろ、あなたのお酒、
減らしてみませんか？



北茨城 減酒サポート グループ

**開催日時：2024年4/4、5/2、6/6、7/4
いずれも木曜夕方18：00-19：00**

「お酒を減らしたい。やめたい。」
仲間が集まって自身の体験を明るく分かち合います。

♡対象者 お酒をやめたい・減らしたい方
大切な人(友人、ご家族)の飲み方が気になっている方

♡会場 元気ステーション研修室(住所：北茨城市中郷町上桜井844-6)
オンライン参加 Zoomミーティング ID: [814 8528 5915](https://zoom.us/join/81485285915)

♡お申込 下記までお気軽にどうぞ。※初回のみ事前申し込みが必要。
☎0293-44-7111 Eメール: genki.st.2017@gmail.com
①参加者名②連絡先(電話またはメール)③ミーティング用ニックネームをおうかがいします。



Zoom参加QRコード



↑司会の新田です。

主催：筑波大学地域総合診療医学 担当：吉本尚(医師)新田千枝(公認心理師)
共催：北茨城市民病院附属家庭医療センター・北茨城市役所