

やってみよう!!

# アルコール依存度チェック

<CAGE質問票>

- 飲酒量を減らさなければいけないと感じたことがありますか？
- 他人があなたの飲酒を非難するので、気にさわったことがありますか？
- 自分の飲酒について悪いとか、申し訳ないと感じたことがありますか？
- 神経を落ち着かせたり、二日酔いを治すために、「迎え酒」をしたことがありますか？

**2項目**以上で  
**アルコール依存症**の疑い!!

お酒の飲み方が気になったら、相談できる場所があります。  
ひとりで抱え込まずご相談ください。  
家族だけでも相談できます。



ご相談はこちら