

断酒日記シート

断酒日記で、成果を確かめましょう！

アルコール依存症への治療は正直に話す事、記入することが大切です。

断酒した日：○

断酒できなかった日：×、その内容を書き込む

	月	日	曜日	断酒できた	断酒できなかった	断酒できなかった日	
						飲酒量(ドリンク数)	飲酒した場所
1週目							
2週目							
3週目							
4週目							

※引き続き日記の記入を希望される方はシートをお渡ししますので刈谷病院までご来院下さい。

記入後は主治医と振り返りを行いましょう。