

# 減酒治療補助アプリ **HAUDY** ハウディ

## 治療補助アプリを用いた 診療に関する研修

2025.08 第1版



承認番号：30700BZX00034000 製造販売元：株式会社CureApp 発売元：沢井製薬株式会社

販売名：CureApp AUD 飲酒量低減治療補助アプリ 分類：管理医療機器

一般的名称：アルコール依存症治療補助プログラム

使用目的又は効果：アルコール依存症患者の飲酒量低減治療補助

画像はイメージです。

第1回診察

第2-3回診察

第4回診察

第5-7回診察

# 第1回診察で行うこと

---

1

導入

2

飲酒に関する状況、考え方の把握

3

目標設定

4

記録の重要性説明

5

アドバイスの入力（任意）

# 第1回診察前に患者さんが患者アプリで行うこと

## 問診への回答

飲酒状況や希望する目標などに回答します。この回答結果は医師アプリのスライドに反映され、診療に用いられます。



## 動画の視聴

①アプリの使い方、②アプリを用いた診療に関する動画を視聴します。



# 第1回診察 スライド 1/9

**HAUDY**  
ハウディ

② ヘルプ

カルテ番号 3468

処方コード cf85xhapy

氏名 沢井 太郎

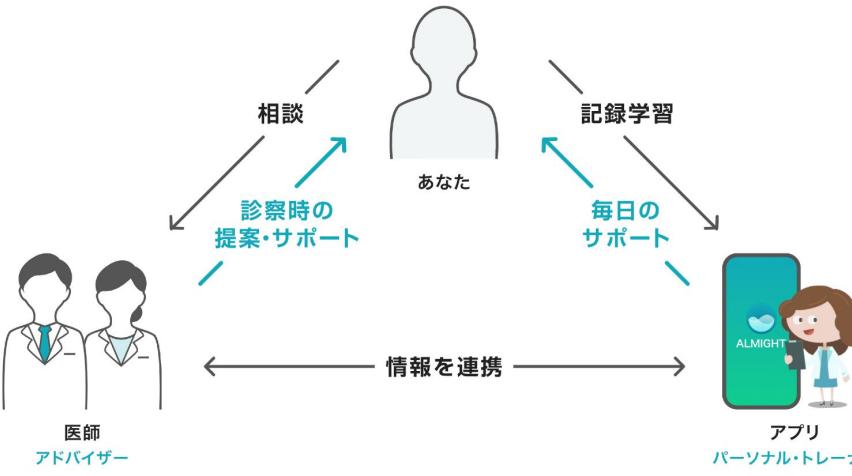
年齢 57歳

性別 男性

 減酒

 印刷用画面

**アプリと医師の力で、あなたの減酒/断酒を支えます**



The diagram illustrates the support system for alcohol reduction. It features a central figure labeled 'あなた' (You) with a double-headed arrow connecting to a smartphone icon labeled 'ALMIGHT' and 'アプリ パーソナル・トレーナー' (App Personal Trainer). From the smartphone, four arrows point to the following components: '相談' (Consultation) to the patient figure, '診察時の提案・サポート' (Proposal and support during consultation) to the doctor advisor figures, '記録学習' (Record study) to the patient figure, and '毎日のサポート' (Daily support) to the patient figure. A horizontal double-headed arrow at the bottom is labeled '情報を連携' (Information exchange).

第1回  
第2回  
第3回  
第4回  
第5回  
第6回  
第7回

1/9

1枚目はアプリを用いた診療の概念図です。患者さんはアプリの使い方や、アプリを用いた診療に関する動画を既に視聴しており、診療の枠組みをある程度理解しているはずです。ここでは簡単な挨拶程度で、診察スライド2枚目に進んでいただいて結構です。

## 例ええばこんな声掛けを

- 「こんにちは、よくいらっしゃいました。これから約半年間、よろしくお願ひします」

# 第1回診察 スライド 2/9

**HAUDY**  
ハウディ

② ヘルプ

カルテ番号 3468

処方コード cf85xhapy

氏名 沢井 太郎

年齢 57歳

性別 男性

飲酒

印 刷 用 画 面

第1回

第2回

第3回

第4回

第5回

第6回

第7回

## 本日の診察

素晴らしいチャレンジをご一緒に嬉しく思います  
目標を達成できるよう、一緒に取り組んでいきましょう

- 1 現状の把握
- 2 目標設定
- 3 次回診察に  
向けて

問診票の実施:済み

2/9

2枚目は第1回診察の流れを説明します。診察スライドに記載されている通り読み上げるのも良いですし、「本日は一緒にこの画面を見ながら、〇〇さんの飲酒に関する状況やお考えを確認し、ご自身に合った目標を設定します」のように流れをご説明いただくのも良いと思います。

その際、「問診票の実施：済み」になっていることをご確認ください。患者さんがアプリ上の問診を完了していない場合は、次のスライドへ進むことができません。診察前に完了確認を行っておくことをおすすめします。

# 第1回診察 スライド 3/9

**HAUDY**  
ハウディ

② ヘルプ

カルテ番号 3468

処方コード cf85xhapy

氏名 沢井 太郎

年齢 57歳

性別 男性

飲酒

印刷用画面

診察回選択に戻る

第1回

1. 振り返り

2. 目標設定

3. 次回診察に向けて

## お酒を控えることで どんなことがありますか？

何が期待できる？

現在の体調改善 肝臓の数値改善

誰が喜んでくれる？

配偶者・パートナー

どんなご褒美を自分にあげたい？

旅行



3/9



3枚目には飲酒習慣を改善することで、どのような良いことが期待できるかに関する患者さんの回答内容が表示されます。

### ■ 例えばこんな声掛けを

- 記載内容の一部を読み上げて患者さんへの関心を伝える
  - 具体的に語ってもらい、飲酒習慣改善の報酬をより強くイメージしてもらう
- 「〇〇を期待されているのですね。具体的に教えていただけますか？」
  - 「ご自身の変化を喜んでくださるご友人がおられるのですね。どんな風に喜んでくれそうでしょう？」
  - 「旅行、いいですね！どちらに行ってみようと？」

# 第1回診察 スライド 4/9

**HAUDY**  
ハウディ

② ヘルプ

カルテ番号 3468

処方コード cf85xhapy

氏名 沢井 太郎

年齢 57歳

性別 男性

減酒

印 刷 用 画 面

診察回選択に戻る

第1回

1. 振り返り

2. 目標設定

3. 次回診察に向けて

## 飲酒に関するあなたの情報

飲酒でリスクが上がる持病

高血圧

現在の生活で困っていること

物事への興味・関心の低下が時々ある  
飲酒が原因で夫婦仲が悪くなることがある



4/9



4枚目の診察スライドには、飲酒のネガティブな側面に関する問診項目への患者さんの回答が表示されます。ここで表示されるのは本人も自覚しているネガティブな内容なので、患者さんご本人が相談したい、話し合いたいという素振りを見せない限りは、「ここに表示されているものも、もしかしたらお酒が関係しているかもしれないですね」のように、さらっと触れるにとどめ、次のアルコール量と頻度に関するスライド5枚目に進んでいただいて構いません。

# 第1回診察 スライド 5/9

**HAUDY**  
ハウディ

② ヘルプ

カルテ番号 3468  
処方コード cf85xhapy  
氏名 沢井 太郎  
年齢 57歳  
性別 男性

減酒

印刷用画面

診察回選択に戻る

第1回

1. 振り返り  
2. 目標設定  
3. 次回診察に向けて

現在のアルコール量・頻度

チューハイ・サワー 5% 中ジョッキ 400ml 16.0g  
ビール・発泡酒 5% 中ジョッキ 400ml 16.0g

4杯  
2杯

アルコール量  
**96.0** g/日

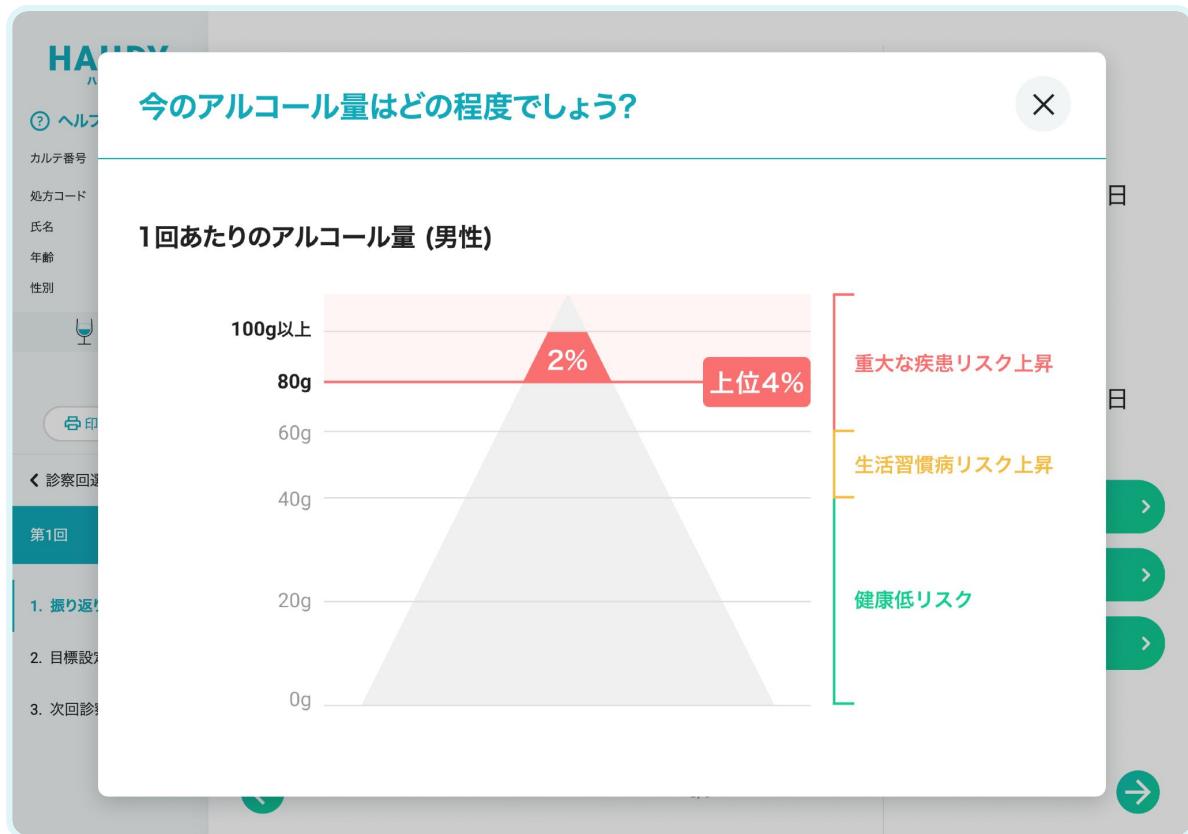
アルコール量  
(週平均)  
**96.0** g/日

データによる比較  
疾患リスクの変化  
疾患の種類

← 5/9 →

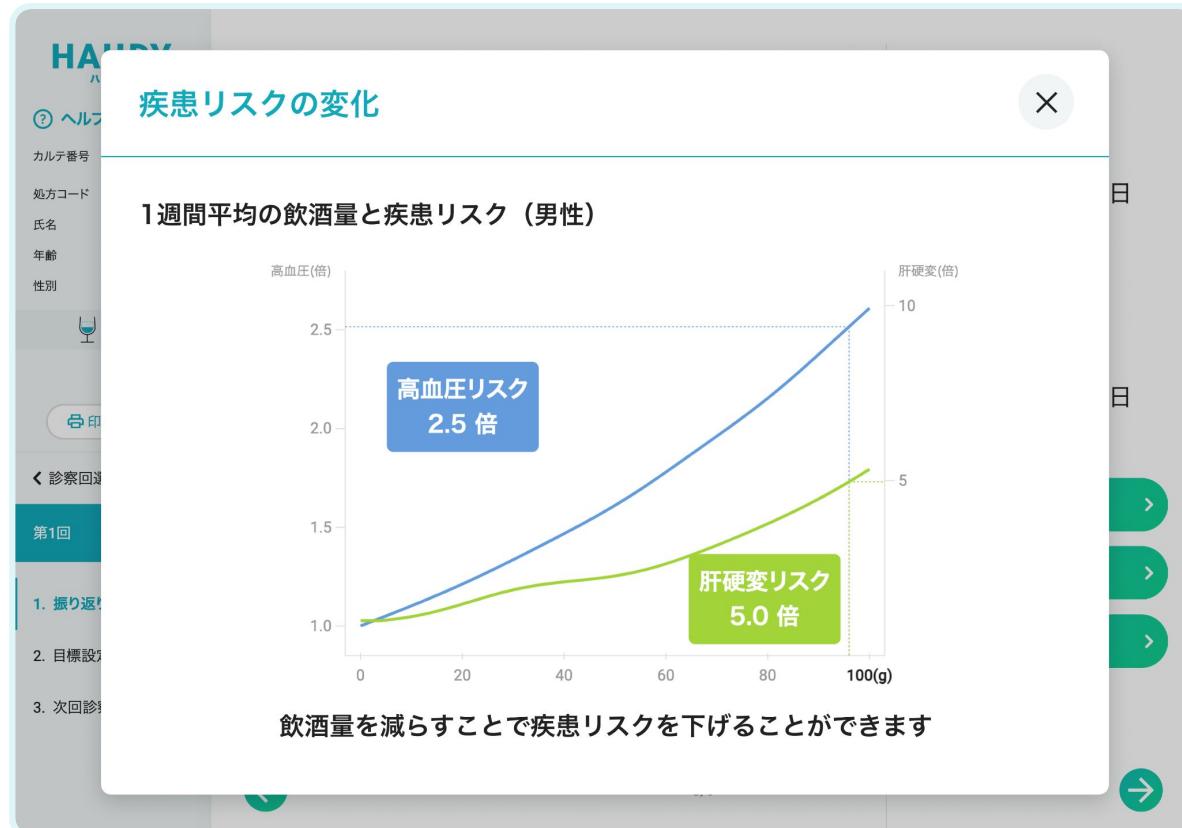
診察スライド5枚目では、患者さんのアルコール量に意味付けを行います。画面右上のアルコール量は、普段飲む日の純アルコール摂取量、その下は飲酒しない日も含めた週平均の純アルコール摂取量です。画面右下のボタンをタップすると、様々な情報が表示されます。全てのボタンをタップする必要はなく、患者さんの関心に合わせて表示される情報を用いながら、患者さんのアルコール量に意味付けを行ってください。

第1回診察 スライド 5/9



画面右下の「データによる比較」をタップすると、このような画面が表示されます。このような、一般人口と自身の飲酒量を比較する方法は、数多くの臨床試験で飲酒量を低減させる効果が実証されています。それだけでなく、多量飲酒者の関心を引きやすく、話が盛り上がりやすいスライドです。「そんなはずはない。自分の周りはみんなもっと飲んでいる」とおっしゃる方もいますが、対立はせずに、「たくさん飲む方が周りに特別多いのかもしれませんね。ぜひその方たちにもこの情報を伝えてあげてください」と返すと良いでしょう。

# 第1回診察 スライド 5/9



疾患リスクの変化をタップすると、飲酒量と高血圧リスク、肝硬変リスクの用量反応関係を示すグラフ上に、患者さんの1週間平均のアルコール量がプロットされます（既報の用量反応関係メタアナリシスのグラフを利用しています）。これにより、非飲酒者に対する高血圧や肝硬変の罹患リスク比を表示します。

# 第1回診察 スライド 6/9

**HAUDY**  
ハウディ

② ヘルプ

カルテ番号 3468

処方コード cf85xhapy

氏名 沢井 太郎

年齢 57歳

性別 男性

飲酒

印 刷 用 画 面

診察回選択に戻る

第1回

1. 振り返り  
2. 目標設定  
3. 次回診察に向けて

## 今後のお酒との付き合い方

減酒したい

断酒したい

自分にとって達成できる減酒目標を決める

目標は途中で変更が可能

できなかった自分を責めない、できた自分を褒める



6/9

診察スライド6枚目は、次の診察までの4週間を減酒したいか、断酒したいかに関する患者さんの回答が反映されています。

本人の意向に沿った目標設定で治療を始めた方が転帰が良いことを示唆する研究もあるので、ここでは本人が選択した目標を読み上げ、「〇〇したいと思われるのですね。良いですね」と是認して、次の診察スライドに進んでいただいて結構です。断酒の方が一般的に望ましい目標であることは確かですが、減酒目標を選択した方を説得するのに時間を費やす必要はありません。

一方、患者さんが減酒も断酒も選ばずに、先生に相談したいと希望する場合は、「試しに断酒目標を試してみるのはどうでしょうか？もちろんいつでも目標を変更できますが」と逃げ道を作りながら、断酒を勧めるのも良いでしょう。しかし、患者さんが渋る素振りを見せた時には、断酒は提案にとどめ、「減酒目標でいきましょうか」と切り替えて次に進んで構いません。

# 第1回診察 スライド 7/9

**HAUDY**  
ハウディ

② ヘルプ

カルテ番号 3468

処方コード cf85xhapy

氏名 沢井 太郎

年齢 57歳

性別 男性

飲酒

印刷用画面

診察回選択に戻る

第1回

1. 振り返り

2. 目標設定

3. 次回診察に向けて

目標の設定

元のアルコール量に戻す

休肝日(/週) 0日 (+) 変更前 0日(±0)

チューハイ・サワー 3杯 (+) 変更前 4杯(-1)

ビール・発泡酒 1杯 (+) 変更前 2杯(-1)

ドリンクを追加

7/9

アルコール量  
**64.0** g/日  
(-32)

アルコール量  
(週平均)  
**64.0** g/日  
(-32)

減酒プランの提案

多量飲酒 60g 以下にする >

推奨基準 40g 以下にする >

診察スライド7枚目は、減酒を選択した場合に表示されます。ここでは、度数がいくらのアルコール飲料を1日に何杯までにするのか、休肝日を増やすのか増やさないのか、具体的な目標をご本人に主体的に決めていただきます。スライド上で休肝日やアルコール飲料の杯数を増減することで、画面右側のアルコール量も自動的に変わります。

目標とするアルコール量の目安を患者さんから聞かれた場合は、画面右下の多量飲酒基準や推奨基準を参考にしてください。これらのボタンをタップしてみましょう。

# 第1回診察 スライド 7/9

**HAUDY**  
ハウディ

① ヘルプ

カルテ番号 3468

処方コード cf85xhapy

氏名 沢井 太郎

年齢 57歳

性別 男性

減酒

印刷用画面

診察回選択に戻る

第1回

1. 振り返り

2. 目標設定

3. 次回診察に向けて

目標の設定

元のアルコール量に戻す

休肝日(/週) 0日 (+) 0日(±0) 変更前

多量飲酒60g以下にする

① 休肝日を増やす

アルコール量 (週平均) 64.0g ▶ 54.9g

休肝日(/週) 0日 ▶ 1日

反映する

② 本数・杯数を減らす

アルコール量 (週平均) 64.0g ▶ 48.0g

チューハイ・サワー 5% 中ジョッキ 400ml 16g 3杯 ▶ 2杯

ビール・発泡酒 5% 中ジョッキ 400ml 16g 1杯 ▶ 2杯(-1) 変更前

ドリンクを追加

7/9

減酒プランの提案は、画面右側に表示されます。患者さんの1日あたりの飲酒量を「重大な病気のリスク上昇が懸念されるアルコール量」または「生活習慣病リスク上昇が懸念されるアルコール量」以下に減らす場合のお酒の減らし方が最大4パターン表示されます。患者さんが現実的に実現できそうなお酒の減らし方を見つけてあげてください。

具体的な目標設定が難しい場合は、現在のアルコール量を最初の目標として、それよりも少しでも減らすこととしても良いでしょう。

# 第1回診察 スライド 7/9

**HAUDY**  
ハウディ

ヘルプ

カルテ番号 3468  
処方コード cf85xhapy  
氏名 沢井 太郎  
年齢 57歳  
性別 男性

減酒

印刷用画面

診察回選択に戻る

第1回

1. 振り返り  
2. 目標設定  
3. 次回診察に向けて

目標の設定

元のアルコール量に戻す

休肝日(/週) 0日 (+) [変更前 0日(±0)]

チューハイ・サワー 3杯 (+) [変更前 4杯(-1)]

ビール・発泡酒 1杯 (+) [変更前 2杯(-1)]

ドリンクを追加

7/9

アルコール量  
**64.0** g/日  
(-32)

アルコール量  
(週平均)  
**64.0** g/日  
(-32)

減酒プランの提案

多量飲酒 60g 以下にする >

推奨基準 40g 以下にする >

画面中央下部の「ドリンクを追加」ボタンをタップすると、他の種類のアルコール飲料を選択することができます。

# 第1回診察 スライド 7/9



患者さんと話し合いながら目標が設定できたら、「反映する」ボタンをタップしてください。この操作により、患者さんのスマートフォンにインストールされた患者アプリにこの目標が送信されます。（断酒目標を選んでいる場合は、この画面は表示されません。）

# 第1回診察 スライド 8/9

**HAUDY**  
ハウディ

② ヘルプ

カルテ番号 3468

処方コード cf85xhapy

氏名 沢井 太郎

年齢 57歳

性別 男性

飲酒

印刷用画面

診察回選択に戻る

第1回

1. 振り返り

2. 目標設定

3. 次回診察に向けて

**次回診察に向けて**

**毎日、アプリに記録を付けましょう!**

日々の記録により、アプリからのサポートが変化します  
次回の診察は、記録をもとにお話しします

120(g)

10/10(日)

10/17(日)

9/26(日)

10/3(日)

10/10(日)

10/17(日)

休調

気持ち

睡眠

8/9

診察スライド8枚目は、次回診察に向けて、患者アプリで飲酒記録をつけてもらう重要性を伝えるためのものです。「飲酒する時はアプリで一杯一杯記録しながら飲むようにしてください。それだけで飲酒量が減る方も多いんですよ。あなたの記録はこのようなグラフになります。次回このグラフを見ながら今後の対策を相談しましょうね」と患者さんにぜひ声をかけてください。

# 第1回診察 スライド 9/9

**HAUDY**  
ハウディ

② ヘルプ

カルテ番号 3468  
処方コード cf85xhapy  
氏名 沢井 太郎  
年齢 57歳  
性別 男性

飲酒

印刷用画面

診察回選択に戻る

第1回

1. 振り返り  
2. 目標設定  
3. 次回診察に向けて

さあ、今日からスタートです

今日の診察に対して質問はありますか?  
また、今後の心配や不安があれば、ぜひ相談してください

次回に向けたアドバイス 任意

ソフトドリンクやノンアルコール飲料を代わりに飲むなどして、少しずつでも、1日に飲むお酒の量を減らしてみましょう。

0 / 400

診察完了

次の診察までは  
私がサポートしますね

ナンシー

9/9

こちらが最後のスライドです。アドバイスにはテキストを入力できます。診療の中でアドバイスしたいことで強調したいことがあれば、ぜひご記入ください。なお、アドバイスを入力するか否かにかかわらず、診察が完了しましたら「診察完了」ボタンをタップしてください。これにより、患者アプリ側で次回診察に向けた様々なメッセージが表示されるようになります。第1回診察で設定した目標や入力されたアドバイスは、患者アプリに反映されます。以上で第1回診察は終了です。

# 第1回診察 スライド 9/9

**HAUDY**  
ハウディ

ヘルプ

カルテ番号 3468  
処方コード cf85xhapy  
氏名 沢井 太郎  
年齢 57歳  
性別 男性

減酒

印刷用画面

診察回選択に戻る

第1回

1. 振り返り  
2. 目標設定  
3. 次回診察に向けて

さあ、今日からスタートです

今日の診察に対して質問はありますか?  
また、今後の心配や不安があれば、ぜひ相談してください

次回に向けたアドバイス 任意

ソフトドリンクやノンアルコール飲料を代わりに飲むなどして、少しずつでも、1日に飲むお酒の量を減らしてみましょう。

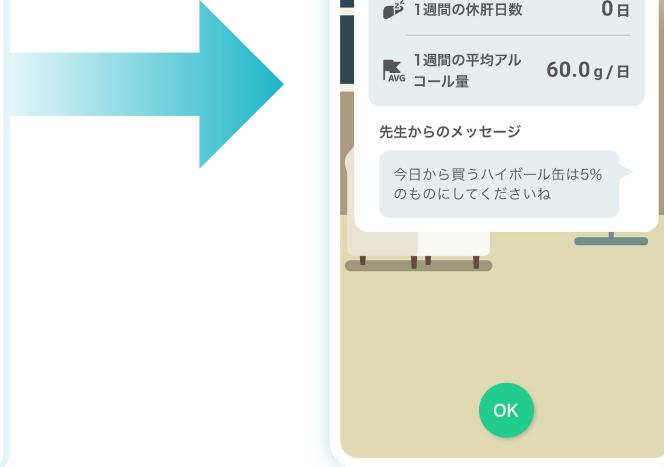
0 / 400

診察完了

次の診察までは  
私がサポートしますね  
ナンシー

9/9

診察完了ボタンを押すと、アドバイス内容が患者アプリに反映されます。



第1回診察

第2-3回診察

第4回診察

第5-7回診察

## 第2-3回診察で行うこと

- 1 受診、アプリ使用継続の励まし
- 2 飲酒に関する状況、考えの把握
- 3 目標達成状況の把握
- 4 記録の確認
- 5 目標の見直し（必要に応じて）
- 6 アドバイスの入力（任意）

第2回・第3回診察の診療の進め方を説明します。

第2回診察では、医師アプリで自動的に生成される全10枚の診察スライドを用いて、次の6つを行います。

1. 受診・アプリ使用継続の励まし、
2. 飲酒に関する状況・考えの把握、
3. 目標達成状況の把握、
4. 記録の確認、
5. 必要に応じて目標の見直し、
6. 任意でアドバイスの入力です。

# 第2-3回診察 スライド 1-10/10

第2回目の診察です

減酒・断酒の取り組みは順調でしょうか？

相談や質問があれば、診察室にいつでもしてください

現状の把握 → 目標設定 → 次回診察に向けて

前回診察日 4月 21日

前回診察日からの飲酒記録 30日 / 308 (100%)

前回の診察から、いかがでしたか？

2025年4月21日 ~ 2025年5月21日 (30日間)

飲酒記録 31 日分

宿題 5/5

実践 26 回

セルフケア 2 本

チェックイン 31 日分

チェックアウト 31 日分

生活や心境の変化はありましたか？

現状に対する考え方 ぎりぎり減酒ができている

お酒を控えることによる良いこと 飲酒に対する情報

あなたが堅持している改善内容 現在の体調、将来の健康、血圧の改善、肝臓の改善、睡眠の改善、心の調子の改善、家庭が喜ぶ、仕事や学業が進む

あなたが現在の生活で悩んでいること 物に興味を持てない、楽しめないことが時々ある、落ち込んだり、希望を感じることが時々ある、お酒のせいでご家庭やお仕事、学業に影響が出ている

記録者バートナー 恵子・娘

自分にご褒美をあげるとしたら お酒を飲む

家族で旅行へ行く



過去4週間の状況

飲酒記録を表示

アルコール量が少なかった日 5月10日 (木) 14g

アルコール量が多かった日 4月11日 (木) 03.6g

1. 帰り返り

2. 日標の再設定

3. 次回診察に向けて

今後のお酒との付き合い方

減酒したい 断酒したい

1. 自分にとって達成できる減酒目標を決める

2. 目標は途中で変更が可能

3. できなかった自分を責めない、できた自分を褒める

目標の設定

休肝日( /週) 0日 (0日)

過去4週の達成状況

アルコール量 60.0 g/日

アルコール量 (週平均) 60.0 g/日

減酒プランの提案

多飲飲酒 60g 以下にする >

摂取量基準 40g 以下にする >

ドリンクを追加

実践の確認と提案

取り組み中の良い点

減酒(断酒)後の自分の良い変化を確認する

「減酒(断酒)体験記」で検索して参考にしてみる

1杯飲む毎にアプリで飲酒記録をつける

次の1杯までの時間をあける

お酒と一緒にドリンクを交互に飲む

帰宅時にお酒を売っている店の前を通り抜けて

お酒を注がれそうになったら断る

1杯飲む毎にアルコール量をアプリで確認する

最初の1杯にフレーバードリンクを頼む

歌が流れたら水や炭酸飲料を飲む

次回診察に向けて

引き続き、毎日アプリに記録を付けましょう！

正確な記録を続ける習慣が、より確実な減酒・断酒につながります

アプリの宿題も継続し、お酒への理解を深めてください

現在の生活で困っていること

ひとつひとつ悩み重ながります  
必ずしても、続けることが重要です

1. 帰り返り

2. 日標の再設定

3. 次回診察に向けて

新たな4週間がスタートします

今日の診察に対して質問はありますか？

また、今後の心配や不安があれば、ぜひ相談してください

次回に向けたアドバイス (佳)

治療開始前より着実にお酒を減らしています。頑張った成果が見えてきていると思います。趣味楽しめた日はお酒が減っていそうですね。

次の診察までは私がサポートしますね

診察完了

# 第2-3回診察前に患者さんが患者アプリで行うこと

## ● 飲酒記録、実践、振り返り、セルフケア、宿題

アプリからの提案に従い、飲酒記録、工夫の実践、振り返り、ストレスケアや学習を日々行います。また、宿題「診察前の振り返り」の回答内容は医師アプリのスライドに反映されます。



# 第2-3回診察 スライド 1/10

※減酒治療補助アプリ「HAUDY(ハウディ)」の販売名は「CureApp AUD 飲酒量低減治療補助アプリ」です。

## 第2回目の診察です

減酒・断酒の取り組みは順調でしょうか?  
相談や質問があれば、診察内にいつでもしてください

1 現状の把握

2 目標設定

3 次回診察に  
向けて

前回診察日  
4 月 21 日

前回診察日からの飲酒記録 ②  
30 日 / 30 日 (100%)

第1回診察日:2025年4月21日(2ヶ月目)

1/10

スライド1枚目では第2回診察の流れを説明します。診察スライドに記載されている通りに読み上げていただくのも良いですし、「ようこそいらっしゃいました。本日はご自身のアプリでの取り組みや記録を確認し、必要であれば目標を調整しましょう」のように流れをご説明いただくのも良いと思います。

# 第2-3回診察 スライド 2/10

**HAUDY**  
ハウディ

② ヘルプ

カルテ番号 3468

処方コード cf85xhapy

氏名 沢井 太郎

年齢 57歳

性別 男性

飲酒

印刷用画面

診察回選択に戻る

第2回

1. 振り返り

2. 目標の再設定

3. 次回診察に向けて

前回の診察から、いかがでしたか?

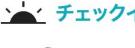
2025年4月21日～2025年5月21日 (30日間)

 飲酒記録  
31 日分

 宿題  
5 / 5  
[終わらせた宿題を見る](#)

 実践  
26 回  
[取り組んだ実践を見る](#)

 セルフケア  
2 本  
[実践したセルフケアを見る](#)

 チェックイン  
31 日分

 チェックアウト  
31 日分

◀

2/10

▶

2枚目の診察スライドでは、患者さんの患者アプリ使用状況が一覧表示されます。熱心に取り組んでいればそのことを褒めますし、飲酒記録を行っているだけでも、「記録をしっかりつけてこられたですね。お疲れ様でした。行動を変えるための大切なスキルであるセルフモニタリングができますね」のように、その労を労っていただくと良いと思います。

# 第2-3回診察 スライド 3/10

**HAUDY**  
ハウディ

② ヘルプ

カルテ番号 3468  
処方コード cf85xhapy  
氏名 沢井 太郎  
年齢 57歳  
性別 男性

減酒

印刷用画面

診察回選択に戻る

第2回

1. 振り返り

2. 目標の再設定

3. 次回診察に向けて

## 生活や心境の変化はありましたか？

現状に対する考え方 ぎりぎり減酒ができている

お酒を控えることによる良いこと

あなたが期待している改善内容

現在の体調 将来の健康 血圧の改善  
肝臓の数値改善 睡眠の改善 心の調子の改善  
家族が喜ぶ 仕事や学業が捗る

あなたの周りで喜んでくれる人

配偶者・パートナー 息子・娘

自分にご褒美をあげるとしたら

家族で旅行へ行く

変更済み

飲酒に対する情報

既往または治療中の疾患

肝障害・検査値異常 高血圧

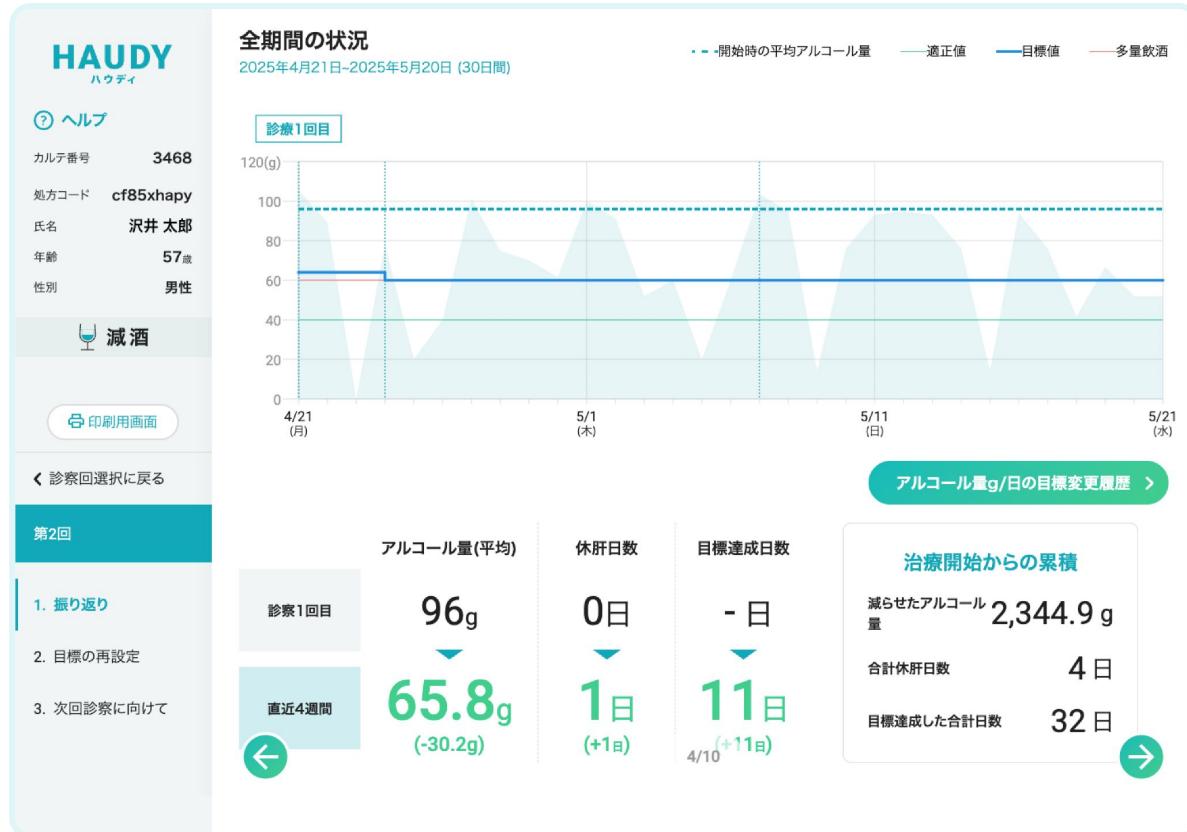
あなたが現在の生活で困っていること

物事に興味が持てない、楽しめないことが時々ある  
落ち込んだり、絶望を感じることが時々ある  
お酒のせいでご家庭やお仕事、学業に影響が出ている

3/10

3枚目の診察スライドでは、患者さんの現状に対する考え方、減酒・断酒のポジティブ面、現在の飲酒のネガティブ面への回答内容がそれぞれ表示されます。第1回診察以降の状況に関する詳細は、以降のスライドで話し合います。よって、記載内容の一部、特に現状に対する考え方や「変更済み」とタグが付いている箇所を読み上げて、患者さんへの関心を伝え、次のスライドへ移ります。

# 第2-3回診察 スライド 4/10

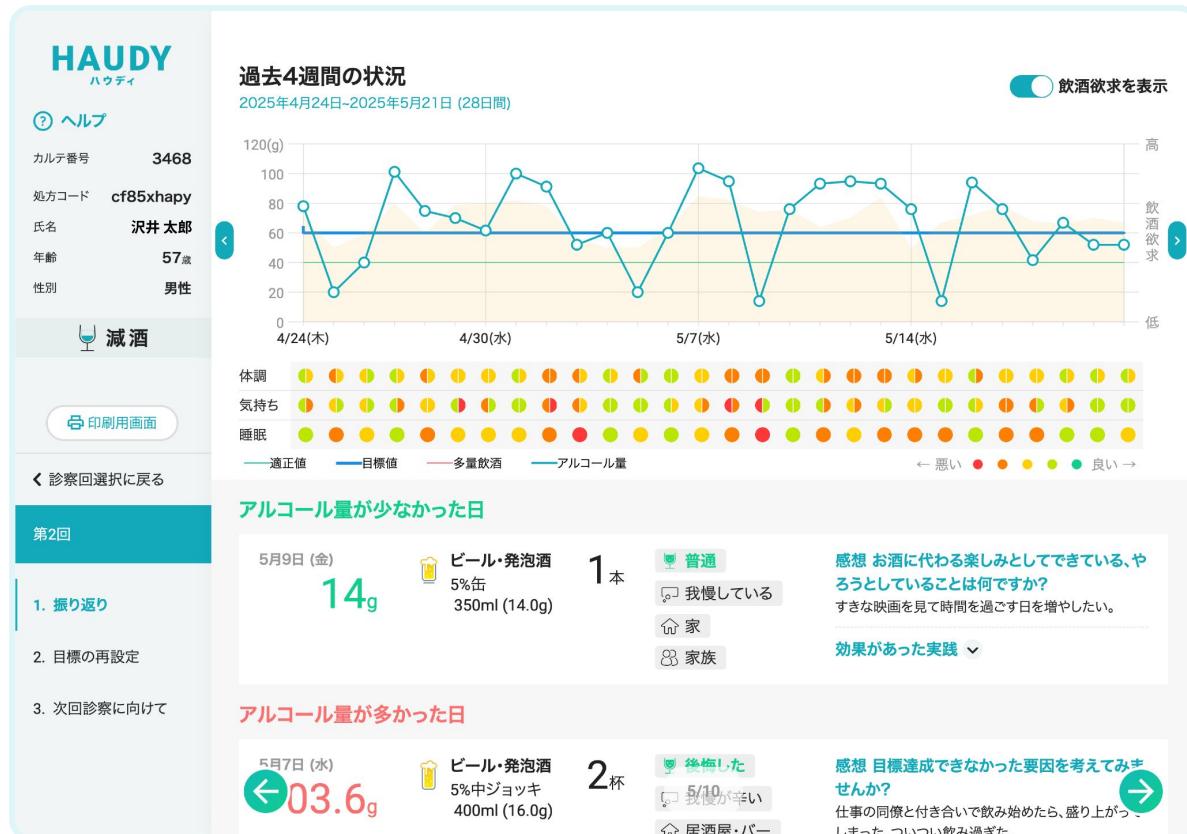


4枚目のスライドは、これまでの全期間の状況と目標達成状況です。画面上部に全期間のアルコール量がグラフ表示され、画面下部に前回診察時と直近4週間の比較表が表示されます。

前回から飲酒量に変化がないor増加している場合は、「すぐに活動を変えるのは難しいですよね。時期や生活状況にもありますし」というように、責めないように声掛けします。

飲酒量が減っている場合には、「良い変化が見られますね。どんな工夫やコツがあったのでしょうか」と素直に賞賛して、次のスライドへ移りましょう。

# 第2-3回診察 スライド 5/10



スライド5枚目では、患者さんの飲酒記録詳細を確認します。画面上部に過去4週間のアルコール量と飲酒欲求がグラフ表示され、画面下部にそれぞれの日が詳細表示されます。

第2-3回診察 スライド 5/10

HAUDY  
ハウディ

### 過去4週間の状況

2025年4月24日~2025年5月21日 (28日間)

② ヘルプ

カルテ番号 3468  
処方コード cf85xhapy  
氏名 沢井 太郎  
年齢 57歳  
性別 男性

減酒

印刷用画面

診察回選択に戻る

第2回

1. 振り返り

2. 目標の再設定

3. 次回診察に向けて

飲酒欲求を表示

4/24(木) 4/30(水) 5/7(水) 5/14(水)

体調 気持ち 睡眠

← 悪い ● →

適正値 目標値 多量飲酒 アルコール量

### アルコール量が少なかった日

5月9日 (金) 14g ビール・発泡酒 5%缶 350ml (14.0g) 1本 普通 我慢している 家 家族

感想 お酒に代わる楽しみとしてできている、やろうとしていることは何ですか？  
好きな映画を見て時間を過ごす日を増やしたい。

効果があった実践 ▾

### アルコール量が多かった日

5月7日 (水) ← 03.6g ビール・発泡酒 5%中ジョッキ 400ml (16.0g) 2杯 後悔した 5/10 我慢がましい 居酒屋・バー

感想 目標達成できなかった要因を考えてみませんか？  
仕事の同僚と付き合いでの飲み始めたら、盛り上がりてしまった。ついつい飲み過ぎた。

ここではアルコール量が少ない日を取り上げて、「この日は何が良かったのでしょうか？どんな工夫をされたんですか？他の日にもその工夫は活用できそうでしょうか？」と、その日の状況や工夫を聞いてみてください。うまくいった時の状況や工夫を他の日に敷衍することで、飲酒習慣はより改善しやすくなります。

また、アルコール量が多い日に特徴的な状況や誘因、すなわち引き金を「量が多い日に特徴はありますか？多量飲酒の引き金となる状況はありますか？」と聞いてみます。本人が引き金に気づいている場合は、その引き金を避けたり対処したりする方法について語ってもらうのも良いでしょう。

# 第2-3回診察 スライド 6/10

第2回診察のスライド6・7は第1回診察と同様です。

第2回診察以降の目標は無理に変えなくても良いですが、本人が飲酒習慣を変えられそうだと自信を深めているなら、過去4週の達成状況を本人と確認しながら、さらに目標を高く設定しても良いでしょう。

## ● 減酒・断酒目標の設定

患者アプリの診察前の振り返りで本人が希望した目標（減酒または断酒）が反映されます。

### ＝ 例えはこんな声掛けを

- 1. 「減酒したい」「断酒したい」をタップすることで、診療内で目標変更は可能だが、本人の意向に沿った目標設定の方が転帰がよい傾向があるとされています。
- 2. 「〇〇したいとお考えなのですね」
- 3. 本人の希望が「先生に相談したい」の場合
  - 「断酒目標を試してみるのはどうでしょう？もちろんいつでも目標は変更可能ですが。（少しでも渋る素振りがあれば）では減酒目標を試してみましょうか」



# 第2-3回診察 スライド 7/10

**HAUDY**  
ハウディ

② ヘルプ  
カルテ番号 3468  
処方コード cf85xhapy  
氏名 沢井 太郎  
年齢 57歳  
性別 男性

**減酒**

印刷用画面

診察回選択に戻る

第2回

1. 振り返り  
2. 目標の再設定  
3. 次回診察に向けて

目標の設定

元のアルコール量に戻す

休肝日(/週) 0日 (変更前 0日(±0))

過去4週の達成状況

チューハイ・サワー 5% 中ジョッキ 400ml ... 2杯 (変更前 2杯(±0))

ビール・発泡酒 5% 中ジョッキ 400ml ... 1杯 (変更前 1杯(±0))

チューハイ・サワー 3% 缶 500ml 12.0g 1本 (変更前 1本(±0))

過去4週の達成状況 (週平均)

ドリンクを追加

7/10

アルコール量  
**60.0** g/日  
(±0)

アルコール量  
(週平均)  
**60.0** g/日  
(±0)

減酒プランの提案

多量飲酒 60g 以下にする >

推奨基準 40g 以下にする >

## ● 具体的な目標設定（減酒のみ）

休肝日、アルコール飲料の種類、量を具体的に設定します。右下の「〇〇以下にする」というボタンをタップすると、そのアルコール量以下にするための飲み方のパターンが自動で提案されます。

## 例えはこんな声掛けを

患者さんの過去4週の達成状況、意向も踏まえ、必要に応じて目標を調整します。

- 「この数週間の結果を踏まえると、具体的な目標についてはご自身ではどのように思われますか？変えてみたいでしょうか？」
- 「前回は1日に飲む量を減らす目標にしましたが、今回は休肝日を増やしてみるのはどうでしょう？」

# 第2-3回診察 スライド 7/10



患者さんと話し合いながら目標が設定できたら、「反映する」ボタンをタップしてください。この操作により、患者さんのスマートフォンにインストールされた患者アプリにこの目標が送信されます。（断酒目標を選んでいる場合は、この画面は表示されません。）

# 第2-3回診察 スライド 8/10

**HAUDY**  
ハウディ

② ヘルプ

カルテ番号 3468

処方コード cf85xhapy

氏名 沢井 太郎

年齢 57歳

性別 男性

 減酒

 印刷用画面

診察回選択に戻る

第2回

1. 振り返り

2. 目標の再設定

3. 次回診察に向けて

実践の確認と提案

取り組み中の実践

減酒(断酒)後の自分の良い変化を想像する	✓ 効果あり	2回
「減酒(断酒)体験談」で検索して参考にしてみる	✓ 効果あり	1回
1杯飲む毎にアプリで飲酒記録をつける	✓ 効果あり	2回
次の1杯までの時間をあける	✓ 効果あり	2回
お酒とソフトドリンクを交互に飲む	✓ 効果あり	2回
帰宅時にお酒を売っている店の前を通らない	✓ 効果あり	1回
お酒を注がれそうになったら断る		0回
1杯飲む毎にアルコール量をアプリで確認する	✓ 効果あり	1回
最初の1杯にソフトドリンクを頼む	✓ 効果あり	1回
喉が渴いたら水や炭酸飲料を飲む		0回

←

8/10

→

第2回診察の8枚目のスライドは、第1回診察にはなかったスライドです。患者アプリから提案された行動上の工夫のうち、患者さんが実践したと回答したものが一覧表示されます。患者さん自身が役に立った、効果的だったと回答した実践には「効果あり」タグが表示されます。患者さん自身、どの工夫の実践が続けられそうか答えてもらったり、身に付いた実践の一部を読み上げ、患者さんに詳しく語ってもらうのも良いと思います。

# 第2-3回診察 スライド 9/10

**HAUDY**  
ハウディ

② ヘルプ

カルテ番号 3468

処方コード cf85xhapy

氏名 沢井 太郎

年齢 57歳

性別 男性



印刷用画面

診察回選択に戻る

第2回

1. 振り返り

2. 目標の再設定

3. 次回診察に向けて

## 次回診察に向けて

### 引き続き、毎日アプリに記録を付けましょう！

正確な記録を続ける習慣が、より確実な減酒・断酒につながります  
アプリの宿題も継続し、お酒への理解を深めてください

### 現在の生活で困っていること

ひとつひとつの積み重ねが、必ず成果に繋がります  
失敗しても、続けることが重要です



9/10



スライド9で、患者さんに飲酒記録の継続、アプリでの宿題実践を促し、次のスライドに進んでください。

# 第2-3回診察 スライド 10/10

**HAUDY**  
ハウディ

② ヘルプ

カルテ番号 3468  
処方コード cf85xhapy  
氏名 沢井 太郎  
年齢 57歳  
性別 男性

減酒

印刷用画面

診察回選択に戻る

第2回

1. 振り返り  
2. 目標の再設定  
3. 次回診察に向けて

新たな4週間がスタートします

今日の診察に対して質問はありますか?  
また、今後の心配や不安があれば、ぜひ相談してください

次回に向けたアドバイス 任意

治療開始前より着実にお酒を減らせてています。頑張った成果が見えてきていると思います。趣味楽しめた日はお酒が減っていそうですね。

0 / 400

診察完了

次の診察までは  
私がサポートしますね

ナンシー

10/10

最後のスライドは第1回診察と同様です。アドバイスを入力するか否かにかかわらず、診察が完了しましたら、診察完了ボタンをタップしてください。以上で、第2回診察は終了です。

## ● アドバイスの入力（任意）

診療の中で強調したいアドバイスがあれば、テキストでご記入ください。

「応援しています」のようなシンプルなエールでも結構です。入力した内容は患者さんの患者アプリに反映されます。

第1回診察

第2-3回診察

第4回診察

第5-7回診察

## 第4回診察で行うこと

- 1 受診、アプリ使用継続の励まし**
- 2 飲酒に関する状況、考え方の把握**
- 3 目標達成状況の把握**
- 4 記録の確認**
- 5 目標の見直し（必要に応じて）**
- 6 中間振り返り（これからの治療について）**
- 7 アドバイスの入力（任意）**

1-5, 7は第2-3回診察と同様

第4回診察で行なうことは、第2回・第3回診察とおおむね同様ですが、6. 中間振り返り（これからの治療について）が追加されているのが特徴です。第4回は治療開始から3ヶ月が経つタイミングとなりますので、患者さんが自身の飲酒習慣を変えるチャレンジがうまくいっていると考えているのか、そうでないのか、他の治療選択肢にも興味があるのかについて話し合います。

# 第4回診察前に患者さんが患者アプリで行うこと

## ● 飲酒記録、実践、振り返り、セルフケア、宿題

第4回診察前の宿題では、専門医療機関での治療や薬物療法について学習し、これらの治療法に興味があるか回答します。この回答は医師アプリのスライド9に反映されます。



# 第4回診察 スライド 1-8/10

スライド1-8は第2-3回診察と同様です。

**第2回目の診察です**

減酒・断酒の取り組みは順調でしょうか?  
相談や質問があれば、診察室内にいつでもしてください

現状の把握 → 目標設定 → 次回診察に向かって

前回診察日から30日(100%)  
前回診察日 4月21日

**前回の診察から、いかがでしたか?**

2025年4月21日～2025年5月21日(30日間)

飲酒記録: 31日分  
宿題: 5/5  
実践: 26回

セルフケア: 2本  
チェックイン: 31日分  
チェックアウト: 31日分

**生活や心境の変化はありましたか?**

現状に対する考え方: ぎりぎり減酒がされている

お酒を控えることによる良いこと  
あなたの周りで苦でなく、血圧の改善  
肝臓の改善改善、睡眠の改善、心の調子の改善  
あなたが喜ぶ、仕事や家庭が持続

あなたの周りで苦でなく、血圧の改善  
あなたが喜ぶ、仕事や家庭が持続  
お酒のせいでの家庭や仕事、学業に影響が出てい

**全期間の状況**

2025年4月21日～2025年5月20日(30日間)

アルコール量(平均): 96g  
休肝日数: 0日  
目標達成日数: 11日

治療開始からの累積: 2,344.9g  
合計休肝日数: 4日  
目標達成日: 32日

**過去4週間の状況**

アルコール量が少なかった日: 5月1日(14g)  
アルコール量が多かった日: 5月17日(350ml(14.0g))

1. 帰り返り  
2. 日替の再設定  
3. 次回診察に向けた

**今後のお酒との付き合い方**

**減酒**したい **断酒**したい

1. 自分にとって達成できる減酒目標を決める  
2. 目標は途中で変更が可能  
3. できなかつた自分を責めない、できた自分を褒める

**目標の設定**

アルコール量: 60.0g/日  
アルコール量(週平均): 60.0g/日

減酒プランの提案  
目標飲酒 60g 以下にする  
推奨量 40g 以下にする

**実践の確認と提案**

取り組み中の実践  
減酒(断酒)後の自分の良い変化を想像する  
「減酒(断酒)目標」で検索して参考にしてみる  
1杯飲む前にアプリで飲酒記録をつける  
次の1杯までの時間がある  
お酒とソフトドリンクを交互に飲む  
帰宅時にお酒を売っている店の前を通り抜ける  
お酒を注がれそうにならなかったら断る  
1杯飲む前にアルコール量をアプリで確認する  
最初の1杯にソフトドリンクを混む  
寒が引いたら水や炭酸飲料を飲む

# 第4回診察 スライド 9/10

**HAUDY**  
ハウディ

① ヘルプ

カルテ番号 3468

処方コード cf85xhapy

氏名 沢井 太郎

年齢 57歳

性別 男性

飲酒

印刷用画面

診察回選択に戻る

第4回

1. 振り返り

2. 目標の再設定

3. 次回診察に向けて

## これからの治療について

減酒・断酒に対する実感

ぎりぎり減酒ができている

薬物療法に対する考え方

薬物療法に興味はある

興味があるお薬のタイプ

脳で働いて減酒を助ける薬「ナルメフェン」

専門治療に対する考え方

先生に相談したい



9/10



第4回診察では、9枚目のスライドだけがこれまでと異なります。このスライドでは、宿題で学習した専門治療や薬物療法に関する患者さんの考えが表示されます。治療目標がうまく達成できていない場合に、薬物療法や専門治療などへの移行を行いやすくすることを意図したスライドです。

# 第4回診察 スライド 10/10

**HAUDY**  
ハウディ

① ヘルプ

カルテ番号 3468

処方コード cf85xhapy

氏名 沢井 太郎

年齢 57歳

性別 男性

飲酒

印刷用画面

診察回選択に戻る

第4回

1. 振り返り

2. 目標の再設定

3. 次回診察に向けて

## 新たな4週間がスタートします

今日の診察に対して質問はありますか?  
また、今後の心配や不安があれば、ぜひ相談してください

次回に向けたアドバイス 任意

治療開始前より着実にお酒を減らしています。頑張った成果が見えてきていると思います。趣味楽しめた日はお酒が減っていそうですね。

0 / 400

診察完了

10/10



スライド10は第2-3回診察と同様です。

### ● アドバイスの入力（任意）

診療の中で強調したいアドバイスがあれば、テキストでご記入ください。

「応援しています」のようなシンプルなエールでも結構です。入力した内容は患者さんの患者アプリに反映されます。

なお、アドバイスを入力しない場合も、診察が完了しましたら「診察完了」ボタンをタップしてください。

第1回診察

第2-3回診察

第4回診察

第5-7回診察

# 第5-7回診察で行うこと

## 1 目標達成状況の把握

第5回から第7回の診察では、

## 2 記録の確認

1. 目標達成状況の把握、
  2. 記録の確認、
  3. 必要に応じて目標の見直し、
  4. アドバイスの入力
- の4つを行います。

## 3 目標の見直し（必要に応じて）

## 4 アドバイスの入力（任意）

# 第5-7回診察前に患者さんが患者アプリで行うこと

## ● 飲酒記録、実践、振り返り、セルフケア

第4回診察以降は宿題はありません。第4回までに学んだことを活用しながら、アプリの提案に従って飲酒記録、実践、振り返り、セルフケアを継続します。



# 第5-7回診察 スライド 1-3/6

第5-7回診察のスライド1,2,3は第2-4回診察のスライド1,4,5と同様です。

**HAUDY**  
ヘルプ

カルテ番号 3468  
料金コード cf05xshappy  
氏名 沢井 太郎  
年齢 57歳  
性別 男性

減酒

① 印刷用画面

第1回  
第2回  
第3回  
第4回  
第5回  
第6回  
第7回

**第2回目の診察です**

減酒・断酒の取り組みは順調でしょうか?  
相談や質問があれば、診察内にいつでもしてください

1 現状の把握 → 2 目標設定 → 3 次回診察に向けて

前回診察日 4月 21日  
前回診察日からの飲酒記録 30日 / 30日 (100%)  
第1回診察日:2025年4月21日(2ヶ月目)

1/10

**HAUDY**  
ヘルプ

カルテ番号 3468  
料金コード cf05xshappy  
氏名 沢井 太郎  
年齢 57歳  
性別 男性

減酒

① 印刷用画面

全期間の状況  
2025年4月21日-2025年5月20日 (30日間)

診察1回目

4/21(月) 5/1(火) 5/11(土) 5/21(水)

アルコール量g/日の目標変更履歴

アルコール量(平均) 96g  
直近4週間 65.8g (-30.2g)

休肝日数 0日  
目標達成日数 1日  
治療開始からの累積  
減らせたアルコール量 2,344.9g  
合計休肝日数 4日  
目標達成した合計日数 32日

診察回選択に戻る

第2回  
1. 戻り先  
2. 目標の再設定  
3. 次回診察に向けて

**HAUDY**  
ヘルプ

カルテ番号 3468  
料金コード cf05xshappy  
氏名 沢井 太郎  
年齢 57歳  
性別 男性

減酒

① 印刷用画面

過去4週間の状況  
2025年4月24日-2025年5月21日 (28日間)

アルコール量が少なかった日  
5月9日(金) 14g  
ビール・発泡酒 1本  
5%缶 350ml (14.0g)

感想 お酒に代わる楽しみとしてできている、や  
うとしていることは何ですか?  
好きな映画を見て時間を過ごす日を増やしたい。  
効果があった実践  
効果があった実践

アルコール量が多かった日  
5月7日(水) 03.6g  
ビール・発泡酒 2本  
5%中ジョッキ 400ml (16.0g)

感想 目標達成できなかった要因を考えみて  
せん?  
仕事の問題と付き合い飲み始めたら、盛り上がり  
しまった。

体調  
気持ちは  
寝取  
直近  
目標  
多量飲酒  
アルコール量  
飲酒欲求を表示

← 悪い →  
→ 良い →

診察回選択に戻る

第2回  
1. 戻り先  
2. 目標の再設定  
3. 次回診察に向けて

# 第5-7回診察 スライド 4-6/6

第5-7回診察のスライド4,5,6は第2-4回診察のスライド6,7,10と同様です。

**HAUDY**

カルテ番号 3468  
初回コード cfd5xhapy  
氏名 沢井 太郎  
年齢 57歳  
性別 男性

減酒

印刷用画面

診察回選択に戻る

第2回

1. 戻り返り  
2. 目標の再設定  
3. 次回診察に向けて

今後のお酒との付き合い方

減酒したい 断酒したい

1. 自分にとって達成できる減酒目標を決める  
2. 目標は途中で変更が可能  
3. できなかった自分を責めない、できた自分を褒める

6/10

**HAUDY**

カルテ番号 3468  
初回コード cfd5xhapy  
氏名 沢井 太郎  
年齢 57歳  
性別 男性

減酒

印刷用画面

診察回選択に戻る

第2回

1. 戻り返り  
2. 目標の再設定  
3. 次回診察に向けて

目標の設定

休肝日(/週) 0日 (0杯)

過去4週の達成状況

ドリンクを追加

7/10

チューハイ・サワー 5% 中ジョッキ 400ml ... 2杯 (2杯)

ビール・癡泡酒 5% 中ジョッキ 400ml ... 1杯 (1杯)

チューハイ・サワー 3% 缶 500ml 12.0g 1本 (1本)

過去4週の達成状況 (週平均)

アルコール量 60.0 g/日 (±0)

アルコール量 (週平均) 60.0 g/日 (±0)

減酒プランの提案

多量放酒 60g 以下にする >

推奨基準 40g 以下にする >

**HAUDY**

カルテ番号 3468  
初回コード cfd5xhapy  
氏名 沢井 太郎  
年齢 57歳  
性別 男性

減酒

印刷用画面

診察回選択に戻る

第2回

1. 戻り返り  
2. 目標の再設定  
3. 次回診察に向けて

新たな4週間がスタートします

今日の診察に対して質問はありますか?  
また、今後の心配や不安があれば、ぜひ相談してください

次回に向けたアドバイス 任意

治療開始前より着実にお酒を減らさせています。頑張った成果が見えてきていると思います。趣味楽しめた日はお酒が減っていそうですね。

0 / 400

診察完了

次の診察までは  
私がサポートしますね

ナンシー

10/10

このように、第5回から第7回の診療は経過観察に近いものとなります。  
以上で、全6ヶ月の医師アプリを用いた診療は終了となります。

本品は、関連学会の作成した「新アルコール・薬物使用障害の診断治療ガイドライン」、「新アルコール・薬物使用障害の診断治療ガイドラインに基づいたアルコール依存症の診断治療の手引き」及び「飲酒量低減治療マニュアル ポケット版」等に基づく標準的な治療の補助としてご使用ください。

監修：医療法人社団 慶洋会 ケイアイクリニック 院長、慶應義塾大学医学部 客員教授 堀江 義則 先生