

健康おきなわ 21 2025							健康おきなわ 21 2025						
1月							2月						
月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5						1	2
		○	○	○	○	○						○	○
6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
27	28	29	30	31			24	25	26	27	28		
○	○	○	○	○			○	○	○	○	○		

楽しく、ほどよく飲んで、取り戻そう！
健康長寿おきなわ!! /



沖縄県健康長寿課
 Tel/098-866-2209 <http://alc.okinawa.jp>

- 爽快期
- ほろ酔い期
- 酩酊初期
- 酩酊期
- 泥酔期
- 昏睡期

楽しく、ほどよく飲んで、取り戻そう！
健康長寿おきなわ!! /



沖縄県健康長寿課
 Tel/098-866-2209 <http://alc.okinawa.jp>

- 爽快期
- ほろ酔い期
- 酩酊初期
- 酩酊期
- 泥酔期
- 昏睡期

健康おきなわ 21 2025							健康おきなわ 21 2025						
3月							4月						
月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
					1	2		1	2	3	4	5	6
					○	○		○	○	○	○	○	○
3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
24	25	26	27	28	29	30	28	29	30				
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○				

楽しく、ほどよく飲んで、取り戻そう！
健康長寿おきなわ!! /



沖縄県健康長寿課
 Tel/098-866-2209 <http://alc.okinawa.jp>

- 爽快期
- ほろ酔い期
- 酩酊初期
- 酩酊期
- 泥酔期
- 昏睡期

楽しく、ほどよく飲んで、取り戻そう！
健康長寿おきなわ!! /



沖縄県健康長寿課
 Tel/098-866-2209 <http://alc.okinawa.jp>

- 爽快期
- ほろ酔い期
- 酩酊初期
- 酩酊期
- 泥酔期
- 昏睡期

健康おきなわ 21 2025							健康おきなわ 21 2025						
5月							6月						
月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4							1
			○	○	○	○							○
5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
26	27	28	29	30	31		23 ○ 30 ○	25	25	26	27	28	29
○	○	○	○	○	○			○	○	○	○	○	○

楽しく、ほどよく飲んで、取り戻そう！
健康長寿おきなわ!! /



沖縄県健康長寿課
 Tel/098-866-2209 <http://alc.okinawa.jp>

- 爽快期
- ほろ酔い期
- 酩酊初期
- 酩酊期
- 泥酔期
- 昏睡期

楽しく、ほどよく飲んで、取り戻そう！
健康長寿おきなわ!! /



沖縄県健康長寿課
 Tel/098-866-2209 <http://alc.okinawa.jp>

- 爽快期
- ほろ酔い期
- 酩酊初期
- 酩酊期
- 泥酔期
- 昏睡期

健康おきなわ 21 2025							健康おきなわ 21 2025						
7月							8月						
月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6					1	2	3
	○	○	○	○	○	○					○	○	○
7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
28	29	30					25	26	27	28	29	30	
○	○	○					○	○	○	○	○	○	

楽しく、ほどよく飲んで、取り戻そう！
健康長寿おきなわ!! /



沖縄県健康長寿課
 Tel/098-866-2209 <http://alc.okinawa.jp>

- 爽快期
- ほろ酔い期
- 酩酊初期
- 酩酊期
- 泥酔期
- 昏睡期

楽しく、ほどよく飲んで、取り戻そう！
健康長寿おきなわ!! /



沖縄県健康長寿課
 Tel/098-866-2209 <http://alc.okinawa.jp>

- 爽快期
- ほろ酔い期
- 酩酊初期
- 酩酊期
- 泥酔期
- 昏睡期



健康おきなわ 21
2025



月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					



健康おきなわ 21
2025



月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

楽しく、ほどよく飲んで、取り戻そう！
健康長寿おきなわ!! /

沖縄県健康長寿課
Tel/098-866-2209 <http://alc.okinawa.jp>

● 爽快期

● 酩酊初期

● 酩酊期

● 泥酔期

● 昏睡期

楽しく、ほどよく飲んで、取り戻そう！
健康長寿おきなわ!! /

沖縄県健康長寿課
Tel/098-866-2209 <http://alc.okinawa.jp>

● 爽快期

● 酩酊初期

● 酩酊期

● 泥酔期

● 昏睡期



健康おきなわ 21
2025



月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30



健康おきなわ 21
2025



月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

楽しく、ほどよく飲んで、取り戻そう！
健康長寿おきなわ!! /

沖縄県健康長寿課
Tel/098-866-2209 <http://alc.okinawa.jp>

● 爽快期

● 酩酊初期

● 酩酊期

● 泥酔期

● 昏睡期

楽しく、ほどよく飲んで、取り戻そう！
健康長寿おきなわ!! /

沖縄県健康長寿課
Tel/098-866-2209 <http://alc.okinawa.jp>

● 爽快期

● 酩酊初期

● 酩酊期

● 泥酔期

● 昏睡期