

飲酒量振り返りカレンダー：2015年

1ドリンクとは



缶ビール500 mL
で1/2本



通常のワイン（12%）
100 mLでグラス1杯



日本酒徳利で1/2本
（0.5合）



ハードリカー30 mL
（例、ラム、ウォッ
カ、ウイスキー）



ハードリカー30 mL が入
った、カクテルまたはス
トレートドリンク1つ

以下を記入して下さい。

開始日（1日目）： _____ 終了日（昨日）： _____
月 日 年 月 日 年

2015年	日	月	火	水	木	金	土
					1 元旦	2	3
1 月	4	5	6	7	8	9	10
	11	12 成人の日	13	14	15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30	31
2 月	1	2	3	4	5	6	7
	8	9	10	11 建国記念日	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21
	22	23	24	25	26	27	28
3 月	1	2	3	4	5	6	7
	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21 春分の日
	22	23	24	25	26	27	28
4 月	29	30	31	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
5 月	26	27	28	29 昭和の日	30	1	2
	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6	7	8	9
	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23
5 月	24	25	26	27	28	29	30
	31						

2015年	日	月	火	水	木	金	土
6月		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	1	2	3	4
7月	5	6	7	8	9	10	11
	12	13	14	15	16	17	18
	19	20 海の日	21	22	23	24	25
	26	27	28	29	30	31	1
8月	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	1	2	3	4	5
9月	6	7	8	9	10	11	12
	13	14	15	16	17	18	19
	20	21 敬老の日	22	23 秋分の日	24	25	26
	27	28	29	30	1	2	3
10月	4	5	6	7	8	9	10
	11	12 体育の日	13	14	15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30	31
	1	2	3 文化の日	4	5	6	7
11月	8	9	10	11	12	13	14
	15	16	17	18	19	20	21
	22	23 勤労感謝の日	24	25	26	27	28
	29	30	1	2	3	4	5
12月	6	7	8	9	10	11	12
	13	14	15	16	17	18	19
	20	21	22	23 天皇誕生日	24	25	26
	27	28	29	30	31		