

5月31日は

世界禁煙デー

～5月31日～6月6日は禁煙週間～



禁煙したいあなた 禁煙を勧めたい方がいるあなたに 耳寄りな情報があります！

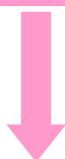


禁煙は自力でしなければ！と思いませんか？
禁煙をサポートできる場所が増えました。

今まで



禁煙指導を行う医療機関（禁煙外来）
禁煙相談・情報提供を行う保健所・保健センター



プラス



平成26年4月から

長野市薬剤師会の

禁煙サポート薬局

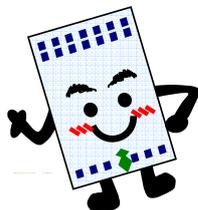
薬剤師と禁煙の相談ができ、より身近なサポート機関となります。

詳しくは、長野市薬剤師会へ

<http://www.nagano-shiyaku.or.jp/>



たばこ依存症、ニコチン依存症は「病気」です。
自力でなんとかしようと思ったり、意志を強くもてばいいと考えてもうまく
いかないこともあります。
1人で頑張らず、禁煙補助剤を使用したり、サポート機関を利用されること
もお勧めします。
お気軽にご相談ください。



皆様の健康づくりに役立てていただくための「職場出前講座」実施中！
お気軽にお問合せください。

長野市保健所健康課
新・健康ながの21職場推進部会
電話 226-9960 FAX 226-9982