

脱！たばこ 禁煙相談のご案内

「やめたいけど自信がない」「もうやめたい。でも、なかなかやめられない」と思っている皆さん、私たちと一緒に禁煙にチャレンジしてみませんか？

<セミナーの内容>



ステップ 1 現在のたばこに関する状況等をお聞きします



ステップ 2 保健師が個別にたばこについての相談を行います
(これからの、支援スケジュールを一緒に考えます)



ステップ 3 電話やメール、面接などで3ヵ月間、継続して支援します

<お申し込み・お問い合わせ>

三次市健康推進課 健康推進係

電話 0824-62-6257

FAX 0824-62-6382

各支所

キリトリセン

禁煙相談申込書

禁煙相談に申し込みます。

令和 年 月 日

住所 三次市

氏名

(生年月日 年 月 日)

電話番号

メールアドレス



*この情報を目的外に使用することはありません。