

# 禁煙始めてみませんか？

## たばこをやめたくてもやめられない理由は？

たばこに含まれる「ニコチン」は依存性が高く、「自力で何とかしよう」「禁煙する意志を強く持とう」と考えても禁煙は難しいものです。そのため1人で悩まず、周囲のサポートを受けましょう。やめたいと考えている人は**禁煙外来**をお勧めします。



### 禁煙外来とは？

喫煙を単なる「習慣」ではなく、依存症としての「病気」と捉え、お医者さんと一緒に禁煙に取り組む「禁煙治療」を行うことのできる医療機関のこと。

### 禁煙外来

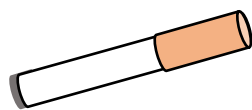
#### ●費用

保健適応で13,000～20,000円程度

#### ●期間

12週間（約3か月）で計5回程度

\*詳しくは各禁煙外来実施医療機関にお問い合わせください。



### 【田村郡内の禁煙外来実施医療機関】

| 医療機関名               | 電話番号          | 住所                      |
|---------------------|---------------|-------------------------|
| せんざき医院              | ☎0247-61-2777 | 田村郡三春町字大町32<br>みはる壱番館1階 |
| 医療法人 のざわ内科<br>クリニック | ☎0247-61-1500 | 田村郡三春町大字貝山字<br>岩田86番地2  |
| 雷クリニック              | ☎0247-62-6333 | 田村郡三春町担橋2-1-2           |
| 医療法人慶信石塚醫院          | ☎0247-72-2161 | 田村郡小野町小野新町字<br>品ノ気123   |

その他の禁煙外来実施医療機関は福島県ホームページ「禁煙外来情報」をご参照ください。