

タバコに関する お悩み相談 お受けします！

タバコをやめたいけど
うまいかない...



イライラした時に
タバコを吸ってしまう
どうしたらよいか

健康への影響が
知りたい



～ **保健師**があなたのご相談をお受けします ～

・費用: **無料** ☆簡易肺年齢、呼気中一酸化炭素濃度の測定もできます

・要予約 (1週間前までにTELまたはFAXにて)

・日時: 月～金曜日 9:30～16:00
1人30分程度(個別)

・場所: あかし保健所 3階
(JR大久保駅南口より西へ徒歩2分)

・申込先: あかし保健所 健康推進課

TEL (078)918-5657
FAX(078)918-5440



健康づくりのMyルーティン^{*}を一緒に見つけよう！

※自身のライフスタイルに合わせ、健康づくりを意識した行動を習慣的に取り入れることを指します。

令和5年4月作成