



2024年5月

## 世界禁煙デーおよび禁煙外来のお知らせ

### 世界禁煙デーについて

5 / 3 1 は世界禁煙デーです。5 / 3 1 ~ 6 / 6 までの間、中央ホールにて禁煙に関する情報を展示します。ご興味のある方は、ぜひご覧ください。

### 禁煙外来について

- ★タバコをやめたい方を支援する外来です。
- ★ご自身の意志だけでなく、禁煙補助薬や医師・看護師のサポートにより、禁煙を無理なく進めることができます。
- ★ニコチネルTTSという貼り薬（ニコチンパッチ）を使用します。
- ★12週間のプログラムで、初診含め5回の受診が必要です。  
長期の演習や入校と重ならない時期のご予約をお願いします。
- ★禁煙外来は完全予約制です。まずは、お問い合わせください。（14:00~16:00）
- ★予約のお電話は受診されるご本人様よりお願いします。



昨年の様子

### ご案内

各部隊における禁煙啓発活動・教育のための参考資料は、日本医師会HP、日本禁煙学会HPをご参照ください。

