

薬局で

# 禁煙のためのアドバイスを受けられます

## 今度こそ禁煙!

やめたいと思ってもなかなかやめられないのがたばこ!

練馬区は、練馬区薬剤師会と協働して、練馬区禁煙支援薬局で薬剤師による禁煙に関する情報提供、禁煙相談およびニコチンパッチなどの禁煙補助剤を用いた禁煙支援を行います。

タバコに、さようなら

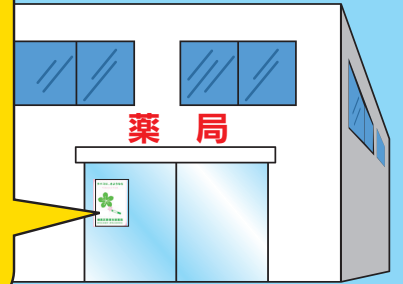
Tabacco Free



練馬区禁煙支援薬局

練馬区保健所・練馬区薬剤師会

このステッカーが目印!



禁煙支援薬局は練馬区公式ホームページでもご覧になれます。

<http://www.city.nerima.tokyo.jp/>



いつからでも

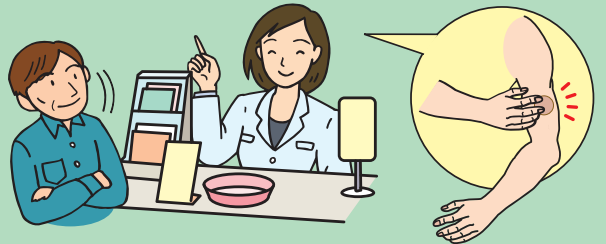
気軽に

チャレンジ

## 禁煙補助剤でのりきろう!

禁煙の第一歩は、ニコチン切れによっておこるイライラなどの離脱症状を克服することです!

離脱症状を抑えるには、ニコチンパッチなどの禁煙補助剤を使用するのが効果的です! 禁煙補助剤を使用して禁煙開始直後のつらい時期を乗り越えましょう!!



## 禁煙補助剤の費用を一部助成します。

通常8週間の使用期間のところ、最初の2週間分を助成します。

定員は100名(申し込み順)です。定員になり次第、終了となります。

6月1日より受付

対象

- 禁煙にチャレンジしたい20歳以上の練馬区民
- 薬剤師による禁煙相談を受けて、禁煙補助剤の使用が可能な方
- 禁煙補助剤の使用終了後、区からのアンケートに回答をお約束いただける方
- 昨年度に練馬区の禁煙補助剤費用助成を利用していない方

練馬区禁煙支援薬局で禁煙相談を受けます。  
対象の方は、禁煙チャレンジの申込書に記入します。

薬剤師から禁煙補助剤を受け取ります。3週目以降は、自費で購入し禁煙達成に向けて継続して使用します。

禁煙補助剤終了後と半年後の2回、禁煙状況についてアンケートをお送りいたしますので返信してください。

練馬区保健所・練馬区薬剤師会