

禁煙教室

コツは「気楽に、前向きに！」
自分に合った禁煙方法を見つけて、チャレンジしてみませんか。

タバコをやめると
いいことが
いっぱい!



教室内容

- ☆ 「タバコの健康影響」「禁煙のコツ」のお話
- ☆ 呼気中一酸化炭素濃度測定、肺年齢測定 等

教室終了後は、メールやFaxを利用して
3か月間の禁煙サポートを行います。

対象者：タバコをやめたいと考えている方

料 金：1,000円

日 時：平成30年 5月12日 7月28日 9月29日 11月10日

平成31年 1月12日 3月23日 ※全て土曜日

10:00~12:00 (受付は9:30~9:45)

★予約制★

電話、FAXまたはメールでお申込みください。

「ハイチェッカー」
肺年齢を測定する
機器です。

福岡市健康づくりサポートセンター

〒810-0073 福岡市中央区舞鶴2丁目5番1号 あいれふ4F

<http://www.kenkou-support.jp>

あいれふ

TEL 092-751-2806

FAX 092-751-2572

メール yoyaku@kenkou-support.jp



会場は 2階 です



福岡市健康づくりサポートセンター 行
Fax (092)751-2572



禁煙教室

申込み書



ふりがな			
氏名			男・女
住所	〒	—	
生年月日	大正・昭和・平成	年	月 日
電話番号	()	—	
Fax	()	—	
希望される受講日		月	日

医療機関からのご紹介の場合は、医療機関名をご記入ください。

電話番号 () —

★教室開催日の約1週間前に、ご案内・問診票を郵送いたします。