

「今すぐ！」 「いつかは…」 禁煙したいあなたへ

禁煙は山登りに似ています



薬局・薬店 （リフト）コース



身近な薬局で、ニコチンパッチやニコチンガムを購入する方法等で禁煙します。

 メリットは？

- ☑ 自力で頑張るより禁断症状を軽くすることができる！
- ☑ **横浜市禁煙支援薬局**では、気軽に無料で禁煙相談できる！（薬剤師に、自分に合った禁煙方法のアドバイスをもらえます。）

横浜市 禁煙支援薬局  

禁煙外来 （ロープウェイ）コース



医師の指導のもと、ニコチンパッチを使用する方法等で禁煙します。
(2024年5月現在、飲み薬は出荷停止となっています)

 メリットは？

- ☑ 禁断症状を軽くし、禁煙成功率が高くなる！
- ☑ 医療保険を使って治療を受けられる可能性あり！
- ☑ 医師や看護師の専門的なサポートが受けられる！

横浜市 禁煙外来  

都筑区薬剤師会HPは
こちら→



都筑区医師会HPは
こちら→



都筑区役所でも禁煙相談（無料）を受けられます。詳しくはお問合せ下さい。

【このちらしに関する問い合わせ先】
都筑区福祉保健課健康づくり係
☎ 045-948-2350
E-mail
tz-kenko@city.yokohama.lg.jp