

「禁煙相談」のご案内

〔主旨〕保健所では禁煙相談窓口を設置し、**「禁煙を始めたい方」**
「禁煙を続けたい方」等を対象に相談支援をしています。

〔相談方法〕

相談日～電話をいただき、ご都合に
合わせて日時を設定します。

相談場所～浦河保健所

[住所：浦河町東町ちのみ3丁目1-8]

相談内容～これまでの喫煙状況や生活習慣をお聞きし、**一人ひとりに合った禁煙方法**を工夫できるよう相談します。

また禁煙開始後も、再接触や電話等によって取り組み状況をお聞きしながら、**禁煙を続けていけるよう**支援します。(例えば、「どうしても吸いたくなかった時」の対処方法のアドバイス・・・等)



～問い合わせ・申し込み先～

北海道日高保健福祉事務所保健福祉部（浦河保健所）

TEL 0146-22-3071

「タバコや禁煙の相談」とお申し出下さい。
保健師等の専門職が対応します。