



禁煙に挑戦してみませんか？



# ～禁煙サポート実施中～

『たばこをやめたい。でもやめられない・・・。』  
そんなあなたのために稚内保健所では、医師・歯科医師・保健師・  
管理栄養士があなたの禁煙をサポートします。  
稚内保健所では「禁煙サポート」（たばこをやめたい人に対する個  
別禁煙支援）を実施しています。  
まずは、お気軽に御相談ください。

.....【詳細】.....

対象者：禁煙支援を希望する者

(身体の状態によっては、禁煙支援を受けられない場合も  
ありますのでご了承ください。)

支援者：医師、歯科医師、保健師、管理栄養士

支援方法：面接及び電話

支援期間：3ヶ月程度

申込方法：電話

申込先：北海道稚内保健所 禁煙サポート担当

電話 (0162) - 33 - 3703

.....