



平成24年度 かながわ卒煙塾

仲間と一緒にゴールを目指しましょう！

自分や家族のために卒煙したい人…

家族や友人、同僚に卒煙を勧めたい人…

事業所の従業員などの卒煙に取り組みたい人…

かながわ卒煙塾 塾長 大久保吉修

〔公益財団法人かながわ健康財団理事長
公益社団法人神奈川県医師会 会長〕

いよいよ平成24年度「かながわ卒煙塾」が始まります。

一人ではなかなか卒煙できなかった方も、仲間と一緒に、明るく楽しく卒煙にチャレンジしてみませんか？

かながわ卒煙塾とは

卒煙チャレンジ講座

○いろいろな卒煙方法など卒煙チャレンジに必要な情報をご提供。

卒煙宣言書
提出

卒煙フォローアップ講座 (フォローアップカフェ)

○仲間とお茶を飲みながらの情報交換で、あなたの卒煙継続をサポート。医師や保健師等のアドバイスもあります。

卒煙！

○卒煙された方「卒煙証」
○卒煙を応援された方「アシスト賞」
○卒煙できなかった方「卒煙チャレンジ賞」をそれぞれ差し上げます！

チャレンジ講座は 第1回(6月スタート)、第2回(9月スタート)、どちらか日時をお選びください。
→詳しくは「かながわ卒煙塾スケジュール」をご覧ください。

かながわ卒煙塾スケジュール

○チャレンジ講座 (無料)

	日時	会場	主な内容
第1回	6月24日(日) 14:00~16:00(受付 13:30~)	神奈川県総合医療会館 2階会議室	・お教えします卒煙の極意(医師)
第2回	9月1日(土) 14:00~16:00(受付 13:30~)	神奈川県総合医療会館 2階会議室	・お口の健康と喫煙(歯科医師) ・卒煙体験談(卒煙成功者) ・卒煙方法のあれこれ

※裏面に続く→

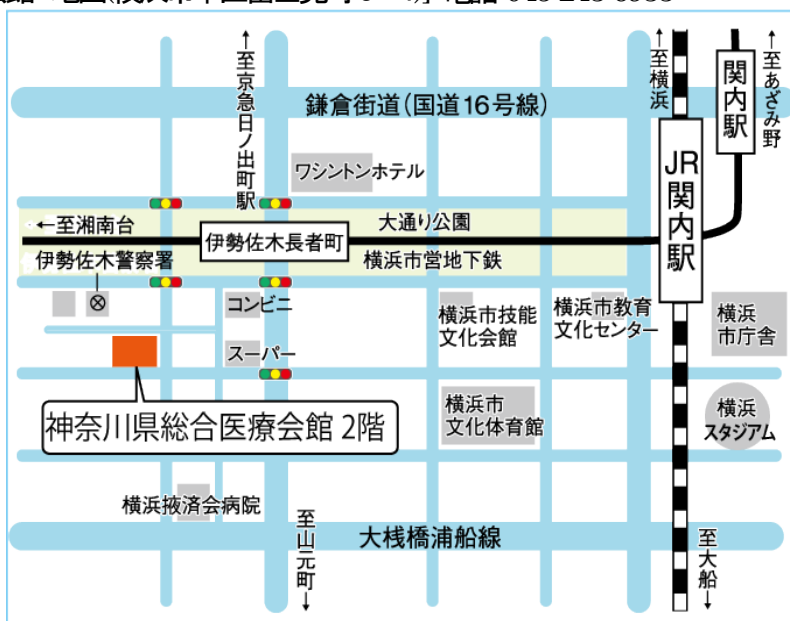
○フォローアップ講座(フォローアップカフェ) 有料(300 円 (茶菓代実費))

	日時	会場	主な内容
第 1 回	7 月 15 日(日) 14:00~15:30 (受付 13:30~)	神奈川県総合医療会館 2 階会議室	・みんなで楽しくお茶を飲みながら語ろう！ 私の工夫、あなたの苦労など。 医師や保健師等のアドバイスも。
第 2 回	10 月 25 日(木) 19:00~20:30 (受付 18:30~)		
第 3 回	1 月 26 日(土) 14:00~15:30 (受付 13:30~)		

○卒煙ゴール (平成25年 2 月 末)

・会場

[神奈川県総合医療会館 地図(横浜市中区富士見町 3-1)] 電話 045-243-6933



●横浜市営地下鉄 伊勢佐木長者町駅 出口 4Bより徒歩 3 分 *お車での来場はご遠慮ください。

○ 申込方法 (締切: 開催日の 3 日前)

電話、郵送、FAX、E-Mail で次の①~⑤の事項をお知らせください。

- ①名前②住所③連絡先 (電話・FAX 番号又は E-Mail アドレス) ④喫煙の有無
- ⑤第 1 回・第 2 回の別

○ 問い合わせ・申込先

公益財団法人かながわ健康財団 がん対策推進本部

〒231-0037 横浜市中区富士見町 3-1 (神奈川県総合医療会館内)

電話: 045-243-6933 FAX: 045-243-2019 E-Mail: sotsuen@khf.or.jp

* かながわ健康財団ホームページの「ようこそ、かながわ卒煙塾へ！」にて、卒煙塾に関する情報を随時お知らせします。(http://www.khf.or.jp/gan/sotsuen.html)

- 主 催 公益財団法人かながわ健康財団
- 共 催 神奈川県
- 後 援 横浜市健康福祉局、川崎市、相模原市、横須賀市、藤沢市
- 協 力 (公社)神奈川県医師会、(社)神奈川県歯科医師会、(社)神奈川県薬剤師会、(社)神奈川県病院協会、(公社)神奈川県看護協会、(社)神奈川県病院薬剤師会、禁煙、分煙活動を推進する神奈川会議、インターネット禁煙マラソン、市町村