



# やっぱり禁煙したい人、大集合！

～白い歯をめざして～

「禁煙した方がよいとわかっていてもなかなか踏み切れない」、あるいは「禁煙に挑戦してみたが失敗してしまった・・・」という方も多いかと思います。

今回、平日の参加が難しい方にも参加していただけるように、日曜日に禁煙に関する講習会を開催することになりました。

タバコはお口の中の環境にも大きく影響しています。ご自分ではわかりにくい口臭測定などもできますので、是非ご参加下さい。お待ちしております。

日時 : 2008年 3月16日 (日)

午前10:00～12:00 (受付は9:45～)

場所 : 高津保健福祉センター 1階 保健ホール

内容 : 禁煙やタバコに関する講話「どうする？禁煙」

講師 宮崎 恭一

(日本禁煙協会顧問・東京衛生病院 健康教育科 科長)

歯科衛生士による口臭測定と口腔内チェック、口腔ケアの体験

\*終了後、ご希望の方は医師、保健師による個別の禁煙相談をご利用ください。

対象 : 禁煙したいがなかなかできない方、禁煙に挑戦中の方など

先着20名 予約制です。

<申し込み・問い合わせ先>

高津区役所保健福祉センター 地域保健福祉課

健康づくり担当 電話861-3313

