

卒煙Qプログラム 2017のご案内

現在喫煙されている方で、「禁煙に興味がある」「禁煙したいけれどどうすればいいか悩んでいる」という方へご案内です。

九州大学では、喫煙対策の一環として、禁煙支援「卒煙Qプログラム」を実施しています。「卒煙（そつえん）」とは、喫煙習慣を卒業するという意味です。

プログラムでは、肺活量や呼気中一酸化炭素濃度の測定、ニコチンパッチを使用したニコチン代替療法を実施し、皆さんの卒煙に向けて健康づくりを応援します。

参加をご希望の方は、各地区の健康相談室へご連絡ください。皆さまのお申し込みをお待ちしています。

【対象】 九州大学の学生および教職員で、現在喫煙している方

【内容】 ニコチンパッチを使用した禁煙支援

【申込期間】 平成29年6月1日（木）～8月31日（木）まで

【申込方法】 各地区の健康相談室で実施します。
希望される方は、下記の最寄りの地区へご連絡ください。
ご都合にあわせて来室していただく日時を決定します。

※開始時期：6～9月

分室によって、プログラム実施期間は異なりますので、おたずねください。

また、保健師と相談しながら、適切な禁煙開始日を決定します。

禁煙には入念な準備が肝要です！準備が整ってから禁煙を開始します。

キャンパスライフ・健康支援センター 健康相談室

箱崎地区 092-642-2287

病院地区 092-642-6889

筑紫地区 092-583-7685

大橋地区 092-553-4581

伊都地区センターゾーン 092-802-5881

伊都地区ウエストゾーン 092-802-3297

興味のある方はお気軽にお越しください！
お待ちしております。



すわん/ウくん