



# 禁煙チャレンジしてみませんか？

～楽に禁煙できる方法があります！～

## 禁煙相談のご案内（予約制）

無料

- 呼気CO検査等実施し、あなたに合わせた禁煙方法を一緒に考えます。
- 禁煙治療が受けられる医療機関や禁煙補助剤などの情報をご紹介します。

【初回面談日】毎月第3木曜日 下記①～④の時間帯から選択

※1月、3月のみ第1木曜日（1月5日、3月2日）に実施

①午前9時00分～ ②午前10時30分～ ③午後1時30分～ ④午後3時00分～

\*2回目以降は担当保健師等が面談・電話・メール等で、約3か月間、計5回サポートします。

【対象】市内在住で禁煙を希望する方

【会場】豊橋市保健所・保健センター

豊橋市保健所 健康増進課 TEL39-9136 FAX38-0770

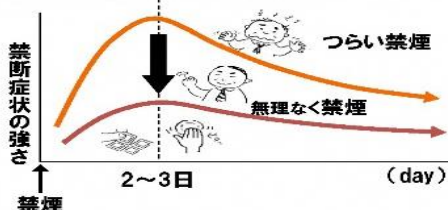
申込・問合せ先

〒441-8539 豊橋市中野町字中原100番地（ほいっぷ内）

※本事業にかかわる個人情報、保健事業以外の目的には利用しません。また無断で第三者に提供しません。

## 禁煙治療を利用することのメリット

### ①比較的楽にやめられる



### ②より確実にやめられる

禁煙の可能性が  
自力に比べて3～4倍アップ

(Kasza KA, et al: Addiction. 108: 193-202, 2013)

- \*喫煙は「ニコチン依存症」という脳の病気です
- \*一定の条件を満たせば保険が適用されます

### ③あまりお金をかけずにやめられる

保険による禁煙治療とタバコ代の比較（いずれも12週分の費用）

ニコチンパッチ（貼り薬）  
13,080円



バレニクリン（のみ薬）  
19,660円



VS

タバコ代（1箱430円、1日1箱）  
36,120円



（注1）保険による禁煙治療の自己負担は3割として計算

（注2）ニコチンパッチは8週間、バレニクリンは12週間の標準使用期間として費用を算出

参考：厚生労働省禁煙支援マニュアル（第2版）増補改訂版



豊橋市内の禁煙外来がある医療機関一覧は裏面をご覧ください！

# 禁煙治療を受けるには



## ステップ1

### 健康保険で禁煙治療が受けられる医療機関を調べる

医療機関の検索サイト <http://www.nosmoke55.jp/nicotine/clinic.html> (日本禁煙学会ホームページ)

日本禁煙学会禁煙外来

検索

### 豊橋市内の禁煙外来がある医療機関

[令和4年3月時点]

※現在、チャンピックス錠（禁煙補助薬）の入荷ができないため多くの医療機関で禁煙外来を休止しています。

禁煙外来再開等の情報については分かり次第、ホームページでお知らせします。

チャンピックス錠（禁煙補助薬）の入荷が可能となれば禁煙外来を再開する予定  
もしくは禁煙補助薬の対応なしの医療機関

医療機関名	所在地	電話	医療機関名	所在地	電話
愛知クリニック	松村町	47-3663	花田いしかわクリニック	花田町	32-2166
浅井内科	佐藤2	64-3100	ひがし循環器クリニック	飯村町	69-2328
いむれ内科クリニック	飯村北5	69-5678	平尾医院	中松山町	52-5117
Nクリニック	大清水町	25-7655	まちなかクリニック	談合町	57-1808
大岩クリニック	向草間町	45-1013	松岡医院	弥生町	45-3586
かずクリニック	前芝町	34-2555	松山診療所	東松山町	54-2512
佐野医院	松葉町3	52-3906	三浦医院	弥生町	45-2611
白井メディカルクリニック	春日町2	63-3838	みやもとクリニック	井原町	64-1235
鈴木内科医院	つつじが丘3	66-0880	みゆきクリニック	西幸町	48-3200
遠山クリニック	大橋通1	55-3181	弥生病院	弥生町	48-2211
豊橋ハートセンター	大山町	37-3377			

### ニコチンパッチ（禁煙補助薬）にて禁煙外来を行っている医療機関

医療機関名	所在地	電話	医療機関名	所在地	電話
カマタ内科小児科	岩田町	61-9700	ばんの内科クリニック	高師本郷町	39-7300
はなのきクリニック	三ノ輪町	63-9933	二川病院	大岩町	41-0011

## ステップ2

### 禁煙外来を受診する（受診回数は5回）



- ・禁煙治療では、チャンピックスという飲み薬やニコチンパッチという貼り薬を使うことができます。
- ・治療は5回全てを受診したほうが、禁煙成功率が高いことがわかっています。
- ・禁煙できなくても治療は最後まで継続しましょう。