

禁煙したい！と決意したら・・・

無料

# 禁煙チャレンジ塾



初回面接

電話または面接による  
3か月間のサポート

禁煙

【対象】 1か月以内に禁煙したいと考えている人（市内在住・在勤の人）

【内容】 ◎初回面接（1時間程度）

検査（※）結果や喫煙状況をもとに保健師から具体的な禁煙方法をご紹介し、禁煙開始日をご本人に設定していただきます。

※尿中ニコチン代謝物濃度測定

◎禁煙開始後（禁煙開始～3か月間）

電話等によるアドバイスで禁煙を支援します。

【場所】 健康増進課（前橋市保健センター3階）

初回面談日

※開催日の1か月から1週間前までにお申し込みください。

※申し込み時に下記の日程の中から選んだ希望日をお伝えください。

年月	日にち	年月	日にち
令和6年4月	15(月)・16(火)	令和6年10月	16(水)・17(木)
5月	14(火)・15(水)	11月	19(火)・20(水)
6月	17(月)・18(火)	12月	16(月)・17(火)
7月	11(木)・12(金)	令和7年1月	15(水)・16(木)
8月	19(月)・20(火)	2月	18(火)・19(水)
9月	12(木)・13(金)	3月	11(火)・12(水)

問い合わせ先

前橋市保健センター3階 健康増進課 朝日町三丁目36-17  
TEL: 027-220-5784 FAX: 027-223-8849

E-mail: kenkouzousin@city.maebashi.gunma.jp  
(午前8:30～午後5:15まで 土・日・祝祭日を除く)