

禁煙サポートのご案内

2018年7月に健康増進法の一部を改正する法律が成立し、**受動喫煙対策**が強化され、2019年7月から学校においては「原則敷地内禁煙」が施行されました。本学においては、2015年10月1日より「敷地内全面禁煙」の取り組みを継続してきましたが、本法律により“国民のルール”へと変わります。

保健センターでは、これからも**禁煙したい人を応援します。**

これまでに保健センターで禁煙サポートを受けた学生の多くが、**実習や就職を見据えて**のことでした。



- 実習先でタバコが吸えずイライラしてしまう…
- 就職先の学校や企業は禁煙で、仕事中は敷地外に吸いに出ることもできない…

…どうしよう …でも、大丈夫！

保健センターでは、一人一人にあった禁煙の方法と一緒に考えストレスを少なく禁煙出来るようニコチンパッチの提供も行っています。

ぜひ、在学中に禁煙にチャレンジしてみませんか？

禁煙サポートの内容

- 喫煙・禁煙についての最新の情報提供
 - タバコ依存度チェック
 - 呼気の一酸化炭素濃度測定
 - 禁煙補助薬(ニコチンパッチ)の処方
- など様々な支援を準備しています。



タバコをやめたいけど、一人では難しい方、禁煙に何度も失敗している方、今は禁煙する気はないがちょっと話を聞いてみたい方…など、学生・職員、問わずお越しください。