

**下野市内の保険診療による禁煙治療、禁煙指導を行っている医療機関**

禁煙成功の秘訣は、「正しい方法」で禁煙することです。禁煙達成には「禁煙を開始する」「禁煙を続ける」という二つの難所があります。  
我慢するつらい禁煙は過去の話、楽に禁煙する方法があるということを理解しましょう。

下野市内の保険診療による禁煙治療、禁煙指導を行っている医療機関は次のとおりです。

※診療受付時間や詳しい治療内容・費用については、直接医療機関へお問い合わせください。

**問い合わせ先**

健康増進課 ☎(52)1116

医療機関名	問い合わせ先	禁煙外来休診日
海老原医院	☎(44)0163	金・祝日 月曜午後
小金井中央病院	☎(44)7000	月・水・金・土・日・祝日
ことうだ腎クリニック	☎(44)8345	火・日 祝日
佐藤内科	☎(53)1305	木曜午後 日・祝日
自治医科大学附属病院 (完全予約制)	予約専用電話 (呼吸器内科直通) ☎(58)7467 午後2時～4時	火～日 祝日
若草クリニック	☎(40)0123	水 木曜午後 日・祝日

※事前にご予約のうえ、受診してください。

**■ 保健メモ ■ 10月号 10月16日→11月15日**

月 日	受付時間	内 容	対 象 者	場 所
10月21日(月)	13:00～14:00	9か月児健診	平成24年12月生まれ	ゆ
10月23日(水)	9:45～10:00	赤ちゃん広場	平成25年7月生まれ	ゆ
	13:15～13:30	フレッシュママ・パパ教室 レッスン1	出産予定日が平成26年1月～3月の方 事前申し込み必要	ゆ
10月25日(金)	8:00～10:00	集団検診 (特・後・が・ヤ)	事前申し込み必要	き
10月28日(月)	9:45～10:00	ポピーくらぶ	育児相談:0歳～就学前のお子さん リトミック:1歳6か月～就園前のお子さん	ゆ
10月29日(火)	13:00～14:00	4か月児健診	平成25年6月生まれ	ゆ
11月1日(金)	8:00～10:00	集団検診 (特・後・が・ヤ)	事前申し込み必要	ゆ
11月5日(火)	13:00～14:00	3歳児健診	平成22年8月生まれ	ゆ
11月7日(木)	8:00～10:00	集団検診 (特・後・が・ヤ・子)	事前申し込み必要	南東公
11月12日(火)	13:00～14:00	1歳6か月児健診	平成24年4月生まれ	ゆ
11月13日(水)	9:45～10:00	ポピーくらぶ	育児相談:0歳～就学前のお子さん リトミック:1歳6か月～就園前のお子さん	き
11月14日(木)	8:00～10:00	集団検診 (特・後・が・ヤ・子)	事前申し込み必要(女性限定日)	南

■内容:特・後・が・ヤ…特定健診・後期高齢者健康診査・がん検診・ヤング健診 子…子宮頸がん受診可能の日

■場所:ゆ…ゆうゆう館 き…きらら館 南…南河内公民館 南東公…南河内東公民館