

禁煙支援薬局（無料相談）

このマークの
薬局へ行こう!

禁煙は未来を変えるチャンス



松戸市薬剤師会認定の禁煙支援薬局には
禁煙に詳しい薬剤師がいます

禁煙支援薬局で行っていること

- 薬剤師がその人に合った禁煙方法を無料でアドバイス
- 禁煙補助薬の使い方の説明（購入は自費）
- 禁煙治療を行っている医療機関の案内
- たばこの健康への影響の説明

禁煙支援薬局はこんな人におすすめ

- ① 病院に行く時間がない
- ② 禁煙を手助けしてくれる薬について知りたい!
- ③ 実際どうやって禁煙するのかを教えてくれる所や、相談できる所を知りたい!

禁煙したらどうなる?(禁煙後のメリット)

《全身に対して》

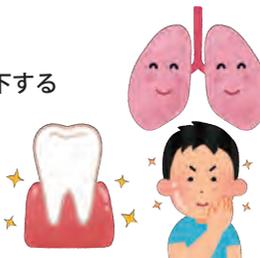
- ☆20分で血圧や脈拍が正常化する
- ☆24時間で心臓発作の可能性が低下する
- ☆1年で肺機能が改善する
- ☆のどの炎症（たん・咳）が減る

《お口に対して》

- ☆歯肉の血行が良くなる
- ☆歯周病のリスクが低下する
- ☆口臭が改善する

《他にも良いことイロイロ》

- ☆免疫力がアップする
- ☆お肌のハリ・ツヤが戻る
- ☆家の空気が臭くなくなる
- ☆味覚が改善し、食べ物が美味しく感じる



キレイな口元で毎日イキイキ
様々な病気のリスクも低下

禁煙外来（保険診療）

禁煙外来で行っていること

- ニコチン依存症の検査・治療、禁煙補助薬の処方（保険診療の禁煙治療は12週間に5回の受診）
- ★加熱式たばこ使用者も保険診療の対象
- ★受診時は事前に医療機関の診療日時をご確認ください

禁煙治療(保険診療)を受けられる人

(①～⑤を満たすことが条件)

- ①ニコチン依存症を診断するテスト(TDS)で5点以上
- ②1日の喫煙本数×喫煙年数が200以上(35歳以上のみ適応)
(例)25歳から1日15本喫煙している45歳の人
 $15(\text{本}) \times 20(\text{年}) = 300$
- ③禁煙したいと思っている
- ④医師から受けた禁煙治療の説明に同意する
- ⑤1年以内に健康保険による禁煙治療を受けていない

ニコチン依存を判定するテスト

TDS(Tabacco Dependence Screener)

	項目 (「はい」に該当は1点)	はい
1	自分が吸うつもりよりも、ずっと多くたばこを吸ってしまったことがありましたか。	
2	禁煙や本数を減らそうと試みてできなかったことがありましたか。	
3	禁煙したり本数を減らそうとしたときに、たばこがほしくてほしくてたまらなくなることがありましたか。	
4	禁煙したり本数を減らそうとしたときに、次のどれかがありましたか。(イライラ、神経質、落ち着かない、集中しにくい、ゆううつ、頭痛、眠気、胃のむかつき、脈が遅い、手のふるえ、食欲または体重増加)	
5	上の症状を消すために、またたばこを吸い始めることがありましたか。	
6	重い病気にかかって、たばこはよくないとわかっているのに吸うことがありましたか。	
7	たばこのために健康問題が起きていることがわかっていても吸うことがありましたか。	
8	たばこのために精神的問題(※)が起きているとわかっていても吸うことがありましたか。	
9	自分はたばこに依存していると感じることがありましたか。	
10	たばこが吸えないような仕事やつきあいを避けることが何度かありましたか。	

※禁煙や本数を減らした時に出現する離断症状(いわゆる禁断症状)ではなく、喫煙することによって神経質になったり、不安や抑うつなどの症状が出現している状態。

～禁煙したいあなたをサポート～ 松戸市禁煙支援マップ

禁煙したい方、興味のある方、
ぜひ私たちにご相談ください

禁煙支援薬局



禁煙外来

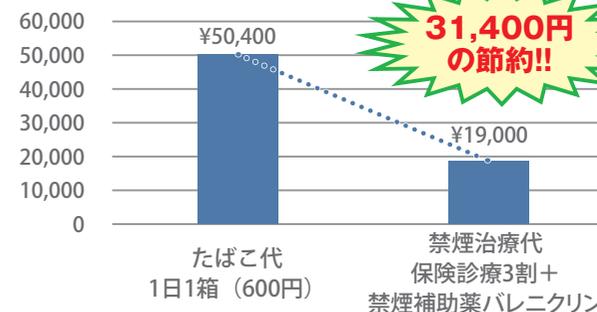
保健師による禁煙相談

加熱式たばこは安全ではない



- ✓ 加熱式たばこ・電子たばこは、“煙が少ない”だけで、紙たばこと同様、ニコチンや発がん性物質等の有害物質が含まれ、安全ではありません。
- ✓ 喫煙者の口から吐き出された蒸気にも有害物質が含まれており、周囲の人の健康への影響も否定できません。

ご存知ですか? 12週間でこんなに節約!



(参考) 禁煙治療のための標準手順書第8.1版

松戸市禁煙支援マップ

● 禁煙外来実施医療機関 ● 禁煙支援薬局

松戸市ホームページ



最新の情報は
GoogleMapで
ご確認ください

禁煙支援薬局

禁煙外来実施医療機関

- 松戸
- 東部
- 馬橋・新松戸・小金原
- 常盤平・五香
- ① ほっち医院 松戸2044 ☎362-2531
- ② 奥隅医院 仲井町3-22 ☎362-1825
- ③ 島村トータルケアクリニック 松戸新田21-2 ☎308-5546
- ④ 総台吉田内科クリニック循環器科 総台1-11-33-1階 ☎366-8811
- ⑤ 石島医院 南花島2-27-3 ☎367-2131
- ⑥ 東松戸クリニック 東松戸3-2-1-3階 ☎392-9911
- ⑦ 加賀谷正クリニック 東松戸3-7-19 ☎312-7707
- ⑧ こもりや循環器内科クリニック 西馬橋蔵元町19-1階 ☎342-5500
- ⑨ 兒玉医院 三ヶ月1543 ☎345-6971
- ⑩ けやきトータルクリニック 新松戸3-114 ☎309-2299
- ⑪ 平岡クリニック 新松戸3-282-2階 ☎701-5555
- ⑫ 新松戸診療所 新松戸4-2-2-1階 ☎343-9271
- ⑬ 新松戸内科・糖尿病こぼやしクリニック 新松戸4-141-2 ☎340-5558
- ⑭ 森内科クリニック 新松戸6-125 ☎346-1818
- ⑮ 山口内科クリニック 小金原7-26-11 ☎340-5888
- ⑯ 松戸市立総合医療センター 千駄堀993-1 ☎712-2511
- ⑰ 三井クリニック 日暮1-16-1-3階 ☎392-1013
- ⑱ すずき整形外科クリニック 五香南2-19-4 ☎387-1611
- ⑲ 六高台内科胃腸科クリニック 六高台2-18-4 ☎385-2251
- ⑳ ホームクリニック六高台 六高台7-28-1 ☎710-8238
- ㉑ 奥田整形外科医院 六実2-7-3 ☎311-8010
- ㉒ くぼたクリニック松戸五香 常盤平5-18-1-1階 ☎710-7411
- ㉓ 宇野医院 金ヶ作408-290 ☎386-4822



松戸
東部・矢切
馬橋・新松戸・小金
常盤平・五香

- ① かつみ薬局 本町19-16-1階 ☎308-3103
- ② ハーブランド薬局松戸店 松戸1293-2-1階 ☎308-6086
- ③ 松戸西薬局 松戸2044 ☎361-7577
- ④ まり松戸薬局 松戸1329-1-101 ☎308-7971
- ⑤ 薬局1-17・7ア-マシ-3号店 松戸1164-2 ☎369-7431
- ⑥ あさひ薬局 根本14-2 ☎360-0077
- ⑦ ふじ薬局 総台7-2-24 ☎710-3351
- ⑧ 松戸栄薬局 栄町2-106-3 ☎711-9540
- ⑨ ことぶき薬局松戸店 栄町5-360-2 ☎331-4801
- ⑩ 秋山薬局 秋山68-17 ☎312-7338
- ⑪ 友愛薬局東松戸店 高塚新田123-16 ☎382-6670
- ⑫ 梨香台薬局 高塚新田字背上488-48 ☎330-9477
- ⑬ リズム薬局東松戸店 東松戸3-2-1-307 ☎392-9811
- ⑭ ハーブランド薬局東松戸店 松戸市東松戸3-7-19 ☎312-8787
- ⑮ ケル薬局はなみずき店 馬橋3239 ☎309-2500
- ⑯ よこお薬局 新松戸南 1-151 ☎345-4362
- ⑰ 薬局オクア-マシ- 西馬橋幸町13-1階 ☎340-3017
- ⑱ 田辺薬局新松戸西店 新松戸6-39 ☎312-1355
- ⑲ うさぎ薬局新松戸店 新松戸1-410-2 ☎374-6651
- ⑳ 共創未来新松戸薬局 松戸市新松戸1-411 ☎348-2237
- ㉑ エスマル薬局きよしヶ丘店 小金きよしヶ丘2-8-13 ☎309-6555
- ㉒ アイ薬局 千駄堀1018-1 ☎343-3333
- ㉓ かけ薬局千葉西店 金ヶ作93-3 ☎700-5377
- ㉔ サンドラッグ常盤平薬局 常盤平3-10-1-1階 ☎311-5171
- ㉕ 五香薬局 常盤平 5-17-15 ☎385-0260
- ㉖ 鈴木薬局松戸五香店 常盤平5-11-19-1階 ☎711-9586
- ㉗ エスマル薬局五香店 常盤平5-8-12 ☎389-9720
- ㉘ けやき薬局 常盤平 5-18-1-1階 ☎712-0504
- ㉙ マツダ長生堂薬局 牧の原 2-370-105 ☎389-3674
- ㉚ ワン薬局松戸八柱店 常盤平陣屋前9-2 ☎712-2318
- ㉛ エスマル薬局常盤平団地店 常盤平 6-1-15 ☎389-2249
- ㉜ アイ薬局 五香店 五香8-39-5-1階 ☎394-1193
- ㉝ 北丘薬局 五香7-55-19 ☎384-1100
- ㉞ 六高台薬局 六高台2-18 ☎701-8561

保健師による禁煙相談

要予約 健康推進課 ☎366-7481