



禁煙外来開設のお知らせ

禁煙外来について

5月16日から

長崎大学の学生・教職員を対象とした

無料禁煙外来が始まります！

無料禁煙治療をはじめ、禁煙のメリット・禁煙方法についてのアドバイス、禁煙パンフレットの配布、呼気中一酸化炭素濃度の測定、禁煙外来のある医療機関の紹介など お気軽にご相談ください。

日時や予約方法などの詳細は「保健・医療推進センター」のホームページ<http://www.hc.nagasaki-u.ac.jp/>

「受診のご案内」の中の「禁煙に関する相談」のページをご覧ください。受動喫煙についての情報もありますので、非喫煙者の方もぜひ一度はアクセスしてみてください！



タバコは体に悪いと知っていても、なかなか禁煙が難しいのは意思が弱いからではありません。タバコに含まれるニコチンに対する依存症によるもので、治療が必要です。自分の意思の力だけではなく、私たちと一緒に禁煙に向けて一歩踏み出してみませんか？

禁煙外来参加者の声

孫と遊ぶとき、息切れすることがかなり減った。自分の体が少しずつ健康になっていると感じ、禁煙してよかった。自分一人での禁煙チャレンジは、難しいものがあるので、禁煙外来受診は大変有効な手段だと感じた。

早い段階で咳が出なくなった。

喫煙中はマナーや場所で他人に気を使っていたが、禁煙したら、全く不要になり楽になった。皆様にサポートしていただき感謝している。

トヨタは国内全施設「全面禁煙」へ
ソフトバンクは就業時間中禁煙へ

学生定期健康診断について

学生の皆さんは、大学が実施する健康診断を受診する義務があります。

健康診断受診の目的は、自分自身の健康状態を把握し、病気の早期発見・治療に繋げることです。また、就職、進学、奨学金申込み、実習などで健康診断証明書が必要な場合がありますので、必ず受診をしましょう。

期間：2019年4月16日(火)～4月26日(金)※土日を除く
場所：保健・医療推進センター(文教キャンパス)
受診結果：5月中旬頃から自動発行機にて発行

詳細は保健・医療推進センターのホームページでご確認ください。

http://www.hc.nagasaki-u.ac.jp/counseling/kensin_annai/gakusei_kensin_youkou

受診の際にはWebからの受診予約が必要です。

結果を
確認してね

