

「わかつちゃいるけどやめられない」

**タバコ**のやめ方お教えします！

11月29日(火)

10時00分～11時00分

(受付 9時45分～)



呼吸器病センター長  
呼吸器病センター(呼吸器内科) 主任部長

あわや ゆきかず  
栗屋 幸一



朝起きて一服、トイレで一服、朝食後に一服、玄関を出ると先ず一服、昼休みにも一服。これがタバコ依存、ニコチン依存です。ここからムリなく抜け出して、快適なタバコのない生活を手に入れましょう。タバコをやめたい方、タバコをやめさせたい方、ご参加ください。

**会場**

志村坂上地域センター 洋室A

〒174-0051 板橋区小豆沢2丁目19番15号

【交通アクセス】

○都営三田線「志村坂上」駅 A3出口 下車1分

○国際興業バス

・赤羽駅西口－高島平操車場(赤56)間  
「志村坂上区民事務所」下車1分

・池袋駅西口－高島平操車場(池20)間  
「志村坂上」下車1分

**申込み**

板橋中央総合病院 C館1階 企画広報室(オレンジカウンター横)

03-3967-1181(内線 3170・3171)

11月28日(月)17時00分までにご予約をお願いいたします。

★ご参加当日は、



マスクの着用 手指消毒 体温測定

のご協力をお願いいたします。

Web予約も可能！



# 志村坂上地域センターへの行き方



会場：志村坂上地域センター 洋室A

〒174-0051 板橋区小豆沢2-19-15

## 【交通アクセス】

- 都営三田線「志村坂上」駅  
A3出口 下車1分
- 国際興業バス  
赤羽駅西口ー高島平操車場(赤56)間  
「志村坂上区民事務所」 下車1分  
池袋駅西口ー高島平操車場(池20)間  
「志村坂上」 下車1分

当院の隣の  
施設です。

