

たばこのこときちんと知っていますか？



喫煙は、肺がんをはじめ色々ながん、脳卒中や心筋梗塞など、重大な病気の原因になると言われています。

今回の講座では、タバコの実態や、具体的な影響について、様々な角度からお話します。

- ◆ 最近話題の電子タバコ。健康への影響は実際どうなの？
- ◆ 外で吸っているから分煙はバッチリ？
- ◆ 軽いタバコで、本数も少ないから大丈夫？

正しい知識を身に付けて、自分や大切な人の健康について考えてみませんか？



【日時】 **平成30年6月29日（金）**

午前10時30分から12時30分まで

参加費は
無料です！

【会場】 **三鷹駅前コミュニティ・センター**

三鷹市下連雀三丁目13番10号

【対象】 三鷹市在住・在勤の方 40人（先着順）

【講師】 全国禁煙推進協議会事務局長 **宮崎 恭一 氏**

【申込】 平成30年6月4日（月）午前9時から

三鷹市総合保健センターへお電話、ファクスまたは窓口にてお申込み
ください。

TEL：0422-45-1151（内線4224・4225）

FAX：0422-46-4827

【主催】 三鷹市健康福祉部健康推進課

