

元旦から禁煙スタート!

参加費無料

会員(組合員)
および
その配偶者

禁煙セミナー



日時

平成28年**12月17日(土)** 13:30~15:30



場所

金沢市神野町東115 「石川県予防医学協会」



対象者

会員(石川県市町村職員共済組合の組合員) および、その配偶者

(参加費)

参加費無料 ※上記以外の参加希望者は、15,000円の負担金が必要です。



申込み

下記の【禁煙セミナー参加申込書】に必要事項をご記入のうえFAXまたは郵送で平成28年12月2日(金)までに当協会へ提出願います。

(申込締切)

※当協会のホームページからも申込みが出来ます。



内容



パッチ
3週間分



メールで
サポート

セミナー (12/17)

- ① タバコを止められない訳はここにあった!
~習慣依存とニコチン依存のしくみ~
- ② タバコを止めるとご飯がおいしくて本当?
~禁煙すると起こるうれしい変化~
- ③ タバコで一酸化炭素中毒?
~呼気一酸化炭素濃度測定~
- ④ パッチでラクラク禁煙
~ニコチンパッチの使い方~

平成29年元旦

ニコチンパッチ開始

3月末 卒煙

手紙の卒煙式

《手紙内容》

- ① アンケートへのお返事
- ② 卒煙証書

(主催・お問合せ)

一般財団法人

石川県市町村職員等ライフプラン協会

<http://www.ishikawa-life.jp>

〒920-8555 金沢市幸町12番1号 TEL 076-263-9432 FAX 076-263-9436

※ コピーしてお使いください。

【禁煙セミナー参加申込書】 (切取不要)

【締切:平成28年12月2日】

会員(組合員)およびその配偶者以外の方のお申込みは、事前に当協会へ電話でお問い合わせ願います。

組合員証記号番号	-	<input type="checkbox"/> 組合員 参加	<input type="checkbox"/> 配偶者の み参加	メールアドレスは間違いないようにご記入願います。
組合員氏名		現在の喫煙本数 1日()本	メール アドレス (参加の方)	
セミナー参加希望 の配偶者氏名		現在の喫煙本数 1日()本	メール アドレス	
ご連絡先お電話番号 (日中連絡がとれる番号でお願いします)	-	-	組合員	配偶者

※ このセミナーの参加申し込みに関する個人情報は、今回のセミナーにのみ使用し、それ以外の目的には使用しません。