



# 健康教室

参加費無料!

## 「禁煙（たばこ）のお話」

講師… 苗穂通りクリニック院長 石黒 昭彦

平成 29 年

7/25 (火)

### 禁煙には様々な利点があります!!

#### ① 体調が良くなる

咳や痰がとまる・食べ物が美味しく食べられる

#### ② 自信がもてるようになる

喫煙に成功したことで自分自身に自信がもてるようになり、何事にも前向きな姿勢で取り組める

#### ③ 病気に対する危険因子がなくなる

生活習慣病などの危険因子が減る

#### ④ 周囲の人にも迷惑をかけなくなる

副流煙などによる不快感や健康への害を周囲の人に与えずにすみ、それは周りの人々の健康を気遣うことになる。



時間 13:00 ~ 13:30

場所 地域交流センター伏古 (苗穂通りクリニック併設)

※入り口はクリニック裏にあります。

〒007-0866 札幌市東区伏古 6 条 4 丁目 1 番 18 号

■最寄りバス停  
・伏古7条3丁目→中央バス東70  
・伏古5条4丁目→中央バス東64・65・66・68

### お問合せ

医療法人社団 豊生会 苗穂通りクリニック

診療科目 ● 内科・呼吸器内科

診療時間 ● 月～金… 午前診療…9:00 ~ 12:00 ● 土曜 午前診療…9:00 ~ 12:00  
● 月水金… 午後診療…14:00~17:00 ● 日曜・祝日…休診

☎ 011-788-6102

