



「薬局がつくった禁煙ガイド」9月発行予定！

禁煙をしたい人の手伝いになる本を作ろう！という目的でガイドを作りました。

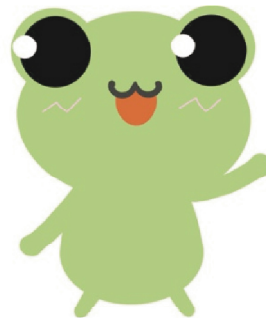
このガイドに書かれている禁煙成功者は、特別意志が強い人ではありません。ふつうに生活している人たちです。その人たちが禁煙したきっかけ、考え方、乗り越えたことを周りの人に伝えていけば禁煙の手助けになるのではないかと、薬局に勤める職員を中心にエピソードを集めました。

さらに最近のタバコの話や、禁煙の具体的な方法も含め、読みやすい読み物として手にとっていただけるよう作成しました。

「この方法なら出来そう！」、「そんな肩肘張らずに気楽に取り組んだらいいんだな」と思っただけであれば幸いです。

＜ガイド表紙です！＞

案内するのは、このキャラクター達



しいのみ太郎

●喫煙歴十数年。何度か禁煙を試みるも数時間で断念。

「ほんとに禁煙って必要なの？」と、密かに思っている。

でも、最近は、禁煙教室に少し興味あり？



しいのみ愛子

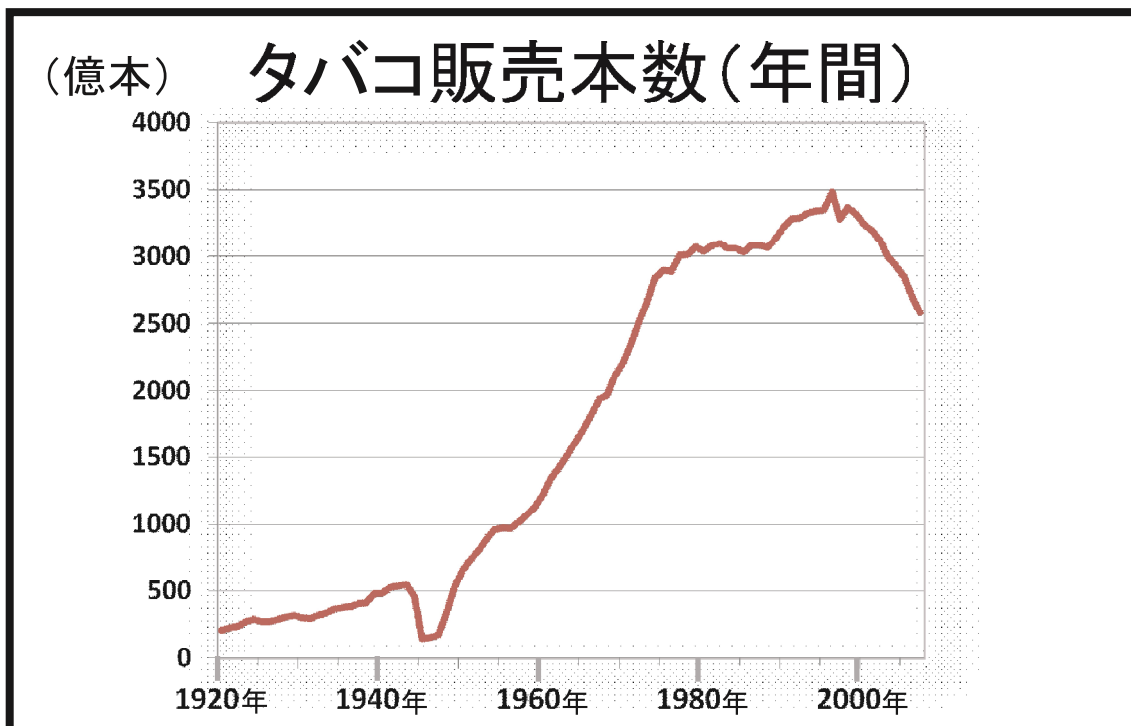
●太郎の煙が大嫌い。

なんとか禁煙させようと頑張っている。

目次抜粋

- 依存症編** ～ タバコを吸ってしまうのは「あなた」のせいではありません！
- 金銭編** ～ タバコをやめるとお金が節約でき、貯金もたまる？
- 禁煙実践編** ～ 専門家がお助けします！
などなど。

★ 日本のタバコ消費量、世界第五位って知っていましたか? ★



日本は第二次世界大戦時を除き、20世紀になってからタバコの販売数はどんどん増えて来ました。約50年前の1966年の男性の喫煙率は80%以上！ほとんどの男性がタバコを吸っていた様子が想像できます。しかし、約20年前をピークに今では減少傾向にあります。

減少傾向にあるとはいえ、日本のタバコ消費量は2014年の統計で「世界第五位」とかなりの量を消費しています。

現在、世界で一番タバコを消費している国は中国。最近の経済成長と人口増加により急増しています。中国の喫煙者は毎日平均22本のタバコを吸っています。ヨーロッパやオーストラリア、南アメリカが減少傾向にあるのに対して反対の動きをしています。

タバコの消費量減少には、禁煙の啓発活動が大きく影響しています。今後の日本も更なる禁煙活動が期待されています。

★ 禁煙教室開催! ★

日時：10月6日(火) 18時30分～(予定)

参加希望者を募集しています。

興味のある方は、こちらまでお電話ください。

しいのみセツタ-薬局 Tel058-241-1818 (担当：小池、中澤)

★禁煙のためのセミナー、講習会、出前講座などの講師、お引き受けします。お気軽にお電話を!★

しいのみ薬局	関市上白金 105-1	Tel0575-27-0130	Fax 0575-27-0131
しいのみセツタ-薬局	岐阜市北山 1-14-27	Tel058-241-1818	Fax058-241-1839
華陽しいのみ薬局	岐阜市祈年町 1-19-2	Tel058-271-1640	Fax058-275-1949
南しいのみ薬局	岐阜市芥見南山 2-8-47	Tel058-244-2112	Fax058-244-2110

お薬や「健康食品」のことなどに関してお気軽にご相談下さい。
ファルマネットぎふ ホームページ (<http://www.gifu-min.jp/pharma/>)