

# たばこをやめようかな？と考えている方へ

たばこをやめようかなと考えている方、以前やめようと思っていたけど、やめれなかった方…  
禁煙は、自分ひとりの力では、なかなか難しいものです。それは、ニコチン依存症だからです。  
意志の弱さだけではありません。様々な支援を活用し、禁煙に取り組んでみませんか？

## 【島田市内で禁煙支援を行っている医療機関】

受診する場合は、事前に電話でお問い合わせください。

\*条件に該当すれば、保険診療で行うことができます。



病院名	住所	電話番号
牧野耳鼻咽喉科医院	向島町 4535-2	37-5814
島田市立総合医療センター	野田 1200-5	35-2111

※日本禁煙学会のホームページより抜粋 R5. 6現在 実施確認が取れた医療機関一覧

## 保険診療について

以下の4点が満たされたとき、保険診療の適応となります。

- 1) ニコチン依存症と診断されたこと(下表の判定テストで5点以上)
- 2) 35歳以上の場合、ブリンクマン指数 $\llcorner$ 1日の喫煙本数 $\times$ 喫煙年数 $\gg$ が、200以上  
※35歳未満の方は喫煙本数や喫煙年数によらず保険適応です！
- 3) 直ちに禁煙することを希望していること
- 4) 禁煙治療プログラムについて説明を受けプログラムの参加について文書で同意すること

<ニコチン依存症判定テスト>

質問	はい 1点	いいえ 0点
1.自分が吸うつもりより、ずっと多くたばこを吸ってしまう事がありましたか？		
2.禁煙や、本数をへらそうと試してみてもできなかった事がありましたか？		
3.禁煙したり本数をへらそうとした時に、タバコが欲しくて欲しくてたまらなくなる事がありましたか？		
4.禁煙したり本数をへらそうとした時に、次のどれかがありましたか？ (イライラ、神経質、落ちつかない、集中しにくい、ゆううつ、頭痛、眠気、 胃のむかつき、脈が遅い、手のふるえ、食欲又は体重増加)		
5.上の症状を消すために、またタバコを吸い始める事がありましたか？		
6.重い病気にかかって、タバコはよくないとわかっているのに吸う事がありましたか？		
7.タバコのために、健康問題が起きていることがわかっているのに 吸う事がありましたか？		
8.タバコのために精神的問題(注)が起きていることがわかっているのに、吸う事がありましたか？		
9.自分はタバコに依存していると感じる事がありましたか？		
10.タバコが吸えないような仕事や付き合いを避けることが何度かありましたか？		

合計 点

(注) 禁煙や本数をへらしたときに出現する離脱症状(いわゆる禁断症状)ではなく、  
喫煙することで神経質になったり、不安や抑うつなどの症状が出現している状態。

【島田市内の禁煙支援薬局一覧】 禁煙をサポートしてくれる薬局です。

薬局名	住所	電話番号
杏林堂薬局島田稲荷店	稲荷 4 丁目 10-1	37-3011
みつあい薬局	三ツ合町 2697-13	37-8600
高橋調剤薬局	向島町 4535	35-3487
はなみずき薬局	中溝町 1418-9	37-8010
みどりや薬局	中溝 4 丁目 8-10	34-5577
ウエルシア薬局島田若松店	若松町 2727-1	33-7088
オオイ薬局	大川町 12-3	37-1100
カミロ薬局	南 1 丁目 6-12	34-5111
みなみ薬局	南 2 丁目 4-4	34-4900
島田中央薬局	栄町 3-1	35-6978
チシン薬局	本通 5 丁目 4-1	37-2690
ウエルシア薬局島田御仮屋店	御仮屋町 9530	33-7011
あおば薬局	中央町 18-6	37-5162
そうごう薬局島田店	祇園町 8275-30	34-1193
みなと薬局	本通 7 丁目 7791	33-5677
元島田薬局	元島田 9038-17	34-1900
チシン薬局フローラ店	元島田 210 - 3	37-1506
ゆう薬局	大津通 15-1	33-1513
ウエルシア薬局島田大津通店	大津通 6-1	33-0902
スギ薬局中河町店	中河町 252-3	33-3301
ウエルシア薬局島田道悦店	道悦 1 丁目 13-25	33-5160
エムハート薬局六合店	道悦 4 丁目 11-14	33-5565
ウエルシア薬局島田しずてつ東町店	東町 2685	33-7588
島田くるみ薬局	岸町 663	34-5137
セリザワ薬局	野田 1124-5	35-5635
たんぽぽ薬局	野田 1271-5	33-1821
ローズ薬局	野田 1225-22	33-0500
ほうらい薬局	阪本 1501-1	38-5700
成岡薬局井口店	井口 880	38-0150
ウエルシア薬局島田井口店	井口 1121	30-5151
フラワー薬局初倉店	南原 87-5	30-0112



R5.6更新

発行：島田市健康づくり課

34-3285

