

ご自身の身体のため、  
家族や友人等あなたの大切な方のため、  
参加を検討してみませんか？

×切間近！  
**募集中**

禁煙チャレンジ教室  
裏面へ

卒煙・禁煙

禁煙チャレンジ

参加者全員に

TODAPAYポイント  
プレゼント！



／ 詳細はこちら  
＼

禁煙チャレンジ教室の問い合わせ・電話申し込み

福祉保健センター 健康づくり担当

電話：048-446-6453 (平日8時30分～17時15分)

卒煙・禁煙に興味がある！喫煙習慣から脱却したい！

# 禁煙チャレンジ教室

ご参加お待ちしております



**TODAPAYポイントをプレゼント！**

参加いただいた方全員に参加賞をプレゼントします！



**達成状況で特別賞も！**

達成状況により、特別賞があります！



**サポート・フォローアップ体制**

スマホ専用アプリを利用して、保健師等によるフォローアップを行います

**20歳以上の喫煙者で禁煙に興味がある戸田市民の方が対象です！**

※ご家族の同伴も可能です。

1回目 **令和8年6月27日(土)**

2回目 **令和8年9月26日(土)**

いずれも **午前10時～12時**

場所 **あいパル** (上戸田地域交流センター)

教室は2回で1コース、各種測定や講義等があります

この他、個別対応コースもあります

福祉保健センター 健康づくり担当

申込み  
問い合わせ

電話 **048-446-6453**

(平日8時30分～17時15分)

申込みフォーム→

