

健康保険で禁煙治療を受けるには?

健康保険で禁煙治療を受けるためには、4つの条件を満たす必要があります。自己チェックしてみましょう。

- 禁煙したい
現在たばこを吸っていて、直ちに禁煙しようと考えている。
- ニコチン依存症スクリーニングテストで5点以上 (下表)
- 禁煙治療に同意
医療機関で禁煙治療の同意書に署名を求められることに同意する。
- 1日平均喫煙本数 × 喫煙年数が200以上
35歳以上の方。(34歳以下の方はこれらの条件はありません。)
例) 1日平均喫煙本数20本で15年間吸っている場合…20本×15年間=300

TDS ニコチン依存症スクリーニングテスト

項目	はい (1点)	いいえ (0点)
① 自分が吸うつもりよりも、ずっと多くたばこを吸ってしまうことがありましたか。		
② 禁煙や本数を減らそうと試みて、できなかったことがありますか。		
③ 禁煙したり本数を減らそうとした時に、たばこがほしくてたまらなくなることがありますか。		
禁煙したり本数を減らした時に、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、眼気、胃のむかつき、脈が速い、手のふるえ、食欲または体重増加)		
④ でうかがった症状を消すために、またたばこを吸い始めましたか。		
⑤ 重い病気にかかるときに、たばこはよくないとわかっているのに吸うことはありましたか。		
⑥ たばこのために自分の健康問題が起きているとわかっていても、吸うことがありますか。		
⑦ たばこのために自分の精神的問題(※)が起きているとわかっていても、吸うことがありますか。		
⑧ 自分はたばこに依存していると感じましたか。		
⑨ たばこが吸えないような仕事やつきあいを避けることが何度もありましたか。		

※禁煙や本数を減らした時に出現する離脱症状(いわゆる禁断症状)ではなく、喫煙することによって神経質になったり、不安や抑うつの症状が出現している状態

岐阜市内の禁煙治療が受けられる
医療機関は中面をご覧ください。

たばこをやめてからのうれしい変化

直後

周囲の人をたばこの煙で汚染する心配がなくなる。



20分後

血圧と脈拍が正常値まで下がる。
手足の温度が上がる。

8時間後

血中の一酸化炭素濃度が下がる。
血中の酸素濃度が上がる。

24時間後

心臓発作の可能性が少なくなる。

数日後

味覚や嗅覚が改善する。
歩行が楽になる。



2週間～3ヶ月後

心臓や血管など、循環機能が改善する。



1ヶ月～9ヶ月後

せきや喘息が改善する。スタミナが戻る。
気道の自浄作用が改善し、感染を起こしにくくなる。

1年後

肺機能の改善がみられる。
※軽度・中等度の慢性閉塞性肺疾患のある人



2～4年後

虚血性心疾患のリスクが、喫煙を続けた場合に比べて35%減少する。
脳梗塞のリスクも顕著に低下する。

5～9年後

肺がんのリスクが喫煙を続けた場合に比べて明らかに低下する。

10～15年後

様々な病気にかかるリスクが非喫煙者のレベルまで近づく！

参考文献: イギリスたばこ白書「Smoking Kills」1998. IARCがん予防ハンドブック11巻 2007.

岐阜市 禁煙外来マップ

あなたの禁煙を応援します！



あなた自身と
ご家族の健康のために



問い合わせ先

中保健センター 058-214-6630

南保健センター 058-271-8010

北保健センター 058-232-7681

健康づくり課 058-252-7180

禁煙が上手くいかなかった
経験、ありませんか??



たばこに含まれるニコチンは
ヘロインやコカインなどの麻薬と
同じくらい依存性が高い!!

使用者が依存症になる割合

高い ニコチン > ヘロイン > コカイン > アルコール > カフェイン 低い

依存症になった人の禁断症状の強さ

強い アルコール > ヘロイン > ニコチン > コカイン > カフェイン 弱い

依存症の人がやめる難しさの度合い

コカイン=ヘロイン=アルコール=ニコチン 同等

参考文献:日本医師会「あなたのため、そばにいるひとのため、禁煙は愛」2017.3

医療機関なら
比較的楽に、
より確実に禁煙できます！



禁煙補助薬を使うことで
離脱症状が抑えられ、
比較的楽にやめられる

禁煙外来の利用で、
成功率は
7～8割！

参考文献:中央社会保険医療協議会:診察報酬改定結果検証に係る特別調査(平成21年度調査)



さらに!! 禁煙治療に
健康保険が適用
される場合があります。



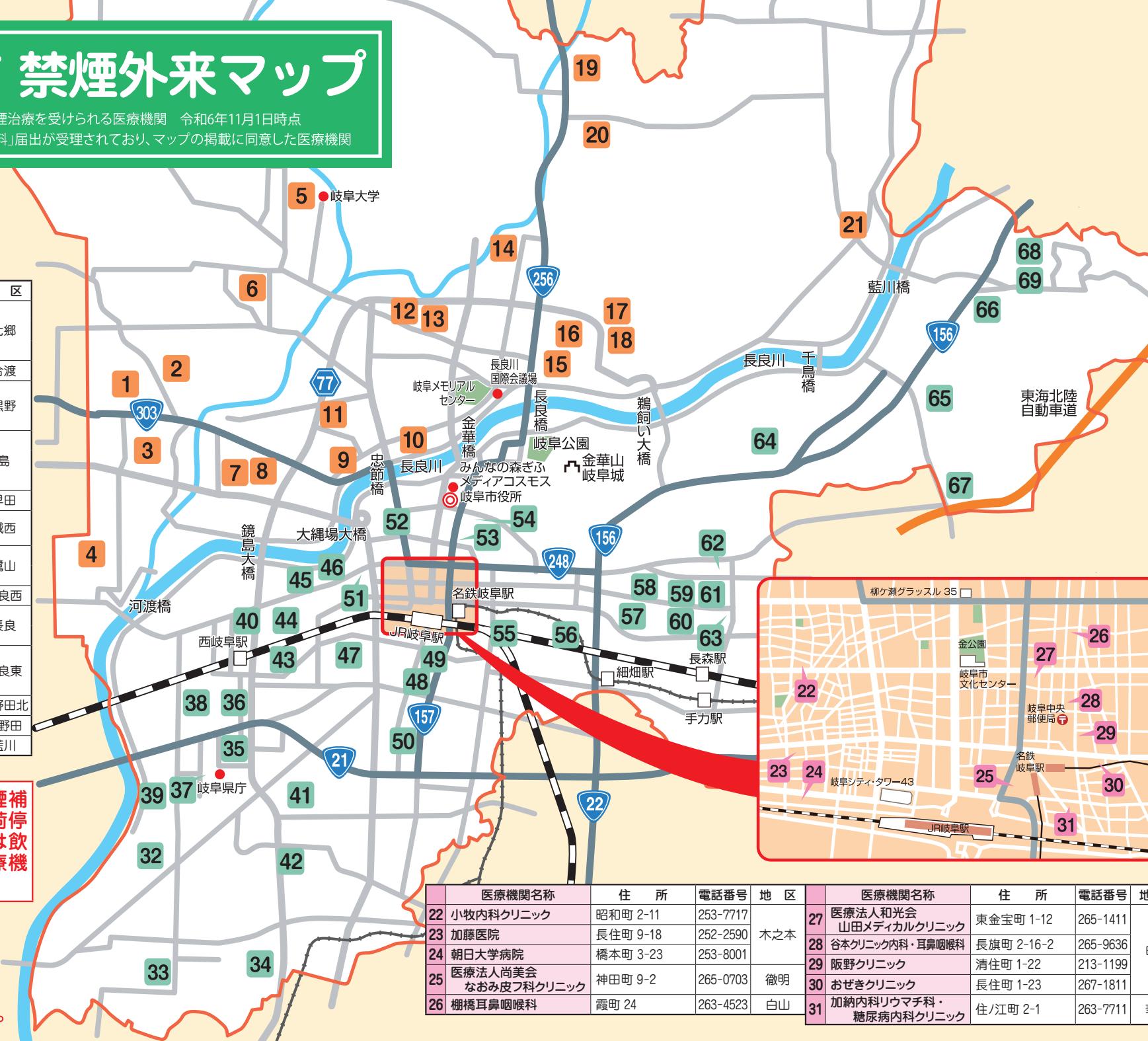
岐阜市 禁煙外来マップ

健康保険で禁煙治療を受けられる医療機関 令和6年11月1日時点
「ニコチン依存症管理料」届出が受理されており、マップの掲載に同意した医療機関

医療機関名称	住 所	電話番号	地 区
1 又丸診療所	又丸 67-7	234-4747	
2 かさい内科クリニック	上尻毛日吉 125	239-0770	七郷
3 岐阜清流病院	川部 3-25	239-8111	
4 医療法人和光会山田病院	寺田 7-110	254-1411	合渡
5 岐阜大学医学部附属病院	柳戸 1-1	230-6000	
6 みながわ内科・循環器科クリニック	折立 895-1	234-8077	黒野
7 こじま内科クリニック	西中島 7-5-15	232-8833	
8 梅田クリニック	旦島 1-6-14	295-5055	島
9 しま医院	池ノ上町 4-74	233-8732	
10 岐阜赤十字病院	岩倉町 3-36	231-2266	早田
11 オリーブ内科・外科クリニック	大福町 6-18-1	297-7778	城西
12 石黒クリニック	正木北町 6-37	231-1515	鶯山
13 折居クリニック	鶯山北町 8-38	232-7800	
14 長良内科クリニック	八代 2-11-1	242-9933	長良西
15 高木医院	長良東郷町 1-7	232-3647	
16 上久保内科クリニック	長良小松町 2-10	296-1360	長良
17 独立行政法人国立病院機構長良医療センター	長良 1300-7	232-7755	長良東
18 MIWI内科胃腸科CLINIC	長良東 3-3	231-3029	
19 増田医院	粟野東 4-26-2	237-4000	岩野田北
20 ふじわらクリニック	三田洞 894-1	237-7200	岩野田
21 加藤医院	向加野 3-6-20	243-1114	藍川

現在、禁煙治療に使用する代表的な禁煙補助薬「チャンピックス錠」が全世界で出荷停止となっております。ただし、禁煙治療は飲み薬だけではありませんのでまずは医療機関にご相談ください。

※予約制の医療機関もありますので、必ずお問い合わせの上受診してください。



医療機関名称	住 所	電話番号	地 区
32 くまざき内科	日置江 1-72	279-1880	日置江
33 たけのうちクリニック	柳津町高桑東 3-16	279-5015	柳津
34 岐阜なかの内科・内視鏡クリニック	柳津町丸野 3-3-6 カラフルタウン岐阜 1F	387-8700	
35 操健康クリニック	薮田南 1-4-20	274-0330	
36 山内ホスピタル	市橋 3-7-22	276-2131	市橋
37 岐阜ハートセンター	薮田南 4-14-4	277-2277	
38 今嶺はしもと内科	今嶺 1-28-9	268-0511	
39 川村内科ハートクリニック	下奈良 2-10-1	278-2310	
40 はっとりクリニック	鏡島精華 2-4-25	252-3200	鏡島
41 医療法人清友会笠松病院	中鶴 3-11	276-2881	鶴
42 なかうずらクリニック	中鶴 7-72-1	277-7757	
43 なかのまちクリニック	本荘中町 10-29-1	275-5050	
44 よしたスマイルクリニック	本荘西 3-118	255-2505	本荘
45 岐阜市民病院	鹿島町 7-1	251-1101	
46 森内科クリニック	鹿島町 5-18	254-8200	
47 ささきクリニック	清 760-5	271-0610	三里
48 小笠原内科・岐阜在宅ケアクリニック	加納栄町 5-12-1	273-5250	加納西
49 広瀬内科医院	加納上本町 3-30	273-5330	加納
50 あかなべクリニック	西部中島 1-25-1	278-2555	西部
51 本荘内科・呼吸器科	早苗町 1-24 ベルハウス1FC	251-2530	木之本
52 千手堂病院	菅原町 2-21	338-5006	
53 小木曾医院	神田町 2-4	262-2320	明徳
54 加藤内科クリニック	金屋町 1-18	262-0556	
55 華陽診療所	祈年町 1-24-3	272-5322	華陽
56 みずの内科・外科クリニック	領下 5-63-2	259-6777	厚見
57 北一色ファミリークリニック	北一色 4-3-4	249-3088	
58 三好内科医院	北一色 9-1-27	246-1577	長森西
59 長森さのクリニック	長森本町 2-12-22	259-7890	
60 岐阜県総合医療センター	野一色 4-6-1	246-1111	
61 近藤ゆか耳鼻咽喉科	野一色 6-8-6	245-3939	長森北
62 医療法人社団慈朋会澤田病院	野一色 7-2-5	247-3355	
63 はしもと内科	岩地 1-2-8	245-5641	長森東
64 公益社団法人 岐阜病院	日野東 3-13-6	245-8171	日野
65 たなかクリニック	芥見野畠 1-22-1	244-0224	芥見
66 芥見診療所	芥見長山 3-104	243-1313	
67 たけだ内科クリニック	岩滝西 3-75	241-1200	岩
68 すこやか診療所	北山 1-13-11	243-0791	芥見東
69 みどり病院	北山 1-13-27	241-0681	

医療機関名称	住 所	電話番号	地 区	医療機関名称	住 所	電話番号	地 区
22 小牧内科クリニック	昭和町 2-11	253-7717	木之本	27 医療法人和光会 山田メディカルクリニック	東金宝町 1-12	265-1411	
23 加藤医院	長住町 9-18	252-2590		28 谷本クリニック内科・耳鼻咽喉科	長旗町 2-16-2	265-9636	白山
24 朝日大学病院	橋本町 3-23	253-8001		29 阪野クリニック	清住町 1-22	213-1199	
25 医療法人尚美会 なおみ皮フ科クリニック	神田町 9-2	265-0703	徹明	30 おぜきクリニック	長住町 1-23	267-1811	
26 棚橋耳鼻咽喉科	霞町 24	263-4523	白山	31 加納内科リウマチ科・糖尿病内科クリニック	住江町 2-1	263-7711	華陽