

禁煙外来ってどんなところ？

禁煙外来は、たばこをやめたい人向けの専門外来です。一定の条件を満たせば、健康保険が適用されます（加熱式たばこを含む）。オンライン診療で受けられる病院もあり、続けやすくなっています。

健康保険適応の条件

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

- ☐ **条件①**
ただちに禁煙しようと考えている
- ☐ **条件②**
ニコチン依存度チェック（裏面）の結果が**5点**以上である
- ☐ **条件③**
禁煙治療について説明を受け、文書により同意している
- ☐ **条件④**
35歳以上の者については、1日平均喫煙数 × 喫煙年数が**200**以上である

例：1日平均喫煙本数 20本で 30年間吸っている場合、
20本 × 30年間 = 600 と計算

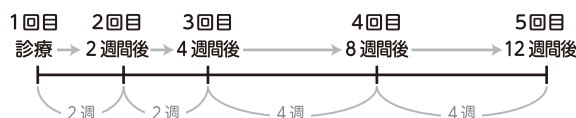
* 35歳未満の方は、喫煙本数や喫煙年数によらず保険適用となります

治療内容

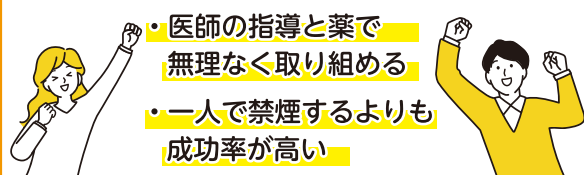
禁煙補助薬の使用やカウンセリング、生活指導といった精神面での禁煙サポートなどが行われます。

保険診療の流れ

標準的な禁煙プログラムは、12週間にわたり、計5回の治療を行います。



禁煙外来のメリット



小平市内の禁煙外来のある医療機関

令和7年1月末現在

予約	医療機関名	オンライン診療(有無)	住所	電話番号
要	加賀美クリニック	有	小平市小川東町 5-5-1	042-341-0655
要	こだいら小川町内科	無	小平市小川町 2-1317-11	042-341-0654
要	学園東・ひらぐりクリニック	有(再診から)	小平市学園東町 3-6-34 ウィンシャトー 1F	042-349-0820
不要	喜平橋耳鼻咽喉科	有	小平市喜平町 1-7-26	042-332-3387
要	中山内科クリニック	無	小平市喜平町 3-2-5	042-324-0593
要	樹神内科クリニック	無	小平市花小金井 3-2-5 ドミール黒澤 1 階	042-460-8777
要	西尾クリニック	無	小平市鈴木町 1-416-1	042-329-8833
要	鈴木町クリニック	無	小平市鈴木町 2-865-97 2 階	042-401-1170
要	花小金井ハートクリニック	無	小平市花小金井 1-4-29 クレアール 103	042-450-6050
不要	松岡内科クリニック	無	小平市花小金井 1-1-11 エメラルドビル 3F	042-426-8080
要	しみず内科循環器クリニック	有	小平市花小金井南町 1-26-35 アクティオス 1F	042-450-5288

※禁煙治療には保険診療と自由診療があり、保険の適用には一定の条件があります。（禁煙補助薬の出荷停止中は禁煙外来を中断している場合があります。）詳しくは、各医療機関へお問い合わせください。

禁煙外来の診療については、遠隔診療（オンライン診療）も保険適応となっています。自分に合った方法を上手に活用して、禁煙を成功させましょう。

全国禁煙外来・禁煙クリニック

