知っていますか？
たばこの害

毒物の缶詰



たばこの煙には

化学物質が約5,300種類
発がん性物質が約70種類
含まれます



たばこによる健康影響



胃、肺、肝臓などのがん
脳卒中、虚血性心疾患
早産、胎児発育不全

など**多くの病気の原因**になります



どうしてやめられないの？

ニコチン依存症という**脳の病気**
薬物依存症と変わらない
気持ちだけでは**やめられない**

受動喫煙ってなに？



- たばこの先から出る煙
- 喫煙者の吐き出す煙
- 喫煙後の吐く息

これらを**吸入**してしまうことです
主流煙より**副流煙**の方が
その**害**は**何倍も大きい**です



美容に悪い？

- しわ、たるみ、シミ、くすみ
- 毛穴、にきび
- 白髪、抜け毛
- 歯や歯茎の変色、口臭

これらの原因になります

加熱式・軽いたばこなら大丈夫？



紙巻たばこと同じ
有害物質
が含まれる

依存性の高い
ニコチン
を含む

だからダメ！





たばこの費用

1日1箱　￥600で換算すると
1か月　￥18,000
1年　￥22万

たばこにメリットは一つもありません
だから吸わない・吸わせないでほしい

【問い合わせ先】前橋市保健所 健康増進課 健康づくり係
前橋市朝日町三丁目36番17号　前橋市保健センター３階
電話：027-220-5784　FAX：027-223-8849

禁煙の相談
できます