知っていますか? たばこの害

毒物の缶詰

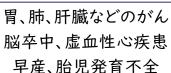
たばこの煙には

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



など多くの病気の原因になります

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

これらを吸入してしまうことです

その害は何倍も大きいです

主流煙より副流煙の方が

● 喫煙後の吐く息



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**



- 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

|日|箱 ¥600で換算すると

¥18,000 Ⅰか月

|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

