

▶ たばこ

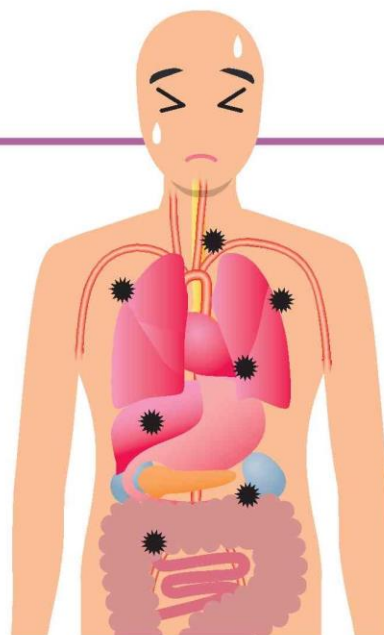
そのたばこ 周りの人も 害になる



## キッパリ禁煙！ 今日から健康生活

### 喫煙で高まる病気のリスク

- がん
- 脳卒中や虚血性心疾患などの循環器疾患
- 慢性閉塞性肺疾患(COPD)や結核などの呼吸器疾患
- 2型糖尿病, 歯周病 など



### 加熱式タバコも危険

煙が出ない加熱式たばこは、健康へのリスクが少ないと思われがちですが、加熱式たばこにもニコチンなどの有害物質が含まれています。



自分に合った方法で禁煙にチャレンジ！

