

5月31日から6月6日は「禁煙週間」です

毎年5月31日は世界禁煙デーです！

厚生労働省では、禁煙デーに始まる1週間を禁煙週間と定めています。

○タバコにはどんな害があるのでしょうか…？

- ・タバコの煙には、4,000種類以上もの化学物質が含まれています。そのうち、発がん性物質は、なんと60種類！
- ・タバコの煙に含まれるニコチンは、依存性の強い薬物です。軽い気持ちで吸い始めて、気づいたらやめられなくなっていた方も多いのでは？

○タバコを吸っているとふけ顔に！？

タバコを吸うと皮膚のハリがなくなってきて、目じり・口周りなどのしわが増えます。そのため、実際の年齢よりも老けて見え、「**スモーカーズフェイス**」といわれています。しわに加え、歯や歯ぐきの着色、口臭、白髪、頭髪の脱毛なども伴います。

○寿命は・・・？

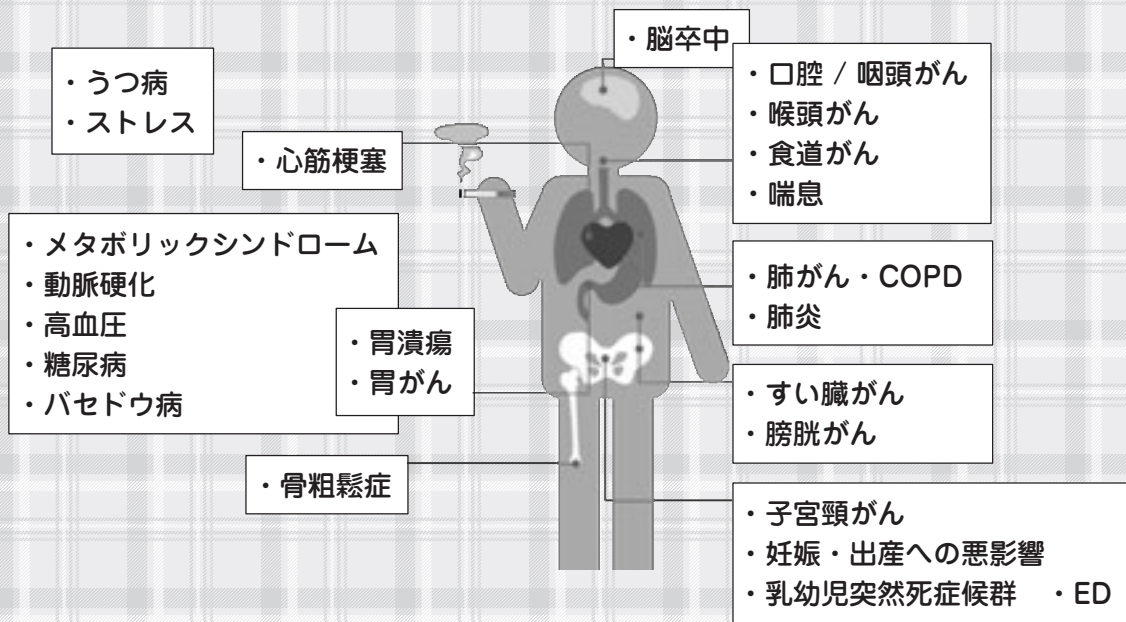
人の寿命は喫煙を続けることで、10年間も短くなるといわれています。

35歳の人か70歳まで生きている割合を比較すると、

タバコを吸わない人→81% **タバコを吸う人→58%** と大きな差があります。

○知ってる？タバコが深く関わる病気

・タバコに含まれる有害物質によって、様々な病気が引き起こされるといわれています。



身体の内面、外面共に大きく影響を与える喫煙。

禁煙って本当に必要なの？と思っている方も、この機会に禁煙を始めてみませんか？

有料広告掲載欄

介護認定を受けていない方、非該当の方も利用可能。
短時間でのご利用もご相談下さい。

お元気デイサービス
エクセレントくわな

個別リハビリも好評です
 エステ・マッサージも人気
 快適な機械浴もあります

1日無料体験
受付中
 昼食・入浴・
 送迎も無料

医療法人 福島会 桑名市福島1000-1(桑名駅から徒歩7分)

【お問い合わせ】月～土/8:30～18:00 ☎0594-27-5000

★施設入居のご相談も承っております。

ふくじま プログラム公開中!

検索