

南相馬市にお住まい・
勤務されている皆様へ

「禁煙」について考えてみませんか

5月31日～6月6日は禁煙週間



たばこが原因になる病気は、
「呼吸器のがん」等を連想しま
すが、他にも様々な病気にかか
るリスクを高めます。

また、たばこの煙を周囲の方が
吸い込む**受動喫煙**による健康へ
の影響も問題となっています。

自分の健康も家族や大切な人
のためにも「禁煙」について
考えてみませんか。



病気にかかるリスク増↑

メタボ

1.5倍

(1日20本以上喫煙)



循環器疾患

2倍

(喫煙+メタボでの
発症リスク)



呼吸器疾患
(COPD等)



呼吸器感染症
(インフルエンザ等)

重症化リスク↑ ※禁煙支援マニュアル第二版



加熱式タバコも**有害!**

紙巻きたばこと同様に
多数の有害物質が含まれて
いることが分かっています。



南相馬市禁煙外来治療医療費助成事業



禁煙治療にかかる治療費を一部助成しています。

詳しくは市HPへ→ 南相馬市 禁煙 助成

