



かしわ

こ し ん ぶ ん

柏ノースモッ子新聞

たばこ 1 本吸うごとに…

人より 10 分老いていく



22 歳の双子が 40 歳になった時の
予測写真です。

どちらがたばこを吸っているか、
わかりますね。

たばこ 1 本を吸うと、レモン半個分のビタミン C が体から
失われます。

さらに、血行が悪くなり、肌が黒ずんだり、肌あれが進み、
シミやしわが増えてしまいます。



たばこを吸っている人の口の中



歯肉が黒い

歯周病

ヤニ

息がくさくなる



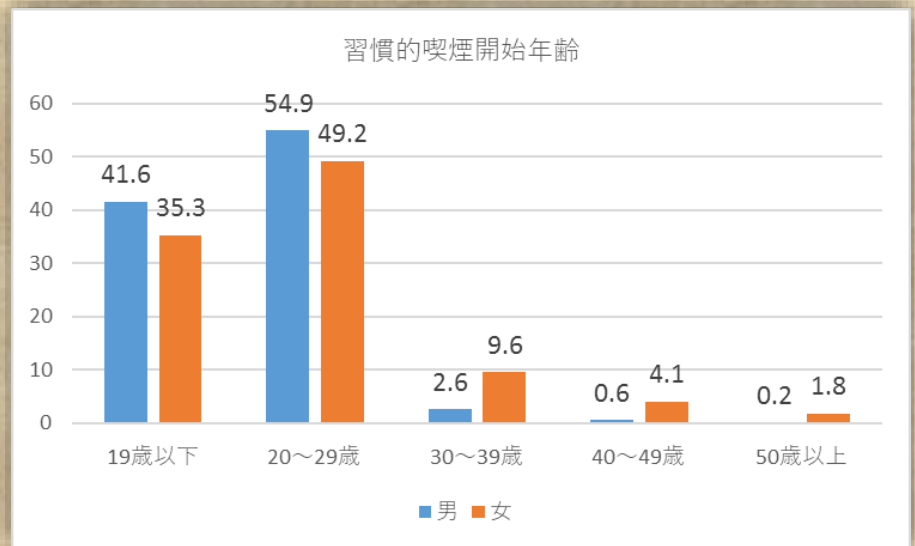
1度吸うとやめられないたばこ…なぜ!?



たばこに含まれる「ニコチン」には麻薬などと同じ依存性があるからです!!
つまり、「喫煙=ニコチン依存症」なのです。

特に未成年は、
少ない本数で習慣に
なりやすい!!

喫煙者の4割が20歳未満で
習慣的にたばこを
吸うようになっています。



喫煙と健康問題に関する実態調査 (厚労省) 1998

依存症のサイクル

