たばこは紙でも、加熱式でも「有害」です。

加熱式・電子たばこは安全って思ってない？

・加熱式たばこの主流煙には、紙巻たばこと同程度のニコチンを含む製品もあります。

・電子たばこの蒸気には、発がん性物質などを発生させるものもあると報告されています。

＜詳しくはこちらから＞

長崎県
新型たばこの健康リスク

禁煙はひとりで頑張らなくてもいいんです

・禁煙支援医療機関で治療ができます！
※条件を満たせば保険適用

・20歳未満の方も禁煙治療の対象に。

＜詳しくはこちらから＞

長崎県
上手に禁煙しよう

たばこはお金がかかる

・1日10本でも禁煙で、1年で約11万円、3年で約33万円の節約に！
※1本30円で計算

長崎健康革命 Nagasaki Health Revolution
長崎県福祉保健部国保・健康増進課
R8.1発行