

禁煙の効果とメリット

— 健康面 —

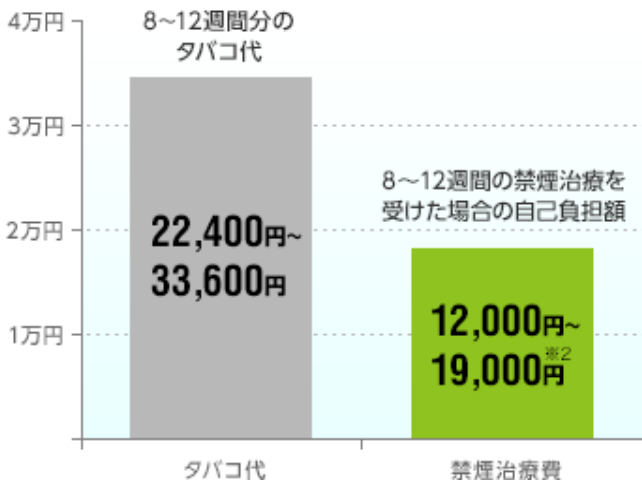


- 咳や痰が止まった、呼吸が楽になった
- 肩こりがなくなった ・口臭がしなくなった
- 味覚、臭覚が鋭敏に美味しく感じるようになった
- 目覚めがさわやかになった ・肌の調子が良くなった
- カラオケで声がよく出るようになった

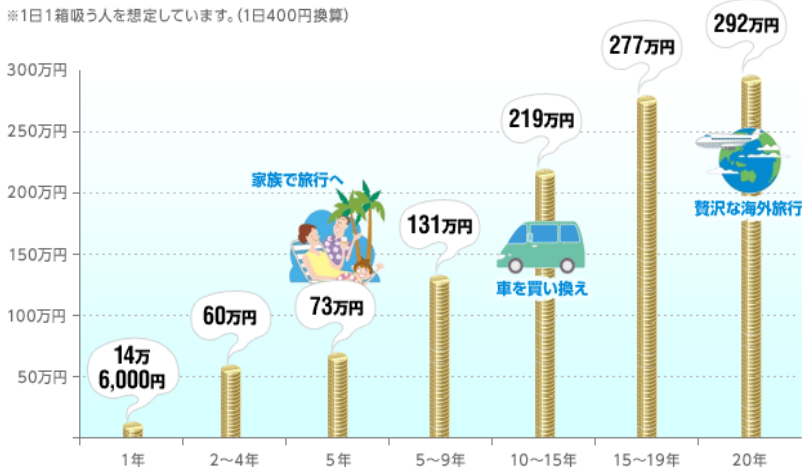
— 金銭面 —

※1日1箱吸う人を想定しています。(1日400円換算)

タバコ代と
禁煙治療費、
どっちが
高い? →

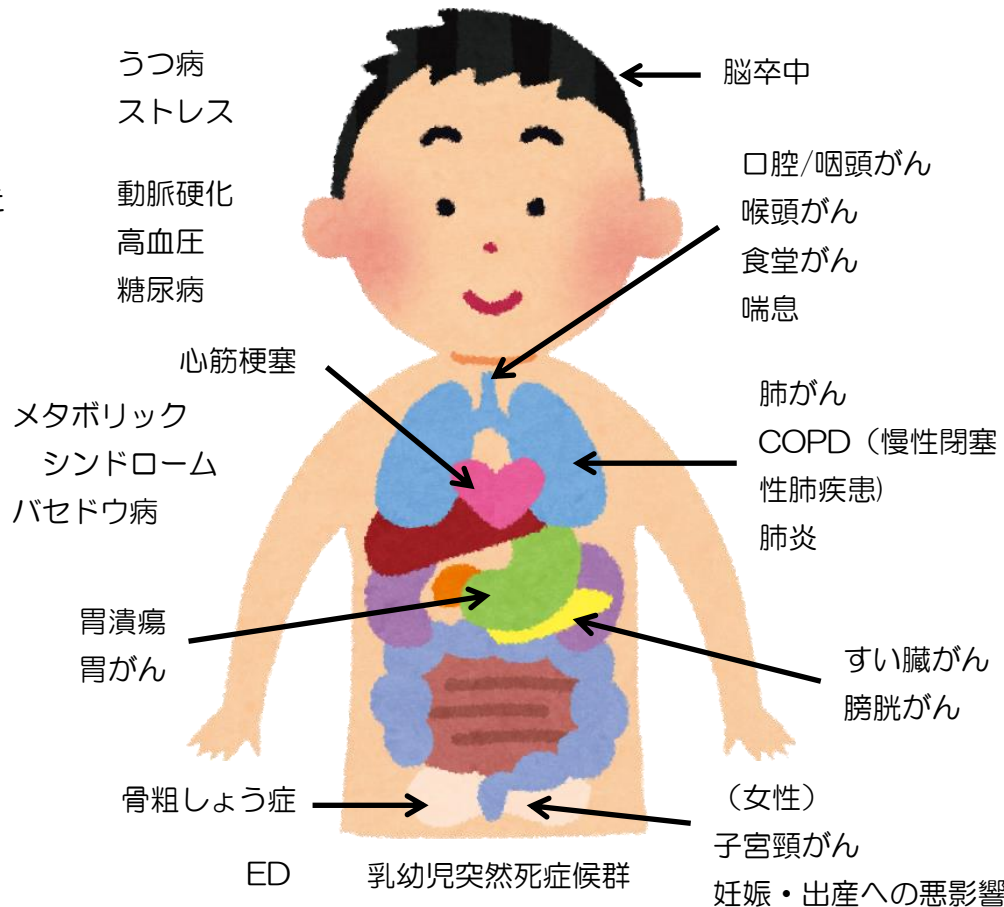


※1日1箱吸う人を想定しています。(1日400円換算)



← 禁煙するとこれだけ貯金できる!

知ってる? タバコが深く関わる病気



がん検診を上手に活用しましょう

がんは一気になるものではなく、生活習慣と密接な関係があります。タバコとの関連でみると、「タバコ=肺がん」とは限らず、さまざまながんの発症の可能性が考えられます。そのため、がん予防で効果的なことは、永久禁煙すること。また、禁煙が早ければ早いほどがんの発症リスクが下がります。がんは早期発見で治療すれば治る病気です。そのためにもがん検診を受けましょう。