

禁煙すると こんなに たくさん “いいこと”がある!

食事が
美味しく感じる



息切れが
しなくなる



家が
綺麗になる

火事の
心配が減る

家族に
喜ばれる

口臭が
気にならなくなる



喫煙に使っていた
時間が有効に使える



肌のツヤが
良くなる

血糖値を
下げられる

ガンの
リスクが減る



動脈硬化・心筋梗塞の
リスクが減る

咳や痰が
出なくなる



タバコに使っていた
お金が必要なくなる



健康づくり宣言

協会けんぽ 福井支部

お問い合わせ：0776-27-8301

禁煙コース³⁹

