

高校生向け防煙教育リーフレット

健康な未来を決めるのは誰？

～たばこの“恐ろしさ”を知りましょう～

東京都保健医療局ホームページ内の【とうきょう健康ステーション】にて、「健康な未来を決めるのは誰？～たばこの“恐ろしさ”を知りましょう～《高校生版》」のリーフレットを公開中です。

たばこの吸い始めは、主に「好奇心」や「友人のすすめ」という、ささいな動機です。気軽に吸い始め、たばこの依存性によってやめられなくなり、健康被害を生じてしまう、このサイクルを作らないことが大切です。



【リーフレットはこちらから】

主な内容

《高校生版》

- ◆たばこってどんなもの？
- ◆一度吸うとやめられないたばこ、「なぜ？」
- ◆たばこを吸ったら、からだはどんな影響を受けるの？
- ◆たばこを吸うと、産まれてくる子供にも影響があります。
- ◆なぜ、若いうちからたばこを吸ってはいけないの？
- ◆他人が吸ったたばこの煙でも害があるって本当？
- ◆誘われても、たばこは断ろう
- ◆たばこに関するQ&A など

