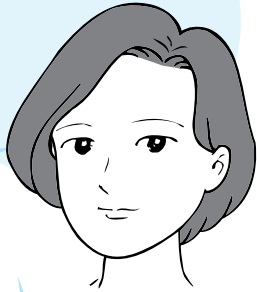


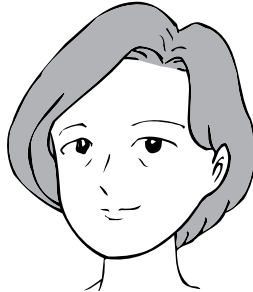


## テーマ:たばこと美容について

「たばこ」は健康に大きな悪影響を及ぼしますが、美容にとっても大敵です。タバコの煙は血液の流れを悪くするため、肌の色がくすんで見えたり、肌の張りがなくなり、シミやシワが増える原因となります。



25歳 女性



喫煙しなかった場合



長年喫煙した場合

長年タバコを吸い続けると実際の年齢以上に肌の老化が進んでしまいます。女性だけではなく、男性の場合も喫煙者は実際の年齢と見た目の年齢に差が出やすくなります。

喫煙している方はぜひ「卒煙教室」に参加し、健康なお肌を取り戻しましょう！  
お化粧のノリも良くなること請け合いです!!

## 卒煙！大捜査線～タバコの煙を封鎖せよ～

(卒煙教室のご案内)

日時	9月28日(月) 午後7時～9時
場所	常北保健福祉センター
対象者	喫煙者
内容	医師による喫煙についての講話 講師/天谷医院院長 天谷龍夫氏 喫煙者やその家族の尿検査(※)など
参加費	1人300円(尿検査の料金を含みます)
定員	25人(定員になり次第締め切り)
申込方法	下記まで電話でお申し込みください。 後日検査の詳細についての通知と採尿容器をお送りします。
申込期限	9月25日(金)

現場(卒煙教室)で  
何が起こる!?

老若男女問わず  
参加者大募集!!

夜7時からなの?  
仕事帰りに行って  
みようかしら



※教室で行う尿検査は、尿中のニコチンなどを短時間で測定できるものです。喫煙しない人の尿からもニコチンが検出されることがあり、喫煙者のいる家庭では乳幼児の尿からも検出されるケースもあります。(尿検査のみの実施は受け付けません。)

### 《申込先・問合せ》

健康福祉課(常北保健福祉センター内)  
☎029-240-6550

参考資料 医学書院出版 青柳智和著「禁煙のススメ」

次回のまごころ通信は10月号に掲載予定です。