



たばこは**美容**の大敵です！！



## たばこの美容への影響

1

肌の老化を早める\*1

\*1 ビタミンCの不足、抗酸化作用の低下などによるもの

2

肌荒れ、しわ、しみが增える\*2

\*2 血行不良や活性酸素の増加による肌荒れやしわ、メラニン色素の過剰生成によるもの

3

歯が黒ずむ、歯ぐきや唇が黒ずむ\*3

\*3 たばこに含まれるタールやヤニの色素沈着やニコチンの影響による血行不良によるもの

出典:たばこの美容への影響(宮城県)



禁煙外来で禁煙すれば、成功率大幅アップ！

仙南地区の禁煙外来一覧→



健康チャレンジウィーク参加中！！

事業所名：

宮城県仙南保健所